

แบบฟอร์มการทบทวน/วิเคราะห์สถานการณ์การดำเนินงานด้านวิชาการ

กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

กลุ่ม **กิจกรรมทางกายวัยทำงาน**

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ผลงาน วิชาการ/นวัตกรรม) | เป้าหมายของผลงาน วิชาการ/วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและคุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุในตารางหน้าถัดไป) โปรดทำเครื่องหมาย (✓) หน้าหัวข้อที่เลือก |
|--|--|--------------------------------|--|--|--|--|
| | | วรรณกรรม/ สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับ ข้อมูลย้อนหลัง ๑ ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder/Customer) | |
| ๑. การศึกษา สถานการณ์การมี กิจกรรมทางกายวัย ทำงาน | เชิงปริมาณ รายงานสถานการณ์การมี กิจกรรมทางกาย ๑ ฉบับ เชิงคุณภาพ สถานการณ์ข้อมูลกิจกรรมทาง กายและออกกำลังกายถูก นำไปใช้ประโยชน์ในการ ส่งเสริมกิจกรรมทางกายแก่ ประชาชน | หน้า ๒ - ๔ | หน้า ๒ - ๔ | หน้า ๔ | หน้า ๔ | <input checked="" type="checkbox"/> มี <input type="checkbox"/> ไม่มี |

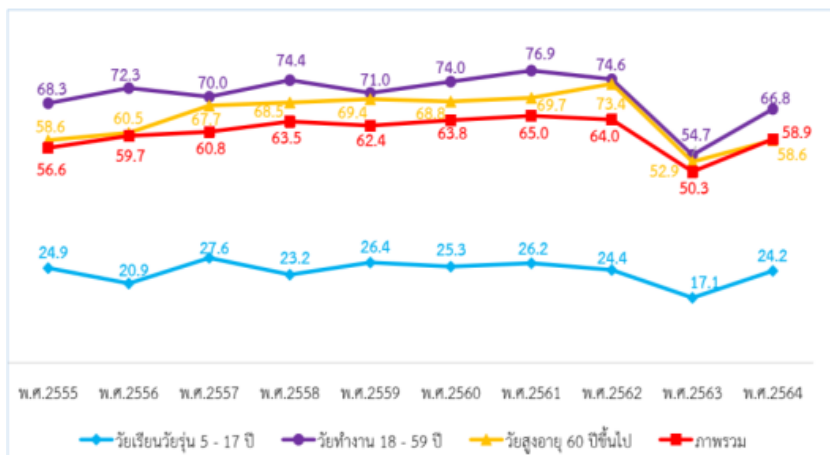
*กรุณาแนบเอกสารแสดงถึงความต้องการของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียต่อข้อมูลฯ เช่น หนังสือขอความอนุเคราะห์ข้อมูลต่างๆ เป็นต้น

วรรณกรรม/สถานการณ์ปัจจุบัน และข้อมูลย้อนหลัง

สถานการณ์ของประชากรวัยทำงานทั่วโลก กำลังประสบปัญหาจากการทำงาน ที่ส่งผลทำให้มีภาวะสุขภาพแย่ลงและความไม่ปลอดภัยในการทำงานถึงประมาณ ๑,๙๐๐,๐๐๐,๐๐๐ คน และเจ็บป่วยจากโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ร้อยละ ๘ สำหรับประเทศไทย ข้อมูลจากสำนักงานสถิติแห่งชาติ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๓ พบว่า ผู้มีอายุ ๑๕ - ๕๙ ปี ซึ่งอยู่ในวัยแรงงานมีจำนวน ๓๘.๘๒ ล้านคน ซึ่งเป็นประชากรกลุ่มใหญ่ของประเทศ ทำหน้าที่ขับเคลื่อนประเทศ และพบว่า กลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ถึงร้อยละ ๗๕ ของการเสียชีวิตทั้งหมดหรือราว ๓๒๐,๐๐๐ คนต่อปี ซึ่งองค์การอนามัยโลกจัดว่าเป็นการเสียชีวิตก่อนวัยอันควร และสาเหตุการเสียชีวิตมาจาก ๔ โรคสำคัญคือ โรคหลอดเลือดสมอง โรคหัวใจขาดเลือด โรคเบาหวาน และโรคทางเดินหายใจอุดกั้นเรื้อรัง ระหว่างพ.ศ.๒๕๕๕ กับ พ.ศ.๒๕๕๘ จากข้อมูลทะเบียนการเสียชีวิต ของสำนักบริหารทะเบียน กระทรวงมหาดไทย พบว่าอัตราการตายในช่วงอายุ ๓๐ - ๖๙ ปีของทั้ง ๔ โรคมียุทธศาสตร์เพิ่มขึ้น โดยโรคหลอดเลือดสมองมีการเพิ่มมากที่สุดจาก ๓๓.๔ ต่อแสนประชากร เพิ่มเป็น ๔๐.๙ ต่อแสนประชากร รองลงมาคือโรค หัวใจขาดเลือด จาก ๒๒.๔ ต่อแสนประชากร เป็น ๒๗.๘ ต่อแสนประชากร โรคเบาหวาน จาก ๑๓.๒ ต่อแสนประชากร เพิ่มเป็น ๑๗.๘ ต่อแสนประชากร และโรคทางเดินหายใจอุดกั้นเรื้อรังจาก ๓.๘ ต่อแสนประชากร เป็น ๔.๕ ต่อแสนประชากร

โดยสำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (NESDB) พบว่าสาเหตุหลักที่ทำให้คนไทยเสียชีวิต ๕ อันดับแรก ได้แก่ โรคมะเร็งและเนื้องอกทุกชนิด โรคหลอดเลือดสมอง โรคหัวใจ โรคปอด และเบาหวานตามลำดับ สำนักงานสถิติแห่งชาติสำรวจในปี ๒๕๖๐ เปรียบเทียบกับปี ๒๕๕๖ พบว่า คนไทยกินอาหารรสชาติหวานเพิ่มขึ้น จากร้อยละ ๑๑.๒ เป็นร้อยละ ๑๔.๒ และรสเค็มเพิ่มขึ้นจากร้อยละ ๑๓.๐ เป็นร้อยละ ๑๓.๘ รวมทั้งนิยมบริโภคอาหารที่มีไขมันสูงถึงร้อยละ ๗๗.๔ นอกจากนี้ข้อมูลจากการสำรวจ ในปี ๒๕๖๓ - ๒๕๖๔ ยังพบว่า แนวโน้มคนวัยทำงานอายุ ๑๘-๕๙ ปี มีภาวะอ้วนเพิ่มขึ้น ปี ๒๕๖๓-๒๕๖๔ พบภาวะอ้วนร้อยละ ๒๖.๑ และ ๒๖.๕ ตามลำดับ (HDC ๒๙ มิ.ย.๖๔) ซึ่งเป็นสาเหตุของการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไขมันในเลือดสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด

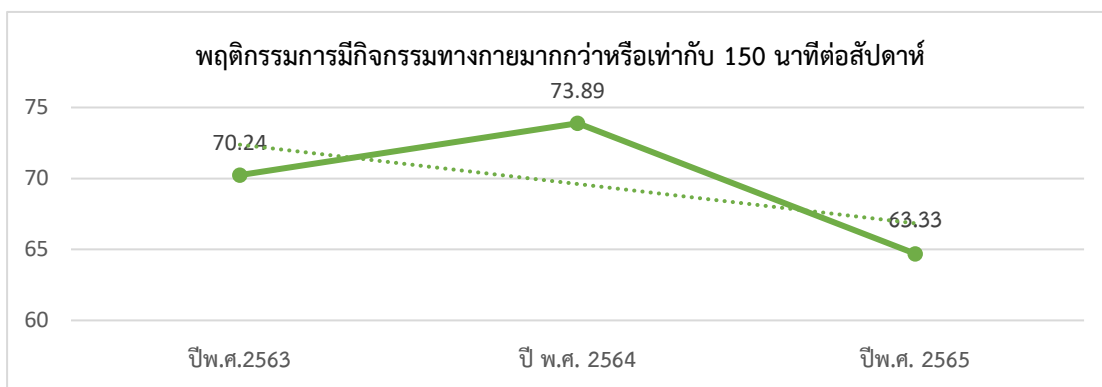
ประเทศไทยได้ประกาศกฎบัตรกรุงเทพฯ (Bangkok Declaration on Physical Activity for Global Health and Sustainable Development ๒๐๑๖) ในช่วงปลายปี พ.ศ.๒๕๕๙ และ แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ.๒๕๖๑-๒๕๗๓ โดยพบว่า ปีพ.ศ. ๒๕๖๒ ประชากรไทยมีกิจกรรมทางกาย ร้อยละ ๗๔.๖ โดยเพศชายมีกิจกรรมทางกายมากกว่าเพศหญิง ร้อยละ ๗๗.๒ และ ร้อยละ ๗๒ ตามลำดับ ใน ปี พ.ศ. ๒๕๖๔ จากข้อมูลการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ ความรอบรู้ และปัจจัยแวดล้อมที่ส่งผลต่อสุขภาพวัยทำงาน ประชากรวัยทำงานมีกิจกรรมทางกายมากกว่าหรือเท่ากับ ๑๕๐ นาทีต่อสัปดาห์มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น โดย เมื่อเทียบกับปี พ.ศ.๒๕๖๓ ซึ่งสอดคล้องกับโครงการพัฒนาระบบเฝ้าระวังติดตามพฤติกรรมด้านกิจกรรมทางกายของประชากรไทย ปี ๒๕๕๕ - ๒๕๖๔ ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (TPAK) สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล พบว่ากิจกรรมทางกายในปี พ.ศ.๒๕๖๔ มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น เมื่อเทียบกับปี พ.ศ.๒๕๖๓ โดยเพิ่มขึ้นจากร้อยละ ๕๔.๗ เป็นร้อยละ ๖๖.๘ ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นร้อยละ ๑๑.๖



สถานการณ์ร้อยละการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอของประชากรไทย ปี ๒๕๕๕ - ๒๕๖๔

ที่มา: โครงการพัฒนาระบบเฝ้าระวังติดตามพฤติกรรมด้านกิจกรรมทางกายของประชากรไทย ปี ๒๕๕๕ - ๒๕๖๔ ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (TPAK) สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

จากข้อมูลการสำรวจเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ ความรอบรู้ และปัจจัยแวดล้อมที่ส่งผลต่อสุขภาพวัยทำงานของกรมอนามัย โดยพบว่าด้านการเคลื่อนไหวออกแรง หรือการมีกิจกรรมทางกายของประชาชนวัยทำงาน พบว่าร้อยละของประชากรวัยทำงานมีกิจกรรมทางกายมากกว่าหรือเท่ากับ ๑๕๐ นาทีต่อสัปดาห์ มีแนวโน้มลดลงในปี พ.ศ. ๒๕๖๕ เมื่อเทียบกับปี พ.ศ.๒๕๖๔ โดยลดลงจากร้อยละ ๗๓.๘๙ เป็นร้อยละ ๖๓.๓๓ ในปี พ.ศ. ๒๕๖๕ โดยมีกิจกรรมทางกายลดลงจากเดิมร้อยละ ๑๐.๕๖ ซึ่งขณะนี้ยังไม่มีข้อมูลเปรียบเทียบกับข้อมูลจากแหล่งอ้างอิงอื่น เนื่องจากยังอยู่ในขั้นตอนการสำรวจของแต่ละแห่ง



ร้อยละพฤติกรรมการมีกิจกรรมทางกายมากกว่าหรือเท่ากับ 150 นาทีต่อสัปดาห์ระหว่างปี 2563-2565

ที่มา: ข้อมูลการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ ความรอบรู้ และปัจจัยแวดล้อมที่ส่งผลต่อสุขภาพวัยทำงาน

ปัจจุบันเทคโนโลยีสารสนเทศเข้ามามีบทบาทสำคัญในการดูแลสุขภาพ ทั้งระบบที่ใช้ในการจัดเก็บข้อมูลและบันทึกข้อมูลสุขภาพ ระบบที่ใช้ในการสื่อสาร แลกเปลี่ยนและติดตามข้อมูลสุขภาพ (Telemedicine) ส่งผลให้เกิดประโยชน์ทั้งในแง่ของการเปลี่ยนแปลงทางด้านสุขภาพ การบูรณาการข้อมูลสุขภาพ ซึ่งเป็นแนวโน้มที่จะต้องเกิดขึ้นในอนาคตที่ต้องการโครงสร้างพื้นฐานที่ดีเพื่อให้เกิดการเชื่อมโยงข้อมูลสุขภาพระหว่างส่วนต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพแบบไร้รอยต่อ จากผลการสำรวจในต่างประเทศชี้ให้เห็นว่าอัตราการใช้งาน เทคโนโลยีด้านสุขภาพนั้นมีอัตราการเติบโตมากขึ้นอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ปี ๒๕๕๘ จนถึงปี ๒๕๖๐ โดยเฉพาะการให้บริการค้นหาข้อมูลด้านสุขภาพที่มีอัตราการใช้งานที่สูงขึ้นอย่างต่อเนื่องอยู่ที่ ร้อยละ

๗๙ ในปี ๒๕๖๐ ซึ่งในปัจจุบันทั่วโลกต่างพัฒนาแอปพลิเคชันหรือเว็บไซต์ดูแลสุขภาพ ให้สามารถตอบโต้ได้ ทุกกลุ่มเป้าหมาย รวมถึงประเทศไทยได้มีการนำเทคโนโลยีต่าง ๆ เข้ามาใช้เพื่อแก้ไขปัญหาและเพิ่ม ประสิทธิภาพในการดูแลสุขภาพประชาชนมากยิ่งขึ้น

กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ได้ดำเนินการส่งเสริมกิจกรรมทางกายผ่าน ดิจิทัลแพลตฟอร์มก้าวทำใจ ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๖๐ – ถึงปัจจุบัน โดยมีสมาชิกกว่า ๕ ล้านคน ซึ่งดิจิทัลแพลตฟอร์มก้าวทำใจมีฟีเจอร์ในการ บันทึกข้อมูลการมีกิจกรรมทางกาย ออกกำลังกาย การประเมินดัชนีมวลกายทุกเดือน การดูผลออกกำลังกายได้ด้วยตนเอง และสามารถเรียนรู้แหล่งองค์ความรู้ในแพลตฟอร์มได้ด้วยตนเอง รวมถึงมีการสร้างแรงจูงใจ (Motivation) โดยการออกกำลังกายแล้วบันทึกผล แพลตฟอร์มเป็นแต้มสุขภาพ ซึ่งสามารถนำไปแลกของรางวัลได้ในแพลตฟอร์ม จากข้อมูลในดิจิทัลแพลตฟอร์มก้าวทำใจดังกล่าว จึงจะดำเนินการศึกษาสถานการณ์การมีกิจกรรมทางกายวัยทำงาน เพื่อเป็นข้อมูล และแนวทางในการพัฒนาปรับปรุงการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ออกกำลังกายต่อไป

ความสอดคล้องกับนโยบายระดับหน่วยงาน/กรม

การศึกษาศาสนาการมีกิจกรรมทางกายวัยทำงานครั้งนี้เพื่อเป็นข้อมูล และแนวทางในการพัฒนาปรับปรุงการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ออกกำลังกายให้แก่ประชาชน ซึ่งเป็นการศึกษาศาสนาการมีกิจกรรมทางกายวัยทำงานตามแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. ๒๕๖๑ – ๒๕๗๓ และตอบรับนโยบายกรมอนามัย การสร้างสังคมรอบรู้ สุขภาพดีทุกช่วงวัย

ความต้องการ/ความคาดหวัง/ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย

จากการดำเนินงานที่ผ่านมาพบว่าประชาชนผู้เข้าร่วมโครงการ ได้แชร์ความประทับใจที่มีต่อกิจกรรม ซึ่งแสดงถึงความพึงพอใจและความผูกพันของผู้รับบริการโดยส่วนใหญ่ รวมถึงความคาดหวังและการรอคอยในการจัดกิจกรรมขึ้นถัดไป โดยการดำเนินการที่ผ่านมากลุ่มประชาชนผู้เข้าร่วมโครงการหรือผู้รับบริการได้เห็น ว่าโครงการก้าวทำใจ เป็นโครงการและกิจกรรมที่ส่งเสริมการออกกำลังกายให้กับประชาชน ให้เกิดการรักการออกกำลังกาย ให้มีการออกกำลังกายที่สม่ำเสมอ ทำให้สุขภาพดีตามมา แต่ทั้งนี้อาจมีความไม่ประทับใจใน ด้านของปัญหาการใช้งานระบบ เช่น การลืมรหัสพาสเวิร์ด ความสับสนของการตั้งชื่อผู้ใช้งาน เป็นต้น

แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการของรายการข้อมูล

กลุ่มกิจกรรมทางกายวัยทำงาน

ชื่อรายการข้อมูล การศึกษาสถานการณ์การมีกิจกรรมทางกายวัยทำงาน

| ลำดับ ที่ | กิจกรรม/ขั้นตอน | เป้าหมาย | ผลลัพธ์ | ปัญหา/อุปสรรค | แนวทางการแก้ไข ตามกลยุทธ์ PIRAB | มาตรการ ข้อเสนอ นวัตกรรม เพื่อปรับปรุง และพัฒนา |
|--------------|--|---|--|--|--|---|
| 1. | <p>1. ศึกษาทบทวนสถานการณ์การมีกิจกรรมทางกายของประเทศไทยและต่างประเทศ</p> <p>2. ขับเคลื่อนส่งเสริมกิจกรรมทางกายและออกกำลังกายผ่านกิจกรรมก้าวทำใจ</p> <p>3. วิเคราะห์จัดทำข้อมูลการออกกำลังกายจากแพลตฟอร์มก้าวทำใจ</p> | <p>เชิงปริมาณ รายงานสถานการณ์การมีกิจกรรมทางกาย 1 ฉบับ</p> <p>เชิงคุณภาพ สถานการณ์ข้อมูลกิจกรรมทางกายและออกกำลังกายถูกนำไปใช้ประโยชน์ในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายแก่ประชาชน</p> | <p>มีสถานการณ์ข้อมูลสถานการณ์ข้อมูลกิจกรรมทางกายและออกกำลังกาย</p> | <p>1. มีข้อมูลจำนวนมากกระจัดกระจายข้อมูลใช้ระยะเวลาในการดำเนินการนาน</p> | <p>P : Partner มีการทบทวนแหล่งข้อมูลสถานการณ์การออกกำลังกายจากหน่วยงานภาคีเครือข่าย</p> <p>I : Invest มีโปรแกรมจัดการข้อมูล Big data นอกเหนือจาก Microsoft excel</p> <p>R : Regulate and Legislate มีการกำหนดเป้าหมายการทำงานพร้อมกำกับติดตามทุกเดือน</p> <p>A : Advocate มีประชาสัมพันธ์ผ่าน air wall และ ground wall สร้างการรับรู้ การเข้าถึง</p> | <p>- มีการวิเคราะห์ข้อมูลด้านอื่นๆ เช่น ประเภทผู้ใช้ช่วงเวลาส่งผลออกกำลังกายของรางวัล เพื่อนำมาวางแผนและพัฒนารายการดำเนินโครงการก้าวทำใจต่อไป</p> |

คณะทำงานดำเนินการตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการจัดการความรู้ (Knowledge Management : KM และการขับเคลื่อนการเป็นองค์กรแห่งการเรียนรู้ (LO)

กลุ่มบริหารยุทธศาสตร์ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|--|
| | | | | | <p>ให้ประชาชนเข้าใจในเรื่องของรางวัล และให้เห็นความสำคัญของการตอบแบบสอบถาม</p> <p>B : Build Capacity มีฟังก์ชันรอบคุณภาพให้ประชาชน สามารถเข้าศึกษาได้ด้วยตนเอง</p> | |
|--|--|--|--|--|---|--|

แบบฟอร์มการจัดทำรายละเอียดตัวชี้วัด (KPI Template)
ตามคำรับรองการปฏิบัติราชการของหน่วยงานในสังกัดกรมอนามัย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2566

แบบฟอร์มการทบทวน/วิเคราะห์สถานการณ์การดำเนินงานด้านวิชาการ
กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ
กลุ่มกิจกรรมทางกายวัยเรียนและวัยรุ่น

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ผลงาน วิชาการ/นวัตกรรม) | เป้าหมายของผลงาน วิชาการ/วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและคุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุในตารางหน้าถัดไป) โปรดทำเครื่องหมาย (✓) หน้าหัวข้อที่เลือก |
|---|--|--|---|---|--|--|
| | | วาระกรรม/ สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบ ข้อมูลย้อนหลัง ๑ ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder/Customer) | |
| ๑. การศึกษา ประสิทธิผลของ โครงการก้าวทำใจใน สถานศึกษาร่วมกับ การใช้ดิจิทัล แพลตฟอร์มก้าวทำใจ | ๑. เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อ ประสิทธิผลของโครงการก้าว ทำใจในสถานศึกษาร่วมกับ การใช้ดิจิทัล แพลตฟอร์ม ก้าวทำใจ ๒. เพื่อศึกษากระบวนการ ดำเนินงานและความพร้อม ของสถานศึกษาที่ส่งผลต่อ ประสิทธิผลของโครงการก้าว ทำใจในสถานศึกษาร่วมกับ การใช้ดิจิทัล แพลตฟอร์ม ก้าวทำใจ ๓. เพื่อนำข้อเสนอแนะ ปัญหา อุปสรรค ของการศึกษา ประสิทธิผลของโครงการก้าว ทำใจในสถานศึกษาร่วมกับ การใช้ดิจิทัล แพลตฟอร์ม ก้าวทำใจ เพื่อเป็นแนวทางใน | สถานการณ์ในปัจจุบัน พบว่าการศึกษา กิจกรรมทางกายใน กลุ่มเด็กและเยาวชน ได้กลายเป็นประเด็น ปัญหาสำคัญในหลาย ประเทศทั่วโลกที่กำลัง ประสบปัญหา และ กำลังหาแนวทางใน การส่งเสริม ให้เด็ก และเยาวชนใน ประเทศของตนได้มี โอกาสในการ เคลื่อนไหวร่างกายให้ มากยิ่งขึ้นรวมทั้ง ประเทศไทยจากการ สำรวจระดับกิจกรรม ทางกายในประชากร ไทยของศูนย์พัฒนา | เปรียบเทียบ สถานการณ์การมี กิจกรรมทางกาย ระหว่างปี ๒๕๖๐- ๒๕๖๕ ในกลุ่มเด็กวัย เรียนและวัยรุ่น พบว่า มีกิจกรรมทางกาย เพียงพอที่สุดเมื่อ เทียบกับกลุ่มวัยอื่น ๆ ที่ร้อยละ ๒๕.๓, ๒๖.๒, ๒๔.๔, ๑๗.๑, ๒๔.๒ และ ๑๖.๒ ตามลำดับ และพบว่า ในเด็กวัยเรียนและ วัยรุ่น มีพฤติกรรม เนือยนิ่งใน ปี พ.ศ. ๒๕๖๑-๒๕๖๕ เพิ่ม สูงขึ้นโดยมีค่าเฉลี่ยสูง เกินกว่า ๑๕.๑๖ | สอดคล้องกับ เป้าประสงค์ของการ พัฒนายั่งยืน (SDGs) เป้าหมายที่ ๓ “การมีสุขภาพ และความเป็นอยู่ที่ ดี” เป้าประสงค์ ยุทธศาสตร์ชาติ ด้านการพัฒนาและ เสริมสร้างศักยภาพ ทรัพยากรมนุษย์ “คนไทยเป็นคนดี คนเก่ง มีคุณภาพ พร้อมสำหรับวิถีชีวิต ในศตวรรษที่ ๒๑” | ๑. เพื่อนำข้อมูลที่ได้จาก การศึกษาประสิทธิผลของ โครงการก้าวทำใจใน สถานศึกษาร่วมกับการใช้ ดิจิทัล แพลตฟอร์มก้าวทำ ใจ นำมาประยุกต์ใช้เป็น แนวทางในการปรับปรุงและ พัฒนาการส่งเสริมกิจกรรม ทางกายในสถานศึกษา ๒. ทราบถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อ การดำเนินงานโครงการก้าว ทำใจในสถานศึกษาร่วมกับ การใช้ดิจิทัล แพลตฟอร์ม ก้าวทำใจ สามารถนำมา พัฒนางานส่งเสริมกิจกรรม ทางกายในสถานศึกษาได้ ๓. ทราบถึงปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะเพื่อเป็น แนวทางต่อการพัฒนาการ | <input type="checkbox"/> มี <input checked="" type="checkbox"/> ไม่มี |

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ผลงาน วิชาการ/นวัตกรรม) | เป้าหมายของผลงาน วิชาการ/วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและคุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุในตารางหน้าถัดไป) โปรดทำเครื่องหมาย (✓) หน้าหัวข้อที่เลือก |
|--|---|---|---|--|---|--|
| | | วรรณกรรม/ สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับ ข้อมูลย้อนหลัง ๑ ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder/Customer) | |
| | การพัฒนางานให้เกิดความ เหมาะสม | องค์ความรู้ด้าน กิจกรรมทางกาย ประเทศไทย (TPAK) สถาบันวิจัยประชากร และสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ระหว่างปี ๒๕๖๐- ๒๕๖๕ ในกลุ่มเด็กวัย เรียนและวัยรุ่น พบว่า มีกิจกรรมทางกาย เพียงพอที่สุดเมื่อ เทียบกับกลุ่มวัยอื่น ๆ ที่ร้อยละ ๒๕.๓, ๒๖.๒, ๒๔.๔, ๑๗.๑, ๒๔.๒ และ ๑๖.๒ ตามลำดับ และพบว่า ในเด็กวัยเรียนและ วัยรุ่น มีพฤติกรรม เนือยนิ่งใน ปี พ.ศ. ๒๕๖๑-๒๕๖๕ เพิ่ม สูงขึ้นโดยมีค่าเฉลี่ยสูง เกินกว่า ๑๕.๑๖ ชั่วโมงต่อวัน ขณะที่ องค์การอนามัยโลก แนะนำให้เด็กต้องขยับ | ชั่วโมงต่อวัน (ศูนย์ พัฒนาองค์ความรู้ด้าน กิจกรรมทางกาย ประเทศไทย (TPAK) สถาบันวิจัยประชากร และสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล) ขณะที่องค์การอนามัย โลกแนะนำให้เด็กต้อง ขยับร่างกาย ๖๐ นาที ต่อวัน ทั้งนี้ ใน ระยะเวลา ๑๐ ปีที่ ผ่านมาพบว่า เด็กไทย มีกิจกรรมทางกาย การเล่น หรือการ เคลื่อนไหวร่างกายที่ เพียงพอ เฉลี่ย ๒๖% แต่ในช่วงสถานการณ์ โควิด ๑๙ ตั้งแต่ปี ๒๕๖๓ สถานการณ์ ดังกล่าวน่าเป็นห่วง มากยิ่งขึ้น คือ เด็กไทยมีกิจกรรมทาง กายที่เพียงพอลดลง เหลือเพียง ๑๖.๒ % | | ดำเนินงานโครงการก้าวทำ ใจในสถานศึกษาร่วมกับการ ใช้ดิจิทัล แพลตฟอร์มก้าว ทำใจ ๔. เด็กวัยเรียนวัยรุ่น มีกิจกรรมทางกายอย่าง เพียงพอ มีสุขภาพร่างกาย แข็งแรง | |

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ผลงาน วิชาการ/นวัตกรรม) | เป้าหมายของผลงาน วิชาการ/วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและคุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุในตารางหน้าถัดไป) โปรดทำเครื่องหมาย (✓) หน้าหัวข้อที่เลือก |
|--|---|---|--|--|--|--|
| | | วรรณกรรม/ สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับ ข้อมูลย้อนหลัง ๑ ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder/Customer) | |
| | | ร่างกาย ๖๐ นาทีต่อ วัน ทั้งนี้ ในระยะเวลา ๑๐ ปีที่ผ่านมาพบว่า เด็กไทยมีกิจกรรมทาง กาย การเล่น หรือการ เคลื่อนไหวร่างกายที่ เพียงพอ เฉลี่ย ๒๖% แต่ในช่วงสถานการณ์ โควิด ๑๙ ตั้งแต่ปี ๒๕๖๓ สถานการณ์ ดังกล่าวน่าเป็นห่วง มากยิ่งขึ้น คือ เด็กไทย มีกิจกรรมทางกายที่ เพียงพอลดลงเหลือ เพียง ๑๖.๒ % (กอง กิจกรรมทางกายเพื่อ สุขภาพ กรมอนามัย, ๒๕๖๖) ดังนั้น กอง กิจกรรมทางกายเพื่อ สุขภาพ กรมอนามัย จึงได้ดำเนินการ ส่งเสริมกิจกรรมทาง กาย เด็กวัยเรียนใน สถานศึกษา ร่วมกับ การใช้แพลตฟอร์ม | (กองกิจกรรมทางกาย เพื่อสุขภาพ กรม อนามัย, ๒๕๖๖) จะเห็นได้จาก ตัวเลขการมีกิจกรรม ทางกายในเด็กวัยเรียน วัยรุ่นในแต่ละปี มีการ ลดลงมา รวมทั้งการมี พฤติกรรมเนือยนิ่ง ที่ เพิ่มสูงขึ้นในทุกปี ซึ่ง ปัญหาเหล่านี้เป็น ปัญหาที่ต้องได้รับการ แก้ไขอย่างเร่งด่วน เพราะส่งผลต่อสุขภาพ ร่างกายของเด็กวัย เรียนวัยรุ่นได้ | | | |

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ผลงาน วิชาการ/นวัตกรรม) | เป้าหมายของผลงาน วิชาการ/วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและคุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุในตารางหน้าถัดไป) โปรดทำเครื่องหมาย (✓) หน้าหัวข้อที่เลือก |
|--|---|--|--|--|--|--|
| | | วรรณกรรม/ สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับ ข้อมูลย้อนหลัง ๑ ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder/Customer) | |
| | | <p>“ดิจิทัล แพลตฟอร์ม ก้าวทำใจ” ผ่าน โครงการก้าวทำใจใน สถานศึกษา “กระโดด โลดเต้นเล่น ๖๐ นาที” โดยการนำ แพลตฟอร์ม ดิจิทัล แพลตฟอร์ม ก้าวทำใจ มาประยุกต์ใช้ในการ เข้าถึงระบบสุขภาพ กระตุ้นการมีกิจกรรม ทางกายที่เหมาะสม และเพียงพอในเด็กวัย เรียน รวมถึงเกิดความ รอบรู้ และปรับเปลี่ยน พฤติกรรมสุขภาพ อย่างต่อเนื่อง จนบรรลุผลเชิง ประจักษ์สามารถลด ภาวะโภชนาการใน เด็กวัยเรียนได้อย่าง ยอดเยี่ยม มีความเป็น มืออาชีพในการทำให้ เด็กวัยเรียน มีการ เจริญเติบโตเต็ม</p> | | | | |

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ผลงาน วิชาการ/นวัตกรรม) | เป้าหมายของผลงาน วิชาการ/วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและคุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุในตารางหน้าถัดไป) โปรดทำเครื่องหมาย (✓) หน้าหัวข้อที่เลือก |
|--|---|--|--|--|--|--|
| | | วรรณกรรม/ สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับ ข้อมูลย้อนหลัง ๑ ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder/Customer) | |
| | | ศักยภาพ สูง สมส่วน แข็งแรง และฉลาด ซึ่ง การดำเนินงานก้าวทำ ใจในสถานศึกษา มี เป้าหมายเพื่อสร้าง เสริมให้เด็กวัยเรียน มี ความรู้ด้าน กิจกรรมทางกาย มีพฤติกรรมสุขภาพที่ พึงประสงค์ มีกิจกรรม ทางกายและการนอน หลับที่เหมาะสมและ เพียงพอ รวมถึงลด พฤติกรรมเนือยนิ่ง ส่งผลต่อการ เจริญเติบโตเต็ม ศักยภาพ สูง สมส่วน แข็งแรง ฉลาด มี อารมณ์ดี และมีมั่นคง มีสุขภาพพร้อมที่จะ เฝ้าระวังสุขภาพ ตนเอง ตลอดจน ถ่ายทอด สู่เพื่อนและ ครอบครัว มุ่งสู่ เป้าหมายระยะยาวใน | | | | |

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ผลงาน วิชาการ/นวัตกรรม) | เป้าหมายของผลงาน วิชาการ/วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและคุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุในตารางหน้าถัดไป) โปรดทำเครื่องหมาย (✓) หน้าหัวข้อที่เลือก |
|--|---|--|--|--|--|--|
| | | วรรณกรรม/ สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับ ข้อมูลย้อนหลัง ๑ ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder/Customer) | |
| | | การลดปัญหา NCDs ในผู้ใหญ่ ลดค่าใช้จ่าย ด้านการ รักษาพยาบาล เพิ่ม เศรษฐกิจมวลรวม และเพิ่มความมั่นคง ของประเทศจากการมี ประชากรวัยทำงานที่ มีคุณภาพ | | | | |

*กรุณาแนบเอกสารแสดงถึงความต้องการของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียต่อข้อมูลฯ เช่น หนังสือขอความอนุเคราะห์ข้อมูลต่างๆ เป็นต้น

แบบฟอร์มการทบทวน/วิเคราะห์สถานการณ์การดำเนินงานด้านวิชาการของ
กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กลุ่มกิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ ผลงานวิชาการ/ นวัตกรรม) | เป้าหมายของ ผลงานวิชาการ/ วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและ คุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/ แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุ ในตารางหน้า ถัดไป) |
|--|--|--|--|--|--|---|
| | | วรรณกรรม/สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับข้อมูลย้อนหลัง 1 ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความ คาดหวัง/ความพึงพอใจขอ ผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder /Customer) | |
| การคัดเลือก ชมรมต้นแบบ ด้านการส่งเสริม กิจกรรมทาง กายเพื่อป้องกัน การหกล้ม สำหรับผู้สูงอายุ ปี 2567 | 1.เพื่อพัฒนา ศักยภาพบุคลากร สาธารณสุขและ ภาคีเครือข่ายที่ เกี่ยวข้องในการ ส่งเสริมความรอบ รู้ด้านกิจกรรมทาง กายผู้สูงวัย 3S Strong แบบมี Style & Good Sleep hygiene 2.เพื่อเผยแพร่องค์ ความรู้และสื่อสาร ประชาสัมพันธ์ การส่งเสริม สุขภาพด้านการมี กิจกรรมทางกาย เพื่อป้องกันการห กล้มในผู้สูงอายุ | ยุทธศาสตร์ชาติระยะ 20 ปี (พ.ศ.2560-2579) และแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 (พ.ศ.2565-2570) มีเป้าหมายในการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิต โดยให้ความสำคัญกับการพัฒนาศักยภาพคนไทย ให้เติบโตเป็นคนที่มีคุณภาพ มีความคิดสร้างสรรค์ มีความรู้ ความสามารถ มุ่งสร้างการทำงานให้เกิดผลสัมฤทธิ์ การพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิตนั้น จะต้องพัฒนาและเสริมสร้างสุขภาพของคนในประเทศทุกช่วงวัยให้มีคุณภาพ มีความสอดคล้อง เชื่อมโยง และส่งต่อผลสุขภาพที่ดีไปยัง ช่วงวัยถัดไป ซึ่งวัยผู้สูงอายุก็เป็นช่วงวัยที่สำคัญ และแนวโน้มสัดส่วนของประชากรเพิ่มสูงขึ้นเรื่อย ๆ ในแต่ละปี ทำให้โครงสร้างประชากรของประเทศไทยกำลังเคลื่อนเข้าสู่ระยะที่เรียกว่า ภาวะประชากรผู้สูงอายุ (Population Ageing) มีผลต่อสภาพทางสังคม สภาวะเศรษฐกิจ ประเทศไทยได้ให้ความสำคัญกับการรองรับสังคมสูง | ข้อมูลผลการดำเนินงาน ปีงบประมาณ พ.ศ. 2563-2566 พบว่า จำนวนของผู้สูงอายุที่มีแผนส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness plan) ปีงบประมาณ พ.ศ. 2563 ผู้สูงอายุที่มีแผนส่งเสริมสุขภาพดี จำนวน 1,386 คน ปีงบประมาณ พ.ศ. 2564 ผู้สูงอายุที่มีแผนส่งเสริมสุขภาพดี จำนวน 48,428 คน ปีงบประมาณ พ.ศ. 2565 ผู้สูงอายุที่มีแผนส่งเสริมสุขภาพดี จำนวน 91,586 คน และปีงบประมาณ พ.ศ. 2566 ผู้สูงอายุที่มีแผนส่งเสริมสุขภาพดี จำนวน 163,503 คน ร้อยละ 61.47 (ณ 21 เม.ย.66) ซึ่งจะเห็นได้จากการประเมินแผนส่งเสริมสุขภาพและจัดการปัจจัยเสี่ยง 6 ประเด็น ได้แก่ 1) ประเด็นโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ 2) ประเด็น การเคลื่อนไหวของผู้สูงอายุ 3) ประเด็นสุขภาพช่องปากของผู้สูงอายุ 4) ประเด็นผู้สูงอายุสมอติ 5) ประเด็นความสุขของผู้สูงอายุ 6) ประเด็นสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ มี | ภายใต้การขับเคลื่อนยุทธศาสตร์การดำเนินงานด้านการดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ กรมอนามัย และแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561-2573 เพื่อพัฒนาไกลและแนวทางการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ด้วยการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ ถูกต้อง และเหมาะสม รวมทั้งพัฒนาศักยภาพบุคลากรสาธารณสุขระดับพื้นที่ ให้สามารถขับเคลื่อนงานได้อย่างเข้มแข็ง มีประสิทธิภาพ ส่งผลให้ผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี ประเทศไทยบรรลุเป้าหมายผู้สูงอายุ | เพื่อเป็นการบรรลุเป้าหมายผู้สูงอายุไทยมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ด้านกิจกรรมทางกายที่เพียงพอเหมาะสม ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาวเชิงป้องกัน (Preventive Long Term Care) และลดปัญหาการหกล้มนั้น จำเป็นต้องมีการขับเคลื่อนงานการสร้างความรู้ด้านกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกายในผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลสุขภาพ จัดทำแผนส่งเสริมสุขภาพทีระดับบุคคลได้ด้วยตนเอง สามารถป้องกันและลดภาวะโรคประจำได้ จนไปสู่การมีอายุคาดเฉลี่ยของการมีสุขภาพดีที่ 75 ปี | <input checked="" type="radio"/> มี <input type="radio"/> ไม่มี |

คณะทำงานดำเนินการตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการจัดการความรู้ (Knowledge Management) : KM และการขับเคลื่อนการเป็นองค์กรแห่งการเรียนรู้ (LO)
กลุ่มบริหารยุทธศาสตร์ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ ผลงานวิชาการ/ นวัตกรรม) | เป้าหมายของ ผลงานวิชาการ/ วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและ คุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/ แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุ ในตารางหน้า ถัดไป) |
|---|--|---|---|--|---|---|
| | | วรรณกรรม/สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับข้อมูลย้อนหลัง 1 ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความ คาดหวัง/ความพึงพอใจขอ ผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder /Customer) | |
| และสุขอนามัยการ นอนหลับที่ดี 3. เพื่อรณรงค์ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ รับรู้เรื่องการ ป้องกันการหกล้ม และสุขอนามัยการ นอนหลับที่ดี 4. เพื่อคัดเลือก ชมรมผู้สูงอายุ ต้นแบบด้านการ ส่งเสริมกิจกรรม ทางกายเพื่อ ป้องกันการหกล้ม สำหรับผู้สูงอายุ | วัยด้วยการกำหนดให้เป็นแผนกลยุทธ์ของ ประเทศ โดยจัดทำแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ เป็นแผนระยะยาว 20 ปี และจัดทำ แผนปฏิบัติการด้านผู้สูงอายุระยะที่ 1-3 โดยแผนระยะที่ 3 (พ.ศ.2566-2580) ใน แผนปฏิบัติการย่อยที่ 2 การยกระดับ คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุทุกมิติอย่างทั่วถึงและ เป็นธรรม มีความสอดคล้องกับแผนแม่บท ภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ ประเด็นการ เสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะที่ดี มุ่งเน้น การเสริมสร้างการจัดการสุขภาวะในทุก รูปแบบ ที่นำไปสู่การมีศักยภาพในการ จัดการสุขภาวะที่ดีได้ด้วยตนเอง พร้อมทั้ง สนับสนุนให้ทุกภาคส่วนมีส่วนร่วมในการ สร้างเสริมให้คนไทยมีสุขภาวะที่ดี และมี ทักษะด้านสุขภาวะที่เหมาะสม โดยมี เป้าหมายสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาวะและ การป้องกันและควบคุมปัจจัยเสี่ยงที่คุกคาม สุขภาพ ปัจจุบันประเทศไทยมีประชากรผู้สูงอายุ ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปถึง 12.12 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 18.3 ของประชากรทั้งหมด (ที่มา : ข้อมูลHDC วันที่ 30 ก.ย. 2565) | จำนวนผู้สูงอายุที่มีแผนส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness Plan) เพิ่มขึ้นทุกปี เมื่อวิเคราะห์การประเมินแผน ส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness Plan) แต่ละ ประเด็น จะพบว่า ประเด็นที่ 1 การ เคลื่อนไหว มีผู้สูงอายุที่อยู่ในเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 90.44 เกณฑ์เสี่ยง ร้อยละ 9.56 ประเด็นที่ 2 โภชนาการมีผู้สูงอายุที่อยู่ใน เกณฑ์ปกติ ร้อยละ 93.15 เกณฑ์เสี่ยง ร้อย ละ 6.85 องค์ประกอบที่ 3 สุขภาพช่องปาก มีผู้สูงอายุที่อยู่ในเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 89.61 เกณฑ์เสี่ยง ร้อยละ 10.39 ประเด็นที่ 4 สมองดี มีผู้สูงอายุที่อยู่ในเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 95.75 เกณฑ์เสี่ยง ร้อยละ 4.25 ประเด็นที่ 5 มีความสุข มีผู้สูงอายุที่อยู่ในเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 96.74 เกณฑ์เสี่ยง ร้อยละ 3.26 และ ประเด็นที่ 6 สิ่งแวดล้อม มีผู้สูงอายุที่อยู่ใน เกณฑ์ปกติ ร้อยละ 91.73 เกณฑ์เสี่ยง ร้อย ละ 8.27 ปีงบประมาณ พ.ศ. 2566 ผู้สูงอายุ ประเมินการเคลื่อนไหวด้วยการทดสอบ Time Up and Go test : TUG เพื่อ ประเมินความสามารถในการเคลื่อนไหว | ไทยเป็นหลักชัยของ สังคม | | | |

คณะทำงานดำเนินการตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการจัดการความรู้ (Knowledge Management) : KM และการขับเคลื่อนการเป็นองค์กรแห่งการเรียนรู้ (LO)
กลุ่มบริหารยุทธศาสตร์ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ ผลงานวิชาการ/ นวัตกรรม) | เป้าหมายของ ผลงานวิชาการ/ วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและ คุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/ แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุ ในตารางหน้า ถัดไป) |
|--|---|--|---|--|---|---|
| | | วรรณกรรม/สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับข้อมูลย้อนหลัง 1 ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความ คาดหวัง/ความพึงพอใจขอ ผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder /Customer) | |
| | | <p>คาดว่าในปี พ.ศ.2566 จะมีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น คิดเป็น 20% (สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์) และ ในปี 2574 ประชากรจำนวนผู้สูงอายุ 18 ล้านคน คิดเป็น 28% (สังคมสูงอายุระดับสุดยอด) โดยผู้สูงอายุจะมีการทำงานของระบบต่างๆ ในร่างกายจะมีประสิทธิภาพที่เสื่อมถอยลง เช่น ระบบทางเดินหายใจ ระบบไหลเวียนเลือด ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ ระบบประสาทและการทรงตัว ระบบย่อยอาหาร ระบบผิวหนัง การทำงานของอวัยวะต่างๆ ลดลง และพบว่าปัญหาด้านสุขภาพของผู้สูงอายุที่สูงเป็นอันดับแรก คือ ปัญหาด้านการเคลื่อนไหวร่างกาย ร้อยละ 58 (รายงานการสำรวจสุขภาพผู้สูงอายุไทย ปี พ.ศ. 2556) และพบว่าผู้สูงอายุมีการออกกำลังกายสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 30 นาที เป็นประจำ ร้อยละ 57 มีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ ร้อยละ 43.9 ในส่วนของผู้สูงอายุ 80 ปีขึ้นไป พบว่าการออกกำลังกายไม่เพียงพอถึง ร้อยละ 48.6 (การสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย รวมทั้งปัญหาการพลัดตกหกล้มของผู้สูงอายุ มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่าง</p> | <p>ร่างกาย การเดิน และการทรงตัว พบว่าผู้สูงอายุที่ใช้เวลาน้อยกว่าหรือเท่ากับ 12 วินาที ในการทดสอบ คืออยู่ในเกณฑ์ปกติ/ไม่มีความเสี่ยงต่อการหกล้ม ร้อยละ 90.44 และผู้สูงอายุที่ใช้เวลามากกว่า 12 วินาที ในการทดสอบ คืออยู่ในเกณฑ์มีความเสี่ยงต่อการหกล้มร้อยละ 9.56</p> <p>จะเห็นได้ว่า ผู้สูงอายุยังมีความเสี่ยงด้านการเคลื่อนไหว ดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีการจัดทำแผนส่งเสริมสุขภาพด้านการเคลื่อนไหวสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการเคลื่อนไหวที่ดีขึ้นลดความเสี่ยงต่อการหกล้ม โดยผู้สูงอายุควรมีกิจกรรมทางกายดังนี้ 1. ผู้สูงอายุควรมีกิจกรรมทางกาย ที่ระดับปานสะสมให้ได้อย่างน้อย 150 -300 นาทีต่อสัปดาห์หรือโดยเฉลี่ยอย่างน้อยวันละ 30 นาที ได้แก่ กิจกรรมทางกายในชีวิตประจำวัน เช่น การทำงานบ้าน ทำสวน ทำไร่ไถ่รถ การเดินทางด้วยการเดิน ปั่นจักรยาน เดินขึ้นบันได และกิจกรรมยามว่าง เช่น การออกกำลังกาย เล่นกีฬา เดินเร็ว ปั่นจักรยาน</p> | | | |

คณะทำงานดำเนินการตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการจัดการความรู้ (Knowledge Management) : KM และการขับเคลื่อนการเป็นองค์กรแห่งการเรียนรู้ (LO) กลุ่มบริหารยุทธศาสตร์ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ ผลงานวิชาการ/ นวัตกรรม) | เป้าหมายของ ผลงานวิชาการ/ วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและ คุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/ แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุ ในตารางหน้า ถัดไป) |
|--|---|---|---|--|---|---|
| | | วรรณกรรม/สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับข้อมูลย้อนหลัง 1 ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความ คาดหวัง/ความพึงพอใจขอ ผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder /Customer) | |
| | | ต่อเนื่อง จากการคาดการณ์ระหว่างปีพ.ศ. 2560 - 2564 พบว่ามีผู้สูงอายุพลัดตกหกล้มเท่ากับร้อยละ 27 โดยทั้ง 2 ปัญหานี้มีผลกระทบต่อการดำรงชีวิตประจำวัน การช่วยเหลือตัวเองในการทำกิจวัตรประจำวัน การป้องกันการเกิดภาวะเสื่อมของร่างกาย ในผู้สูงอายุจึงมีความสำคัญ เพื่อให้ผู้สูงอายุ มีสุขภาพที่ดีและสามารถช่วยเหลือและพึ่งพาตนเองให้ได้มากที่สุด ซึ่งผู้สูงอายุสามารถเสริมสร้างและพัฒนาการเคลื่อนไหวร่างกายให้มีประสิทธิภาพได้ด้วยการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอเหมาะสม เพื่อเป็นการบรรลุเป้าหมาย ผู้สูงอายุไทยมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ด้านกิจกรรมทางกายที่เพียงพอเหมาะสม ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาวเชิงป้องกัน (Preventive Long Term Care) และลดปัญหาการหกล้มนั้น จำเป็นต้องมีการขับเคลื่อนงานการสร้างความรู้ด้านกิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ Strong แบบมี Style การออกกำลังกาย และการมีสุขอนามัยการนอนหลับที่ดีในผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลสุขภาพ จัดทำแผนส่งเสริม | วิ่งเหยาะๆ เดินแอโรบิก เดินบาสโลบ สะสม 150 นาทีต่อสัปดาห์ หรืออย่างน้อยวันละ 30 นาที เพื่อเป็นการสร้างเสริมความแข็งแรงของร่างกาย 2. การบริหารกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ให้แข็งแรง ควบคู่กับการยืดเหยียดกล้ามเนื้ออย่างน้อย 2 วันต่อสัปดาห์ ซึ่งจะส่งผลทำให้การเคลื่อนไหวร่างกายของผู้สูงอายุมีประสิทธิภาพ กลุ่มกล้ามเนื้อที่ควรบริหารให้แข็งแรง ได้แก่ ต้นขา สะโพก ลำตัว หลัง หัวไหล่ และแขน โดยบริหารท่าต่าง ๆ 12 -15 ครั้ง นับเป็น 1 ชุด บริหาร 2-3 ชุด และพักระหว่าง ชุด 1 นาที ส่วนการยืดเหยียดกล้ามเนื้อให้ยืดเหยียดจนรู้สึกตึงแล้วค้างไว้ 15 วินาที และ 3. ผู้สูงอายุควรมีกิจกรรมทางกายแบบผสมผสาน ระหว่างการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ การทรงตัว และการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ อย่างน้อย 3 วันต่อสัปดาห์ได้แก่ เดินบาสโลบ เดินแอโรบิก ฟีลนร่า รำวง รำไท้จี่ซึกัง กิจกรรมเหล่านี้จะช่วยพัฒนาการเคลื่อนไหวร่างกายของผู้สูงอายุให้มีประสิทธิภาพและเป็นการฝึกการทรงตัวเพื่อป้องกันการหกล้ม | | | |

คณะทำงานดำเนินการตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการจัดการความรู้ (Knowledge Management : KM และการขับเคลื่อนการเป็นองค์กรแห่งการเรียนรู้ (LO)

กลุ่มบริหารยุทธศาสตร์ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ ผลงานวิชาการ/ นวัตกรรม) | เป้าหมายของ ผลงานวิชาการ/ วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและ คุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/ แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุ ในตารางหน้า ถัดไป) |
|--|---|---|---|--|---|---|
| | | วรรณกรรม/สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับข้อมูลย้อนหลัง 1 ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความ คาดหวัง/ความพึงพอใจขอ ผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder /Customer) | |
| | | <p>สุขภาพดีระดับบุคคลได้ด้วยตนเอง สามารถป้องกันและลดภาวะโรคประจำตัว จนไปสู่การมีอายุ คาดเฉลี่ยของการมีสุขภาพดีที่ 75 ปี</p> <p>ทั้งนี้ เพื่อยกระดับการส่งเสริมความรู้สุขภาพผู้สูงอายุด้านกิจกรรมทางกายและการนอนหลับที่ดี กลุ่มกิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ จึงได้จัดทำการประกวดคัดเลือกชมรมต้นแบบผู้สูงอายุขึ้น เพื่อพัฒนากลไกและแนวทางการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุด้วยการมีกิจกรรมทางกาย รวมทั้งพัฒนาศักยภาพบุคลากรสาธารณสุขระดับพื้นที่ให้สามารถขับเคลื่อนงานได้อย่างเข้มแข็งมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้ผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ประเทศไทยบรรลุเป้าหมายผู้สูงอายุไทยเป็นหลักชัยของสังคม</p> | | | | |

*กรุณาแนบเอกสารแสดงถึงความต้องการของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียต่อข้อมูลฯ เช่น หนังสือขอความอนุเคราะห์ข้อมูลต่างๆ เป็นต้น

แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการของรายการข้อมูล

กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

กลุ่มกิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ

ชื่อรายการข้อมูล : การคัดเลือกชมรมต้นแบบด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อป้องกันการหกล้มสำหรับผู้สูงอายุ ปี 2567

| ลำดับที่ | กิจกรรม/ขั้นตอน | เป้าหมาย | ผลลัพธ์ | ปัญหา/อุปสรรค | แนวทางการแก้ไขตามกลยุทธ PIRAB | มาตรการ ข้อเสนอแนะ เพื่อปรับปรุงและพัฒนา |
|----------|--|---|---|---------------|-------------------------------|--|
| 1 | ศึกษารวบรวมข้อมูล | เพื่อวิเคราะห์สถานการณ์ผู้สูงอายุ | ผู้รับผิดชอบงานผู้สูงอายุและผู้เกี่ยวข้อง สามารถตรวจประเมิน และคัดกรองผู้มีความเสี่ยงต่อการหกล้มในผู้สูงอายุได้ตามเป้าหมาย 5 ชมรม/1 จังหวัด | - | - | - |
| 2 | ประชุมเชิงปฏิบัติการพัฒนาศักยภาพทักษะบุคลากร และภาคีเครือข่ายในการส่งเสริมความรู้ด้านกิจกรรมทางกายผู้สูงวัยเคลื่อนไหวดี ไม่มีล้มและการนอนหลับที่ดี | เพื่อชี้แจงการพัฒนา รูปแบบการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เพื่อลดความเสี่ยงต่อการหกล้มในผู้สูงอายุ ให้กับผู้รับผิดชอบงาน คอ.1-12 และสสม. | ผู้รับผิดชอบงานสามารถดำเนินการเก็บข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลตาม Templateที่กำหนดให้ได้ อย่างถูกต้อง | - | - | - |
| 3 | รวบรวมข้อมูล เพื่อทำการวิเคราะห์ ความเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ | ข้อมูลการประเมินสมรรถภาพทางกายของผู้สูงอายุ ด้วยเครื่องมือ TUG | ได้ฐานข้อมูลความเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุภาพรวมระดับประเทศ | | | |

| ลำดับที่ | กิจกรรม/ขั้นตอน | เป้าหมาย | ผลลัพธ์ | ปัญหา/อุปสรรค | แนวทางการแก้ไขตามกลยุทธ PIRAB | มาตรการ ข้อเสนอแนะนวัตกรรม เพื่อปรับปรุงและพัฒนา |
|----------|--|---|---|---------------|-------------------------------|--|
| 4 | คืนข้อมูลให้กับพื้นที่ | เพื่อนำข้อมูลที่ได้ ไปจัดทำรูปแบบการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อป้องกันการหกล้มให้กับผู้สูงอายุ | มีรูปแบบการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อป้องกันการหกล้มให้กับผู้สูงอายุ | | | |
| 5 | คัดเลือกชมรมต้นแบบด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายสำหรับผู้สูงอายุ | ชมรมผู้สูงอายุที่มีการประเมินสมรรถภาพทางกาย ด้วยเครื่องมือ TUG | ได้ชมรมต้นแบบด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อป้องกันการหกล้มสำหรับผู้สูงอายุ | | | |

แบบฟอร์มการทบทวน/วิเคราะห์สถานการณ์การดำเนินงานด้านวิชาการ
กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

กลุ่ม.....กิจกรรมทางกายมารดาและเด็กปฐมวัย.....

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ผลงาน วิชาการ/นวัตกรรม) | เป้าหมายของผลงาน วิชาการ/วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและคุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุในตารางหน้าถัดไป) โปรดทำเครื่องหมาย (✓) หน้าหัวข้อที่เลือก |
|---|--|--|--|---|---|--|
| | | วรรณกรรม/ สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับ ข้อมูลย้อนหลัง ๑ ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder/Customer) | |
| ศึกษาสถานการณ์ ระดับ และแบบ แผนการเคลื่อนไหว เพื่อส่งเสริมพัฒนาการ ของเด็กปฐมวัยใน ประเทศไทย The study of situation, and pattern of physical activity in early childhood in Thailand | เพื่อใช้ในการส่งเสริมและ พัฒนาศักยภาพทรัพยากร มนุษย์ในกลุ่มเด็กปฐมวัยให้มี พัฒนาการที่สมบูรณ์และ สมวัย ด้วยเหตุผลหลักคือ ช่วง ปฐมวัยของชีวิต(อายุระหว่าง ๐-๕ ปี(ถือเป็นช่วงเวลาที่สำคัญที่สุดและเป็นรากฐาน ของพัฒนาการด้านต่างๆทั้ง การพัฒนากายด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา การเรียนรู้ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณที่ใช้ การสำรวจแบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional survey) | ตลอดช่วงระยะเวลา กว่าสองทศวรรษที่ ผ่านมา สถานการณ์ ด้านพัฒนาการของ เด็กปฐมวัย (อายุต่ำ กว่า ๕ ปี) ในประเทศ ไทยอยู่ในภาวะที่น่า กังวลและควรให้ความ สนใจอย่างใกล้ชิด ข้อมูลจากสถิติและ การสำรวจในระดับ ประเทศหลายแห่ง ต่างๆชี้ชัดและรายงาน สอดคล้องกันว่า โดย เฉลี่ยมากกว่าร้อยละ ๓๐ หรือราว ๑ ใน ๓ ของเด็กอายุต่ำกว่า ๕ ปี ของไทย มี พัฒนาการที่ล่าช้าและ | - | แผนยุทธศาสตร์ชาติ ๒๐ ปี พ.ศ.๒๕๖๑ - ๒๕๘๐ ของ ประเทศไทย ก็ระบุ จุดเน้นและให้ ความสำคัญในการ พัฒนาศักยภาพคน ตลอดช่วงชีวิต โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การพัฒนาเด็กตั้งแต่ ช่วงการตั้งครรภ์ จนถึงปฐมวัยที่เป็น จุดเริ่มต้นสำคัญของ การมีชีวิตอย่างมี คุณภาพและยั่งยืน ยุทธศาสตร์: ส่งเสริม สุขภาพกลุ่มวัยและ อนามัยสิ่งแวดล้อม | การเชื่อมโยงหรือความร่วมมือกับ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสียและผู้ใช้ ประโยชน์จากงานวิจัย (Connections with stakeholder and user engagement) โดยระบุชื่อ หน่วยงานภาครัฐ เอกชน ประชาสังคมและชุมชน โดย อธิบายกระบวนการ ดำเนินงานร่วมกันและการ เชื่อมโยงการขับเคลื่อน ผลการวิจัยไปสู่การใช้ ประโยชน์อย่างชัดเจน รวมถึงอธิบายกระบวนการ ดำเนินงานต่อเนื่องของผู้ใช้ ประโยชน์จากงาน วิจัยเมื่อ โครงการวิจัยเสร็จสิ้น หน่วยงานสำคัญที่เป็นส่วน ได้ส่วนเสียของผล | <input checked="" type="checkbox"/> มี <input type="checkbox"/> ไม่มี |

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ผลงาน วิชาการ/นวัตกรรม) | เป้าหมายของผลงาน วิชาการ/วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและคุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุในตารางหน้าถัดไป) โปรดทำเครื่องหมาย (✓) หน้าหัวข้อที่เลือก |
|--|---|--|--|--|---|--|
| | | วรรณกรรม/ สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับ ข้อมูลย้อนหลัง ๑ ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder/Customer) | |
| | | ไม่สมบูรณ์ตามช่วงวัย (ตามเอกสารแนบ) | | ตัวชี้วัดยุทธศาสตร์ : ร้อยละเด็กอายุ ๐- ๕ ปี มีพัฒนาการ สมวัย นโยบายประเทศ ไทย๔.๐ เน้นการ พัฒนาศักยภาพคน เพื่อสนับสนุนการ เจริญเติบโตของ ประเทศ ลดความ เหลื่อมล้ำในสังคม | การศึกษาครั้งนี้ ประกอบด้วย กระทรวงมหาดไทย, ผู้ที่ ดูแลหน่วยงานองค์กร ปกครองส่วนท้องถิ่น(ศูนย์ พัฒนาเด็กเล็ก, กระทรวง สาธารณสุข(ผู้ดูแลสุขภาพ ประชาชนทุกกลุ่มวัย),พ่อแม่ ผู้ปกครอง,ครูผู้ดูแลเด็ก | |

*กรุณาแนบเอกสารแสดงถึงความต้องการของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียต่อข้อมูลฯ เช่น หนังสือขอความอนุเคราะห์ข้อมูลต่างๆ เป็นต้น

แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการของรายการข้อมูล

กลุ่ม.....กิจกรรมทางกายมารดาและเด็กปฐมวัย.....

ชื่อรายการข้อมูล...แผนการดำเนินงาน..การศึกษาสถานการณ์ ระดับ และแบบแผนการเคลื่อนไหว เพื่อส่งเสริมพัฒนาการของเด็กปฐมวัยในประเทศไทย

The study of situation, and pattern of physical activity in early childhood in Thailand.....

| ลำดับ ที่ | กิจกรรม/ขั้นตอน | เป้าหมาย | ผลลัพธ์ | ปัญหา/อุปสรรค | แนวทางการแก้ไข ตามกลยุทธ์ PIRAB | มาตรการ ข้อเสนอ นวัตกรรม เพื่อ ปรับปรุงและพัฒนา |
|--------------|---|--|--|---------------|------------------------------------|--|
| ๑. | <p>รวบรวมข้อมูลกิจกรรมทางกายใน กิจกรรมที่๑ ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน ทบทวนเอกสารที่เกี่ยวข้องเพื่อ ออกแบบวัดระดับ แบบแผน และ ปัจจัยที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวในเด็ก ปฐมวัย</p> <p>๑.๑ การประชุม กลุ่มคณะทำงาน : วางแผนการศึกษาข้อมูล ทบทวน เอกสารเพื่อการออกแบบการวัดการ เคลื่อนไหว</p> <p>๑.๒ การอบรมเชิงปฏิบัติการรวบ เด็กปฐมวัย</p> | <p>-ประชุม ๒ ครั้ง (Onsite+Online) -อบรม ๒ ครั้ง ร้อยละ ๒๕ ของ กิจกรรม</p> | <p>๑.กรอบแนวคิด ปัจจัยสังคมกำหนด สุขภาพ (Social Determinants of Health) ๒.บูรณาการร่วมกับ แผนปฏิบัติการโลก เพื่อส่งเสริมกิจกรรม ทางกาย(Global Action Plan on Physical Activity ๒๐๑๘- ๒๐๓๐:GAPPA) ๓.กรอบแนวคิดเชิง บูรณาการในการทำ ความเข้าใจถึง ประเด็นสำคัญที่ จำเป็นต้องวิเคราะห์ ศึกษาและจัดทำ รายละเอียดเนื้อหา</p> | | | |

| ลำดับ ที่ | กิจกรรม/ขั้นตอน | เป้าหมาย | ผลลัพธ์ | ปัญหา/อุปสรรค | แนวทางการแก้ไข ตามกลยุทธ์ PIRAB | มาตรการ ข้อเสนอ นวัตกรรม เพื่อ ปรับปรุงและพัฒนา |
|--------------|--|---|--|---------------|------------------------------------|--|
| ๒. | <p>กิจกรรมที่ ๒ การเก็บข้อมูลการเคลื่อนไหว และปัจจัยที่มีผลการเคลื่อนไหวในเด็กปฐมวัย</p> <p>๒.๑ การรวบรวมข้อมูลพื้นฐานด้วยการวัดการเคลื่อนไหวของเด็กปฐมวัยเป้าหมาย</p> <p>๒.๒ บรรณาธิกรณ์ บันทึกข้อมูลและการวิเคราะห์</p> | <p>-ลงพื้นที่จำนวน ๒ ครั้ง</p> <p>-ประชุม ๒ ครั้ง</p> <p>ร้อยละ ๓๕ ของกิจกรรม</p> | <p>ในการวัดการเคลื่อนไหวเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัยที่จะพัฒนาขึ้น ทั้งนี้มุ่งเน้นปัจจัยที่มีผลต่อผลลัพธ์ด้านการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ</p> <p>คู่มือส่งเสริมกิจกรรมทางกายในเด็กปฐมวัย,ขยายผลข้อมูลที่จำเป็นต่อการวางแผนในการกระตุ้นและส่งเสริมให้ผู้ปกครองหรือผู้ดูแลเด็กปฐมวัยตระหนักถึงประโยชน์ของการมีกิจกรรมทางกาย</p> | | | |
| ๓. | | ประชุม ๒ ครั้ง | | | | |

| ลำดับ ที่ | กิจกรรม/ขั้นตอน | เป้าหมาย | ผลลัพธ์ | ปัญหา/อุปสรรค | แนวทางการแก้ไข ตามกลยุทธ์ PIRAB | มาตรการ ข้อเสนอ นวัตกรรม เพื่อ ปรับปรุงและพัฒนา |
|--------------|--|---|---|---------------|------------------------------------|--|
| ๔. | <p>กิจกรรมที่๓ การวิเคราะห์ข้อมูลประกอบด้วย ระดับ แบบแผน และปัจจัยที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวในเด็กปฐมวัย</p> <p>กิจกรรมที่๔ การสรุปผลการศึกษา</p> | <p>ร้อยละ ๑๕ ของกิจกรรม</p> <p>ประชุม ๑ ครั้ง</p> <p>ร้อยละ ๑๐ ของกิจกรรม</p> | <p>ผลของการวิเคราะห์ข้อมูลประกอบด้วย ระดับ แบบแผน และปัจจัยที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวในเด็กปฐมวัย</p> <p>องค์ความรู้การวัดกิจกรรมทางกายในเด็กปฐมวัย และชุดเครื่องมือการวัดกิจกรรมทางกายที่ได้รับการตรวจสอบความแม่นยำ มีความน่าเชื่อถือในการนำไปสู่การปฏิบัติ</p> | | | |
| ๕. | กิจกรรมที่๕ การพัฒนาต้นฉบับบทความวิจัย | ประชุม ๑ ครั้ง ร้อยละ ๑๕ ของกิจกรรม | ๑.ผลงานตีพิมพ์ในวารสารระดับนานาชาติ(Q๑) ๒.แนวปฏิบัติการส่งเสริมการเคลื่อนไหวของเด็กปฐมวัยส่งผลต่อ | | | |

| ลำดับ ที่ | กิจกรรม/ขั้นตอน | เป้าหมาย | ผลลัพธ์ | ปัญหา/อุปสรรค | แนวทางการแก้ไข ตามกลยุทธ์ PIRAB | มาตรการ ข้อเสนอ นวัตกรรม เพื่อ ปรับปรุงและพัฒนา |
|--------------|-----------------|----------|------------------------|---------------|------------------------------------|--|
| | | | พัฒนาการเด็ก ปฐมวัย | | | |

แบบฟอร์มการทบทวน/วิเคราะห์สถานการณ์การดำเนินงานด้านวิชาการ
กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

กลุ่ม.....อำนาจการ.....

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ผลงาน วิชาการ/นวัตกรรม) | เป้าหมายของผลงาน วิชาการ/วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและคุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุในตารางหน้าถัดไป) โปรดทำเครื่องหมาย (✓) หน้าหัวข้อที่เลือก |
|---|--|---|--|--|--|--|
| | | วรรณกรรม/ สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับ ข้อมูลย้อนหลัง ๑ ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder/Customer) | |
| ๑. การเพิ่ม ประสิทธิภาพจัดทำ หนังสือราชการให้ ถูกต้องตามระเบียบ สำนัก นายกรัฐมนตรีว่า ด้วยงานสารบรรณ พ.ศ.๒๕๒๖ และที่ แก้ไขเพิ่มเติม | ๑. บุคลากรมีความรู้ เกี่ยวกับการจัดทำหนังสือ ราชการและงานสารบรรณ ๒. มีแบบมาตรฐาน (Tempate) ของหนังสือ ราชการที่ใช้ประจำใน หน่วยงาน | หนังสือราชการเป็น เอกสารสำคัญของ ราชการ หากได้รับ การจัดทำอย่าง ถูกต้องครบถ้วน ตามระเบียบฯ ที่ กำหนดไว้และกลุ่ม งานที่ทำหน้าที่ เสนอหนังสือได้ทำ การตรวจทานจาก ผู้รับผิดชอบตาม สายงานการบังคับ บัญชาแล้ว การ เสนอหนังสือให้ ผู้บริหารวินิจฉัย พิจารณาสั่งการลง นามก็จะเป็นไปด้วย ความเรียบร้อย | - | - | ๑. หนังสือราชการกอง กิจกรรมทางกายเพื่อ สุขภาพมีความถูกต้อง ตามระเบียบฯ ๒. เจ้าหน้าที่ ผู้รับผิดชอบ/ผู้ปฏิบัติที่ เกี่ยวข้องสามารถนำไป ปฏิบัติในแนวทาง เดียวกัน ๓. สร้างความเชื่อมั่น และความพึงพอใจให้กับ ผู้บริหารในการพิจารณา สั่งการหรือลงนาม | <input type="checkbox"/> มี <input checked="" type="checkbox"/> ไม่มี |

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ผลงาน วิชาการ/นวัตกรรม) | เป้าหมายของผลงาน วิชาการ/วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและคุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุในตารางหน้าถัดไป) โปรดทำเครื่องหมาย (✓) หน้าหัวข้อที่เลือก |
|--|---|---|--|--|--|--|
| | | วรรณกรรม/ สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับ ข้อมูลย้อนหลัง ๑ ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder/Customer) | |
| | | ถูกต้อง และรวดเร็ว แต่จากการ ปฏิบัติงาน พบว่า ส่วนใหญ่ยังปฏิบัติ ไม่ถูกต้อง หนังสือ มีการส่งคืนกลับไป แก้ไขให้ถูกต้องอยู่ บ่อยครั้ง ทำให้การ ปฏิบัติงาน โดย ภาพรวมของ องค์กรมีความล่าช้า ไม่ทันเหตุการณ์ จึง จำเป็นต้องพัฒนา แนวทางการปฏิบัติ ให้เป็นไปใน แนวทางเดียวกัน เพื่อให้หนังสือ ราชการมีความ ถูกต้องตามระเบียบ ฯ และสร้างความ | | | | |

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ผลงาน วิชาการ/นวัตกรรม) | เป้าหมายของผลงาน วิชาการ/วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและคุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุในตารางหน้าถัดไป) โปรดทำเครื่องหมาย (✓) หน้าหัวข้อที่เลือก |
|--|---|---|--|--|--|--|
| | | วรรณกรรม/ สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับ ข้อมูลย้อนหลัง ๑ ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder/Customer) | |
| | | เชื่อมั่นให้กับ ผู้บริหารในการ วินิจฉัยสั่งการหรือ ลงนาม | | | | |

*กรุณาแนบเอกสารแสดงถึงความต้องการของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียต่อข้อมูลฯ เช่น หนังสือขอความอนุเคราะห์ข้อมูลต่างๆ เป็นต้น

แบบฟอร์มการทบทวน/วิเคราะห์สถานการณ์การดำเนินงานด้านวิชาการ

กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

กลุ่ม.....บริหารยุทธศาสตร์.....

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ผลงาน วิชาการ/นวัตกรรม) | เป้าหมายของผลงาน วิชาการ/วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและคุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุในตารางหน้าถัดไป) โปรดทำเครื่องหมาย (✓) หน้าหัวข้อที่เลือก |
|---|--|--|--|--|--|--|
| | | วรรณกรรม/ สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับ ข้อมูลย้อนหลัง ๑ ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder/Customer) | |
| ๑. แผนการส่งเสริม กิจกรรมทางกาย พ.ศ. ๒๕๖๑ - ๒๕๗๓ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๖) | เชิงคุณภาพ : มีแผนการ ส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อ ใช้เป็นทิศทางการดำเนินงาน ของบุคลากรในหน่วยงาน | การพัฒนาและ ปรับปรุงแผนการ ส่งเสริมกิจกรรมทาง กาย พ.ศ. ๒๕๖๑ - ๒๕๗๓ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.๒๕๖๖) ได้ ทำการศึกษา สถานการณ์ และ แนวโน้มของการ ส่งเสริมกิจกรรมทาง กาย ระดับ โลก (Global) แล ะ ระดับ ประเทศ การศึกษาผลการ ประเมินที่เกี่ยวข้องกับ การดำเนินงานตาม แผนการส่งเสริม กิจกรรมทางกาย | การทบทวนช่องว่าง จากการประเมิน ภายในและภายนอก ประกอบด้วยข้อมูล ๔ ส่วนหลักที่นำมาใช้ วิเคราะห์สถานการณ์ และช่องว่างเพื่อนำมา เป็นปัจจัยนำเข้าต่อ การปรับแผน ได้แก่ ๑) การวิเคราะห์ สถานการณ์การมี กิจกรรมทางกาย เพียงพอ ๒) การประเมิน ภายใน: ทบทวน ความก้าวหน้าใน ๕ ปี แรก (ปี ๒๕๖๑- ๒๕๖๕) | ให้มีความสอดคล้อง ไปในทิศทาง เดียวกัน และ ต่อเนื่อง ต่อ เป้าหมายของ กรมอนามัย ที่ กำหนดไว้ในแผน ยุทธศาสตร์ การ พัฒนาระบบส่งเสริม สุขภาพและอนามัย สิ่งแวดล้อมฯ และ แผนระดับ ๒ และ สนับสนุนการสร้าง เสริมสุขภาพตาม เป้าหมายการพัฒนา อย่างยั่งยืน (SDGs) | - | <input checked="" type="checkbox"/> มี <input type="checkbox"/> ไม่มี |

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ผลงาน วิชาการ/นวัตกรรม) | เป้าหมายของผลงาน วิชาการ/วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและคุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุในตารางหน้าถัดไป) โปรดทำเครื่องหมาย (✓) หน้าหัวข้อที่เลือก |
|--|---|---|--|--|--|--|
| | | วรรณกรรม/ สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับ ข้อมูลย้อนหลัง ๑ ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder/Customer) | |
| | | ในช่วง ๕ ปีที่ผ่านมา (พ.ศ. ๒๕๖๑ - ๒๕๖๕) การทบทวนเอกสารวรรณกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง การเก็บรวบรวมข้อมูลกับผู้เชี่ยวชาญ หลากหลายสาขาทั้งในภาคส่วนของ นักวิชาการ นักบริหาร จัดการองค์กร นักการตลาด นักสาธารณสุข รวมถึงกลุ่มประชาชนที่มีลักษณะเป็น Active People เพื่อสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในยุคปัจจุบัน นอกจากนี้กระบวนการจัดทำแผนฯ ได้เน้นการมีส่วนร่วมจากผู้มีส่วนเกี่ยวข้องจากทุกภาคส่วน ทั้งผู้ทรงคุณวุฒิผู้แทนหน่วยงานของ | ๓) รายงานสถานการณ์กิจกรรมระดับโลก ส่วนของประเทศไทย ๔) รายงานการวิจัยติดตามและประเมินผลการดำเนินการในรอบ ๕ ปีแรก (ตามรายละเอียดแนบท้าย) | | | |

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ผลงาน วิชาการ/นวัตกรรม) | เป้าหมายของผลงาน วิชาการ/วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและคุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุในตารางหน้าถัดไป) โปรดทำเครื่องหมาย (✓) หน้าหัวข้อที่เลือก |
|--|---|---|--|--|--|--|
| | | วรรณกรรม/ สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับ ข้อมูลย้อนหลัง ๑ ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder/Customer) | |
| | | รัฐ และภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง ในการเข้าร่วมประชุมเชิงปฏิบัติการฯ รวมจำนวน ๔ ครั้ง เพื่อร่วมกันทบทวนแผนฯ ร่วมให้ข้อเสนอแนะ และข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ ตลอดจนร่วมกันจัดทำแผนฯ ฉบับปรับปรุง เพื่อให้การพัฒนาปรับปรุงแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายฉบับนี้ มีความสอดคล้องและตอบสนองกับสถานการณ์ปัจจุบันมากที่สุด และเป็นกรอบทิศทางการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของประเทศไทยในช่วงเวลา ๘ ปีต่อจากนี้ไป จนกระทั่งสิ้นสุดแผนฯ ในปี พ.ศ. ๒๕๗๓ | | | | |

| รายการข้อมูล (โปรดระบุชื่อ ผลงานวิจัย/ผลงาน วิชาการ/นวัตกรรม) | เป้าหมายของผลงาน วิชาการ/วิจัย/นวัตกรรม (เชิงปริมาณและคุณภาพ) | การทบทวน/วิเคราะห์ | | | | แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการ (หากมีโปรดระบุในตารางหน้าถัดไป) โปรดทำเครื่องหมาย (✓) หน้าหัวข้อที่เลือก |
|--|---|---|--|--|--|--|
| | | วรรณกรรม/ สถานการณ์ปัจจุบัน | ข้อมูลย้อนหลัง (วิเคราะห์เปรียบเทียบกับ ข้อมูลย้อนหลัง ๑ ปี) | ความสอดคล้อง กับนโยบายระดับ หน่วยงาน/กรม | ความต้องการ/ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย* (Stakeholder/Customer) | |
| | | ทั้งนี้ แผนการส่งเสริม กิจกรรมทางกาย พ.ศ. ๒๕๖๑ - ๒๕๗๓ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๖) นี้ ได้ผ่าน ความเห็นชอบของ คณะกรรมการบริหาร แผนการส่งเสริม กิจกรรมทางกาย และ หวังเป็นอย่างยิ่งว่า ทิศทางในเชิงนโยบาย ในแผนการส่งเสริม กิจกรรมทางกายฯ นี้ จะเป็นส่วนสำคัญใน การทำให้ประชาชนมี กิจกรรม ทางกายใน ชีวิตประจำวัน อันจะ นำไปสู่การพัฒนา คุณภาพชีวิตของ ประชาชนในประเทศ ต่อไป | | | | |

๑. การวิเคราะห์สถานการณ์การมีกิจกรรมทางกายเพียงพอ

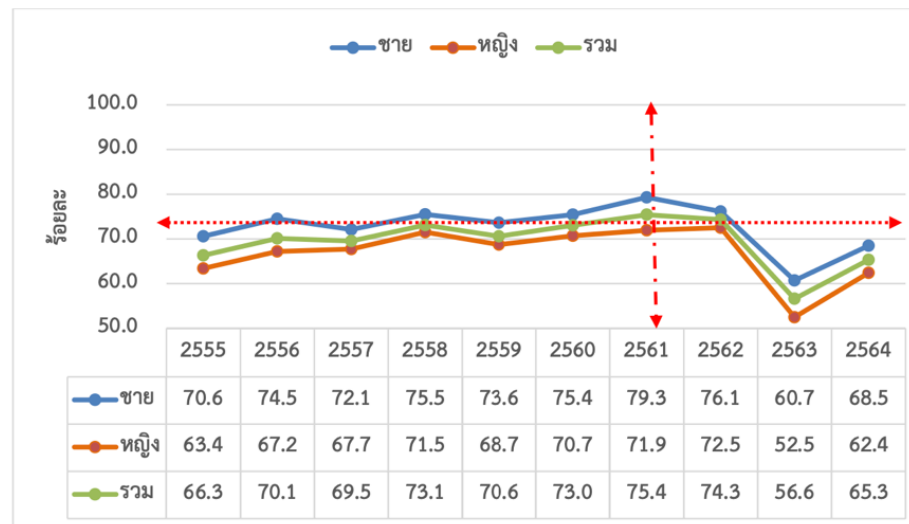
“ประชาชนมีแนวโน้มของการมีกิจกรรมทางกายเพียงพอที่เพิ่มขึ้นมาโดยตลอด แต่ลดลงอย่างมากในช่วงโควิด-๑๙”

จากเป้าหมายที่ระบุในแผนส่งเสริมกิจกรรมทางกายฯ ให้ประชาชนมีกิจกรรมทางกายเพียงพอ ร้อยละ ๗๕ ภาพที่ ๖ แสดงให้เห็นว่าก่อนการประกาศใช้แผนฯ (ในปี ๒๕๕๕-๒๕๖๐) ประชาชนมีแนวโน้มของการมีกิจกรรมทางกายเพียงพอที่เพิ่มขึ้นมาโดยตลอด ในปีของการประกาศแผนฯ (ปี ๒๕๖๑) เป็นปีเดียวที่ถือว่าบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ อย่างไรก็ตาม สถานการณ์เปลี่ยนแปลงในทางลบอย่างมากหลังจากเกิดสถานการณ์ การแพร่ระบาดของ โรคโควิด-๑๙ (ตั้งแต่ปี ๒๕๖๓)

การวิเคราะห์ช่องว่างเพื่อการปรับแผน

๑. การส่งเสริมกิจกรรมทางกายต้องอาศัยการดำเนินการอย่างต่อเนื่องเพื่อรักษาและเพิ่มระดับ กระบวนการผลักดันจนเกิดแผนกิจกรรมทางกายเกิดขึ้นในช่วงที่บรรยากาศของการขับเคลื่อนประเด็นมีความพร้อมพอสมควร และ

๒. ความจำเป็นเร่งด่วนของการฟื้นฟูสถานการณ์หลังจากนี้ เพื่อบรรลุเป้าหมายของการส่งเสริมสุขภาพประชาชน



ภาพที่ ๑ ร้อยละการมีกิจกรรมทางกายเพียงพอของประชากร อายุ ๑๘ ปีขึ้นไป จำแนกตามเพศ พ.ศ.๒๕๕๕-๒๕๖๔
ที่มา: โครงการวิจัยติดตามและประเมินผลการดำเนินการในรอบ ๕ ปีแรก ตามแผนส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ.๒๕๖๑-๒๕๗๓
อ้างอิงโครงการพัฒนาระบบเฝ้าระวังติดตามพฤติกรรมด้านกิจกรรมทางกายของประชากรไทย ปี ๒๕๕๕-๒๕๖๔

๒ การประเมินภายใน: ทบทวนความก้าวหน้าใน ๕ ปีแรก (ปี ๒๕๖๑-๒๕๖๕)

“การผลิตองค์ความรู้และวิจัย ระบบเฝ้าระวัง และนโยบายมีความก้าวหน้าพอสมควร พบประเด็นท้าทายในระบบการพัฒนาศักยภาพบุคลากรและระบบสื่อสารณรงค์”

แผนส่งเสริมกิจกรรมทางกายฯ กำหนดกรอบยุทธศาสตร์หรือเรียกง่าย ๆ ว่า โมเดล ๕x๕x๕ หมายถึงยุทธศาสตร์ส่งเสริมกิจกรรมทางกายใน ๕ กลุ่มวัย (แม่และเด็ก วัยเรียนวัยรุ่น วัยทำงาน ผู้สูงอายุ และกลุ่มเฉพาะ) ๕ พื้นที่ดำเนินการ (สถานศึกษา สถานประกอบการ สถานบริการสาธารณสุข องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น ชุมชนและผังเมือง) ผ่าน ๕ ระบบสนับสนุน (ระบบองค์ความรู้และวิจัย ระบบเฝ้าระวัง ระบบพัฒนาศักยภาพบุคลากร ระบบสื่อสารณรงค์ และนโยบาย) รูปภาพที่ ๗

จากการวิเคราะห์ผลลัพธ์ที่แสดงความก้าวหน้าที่เกิดขึ้นใหม่ในรอบ ๕ ปีแรกหลังการประกาศใช้แผนฯ พบว่า ประเด็นยุทธศาสตร์ที่เกี่ยวข้องการเสริมความเข้มแข็งของ ๕ ระบบสนับสนุนเป็นกลุ่มยุทธศาสตร์ที่มีความก้าวหน้ามากที่สุด เนื่องจากเป็นระยะแรกของการดำเนินการเพื่อเป็นฐานของการใช้ขยายผลและการนำลงสู่ปฏิบัติในกลุ่มประชากรและพื้นที่เป้าหมายในระยะต่อไป

เมื่อวิเคราะห์รายละเอียดในแต่ละระบบสนับสนุน พบว่า การผลิตองค์ความรู้และวิจัย ระบบเฝ้าระวัง และนโยบายมีผลลัพธ์เชิงระบบและความก้าวหน้าอยู่พอสมควร เช่น การเปิดศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (ทีแพค) เพื่อเป็นกลไกสนับสนุนทางวิชาการ (๒๕๖๓) ฐานข้อมูล activethai.org เพื่อนำเสนอสถานการณ์ด้านนโยบาย พื้นที่สุขภาวะ และสถานการณ์กิจกรรมทางกาย ระดับประเทศและจังหวัด (๒๕๖๓) การสำรวจพฤติกรรมสุขภาพประชากร เป็นการสำรวจปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพ สามารถแสดงผลระดับประเทศ ภูมิภาค และรายจังหวัด (๒๕๖๔) นโยบาย National steps challenge “ก้าวทำใจ” ดำเนินการไปแล้ว ๕ seasons มีการออกแบบจุดเน้นและพัฒนารูปแบบแต่ละ season (๒๕๖๓-๒๕๖๖)

ในขณะที่ระบบการพัฒนาศักยภาพบุคลากรและระบบสื่อสารณรงค์ก็มีผลลัพธ์ แต่ยังพบประเด็น ท้าทายเนื่องจากยังไม่มีโครงการที่รับผิดชอบเชิงระบบกลาง เช่น หลักสูตรกลางของการพัฒนา ศักยภาพด้านกิจกรรมทางกาย หรือประเด็นสื่อสารกิจกรรมทางกายที่ทุกหน่วยงานสามารถใช้ร่วมกันได้

การวิเคราะห์ช่องว่างเพื่อการปรับแผน

๑. ยังไม่มีการกำหนดกลไกการติดตามและประเมินผลความก้าวหน้าในยุทธศาสตร์กลุ่มวัย และสภาพแวดล้อมที่สามารถนำเสนอสถานการณ์ได้จริง
๒. ประเด็นความสำคัญของการพัฒนาระบบการพัฒนาศักยภาพบุคลากรและระบบสื่อสารณรงค์ให้หน่วยงานรับผิดชอบและสามารถใช้ประโยชน์ร่วมกันได้



ภาพที่ ๒ โมเดล ๕x๕x๕ ยุทธศาสตร์การส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

๓ รายงานสถานการณ์กิจกรรมระดับโลก ส่วนของประเทศไทย

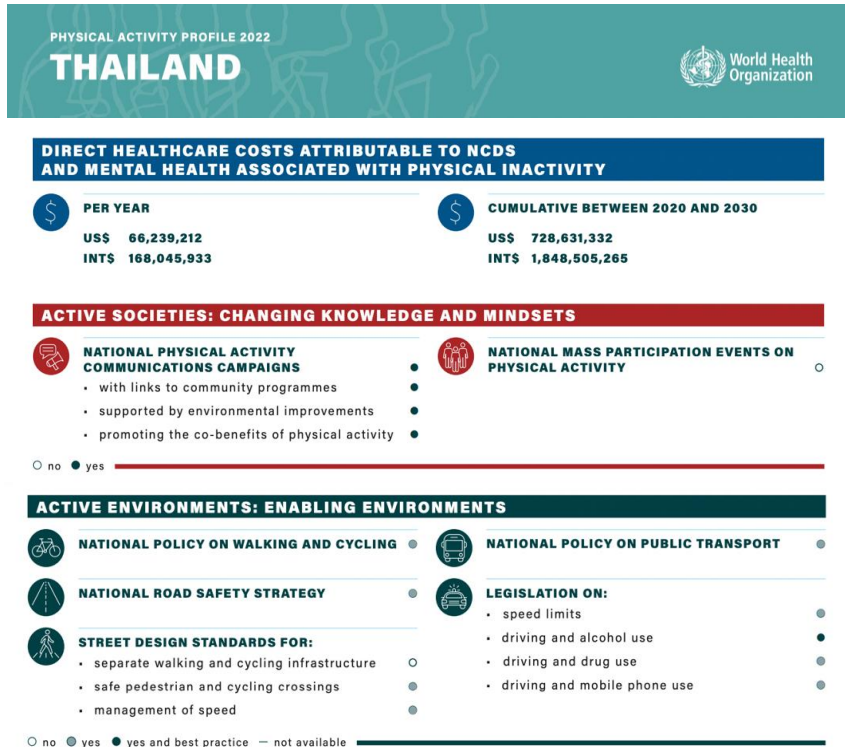
“ในภาพรวมประเทศไทยมีนโยบายที่เอื้อต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย แต่ยังมีช่องว่างในการดำเนินการที่ควรพิจารณาเป็นประเด็นสำคัญของการปรับแผนฯ”

ผลจากรายงานสถานการณ์กิจกรรมทางกายระดับโลก (WHO global status report on physical activity ๒๐๒๒) ซึ่งเป็นกรอบการติดตามการดำเนินงานตามแผน GAPPA ในรายงานมีทั้งการนำเสนอข้อมูลรวมทั่วโลก และผลรายประเทศของไทย (ภาพที่ ๘) จากข้อมูลระดับประเทศ นำเสนอมูลค่าทางเศรษฐกิจเมื่อประเมินจากค่ารักษาพยาบาลผู้ป่วยจากโรคที่เกิดจากการมีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอ ประเมินมูลค่าสูงถึงประมาณ ๖๖ ล้านดอลลาร์สหรัฐต่อปี เมื่อพิจารณาประเด็นนโยบาย พบว่า ในภาพรวมประเทศไทยมีนโยบายที่เอื้อต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย แต่ยังมีช่องว่างในการดำเนินการที่ควรพิจารณาเป็นประเด็นสำคัญของการปรับแผนฯ

การวิเคราะห์ช่องว่างเพื่อการปรับแผน

พิจารณายุทธศาสตร์ในประเด็นที่ยังเป็นช่องว่างดำเนินการ ดังนี้

- การจัดกิจกรรมมวลชนที่ไม่มีค่าใช้จ่ายเพื่อสร้างประสบการณ์ที่ดีต่อกิจกรรมทางกาย
- นโยบายการกำหนดโครงสร้างพื้นฐานเฉพาะเพื่อการเดินและปั่นจักรยาน
- การส่งเสริมกิจกรรมทางกายสำหรับคนพิการ
- การกำหนดข้อแนะนำด้านกิจกรรมทางกายให้แก่ผู้ป่วยส่งต่อมาจากสถานพยาบาล
- การสำรวจกิจกรรมทางกายระดับประเทศในกลุ่มเด็ก



ภาพที่ 3 รายงานสถานการณ์นโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายประเทศไทย โดยองค์การอนามัยโลก

๔ รายงานการวิจัยติดตามและประเมินผลการดำเนินการในรอบ ๕ ปีแรก

ส่วนนี้นำเสนอผลการวิเคราะห์จุดเด่นและข้อเสนอจากรายงานโครงการวิจัยติดตามและประเมินผลการดำเนินการในรอบ ๕ ปีแรก ตามแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ.๒๕๖๑-๒๕๗๓ จัดทำโดยคณะวิจัย จากสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

จุดเด่น แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเป็นแผนระดับชาติ สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ชาติ และแสดงการขับเคลื่อนไปพร้อมกับองค์การอนามัยโลกและมีการวางยุทธศาสตร์การทำงานที่ชัดเจน

โอกาส ประเด็นกิจกรรมทางกายได้รับความสำคัญระดับประเทศ มีการดำเนินงานด้านการออกกำลังกายเป็นทุนเดิมอยู่แล้ว ผู้ปฏิบัติงานในระดับพื้นที่มีความเข้มแข็งและพร้อมสนับสนุนการดำเนินการตามแผน นอกจากนี้ มีภาคีเครือข่ายภาคเอกชนที่สนใจด้านกิจกรรมทางกาย

ข้อจำกัด ในระดับนโยบาย ความไม่ต่อเนื่องและขาดการถ่ายทอดภายในหน่วยงานที่มาร่วมประชุมแผนฯ ยังขาดการประสานงานเพื่อดำเนินการร่วมกัน และ ยังขาดการส่งเสริมศักยภาพบุคลากร

ความเสี่ยง การทำให้กิจกรรมทางกายอยู่ในประเด็นที่ได้รับความสนใจต่อเนื่อง โดยเฉพาะหากมีการเปลี่ยนผู้นำทางการเมือง การฟื้นฟูระดับกิจกรรมทางกายจากสถานการณ์โรคระบาด

การวิเคราะห์ช่องว่างเพื่อการปรับแผน

๑. สร้างความเป็นเจ้าของร่วม ของแผนส่งเสริมกิจกรรมทางกายฯ ทุกระดับ ตั้งแต่ภาคีภาคสุขภาพ ภาคีนอกภาคสุขภาพ และภาคีเครือข่ายในระดับพื้นที่
๒. กำหนดแผนกิจกรรมที่เน้นการสร้างการมีส่วนร่วมในการประสานงานร่วมกันของทุกภาคส่วน (Multisectoral) โดยกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ต้องยกระดับบทบาทในการประสานงานเชิงรุกเพิ่มขึ้น
๓. สื่อสารความหมายและข้อเสนอแนะกิจกรรมทางกายในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับภาคีเครือข่ายทุกระดับและประชาชน
๔. เสริมบทบาททุนเดิมของภาคีหาเพื่อต่อยอดแนวคิดและเป็นกลไกระดับพื้นที่ในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายระดับพื้นที่

บทสรุปข้อเสนอจากการวิเคราะห์ช่องว่างเพื่อการปรับแผนฯ

การวิเคราะห์ช่องว่างจากการทบทวนเอกสารและรวบรวมข้อมูลชี้ให้เห็นความสำคัญ ๒ ประการของการปรับแผน ได้แก่ ปรับตามองค์ความรู้และความร่วมมือใหม่ๆ เกิดขึ้นมากมายในระดับโลก และระดับภูมิภาคปรับจากการทบทวนช่องว่างจากการประเมินภายในและภายนอก สรุปประเด็นได้ ดังนี้

- **หลักการของการนำแผนลงสู่การปฏิบัติ** สร้างความเป็นเจ้าของร่วมและประสานการทำงานอย่างเข้มแข็ง เพื่อเสริมการแก้ปัญหาเชิงระบบ (system approach)
- **การขยาย/เพิ่มความชัดเจนของประเด็นยุทธศาสตร์** กำหนดนิยามของประเด็นยุทธศาสตร์ ข้อเสนอเชิงนโยบาย กระบวนการกำกับและติดตามที่เป็นไปได้จริง
- **การสร้างความเข้มแข็งของระบบสนับสนุน** มุ่งสร้างระบบแรงจูงใจสื่อสารในทุกกลุ่ม (ผู้ปฏิบัติงานและประชาชน) และระบบการพัฒนาศักยภาพ

ให้ความสำคัญกับทิศทางโลกและประเด็นที่ยังเป็นช่องว่างในการดำเนินการ โดยเฉพาะความเร่งด่วนของการฟื้นฟูระดับกิจกรรมทางกาย การสร้างความเท่าเทียมทางโอกาสต่อการมีกิจกรรมทางกายในทุกกลุ่ม เพิ่มยุทธศาสตร์การส่งเสริมกิจกรรมทางกายคนพิการ

แผนดำเนินการ/แผนปฏิบัติการของรายการข้อมูล

กลุ่ม.....บริหารยุทธศาสตร์.....

ชื่อรายการข้อมูล แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. ๒๕๖๑ - ๒๕๗๓ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๖)

| ลำดับ ที่ | กิจกรรม/ขั้นตอน | เป้าหมาย | ผลลัพธ์ | ปัญหา/อุปสรรค | แนวทางการแก้ไข ตามกลยุทธ์ PIRAB | มาตรการ ข้อเสนอ นวัตกรรม เพื่อ ปรับปรุงและพัฒนา |
|--------------|--|---|---|---------------|------------------------------------|--|
| ๑. | ทบทวนข้อมูลสถานการณ์ปัจจัย ภายในและปัจจัยภายนอก | ผลการทบทวนข้อมูล สถานการณ์ ๑ ชุด | ข้อมูลสถานการณ์และ ความท้าทายเชิง ยุทธศาสตร์ เพื่อ ประกอบการปรับปรุง แผน | - | - | - |
| ๒. | เก็บข้อมูลด้วยแบบสัมภาษณ์เชิงลึก และการสนทนากลุ่ม | ข้อมูลความคิดเห็นการ ส่งเสริมกิจกรรมทาง กายในปัจจุบัน ๑ ชุด | ข้อมูลความคิดเห็นการ ส่งเสริมกิจกรรมทาง กายในปัจจุบันเพื่อ ประกอบการปรับปรุง แผน | | | |
| ๓. | ประชุมทบทวนเป้าหมาย วิสัยทัศน์ เป้าประสงค์และยุทธศาสตร์แผนฯ ฉบับปรับปรุง | เป้าหมาย วิสัยทัศน์ เป้าประสงค์และ ยุทธศาสตร์ | กำหนดเป้าหมาย วิสัยทัศน์ เป้าประสงค์ และยุทธศาสตร์แผนฯ ฉบับปรับปรุง | | | |
| ๔. | ประชุมเชิงปฏิบัติการร่างแผนการ ส่งเสริมกิจกรรมทางกายฯ ฉบับ ปรับปรุง | (ร่าง) แผนส่งเสริม กิจกรรมทางกายฯ ฉบับปรับปรุง ๑ ฉบับ | (ร่าง) แผนส่งเสริม กิจกรรมทางกายฯ ฉบับปรับปรุงที่ผ่าน การมีส่วนร่วมจากภาคี เครือข่ายที่เกี่ยวข้อง | | | |

| ลำดับ ที่ | กิจกรรม/ขั้นตอน | เป้าหมาย | ผลลัพธ์ | ปัญหา/อุปสรรค | แนวทางการแก้ไข ตามกลยุทธ์ PIRAB | มาตรการ ข้อเสนอ นวัตกรรม เพื่อ ปรับปรุงและพัฒนา |
|--------------|---|---|--|---------------|------------------------------------|--|
| ๕. | ประชุมเชิงปฏิบัติการวิพากษ์ ร่าง แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายฯ ฉบับปรับปรุง | (ร่าง) แผนส่งเสริม กิจกรรมทางกายฯ ฉบับปรับปรุง ๑ ฉบับ | ร่างแผนการส่งเสริม กิจกรรมทางกายฯ ฉบับปรับปรุง | - | - | - |
| ๖. | ประชุมประชาพิจารณ์ ร่างแผนการ ส่งเสริมกิจกรรมทางกายฯ ฉบับ ปรับปรุง | (ร่าง) แผนส่งเสริม กิจกรรมทางกายฯ ฉบับปรับปรุง ๑ ฉบับ | ร่างแผนการส่งเสริม กิจกรรมทางกายฯ ฉบับปรับปรุง | | | |
| ๗. | เสนอ ร่างแผนการส่งเสริมกิจกรรม ทางกายฯ ฉบับปรับปรุง ต่อ คณะกรรมการบริหารแผนการ ส่งเสริมกิจกรรมทางกายฯ ให้ความ เห็นชอบ | ร่างแผนการส่งเสริม กิจกรรมทางกายฯ ฉบับปรับปรุงผ่าน ความเห็นชอบจาก คณะกรรมการบริหาร แผนการส่งเสริม กิจกรรมทางกาย | แผนการส่งเสริม กิจกรรมทางกายฯ ฉบับปรับปรุง นำสู่การ ปฏิบัติ | | | |