

**ประเด็นความรู้ที่ให้แก่ C/S เพื่อการขับเคลื่อน  
การดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายเด็กวัยเรียนและเด็กวัยรุ่น**

1. คู่มือสมัครขอรับรางวัลองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศและองค์กรรอบรู้สุขภาพ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทยสูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี (ฉบับปรับปรุงใหม่)



- สามารถสืบค้นได้จาก <https://www.chopachipa.org//Home/news/256>

**เหตุผลที่การนำประเด็นความรู้มาใช้**

รางวัลองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice) ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี เป็นรางวัลที่กระทรวงสาธารณสุข โดยกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย จัดให้มีขึ้นเพื่อมอบให้แก่หน่วยงานที่ดำเนินการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเด็กและเยาวชนจนบรรลุผลเชิงประจักษ์สามารถลดปัญหาภาวะโภชนาการในเด็กและเยาวชนได้อย่างยอดเยี่ยม มีความเป็นมืออาชีพในการทำให้เด็กและเยาวชนมีการเจริญเติบโตเต็มศักยภาพ สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี ด้วยนวัตกรรมกิจกรรมทางกาย ส่วนรางวัลองค์กรรอบรู้สุขภาพ (Health Literate Organization) ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี เป็นรางวัลที่พัฒนาต่อยอดมาจากรางวัลองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ มีวัตถุประสงค์เพื่อกระตุ้น ให้บุคลากรภาครัฐในประเทศไทย พัฒนาไปสู่อำนาจในการให้บริการส่งเสริมสุขภาพเด็กและเยาวชน รวมทั้งเป็นการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้แก่งานที่นอกจากจะสามารถบริหารจัดการให้งานบริการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเด็กและเยาวชนประสบความสำเร็จเป็นที่ประจักษ์แล้ว ยังสามารถขยายผลความสำเร็จสู่องค์กรและชุมชนอื่น ๆ อีกด้วย

ดังนั้น คู่มือสมัครขอรับรางวัลองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ และองค์กรรอบรู้สุขภาพ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี จึงเป็นเครื่องมือเพื่อใช้ในการสร้างความรู้ ความเข้าใจให้กับหน่วยงานเกี่ยวกับขั้นตอนการดำเนินงานในการเสนอขอรับรางวัลดังกล่าว กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย ในฐานะหน่วยงานซึ่งทำหน้าที่อภิบาลระบบส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมเพื่อคนไทยสุขภาพดี จึงได้จัดทำเพื่อเป็นประโยชน์แก่งานที่สนใจนำไปศึกษาและเตรียมความพร้อมในการเสนอขอรับรางวัล และใช้เป็นกรอบแนวทางในการพัฒนาคุณภาพการให้บริการส่งเสริมกิจกรรมทางกายแก่เด็กและเยาวชนอย่างมีประสิทธิภาพเป็นที่พึงพอใจของผู้รับบริการ อย่างต่อเนื่องต่อไป

## 2. แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย



- สามารถสืบค้นได้จาก <https://dopah.anamai.moph.go.th/th/news-anamai/185701>

### เหตุผลที่การนำประเด็นความรู้มาใช้

ประเทศไทย แม้จะมีการดำเนินการโครงการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย และการออกกำลังกาย ต่างๆ มากมาย ในช่วงระยะเวลาที่ผ่านมา โดยมีการจัดสรรงบประมาณการลงทุนด้านการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ผ่านหน่วยงานหลักต่างๆ หลายพันโครงการ แต่โครงการต่างๆ มีลักษณะเป็นไปตามพันธกิจของแต่ละหน่วยงาน แต่ยังคงขาดการบูรณาการร่วมกันให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อคุณภาพชีวิตประชากร และแผนยุทธศาสตร์ชาติที่มี เน้นเฉพาะการศึกษา และการออกกำลังกาย หรือนันทนาการ เป็นหลัก แต่ยังไม่มีการมีแผนยุทธศาสตร์ที่มุ่งส่งเสริมกิจกรรมทางกายในระดับชาติ อย่างครอบคลุมตามความหมายกิจกรรมทางกายในชีวิตประจำวันของประชาคมโลก และตามพันธะสัญญาที่ประเทศไทยมีกับองค์การระดับสากล การกำหนดแผนแม่บท มีความสำคัญในการสร้างความตระหนักต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เป็นการกระตุ้นให้ทราบถึงปัญหาและเตรียมมาตรการรองรับไว้ล่วงหน้า การร่วมกำหนดทิศทางให้ตรงกัน ระหว่างองค์กรภาคีและทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง และก่อให้เกิดการประสานงานและบูรณาการทางความคิด เพื่อผลสำเร็จในการดำเนินงาน โดยเฉพาะประเทศกำลังพัฒนาที่ทรัพยากรมีอยู่อย่างจำกัด มีความจำเป็น ที่ต้องพิจารณาจัดสรรทรัพยากรให้เกิดประโยชน์สูงสุด

## 3. นโยบายและแนวทางการขับเคลื่อนภารกิจส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมเด็กวัยเรียนและวัยรุ่น

### 3.1 นโยบายการขับเคลื่อนภารกิจส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม

**นโยบายสำคัญสำหรับการขับเคลื่อนภารกิจส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม**

1. เร่งสืบสานโครงการในพระบรมวงศานุวงศ์ทุกพระองค์
2. เร่งขับเคลื่อนนโยบายสำคัญรัฐบาล
3. ยกกระดับความรู้ และส่งเสริมสุขภาพทุกกลุ่มวัย
4. ยกกระดับเมืองที่เป็นมิตรต่อสุขภาพ
5. ยกกระดับสู่องค์กรสมรรถนะสูง

2 เร่ง  
3 ยก

### 3.2 การยกระดับงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการนอนหลับในเด็กวัยเรียนวัยรุ่นเข้าสู่ยุค Digital



### 3.3 แนวทางการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย และการนอนหลับ ในเด็กวัยเรียนวัยรุ่นสู่การแก้ปัญหาเด็กอ้วน เด็กเตี้ย เด็กผอม และเด็กไม่แข็งแรง



### 3.4 การยกระดับโรงเรียน และหน่วยงานส่งเสริมกิจกรรมทางกาย วิธีชีวิตใหม่



สามารถสืบค้นได้จาก :

<https://drive.google.com/drive/folders/13FdrT0ixWzwVOZUBm6gncktxTYExMzp5>

เหตุผลที่การนำประเด็นความรู้มาใช้

ในการส่งเสริมให้ประชาชนมีสุขภาพดี โดยมีการศึกษา วิเคราะห์ วิจัย พัฒนาและถ่ายทอดองค์ความรู้ และเทคโนโลยีด้านการส่งเสริมสุขภาพ การจัดการปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพ และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดีรวมทั้งการประเมินผลกระทบต่อสุขภาพ เพื่อมุ่งเน้นให้ประชาชนมีความรู้และทักษะในการดูแลตนเอง ครอบครัวและชุมชน รวมถึงตลอดจนถึงการสนับสนุนให้หน่วยงานส่วนภูมิภาค องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐและภาคเอกชน มีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพ และจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมเพื่อส่งเสริมให้คนไทยมีสุขภาพดีโดยถ้วนหน้านั้น ผู้ขับเคลื่อนงานและภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องจะต้องมีการสื่อสารนโยบายและแนวทางการขับเคลื่อนภารกิจการส่งเสริมสุขภาพ และอนามัยสิ่งแวดล้อมเด็กวัยเรียนและวัยรุ่น เพื่อให้เกิดความเข้าใจในแนวปฏิบัติและเป้าหมายอันเดียวกัน จนประสบผลสำเร็จร่วมกัน

#### 4. องค์ความรู้ในการมีกิจกรรมทางกายในเด็กวัยเรียนและวัยรุ่น

##### 4.1 ชุดองค์ความรู้หนูเพชร



สามารถสืบค้นได้จาก :

<https://nutrition.anamai.moph.go.th/images/files/NuPETHS3.pdf?fbclid=IwAR0pAPFOPmOynMpJ-1GNG1o2B3SB5oAaXrIXX8n3rPLminPj1dO4itaqg>

## 4.2 สื่อองค์ความรู้ หนูเพชรเดอะฮีโร่ ตอน หนูเพชรรอบรู้สู้โควิด 19



สามารถสืบค้นได้จาก <https://youtu.be/7tbWsf9LYA8>

### เหตุผลที่การนำประเด็นความรู้มาใช้

ชุดความรู้ “หนูเพชร” (NuPETHS) จัดทำขึ้นในรูปแบบของหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ (e-book) ที่สามารถเข้าถึงได้ง่าย สะดวกและรวดเร็ว เหมาะแก่การเรียนรู้ เพื่อเพิ่มช่องทางในการให้ความรู้แก่เด็กวัยเรียน ได้นำไปใช้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพตนเองเบื้องต้น โดยเน้นการใช้เทคนิคกระตุ้นความสนใจของเด็กวัยเรียน รวมถึงการสร้างตัวละครที่มีความน่าสนใจและเป็นแบบอย่างที่ดี ซึ่งจะ让孩子ชื่นชอบและเลียนแบบ พฤติกรรมที่ดีของตัวละครอื่นจะนำไปสู่การมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ โดยการสื่อสารด้วยภาพการ์ตูนที่น่ารัก ซึ่งมีนางเอกของเรื่องชื่อ “น้องหนู” และพระเอกชื่อ “น้องเพชร” เป็นผู้เล่าเรื่องราวความรู้แบบองค์รวม โดยชุดความรู้หนูเพชร (NuPETHS) ประกอบด้วยเนื้อหา 6 ส่วน ได้แก่

Nu : Nutrition คือ การส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนกินอาหารครบ 5 หมู่ กินอย่างไรให้สูงดีสมส่วน ดื่มนมจืดเพื่อยืดความสูง กินผักผลไม้ หลากสี และอาหารลดหวานมันเค็ม

P : Physical Activity คือ การส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนมีกิจกรรมทางกายอย่างสม่ำเสมอ 60 นาทีทุกวันโดยเน้นการกระโดดโลดเต้นเล่นสนุกเพื่อเพิ่มความสูง

E : Environmental Health คือ การส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนมีทักษะชีวิตด้านความปลอดภัยและพฤติกรรมด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม การกินอาหารให้ปลอดภัย การใช้ช้อนกลางเพื่อป้องกันโรค การล้างมือ 7 ขั้นตอนทุกครั้งก่อนกินอาหาร และใช้ส้วมให้ถูกสุขลักษณะ

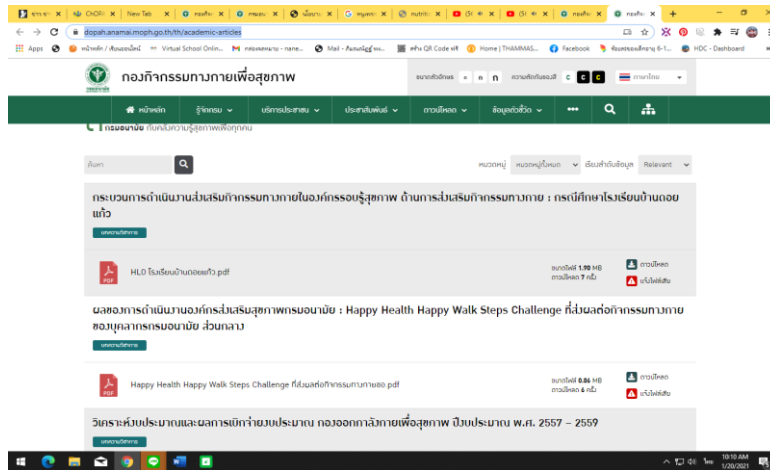
T : Teeth คือ การให้ความรู้เรื่อง การแปรงฟันอย่างถูกวิธี โดยเน้นการแปรงฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้งนาน 2 นาที งดกินอาหารหลังแปรงฟัน 2 ชั่วโมง เพื่อการดูแลสุขภาพช่องปากของตนเองให้สะอาด

H : Hygiene คือ การส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนมีสุขอนามัยที่ดี ตรวจร่างกายเบื้องต้น 7 วิธีดูแลร่างกายให้สะอาดและรู้ทันเรื่องเพศ

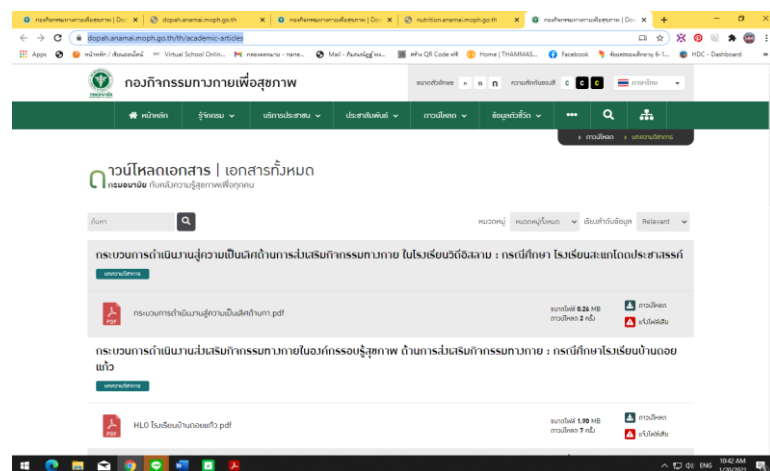
S : Sleep คือ การส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนนอนหลับเพียงพอ หลับสนิทวันละ 9-11 ชั่วโมง การจัดสิ่งแวดล้อมในห้องนอนที่เอื้อต่อการนอนหลับที่มีคุณภาพ

## 5. บทความวิชาการในการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายในองค์กรรอบรู้สุขภาพและองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

5.1 บทความวิชาการ กระบวนการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายในองค์กรรอบรู้สุขภาพ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย : กรณีศึกษาโรงเรียนบ้านดอยแก้ว



5.2 กระบวนการดำเนินงานสู่ความเป็นเลิศด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ในโรงเรียนวิถีอิสลาม : กรณีศึกษา โรงเรียนสะแกโตดประชาสรรค์



สามารถสืบค้นได้จาก <https://dopah.anamai.moph.go.th/th/academic-articles>

### เหตุผลที่การนำประเด็นความรู้มาใช้

ผลการวิจัยในครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ต่อบุคลากรทางการศึกษา บุคลากรทางสุขภาพ หน่วยงานและผู้ที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำข้อมูลไปในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้เหมาะสมกับบริบทพื้นที่และวัฒนธรรมของชุมชนนั้นๆ อีกทั้งสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนางานส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อให้เด็กไทยมีภาวะสูงดี สมส่วน แข็งแรงต่อไป

## 6. สื่อต่างๆ

### 1) โปสเตอร์ มีจำนวน 8 รายการ ดังนี้

- 1.1) เรื่อง ลดโรคเพิ่มสุขกับนวัตกรรมออกกำลังกายเก้าอี้...ขี้พุง
- 1.2) เรื่อง จิงโจ้ FUN for FIT แอโรบิกทำฝัน
- 1.3) เรื่อง จิงโจ้ยึดตัว ชุดที่ 1
- 1.4) เรื่อง จิงโจ้ยึดตัว ชุดที่ 2
- 1.5) เรื่อง 60 นาที PA++ หยุดแก้...หยุดป่วย
- 1.6) เรื่อง 60 นาที ป่วยแน่...ถ้าเนือยนิ่ง
- 1.7) เรื่อง 60 นาที กระโดด โลดเต้น
- 1.8) เรื่อง โขฟิต แอนด์ ชายด์ฟิตฯ

### 2) แผ่นพับ มีจำนวน 14 รายการ ดังนี้

- 2.1) เรื่อง ลดโรคเพิ่มสุขกับนวัตกรรมออกกำลังกายเก้าอี้...ขี้พุง
- 2.2) เรื่อง จิงโจ้ FUN for FIT แอโรบิกทำฝัน
- 2.3) เรื่อง จิงโจ้ยึดตัว ชุดที่ 1
- 2.4) เรื่อง จิงโจ้ยึดตัว ชุดที่ 2
- 2.5) เรื่อง นวัตกรรมออกกำลังกายสำหรับเด็ก
- 2.6) เรื่อง โขป่า แอนด์ ชายด์ป่า เกมส์ คืออะไร?
- 2.7) เรื่อง บันได 10 ขั้นสู่ FUN for FIT
- 2.8) เรื่อง ลดอ้วน เพิ่มสูง หนูทำได้
- 2.9) เรื่อง อยากรู้อยากเห็นเด็กไทยสูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี
- 2.10) เรื่อง แนวทางจัดมหกรรม กระโดด โลดเต้น เล่นสนุก เพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี
- 2.11) เรื่อง เส้นทางแห่งเกียรติยศสู่รางวัล Best Practice (BP) และ Health Literate Organization (HLO)
- 2.12) เรื่อง รู้จักชมรม ChOPA & ChiPA Game ประเทศไทย
- 2.13) เรื่อง เส้นทางแห่งเกียรติยศสู่รางวัลเลิศรัฐ สาขาบริการภาครัฐ ประเภทขยายผลมาตรฐานการบริการ
- 2.14) เรื่อง เส้นทางแห่งเกียรติยศสู่รางวัลเลิศรัฐ สาขาบริการภาครัฐ ประเภทพัฒนาการบริการ

### 3) CD สื่อเพื่อการเรียนรู้นวัตกรรมออกกำลังกายสำหรับเด็กวัยเรียนในโครงการ ChOPA & ChiPA Game ลดเรียน เพิ่มรู้ สู่เด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี จำนวน 5 รายการ ดังนี้...

- 3.1) เรื่อง การส่งเสริมเด็กไทยสูงดี สมส่วน แข็งแรง ด้วยกิจกรรมทางกาย อาหาร และการนอนหลับ
- 3.2) เรื่อง จิงโจ้ยึดตัว # 1
- 3.3) เรื่อง จิงโจ้ยึดตัว # 2
- 3.4) เรื่อง ลดโรค...เพิ่มสุข กับนวัตกรรมออกกำลังกาย เก้าอี้...ขี้พุง
- 3.5) เรื่อง จิงโจ้ FUN for FIT แอโรบิกทำฝัน

### 4) สื่อออนไลน์ มีจำนวน รายการ ได้แก่

- 4.1) โปสเตอร์ ลดโรคเพิ่มสุขกับนวัตกรรมออกกำลังกายเก้าอี้...ขี้พุง
- 4.2) โปสเตอร์ จิงโจ้ FUN for FIT แอโรบิกทำฝัน
- 4.3) โปสเตอร์ จิงโจ้ยึดตัว ชุดที่ 1
- 4.4) โปสเตอร์ จิงโจ้ยึดตัว ชุดที่ 2
- 4.5) โปสเตอร์ 60 นาที PA++ หยุดแก้...หยุดป่วย

- 4.6) โปสเตอร์ 60 นาที ป่วยแน่...ถ้าเนื่อยนี้่ง
- 4.7) โปสเตอร์ 60 นาที กระโดด โลดเต้น
- 4.8) โปสเตอร์ โชฟิต แอนด์ ซายด์พีตฯ
- 4.9) แผ่นพับ ลดโรคเพิ่มสุขกับนวัตกรรมออกกำลังกายเก้าอี้...ขี้พุง
- 4.10) แผ่นพับ จิงโจ้ FUN for FIT แอโรบิกท่าผืน
- 4.11) แผ่นพับ จิงโจ้ยัดตัว ชุดที่ 1
- 4.12) แผ่นพับ จิงโจ้ยัดตัว ชุดที่ 2
- 4.13) แผ่นพับ นวัตกรรมออกกำลังกายสำหรับเด็ก
- 4.14) แผ่นพับ โชป่า แอนด์ ซายด์ป่า เกมส์ คืออะไร?
- 4.15) แผ่นพับ บันได 10 ขั้นสู่ FUN for FIT
- 4.16) แผ่นพับ ลดอ้วน เพิ่มสูง หนูทำได้
- 4.17) แผ่นพับ ยอยากให้เด็กไทยสูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี
- 4.18) แผ่นพับ แนวทางจัดมหกรรม กระโดด โลดเต้น เล่นสนุก เพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี
- 4.19) แผ่นพับ เส้นทางแห่งเกียรติยศสู่รางวัล Best Practice (BP) และ Health Literate Organization (HLO)
- 4.20) แผ่นพับ รู้จักชมรม ChOPA & ChiPA Game ประเทศไทย
- 4.21) แผ่นพับ เส้นทางแห่งเกียรติยศสู่รางวัลเลิศรัฐ สาขาบริการภาครัฐ ประเภทขยายผลมาตรฐานการบริการ
- 4.22) แผ่นพับ เส้นทางแห่งเกียรติยศสู่รางวัลเลิศรัฐ สาขาบริการภาครัฐ ประเภทพัฒนาการบริการ
- 4.23) CD สื่อเพื่อการเรียนรู้ นวัตกรรมออกกำลังกายสำหรับเด็กวัยเรียนในโครงการ ChOPA & ChiPA Game ลดเรียน เพิ่มรู้ สู่เด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี
- 4.24) Rollup เรื่อง ลดโรคเพิ่มสุขกับนวัตกรรมออกกำลังกายเก้าอี้...ขี้พุง
- 4.25) Rollup เรื่อง จิงโจ้ FUN for FIT แอโรบิกท่าผืน
- 4.26) Rollup เรื่อง จิงโจ้ยัดตัว ชุดที่ 1
- 4.27) Rollup เรื่อง จิงโจ้ยัดตัว ชุดที่ 2
- 4.28) Rollup เรื่อง การเตรียมตัว...สู่รางวัลองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ และองค์กรรอบรู้สุขภาพ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี
- 4.29) Rollup เรื่อง กระบวนการพัฒนาโรงเรียนที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศและรอบรู้สุขภาพ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี
- 4.30) Rollup เรื่อง รางวัลแห่งเกียรติยศ องค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ และองค์กรรอบรู้สุขภาพ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี
- 4.31) Rollup เรื่อง นอนเท่าไรถึงจะพอ?
- 4.32) Rollup เรื่อง ทำอย่างไรให้หลับดี
- 4.33) Rollup เรื่อง การวิเคราะห์ห้องค์ประกอบของร่างกาย
- 4.34) Rollup เรื่อง QR Code สื่อสนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย
- 4.35) Backdrop เรื่อง ลดโรคเพิ่มสุขกับนวัตกรรมออกกำลังกายเก้าอี้...ขี้พุง
- 4.36) Backdrop เรื่อง จิงโจ้ FUN for FIT แอโรบิกท่าผืน



- 4.37) Backdrop เรื่อง จิงโจ้ยึดตัว ชุดที่ 1
- 4.38) Backdrop เรื่อง จิงโจ้ยึดตัว ชุดที่ 2
- 4.39) Backdrop เรื่อง โขป่า แอนด์ ชายดป่า เกมส์ ลดเรียน เพิ่มรู้ สู่อาเซียน
- 4.40) Backdrop เรื่อง 60 นาที PA++ หยุดแก็...หยุดป่วย และ 60 นาที ป่วยแน่...ถ้าเนือยนิ่ง
- 4.41) คู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษา ในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19
- 4.42) คู่มือสมัครขอรับรางวัลองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศและองค์กรรอบรู้สุขภาพ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายฯ
- 4.43) แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย ของประชาชน อายุ 60-69 ปี (2562)
- 4.44) แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย ของประชาชน อายุ 19-59 ปี (2562)
- 4.45) แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย ระดับมัธยมศึกษา อายุ 13-18 ปี (2562)
- 4.46) แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย ระดับประถมศึกษา อายุ 7-12 ปี (2562)
- 4.47) แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561-2573
- 4.48) แผนปฏิบัติการการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561-2563
- 4.49) แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี (2555)
- 4.50) แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 4-6 ปี (2555)

สามารถสืบค้นได้จาก <https://www.chopachipa.org/Home/content/commu>

### เหตุผลที่การนำประเด็นความรู้มาใช้

สื่อต่างๆ จัดทำขึ้นเพื่อให้ภาคีเครือข่าย ได้นำไปใช้เป็นเครื่องมือในการขับเคลื่อนงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายในเด็กวัยเรียนและวัยรุ่น ซึ่งประเด็นความรู้ นั้น ประกอบประกอบไปด้วย เรื่องกิจกรรมทางกาย พฤติกรรมเนือยนิ่ง และการนอน โดยมีเนื้อหาที่เข้าใจง่าย เข้าถึงได้ง่าย มีรูปแบบที่หลากหลาย เหมาะแก่การเรียนรูู้ และส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนวัยรุ่นได้นำไปใช้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพตนเองเบื้องต้น ส่งผลให้เด็กไทยมีภาวะสูงดีสมส่วน แข็งแรงต่อไป