

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อ การพัฒนาศักยภาพครูในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โรงเรียนบ้านเชียงเซา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา นครพนม เขต 2 ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตามลำดับดังนี้

1. แนวคิดโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ
2. การดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน
3. การพัฒนาบุคลากร
4. การวิจัยเชิงปฏิบัติการ
5. บริบทของโรงเรียนบ้านเชียงเซา
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
  - 6.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
  - 6.2 งานวิจัยต่างประเทศ

### แนวคิดโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนางานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และแนวคิดโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ดังนี้

#### 1. ความหมายของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

องค์การอนามัยโลก (WHO. 1996 : 3 – 6) ให้คำจำกัดความ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ (Health Promoting Schools) ว่าหมายถึง โรงเรียนที่มีขีดความสามารถ แข็งแกร่ง มั่นคง เป็นสถานที่ที่มีสุขอนามัยที่ดีเพื่อการอาศัย ศึกษา และทำงาน

ชัย กฤติยาภิชาติกุล (2548 : 35) กล่าวว่า โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ คือ โรงเรียนที่ดำเนินการส่งเสริมสุขภาพ โดยทุกคนในสังคมโรงเรียน ได้แก่ ผู้บริหาร

โรงเรียน ครู บุคลากรในโรงเรียน นักเรียน ผู้ปกครองและชุมชน โดยทุกฝ่ายมีส่วนร่วม ในการดำเนินงานในฐานะหุ้นส่วน ตั้งแต่การระดมความคิดวิเคราะห์ และจัดลำดับ ความสำคัญของการวางแผน ตลอดจนร่วมดำเนินการเพื่อให้ทุกคนในสังคมโรงเรียน มีสุขภาพดี

บวร งามศิริอุดม (2549 : 1) ได้ให้ความหมายของโรงเรียนส่งเสริม สุขภาพ คือ โรงเรียนที่มีการพัฒนาขีดความสามารถตลอดเวลาเพื่อให้โรงเรียนเป็นสถานที่ ที่มีสุขภาพดีสำหรับกลุ่มเป้าหมายในโรงเรียนเพื่อจุดประสงค์ การเรียนรู้ การทำงาน และการเป็นที่อยู่อาศัย

จตุพร แสงทิพย์ (2555 : 14) ได้กล่าวไว้ว่า โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ หมายถึง โรงเรียนที่มีความมั่นคง แข็งแกร่งที่จะเป็นสถานที่ที่มีสุขภาพดี เพื่อการศึกษา อาศัยและทำงานโดยอาศัยความมั่นคง ร่วมแสดงความคิดเห็นในการพัฒนาพฤติกรรมและ สิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ

จากความหมายดังกล่าว โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ คือ คือ โรงเรียนที่มีการ พัฒนาขีดความสามารถตลอดเวลา เพื่อให้โรงเรียนเป็นสถานที่ที่มีสุขภาพดี เพื่อการศึกษา อาศัยและทำงาน โดยอาศัยความมั่นคง ร่วมแสดงความคิดเห็นในการ พัฒนาพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ

## 2. หลักการของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

ในการดำเนินงานเกี่ยวกับการป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพให้ได้ผล ลัพท์ทางสุขภาพที่คุ้มค่าในอนาคตจำเป็นที่ทั้งภาครัฐและประชาชน จะต้องเร่งใส่ใจเรื่อง “การส่งเสริมสุขภาพ” อย่างจริงจังและในวัยที่เหมาะสมสำหรับการดำเนินการ คือ เด็กวัยเรียน นอกจากการเสริมสร้างให้มีสุขภาพสมบูรณ์แล้วยังสามารถปลูกฝังพฤติกรรม ทางสุขภาพที่ถูกต้อง และสามารถเปลี่ยนแปลงทัศนคติและการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ ที่ไม่ถูกต้อง ซึ่งจะมีผลต่อการลดปัจจัยเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพดังกล่าวข้างต้นได้ การ ส่งเสริมสุขภาพโดยอาศัยโรงเรียนเป็นศูนย์กลางจะเป็นวิธิต่าง ที่มีประสิทธิผลดีที่สุด ที่จะปรับปรุงชีวิตของเด็กให้ดีขึ้น ซึ่งมีข้อดีดังนี้

1. มีการดำเนินงานแบบองค์รวมทางสุขภาพที่รวมถึงความสัมพันธ์ ระหว่างร่างกาย อารมณ์ สังคมและสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ
  2. ให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการพัฒนาทักษะและความรู้ทางสุขภาพ
- นักเรียน

3. ให้ความสำคัญต่อสิ่งแวดล้อมทางกายภาพและทางสังคมที่มีผลต่อสุขภาพนักเรียน
4. ให้ความสำคัญต่อบทบาททางสังคมของโรงเรียน ในการสนับสนุนสิ่งแวดล้อมในการเรียนรู้ในทางบวก เพื่อก่อให้เกิดสุขภาพกายและสุขภาพจิตของนักเรียน
5. เชื่อมโยงระบบบริการสาธารณสุขในระดับท้องถิ่นและระดับเขต ในการให้บริการเพื่อแก้ไขปัญหาสุขภาพของเด็กนักเรียน เช่น โรคพยาธิ ภาวะสายตาสั้น และการได้ยิน มาลาเรีย ความเครียด เป็นต้น
6. ส่งเสริมให้นักเรียนมีส่วนร่วมอย่างเข้มแข็งตามหลักสูตรการเรียนการสอนในการพัฒนาทักษะและความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ
7. ยกกระดับความเท่าเทียมกันในการศึกษาและสุขภาพ
8. สนับสนุนให้มีการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพในการทำงานของบุคลากรในโรงเรียน
9. สนับสนุนให้โรงเรียนและชุมชนร่วมกันริเริ่มงานสุขภาพที่เป็นประโยชน์ต่อนักเรียน ครอบครัวและชุมชน

โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเป็นแนวคิดที่กว้างขวาง ครอบคลุมในด้านสุขภาพ อนามัยในทุกแง่มุมของชีวิตทั้งในโรงเรียนและชุมชนแต่ละโรงเรียนมีความต้องการและความสามารถเฉพาะตัวที่จะใช้เพื่อดำเนินการป้องกันและสร้างเสริมสุขภาพของเยาวชนและชุมชนประกอบกับความต้องการและความมุ่งหวังของนักเรียน ผู้ปกครอง ครู และผู้บริหารโรงเรียน ด้านการมีสุขภาพที่ดีจะช่วยให้โรงเรียนสามารถเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โดยการจัดหลักสูตร การบริหาร การดูแลสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนทั้งกายภาพ จิตใจและสังคม เพื่อส่งเสริมพัฒนาสุขภาพของนักเรียน บุคลากรในโรงเรียนและชุมชนให้ทุกคน มีความสามารถ ดังนี้ (กรมอนามัย. 2547 : 8 - 9)

1. นำแนวคิดด้านสุขภาพมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน
2. ดูแลเอาใจใส่สุขภาพอนามัยตัวเองและ
3. สามารถตัดสินใจและควบคุมสถานการณ์และสิ่งแวดล้อม ที่มี

ผลกระทบต่อสุขภาพ

การสร้างโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเป็นแนวคิดที่ก่อให้เกิดโอกาส ในการพัฒนานโยบาย ระเบียบ โครงสร้าง ซึ่งครอบคลุมการส่งเสริมสุขภาพในทุกเรื่องที่โรงเรียน ชุมชนดำเนินการ และยังหมายถึงการทำงานร่วมกันเป็นทีม โดยมีผู้นำที่เข้มแข็ง และเปิด

โอกาส ให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น และทำความเข้าใจในเป้าหมายต่างๆ

### 3. แนวคิดโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ คือ โรงเรียนที่มีการพัฒนาขีดความสามารถ เพื่อให้โรงเรียนเป็นสถานที่ที่มีสัญลักษณ์ที่ดี สำหรับกลุ่มเป้าหมายในโรงเรียน เพื่อการเรียนรู้การทำงานและการเป็นที่อยู่อาศัยแนวคิดของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ จะมองกลุ่มเป้าหมายเพิ่มขึ้น แทนที่จะเป็นกลุ่มนักเรียนกลุ่มเดียว ยังขยายไปสู่กลุ่มเป้าหมายอื่นๆ ในโรงเรียนได้แก่อาจารย์ ครู บุคลากรอื่นๆ ผู้ที่ทำธุรกิจภายในโรงเรียน ตลอดจนจนถึงชุมชนรอบข้างเพราะถือว่าทุกคนมีส่วนร่วมเสริมหรือบั่นทอนสุขภาพต่อกัน ตลอดจนมีผลต่อสัมฤทธิ์ผลทางการศึกษาของนักเรียน โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจุดมุ่งหมายเกินกว่าการให้บริการอนามัย ในโรงเรียน แต่มีความมุ่งหมายไปถึง การสร้างสุขภาพในหลายๆ ประเด็นที่จะเป็นปัญหาแก่นักเรียนและคนอื่นๆ ซึ่งสอดคล้องกับคำจำกัดความของคำว่า “ส่งเสริมสุขภาพ” ที่หมายถึง กระบวนการสร้างปัจจัยเอื้อต่อการเพิ่มพลังความสามารถให้กับบุคคลในการควบคุมปัจจัยก่อโรค และพัฒนาดูแลสุขภาพตนเองให้มีสุขภาพดีสามารถจัดการ หรือปรับสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อสุขภาพ เพื่อใช้เป็นทุนดำเนินชีวิต นอกจากนี้ยังและรวมถึงวิธีบริหารจัดการที่เอื้อต่อการดำเนินการส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน นอกจากนี้สุพัตรา ธัญชัย (2546 : 25) ยังกล่าวว่าโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ เป็นโรงเรียนที่มีการพัฒนาสุขภาพอนามัย การจัดประสบการณ์การเรียนรู้และการมีส่วนร่วม ของนักเรียน ครู บุคลากรในโรงเรียนและสมาชิกในชุมชน เพื่อให้ทุกคนสามารถดูแลสุขภาพของตนเองและผู้อื่น รวมทั้ง มีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง ภายใต้สิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดีและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข กล่าวได้ว่า แนวคิดของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ คือ การร่วมมือช่วยกันให้โรงเรียนสามารถใช้ศักยภาพทั้งหมดที่มีอยู่เพื่อพัฒนาสุขภาพของนักเรียน บุคลากรในโรงเรียนตลอดจนครอบครัวและชุมชนให้ทุกคนมีสุขภาพกายสุขภาพจิตที่ดี

### 4. แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

องค์การอนามัยโลกถือว่าโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเป็นแนวคิดที่กว้างและครอบคลุมด้านสุขภาพอนามัยทั้งในโรงเรียนและชุมชน โดยการผลักดันให้โรงเรียนใช้ศักยภาพทั้งหมดที่มีอยู่เพื่อพัฒนาสุขภาพของนักเรียน บุคลากรในโรงเรียน ครอบครัวและ

ชุมชน โดยการสร้างความเข้าใจ และส่งเสริมให้ชุมชน ผู้ปกครอง และบุคลากรในโรงเรียน ตั้งแต่ผู้บริหารครูทุกคน เจ้าหน้าที่ที่ตลอดจนนักเรียน ได้ร่วมกับหน่วยงาน และองค์กร ในท้องถิ่น ริเริ่มสร้างสรรค์และดำเนินการให้โรงเรียนเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ เพื่อให้โรงเรียนเป็นสถานที่สำคัญของการพัฒนาสุขภาพควบคู่ไปกับการศึกษา การดำเนินงาน โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพมิได้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างสุขภาพแก่ เด็กนักเรียนในโรงเรียน เท่านั้น แต่ครอบคลุมถึงผู้ปกครอง และสมาชิกในชุมชนด้วย (กรมอนามัย. 2547 : 8 - 9)

โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเป็นแนวคิดที่ก่อให้เกิดโอกาสในการพัฒนา นโยบาย การกำหนดระเบียบ แนวทางปฏิบัติ โรงเรียนและชุมชนสามารถดำเนินการ ร่วมกัน เกิดการทำงานเป็นทีมโดยมีผู้นำที่เข้มแข็ง ทุกคนมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็นและ ตกลงกันในเป้าหมายต่างๆ ภายใต้การผสมผสานแนวคิดของการพัฒนาด้านการศึกษาและ ด้านสุขภาพ (กรมอนามัย. 2548 : 3 - 5) โดยใช้แนวคิดการส่งเสริมสุขภาพที่พัฒนาจาก กฎบัตรออกอตตาวา (Ottawa Charter for Health Promotion. 1986) ซึ่งได้เสนอแนะถึง การดำเนินการเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ(health promotion action) ควรจะมีกิจกรรมหลัก ที่สำคัญ (ขวัญชัย แสงสุวรรณ. 2548 : 45) คือ

1. การสร้างนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพ (build healthy public policy) เป็นจุดหมายหลัก เพราะมีนโยบายที่เอื้อต่อสุขภาพนั้น เป็นการสร้างหรือกำหนด แนวทาง ที่เอื้อให้ประชาชนสามารถดำเนินชีวิตอย่างมีสุขภาพดี จะต้องเป็นนโยบายที่ทุกๆ ส่วนที่เกี่ยวข้องยอมรับและมีการปฏิบัติตาม ซึ่งจะต้องคำนึงผลกระทบต่อสุขภาพจากการ ตัดสินใจของตนเอง และยอมรับผิดชอบในผลกระทบต่อสุขภาพที่เกิดขึ้น

2. การสร้างสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อสุขภาพ (create supportive environment) จากผลกระทบด้านสุขภาพในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว จึงจำเป็นต้องมีการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมทุกระดับ เพื่อสร้าง ความสมดุลทางธรรมชาติที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี มีการจัดการสิ่งแวดล้อมให้สอดคล้องกับ การเปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิต การทำงานจัดที่ทำงานที่เอื้อต่อสุขภาพ (healthy workplace) และโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ (health promoting school) เป็นต้น (กรมอนามัย. 2548 : 3 - 5)

3. การเสริมสร้างความเข้มแข็งบทบาทของชุมชน (strengthen community action) หัวใจสำคัญของกระบวนการสร้างเสริมความเข้มแข็งบทบาทของชุมชน คือ การสร้างพลังอำนาจให้กับชุมชน ให้ชุมชนสามารถปฏิบัติงานและกำหนดเป้าหมาย

ของชุมชนได้เอง (กรมอนามัย. 2548 : 3 – 5) การรวมตัวกันให้เกิดชุมชนเข้มแข็งใน รูปแบบต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นกลุ่ม ชมรม สมาคม มูลนิธิ สหกรณ์ชุมชน ประชาคม เรียกว่ามี ความเป็นประชาสังคม ความเข้มแข็งของชุมชนหรือประชาสังคม ทำให้มีศักยภาพในการ แก้ปัญหาและสุขภาพพร้อมกันไป “ยุทธศาสตร์ส่งเสริมความเข้มแข็งของชุมชนหรือประชา สังคม เป็นยุทธศาสตร์ที่สำคัญที่สุดในการส่งเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิต” (ประเวศ วัะสี อ่างถึงใน ขวัญชัย แสงสุวรรณ. 2548 : 54)

4. การพัฒนาทักษะบุคคล (develop personal skills) การส่งเสริม สุขภาพ ด้วยการให้ข้อมูลข่าวสาร ส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อสุขภาพ และการฝึกฝนทักษะ ในการจัดการที่ดีจะช่วยสนับสนุนให้บุคคลและสังคมเกิดการพัฒนาความรู้ และทักษะ ส่วนบุคคลในการดำรงชีวิต (life skills) เป็นการเพิ่มทางเลือกให้แก่ประชาชนในการที่จะ ควบคุมสุขภาพของตนเองและสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ (กรมอนามัย. 2548 : 6) ซึ่งกระบวนการนี้ต้องจัดให้มีตั้งแต่ในโรงเรียน บ้าน ที่ทำงาน และภายในชุมชนเอง

5. การปรับเปลี่ยนบริการสาธารณสุข (reorient health services) บทบาทของ องค์กรสุขภาพจะต้องเคลื่อนไหวในการส่งเสริมสุขภาพมากขึ้น สร้างความ ร่วมมือกับองค์กรอื่น ทางด้านสังคม ให้ความใส่ใจเกี่ยวกับการวิจัยด้านสุขภาพ เพื่อ ปรับเปลี่ยนระบบและการฝึกอบรมเจ้าหน้าที่ให้เกิดแนวคิดเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ (กรมอนามัย. 2548 : 12)

สรุปจากแนวความคิดการพัฒนาร่างดำเนินการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ผู้วิจัยได้แนวคิดดังนี้ การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจะต้องเป็นการพัฒนาที่ทุกคน มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้แก่ บุคลากรในสถานศึกษา เช่น ผู้บริหารโรงเรียน ครู ครูอนามัย นักเรียน แม่ครัว แม่ค้า และนักรักษาโรค รวมทั้ง บุคลากรนอกสถานศึกษา เช่น ผู้นำ ชุมชน คณะกรรมการสถานศึกษา เจ้าหน้าที่อนามัยประจำ ตำบล เจ้าหน้าที่อาสาสมัคร สาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) และผู้ปกครองของนักเรียนเพื่อให้ได้รับประโยชน์จาก การพัฒนา และรับรู้ในการพัฒนาที่ดีขึ้น

จากแนวคิดความเป็นมาของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพที่ผ่านมาดังกล่าว ทำให้เราได้ทราบว่าแต่ละประเทศได้ให้ความสนใจในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน เพื่อตอบสนองต่อการป้องกันปัญหาสุขภาพอนามัยของประชาชนจากโรคไม่ติดต่อ ซึ่งมี แนวโน้มสูงขึ้น องค์การอนามัยโลกภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ (SEARO) และ กระทรวงสาธารณสุขจึงได้มีมติร่วมกันในการแต่งตั้งคณะกรรมการโรงเรียนส่งเสริม

สุขภาพแห่งชาติขึ้น เพราะว่าการดำเนินงานต้องมีการประสานงานตั้งแต่ระดับนโยบาย และระดับผู้บริหารตลอดจนกระทรวงอื่นๆ และองค์กรต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง

## 5. กลวิธีการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

ในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ อาศัยวิธีการหลัก 4 ประการ (กรมอนามัย.2546 : 60 – 65)

### 5.1 การชี้แนะ (Advocacy)

การชี้แนะเป็นการให้ข้อมูลข่าวสารแก่สาธารณชน เพื่อให้เกิดความตระหนักในสังคมเกี่ยวกับการสร้างสุขภาพ ดังนั้นทุกหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งองค์กรท้องถิ่นและชุมชนจำเป็นต้องเผยแพร่ออกไปให้มากที่สุดเพื่อให้บุคคลกรต่างๆ เข้าใจ เห็นค่าและสามารถนำไปปฏิบัติ

### 5.2 การสร้างหุ้นส่วนและภาคี (Partnership and Alliances)

ความสำเร็จในการสร้างโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพขึ้นอยู่กับความสามารถในการประสานงานความร่วมมือระหว่างหน่วยงานในท้องถิ่น ระดับอำเภอ และระดับจังหวัด เพราะความร่วมมือจากทุกฝ่ายจะช่วยระดมความคิดในการจัดการกับปัจจัยเชิงซ้อนที่เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ สิ่งที่สำคัญลำดับแรกคือ การสร้างภาคีที่ยั่งยืนระหว่างหน่วยงานสาธารณสุข และด้านการศึกษาร่วมกับองค์กรต่างๆ ในท้องถิ่นทั้งภาครัฐและเอกชนซึ่งองค์กรเหล่านั้นต้องเกิดความสนใจในการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนแล้วร่วมกันสร้างกลไกที่เอื้อต่อการวางแผนและการดำเนินการ มีการกำหนดตัวบุคคลที่สามารถรับผิดชอบให้เวลา และสามารถทำหน้าที่ในภาคีร่วมกับหน่วยงานอื่นได้ ภาคีที่เข้มแข็งไม่เพียงแต่เป็นการวางรากฐานที่จำเป็นเพื่อการชี้แนะเท่านั้น ยังช่วยในการระดมและประสานทรัพยากรด้วย ดังนั้น เพื่อให้การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ภาคีร่วมจึงเป็นหัวใจสำคัญโดยเฉพาะอย่างยิ่งในระดับปฏิบัติ ซึ่งชุมชน และโรงเรียนจะต้องเป็นภาคีหลักในเรื่องนี้

### 5.3 การเสริมสร้างความเข้มแข็งในระดับท้องถิ่น (Strengthening Local Capacity)

เป็นการดำเนินการเพื่อเพิ่มศักยภาพให้ประชาชน องค์กรท้องถิ่น และโรงเรียนที่มีความสามารถพอที่จะดำเนินการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพได้ ถึงแม้หน่วยงานต่างๆ ในระดับ จังหวัด อำเภอ จะเห็นความสำคัญและกำหนดแผนที่ดีเพียงใด

แต่หากระดับท้องถิ่นยังขาดความเข้มแข็งย่อมเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ดังนั้นแผนงานพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในระดับต่างๆ จึงจำเป็นต้องมีแผนงานด้านบุคลากรและแผนการสร้างศักยภาพของชุมชนและโรงเรียนด้วย แต่ละหน่วยงานในจังหวัดอาจนำแผนโครงการที่มีอยู่แล้วมาพิจารณาปรับให้สอดคล้องซึ่งกันและกัน หรืออาจใช้กลวิธีอื่นที่มุ่งหมายให้ประชาชนและโรงเรียนได้ใช้ศักยภาพที่มีอยู่อย่างเต็มที่เพื่อการพัฒนาสุขภาพ เพื่อให้โรงเรียนและชุมชนในท้องถิ่นสามารถดำเนินการในการรวมกลุ่มเพื่อตั้งคณะกรรมการต่างๆ ประเมินความต้องการส่งเสริมสุขภาพของท้องถิ่นและโรงเรียน ระดมและใช้ทรัพยากร วางแผน ประสานงานและดำเนินกิจกรรม ตลอดจนประเมินผลความก้าวหน้าและผลสรุปโดยหน่วยงานรัฐในท้องถิ่นทำหน้าที่เพียงให้การสนับสนุนและช่วยเหลือทางวิชาการที่จำเป็นเท่านั้น

#### 5.4 การวิจัย ติดตาม และประเมินผล (Research, Monitoring and Evaluation)

ทุกระดับทุกหน่วยงานมีส่วนร่วมในการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ควรมีการวางแผนงานที่ตรงประเด็น และมีประสิทธิภาพ สามารถออกแบบให้มีการวิจัยและประเมินผลได้เพื่อช่วยในการติดตามและปรับแผนงาน การดำเนินงานต้องอาศัยกลยุทธ์ต่างๆ ในการช่วยให้งานดำเนินไปอย่างมีระบบ ถูกต้องเพราะโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ เป็นโครงการที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของสังคม และจำเป็นต้องดำเนินการให้ครอบคลุมปัจจัยต่างๆ เพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่เหมาะสมและยั่งยืนและสำหรับในประเทศไทยก็ได้เริ่มมีการตื่นตัว และมีบางโรงเรียนที่ได้เริ่มเห็นความสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน แม้ว่าจะไม่ครบตามรูปแบบมากนัก แต่ก็ถือได้ว่าเป็นการเริ่มต้นที่ดี โดยเฉพาะในกลุ่มโรงเรียนที่ถูกคัดเลือกในพื้นที่เมืองสุขภาพดี พยายามให้การดำเนินการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนสอดคล้องกับ การปฏิรูปการศึกษา เพื่อพัฒนาศักยภาพของมนุษย์มุ่งเน้นที่ระบบโรงเรียน ซึ่งเป็นสถาบันที่สามารถสร้างแนวคิดด้านการส่งเสริมสุขภาพให้แก่ครู อาจารย์ นักเรียน ผู้ปกครอง และผู้นำชุมชน ในการที่สร้างเครือข่ายในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนเพื่อที่มุ่งเป้าหมายร่วมกันในการมีสุขภาพดีถ้วนหน้า



## 6. กิจกรรมและองค์ประกอบของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

กรมอนามัยได้นำเสนอองค์ประกอบของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ จำนวน 4 กิจกรรม 10 องค์ประกอบ โดยเน้นประเด็นการส่งเสริมสุขภาพที่สำคัญ ดังนี้ (กรมอนามัย. 2548 : 22 – 58)

กิจกรรมที่ 1 การสร้างนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย  
กิจกรรมย่อยที่ 1 นโยบายของโรงเรียน

นโยบายโรงเรียน หมายถึง ข้อความที่กำหนดทิศทางการดำเนินงานด้านส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน ซึ่งจะส่งผลต่อกิจกรรมและการจัดสรรทรัพยากร เพื่อการส่งเสริมสุขภาพ

วัตถุประสงค์ เพื่อให้โรงเรียนมีนโยบายด้านส่งเสริมสุขภาพที่เกิดจากความเห็นชอบของบุคลากรที่เกี่ยวข้องทั้งในและนอกโรงเรียน และเป็นเครื่องนำทางการดำเนินงานที่เกี่ยวข้องได้รับทราบ ทำให้การดำเนินงานมีความเข้มข้นและชัดเจน องค์ประกอบนี้ประกอบด้วย 2 ส่วนหลัก ที่ต้องดำเนินการได้แก่

1. การกำหนดนโยบายส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน
2. การถ่ายทอดนโยบายสู่การปฏิบัติ

กิจกรรมที่ 2 การสร้างสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อสุขภาพ ประกอบด้วย  
กิจกรรมย่อยที่ 1 การบริหารจัดการในโรงเรียน

การบริหารจัดการในโรงเรียน หมายถึง การจัดองค์กรและระบบบริหารงานเพื่อให้การดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและมีความต่อเนื่อง

วัตถุประสงค์เพื่อให้โรงเรียนมีการบริหารจัดการโครงการส่งเสริมสุขภาพอย่างเป็นระบบในด้านการวางแผนโครงการ การจัดองค์กร การนิเทศติดตาม และการประเมินผลภายใต้การเชื่อมโยงประสานงานระหว่างบุคคลต่างๆ ที่รู้บทบาทหน้าที่ชัดเจนทั้งของตนและภาคีต่างๆ ในชุมชนโรงเรียน

องค์ประกอบนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดการจัดการต่างๆ ในโรงเรียนที่นำไปสู่การดำเนินงานด้านส่งเสริมสุขภาพ มีแนวทางดำเนินงานหลักๆ 3 เรื่อง ได้แก่

1. การจัดทำแผน/โครงการส่งเสริมสุขภาพ
2. การจัดองค์กรรองรับแผนงาน/โครงการส่งเสริมสุขภาพ

### 3. การนิเทศ/ติดตามและประเมินผล

กิจกรรมย่อยที่ 2 โครงการร่วมมือระหว่างโรงเรียนและชุมชน  
โครงการร่วมมือระหว่างโรงเรียน และชุมชน หมายถึง โครงการหรือกิจกรรมส่งเสริม  
สุขภาพที่ดำเนินการร่วมกันระหว่างโรงเรียน ผู้ปกครอง และสมาชิกของชุมชน

วัตถุประสงค์เพื่อให้โรงเรียนได้มีการดำเนินโครงการ หรือ  
กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพร่วมกับภาคีต่างๆ ในชุมชน ตั้งแต่เริ่มวิเคราะห์สภาพและสาเหตุ  
ของปัญหา ร่วมวางแผนในการดำเนินงาน ร่วมดำเนินงาน ร่วมตรวจสอบทบทวน ร่วม  
แก้ไข พัฒนาและปรับปรุงการดำเนินงานโครงการเพื่อส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน อาจแบ่ง  
การดำเนินงาน ได้เป็น 3 ประเภท คือ ประเภทแรก โครงการ/กิจกรรมที่สามารถ  
ดำเนินการได้โดยการมีส่วนร่วมของบุคลากร/ผู้เกี่ยวข้องภายในโรงเรียนเอง ประเภทที่สอง  
โครงการ/กิจกรรมที่สามารถบูรณาการ เข้าไปในหลักสูตรหรือกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน  
และประเภทที่สาม คือ โครงการ/กิจกรรมที่โรงเรียนต้องดำเนินการร่วมกับชุมชนการ  
เปิดโอกาสให้ชุมชนมีส่วนร่วมในโครงการหรือกิจกรรมด้านสุขภาพของโรงเรียนก็ เพื่อให้  
ชุมชน ได้มีส่วนร่วมรับรู้กับสถานการณ์สุขภาพในพื้นที่และเป็นการปรับ เปลี่ยนแนวความคิด  
ให้สมาชิกของชุมชนเห็นว่าสุขภาพเป็นหน้าที่ของทุกคนที่ ต้องดูแลเอาใจใส่ ไม่ใช่เป็นหน้าที่  
ของบุคคลหรือหน่วยงานใดหน่วยงานหนึ่งเท่านั้นและการดำเนินงานจะสำเร็จได้ต้องทำ  
ทั้งที่โรงเรียน ในครอบครัวและชุมชน โครงการของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจึงควรมี  
คณะทำงานซึ่งประกอบด้วย ครู นักเรียน ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่สาธารณสุข องค์กร  
ในชุมชนร่วมกันดำเนินการ ดังนี้

#### 1. ร่วมวิเคราะห์สภาพและสาเหตุของปัญหาโดยศึกษา

ในรายละเอียดว่าโครงการ/กิจกรรมที่จะดำเนินการนั้นมีสภาพและสาเหตุของปัญหา  
เป็นเช่นไร ทั้งนี้อาจต้องสำรวจข้อมูล สารสนเทศ หรือปัจจัยพื้นฐานของโรงเรียนและชุมชน  
เป็นฐานในการวิเคราะห์ เพื่อให้ได้มาซึ่งสภาพและสาเหตุของปัญหาที่แท้จริง

#### 2. ร่วมวางแผน โดยโรงเรียนควรกระตุ้น จูงใจให้ชุมชนมี

ส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นเพื่อกำหนดเป้าหมายสูงสุดที่ต้องการ วัตถุประสงค์ของ  
โครงการ กลุ่มเป้าหมายที่ต้องดำเนินการ กิจกรรมที่พึงกระทำ บุคคล/หน่วยงานที่  
รับผิดชอบ และผลสัมฤทธิ์ของโครงการ เพื่อให้เกิดความชัดเจนในการปฏิบัติ

#### 3. ร่วมดำเนินการ โดยทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องปฏิบัติตาม

บทบาทหน้าที่ในแผน พร้อมทั้งประชาสัมพันธ์การดำเนินงานทั้งอย่างเป็นทางการและ

ไม่เป็นทางการให้ชุมชนได้รับทราบ

#### 4. ร่วมตรวจสอบ ทบทวน พัฒนาและปรับปรุงโดย

ประเมินผลการดำเนินงานที่ผ่านมา อาจประเมินผลโดยการจัดเสวนา ประชาคมหมู่บ้าน สัมภาษณ์ หรือ สํารวจความพึงพอใจของนักเรียนและชุมชนเพื่อนำข้อเสนอแนะที่ได้รับมาเป็นแนว ทางในการปรับปรุงแก้ไขกลวิธีการดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นการที่นักเรียน ครู บุคลากรในโรงเรียน และชุมชน มีส่วนร่วมในขั้นตอนต่างๆ ที่จะช่วยสร้างความรู้สึกที่ดีต่อการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน เกิดความร่วมมือและการ ประชาสัมพันธ์ให้รับรู้การทำงานต่างๆ เป็นระยะๆ จะช่วยสร้างความรู้สึกพึงพอใจให้แก่ทุกคนที่เกี่ยวข้อง

#### กิจกรรมย่อยที่ 3 การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ

การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ หมายถึง การจัดการควบคุมดูแล ปรับปรุงภาวะต่างๆ และสิ่งแวดล้อมของโรงเรียนให้อยู่ในสภาพที่ ถูกสุขลักษณะเอื้อต่อการเรียนรู้ส่งเสริมสุขภาพกาย จิต และสังคม รวมถึงการป้องกันโรค และอันตรายที่อาจเกิดขึ้นทั้งต่อนักเรียนและบุคลากรในโรงเรียน

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สิ่งแวดล้อมทางกายภาพของโรงเรียนเป็นไปตามมาตรฐานสุขภาพสากลสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน
2. เพื่อกำหนดมาตรการควบคุมดูแลสิ่งแวดล้อมของโรงเรียนให้เอื้อต่อการเรียนรู้ ส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตของนักเรียนและบุคลากรในโรงเรียน

องค์ประกอบนี้ประกอบด้วย 2 ส่วนหลักที่ต้องดำเนินการได้แก่

1. การจัดการ ควบคุม ดูแล ปรับปรุงสิ่งแวดล้อมทางกายภาพให้ถูกสุขลักษณะ
2. การจัดสิ่งแวดล้อมทางสังคมในโรงเรียนที่มีผลต่อสุขภาพจิตของนักเรียนและบุคลากร

#### กิจกรรมย่อยที่ 4 บริการอนามัยโรงเรียน

บริการอนามัยโรงเรียน หมายถึง การที่โรงเรียนจัดให้มีบริการสุขภาพขั้นพื้นฐานที่ จำเป็นสำหรับนักเรียนทุกคน ได้แก่ การเฝ้าระวังภาวะสุขภาพ การตรวจสุขภาพและการรักษาพยาบาลเบื้องต้นในโรงเรียน

วัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนได้รับการตรวจสุขภาพ การเฝ้าระวังภาวะสุขภาพ การป้องกันโรคและการรักษาพยาบาลเบื้องต้นจากครู และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

องค์ประกอบนี้ประกอบด้วย 3 ส่วนหลักที่ต้องดำเนินการได้แก่

1. การตรวจสุขภาพนักเรียน
2. การเฝ้าระวังภาวะสุขภาพ
3. การจัดบริการรักษาพยาบาลเบื้องต้น

กิจกรรมย่อยที่ 5 สุขศึกษาในโรงเรียน

สุขศึกษาในโรงเรียน หมายถึง การที่โรงเรียนจัดกิจกรรม สุขศึกษาทั้งในหลักสูตรการศึกษาและผ่านทางกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน เพื่อมุ่งให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ และมีการฝึกปฏิบัติที่นำไปสู่การมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมต่อการมีสุขภาพดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กวัยเรียนและเยาวชนมีทักษะสุขภาพ (Health Skills) และทักษะชีวิต (Life Skills)
2. เพื่อให้เด็กวัยเรียนและเยาวชนมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมติดตัวไปสู่วัยผู้ใหญ่

แนวทางการดำเนินงานในองค์ประกอบนี้มี 2 ส่วน คือ การให้ความรู้และสร้างเสริมเจตคติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ และการฝึกปฏิบัติเพื่อให้เกิดทักษะที่จำเป็น ซึ่งสอดคล้องกับสุขบัญญัติ

กิจกรรมย่อยที่ 6 โภชนาการ และอาหารที่ปลอดภัย

โภชนาการ และอาหารที่ปลอดภัย หมายถึง การส่งเสริมให้นักเรียนมีภาวะการเจริญเติบโตสมวัย โดยจัดให้มีอาหารที่มีคุณค่าต่อสุขภาพ สะอาด ปลอดภัยให้กับนักเรียนและบุคลากรในโรงเรียน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้มีการเฝ้าระวังป้องกันและแก้ไขปัญหาด้านโภชนาการ เช่น โรคขาดโปรตีน และพลังงาน โรคอ้วน โรคขาดสารไอโอดีน โรคโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก

2. เพื่อให้นักเรียนและบุคลากรในโรงเรียนมีอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ และมีความปลอดภัยในการบริโภค

3. เพื่อให้มีสถานที่รับประทานอาหาร ประงอาหาร และจำหน่ายอาหารที่ถูกสุขลักษณะ

องค์ประกอบนี้ประกอบด้วยการดำเนินงานที่สำคัญ 2 เรื่อง ได้แก่

1. โภชนาการในโรงเรียน

2. การสุขาภิบาลอาหาร ซึ่งการสุขาภิบาลอาหารสามารถดำเนินการให้ครอบคลุมเรื่องความปลอดภัยของอาหารได้ด้วย

กิจกรรมย่อยที่ 7 การออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ  
การออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ หมายถึง การส่งเสริมสนับสนุนให้นักเรียนและบุคลากรในโรงเรียนมีการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โดยการจัดสถานที่ อุปกรณ์ และกิจกรรมการออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ประชาชนเข้ามาใช้สถานที่และอุปกรณ์หรือเข้าร่วมกิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้นตามความเหมาะสม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้มีสถานที่ อุปกรณ์ รวมทั้งกิจกรรมออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการอย่างเหมาะสม

2. เพื่อส่งเสริมให้เกิดชมรม ชุมนุ่ม/กลุ่มออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการขึ้นในโรงเรียน

3. เพื่อดำเนินการให้นักเรียนทุกคนมีสมรรถภาพทางกายตามเกณฑ์มาตรฐาน

การดำเนินงานในองค์ประกอบนี้ ประกอบด้วยแนวทางหลัก

2 ส่วน คือ

1. การจัดสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ สำหรับนักเรียน บุคลากรในโรงเรียน และการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนและชุมชน โดยใช้ กิจกรรมออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการเป็นตัวนำ

2. การพัฒนาสมรรถภาพร่างกาย

### กิจกรรมที่ 3 การเสริมสร้างความเข้มแข็งบทบาทของชุมชน

ประกอบด้วย

#### กิจกรรมย่อยที่ 1 การให้คำปรึกษา และสนับสนุนทางสังคม

การให้คำปรึกษา และสนับสนุนทางสังคม หมายถึง ระบบบริการให้คำปรึกษาแนะแนว และช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาสุขภาพกาย สุขภาพจิต และภาวะเสี่ยง รวมทั้งพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียน

วัตถุประสงค์เพื่อให้ให้นักเรียนที่มีปัญหาได้รับการช่วยเหลือจากระบบบริการของโรงเรียน โดยความร่วมมือของครู เจ้าหน้าที่สาธารณสุขและผู้เกี่ยวข้องในชุมชน

#### กิจกรรมที่ 4 การพัฒนาทักษะบุคคล ประกอบด้วย

##### กิจกรรมย่อยที่ 1 การส่งเสริมสุขภาพบุคลากรในโรงเรียน

การส่งเสริมสุขภาพบุคลากรในโรงเรียน หมายถึง การจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อกระตุ้น ส่งเสริมให้บุคลากรในโรงเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม ส่งผลดีต่อสุขภาพของตนเองและเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักเรียนในโรงเรียน

การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ เป็นกระบวนการทำให้เกิดกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค ตามกรอบแนวทาง 10 องค์ประกอบ ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญ ที่ถูกต้อง อาศัยการมีส่วนร่วมของนักเรียน ครู ผู้ปกครอง และสมาชิกในชุมชน

### 7. รูปแบบในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในประเทศไทย

องค์การอนามัยโลกได้เสนอแนะให้โรงเรียนต่างๆ พัฒนาโรงเรียนไปสู่โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โดยปรับปรุงโครงสร้างงานอนามัยโรงเรียนเดิมที่มีอยู่ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสุขภาพและผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา การส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนนี้ได้สอดคล้องกับการประกันคุณภาพทางการศึกษา ในการศึกษาที่จะให้โรงเรียนเป็นสถานที่ผลิตบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถและมีคุณภาพชีวิตที่ดี เนื่องจากโรงเรียนเป็นสถานที่พร้อมสำหรับการเรียนรู้การอยู่อาศัย ตลอดจนเรียนรู้ประสบการณ์ชีวิต ซึ่งการที่จะก้าวเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพได้นั้นต้องอาศัยปัจจัยต่างๆ มากมาย ทั้งปัจจัยภายในโรงเรียนและภายนอกโรงเรียน เช่น การจัดให้มีสถานที่ออกกำลังกาย การจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพที่ดีต่อนักเรียนและชุมชน และนอกจากนั้นบุคลากรครู

ในโรงเรียน ซึ่งมีส่วนสำคัญในการดำเนินงานประสานงานและผลักดันเพื่อให้โรงเรียนก้าวไปสู่โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งมีผู้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

สุคนธ์ เจียสกุล และนพรัตน์ แก่นนาคำ (2546 : 11 – 24) ได้กล่าวถึงโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และได้เสนอรูปแบบการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ดังนี้

1. Administration โรงเรียนมีกฎระเบียบ นโยบาย แผนงานเรื่องการส่งเสริมสุขภาพ มีการเตรียมพร้อมบุคลากร มีการอบรมครู มีการจัดองค์การให้มีสุขภาพดี มีโครงการส่งเสริมสุขภาพให้แก่ครู และบุคลากรอื่นๆ ในโรงเรียน
2. Curricular โรงเรียนมีการพัฒนากระบวนการเรียนการสอนทั้งในหลักสูตรและนอกหลักสูตรให้ทันสมัยสอดคล้องกับสภาพ และปัญหา
3. Community การดึงชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม ในการดำเนินกิจกรรมของโรงเรียนผ่านช่องทางต่างๆ เช่น คณะกรรมการโรงเรียน สมาคมผู้ปกครอง การจัดกิจกรรมกีฬา งานประเพณี วัฒนธรรมท้องถิ่น เพื่อให้พ่อแม่ ผู้ปกครองได้เรียนรู้พฤติกรรมในการส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้อง มีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมหรือชุมชน เช่น ปัญหา ยาเสพติด การสูบบุหรี่ โรคเอดส์ มีกิจกรรมการพัฒนาให้ชุมชนมีความเข้มแข็ง
4. Environment การสร้างให้โรงเรียนมีสิ่งแวดล้อม เพื่อชีวิตที่มีความสุข เช่น มีนโยบายปลอดบุหรี่ ปลอดสุรา มีอุปกรณ์ และสถานที่ที่ปลอดภัยให้นักเรียน ครู บุคลากรในโรงเรียนออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา มีอาหารเพื่อสุขภาพส่งเสริมให้มีความสัมพันธ์ที่ดี ระหว่างบุคคล School Services มีบริการที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพ เช่น การตรวจสุขภาพ การให้คำปรึกษา แนะนำทางด้านสุขภาพให้กับนักเรียน และบุคลากรอื่นๆ ในโรงเรียน การบริการด้านวิชาการ ออกกำลังกายและการบริการด้านอาหาร

สรุปได้ว่า แนวคิดโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในประเทศไทยนั้นจะต้องมีการเตรียมความพร้อมด้านบุคลากรมีการพัฒนาการเรียนการสอนทั้งในและนอกหลักสูตร เปิดโอกาสให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในโครงการ ซึ่งกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนมีจำนวน 4 กิจกรรม 10 องค์ประกอบ กิจกรรมที่ 1 การสร้างนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย องค์ประกอบที่ 1 นโยบายของโรงเรียน กิจกรรมที่ 2 การสร้างสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อสุขภาพ ประกอบด้วย องค์ประกอบที่ 2 การบริหารจัดการ

ในโรงเรียน องค์ประกอบที่ 3 โครงการร่วมมือระหว่างโรงเรียนและชุมชน องค์ประกอบที่ 4 การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ องค์ประกอบที่ 5 บริการอนามัยโรงเรียน องค์ประกอบที่ 6 สุขศึกษาในโรงเรียน องค์ประกอบที่ 7 โภชนาการ และอาหารที่ปลอดภัย องค์ประกอบที่ 8 การออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ กิจกรรมที่ 3 การเสริมสร้าง ความเข้มแข็งบทบาทของชุมชน องค์ประกอบที่ 9 การให้คำปรึกษา และสนับสนุนทาง สังคม กิจกรรมที่ 4 การพัฒนาทักษะบุคคล ประกอบด้วย องค์ประกอบที่ 10 การส่งเสริม สุขภาพบุคลากรในโรงเรียน

## การดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน

### 1. กิจกรรมออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ

การออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการเป็นปัจจัยสำคัญในการส่งเสริม สุขภาพนักเรียน และได้มีนักวิชาการได้ให้ความหมายและกล่าวถึงประโยชน์ของการออก กายออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ ไว้ดังนี้

#### 1.1 ความหมายของการออกกำลังกาย

จรรยาพร ธรณินทร์ (2546 : 10) กล่าวว่า การออกกำลังกาย คือ การทำให้กล้ามเนื้อคลายทำงาน เพื่อให้ร่างกายมีการเคลื่อนไหว พร้อมกับการได้แรงงาน ในขณะที่เดียวกันยังมีการทำงานของระบบต่างๆ ในร่างกาย เพื่อช่วยจัดแผนงาน ควบคุม และปรับปรุงส่งเสริม ให้การออกกำลังกายมีประสิทธิภาพ และคงอยู่การออกกำลังกาย จึงหมายความว่า การเคลื่อนไหวออกแรง เพื่อทำกิจกรรมทางร่างกายในทุกลักษณะ เพื่อ ฝึกให้ร่างกายได้เคลื่อนไหว ช่วยให้กล้ามเนื้อได้ทำงาน แข็งแรง และเจริญเติบโต ปอดและ หัวใจทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ ผ่อนคลายความตึงเครียดในใจ

เสก อักษรนุเคราะห์ (2547 : 30) กล่าวว่า การออกกำลังกาย คือ การเคลื่อนไหวร่างกายหรือการกระตุ้นให้ส่วนต่างๆ ของร่างกายทำงานมากกว่าภาวะปกติ อย่างเป็นระบบระเบียบ โดยคำนึงถึงความเหมาะสมของเพศ วัย และสภาพร่างกายของ แต่ละบุคคลเป็นสำคัญ จนส่งผลให้ส่วนต่างๆ ของร่างกายนั้นๆ มีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างเป็นสุขและมีคุณภาพ

วัฒนา สุทธิพันธ์ (2548 : 5 - 7) กล่าวว่า การออกกำลังกาย คือ การเคลื่อนไหวร่างกายหรือการกระตุ้นให้ส่วนต่างๆ ของร่างกายทำงานกว่าภาวะปกติ



อย่างเป็นทางการระเบียบ โดยคำนึงถึงความเหมาะสมของเพศ วัย และสภาพร่างกายของแต่ละบุคคลเป็นสำคัญ จนส่งผลให้ร่างกายมีความสมบูรณ์แข็งแรง และนอกจากนี้ยังทำให้มีสุขภาพกายสุขภาพจิตดีอีกด้วย

สันต์ ใจยอดศิลป์ (2552 : 8) กล่าวว่า การออกกำลังกาย คือ การขยับเขยื้อน เคลื่อนไหวมีกิจกรรมให้ร่างกายได้ออกแรง การออกกำลังกายเป็นทั้งวัคซีนป้องกันโรคและยารักษาโรค ขณะออกกำลังกาย จะมีเซลล์ภูมิคุ้มกันออกมาไหลเวียนในกระแสเลือด เหมือนแม่บ้านออกมาเก็บกวาดบ้าน

โดยสรุปแล้วการออกกำลังกาย ก็คือ การทำให้ร่างกาย ได้มีกิจกรรมการเคลื่อนไหว ทำให้ร่างกายมีการขยับเขยื้อนเพื่อเป็นการกระตุ้นให้ร่างกายมีการทำงานอยู่ตลอดเวลา ซึ่งไม่ใช่เพียงการออกแรงหรือทำงานหนักเท่านั้น แต่การออกแรงน้อยๆ เช่น การทำงานบ้านก็เป็นกิจกรรมการออกกำลังกายด้วย

#### 1.2 ความหมายของการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพมีความสำคัญอย่างยิ่ง และได้มีผู้ให้ความหมาย ไว้ดังนี้

วิชัย อนุตรรงค์วรรณ (2546 : 15) ได้ให้คำจำกัดความของการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพว่า หมายถึง การออกกำลังกายเพื่อทำให้สุขภาพร่างกายแข็งแรงและระบบไหลเวียนเลือดเป็นปกติทำให้ผู้ที่ออกกำลังกายมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี รวมถึงการออกกำลังกายที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย โดยเฉพาะหัวใจ หลอดเลือดและปอด คือ การออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง (แอโรบิค) เช่น เดิน วิ่ง เต้นแอโรบิค ว่ายน้ำ ขี่จักรยาน กระโดดเชือก เต้นรำ โดยมีความนานไม่น้อยกว่า 20 นาทีต่อครั้ง มีความหนักโดยให้ชีพจรเต้นประมาณ 70 - 80 เปอร์เซ็นต์ ของอัตราเต้นหัวใจสูงสุดและมีความบ่อยประมาณ 3 วันต่อสัปดาห์และเลือกวิธีการออกกำลังกาย ที่ชอบ สะดวก เหมาะสมและปฏิบัติได้อย่างสม่ำเสมอ จะช่วยป้องกันโรคต่างๆ ได้

กรมอนามัย (2547 : 40) ให้คำจำกัดความของการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพว่า หมายถึง การออกกำลังกายแบบแอโรบิคที่มีการใช้ไขมันเป็นพลังงานใช้ออกซิเจนช่วยในการสันดาปเป็นระยะเวลาานติดต่อกันเพียงพอที่จะให้เกิดความอดทนของปอด หัวใจ และระบบไหลเวียนโลหิต จึงจะมีผลต่อสุขภาพ (กรมอนามัย. 2547 : 40)

จากความหมายดังกล่าว จึงสรุปได้ว่า การเล่นกีฬา และการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ หมายถึงกิจกรรมใดๆ ที่ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ

ของร่างกายอย่างมีระบบระเบียบเป็นระยะเวลาอันติดต่อกันเพียงพอที่จะทำให้มีสุขภาพดี

### 1.3 ความหมายของกีฬา และการเล่นกีฬา

ตามความหมายของกีฬา และการเล่นกีฬาของการกีฬาแห่งประเทศไทยได้ให้ความหมายที่สำคัญ ดังนี้

สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (2546 : 3) ได้ให้ คำจำกัดความว่า การเล่นกีฬา หมายถึง การกระทำใดๆ ที่ทำให้มีการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย โดยใช้ทักษะกีฬาพื้นฐาน และมีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสุขภาพ เพื่อความสนุกสนาน เพื่อสังคม เพื่อการแข่งขัน โดยต้องเคร่งครัดต่อกฎกติกาของการแข่งขัน หรือไม่เคร่งครัดก็ได้ เช่น การเล่นฟุตบอล รักบี้ บาสเกตบอล แบดมินตัน กอล์ฟ วายน้ำ ตะกร้อ วอลเลย์บอล ฯลฯ

พีระวัฒน์ วิลัยลักษณ์ (2552 : 17) กล่าวว่า กีฬา ประกอบด้วย กิจกรรมปกติหรือทักษะที่อยู่ภายใต้กติกาซึ่งถูกกำหนดโดยความเห็น ที่ตรงกันโดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อการพักผ่อน การแข่งขัน ความเพลิดเพลิน ความสำเร็จ การพัฒนาของทักษะ หรือหลายสิ่งรวมกัน กีฬาเป็นกิจกรรมที่ควบคู่กับการแข่งขัน และระบบคะแนนรวมทั้งกิจกรรมการเล่นทั้งที่ต้องออกแรงเพื่อประโยชน์ของร่างกายจิตใจ และที่ต้องใช้สมองเพื่อความเจริญของสติปัญญาทุกชนิด รวมทั้งประเภทที่เรียกว่ากรีฑาด้วยกีฬาอาจจัดเป็นประเภทใหญ่ๆ 2 ประเภท ได้แก่ กีฬากลางแจ้งกับกีฬาในร่มกีฬาหลายประเภทได้มีการจัดการแข่งขันในระดับเขต ประเทศ และระดับโลก ซึ่งกีฬาหลายชนิดได้มีการใส่เข้าและนำออกโดยการปรับปรุงของทางโอลิมปิก เช่น รักบี้ ลาครอสส์ หรือ โปโล เป็นต้น

กล่าวโดยสรุป กีฬาเป็นกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหว และสันทนาการเล่นภายใต้ กฎกติกาอย่างเป็นระเบียบ ส่วนการเล่นกีฬาเป็นการกระทำที่มีการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายโดยใช้ทักษะกีฬา เพื่อส่งเสริมสุขภาพ สนุกสนานและเพื่อการแข่งขัน

### 1.4 ความหมายของนันทนาการ

คำว่า "นันทนาการ" เป็นคำใหม่ที่บัญญัติขึ้นใช้แทนคำว่า "สันทนาการ" สำหรับคำภาษาอังกฤษคือ "Recreation" ซึ่งมาจากคำว่า "Create" แปลว่าสร้างขึ้นหรือทำขึ้นเติมคำว่า "Re" เป็น "Recreate" แปลว่า สร้างขึ้นมาใหม่หรือทำขึ้นใหม่ เมื่อเป็น "Recreation" ก็ให้ความหมายว่า "การสร้างขึ้นมาใหม่" ซึ่งหมายความว่า คนเราเมื่อประกอบภารกิจ ประจำวันก็จะเกิดความเครียด ความอ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย เมื่ออย่างนี้

ร่างกาย และจิตใจ ก็จะต้องหาสิ่งที่ทำให้ความเครียด เหนืออย่างง่าย อ่อนเพลียหายไปกลับมีพลังคืนสภาพปกติ

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 ได้ให้ความหมายของคำว่า “นันทนาการ” ไว้ว่า “กิจกรรมที่ทำตามสมัครใจในยามว่างเพื่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน และผ่อนคลายความตึงเครียด” ลักษณะของกิจกรรมนันทนาการจะต้องมีลักษณะดังต่อไปนี้ (ราชบัณฑิตยสถาน. 2542 : 571)

1. เป็นกิจกรรม (Activity) กล่าวคือ เป็นการกระทำด้วยการเคลื่อนไหวของอวัยวะต่างๆ ของร่างกายหรือเปลี่ยนแปลงอิริยาบถที่มีปฏิริยาต่อสิ่งแวดล้อม เช่น การวิ่ง ออกกำลังกาย การเดินออกกำลังกาย การเล่นกีฬา ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ ฯลฯ ไม่ได้หมายถึงการนอนหลับ แต่ต้องเป็นการเคลื่อนไหว และมีผลต่อการเรียนรู้ และประสบการณ์ของชีวิตของคนเราด้วย

2. กระทำในเวลาว่าง (Leisure time) ลักษณะของกิจกรรมนันทนาการนั้นบุคคลต้องเข้าร่วมในเวลาว่างเท่านั้น เวลาว่าง หมายถึง เวลาที่บุคคลเป็นอิสระจากการหาเลี้ยงชีพ และเป็นเวลาที่เหลือจากการนอน และการประกอบกิจวัตรประจำวัน เช่น อาบน้ำ แปรงฟัน แต่งตัว เป็นต้น

3. ความสมัครใจ (Voluntary) เป็นการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นๆ ต้องเป็นไปโดยความสมัครใจ

4. ความสนุกสนาน และความสมัครใจ (Satisfaction) กิจกรรมนั้นต้องก่อให้เกิดความพึงพอใจเพลิดเพลินสนุกสนานในทันที เกิดความพอใจทั้งปัจจุบันและอนาคต

5. การสร้างสรรค์ (Constructive) กิจกรรมนั้นจะต้องมีคุณค่า และประโยชน์ ต่อตนเองและสังคมโดยรวม รวมทั้งไม่เป็นอบายมุขหรือเหตุแห่งความเสื่อมเสียทั้งหลาย

6. ไม่เป็นกิจกรรมสำหรับเลี้ยงชีพหรือเป็นอาชีพ (Non-resurvival) เช่น การเล่นกีฬาเพื่อความสนุกสนาน และเป็นการออกกำลังกายโดยไม่ต้องการเงินตอบแทนถือเป็นกิจกรรมนันทนาการ

#### 1.5 ประโยชน์จากการออกกำลังกาย

ร่างกายของคนเราประกอบไปด้วยอวัยวะต่างๆ มากมาย ที่ทำงานประสานสอดคล้องกันตลอดเวลา อวัยวะบางอย่างได้พักบ้างหรือทำงานน้อยลง ขณะที่

ไม่ได้ใช้งาน เช่น กล้ามเนื้อ แขนขา ในขณะที่เรานอนหลับ ภาวะอาหาร ลำไส้ ในขณะที่ไม่ได้รับประทานอาหารเข้าไป เป็นต้น แต่มีอวัยวะที่สำคัญ ได้แก่ ระบบการไหลเวียนของโลหิต และระบบการหายใจซึ่งมีหัวใจและปอดเป็นอวัยวะที่สำคัญในการทำหน้าที่ หัวใจและปอดไม่ได้มีโอกาสที่จะหยุดพักเหมือนอวัยวะอื่นๆ ในขณะที่นอนหลับอาจจะทำงานน้อยลงบ้างแต่ก็ไม่ได้พักเหมือนเช่น อวัยวะอื่นๆ เพราะเซลล์ต่างๆ ทุกส่วนของร่างกายจำเป็นต้องได้รับเลือดที่นำเอาออกซิเจนมาหล่อเลี้ยงตลอดเวลา ดังนั้นคนเราจึงต้องหาทางที่จะทำให้หัวใจและปอดมีการทำงานที่มีประสิทธิภาพ มีความคงทนต่อการใช้งานตลอดเวลา และในปัจจุบันนี้ยังไม่มียาหรือสารอาหารอะไรที่จะทำให้อวัยวะทั้งสองมีความแข็งแรง ทนทานต่อสภาพการทำงานให้มีประสิทธิภาพตลอดเวลาได้ ยกเว้นแต่การออกกำลังกายเท่านั้นที่ทุกคนยอมรับว่าสามารถทำให้ทั้งหัวใจ และปอดทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุดได้ มีนักวิชาการได้กล่าวถึงประโยชน์จากการออกกำลังกายไว้ดังนี้

กรมอนามัย (2546) ได้ระบุถึงประโยชน์จากการเคลื่อนไหวออกแรง และการออกกำลังกายที่สำคัญต่อสุขภาพ ดังนี้

1. ช่วยให้คุณสุขภาพดีขึ้น
2. ช่วยเสริมสร้างสมรรถภาพให้ร่างกายแข็งแรง
3. ทำให้บุคลิกภาพท่าทาง และการทรงตัวดีขึ้น
4. เพิ่มความภูมิใจในตัวเอง
5. ทำให้กล้ามเนื้อและกระดูกแข็งแรง
6. ทำให้รู้สึกมีพลัง
7. ทำให้ผ่อนคลาย ลดความเครียด และลดความซึมเศร้า
8. ทำให้จิตใจสบายอารมณ์แจ่มใส
9. ทำให้ผู้สูงอายุเคลื่อนไหวได้ดี โดยไม่พลัดหกล้มง่าย
10. ลดความเสี่ยงจากการเป็นโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูงและโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่
11. ช่วยลดความดันโลหิต ในผู้ป่วยโรคความดันโลหิต
12. ลดความเสี่ยงจากการตายด้วยโรคหัวใจ
13. ลดความเสี่ยงจากการตายก่อนวัยอันควร (ไม่ตายก่อนอายุ 65 ปี)

นภพร ทศนัยนา (2547 : 2 – 4) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายที่มีผลต่อร่างกายในด้านต่างๆ ดังนี้

#### 1. สมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness)

สมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness) หมายถึง ความสามารถสูงสุดของบุคคลในการประกอบภารกิจต่างๆ ให้ได้ผลดีมีประสิทธิภาพโดยที่ร่างกายเหนื่อย เมื่อย ล้าช้าแต่ฟื้นคืนสู่สภาพปกติได้เร็ว

นภพร ทศนัยนา (2549 : 8) ได้จำแนกสมรรถภาพทางกายเป็นองค์ประกอบย่อยไว้ 5 องค์ประกอบ คือ

Speed คือ ความเร็วเป็นความสามารถของกล้ามเนื้อในการทำงานเพื่อให้ร่างกายเคลื่อนไหวบางส่วนหรือทั้งหมด ไปสู่เป้าหมายโดยใช้เวลาน้อยที่สุด

Balance คือ ความทรงตัว เป็นความสามารถในการควบคุมท่าทางของร่างกายให้อยู่ในลักษณะที่ต้องการได้โดยไม่เสียหลัก ไม่ว่าจะอยู่กับที่หรือเคลื่อนไหวก็ตาม

Flexibility คือ ความอ่อนตัว เป็นความสามารถในการพับยืดเหยียดของกล้ามเนื้อและเอ็นข้อต่อที่มากที่สุด

Strength คือ ความแข็งแรงเป็นความสามารถของกล้ามเนื้อในการทำงานสูงสุดเพื่อต้านแรงที่มากกระทำ

Power คือ พลังกล้ามเนื้อเป็นความสามารถในการทำงานอย่างฉับพลันเพื่อกระแทกแรงต้านที่มากกระทำ

#### 1.6 ประโยชน์ของการเล่นกีฬา

การเล่นกีฬาและออกกำลังกายที่ดีอยู่เสมอจะมีผลดีต่อร่างกาย ดังนี้ (สมชาย ลีทองอิน. 2548 : 1)

1. ระบบหมุนเวียนโลหิต กล้ามเนื้อหัวใจแข็งแรงขึ้น หลอดเลือดมีความยืดหยุ่นตัวดี ซึ่งพราะขณะพักลดลง ซึ่งแสดงถึงประสิทธิภาพสำรองของหัวใจดีขึ้น สามารถทำงานได้ดี

2. ระบบหายใจ งดลมหุด และขยายยืดตัวได้ดี ปอดแข็งแรง

3. ระบบกล้ามเนื้อ แข็งแรง

4. ระบบโครงกระดูก กระดูกข้อต่อแข็งแรง ข้อต่อเคลื่อนไหวได้ดี

5. ประโยชน์ทั่วไป

5.1 ทำให้มีสุขภาพดี ทั้งร่างกายและจิตใจ

5.2 ทำให้ร่างกายมีสมรรถภาพ ในด้านความทนทาน แข็งแรง  
อ่อนตัว ว่องไว และการทรงตัวดี สามารถทำงานต่างๆ ได้มากขึ้น ความเหนื่อยมีน้อยลง  
กระฉับกระเฉงไม่อ่อนเพลีย

5.3 มีโอกาสบริหารร่างกายได้ทุกส่วน ช่วยควบคุมน้ำหนักตัว  
และทรวดทรง

5.4 ช่วยลดไขมัน และน้ำตาลในกระแสเลือด

5.5 นอนหลับสบายลดความตึงเครียดในสมอง

5.6 ระบบย่อยอาหารทำงานดีขึ้น ขับถ่ายสบาย ท้องไม่ผูก

5.7 จิตใจผ่อนคลาย แก้อาการหงอยเหงา เชื่องซึม

5.8 มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีสติปัญญาและความคิด

สร้างสรรค์ที่ดี

#### 1.7 ประโยชน์ของนันทนาการ

ตราบดีที่มนุษย์ยังต้องต่อสู้กับชีวิต จากการประกอบอาชีพที่มี  
ลักษณะแตกต่างกันไป บางคนต้องทำงานหนักตลอดวันและบางคนต้องทำงานทั้งวันทั้งคืน  
ไม่มีเวลารว่างที่จะพักผ่อนหย่อนใจและไม่มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการทำให้ระบบ  
สังคมสลับซับซ้อนมากขึ้นดังนั้นบุคคลควรจะต้องมองเห็นความสำคัญและ ประโยชน์ของ  
นันทนาการ ซึ่งจะช่วยขจัดปัญหาต่างๆ ได้ ดังนี้ (นภพร ทศนัยนา. 2547 : 10 – 14)

1. ช่วยให้คนรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ตามปกติคนมีเวลา  
ทำงาน เวลานอน กิจวัตรประจำวันแล้ว ยังมีเวลารว่างเหลืออีกประมาณวันละ 5-7 ชั่วโมง  
เวลารว่างนี้สามารถนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์ด้วยการร่วมกิจกรรมนันทนาการจะได้  
ประโยชน์ต่อสังคมดีกว่าปล่อยให้เวลาให้เปล่าประโยชน์หรือในทางอบายมุข

2. ช่วยให้บุคคลในอาชีพต่างๆ ได้พักผ่อน การมีโอกาสพักผ่อนคลาย  
ความเหน็ดเหนื่อย มีเวลาร่วมสนุกสนานในกิจกรรมนันทนาการ ใช้เวลาอื่นๆ ให้เป็น  
ประโยชน์และสร้างสรรค์

3. ช่วยในทางสุขภาพจิต สังคมปัจจุบันซับซ้อน มีปัญหาต่างๆ  
ในชีวิตมากมายสิ่งเหล่านี้เป็นหนทางนำไปสู่สุขภาพจิตเสื่อม การประกอบกิจกรรม  
นันทนาการจะทำให้สุขภาพดีแจ่มใสปราศจากความกังวลปัญหาต่างๆ ก็หมดไปและ  
ยังช่วยแก้ไขสุขภาพจิตเสื่อมได้ด้วย

4. ช่วยป้องกันอาชญากรรมและความประพฤติกเรขของเด็ก  
ปัจจุบันนี้ปัญหาวัยรุ่นที่เกิดขึ้นมีมากมาย ซึ่งเนื่องมาจากวัยรุ่นเหล่านี้ใช้เวลาว่างเหล่านั้น  
ไปในทางที่ผิด เช่น ลักขโมย ก่ออาชญากรรม ฯลฯ

5. ช่วยบำรุงขวัญ ความแข็งแรง และความอดทนของทหาร  
ตำรวจ นันทนาการทำให้ทหาร ตำรวจมีร่างกายแข็งแรงและรื่นเริง สนุกสนาน ไม่ว่าจะในยาม  
สงบหรือในยามสงครามเช่น มีนักร้องไปแสดงให้ความบันเทิงแก่ทหาร ตำรวจ ซึ่งเป็นสิ่งที่  
ช่วยบำรุงขวัญ บำรุงน้ำใจ ทำให้มีกำลังใจ มีความแข็งแรง อดทนเพื่อหน้าที่

6. ส่งเสริมให้เกิดความสุข ความพอใจ ผู้ที่จะเข้าร่วมในกิจกรรม  
นันทนาการชนิดใดนั้น ย่อมพอใจในกิจกรรมนั้น ผลที่ได้รับทำให้เขามีความสุขสดชื่น  
เพลิดเพลิน สนุกสนาน พอใจในชีวิตและสังคม

7. ช่วยให้ความปลอดภัยแก่สังคม ประชาชนในกรุงเทพฯ อยู่กัน  
อย่างหนาแน่น จะหาที่ว่างใช้สำหรับเล่น สำหรับพักผ่อน สนามเด็กเล่นมีไม่พอ จะเห็นได้ว่า  
เด็กจำนวนมากวิ่งเล่นบนถนนหรือบนทางเท้า ซึ่งอาจจะเกิดอันตรายได้ ฉะนั้นเพื่อความ  
ปลอดภัยแก่เด็ก ควรจัดสนาม เด็กเล่น สนามกีฬาให้เพียงพอ

8. ช่วยเสริมความรักความอบอุ่นและความเข้าใจอันดี สมาชิก  
ภายในครอบครัวจะมีโอกาสพบกันเสมอ และได้แสดงความเห็นอกเห็นใจโดยการ  
ใช้กิจกรรมนันทนาการร่วมกัน เพื่อส่งเสริมความเข้าใจอันดี

9. ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี ประชาชนที่รู้จักบำรุงรักษาสุขภาพ  
ใช้เวลาว่างในทางที่ถูก ไม่สร้างความเดือดร้อนให้สังคม รักความยุติธรรม ไม่เห็นแก่ตัว รัก  
หมู่คณะ มีน้ำใจรักการให้ บริการอาสาสมัครช่วยเหลือสังคม สิ่งเหล่านี้ก็นับว่าเป็นพลเมือง  
ดี ซึ่งสืบเนื่องจากการเข้าร่วมนันทนาการ

10. ส่งเสริมให้มีการสงวนทรัพยากรธรรมชาติของประเทศชาติ  
นันทนาการมีนโยบายให้มีการสงวนป่าไม้ เพื่อเป็นวนอุทยานเป็นสวนพฤกษชาติ เพื่อให้  
ประชาชนได้แสวงหาความสุข ความพอใจ และความเพลิดเพลินจากธรรมชาติที่สวยงาม  
ทำให้ทรัพยากรธรรมชาติของประเทศยั่งยืนนานไม่มีวันหมดสิ้น

## 2. กิจกรรมนักเรียน

### 2.1 ความหมายของกิจกรรมนักเรียน

คำว่า กิจกรรม ตามความหมายของพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน

พ.ศ. 2542 (2546 : 126) ได้ให้ความหมายไว้ว่า กิจกรรม หมายถึง การที่ผู้เรียน ปฏิบัติการอย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อการเรียนรู้ และคำว่า นักเรียน ตามความหมายของ พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 (2546 : 568) ได้ให้ความหมายไว้ว่า นักเรียน หมายถึง ผู้ที่ศึกษาเล่าเรียนหรือผู้ที่ได้รับการศึกษาจากโรงเรียน

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 กำหนด กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ดังนี้ (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. 2551 : 20 - 21)

กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน มุ่งให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองตามศักยภาพ พัฒนา อย่างรอบด้านเพื่อความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ทั้งร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคม เสริมสร้างให้เป็นผู้มีศีลธรรมจริยธรรม มีระเบียบ ปลูกฝังและสร้างจิตสำนึกของการทำ ประโยชน์เพื่อสังคม สามารถจัดการตนเองได้และอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข กิจกรรม พัฒนาผู้เรียน แบ่งเป็น 3 ลักษณะ ดังนี้

#### 1. กิจกรรมแนะแนว

เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียนให้รู้จักตนเอง รู้รักษ์ สิ่งแวดล้อม สามารถตัดสินใจ คิดแก้ปัญหา กำหนดเป้าหมายวางแผนชีวิตทั้งด้าน การเรียนและอาชีพ สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ยังช่วยให้ครูได้รู้จัก และเข้าใจนักเรียน

#### 2. กิจกรรมนักเรียน

เป็นกิจกรรมที่มุ่งพัฒนาความมีระเบียบวินัย ความเป็นผู้นำผู้ ตามที่ดี ความรับผิดชอบ การทำงานร่วมกัน การรู้จักแก้ปัญหา การตัดสินใจที่เหมาะสม ความมีเหตุผล การช่วยเหลือแบ่งปันกัน มีความเอื้ออาทร โดยจัดให้สอดคล้องกับ ความสามารถ ความถนัด และความสนใจของผู้เรียน ให้ปฏิบัติด้วยตนเองทุกชั้นตอน ได้แก่ การศึกษาวិเคราะห์วางแผน ปฏิบัติตามแผน ประเมินและปรับปรุงการทำงาน เน้น การทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มตามความเหมาะสมและสอดคล้องกับวุฒิภาวะของผู้เรียน บริบทของสถานศึกษาและท้องถิ่น กิจกรรมนักเรียนประกอบด้วย

2.1 กิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี ยุวกาชาด ผู้บำเพ็ญประโยชน์ และนักศึกษาวิชาทหาร

2.2 กิจกรรมชุมนุม ชมรม



### 3. กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์

เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม ชุมชนและท้องถิ่นตามความสนใจ เพื่อแสดงถึงความรับผิดชอบ ความตั้งใจ ความเสียสละต่อสังคม มีจิตสาธารณะ

สรุปได้ว่า กิจกรรมนักเรียน การที่ผู้เรียนปฏิบัติกรอย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อการเรียนรู้ กิจกรรมมุ่งให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองตามศักยภาพ พัฒนาอย่างรอบด้านเพื่อความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ทั้งร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคม เสริมสร้างให้เป็นผู้มีศีลธรรมจริยธรรม มีระเบียบ ปลูกฝังและสร้างจิตสำนึกของการทำประโยชน์เพื่อสังคม สามารถจัดการตนเองได้และอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

#### 2.2 กิจกรรมการตรวจความสะอาดร่างกาย

มีผู้กล่าวถึงกิจกรรมการตรวจทำความสะอาดร่างกาย (สุนันท์ พิพัฒน์เพ็ญ. 2528 : 22-23, อ้างถึงใน เมธี ลาหุล้าเลิศ. 2547 : 63) กล่าวว่า การตรวจร่างกาย เป็นหน้าที่ของครูประจำชั้นที่จะต้องตรวจความสะอาดของร่างกายโดยทั่วไปของเด็กในชั้นเรียนของตน ซึ่งควรจะทำหลังจากเคารพธงชาติและสวดมนต์ไหว้พระเสร็จเรียบร้อยแล้ว โดยครูจะยืนอยู่หน้าห้องเรียน เมื่อเด็กเดินเป็นแถวจะเข้าห้องเรียน ครูก็ตรวจความสะอาดของร่างกายเป็นรายบุคคล เช่น การตรวจผิวหนัง และร่างกายทั่วไป 10 ท่าในท่ายืน ดังนี้

ท่าที่ 1 ตรวจเล็บและผิวหนัง โดยให้เด็กยืนแขนเหยียดตรงไปข้างหน้าขนานกับพื้นและคว่ำฝ่ามือลง

ท่าที่ 2 ตรวจฝ่ามือและผิวหนัง โดยให้เด็กยืนแขนเหยียดตรงไปข้างหน้าขนานกับพื้นและหงายฝ่ามือขึ้น

ท่าที่ 3 ตรวจตา ให้ใช้นิ้วมือดึงเปลือกตาล่างลง

ท่าที่ 4 ตรวจเหงื่อไคลที่คอ ให้ใช้นิ้วมือดึงคอเสื้อขึ้น

ท่าที่ 5 ตรวจเหา และเหงื่อไคลที่หูขวา ให้เอียงหน้าไปทางซ้าย (ถ้าเป็นเด็กหญิงให้ใช้มือเปิดผมตรงหูขวาขึ้น)

ท่าที่ 6 ตรวจเหา และเหงื่อไคลที่หูซ้าย ให้เอียงหน้าไปทางขวา (ถ้าเป็นเด็กหญิงให้ใช้มือเปิดผมตรงหูซ้ายขึ้น)

ท่าที่ 7 ตรวจฟัน เหงือก ริมฝีปาก ให้กัดฟันและยิ้มกว้าง

ท่าที่ 8 ตรวจคอ ต่อม ฟัน ให้อ้าปากแลบลิ้นร้อง ออ

ท่าที่ 9 ตรวจเล็บเท้าและผิวหนังถึงเข่า ให้ยื่นหันหน้าเข้าหาครู  
(ถ้าเป็นเด็กหญิงให้ดึงกระโปรงขึ้นเหนือเข่า)

ท่าที่ 10 ตรวจตั้งแต่เท้าถึงหัวเข่า จากท่าที่ 9 กลับหลังหันตรวจ  
ด้านหลัง

กล่าวโดยสรุปได้ว่า การตรวจความสะอาดร่างกายของเด็กนักเรียนในตอน  
เช้าเป็นหน้าที่ของครูประจำชั้น หรือครูที่ปรึกษาร่วมกับครูอนามัยโรงเรียน ตรวจร่างกาย  
ให้กับเด็ก เพื่อหาข้อบกพร่องทางร่างกายเพื่อหาแนวทางการป้องกันและพัฒนาสิ่งที่เกิด  
ขึ้นกับนักเรียนต่อไป

### 2.3 กิจกรรมตรวจสุขภาพช่องปาก

กิจกรรมการตรวจสุขภาพช่องปากเป็นกิจกรรมสำคัญกิจกรรมหนึ่ง  
ที่ต้องมีในการจัดกิจกรรมโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพและงานอนามัยโรงเรียน ซึ่งมีนักวิชาการ  
ได้นำเสนอรายละเอียดเกี่ยวกับฟันและเหงือกไว้ ดังนี้

2.3.1 ฟันและเหงือก (กิตติ สุพันธ์วัฒน์, 2554 : ออนไลน์) ฟัน  
ของเรามี 2 ชุด คือ

2.3.1.1 ฟันชุดแรก เรียกว่า ฟันน้ำนม

2.3.1.2 ฟันชุดที่ 2 เรียกว่า ฟันแท้

ฟันน้ำนม มี 20 ซี่ แบ่งอยู่ในขากรรไกรบน 10 ซี่ และอยู่ใน  
ขากรรไกรล่าง 10 ซี่ ในแต่ละขากรรไกรจะมีฟันหน้าหรือฟันตัด (incisor) 4 ซี่ ฟันเขี้ยว  
(canine) 2 ซี่ และฟันกราม (molar) 4 ซี่ ฟันน้ำนมซี่แรกจะปรากฏให้เห็นในช่องปากเป็นฟัน  
ตัด เมื่ออายุได้ประมาณ 6 เดือน การขึ้นของฟันน้ำนมจะดำเนินเรื่อยไปและขึ้นครบทุกซี่  
เมื่ออายุได้ประมาณ 2 ขวบครึ่ง

ฟันแท้ มี 32 ซี่ แบ่งอยู่ในขากรรไกรบน 16 ซี่ และอยู่ใน  
ขากรรไกรล่าง 16 ซี่ ในแต่ละขากรรไกรมีฟันหน้าหรือฟันตัด 4 ซี่ ฟันเขี้ยว 2 ซี่ ฟันกราม  
น้อย (premolar) 4 ซี่ และฟันกราม 6 ซี่ ฟันแท้ซี่แรกขึ้นปรากฏให้เห็นในช่องปาก เป็นฟัน  
กรามซี่ที่หนึ่ง ซึ่งขึ้นเรียงต่อจากฟันกรามน้ำนมเมื่อเด็กอายุได้ประมาณ 6 ปี ฟันน้ำนมซี่  
แรกคือ ฟันหน้า จะเริ่มหลุดและมีฟันแท้ซึ่งเป็นฟันหน้าเช่นกันขึ้นแทนที่เมื่อเด็กอายุได้  
ประมาณ 7 ขวบ สีของฟันแท้จะเหลืองเข้มกว่าสีของฟันน้ำนมสังเกตเห็นได้ชัด การหลุด  
ของฟันน้ำนมและมีฟันแท้ขึ้นมาแทนที่ จะดำเนินไปจนอายุได้ประมาณ 11 ปี ฟันน้ำนมก็  
หลุดหมด และมีฟันแท้ขึ้นแทนครบทุกซี่ การขึ้นของฟันแท้จะดำเนินไปจนครบทุกซี่เมื่ออายุ

ได้ประมาณ 18 – 20 ปี แต่บางคนฟันกรามซี่ที่ 3 ไม่สามารถจะขึ้นได้ เนื่องจากมีเนื้อที่ไม่พอเรียกว่า ฟันชนหรือฟันคุด (impacted teeth) แต่บางคนก็ไม่มีฟันกรามซี่ที่ 3 เนื่องจากไม่มีหน่อฟัน (tooth bud)

### 2.3.2 รูปร่างและหน้าที่ของฟัน

ฟันแต่ละซี่ แบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ

2.3.2.1 ตัวฟัน คือ ส่วนของฟัน ซึ่งงอกขึ้นมาปรากฏในช่องปาก สามารถมองเห็นได้

2.3.2.2 คอฟัน คือ ส่วนที่อยู่ระหว่างตัวฟันและรากฟัน ซึ่งเป็นส่วนของฟันที่มีเหงือกมาสัมผัสอยู่

2.3.2.3 รากฟัน เป็นส่วนหนึ่งของฟัน ซึ่งฝังอยู่ในกระดูกเบ้ารากฟันของขากรรไกร รากฟันนี้จะยึดต่อกับกระดูกเบ้ารากฟันด้วยเส้นใยยึดต่อที่เรียกว่า เอ็นปริทันต์ (periodontal ligament) เอ็นปริทันต์นี้ทำหน้าที่คล้ายเบาะรองรับและถ่ายทอดแรงบดเคี้ยวจากฟันไปสู่ กระดูกขากรรไกร เอ็นปริทันต์ที่อยู่ล้อมรอบรากฟันพร้อมด้วยเส้นโลหิตและเส้นประสาทรวมเรียกว่า เยื่อปริทันต์ ฟันแต่ละซี่ จะมีลักษณะและหน้าที่แตกต่างกันกล่าวคือ

- 1) ฟันตัด มีลักษณะแบนและบาง มีขอบหน้าคมทำหน้าที่ตัดหรือกัด
- 2) ฟันเขี้ยว มีลักษณะซี่ใหญ่ หนา แข็งแรง มียอดปลายแหลม สำหรับฉีกและตีส
- 3) ฟันกรามน้อยและฟันกราม จะมียอดหรือปุ่ม (cusp) หลายปุ่ม สำหรับขบและบดอาหารให้ละเอียดทำหน้าที่คล้ายโม

ฟันแต่ละชนิดจะมีรากแตกต่างกันออกไป กล่าวคือ ฟันตัด และฟันเขี้ยว จะมีรากเดี่ยว ฟันกรามน้อยจะมีชนิดรากเดี่ยวและรากคู่ ส่วนฟันกรามในขากรรไกรล่างมีรากคู่ แต่ฟันกรามในขากรรไกรบนจะมี 3 ราก

### 2.3.3 การเจริญเติบโตของฟัน

ฟันน้ำนมและฟันแท้ จะเจริญเติบโตมาจากตุ่มหรือหน่อฟัน (tooth bud) ซึ่งหน่อฟันนี้จะเจริญเติบโตมาจากการพัฒนาตัวเองของเนื้อเยื่อบางส่วนในช่องปาก ไตงอกเข้าไปในขากรรไกร หน่อฟันนี้เริ่มเกิดขึ้นตั้งแต่เด็กอยู่ในท้องของแม่ มีอายุได้ 6 สัปดาห์ หน่อฟันนี้จะมีทั้งของฟันน้ำนมและของฟันแท้ การเจริญเติบโตของหน่อฟัน

ครั้งแรกจะเริ่มเป็นเนื้อเยื่ออ่อนก่อนแล้วจะเปลี่ยนไปเป็นเนื้อเยื่อชนิดแข็ง การเจริญเติบโตจะค่อยเป็นค่อยไป โดยส่วนของตัวฟันจะเริ่มขึ้นก่อน ขณะที่เด็กคลอดนั้น ส่วนที่เป็นตัวฟันน้ำนมจะสร้างเป็นเนื้อเยื่อแข็งหมดแล้วทุกซี่ แต่ยังไม่ฝังตัวอยู่ในกระดูกขากรรไกรส่วนที่เป็นรากฟันยังไม่สมบูรณ์ เมื่อเด็กคลอดได้อายุประมาณ 6 เดือน ฟันน้ำนมซี่หน้าหรือฟันตัดในขากรรไกรล่างจะงอกพ้นขอบเหงือกให้แลเห็นได้ในช่องปาก

#### 2.3.4 การแปรงฟันที่ถูกต้อง

หลักการแปรงฟันที่ถูกต้องตามแนวทางปฏิบัติ ดังนี้

(ชาติรี ทัชกิจโกศล. 2554 : ออนไลน์)

1. วางแปรงแนบกับขอบเหงือก
2. เอียงขนแปรงเล็กน้อย ประมาณ 45 องศา ชีบแปรงไป - มา เล็กน้อย
3. หมุนข้อมือปิดขนแปรงจากเหงือก ผ่านตัวฟันโดยตลอด ถ้าเป็นฟันบน ปิดลงล่าง ฟันล่าง ปิดขึ้นบน
4. แปรงให้ทั่วทุกซี่ ทั้งด้านนอก ด้านในของฟันบน และฟันล่าง ให้สะอาดและควรแปรงลิ้นด้วยเพื่อมีเศษอาหารติดอยู่
5. ส่วนด้านบดเคี้ยว ถูกไปตามแนวฟัน ทั้งซ้าย - ขวา จนสะอาด แต่ละครึ่งควรใช้เวลาแปรงฟัน ประมาณ 2-3 นาที

### 3. กิจกรรมป้องกันโรค

นักการศึกษาได้กล่าวถึงแนวคิดการจัดกิจกรรมป้องกันโรค ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### 3.1 โรค

อัญชลี ศักดิ์ดาสวิช (2554 : ออนไลน์) กล่าวว่าโรคคือ สภาวะความผิดปกติของร่างกายหรือจิตใจของสิ่งมีชีวิต ซึ่งการทำงานของร่างกายเสียไป หรืออาจทำให้เกิดอันตรายถึงชีวิต ซึ่งจะแสดงออกมาเป็นอาการต่างๆ หรือไม่มีอาการแสดงต่อโรคนั้นได้

กระทรวงสาธารณสุข (2554 : ออนไลน์) ได้ให้ความหมายของคำว่าโรค คือ ภาวะใดๆ ก็ตามที่ทำให้เกิดความเจ็บปวด การทำหน้าที่ผิดปกติ ความกังวล ปัญหาสังคม หรือถึงแก่ความตาย ซึ่งมีผลกระทบต่อผู้ใกล้ชิด โรคอาจได้รับการบาดเจ็บความพิการ ความผิดปกติ กลุ่มอาการ การติดเชื้อ อาการ พฤติกรรมเบี่ยงเบน

และการเปลี่ยนแปลงที่ผิดปกติของโครงสร้างหรือหน้าที่การทำงานในประชากรมนุษย์

### 3.2 การป้องกันโรค

อัญชลี ศักดิ์ดาสวิช (2554 : ออนไลน์) ได้อธิบายความหมายของการป้องกันโรค หมายถึง การขจัด ยับยั้ง พัฒนาการของโรค รวมถึงการประเมินและการรักษาเฉพาะ เพื่อขจัดความก้าวหน้าของโรคในทุกกระยะ การป้องกันแบ่งออกเป็น 3 ระดับ

1. การป้องกันระดับแรก (Primary Prevention) หมายถึงการส่งเสริมสุขภาพโดยทั่วไปรวมถึงการปกป้อง และต่อต้านการเกิดเฉพาะโรค ได้แก่ การให้สุขศึกษา การรับประทานอาหารเหมาะสมตามวัย การพัฒนาบุคลิกภาพ การทำงาน การพักผ่อนและนันทนาการอย่างเหมาะสม การได้รับคำปรึกษาเกี่ยวกับเรื่องการแต่งงาน และเรื่องเพศ การคัดกรองพันธุกรรม การตรวจสุขภาพ

2. การป้องกันโรคระดับที่ 2 (Secondary Prevention) หมายถึง การได้รับการวินิจฉัยในระยะแรกของโร และการได้รับการรักษาอย่างทันทั่วทั้งที่ ความรุนแรงของโรคที่เป็นระยะเวลายาวสั้น สามารถกลับสู่สภาวะของการมีสุขภาพดีได้อย่างรวดเร็ว

3. การป้องกันโรคระดับที่ 3 (Tertiary Prevention) หมายถึง ระดับที่ไม่เพียงแต่การหยุดการดำเนินไปของโรคเท่านั้น แต่ต้องเป็นการป้องกัน การเสื่อมสมรรถภาพอย่างสมบูรณ์ จุดประสงค์คือให้กลับคืนสู่ สังคมได้อย่างมีคุณค่า

### 3.3 แนวคิดสำคัญ

การดำรงรักษาสุขภาพเพื่อให้สุขภาพดีนั้น นอกจากการสร้างเสริมสุขภาพป้องกันโรค ยังมีความสำคัญอย่างยิ่งที่จะทำให้สุขภาพดีตามแนวคิดหลักที่ว่า การป้องกันการเกิดโรคดีกว่าการรักษาเมื่อเจ็บป่วยหรือเป็นโรค เพราะการป้องกันปัญหาต่างๆที่อาจเกิดมาจากการเจ็บป่วยด้วย เช่น ปัญหาทางเศรษฐกิจ ปัญหาการเรียน เป็นต้น ต้องเรียนรู้เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติอย่างถูกต้องในการป้องกันโรคต่างๆ

### 3.4 หลักการป้องกันโรค

หลักการป้องกันโรค คือ การดำเนินการป้องกันโรค และการสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรค การดำเนินการป้องกันโรคแบ่งออกเป็น 2 ระยะ

#### 3.4.1 การป้องกันโรคล่วงหน้า

##### 3.4.1.1 การป้องกันโรคทั่วไป

### 3.4.1.2 การป้องกันโรคเฉพาะอย่าง

3.4.2 การป้องกันในระยะที่เกิดโรคแล้ว เป็นการป้องกันโรคที่เกิดรุนแรงมากขึ้น โดยการดำเนินการด้านต่างๆ การป้องกันภายหลังการเกิดโรคเป็นการดำเนินการเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดความพิการ

### 3.5 การสร้างภูมิคุ้มกัน

โรคบางโรคโดยเฉพาะอย่างยิ่ง โรคติดต่อ สามารถป้องกันได้โดยการสร้างภูมิคุ้มกันโรคติดต่อในทารก และเด็กเล็กๆ หลายโรคสามารถป้องกันได้โดยการฉีดวัคซีน

### 3.6 บทบาทและหน้าที่ของบุคคลในการป้องกันโรค

การป้องกันโรคเป็นสิทธิและหน้าที่ความรับผิดชอบของบุคคล ดังนี้

1. การป้องกันโรคเป็นส่วนหนึ่งของการให้บริการสาธารณสุข เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนสุขภาพอนามัยแข็งแรงสมบูรณ์ มีความต้านทานโรคต่างๆ ให้มากที่สุดตั้งแต่การป้องกันการเกิดโรค ป้องกันการแพร่ระบาดของโรคในลักษณะดังกล่าวนี้ คนทุกคนจึงมีสิทธิที่จะได้รับการบริการในด้านการป้องกันโรคอย่างเท่าเทียมกัน

2. คนทุกคนมีหน้าที่ความรับผิดชอบโดยมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องรวมทั้งต้องให้ความร่วมมือในการดำเนินการของรัฐในการควบคุมโรคจึงกล่าวได้ว่าทุกคนมีบทบาทหน้าที่ในการป้องกันโรค ดังนี้

2.1 รับรู้ว่าคุณเองมีสิทธิในการได้รับการบริการด้านการป้องกันโรคจากรัฐบาล

2.2 ใช้สิทธิในการรับบริการด้านการป้องกันโรคอย่างเหมาะสม

2.3 ให้ความร่วมมือในการดำเนินงานของรัฐในการป้องกันโรค

ทุกลักษณะ

2.4 เข้าร่วมกิจกรรมการป้องกันโรคในระดับและลักษณะต่างๆเท่าที่สามารถทำได้

2.5 ให้การส่งเสริม สนับสนุน การจัดกิจกรรมการป้องกันโรค มีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องและเหมาะสมเพื่อกลับคืนสู่สภาพปกติ หรือมีสุขภาพดีให้เร็วที่สุดอีกด้วยเมื่อการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ นั้นเป็นสิ่งที่ไม่พึงปรารถนาเราจึงต้องการที่จะหลีกเลี่ยงการเจ็บป่วยด้วยการป้องกันโรค

สรุปได้ว่า โรค คือ ภาวะผิดปกติของร่างกาย ซึ่งทำให้เกิดอาการหรือ ไม่แสดงอาการเจ็บป่วย หรือการทำงานที่ผิดปกติไปของร่างกาย หรืออาจส่งผลให้เกิด อันตรายถึงชีวิตได้ การป้องกันโรคจึงเป็นส่วนหนึ่งของการให้บริการสาธารณสุขเพื่อ ส่งเสริมให้ประชาชนสุขภาพอนามัยแข็งแรงสมบูรณ์ มีความต้านทานโรคต่างๆ ให้มากที่สุด ตั้งแต่การป้องกันการเกิดโรค ป้องกันการแพร่ระบาดของโรค ทุกคนมีหน้าที่ ความรับผิดชอบ โดยมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องรวมทั้งต้องให้ความร่วมมือในการ ควบคุมโรค

## การพัฒนาบุคลากร

### 1. ความหมายการพัฒนาบุคลากร

มนุษย์เป็นทรัพยากรที่สำคัญในการพัฒนาประเทศชาติ โดยเฉพาะบุคลากร ที่เป็นแม่แบบของการศึกษาจะต้องมีการพัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลา ความรู้ความเข้าใจ และทักษะจำเป็นต้องสร้างให้มีการพัฒนาให้เกิดตามการเปลี่ยนแปลงของกระแสโลก คนที่ไม่เปลี่ยนแปลงย่อมได้รับผลของการไม่เปลี่ยนแปลงเช่นเดียวกับคนที่เปลี่ยนแปลง ย่อมได้รับผลของการเปลี่ยนแปลงไม่ว่าการเปลี่ยนแปลงนั้นจะเกิดจากตนเองหรือผู้อื่น ก็ตาม ความเปลี่ยนแปลงจากกระแสโลกาภิวัตน์ ทำให้มีการปรับระบบเศรษฐกิจใหม่ ของโลก ที่มีแนวโน้มการรวมกลุ่มทางเศรษฐกิจในภูมิภาคทั้งในระดับทวีปและพหุภาคี ที่มีอิทธิพลเพิ่มมากขึ้น รวมทั้งแนวโน้มการพัฒนาสู่เศรษฐกิจยุคใหม่ที่มีเทคโนโลยีสื่อสาร และสารสนเทศ มาเป็นฐานการพัฒนาทำให้ต้องเร่งเตรียมพร้อมในการสร้างระบบกลไก และพัฒนาคนให้มีศักยภาพสูงขึ้น เพื่อปรับตัวให้แข่งขันกับประเทศต่างๆ ทั่วโลกได้ ดังนั้น ประชาคมโลกจึงให้ความสำคัญต่อการพัฒนามนุษย์และการจัดการศึกษาที่มีคุณภาพ อย่างทั่วถึง เพื่อนำไปสู่การพัฒนาที่ยั่งยืน การปฏิรูปการศึกษาในประเทศไทยจึงเกิดขึ้น ควบคู่ไปกับการปฏิรูปการเมือง กระบวนการที่สำคัญกระบวนการหนึ่งในการจะทำให้เป็น บุคคลที่มีประสิทธิภาพสูงสุดในการปฏิบัติงาน คือ การพัฒนา ดังนั้น การพัฒนาบุคลากร จึงเป็นหัวใจสำคัญ ในการสร้างความเปลี่ยนแปลงให้เกิดขึ้นกับบุคคลในองค์กร ซึ่งจะส่งผล ให้การปฏิบัติงานขององค์กรประสบความสำเร็จบรรลุตามวัตถุประสงค์และเป้าหมาย สูงสุดขององค์กร (วีรยุทธ ชานัย. 2549 : 7)

การพัฒนาเป็นการทำให้เจริญขึ้น ดังนั้น การพัฒนาบุคลากร หมายถึง การทำให้บุคคลเจริญขึ้น มีนัยการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายของการพัฒนาบุคลากร ไว้ดังนี้

ยนต์ ชุ่มจิต (2550 : 1) ได้กล่าวไว้ว่า การพัฒนาครูผู้สอนว่า หมายถึง การดำเนินงาน ที่พยายามจะสร้างเสริมให้ครูมีความรู้ความสามารถ มีทักษะ ในการสอนและการทำงาน ตลอดจนมีเจตคติที่ดีในการทำงาน รวมถึงการมีบุคลิกภาพ และคุณธรรมความเป็นครูที่ดีด้วย

ประภาพร สีลาชัย (2554 : 13) สรุปไว้ว่า การพัฒนาบุคลากร คือ กระบวนการหรือการกระทำใดๆ อันจะส่งเสริมให้บุคลากรมีความรู้ ความสามารถ ที่เหมาะสมกับตำแหน่งหรือหน้าที่ที่รับผิดชอบ ซึ่งส่งผลให้บุคลากรสามารถปฏิบัติหน้าที่ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

อรอนงค์ ะภักดี (2554 : 26) ได้สรุปไว้ว่า การพัฒนาบุคลากร หมายถึง วิธีการ หรือกระบวนการ หรือกิจกรรมต่างๆ ที่นำมาพัฒนาบุคลากรในหน่วยงาน หรือองค์กร เพื่อเพิ่มพูนให้บุคลากรในหน่วยงาน หรือในองค์กรเกิดความรู้ความสามารถ และเกิดทักษะในการทำงาน มีความก้าวหน้าในอาชีพการทำงาน มีเจตคติที่ดีในการ ปฏิบัติงาน เพื่อให้งานที่ปฏิบัติอยู่บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

อรรถพล ศุภรัตน์ (2555 : 14) กล่าวไว้ว่า การพัฒนาบุคลากร หมายถึง กระบวนการดำเนินการเพื่อสร้างเสริมให้ผู้ปฏิบัติงานได้พัฒนาศักยภาพ ของตนเองเพื่อให้สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด

เพ็ชรี รูปะวิเชตร์ (2554 : 8) กล่าวว่า การพัฒนาบุคลากร (Personal Development) คือ กระบวนการทุกอย่างที่องค์กรกระทำเพื่อให้บุคคลได้เกิด การเรียนรู้อันจะนำมาซึ่งความเจริญก้าวหน้าในชีวิตและการทำงาน (Career path)

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสรุปความได้ว่า การพัฒนาบุคลากร คือ กระบวนการหรือการกระทำใดๆ ที่เป็นการฝึกอบรม เพื่อส่งเสริมให้บุคคลมีความรู้ ความสามารถ มีทักษะในการทำงานดีขึ้นตลอดจนมีทัศนคติในการทำงานเพื่อพัฒนา ตนเอง และสามารถปฏิบัติงานที่ได้รับมอบหมายให้บรรลุจุดมุ่งหมายอย่างมีประสิทธิภาพ

## 2. วิธีการพัฒนาบุคลากร

วิธีการพัฒนาบุคลากร มีหลากหลายวิธีการ ซึ่งแต่ละวิธีการก็มีเป้าหมาย สูงสุดที่จะเพิ่มพูนความรู้ความสามารถ ทักษะ และความชำนาญรวมทั้งทัศนคติให้



เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน การพัฒนาบุคลากรจะประสบความสำเร็จได้นั้น วิธีการที่เลือกนำมาใช้ในการพัฒนาต้องเหมาะสม และสอดคล้องกับบริบทของหน่วยงาน สอดคล้องกับความต้องการของบุคลากรในหน่วยงาน รวมทั้งงบประมาณที่มีอยู่ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 การศึกษาดูงาน เป็นการพัฒนาบุคลากรทุกระดับให้มีประสิทธิภาพในการผลักดันและเตรียมองค์กรสำหรับแข่งขันกับองค์กรอื่นๆ เพื่อการก้าวไปสู่มืออาชีพในระดับสากล โดยเฉพาะบุคลากรระดับปฏิบัติการ ซึ่งเป็นกำลังสำคัญที่นำนโยบายไปสู่การปฏิบัติ ในการจัดให้มีการศึกษาดูงาน เป็นการเพิ่มทักษะที่เกี่ยวข้องกับงาน และการให้ประสบการณ์ตรงในการไปศึกษาดูงานร่วมกันเพื่อให้บุคลากรได้รับความรู้ ความเข้าใจในการพัฒนางานของตนให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น ให้บุคลากรได้รับความรู้ประสบการณ์ตรงเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการปฏิบัติงาน เพื่อสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคลากร ลดความสูญเสียและลดความสิ้นเปลืองวัสดุ อุปกรณ์ และค่าใช้จ่ายต่างๆ การทำงานที่ผิดพลาด ได้รับความรู้เทคนิควิธีใหม่ๆ เป็นการปรับปรุงฝีมือการทำงานให้ดีขึ้น ช่วยให้เกิดความมั่นใจในการที่จะปรับปรุงงาน คักดีศรีการทำงาน เคารพตัวเอง มีความรับผิดชอบมากขึ้น ให้เหมาะสมกับตำแหน่งหน้าที่และเงินเดือนที่สูงขึ้น เป็นการเสริมสร้างนิสัยการทำงานให้มีประสิทธิภาพตามกฎ ระบบ ระเบียบและวินัยที่ดี เพิ่มความสุข ลดความเครียดในการทำงาน อันเนื่องมาจากไม่มีความสามารถเพียงพอกับงานที่ทำ ทำให้เกิดผลงานที่ดีมีคุณภาพ ช่วยลดปัญหาความขัดแย้ง

## 2.2 การประชุมเชิงปฏิบัติการ

ได้มีนักการศึกษาหลายท่านให้ความหมายของการประชุมเชิงปฏิบัติการ ไว้ดังนี้

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ และคณะ (2547 : 276 – 279) ได้กล่าวไว้ว่า การฝึกอบรม เป็นกระบวนการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์อย่างหนึ่ง เป็นกระบวนการสร้างเสริมความรู้ ความสามารถทักษะและเจตคติของบุคคลในองค์กรต่างๆ ให้พัฒนาขึ้น โดยจัดให้มีกิจกรรมการเรียนรู้ และการสอน หรือประสบการณ์การศึกษาขึ้นเป็นครั้งคราว และการจัดนี้อาจจัดขึ้นภายใต้สภาวะความต้องการ และความจำเป็นบางประการ มีรูปแบบ ขนาดของกลุ่มและใช้เวลามากน้อยต่างกัน

บัณฑุรย์ ชุมแวงวาปี (2552 : 40) ได้สรุปไว้ว่า การประชุมเชิงปฏิบัติการเป็นกระบวนการให้ประสบการณ์เพื่อพัฒนาบุคลากรให้เกิดการเปลี่ยนแปลง

พฤติกรรม ไปในทางที่ดี มีความรู้ความสามารถ ทักษะ และเจตคติที่ดีต่อการปฏิบัติงาน ทำให้งานที่ทำมีคุณภาพได้มาตรฐานและมีประสิทธิภาพบรรลุวัตถุประสงค์ที่องค์กร กำหนดไว้

นิราพร โทสวณจิตร (2555 : 16) การประชุมเชิงปฏิบัติการ หมายถึง กระบวนการของการแก้ปัญหาและเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานของบุคลากร ในองค์กรเพื่อบรรลุวัตถุประสงค์และเป้าหมายขององค์กรที่ได้กำหนดไว้ ซึ่งประกอบด้วย บุคลากรในหน่วยงานหรือองค์กร วิทยากร เวลา สถานที่ เครื่องมือ และงบประมาณ

สุทธิรักษ์ ชาญศรี (2556 : 42) ได้กล่าวไว้ว่า การประชุม เชิงปฏิบัติการ เป็นการฝึกอบรมเป็นกลุ่ม (ประมาณ 10 - 25 คน) จากผู้เชี่ยวชาญในเรื่อง นั้นๆ เพื่อให้ผู้รับการฝึกอบรมได้พัฒนาความรู้ ความสามารถ ในการปฏิบัติงานให้ก้าวหน้า ต่อไป จากผลของการฝึกปฏิบัติ หรือการสร้างผลิตผลขึ้นมา รวมทั้งเพื่อแก้ปัญหา หรือ ขยายความรู้ด้วยการศึกษาวิจัย

สรุปได้ว่า การประชุมเชิงปฏิบัติการ หมายถึง กระบวนการของการ ฝึกอบรม เพื่อการแก้ปัญหาและการเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานของบุคลากรในองค์กร ให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้

## 2.3 การนิเทศภายใน

### 2.3.1 ความหมายการนิเทศภายใน

การนิเทศภายใน เป็นการจัดกิจกรรมให้เกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่าง ครูผู้สอนและผู้นิเทศซึ่งอยู่ในโรงเรียนเดียวกัน เพื่อเชื่อมโยงวิธีการเรียนรู้เนื้อหาทักษะ พื้นฐาน สิ่งแวดล้อมปัจจุบันและแนวโน้มในอนาคต ทำให้มีความรู้ ความเข้าใจลึกซึ้ง ชัดเจน และไปใช้ในชีวิตประจำวัน และสังคมได้อย่างมีการสังเกต การพิจารณา การวางแผน การปฏิบัติจริง ตามด้วยการวิเคราะห์ปรับปรุงแนวทาง จนเกิดผลตาม ความต้องการ การสรุปนำไปใช้ พฤติกรรมการจัดการเรียนรู้ เพื่อมุ่งสู่การจัดกระบวนการ เรียนรู้ มีนักวิชาการนำเสนอความหมายของการนิเทศ ดังนี้

สุภากร ราชากรกิจและคณะ (2551 : 52) ให้ความหมาย ของการนิเทศภายในว่า หมายถึง การปฏิบัติงานร่วมกันระหว่างผู้บริหารกับครูในโรงเรียน ในการปรับปรุง และพัฒนาการทำงานของครูทำให้ครูมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้นักเรียนมี คุณภาพตามที่หลักสูตรกำหนด

จันทราณี สงวนนาม (2551 : 159) ได้สรุปความหมายของการนิเทศภายในว่า เป็นการนิเทศภายในสถานศึกษาดำเนินการโดยผู้บริหารสถานศึกษา และครู ตลอดจนบุคลากรภายในสถานศึกษา ร่วมกันปรับปรุงงานด้านต่างๆ เป็นการส่งเสริมและเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนการสอน อันจะนำมาซึ่งคุณภาพของสถานศึกษา และผู้เรียนให้อยู่ในระดับที่น่าพึงพอใจ ซึ่งผู้รับการนิเทศ ได้แก่ ครูผู้สอน และบุคลากรภายในสถานศึกษาทุกคน

สุภากร ราชากรกิจและคณะ (2550, หน้า 57 – 58) กล่าวถึง การนิเทศภายในว่า เป็นแนวทางที่ผู้นิเทศ ซึ่งอยู่ภายในสถานศึกษาเดียวกัน ดำเนินการเพื่อบรรลุผลตามความมุ่งหมายของการนิเทศการศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ หลักในการนิเทศคือ การวางแผนการดำเนินงานในรูปแบบของโครงการที่มีจุดมุ่งหมายแน่นอน มีขั้นตอนการทำงานที่ชัดเจน การนิเทศภายในต้องยึดถือหลักประชาธิปไตย ให้บุคคลมีส่วนร่วมในการทำงาน เน้นความร่วมมือ ร่วมใจและให้ความรู้ความสามารถในการปฏิบัติงาน แสวงหาความสามารถพิเศษของแต่ละบุคคลให้โอกาสได้แสดงความสามารถอย่างเต็มที่ เคารพและยอมรับฟังความคิดเห็นของกันและกันมีความสร้างสรรค์ในการปฏิบัติงาน สร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์และทำงานร่วมกันด้วยดีพร้อมทั้งสร้างสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ส่งเสริมให้บุคลากรปฏิบัติงานได้ตามเป้าหมาย

จากความหมายของการนิเทศภายในสถานศึกษา สรุปได้ว่าเป็นการนิเทศภายในสถานศึกษา ดำเนินการโดยผู้บริหารสถานศึกษาและครู ตลอดจนบุคลากรภายในสถานศึกษา ร่วมกันปรับปรุงงานและพัฒนาการทำงาน ทำให้สามารถจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อพัฒนาผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ และส่งผลให้นักเรียนมีคุณภาพตามที่หลักสูตรกำหนด

### 2.3.2 กระบวนการนิเทศติดตามผล

สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ (2545 : 25-130) ได้กล่าวไว้ว่า กระบวนการนิเทศภายใน หมายถึง ความร่วมมือของบุคลากรภายในโรงเรียนในการที่จะปรับปรุงแก้ไขหรือพัฒนาการสอนของครู เพื่อให้การเรียนการสอนของครูมีคุณภาพมีขั้นตอนเหมือนการนิเทศการศึกษาโดยทั่วไป ซึ่งมีขั้นตอนการนิเทศ 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. **ขั้นวางแผนการนิเทศ** การวางแผนการนิเทศเป็นขั้นตอนการสำรวจปัญหา และความต้องการ การวิเคราะห์ปัญหาและความต้องการจำเป็นที่จะต้องมีการนิเทศ การกำหนดนโยบายและจุดประสงค์ของการนิเทศ กำหนดขั้นตอนการปฏิบัติการนิเทศ และการจัดลำดับความจำเป็นเร่งด่วนก่อนหลังซึ่งการวางแผนการนิเทศเป็นกระบวนการที่มีความสำคัญยิ่งเป็นตัวกำหนดภาพรวมของการปฏิบัติงานนั้นจะเป็นไปในทิศทางใดตามหลักการผู้บริหารควรให้ความสำคัญในขั้นตอนนี้อย่างยิ่งจึงจะสามารถปฏิบัติงานได้สำเร็จตามวัตถุประสงค์ มีหลักการ ดังนี้ 1) การปฏิบัติงานเพื่อหาข้อกำหนดว่าจะทำอย่างไร มีขอบเขตอย่างไร เพื่อจะได้ดำเนินการให้ตรงเป้าหมายที่กำหนดไว้ การแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบและวางแผนแนวทางการแก้ปัญหาต่างๆ 2) การจัดระบบงานเป็นการจัดแบ่งสายงานการนิเทศการศึกษาในหน่วยงานอำนาจและหน้าที่ของบุคลากรส่วนต่างๆ 3) การดำเนินงานจะใช้วิธีใดดำเนินงานการติดตามผล และการกำหนดเริ่มปฏิบัติงานตามแผนสิ้นสุดเมื่อใด เป็นต้น 4) การประเมินผลงาน กำหนดวิธีการประเมินผลงานไว้เป็นระยะเพื่อหาทางปรับปรุงแก้ไข ควรจะประเมินผลทั้งด้านปริมาณและคุณภาพ

2. **ขั้นเตรียมการนิเทศ** เป็นขั้นตอนเตรียมบุคลากร เตรียมวัสดุเตรียมกิจกรรมให้เรียบร้อยที่สุดเพื่อให้เป็นไปตามแผนปฏิบัติการที่วางไว้ ได้แก่ สร้างความเข้าใจเกี่ยวกับการนิเทศให้แก่ผู้ร่วมงานให้ความรู้และทักษะในการนิเทศแก่ผู้นิเทศและผู้ร่วมงาน กำหนดผู้ให้การนิเทศ กำหนดสื่อ เครื่องมือและแหล่งทรัพยากร กำหนดกิจกรรมที่จะใช้ในการปฏิบัติการนิเทศ การเตรียมการนิเทศอาจแบ่งการเตรียมการไว้เป็น 2 ลักษณะ คือ

2.1 **เตรียมคนหรือเตรียมบุคลากร** โดยอาจใช้แนวปฏิบัติในลักษณะต่อไปนี้ 1) ประชุมปรึกษากับบุคลากรในโรงเรียน เพื่อสร้างการยอมรับความศรัทธาในกระบวนการนิเทศ 2) ประชุมให้ความรู้ความเข้าใจในเรื่องการนิเทศภายในโรงเรียนแก่บุคลากรสร้างความเข้าใจให้บุคลากรยอมรับในความสามารถที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคลเพื่อก่อให้เกิดผู้นำและผู้ตามที่ดี 3) สร้างความเข้าใจตรงกันว่า การนิเทศไม่ใช่การจับผิดหรือสร้างปมด้อยให้แก่ครูอาจารย์แต่ประการใด ตรงกันข้ามกับเป็นการช่วยพัฒนาครู อาจารย์ให้มีคุณภาพและเพิ่มพูนศักยภาพของตนให้สูงขึ้น 4) สร้างความเข้าใจตรงกันว่า การนิเทศภายในโรงเรียนไม่ใช่การเพิ่มภาระงานแต่เป็นภารกิจและหน้าที่ที่ครูอาจารย์ทุกคนพึงปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ที่ตนเกี่ยวข้อง 5) สร้างความเข้าใจตรงกันว่า

การนิเทศเป็นการรวมความคิดเพื่อแก้ปัญหาและอุปสรรคร่วมกัน การนิเทศเป็นการทำงานในระบบที่มักจะเสริมสร้างความสามัคคีในหมู่คณะ 6) สร้างความเข้าใจให้บุคลากรในโรงเรียนตระหนักว่าการนิเทศจะนำไปสู่ความมั่นใจ ความถูกต้อง และจะทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนสูงขึ้น 7) สร้างความรู้ให้แก่บุคลากรในโรงเรียน ครบทุกด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านพฤติกรรมศาสตร์ พฤติกรรมองค์การ การพัฒนาตนเอง และการพัฒนาองค์การ

## 2.2 เตรียมงานโดยอาจใช้แนวปฏิบัติในลักษณะต่อไปนี้

### 2.2.1 กำหนดสื่อ เครื่องมือและแหล่งทรัพยากรตาม

โครงการนิเทศที่จัดทำไว้ในขั้นตอนการวางแผนการนิเทศ

### 2.2.2 จัดการและผลิตสื่อประกอบการนิเทศ

### 2.2.3 กำหนดกิจกรรมการนิเทศ ตลอดจนจนถึงเทคนิค

การนิเทศต่างๆ

## 3. ขั้นตอนการนิเทศ การดำเนินการนิเทศเป็นขั้นตอน

การนำโครงการนิเทศภายในโรงเรียนที่ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการได้แล้วไปสู่การปฏิบัติ เพื่อให้ บรรลุวัตถุประสงค์ของโครงการที่ตั้งไว้ การดำเนินการในการนิเทศภายในควรดำเนินการ 3 ขั้นตอน คือ เตรียมการ การลงมือปฏิบัติตามโครงการและการรายงานผลการปฏิบัติ

### 3.1 การเตรียมการ การดำเนินการในขั้นนี้แบ่งออกเป็น

2 ขั้นตอน ดังนี้

#### 3.1.1 การทำรายละเอียดในการปฏิบัติงาน หมายถึง

การกำหนดงานย่อยที่จะต้องปฏิบัติในแต่ละขั้นตอนเพื่อให้ทราบว่ามีงานอะไรบ้างที่จะต้องปฏิบัติ ในการจัดทำรายละเอียดในการปฏิบัติงานนั้นต้องกำหนดว่ามีงานอะไรบ้าง ใครเป็นผู้รับผิดชอบ ระยะเวลาในการทำงาน กำกับ ดูแล ติดตามผล ปัญหาและอุปสรรคซึ่งสามารถนำมาปรับปรุงแก้ไขและใช้เป็นแนวทางในการจัดทำรายละเอียดของโครงการอื่นๆต่อไป

#### 3.1.2 การประสานงานกับผู้ที่เกี่ยวข้องในการดำเนินงาน

### 3.2 การลงมือปฏิบัติตามโครงการ มีขั้นตอนการดำเนินงาน

ดังนี้

3.2.1 การปฏิบัติตามรายละเอียดที่กำหนดไว้ ได้แก่ การที่บุคคลที่ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติงานย่อยที่ระบุไว้ในโครงการ ได้ดำเนินการอย่างมีประสิทธิภาพและบรรลุวัตถุประสงค์ของโครงการ

3.2.2 การติดตาม ควบคุมและกำกับงาน จุดมุ่งหมายของขั้นตอนนี้ เพื่อติดตามดูแลช่วยเหลือและสนับสนุนให้การปฏิบัติงานเป็นไปตามแผนงานโครงการที่กำหนดไว้ ช่วยแก้ไขปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในช่วงปฏิบัติงาน การรวบรวมข้อมูลเพื่อประเมินโครงการ ทำให้ทราบประสิทธิภาพของการปฏิบัติงานและกำหนดวิธีการแก้ไขปรับปรุงซึ่งดำเนินการลักษณะรวบรวมเอกสาร เช่น แบบสัมภาษณ์ แบบสำรวจ แบบทดสอบ และการออกคำสั่งหรือหนังสือเวียน เป็นต้น

3.2.3 การเสริมสร้างขวัญและกำลังใจในขณะปฏิบัติงาน ซึ่งจะเป็นการเพิ่มพลังการปฏิบัติงานให้สูงขึ้น ดังนั้นผู้บริหารและผู้ให้การนิเทศจะต้องถือเป็นหน้าที่สำคัญในการสร้างเสริมให้ผู้รับการนิเทศมีขวัญและกำลังใจดีอยู่เสมอ สามารถดำเนินการได้โดยปฏิบัติตนเป็นเพื่อนร่วมงานและที่ปรึกษาที่ดี เปิดโอกาสให้เพื่อนร่วมงานแสดงความคิดเห็น สร้างบรรยากาศที่ดีในการปฏิบัติงาน บำเหน็จความชอบตามเหมาะสม และสร้างการยอมรับในความสำเร็จของการปฏิบัติงาน

3.3 การรายงานผลการปฏิบัติงาน มีขั้นตอนการดำเนินงาน ดังนี้

3.3.1 การรายงานผลการปฏิบัติงานระหว่างการทำงาน เพื่อดำเนินการ เพื่อจะได้ทราบปัญหา อุปสรรคในการทำงานและรายงานความก้าวหน้าของการทำงาน อาจจะเป็นรายงานด้วยวาจาเสนอเป็นรายงาน หรือรายงานประจำเดือน ทุกเดือน

3.3.2 การรายงานผลการปฏิบัติงานเมื่อสิ้นสุดการดำเนินงาน เพื่อรวบรวมข้อมูลต่างๆ ไปใช้ในการประเมินโครงการการดำเนินงานนิเทศมีวิธีนิเทศ หรือกิจกรรมการนิเทศมากมายที่ผู้บริหารผู้ให้การนิเทศสามารถจะเลือกกิจกรรมแต่ละประเภทให้เหมาะสมกับเรื่องหรืองานที่จะให้การนิเทศ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ ความแตกต่างระหว่างบุคคลและองค์ประกอบอื่นๆ ดังนั้นผู้นิเทศจำเป็นต้องใช้ดุลพินิจให้เหมาะสมกับผู้ได้รับการนิเทศ

4. ขั้นการสร้างขวัญและกำลังใจแก่ผู้ปฏิบัติงาน ขวัญและกำลังใจ หมายถึง สภาพจิตใจและอารมณ์ซึ่งมีผลกระทบต่อความตั้งใจในการทำงาน

ผลกระทบนั้นอาจเกิดขึ้นกับบุคคลหรือองค์กร ขวัญและกำลังใจที่ดีจะต้องเพิ่มพลังการทำงานที่สูงขึ้น ซึ่งผู้นิเทศจะต้องถือเป็นหน้าที่สำคัญที่จะต้องสร้างเสริมให้ผู้รับการนิเทศมีขวัญและกำลังใจที่ดีอยู่เสมอ โดยอาศัยทักษะเชิงมนุษยสัมพันธ์และการจูงใจ สามารถดำเนินการได้โดยปฏิบัติตนเป็นเพื่อนร่วมงานและที่ปรึกษาที่ดีเปิดโอกาสให้เพื่อนร่วมงานแสดงความคิดเห็นสร้างบรรยากาศที่ดีในการปฏิบัติงาน

5. ขั้นตอนการประเมินผลการนิเทศ คือ การประเมินกระบวนการ การดำเนินงานนิเทศภายในกระทำได้โดยการนำข้อมูลการปฏิบัติงานมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่คาดหวัง หรือสิ่งที่ระบุไว้ในด้านต่างๆ การประเมินผลการนิเทศภายในจัดทำขึ้นเพื่อตรวจสอบความก้าวหน้าของการดำเนินงานตามแผนงานโครงการที่กำหนดไว้

จากกระบวนการที่กล่าวมา สรุปได้ว่า กระบวนการนิเทศติดตามผล ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน คือ ขั้นวางแผนการนิเทศ ขั้นเตรียมการนิเทศ ขั้นดำเนินการนิเทศ ขั้นการสร้างขวัญและกำลังใจแก่ผู้ปฏิบัติงาน ขั้นการประเมินผลการนิเทศการศึกษา

## การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research)

การวิจัยปฏิบัติการ (Action Research) ซึ่งมีรายละเอียดของการวิจัยดังนี้

### 1. ความหมายของการวิจัยปฏิบัติการ

นักวิชาการได้ให้ความหมายการวิจัยปฏิบัติการ (Action Research) ดังนี้ Ebbutt (1985 : 156) ให้ความหมายของการวิจัยปฏิบัติการ(Action Research) ว่า เป็นการศึกษาดำเนินการเชิงระบบเพื่อพยายามเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงการจัดการศึกษา ซึ่งอาศัยการมีส่วนร่วมของกลุ่มการใช้แนวทางการปฏิบัติงาน และการสะท้อนกลับของผลที่เกิดจากการปฏิบัติงานของตนเอง

Beattle (1989 : 112 ; citing Gibson. 1986) ได้ให้ความหมายของการวิจัยปฏิบัติการ (Action Research) ในแนวทางของการจัดกิจกรรมทางการศึกษาว่า คือ การวิจัยที่เกิดขึ้นในโรงเรียนและชั้นเรียน โดยครูผู้มีความตั้งใจในการปรับปรุงการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนของตนเอง ศึกษาอาศัยการสะท้อนกลับข้อมูลด้วยตนเองและการปฏิบัติงานร่วมกัน ครูทำการหาข้อสรุป เพื่อแก้ปัญหาที่ตนเองประสบอยู่ และใช้ความรู้สึก มโนทัศน์ของตนเองมากกว่าของผู้เชี่ยวชาญ การวิจัยปฏิบัติการเปิดโอกาสให้ผู้มีส่วนร่วมในการปฏิบัติงานได้เพิ่มพูนความสามารถเพื่อควบคุมสภาพการณ์

ที่เป็นอยู่

Carr and Kermmis (1986 : 162 ; Kemmis and Mc Taggart. 1990 : 5) ได้ร่วมกันกำหนดนิยามของการวิจัยปฏิบัติการ(Action Research) ว่า เป็นรูปแบบของการรวบรวมคำถามที่เกิดจากการสะท้อนกลับจากผลการปฏิบัติงานของตนเอง โดยมีส่วนร่วมในสถานการณ์ของสังคม เพื่อทำการปรับปรุงหลักการและความถูกต้องทางสังคมหรือการจัดการศึกษา รวมทั้ง เป็นการสร้างความเข้าใจในการปฏิบัติงานและสถานการณ์ที่เป็นอยู่

Wiersma (1991 : 13) กล่าวว่า การวิจัยปฏิบัติการ (Action Research) เป็นรูปแบบหนึ่งของการวิจัยประยุกต์ เป็นการวิจัยที่ดำเนินการโดยครูหรือผู้บริหารเพื่อช่วยในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องที่เกิดขึ้นมีจุดเน้นที่ข้อสรุปของปัญหาในปัจจุบันของแต่ละห้องที่ซึ่งอาจจะมีความเกี่ยวข้องกับสถาบันการศึกษาอื่นๆ เพียงเล็กน้อยในการสรุปอ้างอิง

Cohen and Manion (1992 : 217 ; citing Halsey. 1972) ให้คำนิยามของการวิจัยปฏิบัติการ(Action Research) ว่าเป็นการทำวิจัยกับเหตุการณ์ที่เป็นส่วนย่อยๆ ในโลกแห่งความจริง และมีการตรวจสอบผลการกระทำนั้นๆ ได้อย่างใกล้ชิด

Sagor (1992 : 7) ได้กล่าวถึงวิจัยปฏิบัติการ(Action Research) ว่า หมายถึง งานวิจัยที่ผู้ทำการปรับปรุงงานของตนเอง ผู้วิจัยปฏิบัติการดำเนินการวิจัยเอง เพราะต้องการทราบว่าตนสามารถทำอะไรบางอย่างในทางที่ดีกว่าเดิมเพียงใด

โดยสรุปแล้วการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) เป็นการวิจัยประเภทหนึ่งที่ผู้ทำวิจัยคือผู้ปฏิบัติงานในองค์การหรือมีส่วนเกี่ยวข้องกับองค์การนั้น ซึ่งเป็นคนเดียวหรือหลายคน หรือทุกคนในองค์การ ได้ดำเนินการแก้ไขปัญหาหรือพัฒนาองค์การให้ดีขึ้น โดยการนำเอาวิธีการ แนวทาง หรือกิจกรรมต่างๆ ที่ผ่านการพิจารณาตรวจสอบเบื้องต้นแล้วว่าเหมาะสม ไปทดลองปฏิบัติการตามแผนที่วางไว้มีการติดตามตรวจสอบและประเมินกระบวนการปฏิบัติงานเพื่อให้เป้าหมายของการปฏิบัติงานบรรลุผลตามความต้องการ

## 2. แนวคิดเกี่ยวกับการวิจัยเชิงปฏิบัติการ

สำราญ กำจัดภัย และคณะ (2547 : 10) ได้สรุปเกี่ยวกับการวิจัยปฏิบัติการ (Action Research) ว่าเป็นการวิจัยประเภทหนึ่งที่ผู้ทำวิจัยคือผู้ปฏิบัติงานในองค์การหรือมีส่วนเกี่ยวข้องกับองค์การนั้นซึ่งอาจมีคนเดียว หรือหลายคน หรือทุกคนในองค์การ ได้ดำเนินการแก้ไขปัญหาหรือพัฒนาองค์การให้ดีขึ้น โดยนำเอาวิธีการ



แนวทาง หรือกิจกรรมต่างๆ ที่ผ่านการพิจารณาตรวจสอบเบื้องต้นแล้วว่าเหมาะสม ไปทดลองปฏิบัติการตามแผนที่วางไว้ มีการติดตาม ตรวจสอบและประเมินกระบวนการ ปฏิบัติงาน และผลลัพธ์ย่อยๆ ที่ต้องการให้เกิดขึ้นใหม่ในแต่ละขั้นตอนของการทำงาน รวมทั้งอุปสรรคต่างๆ สะท้อนผลการประเมินที่ได้ให้กับองค์การเป็นระยะ เพื่อให้เป็นข้อมูล สำหรับการวางแผนปรับปรุงแก้ไขในส่วนยังเป็นปัญหา จากนั้นดำเนินการแก้ไขปัญหาหรือ พัฒนาต่อไป จนกระทั่งปัญหาที่เกิดขึ้นในองค์การนั้นได้รับการคลี่คลายหรือเป้าหมายของการพัฒนานั้นบรรลุผลตามต้องการ

ธีระวุฒิ เอกะกุล (2552 : 5) ได้สรุปแนวคิดเกี่ยวกับการวิจัยปฏิบัติการ (Action Research) ว่า เป็นการรวบรวมและหรือการแสวงหาข้อเท็จจริง โดยใช้ขั้นตอน กระบวนการทางวิทยาศาสตร์เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อสรุปอันนำไปสู่การแก้ปัญหาที่เผชิญอยู่ ทั้งในด้านประสิทธิภาพและประสิทธิผลของงานในขอบข่ายที่รับผิดชอบ โดยผู้วิจัยมีการ ปรับปรุงแก้ไข และดำเนินการซ้ำหลายๆ ครั้ง จนกระทั่งผลการปฏิบัติงานนั้นบรรลุ จุดประสงค์หรือแก้ไขปัญหานั้นประสบความสำเร็จ

สุภาวงศ์ จันทวานิช (2552 : 68) กล่าวถึง การวิจัยว่าเป็นกระบวนการ หรือผู้ที่วิจัยได้เลือกกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งที่เห็นว่าดี เหมาะสมตามความรู้และความ เข้าใจของผู้วิจัยมาดำเนินการปฏิบัติเพื่อทดลองว่าใช้ได้หรือไม่ ประเมินดูความ เหมาะสมตามความเป็นจริง ควบคุมแนวทางปฏิบัติการ แล้วนำผลมาปรับปรุง ปฏิบัติการเพื่อนำไปทดลองใหม่จนกว่าจะได้ผลเป็นที่น่าพอใจ นำไปใช้และเผยแพร่ได้ การวิจัยชนิดนี้เอื้อต่อการเปลี่ยนแปลงแผนการดำเนินงานเมื่อผู้วิจัยได้ข้อมูลใหม่เพิ่ม มากขึ้น ทำให้รูปแบบการวิจัยยืดหยุ่นได้ การวิจัยปฏิบัติการอาจจะเป็นแบบมีส่วนร่วม หรือไม่มีก็ได้

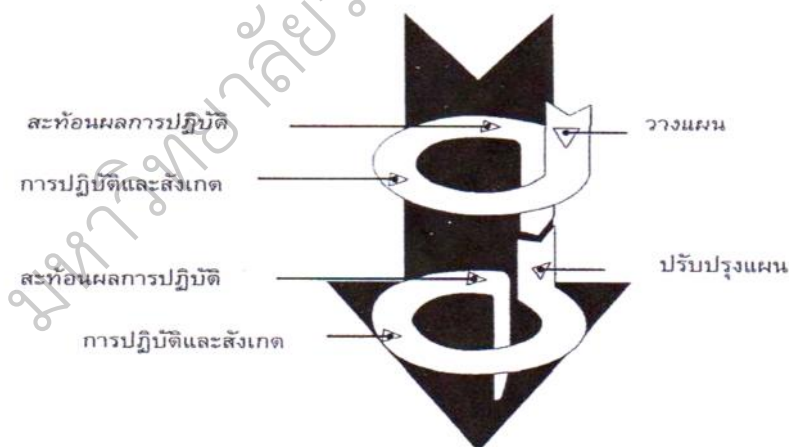
คอลฮาว (Callhoun. 1993, อ้างถึงใน ประวิต เอรารวรรณ์. 2545 : 24-26) มีมุมมองเกี่ยวกับการวิจัยปฏิบัติการว่า อาจจะทำได้ 3 ลักษณะ ได้แก่ การวิจัยปฏิบัติการที่ทำโดยผู้ปฏิบัติงานคนเดียวในองค์การ การวิจัยปฏิบัติการโดยกลุ่ม ผู้ปฏิบัติงานที่สนใจในปัญหาเดียวกันร่วมกันทำ และการวิจัยปฏิบัติการ โดยผู้ปฏิบัติงาน ทั้งองค์การร่วมกันทำ

สำราญ กำจัดภัย และคณะ (2547 : 10) กล่าวถึง การวิจัยเชิงปฏิบัติการ ว่า เป็นการวิจัยประเภทหนึ่งซึ่งผู้ทำวิจัยคือผู้ปฏิบัติงานในองค์การหรือการมีส่วนเกี่ยวข้อง ของในองค์การนั้น ซึ่งอาจมีคนเดียว หรือหลายคน หรือทุกคนในองค์การ ได้ดำเนินการแก้ไข

ปัญหาหรือพัฒนาองค์การให้ดีขึ้นโดยการนำเอาวิธีการ แนวทาง หรือกิจกรรมต่างๆ ที่ผ่านการพิจารณาตรวจสอบเบื้องต้นแล้วว่าเหมาะสมไปทดลองปฏิบัติการตามแผนที่วางไว้ มีการติดตามตรวจสอบและประเมินผลกระบวนการปฏิบัติงาน และผลลัพธ์ย่อยๆ ที่ต้องการให้เกิดขึ้นในแต่ละขั้นตอนของการทำงาน รวมทั้งปัญหาอุปสรรคต่างๆ สะท้อนผลการประเมินผลที่ได้กับองค์การเป็นระยะเพื่อใช้เป็นข้อมูลสำหรับการวางแผนปรับปรุงแก้ไขในส่วนที่ยังเป็นปัญหา จากนั้นดำเนินการแก้ไขปัญหาหรือพัฒนาต่อไป จนกระทั่งปัญหาที่เกิดขึ้นในองค์การนั้นได้คลี่คลาย หรือเป้าหมายของการพัฒนานั้นบรรลุผลตามต้องการ

ภักดี ธรรมรักษ์ (2553 : 72) การวิจัยเชิงปฏิบัติการเป็นกระบวนการศึกษาค้นคว้าร่วมกันอย่างเป็นระบบของกลุ่มผู้ปฏิบัติงานเพื่อทำความเข้าใจต่อปัญหาหรือข้อสงสัยที่กำลังเผชิญอยู่ และให้ได้แนวทางการปฏิบัติหรือวิธีแก้ไขปรับปรุงที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นในการปฏิบัติงาน

Kemmis & McTaggart (1988 : 11 อ้างถึงใน องอาจ นัยพัฒน์. 2553 : 301-303) ได้จำแนกและให้รายละเอียดเกี่ยวกับขั้นตอนของการทำกิจกรรมตามวงจรการวิจัยเชิงปฏิบัติการ 4 ขั้นตอนดังนี้



ภาพประกอบ 2 แบบการวิจัยเชิงปฏิบัติการตามแนวคิดของ Kemmis & Mc Taggart  
(ที่มา : Kemmis & Mc Taggart. 1988 : 11)

1. การวางแผน (Planning) เป็นการกำหนดแนวทางการปฏิบัติการไว้ก่อนล่วงหน้า โดยอาศัยการคาดคะเนแนวโน้มของผลลัพธ์ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการลงมือปฏิบัติการตามแผนที่วางไว้ ประกอบกับการระลึกถึงเหตุการณ์หรือเรื่องราวในอดีตที่เกี่ยวข้องกับประเด็นปัญหาที่ต้องการแก้ไขตามประสบการณ์ทางตรงและทางอ้อมของผู้วางแผน ภายใต้การตระหนักและไตร่ตรองถึงปัจจัยสนับสนุนหรือขัดขวางความสำเร็จในการแก้ไขปัญหา รวมทั้งสถานการณ์อันเป็นเงื่อนไขอื่นๆ ที่แวดล้อมปัญหาอยู่เวลานั้น โดยทั่วไปการวางแผนจะต้องคำนึงถึงหลักการในเรื่องความยืดหยุ่น ทั้งนี้เพื่อจะได้สามารถปรับเปลี่ยนให้กลมกลืนกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในอนาคต ซึ่งอาจไม่เป็นไปตามเงื่อนไขหรือยากต่อการควบคุมให้เป็นในทางที่พึงปรารถนาได้ กิจกรรมที่กำหนดไว้ในแผนปฏิบัติการจะต้องประกอบด้วยกิจกรรมที่ส่งผลต่อการแก้ไขปัญหาได้ในระดับหนึ่งเป็นอย่างดีและจะต้องเป็นกิจกรรมที่มีความสอดคล้องกลมกลืนกับบริบททางด้านสังคม วัฒนธรรม การเมือง และอื่นๆ ที่เป็นอยู่ในสถานการณ์เวลานั้น

2. การปฏิบัติการ (Action) เป็นการลงมือดำเนินงานตามแผนที่กำหนดไว้อย่างระมัดระวังและ ควบคุมการปฏิบัติให้เป็นไปตามที่ระบุไว้ในแผน อย่างไรก็ตาม ในความเป็นจริงการปฏิบัติการตามแผนที่กำหนดไว้มีโอกาสเกิดการพลิกผันหรือแปรเปลี่ยนไปตามเงื่อนไขและข้อจำกัดในสถานการณ์เวลานั้นได้ ด้วยเหตุนี้แผนปฏิบัติการที่ดีจะต้องมีลักษณะเป็นเพียงแผนทดลองหรือแผนชั่วคราว ซึ่งเปิดช่องทางให้ผู้ปฏิบัติการสามารถเปลี่ยนได้ตามเงื่อนไขปัจจัยที่เป็นอยู่ในขณะนั้น ดังที่กล่าวมาแล้ว การปฏิบัติการที่ดีจะต้องดำเนินไปอย่างต่อเนื่องเป็นพลวัตภายใต้การใช้ดุลยพินิจตัดสินใจสิ่งใดควรกระทำตามแผนที่วางไว้ สิ่งใดควรปรับเปลี่ยนให้เข้ากับปัจจัยเงื่อนไขในขณะนั้นแล้วจึงดำเนินกิจกรรมอื่นต่อไป ผู้ปฏิบัติการอาจใช้ประสบการณ์ที่ผ่านมาช่วยในการตัดสินใจเกี่ยวกับการกระทำของตนได้บางส่วน แต่ประสบการณ์เหล่านั้น ก็เป็นเพียงสมมติฐานชั่วคราว (working hypothesis) ซึ่งอาจไม่สอดคล้องกับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นในเวลานั้นก็ได้

3. การสังเกตการณ์ (Observation) เป็นการรวบรวมข้อมูลหลักฐานด้านกระบวนการและผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติงานที่ได้ลงมือกระทำลงไป (ทั้งที่ตั้งใจและไม่ตั้งใจ) ตลอดจนการสังเกตการณ์ปัจจัยสนับสนุนและปัจจัยขัดขวางการดำเนินงานตามแผนที่วางไว้ และประเด็นปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในระหว่างลงมือปฏิบัติการตามแผนว่ามีสภาพลักษณะเป็นอย่างไร โดยการสังเกตการณ์ที่ดีจะต้องมีการวางแผนไว้ก่อนล่วงหน้า

อย่างคร่าวๆ โดยจะต้องมีขอบเขตไม่แคบ(จำกัด)หรือกว้างมากจนเกินไป เพื่อจะได้ใช้เป็นแนวทางสำหรับการสะท้อนกลับกระบวนการและผลการปฏิบัติที่จะเกิดขึ้นตามมา นอกจากนี้ จะต้องตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงใดๆ ที่มองเห็นได้ด้วยตาและสัมผัสได้ด้วยกายหรือใจ และจะต้องมีความยืดหยุ่นต่อการเก็บรายละเอียดของสรรพสิ่งต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้ในหลายแง่มุมและหลายรูปแบบ ดังนั้น นักวิจัยเชิงปฏิบัติการจะต้องมีความไว (sensitivity) กล่าวคือ มีความพร้อมและตื่นตัวอยู่เสมอต่อการ “รับรู้และเข้าใจ” การเปลี่ยนแปลงของสิ่งต่างๆ ทั้งที่อาจเกิดขึ้นและไม่อาจเกิดขึ้นตามแผนที่ได้วางไว้ โดยผ่านทางการสังเกตการณ์

4. การสะท้อนกลับ (Reflection) เป็นการทวนระลึกถึงการกระทำ ตามที่บันทึกข้อมูลไว้จากการสังเกตอย่างครุ่นคิดไตร่ตรองในเชิงวิพากษ์กระบวนการและผลการปฏิบัติงานตามแผนที่วางไว้ ตลอดจนการใคร่ครวญเกี่ยวกับปัจจัยสนับสนุนและปัจจัยขัดขวางการพัฒนา รวมทั้งประเด็นปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นว่าเป็นไปตามที่ประสงค์หรือไม่ กลยุทธ์อย่างหนึ่งที่ช่วยให้กระบวนการสะท้อนกลับขึ้นอย่างได้ผล ได้แก่ การอภิปรายซักถามในลักษณะวิพากษ์วิจารณ์หรือประเมินผลการปฏิบัติงานระหว่างบุคคลที่มีส่วนร่วมในการวิจัยภายใต้การยึดมั่นต่อเป้าหมายของกลุ่มเป็นหลัก การสะท้อนกลับโดยอาศัยกระบวนการกลุ่มดังกล่าวนี้ จะนำไปสู่การรื้อถอน (deconstruction) แนวคิด ความเชื่อและการปฏิบัติงานอย่างเดิมไปสู่การฟื้นฟูหรือปรับปรุงวิธีการปฏิบัติงานตามแนวทางดั้งเดิมเปลี่ยนไปเป็นการปฏิบัติงานตามวิธีการใหม่ ซึ่งใช้เป็นข้อมูลพื้นฐาน สำหรับการทบทวนและปรับปรุงวางแผนปฏิบัติการในวงจรกระบวนการวิจัยในรอบ หรือเกลียวต่อไป

### 3. ความหมายการวิจัยเชิงปฏิบัติการ

นักวิชาการได้ให้ความหมายของการวิจัยเชิงปฏิบัติการ ไว้ดังนี้

รัตนะ บัวสนธ์ (อ้างถึงใน สมบัติ ท้ายเรือดำ. 2547 : 43) ได้ให้ความหมายไว้ว่า การวิจัยเชิงปฏิบัติการ หมายถึง การวิจัยที่มุ่งแก้ไขปัญหหรือพัฒนางานของหน่วยงาน องค์กร หรือชุมชนตามแนวทางที่บุคคลหลายฝ่ายซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมการวิจัยทุกขั้นตอน นับตั้งแต่ขั้นตอนแรกเริ่ม จนกระทั่งสิ้นสุดการดำเนินการวิจัย

นงนภัส คู่ขวัญญญ เทียงกมล (2551 : 180) ได้ให้ความหมายของการวิจัยเชิงปฏิบัติการ ว่า หมายถึง การเรียนรู้และแสวงหาความรู้จากประสบการณ์โดยอาศัยการมีส่วนร่วมของผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย คือ ผู้มีส่วนได้เสีย นักปกครองและผู้วิจัย โดยอาจจะเริ่มต้นตั้งแต่ความคิด ร่วมวางแผน ร่วมตัดสินใจ ร่วมดำเนินการ ร่วมประเมินผลและร่วมรับผลที่เกิดจากการดำเนินงาน รวมทั้งมีการสรุปบทเรียนร่วมกัน ตลอดจน ร่วมหาวิธีแก้ไขปัญหาและร่วมพัฒนาต่อไป

ธีระวุฒิ เอกะกุล (2552 : 67) ได้ให้ความหมายของการวิจัยเชิงปฏิบัติการ หมายถึง การศึกษาค้นคว้าความรู้เพื่อแก้ไขปรับปรุงปัญหาที่เกิดขึ้น หรือ เพื่อพัฒนาส่งเสริมสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้ดีขึ้น ด้วยการให้นักวิจัยและกลุ่มเป้าหมายในการวิจัยร่วมมือร่วมใจในการดำเนินการวิจัยร่วมกันทุกขั้นตอนของการทำวิจัย โดยใช้หลักความเป็นประชาธิปไตยในการดำเนินงานและนำผลการปฏิบัติการมาใช้ในการปรับปรุงแก้ไข หรือ พัฒนาสิ่งหนึ่งสิ่งใดในพื้นที่การวิจัยให้ดียิ่งขึ้นอย่างมีประสิทธิภาพ

ความหมายเกี่ยวกับการวิจัยเชิงปฏิบัติการ สรุปได้ว่า การวิจัยเป็นกระบวนการศึกษาค้นคว้าหาข้อมูล เพื่อให้เข้าใจถึงปัญหาที่เกิดขึ้นในองค์การหรือชุมชนที่สนใจศึกษาและทำการวิจัยเพื่อหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาาร่วมกันในทุกขั้นตอน

#### 4. แนวคิดเกี่ยวกับการวิจัยปฏิบัติการ

การวิจัยปฏิบัติการ (Action Research) เป็นกระบวนการค้นหาแสวงหาความรู้ตามหลักการของการวิจัยเชิงวิทยาศาสตร์ ซึ่งมีวัตถุประสงค์มุ่งไปที่การแก้ปัญหาในการพัฒนา อย่างถูกต้อง จะเกิดผลสัมฤทธิ์กับกลุ่มเป้าหมายอย่างน้อย 3 ประการ 1) ได้เรียนรู้เพิ่มขึ้น 2) มีการกระทำมากขึ้นและ 3) มีการเผยแพร่พลังความรู้ออกมาเพิ่มขึ้น ดังนั้น จึงไม่ใช่แค่กระบวนการสืบค้นปัญหาและแก้ปัญหาเท่านั้น แต่เป็นกระบวนการกระตุ้นให้กลุ่มเป้าหมายมีการกระทำต่อปัญหาเหล่านั้น การกระทำอย่างหนึ่งอย่างใดต่อปัญหา ทำให้กลุ่มเป้าหมายได้มีโอกาสรับการทดสอบต่างที่ดี ผลสุดท้าย กลุ่มเป้าหมายมิได้เพียงรู้การแก้ปัญหา แต่ได้เพิ่มพูนความรู้ให้พร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาที่ยากไปกว่านี้ (กมล สุตประเสริฐ. 2545 : 8 – 9, อ้างถึงใน สำราญ กำจัดภัย และคณะ. 2547 : 12)

กิจกรรมของการวิจัยปฏิบัติการ มีลักษณะ 3 ประการ ที่เชื่อมโยงเข้าด้วยกันอย่างกลมกลืน คือ (เนลลิว บูร์กัตติ และคณะ. 2545 : 238 อ้างถึงใน สำราญ กำจัดภัย และคณะ. 2547 : 12)

1. เป็นการค้นคว้าวิจัยเพื่อให้ได้คำตอบที่จำเป็น เช่น ข้อมูลความจริงปัญหาเชิงพัฒนาที่จะต้องแก้ไข สมมติฐานสำหรับการทดสอบต่อไป แผนการดำเนินงานสำหรับพัฒนาหรือแก้ปัญหา และการติดตามประเมินผลการพัฒนาแก้ไขปัญห
2. เป็นการดำเนินการวิจัยและผู้ได้รับผลลัพธ์ของการวิจัย
3. เป็นการปฏิบัติการในการดำเนินชีวิตจริง มิใช่เป็นการจำลองจากชีวิตจริงมาเพื่อการวิจัย และในการวิจัยและเป็นผู้มีส่วนได้เสียในกิจกรรม

ทวิตักดี นพเกสร (2549 : 39) ได้กล่าวว่า การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) เป็นการวิจัยประยุกต์ที่ใช้ข้อมูลเชิงคุณภาพมาก แต่มีปรัชญาการวิจัยเฉพาะของตนเองภายใต้กระบวนการทัศน์การวิพากษ์ (critical paradigm) โดยใช้การวิภาษวิธี (Dialectic method) ซึ่งหมายถึงการอภิปรายถกเถียง (Debate) เพื่อแก้ปัญหาข้อยุติจากความเห็นทั้ง 2 ฝ่ายที่แตกต่างกัน เพื่อนำไปสู่สิ่งที่ดีกว่าเดิม โดยกลุ่มตัวอย่างที่นักวิจัยเข้าไปศึกษา มีส่วนร่วมกับนักวิจัยทุกขั้นตอนอย่างเท่าเทียม มีการเรียนรู้ร่วมกันผ่านกระบวนการปฏิบัติในสนามการวิจัยที่ไม่ยึดทฤษฎี (praxis) ด้วยความเชื่อในความสามารถของมนุษย์ที่ทำงานร่วมกัน เพื่อตัดสินใจและกระทำอย่างเท่าเทียม ทั้งที่มีความแตกต่างกัน นักวิจัยมิใช่มีบทบาทเพียงผู้วิจัยเท่านั้น หากแต่ยังมีบทบาทสำคัญในการเป็นผู้เรียนรู้ (research as learner) ไปกับกลุ่มตัวอย่างในการปรับปรุงสถานะที่เห็นพ้องต้องกันให้ดีขึ้น รวมทั้งเป็นบทบาทผู้กระตุ้น (facilitator) ให้เกิดการสะท้อน (reflection) การปฏิบัติไปสู่การเรียนรู้และปรับปรุงการปฏิบัติจนกว่าจะบรรลุเป้าหมายที่ต้องการร่วมกัน

สุภางศ์ จันทวานิช (2551 : 66-69) กล่าวว่า การวิจัยเชิงปฏิบัติการ คือ การปฏิบัติการ (Action) ซึ่งหมายถึง กิจกรรมที่โครงการวิจัยจะต้องดำเนินการ ในการวิเคราะห์สภาพปัญหาหรือสถานการณ์อันใดอันหนึ่ง แล้วร่วมในกระบวนการตัดสินใจและดำเนินการ จนกระทั่งสิ้นสุดการวิจัย โดยมีความหมายถึงวิธีการที่ให้ผู้ถูกวิจัยหรือชาวบ้านเข้ามามีส่วนร่วมในการวิจัยเป็นการเรียนรู้จากประสบการณ์โดยอาศัยการมีส่วนร่วมอย่างแข็งขันจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมวิจัยนับตั้งแต่การระบุปัญหาของการนำเนิการ การช่วยให้ข้อมูลและการช่วยวิเคราะห์ข้อมูลตลอดจนช่วยหาวิธีแก้ไขปัญหาหรือเสริมกิจกรรมอื่นๆ ซึ่งในการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมข้อมูลจากการทำวิจัยทุกขั้นตอน

ชาวบ้านเป็นผู้ร่วมกำหนดของชุมชนและหาแนวทางในการแก้ปัญหา กระบวนการวิจัย จึงดำเนินไปในลักษณะของการแลกเปลี่ยนความเห็นระหว่างชาวบ้านกับผู้วิจัย เพื่อให้ได้ข้อสรุปเป็นขั้นๆ ส่วนกระบวนการสังเคราะห์ข้อมูลเป็นไปในเชิงการวิภาษ (Dialectic) ซึ่งชาวบ้านจะเรียนรู้ด้วยตนเอง และด้วยวิธีการวิจัยเช่นนี้ ข้อมูลที่ได้จึงมีความชัดเจน สะท้อนความคิดอ่านตลอดจนนิสัยใจคอของชาวบ้านสะท้อนความต้องการและแบบแผนในการดำเนินชีวิตของเขา การวิจัยแบบนี้จึงเป็นวิธีการที่สนับสนุนให้ชาวบ้านหรือตัวแทนในชุมชนเป็นคนสร้างองค์ความรู้ใหม่ให้กับตนเองและชุมชน โดยการศึกษาเรียนรู้หาข้อมูล การศึกษาวิเคราะห์ถึงปัญหา รวมทั้งการแก้ไขปัญหานั้นที่ประสบอยู่ โดยร่วมกันวางแผน และกำหนดการดำเนินงานตามแผนหรือโครงการ พร้อมทั้งการปฏิบัติตามแผนเพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการแก้ไขปัญหานั้นได้ถูกต้องตรงความต้องการ ประกอบกับการใช้ภูมิปัญญาและทุนที่มีอยู่ในชุมชน การเปิดโอกาสให้ชุมชนได้เข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมนี้ นอกจากจะส่งผลดังที่ได้กล่าวมาแล้ว ยังช่วยให้เกิดการพัฒนา ของผลงานวิจัยและกระบวนการวิจัยในตัวของมันเองอีกด้วย และอีกทางหนึ่ง การวิจัยยังเป็นส่วนสำคัญในการสร้างองค์ความรู้ให้แก่ประชาชนที่เข้าร่วมกิจกรรมการวิจัย ซึ่งสามารถเป็นตัวนำของการพัฒนาสู่ชุมชนท้องถิ่นอย่างได้ผลและมีประสิทธิภาพ อีกด้วย

กล่าวโดยสรุป การวิจัยปฏิบัติการ เป็นการวิจัยเพื่อค้นหาความจริงหรือสิ่งที่ดีขึ้นของบุคคลากรในองค์การซึ่งเป็นผู้ปฏิบัติงานที่นำมาแก้ไขปัญหและพัฒนาการดำเนินงานขององค์การให้เป็นไปในทางที่ดีขึ้น ด้วยการใช้กระบวนการต่างๆ ตั้งแต่การวิเคราะห์ปัญหา การวางแผนเพื่อการพัฒนา การดำเนินการแก้ไขปัญห และมีการติดตามประเมินผลไปพร้อมๆ กับการดำเนินการพัฒนา ได้ข้อมูลย้อนกลับ จนกว่าการพัฒนา กิจกรรมต่างๆ นั้นบรรลุผลตามที่ต้องการ

## 5. หลักการและขั้นตอนของการวิจัยปฏิบัติการ

สำราญ กำจัดภัย (2547 : 13) ได้ทำการวิเคราะห์ สังเคราะห์และปรับขั้นตอนต่างๆ ของกระบวนการการวิจัยเชิงปฏิบัติการได้เป็น 6 ขั้นตอนหลักดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเตรียมการประกอบด้วยกิจกรรมย่อย ได้แก่

1. เลือกชุมชนเป้าหมายที่ต้องการพัฒนา
2. เข้าสู่ชุมชนเพื่อหาความร่วมมือจากผู้เกี่ยวข้อง สร้างความสัมพันธ์ที่ดีและสร้างความไว้วางใจและการยอมรับในชุมชน

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นตอนการศึกษาปัญหา และกำหนดแนวทางหรือวิธีการแก้ไขประกอบด้วยกิจกรรมย่อยๆ ได้แก่

1. สืบหาข้อมูลพื้นฐานของชุมชน
2. แนะนำให้สมาชิกในชุมชนรู้จักหลักการและแนวคิด
3. ระบุปัญหา และจัดเรียงลำดับความสำคัญของปัญหา
4. แนะนำวงจรของการวิจัย เพื่อให้รู้ว่า จะนำไปสู่การแก้ปัญหาของชุมชนโดยผ่านกระบวนการวิจัย
5. เลือกประเด็นปัญหาที่จะวิจัย จากปัญหาต่างๆ ของชุม
6. วิเคราะห์สาเหตุของปัญหา และกำหนดวิธีการหรือทางเลือกในการแก้ไข
7. เสนอผลการวิเคราะห์ปัญหา และวิธีการแก้ไขต่อชุม

ขั้นตอนที่ 3 วางแผนปฏิบัติการแก้ไขปัญหา ประกอบด้วยกิจกรรมย่อยได้แก่

1. ตั้งทีมงานจัดทำแผนปฏิบัติการแก้ปัญหา ได้ความรู้เกี่ยวกับการจัดทำแผนปฏิบัติการพอสังเขป
2. จัดทำแผนปฏิบัติการแก้ปัญหามาตรการที่กำหนดไว้ โดยแนวทางการจัดทำแผนนั้น ควรให้ครอบคลุมตามประเด็นคำถามหลักๆ ดังนี้ ปัญหาที่ต้องการแก้ไขคืออะไร คาดหวังให้เกิดผลลัพธ์อะไรบ้างกับชุมชนหลังปัญหานั้นได้รับการแก้ไข การที่จะบรรลุตามผลลัพธ์ที่คาดหวังนั้นๆ จะต้องทำโครงการอะไรบ้าง ใครหรือกลุ่มใดเป็นผู้รับผิดชอบแต่ละโครงการ แต่ละโครงการจะดำเนินการช่วงไหน ใช้เวลานานเท่าไร
3. กำหนดรายละเอียดของโครงการที่กำหนดไว้ในแผนปฏิบัติการ เช่น วัตถุประสงค์ของโครงการคืออะไร ประกอบด้วยกิจกรรมอะไรบ้าง แต่ละกิจกรรมมีขั้นตอนการดำเนินงานอย่างไรใครรับผิดชอบ มีแหล่งทุนทรัพยากรซึ่งเป็นปัจจัยป้อนอะไรบ้าง มีแนวทางติดตามและประเมินผลโครงการหรือกิจกรรมต่างๆ อย่างไร รวมทั้งมีการจัดทำกำหนดการหรือปฏิทินปฏิบัติงานอย่างชัดเจนหรือไม่ แผนปฏิบัติการแก้ปัญหา คือ การจัดตั้งทีมงานแก้ปัญหา จัดทำแผนปฏิบัติการแก้ปัญหา กำหนดรายละเอียดลงในแผนปฏิบัติการอย่างชัดเจน



ขั้นตอนที่ 4 วางแผนการติดตามและประเมินโครงการ ประกอบด้วย กิจกรรมย่อยๆ ได้แก่

1. ตั้งทีมงานติดตามและประเมินโครงการ และให้ความรู้เกี่ยวกับการติดตามและประเมินโครงการพอสังเขป
2. กำหนดวัตถุประสงค์ของการติดตามและประเมินโครงการ ระบุชนิดของข้อมูลที่จะใช้ประเมินผล แหล่งข้อมูล วิธีเก็บรวบรวมข้อมูล เครื่องมือที่ใช้ วิธีวิเคราะห์ข้อมูล และการแปลผล
3. จัดทำกำหนดการในการติดตามและประเมินผลในแต่ละกิจกรรม
4. ชี้แจงแผนการติดตามและประเมินผลโครงการให้รู้รับผิดชอบ โครงการทราบแผนการติดตามและประเมินผลโครงการ ประกอบด้วย การติดตั้งทีมงาน ติดตามการกำหนดวัตถุประสงค์ของการติดตามและประเมิน จัดทำกำหนดการติดตามและประเมินผลและแจ้งผลการติดตาม

ขั้นตอนที่ 5 ปฏิบัติการตามแผนที่วางไว้ ซึ่งการทำงานในขั้นตอนนี้ จะมีลักษณะผสมผสานกันแบบเป็นวงจรตามกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการ PAOR กล่าวคือ P=Plan (วางแผน) A=action (ปฏิบัติตามแผน) O=Observe (สังเกต ตรวจสอบ) และ R=Reflect (ให้ข้อมูลย้อนกลับ) เพื่อการระบบปรุงแก้ไขหรือพัฒนาให้ดีขึ้น) และเมื่อโครงการนี้สิ้นสุดมีการประเมินผลในภาพรวมดังนั้นขั้นตอนนี้จะประกอบด้วยขั้นตอนย่อย ได้แก่

1. นำแผนการปฏิบัติการแก้ปัญหา หรือแผนปฏิบัติการตาม กิจกรรมต่างๆ ที่ระบุไว้ในโครงการ และแผนการติดตามและประเมินโครงการ (Plan) ไปปฏิบัติจริง (Action)
2. ติดตาม ตรวจสอบ และประเมินผลระหว่างการปฏิบัติงานหรือพัฒนาดีขึ้น (Observe) และให้ข้อมูลย้อนกลับเพื่อประกอบการพิจารณาวางแผนปรับปรุงแก้ไขหรือพัฒนาดีขึ้น (Reflection) โดยทีมงานติดตามและประเมินผลโครงการ ร่วมกับ กลุ่มทำงานของโครงการ
3. วางแผนปรับปรุงแก้ไขหรือพัฒนางาน (Plan) ลงมือปรับปรุงแก้ไขหรือพัฒนาให้ดีขึ้นตามแผนที่วางไว้ (Action) ดำเนินการตามโครงการ PAOR ไปเรื่อยๆ จนกว่าปัญหานั้นได้รับการแก้ไขหรือพัฒนาไปในทิศทางที่ต้องการ

#### 4. ประเมินรวมเมื่อเสร็จสิ้นโครงการ

ขั้นตอนที่ 6 การเตรียมการถอนตัวและเผยแพร่ผลงาน เป็นขั้นตอนสร้างทักษะ ก่อนนักวิจัยภายนอกจะถอนตัวออกจากชุมชนเป้าหมาย และเผยแพร่งานวิจัย ซึ่งการถอนตัวของนักวิจัยต้องค่อยเป็นค่อยไป จะคอยช่วยเหลือสังคม ในปัญหาที่ซับซ้อน มีการเยี่ยมเยียนชุมชนเป็นระยะๆ หรือสร้างเครือข่ายในท้องถิ่นอื่นๆ

การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) เป็นการเรียนรู้จากประสบการณ์ โดยอาศัยทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมวิจัย นับตั้งแต่การระบุปัญหา การดำเนินงาน การติดตามผลจนถึงขั้นประเมินผลในการวิจัย แนวทางดั้งเดิมของการวิจัยเชิงปฏิบัติการได้ใช้ใน 5 สาขา คือ

1. องค์กร
2. การพัฒนาชุมชน
3. โรงเรียน
4. การสร้างเทคโนโลยี
5. การประเมินผล

ซึ่งระยะต่อมาได้นำมาใช้ในการวิจัยการศึกษาเนื่องจากพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 เน้นการมีส่วนร่วมของทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องกับผู้เรียนมากขึ้น ซึ่งการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมมีแนวโน้มที่จะนำมาใช้ในการวิจัยทางการศึกษามากขึ้นเพราะตอบสนองต่อสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจริงและแก้ปัญหาได้ตรงตามความต้องการของผู้มีส่วนร่วม (สุภางค์ จันทวานิช. 2551 : 67 – 68)

นางนภัส คู่วรัญญู เทียงกมล (2551 : 188 – 198) กล่าวถึง หลักการ และคุณลักษณะที่สำคัญของวิจัยเชิงปฏิบัติการ มีอยู่ 16 ประการ ดังนี้

1. การวิจัยเชิงปฏิบัติการ เป็นวิธีการปรับปรุงการปฏิบัติในสังคม (Social Practice) ด้วยการเปลี่ยนแปลงการปฏิบัติในสังคม และการเรียนรู้จากกระบวนการเปลี่ยนแปลงนั้น โดยการเน้นความสำคัญของการศึกษาชุมชน โดยการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของชาวบ้าน การประเมินปัญหาและความต้องการของชุมชน (Need Assessment) เป็นการช่วยกันวิเคราะห์สถานการณ์ (Situation Analysis) ปัจจุบันว่า ในชุมชนมีข้อบกพร่องหรือปัญหาที่ใดบ้างแล้วหาทางพัฒนาร่วมกัน เพื่อสร้างโอกาสประสพผลสำเร็จในการดำเนินกิจกรรม หรือโครงการแก้ปัญหาพัฒนา

2. การวิจัยเชิงปฏิบัติการ คือ การดำเนินการตามแผนตนเอง

การสังเกตอย่างเป็นระบบ การสะท้อนกลับ และย้อนกลับไปทำการวางแผนอีก และเริ่มการหมุนเวียนรอบอีกครั้ง

3. การวิจัยเชิงปฏิบัติการ เป็นความร่วมมือความรับผิดชอบสำหรับการกระทำจะเกี่ยวกับการปรับปรุงด้วยความร่วมมือของกลุ่มและจะขยายวงกว้างออกไปจากส่วนที่เกี่ยวข้องโดยตรงอย่างมากไปสู่การเกี่ยวข้องโดยตรงอย่างมากที่สุดเท่าที่เป็นไปได้

4. การวิจัยเชิงปฏิบัติการเป็นการสร้างชุมชนแห่งการวิพากษ์วิจารณ์ตนเอง (Self-critical Communities) ของประชาชนที่มีส่วนร่วม และที่ให้ความร่วมมือในกระบวนการการวิจัยของการวางแผน (Planning) ลงมือกระทำ (Acting) สังเกต (Observing) และไตร่ตรอง (Reflecting) ด้วยจุดมุ่งหมายการสร้างชุมชนของประชาชนที่ให้คำมั่นที่จะบรรลุการหยั่งรู้ด้วยปัญญาญาณ (Enlightening with Intuition) ด้วยตนเองเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อมการกระทำ ผลที่ตามมาการปลดปล่อยตัวเองจากระบบและอิสระที่จะเลือกค่านิยมของสังคม (Social Values)

5. การวิจัยเชิงปฏิบัติการ เป็นกระบวนการเรียนรู้อย่างเป็นระบบ (Systematic Learning Process) ที่ประชาชนผู้ปฏิบัติจะสามารถตอบสนองและแสดงออกตามโอกาสที่เปิดกว้างให้ ซึ่งเป็นกระบวนการที่ใช้ปัญญาวิเคราะห์วิจารณ์ (Critical intelligence) เพื่อสื่อสารถึงการกระทำ และเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ ดังนั้น การปฏิบัติทางสังคม จึงเป็นสิ่งที่ได้รับรู้และยอมรับ การปฏิบัติดังกล่าวจึงเกี่ยวข้องกับความสนใจใคร่รู้และต้องการมีความสนใจในความสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อม (Circumstances) การกระทำ (Action) และสิ่งที่ตามมา (Consequences) ในสภาพความเป็นอยู่ของตนเอง ดังนั้น ทฤษฎีการวิจัยเชิงปฏิบัติจึงถูกพัฒนาขึ้นโดยอาจจะแสดงออกในตอนต้นในรูปแบบของเหตุผล สำหรับการปฏิบัติ เหตุผลที่เริ่มต้นเหล่านี้จึงเป็นสิ่งที่ต้องการวิเคราะห์ผ่านกระบวนการการวิจัยเชิงปฏิบัติการ

6. การวิจัยเชิงปฏิบัติการ เป็นการเกี่ยวข้องกับประชาชนทั้งในทางทฤษฎีและในทางปฏิบัติของเขา

7. การวิจัยเชิงปฏิบัติการ ต้องการประชาชนมีส่วนร่วมทั้งทางด้านการปฏิบัติ ด้านแนวความคิด และด้านสมมติฐานเกี่ยวกับสถาบัน ที่ต้องการทดสอบด้วยรวบรวมหลักฐานที่น่าเชื่อถือ

8. การวิจัยเชิงปฏิบัติการ จึงเกี่ยวข้องไม่แค่เพียงแค่รักษารายงาน

ที่อธิบายว่ามีอะไรเกิดขึ้นในปัจจุบันมากที่สุดแต่ยังเป็นการรวบรวมวิเคราะห์กลุ่มผู้ทำ  
หน้าที่ตัดสินใจในส่วนที่เกี่ยวข้องกับปฏิบัติการและความประทับใจเกี่ยวกับสิ่งที่กำลังจะเกิด  
ต่อไป

9. การวิจัยเชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับผู้เข้ามามีส่วนร่วมให้ได้เห็นชัดเจน  
ในประสบการณ์ของตนเอง ซึ่งสามารถกระทำได้เองโดยทำการเก็บรักษาก่อนที่กลุ่ม  
บุคคลของผู้ที่เข้ามามีส่วนร่วมในการร่วมบันทึกความก้าวหน้าของตนเองและสะท้อน  
ความคิดเห็นของตนเองเกี่ยวกับการเรียนรู้ของกลุ่มที่ขนานกันไปเกี่ยวกับ ก) การปฏิบัติ  
ตนเอง(ว่าการปฏิบัติของตนเองและกลุ่มกำลังพัฒนาอย่างไร) และ ข) กระบวนการศึกษา  
การปฏิบัติ (โดยโครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการดำเนินการอย่างไร)

10. การวิจัยเชิงปฏิบัติการ เป็นกระบวนการทางการเมืองเพราะว่า  
เกี่ยวกับประชาชนที่ทำการเปลี่ยนแปลงที่จะกระทบต่อตนเองด้วยเหตุผลที่บางครั้งจะเป็น  
การสร้างแรงต่อต้านเปลี่ยนแปลงทั้งที่ผู้มามีส่วนร่วมและบุคคลอื่นๆ

11. การวิจัยเชิงปฏิบัติการ เกี่ยวกับการพิจารณาในการสร้าง  
สถานการณ์ของสถาบัน (โครงการ รายการ และระบบ) ในที่ซึ่งประชาชนทำงานอยู่นักวิจัย  
อาจจะรู้ศึกษาถึงการต่อต้านการเปลี่ยนแปลงอันเนื่องมาจากความขัดแย้งระหว่างการ  
เสนอวิธีปฏิบัติแบบใหม่ และการยอมรับการปฏิบัติ เช่น การสนใจ การสื่อสาร การ  
ตัดสินใจและการศึกษา การวิจารณ์นี้จะช่วยให้การวิจัยเชิงปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วมมีการ  
กระทำที่เป็นการเมืองโดย ก) เกี่ยวกับการประสานความร่วมมือในกระบวนการวิจัยเพื่อให้  
คนอื่นเข้ามามีส่วนร่วมในการทำวิจัย ข) การทำงานในบริบทของสถาบันมีความกว้างขวาง  
มากขึ้น การเข้าใจอย่างมีเหตุผลมีผลมากขึ้น กระบวนการตัดสินใจมากขึ้นและทำงาน  
ในรูปแบบตอบสนองความพึงพอใจของบุคคลในชุมชน

12. การวิจัยเชิงปฏิบัติการ จะเริ่มต้นอย่างเล็กๆ ด้วยการทำงาน  
บนพื้นฐานการเปลี่ยนแปลงเพียงเล็กน้อยที่เป็นปัจเจกบุคคลสามารถบริหารจัดการ  
และควบคุมได้และทำงานกันต่อไปในรูปแบบที่ขยายการเปลี่ยนแปลงมากยิ่งขึ้น ผู้เข้ามา  
ต้องสามารถนำเสนอหลักฐานว่าเขาจะต้องสามารถเชื่อมต่ออย่างไรในหัวข้อที่สนใจ ที่จะ  
ยึดกลุ่มไว้ด้วยกันและการจัดตั้ง การตกลง การแบ่งปันที่แท้จริงอย่างไรในกลุ่มดังกล่าว

13. การวิจัยเชิงปฏิบัติการ เริ่มต้นด้วยวงจรเล็กๆ ของการวางแผน  
กระทำ สังเกต และการสะท้อนที่สามารถช่วยกันกำหนดประเด็น ความคิดและ  
สมมติฐานที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้น

14. การวิจัยเชิงปฏิบัติการ เป็นเริ่มต้นด้วยวงจรเล็กๆ ของผู้ประสานงานความร่วมมือ แต่ขยายกว้างในชุมชน ดังนั้น ผู้วิจัยเชิงปฏิบัติการจะมีผลของคำถามจากการปฏิบัติการ

15. การวิจัยเชิงปฏิบัติการ ต้องการผู้เข้ามาสร้างการบันทึกในการปรับปรุงของผู้เข้ามามีส่วนร่วมในกลุ่มดังกล่าว โดยบันทึก

15.1 การเปลี่ยนแปลงของกลุ่มผู้เข้ามามีส่วนร่วมเกี่ยวกับกิจกรรมและการปฏิบัติต่างๆ

15.2 การเปลี่ยนแปลงในภาษาและวาทกรรมในกลุ่มที่มีส่วนร่วมที่จะอธิบาย บรรยาย และการตัดสินใจการปฏิบัติของกลุ่ม

15.3 การเปลี่ยนแปลงในความสัมพันธ์ทางสังคมและรูปแบบของการจัดองค์การที่บับบังคับการปฏิบัติของกลุ่ม

15.4 การพัฒนาความเชี่ยวชาญของกลุ่มผู้มีส่วนร่วม ในการนำวิจัยเชิงปฏิบัติการที่มีผู้มีส่วนร่วมเหล่านี้ต้องสามารถแสดงหลักฐานบรรยากาศของกลุ่มที่ประชาชนคาดหวังสามารถอธิบายให้ผู้อื่นเชื่อถือได้

16. การวิจัยเชิงปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วมต้องการให้ผู้ที่เข้ามามีส่วนร่วมให้เหตุผลในการตัดสินใจเกี่ยวกับการงานสังคมหรือการศึกษาแก่ผู้อื่น เพราะว่ากลุ่มผู้ที่เข้ามามีส่วนร่วมสามารถแสดงหลักฐานที่เขารวบรวมได้ และสามารถสะท้อนอย่างวิพากษ์ว่าสิ่งที่พวกเขาทั้งหลายได้กระทำไปจะช่วยพวกเขาเองในทางสร้างสรรค์

หลักการของการวิจัยเชิงปฏิบัติการ สรุปได้ว่า การมีส่วนร่วมของทุกฝ่ายตั้งแต่เริ่มแรกจนสิ้นสุดการปฏิบัติการโดยอาศัยความร่วมมือ และความรับผิดชอบร่วมกันเพื่อเรียนรู้อย่างเป็นระบบ

กล่าวโดยสรุป การวิจัยปฏิบัติการแบบมี คือ การศึกษาค้นคว้าหาความรู้เพื่อแก้ไขปรับปรุงปัญหาที่เกิดขึ้น หรือเพื่อพัฒนาส่งเสริมสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้ดีขึ้น โดยใช้กระบวนการค้นคว้าแสวงหาความรู้ตามหลักการของการวิจัยเชิงวิทยาศาสตร์ ซึ่งมีวัตถุประสงค์มุ่งไปที่การแก้ปัญหาในการพัฒนา โดยอาศัยความร่วมมือการมีส่วนร่วมของชุมชนหรือกลุ่มเป้าหมาย ทั้งในส่วนของผู้ร่วมกระบวนการวิจัยและผู้ที่มีส่วนได้ส่วนเสียในการใช้ประโยชน์ของการวิจัยนั้นๆ

## 6. จุดเด่นของการวิจัยเชิงปฏิบัติการ

ลักษณะเด่น 11 ประการ ของการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (นงนภัส คู่วรัญญู เทียงกมล. 2551 : 200 – 209) มีดังต่อไปนี้

1. การปฏิบัติการ เป็นการสร้างองค์ความรู้ใหม่ (Body of Knowledge) จากการผสมผสานระหว่างความรู้ของนักวิชาการกับภูมิปัญญาชาวบ้าน (Local Wisdom) จึงเป็นการนำความรู้จากนักวิชาการภายนอกชุมชนมาบูรณาการกับความรู้ที่เป็นภูมิปัญญาชาวบ้านดั้งเดิมเพื่อสร้างองค์ความรู้ใหม่ จึงเป็นการสร้างองค์ความรู้ร่วมกัน (Co – generative Learning) ในอันที่จะเปลี่ยนแปลงการมีส่วนร่วมเพียงบางส่วน มาเป็นการมีส่วนร่วมเต็มรูปแบบระหว่างชาวบ้านกับนักวิจัย จนกระทั่งสามารถสร้างความรู้สึกร่วมกันที่จะบูรณาการทฤษฎีให้เข้ากับการปฏิบัติจริง เพื่อสร้างองค์ความรู้ใหม่ดังกล่าว
2. องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วมมีลักษณะปฏิสัมพันธ์ (Interactive) และการบูรณาการวิทยาการ (Interdisciplinary) ของวิถีชีวิตที่ร่วมกันปฏิบัติการวิจัยของชาวบ้านและนักวิจัย ด้วยใจที่เปิดกว้างพร้อมที่จะเรียนรู้ร่วมกัน เพื่อแสวงหาค้นพบสิ่งใหม่ร่วมกัน และเป็นความต้องการที่จะเสริมความรู้ซึ่งกันและกันทั้งสองฝ่าย คือ นักวิจัยและชาวบ้าน ด้วยวิธีการวิทยาการใหม่อันเป็นความมุ่งมั่นว่า การค้นพบสิ่งใหม่เพื่อเป็นการเปิดหนทางใหม่ เป็นการบูรณาการวิทยาการต่างๆ เข้าด้วยกัน (Interdisciplinary) ที่เกิดจากการปฏิบัติงานร่วมกัน โดยมีการฝึกฝนและการทำงานอย่างเป็นระบบอย่างต่อเนื่องที่จะนำไปสู่รูปแบบความคิดที่ยืดหยุ่นมากขึ้น ดังนั้น การบูรณาการวิทยาการ (Interdisciplinary) จึงเป็นการฝึกปฏิบัติทั้งโดยส่วนตัวและรวมกันกับผู้อื่น เป็นวิธีการที่ฝึกฝนให้เกิดทักษะมากกว่าการจดจำทฤษฎี ดังนั้น การวิจัยปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วมจึงไม่ใช่เป็นแค่วิธีการทางสหวิทยาการ (Multidisciplinary Approach) เท่านั้น แต่ยังเป็นการเรียนรู้ข้ามสาขาวิชา (Trans disciplinary) ด้วยการบูรณาการความรู้หลากหลายสาขา ความหลากหลาย เรียกว่า การบูรณาการวิทยาการ (Interdisciplinary Approach) เข้าด้วยกันจนเป็นหนึ่งเดียว ดังเช่น สาขาวิชาที่เรียกว่า สิ่งแวดล้อมศึกษา (Environmental Education) เป็นต้น
3. การวิจัยปฏิบัติการ ไม่ใช่เป็นเพียงความเข้าใจที่เกิดจากการฟังหรืออ่าน แต่เกิดจากการลงมือทำ (Practice) จึงมีความเข้าใจกันอย่างถ่องแท้และกลายเป็นรูปธรรมที่เป็นจริง ดังนั้น จึงเป็นการสะท้อนความคิด มีการลงมือปฏิบัติ และสะท้อน

ความคิดแล้วลงมือปฏิบัติ เป็นวัฏจักรเช่นนี้เรื่อยไป (Reflection–Action–Reflection–Action) จึงเท่ากับเป็นการทบทวนไตร่ตรองความคิดของตนเอง แล้วนำไปลงมือปฏิบัติ (Direct Action) จึงเป็นการชี้้นำการปฏิบัติที่มีความหมายทางจิตวิทยาว่าให้บุคคลตระหนักถึงการที่ตนเองเป็นที่พึ่งแห่งตน หรือตนเองเท่านั้นที่ควรชี้นำตนเองนั่นเอง

4. การลงมือปฏิบัติตามความรู้ที่มีอยู่ของทั้งสองฝ่าย หรือเป็นการนำความรู้สู่การปฏิบัติ (Practice) เป็นลักษณะเด่นของการวิจัยปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วม อีกประการหนึ่ง ด้วยการเน้นประเด็นปัญหาที่สำคัญตามความเป็นจริงของท้องถิ่น ซึ่งสามารถใช้เป็นกระบวนการให้การศึกษาแก่ผู้ใหญ่ในท้องถิ่น โดยวิธีการเรียนที่ไม่เน้นความรู้ที่เป็นทฤษฎี แต่เน้นการคิดวิเคราะห์ วิจัย และสังเคราะห์ เพราะความรู้ทางทฤษฎีเดิมจะมีลักษณะที่แบ่งแยกคน เช่น แบ่งแยกความแตกต่างของเพศ ตามลักษณะของสังคม วัฒนธรรม และความเชื่อว่าการเรียนรู้ทางทฤษฎีหรือการวิเคราะห์บทบาทของเพศชาย และเพศหญิงจะเน้นที่การหยั่งรู้ หรือ ปัญญาญาณ (Intuition) มากกว่าความรู้ทางทฤษฎีหรือทางวิทยาศาสตร์ โดยเพศชายจะมีลักษณะของการคิดค้นและสามารถลงมือปฏิบัติได้จริงมากกว่า

5. การวิจัยปฏิบัติการ จึงเป็นกระบวนการเบ็ดเสร็จ ในตัวเอง (Inclusive) ที่มีการใช้ทรัพยากรอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล ด้วยการสร้างองค์ความรู้ใหม่จากความรู้เดิม และจากวิธีการที่มีอยู่ โดยไม่พยายามที่จะแยกหรือจำกัดสิ่งใดทั้งสิ้น ดังนั้น ทุกความคิดเห็นจะได้รับการฟังและยอมรับ ซึ่งเป็นการเปิดโอกาสให้ทุกคนได้เรียนรู้ (Learning for all) อันเป็นลักษณะพิเศษของการวิจัยปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วม

6. กระบวนการทางการวิจัยปฏิบัติการเปรียบเสมือน สิ่งมีชีวิต มีชีวิต มีรูปร่าง (Organic) เป็นกระบวนการต่อเนื่องที่ไม่มีจำกัดเวลา และมีรูปร่างเปิดที่ไม่สามารถกำหนดแผนการล่วงหน้า รวมทั้งไม่สามารถทำนายผลล่วงหน้าได้อย่างเป็นวิทยาศาสตร์ เพราะมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา ตามกระแสที่นักวิจัยเข้าไปมีส่วนร่วมในชุมชนด้วยการเลื่อนไหลไปตามการขึ้นลงของสถานการณ์ที่ไม่มีทฤษฎีตายตัว และไม่ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ทางวิทยาศาสตร์ หรือแนวคิดรวบยอด (Concept) เป็นกรอบกำหนด

7. ในกระบวนการทางการวิจัยปฏิบัติการ จะต้องสามารถสร้างความตระหนักถึงความเป็นตัวของตัวเอง (Self-awareness) ด้วยการสร้างความตระหนักให้เกิดขึ้นในตนเองให้เกิดกับประชาชน เพราะการวิจัยปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วมสามารถจะ

ช่วยให้มีความเชื่อมั่นในตัวเอง โดยการพัฒนาอัตมโนทัศน์ (Self - concept) ของประชาชน ดังเช่น อัตมโนทัศน์ ที่ว่า “แม้คนที่ยากจนก็สามารถมีสิทธิมีเสียงได้”

8. การวิจัยปฏิบัติการ จะช่วยสร้างสังคมนิเวศน์ (Ecological Society) ให้เกิดขึ้น ทำให้คนในชุมชนมีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ดังนั้น จึงต้องเลิกล้มระบบ เจ้าขุนมูลนาย นอกจากนี้ต้องมีการสร้างความผสมผสานกลมกลืนระหว่างมนุษยชาติกับธรรมชาติและมนุษย์กับมนุษย์ให้เกิดขึ้นให้ได้ จึงจะมีสังคมนิเวศน์เกิดขึ้นได้ จากการมีความสัมพันธ์ระหว่างกันของสมาชิกสังคมในรูปแบบของประชาธิปไตยที่เท่าเทียมเสมอภาคในสังคม

9. การวิจัยปฏิบัติการ เป็นการมุ่งเน้นอนาคต (Future Oriented) นักวิจัยการวิจัยปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วม จึงต้องรู้วิธีการสร้างสถานการณ์ เพื่อการเรียนรู้ในชุมชน โดยการจัดการในลักษณะที่ไม่มีการจัดเตรียมรายการล่วงหน้าสำเร็จรูป หรือตายตัว ซึ่งจะทำให้เกิดความสามารถในการช่วยตนเองของชุมชน มีการสร้างแนวทางการปฏิบัติที่ไม่เคยมีมาก่อนด้วยการทบทวนปรับเปลี่ยนและปรับปรุงระบบที่เขาเป็นสมาชิกอยู่เดิมโดยการพัฒนาตัวอย่างโครงสร้าง หรือภาพลักษณ์ที่จะนำมาปะติดปะต่อให้เกิดภาพอนาคตที่ชัดเจนและตรงความต้องการของชุมชนโดยรวม ด้วยการส่งเสริมและสนับสนุนความสามารถที่จะสร้างความฝันของตนเองได้ อันเป็นสิ่งที่สำคัญสำหรับการพัฒนา

10. การวิจัยปฏิบัติการ มีแนวคิดที่มองโลกในแง่ดี (Optimistic) ตามหลักการพื้นฐานของแนวคิดการปลดปล่อยที่เชื่อว่ามนุษย์ทุกคนสามารถที่จะจัดการเรื่องต่างๆ ในสังคมของเขาได้ ซึ่งการวิจัยปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วมเป็นกระบวนการที่จะส่งเสริมศักยภาพด้านนี้ของบุคคลได้เป็นอย่างดี เพราะกระบวนการของการวิจัยปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วมนั้น มีการปฏิบัติที่ไม่มีการกำหนดหลักเกณฑ์ที่แน่นอนล่วงหน้า

11. การวิจัยปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วม เป็นการวิจัยที่เน้นวิธีการเรียนรู้จากประสบการณ์โดยตรงด้วยการอาศัยการมีส่วนร่วมอย่างแข็งขันจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องในกิจกรรม หรือกิจกรรมเพื่อการแก้ปัญหาและพัฒนาในชุมชน รวมทั้งมีการติดตามผลจนถึงขั้นประเมินโครงการหรือกิจกรรมที่กำลังดำเนินงานและที่เสร็จสิ้นลงแล้ว

กล่าวโดยสรุป เป้าหมายหลักของลักษณะของการวิจัยปฏิบัติการ ประกอบด้วย 1. มีการค้นคว้าหาความรู้พื้นฐานที่เป็นที่ยอมรับและใช้กันอย่างแพร่หลาย 2. มีการส่งเสริมความเข้าใจอันดีระหว่างวัฒนธรรม 3. มีการสร้างดุลยภาพระหว่างวิทยาศาสตร์ ความรู้ทางวิชาการ กับความรู้พื้นบ้าน 4. ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องในการวิจัย



เชิงปฏิบัติการยอมรับในความไม่เท่าเทียมกันของภาวะทางเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมที่หลากหลาย 5. ศึกษาแนวทางแก้ปัญหา และการพัฒนาที่เป็นประโยชน์ต่อชุมชนด้วยการคิดเอง ตัดสินใจเอง และลงมือกระทำเองอย่างเป็นรูปธรรม

6. สนับสนุนการสร้างศักยภาพของชุมชนให้เข้มแข็งสามารถพึ่งตนเองได้ (Self-reliance) ด้วยการนำภูมิปัญญาท้องถิ่น (Local Wisdom) มาสร้างเป็นองค์ความรู้ (Body of Knowledge) ที่เป็นของท้องถิ่นตนเอง ซึ่งจะเป็นแนวทางที่สามารถก้าวทันยุคโลกาภิวัตน์ อีกทั้งสามารถนำตนเองสู่การพัฒนาอย่างยั่งยืนที่แท้จริง (Sustainable Development)

7. ชุมชนสามารถที่จะนำระบบเทคโนโลยีสารสนเทศ (Information Technology) มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาท้องถิ่น เพื่อลดการพึ่งพิงความรู้และเทคโนโลยีจากต่างประเทศ

### 7. เงื่อนไขความสำเร็จของการวิจัยเชิงปฏิบัติการ

การนำวิจัยเชิงปฏิบัติการ ไปใช้มีเงื่อนไขสนับสนุนให้การวิจัย

เชิงปฏิบัติการประสบผลสำเร็จ (อังคณา ตุงคสมิต. 2550 : 19 – 20) ดังนี้

1. มีการติดต่อสื่อสารผู้มีส่วนร่วมอย่างทั่วถึง ซึ่งจะต้องสื่อให้มีความเข้าใจตรงกัน
2. สร้างความตระหนักและให้ความสำคัญผู้มีส่วนร่วม ผู้มีส่วนร่วมจะรู้สึกว่าคุณมีความสำคัญในกระบวนการและจะให้ความร่วมมือกันอย่างเต็มที่
3. สร้างการยอมรับจากผู้มีส่วนร่วม โดยผู้มีส่วนร่วมจะเต็มใจและสนับสนุนเรื่อง แรงกาย ใจ และเวลา ในขณะที่ผู้วิจัยที่เป็นคนภายนอกต้องมีความไว้วางใจ และเชื่อมั่นในความสามารถของผู้มีส่วนร่วมให้ข้อมูลความรู้เกี่ยวข้อง เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกันจะเห็นได้ว่าการพัฒนาการศึกษาด้วยการวิจัยจะได้ผลดีจำต้องอาศัยความร่วมมือจากหลายๆฝ่ายโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ครูผู้สอน ผู้บริหาร ผู้ปกครองนักเรียนที่มีส่วนได้เสียให้เป็นผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย การประยุกต์ใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมในกระบวนการวิจัยทางการศึกษาจึงต้องมีความเหมาะสม เพราะจะสามารถก่อให้เกิดความร่วมมือ เกิดการเปลี่ยนแปลงและเป็นกระบวนการในการศึกษาค้นคว้า รวบรวมข้อมูลสารสนเทศต่างๆ เพื่อตอบคำถามเกี่ยวกับภาระงานที่ปฏิบัติอยู่ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อแก้ปัญหาและพัฒนางานทางการศึกษา โดยนักวิจัยผู้เกี่ยวข้องมีส่วนร่วมในกระบวนการตั้งแต่ต้นจนจบกระบวนการ ตั้งแต่การกำหนดประเด็นที่ดำเนินการแก้ไข ปรับปรุง หรือสร้างขึ้นมาใหม่การวางแผนปฏิบัติ (Plan) การปฏิบัติตามแผน (Act) การตรวจสอบผลปฏิบัติ (Observe) และการนำผลการตรวจสอบไปประเมินหรือปรับปรุง

(Reflect) จะทำให้สามารถแก้ไขปัญหาทางการศึกษาและพัฒนางานทางการศึกษา ได้ตรงตามสภาพที่เป็นจริงและตรงตามความต้องการของทุกฝ่าย

สมชาย ไชยวงศ์ (2553 : 63 – 64 ) การนำการวิจัยเชิงปฏิบัติการไปใช้ มีเงื่อนไขที่จะสนับสนุนให้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมประสบผลสำเร็จ ดังนี้

1. มีการติดต่อสื่อสารผู้มีส่วนร่วมอย่างทั่วถึง มีความเข้าใจตรงกัน
2. สร้างความตระหนักและให้ความสำคัญผู้มีส่วนร่วม ผู้มีส่วนร่วมจะรู้สึกว่าคุณมีความสำคัญในกระบวนการและจะให้ความร่วมมืออย่างเต็มที่
3. สร้างการยอมรับจากผู้มีส่วนร่วม โดยผู้มีส่วนร่วมจะเต็มใจและสนับสนุนเรื่องร่างกาย ใจ และเวลา ในขณะที่ผู้วิจัยที่เป็นคนภายนอก ต้องมีความไว้วางใจและเชื่อมั่นในความสามารถของผู้มีส่วนร่วม

4. ให้ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับ เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกันจะเห็นได้ว่าการพัฒนาการศึกษาด้วยการวิจัยจะได้ผลดีจำต้องอาศัยความร่วมมือจากหลายฝ่ายโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ครูผู้สอน ผู้บริหาร ผู้ปกครองนักเรียน ที่มีส่วนได้เสียให้เป็นผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย การประยุกต์ใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมในกระบวนการวิจัยทางการศึกษาจึงต้องมีความเหมาะสม เพราะจะสามารถก่อให้เกิดความร่วมมือ เกิดการเปลี่ยนแปลงและเป็นกระบวนการในการศึกษาค้นคว้า รวบรวมข้อมูลสารสนเทศต่างๆ เพื่อตอบคำถามเกี่ยวกับภารงานที่ปฏิบัติอยู่โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อแก้ปัญหาและพัฒนางานทางการศึกษา โดยนักวิจัยผู้เกี่ยวข้องมีส่วนร่วมในกระบวนการ ตั้งแต่ต้นจนจบกระบวนการ ตั้งแต่การกำหนดประเด็นที่ดำเนินการแก้ไขปรับปรุง หรือสร้างขึ้นมาใหม่การวางแผนปฏิบัติ (Plan) การปฏิบัติตามแผน (Act) การตรวจสอบผลปฏิบัติ (Observe) และการนำผลการตรวจสอบไปประเมินหรือปรับปรุง (Reflect) จะทำให้สามารถแก้ไขปัญหาทางการศึกษาและพัฒนางานทางการศึกษา ได้ตรงตามสภาพที่เป็นจริง และตรงตามความต้องการของทุกฝ่าย

เงื่อนไขความสำเร็จของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม สรุปได้ว่าผู้วิจัยนั้นจะต้องเป็นที่ยอมรับ มีความรู้สึกพร้อมและมีความสามารถในการติดต่อสื่อสารผู้มีส่วนร่วมอย่างทั่วถึง สร้างความตระหนัก และให้ความสำคัญผู้มีส่วนร่วมเกี่ยวข้อง เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน

## บริบทของโรงเรียนบ้านเชียงเซา

### 1. ข้อมูลและสภาพทั่วไปของโรงเรียนบ้านเชียงเซา

ข้อมูลและสภาพทั่วไปของโรงเรียนบ้านเชียงเซา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครพนม เขต 2 มีประวัติความเป็นมาโดยภาพรวม ดังนี้  
ข้อมูลและสภาพทั่วไป (โรงเรียนบ้านเชียงเซา. 2553 : 3 - 5)

#### 1.1 ประวัติความเป็นมาของโรงเรียนบ้านเชียงเซา

โรงเรียนบ้านเชียงเซา ก่อตั้งขึ้นครั้งแรก เมื่อวันที่ 3 มีนาคม 2483 โดยนายอำเภอและศึกษาธิการอำเภอท่าบ่อสงคราม (นายเป็รื่อง พรหมประกาย) ที่ศาลา วัดโพธิ์ศรี บ้านเชียงเซา โดยเปิดการเรียนการสอนตั้งแต่ปี พ.ศ. 2499 เปิดสอนถึงระดับชั้นเปิดทำการสอนถึงระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ต่อมาในปี พ.ศ. 2515 เปิดทำการสอนถึงระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 และตั้งแต่ปี พ.ศ. 2529 เป็นต้นมาจนถึงปัจจุบัน จึงได้เปิดทำการเรียนการสอนตั้งแต่ชั้นอนุบาลถึงระดับประถมศึกษาปีที่ 6

ด้านอาคารสถานที่ ได้ย้ายจากศาลาวัดโพธิ์ศรี มาที่ทำการโรงเรียนบ้านเชียงเซา ในปัจจุบัน เมื่อวันที่ 25 สิงหาคม พ.ศ. 2502 โดยได้สร้างอาคารเรียนแบบ ป.1 ก. ขนาด 2 ห้องเรียน 1 หลังจากเงินงบประมาณทางราชการสมทบ 10,000 บาท ใน พ.ศ. 2515 นายปลื้ม มูลพงษ์ ผู้ใหญ่บ้านได้ชักชวนพี่น้องประชาชนสละทุนทรัพย์ และแรงกายปลูกอาคารเอนกประสงค์ 1 หลัง มูลค่า 20,000 บาท จากเริ่มก่อตั้งถึงปัจจุบัน โรงเรียนบ้านเชียงเซา มีผู้บริหารรวม 11 คน ปัจจุบันดำรงตำแหน่งผู้อำนวยการโรงเรียน คือ นายวรรณดี ไทสวนจิต มีข้าราชการครูเคยมาดำรงตำแหน่งทั้งสิ้นจนถึงปัจจุบัน 45 คน นักการภารโรง 2 คน พื้นที่ของโรงเรียนรวมทั้งสิ้น 29 ไร่ 3 งาน

### 2. ข้อมูลนักเรียน (โรงเรียนบ้านเชียงเซา. 2554 : 3)

ข้อมูลนักเรียน ณ วันที่ 10 มิถุนายน 2554 โรงเรียนบ้านเชียงเซา มีข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียน ดังนี้

2.1 จำนวนนักเรียนในเขตพื้นที่บริการทั้งหมด 153 คน

2.2 จำนวนนักเรียนจำแนกตามระดับชั้นที่เปิดสอน

รายละเอียดของนักเรียนโรงเรียนบ้านเชียงเซา สามารถแยกตามระดับชั้นได้

ดังตาราง 1

ตาราง 1 แสดงจำนวนนักเรียนจำแนกตามระดับชั้นที่เปิดสอน

ระดับชั้นเรียน	จำนวนห้อง	เพศ		รวม
		ชาย	หญิง	
อ.1	1	8	10	18
อ.2	1	9	6	15
รวม	2	18	16	33
ป.1	1	9	8	17
ป.2	1	13	5	18
ป.3	1	14	11	25
ป.4	1	5	8	13
ป.5	1	12	11	23
ป.6	1	10	12	22
รวม	6	62	55	117
รวมทั้งสิ้น	8	80	71	151

### 3. ข้อมูลครูและบุคลากร

รายละเอียดเกี่ยวกับผู้บริหาร ครู และบุคลากร มีดังนี้ ผู้อำนวยการโรงเรียน ชื่อ นายวรรณดี โทสวนจิต วุฒิทางการศึกษา ปริญญาโท สาขาการบริหารการศึกษา ดำรงตำแหน่งที่โรงเรียนบ้านเชียงเซา จำนวนครู (ข้าราชการ) 7 คน พนักงานราชการ 1 คน วุฒิทางการศึกษาของครู (ข้าราชการ) ปริญญาตรี 7 คน สูงกว่าปริญญาตรี 1 คน อายุเฉลี่ยของครู 46 ปี ประสบการณ์การสอนเฉลี่ย 24 ปี ดังตาราง 2

ตาราง 2 รายละเอียดข้อมูลบุคลากรโรงเรียนบ้านเชียงเซา

ที่	ชื่อ - ชื่อสกุล	อายุ	ตำแหน่ง	วุฒิ	วิชาเอก	ประสบการณ์ การสอน	สอนชั้น /วิชา
1	นายวรรณดี ไทสวนจิต	48	ผอ.รร.	ศษ.ม.	บริหาร การศึกษา	28	-
2	นายประยูร ภัคดี	51	ครู	ค.บ.	เกษตร ศาสตร์	31	ป.3 /ทุกสาระ
3	นายชัยมงคล โม้แพ้ว	49	ครู	ศษ.บ	บริหาร การศึกษา	29	ป.4 /ทุกสาระ
4	นางอุทิศ คະปัญญา	55	ครู	ค.บ.	คหกรรม ศาสตร์	32	ป.1 /ทุกสาระ
5	นางพาริพันธ์ ภัคดี	51	ครู	ศษ.บ	บริหาร การศึกษา	31	ป.2 /ทุกสาระ
6	นางฉัตรมงคล สวนกัน	50	ครู	ค.บ.	ประถมศึกษา	31	อนุบาล 1
7	นางไมตรี คະขาวงค์	35	ครู	ค.บ.	ประถมศึกษา	11	อนุบาล 2
8	นางนันทิญา คະปัญญา	30	ครู	ค.บ.	ภาษาอังกฤษ	4	ป.6 /ทุกสาระ
9	นางอรวรรณ วงศ์ณะรัตน์	54	ครู	ค.บ.	ประถมศึกษา	30	ทุกสาระ
10	นายไชยวัฒน์ บุญเทียม	28	ครู	ศษ.บ	ศิลปกรรม (ออกแบบ นิเทศศิลป์)	1	ป.5/ ทุกสาระ

#### 4. คณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน โรงเรียนบ้านเชียงเซา

รายละเอียดเกี่ยวกับรายชื่อคณะกรรมการสถานศึกษา ดังตาราง 3

ตาราง 3 รายชื่อคณะกรรมการสถานศึกษาโรงเรียนบ้านเชียงเซา

ที่	ชื่อ- สกุล	ตำแหน่ง	หมายเหตุ
1	นายจัต ดาดง	ประธาน กรรมการ	ผู้แทนผู้ทรงคุณวุฒิ
2	นางเพ็ญประภา ศรีหาวงศ์	กรรมการ	ผู้แทนศิษย์เก่า
3	นายประยูร ภัคดี	กรรมการ	ผู้แทนครู
4	นายวันชัย บุพศิริ	กรรมการ	ผู้แทนผู้ทรงคุณวุฒิ
5	นายฉลอง มุลพงษ์	กรรมการ	ผู้แทนปกครองส่วนท้องถิ่น
6	นายดาวเรือง มีมา	กรรมการ	ผู้แทนปกครองส่วนท้องถิ่น
7	พระอธิการน้อย อัครธัมโม	กรรมการ	ผู้แทนพระภิกษุสงฆ์
8	นายคงศักดิ์ ศรีเมือง	กรรมการ	ผู้แทนองค์กรชุมชน
9	นายวรรณดี โทสวงจิต	กรรมการ และเลขานุการ	ผู้บริหารโรงเรียน

#### 5. การดำเนินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพโรงเรียนบ้านเชียงเซา

นโยบายโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพโรงเรียนบ้านเชียงเซา ปีการศึกษา 2554 ของโรงเรียนบ้านเชียงเซา มีดังนี้

- 5.1 การส่งเสริมสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาสุขภาพนักเรียน
- 5.2 การเฝ้าระวังและแก้ไขปัญหาสุขภาพ
- 5.3 การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ
- 5.4 การคุ้มครองผู้บริโภคในโรงเรียน
- 5.5 การส่งเสริมการออกกำลังกาย
- 5.6 การส่งเสริมสุขภาพบุคลากรในโรงเรียน
- 5.7 ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาสุขภาพนักเรียน

## 6. สภาพชุมชนโดยรวม

สภาพชุมชนโดยรวม มีลักษณะดังนี้

### 6.1 ลักษณะประชากร

บ้านเชียงเซาประกอบด้วย 3 หมู่บ้านได้แก่ บ้านเชียงเซา หมู่ 7 บ้านเชียงเซา หมู่ 10 บ้านเชียงเซา หมู่ 15 มีประชากรทั้งหมดประมาณ 6,000 คน ประชากรในเขตพื้นที่หมู่บ้านเชียงเซา ประกอบด้วยชนชาวพื้นเมือง ได้แก่

6.1.1 ชนเผ่าไทยลาว เป็นประชากรส่วนใหญ่ ร้อยละ 80

6.1.2 ชนเผ่าไทญ้อ มีประชากรร้อยละ 15

6.1.3 ชนเผ่าไทแสก และอื่นๆ มีประชากรร้อยละ 5

### 6.2 การนับถือศาสนา

ประชากรส่วนใหญ่ศาสนาพุทธ คิดเป็นร้อยละ 100

### 6.3 วิถีชีวิต วัฒนธรรมและประเพณี

ชาวบ้านเชียงเซา มีวิถีชีวิตและความเป็นอยู่คล้ายคนอีสานของประเทศไทยโดยทั่วไป ซึ่งมีวัฒนธรรมประเพณีตามฮีตสิบสองคองสิบสี่ และมีวัฒนธรรมประเพณีอันเป็นเอกลักษณ์ของชนเผ่าได้รักษาขนบธรรมเนียม ประเพณีท้องถิ่นไว้อย่างดี การทำศิลปหัตถกรรมพื้นบ้าน ซึ่งถือเป็นผลิตภัณฑ์ของหมู่บ้านที่สำคัญ ได้แก่

6.3.1 การทอผ้าพื้นเมือง คือ ผ้ามัดหมี่

6.3.2 การผลิตเครื่องใช้โดยการจักสาน ได้แก่ กระติบข้าว และ เสื่อกก

### 6.4 สภาพเศรษฐกิจ สังคม และการเมือง

6.4.1 โครงสร้างทางเศรษฐกิจ โดยภาพรวมของชาวบ้านเชียงเซา ส่วนใหญ่ ได้แก่ ภาคเกษตรกรรม ด้านกิจกรรม ได้แก่ การทำนา การปลูกยางพารา และการปศุสัตว์ เช่น โค สุกร ซึ่งรายได้หลักจากการทำนา มีประชาชนส่วนหนึ่งไปทำงานต่างประเทศ เช่น ไต้หวัน สิงคโปร์

6.4.2 สภาพทางสังคม รายได้เฉลี่ยต่อคนต่อปีของประชากร ในหมู่บ้านเชียงเซา มีรายได้เฉลี่ยต่อคน ประมาณ 8,000.-บาท/คนปี

6.4.3 สภาพการคมนาคมระยะทางการคมนาคม ของโรงเรียน บ้านเชียงเซา ห่างจากอำเภอศรีสงคราม 8 กิโลเมตร เป็นทางลาดยางโดยตลอด ระยะห่างจากสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครพนม เขต 2 ระยะทาง 9 กิโลเมตร

### 6.5 โอกาสและข้อจำกัดของโรงเรียน โรงเรียนบ้านเชียงเซา

มีผู้ปกครองที่จบการศึกษาระดับประถมศึกษา (ป. 4, ป. 6) ค่อนข้างมากประกอบกับ ผู้ปกครองส่วนใหญ่ยังเล็งเห็นความสำคัญของสถานศึกษาในหมู่บ้านค่อนข้างน้อย เห็นได้จากผู้ปกครองจากบ้านเชียงเซา นิยมส่งบุตรหลานไปเรียนที่อื่น อีกทั้งประชากร ในชุมชนรอบๆ โรงเรียนชอบดื่มสุราและเล่นการพนัน ซึ่งอาจเนื่องมาจาก ประชากรที่อยู่ในหมู่บ้านว่างงานจากการประกอบอาชีพทำนา ทำให้นักเรียนบางคนรับพฤติกรรมจาก บ้านมาสูโรงเรียนและเป็นผลทำให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ตามมาหลายอย่าง เช่น การขโมย ความก้าวร้าวทางคำพูดและการกระทำส่วนในด้านของโอกาสนั้น โรงเรียน บ้านเชียงเซา ได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีจากผู้ปกครองในเรื่องการจัดกิจกรรมต่างๆ เช่น การทำบุญในวันสำคัญ การทำบุญและการเลี้ยงรับ – ส่งบุคลากรในโรงเรียน รวมถึง การจัดผ้าป่าการศึกษาจากคณะศิษย์เก่าเพื่อสร้างห้องสมุดโรงเรียน

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้างานวิจัยภายในประเทศ ซึ่งงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการ ดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพมีผู้ที่ศึกษาไว้ ดังนี้

#### 1. งานวิจัยในประเทศ

ชุตินา อินหัน (2547 : 80 – 81) ศึกษาวิจัยเรื่องปัจจัยที่สัมพันธ์กับการ พัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ : กรณีโรงเรียนบ้านท่าพ้อ (ครูชวติพยากรณ์) อำเภอ เมือง จังหวัดพิจิตร พบว่า นักเรียน ป.4 – ป.6 ส่วนใหญ่มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในระดับปานกลาง มีเพียงร้อยละ 29.71 ที่มีความรู้ในระดับน้อย และความรู้ความเข้าใจ นักเรียนมีการรับรู้ประโยชน์ของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระ ดับน้อยเป็นส่วนใหญ่ ร้อยละ 38.29 รองลงมาคือ ระดับมากและปานกลาง ในจำนวน ที่ไม่แตกต่างกันมากนัก คิดเป็นร้อยละ 32.57 และ 29.14 ตามลำดับ

อารีย์ ด่านประดิษฐ์ (2547 : บทคัดย่อ) ศึกษาวิจัยเรื่องปัจจัยที่ส่งเสริม และเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ : กรณีศึกษาเชิงคุณภาพ พบว่า โรงเรียนเทศบาล 4 วัดโพธิ์อัน จังหวัดสุพรรณบุรี มีการดำเนินงานตามกระบวนการและ องค์ประกอบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพตามขั้นตอนครบถ้วน โดยอาศัยการมีส่วนร่วมของ ทุกฝ่ายคือจาก กลุ่มพลังทางวิชาการ กลุ่มพลังทางประชาสังคมและกลุ่มพลังทาง



การเมือง ในการพัฒนางานให้สำเร็จ โดยมีปัจจัยที่ส่งเสริมต่อการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพคือ ภาวะผู้นำและความกระตือรือร้นของผู้บริหารโรงเรียนความรู้สึกรับเป็นเจ้าของโครงการและการทำงาน เป็นทีมของบุคลากรในโรงเรียน การมีส่วนร่วมของชุมชน ผู้ปกครองและนักเรียน การสนับสนุนและแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุข สำหรับปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพคือ ผู้บริหารโรงเรียนมีองค์ความรู้ในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพน้อยความไม่เต็มใจในการเข้าร่วมโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในโรงเรียนบางท่าน และการเมืองท้องถิ่นให้การสนับสนุนงบประมาณน้อย

พัชรา ปานนิล (2547 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษา สภาพและปัญหา การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพต้นแบบจากจำนวน 75 โรงเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้บริหารและครูผู้รับผิดชอบโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพต้นแบบโดยการส่งแบบสอบถามทางไปรษณีย์ผลการวิจัยพบว่า 1. สภาพการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพต้นแบบยังมีการดำเนินงานนับตั้งแต่ เข้าร่วมโครงการปี พ.ศ. 2542 จนถึงปัจจุบันเป็นระยะเวลา 5 ปี และมีการดำเนินงานในแนวทางการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพตามองค์ประกอบ 10 ประการในระดับปฏิบัติดีมาก 9 องค์ประกอบ ยกเว้นองค์ประกอบที่ 6 สุขศึกษาในโรงเรียนที่มีการดำเนินงานในระดับปฏิบัติปานกลาง 2. ปัญหาการดำเนินงานโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพต้นแบบของผู้บริหารและครู ผู้รับผิดชอบโครงการมีปัญหในระดับน้อย ด้านการถ่ายทอดนโยบายสู่การปฏิบัติ ด้านขณะมีการปฏิบัติโครงการด้านการนิเทศติดตามโครงการส่งเสริมสุขภาพ ด้านการดำเนินโครงการที่เกี่ยวข้องกับชุมชนในขั้นตอนต่างๆ และด้านสุขศึกษาในโรงเรียน ส่วนด้านการจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนจัดเป็นปัญหาระดับมากและสิ่งที่พบเป็น ปัญหาในการดำเนินงานมากที่สุด คือ ขาดงบประมาณในการดำเนินงานและบุคลากรไม่เพียงพอ

สรรยาพร ต้นภูมิประเทศ (2548 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษา การพัฒนารูปแบบการดำเนินงาน โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในจังหวัดตากเพื่อพัฒนารูปแบบการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ตลอดจนศึกษาประสิทธิผลของรูปแบบดังกล่าวในการทำให้โรงเรียนพัฒนาเป็น โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้วิจัยได้กำหนดรูปแบบการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพที่เรียกว่า 1E 3C Model ประกอบด้วยองค์ประกอบหลัก 4 องค์ประกอบ ได้แก่ การพัฒนาการเรียนรู้แบบการมีประสบการณ์ตรง การพัฒนาองค์ประกอบของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ การพัฒนาศักยภาพของบุคลากรและผู้ที

เกี่ยวข้องกับโรงเรียน การพัฒนาการมีส่วนร่วมของชุมชนผลการวิจัยพบว่าโรงเรียนทดลองที่ใช้รูปแบบ 1E 3C Model สามารถพัฒนาเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพบุคลากรและผู้ที่เกี่ยวข้องกับ โรงเรียนมีการพัฒนาตนเองและเข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาโรงเรียน นอกจากนั้นภาวะสุขภาพของนักเรียนดีขึ้น

ธิดา นิมพลี (2549 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเกี่ยวกับโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาชลบุรี ในด้านสภาพแวดล้อม ด้านปัจจัยป้อน ด้านกระบวนการ และด้านผลผลิต กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการประเมินประกอบด้วย ผู้บริหารสถานศึกษา ครูผู้รับผิดชอบโครงการ ผู้ปกครอง กรรมการสถานศึกษาและนักเรียน รวมทั้งสิ้น 400 คน ผลการประเมิน พบว่า ด้านสภาพแวดล้อมเกี่ยวกับความเหมาะสมและความสอดคล้องของวัตถุประสงค์เป้าหมายของโครงการตามความคิดของผู้บริหารสถานศึกษาและครูผู้รับผิดชอบโครงการมีความเหมาะสมโดยรวมอยู่ในระดับมากผ่านเกณฑ์การประเมิน ด้านปัจจัยป้อนเกี่ยวกับความเหมาะสมของงบประมาณ วัสดุ อุปกรณ์ บุคลากร และวิธีดำเนินการตามโครงการ ตามความคิดเห็นของผู้บริหารสถานศึกษามีความเหมาะสมโดยรวมอยู่ในระดับปานกลางไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน ตามความคิดเห็นของครูผู้รับผิดชอบโครงการ มีความเหมาะสมโดยรวมอยู่ในระดับมากผ่านเกณฑ์การประเมิน ด้านกระบวนการเกี่ยวกับความเหมาะสมของกระบวนการดำเนินงานตามโครงการที่ปฏิบัติจริงตามความคิดเห็นของผู้บริหารสถานศึกษามีความเหมาะสมโดยรวมอยู่ในระดับมากแต่ไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน ตามความคิดเห็นของครูผู้รับผิดชอบโครงการ มีความเหมาะสมโดยรวมอยู่ในระดับมากผ่านเกณฑ์การประเมิน ตามความคิดเห็นของผู้ปกครองและกรรมการสถานศึกษาในเรื่องของการให้บริการและการเข้าร่วมกิจกรรมของชุมชนมีความเหมาะสมโดยรวมอยู่ในระดับมากผ่านเกณฑ์การประเมินส่วนเรื่องการให้ชุมชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมของโรงเรียน ผู้ปกครองและกรรมการสถานศึกษา มีความคิดเห็นว่ามีความเหมาะสมโดยรวมอยู่ในระดับมากแต่ไม่ผ่านเกณฑ์การประเมินและตามความคิดเห็นของนักเรียนมีความเหมาะสมโดยรวมอยู่ใน ระดับมากผ่านเกณฑ์การประเมิน ด้านผลผลิตหรือผลงานเกี่ยวกับความสอดคล้องของ ผลการดำเนินงานโครงการกับ วัตถุประสงค์ของโครงการ ตามความคิดเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา ครูผู้รับผิดชอบโครงการ ผู้ปกครอง และกรรมการสถานศึกษา มีความสอดคล้องกับผลการดำเนินงานอยู่ในระดับมากผ่านเกณฑ์การประเมิน

เชษฐา แมดมิ่งเหง้า (2550 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาแบบมีส่วนร่วมเพื่อการผ่านเกณฑ์โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของคณะกรรมการศึกษาอำเภโพนสวรรค์ จังหวัดนครพนมเพื่อศึกษาผลของการพัฒนาแบบมีส่วนร่วม precision Influence Control : AIC) และประยุกต์ใช้วงจรคุณภาพของเดมมิ่ง (PDCA) ของคณะกรรมการศึกษา ในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียนบ้านจิวสร้างแก้ว และ บ้านนาคำ อำเภโพนสวรรค์ จังหวัดนครพนม กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้อำนวยการโรงเรียน ครูประจำชั้น คณะกรรมการศึกษาขั้นพื้นฐาน อาสาสมัครสุขภาพ ผู้นำชุมชน และ ผู้ปกครองนักเรียนผลการวิจัย พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีส่วนร่วมในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพโดยรวมและเป้าหมายทั้ง 5 ด้าน คือ ด้านการค้นหาปัญหา ด้านการวางแผน ด้านการแก้ไขปัญหา ด้านการรับประโยชน์ และ ด้านการประเมินผล เพิ่มขึ้นจากก่อนการทดลองในระดับน้อยกว่ามาอยู่ในระดับมาก และโรงเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ มีคุณภาพ ผ่านเกณฑ์ประเมินมาตรฐานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับทอง

นิภา วีระกิติกุล (2550 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับผลสำเร็จของการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในจังหวัดพัทลุงเพื่อศึกษาผลสำเร็จของการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในจังหวัดพัทลุง ผลการวิจัย พบว่าการดำเนินงานของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพที่ผ่านการประเมินในระดับทองมีมากที่สุด ส่วนโรงเรียนที่ผ่านการประเมินในระดับทองแดงอยู่ในระดับปานกลางและความสามารถของคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียนที่ผ่านการประเมินอยู่ในระดับปานกลาง และผลการศึกษายังพบว่า ภาวะผู้นำของผู้บริหารโรงเรียน การมีส่วนร่วมของชุมชน การระดมทรัพยากรในชุมชนและความเข้มแข็งของเครือข่ายโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเป็นปัจจัยที่ช่วยพัฒนาการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพให้ประสบผลสำเร็จ

เพ็ญภักดี เอื้อราษฎร์ (2550 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัยโรงเรียนประชาบำรุง กิ่งอำเภเฝ้าไร่ จังหวัดหนองคาย เพื่อพัฒนาการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย โรงเรียนประชาบำรุง กิ่งอำเภเฝ้าไร่ จังหวัดหนองคายตามแนวทางวิจัยปฏิบัติการ ของ Kemmis และ McTaggart ผลการศึกษาค้นคว้าปรากฏดังนี้ 1. นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจ จากการจัดกิจกรรมตามกลยุทธ์ต่างๆ ในวงรอบที่ 1 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.80 ระดับมากที่สุด หมายความว่า การรณรงค์ให้นักเรียน

ตระหนักในการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่จัดขึ้น เกี่ยวกับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการ และอาหารที่ปลอดภัย จะทำให้นักเรียนได้รับทราบข้อมูล ข่าวสาร อย่างต่อเนื่อง เนื่องจาก ผู้วิจัยได้ปรับปรุงพัฒนาข้อมูลใหม่ๆ เสมอ หากนักเรียนไม่ได้รับการสร้างความตระหนักหรือกระตุ้นเป็นระยะเวลาานาน ก็อาจจะทำให้นักเรียนละเลย การปฏิบัติตนที่ดีต่อการบริโภคอาหารที่สะอาดปลอดภัยได้แต่สิ่งที่จะต้องปรับปรุงพัฒนาเพิ่มเติมคือ ต้องเพิ่มการรณรงค์ให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมด้านอาหารสะอาด ถูกสุขลักษณะมากขึ้นกว่าเดิม 2. ในการดำเนินงานในรอบที่ 2 พบว่า ผลการประเมิน โครงการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย โรงเรียนประชาบำรุง กิ่งอำเภอฝ้ายไร่จังหวัดหนองคาย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.10 ระดับมาก หมายความว่า การดำเนินงานในรอบที่ 2 ตามขั้นตอนทั้ง 4 ได้ผลดีมีประสิทธิภาพเป็นที่ น่าพึงพอใจ เพราะสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในรอบที่ 1 ได้เป็นอย่างดี ในรอบที่ 1 นั้น นักเรียนสนใจ และตระหนักในการดูแลสุขภาพร่างกายตนเองในการเลือกซื้อและ รับประทานอาหารที่ดี แต่ยังไม่ให้ความสำคัญในการรับฟังข่าวและเข้าร่วมกิจกรรมอันอาจ ทำให้เกิดความเข้าใจผิดหรือคลาดเคลื่อนได้ การดำเนินงานในรอบที่ 2 จึงได้เน้นแก้ไข ปัญหาที่เกิดขึ้นในรอบที่ 1 โดยการจัดตั้งชมรมเด็กไทยทำได้เพื่อทำหน้าที่ดำเนินงาน กิจกรรมต่างๆ ตามกลยุทธ์ที่ได้วางแผนไว้

สาคร วงศ์เพิ่ม (2550 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการมีส่วนร่วมของชุมชน ในโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียนบ้านเลี้ยว ตำบลงิม อำเภอปง จังหวัด พะเยา ผลการศึกษาพบว่า 1) สภาพการมีส่วนร่วมของชุมชนในโครงการโรงเรียนส่งเสริม สุขภาพของโรงเรียนบ้านเลี้ยว จำแนกตามองค์ประกอบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพทั้ง 10 ด้าน พบว่า ในภาพรวมการมีส่วนร่วมของชุมชนอยู่ในระดับมาก โดยเฉพาะด้านบริการ อนามัยในโรงเรียนด้านโครงการร่วมระหว่างโรงเรียนและชุมชน และด้านการจัด สิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ ส่วนกิจกรรมที่มีส่วนร่วมมาก ได้แก่ การติดตามและ ประเมินผลการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน การเฝ้าระวังและแก้ไขปัญหา สุขภาพของนักเรียนในโรงเรียน และการค้นหาปัญหาสุขภาพและแก้ไขปัญหาสุขภาพ ที่เกิดขึ้นในโรงเรียน 2) ปัญหาในการดำเนินงานในโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของ โรงเรียนบ้านเลี้ยว จำแนกตามองค์ประกอบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพทั้ง 10 ด้าน พบว่า ในภาพรวมความคิดเห็นว่าเป็นปัญหาอยู่ในระดับน้อย องค์ประกอบที่คิดเห็นว่าเป็นปัญหา ได้แก่ ด้านโครงการร่วมระหว่างโรงเรียนและชุมชน ด้านสุขศึกษาในโรงเรียนและด้าน

บริการอนามัยโรงเรียน ส่วนกิจกรรมที่เห็นว่าเป็นปัญหา ได้แก่ ความเพียงพอของ เครื่องมือตรวจสุขภาพและอุปกรณ์บุคลากรด้านสาธารณสุขในชุมชนไม่เพียงพอสำหรับการบริการด้านสุขภาพในโรงเรียน และงบประมาณในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพ ไม่เพียงพอ 3) ผลการศึกษาตามองค์ประกอบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ประกอบด้วย

3.1) ด้านนโยบายของโรงเรียน พบว่า ส่วนใหญ่เสนอแนะให้ชุมชนและโรงเรียนมีส่วนร่วม ในการกำหนดนโยบาย รองลงมาเสนอแนะให้บุคลากรของโรงเรียนและผู้ปกครองนักเรียน มีส่วนร่วมในการกำหนดนโยบาย 3.2) ด้านการบริหารจัดการโรงเรียน พบว่า ส่วนใหญ่ เสนอแนะให้ปฏิบัติงานกิจกรรมและโครงการส่งเสริมสุขภาพอย่างจริงจังและต่อเนื่อง รองลงมาเสนอแนะให้เน้นการประชาสัมพันธ์ผู้ปกครองนักเรียนให้รับทราบนโยบาย

3.3) ด้านโครงการร่วมระหว่างโรงเรียนและชุมชน พบว่า ส่วนใหญ่เสนอแนะให้เจ้าหน้าที่ สาธารณสุขตำบลและอาสาสมัครสาธารณสุขหมู่บ้าน ได้มีโอกาสเข้ามามีส่วนร่วมติดตาม ดูแลเสริมสร้างภูมิคุ้มกันโรคแก่นักเรียน รองลงมาเสนอแนะให้มีกิจกรรมด้านการส่งเสริม สุขภาพร่วมกันระหว่างคณะครู นักเรียน ผู้ปกครองนักเรียน ชุมชน และองค์กรปกครอง ส่วนท้องถิ่นอย่างน้อยปีละครั้ง 3.4) ด้านการจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ พบว่า ส่วนใหญ่เสนอแนะให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาสภาพแวดล้อมร่วมกันให้ ถูกสุขลักษณะ รองลงมาเสนอแนะให้จัดอบรมผู้ปกครองนักเรียนและชุมชน ให้มีความรู้ ในการจัดสิ่งแวดล้อมเพื่อส่งเสริมสุขภาพทั้งในระดับหมู่บ้านและตำบล และควรให้ ผู้ปกครองนักเรียนและชุมชนเข้ามาช่วยพัฒนาภูมิทัศน์โรงเรียนและชุมชนให้สะอาด ปลอดภัย 3.5) ด้านบริการอนามัยโรงเรียน พบว่า ส่วนใหญ่เสนอแนะให้มีการประชาสัมพันธ์ ให้ชุมชนมีความตระหนักในการส่งเสริมสุขภาพของตนเองและครอบครัว รองลงมา เสนอแนะให้จัดอบรมผู้ปกครองนักเรียนให้มีความรู้ในเรื่องอาหารการกิน ไม่ให้มีความเชื่อ ในการบริโภคอาหารที่ผิดๆ และโรงเรียนควรมีส่วนร่วมในโครงการส่งเสริมสุขภาพของ โรงเรียนกับชุมชน องค์กรเอกชนองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และหน่วยงานราชการที่ เกี่ยวข้อง 3.6) ด้านสุขภาพในโรงเรียน พบว่า ส่วนใหญ่เสนอแนะให้จัดกิจกรรมโครงการ ส่งเสริมสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ และควรเน้นการมีส่วนร่วมจากทุกฝ่าย ทั้งผู้ปกครอง นักเรียน และครู รองลงมาเสนอแนะให้จัดกิจกรรมกีฬา และจัดโครงการอาหารกลางวัน ถูกสุขอนามัยให้แก่นักเรียน 3.7) ด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย พบว่า ส่วนใหญ่ เสนอแนะให้โรงเรียนมีการประชาสัมพันธ์ให้ความรู้แก่นักเรียน ผู้ปกครอง และชุมชน อยู่เสมอ เพื่อให้รู้จักดูแลป้องกันตนเองจากการบริโภคอาหารไม่ถูกวิธีและอันตราย

รองลงมาเสนอแนะให้มีการอบรมผู้ปกครองนักเรียนและชุมชน เพื่อให้มีความรู้ในด้านโภชนาการ และโรงเรียนควรมีโรงอาหารที่กว้างขวาง สะอาดปลอดภัย 3.8) ด้านการออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ พบว่า ส่วนใหญ่เสนอแนะให้มีการออกกำลังกายแก่นักเรียนและบุคลากรโรงเรียนสม่ำเสมอ รองลงมาเสนอแนะให้จัดทางบประมาณจัดซื้ออุปกรณ์ด้านกีฬาให้เพียงพอแก่การออกกำลังกายของนักเรียนและชุมชน และควรร่วมกับชุมชนเพื่อจัดกีฬาเชื่อมความสัมพันธ์ทั้งในระดับหมู่บ้านและตำบล หรือระดับอำเภอ

3.9) ด้านการให้คำปรึกษาและสนับสนุนทางสังคม พบว่า ส่วนใหญ่เสนอแนะให้ชุมชนและองค์การบริหารส่วนท้องถิ่นเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพด้วยเพื่อจะได้ช่วยเหลือในด้านงบประมาณและบุคลากร รองลงมาเสนอแนะให้มีแหล่งเรียนรู้ของชุมชนในด้านสุขภาพ เช่น หมอเมือง ยาสมุนไพร เป็นต้น แก่นักเรียน และโรงเรียนกับชุมชน ควรทำงานร่วมกันให้มากขึ้นในทุกๆ ด้าน 3.10) ด้านการส่งเสริมสุขภาพบุคลากรในโรงเรียน พบว่า ส่วนใหญ่เสนอแนะให้บุคลากรของโรงเรียนควรมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพอย่างทั่วถึง รองลงมาเสนอแนะให้บุคลากรของโรงเรียนควรเป็นตัวอย่างที่ดีในการดูแลสุขภาพของตนเอง

ประดิษฐ์ บุญซูล (2550 ; บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การศึกษาและพัฒนาการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โรงเรียนหนองโกวิชาประสิทธิ์พิทยาคม สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามหาสารคาม เขต 2 มีจุดมุ่งหมายเพื่อ การศึกษาและพัฒนาการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โรงเรียนหนองโกวิชาประสิทธิ์พิทยาคม ผลที่ได้จากการศึกษา พบว่า ผลการดำเนินงานในวงรอบที่ 1 นักเรียนกลุ่มเป้าหมายได้รับการพัฒนาให้มีความรู้ ความสามารถด้านสุขภาพ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก และผลการสอบถามความคิดเห็นการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียนโดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบ พบว่า ทุกองค์ประกอบมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก แต่ทั้งนี้ มีบางองค์ประกอบที่ต้องได้รับการปรับปรุงแก้ไขพัฒนาให้สูงขึ้น เช่น กระบวนการสร้างความร่วมมือกับชุมชน สภาพแวดล้อมของโรงเรียน การประชาสัมพันธ์กิจกรรมของโรงเรียน และด้านความรู้ ความสามารถของนักเรียนเกี่ยวกับการปฏิบัติตนการมีสุขภาพที่ดี ซึ่งต้องได้รับการพัฒนาในวงรอบที่ 2 ในภาคเรียนที่ 2 ต่อไป การพัฒนาการดำเนินงานในวงรอบที่ 2 ซึ่งเป็นผลมาจากการนำข้อบกพร่องและการดำเนินการที่ไม่เป็นที่น่าพอใจในวงรอบที่ 1 มาพัฒนาในวงรอบที่ 2 ด้วยกลยุทธ์ความร่วมมือของทุกฝ่าย ทั้งครู นักเรียน ผู้ปกครองนักเรียน ชุมชน และหน่วยงานสาธารณสุข การนิเทศ

ภายใน การอบรมสัมมนาและการศึกษาดูงาน ส่งผลให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจ มีความสามารถเกี่ยวกับสุขภาพอยู่ในระดับมากที่สุดและเมื่อสอบถามเกี่ยวกับผลการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ครอบคลุมองค์ประกอบหลัก 10 องค์ประกอบหลัก พบว่า โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุดเช่นกัน ผลจากการพัฒนาการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ส่งผลให้นักเรียนได้รับการพัฒนาให้เป็นผู้มีความรู้ ความสามารถเกี่ยวกับสุขภาพ สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้ นักเรียนมีความพร้อมทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

ประสิทธิ์ พานดวงแก้ว (2550 : บทคัดย่อ) ได้รายงานการประเมินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โรงเรียนพยุหะภูมิวิทยาคาร สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามหาสารคาม เขต 2 โดยมีวัตถุประสงค์ของการประเมิน คือ เพื่อประเมินและศึกษาแนวทางพัฒนาการดำเนินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ผลการประเมินพบว่า 1) โครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โดยภาพรวมมีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ทุกด้านมีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด โดยด้านที่มีระดับความคิดเห็นสูงที่สุดคือ ด้านผลผลิต ด้านปัจจัยนำเข้า ด้านกระบวนการและด้านสภาพแวดล้อม มีระดับความคิดเห็นต่ำที่สุด ปัญหาที่พบคือ ภาครัฐกำหนดนโยบายยากต่อการปฏิบัติ และปฏิบัติตามนโยบายได้ไม่ครบตามที่กำหนด ขาดบุคลากรที่มีความรู้ ความเข้าใจในโครงการอย่างชัดเจน งบประมาณที่สนับสนุนมีน้อยเกินไป ขาดการสนับสนุนจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องและชุมชนมีส่วนร่วมน้อย ขาดการประสานงานระหว่างชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ขาดการวางแผนร่วมกันของคณะกรรมการโครงการยังไม่สามารถประเมินผลในระยะนั้นได้ 2) ผลการศึกษาแนวทางพัฒนาการดำเนินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โรงเรียนพยุหะภูมิวิทยาคาร สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามหาสารคาม เขต 2 ได้แก่ ควรจัดให้มีการประชุมเชิงปฏิบัติการแก่คณะกรรมการการดำเนินงานอย่างน้อยภาคเรียนละ 2 ครั้ง ควรมีการจัดทำแผนปฏิบัติการโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพอย่างละเอียด ควรจัดเตรียมสิ่งสนับสนุนและแหล่งงบประมาณในการดำเนินงาน ควรมีการวิเคราะห์สภาพปัญหา อุปสรรคและร่วมกันวางแผนการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง ควรติดตาม ตรวจสอบการดำเนินงาน พร้อมทั้งปรับปรุงการปฏิบัติงาน ข้อเสนอแนะ ควรจัดเตรียมเอกสารในการดำเนินงานให้มีปริมาณที่เพียงพอกับความต้องการและครอบคลุมกลุ่มเป้าหมาย ผู้บริหารโรงเรียนต้องมีความมุ่งมั่น ตั้งใจที่จะดำเนินโครงการและใช้ภาวะผู้นำในการผลักดันให้คณะกรรมการโครงการ

ส่งเสริมสุขภาพตระหนักในหน้าที่ที่ได้รับการแต่งตั้ง คณะกรรมการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพควรตระหนักในบทบาทหน้าที่ที่จะร่วมกันค้นหาแนวทางการปฏิบัติ ควรพาคณะกรรมการดำเนินงานโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพไปศึกษาดูงาน และคณะกรรมการดำเนินงานโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพควรศึกษาเอกสารคู่มือการดำเนินงานโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพอย่างละเอียด

พนัส กงกาหน (2551 : บทคัดย่อ) ได้ทำศึกษาเกี่ยวกับการประเมินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามุกดาหาร เพื่อ ประเมินผลการดำเนินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามุกดาหาร ด้านบริบทด้านปัจจัยนำเข้า ด้านกระบวนการ และด้านผลผลิต และเพื่อเสนอแนวทางที่เหมาะสมในการยกระดับการดำเนินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามุกดาหาร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษาประกอบด้วย ผู้บริหารโรงเรียน ครูอนามัยโรงเรียน เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ผู้นำนักเรียน และผู้ปกครองนักเรียน ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามุกดาหาร จำนวน 352 คน ผลการวิจัย พบว่า 1. ผลการประเมินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามุกดาหาร โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าด้านบริบท กระบวนการ และผลผลิต อยู่ในระดับมาก ส่วนด้านปัจจัยนำเข้าอยู่ในระดับปานกลาง 2. การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยจัดทำแนวทางการยกระดับการดำเนินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามุกดาหาร ไว้ 4 ด้าน คือ ด้านความพร้อมของแหล่งบริการสุขภาพ งบประมาณ บุคลากร และวัสดุอุปกรณ์

มิทธิรา เจริญกาญจน์ (2551 : บทคัดย่อ) ได้ทำศึกษาเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมในการดำเนินงานสู่โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียของโรงเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่เพื่อศึกษาการมีส่วนร่วมในการดำเนินงานสู่โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย ของโรงเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอดอยสะเก็ดจังหวัดเชียงใหม่ ประชากรที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ คือ ผู้ที่มีส่วนได้ส่วนเสียในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ บุคลากรภายในโรงเรียน ประกอบด้วย ผู้บริหาร ครู และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 บุคลากรภายนอกโรงเรียน ประกอบด้วย ผู้นำท้องถิ่น ผู้นำชุมชน



จรัส เลพิมาย (2552 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษา การดำเนินงานโครงการส่งเสริมสุขภาพ ในศูนย์เครือข่ายพัฒนาการศึกษาห้วยทราย อำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน พบว่า ผู้บริหารและครูส่วนใหญ่ ได้ดำเนินงานโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ในศูนย์เครือข่ายพัฒนาการศึกษาห้วยทราย อำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน ทุกด้าน โดยเฉพาะได้ดำเนินงานที่เน้นการส่งเสริมสนับสนุนให้เจ้าหน้าที่ด้านการศึกษา เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ครู นักเรียน ผู้ปกครอง ชุมชน ได้เรียนรู้อย่างทั่วถึง จัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพและความปลอดภัยอย่างรอบด้าน จัดการสอนสุขศึกษาในโรงเรียน ส่งเสริมให้เข้าถึงบริการสุขภาพ ดำเนินการตามนโยบายและข้อปฏิบัติในการส่งเสริมสุขภาพอย่างครบถ้วน ดำเนินตามนโยบายโรงเรียน มีโครงการช่วยเหลือระหว่างโรงเรียนกับชุมชน และส่งเสริมสุขภาพครู แต่มีเพียงส่วนน้อยที่ให้ข้อมูลว่า ไม่ได้ปฏิบัติในการส่งเสริมเจ้าหน้าที่ ด้านการศึกษา และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ต่อเรื่องการสนับสนุนบุคลากรเผยแพร่ความรู้ และการได้รับการสนับสนุนด้านงบประมาณเขตพื้นที่การศึกษา

ปิยะฉัตร แป้นปัส้ม (2552 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษา ปัญหาและแนวทางแก้ปัญหาการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครราชสีมา เขต 6 พบว่า 1) ปัญหาการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน โดยภาพรวมมีปัญหาในระดับปานกลาง 2) การเปรียบเทียบปัญหาการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน จำแนกตามขนาดโรงเรียน โดยภาพรวมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) การเปรียบเทียบปัญหาการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน จำแนกตามเกณฑ์ประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4) แนวทางแก้ปัญหาการดำเนินงานสรุปได้ว่า 4.1) นโยบายของโรงเรียน โรงเรียนควรจัดให้มีนโยบายที่ชัดเจน และต้องตระหนักความสำคัญ โดยผู้บริหาร ครู นักเรียน ชุมชนควรร่วมมือกัน 4.2) ปัญหาด้านการจัดการในโรงเรียน ควรกำหนดตารางการดำเนินงาน การติดตาม การกำกับไว้ในแผนงานและมอบหมายให้มีผู้รับผิดชอบ 4.3) ปัญหาโครงการร่วมระหว่างโรงเรียนและชุมชน โรงเรียนควรจัดประชุมร่วมกัน เพื่อพัฒนาวางแผนนโยบาย ประสานความร่วมมือกับทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง 4.4) ปัญหาการจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ ควรจัดทำแผนงานโครงการ ปรับปรุงโดยให้ทุกฝ่ายมีส่วนร่วมจัดงานอาสาพัฒนา กำกับติดตามอย่างต่อเนื่อง 4.5) ปัญหาการอนามัยโรงเรียน ผู้บริหารควรเอาใจใส่ในบริการอนามัยโรงเรียน โดยติดตามการปฏิบัติงานของครูอนามัยอย่างใกล้ชิด 4.6) ปัญหาสุขศึกษา

ในโรงเรียน ควรจัดอยู่ในแผนการสอนสาระสุขศึกษา และบูรณาการสาระอื่นๆ ด้วย และจัดกิจกรรมความรู้ด้านสุขภาพผ่านกิจกรรมที่หลากหลายสอดแทรกไปกับทุกกิจกรรม

4.7) ปัญหาโภชนาการ และอาหารที่ปลอดภัย โรงเรียน คณะผู้ดำเนินการควรประเมินภาวะการเจริญเติบโตของเด็กนักเรียนอย่างสม่ำเสมอตามความเป็นจริง สร้างความตระหนักให้ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง และชี้ให้เห็นผลกระทบที่เกิดจากการที่เด็กมีน้ำหนักเกินเกณฑ์ และต่ำกว่าเกณฑ์โรงเรียน 4.8) ปัญหาการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ เปิดให้โรงเรียนเป็นสถานที่ออกกำลังกาย โดยจัดวิทยากรเป็นผู้นำในการออกกำลังกาย โดยอำนวยความสะดวกในเรื่องสนาม อุปกรณ์กีฬา 4.9) ปัญหาการให้คำปรึกษาและสนับสนุนทางสังคม จัดให้มีครูแนะแนวเพื่อช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาสุขภาพกาย สุขภาพจิต 4.10) ปัญหาการส่งเสริมสุขภาพบุคลากรในโรงเรียน ควรจัดให้มีการตรวจสุขภาพประจำปีแก่บุคลากรในโรงเรียน ประกาศเกียรติคุณให้บุคลากรที่ดูแลสุขภาพดี ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และควรจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรด้วยการออกกำลังกายหลังเลิกงาน

ศุภรัตน์ ฤาโสภา (2554 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษา การพัฒนาการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัยโรงเรียนบ้านขามป้อม อำเภอปทุมรัตน์ จังหวัดร้อยเอ็ด พบว่า การพัฒนาการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย ในวงรอบที่ 1 โดยใช้กลยุทธ์การประชุมระดมความคิด การประชุมเชิงปฏิบัติการ โครงการอาหารสะอาดปลอดภัย การจัดนิทรรศการ และรณรงค์กิจกรรมโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย การจัดกิจกรรมให้ความรู้เรื่องอาหารสะอาดถูกสุขลักษณะวันละหนึ่งนาที การประชาสัมพันธ์กิจกรรมและผลงานของโครงการ ชมรมเด็กไทยทำได้ ทำให้นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมหลังการรับรู้ ข้อมูล ความรู้ ความเข้าใจ อยู่ในระดับมากที่สุด นักเรียนตระหนักในการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่จัดขึ้น เกี่ยวกับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย เพราะจะทำให้นักเรียนได้รับทราบข้อมูล ข่าวสาร อย่างต่อเนื่อง เนื่องจากผู้วิจัยได้ปรับปรุงพัฒนาข้อมูลใหม่ๆ เสมอหากนักเรียนไม่ได้รับการสร้างความตระหนักหรือกระตุ้นเป็นระยะเวลาอันยาวนาน ก็อาจจะทำให้นักเรียนละเลยการปฏิบัติที่ดีต่อการบริโภคอาหารที่สะอาดปลอดภัยได้ แต่พบจุดที่ต้องปรับปรุงพัฒนาเพิ่มเติมคือ การรณรงค์ให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมด้านอาหารสะอาดถูกสุขลักษณะ ให้เพิ่มปริมาณนักเรียนผู้สนใจในมากขึ้นกว่าเดิม จึงดำเนินการพัฒนาในวงรอบที่ 2 โดยจัดตั้งชมรมเด็กไทย

ทำได้ เพื่อทำหน้าที่ประสานงานเชื่อมโยงการดำเนินงานไปให้ถึงนักเรียนมากที่สุด ส่งผลให้นักเรียนสนใจ และตระหนักในการดูแลสุขภาพร่างกายตนเองในการเลือกซื้อ และรับประทานอาหารที่ดี ซึ่งก็สามารถแก้ไขปัญหาได้เป็นอย่างดี

จตุพร แสงทิพย์ (2555 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษา การพัฒนาการดำเนินงาน โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โรงเรียนบ้านหนองกก อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา พบว่า การบริหารจัดการให้บรรลุเกณฑ์มาตรฐานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพด้านสุขศึกษาใน โรงเรียน ด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย มีผลประสบความสำเร็จบรรลุตามเกณฑ์ มาตรฐาน เพราะนักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมหลังการรับรู้ข้อมูล ความรู้ ความเข้าใจ จากการจัดกิจกรรมโดยใช้กลยุทธ์การประชุมแบบมีส่วนร่วม กิจกรรม การจัดนิทรรศการ และรณรงค์ ในวงรอบที่ 1 ด้านสุขศึกษาในโรงเรียน อยู่ในระดับมาก ด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก การจัดกิจกรรม เสี่ยงตามสายด้านสุขศึกษาในโรงเรียน อยู่ในระดับมาก ด้านโภชนาการและอาหาร ที่ปลอดภัย ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก การประเมินของหัวหน้าครูอนามัยโรงเรียน และเจ้าหน้าที่สาธารณสุขโดยใช้แบบประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในวงรอบที่ 1 คือ องค์ประกอบที่ 6 เรื่องสุขศึกษาในโรงเรียนผ่านเกณฑ์ประเมินขั้นพื้นฐาน องค์ประกอบที่ 7 เรื่อง โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัยผ่านเกณฑ์การประเมินขั้นดีมาก ในการดำเนินงาน วงรอบที่ 2 ได้ใช้กลยุทธ์การจัดนิทรรศการและรณรงค์ โดยปรับเปลี่ยนรูปแบบการจัด นิทรรศการ และกิจกรรมเสี่ยงตามสายได้เพิ่มเวลาออกเสียงตามสายเป็น 3 วัน เพิ่ม ศักยภาพของผู้นำส่งเสริมสุขภาพ คือ นักเรียนเข้ามามีส่วนร่วมในการรณรงค์และ ส่งเสริมควบคู่กันไป จึงทำให้เกิดความร่วมมือในด้านการประสานงาน การประชาสัมพันธ์ สร้างความเข้าใจอันดีระหว่างแนวทางการดำเนินงานของโรงเรียนไปสู่การร่วมมืออันดี ในการส่งเสริมสุขภาพอนามัยที่ดีของนักเรียน

## 2. งานวิจัยต่างประเทศ

ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้างานวิจัยต่างประเทศ ซึ่งเกี่ยวข้องกับส่งเสริม สุขภาพของนักเรียนนั้นมีผู้ศึกษาไว้ ดังนี้

Apple gate (2003 : 3770-B) ได้ทำการศึกษาเพื่อสำรวจว่า คณาจารย์และผู้บริหารสุขศึกษาในระดับอุดมศึกษาทำงานร่วมกับส่วนประกอบอื่นๆของ รูปแบบโปรแกรมสุขภาพของโรงเรียน เพื่อช่วยนักศึกษาวิทยาลัยได้เรียนรู้เกี่ยวกับสุขภาพ

และเพื่อกำหนดว่าการจำแนกตามแบบสถาบันคานเกี ว่า มีบทบาทในการใช้รูปแบบโปรแกรมสุขภาพโรงเรียนที่สอดคล้องกันหรือไม่ นอกจากนี้ได้ตรวจสอบเจตคติของคณาจารย์และผู้บริหารสาขาวิชาสุขภาพศึกษาเกี่ยวกับประสิทธิผลของรูปแบบนี้ในระดับอุดมศึกษาด้วยและกลุ่มตัวอย่าง คือ คณาจารย์และผู้บริหารสาขาวิชาสุขภาพศึกษาจำนวน 209 คน เป็นตัวแทนสถาบัน 172 แห่ง ที่ได้ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสำรวจ ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาวิทยาลัยได้เรียนรู้เกี่ยวกับสุขภาพของตนเองจากการใช้โปรแกรมสุขภาพโรงเรียน

Prakash (2004 : 109) ได้ศึกษา เพื่อประเมินความรู้เกี่ยวกับ พันธุในเด็กปฐมวัยและเพื่อตรวจสอบการปฏิบัติและการฝึกอบรมที่สัมพันธ์กับสุขภาพปากเชิงการป้องกัน ปัจจุบันระหว่างกุมารแพทย์ชาวแคนาดากับแพทย์ประจำครอบครัวที่ให้การดูแลรักษาเบื้องต้นสำหรับเด็กเล็กที่อายุต่ำกว่า 3 ปี วิธีการศึกษาคือส่งแบบสำรวจไปยังกลุ่มตัวอย่างที่สุ่มเลือกจากกุมารแพทย์และแพทย์ประจำครอบครัวจำนวน 1928 คน โดยทางไปรษณีย์ทั่วประเทศ ผลการศึกษาพบว่า มีผู้ตอบแบบสำรวจแล้วส่งกลับจำนวน 523 ราย คะแนนความรู้เฉลี่ยระหว่างกุมารแพทย์กับแพทย์ประจำครอบครัวเท่ากับจำนวน ร้อยละ 74 และ ร้อยละ 52 รายงานว่า ได้ทำการตรวจฟันร้อยละ 60 และ ร้อยละ 44 รายงานว่าให้คำปรึกษาเกี่ยวกับฟัน ร้อยละ 3 และรายงานว่าได้ทำการให้คำแนะนำเมื่อไปเยี่ยมเกี่ยวกับฟันครั้งแรกสำหรับเด็กอายุก่อน 1 ปี ร้อยละ 18 และ

ร้อยละ 22 รายงานว่า ไม่ได้รับการฝึกอบรมเกี่ยวกับสุขภาพปากในโรงเรียนการแพทย์หรือสถานที่อยู่โดยสรุปว่ากลุ่มตัวอย่างขาดความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพปากและฟัน

จากแนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมดข้างต้นสรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ เพื่อให้การจัดกิจกรรมสำเร็จลงด้วยดี สิ่งสำคัญที่สุดคือ ความร่วมมือของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง เช่น นักเรียน ครู และชุมชน จึงจะสามารถพัฒนา นักเรียนและบุคลากรให้มีพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพที่ดีขึ้น โดยอาศัยกิจกรรม 4 กิจกรรมหลัก 10 กิจกรรมย่อย เพื่อพัฒนาความสามารถของนักเรียนและยังช่วยให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมโดยมีครูเป็นผู้ให้คำแนะนำและนักเรียนเป็นผู้ปฏิบัติ และนักเรียนเป็นผู้รับประโยชน์โดยตรง เพื่อก่อให้เกิดการพัฒนาที่สมบูรณ์และมีความยั่งยืน