



แบบรายงานการปฏิบัติงานที่เป็นเลิศ **Best Practice**

การเรียนรู้ว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย
ห่างไกลยาเสพติด



นายพุฒิพงศ์ พัวตนะ

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านหวน
"คุรุราษฎร์อุทิศ"

โรงเรียนบ้านหวน "คุรุราษฎร์อุทิศ"
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาหนองคาย เขต 1
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ



แบบรายงานการปฏิบัติงานที่เป็นเลิศ

Best Practice

การเรียนรู้ผ่านชีวิต ป้องกันโรคภัย ห่างไกลยาเสพติด

นายวุฒิพงศ์ พัวตนะ

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านหนอง "คุรุราษฎร์อุทิศ"

โรงเรียนบ้านหนอง "คุรุราษฎร์อุทิศ"

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาหนองคาย เขต ๑

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กระทรวงศึกษาธิการ



คำนำ



รายงานการปฏิบัติงานที่เป็นเลิศ (Best Practice) เรื่อง “การเรียนรู้ว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย ห่างไกลยาเสพติด” ฉบับนี้ จัดทำขึ้นเพื่อเผยแพร่แนวทางการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะในการว่ายน้ำ สามารถเอาตัวรอดทางน้ำในสถานการณ์ฉุกเฉิน ได้อย่างปลอดภัย รวมทั้งส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิต ลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อยาเสพติด และใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์อย่างสร้างสรรค์ การดำเนินงานในโครงการนี้อาศัยความร่วมมือจากหลายฝ่าย ทั้งครู นักเรียน ผู้ปกครอง ชุมชน ตลอดจนหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จึงทำให้เกิดผลลัพธ์ที่ดีและเป็นรูปธรรมอย่างชัดเจน ผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่ารายงานฉบับนี้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่สนใจ และสามารถนำแนวทางดังกล่าวไปประยุกต์ใช้ในบริบทของตนเองได้อย่างเหมาะสม

ขอขอบคุณทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการดำเนินโครงการและสนับสนุนให้รายงานฉบับนี้ สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

นายพุฒิพงศ์ พัวตะนะ
ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านหนาด “คุรุราษฎร์อุทิศ”

สารบัญ

01

ความเป็นมาและ
ความสำคัญ



03

วัตถุประสงค์และ
เป้าหมายของ
การดำเนินงาน



04

ขั้นตอนการดำเนินงาน
กิจกรรม



05

ผลที่เกิดขึ้น
กับผู้เรียน



06

ปัจจัยที่ส่งผลต่อ
ความสำเร็จ



06

การพัฒนาต่อยอด



08

ภาคผนวก



09

เอกสารขอรับ
การสนับสนุนงบประมาณ



10

แบบจัดทำแผน
งาน/กิจกรรม/
โครงการ



11

กำหนดการ



12

ตารางกิจกรรม



17

ประมวลภาพกิจกรรม



การเรียนรู้ว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย ห่างไกลยาเสพติด

พัฒนากระบวนการปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้น

นายพุฒิพงศ์ พัวตนะ

โรงเรียนบ้านหนอง “คุรุราษฎร์อุทิศ” สพป.นค เขต ๑

ปัจจุบันประเทศไทยยังคงประสบกับปัญหาอุบัติเหตุทางน้ำที่เกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชนอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในกลุ่มนักเรียนระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา ซึ่งส่วนใหญ่มักประสบเหตุจมน้ำจากการเล่นน้ำในแหล่งน้ำธรรมชาติ เช่น คูคลอง หนอง บึง หรือแม่น้ำในสระน้ำภายในชุมชน จากข้อมูลของกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข พบว่าในแต่ละปีมีเด็กจมน้ำเสียชีวิตจำนวนมาก ส่วนหนึ่งเกิดจากการที่เด็กยังขาดความรู้ ทักษะ และประสบการณ์ในการว่ายน้ำอย่างถูกต้อง รวมถึงการไม่มีความรู้ด้านการเอาตัวรอดเมื่อเกิดเหตุการณ์ไม่คาดคิดขึ้นทางน้ำ ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงความจำเป็นในการส่งเสริมการเรียนรู้และฝึกทักษะว่ายน้ำในโรงเรียนอย่างจริงจัง



ที่มาของภาพที่ ๒ : Facebook สำนักงานป้องกัน
ควบคุมโรคที่ ๑๐ - สคร.๑๐ อุบลราชธานี

จังหวัดหนองคายเป็นจังหวัดที่ตั้งอยู่ริมแม่น้ำโขง มีภูมิประเทศที่ประกอบด้วยแหล่งน้ำธรรมชาติหลายแห่ง ไม่ว่าจะเป็นแม่น้ำ ลำห้วย หนอง บึง รวมถึงพื้นที่ชุ่มน้ำที่กระจายอยู่ในหลายอำเภอ เช่น อำเภอเมือง หนองคาย อำเภอศรีเชียงใหม่ อำเภอสังคม และอำเภอท่าบ่อ ล้วนเป็นพื้นที่ที่เด็กและเยาวชนมักเข้าไปเล่นน้ำ หรือประกอบกิจกรรมทางน้ำเป็นประจำ โดยขาดการกำกับดูแลหรือไม่มีอุปกรณ์เพื่อความปลอดภัย ส่งผลให้เกิดอุบัติเหตุจมน้ำเสียชีวิตในเด็กนักเรียนอยู่บ่อยครั้ง โดยเฉพาะในช่วงปิดภาคเรียนหรือฤดูร้อน จากข้อมูลของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดหนองคาย พบว่าปัญหาเด็กจมน้ำในพื้นที่ยังคงเกิดขึ้นทุกปี สาเหตุหลักเกิดจากการว่ายน้ำไม่เป็น ขาดทักษะการเอาตัวรอด และขาดความรู้พื้นฐานด้านความปลอดภัยทางน้ำ ขณะเดียวกัน เยาวชนจำนวนมากไม่อยู่ในจังหวัดยังเผชิญกับปัญหาสังคม เช่น ความยากจน ความเปราะบางในครอบครัว และขาดพื้นที่กิจกรรมที่ปลอดภัยและสร้างสรรค์ ทำให้บางส่วนมีความเสี่ยงต่อการเข้าไปเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม โดยเฉพาะยาเสพติด ซึ่งยังคงเป็นภัยเงียบที่แพร่ระบาดในชุมชนชายแดนและพื้นที่ชนบท โรงเรียนในจังหวัดหนองคาย โดยเฉพาะในเขตชนบท จึงมีบทบาทสำคัญในการป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าวผ่านการจัดการเรียนรู้ที่ตอบโจทย์ความจำเป็นของพื้นที่ โดยเน้นให้เยาวชนได้เรียนรู้ทักษะที่จำเป็นในชีวิตจริง รวมถึงการใช้เวลาว่างอย่างสร้างสรรค์ในทางที่เป็นประโยชน์ การส่งเสริมการเรียนรู้ว่ายน้ำจึงถือเป็นโครงการที่ตอบสนองทั้งในด้านความปลอดภัย สุขภาพ และการสร้างภูมิคุ้มกันทางสังคม

ด้วยเหตุนี้ โรงเรียนบ้านนาหว้า “คุรุราษฎร์อุทิศ” จึงได้ริเริ่มโครงการ “การเรียนรู้ว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคร้าย ห่างไกลยาเสพติด” ขึ้น เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะว่ายน้ำอย่างถูกต้อง เข้าใจหลักการเอาตัวรอดในสถานการณ์ฉุกเฉิน ตลอดจนมีร่างกายแข็งแรง จิตใจเข้มแข็ง และห่างไกลจากยาเสพติด โดยมุ่งหวังให้โครงการนี้เป็นแนวทางการป้องกันปัญหาเชิงรุกที่สามารถขยายผลสู่โรงเรียนอื่น ๆ ในพื้นที่จังหวัดหนองคาย และจังหวัดใกล้เคียงได้ในอนาคต



๒. วัตถุประสงค์และเป้าหมายของการดำเนินงาน

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อเสริมสร้างทักษะการว่ายน้ำและการเอาตัวรอดในน้ำให้กับนักเรียน
ให้นักเรียนมีทักษะพื้นฐานในการว่ายน้ำ และสามารถประยุกต์ใช้ทักษะเหล่านี้ในการเอาตัวรอดหากเกิดเหตุฉุกเฉินทางน้ำได้อย่างปลอดภัยและถูกต้อง
๒. เพื่อพัฒนาสุขภาพกายและสุขภาพจิตของนักเรียน
ใช้กิจกรรมว่ายน้ำเป็นเครื่องมือในการส่งเสริมสุขภาพ สร้างสมรรถภาพทางกาย และลดความเครียดของนักเรียน พร้อมทั้งส่งเสริมให้มีพฤติกรรมออกกำลังกายเป็นประจำ
๓. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
ปลูกฝังให้นักเรียนใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ เช่น การฝึกว่ายน้ำ กีฬา หรือกิจกรรมพัฒนาตนเอง เพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดหรือมั่วสุมในสิ่งไม่เหมาะสม
๔. เพื่อป้องกันและลดปัญหายาเสพติดในสถานศึกษา
ให้นักเรียนตระหนักถึงโทษและพิษภัยของยาเสพติด ผ่านกิจกรรมบูรณาการด้านการศึกษาและการส่งเสริมทักษะชีวิต สร้างแรงจูงใจในการเลือกเส้นทางชีวิตที่ปลอดภัยและมีอนาคต
๕. เพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมของครอบครัว ชุมชน และหน่วยงานภายนอก
เปิดโอกาสให้ผู้ปกครอง ชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เข้ามามีส่วนร่วมในการดูแล สนับสนุน และเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับระบบการเรียนรู้และการป้องกันปัญหาของนักเรียน

เป้าหมายของการดำเนินงาน

เป้าหมายเชิงปริมาณ

- นักเรียนเป้าหมาย นักเรียนอายุ ๑๐ – ๑๒ ปี จำนวน ๒๐ คน ครูประจำโรงเรียน จำนวน ๕ คน ครูผู้ประสานงาน จำนวน ๔ คน รวมทั้งสิ้น ๒๙ คน เข้าร่วมโครงการฝึกว่ายน้ำและผ่านการประเมินทักษะเบื้องต้นได้อย่างน้อยร้อยละ ๘๐
- นักเรียนอย่างน้อยร้อยละ ๙๐ มีพฤติกรรมออกกำลังกายและมีสุขภาพกายแข็งแรงขึ้นจากการวัดสมรรถภาพร่างกายก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ
- ลดจำนวนนักเรียนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดลงไม่น้อยกว่าร้อยละ ๕๐ (เปรียบเทียบจากข้อมูลก่อนและหลังดำเนินกิจกรรม)

เป้าหมายเชิงคุณภาพ

- นักเรียนสามารถว่ายน้ำในระยะทางสั้นต่ำ และสามารถลอยตัว/ช่วยเหลือตนเองได้เมื่ออยู่ในน้ำลึก
- นักเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อการดูแลสุขภาพและการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
- นักเรียนมีความตระหนักรู้และสามารถปฏิเสธสิ่งชักจูงที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติดได้อย่างมั่นใจ
- ชุมชนและผู้ปกครองมีความร่วมมือกับโรงเรียนในการสนับสนุนกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตและ

ความปลอดภัยของนักเรียน

๓. ขั้นตอนการดำเนินงาน

๑. การวางแผนเตรียมการ

๑.๑ ประชุมทีมงาน

ครูผู้รับผิดชอบ ครูพลศึกษา ครูแนะแนว และผู้บริหาร ร่วมประชุมเพื่อกำหนดวัตถุประสงค์ กลุ่มเป้าหมาย และแนวทางการดำเนินงาน

๑.๒ ประเมินความพร้อม

ตรวจสอบความพร้อมของสถานที่ (สระว่ายน้ำ), อุปกรณ์ (ห่วงยาง, เสื้อชูชีพ), บุคลากร (ครู ฝึกว่ายน้ำ, เจ้าหน้าที่พยาบาล), งบประมาณ และการสนับสนุนจากผู้ปกครอง

๑.๓ ประสานงาน

ติดต่อหน่วยงานภายนอก เช่น สระว่ายน้ำในชุมชน, อบต., สาธารณสุข หรือเจ้าหน้าที่ตำรวจ ในการให้ความรู้เรื่องยาเสพติด

๒. การคัดเลือกและเตรียมนักเรียน

๒.๑ คัดเลือกกลุ่มเป้าหมาย

คัดเลือกนักเรียนระดับชั้นที่เหมาะสม เช่น ป.๕-ป.๖ หรือ ม.๑ โดยเน้นกลุ่มที่ยังว่ายน้ำไม่เป็น

๒.๒ ให้ข้อมูลผู้ปกครอง

จัดประชุมผู้ปกครองเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ กำหนดการ และมาตรการความปลอดภัย

๒.๓ ตรวจสอบสุขภาพเบื้องต้น

ให้หน่วยพยาบาลตรวจร่างกายนักเรียนเพื่อความปลอดภัยก่อนลงสระ

๓. ดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ว่ายน้ำ

แบ่งออกเป็น ๓ ระยะ ดังนี้:

ระยะที่ ๑: การสร้างความรู้และทัศนคติ

จัดอบรม/ให้ความรู้ในห้องเรียน

- ความสำคัญของการว่ายน้ำเพื่อชีวิต
- วิธีเอาตัวรอดเมื่อตกน้ำ
- โทษของยาเสพติด และทางเลือกที่ดีในการใช้เวลาว่าง
- สุขอนามัยและโรคที่ป้องกันได้ด้วยการออกกำลังกาย

ระยะที่ ๒: การฝึกว่ายน้ำและเอาตัวรอดในน้ำ

- ฝึกทักษะพื้นฐานในน้ำ
 - การลอยตัว / หายใจในน้ำ / เตะขา / ดำน้ำ
- ฝึกทักษะการว่ายน้ำแบบง่าย เช่น
 - ท่าฟรีสไตล์ / ท่ากบ
 - เทคนิคการช่วยเหลือตัวเองเมื่อเป็นตะคริว
- ฝึกการใช้ เสื้อชูชีพ และอุปกรณ์ช่วยชีวิต
- ฝึกสถานการณ์จำลอง เช่น การตกน้ำ การช่วยเหลือคนจมน้ำ (โดยไม่เสี่ยงตัวเอง)

ระยะที่ ๓: การประเมินผลและสรุปกิจกรรม

- ประเมินทักษะการว่ายน้ำของนักเรียน
- ประเมินความรู้เกี่ยวกับโรคภัยและยาเสพติด
- ให้นักเรียนสะท้อนความรู้สึกรู้สึกจากการเข้าร่วมกิจกรรม
- มอบเกียรติบัตรหรือประกาศนียบัตร

๔. การบูรณาการกิจกรรม

- บูรณาการกับวิชาสุขศึกษา, วิทยาศาสตร์ (ระบบร่างกาย), แขนง และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน
- ส่งเสริมให้นักเรียนเขียนเรียงความ / วาดภาพ / ทำโปสเตอร์ รณรงค์ป้องกันยาเสพติดและการเอาตัวรอดทางน้ำ

๕. การติดตามและประเมินผลหลังจบโครงการ

- สังเกตพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของนักเรียน
- สัมภาษณ์ความพึงพอใจของนักเรียนและผู้ปกครอง
- รายงานผลและแนวทางการพัฒนาต่อไป

๔. ผลที่เกิดขึ้นกับผู้เรียน

๕.๑ ทักษะการว่ายน้ำและการเอาตัวรอดในน้ำ

- นักเรียนมีทักษะการว่ายน้ำพื้นฐานที่ถูกต้อง เช่น การลอยตัว การเตะขา และการหายใจในน้ำ
- นักเรียนสามารถว่ายน้ำได้อย่างมั่นใจและปลอดภัยในระดับที่เหมาะสมกับวัย
- นักเรียนมีความรู้และความเข้าใจวิธีการช่วยเหลือตัวเองเมื่อตกน้ำ เช่น การใช้เสื้อชูชีพและการลอยตัวรอความช่วยเหลือ
- นักเรียนได้ฝึกฝนสถานการณ์จำลองที่ช่วยเพิ่มความพร้อมเมื่อต้องเผชิญเหตุฉุกเฉินทางน้ำ

๕.๒ การส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคภัย

- นักเรียนมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ส่งผลให้สุขภาพร่างกายแข็งแรงขึ้น
- นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพและการรักษาความสะอาดหลังออกกำลังกาย
- ลดโอกาสเกิดโรคที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเนือยนิ่งหรือการขาดการออกกำลังกาย

๕.๓ การส่งเสริมพฤติกรรมเชิงบวกและป้องกันยาเสพติด

- นักเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อการใช้เวลาว่างด้วยกิจกรรมที่มีประโยชน์ เช่น การเรียนว่ายน้ำและออกกำลังกาย
- นักเรียนรู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและยาเสพติด เนื่องจากได้รับความรู้และการแนะแนวอย่างต่อเนื่อง
- นักเรียนมีความมั่นใจในตัวเองมากขึ้น และมีทักษะชีวิตที่ช่วยให้ตัดสินใจในทางที่ถูกต้อง

๕.๔ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการพัฒนาทางสังคม

- นักเรียนมีความสนใจและกระตือรือร้นในการเรียนรู้ทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียนมากขึ้น

- การร่วมกิจกรรมว่ายน้ำช่วยสร้างความสามัคคีและความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเพื่อนนักเรียน
- นักเรียนมีความรับผิดชอบต่อตนเองและชุมชนมากขึ้น เนื่องจากตระหนักถึงการดูแลตนเองและผู้อื่นในสภาพแวดล้อมน้ำ

๕.๕ ความพึงพอใจของนักเรียนและผู้ปกครอง

- นักเรียนส่วนใหญ่แสดงความพึงพอใจและมีความสุขในการเข้าร่วมกิจกรรมว่ายน้ำ
- ผู้ปกครองเห็นด้วยและสนับสนุนกิจกรรมนี้ เนื่องจากเห็นพัฒนาการทั้งด้านร่างกายและจิตใจของบุตรหลาน
- ผู้ปกครองมีความมั่นใจในความปลอดภัยและมาตรการดูแลที่ครูจัดเตรียมให้

๕. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จ

๑. การบริหารจัดการที่มีประสิทธิภาพ

ผู้บริหารสถานศึกษาให้การสนับสนุนอย่างเต็มที่ ทั้งในด้านงบประมาณ เวลาเรียน และบุคลากร ทำให้สามารถดำเนินโครงการได้อย่างต่อเนื่องและเป็นระบบ

๒. ความร่วมมือของครูและบุคลากรทางการศึกษา

ครูผู้ฝึกสอน และครูประจำชั้นให้ความร่วมมือในการคัดกรองนักเรียน ส่งเสริมและติดตามผลอย่างใกล้ชิด

๓. การมีส่วนร่วมของผู้ปกครองและชุมชน

ผู้ปกครองให้ความไว้วางใจและสนับสนุนบุตรหลานในการเข้าร่วมกิจกรรม รวมถึงมีการเชื่อมโยงกับหน่วยงานภายนอก เช่น โรงพยาบาล อบต. หรือศูนย์กีฬาในพื้นที่

๔. ความเหมาะสมของหลักสูตรและวิธีการสอน

การจัดการเรียนรู้ที่เน้นภาคปฏิบัติจริง สนุก เข้าใจง่าย และปรับให้เหมาะสมกับระดับความสามารถของนักเรียน ส่งผลให้ผู้เรียนมีความมั่นใจและพัฒนาทักษะได้อย่างต่อเนื่อง

๕. การเสริมสร้างแรงจูงใจและการมีวินัยในตนเองของนักเรียน

นักเรียนให้ความร่วมมือ มีทัศนคติที่ดีต่อการเรียนว่ายน้ำ และสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

๖. การพัฒนาต่อยอด

จากการดำเนินโครงการ “การเรียนว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคร้าย ห่างไกลยาเสพติด ” พบว่ากิจกรรมดังกล่าวได้รับความสนใจจากนักเรียนเป็นจำนวนมาก และส่งผลดีต่อสุขภาพกาย สุขภาพจิต รวมถึงพฤติกรรมของนักเรียนอย่างชัดเจน ดังนั้นจึงมีแนวทางการพัฒนาต่อยอดดังนี้

๑. ขยายกลุ่มเป้าหมายไปยังทุกระดับชั้น

เดิมทีโครงการจัดขึ้นเฉพาะในระดับชั้น ป.๔-๖ ในอนาคตสามารถพัฒนาให้ครอบคลุมนักเรียนตั้งแต่ระดับชั้น ป.๑-ป.๖ โดยใช้วิธีการปรับระดับความยากของบทเรียนตามพัฒนาการของนักเรียนแต่ละช่วงวัย เพื่อให้ทักษะการว่ายน้ำกลายเป็นทักษะพื้นฐานสำหรับนักเรียนทุกคน

๒. จัดตั้ง “ชมรมว่ายน้ำเพื่อชีวิต”

การจัดตั้งชมรมจะเปิดโอกาสให้นักเรียนที่สนใจสามารถเข้าร่วมฝึกฝนเพิ่มเติมนอกเวลาเรียน รวมถึงพัฒนาทักษะให้สูงขึ้นจนสามารถเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาในระดับเขตหรือจังหวัด ซึ่งเป็นการเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองและสร้างแรงจูงใจในการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

๓. บูรณาการกับวิชาสุขศึกษาและการแนะแนว

ควรมีการบูรณาการกิจกรรมการว่ายน้ำร่วมกับบทเรียนสุขศึกษา เช่น ความรู้เรื่องสุขอนามัย การดูแลระบบทางเดินหายใจ การออกกำลังกาย รวมถึงเชื่อมโยงกับการแนะแนวในหัวข้อ "ชีวิตที่ปลอดภัยและห่างไกลยาเสพติด" เพื่อให้นักเรียนได้เห็นคุณค่าของกิจกรรมที่ทำอยู่ในเชิงวิชาการและชีวิตจริง

๔. จัดกิจกรรมค่ายว่ายน้ำและเอาตัวรอดทางน้ำ

พัฒนากิจกรรมในรูปแบบค่ายว่ายน้ำภาคฤดูร้อน หรือค่ายอบรมภาคปิดเทอม โดยเชิญผู้เชี่ยวชาญด้านการกู้ภัยทางน้ำ เจ้าหน้าที่จากกู้ชีพ หรือหน่วยงานป้องกันภัย มาจัดอบรมให้นักเรียน เพื่อเสริมทักษะการเอาตัวรอด การช่วยเหลือผู้อื่น และการปฐมพยาบาลเบื้องต้น

๕. สร้างเครือข่ายความร่วมมือกับหน่วยงานภายนอก

พัฒนาเครือข่ายความร่วมมือกับองค์กรท้องถิ่น เช่น องค์การบริหารส่วนตำบล ศูนย์พัฒนาการกีฬา หรือโรงพยาบาลประจำอำเภอ เพื่อสนับสนุนทรัพยากร บุคลากร หรืองบประมาณ และร่วมกันจัดกิจกรรมอย่างยั่งยืนต่อเนื่องในทุกปี

๖. ใช้เทคโนโลยีในการติดตามผลและประเมินผล

พัฒนาเครื่องมือดิจิทัล เช่น ระบบบันทึกผลการเรียนรู้ออนไลน์ แบบประเมินพฤติกรรมก่อน-หลังเข้าร่วมโครงการ และการติดตามพฤติกรรมระยะยาว เพื่อวิเคราะห์ผลกระทบของโครงการและใช้ปรับปรุงในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ



ภาคผนวก

เอกสารขอรับการสนับสนุนงบประมาณ
โครงการร่วยน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันภัย ห่างไกลยาเสพติด

ศธ ๐๔๑๖๙.๑๒๙/๒๑



โรงเรียนบ้านหนาด “คุรุราษฎร์อุทิศ”
ตำบลโพธิ์ชัย อำเภอเมือง
จังหวัดหนองคาย

๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

เรื่อง ขอรับการสนับสนุนงบประมาณ โครงการร่วยน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันภัย ห่างไกลยาเสพติด
ปีงบประมาณ ๒๕๖๗

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลโพธิ์ชัย

สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงการร่วยน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคร้าย ห่างไกลยาเสพติด จำนวน ๑ ชุด

ด้วย โรงเรียนบ้านหนาด “คุรุราษฎร์อุทิศ” ได้จัดทำโครงการร่วยน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันภัย
ห่างไกลยาเสพติด ปีงบประมาณ ๒๕๖๗ เพื่อพัฒนานักเรียนในเขตเทศบาลตำบลโพธิ์ชัย ให้มีทักษะการร่วยน้ำ
สามารถช่วยเหลือตนเองได้เมื่ออยู่ในสภาวะจมน้ำ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณ จากกองทุนหลักประกัน
สุขภาพเทศบาลตำบลโพธิ์ชัย จำนวน ๓๕,๐๐๐ บาท (สามหมื่นห้าพันบาทถ้วน) นั้น

ในการนี้ โรงเรียนบ้านหนาด “คุรุราษฎร์อุทิศ” จะจัดกิจกรรมอบรมโครงการร่วยน้ำเพื่อชีวิต
ป้องกันภัย ห่างไกลยาเสพติด ปีงบประมาณ ๒๕๖๗ ระหว่างวันที่ ๑๑ - ๒๐ มีนาคม ๒๕๖๗ จึงขอรับการ
อุดหนุนงบประมาณ เพื่อดำเนินจัดทำโครงการดังกล่าว ฯ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์ด้วยดี
เช่นเคย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(นายพุดผิงค์ พัวตนะ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านหนาด “คุรุราษฎร์อุทิศ”

โรงเรียนบ้านหนาด “คุรุราษฎร์อุทิศ”

โทร. ๐๙๙-๐๒๖๒๒๙๘

แบบจัดทำแผนงาน/กิจกรรม/โครงการ

กปท.7



แบบจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพ..เทศบาลตำบลโพธิ์ชัย...รหัส กปท. อำเภอ...เมืองหนองคาย.....จังหวัด.....หนองคาย...

ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2561 และที่แก้ไขเพิ่มเติม ข้อ 16 (2) “ให้พิจารณาอนุมัติโครงการ หรือกิจกรรม ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของกองทุนตามข้อ 10”

อาศัยอำนาจของประกาศ ฯ ข้อ 10 “เงินกองทุนหลักประกันสุขภาพตามข้อ 7 วรรคหนึ่ง ให้ใช้จ่ายเพื่อสนับสนุนและส่งเสริมเป็นค่าใช้จ่ายตามแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ที่คณะกรรมการกองทุนอนุมัติ” จึงได้จัดทำแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ประจำปีงบประมาณ.....2567..... โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1.ชื่อ ☐ แผนงาน ☒ โครงการ ☐ กิจกรรม

โครงการว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย ห่างไกลยาเสพติด

2.ชื่อ ☒ หน่วยงาน ☐ องค์กร ☐ กลุ่มประชาชน

โรงเรียนบ้านหนอง"คุรุราษฎร์อุทิศ"

3.หลักการเหตุผล

จากสถิติผู้ประสบอุบัติเหตุจมน้ำเสียชีวิต ของประเทศไทยอ้างอิงจากหนังสือแนวทางการป้องกันเด็กจมน้ำ ปีพ.ศ. ๒๕๕๘ (Drowning Prevention in Thailand) โดย นางสาวศุภาดา เกิดมงคลการ และ นางสาวสัมพันธ์เกษมเกียรติ จัดพิมพ์โดย สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข มีการสำรวจในปี พ.ศ. ๒๕๔๕-๒๕๕๗ พบว่า เด็กที่มีอายุต่ำกว่า ๑๕ ปี เสียชีวิตจากการจมน้ำมีอัตราที่สูง เฉลี่ยรวม ๔๙,๘๗๘ ราย เฉลี่ยรายปี มีจำนวน ๔,๑๕๗ คน ต่อปี ซึ่งจำนวนเด็กที่เสียชีวิตด้วยการจมน้ำ ใน ๑๐๐,๐๐๐ คน มีอัตราการจมน้ำเสียชีวิตราว ๗-๑๑ คน ซึ่งเป็นอัตราที่สูงมากทั้งนี้ในรอบสามปีที่ผ่านมา ในเขตอำเภอเมืองพบว่ามีผู้ประสบเหตุจมน้ำมีจำนวนมากถึง ๒๐ ราย ประสบเหตุในช่วงฤดูร้อนเป็นส่วนมากนับว่าเป็นอัตราที่ค่อนข้างสูง

โรงเรียนบ้านหนอง"คุรุราษฎร์อุทิศ" มีนักเรียนที่อยู่ในความรับผิดชอบจัดการศึกษาตั้งแต่ระดับอนุบาล ๒ ถึง ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ จำนวน ๑๕๑ คน ในช่วงระหว่างเดือนเมษายน ของทุกปีจะเป็นช่วงการปิดภาคเรียน เด็กนักเรียนมีโอกาที่จะไปเล่นน้ำสูง เพราะรอบ ๆ บริเวณมีพื้นที่เสี่ยงหลายจุด แต่นักเรียนไม่มีทักษะการว่ายน้ำ จากการสำรวจนักเรียนในโรงเรียนมีจำนวนนักเรียนที่ว่ายน้ำไม่เป็นเป็นจำนวนมาก ถึงร้อยละ ๗๐ ของนักเรียนทั้งหมด



"สุขภาพดีมีหลักประกัน ก่อตั้งขึ้นด้วยสัจจะ กปท.สนับสนุน"

กำหนดการ
โครงการว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันภัย ห่างไกลยาเสพติด

กำหนดการ
 โครงการพัฒนาความรู้ทางวิชาการฝึกอบรมว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย ห่างไกลยาเสพติด ประจำปี ๒๕๖๗
 โรงเรียนบ้านหนอง"ศุภราษฎร์อุทิศ"
 วันศุกร์ที่ ๗ มีนาคม ๒๕๖๘ (ภาคทฤษฎี)
 ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลโพธิ์ชัย อำเภอเมือง จังหวัดหนองคาย

เวลา ๐๗.๓๐ น.	- ลงทะเบียนนักเรียน
เวลา ๐๘.๓๐ น.	- ประธานในพิธีมาถึงบริเวณพิธี
	- นายพุดผิงค์ พัดชนะ ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านหนอง"ศุภราษฎร์อุทิศ" กล่าวรายงานโครงการ ฯ แนะนำ วิทยากรและคณะทำงานโครงการ
	- ประธานในพิธีกล่าว เปิดงาน และให้โอวาทตามสมควร (นายกเทศมนตรีเทศบาลตำบลโพธิ์ชัย)
เวลา ๐๙.๐๐ น.	- บรรยายพิเศษ "เด็กจมน้ำ มหัดภัยเงียบ" (วิทยากร-ผู้ช่วยวิทยากรกลุ่ม)
เวลา ๑๐.๐๐ น.	- <u>รับประทานอาหารว่าง และเครื่องดื่ม</u>
เวลา ๑๐.๑๕ น.	- บรรยายพิเศษ "มาตรการป้องกันการจมน้ำของเด็ก" (วิทยากร-ผู้ช่วยวิทยากรกลุ่ม)
เวลา ๑๑.๐๐ น.	- บรรยายพิเศษ "วิธีการเอาตัวรอด และช่วยเหลือผู้ประสบภัยทางน้ำ"(วิทยากร-ผู้ช่วยวิทยากรกลุ่ม)
เวลา ๑๒.๐๐ น.	- <u>พักรับประทานอาหารกลางวัน และเครื่องดื่ม</u>
เวลา ๑๓.๐๐ น.	- การปฐมพยาบาล และการช่วยเหลือผู้ป่วยที่จมน้ำ ๑ (คณะวิทยากร)
เวลา ๑๔.๓๐ น.	- <u>รับประทานอาหารว่าง และเครื่องดื่ม</u>
เวลา ๑๔.๔๕ น.	- การปฐมพยาบาล และการช่วยเหลือผู้ป่วยที่จมน้ำ ๒ (คณะวิทยากร)
เวลา ๑๖.๐๐ น.	- ข้อปฏิบัติในการว่ายน้ำการใช้สระว่ายน้ำ(วิทยากร)
เวลา ๑๖.๓๐ น.	- ปิดการอบรม

หมายเหตุ. กำหนดการต่างๆอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

ตารางกิจกรรม

โครงการพัฒนาความรู้ทางวิชาการฝึกอบรมว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย ห่างไกลยาเสพติด ประจำปี ๒๕๖๘

โรงเรียนบ้านหนอง"คุรุราษฎร์อุทิศ"

วันที่ ๘ - ๑๖ มีนาคม ๒๕๖๘ (ภาคปฏิบัติ)

สระว่ายน้ำหมู่บ้านอุมล ๕ ตำบลหนองกอมเกาะ อำเภอเมือง จังหวัดหนองคาย.

วัน/เดือน/ปี	เวลา	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
๘ มี.ค. ๖๘	๐๘.๓๐-๐๘.๔๕ น.	- รายงานตัว	- ครูธุรการ
	๐๘.๔๕-๐๙.๐๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนชุดว่ายน้ำ	- ครูประจำโรงเรียน
	๐๙.๐๐-๐๙.๑๕ น.	- ออกกำลังกายก่อนลงสระว่ายน้ำ - ฟังบรรยายก่อนเรียนว่ายน้ำ	- หัวหน้าวิทยากร - วิทยากรว่ายน้ำ
	๐๙.๑๕-๑๐.๐๐ น.	- สร้างความคุ้นเคยกับน้ำ ปรับสภาพร่างกาย - ฝึกลอยตัวในน้ำ ท่าปลาตัว-แมงกระพุง	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๐.๐๐-๑๐.๑๕ น.	- พักรับประทานอาหารและเครื่องดื่ม	- ครูธุรการ
	๑๐.๑๕-๑๑.๑๕ น.	- ฝึกการพุ่งจรวด ตัวนิ่ง - ฝึกการพุ่งจรวด แตะเท้า	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๑.๑๕-๑๑.๓๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนเสื้อผ้า	- ครูประจำโรงเรียน
	๑๑.๓๐-๑๒.๐๐ น.	- เดินทางกลับโรงเรียน	- ครูประจำโรงเรียน

หมายเหตุ กำหนดการต่าง ๆ อาจเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

วัน/เดือน/ปี	เวลา	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
๙ มี.ค. ๖๘	๐๘.๓๐-๐๘.๔๕ น.	- รายงานตัว	- ครูธุรการ
	๐๘.๔๕-๐๙.๐๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนชุดว่ายน้ำ	- ครูประจำโรงเรียน
	๐๙.๐๐-๐๙.๑๕ น.	- ออกกำลังกายก่อนลงสระว่ายน้ำ - ฟังบรรยายก่อนเรียนว่ายน้ำ	- หัวหน้าวิทยากร - วิทยากรว่ายน้ำ
	๐๙.๑๕-๑๐.๐๐ น.	- สร้างความคุ้นเคยกับน้ำ ปรับสภาพร่างกาย - ฝึกลอยตัวในน้ำ ท่าปลาตัว-แมงกระพุง	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๐.๐๐-๑๐.๑๕ น.	- พักรับประทานอาหารและเครื่องดื่ม	- ครูธุรการ
	๑๐.๑๕-๑๑.๑๕ น.	- ฝึกการพุ่งจรวด ตัวนิ่ง) - ฝึกการพุ่งจรวด แตะเท้า	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๑.๑๕-๑๑.๓๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนเสื้อผ้า	- ครูประจำโรงเรียน
	๑๑.๓๐-๑๒.๐๐ น.	- เดินทางกลับโรงเรียน	- ครูประจำโรงเรียน

หมายเหตุ กำหนดการต่าง ๆ อาจเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

ตารางกิจกรรม

โครงการพัฒนาความรู้ทางวิชาการฝึกรอบมวยน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย ห่างไกลยาเสพติด ประจำปี ๒๕๖๘

โรงเรียนบ้านหนอง "คุรุราษฎร์อุทิศ"

วันที่ ๘ - ๑๖ มีนาคม ๒๕๖๘ (ภาคปฏิบัติ)

สระว่ายน้ำหมู่บ้านดงละ ๕ ตำบลหนองกอมเกาะ อำเภอเมือง จังหวัดหนองคาย.

วัน/เดือน/ปี	เวลา	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
๑๐ มี.ค. ๖๘	๐๘.๓๐-๐๘.๔๕ น.	- รายงานตัว	- ครูธุรการ
	๐๘.๔๕-๐๙.๐๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนชุดว่ายน้ำ	- ครูประจำโรงเรียน
	๐๙.๐๐-๐๙.๑๕ น.	- ออกกำลังกายก่อนลงสระว่ายน้ำ - พึงบรยายก่อนเรียนว่ายน้ำ	- หัวหน้าวิทยากร - วิทยากรว่ายน้ำ
	๐๙.๑๕-๑๐.๐๐ น.	- สร้างความคุ้นเคยกับน้ำ ปรับสภาพร่างกาย - ฝึกลอยตัวในน้ำ ทำปลาดาว-แมงกระพุง	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๐.๐๐-๑๐.๑๕ น.	- พักรับประทานอาหารและเครื่องดื่ม	- ครูธุรการ
	๑๐.๑๕-๑๑.๑๕ น.	- ฝึกการพุ่งจรวด ตัวนิ่ง (ต่อ) - ฝึกการพุ่งจรวด แตะเท้า (ต่อ)	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๑.๑๕-๑๑.๓๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนเสื้อผ้า	- ครูประจำโรงเรียน
	๑๑.๓๐-๑๒.๐๐ น.	- เดินทางกลับโรงเรียน	- ครูประจำโรงเรียน

หมายเหตุ กำหนดการต่าง ๆ อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

วัน/เดือน/ปี	เวลา	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
๑๑ มี.ค. ๖๘	๐๘.๓๐-๐๘.๔๕ น.	- รายงานตัว	- ครูธุรการ
	๐๘.๔๕-๐๙.๐๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนชุดว่ายน้ำ	- ครูประจำโรงเรียน
	๐๙.๐๐-๐๙.๑๕ น.	- ออกกำลังกายก่อนลงสระว่ายน้ำ - พึงบรยายก่อนเรียนว่ายน้ำ	- หัวหน้าวิทยากร - วิทยากรว่ายน้ำ
	๐๙.๑๕-๑๐.๐๐ น.	- ฝึกพุ่งจรวด แตะเท้า ดึงมือ ข้างซ้าย - ฝึกพุ่งจรวด แตะเท้า ดึงมือ ข้างขวา	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๐.๐๐-๑๐.๑๕ น.	- พักรับประทานอาหารและเครื่องดื่ม	- ครูธุรการ
	๑๐.๑๕-๑๑.๑๕ น.	- ฝึกว่ายน้ำ เตะเท้า ดึงมือ หายใจ - ฝึกว่ายน้ำท่าหมา	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๑.๑๕-๑๑.๓๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนเสื้อผ้า	- ครูประจำโรงเรียน
	๑๑.๓๐-๑๒.๐๐ น.	- เดินทางกลับโรงเรียน	- ครูประจำโรงเรียน

หมายเหตุ กำหนดการต่าง ๆ อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

ตารางกิจกรรม

โครงการพัฒนาความรู้ทางวิชาการฝึกอบรมว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย ห่างไกลยาเสพติด ประจำปี ๒๕๖๘

โรงเรียนบ้านหนอง"คุรุราษฎร์อุทิศ"

วันที่ ๘ - ๑๖ มีนาคม ๒๕๖๘ (ภาคปฏิบัติ)

สระว่ายน้ำหมู่บ้านนฤมล ๕ ตำบลหนองกอมเกาะ อำเภอเมือง จังหวัดหนองคาย.

วัน/เดือน/ปี	เวลา	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
๑๒ มี.ค. ๖๘	๐๘.๓๐-๐๘.๔๕ น.	- รายงานตัว	- ครูธุรการ
	๐๘.๔๕-๐๙.๐๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนชุดว่ายน้ำ	- ครูประจำโรงเรียน
	๐๙.๐๐-๐๙.๑๕ น.	- ออกกำลังกายก่อนลงสระว่ายน้ำ - ฟังบรรยายก่อนเรียนว่ายน้ำ	- หัวหน้าวิทยากร - วิทยากรว่ายน้ำ
	๐๙.๑๕-๑๐.๐๐ น.	- ฝึกพุ่งจรวด เตะเท้า ดึงมือ ข้างซ้าย (ต่อ) - ฝึกพุ่งจรวด เตะเท้า ดึงมือ ข้างขวา (ต่อ)	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๐.๐๐-๑๐.๑๕ น.	- พักรับประทานอาหารและเครื่องดื่ม	- ครูธุรการ
	๑๐.๑๕-๑๑.๑๕ น.	- ฝึกว่ายน้ำ เตะเท้า ดึงมือ หายใจ (ต่อ) - ฝึกว่ายน้ำท่าหมา (ต่อ)	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๑.๑๕-๑๑.๓๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนเสื้อผ้า	- ครูประจำโรงเรียน
	๑๑.๓๐-๑๒.๐๐ น.	- เดินทางกลับโรงเรียน	- ครูประจำโรงเรียน

หมายเหตุ กำหนดการต่าง ๆ อาจเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

วัน/เดือน/ปี	เวลา	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
๑๓ มี.ค. ๖๘	๐๘.๓๐-๐๘.๔๕ น.	- รายงานตัว	- ครูธุรการ
	๐๘.๔๕-๐๙.๐๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนชุดว่ายน้ำ	- ครูประจำโรงเรียน
	๐๙.๐๐-๐๙.๑๕ น.	- ออกกำลังกายก่อนลงสระว่ายน้ำ - ฟังบรรยายก่อนเรียนว่ายน้ำ	- หัวหน้าวิทยากร - วิทยากรว่ายน้ำ
	๐๙.๑๕-๑๐.๐๐ น.	- ฝึกว่ายน้ำท่าสมบูรณ์แบบ (ฟรีสไตล์) - เตะเท้า ดึงมือ หายใจ ติดต่อกัน ๑๐ เมตร	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๐.๐๐-๑๐.๑๕ น.	- พักรับประทานอาหารและเครื่องดื่ม	- ครูธุรการ
	๑๐.๑๕-๑๑.๑๕ น.	- ฝึกว่ายน้ำท่าสมบูรณ์แบบ (ฟรีสไตล์) - เตะเท้า ดึงมือ หายใจ ติดต่อกัน ๒๐ เมตร	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๑.๑๕-๑๑.๓๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนเสื้อผ้า	- ครูประจำโรงเรียน
	๑๑.๓๐-๑๒.๐๐ น.	- เดินทางกลับโรงเรียน	- ครูประจำโรงเรียน

หมายเหตุ กำหนดการต่าง ๆ อาจเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

ตารางกิจกรรม

โครงการพัฒนาความรู้ทางวิชาการฝึกอบรมว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย ห่างไกลยาเสพติด ประจำปี ๒๕๖๘

โรงเรียนบ้านหนอง"คุรุราษฎร์อุทิศ"

วันที่ ๘ - ๑๖ มีนาคม ๒๕๖๘ (ภาคปฏิบัติ)

สระว่ายน้ำหมู่บ้านถล่ม ๕ ตำบลหนองกอมเกาะ อำเภอเมือง จังหวัดหนองคาย.

วัน/เดือน/ปี	เวลา	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
๑๕ มี.ค. ๖๘	๐๘.๓๐-๐๘.๔๕ น.	- รายงานตัว	- ครูธุรการ
	๐๘.๔๕-๐๙.๐๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนชุดว่ายน้ำ	- ครูประจำโรงเรียน
	๐๙.๐๐-๐๙.๑๕ น.	- ออกกำลังกายก่อนลงสระว่ายน้ำ - พังบรรยายก่อนเรียนว่ายน้ำ	- หัวหน้าวิทยากร - วิทยากรว่ายน้ำ
	๐๙.๑๕-๑๐.๐๐ น.	- ฝึกว่ายน้ำท่าสมบุรณ์แบบ (ฟรีสไตล์) (ต่อ) - ตะเท้า ดึงมือ หายใจ ติดต่อกัน ๑๐ เมตร	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๐.๐๐-๑๐.๑๕ น.	- พักรับประทานอาหารและเครื่องดื่ม	- ครูธุรการ
	๑๐.๑๕-๑๑.๑๕ น.	- ฝึกว่ายน้ำท่าสมบุรณ์แบบ (ฟรีสไตล์) (ต่อ) - ตะเท้า ดึงมือ หายใจ ติดต่อกัน ๒๐ เมตร	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๑.๑๕-๑๑.๓๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนเสื้อผ้า	- ครูประจำโรงเรียน
	๑๑.๓๐-๑๒.๐๐ น.	- เดินทางกลับโรงเรียน	- ครูประจำโรงเรียน

หมายเหตุ กำหนดการต่าง ๆอาจเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

วัน/เดือน/ปี	เวลา	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
๑๕ มี.ค. ๖๘	๐๘.๓๐-๐๘.๔๕ น.	- รายงานตัว	- ครูธุรการ
	๐๘.๔๕-๐๙.๐๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนชุดว่ายน้ำ	- ครูประจำโรงเรียน
	๐๙.๐๐-๐๙.๑๕ น.	- ออกกำลังกายก่อนลงสระว่ายน้ำ - พังบรรยายก่อนเรียนว่ายน้ำ	- หัวหน้าวิทยากร - วิทยากรว่ายน้ำ
	๐๙.๑๕-๑๐.๐๐ น.	- ฝึกท่าลอยคอ ลอยตัว ในน้ำ - ทดสอบการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๐.๐๐-๑๐.๑๕ น.	- พักรับประทานอาหารและเครื่องดื่ม	- ครูธุรการ
	๑๐.๑๕-๑๑.๑๕ น.	- ฝึกท่าลอยคอ ลอยตัว ในน้ำ - ทดสอบการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๑.๑๕-๑๑.๓๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนเสื้อผ้า	- ครูประจำโรงเรียน
	๑๑.๓๐-๑๒.๐๐ น.	- เดินทางกลับโรงเรียน	- ครูประจำโรงเรียน

หมายเหตุ กำหนดการต่าง ๆอาจเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม.

ตารางกิจกรรม

โครงการพัฒนาความรู้ทางวิชาการฝึกอบรมว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย ห่างไกลยาเสพติด ประจำปี ๒๕๖๘

โรงเรียนบ้านหนอง"คุรุราษฎร์อุทิศ"

วันที่ ๘ - ๑๖ มีนาคม ๒๕๖๘ (ภาคปฏิบัติ)

สระว่ายน้ำหมู่บ้านนฤมล ๕ ตำบลหนองกอมเกาะ อำเภอเมือง จังหวัดหนองคาย.

วัน/เดือน/ปี	เวลา	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
๑๖ มี.ค. ๖๘	๐๘.๓๐-๐๘.๔๕ น.	- รายงานตัว	- ครูธุรการ
	๐๘.๔๕-๐๙.๐๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนชุดว่ายน้ำ	- ครูประจำโรงเรียน
	๐๙.๐๐-๐๙.๑๕ น.	- ออกกำลังกายก่อนลงสระว่ายน้ำ - ฟังบรรยายก่อนเรียนว่ายน้ำ	- หัวหน้าวิทยากร - วิทยากรว่ายน้ำ
	๐๙.๑๕-๑๐.๐๐ น.	- ฝึกทำลอยคอ ลอยตัว ในน้ำ - ทดสอบการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ (ต่อ)	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๐.๐๐-๑๐.๑๕ น.	- พักรับประทานอาหารและเครื่องดื่ม	- ครูธุรการ
	๑๐.๑๕-๑๑.๑๕ น.	- ฝึกทำลอยคอ ลอยตัว ในน้ำ - ทดสอบการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ (ต่อ)	- วิทยากรว่ายน้ำ ๔ คน ต่อ นักเรียน ๒๐ คน
	๑๑.๑๕-๑๑.๓๐ น.	- อาบน้ำ ล้างตัว เปลี่ยนเสื้อผ้า	- ครูประจำโรงเรียน
	๑๑.๓๐-๑๒.๐๐ น.	- เดินทางกลับโรงเรียน	- ครูประจำโรงเรียน

หมายเหตุ กำหนดการต่าง ๆ อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม.

รูปภาพการปฏิบัติงานที่เป็นเลิศ Best Practice
การเรียนรู้ว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย ห่างไกลยาเสพติด



รูปภาพการปฏิบัติงานที่เป็นเลิศ Best Practice
การเรียนรู้ว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย ห่างไกลยาเสพติด



รูปภาพการปฏิบัติงานที่เป็นเลิศ **Best Practice**
การเรียนรู้ว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย ห่างไกลยาเสพติด



รูปภาพการปฏิบัติงานที่เป็นเลิศ Best Practice
การเรียนรู้ว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย ห่างไกลยาเสพติด



จดหมายข่าว
ประชาสัมพันธ์
โรงเรียนบ้านหนอง "คุรุราษฎร์อุทิศ"

วันที่ 14 มีนาคม 2568



โครงการว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย ห่างไกลยาเสพติด

ประจำปีงบประมาณ 2568

ในวันที่ 7 - 16 มีนาคม 2568 นำโดยนายพุฒิพงศ์ พัวฒนะ ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านหนอง "คุรุราษฎร์อุทิศ" และคณะครูและบุคลากรทางการศึกษา ได้จัดกิจกรรมโครงการว่ายน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย ห่างไกลยาเสพติด ประจำปีงบประมาณ 2568 โดยมีกิจกรรมทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ ในการช่วยเหลือคนตกน้ำและคนจมน้ำเบื้องต้น ส่งเสริมทักษะการว่ายน้ำและมีทักษะการเอาชีวิตรอดจากการจมน้ำแก่เด็ก และเยาวชน สร่ว่ายน้ำนันทนาการ โดยได้รับการสนับสนุนงบประมาณจาก กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลโพธิ์ชัย อำเภอเมืองหนองคาย จังหวัดหนองคาย ทางโรงเรียนบ้านหนอง "คุรุราษฎร์อุทิศ" ขอขอบคุณเทศบาลตำบลโพธิ์ชัยเป็นอย่างยิ่ง



โรงเรียน
บ้านหนอง
"คุรุราษฎร์อุทิศ"



0990262298



bannad2564@gmail.com



bannadschool.ac.th/



แบบรายงานการปฏิบัติงานที่เป็นเลิศ

Best Practice

การเรียนรู้ว่าน้ำเพื่อชีวิต ป้องกันโรคภัย
ห่างไกลยาเสพติด