



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ...กลุ่มบริหารยุทธศาสตร์...กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ โทร. ๐-๒๕๕๑-๔๕๔๘

ที่...สจ.๐๔๓๗.๐๒/ ๑๓๓...วันที่ ๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๔

เรื่อง...ขอความอนุเคราะห์ส่งหัวข้อเรื่องสำหรับบริหารจัดการประชุมจัดการความรู้ KM เพื่อการพัฒนาองค์กร

เรียน หัวหน้ากลุ่มทุกกลุ่ม

ตามที่กรมอนามัย ได้กำหนดและถ่ายทอดตัวชี้วัดระดับองค์กร คือ ระดับความสำเร็จของการเป็นองค์กรแห่งการเรียนรู้ (Learning Organization) ซึ่งกำหนดให้ทุกหน่วยงานต้องดำเนินการจัดการความรู้ภายในองค์กรและผลักดันองค์กรให้เป็นองค์กรแห่งการเรียนรู้ เน้นความสำคัญของการนำกระบวนการจัดการความรู้มาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาคน พัฒนางาน พัฒนาคุณภาพและประสิทธิภาพ และพัฒนาฐานความรู้ภายในหน่วยงาน เพื่อให้บรรลุเป้าหมายและบังเกิดผลต่อการปฏิบัติด้านพัฒนาองค์กร นั้น

คณะกรรมการพัฒนาและขับเคลื่อนวิชาการ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ และคณะทำงานการดำเนินงานตัวชี้วัด : ระดับความสำเร็จของการเป็นองค์กรแห่งการเรียนรู้ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ จึงขอความอนุเคราะห์ท่าน ส่งหัวข้อเรื่องสำหรับบริหารจัดการประชุมจัดการความรู้ KM เพื่อพัฒนาองค์กร ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕ จำนวน ๒ เรื่อง โดยจัดทำลงในแบบฟอร์มหัวข้อเรื่องสำหรับการจัดการประชุมการจัดการความรู้ KM ที่แนบมาพร้อมนี้ ทั้งนี้ขอให้ส่งข้อมูลกลับไปยังกลุ่มบริหารยุทธศาสตร์ ภายในวันที่ ๑๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๔ นี้ เพื่อประโยชน์ต่อการจัดการความรู้และผลักดันองค์กรสู่องค์กรแห่งการเรียนรู้ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการต่อไปด้วย จะเป็นพระคุณ

(นางนงพะงา ศิวานูวัฒน์)

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้ากลุ่มบริหารยุทธศาสตร์

แบบฟอร์มหัวข้อเรื่องสำหรับการจัดการประชุมการจัดการความรู้ KM เพื่อการพัฒนาองค์กร
 กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕

โปรดระบุข้อมูลลงช่องว่าง

ช่วงเวลาแลกเปลี่ยน (หลังการประชุมกองฯ)	กลุ่มงาน	ชื่อเรื่อง	ชื่อวิทยากร/ Facilitator
ครั้งที่ ๓ /๒๕๖๕ เดือนธันวาคม ๒๕๖๔	กลุ่มอำนวยการ และกลุ่มบริหารยุทธศาสตร์
ครั้งที่ ๔ /๒๕๖๕ เดือนมกราคม ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายแม่และเด็ก
ครั้งที่ ๕ /๒๕๖๕ เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรม ทางกายวัยเรียนและวัยรุ่น
ครั้งที่ ๖ /๒๕๖๕ เดือนมีนาคม ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายวัยทำงาน
ครั้งที่ ๗ /๒๕๖๕ เดือนเมษายน ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ
ครั้งที่ ๘ /๒๕๖๕ เดือนพฤษภาคม ๒๕๖๕	กลุ่มบริหารยุทธศาสตร์ และกลุ่มอำนวยการ
ครั้งที่ ๙ /๒๕๖๕ เดือนมิถุนายน ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายแม่และเด็ก
ครั้งที่ ๑๐ /๒๕๖๕ เดือนกรกฎาคม ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรม ทางกายวัยเรียนและวัยรุ่น
ครั้งที่ ๑๑ /๒๕๖๕ เดือนสิงหาคม ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายวัยทำงาน
ครั้งที่ ๑๒ /๒๕๖๕ เดือนกันยายน ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ

เนื้อหาโดยสรุป.....

ประโยชน์ที่ท่านคิดว่าบุคลากรกองจะได้รับจากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในหัวข้อเรื่องของท่านคือ

แบบฟอร์มหัวข้อเรื่องสำหรับการจัดการประชุมการจัดการความรู้ KM เพื่อการพัฒนาองค์กร
 กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕

โปรดระบุข้อมูลลงช่องว่าง

ช่วงเวลาแลกเปลี่ยน (หลังการประชุมกองฯ)	กลุ่มงาน	ชื่อเรื่อง	ชื่อวิทยากร/ Facilitator
ครั้งที่ ๓ / ๒๕๖๕ เดือนธันวาคม ๒๕๖๔	กลุ่มอำนวยการ และกลุ่มบริหารยุทธศาสตร์		
ครั้งที่ ๔ / ๒๕๖๕ เดือนมกราคม ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายแม่และเด็ก		
ครั้งที่ ๕ / ๒๕๖๕ เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรม ทางกายวัยเรียนและวัยรุ่น		
ครั้งที่ ๖ / ๒๕๖๕ เดือนมีนาคม ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายวัยทำงาน	การพัฒนาแพลตฟอร์ม ก้าวท้าใจ Season 4	นายณัฐกร ชัยวงษ์
ครั้งที่ ๗ / ๒๕๖๕ เดือนเมษายน ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ		
ครั้งที่ ๘ / ๒๕๖๕ เดือนพฤษภาคม ๒๕๖๕	กลุ่มบริหารยุทธศาสตร์ และกลุ่มอำนวยการ		
ครั้งที่ ๙ / ๒๕๖๕ เดือนมิถุนายน ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายแม่และเด็ก		
ครั้งที่ ๑๐ / ๒๕๖๕ เดือนกรกฎาคม ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรม ทางกายวัยเรียนและวัยรุ่น		
ครั้งที่ ๑๑ / ๒๕๖๕ เดือนสิงหาคม ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายวัยทำงาน	การขึ้นฐานลี้กสูตรปรับเปลี่ยน พฤติกรรมสุขภาพผ่านระบบ ก้าวท้าใจ	นางสาวอรุณรัตน์ แซ่เบ้งเพชร
ครั้งที่ ๑๒ / ๒๕๖๕ เดือนกันยายน ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ		

เนื้อหาโดยสรุป 1. แนวคิดในการพัฒนาแพลตฟอร์มก้าวท้าใจ Season 4 โดยศึกษาจากต้นแบบ
 ก้าวท้าใจ Season 3 เพื่อต้นแบบสร้างแรงจูงใจและกระตุ้นให้ประชาชนออกกำลังกาย

2. วิธีการและแนวคิดในการพัฒนาระบบการขึ้นฐานลี้กสูตรปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพผ่านระบบ
 ก้าวท้าใจ

ประโยชน์ที่ท่านคิดว่าบุคลากรกองจะได้รับจากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในหัวข้อเรื่องของท่านคือ

1. ได้เรียนรู้แนวทางการดำเนินงานแพลตฟอร์มออนไลน์ในการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

2. ได้ศึกษารูปแบบการนำเทคโนโลยีมาใช้ในการทำงานกรมในกองฯได้

3. ได้เรียนรู้แนวคิดในการพัฒนากระบวนการขึ้นฐานลี้กสูตรผ่านแพลตฟอร์มออนไลน์

แบบฟอร์มหัวข้อสำหรับการจัดการประชุมการจัดการความรู้ KM เพื่อการพัฒนาองค์กร

กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕

ช่วงเวลา แลกเปลี่ยนเรียนรู้	กลุ่มงาน	ชื่อเรื่อง	วิทยากร/Facilitator
ครั้งที่๘/๒๕๖๕ เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนา เทคโนโลยีกิจกรรม ทางกาย แม่และเด็ก	บทเรียนจากการพัฒนาและขับเคลื่อนนโยบาย ระดับประเทศ “เด็กไทยเล่นเปลี่ยนโลก” Lessons learnt from developing and implementing the national policy of “Thai children change the world through play”	น.ส.ปทุมรัตน์ สามารถ
ครั้งที่๙/๒๕๖๕		นวัตกรรมรูปแบบการส่งเสริมการเล่นเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและทักษะของเด็กไทยใน ศตวรรษที่ ๒๑ Innovative play promotion model to promote development and skill of Thai children in the 21 st century	นายวัชรินทร์ แสงสัมฤทธิ์

แบบฟอร์มหัวข้อเรื่องสำหรับการจัดการประชุมการจัดการความรู้ KM เพื่อการพัฒนาองค์กร
ของกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕

โปรดระบุข้อมูลลงช่องว่าง

ช่วงเวลาแลกเปลี่ยน (หลังการประชุมกองฯ)	กลุ่มงาน	ชื่อเรื่อง	ชื่อวิทยากร/ Facilitator
ครั้งที่ ๓ / ๒๕๖๕ เดือนธันวาคม ๒๕๖๕	กลุ่มอำนวยการ และกลุ่มบริหารยุทธศาสตร์
ครั้งที่ ๔ / ๒๕๖๕ เดือนมกราคม ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายแม่และเด็ก
ครั้งที่ ๕ / ๒๕๖๕ เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรม ทางกายวัยเรียนและวัยรุ่น
ครั้งที่ ๖ / ๒๕๖๕ เดือนมีนาคม ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายวัยทำงาน
ครั้งที่ ๗ / ๒๕๖๕ เดือนเมษายน ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ	หลัก ๓๐ ประการการมี สุขอนามัยการนอนหลับที่ดี ทุกกลุ่มวัย	บุคลากรกลุ่มพัฒนา เทคโนโลยีกิจกรรม ทางกายผู้สูงอายุ
ครั้งที่ ๘ / ๒๕๖๕ เดือนพฤษภาคม ๒๕๖๕	กลุ่มบริหารยุทธศาสตร์ และกลุ่มอำนวยการ
ครั้งที่ ๙ / ๒๕๖๕ เดือนมิถุนายน ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายแม่และเด็ก
ครั้งที่ ๑๐ / ๒๕๖๕ เดือนกรกฎาคม ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรม ทางกายวัยเรียนและวัยรุ่น
ครั้งที่ ๑๑ / ๒๕๖๕ เดือนสิงหาคม ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายวัยทำงาน
ครั้งที่ ๑๒ / ๒๕๖๕ เดือนกันยายน ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ	การประเมินสมรรถภาพ ทางกายและความเสี่ยง การหกล้มผู้สูงอายุ	บุคลากรกลุ่มพัฒนา เทคโนโลยีกิจกรรม ทางกายผู้สูงอายุ

เนื้อหาโดยสรุป

๑. หลัก ๓๐ ประการการมีสุขอนามัยการนอนหลับที่ดีทุกกลุ่มวัย
 - สุขอนามัยการนอนหลับที่ดีสำหรับวัยเด็กและวัยรุ่น ๑๐ ประการ
 - สุขอนามัยการนอนหลับที่ดีสำหรับผู้ใหญ่ ๑๐ ประการ
 - สุขอนามัยการนอนหลับที่ดีสำหรับผู้สูงอายุ ๑๐ ประการ
๒. การประเมินสมรรถภาพทางกายและความเสี่ยงการหกล้มผู้สูงอายุ
 - ความสำคัญการประเมินสมรรถภาพทางกายและความเสี่ยงการหกล้มผู้สูงอายุ

- องค์ประกอบของสมรรถภาพทางกายการประเมินสมรรถภาพทางกายและความเสี่ยงการหกล้มผู้สูงอายุ

องค์ประกอบของสมรรถภาพทางกาย	การทดสอบสมรรถภาพทางกาย
องค์ประกอบของร่างกาย (Body Composition)	1. ชั่งน้ำหนัก (Weight) 2. วัดส่วนสูง (Height) นำค่ามาคำนวณดัชนีมวลกาย (Body Mass Index : BMI)
ความอ่อนตัวและความยืดหยุ่น (flexibility)	1. แตะมือด้านหลัง (Back Scratch Test) 2. นั่งเก้าอี้ยื่นแขนแตะปลายเท้า (Sit and Reach Test)
ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ (Muscle Strength and Endurance)	1. งอแขนยกน้ำหนัก 30 วินาที (30 Seconds Arm Curl Test) 2. ลุกยืน - นั่งบนเก้าอี้ 30 วินาที (30 Seconds Chair Stand)
การทรงตัว (Balance)	การทดสอบ ลุก-เดิน-นั่ง ไปกลับ (Timed Up and Go Test : TUG)
ความอดทนของระบบหัวใจและหลอดเลือด (Cardiovascular Endurance)	ยืนยกเข่าขึ้นลง 2 นาที (2 Minutes Step Up and Down)

ประโยชน์ที่ท่านคิดว่าบุคลากรกองจะได้รับจากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในหัวข้อเรื่องของท่านคือ

๑. หลัก ๓๐ ประการการมีสุขอนามัยการนอนหลับที่ดีทุกกลุ่มวัย
เพื่อส่งเสริมสุขอนามัยการนอนที่ดีและมีคุณภาพในทุกกลุ่มวัย ซึ่งความสำคัญของการนอน คือ เพื่อให้ร่างกายได้พักผ่อน ได้ซ่อมแซมส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ซึ่งการนอนหลับที่ดีเพียงพอและมีคุณภาพเป็นสิ่งสำคัญในการเจริญเติบโต ทำให้ร่างกายและสมองมีการพัฒนาและทำหน้าที่ได้อย่างเหมาะสม
๒. การประเมินสมรรถภาพทางกายและความเสี่ยงการหกล้มผู้สูงอายุ
เพื่อเป็นแนวทางการจัดการปัจจัยเสี่ยงที่ก่อให้เกิดการหกล้มของผู้สูงอายุ และนำความรู้ไปใช้ในการประเมินสมรรถภาพทางกายและความเสี่ยงการหกล้มผู้สูงอายุ และส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายและป้องกันการหกล้มสำหรับผู้สูงอายุ

แบบฟอร์มหัวข้อเรื่องสำหรับการจัดการประชุมการจัดการความรู้ KM เพื่อการพัฒนาองค์กร
กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕

โปรดระบุข้อมูลลงช่องว่าง

ช่วงเวลาแลกเปลี่ยน (หลังการประชุมกองฯ)	กลุ่มงาน	ชื่อเรื่อง	ชื่อวิทยากร/ Facilitator
ครั้งที่ ๓ /๒๕๖๕ เดือนธันวาคม ๒๕๖๔	กลุ่มอำนวยการ และกลุ่มบริหารยุทธศาสตร์
ครั้งที่ ๔ /๒๕๖๕ เดือนมกราคม ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายแม่และเด็ก
ครั้งที่ ๕ /๒๕๖๕ เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรม ทางกายวัยเรียนและวัยรุ่น	ถอดบทเรียนกระบวนการ ดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรม ทางกายในองค์กรที่มีวิธี ปฏิบัติเป็นเลิศด้านการ ส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ภายใต้ศึกษาโรงเรียน บ้านป่าพสุ ตำบลป่าพสุ อำเภอบ้านไผ่ จังหวัด ลำพูน	นางสาวปิยะนุช ฤทธิ์ขารี
ครั้งที่ ๖ /๒๕๖๕ เดือนมีนาคม ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายวัยทำงาน
ครั้งที่ ๗ /๒๕๖๕ เดือนเมษายน ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ
ครั้งที่ ๘ /๒๕๖๕ เดือนพฤษภาคม ๒๕๖๕	กลุ่มบริหารยุทธศาสตร์ และกลุ่มอำนวยการ
ครั้งที่ ๙ /๒๕๖๕ เดือนมิถุนายน ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายแม่และเด็ก
ครั้งที่ ๑๐ /๒๕๖๕ เดือนกรกฎาคม ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรม ทางกายวัยเรียนและวัยรุ่น
ครั้งที่ ๑๑ /๒๕๖๕ เดือนสิงหาคม ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายวัยทำงาน
ครั้งที่ ๑๒ /๒๕๖๕ เดือนกันยายน ๒๕๖๕	กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยี กิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ

ครั้งที่ ๕ /๒๕๖๕ เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๕

เนื้อหาโดยสรุป

โรงเรียนบ้านป่าพลู ตำบลป่าพลู อำเภอบ้านไธสง จังหวัดลำพูน ได้รับรางวัลองค์กรที่มีวิสัยปฏิบัติ เป็นเลิศด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เพื่อเป็นแนวปฏิบัติให้กับองค์กรอื่น จึงมีการถอดบทเรียน แนวทางการดำเนินการโดยใช้การเก็บข้อมูลจากการสนทนากลุ่ม บันทึกภาคสนาม บันทึกเสียง ภาพนิ่ง และภาพเคลื่อนไหว และวิเคราะห์เอกสารที่เกี่ยวข้อง พบว่า โรงเรียนบ้านป่าพลูมีการเข้าถึงข้อมูล จากช่องทางการสื่อสารต่างๆ เช่น เว็บไซต์ของชมรม ChOPA & ChiPA Game เว็บไซต์โรงเรียนที่เคยได้รับ รางวัล เพื่อศึกษาแนวทางการขับเคลื่อนโครงการ มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับการดำเนินงานส่งเสริม กิจกรรมทางกายกับโรงเรียนเครือข่ายและหน่วยงานภาคีเครือข่ายจนเกิดความเข้าใจ และเข้าร่วมโครงการ ChOPA & ChiPA Game นำไปสู่การบริหารจัดการรูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ที่เหมาะสมกับบริบทของโรงเรียน โดยมีการประชุมวางแผนแบ่งภาระหน้าที่ความรับผิดชอบ เพื่อให้เกิด ความร่วมมือกันและความชัดเจนในการรับผิดชอบงาน จัดกิจกรรมส่งเสริมกิจกรรมทางกายที่สร้างความ สนุกสนานและเพลิดเพลินให้แก่เด็ก มีการติดตามประเมินผลนักเรียนหลังร่วมโครงการฯ พบว่า นักเรียน มีภาวะโภชนาการและสมรรถภาพทางกายดีขึ้น สูงสมส่วน แข็งแรง มีสุขภาพจิตดี และผลการเรียนดีขึ้น โรงเรียนบ้านป่าพลู จึงเป็นโรงเรียนที่มีกระบวนการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายในองค์กรที่มีวิสัยปฏิบัติ เป็นเลิศด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย สามารถเป็นแหล่งเรียนรู้แก่องค์กรอื่นได้แสวงหาความรู้ ทำความเข้าใจ และแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้ตามรูปแบบการบริหารจัดการ ขององค์กรอื่นๆได้ตามความเหมาะสม

ประโยชน์ที่ท่านคิดว่าบุคลากรกองจะได้รับจากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในหัวข้อเรื่องของท่านคือ

แนวทางการดำเนินการในการเป็นองค์กรที่มีวิสัยปฏิบัติเป็นเลิศด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อ สุขภาพ (Best practice)

ครั้งที่ ๑๐ /๒๕๖๕ เดือนกรกฎาคม ๒๕๖๕