



รายงานผลการดำเนินงาน

กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ

ฝ่ายปฐมวัย



ปีการศึกษา ๒๕๖๖
โรงเรียนมารีย์อนุสรณ์
อำเภอเมืองบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์

สำนักงานศึกษาธิการจังหวัดบุรีรัมย์
สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน กระทรวงศึกษาธิการ



facebook

โครงการ	ส่งเสริมสุขภาพ
แผนงาน	ฝ่ายกิจการงานนักเรียนระดับปฐมวัย
ตอบสนองแผนพัฒนาโรงเรียน	พันธกิจข้อที่ 1 ยุทธศาสตร์ข้อที่ 1-2
ผู้รับผิดชอบโครงการ	นางสาวอนงค์ ทะเรืองรัมย์
ลักษณะของโครงการ	โครงการต่อเนื่อง
ระยะเวลาดำเนินการ	ตลอดปีการศึกษา

1. หลักการและเหตุผล

เด็กปฐมวัย เป็นเด็กที่มีอายุตั้งแต่แรกเกิดจนกระทั่งอายุ 5 ปีเต็มหรือย่างเข้าสู่ปีที่ 6 เด็กในวัยนี้ต้องได้รับการพัฒนาให้ครบทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ร่างกาย อารมณ์จิตใจ สังคม และสติปัญญา ที่เหมาะสมกับวัยความสามารถ และความแตกต่างระหว่างบุคคล การใช้สื่อกลางในการจัดกิจกรรมให้กับเด็กเพื่อส่งเสริมพัฒนาการทุกด้านซึ่งจำเป็นต่อการพัฒนาเด็กให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์กีฬา ถือเป็นสื่อกลางที่สำคัญอย่างหนึ่งที่ประกอบด้วยองค์ความรู้ ทักษะการเคลื่อนไหวทักษะทางสังคมทักษะการคิดสอดคล้องกับลักษณะการเรียนรู้ของเด็กวัยนี้ คือ เด็กได้ลงมือกระทำเรียนรู้ผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้เคลื่อนไหวสำรวจเล่นสังเกตสืบค้นทดลองและคิดแก้ปัญหาด้วยตนเอง การออกกำลังกาย และการเล่นกีฬามีประโยชน์ในด้านต่างๆ คือ 1. ทางด้านร่างกาย อวัยวะในระบบต่างๆ ของร่างกายสามารถทำงานประสานกันได้ อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นผลให้ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง อดทน มีบุคลิกภาพที่ดี 2. ทางด้านจิตใจ การออกกำลังกายสม่ำเสมอนอกจากจะทำให้ร่างกายแข็งแรง สมบูรณ์แล้ว จิตใจร่าเริง แจ่มใส เบิกบาน ก็จะควบคู่กันมาเนื่องจากร่างกายปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ถ้าได้ออกกำลังกายร่วมกันหลาย ๆ คน เช่น การเล่นกีฬาเป็นทีม ทำให้เกิดความเอื้อเฟื้อมีเหตุผล อดกลั้น สุขุม รอบคอบและยุติธรรม 3. ทางด้านอารมณ์ มีอารมณ์เยือกเย็น ไม่หุนหันพลันแล่น ความเครียดจากการ ประกอบอาชีพน้อยลง เมื่อได้ออกกำลังกายสม่ำเสมอ 4. ทางด้านสติปัญญา การออกกำลังกายสม่ำเสมอทำให้ความคิดอ่านปลอดโปร่ง มีไหวพริบ มีความคิด สร้างสรรค์ การค้นคว้าวิธีเอาชนะคู่แข่งในวิถีของเกมส์การแข่งขัน ซึ่งบางครั้ง สามารถนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง 5. ทางด้านสังคม สามารถปรับตัวเข้ากับผู้ร่วมงานและผู้อื่น ได้ดีเพราะการเล่นกีฬา หรือการออกกำลังกายร่วมกันเป็นหมู่หลายๆ ทำให้เกิดความเข้าใจและเรียนรู้พฤติกรรม มีบุคลิกภาพที่ดี มีความเป็นผู้นำมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี และสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านบาโค ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของกิจกรรมดังกล่าวข้างต้น จึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายเด็กปฐมวัย เพื่อให้ผู้เรียนมีสุขนิสัยในการดูแลสุขภาพ และออกกำลังกายสม่ำเสมอ และมีน้ำหนัก ส่วนสูง และมีสมรรถภาพทางกายตามเกณฑ์

2. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กๆ ได้รู้จักวิธีการออกกำลังกายและรักการออกกำลังกายมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ฝึกพัฒนาการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ กล้ามเนื้อเล็ก มีสุขนิสัยในการดูแลสุขภาพและป้องกันตนเองไม่ให้เกิดอุบัติเหตุ
2. เพื่อให้เด็กๆ ได้รู้จักประโยชน์และโทษของการออกกำลังกาย กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมตามวัย
3. เพื่อให้เด็กๆ มีความสุขสนุกสนานเพลิดเพลินและมีสุขภาพจิตดีสดชื่นแจ่มใสและจิตใจอ่อนโยนมีสมาธิผ่อนคลาย เด็กๆ มีสุนทรียภาพ ต่อดนตรีและการเคลื่อนไหวและจังหวะ

3. เป้าหมาย

3.1 ด้านปริมาณ

- 3.1.1 ผู้เรียน โรงเรียนมารีย์อนุสรณ์ ร้อยละ 98 มีน้ำหนัก ส่วนสูงและมีสมรรถภาพทางกาย ตามเกณฑ์
- 3.1.2 ผู้เรียน โรงเรียนมารีย์อนุสรณ์ ร้อยละ มีทักษะในการเคลื่อนไหวตามวัย
- 3.1.3 ผู้เรียน โรงเรียนมารีย์อนุสรณ์ ร้อยละ 100 มีสุขนิสัยในการดูแลสุขภาพของตน
- 3.1.4 ผู้เรียน โรงเรียนมารีย์อนุสรณ์ ร้อยละ 100 บอกวิธีหลีกเลี่ยงต่อสภาวะที่เสี่ยงต่อโรค อุบัติเหตุ ภัย และสิ่งเสพติด

3.2 ด้านคุณภาพ

ผู้เรียน โรงเรียนมารีย์อนุสรณ์ในระดับปฐมวัย ได้รับการพัฒนาให้เป็นผู้ที่มีสุขนิสัย สุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดี ในทุกกิจกรรมตามที่โครงการกำหนดอยู่ในระดับ ยอดเยี่ยม

4. ระยะเวลาในการปฏิบัติกิจกรรม

- ตลอดปีการศึกษา

5. วัสดุและอุปกรณ์

- กลอง / เครื่องเสียง / เพลง

6. ผู้มีส่วนร่วม ในการจัดทำ

1. ครูผู้ดูแล/ผู้ช่วยครูผู้ดูแลเด็ก
2. ครูผู้ดูแลในชั้นเรียน (จัดหาวัสดุอุปกรณ์)
3. เด็กนักเรียนชั้นอนุบาล 1 – 3

7. วิธีการดำเนินการ

1. ครูพาเด็กๆ กิจกรรมจะทำทุกเช้าที่ หน้าเสาธงพาออกกำลังกายทุกเช้า ร้องเพลงทำกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะการทำตามสัญญาณและท่องจำคำสั่งร้องเพลงเพื่อเตรียมความพร้อมก่อนทำกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อกระตุ้นเด็กเล็กให้เกิดความพร้อมที่จะเรียนรู้และทำกิจกรรมต่างๆเช่นการออกกำลังกายชกมวย พร้อมนับจำนวน 1 - 10 กระโดดตบ แตะสลับขา การหมุนเอว หมุนหัวไหล่ สะบัดมือ วิ่งเหยาะอยู่กับที่

2. ครูพาเดินแอโรบิกและฝึกโยคะและการทรงตัวต่างๆและเปิดเสียงเพลงเร็วเดินแอโรบิกเพราะๆซำๆ ในการฝึกโยคะเพื่อผ่อนคลายจิตใจ ลดความก้าวร้าว เพื่อเรียกสมสมาธิการทำกิจกรรมการเรียนการสอนและเด็กๆมีสุนทรียภาพที่ดีต่อสิ่งต่างๆรอบข้าง

3.ครูพาทำกิจกรรมกลางแจ้ง การละเล่นไทยๆ เช่นมอญซ่อนผ้า กิ่งก้อมวนตัวต่อรถไฟชมธรรมชาติรอบตัว และเรียนรู้สิ่งต่างๆ และเล่นเครื่องเล่นในสนามเด็กเล่น เล่นฟุตบอล เล่นโยนลูกบอลใส่ตะกร้า รับส่งลูกบอล ใต้ล้อรถยนต์ บี บี แอล วิ่งออกกำลังกายแข่งกัน และกระโดดสองขา กระโดดกบ วิ่งเก็บลูกบอล เล่นวิ่งซิกแซก กระโดดข้ามสิ่งกีดขวางฝึกการเคลื่อนไหวร่างกายฝึกความสามัคคีและให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมเพื่อฝึกพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ กล้ามเนื้อเล็ก ฝึกการทรงตัว การทดสอบสายตา การมีมิติสัมพันธ์ เอาเข้า เอาออก ฝึกการมีไหวพริบการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า

4. ครูเปิดโอกาสให้เด็กๆซักถามและตั้งคำถาม ตอบคำถามและแสดงความคิดเห็นต่างๆในการจัดกิจกรรม และข้อสงสัยต่างๆจากครู

8.เครื่องมือประเมินผล

- แบบสรุปประเมินการปฏิบัติกิจกรรม
- แบบบันทึกพฤติกรรม

9. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- 1.เด็กนักเรียนมีความสุขในการดูแลสุขภาพ และออกกำลังกายสม่ำเสมอ
- 2.เด็กนักเรียนมีน้ำหนัก ส่วนสูง และมีสมรรถภาพทางกายตามเกณฑ์
- 3.เด็กนักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง มีความมั่นใจ กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม
- 4.เด็กนักเรียนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีและให้เกียรติผู้อื่น

10.ผลที่เกิดขึ้น ด้านต่างๆ

ด้านร่างกาย นักเรียนได้ รู้จักวิธีการออกกำลังกายและรักการออกกำลังกายมีความสุขร่างกายแข็งแรง สมบูรณ์ฝึกพัฒนาการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ กล้ามเนื้อเล็ก มีสุขนิสัยในการดูแลสุขภาพและป้องกันตนเองไม่ให้เกิดอุบัติเหตุ

ด้านอารมณ์ จิตใจ มีความสุขสนุกสนานเพลิดเพลินกับการออกกำลังกายสุขภาพจิตดีสดชื่นแจ่มใสและจิตใจอ่อนโยนมีสมาธิ ผ่อนคลาย เด็กเล็กมีสุนทรียภาพ ต่อดนตรีและการเคลื่อนไหวและจังหวะ

ด้านสังคม นักเรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนๆและครูได้

ด้านสติปัญญานักเรียนได้ตอบคำถามและตั้งคำถาม กล้าแสดงความคิดเห็นและร่วม สนทนาร่วมกับ เพื่อนๆและครูได้

*ในภาพรวม นักเรียนได้เรียนรู้อย่างมีความสุขและสนุกสนานพร้อมตั้งใจทำงานรู้จักการรอคอยในการขอ คำแนะนำจากครูเด็กบางคนจะคอยช่วยเหลือเพื่อนที่อยู่ข้างๆในการสังเกตผลไม้ชนิดต่างๆและคอยดูแลในเรื่อง ของการระวังอุบัติเหตุ ในการทำกิจกรรม

11. ปัญหาอุปสรรค

- เด็กอาจจะมีหกล้มและบาดเจ็บเล็กน้อยในการทำกิจกรรม

ลงชื่อ.....

(นางสาวอนงค์ ทะเรืองรัมย์)

ผู้รับผิดชอบโครงการ

รายงานสรุปผลเด็กที่เข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ

กิจกรรมส่งเสริมกิจกรรม

ณ โคมอนูบาล โรงเรียนมารีย์อนุสรณ์ จังหวัดบุรีรัมย์

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนเด็กที่ร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ

ลำดับ	ระดับชั้น	จำนวนนักเรียน	นักเรียนที่เข้าร่วม	ร้อยละ	นักเรียนที่ไม่เข้าร่วม	ร้อยละ	หมายเหตุ
1	อนุบาล 1/1	25	25	100	-	-	
2	อนุบาล 1/2	25	25	100	-	-	
3	อนุบาล 1/3	15	15	100	-	-	
4	อนุบาล 1/4	15	15	100	-	-	
5	อนุบาล 1/5	15	15	100	-	-	
6	อนุบาล 1/6	15	15	100	-	-	
7	อนุบาล 2/1	28	28	100	-	-	
8	อนุบาล 2/2	28	28	100	-	-	
9	อนุบาล 2/3	29	29	100	-	-	
10	อนุบาล 2/4	23	23	100	-	-	
11	อนุบาล 2/5	24	24	100	-	-	
12	อนุบาล 2/6	23	23	100	-	-	
13	อนุบาล 2/7	7	7	100	-	-	
14	อนุบาล 3/1	31	31	100	-	-	
15	อนุบาล 3/2	31	31	100	-	-	
16	อนุบาล 3/3	32	32	100	-	-	
17	อนุบาล 3/4	23	23	100	-	-	
18	อนุบาล 3/5	22	22	100	-	-	
19	อนุบาล 3/6	22	22	100	-	-	
20	อนุบาล 3/7	25	25	100	-	-	
รวม		468	468		-		
เฉลี่ยร้อยละ		100	100		-		

จากตารางที่ 1 พบว่าเด็กระดับชั้นอนุบาล 1- ระดับชั้นอนุบาล 3 ร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพคิดเป็นร้อยละ 100

สรุปผลการพิจารณา

เห็นสมควรให้ดำเนินการต่อไปในปีการศึกษาหน้า

ไม่สมควรให้ดำเนินการต่อ เนื่องจาก

ไม่พร้อมงบประมาณ ต่อมามีหนังสือตรงพวงมาลัย ๑. มีกิจกรรมภาษาอังกฤษ
ภาษาไทย ภาษาอังกฤษ และกิจกรรมแข่งขันวาดเขียน มีทั้งเด็กเล็ก เด็กโต และเด็กมัธยม
ออกคำสั่งตบ เพื่อส่งเสริมสภาพทางจิตวิทยา มีทั้งออกคำสั่งตบจากตบอย่างอื่น
ได้มีตามจังหวัดพะเยา เด็กๆชอบมาก ว่างเพลง และเติมของใหม่ และสิ่งใหม่
ทุกครึ่ง เริ่มตั้งแต่ต้นปีให้ต้น เริ่มต่อไป

ทั้งนี้ให้นำผลการประเมิน ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะ ไปพัฒนากระบวนการจัดการเรียนการสอน
และการทำงาน โดยพิจารณาวัตถุประสงค์ เป้าหมายการดำเนินงาน ให้สอดคล้องกับเป้าหมายการจัดการศึกษาให้
ดียิ่งขึ้นต่อไป

ลงชื่อ.....



(นางสาวจันทน์ ไพรงาม)

ผู้อำนวยการโรงเรียนมารีอนุสรณ์

บันทึกเพิ่มเติม

ใบนี้ดำเนินการต่อเรื่อง

ลงชื่อ.....



(บาทหลวง ดร.จักรี พันธสมบัติ)

ผู้จัดการโรงเรียนมารีอนุสรณ์

โครงการ / กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ



กิจกรรมออกกำลังกาย เด็กๆ ได้อบอุ่นร่างกาย และเคลื่อนไหวร่างกายประกอบเพลงในตอนเช้าอย่างสม่ำเสมอ โดยมีครูเดินนำเด็กๆ ให้เด็กได้เดินตาม เพื่อให้นักเรียนได้ใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่และกล้ามเนื้อมัดเล็กในการ กระโดด โยกตัว และขยับร่างกายไปมา และทำให้เด็กมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดี และมีความสุขกับการเรียนในแต่ละวัน ถือเป็นพื้นฐานที่ดีของเด็กปฐมวัย



กิจกรรมออกกำลังกาย เด็กๆได้อบอุ่นร่างกาย และเคลื่อนไหวร่างกายประกอบเพลงในตอนเช้าอย่างสม่ำเสมอโดยมีครูเดินนำเด็กๆให้เด็กได้เดินตาม เพื่อให้นักเรียนได้ใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่และกล้ามเนื้อมัดเล็กในการ กระโดด โยกตัว และขยับร่างกายไปมา และทำให้เด็กมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดี และมีความสุขกับการเรียนในแต่ละวัน ซื่อเป็นพื้นฐานที่ดีของเด็กปฐมวัย



กิจกรรมออกกำลังกาย เด็กๆ ได้อบอุ่นร่างกาย และเคลื่อนไหวร่างกายประกอบเพลงในตอนเช้าอย่างสม่ำเสมอโดยมีครูต้นนำเด็กๆ ให้เด็กได้เดินตาม เพื่อให้นักเรียนได้ใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่และกล้ามเนื้อมัดเล็กในการ กระโดด โยกตัว และขยับร่างกายไปมา และทำให้เด็กมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดี และมีความสุขกับการเรียนในแต่ละวัน ซื่อเป็นพื้นฐานที่ดีของเด็กปฐมวัย



กิจกรรมออกกำลังกาย เด็กๆได้อบอุ่นร่างกาย และเคลื่อนไหวร่างกายประกอบเพลงในตอนเช้าอย่างสม่ำเสมอโดยมีครูเดินนำเด็กๆให้เด็กได้เดินตาม เพื่อให้นักเรียนได้ใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่และกล้ามเนื้อมัดเล็กในการ กระโดด โยกตัว และขยับร่างกายไปมา และทำให้เด็กมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดี และมีความสุขกับการเรียนในแต่ละวัน ซื่อเป็นพื้นฐานที่ดีของเด็กปฐมวัย