

**มาตรการที่สอดคล้องกับข้อมูล และความรู้ เพื่อส่งเสริมสุขภาพ
พฤติกรรมที่พึงประสงค์และความรอบรู้ด้านสุขภาพเด็กวัยเรียนวัยรุ่น
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2564 (รอบ 5 เดือนหลัง)**

ดร.นภัสพงษ ศุภะพิชน์ และคณะ
กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรมทางกายวัยเรียนและวัยรุ่น

1. เป้าประสงค์

เด็กวัยเรียนและวัยรุ่นอายุ 5 -17 ปี มีความฉลาดรู้ทางการเคลื่อนไหว (Physical Literacy : PL) มีกิจกรรมทางกาย (Physical Activity : PA) มีสมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness : PF) และการนอนหลับพักผ่อน (Sleep : S) ที่เหมาะสมและเพียงพอ ส่งผลต่อการเจริญเติบโตเต็มศักยภาพ สูง สมส่วน แข็งแรง ฉลาด มีอารมณ์ดีและมั่นคง มีสุขภาพพร้อมที่จะเฝ้าระวังสุขภาพตนเอง ตลอดจนถ่ายทอดสู่เพื่อนและครอบครัว ในยุควิถีชีวิตใหม่

2. เป้าหมายและตัวชี้วัดผลลัพธ์

2.1 เป้าหมาย

- 1) เด็กวัยเรียนและวัยรุ่นอายุ 5 -17 ปี มีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอและเหมาะสม วันละ 60 นาทีทุกวัน (สะสมต่อเนื่อง 10 นาทีขึ้นไป)
- 2) เด็กวัยเรียนนอนหลับสนิท วันละ 9 - 11 ชั่วโมง
- 3) เด็กวัยรุ่นนอนหลับสนิท วันละ 8 - 10 ชั่วโมง

2.2 ตัวชี้วัดผลลัพธ์

- 1) ร้อยละ 66 ของเด็กอายุ 6 -14 ปี สูงดีสมส่วน
- 2) เด็กอ้วนน้อยกว่าร้อยละ 10
- 3) ร้อยละ 30 ของเด็กวัยเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ด้านกิจกรรมทางกายและการนอนหลับ

***** 3. หลักการและเหตุผลในการกำหนดแนวทางการขับเคลื่อนงาน/การกำหนดมาตรการ/ประเด็นความรู้**

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข มีบทบาทหลักในการอภิบาลระบบส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมของประเทศรองรับแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี ด้านสาธารณสุข (พ.ศ.2561 – 2580) และแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560 – 2564) ได้กำหนดยุทธศาสตร์การส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้แข็งแรงและฉลาด ส่งเสริมพฤติกรรมอนามัยการเจริญพันธุ์ที่เหมาะสมสำหรับวัยรุ่น มีการประสานการมีส่วนร่วมทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพควบคู่ไปกับการศึกษาอย่างต่อเนื่อง แต่ภาวะทุพโภชนาการในเด็กไทยยังเป็นปัญหาสำคัญ ประเทศไทยกำลังเผชิญกับปัญหาเด็กอ้วนที่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น โดยศูนย์เฝ้าระวังและเตือนภัยพฤติกรรมสุขภาพ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ พบว่า ในระยะเวลา 5 ปีที่ผ่านมา (พ.ศ. 2559-2563) มีเด็กอ้วนเพิ่มขึ้นปีละ 4 ล้านคน (ศิรินาถ เทียนทอง, อรรถยา ลิ้มวัฒนาอึ้งยง และวัลย์พร พัชรนฤมล, 2561) สอดคล้องกับสถานการณ์ภาวะโภชนาการของเด็กไทยในฐานข้อมูลกระทรวงสาธารณสุข (HDC, วันที่ 7 พฤศจิกายน 2563) พบเด็กอ้วนสูงกว่าค่าเป้าหมายที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนดไว้ (ไม่เกินร้อยละ 10) และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง (ร้อยละ 12.4, 11.1, 11.8, 13.6, 12.78 ตามลำดับ) รวมไปถึง เด็กสูงดี สมส่วน ยังต่ำกว่าค่าเป้าหมาย (ร้อยละ 66) และมีแนวโน้มลดลงอย่างต่อเนื่อง (ร้อยละ 63.2, 65.2, 65.5, 62.44, 65.2 ตามลำดับ) และเด็กเตี้ยสูงกว่า

ค่าเป้าหมาย (ร้อยละ 5) อย่างต่อเนื่อง (ร้อยละ 5.9, 5.1, 5.7, 8.9, 5.9) ในด้านพฤติกรรมสุขภาพจากการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยครั้งที่ 5 (สุขภาพเด็ก) ในปี พ.ศ. 2558 พบว่า ด้านพฤติกรรมการออกกำลังกาย ด้านเข้าเรียนวิชาพลศึกษา และด้านพฤติกรรมนั่งนาน พบว่า นักเรียนใช้เวลา 3 ชั่วโมงต่อวันหรือมากกว่านั้น ในการนั่งดูโทรทัศน์ นั่งเล่นเกมคอมพิวเตอร์ คุยกับเพื่อน นั่งอ่านหนังสือหรือนั่งคุยโทรศัพท์มากถึงร้อยละ 56.3 รองลงมาคือไม่ได้เดินหรือขี่จักรยานไปและกลับระหว่างบ้านกับสถานศึกษาระหว่าง 7 วันที่ผ่านมาร้อยละ 51.7 และยังพบการทำกิจกรรมการออกกำลังกายที่รวมแล้วไม่น้อยกว่า 60 นาทีต่อวัน ในระดับต่ำคือ ร้อยละ 20 เท่านั้น (วิชัย เอกพลากร, 2557) สอดคล้องกับการสำรวจระดับกิจกรรมทางกายในประชากรไทย สถาบันวิจัยประชากรและสังคมมหาวิทยาลัยมหิดล ระหว่างปีพ.ศ. 2559-2563 พบว่า เด็กอายุ 5-17 ปีมีกิจกรรมทางกายเพียงพอที่น้อยที่สุดเพียงร้อยละ 26.4, 25.3, 26.2 24.4 และ 17.1 ตามลำดับ และในขณะที่พฤติกรรมเนือยนิ่งสูงขึ้นถึง 14 ชั่วโมงต่อวัน (ร้อยละ 13.14, 13.29, 14.16, 14.11 และ 14.08) (โครงการพัฒนาระบบเฝ้าระวังติดตามพฤติกรรมด้านกิจกรรมทางกายของประชากรไทยปี 2555-2563 ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย : TPAK)

การสร้างเสริมสุขภาพเด็กและเยาวชนไทยให้มีทักษะการดำเนินชีวิต ในยุควิถีชีวิตใหม่ (New Normal) ทั้งการพัฒนาทักษะที่จำเป็นตามช่วงวัย และกระตุ้นการเรียนรู้ การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และสังคม ตลอดจนการเสริมสร้างความแข็งแรงหรือสมรรถภาพทางกาย และการป้องกันภาวะทุพโภชนาการ (อ้วน ผอม เตี้ย) ส่งเสริมเจริญเติบโตเต็มศักยภาพ สูง สมส่วน แข็งแรง ฉลาด พร้อมเผชิญกับวิถีชีวิตใหม่ จึงมีความจำเป็นต้องเร่งสร้างความฉลาดรู้ทางการเคลื่อนไหว (Physical Literacy) และส่งเสริมให้เพิ่มกิจกรรมทางกาย (Physical Activity) ควบคู่ไปกับการกินอาหารและการนอนหลับพักผ่อน ที่เหมาะสมและเพียงพอ และปฏิบัติให้สอดคล้องกับ 6 มาตรการหลักป้องกันโรคโควิด-19 ในสถานศึกษา อันประกอบด้วย การคัดกรองวัดไข้และอาการเสี่ยงก่อนเข้าสถานศึกษา การรณรงค์ส่งเสริมให้สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลา จัดจุดล้างมือหรือเจลแอลกอฮอล์อย่างเพียงพอ จัดระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย 1-2 เมตร ทำความสะอาดห้องเรียน/พื้นผิวสัมผัสร่วม เปิดหน้าต่างประตู ระบายอากาศ และไม่จัดกิจกรรมรวมกลุ่มคนจำนวนมาก เหลื่อมเวลา ลดเวลาทำกิจกรรม

การส่งเสริมกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กในยุควิถีชีวิตใหม่ ควรมุ่งเน้นให้เด็กสามารถทำกิจกรรมทางกายให้หลากหลายบริบท ทั้ง**กิจกรรมทางกายในการศึกษา** งานบ้าน/กิจกรรมในครัวเรือน การทำงานเกษตรกรรม การเพาะปลูก และเก็บเกี่ยว หรือการประมง เป็นต้น รวมทั้ง**กิจกรรมทางกายในการเดินทาง**จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง ด้วยการเดิน หรือปั่นจักรยานเพื่อการสัญจร เช่น การเดินทางไปโรงเรียน การเดินทางเพื่อไปจับจ่ายใช้สอย/ซื้อเครื่องใช้ต่าง ๆ ไปตลาด ไปทำบุญ หรือไปศาสนสถาน เป็นต้น และ**กิจกรรมทางกายเพื่อนันทนาการ**หรือกิจกรรมยามว่าง เช่น การออกกำลังกาย และเล่นกีฬาประเภทต่างๆ การเล่นฟิตเนส การเต้นรำ และกิจกรรมนันทนาการ/กิจกรรมยามว่างเพื่อความผ่อนคลายที่ปฏิบัติในเวลาว่างจากการทำงาน โดยทำให้รู้สึกเหนื่อย หรือหอบ สะสมอย่างน้อย 60 นาทีต่อวันทุกวัน และพัฒนาความแข็งแรงกล้ามเนื้ออย่างน้อย 3 วัน/สัปดาห์ รวมไปถึงเสริมสร้างความยืดหยุ่นเอ็นกล้ามเนื้อและข้อต่อทุกวัน

ปัจจุบัน กรมอนามัยดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายเด็กวัยเรียนวัยรุ่น ภายใต้โครงการ “ChOPA & ChiPA Game มาตั้งแต่ปีงบประมาณ 2559 ภายใต้แนวคิดสำคัญ คือ การส่งเสริมให้เด็กเพิ่มกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมและเพียงพอ (เด็กจะต้องกระโดด โดดเด่น เคลื่อนไหวร่างกายจนได้รับความรู้สึกเหนื่อยหรือหอบ) ครูผู้ฝึกหรือผู้เกี่ยวข้อง ต้องทำให้เด็กประสบความสำเร็จ ใน 3 ประเด็น คือ ทำให้เด็กได้รับความสนุกสนาน (FUN) กิจกรรมมีความท้าทาย (Challenge) และไม่บังคับ โดยให้ทำกิจกรรมทางกายร่วมกับเพื่อนๆ ไม่แบ่งเด็กอ้วน ผอม เตี้ยออกจากกัน เป้าประสงค์ของโครงการมุ่งสู่การแก้ปัญหาสุขภาพโดยเฉพาะการลดปัญหาโรคอ้วนในวัยเด็ก รวมทั้งลดปัญหาภาวะทุพโภชนาการอื่น ๆ ด้วย (เตี้ย ผอม) กิจกรรมในโครงการช่วยให้บรรลุเป้าประสงค์ดังกล่าว

จนประสบความสำเร็จสูงสุดในปีงบประมาณ 2561 ที่ได้รับรางวัลประกาศเกียรติคุณระดับประเทศ จำนวน 3 รางวัล ประกอบด้วย รางวัลเลิศรัฐ สาขาบริการภาครัฐ ประเภทนวัตกรรมบริการ ระดับดีเด่น รางวัลนวัตกรรมและสิ่งประดิษฐ์ สาขากการส่งเสริมสุขภาพทุกกลุ่มวัยและอนามัยสิ่งแวดล้อม และรางวัล Like Talk Award ตอน DoH Innovation นอกจากนี้ยังได้รับเกียรติจากองค์การช่วยเหลือเด็กนานาชาติ (Save the Children International) ประจำประเทศไทยได้มาศึกษาดูงาน ChOPA & ChiPA Game ณ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ในปีงบประมาณ 2562 ที่ผ่านมามาผลงานนี้ได้รับการคัดเลือกส่งเข้าประกวดระดับโลก รางวัล UNPSA : United Nations Public Service Awards 2019 สาขา “การให้บริการที่ครอบคลุมและเท่าเทียม โดยไม่ทิ้งใครไว้เบื้องหลัง และได้รับการรับรองให้เป็น Product Champion ของกรมอนามัยที่ช่วยตอบโจทย์การพัฒนาคุณภาพการบริหารจัดการภาครัฐสู่ระบบราชการ 4.0 มิติที่ 2 ระบบราชการที่ยึดประชาชนเป็นศูนย์กลาง

ตลอดระยะเวลา 5 ปีที่ผ่านมา (พ.ศ.2559-2563) มีโรงเรียนและหน่วยงานเข้าร่วมโครงการทั้งในเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณหลายแห่งดำเนินการจนเกิดผลเชิงประจักษ์ สามารถเป็นต้นแบบ เป็นแหล่งศึกษาดูงานให้กับหน่วยงานอื่นๆ ได้เกิดองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ระหว่างปี พ.ศ.2560-2564 (3, 28, 30, 46 และ 73 แห่งตามลำดับ) และในปี พ.ศ.2561-2564 มีการพัฒนาต่อยอดเป็นองค์กรรอบรู้สุขภาพด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี สามารถเผยแพร่ ถ่ายทอดองค์ความรู้ แนวทางปฏิบัติ ในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้กับหน่วยงานอื่น ๆ เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง (3, 4, 11 และ 24 แห่ง ตามลำดับ) ส่งผลให้ปัจจุบันมีองค์กรต้นแบบและองค์กรรอบรู้ ครอบคลุมทั่วทุกภูมิภาคในประเทศไทย จำนวน 222 แห่ง

ทั้งนี้ ในปีงบประมาณ 2564 ผลการดำเนินงานรอบ 5 เดือนแรก พบว่า มีโรงเรียนและหน่วยงานสมัครเข้าร่วมยกระดับเป็นต้นแบบองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดีจำนวน 73 แห่ง และสมัครเข้าร่วมยกระดับเป็นต้นแบบองค์กรรอบรู้สุขภาพด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดีจำนวน 24 แห่ง ในการวิเคราะห์สภาพแวดล้อมภายนอกและภายในขององค์กร ณ เวลาปัจจุบัน จะเป็นเครื่องมือที่ช่วยให้อำนาจจุดแข็งและจุดอ่อนจากสภาพแวดล้อมภายในโอกาสและอุปสรรคจากสภาพแวดล้อมภายนอก ที่มีผลต่อการดำเนินงาน เพื่อกำหนดตามมาตรการสำคัญ ประเด็นความรู้ และกำหนดกลยุทธ์/แนวทางการดำเนินงานที่เหมาะสมดังนี้

➤ จุดแข็ง (Strengths)

1) มีนวัตกรรมบริการ ChOPA & ChiPA Game ที่ได้รับรางวัลระดับประเทศ ได้แก่ รางวัลเลิศรัฐ สาขาบริการภาครัฐ ระดับดีเด่น รางวัลนวัตกรรมและสิ่งประดิษฐ์ สาขากการส่งเสริมสุขภาพทุกกลุ่มวัยและอนามัยสิ่งแวดล้อม และรางวัล Like Talk Award ตอน DoH Innovation และได้รับการรับรองให้เป็น Product Champion ของกรมอนามัย

2) มีการนำองค์ความรู้ วิจัยมาพัฒนาเป็นเครื่องมือเฝ้าระวังและติดตามประเมินผลด้านความฉลาดทางการเคลื่อนไหว

3) มีภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐ (ศูนย์อนามัย ทั้ง 13 เขต/สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด/สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ/โรงพยาบาล ฯลฯ) เอกชนและประชาชนโดยมีชมรม ChOPA & ChiPA Game ประเทศไทยร่วมขับเคลื่อนภารกิจ

4) มีศูนย์อนามัย (13 ศูนย์ทั่วประเทศ) ที่สามารถเสริมสร้างความเข้มแข็ง เสริมสร้างแรงทางบวกตลอดจน กำกับ ติดตาม ให้กับทีมงานและภาคีเครือข่าย สู่การเพิ่มความสามารถในการขับเคลื่อนงาน การขยายผล และการสร้างความยั่งยืน

5) มีแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561-2573

➤ จุดอ่อน (Weaknesses)

1) มีการเปลี่ยนแปลงบุคลากรผู้รับผิดชอบงานขับเคลื่อนงานส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (บุคลากรใหม่) ส่งผลให้ผู้รับผิดชอบงานปัจจุบันขาดความรู้ความเข้าใจกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ขาดทักษะสร้างแรงจูงใจให้เด็กเข้าร่วมทำกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่อง ขาดความเข้าใจในการยกระดับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายสู่การแก้ไขปัญหาภาวะทุพโภชนาการเป็นองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศและองค์กรรอบรู้สุขภาพ

➤ โอกาส (Opportunities)

1) มีสถานศึกษาและหน่วยงานที่ได้รับรางวัลด้านกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี ประกอบด้วย Best Practice จำนวน 180 แห่งและ HLO จำนวน 42 แห่ง ที่สามารถแก่ผู้อื่นได้ รวม 222 แห่ง ทั่วประเทศ ที่สามารถเป็นแหล่งเรียนรู้และผลักดันให้โรงเรียนทั่วประเทศ ดำเนินงานยกระดับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายสู่การแก้ไขปัญหาภาวะทุพโภชนาการเป็นองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศและองค์กรรอบรู้สุขภาพ

2) มีเทคโนโลยีที่สามารถเพิ่มช่องทางการสื่อสาร และเผยแพร่องค์ความรู้การส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อจัดการ โรคอ้วนในเด็กไทยยุควิถีชีวิตใหม่ที่ทันสมัย ตัวอย่างเช่น สื่อออนไลน์ แอปพลิเคชัน เป็นต้น

3) องค์ความรู้ งานวิจัยและนวัตกรรมด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายจากต่างประเทศมีความหลากหลายและทันสมัยและสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในประเทศไทยได้

4) มีกระแสการมีกิจกรรมทางกายจากบุคคลที่มีชื่อเสียง ตัวอย่าง เช่น ผู้นำ ดารา แอปพลิเคชัน เป็นต้น

➤ อุปสรรค (Threats)

1) สถานการณ์แพร่ระบาดของ โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด 19 (Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)) ระลอกที่ 3

- การเพิ่มระยะห่างทางสังคม ทำให้เด็กไม่สามารถออกมากระโดด โลด เต้น เล่นสนุกกับเพื่อนและไม่สามารถออกมาใช้พื้นที่สาธารณะที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายได้

- การปิดสถานศึกษา ส่งผลให้ไม่สามารถขับเคลื่อนงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาได้อย่างต่อเนื่อง

2) สถานการณ์ฝุ่น PM 2.5 ส่งผลให้ไม่สามารถมีกิจกรรมทางกายกลางแจ้งได้

3) มีเทคโนโลยีอำนวยความสะดวกในการใช้ชีวิตประจำวันส่งผลให้มีพฤติกรรมเนือยนิ่งเพิ่มขึ้น

4) สถานศึกษามีครูที่สำเร็จการศึกษาสาขาพลศึกษาเพียง ร้อยละ 60

5) เด็กวัยเรียนและวัยรุ่นยังขาดความตระหนักถึงผลเสียต่อสุขภาพจากการมีพฤติกรรมเนือยนิ่ง

ในปีงบประมาณ 2564 นี้ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ จึงได้วางแผนดำเนินการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อการจัดการโรคอ้วนในเด็กไทยยุควิถีชีวิตใหม่ โดยกลยุทธ์ PIRAB ประกอบด้วย P : ประสานภาคีร่วมขับเคลื่อนภารกิจ ให้ความสำคัญกับการมีส่วนร่วมระหว่างโรงเรียน ชุมชน และท้องถิ่น และภาคประชาชนด้วย I : วิเคราะห์และออกแบบระบบงานด้วย AIM มุ่งเน้นพัฒนาโรงเรียน และองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศและองค์กรรอบรู้สุขภาพ ซึ่งเป็นการดำเนินงานเชิงคุณภาพ ควบคู่ไปกับเชิงปริมาณ R : กำกับติดตามแบบมีส่วนร่วมและบูรณาการ ร่วมกับการเสริมแรงทางบวก A : บูรณาการการสื่อสารรณรงค์และเผยแพร่องค์ความรู้การส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อจัดการโรคอ้วนในเด็กไทยยุควิถีชีวิตใหม่ B : เสริมสร้างความเข้มแข็งทีมงานและภาคีเครือข่าย สู่การเพิ่มความสามารถในการขยายผล และความยั่งยืน เพื่อนำไปสู่การพัฒนาวิธีการดำเนินงานให้เด็กและเยาวชน โดยการแลกเปลี่ยน เรียนรู้และพัฒนาศักยภาพและสร้างแนวทางสู่ความยั่งยืนในการจัดการโรคอ้วนในเด็กไทยยุควิถีชีวิตใหม่ ให้ได้รับการพัฒนาด้านการส่งเสริมสุขภาพ การเล่นตามวัย และอนามัยสิ่งแวดล้อม มีกิจกรรมทางกายเพียงพอ ลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง พฤติกรรมติดจอ มีการเจริญเติบโตเต็มศักยภาพ มีร่างกายแข็งแรง IQ EQ ดี มีสุขภาพะ มีทักษะการใช้ชีวิต ทักษะ

สุขภาพ รู้เท่าทันสื่อออนไลน์ รู้เท่าทันเกมทุกชนิด พร้อมทั้งจะเฝ้าระวังสุขภาพของตน ให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ มีความปลอดภัยและนำไปประยุกต์ให้เกิดประโยชน์แก่ตนเอง เพื่อน และครอบครัว รวมทั้งเป็นการเพิ่มความรู้อ ความสามารถ ประสบการณ์ แนวทางในการวางแผนและการพัฒนาโครงการให้มีผลสัมฤทธิ์ที่ดีในการจัดการปัญหาโรคอ้วนในเด็กทั้งในเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ อีกทั้งยังเป็นการลดปัญหาโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non-Communicable diseases : NCDs) นำไปสู่การพัฒนาประเทศอย่างเข้มแข็งต่อไปในอนาคต สอดคล้องกับเป้าหมายของการพัฒนาที่ยั่งยืน (SDGs) เป้าหมายที่ 3 “การมีสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี” เป้าประสงค์ยุทธศาสตร์ชาติ ด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ “คนไทยเป็นคนดี คนเก่ง มีคุณภาพพร้อมสำหรับวิถีชีวิตในศตวรรษที่ 21 และสังคมไทยมีสภาพแวดล้อมที่เอื้อและสนับสนุนต่อการพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต” เป้าประสงค์ยุทธศาสตร์ส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคเป็นเลิศ เพื่อประชาชนทุกกลุ่มวัยมีสุขภาพที่ดีในแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี กระทรวงสาธารณสุข และแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ.2561-2573 ร้อยละ 40 ของเด็กอายุ 7-14 ปี มีกิจกรรมทางกายเพียงพอ อันจะเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญที่จะช่วยเหลือนักเรียนไทยให้มีระดับสติปัญญาเฉลี่ยไม่ต่ำกว่า 100 และร้อยละ 66 ของเด็กอายุ 6-14 ปี สูงดีสมส่วน ร้อยละ 66 และมีภาวะอ้วนและเริ่มอ้วนไม่เกินร้อยละ 10 ต่อไป

4. วัตถุประสงค์

- 1) ส่งเสริมให้เด็กไทยมีความฉลาดรู้ทางการเคลื่อนไหว ส่งเสริมพัฒนาตนเองให้ สูง สมส่วน แข็งแรง และฉลาด มีสุขภาพดี พร้อมทั้งจะเฝ้าระวังสุขภาพของตน ให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ และนำไปประยุกต์ให้เกิดประโยชน์ต่อเพื่อนและครอบครัวในยุควิถีชีวิตใหม่
- 2) สร้างเสริมศักยภาพบุคลากรให้มีความฉลาดรู้ทางการเคลื่อนไหว (Physical Literacy) ในการขับเคลื่อนงานส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อาหารและการนอนหลับสู่การจัดการโรคอ้วนในเด็กไทยยุควิถีชีวิตใหม่
- 3) แสวงหาความร่วมมือและเสริมพลังให้กับภาคีเครือข่าย ในการขับเคลื่อนงานส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อาหารและการนอนหลับเพื่อการจัดการโรคอ้วนในเด็กไทยยุควิถีชีวิตใหม่
- 4) รมรงค์สร้างกระแสการทำกิจกรรมทางกาย และการนอนหลับที่เหมาะสมและเพียงพอในยุควิถีชีวิตใหม่

นิยามคำศัพท์

PA หมายถึง กิจกรรมทางกายหรือการเคลื่อนไหวร่างกาย (Physical activity)

HLO หมายถึง องค์กรรอบรู้สุขภาพ (Health Literate Organization: HLO)

BP หมายถึง องค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice) ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี

5. กรอบแนวคิด (House Model)

ผังสรุปแนวทางดำเนินงาน	
โครงการ “กระโดดโลดเต้น เล่นเปลี่ยนร่าง วิถีชีวิตใหม่” (ChOPA & ChiPA Game : New Normal)	
เป้าหมาย/ตัวชี้วัด	1) ร้อยละ 66 ของเด็กอายุ 6 -14 ปี สูงดีสมส่วน 2) เด็กอ้วนน้อยกว่าร้อยละ 10 3) ร้อยละ 30 ของเด็กวัยเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ด้านกิจกรรมทางกายและการนอนหลับ

กลุ่มเป้าหมาย 1) ผู้รับผิดชอบงานกิจกรรมทางกาย งานเด็กอ่อน งานสุขภาพอนามัยเด็กและเยาวชน ในถิ่นทุรกันดาร (กพด.) และผู้สนใจ 2) โรงเรียน โรงพยาบาล และหน่วยงานที่สมัครเข้าร่วมกิจกรรม 3) ศูนย์อนามัย สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดและหน่วยงาน/โรงเรียน และผู้สนใจ					
กลยุทธ์	Partnership: P	Invest: I	Regulate: R	Advocate: A	Capacity Building: B
	1. สร้างความร่วมมือกับภาคีเครือข่าย ส่งเสริมและสนับสนุน	2. พัฒนามาตรฐานและขยายนวัตกรรม	3. พัฒนาระบบเฝ้าระวังสารสนเทศและติดตามประเมินผล	4. สร้างกระแสสื่อสารประชาสัมพันธ์สู่การขับเคลื่อนงาน	5. เสริมสร้างสมรรถนะภาคีเครือข่าย
***** มาตรการ	ประสานภาคีร่วมขับเคลื่อนภารกิจส่งเสริมกิจกรรมทางกาย สุขภาพวัยเรียนวัยรุ่นให้ต่อเนื่องและยั่งยืน	ผลักดันและขับเคลื่อนให้โรงเรียนยกระดับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย และแก้ไขปัญหาภาวะทุพโภชนาการเป็นองค์กรที่มีวิถีปฏิบัติเป็นเลิศและองค์กรรอบรู้สุขภาพ	กำกับติดตามแบบมีส่วนร่วมและบูรณาการร่วมกับการเสริมแรงทางบวก	บูรณาการสื่อสารรณรงค์และเผยแพร่องค์ความรู้การส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อจัดการโรคอ้วนในเด็กไทยยุควิถีชีวิตใหม่ ในวันเด็ก วันเด็กนมโลก และวันสำคัญต่างๆ	เสริมสร้างความเข้มแข็งทีมงานและภาคีเครือข่ายสู่การเพิ่มความสามารถในการขับเคลื่อนงานและความยั่งยืน
กิจกรรมสำคัญ	1. บูรณาการในกิจกรรมจัดประชุมเชิงปฏิบัติการ “พัฒนาศักยภาพบุคลากร ChOPA & ChiPA Coach” 2. จัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ด้านการส่งเสริม	1. รับสมัครองค์กรที่มีวิถีปฏิบัติเป็นเลิศและองค์กรรอบรู้สุขภาพด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เพื่อเด็กไทยสูงสมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี	1. ติดตามและประเมินองค์กรที่มีวิถีปฏิบัติเป็นเลิศและองค์กรรอบรู้สุขภาพด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เพื่อเด็กไทยสูงสมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี 2. บูรณาการในกิจกรรมติดตามการดำเนินงาน	1. บูรณาการในกิจกรรมวันเด็กและวันเด็กนมโลก 2. จัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อาหาร และการนอนหลับเพื่อการจัดการโรคอ้วนในเด็กไทยยุค	1. จัดประชุมเชิงปฏิบัติการ “พัฒนาศักยภาพบุคลากร ChOPA & ChiPA Coach” 2. ลงพื้นที่เยี่ยมเสริมพลังองค์กรที่มีวิถีปฏิบัติเป็นเลิศและองค์กรรอบรู้สุขภาพ

	กิจกรรมทางกาย อาหาร และการนอนหลับเพื่อการจัดการโรคอ้วนในเด็กไทยยุควิถีชีวิตใหม่อย่างยั่งยืน		การส่งเสริมสุขภาพเด็กวัยเรียนวัยรุ่นไทยยุควิถีชีวิตใหม่เชิงรุก	วิถีชีวิตใหม่อย่างยั่งยืน	ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เพื่อเด็กไทยสูงสมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี 3.จัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อาหาร และการนอนหลับเพื่อการจัดการโรคอ้วนในเด็กไทยยุควิถีชีวิตใหม่อย่างยั่งยืน
ระดับความสำเร็จ	กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ	ศูนย์อนามัย/สสม.	สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด		
	ไตรมาส 1-2 (6 เดือนแรก)				
	1) จำนวนผู้เข้าร่วมประชุมเชิงปฏิบัติการ หลักสูตร ChOPA & ChiPA Coach” (50 คน) 2) แนวทางการสื่อสารรณรงค์การส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการนอนหลับ (1 รูปแบบ) 3) จำนวนครั้งในการติดตามประเมินองค์กร HLO/BP ด้าน PA (4 ครั้ง)	1) บุคลากรได้รับการพัฒนาความรู้และทักษะ หลักสูตร ChOPA & ChiPA Coach” (1-2 คน) 2) มีแนวทางที่ใช้การสื่อสารรณรงค์การส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการนอนหลับ (1 รูปแบบ) 3) จำนวนครั้งในการติดตามประเมินองค์กร HLO/BP ด้าน PA (1 ครั้ง)	1) มีแนวทางในการยกระดับโรงเรียนในพื้นที่รับผิดชอบให้เป็นองค์กร HLO/BP ด้าน PA (1 รูปแบบ) 2) มีแนวทางที่ใช้การสื่อสารรณรงค์การส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการนอนหลับ (1 รูปแบบ) 3) จำนวนครั้งในการติดตาม ประเมินองค์กร HLO/BP ด้าน PA (1 ครั้ง)		

ไตรมาส 3-4 (6 เดือนหลัง)		
<p>1) จำนวนองค์กร HLO/BP ด้าน PA (7/40 แห่ง)</p> <p>2) จำนวนครั้งในการจัดกิจกรรม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อาหาร และการนอนหลับเพื่อการจัดการโรคอ้วนในเด็กไทยยุควิถีชีวิตใหม่อย่างยั่งยืน (45/4 (คน/ครั้ง)*</p> <p>หมายเหตุ</p> <p>* จำนวนครั้งในการจัดกิจกรรมอาจมีการเปลี่ยนตามความเหมาะสม ตามมาตรการที่ ศบค. กำหนดเรื่องจำนวนคนในการเข้าร่วมกิจกรรม เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ระลอก 3</p> <p>3) จำนวนรูปแบบสื่อมัลติมีเดีย และการจัดการความรู้ การส่งเสริมกิจกรรมทางกายวัยเรียน และวัยรุ่น (6 รูปแบบ)</p> <p>4) ข้อเสนอ/นโยบาย/มาตรการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการนอนหลับ 1 รูปแบบ</p>	<p>1) มีจำนวนองค์กร HLO/BP ด้าน PA (1/1 แห่ง)</p> <p>2) จำนวนครั้งในการร่วมจัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อาหาร และการนอนหลับเพื่อการจัดการโรคอ้วนในเด็กไทยยุควิถีชีวิตใหม่อย่างยั่งยืน (1 ครั้ง)*</p> <p>หมายเหตุ</p> <p>* จำนวนครั้งในการจัดกิจกรรมอาจมีการเปลี่ยนตามความเหมาะสม ตามมาตรการที่ ศบค. กำหนดเรื่องจำนวนคนในการเข้าร่วมกิจกรรม เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ระลอก 3</p> <p>3) จำนวนรูปแบบสื่อมัลติมีเดียและการจัดการความรู้ การส่งเสริมกิจกรรมทางกายวัยเรียน และวัยรุ่น ในระดับเขตสุขภาพ (1 รูปแบบ)</p> <p>4) ข้อเสนอ/นโยบาย/มาตรการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการนอนหลับ ในระดับเขตสุขภาพ (1 รูปแบบ)</p>	<p>1) มีโรงเรียน/หน่วยงานในพื้นที่รับผิดชอบ ได้เป็นองค์กรต้นแบบด้าน PA (1 แห่ง)</p> <p>2) จำนวนครั้งในการเข้าร่วมกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อาหาร และการนอนหลับเพื่อการจัดการโรคอ้วนในเด็กไทยยุควิถีชีวิตใหม่อย่างยั่งยืน (1 ครั้ง)*</p> <p>หมายเหตุ</p> <p>* จำนวนครั้งในการจัดกิจกรรมอาจมีการเปลี่ยนตามความเหมาะสม ตามมาตรการที่ ศบค. กำหนดเรื่องจำนวนคนในการเข้าร่วมกิจกรรม เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ระลอก 3</p> <p>3) จำนวนรูปแบบสื่อมัลติมีเดียและการจัดการความรู้ การส่งเสริมกิจกรรมทางกายวัยเรียน และวัยรุ่น ในระดับจังหวัด (1 รูปแบบ)</p> <p>4) ข้อเสนอ/นโยบาย/มาตรการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการนอนหลับ ในระดับจังหวัด (1 รูปแบบ)</p>

6. โครงการที่ขับเคลื่อนสู่พื้นที่

โครงการ“กระโดดโลดเต้น เล่นเปลี่ยนร่าง...วิถีชีวิตใหม่” (ChOPA & ChiPA Game : New Normal) ปี 2564

6.1 เป้าหมายและตัวชี้วัดผลผลิต

6.1.1 เป้าหมายโครงการ (Outputs)	จำนวน	หน่วยนับ
- จัดประชุมเชิงปฏิบัติการ“พัฒนาศักยภาพบุคลากร ChOPA & ChiPA Coach”	50	คน
- ติดตามและประเมินองค์การที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศและองค์กรรอบรู้สุขภาพด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เพื่อเด็กไทยสูงสมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี	4	ครั้ง
- จัดประชุมเชิงปฏิบัติการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อการจัดการโรคอ้วนในเด็กไทยยุควิถีชีวิตใหม่อย่างยั่งยืน	150	คน
- จัดทำสื่อมัลติมีเดียและการจัดการความรู้ การส่งเสริมกิจกรรมทางกายวัยเรียนและวัยรุ่น	6	รูปแบบ
6.1.2 ตัวชี้วัดความสำเร็จ: ผลลัพธ์ (Outcomes)	จำนวน	หน่วยนับ
เชิงปริมาณ :		
- เด็กอายุ 6-14 ปี สูงดี สมส่วน	66	ร้อยละ
- เด็กอ้วนน้อยกว่า	10	ร้อยละ
เชิงคุณภาพ :		
- จำนวนองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย	40	แห่ง
- จำนวนองค์กรรอบรู้สุขภาพ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย	7	แห่ง
- ระดับความพึงพอใจในเครื่องมือขับเคลื่อนงาน	80	ร้อยละ
- ระดับความพึงพอใจในการเข้าร่วมแลกเปลี่ยน เรียนรู้	80	ร้อยละ
เชิงเวลา :		
- จัดกิจกรรมในโครงการแล้วเสร็จตามระยะเวลาที่กำหนด (กิจกรรมที่ 1-4)	4	หน่วยนับ

6.2 กลุ่มเป้าหมายที่สำคัญ

กิจกรรมที่	กลุ่มเป้าหมาย	ผู้ร่วมดำเนินการ
1. จัดประชุมเชิงปฏิบัติการพัฒนาศักยภาพบุคลากร หลักสูตร ChOPA & ChiPA Coach”	ผู้รับผิดชอบงานกิจกรรมทางกาย งานเด็กอ้วน และสุขภาพอนามัย เด็กและเยาวชนในถิ่นทุรกันดาร (กพด.) ของศูนย์อนามัย	บุคลากรผู้รับผิดชอบงาน กิจกรรมทางกายของศูนย์ อนามัย, คณะกรรมการ คลัสเตอร์วัยเรียนวัยรุ่นฯ
2. ลงพื้นที่เยี่ยมเสริมพลัง ติดตามและ ประเมินองค์การที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศและ องค์กรรอบรู้สุขภาพด้านการส่งเสริมกิจกรรม ทางกาย ฯ	โรงเรียน โรงพยาบาล สำนักงาน สาธารณสุขจังหวัด สำนักงาน สาธารณสุขอำเภอ และหน่วยงาน ที่สมัครเข้าร่วมกิจกรรม	บุคลากรผู้รับผิดชอบงาน กิจกรรมทางกายของศูนย์ อนามัย และสำนักงาน สาธารณสุขจังหวัด
3. จัดประชุมเชิงปฏิบัติการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อการ จัดการโรคอ้วนในเด็กไทยยุควิถีชีวิตใหม่ อย่างยั่งยืน	ผู้รับผิดชอบงานกิจกรรมทางกาย ศูนย์อนามัย สำนักงาน สาธารณสุขจังหวัดและ หน่วยงาน/โรงเรียน ผู้เกี่ยวข้อง และผู้สนใจ	บุคลากรผู้รับผิดชอบงาน กิจกรรมทางกายของศูนย์ อนามัย, คณะกรรมการ คลัสเตอร์วัยเรียนวัยรุ่นฯ

กิจกรรมที่	กลุ่มเป้าหมาย	ผู้ร่วมดำเนินการ
4. จัดทำสื่อมัลติมีเดียและการจัดการความรู้ การส่งเสริมกิจกรรมทางกายวัยเรียนและวัยรุ่น	ศูนย์อนามัย สำนักงาน สาธารณสุขจังหวัดและหน่วยงาน/โรงเรียน ผู้เกี่ยวข้องและผู้สนใจ	บุคลากรผู้รับผิดชอบงานกิจกรรมทางกายของศูนย์อนามัย, คณะกรรมการคัลส์เตอร์วัยเรียนวัยรุ่นฯ

6.3 มาตรการสำคัญ

- 1) ประสานภาคีร่วมขับเคลื่อนภารกิจส่งเสริมกิจกรรมทางกายสุขภาพวัยเรียนวัยรุ่นให้ต่อเนื่องและยั่งยืน
- 2) ผลักดันและขับเคลื่อนให้โรงเรียนยกระดับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายสู่การแก้ไขปัญหาภาวะทุพโภชนาการเป็นองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศและองค์กรรอบรู้สุขภาพ
- 3) กำกับติดตามแบบมีส่วนร่วมและบูรณาการ ร่วมกับการเสริมแรงทางบวก
- 4) บูรณาการสื่อสารรณรงค์และเผยแพร่องค์ความรู้การส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อจัดการโรคอ้วนในเด็กไทยยุควิถีชีวิตใหม่
- 5) เสริมสร้างความเข้มแข็งทีมงานและภาคีเครือข่าย สู่การเพิ่มความสามารถในการขับเคลื่อนงาน การขยายผล และการสร้างความยั่งยืน

ทั้งนี้ มาตรการทั้ง 5 จะต้องมีการดำเนินการภายใต้สถานการณ์ตามประกาศมาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อโรคไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) อย่างเคร่งครัด

** 6.4 แนวทางการดำเนินงานระดับพื้นที่ โดยใช้กระบวนการส่งเสริมสุขภาพ A2IM ดังนี้

การประเมิน (Assessment: A)	- วิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูลสุขภาพเชิงระบบและสถิติด้านภาวะโภชนาการและกิจกรรมทางกาย ในเด็กวัยเรียนและวัยรุ่นของจังหวัด - ประมวลผลการใช้ทรัพยากร ทั้งด้านทรัพยากรบุคคล และต้นทุนต่าง ๆ
การชี้แนะ (Advocacy: A)	- ส่งต่อผลการวิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูลสุขภาพเชิงระบบและสถิติด้านภาวะโภชนาการและกิจกรรมทางกาย ในเด็กวัยเรียนและวัยรุ่นแก่คณะผู้บริหารและผู้ปฏิบัติตามนโยบาย - จัดทำข้อเสนอ แนวทาง นโยบาย มาตรการตามบริบทของพื้นที่ - ถ่ายทอดนโยบาย แนวทางการส่งเสริมกิจกรรมทางกายสู่การป้องกันและแก้ไขปัญหาภาวะทุพโภชนาการ เพื่อเด็กไทยสูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี ยุควิถีชีวิตใหม่ - ชี้แจง เป็นวิทยากรให้ความรู้ ให้คำปรึกษา ข้อเสนอแนะในการยกระดับองค์กรและโรงเรียนในพื้นที่รับผิดชอบเป็นองค์กร BP รวมทั้งส่งเสริมการดำเนินงานให้เกิดความต่อเนื่อง และขยายผลจนเป็นองค์กร HLO ให้แก่เจ้าหน้าที่ระดับอำเภอ ตำบล
การปฏิบัติการ ส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม (Intervention: I)	- ผลักดันให้หน่วยงานในสังกัดยกระดับองค์กรและโรงเรียนในพื้นที่รับผิดชอบเป็นองค์กร BP รวมทั้งส่งเสริมการดำเนินงานให้เกิดความต่อเนื่อง และขยายผลจนเป็นองค์กร HLO - พัฒนาศักยภาพด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้แก่เจ้าหน้าที่ระดับอำเภอ ตำบล และภาคีเครือข่าย เช่น หลักสูตร ChOPA & ChiPA Coach
การบริหารจัดการด้วย การอภิบาลระบบ (Management: M) ด้วยกระบวนการ PIBAB	
การสร้างพันธมิตรที่ด้าน	- ประสานการดำเนินงานกับสถานบริการสาธารณสุขและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐ เอกชน ชุมชน เพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายสู่การป้องกันและแก้ไขปัญหาภาวะ

สุขภาพ (Partnership: P)	<p>ทพโภชนาการ (อ้วน เตี้ย ผอม) เพื่อเด็กไทยสูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี ในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ในเขตพื้นที่จังหวัด</p> <p>- ประสานและเผยแพร่โครงการแก่โรงเรียน หน่วยงาน หรือชุมชนอื่น ๆ เพื่อขยายผลการดำเนินงานโดยการผลักดันและยกระดับให้โรงเรียนและหน่วยงานที่เป็นองค์กรรอบรู้สุขภาพ (Health Literate Organization: HLO)</p>
การลงทุน (Investment: I)	<p>- สนับสนุนสื่อ สิ่งพิมพ์ รวมถึงสื่อใหม่ที่มีการพัฒนา/ปรับปรุง แก่กลุ่มประชากรเป้าหมาย ผ่านทางโรงพยาบาลและสำนักงาน สาธารณสุขอำเภอ</p> <p>- ประสานแหล่งเงินทุนเพื่อสนับสนุนการดำเนินงาน (สปสข. สสส. อปท. ฯลฯ)</p> <p>- เป็นวิทยากรให้การสนับสนุนด้านวิชาการในการยกระดับองค์กรและโรงเรียนในพื้นที่รับผิดชอบเป็นองค์กร BP รวมทั้งส่งเสริมการดำเนินงานให้เกิดความต่อเนื่อง และขยายผลจนเป็นองค์กร HLO</p>
(การกำกับ ควบคุม (Regulation : R)	<p>- นิเทศ ติดตามตรวจ ประเมินผลการดำเนินงานการขับเคลื่อนภารกิจส่งเสริมกิจกรรมทางกายสู่การป้องกันและแก้ไขปัญหาลักษณะทพโภชนาการ (อ้วน เตี้ย ผอม) เพื่อเด็กไทยสูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี ยุควิถีชีวิตใหม่</p> <p>- ค้นหา/ติดตาม/กลั่นกรองและร่วมคัดกรองร่วมกับส่วนกลาง โรงเรียน องค์กร เพื่อส่งเข้ารับรางวัลองค์กรรอบรู้สุขภาพ (Health Literate Organization: HLO) และองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice) ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี</p>
การชี้แนะ สร้าง กระแส (Advocate: A)	<p>- บูรณาการการสร้างกระแส ประชาสัมพันธ์/จัดรณรงค์ การส่งเสริมกิจกรรมทางกายสู่การป้องกันและแก้ไขปัญหาลักษณะทพโภชนาการ (อ้วน เตี้ย ผอม) เพื่อเด็กไทยสูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี ในวันเด็ก ยุควิถีชีวิตใหม่ และวันเด็กนมโลก ในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19</p>
การสร้างศักยภาพ (Building capacity: B)	<p>- พัฒนาศักยภาพบุคลากรผู้ร่วมขับเคลื่อนงาน ให้มีความฉลาดรู้ทางการเคลื่อนไหว (Physical Literacy) สามารถดำเนินการขับเคลื่อนภารกิจส่งเสริมกิจกรรมทางกายสู่การป้องกันและแก้ไขปัญหาลักษณะทพโภชนาการ (อ้วน เตี้ย ผอม) เพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี ยุควิถีชีวิตใหม่ และในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19</p>

6.5 การติดตาม ประเมินผลและจัดการความรู้

- 1) นิเทศ ติดตาม คัดกรอง ประเมินผล และจัดการความรู้การส่งเสริมกิจกรรมทางกายสู่การป้องกันและแก้ไขปัญหาลักษณะทพโภชนาการ (อ้วน เตี้ย ผอม) ในเขตพื้นที่ที่รับผิดชอบในรูปแบบออนไลน์
- 2) นิเทศติดตามเสริมพลังร่วมกับศูนย์อนามัย กรมอนามัยในรูปแบบออนไลน์
- 3) วิเคราะห์ผลการดำเนินงาน/จัดทำรายงานสรุปผลการปฏิบัติงาน เพื่อจัดทำข้อเสนอแนะนโยบาย/บทสรุปเสนอผู้บริหารหรือนำไปใช้เป็นแนวทางในการขับเคลื่อนงานเพื่อการพัฒนางานต่อไป
- 4) เข้าร่วมเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อาหารและการนอนหลับ เพื่อการจัดการโรคอ้วนในเด็กไทยยุควิถีชีวิตใหม่อย่างยั่งยืน ภายใต้สถานการณ์ตามประกาศมาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อโรคไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) อย่างเคร่งครัด

7. สิ่งที่กรมอนามัยสนับสนุนการดำเนินงาน

สื่อองค์ความรู้ สื่อประชาสัมพันธ์การส่งเสริมกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กวัยเรียนวัยรุ่น เช่นคู่มือสมัครขอรับรางวัลองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศและองค์กรรอบรู้สุขภาพ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทยสูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี รวมทั้งสื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายรูปแบบอื่น ๆ เช่น โปสเตอร์ แผ่นพับ โปสเตอร์ แผ่นพับ CD เป็นต้น สืบค้นได้จาก <https://www.chopachipa.org/Home/content/commu>

8. เจ้าหน้าที่/หน่วยงาน ประสานงาน

- | | | |
|---------------------------------|-----------------|--------------------|
| 1. ดร.นภัสภกช ศุภะพิชน์ | โทร 02-590-4591 | โทรสาร 02-590-4584 |
| 2. นางสาวภิมณณ์ภู่ พงษ์เกษตรการ | โทร 02-590-4590 | โทรสาร 02-590-4584 |
| 3. นางสาวศิริินญา วัลภา | โทร 02-590-4590 | โทรสาร 02-590-4584 |

หน่วยงาน กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรมทางกายวัยเรียนและวัยรุ่น กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ