

แบบฟอร์มที่ ๓ ถอดความรู้จากผู้รู้หน่วยงาน (Tacit Knowledge to Explicit Knowledge)

๑. ผู้รู้ (ข้อมูลผู้รู้)

- ชื่อผู้รู้ : นางสาวกนกวรรณ ดอกไม้
- ตำแหน่ง : นักวิชาการสาธารณสุข
- มือถือ : ๐๙๙ - ๙๑๒๘๓๒๖
- งานอดิเรก : ศึกษาเทคนิคการนำเสนอ การใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์
- คติประจำใจ : จงอย่าหยุดที่จะเรียนรู้ในสิ่งใหม่อยู่เสมอ

๒. ผู้ถอดความรู้ (รายชื่อ ตำแหน่งของผู้ถอดความรู้)

นางสาวกนกวรรณ ดอกไม้ ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุข

๓. ชื่อหัวข้อความรู้

กระบวนการดำเนินงานโรงเรียนต้นแบบส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ประจำปี ๒๕๖๓

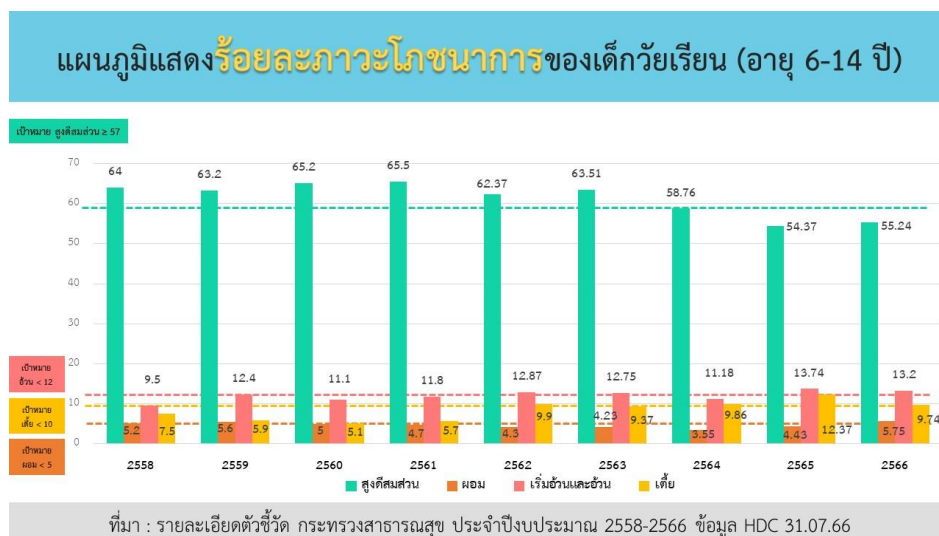
๔. ประโยชน์ของความรู้ (ความรู้ของหัวข้อเรื่องนี้ จะเกิดประโยชน์อย่างไรบ้าง)

๔.๑ การขับเคลื่อนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายวัยเรียนวัยรุ่น ผ่านโรงเรียนต้นแบบการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ส่งผลให้เด็กวัยเรียนวัยรุ่นมีกิจกรรมทางกายเพียงพอ มีความรอบรู้ด้านกิจกรรมทางกาย

๔.๒ สามารถเป็นแนวทางในการขับเคลื่อนงานส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมร่วมกับภาคีเครือข่าย

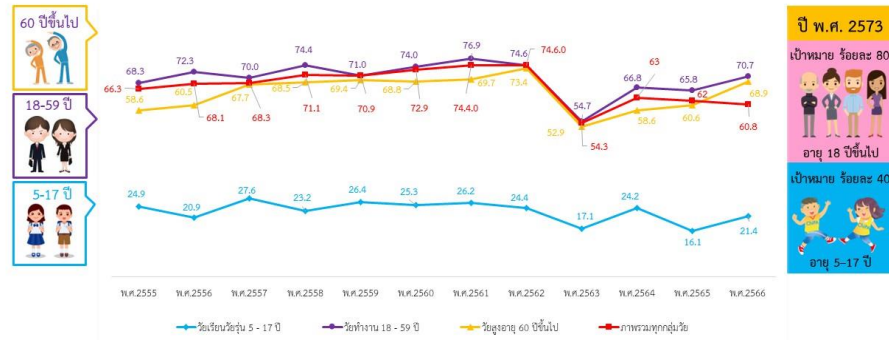
๕. เนื้อหาและสาระสำคัญของความรู้(ตามหัวข้อความรู้)

สถานการณ์ในปัจจุบันพบว่า ประเทศไทยกำลังเผชิญปัญหาเด็กเริ่มอ้วน อ้วน และเด็กเตี้ย มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นสูงมากจากเป้าหมายที่กำหนดไว้ รายละเอียดตามแผนภูมิที่แสดง



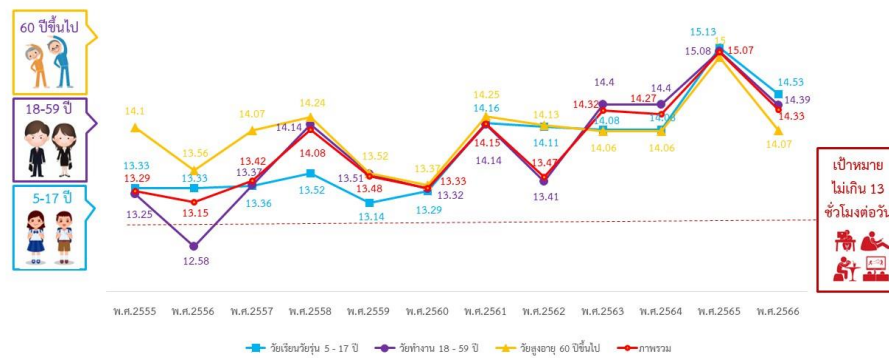
การมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอของเด็ก ๕- ๑๗ ปี พบว่าการมีกิจกรรมทางกายเพียงพอมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ๒๑.๔ % และพบว่ามีความถี่กิจกรรมน้อยวันเฉลี่ย ๑๔.๕๓ ชั่วโมงต่อวัน ซึ่งมีแนวโน้มลดลง

Thailand Physical Activity Situation



หมายเหตุ : ข้อมูลปี 2563 เป็นข้อมูลจากการสำรวจในช่วงสถานการณ์แพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19
ที่มา : ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (TPAK) สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

Thailand Sedentary Behavior Situation

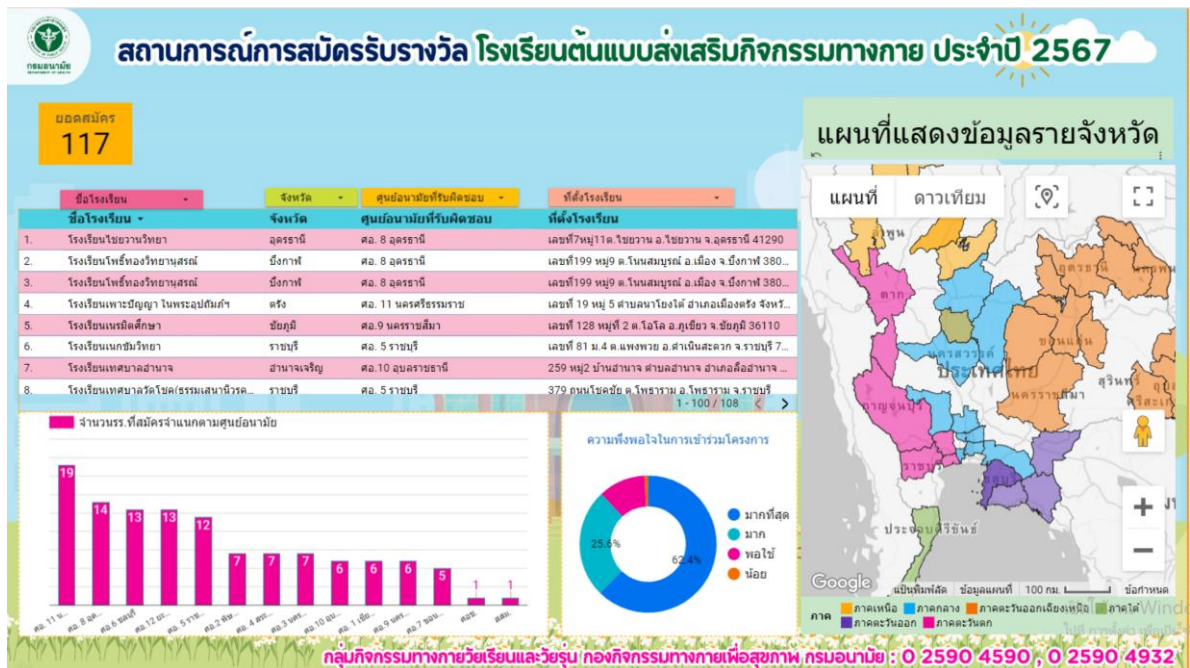


หมายเหตุ : ข้อมูลปี 2563 เป็นข้อมูลจากการสำรวจในช่วงสถานการณ์แพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ระหว่างเดือนมีนาคม - พฤษภาคม พ.ศ. 2563
ที่มา : ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (TPAK) สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

ดังนั้นการส่งเสริมกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กวัยเรียนวัยรุ่นจึงควรมุ่งเน้นในหลายบริบท ทั้งในสถานศึกษา การเดินทาง หรือ กิจกรรมนันทนาการต่างๆ เพื่อให้เด็กมีการเคลื่อนไหวเพิ่มมากขึ้น โดยการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง ชุมชน ครู ทั้งที่อยู่ในสถานศึกษาจนถึงช่วงเวลายุ่กับครอบครัว ด้วยการนำแนวคิดการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนแบบองค์รวม มาประยุกต์ใช้



กลุ่มกิจกรรมทางกายวัยเรียนวัยรุ่น ได้จัดทำการนำเสนอข้อมูลรายงานสถานการณ์การสมัครโรงเรียนต้นแบบส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ประจำปี ๒๕๖๗



จากการดำเนินงานดังกล่าว จะได้ผลการดำเนินงานเชิงปริมาณคือสถานศึกษาเข้าร่วมการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาในปี ๒๕๖๗ จำนวน ๑,๐๐๐ แห่ง และเชิงคุณภาพโรงเรียนที่เป็นต้นแบบส่งเสริมกิจกรรมทางกาย จำนวน ๒๐ แห่ง

๖. วิธีการนำความรู้ไปใช้ (ถ้าจะนำหัวข้อความรู้นี้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด ควรนำไปใช้ในรูปแบบใด เช่น นำไปสู่การจัดทำคู่มือปฏิบัติงาน, ทำเป็นคลิปวิดีโอ, ฝึกปฏิบัติ, ฯลฯ)

๖.๑ คู่มือแนวทางดำเนินการส่งเสริมกิจกรรมทางกายวัยเรียนวัยรุ่น

๖.๒ ประชาสัมพันธ์สื่อแนวทางการส่งเสริมกิจกรรมทางกายวัยเรียนวัยรุ่น

ผู้เรียนรู้ (ระบุคุณสมบัติที่พึงมีของผู้เรียนรู้)

- เปิดใจเรียนรู้ ยอมรับในองค์ความรู้ใหม่
- มีทัศนคติที่ดีต่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้
- เป็นผู้ฟังที่ดี

๗. ประสบการณ์ที่ประทับใจ (บรรยายถึงเหตุการณ์หรือสิ่งที่ประทับใจในการทำงาน โดยบอกเหตุผลที่ทำให้ประทับใจด้วย)

การขับเคลื่อนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายวัยเรียนวัยรุ่น ได้รับข้อเสนอแนะ จากสถานศึกษาถึงประโยชน์ที่วัยเรียนวัยรุ่นได้รับจากการเข้าร่วมโครงการ และโรงเรียนได้รับการยกระดับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เป็นการเสริมสร้างแรงบันดาลใจให้แก่ภาคีเครือข่ายในการสร้างเสริมสุขภาพวัยเรียนวัยรุ่นให้มีการเจริญเติบโตสมวัย สูง สมส่วน และแข็งแรง ซึ่งทางกลุ่มกิจกรรมทางกายวัยเรียนวัยรุ่นจะนำข้อเสนอแนะมาเป็นแรงผลักดัน ปรับปรุง และพัฒนาการขับเคลื่อนงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายวัยเรียนวัยรุ่น ให้ถึงกลุ่มเป้าหมายมากยิ่งขึ้น

๘. ข้อคิด (บอกข้อคิดหรือคติประจำใจของผู้รู้)

-เรียนรู้ตลอดชีวิต