

โครงการการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย

1. หลักการและเหตุผล

เด็กเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่าและเป็นอนาคตที่สำคัญของชาติ ในหลายประเทศล้วนมุ่งเน้นการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ซึ่งจะต้องเริ่มต้นจากเด็กโดยเฉพาะในช่วงเด็กปฐมวัยตามหลักสูตร 2546 ซึ่งเป็นช่วงที่เริ่มมีการพัฒนาในด้านต่างๆอย่างรวดเร็ว ทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ จิตใจและสังคม เด็กในวัยนี้ถ้าจะได้รับการเลี้ยงดูที่เหมาะสมล้วนมีความสำคัญและเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันหมด การเปลี่ยนแปลงของพัฒนาการด้านหนึ่งย่อมมีผลให้พัฒนาการอีกด้านหนึ่งเปลี่ยนแปลงไปด้วย

ในขณะเดียวกันการบริโภคอาหารที่ไม่มีประโยชน์เกิดจากพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ จากการศึกษาของหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ ที่มาตรวจสุขภาพเด็กพบว่าเด็กมีปัญหาสุขภาพช่องปาก น้ำหนักไม่ตรงตามเกณฑ์มาตรฐานจึงส่งผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการ การเรียนรู้ของเด็กไม่ได้เต็มศักยภาพ เพื่อให้เด็กทุกคนจะต้องบูรณาการที่ตัวเด็ก ครอบครัว โรงเรียนและสิ่งแวดล้อมไปพร้อมๆกัน จึงจะทำให้เกิดความยั่งยืนในการแก้ไขปัญหา

2. วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมสุขภาพพลานามัยเด็กให้สมบูรณ์
2. เพื่อให้เด็กได้รับโภชนาการเหมาะสมตามวัย ตามมาตรฐาน
3. เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารในเด็กปฐมวัยให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการ

3. วิธีดำเนินการ

ขั้นเตรียม

1. ประชุมคณะทำงานเพื่อจัดทำโครงการ
 - 1.1 ปรึกษาภาพรวมการจัดทำโครงการ
 - ผู้รับผิดชอบร่างโครงการ / จัดทำงบประมาณ
 - 1.2 สรุปโครงการ / งบประมาณ
 - 1.3 มอบหมายงาน / กระจายงาน
2. เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติดำเนินการ
3. ประสานงานทำโครงการ (ด้วยวาจา / ลายลักษณ์อักษร) กับศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก
 - 3.1 สถานที่
 - 3.2 วัสดุอุปกรณ์
 - 3.3 บุคคลที่เกี่ยวข้อง
4. เตรียมสิ่งที่ต้องใช้ในวันจัดกิจกรรม

ขั้นลงมือปฏิบัติ

1. ดำเนินกิจกรรมตามโครงการที่วางไว้

กิจกรรมที่ปฏิบัติ

- ให้ความรู้เกี่ยวกับอาหารดีที่มีประโยชน์ และไม่มีประโยชน์สำหรับเด็กปฐมวัย
- จัดทำบอร์ดปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย (อาหารดีมีประโยชน์และอาหารไม่ดีไม่มีประโยชน์)
- จัดทำเกมส์การศึกษาให้แก่เด็กปฐมวัย
- จัดทำกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ เพื่อเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
- ติดตามประเมินผลการดำเนินงาน

4.กลุ่มเป้าหมาย

เด็กปฐมวัยจำนวน 100 คน

5.งบประมาณ

600 บาท

6.ระยะเวลาการดำเนินการ

1 วัน วันเสาร์ที่ 12 พฤศจิกายน 2559

7.ที่ปรึกษาโครงการ

อาจารย์เกษร ขวัญมา

8.ผู้รับผิดชอบโครงการ

- | | | |
|-------------------|--------------|--------------|
| 1. นางสาวธิติมา | แต่งยัง | 571081321001 |
| 2. นางสาวอรพิน | สังขวิลาศ | 571081321020 |
| 3. นางสาวไพรินทร์ | เข็มกลัดเงิน | 571081321046 |
| 4. นางสาวนภาลย์ | ทองบุญทรัพย์ | 571081321048 |
| 5. นางสาวบุษบา | แป้นพยัคฆ์ | 571081321050 |
| 6. นางสาวทิพวัลย์ | เพชรแต่ง | 571081321051 |

9.สถานที่ดำเนินงาน

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านหนองโสน ตำบลหนองโสน อำเภอเลาขวัญ จังหวัดกาญจนบุรี

10.ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. เด็กมีสุขภาพพลานามัยที่สมบูรณ์ตามวัย
2. เด็กได้รับโภชนาการดีขึ้น เหมาะสมตามวัย
3. เด็กมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์อย่างมีศักยภาพ

11.การวัดและประเมินผล

1. สังเกตการเข้าร่วมกิจกรรม
2. สังเกตจากการสนทนาได้ตอบ

ลงชื่อผู้เสนอโครงการ
(นางสาวบุษบา แป้นพยัคฆ์)

ลงชื่อที่ปรึกษาโครงการ
(อาจารย์เกษร ขวัญมา)

สรุปรายงานผล โครงการการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโภชนาการของเด็กปฐมวัย

1. หลักการและเหตุผล

เด็กเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่าและเป็นอนาคตที่สำคัญของชาติ ในหลายประเทศล้วนมุ่งเน้นการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ซึ่งจะต้องเริ่มต้นจากเด็กโดยเฉพาะในช่วงเด็กปฐมวัยตามหลักสูตร 2546 ซึ่งเป็นช่วงที่เริ่มมีการพัฒนาในด้านต่างๆอย่างรวดเร็ว ทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ จิตใจและสังคม เด็กในวัยนี้ถ้าจะได้รับการเลี้ยงดูที่เหมาะสมล้วนมีความสำคัญและเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันหมด การเปลี่ยนแปลงของพัฒนาการด้านหนึ่งย่อมมีผลให้พัฒนาการอีกด้านหนึ่งเปลี่ยนแปลงไปด้วย

ในขณะเดียวกันการบริโภคอาหารที่ไม่มีประโยชน์เกิดจากพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ จากการศึกษาของหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ ที่มาตรวจสุขภาพเด็กพบว่าเด็กมีปัญหาสุขภาพช่องปาก น้ำหนักไม่ตรงตามเกณฑ์มาตรฐานจึงส่งผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการ การเรียนรู้ของเด็กไม่ได้เต็มศักยภาพ เพื่อให้เด็กทุกคนดูจึงต้องบูรณาการที่ตัวเด็ก ครอบครัว โรงเรียนและสิ่งแวดล้อมไปพร้อมๆกัน จึงจะทำให้เกิดความยั่งยืนในการแก้ไขปัญหา

2. วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมสุขภาพพลานามัยเด็กให้สมบูรณ์
2. เพื่อให้เด็กได้รับโภชนาการเหมาะสมตามวัย ตามมาตรฐาน
3. เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารในเด็กปฐมวัยให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการ

3. วิธีดำเนินการ

ขั้นเตรียม

1. ประชุมคณะทำงานเพื่อจัดทำโครงการ
 - 1.1 ปรึกษาภาพรวมการจัดทำโครงการ
 - ผู้รับผิดชอบร่างโครงการ / จัดทำงบประมาณ
 - 1.2 สรุปโครงการ / งบประมาณ
 - 1.3 มอบหมายงาน / กระจายงาน
2. เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติดำเนินการ
3. ประสานงานทำโครงการ (ด้วยวาจา / ลายลักษณ์อักษร) กับศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก
 - 3.1 สถานที่
 - 3.2 วัสดุอุปกรณ์
 - 3.3 บุคคลที่เกี่ยวข้อง
4. เตรียมสิ่งที่ต้องใช้ในวันจัดกิจกรรม

ขั้นลงมือปฏิบัติ

1. ดำเนินกิจกรรมตามโครงการที่วางไว้

กิจกรรมที่ปฏิบัติ

- ให้ความรู้เกี่ยวกับอาหารดีที่มีประโยชน์ และไม่มีประโยชน์สำหรับเด็กปฐมวัย
- จัดทำบอร์ดปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย (อาหารดีมีประโยชน์และอาหารไม่ดีไม่มีประโยชน์)
- จัดทำเกมส์การศึกษาให้แก่เด็กปฐมวัย

- จัดทำกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ เพื่อเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

4.งบประมาณ

600 บาท

รวมทั้งสิ้น 600 บาท

5.สรุปผลการดำเนินงานกิจกรรมตามวัตถุประสงค์

ที่	วัตถุประสงค์ของโครงการ/ กิจกรรม	สภาพความสำเร็จ		ผลการดำเนินงาน
		บรรลุ	ไม่บรรลุ	
1.	เพื่อส่งเสริมสุขภาพ พละนาถัยเด็กให้สมบูรณ์	✓		เด็กมีพละนาถัยที่สมบูรณ์แข็งแรง
2.	เพื่อให้เด็กได้รับโภชนาการ เหมาะสมตามวัย ตาม มาตรฐาน	✓		เด็กได้รับโภชนาการเหมาะสมตาม วัย ตามมาตรฐาน
3.	เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การบริโภคอาหารในเด็ก ปฐมวัยให้ถูกต้องตามหลัก โภชนาการ	✓		ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภค อาหารในเด็กปฐมวัยให้ถูกต้องตาม หลักโภชนาการ

7. สรุปผลการดำเนินงานตามเป้าหมาย / ตัวชี้วัด

ที่	เป้าหมาย / ตัวชี้วัดของโครงการ / กิจกรรม	สภาพความสำเร็จ		ผลการดำเนินงาน
		บรรลุ	ไม่บรรลุ	
เชิงปริมาณ				
1.	ครู เด็กนักเรียน ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านหนองโสน ต.หนองโสน อ.เลาขวัญ จ.กาญจนบุรี จำนวน 100 คน	✓		ครู เด็กนักเรียน ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรมโครงการนี้

8. สรุปภาพรวม

8.1 จุดเด่นของโครงการ

- นักศึกษาที่เข้าร่วมโครงการได้รับความรู้จากการทำงานเป็นกลุ่ม
- โครงการย่อยทุกโครงการสอดคล้องกับบริบทของการโภชนาการในการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ของ เด็กปฐมวัยการทำกิจกรรมระหว่างคณะผู้จัดทำโครงการ ครู และ เด็ก

- ผู้นำชุมชน ครู ผู้ปกครอง และชุมชน ให้ความร่วมมือและเห็นถึงความสำคัญในการ
อบรมเลี้ยงดูบุตรหลาน

8.2 จุดที่ควรพัฒนาของโครงการ

- ระยะเวลาในการจัดเตรียมงานโครงการน้อยเกินไป
- ระยะเวลาในการเดินทางค่อนข้างไกลทำให้การจัดเตรียมให้ความรู้หรือกิจกรรมต่างๆ ออกมา
ไม่ดีเท่าที่ควร

8.3 ข้อเสนอแนะเพื่อพัฒนาโครงการ

- ควรบอกล่วงหน้าในการจัดทำโครงการอย่างน้อย ๑ เดือน เพื่อจัดเตรียมงานและวางแผน
โครงการ

ภาพกิจกรรม
โครงการการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย





สาธิตการทำยาสมุนไพรให้เด็กๆทาน





