

# ภาคผนวก

## ภาคผนวก

- ก. ประมวลการสอนหน่วยประสบการณ์ชีวิต ประถมศึกษาปีที่ 1-6
- ข. หลักสูตรสุขศึกษามัธยมศึกษา
- ค. ตัวอย่างคู่มือการสอนวิชาสุขศึกษามัธยมศึกษาปีที่ 1
- ง. หน่วยงานที่ส่งเสริมงานสุขศึกษาในโรงเรียน
- จ. แบบสอบถามการบริหารงานสุขศึกษาในโรงเรียน
- ฉ. ตัวอย่างโครงการที่ส่งเสริมสุขภาพนักเรียน

## ภาคผนวก ก.

### ตัวอย่างประมวลการสอนหน่วยประสบการณ์ชีวิตประถมศึกษาปีที่ 1-6 สร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ป.1-2

#### หน่วยที่ 1 สิ่งที่มีชีวิต

##### สภาพ/ปัญหาและความต้องการ

1. ต้องการให้เด็กมีสุขนิสัยอันเป็นกิจวัตรประจำวัน เช่น การทำความสะอาดปาก ผีวหนังสือ ผสม เล็บ หู ตา จมูก
2. ต้องการให้เด็กรู้จักช่วยตนเองในเรื่องของการแต่งกายและการรู้จักป้องกันอันตรายที่จะเกิดแก่อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย
3. ต้องการให้เด็กมีความเข้าใจในเรื่องอาหารที่มีประโยชน์
4. ต้องการให้เด็กมีความเข้าใจและสามารถปฏิบัติได้ในเรื่องการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการนอน
5. ต้องการให้เด็กมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับธรรมชาติ ความสำคัญ และประโยชน์ของพืชและสัตว์

จุดประสงค์การเรียนรู้	ความคิดรวบยอด	เนื้อหา
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. สามารถรักษาสุขภาพปากและฟันได้</li> <li>2. แปรงฟันได้สะอาดและถูกวิธี</li> <li>3. รักษาฟันให้สะอาดอยู่เสมอ</li> <li>4. ทำความสะอาดร่างกายมือ เท้า ผิวน้ำ เล็บ หู ตา จมูก ฯลฯ ได้</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. จัดเสื้อผ้าให้เป็นระเบียบได้</li> <li>2. เลือกเสื้อผ้าใส่เองได้</li> <li>3. แต่งกายให้ตนเองได้เรียบร้อย</li> <li>4. บอกวิธีป้องกันอันตรายที่อาจเกิดแก่อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายได้</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. บอกได้ว่าอาหารใดบ้างที่มีประโยชน์ และไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย</li> <li>2. เลือกซื้ออาหารกลางวันและขนมที่มีประโยชน์ได้</li> </ol>	<p>การทำความสะอาดอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย เป็นต้องทำทุกวันเพื่อให้ร่างกายมีสุขภาพดี</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. การเลือกและจัดหาเครื่องแต่งกายและแต่งกายให้ตนเองได้เป็นแนวทางให้ได้รู้จักช่วยตนเอง</li> <li>2. การป้องกันอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายเป็นสิ่งจำเป็น</li> </ol> <p>อาหารที่มีประโยชน์ช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโต</p>	<p>หน่วยย่อยที่ 1 ตัวเรา</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. การทำความสะอาดร่างกาย <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1 การทำความสะอาดปากและฟัน</li> <li>1.2 การแปรงฟันที่ถูกวิธี</li> <li>1.3 การรักษาความสะอาดมือ เท้า ผิวน้ำ เล็บ หู ตา จมูก ฯลฯ</li> <li>1.4 วิธีล้างหน้า อาบน้ำ และเช็ดตัว</li> </ol> </li> <li>2. การรู้จักช่วยตนเอง <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1 การรู้จักเลือก จัดหาเครื่องแต่งกายและแต่งกายให้ตนเอง</li> <li>2.2 การรู้จักป้องกันอันตรายที่จะเกิดแก่อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย</li> </ol> </li> <li>3. อาหาร <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1 อาหารที่มีประโยชน์ และไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย</li> <li>3.2 การเลือกซื้ออาหารกลางวันและขนมที่มีประโยชน์</li> </ol> </li> </ol>

จุดประสงค์การเรียนรู้	ความคิดรวบยอด	เนื้อหา
<p>ปฏิบัติตนในการกินอยู่และ รับประทานอาหารได้ถูกต้อง</p> <p>1. ปฏิบัติตนในการออก กำลังกาย การพักผ่อน และการนอนได้ถูกวิธี</p> <p>2. แบ่งเวลาสำหรับ กิจกรรมการเรียน การทำงาน การออก กำลังกายและการพัก ผ่อนในแต่ละวันได้</p> <p>1. บอกสาเหตุของการ เกิดอุบัติเหตุได้</p> <p>2. บอกวิธีปฏิบัติตนให้ ปลอดภัยจากอุบัติเหตุ ที่บ้าน ที่โรงเรียน และในการสัญจรไป มาได้</p> <p>1. บอกชื่อพืชที่พบเห็น หรือนำมาให้ดูได้</p>	<p>การสร้างนิสัยที่ดีในการ รับประทานอาหารและ การรับประทานอาหารอย่างมีผลดีต่อ สุขภาพ</p> <p>การออกกำลังกาย การ พักผ่อน และการนอนที่ ถูกต้องช่วยส่งเสริม สุขภาพ</p> <p>ความระมัดระวังเป็นส่วน หนึ่งที่สามารถช่วยป้องกัน อุบัติเหตุได้</p> <p>พืชมีรูปร่าง ลักษณะ การ เจริญเติบโตและประโยชน์</p>	<p>4. ข้อปฏิบัติในการสร้างสุขนิสัย เกี่ยวกับการรับประทานอาหาร และการรับประทานอาหาร สุขนิสัยในการรับประทานอาหาร และการรับประทานอาหาร</p> <p>5. การออกกำลังกาย การ พักผ่อนและการนอน</p> <p>5.1 การปฏิบัติในการ ออกกำลังกาย การ พักผ่อน และการนอน</p> <p>5.2 การแบ่งเวลาสำหรับ กิจกรรมการเรียน การทำงาน การออก กำลังกาย และการ พักผ่อน</p> <p>6. อุบัติเหตุและการป้องกัน</p> <p>6.1 อุบัติเหตุที่บ้าน</p> <p>6.2 อุบัติเหตุที่โรงเรียน</p> <p>6.3 อุบัติเหตุในการสัญจร ไปมา</p> <p>6.4 การป้องกันอุบัติเหตุ</p> <p>หน่วยย่อยที่ 2 พืช</p> <p>1. พืชรอบ ๆ ตัวเรา เช่น ข้าว ตะไคร้ โหระพา</p>

จุดประสงค์การเรียนรู้	ความคิดรวบยอด	เนื้อหา
2. อธิบายถึงลักษณะการเจริญเติบโตและประโยชน์ของพืชได้	ต่างกัน	กุหลาบ ดาวเรือง มะม่วง ขนุน ฯลฯ 2. ลักษณะทั่วไป และการเจริญเติบโต 3. ประโยชน์ หน่วยย่อยที่ 3 สัตว์
1. อธิบายธรรมชาติของสัตว์ที่ควรรู้จักได้	1. สัตว์มีธรรมชาติ การเลี้ยงดู และประโยชน์	1. สัตว์เลี้ยง และสัตว์มีพิษที่ควรรู้จัก
2. บอกวิธีเลี้ยงดู และประโยชน์ของสัตว์ที่ควรรู้จักได้	ต่างกัน 2. สัตว์บางชนิดมีอันตราย และควรรู้จักวิธีป้องกัน	2. ธรรมชาติและวิธีการเลี้ยงดู 3. ประโยชน์ 4. อันตรายและวิธีป้องกัน
3. บอกอันตรายและวิธีป้องกันสัตว์บางชนิดได้		

## หน่วยที่ 1

### สิ่งที่มีชีวิต

#### สภาพ/ปัญหาและความต้องการ

1. ต้องการให้เด็กรู้หน้าที่และวิธีบำรุงรักษาอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย
2. ต้องการให้เด็กรู้ถึงอันตรายที่เกิดกับอวัยวะต่าง ๆ รู้วิธีป้องกันและหลีกเลี่ยงอันตรายนั้น ๆ
3. ต้องการให้เด็กกินอาหารได้ถูกต้อง ถูกส่วน
4. ต้องการให้เด็กมีสุขนิสัยที่ดีในการกินอาหาร
5. ต้องการให้เด็กมีรูปร่าง ท่าทาง และบุคลิกลักษณะที่ดี
6. ต้องการให้เด็กมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการออกกำลังกาย การพักผ่อน และนันทนาการที่ถูกต้อง

7. ต้องการให้เด็กมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันอุบัติเหตุ
8. ต้องการให้เด็กรู้หลักของการปฐมพยาบาลเพื่อช่วยเหลือตนเองและผู้อื่น
9. ต้องการให้เด็กรู้จักป้องกันอันตรายที่เกิดจากสัตว์นำโรค
10. ต้องการให้เด็กหลีกเลี่ยงจากการติดสิ่งเสพติดอันจะเกิดผลเสียต่อสุขภาพ
11. ต้องการให้เด็กมีความรู้ในเรื่องประโยชน์ของพืชและสัตว์ที่มีต่อการดำรงชีวิต

จุดประสงค์การเรียนรู้	ความคิดรวบยอด	เนื้อหา
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. บอกหน้าที่ของอวัยวะภายนอกที่สำคัญของร่างกายได้</li> <li>2. บอกวิธีหลีกเลี่ยงและป้องกันอันตรายที่จะเกิดกับอวัยวะภายนอกที่สำคัญของร่างกายได้</li> </ol>	<p>อวัยวะต่าง ๆ มีความสำคัญต่อร่างกาย จึงต้องรู้จักหลีกเลี่ยงและป้องกันอันตราย</p>	<p>หน่วยย่อยที่ 1 ตัวเรา</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. อวัยวะที่สำคัญของร่างกาย               <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1 หน้าที่ของอวัยวะภายนอกที่สำคัญของร่างกาย เช่น หู ตา จมูก ฯลฯ</li> <li>1.2 การหลีกเลี่ยงและป้องกันอันตรายต่ออวัยวะภายนอกที่สำคัญ เช่น หู ตา จมูก ฯลฯ</li> </ol> </li> <li>2. ปากและฟัน</li> </ol>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. บอกหน้าที่และส่วนประกอบของปากและฟันได้</li> <li>2. รักษาความสะอาดของปากและฟันได้อย่างสม่ำเสมอ</li> <li>3. ปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องเมื่อเกิดโรคฟันและโรคในปาก</li> </ol>	<p>การรู้จักหน้าที่ ส่วนประกอบของฟันและรู้จักรักษาความสะอาดปากและฟันอย่างสม่ำเสมอ จะช่วยไม่ให้เกิดโรคฟันและโรคในปาก</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>2.1 หน้าที่และส่วนประกอบของปากและฟัน</li> <li>2.2 ความสำคัญของการรักษาปากและฟันให้สะอาด</li> <li>2.3 ข้อปฏิบัติเมื่อเกิดโรคฟันและโรคในปาก</li> </ol>

จุดประสงค์การเรียนรู้	ความคิดรวบยอด	เนื้อหา
1. แยกประเภทของอาหารหลัก 5 หมู่ได้ 2. บอกประโยชน์และโทษของอาหารได้ 3. เลือกรับประทานอาหารที่ถูกส่วนและเพียงพอแก่ความต้องการของร่างกายเป็นประจำทุกวันได้ 4. บอกชื่ออาหารที่คนแต่ละวัยควรรับประทานได้	อาหารแต่ละประเภทมีประโยชน์ต่อร่างกายต่างกัน จึงจำเป็นต้องเลือกรับประทานให้ถูกส่วนและเหมาะสมกับวัย	3. อาหาร 3.1 อาหารหลัก 5 หมู่ 3.2 ประโยชน์และโทษของอาหาร 3.3 อาหารที่ควรรับประทานทุกวัน 3.4 อาหารที่บุคคลแต่ละวัย เช่น วัยเด็ก วัยชรา ฯลฯ ควรรับประทาน
ปฏิบัติตนในการกินอยู่และรับประทานอาหารได้ถูกต้อง	การสร้างนิสัยที่ดีในการรับประทานอาหารและการรับประทานอาหารอย่างพอดีมีผลดีต่อสุขภาพ	4. ข้อปฏิบัติในการสร้างสุขนิสัยเกี่ยวกับการรับประทานอาหารและการรับประทานอาหารและเครื่องดื่ม สุขนิสัยในการรับประทานอาหารและการรับประทานอาหาร
1. บอกวิธีปฏิบัติตนเพื่อให้มีรูปร่างท่าทางดีส่วน 2. ปฏิบัติตนเพื่อให้มีรูปร่างท่าทาง ทรวดทรง และ	การนั่ง ยืน เดิน นอน ให้ถูกวิธีจะช่วยให้มีบุคลิกภาพดี	5. รูปร่างท่าทางและบุคลิกภาพที่ดี 5.1 ลักษณะของคนที่มีรูปร่าง ท่าทาง ทรวดทรงและบุคลิกภาพที่ดี 5.2 ข้อปฏิบัติเพื่อให้มีรูปร่าง ท่าทาง



จุดประสงค์การเรียนรู้	ความคิดรวบยอด	เนื้อหา
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. บอกประโยชน์ของการออกกำลังกายได้</li> <li>2. บอกประโยชน์ของการพักผ่อนได้</li> <li>3. ปฏิบัติตนได้ถูกต้องเกี่ยวกับการออกกำลังกายและพักผ่อน</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. การออกกำลังกายมีประโยชน์ต่อร่างกายและให้ความสนุกสนาน</li> <li>2. การพักผ่อนที่ถูกต้องช่วยให้คนเรามีสุขภาพทางร่างกายและจิตใจดีขึ้น</li> </ol>	<p>ทรวดทรงและบุคลิกลักษณะที่ดี</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>6. การออกกำลังกายและการพักผ่อน               <ol style="list-style-type: none"> <li>6.1 ข้อปฏิบัติในการออกกำลังกายและการพักผ่อน</li> <li>6.2 ประโยชน์ของการออกกำลังกายและการพักผ่อน</li> </ol> </li> </ol>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. บอกวิธีปฏิบัติตนให้ปลอดภัยจากอุบัติเหตุที่บ้าน โรงเรียน และในการสัญจรไปมาได้</li> <li>2. สามารถหลีกเลี่ยงอันตรายจากอุบัติเหตุได้</li> <li>3. แสดงบทบาทสมมติในการป้องกันอุบัติเหตุได้</li> </ol>	<p>ความระมัดระวังเป็นส่วนหนึ่ง ที่อาจช่วยป้องกันอุบัติเหตุได้</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>7. อุบัติเหตุและการป้องกัน               <ol style="list-style-type: none"> <li>7.1 อุบัติเหตุที่บ้าน</li> <li>7.2 อุบัติเหตุที่โรงเรียน</li> <li>7.3 อุบัติเหตุในการสัญจรไปมา</li> <li>7.4 การป้องกันอุบัติเหตุ</li> </ol> </li> </ol>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. บอกประโยชน์ของการปฐมพยาบาลได้</li> <li>2. สามารถทำการปฐมพยาบาลเล็ก ๆ น้อย ๆ ได้</li> </ol>	<p>การปฐมพยาบาลช่วยบรรเทาความเจ็บปวดลดอัตราการตายและความพิการ</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>8. การปฐมพยาบาล               <ol style="list-style-type: none"> <li>8.1 ประโยชน์ของการปฐมพยาบาล</li> <li>8.2 วิธีปฐมพยาบาลที่นักเรียนควรทำได้ เช่น แผลงัสต์ว์กัด ต่อย การทำแผลสด แผลฟกช้ำ เลือดกำเดาออก ไฟไหม้</li> </ol> </li> </ol>

จุดประสงค์การเรียนรู้	ความคิดรวบยอด	เนื้อหา
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. บอกความหมายของยาสามัญประจำบ้านได้</li> <li>2. สามารถใช้และเก็บยาสามัญประจำบ้านได้อย่างถูกต้อง</li> </ol>	<p>ยาชุดตำราหลวงเป็นยาสามัญประจำบ้านที่ปลอดภัย ราคาถูก และเชื่อถือได้</p>	<p>น้ำร้อนลวก เป็นต้น</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>9. ยาสามัญประจำบ้าน <ol style="list-style-type: none"> <li>9.1 ความหมายของยาสามัญประจำบ้าน</li> <li>9.2 การใช้และการเก็บรักษา</li> <li>9.3 ยาชุดตำราหลวงขององค์การเภสัชกรรม กระทรวงสาธารณสุข</li> </ol> </li> </ol>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. อธิบายความหมายของโรคติดต่อได้</li> <li>2. บอกชื่อโรคและชื่อสัตว์นำในท้องถิ่นได้</li> <li>3. บอกวิธีการกำจัดสัตว์นำโรคต่าง ๆ ได้</li> <li>4. บอกทางที่เชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายได้</li> <li>5. บอกลักษณะ สาเหตุ และการป้องกันโรคติดต่อในท้องถิ่นได้</li> <li>6. ปฏิบัติตนเพื่อหลีกเลี่ยงและป้องกันโรคติดต่อในท้องถิ่น</li> </ol>	<p>โรคติดต่อสามารถป้องกันได้</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>10. โรคติดต่อในท้องถิ่น <ol style="list-style-type: none"> <li>10.1 ความหมายของโรคติดต่อ</li> <li>10.2 สัตว์นำโรค (ยุง หนู แมลงวัน)</li> <li>10.3 การกำจัดสัตว์นำโรคแต่ละชนิด</li> <li>10.4 ทางที่เชื้อโรคเข้าสู่ร่างกาย</li> <li>10.5 ลักษณะ สาเหตุ และการป้องกันโรคติดต่อในท้องถิ่น</li> </ol> </li> </ol>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. บอกโทษของสิ่งเสพติดให้โทษได้</li> </ol>	<p>การเสพสิ่งเสพติดให้โทษทำลายสุขภาพทั้งร่างกาย</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>11. สิ่งเสพติด <ol style="list-style-type: none"> <li>11.1 โทษของสิ่งเสพติด</li> <li>11.2 ลักษณะและความ</li> </ol> </li> </ol>

จุดประสงค์การเรียนรู้	ความคิดรวบยอด	เนื้อหา
2. บอกลักษณะของผู้ติดสิ่งเสพติดให้โทษได้	และจิตใจ และมีโทษตามกฎหมาย	ประพจน์ของผู้ติดสิ่งเสพติด หน่วยย่อยที่ 2 พืช
1. บอกลักษณะและแยกส่วนประกอบสำคัญของพืชได้ 2. บอกหน้าที่ของส่วนต่าง ๆ ของพืชได้ 3. บอกได้ว่าพืชดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างไร 4. บอกประโยชน์ของพืชได้ 5. บอกผลเสียของการทำลายพืชได้	1. พืชมีลักษณะ ส่วนประกอบ และการดำรงชีวิตต่างกัน 2. พืชให้ประโยชน์ทั้งทางตรงและทางอ้อม	1. ลักษณะและส่วนประกอบสำคัญของพืช 2. หน้าที่ของส่วนต่าง ๆ ของพืช 3. การดำรงชีวิตของพืช 4. ประโยชน์ของพืช 5. ผลเสียของการทำลายพืช
1. บอกได้ว่าสัตว์ดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างไร 2. บอกประโยชน์ของสัตว์ได้ 3. บอกวิธีสงวนพันธุ์สัตว์ได้ 4. บอกผลเสียของการทำลายสัตว์ได้	1. สัตว์แต่ละชนิดมีการดำรงชีวิตและประโยชน์แตกต่างกัน 2. การคุ้มครองและสงวนรักษาสัตว์ทำให้สัตว์ไม่สูญพันธุ์	หน่วยย่อยที่ 3 สัตว์ 1. การดำรงชีวิตของสัตว์ 2. ประโยชน์ของสัตว์ 3. การคุ้มครองและการสงวนรักษาสัตว์ เช่น การไม่จับปลาในฤดูวางไข่ ฯลฯ 4. ผลเสียของการทำลายสัตว์

## หน่วยที่ 1

### สิ่งมีชีวิต

#### สภาพ/ปัญหาและความต้องการ

1. ต้องการให้เด็กมีรูปร่าง ท่าทาง และบุคลิกลักษณะที่ดี
2. ต้องการให้เด็กรู้จักกินอาหารถูกส่วน และมีเจตคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับการกินอาหาร
3. ต้องการให้เด็กมีความรู้ในการป้องกันรักษาอวัยวะสำคัญของร่างกาย
4. ต้องการให้เด็กรู้จักออกกำลังกาย พักผ่อน และนันทนาการที่ถูกต้อง
5. ต้องการให้เด็กรู้ผลเสียของสิ่งเสพติด และไม่ทดลองเสพสิ่งเสพติด
6. ต้องการให้เด็กมีความเข้าใจและปฏิบัติตนในเรื่องเพศได้ถูกต้อง
7. ต้องการให้เด็กมีความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการสาธารณสุขและการบริการสาธารณสุข
8. ต้องการให้เด็กมีความเข้าใจในเรื่องการป้องกันอุบัติเหตุที่จะเกิดแก่ตนเองและผู้อื่น
9. ต้องการให้เด็กมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการปฐมพยาบาลเพื่อช่วยเหลือตนเองและผู้อื่น
10. ต้องการให้เด็กมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิตของพืชและสัตว์ที่เกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตของมนุษย์

จุดประสงค์การเรียนรู้	ความคิดรวบยอด	เนื้อหา
<ol style="list-style-type: none"><li>1. บอกความหมายและสาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุได้</li><li>2. ใช้เครื่องมือ อุปกรณ์ต่าง ๆ ทั้งที่บ้านและที่โรงเรียนได้ด้วยความปลอดภัย</li><li>3. บอกวิธีหลีกเลี่ยงอันตรายที่เกิดจากอัคคีภัย ไฟฟ้า และจากการสัญจรไปมาได้</li></ol>	ความระมัดระวังเป็นส่วนหนึ่งที่อาจป้องกันอุบัติเหตุได้	<ol style="list-style-type: none"><li>1. อุบัติเหตุและการป้องกัน<ol style="list-style-type: none"><li>1.1 ความหมายของอุบัติเหตุ</li><li>1.2 ความปลอดภัยในการใช้เครื่องมืออุปกรณ์ที่บ้านและที่โรงเรียน</li><li>1.3 อัคคีภัย</li><li>1.4 อันตรายที่เกิดจากไฟฟ้า</li><li>1.5 อุบัติเหตุทางสัญจร</li><li>1.6 การป้องกันอุบัติเหตุ</li></ol></li></ol>

จุดประสงค์การเรียนรู้	ความคิดรวบยอด	เนื้อหา
<p>4. สาธิตวิธีป้องกันอุบัติเหตุต่าง ๆ ได้</p> <p>1. บอกความหมายและหลักทั่วไปในการปฐมพยาบาลได้</p> <p>2. สาธิตวิธีปฐมพยาบาลผู้ป่วยต่าง ๆ ได้พอเหมาะสมกับวัย</p>	<p>การปฐมพยาบาลช่วยบรรเทาความเจ็บปวดลดอัตราการตายและความพิการได้</p>	<p>2. การปฐมพยาบาล</p> <p>2.1 ความหมายและหลักทั่วไปของการปฐมพยาบาล</p> <p>2.2 วิธีปฐมพยาบาลผู้ป่วยต่าง ๆ เช่น การช่วยเหลือคนตกน้ำ กระจกหัก การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ฯลฯ</p>
<p>1. บอกประเภทของสิ่งเสพติดได้</p> <p>2. บอกสาเหตุที่ติดสิ่งเสพติด</p> <p>3. บอกผลร้ายและวิธีป้องกันการติดสิ่งเสพติดได้</p> <p>4. ไม่ทดลองเสพสิ่งเสพติด</p> <p>5. บอกสถานที่บริการรักษาผู้ป่วยติดสิ่งเสพติดได้</p>	<p>1. การติดสิ่งเสพติดได้โทษเป็นผลเสียทั้งต่อตนเองและสังคม</p> <p>2. การติดสิ่งเสพติดระยะเริ่มแรกสามารถรักษาให้หายได้</p>	<p>3. สิ่งเสพติด</p> <p>3.1 ประเภทของสิ่งเสพติด</p> <p>3.2 สาเหตุที่ติดสิ่งเสพติด</p> <p>3.3 ผลภัยของสิ่งเสพติด</p> <p>3.4 การป้องกันการติดสิ่งเสพติด</p> <p>3.5 สถานที่บริการรักษาผู้ป่วยติดสิ่งเสพติด</p>
<p>1. บอกชื่อโรคที่พบมากในท้องถิ่นทั้งที่ติดต่อและไม่ติดต่อได้</p> <p>2. บอกวิธีป้องกันโรคที่พบในท้องถิ่นและปฏิบัติตามได้</p>	<p>การมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับอาการวิธีป้องกันโรคจะช่วยไม่ให้เป็นโรคนั้นได้</p>	<p>4. โรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อ</p> <p>4.1 โรคที่พบมากในท้องถิ่นทั้งที่เป็นโรคติดต่อและไม่ติดต่อ</p> <p>4.2 การป้องกัน</p>

จุดประสงค์การเรียนรู้	ความคิดรวบยอด	เนื้อหา
<p>1. บอกความเปลี่ยนแปลงของวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ในเรื่องการเจริญเติบโตของร่างกาย อารมณ์ และสังคมได้</p> <p>2. ปฏิบัติตนทั้งต่อตนเองและบุคคลอื่นเมื่ออายุย่างเข้าสู่วัยต่าง ๆ เช่น การกิน การออกกำลังกาย ฯลฯ ได้</p>	<p>การเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและอารมณ์ตามวัยต่าง ๆ จะช่วยแก้ปัญหาทางสุขภาพและสังคม</p>	<p>5. สุขภาพของบุคคลในวัยต่าง ๆ</p> <p>5.1 การเปลี่ยนแปลงของวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ในเรื่องการเจริญเติบโตทางร่างกาย อารมณ์ และสังคม</p> <p>5.2 การปฏิบัติตนทั้งต่อตนเองและบุคคลอื่นเมื่ออายุเข้าสู่วัยต่าง ๆ เช่น การกิน การออกกำลังกาย ฯลฯ</p>
<p>1. ยกตัวอย่างชื่อผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ เช่น อาหาร ยารักษาโรค ฯลฯ ได้</p> <p>2. บอกหรือชี้แจงแหล่งบริการรักษาสุขภาพที่มีในชุมชนได้</p> <p>3. อธิบายความหมายของคำว่าหมอเถื่อน ยากลางบ้านได้</p> <p>4. ยกตัวอย่างการโฆษณาเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์และบริการทางสุขภาพที่ควรเชื่อและไม่ควรเชื่อได้</p> <p>5. เลือกซื้อ เลือกใช้บริการทางสุขภาพได้</p>	<p>การเลือกซื้อ ใช้ผลิตภัณฑ์และใช้บริการทางสุขภาพที่ถูกต้องช่วยให้ไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ</p>	<p>6. สุขภาพของผู้บริโภค</p> <p>6.1 ผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ เช่น อาหาร ยา รักษาโรค ฯลฯ</p> <p>6.2 บริการทางสุขภาพ เช่น แหล่งบริการรักษาสุขภาพภายในชุมชน หมอเถื่อน ยากลางบ้าน ฯลฯ</p> <p>6.3 การโฆษณาเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์และบริการทางสุขภาพ</p> <p>6.4 หลักในการเลือกซื้อและการใช้บริการที่ปลอดภัย</p>

จุดประสงค์การเรียนรู้	ความคิดรวบยอด	เนื้อหา
<p>อย่างถูกต้องและปลอดภัย</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. บอกความหมายของการสาธารณสุขได้</li> <li>2. บอกหน้าที่และสถานบริการทางสาธารณสุขที่มีในท้องถิ่นได้</li> <li>3. จำแนกหน้าที่ความรับผิดชอบของบุคลากรด้านสาธารณสุขได้</li> <li>4. แนะนำให้ผู้ป่วยใช้บริการทางสาธารณสุขได้</li> <li>5. บอกปัญหาด้านสาธารณสุขที่สำคัญของท้องถิ่นและของประเทศได้</li> </ol>	<p>การแก้ไขปัญหาสาธารณสุขทางด้าน การป้องกัน การส่งเสริมสุขภาพ และการรักษาพยาบาล เป็นหน้าที่และความรับผิดชอบของทุกคน</p>	<p>7. การสาธารณสุข</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>7.1 ความหมายของการสาธารณสุข</li> <li>7.2 หน้าที่และสถานบริการทางสาธารณสุข</li> <li>7.3 บุคลากรด้านสาธารณสุข</li> <li>7.4 ปัญหาด้านสาธารณสุขที่สำคัญของท้องถิ่นและของประเทศ</li> </ol>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. สามารถจำแนกพืชมีดอกไม่มีดอก พร้อมทั้งยกตัวอย่างประกอบได้</li> <li>2. บอกปัจจัยในการดำรงชีวิตของพืช พร้อมทั้งทำการทดลองให้เห็นจริงได้</li> <li>3. เขียนแผนภาพแสดงวิธีสืบพันธุ์ และการผสมพันธุ์ตามกฎของเมนเดลได้</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. พืชมีคุณค่าต่อชีวิตทั้งทางตรงและทางอ้อม</li> <li>2. พืชมีการดำรงชีวิตและการสืบพันธุ์ต่างกัน</li> <li>3. จุลชีวิตคือสิ่งที่มีชีวิตเล็ก ๆ สืบพันธุ์โดยวิธีแบ่งตัว ทำให้เกิดโทษหลายอย่าง</li> </ol>	<p>หน่วยย่อยที่ 2 พืช</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. การจำแนกพืชเป็นพืชมีดอกและไม่มีดอก</li> <li>2. ปัจจัยการดำรงชีวิตของพืช</li> <li>3. วิธีสืบพันธุ์และผสมพันธุ์ตามกฎหมายของเมนเดล</li> <li>4. ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์และพืช</li> <li>5. จุลชีวิต โทษของจุลชีวิต</li> </ol>

## ภาคผนวก ข.

### หลักสูตรสุขศึกษามัธยมศึกษา

หลักสูตรสุขศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

#### จุดประสงค์ของวิชาพลานามัย

1. เพื่อให้สามารถเสริมสร้าง ระวังรักษาสุขภาพและสวัสดิภาพของตนเองและส่วนรวม
2. เพื่อให้มีความสำคัญและคุณค่าของสุขภาพและสวัสดิภาพ
3. เพื่อให้เห็นความสำคัญและคุณค่าของการออกกำลังกาย โดยนำไปปฏิบัติเป็นประจำ
4. เพื่อช่วยเสริมสร้างและรักษาสมรรถภาพทางกายให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ
5. เพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจ มีทักษะในการเสริมสร้างสุขภาพและสวัสดิภาพ และสามารถนำไปปฏิบัติจนเกิดสุขนิสัย
6. เพื่อให้สามารถคิด และเลือกวิธีการเสริมสร้าง ระวังรักษาสุขภาพและสวัสดิภาพ ให้มีประสิทธิภาพสูงสุดได้เหมาะสมกับสภาวะการณ์แวดล้อมเป็นอย่างดี
7. เพื่อให้มีคุณธรรมและพฤติกรรมที่สังคมยอมรับ โดยเน้นถึงความสำคัญของประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตน ความสามัคคี ความเป็นผู้มีน้ำใจนักกีฬา ความมีระเบียบวินัย ความสามารถแก้ปัญหา และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
8. เพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดีและสามารถดำรงชีวิตร่วมอยู่ในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีความสุข

#### จุดประสงค์ของหลักสูตรสุขศึกษา

1. เพื่อให้เห็นคุณค่าและความสำคัญของสวัสดิภาพและสุขภาพของตนเองและส่วนรวม
2. เพื่อให้มีความรู้และทักษะเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพ สามารถนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน จนเกิดเป็นสุขนิสัยได้ โดยยึดถือเหตุผลทางวิทยาศาสตร์เป็นหลัก
3. เพื่อให้สามารถแก้ความเข้าใจผิด ๆ เกี่ยวกับเรื่องสวัสดิภาพและสุขภาพในชีวิตประจำวันได้
4. เพื่อให้สามารถปรับปรุง สร้างเสริมและระวังรักษาสวัสดิภาพและสุขภาพของตนเองและของครอบครัวได้



5. เพื่อให้ตระหนักถึงปัญหา สำคัญในความรับผิดชอบที่ตนเองมีต่อสวัสดิภาพและสุขภาพของส่วนรวม ตลอดจนสามารถช่วยส่งเสริมการสาธารณสุขได้

พ 101 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

### จุดประสงค์

1. ให้รู้จักและปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องในเรื่องสุขภาพส่วนบุคคล
2. ปลูกฝังให้มีนิสัยการบริโภคอาหารที่ดี และรู้จักเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย
3. ให้สามารถรักษาความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น

### คำอธิบายรายวิชา

การศึกษาเรื่องสายตา การได้ยิน และโรคที่เกี่ยวข้องกับนัยน์ตา หู และ จมูก อาหาร ปัญหาและความต้องการทางด้านโภชนาการ สวัสดิภาพของตนเองและส่วนรวม ความปลอดภัยในการโดยสารรถยนต์ รถไฟและเรือ สวัสดิภาพของคนเดินเท้า

พ 102 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

### จุดประสงค์

1. ให้รู้หลักการปฐมพยาบาล เพื่อช่วยเหลือตนเองและผู้อื่น
2. ให้มีความรู้เกี่ยวกับโรคติดต่อ ตลอดจนระมัดระวังตนเองและผู้อื่นใกล้ชิดเพื่อให้ความปลอดภัยจากโรคเหล่านั้น
3. ส่งเสริมให้มีความรู้เกี่ยวกับผลงานค้นคว้าทางสาธารณสุข เพื่อให้แก้ปัญหา ด้านสุขภาพที่มีอยู่ในชีวิตประจำวัน

### คำอธิบายรายวิชา

การปฐมพยาบาลเมื่อมีสิ่งแปลกปลอมเข้าอวัยวะสำคัญของร่างกาย บาดแผล การห้ามโลหิต การใช้ผ้าพันแผล การถูกสารเคมีและสัตว์มีพิษกัดต่อย การเป็นลม เชื้อโรค โรคติดต่อที่พบบ่อยในชีวิตประจำวัน ประวัติและผลงานของบุคคลสำคัญ ตลอดจนความก้าวหน้า ทางด้านการแพทย์และสาธารณสุข

**จุดประสงค์**

1. ให้รู้จักและปฏิบัติตนได้ถูกต้องในเรื่องสวัสดิภาพและสุขภาพของตนเองและของส่วนรวม
2. สามารถให้การปฐมพยาบาลแก่ตนเองและผู้อื่น และรู้จักใช้ยาสามัญประจำบ้านบางอย่างได้
3. ให้รู้จักป้องกันตนเองและผู้อื่น มิให้เสเพลสิ่งเสเพลติดให้โทษ

**คำอธิบายรายวิชา**

การศึกษาเรื่องสุขปฏิบัติเกี่ยวกับผิวหนัง การออกกำลังกาย การพักผ่อน และนันทนาการ สวัสดิภาพในการใช้รถจักรยาน สวัสดิภาพภายในบ้าน ภัยธรรมชาติต่าง ๆ การวัดอุณหภูมิ การจับชีพจร และการนับลมหายใจ การปฐมพยาบาลคนถูกไฟฟ้าช็อค การใช้อาหารหลวง ยาสมุนไพร การจัดตู้ยาสามัญประจำบ้าน สิ่งเสเพลติดให้โทษ

**จุดประสงค์**

1. ให้รู้จักป้องกันตนเองให้พ้นจากโรคต่าง ๆ และรู้จักรักษาโรคบางอย่างด้วยยาสมุนไพร
2. ให้มีความรู้ ความเข้าใจและสามารถปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้อง เกี่ยวกับการดำเนินชีวิต การรักษาสุขภาพจิต และการปรับตนกับเพื่อนทุกเพศได้
3. ให้เข้าใจปัญหาต่างๆ ที่เกี่ยวกับบริการสาธารณสุข และการก่อให้เกิดความเข้าใจในการที่จะช่วยแก้ไขปัญหาเหล่านี้

**คำอธิบายรายวิชา**

การป้องกัน และควบคุมโรคติดต่อบางชนิด และโรคทางเดินอาหาร ความต้านทานโรค สุขภาพจิต การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจ การปรับตัวทางเพศ ประวัติและผลงานของบุคคลสำคัญทางการแพทย์และสาธารณสุข

**จุดประสงค์**

1. ให้รู้จักป้องกันตนเอง และผู้อื่นให้พ้นจากภัยของโรคต่าง ๆ
2. ให้รู้จักการสุขาภิบาลเบื้องต้น และสามารถนำไปปรับปรุงสิ่งแวดล้อมให้ดีขึ้น
3. ให้เข้าใจหลักการแพทย์สมัยใหม่ ที่มีรากฐานมาจากการค้นคว้าทางวิทยาศาสตร์

**คำอธิบายรายวิชา**

โรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อที่สำคัญบางชนิด สัตว์นำโรค ปัญหาเกี่ยวกับการสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อม วิชาการทางด้านทางการแพทย์สมัยใหม่

**จุดประสงค์**

1. ให้รู้จักวิธีปฐมพยาบาลเพิ่มเติม สามารถรักษาพยาบาลตนเองและผู้ใกล้ชิด เมื่อมีอาการไม่สบายเล็กน้อย รวมทั้งรู้จักเลือกใช้บริการทางการแพทย์ที่มีอยู่อย่างถูกต้องและเหมาะสม
2. ให้เข้าใจสภาพอารมณ์ สามารถควบคุมอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

**คำอธิบายรายวิชา**

การศึกษาเรื่องการรักษาพยาบาลเบื้องต้น การปฐมพยาบาลเมื่อถูกงูพิษหรือสุนัขบ้ากัด การเป็นลมบ้าหมู การผายปอด การเคลื่อนย้ายคนไข้ บุคลิกภาพและปัญหาทางอารมณ์ของเด็กวัยรุ่น การใช้บริการทางการแพทย์ ความรู้เบื้องต้นในการวางแผนครอบครัว

**หลักสูตรสุขศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย****จุดประสงค์ของหลักสูตรสุขศึกษา**

1. เพื่อให้เห็นคุณค่าและความสำคัญของสวัสดิภาพและสุขภาพของตนเองและส่วนรวม
2. เพื่อให้มีความรู้และทักษะเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพ สามารถนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน จนเกิดเป็นสุขนิสัยได้โดยยึดถือเหตุผลทางวิทยาศาสตร์เป็นหลัก

3. เพื่อให้สามารถปรับปรุง สร้างเสริม และระวังรักษาสวัสดิภาพและสุขภาพของตนเองและของครอบครัวได้
4. เพื่อให้ตระหนักถึงปัญหา สำคัญในความรับผิดชอบที่ตนเองมีต่อสวัสดิภาพและสุขภาพของส่วนรวม ตลอดจนสามารถช่วยส่งเสริมการสาธารณสุขได้

พ 401 สุขศึกษา

1 คาบ/สัปดาห์/ภาค

0.5 หน่วยการเรียนรู้

### จุดประสงค์

1. สามารถปฐมพยาบาลผู้ถูกสารเคมี ก๊าซพิษ ผู้กัมมันตภาพรังสี ตลอดจนการห้ามเลือด และการใช้ผ้าพันแผลได้
2. สามารถป้องกันตนเองและผู้อื่นมิให้เป็นโรคติดต่อได้
3. เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจและอารมณ์ กับพฤติกรรมทางด้านสังคม เข้าใจวิธีการแก้ปัญหาข้อขัดแย้งทางอารมณ์ที่มีประสิทธิภาพ และสามารถนำความรู้ด้านจิตวิทยา มาช่วยสร้างเสริมสัมพันธภาพอันดีกับเพื่อน ๆ ของตนเองได้
4. สามารถปฏิบัติตนในการรักษาสิ่งแวดล้อมในชุมชนให้ถูกสุขลักษณะ การสุขาภิบาลอาหาร รู้ เข้าใจและปฏิบัติตามกฎหมายที่เกี่ยวข้อง

### คำอธิบายรายวิชา

การปฐมพยาบาลผู้ถูกสารเคมี ก๊าซพิษ ผู้กัมมันตภาพรังสี วิธีห้ามเลือดโดยวิธีกดตามจุดต่าง ๆ การใช้ผ้าพันแผลที่ข้อมือ ข้อเท้า และศีรษะ

ปัญหา สาเหตุ อาการ การแพร่ ผลที่มีต่อสุขภาพ และการป้องกันโรคเรื้อรัง โรคโปลิโอ โรคพยาธิใบไม้ในตับและในปอด โรคปอดอักเสบ

การรักษาสิ่งแวดล้อมในชุมชนให้ถูกสุขลักษณะ ความสำคัญและวิธีการจัดการสุขาภิบาลอาหาร กฎหมายที่เกี่ยวข้อง

ความสัมพันธ์ระหว่างการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์กับพฤติกรรมทางสังคมของเด็กวัยรุ่น การแก้ปัญหาข้อขัดแย้งทางอารมณ์โดยใช้กลไกป้องกันตนเองบางอย่าง การใช้จิตวิทยาในชีวิตประจำวันเพื่อเสริมสร้างสัมพันธภาพอันดีในหมู่เพื่อนฝูง

**จุดประสงค์**

1. สามารถป้องกันตนเองให้พ้นจากการเป็นโรคไม่ติดต่อได้
2. เข้าใจเรื่องความเจริญเติบโตและพัฒนาการทางเพศ ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เข้าใจปัญหาทางเพศบางอย่างที่เกิดขึ้นกับเด็กวัยรุ่น และสามารถแก้ปัญหาเหล่านั้นได้
3. รู้จักโทษของสิ่งเสพติดบางอย่าง และสามารถใช้อัจฉริยะเลือกตัดสินใจด้วยตนเองได้ถูกต้องในการหลีกเลี่ยงการเสพสิ่งเสพติดเหล่านั้น
4. รู้จักแหล่งบริการสาธารณสุขต่าง ๆ และสามารถเลือกใช้แหล่งบริการเหล่านั้น ตลอดจนบุคลากรทางการแพทย์ และสาธารณสุขได้อย่างเหมาะสม

**คำอธิบายรายวิชา**

ปัญหา สาเหตุ อาการ ผลที่มีต่อสุขภาพ การป้องกันและรักษาโรคแพ้ชนิดต่าง ๆ และโรคนี้

ความเจริญเติบโตและพัฒนาการทางเพศในด้านร่างกายและจิตใจ ต่อมที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางเพศ สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ การควบคุมอารมณ์ทางเพศ ปัญหาและวิธีแก้ปัญหาวางเพศบางอย่างที่อาจเกิดขึ้นกับเด็กวัยรุ่น การปฏิสนธิและความเจริญเติบโตของทารกในครรภ์

โทษของการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา การใช้ยาบำรุงกำลังที่มีผลต่อสุขภาพ สาเหตุที่เสพติดและวิธีหลีกเลี่ยงการเสพสิ่งเหล่านี้อย่างมีเหตุผล

แหล่งบริการสาธารณสุขต่าง ๆ ทั้งในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค การเลือกใช้แหล่งบริการ ตลอดจนบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขได้อย่างเหมาะสม

**จุดประสงค์**

1. สามารถสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย และเลือกกิจกรรมนันทนาการได้อย่างเหมาะสม
2. สามารถป้องกันตนเองให้พ้นจากการเป็นโรคไม่ติดต่อที่สำคัญได้

3. สามารถสังเกตอาการผิดปกติของร่างกาย ปฐมพยาบาลผู้ที่กระตุกเคลื่อน ใช้ผ้าสามเหลี่ยมและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยได้อย่างปลอดภัย
4. สามารถป้องกันอัคคีภัยและอันตรายจากการใช้รถจักรยานยนต์ ตลอดทั้งเข้าใจหลักและข้อควรปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพและสวัสดิภาพในการประกอบอาชีพ
5. สามารถเลือกใช้ผลิตภัณฑ์และบริการสุขภาพได้ถูกต้อง ตลอดจนสามารถใช้เหตุผลทางวิทยาศาสตร์วิเคราะห์ความเชื่อผิด ๆ ทางด้านสุขภาพและสวัสดิภาพได้

### คำอธิบายรายวิชา

ประโยชน์และหลักการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย ลักษณะและประเภทของกิจกรรมนันทนาการ การเลือกกิจกรรมนันทนาการ

ปัญหา สาเหตุ อาการ ผลที่มีต่อสุขภาพ การป้องกันและการรักษาโรคความดันโลหิตสูง และความดันโลหิตต่ำ โรคหัวใจ โรคมะเร็ง

การสังเกตอาการผิดปกติของร่างกาย การปฐมพยาบาลผู้ที่กระตุกเคลื่อนที่ข้อศอกไหล่ และเข่า รวมทั้งการใช้ผ้าสามเหลี่ยมให้ชานาญ การเคลื่อนย้ายคนไข้โดยวิธีสามคนหาม และวิธีใช้เปลที่ทำด้วยผ้า

สาเหตุและการป้องกันอัคคีภัย ความปลอดภัยในการใช้จักรยานยนต์ และการปฏิบัติตามกฎจราจรที่เกี่ยวข้อง หลักและข้อควรปฏิบัติที่เกี่ยวกับสุขภาพและสวัสดิภาพในการประกอบอาชีพ ความรู้เกี่ยวกับกฎหมายแรงงานในส่วนที่เกี่ยวกับการคุ้มครองความปลอดภัยของแรงงาน

ความสำคัญของการเลือกตั้งใช้ผลิตภัณฑ์และบริการสุขภาพ อาหารปนปลอมและแปลง การใช้เหตุผลทางวิทยาศาสตร์วิเคราะห์ความเชื่อที่ผิดทางด้านสุขภาพและสวัสดิภาพ

พ 504 สุขศึกษา

1 คาบ/สัปดาห์/ภาค

0.5 หน่วยการเรียนรู้

### จุดประสงค์

1. สามารถป้องกันตนเองและผู้อื่นให้พ้นจากการเป็นโรคติดต่อได้
2. รู้และเข้าใจสภาพผิดปกติบางอย่างทางด้านจิตใจและอารมณ์ ตลอดจนสามารถป้องกันแก้ไขสภาพผิดปกติเหล่านี้ และสามารถนำหลักธรรมของศาสนามาใช้ส่งเสริมสุขภาพจิตได้

3. รู้ลักษณะและโทษของสิ่งเสพติดให้โทษที่ร้ายแรงบางชนิด รู้สาเหตุของการติดสิ่งเสพติดให้โทษ และเข้าใจปัญหาในการปราบปรามและรักษา
4. ตระหนักและเข้าใจปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างการจัดสุขภาพสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพของส่วนรวม ตลอดจนให้ความร่วมมือในการแก้ปัญหาเหล่านี้

### คำอธิบายรายวิชา

ปัญหา สาเหตุ อาการ การแพร่ ผลที่มีต่อสุขภาพ และการป้องกันการติดต่อของโรค พยาธิตัวจี๊ด โรคเท้าช้าง กามโรค ปัญหาและวิธีป้องกันโรคติดต่อในชุมชน

สภาพผิดปกติทางด้านจิตใจและอารมณ์ การป้องกันแก้ไขสภาพผิดปกติเหล่านั้นการรับบริการรักษาโรคทางด้านจิตใจและอารมณ์ บทบาทของศาสนาที่มีต่อสุขภาพจิต

ลักษณะและโทษของสิ่งเสพติดให้โทษร้ายแรง ได้แก่ ฝิ่น มอร์ฟิน เฮโรอีน กัญชา และอื่น ๆ สาเหตุของการติดสิ่งเสพติดเหล่านี้ ปัญหาในการปราบปรามและรักษาผู้เสพยาเสพติดให้โทษ

ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพของส่วนรวม อากาศ น้ำ ดิน ที่สกปรก ขยะมูลฝอย และสิ่งปฏิกูล เสี่ยงรำคาญ การจัดชุมชนให้ถูกสุขลักษณะ

พ 605 สุขศึกษา

1 คาบ/สัปดาห์/ภาค

0.5 หน่วยการเรียนรู้

### จุดประสงค์

1. เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างน้ำหนักของร่างกายกับสุขภาพ สามารถควบคุมน้ำหนักของร่างกายให้อยู่ในสภาพปกติ
2. รู้และเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างพันธุกรรมกับสุขภาพ
3. เข้าใจสาเหตุ ปัญหา และสามารถป้องกันอุบัติเหตุในการจราจรทั้งทางบกและทางน้ำได้ ตลอดจนสามารถปฏิบัติตนได้ถูกต้องเมื่อประสบอุบัติเหตุในการจราจร
4. รู้จักอันตรายในการใช้ยาทั่วไป สามารถใช้ยาได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย
5. สามารถปฐมพยาบาลในเรื่องการเข้าเฝือก การช่วยเหลือคนเป็นลม อัมพาต การนวดหัวใจและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยได้อย่างถูกต้อง
6. สามารถช่วยเหลือและพยาบาลเบื้องต้นแก่ผู้ป่วยภายในบ้านได้

7. สามารถป้องกันตนเองและผู้อื่นให้พ้นจากการเป็นโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อที่สำคัญบางชนิดได้
8. รู้จักอันตรายที่เกิดจากกัมมันตภาพรังสี และอาวุธนิวเคลียร์ ตลอดจนสามารถป้องกันตนเองให้พ้นจากอันตรายเหล่านั้นได้

### คำอธิบายรายวิชา

ความสัมพันธ์ระหว่างน้ำหนักของร่างกายกับสุขภาพ การควบคุมน้ำหนักของร่างกายให้อยู่ในสภาพปกติ

ความสัมพันธ์ระหว่างพันธุกรรมกับสุขภาพ โครโมโซม ยีน และดีเอ็นเอ โรคที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรม

สาเหตุ ปัญหา และการป้องกันอุบัติเหตุในการจราจรทั้งทางบก ทางน้ำ กฎจราจรที่ควรทราบ ข้อควรปฏิบัติตนเมื่อประสบอุบัติเหตุในการจราจร

หลักเบื้องต้นในการใช้ยาทั่วไป

หลักเบื้องต้นในการปฐมพยาบาลผู้ป่วยภายในบ้าน

การปฐมพยาบาลในเรื่องการเข้าเฝือก การช่วยเหลือคนเป็นลม อัมพาต การนวดหัวใจ การเคลื่อนย้ายคนไข้ที่กระดูกหักบริเวณคอและหลัง การเคลื่อนย้ายคนไข้แบบตำรวจดับเพลิง

ปัญหา สาเหตุ อาการ ผลที่มีต่อสุขภาพและการป้องกันโรคเบาหวาน โรคที่เกิดจากความเสื่อมโทรมของอวัยวะต่าง ๆ ปัญหาการป้องกันและควบคุมโรคติดต่อที่สำคัญ และการสร้างภูมิคุ้มกันโรค อันตรายที่เกิดจากกัมมันตภาพรังสีและอาวุธนิวเคลียร์ การป้องกันตนเองให้พ้นจากอันตรายเหล่านี้

พ 606 สุขศึกษา

1 คาบ/สัปดาห์/ภาค

0.5 หน่วยการเรียนรู้

### จุดประสงค์

1. สามารถส่งเสริมสุขภาพจิตของตนเองโดยใช้หลักการปรับตัว การสร้างมนุษยสัมพันธ์และรู้จักใช้แหล่งบริการสุขภาพจิตในชุมชนได้อย่างถูกต้อง
2. สามารถปรับตัวให้เข้ากับเพศตรงข้ามและวางตัวได้อย่างเหมาะสม เข้าใจการ



เลือกคู่ครอง การแต่งงาน ชีวิตสมรส และการวางแผนครอบครัวของตนเอง  
ในอนาคต

3. รู้ลักษณะและอันตรายของยาระงับประสาทและยากระตุ้นประสาท สามารถ  
หลีกเลี่ยงการใช้ยาเหล่านี้ได้ด้วยตนเอง
4. รู้และเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างการสูบบุหรี่และการดื่มสุรา กับโรคภัยไข้เจ็บ  
สามารถงดเว้นหรือหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่และการดื่มสุราได้
5. รู้และเข้าใจปัญหาประชากรที่มีผลต่อสุขภาพทั้งของตนเองและส่วนรวม ตลอดจน  
ตระหนักในความรับผิดชอบที่แต่ละคนพึงมีต่อสังคมในเรื่องนี้
6. รู้และเข้าใจวิวัฒนาการด้านสาธารณสุขของประเทศไทย ปัญหาและอุปสรรค  
ทางด้านสาธารณสุขทั้งภายในประเทศและระหว่างประเทศ บทบาทขององค์การ  
และสถาบันต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการสาธารณสุข

### คำอธิบายรายวิชา

รู้หลักการปรับตัว การสร้างมนุษยสัมพันธ์ การปรับปรุงส่งเสริมสุขภาพจิต  
การใช้จิตวิทยาในชีวิตประจำวัน แหล่งและการใช้บริการสุขภาพจิตในชุมชน

การปรับตัว การวางตัวต่อเพศตรงข้าม การเลือกคู่ครอง การแต่งกาย การปรับตัว  
ในชีวิตสมรส และการวางแผนครอบครัว

ลักษณะและอันตรายของยาระงับประสาท ยากระตุ้นประสาทและวิธีการหลีกเลี่ยง  
การใช้ยาเหล่านี้

ความสัมพันธ์ระหว่างการสูบบุหรี่และการดื่มสุรา กับโรคภัยไข้เจ็บ

ปัญหาและภาวะทางประชากร และผลสืบเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของประชากร  
ในส่วนที่เกี่ยวกับสาธารณสุข

วิวัฒนาการด้านสาธารณสุขของประเทศไทย ปัญหาและอุปสรรคทางการ  
สาธารณสุขทั้งภายในประเทศและระหว่างประเทศ บทบาทขององค์การ และสถาบันต่าง ๆ  
ที่เกี่ยวข้องกับสาธารณสุข

ที่มา ศึกษาธิการ, กระทรวง, *หลักสูตรมัธยมศึกษา* (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2524)

### ภาคผนวก ก. ตัวอย่างคู่มือการสอบวิชาสุขศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 (ม.1)

จุดประสงค์	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม	สื่อการเรียนรู้	การประเมินผล
<p>ให้นักเรียนมีความสามารถดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. บอกชื่ออาหารหลัก 5 หมู่ของไทยได้ครบทุกหมู่ พร้อมทั้งยกตัวอย่างได้ถูกต้อง</li> <li>2. ระบุประเภทและประโยชน์ของอาหารได้ถูกต้องเมื่อกำหนดชื่ออาหารให้</li> <li>3. อธิบายความแตกต่างระหว่างอาหารหลัก 5 หมู่ของไทยกับ</li> </ol>	<p>บทที่ 1</p> <p>โภชนาการลักษณะและประเภทของอาหาร</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ความสำคัญของโภชนาการที่มีต่อสุขภาพ</li> <li>2. อาหารหลัก 5 หมู่ของไทย</li> <li>(1) พวกเนื้อสัตว์ต่าง ๆ ไช้ ถั่ว นม</li> <li>(2) พวกข้าว น้ำตาล ผัก ผลไม้</li> <li>(3) พวกผักใบเขียว และพืชผักอื่น ๆ</li> <li>(4) พวกผลไม้ต่าง ๆ</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ครูอธิบายความแตกต่างระหว่างอาหารกับโภชนาการ พร้อมทั้งยกตัวอย่างให้นักเรียนเข้าใจ</li> <li>2. ให้นักเรียนช่วยกันบอกความสำคัญของโภชนาการที่ต่อสุขภาพของร่างกาย โดยทั่วไป แล้วครูช่วยสรุปให้</li> <li>3. ครูและนักเรียนสนทนากันถึงเรื่องลักษณะคุณค่า ราคา และความอุดมสมบูรณ์ของอาหารต่าง ๆ ที่มีมากในท้องถิ่น</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ภาพอาหารหลัก 5 หมู่ของไทยของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข</li> <li>2. ภาพหรือหุ่นจำลองหรืออาหารจริง ๆ อีกชุดหนึ่งสำหรับประกอบกิจกรรมในข้อ (5) และ (7)</li> <li>3. ตารางแสดงคุณค่าอาหารไทยของกรมพลศึกษา</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. สังเกตการบอกชื่ออาหารหลัก 5 หมู่ของไทย พร้อมทั้งยกตัวอย่างในชั้นสรุป</li> <li>2. พิจารณาจากรายงานเรื่องประโยชน์และรายชื่ออาหารของสารอาหารแต่ละชนิดที่นักเรียนรายงานต่อชั้นเรียน</li> <li>3. พิจารณาจากการช่วยกันบอกความแตกต่างระหว่าง</li> </ol>

จุดประสงค์	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม	สื่อการเรียนรู้	การประเมินผล
ประเภทของอาหาร 5 ชนิดได้ถูกต้อง	(5) พวกไขมันจาก สัตว์และพืช	4. ครูแสดงภาพอาหารหลัก 5 หมู่ของไทย ให้นักเรียนดู แล้วอธิบายถึงความจำ เป็นที่กระทรงรสชาตรสขได้แยก อาหารออกเป็น 5 หมู่ เพื่อให้เหมาะสม กับสภาพบ้านเมืองไทยและคนไทย	4. แผนภูมิแสดงประ- โยชน์ และรายชื่อ อาหารของแต่ละ ชนิด	อาหารหลักกับ ประเภทของอาหาร
4. นักเรียนประมาณ ร้อยละ 80 รับ- ประทานอาหาร ได้ครบทุกประเภท ในวันหนึ่ง ๆ	3. ประเภทของ อาหาร (1) โปรตีน (2) คาร์โบไฮ- เดรท (3) ไขมัน (4) วิตามิน (5) แกลีอแร	5. ครูนำภาพหรือหุ่นจำลอง หรือของ จริงอีกชุดหนึ่งมาให้นักเรียนช่วยกัน จัดอาหารเหล่านั้นออกเป็น 5 หมู่เช่น เดียวกัน		4. ตรวจจากบันทึก รายการอาหาร ที่นักเรียนเขียน ส่งครู
		6. ครูอธิบายว่า สารอาหาร และการแบ่ง ประเภทอาหารออกเป็น 5 ชนิด ตาม ลักษณะที่มีสารอาหารอยู่มาก		
		7. ครูนำภาพหรือหุ่นจำลองหรือของจริง ในข้อ (5) มาจัดแบ่งประเภทอาหาร ออกใหม่เป็น 5 ชนิดให้นักเรียนดู		
		8. ให้นักเรียนช่วยกันบอกความแตกต่าง		

จุดประสงค์	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม	สื่อการเรียนรู้	การประเมินผล
		<p>ระหว่างอาหารหลัก 5 หมู่ของไทยกับประเภทของอาหาร 5 ชนิด แล้วให้นักเรียนช่วยกันสรุป</p> <p>9. ครูนำนักเรียนสนทนากลุ่มถึงสาเหตุโดยทั่วไปของโรคขาดสารอาหาร แล้วให้นักเรียนเห็นถึงความจำเป็นว่าในวันหนึ่ง ๆ คนเราต้องกินอาหารให้ครบทุกประเภท</p> <p>10. ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 5 หมู่ ให้นักเรียนชื่ออาหารต่าง ๆ ที่มีสารอาหารแต่ละชนิดอยู่มาก พร้อมทั้งศึกษาประโยชน์ของสารอาหารตามหมู่ที่ตนรับผิดชอบแล้วนำมาเขียนเป็นแผนภูมิเพื่อรายงานต่อชั้นเรียน</p> <p>11. ให้นักเรียนจดบันทึกรายการอาหารที่นักเรียนกินเองภายใน 3 วัน แล้วส่งให้ครูตรวจ</p>		

## ภาคผนวก ง.

### หน่วยงานที่ส่งเสริมงานสุขศึกษาในโรงเรียน

#### 1. แหล่งวิทยาการและอุปกรณ์การสอนสุขศึกษา

ครูสุขศึกษาหรือนักสุขศึกษาสามารถจะใช้บริการ ขอความร่วมมือช่วยเหลือทางด้านอุปกรณ์การสอนและวิชาการสุขศึกษาได้จากหน่วยงานของรัฐบาลและเอกชนดังต่อไปนี้

1. กระทรวงสาธารณสุข วังเทเวศร์ กรุงเทพมหานคร โดยเฉพาะกองต่าง ๆ ของกรมอนามัยและกรมการแพทย์
2. กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ เชียงสะพานกษัตริย์ศึกศึกษา ยศเส
3. โรงพยาบาลและศูนย์บริการการแพทย์และสาธารณสุข ทั้งในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค
4. ศูนย์วัสดุการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ
5. สำนักงานป้องกันและปราบปรามยาเสพติดให้โทษ ศาลาสันติธรรม
6. สถานเสาวภา สภากาชาดไทย โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
7. สำนักข่าวสารอเมริกัน ถนนสาทรใต้
8. สมาคมสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย ดิถวิทย์ศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ
9. สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร
10. คณะกรรมการอำนวยการป้องกันและปราบปรามการใช้จ่ายยาเสพติดให้โทษในสถานศึกษางานยาเสพติดให้โทษ กรมพลศึกษา
11. ศูนย์สุขวิทยาจิต เลขที่ 75/1 ถนนพระราม 6 กรุงเทพมหานคร
12. องค์การเภสัชกรรม กระทรวงสาธารณสุข ถนนพระราม 6 กรุงเทพมหานคร
13. สมาคมปราบวัณโรคแห่งประเทศไทย ถนนพหลโยธิน กรุงเทพมหานคร
14. กองตำรวจดับเพลิง กรมตำรวจ
15. กองบัญชาการตำรวจนครบาล กรมตำรวจ
16. กองบังคับการจราจร
17. สมาคมผู้บริโภคแห่งประเทศไทย
18. คณะกรรมการสิ่งแวดล้อมแห่งชาติ ถนนพหลโยธิน
19. สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ซอยสมประสงค์ 3 กรุงเทพมหานคร
20. สำนักงานบริการวางแผนครอบครัวชุมชน เลขที่ 8 สุขุมวิท 12 กรุงเทพมหานคร

21. สำนักงาน UNESCO 920 สุขุมวิท P.O. BOX 1425 กรุงเทพมหานคร
22. สำนักงานสถิติแห่งชาติ
23. สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจแห่งชาติ
24. สถาบันมะเร็งแห่งชาติ ถนนพระราม 6 กรุงเทพมหานคร
25. สมาคมต่อต้านโรคมะเร็งแห่งประเทศไทย ถนนพิษณุโลก
26. สถาบันโรคผิวหนัง กระทรวงสาธารณสุข ถนนราชวิถี
27. สมาคมพยาบาลแห่งประเทศไทย ศาลาแดง กรุงเทพมหานคร
28. มหาวิทยาลัยต่าง ๆ ของทบวงมหาวิทยาลัย เช่น มหาวิทยาลัยมหิดล จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นต้น ซึ่งมีคณะวิชาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ
29. สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล 420/1 ถนนราชวิถี พญาไท
30. สถาบันวิจัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
31. เทศบาลในอำเภอต่าง ๆ
32. องค์กร และบริษัทเอกชนต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพอนามัย เช่น บริษัทผลิตนมต่าง ๆ เป็นต้น

## 2. หน้าที่ของหน่วยงาน กระทรวงสาธารณสุขที่เกี่ยวข้องกับงานสุขศึกษาในโรงเรียน

### สำนักงานงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข

#### 1. กองสุขศึกษา มีหน้าที่

- 1.1 ค้นคว้า วิจัยเกี่ยวกับความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมอนามัยของประชาชน ตลอดจนองค์ประกอบอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง
- 1.2 วางแผนงานสุขศึกษาให้สอดคล้องกับนโยบายและแผนงานสาธารณสุข
- 1.3 ดำเนินการเผยแพร่สุขศึกษาแก่นักเรียนและประชาชนและผลิตอุปกรณ์สุศึกษาที่จำเป็นแก่การปฏิบัติงาน
- 1.4 สนับสนุนทางวิชาการและอุปกรณ์แก่หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
- 1.5 ประสานงานกับหน่วยงานนอกกระทรวงสาธารณสุข ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับงานสุขศึกษา

#### 2. กองสาธารณสุขภูมิภาค มีหน้าที่

- 2.1 ส่งเสริม สนับสนุน การดำเนินงานของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ในด้าน

การวางแผนบริหารโดยร่วมมือกับส่วนราชการที่เกี่ยวข้อง

- 2.2 ดำเนินการกำหนดมาตรฐานในด้านการบริหาร เพื่อให้บริการสาธารณสุข  
ขั้นมูลฐานแก่ประชาชน
- 2.3 สนับสนุนจังหวัด ในด้านงบประมาณและอัตรากำลังของสำนักงานสาธารณสุข  
จังหวัด สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ และสถานีสานุศาสตร์ต่าง ๆ
- 2.4 ดำเนินการหรือสนับสนุนสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดในการก่อสร้างและ  
จัดซื้อครุภัณฑ์อุปกรณ์ทางการแพทย์

### กรมอนามัย

#### 3. กองอนามัยโรงเรียน มีหน้าที่

- 3.1 วางแผนงานและโครงการ เพื่อส่งเสริมการอนามัยของเด็กในวัยเรียน โดยร่วมมือ  
กับหน่วยราชการและองค์กรต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง
- 3.2 สนับสนุน ส่งเสริม และนิเทศการปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้องกับการอนามัย  
โรงเรียน
- 3.3 วิเคราะห์ วิจัย ประเมินผลงาน เพื่อให้เป็นไปตามแผนงานและโครงการ
- 3.4 ให้บริการอนามัยโรงเรียน เพื่อประโยชน์ในการฝึกอบรมและสาธิตการปฏิบัติงาน  
ของเจ้าหน้าที่
- 3.5 ให้การเผยแพร่ความรู้ที่เกี่ยวกับการอนามัยโรงเรียน

#### 4. กองสุขภาพตำบล มีหน้าที่

- 4.1 สนับสนุนการดำเนินงานสุขภาพตำบลขั้นมูลฐานของชุมชน โดยร่วมมือกับส่วน  
ราชการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง
- 4.2 ศึกษา ค้นคว้า วิจัย เกี่ยวกับปัญหาและวิธีการแก้ไข รวมทั้งการกำหนดมาตรฐาน  
งานสุขภาพตำบลขั้นมูลฐาน
- 4.3 รับผิดชอบในการวางแผนและดำเนินงานโครงการพิเศษที่เกี่ยวกับการสุขภาพตำบล  
เช่น โครงการสุขภาพตำบลอาหาร สุขภาพตำบลฉุกเฉิน ฯลฯ โดยร่วมมือกับส่วนราชการ  
อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง

- 4.4 ให้คำแนะนำปรึกษาทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกับการสุขาภิบาล รวมทั้งการปรับปรุงแก้ไขกฎหมายและข้อบังคับต่าง ๆ
- 4.5 ดำเนินการอบรม เผยแพร่กิจกรรมทางสุขาภิบาล เพื่อประโยชน์ในการยกระดับมาตรฐานการสาธารณสุขของชุมชน

#### 5. กองโภชนาการ มีหน้าที่

- 5.1 วางแผนงานและโครงการ เพื่อส่งเสริมปรับปรุงภาวะโภชนาการของประชาชน โดยร่วมมือกับหน่วยราชการและองค์กรต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง
- 5.2 สนับสนุนและส่งเสริมการปฏิบัติงานที่เกี่ยวกับโภชนาการของหน่วยราชการต่าง ๆ ตลอดจนช่วยเหลือการฝึกอบรมและนิเทศงานเพื่อให้เป็นไปตามแผนงานและโครงการที่กำหนดไว้
- 5.3 ศึกษา รวบรวมและวิจัยคุณประโยชน์ของอาหารต่าง ๆ ที่มีอยู่ในประเทศไทย เพื่อส่งเสริมและเผยแพร่ รวมทั้งกำหนดมาตรฐานทางโภชนาการ
- 5.4 ส่งเสริมและเผยแพร่ความรู้ทั้งในด้านวิชาการและการปฏิบัติให้แก่ประชาชนและสถาบันต่าง ๆ
- 5.5 ควบคุม ป้องกันและบำบัดโรคขาดอาหารที่สำคัญด้วยการจัดโครงการเฉพาะต่าง ๆ

#### 6. กองทันตสาธารณสุข มีหน้าที่

- 6.1 วางแผนงานและโครงการ เพื่อส่งเสริมสุขภาพของช่องปากและฟัน โดยร่วมมือกับหน่วยราชการและองค์กรต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง
- 6.2 สนับสนุน ส่งเสริมและนิเทศการปฏิบัติงานที่เกี่ยวกับสุขภาพอนามัยของช่องปากและฟัน
- 6.3 วิเคราะห์ วิจัยและประเมินผล เพื่อให้เป็นไปตามแผนงานและโครงการ
- 6.4 ให้บริการด้านทันตสาธารณสุข เพื่อการค้นคว้า วิจัย และฝึกอบรมเจ้าหน้าที่
- 6.5 ให้การเผยแพร่ความรู้แก่ประชาชน

นอกจากนี้ยังมีกองอาชีวอนามัย กองอนามัยสิ่งแวดล้อม และกองประชาชนบท



## กรมควบคุมโรคติดต่อ

### 7. กองโรคติดต่อทั่วไป มีหน้าที่

- 7.1 วางแผนงานและโครงการ เพื่อควบคุมโรคติดต่อทั่วไป โดยร่วมมือกับส่วนราชการที่เกี่ยวข้อง
- 7.2 สนับสนุน ส่งเสริมและนิเทศการปฏิบัติงานควบคุมโรคติดต่อทั่วไปในส่วนราชการภูมิภาค
- 7.3 วิเคราะห์ วิจัย และประเมินผลการปฏิบัติงาน เพื่อให้เป็นไปตามแผนงานและโครงการ
- 7.4 ให้บริการตามโครงการชำนาญพิเศษของกองโรคติดต่อทั่วไป
- 7.5 เผยแพร่ความรู้แก่ประชาชน

นอกจากนี้ก็มี กองมาลาเรีย กองกามโรค กองวัณโรค กองโรคเท้าช้าง และกองโรคเรื้อน ซึ่งอาจสนับสนุนทางด้านวิชาการแก่งานสุขศึกษาในโรงเรียนได้

## กรมการแพทย์

### 8. กองสุขภาพจิต มีหน้าที่

- 8.1 วางแผนงานและโครงการฝ่ายจิต ประสาท เพื่อป้องกัน บำบัด รักษาฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยด้วยกลุ่มโรคนี้
- 8.2 สนับสนุน ส่งเสริมและนิเทศการปฏิบัติงานที่เกี่ยวกับฝ่ายจิตประสาททั่วประเทศ
- 8.3 วิเคราะห์ วิจัยและประเมินผลงาน เพื่อให้เป็นไปตามแผนงานและโครงการ
- 8.4 ให้บริการเกี่ยวกับโรคจิต ประสาท เพื่อค้นคว้า วิจัย ฝึกอบรม และผลิตบุคลากรที่เกี่ยวข้อง
- 8.5 ให้การเผยแพร่ความรู้แก่ประชาชน
- 8.6 รักษาการให้เป็นไปตามพระราชบัญญัติและกฎหมายที่เกี่ยวข้อง

ที่มา ประภาเพ็ญ สุวรรณ, การสอนสุขศึกษา ทฤษฎี และการประยุกต์ (กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2523)

## ภาคผนวก จ.

### แบบสอบถามการบริหารงานสุขศึกษาในโรงเรียน

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบ

โปรดเขียนเครื่องหมาย × ลงใน ... หรือเติมข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริง

- ตำแหน่งหน้าที่ ปัจจุบันท่านปฏิบัติหน้าที่ในตำแหน่ง  
... ผู้บริหารโรงเรียน ... ผู้ช่วยผู้บริหาร  
... หัวหน้าหมวดวิชาพลานามัย
- ประสบการณ์ในการทำงาน ท่านปฏิบัติหน้าที่เฉพาะในสายงานบริหารมาแล้ว  
... ไม่เกิน 5 ปี ... เกิน 5 ปีขึ้นไป
- ท่านเคยเข้ารับการอบรมสัมมนาการบริหารงานด้านสุขภาพในโรงเรียนโครงการศึกษา  
สายการศึกษา) ซึ่งจัดโดยกรมสามัญศึกษาหรือกรมสามัญศึกษาร่วมกับหน่วยงานอื่น  
หรือไม่  
... เคย (ถ้าเคย ท่านเข้ารับการอบรมในปี พ.ศ. ....)  
... ไม่เคย
- จำนวนนักเรียน โรงเรียนของท่านมีนักเรียนทั้งหมด ..... คน  
แยกเป็น นักเรียนชาย ..... คน  
นักเรียนหญิง ..... คน

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับสภาพการจัดดำเนินงานด้านสุขภาพในโรงเรียน ตามที่เป็นอยู่

โปรดอ่านและพิจารณาข้อความต่อไปนี้ให้ละเอียด แล้วเขียนเครื่องหมาย × ลงใน ...  
หน้าข้อความที่ตรงกับสภาพความเป็นจริงในโรงเรียนของท่าน ในข้อหนึ่ง ๆ ท่านอาจตอบได้  
มากกว่าหนึ่งคำตอบ

#### การจัดสิ่งแวดล้อม

- ลักษณะสถานที่ตั้งโรงเรียน  
... เป็นที่ลุ่ม น้ำท่วม น้ำขังตามฤดูกาล  
... เป็นที่ดิน น้ำท่วมไม่ถึง  
... อื่น ๆ (ระบุ) .....
- เนื้อที่บริเวณโรงเรียน  
... กว้างขวางเพียงพอแล้ว

- ... แคบ แต่สามารถขยายออกไปได้
- ... แคบ ไม่สามารถขยายได้อีก
3. สิ่งแวดล้อมที่เป็นเหตุก่อให้เกิดความชำนาญ ... มี ... ไม่มี  
ถ้ามีได้แก่
- ... กลิ่นเหม็น ... เสียงรบกวน
- ... ฝุ่นมาก ... ได้รับความสะอาด
- ... อื่น ๆ (ระบุ) .....
4. รั้วโรงเรียน ... มี ... ไม่มี  
ถ้ามีทำด้วย
- ... ไม้ ... ลวดหนาม
- ... อิฐหรือซีเมนต์ ... อื่น ๆ (ระบุ) .....
5. อาคารเรียน
- ... มีเฉพาะอาคารถาวร ... มีเฉพาะอาคารชั่วคราว
- ... มีทั้งอาคารถาวรและอาคารชั่วคราว
- จำนวน อาคารถาวร ..... หลัง
- อาคารชั่วคราว.....หลัง
6. จำนวนนักเรียนในห้องเรียนที่มากที่สุดประมาณ
- ... 35-40 คน ... 41-45 คน
- ... 46-50 คน
7. การระบายถ่ายเทอากาศในห้องเรียนโดยทั่วไป
- ... อากาศถ่ายเทได้ดี ... อากาศไม่ค่อยถ่ายเท
8. แสงสว่างในห้องเรียนโดยทั่วไป
- ... มากเกินไป ... เหมาะสมกับการจัดการเรียนการสอน
- ... น้อยเกินไป
9. สีของกระดานดำที่ใช้
- ... สีดำ ... สีเขียวใบไม้
- ... สีอื่น ๆ (ระบุ) .....
10. ขนาดของโรงอาหาร
- ... กว้างพอสำหรับนักเรียนทั้งหมดรับประทานอาหารคราวเดียวกัน

- ... แคบ แต่จัดให้นักเรียนรับประทานอาหาร 2 ผลัด  
 ... ไม่มีโรงอาหารเฉพาะ และใช้ที่อื่นแทน (ระบุ) .....
11. ห้องส้วมสำหรับนักเรียน  
 ... อยู่ภายในอาคารเรียน  
 ... เป็นอาคารต่างหากอยู่ติดกับอาคารเรียน  
 ... อื่น ๆ (ระบุ) .....
- จำนวน มีส้วมชาย ..... ที่ มีส้วมหญิง ..... ที่
12. ที่บัสสาวะนักเรียนชาย  
 ... อยู่ร่วมกับห้องส้วม ..... แยกอยู่ต่างหาก  
 จำนวน มีที่บัสสาวะนักเรียน ..... ที่
13. ห้องพยาบาล เวชภัณฑ์และอุปกรณ์ที่จำเป็น  
 ... มีห้องพยาบาล เวชภัณฑ์และอุปกรณ์ที่จำเป็นครบ  
 ... มีห้องพยาบาล แต่เวชภัณฑ์และอุปกรณ์ที่จำเป็นไม่ครบ  
 ... มีมุมพยาบาล ใช้อาสาสมัครประจำบ้าน  
 ... อื่น ๆ (ระบุ) .....
14. การจัดน้ำดื่มสำหรับนักเรียน
- ก. ชนิดของน้ำ  
 ... น้ำฝน ..... น้ำประปา  
 ... น้ำบาดาล ..... อื่น ๆ (ระบุ) .....
- ข. ลักษณะการจัด  
 ... ใส่ถังไว้ให้แล้วใช้ภาชนะตักดื่ม ..... ใส่ถังมีก๊อกเปิด  
 ... เป็นก๊อกที่ต่อมาจากท่อน้ำ ..... น้ำพุ  
 ... อื่น ๆ (ระบุ) .....
15. สนามกีฬาโรงเรียน
- ก. ชนิดที่มี  
 ... มีเฉพาะสนามหญ้า ..... มีทั้งสนามหญ้าและสนามพื้นซีเมนต์  
 ... มีสนามชนิดอื่น (ระบุ) .....
- ข. ขนาด  
 ... เพียงพอที่จะใช้ ..... ยังไม่เพียงพอที่จะใช้

16. การระบายน้ำในโรงเรียน
- ... มีท่อระบายน้ำในโรงเรียนและต่อถึงท่อสาธารณะ
  - ... มีร่องระบายน้ำไว้รอบ ๆ อาคารเรียน
  - ... ไม่มีท่อระบายน้ำหรือร่องระบายน้ำ
  - ... อื่น ๆ (ระบุ) .....
17. การกำจัดขยะของโรงเรียน
- ... ใช้เตาเผา
  - ... มีรถมาขนไปทิ้งที่อื่น
  - ... ชุบน้ำปูนล้าง
  - ... อื่น ๆ (ระบุ) .....
18. ไม้ยืนต้น ไม้ร่มเงา
- ... มีมาก
  - ... มีน้อย
  - ... มีพอสมควร
  - ... ไม่มี
19. มาตรการดูแลความปลอดภัยแก่นักเรียน
- ... มีครูเวรคอยควบคุมดูแล
  - ... มีสารวัตรนักเรียน
  - ... อื่น ๆ (ระบุ) .....
  - ... มียามรักษาการณ์ตลอดวัน
  - ... มีคณะกรรมการดูแลปลอดภัย

#### การจัดบริการทางสุขภาพ

20. การตรวจสุขภาพของนักเรียนโดยแพทย์หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข
- ... ตรวจเมื่อเริ่มเข้าโรงเรียน
  - ... ตรวจมากกว่าปีละหนึ่งครั้ง
  - ... ตรวจปีละครั้ง
  - ... ไม่เคยได้รับการตรวจ
21. การตรวจสุขภาพของนักเรียนในตอนเช้าโดยครูอาจารย์
- ... ตรวจทุกวัน
  - ... นาน ๆ ตรวจครั้ง
  - ... ตรวจสัปดาห์ละครั้ง
  - ... ไม่มีการตรวจ
22. ความสนใจของครูอาจารย์ในการตรวจสุขภาพนักเรียน
- ... สนใจมาก
  - ... ยังให้ความสนใจน้อย
  - ... สนใจพอสมควร
23. ความรู้ด้านการปฐมพยาบาลของครูอาจารย์โดยทั่วไป
- ... ดีมาก
  - ... พอใช้
  - ... ดี
  - ... ยังต้องปรับปรุง

24. การบริการตรวจสอบสุขภาพแก่ครูอาจารย์และบุคลากรอื่นในโรงเรียน
- ... ตรวจสอบปีละครั้ง
  - ... ตรวจสอบพร้อมๆกับตอนให้บริการนักเรียน
  - ... ตรวจสอบเป็นครั้งคราวเมื่อเกิดปัญหา
  - ... ไม่มีการตรวจ
25. การตรวจวัดสายตาและทดสอบการได้ยินของนักเรียน โดยครูอาจารย์หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข
- ... ภาคเรียนละครั้ง
  - ... ปีละครั้ง
  - ... ไม่เคยจัดตรวจวัดสายตา
  - ... ไม่เคยจัดทดสอบการได้ยิน
26. การชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงของนักเรียนโดยครูอาจารย์
- ... ภาคเรียนละครั้ง
  - ... ปีละครั้ง
  - ... ไม่เคยทำเลย
27. การมีบัตรสุขภาพประจำตัวนักเรียน
- ... มีครบทุกคน
  - ... มีบ้างเป็นบางตอน
  - ... ไม่มีบัตรสุขภาพเลย
28. การบริการรักษาพยาบาลในโรงเรียน
- ... ขาดเวชภัณฑ์และอุปกรณ์ที่จำเป็น
  - ... ขาดบุคลากรที่มีความรู้ด้านนี้
  - ... มีความพร้อมในการให้บริการ
29. การจัดบริการอาหารกลางวัน
- ... โรงเรียนดำเนินการเองโดยครูอาจารย์และนักเรียน
  - ... ให้บุคคลภายนอกมาจำหน่ายโดยความควบคุมของโรงเรียน
  - ... โรงเรียนจำหน่ายเองและบุคคลภายนอกจำหน่ายด้วย
  - ... อื่น ๆ (ระบุ) .....
30. บริการสันทนาการเพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของบุคลากรในโรงเรียน
- ... จัดทัศนศึกษาร่วมกัน
  - ... จัดให้มีการเล่นและแข่งขันกีฬา
  - ... จัดงานรื่นเริงพบปะสังสรรค์
  - ... อื่น ๆ (ระบุ) .....
31. บริการแนะแนวสุขภาพนักเรียน
- ... มี
  - ... ไม่มี
  - ถ้ามีจัดทำโดย
  - ... ครูอาจารย์ประจำชั้น
  - ... ครูอาจารย์ผู้สอนสุขศึกษา
  - ... ครูแนะแนว
  - ... เจ้าหน้าที่สาธารณสุข



40. เจตคติของครูอาจารย์ผู้สอนสุขศึกษาต่อการสอน ส่วนมาก  
 ... เป็นไปในทางบวก  
 ... เป็นไปในทางลบ  
 ... ไม่ทราบเจตคติ
41. กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียน  
 ... เป็นโครงการในแผนปฏิบัติงานของโรงเรียน  
 ... เป็นกิจกรรมอิสระของครูอาจารย์แต่ละชั้น  
 ... อื่น ๆ (ระบุ) .....
42. ความช่วยเหลือ สนับสนุนการสอนสุขศึกษาจากศึกษานิเทศก์  
 ... ได้รับการนิเทศเกินกว่าปีละ 2 ครั้ง  
 ... ได้รับการนิเทศไม่เกินปีละ 2 ครั้ง  
 ... ไม่เคยได้รับการนิเทศ

**ตอนที่ 3 แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการบริหารงานด้านสุขภาพในโรงเรียน**

โปรดอ่านและพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วเขียนเครื่องหมาย x เพียงข้อละหนึ่งเครื่องหมายลงในช่องคำตอบข้างล่างให้ตรงตามระดับความคิดเห็นของท่าน

**การบริหารงานด้านการจัดสิ่งแวดล้อม**

1. การจัดโรงเรียนให้ถูกสุขลักษณะ ควรมีผู้รับผิดชอบดำเนินงานในรูปคณะกรรมการ  
 ....  
 เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
2. สถานที่ตั้งโรงเรียนมีผลโดยตรงต่อการจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนให้ถูกสุขลักษณะ  
 ....  
 เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
3. นักเรียนควรมีบทบาทและความรับผิดชอบในการรักษาความสะอาดภายในโรงเรียนมากกว่าบุคลากรอื่น ๆ  
 ....  
 เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง



4. ครูอาจารย์และคณาธิการโรงเรียนมีส่วนช่วยในการจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนให้ถูกสุขลักษณะ  
ได้มาก เมื่อทุกคนเข้าใจวิธีปฏิบัติ

....                      ....                      ....                      ....                      ....

เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

5. การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ควรเน้นเรื่องความสะดวกทั้งน้ำดื่ม ห้องส้วม และบริเวณ  
โรงเรียน

....                      ....                      ....                      ....                      ....

เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

6. รั้วโรงเรียนมัธยมศึกษามีความจำเป็นน้อย เพราะนักเรียนระมัดระวังควบคุมตนเองได้ดี  
อยู่แล้ว

....                      ....                      ....                      ....                      ....

เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

7. โรงเรียนมัธยมศึกษาควรมีห้องพยาบาลเป็นเอกเทศ

....                      ....                      ....                      ....                      ....

เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

8. โรงอาหารของโรงเรียนควรมีลวดตาข่ายเพื่อป้องกันสัตว์ที่เป็นพาหนะนำโรค

....                      ....                      ....                      ....                      ....

เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

9. บริเวณโรงเรียนที่มีต้นไม้ ไม้ร่มเงามาก ทำให้ยากในการดูแลรักษาความสะดวก

....                      ....                      ....                      ....                      ....

เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

10. อาคารสถานที่และบริเวณโรงเรียน มีส่วนก่อให้เกิดอุบัติเหตุแก่นักเรียนได้

....                      ....                      ....                      ....                      ....

เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

11. โรงเรียนควรคำนึงถึงเรื่องสวัสดิภาพในการเดินทางมาโรงเรียนและกลับบ้านของนักเรียน

....                      ....                      ....                      ....                      ....

เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ปัญหาอุปสรรค และข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับการบริหารงานด้านการจัดสิ่งแวดล้อม

1. ....

- .....
2. ....
- .....
3. ....
- .....
4. ....
- .....
5. ....
- .....

### การบริหารงานด้านการจัดบริการสุขภาพ

1. จัดให้มีการวางแผนร่วมกันระหว่างโรงเรียนกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในการให้บริการสุขภาพแก่นักเรียน
- .....
- เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
2. เมื่อมาเข้าโรงเรียนใหม่หรือออกจากโรงเรียนไป    นักเรียนควรมีบัตรสุขภาพควบคู่กับใบแสดงผลการเรียนเสมอ
- .....
- เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
3. โรงเรียนที่มีแพทย์หรือพยาบาลคอยให้บริการประจำโรงเรียน    แสดงว่าการดำเนินด้านสุขภาพในโรงเรียนนั้นดีแล้ว
- .....
- เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
4. การจัดบริการอาหารกลางวันแก่นักเรียนถือเป็นนโยบายที่สำคัญในการให้บริการสุขภาพ
- .....
- เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
5. ให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการวางแผนและดำเนินการจัดอาหารกลางวันของโรงเรียน
- .....
- เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

6. บริการแนะแนวสุขภาพแก่นักเรียนเป็นงานร่วมกันของโรงเรียนและผู้ปกครองนักเรียน

.....  
เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

7. โรงเรียนควรจัดให้โครงการให้บริการความรู้ด้านสุขภาพแก่ชุมชนด้วย

.....  
เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

8. กิจกรรมนันทนาการส่งเสริมทั้งสุขภาพทางกายและสุขภาพจิต

.....  
เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

9. โรงเรียนควรจัดประกันสุขภาพนักเรียนและบุคลากรอื่นในโรงเรียนไว้กับสถานพยาบาล

.....  
เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ปัญหาอุปสรรค และข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับการบริหารงานด้านการจัดบริการ

สุขภาพ

1. ....  
.....
2. ....  
.....
3. ....  
.....
4. ....  
.....
5. ....  
.....

**การบริหารงานด้านการจัดการเรียนการสอนสุขภาพศึกษา**

1. โรงเรียนควรปรับปรุงการเรียนการสอนสุขภาพศึกษาเพื่อให้สามารถแก้ปัญหาสุขภาพที่นักเรียนประสบอยู่

.....  
เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

2. ครูอาจารย์ผู้สอนสุขศึกษาจำเป็นอย่างไรที่จะต้องใช้อุปกรณ์การสอน
- ....                      ....                      ....                      ....                      ....
- เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
3. ความสำเร็จในการสอนสุขศึกษาทราบได้โดยการใช้ข้อสอบถามมาตรฐานวัด
- ....                      ....                      ....                      ....                      ....
- เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
4. การนิเทศการสอนสุขศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา ไม่มีความจำเป็น เพราะครูอาจารย์ผู้สอนมีคุณวุฒิสูงแล้ว
- ....                      ....                      ....                      ....                      ....
- เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
5. การสอนสุขศึกษาต้องเน้นทั้งเจตคติ ความรู้และการปฏิบัติควบคู่กันไป
- ....                      ....                      ....                      ....                      ....
- เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
6. โรงเรียนสามารถจัดประสบการณ์ด้านสุขภาพให้นักเรียนนอกเหนือจากการเรียนการสอนในชั้นเรียน
- ....                      ....                      ....                      ....                      ....
- เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
7. ครูอาจารย์ผู้สอนสุขศึกษาควรมีพฤติกรรมทางสุขภาพที่ดีเป็นตัวอย่างแก่นักเรียนได้
- ....                      ....                      ....                      ....                      ....
- เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
8. ก่อนที่จะให้การศึกษาด้านอื่น ๆ นั้น ควรให้เด็กมีสุขภาพดีเสียก่อน
- ....                      ....                      ....                      ....                      ....
- เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
9. การพิจารณาความดีความชอบของครูอาจารย์ผู้สอนสุขศึกษา ควรยึดพฤติกรรมทางสุขภาพของนักเรียนเป็นองค์ประกอบหนึ่งด้วย
- ....                      ....                      ....                      ....                      ....
- เห็นด้วยอย่างยิ่ง    เห็นด้วย    ไม่แน่ใจ    ไม่เห็นด้วย    ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ปัญหาอุปสรรค และข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับการบริหารงานด้านการจัดการเรียน  
การสอนสุขศึกษา

1. ....  
.....
2. ....  
.....
3. ....  
.....
4. ....  
.....
5. ....  
.....

ที่มา มานิต แก้วมทิษฐ์, การบริหารงานด้านสุขภาพในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา  
เขตการศึกษา 3 ปรินญานิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร, 2526.

ภาคผนวก ฉ.  
ตัวอย่างโครงการที่ส่งเสริมสุขภาพนักเรียน

---

---

ค่านิยมพื้นฐาน 5 ประการ

1. การฟังตนเอง ขยันหมั่นเพียร และมีความรับผิดชอบ
  2. ประหยัดและอดออม
  3. การมีระเบียบวินัย และ เคารพกฎหมาย
  4. การปฏิบัติตามคุณธรรมของศาสนา
  5. รักษาดี ศาสน์ กษัตริย์
- 
-

**โครงสร้างและแผนงาน**  
**การบริหารและพัฒนาการศึกษา กรมสามัญศึกษา**  
**ตามแผนพัฒนาการศึกษา ระยะที่ 6 (พ.ศ. 2530-2534)**



## นโยบายของกรมสามัญ

กรมสามัญศึกษา มีแผนนโยบายตามแผนพัฒนาการศึกษาครั้งที่ 6 (2530-2534) อยู่ 10 ด้าน สำหรับโรงเรียนมัธยมศึกษา และโรงเรียนการศึกษาพิเศษ และการศึกษาสงเคราะห์ในสังกัด นำไปใช้เป็นเส้นทางและแนวปฏิบัติในการดำเนินงาน ตามนโยบาย 10 ด้าน คือ

### 1. นโยบายด้านความเสมอภาคทางการศึกษา

เร่งรัดและรณรงค์เพื่อขยายโอกาสทางการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและการศึกษาพิเศษ ให้มีการศึกษาต่อมากขึ้น โดยเฉพาะในท้องที่ที่มีการศึกษาต่อต่ำ พร้อมทั้งยกระดับมาตรฐานคุณภาพการศึกษาในชนบทให้สูงขึ้น หักเทียมการศึกษาในเมือง

### 2. นโยบายด้านคุณภาพการศึกษา

พัฒนาและส่งเสริมสนับสนุนให้การเรียนของนักเรียนบรรลุผลตามจุดมุ่งหมายของหลักสูตร ให้มีความรู้ ความคิด ทักษะปฏิบัติ คุณธรรม น้ำใจ ค่านิยมที่ดีอย่างสมดุล สอดคล้องกัน เทียบพร้อมเพื่อการศึกษาต่อ การเข้าสู่ตลาดแรงงาน และการประกอบอาชีพอิสระ ทั้งในสายอาชีพของบิดามารดาหรืออาชีพอื่นที่สามารถดำเนินการได้ในท้องถิ่น

### 3. นโยบายด้านการส่งเสริมศีลธรรมคุณธรรมและค่านิยมที่ดีงาม

ส่งเสริมสนับสนุนการปลูกฝังและฝึกอบรมพัฒนาให้นักเรียนมี และประพฤติปฏิบัติ ตามศีลห้า ครรลองของศีลธรรม คุณธรรม และค่านิยมที่ดีงาม โดยมุ่งเน้นในเรื่องความกตัญญูกตเวที ความมีระเบียบวินัย ความสะอาด ความรับผิดชอบ ความซื่อสัตย์ ความอดทนขยันหมั่นเพียร การพึ่งตนเอง การทำงานเป็นหมู่คณะ การทำงานเพื่องาน การเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม การรู้จักยกย่องผู้กระทำความดี การประหยัดการใช้ชีวิตเรียบง่าย และการรู้จักประมาณ

### 4. นโยบายด้านส่งเสริมวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

ส่งเสริมสนับสนุนการเรียนการสอนและการสร้างประสบการณ์ให้กับนักเรียนด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีเป็นกรณีพิเศษ ให้เกิดความรู้ ความคิดริเริ่ม การประดิษฐ์สร้างสรรค์ ทักษะและน้ำใจในการการแก้ปัญหาและการทำงานด้วยขั้นตอน และวิธีการของกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ เพื่อให้มีผลงานทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตการอาชีพและการพัฒนาชุมชน



## 5. นโยบายด้านการศึกษาเพื่อพัฒนาเศรษฐกิจ

พัฒนาส่งเสริมและสนับสนุนการศึกษาวิชาอาชีพ เพื่อการมีงานทำโดยมุ่งเน้น การอาชีพในท้องถิ่นด้วยการส่งเสริมให้นักเรียนได้ศึกษา และฝึกปฏิบัติงานอาชีพของพ่อแม่ ผู้ปกครอง หรืออาชีพอื่นใดที่สามารถกระทำได้ตามสภาพทรัพยากรในท้องถิ่น เพื่อให้เกิดการ สืบต่อเนื่องการพัฒนาประสิทธิภาพให้สูงขึ้นและการนำทรัพยากรท้องถิ่นมาใช้ให้เป็นประโยชน์ ต่อการอาชีพ

## 6. นโยบายด้านการศึกษาเพื่อพัฒนาสังคมและชนบท

พัฒนาและส่งเสริมสนับสนุนให้นักเรียนได้เรียนรู้และรู้จักวิเคราะห์ปัญหา และแนวทางแก้ปัญหของสังคม สามารถปรับตัวและพัฒนาตนเองท่ามกลางสิ่งแวดล้อมที่ กำลังเปลี่ยนแปลงให้มีมาตรฐานคุณภาพชีวิตที่สูงขึ้น รู้จักประพฤติปฏิบัติตามหน้าที่และ สิทธิของพลเมืองดีของชาติ โดยเฉพาะเพื่อความมั่นคงของชาติและมีส่วนร่วมในการพัฒนา ครอบครัวและชุมชนมุ่งเน้นชุมชนในชนบท

## 7. นโยบายด้านการศึกษาเพื่อพัฒนาสุขภาพ

พัฒนาและส่งเสริมสนับสนุนให้นักเรียนมีมาตรฐานสุขภาพที่สูงขึ้นด้วยกระบวนการ การเรียนการสอน การจัดกิจกรรม การจัดบริการและการพัฒนาสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะในด้าน โภชนาการ การออกกำลังกาย การเล่นกีฬา การป้องกันโรคร้าย นันทนาการ และการส่งเสริม สุขภาพจิต

## 8. นโยบายด้านการอนุรักษ์ส่งเสริมเผยแพร่ ศาสนา ศิลปวัฒนธรรม

พัฒนาและส่งเสริมสนับสนุนให้นักเรียนได้มีการฝึกรอบรมในด้านศาสนา ศิลป- วัฒนธรรม มีความรู้ความเข้าใจ เข้าถึงสาระแก่นสารที่แท้จริง และประพฤติตนตามหลักธรรม ของศาสนาและครรลองของวัฒนธรรมอันดีงามของไทย รวมทั้งได้มีส่วนร่วมในการอนุรักษ์ ส่งเสริมเผยแพร่ศาสนา ศิลปวัฒนธรรม

## 9. นโยบายด้านการระดมสรรพกำลังเพื่อพัฒนาการศึกษา

เร่งรัดระดมสรรพกำลังและทรัพยากรทั้งหลายทั้งภาครัฐและเอกชนที่มีอยู่ใน ท้องถิ่นให้มีส่วนช่วยในการพัฒนาการศึกษาของนักเรียนตามกรอบนโยบายที่ได้กำหนดขึ้น

## 10. นโยบายด้านการพัฒนาระบบบริหารและสนับสนุน

เร่งรัดพัฒนาส่งเสริมงานของคณะกรรมการสามัญศึกษาจังหวัด พร้อมทั้งมอบ อำนาจการบริหารงานและการพัฒนาคุณภาพในการจัดการศึกษาไปสู่จังหวัด ให้เกิดการประสาน งานกันอย่างใกล้ชิด และใช้ทรัพยากรร่วมกันระหว่างสถานศึกษาภายในจังหวัด และอนุกรรมการ การศึกษา ศาสนา และศิลปวัฒนธรรม จังหวัด เพื่อให้การศึกษามีผลต่อการพัฒนาคุณภาพ

ชีวิต การพัฒนาการอาชีพ และการพัฒนาชุมชนของท้องถิ่นอย่างแท้จริง

นอกจากนโยบาย 10 ด้านดังกล่าวมาแล้ว กรมสามัญฯยังได้จัดทำมาตรการสำหรับนโยบายแต่ละด้าน รวมทั้งหมุดมี 117 ข้อ ประกาศให้โรงเรียนนำไปใช้เป็นแนวปฏิบัติเพื่อสนองนโยบายตามความเหมาะสม



## นโยบายของหมวดพลานามัย

แต่เดิมนั้นคนทั่วไปมักเข้าใจว่าวิชาพลานามัยเป็นวิชาที่ไม่มีความสำคัญต่อการเรียนของนักเรียน เพราะไม่ได้นำไปใช้ในการศึกษาต่อในระดับสูงขึ้นไป ให้ความสนใจต่อวิชานี้น้อย ซึ่งเป็นความเข้าใจผิดอย่างมาก ที่จริงแล้วพลานามัยมีความจำเป็นต่อนักเรียนและคนทั่วไปมาก ถ้าบุคคลใดสุขภาพพลานามัยไม่ดีมีโรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียนตลอดเวลา บุคคลเหล่านั้นก็จะไม่ประสบความสำเร็จในชีวิต ไม่ว่าจะเป็นด้านการศึกษา การประกอบอาชีพ หรือการดำรงชีวิตอย่างปกติสุข ดังนั้นหมวดพลานามัยจึงมุ่งทัศนคติใหม่ที่ต้องให้นักเรียนโดยนำเอาเทคนิคใหม่ ๆ มาใช้ในการเรียนการสอน รวมทั้งหาทางแก้ไขข้อบกพร่องเพื่อให้การเรียนการสอนดำเนินไปด้วยดี ในปีการศึกษานี้หมวดพลานามัยมีนโยบายเน้นในเรื่องต่าง ๆ ดังนี้

1. ส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจ ทักษะ และทัศนคติที่ดีที่ต้องต่อวิชาพลานามัย
2. ส่งเสริมให้นักเรียนทุกคนได้มีโอกาสออกกำลังกายเพื่อให้มีพลานามัยที่สุขสมบูรณ์ ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ
3. ส่งเสริมให้นักเรียนที่เป็นนักกีฬามีความสามารถพิเศษได้ใช้ความสามารถพิเศษนั้นให้เกิดประโยชน์อย่างเต็มที่
4. ส่งเสริมด้านคุณธรรม เป็นผู้มีระเบียบวินัย มีความสามัคคี รักหมู่คณะ เป็นพลเมืองที่ดีของประเทศชาติในระบอบประชาธิปไตย