



## รายงานโครงการ

"สิทธิของหนู เลี้ยงดูอย่างเข้าใจ ภายใต้บริบทพหุวัฒนธรรม"



โดย สมาชิกกลุ่ม 3/6

เสนอ

ผศ.กรกนก ชูประสม

ดร.กาญจนา ท่อแก้ว

อาจารย์พัทธนันท์ เกิดคง

อาจารย์ชลดา กองศรีมา

รายงานนี้เล่มนี้จัดทำขึ้นเพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

วิชาสิทธิเด็ก วิชาการจัดการศึกษาให้กับเด็กในบริบทพหุวัฒนธรรม

และ วิชาการจัดการศึกษาปฐมวัย

มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ภาคเรียนที่ 1/2558

### สมาชิกกลุ่ม 3 /6

- |                               |                           |
|-------------------------------|---------------------------|
| 1. นายอภิวัฒน์ ศรีธรรมมานุสาร | รหัสนักศึกษา 571031321145 |
| 2. นางสาวอภิญญา อาศัยน้ำ      | รหัสนักศึกษา 571031321149 |
| 3. นางสาวสิริรัตน์ ปาปะเก     | รหัสนักศึกษา 571031321151 |
| 4. นางสาวสุพิน สีสอน          | รหัสนักศึกษา 571031321155 |
| 5. นางสาวสุนันท์ กล้าหาญ      | รหัสนักศึกษา 571031321158 |
| 6. นางสาวอาภารดา ศรีธรรมมา    | รหัสนักศึกษา 571031321206 |
| 7. นางสาวทิพวรรณ สิงห์ชัย     | รหัสนักศึกษา 571031321207 |
| 8. นางสาวนุชจรี ตอรรรัมย์     | รหัสนักศึกษา 571031321208 |
| 9. นายกิติกร เดชกุลรัมย์      | รหัสนักศึกษา 571031321209 |
| 10.นางสายพิน เดิมทำรัมย์      | รหัสนักศึกษา 571031321210 |
| 11.นางสาวอำพร ใจดี            | รหัสนักศึกษา 571031321211 |
| 12.นางสาวศวรรยา เต็ดดวงรัมย์  | รหัสนักศึกษา 571031321212 |

## คำนำ

รายงาน โครงการ เรื่อง สิทธิของหนูเลี้ยงดูอย่างเข้าใจ ภายใต้บริบทพหุวัฒนธรรม เล่มนี้จัดทำขึ้นเพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา วิชาสิทธิเด็ก วิชาการจัดการศึกษาให้กับเด็กในบริบทพหุวัฒนธรรม และ วิชาการจัดการศึกษาปฐมวัย เพื่อให้ได้ศึกษาหาความรู้ ทักษะในการทำแบบสำรวจความต้องการในชุมชน ความมีคุณธรรมในการแปรผลจากการสำรวจ การวิเคราะห์ผลสำรวจและนำมาเขียนเป็นวัตถุประสงค์ของโครงการ ที่สอดคล้องกับสภาพปัญหา หรือสอดคล้องกับเนื้อหา จัดกิจกรรมที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของโครงการ และได้ศึกษาอย่างเข้าใจเพื่อเป็นประโยชน์กับการเรียน

คณะผู้จัดทำหวังว่า รายงานเล่มนี้จะเป็นประโยชน์กับผู้อ่าน หรือนักเรียน นักศึกษาที่กำลังหาข้อมูลเรื่องนี้อยู่ หากมีข้อเสนอแนะหรือข้อผิดพลาดประการใด คณะผู้จัดทำขอน้อมรับไว้และขออภัยมา ณ ที่นี้ด้วย

กลุ่ม 3/6 รมป.2 นม.

## สารบัญ

### คำนำ

1. ชื่อโครงการ	1
2. ผู้จัดทำ	1
3. หลักการและเหตุผล	1
4. วัตถุประสงค์	2
5. เป้าหมาย	2
6. วิธีดำเนินการ	3
7. ระยะเวลาดำเนินการ	3
8. สถานที่ดำเนินการ	3
9. งบประมาณ	3
10. ผลที่คาดว่าจะได้รับ	4
11. การประเมินโครงการ	4
สรุปการประเมินโครงการ	5
ตารางแสดงความพึงพอใจ	

### ภาคผนวก

## 1. ชื่อโครงการ "สิทธิของหนู เลี้ยงดูอย่างเข้าใจ ภายใต้บริบทพหุวัฒนธรรม"

## 2. ผู้รับผิดชอบโครงการ

### สมาชิกกลุ่ม 3 /6

1. นายอภิวัฒน์ ศรีธรรมานุสาร	รหัสนักศึกษา 571031321145
2. นางสาวอภิญญา อาศัยน้ำ	รหัสนักศึกษา 571031321149
3. นางสาวสิริรัตน์ ปาปะเก	รหัสนักศึกษา 571031321151
4. นางสาวสุพิน สีสอน	รหัสนักศึกษา 571031321155
5. นางสาวสุนันท์ กล้าหาญ	รหัสนักศึกษา 571031321158
6. นางสาวอาภารดา ศรีธรรมมา	รหัสนักศึกษา 571031321206
7. นางสาวทิพวรรณ สิงห์ชัย	รหัสนักศึกษา 571031321207
8. นางสาวนุชจรี ตอรรรัมย์	รหัสนักศึกษา 571031321208
9. นายกิติกร เดชกุลรัมย์	รหัสนักศึกษา 571031321209
10.นางสายพิน เดิมทำรัมย์	รหัสนักศึกษา 571031321210
11.นางสาวอำพร ใจดี	รหัสนักศึกษา 571031321211
12.นางสาวศวรรยา เต็ดดวงรัมย์	รหัสนักศึกษา 571031321212

## 3. หลักการและเหตุผล

การศึกษาปฐมวัยเป็นการพัฒนาเด็กตั้งแต่แรกเกิด ๔ ปี บนพื้นฐานการอบรมเลี้ยงดูและการส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ที่สนองต่อธรรมชาติและพัฒนาการของเด็กแต่ละคนตามศักยภาพภายใต้บริบทสังคมและวัฒนธรรมที่เด็กอาศัยอยู่ ด้วยความรักความเอื้ออาทร ความเข้าใจของทุกคน เพื่อสร้างรากฐานคุณภาพชีวิตให้เด็กพัฒนาไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์เกิดคุณค่าต่อตนและสังคม (หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช ๒๕๕๖) คุณลักษณะดังกล่าว จำเป็นต้องได้รับการปลูกฝังตั้งแต่ปฐมวัย โดยต้องได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง การพัฒนานักเรียนให้มีพัฒนาการด้านตามที่กล่าวมานั้น

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กตระหนักดีว่าไม่สามารถดำเนินการได้โดยลำพัง ถ้าขาดการประสานงาน และช่วยเหลือจากชุมชนและผู้ปกครองพร้อมด้วยคณะกรรมการศูนย์ เพราะผู้ปกครองมีส่วนในการอบรมดูแลนักเรียน ซึ่งเป็นบุตรหลานของตนเองในขณะที่เด็กอยู่กับครอบครัว ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะมีการประสานงาน ติดต่อกับครอบครัว พ่อแม่ไม่มีโอกาสเรียนรู้วิธีการเป็นพ่อแม่ที่ดี และวิธีปฏิบัติตนกับลูกในทางที่ถูกที่ควร พ่อแม่จำนวนมากไม่ให้ความสำคัญในการดูแลลูกด้วยตนเอง ปล่อยให้ลูกอยู่คนเดียวหรือผู้เลี้ยงดู

อีกทั้งยังมีพ่อแม่จำนวนมากที่ยังเข้าใจผิดในเรื่องการเลี้ยงลูก เช่น ให้ความรักด้วยวิธีการให้สิ่งของเป็นรางวัล ดีเด็กทุกครั้งที่ทำผิด ( กระทรวงศึกษาธิการ , นโยบายและยุทธศาสตร์การพัฒนาเด็กปฐมวัย ( 0-5 ปี ) ระยะยาว พ.ศ.2550 – 2559 : หน้า 7 – 14) อีกทั้งศูนย์พัฒนาเด็กเล็กและผู้ปกครองพร้อมด้วยคณะกรรมการศูนย์จะได้มีโอกาสเพิ่มความสัมพันธ์อันดีต่อกัน ซึ่งจะยังประโยชน์สูงสุดแก่การพัฒนาคุณภาพการจัดการศึกษาของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ในโอกาสต่อไป

#### 4. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ปกครองได้รับความรู้เกี่ยวกับการคุ้มครองเด็ก การเลี้ยงดูเด็กและส่งเสริมให้เด็กมีสุขภาวะและคุณภาพชีวิตที่ดี และอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัยจากภาวะเสี่ยงต่างๆ ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม โดยมีความพร้อมที่จะดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข
2. เพื่อให้ผู้ปกครองมีทัศนคติที่ดี และเข้าใจในสิทธิเด็ก
3. เพื่อให้ ผู้ปกครองมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการรับประทานอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการของเด็ก

#### 5. เป้าหมาย

##### เชิงปริมาณ

1. พ่อแม่ ผู้ปกครองเด็กปฐมวัยในโครงการจำนวน 100 คน ได้รับการพัฒนาให้มีความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูเด็ก เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทั้งสี่ด้าน ด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา
2. พ่อแม่ ผู้ปกครองเด็กปฐมวัยในโครงการจำนวน 100 คน มีแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แก่บุตรหลานเมื่ออยู่ที่บ้าน ส่งเสริมให้มีสุขภาวะและคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัยจากภาวะเสี่ยงต่างๆทางสังคมและสิ่งแวดล้อมอื่นๆ

##### เชิงคุณภาพ

1. สถานศึกษาเป็นแหล่งวิทยาการในการแสวงหาความรู้และบริการชุมชน - พ่อแม่ ผู้ปกครองเด็กปฐมวัยมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเด็ก เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทั้งสี่ด้าน ด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา - พ่อแม่ ผู้ปกครองเด็กปฐมวัยมีแนวทางพัฒนาและสามารถจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาบุตรหลานของตนเองเมื่ออยู่ที่บ้าน ส่งเสริมให้มีสุขภาวะและคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัยจากภาวะเสี่ยงต่างๆทางสังคมและสิ่งแวดล้อมอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ
2. มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันระหว่างสถานศึกษากับชุมชน - พ่อแม่ ผู้ปกครองเด็กปฐมวัยได้ร่วมมือกันกับครูผู้สอนระดับปฐมวัยในเรื่องการพัฒนาการเรียนรู้อันดีของเด็กปฐมวัยอย่างมีประสิทธิภาพ

## 6. วิธีดำเนินการ

1. ประชุม ผู้ดูแลเด็ก และผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง
2. เขียนโครงการ และเสนอโครงการ
3. แต่งตั้งคณะทำงานมอบหมายภารกิจ
4. ดำเนินงานตามกิจกรรม
5. นิเทศ กำกับ ติดตามผล
6. สรุป ประเมินผล และรายงานผลการดำเนินงาน

## 7. ระยะเวลาดำเนินการ

กิจกรรม	งบประมาณ	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ
1. ประชุมครูและผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง	-	กันยายน 2558	ผู้ดูแลเด็ก
2. เขียนโครงการและเสนอเพื่อขออนุมัติ	-	กันยายน 2558	ผู้ดูแลเด็ก
3. แต่งตั้งคณะกรรมการ	-	กันยายน 2558	ผู้ดูแลเด็ก
4. ดำเนินงาน	-	กันยายน 2558	ผู้ดูแลเด็ก
5. นิเทศ กำกับ ติดตามผล	-	กันยายน 2558	ผู้ดูแลเด็ก
6. สรุป-ประเมิน และรายงานผล	-	พฤศจิกายน 2558	ผู้ดูแลเด็ก

## 8. สถานที่ดำเนินการ

ชื่อศูนย์พัฒนาเด็ก	ตำบล	อำเภอ	จังหวัด
1. บ้านพุทรา	กระเบื้องนอก	เมืองยาง	นครราชสีมา
2. บ้านกระเบื้องนอก	กระเบื้องนอก	เมืองยาง	นครราชสีมา
3. เทศบาลตำบลหนองน้ำใส	หนองน้ำใส	สีคิ้ว	นครราชสีมา
4. ตำบลไทยสามัคคี	ไทยสามัคคี	วังน้ำเขียว	นครราชสีมา
5. บ้านหนองตาแดง	หนองบัวศาลา	เมือง	นครราชสีมา
6. บ้านจิกน้อย	คูเมือง	คูเมือง	บุรีรัมย์
7. บ้านหนองติว	คูเมือง	คูเมือง	บุรีรัมย์
8. วัดบ้านจิกใหญ่	คูเมือง	คูเมือง	บุรีรัมย์
9. บ้านตูมน้อย	ตูมใหญ่	คูเมือง	บุรีรัมย์
10. บ้านหนองตุม	ตูมใหญ่	คูเมือง	บุรีรัมย์

## 9. งบประมาณ -

## 10. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้ปกครองได้รับความรู้เกี่ยวกับการคุ้มครองเด็ก การเลี้ยงดูเด็กและส่งเสริมให้เด็กมีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดี และอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัยจากภาวะเสี่ยงต่างๆ ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมอื่นๆ โดยมีความพร้อมที่จะดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

2. ผู้ปกครองมีทัศนคติที่ดี และเข้าใจในสิทธิเด็ก

3. ผู้ปกครองมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการรับประทานอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการของเด็ก

## 11. การประเมินโครงการ

1. แบบสอบถามความพึงพอใจต่อโครงการ

2. การรายงานผลการปฏิบัติงานตามโครงการสรุป-ประเมิน และรายงานผล



## สรุปการประเมินโครงการ

**ขอบเขตการประเมินโครงการ** เป็นการประเมินแบบเจาะจง ผู้ปกครองจาก ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านพุทรา, บ้านกระเบื้องนอก,เทศบาลตำบลหนองน้ำใส,ตำบลไทยสามัคคี,บ้านหนองตาคง, บ้านจิกน้อย, บ้านหนองดี้ว, วัดบ้านจิกใหญ่, บ้านตุมน้อย และศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านหนองตุม

**กลุ่มประชากร** ผู้ปกครองจาก ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ทั้ง 10 แห่ง แห่งละ 10 คน รวมเป็นจำนวน 100 คน

**การเก็บรวบรวมข้อมูล** จากแบบสอบถามของศูนย์พัฒนาเด็กทั้ง 10 แห่ง

**สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล**

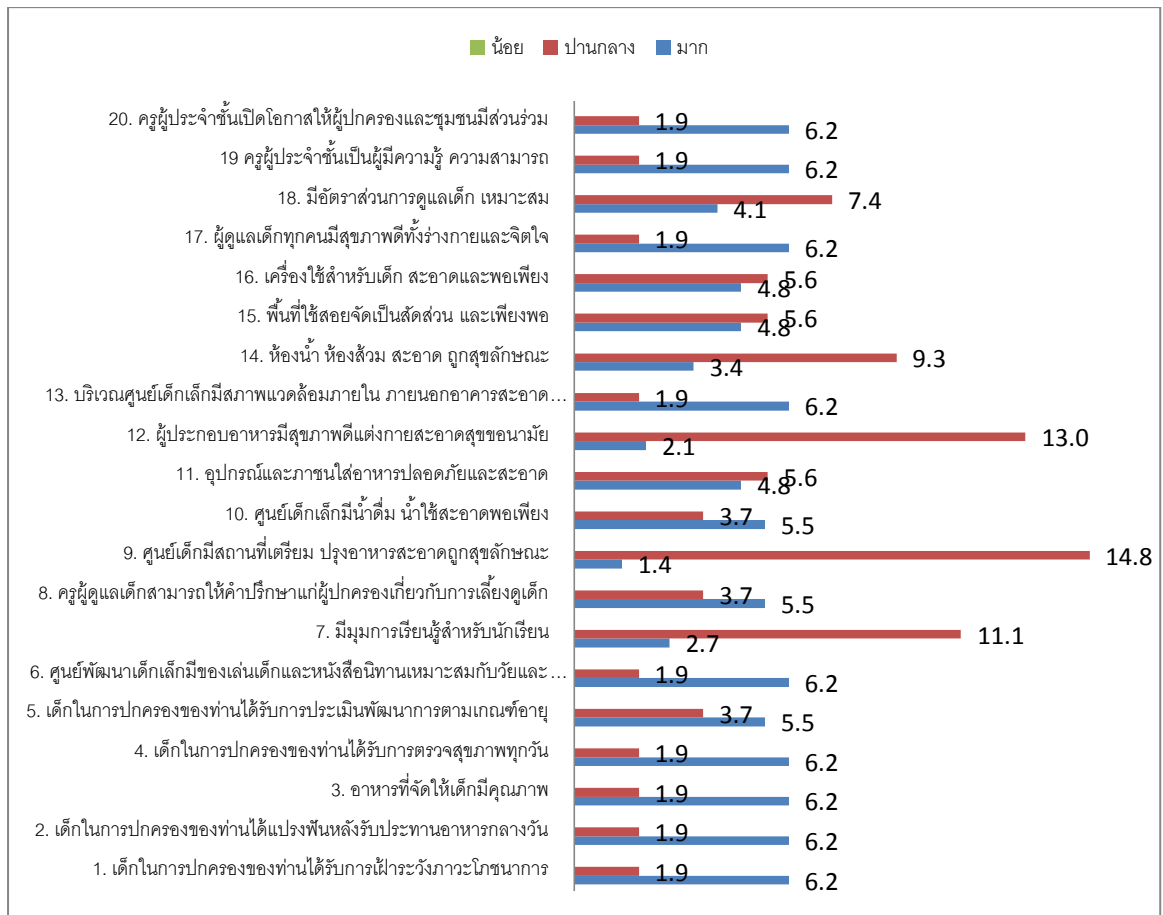
**ร้อยละ (Percentage)** เป็นค่าสถิติที่นิยมใช้กันมาก โดยเป็นการเปรียบเทียบความถี่ หรือจำนวนที่ต้องการกับความถี่หรือจำนวนทั้งหมดที่เทียบเป็น 100 จะหาค่าร้อยละจากสูตรต่อไปนี้

$$P = \frac{f}{N} \times 100$$

เมื่อ	$P$	แทน	ค่าร้อยละ
	$f$	แทน	ความถี่ที่ต้องการแปลงให้เป็นค่าร้อยละ
	$N$	แทน	จำนวนความถี่ทั้งหมด

ค่าร้อยละจะแสดงความหมายของค่าและสามารถนำค่าที่ได้ไปเปรียบเทียบได้

## ตาราง แสดงความพึงพอใจของผู้ปกครอง



รายงานผลความพึงพอใจของผู้ปกครองต่อการดำเนินการจัดงานกิจกรรม  
 “สิทธิของหนู เลี้ยงดูอย่างเข้าใจภายใต้บริบทพหุวัฒนธรรม”

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

สถานภาพ(เพศ)	ความถี่	ร้อยละ
ชาย	15	15
หญิง	85	85
อายุ	ความถี่	ร้อยละ
ต่ำกว่า 17 ปี		
18-30 ปี	30	30
31-60 ปี	70	70
60 ปี ขึ้นไป		
ระดับการศึกษา	ความถี่	ร้อยละ
ต่ำกว่า ป.6	5	5
ป.6- ม. 3	70	70
ม.6- ปวช	20	20
ปวส., อนุปริญญา	5	5
ปริญญาตรี		
สูงกว่าปริญญาตรี		
อาชีพ	ความถี่	ร้อยละ
ก่อสร้าง	1	1
ค้าขาย	14	14
รับจ้าง	58	58
ทำนา ,ไร่, สวน	20	20
รับราชการ		
อื่นๆ เช่น ธุรกิจส่วนตัว รับเหมา ฯลฯ	7	7

จากตารางที่ 1 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็น เพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 85 อีกร้อยละ 15 เป็นเพศชาย อายุ ระหว่าง 31-60 ปี เป็นส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 70 อีกร้อยละ 30 อายุระหว่าง 18-30 ปี ระดับการศึกษาส่วนใหญ่ อยู่ในระดับชั้น ป.6-ม.3 คิดเป็นร้อยละ 70 ม. 6- ปวช.ร้อยละ20 ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอาชีพ รับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 58 ทำนาร้อยละ 20 ค้าขายร้อยละ 14 ตามลำดับ

**ตารางที่ 2 ความพึงพอใจ**

รายการประเมิน	มาก		ปานกลาง		น้อย	
	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
1. เด็กในการปกครองของท่านได้รับการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ	90	6.2	10	1.9		
2. เด็กในการปกครองของท่านได้แปรงฟันหลังรับประทานอาหารกลางวัน	90	6.2	10	1.9		
3. อาหารที่จัดให้เด็กมีคุณภาพ	90	6.2	10	1.9		
4. เด็กในการปกครองของท่านได้รับการตรวจสุขภาพทุกวัน	90	6.2	10	1.9		
5. เด็กในการปกครองของท่านได้รับการประเมินพัฒนาการตามเกณฑ์อายุ	80	5.5	20	3.7		
6. ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กมีของเล่นเด็กและหนังสือนิทานเหมาะสมกับวัยและเพียงพอ	90	6.2	10	1.9		
7. มีมุมการเรียนรู้สำหรับนักเรียน	40	2.7	60	11.1		
8. ครูผู้ดูแลเด็กสามารถให้คำปรึกษาแก่ผู้ปกครองเกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็ก	80	5.5	20	3.7		
9. ศูนย์เด็กมีสถานที่เตรียม ปูรองอาหารสะอาดถูกสุขลักษณะ	20	1.4	80	14.8		
10. ศูนย์เด็กเล็กมีน้ำดื่ม น้ำใช้สะอาดพอเพียง	80	5.5	20	3.7		
11. อุปกรณ์และภาชนะใส่อาหารปลอดภัยและสะอาด	70	4.8	30	5.6		
12. ผู้ประกอบอาหารมีสุขภาพดีแต่งกายสะอาดสุขอนามัย	30	2.1	70	13.0		
13. บริเวณศูนย์เด็กเล็กมีสภาพแวดล้อมภายใน ภายนอกอาคารสะอาด และปลอดภัย	90	6.2	10	1.9		
14. ห้องน้ำ ห้องส้วม สะอาด ถูกสุขลักษณะ	50	3.4	50	9.3		
15. พื้นที่ใช้สอยจัดเป็นสัดส่วน และเพียงพอ	70	4.8	30	5.6		
16. เครื่องใช้สำหรับเด็ก สะอาดและพอเพียง	70	4.8	30	5.6		
17. ผู้ดูแลเด็กทุกคนมีสุขภาพดีทั้งร่างกายและจิตใจ	90	6.2	10	1.9		
18. มีอัตราส่วนการดูแลเด็ก เหมาะสม	60	4.1	40	7.4		
19. ครูผู้ประจำชั้นเป็นผู้มีความรู้ ความสามารถ	90	6.2	10	1.9		
20. ครูผู้ประจำชั้นเปิดโอกาสให้ผู้ปกครองและชุมชนมีส่วนร่วม	90	6.2	10	1.9		
<b>รวม</b>	1460	100.0	540	100.0		
<b>คิดเป็นร้อยละ</b>	87.6		21.6			

จากตารางที่ 2 พบว่าผู้ปกครองส่วนใหญ่ มีความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 87.6  
 พึงพอใจในระดับ ปานกลางอีกร้อยละ 21.6

## ภาพการดำเนินกิจกรรมต่างๆ

ภายใต้โครงการ “สิทธิของหนู เลี้ยงดูอย่างเข้าใจ ภายใต้บริบทพหุวัฒนธรรม”







# การเฝ้าระวัง การเจริญเติบโตของเด็ก

\* เป็นกระบวนการติดตามการเปลี่ยนแปลง  
การเจริญเติบโตของเด็กอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องเพื่อ...

- ☺ ทราบถึงสถานการณ์การเจริญเติบโตของเด็ก ☺
- ☺ นำข้อมูลมาใช้ในการกำหนดนโยบายและดำเนินการส่งเสริม  
การเจริญเติบโต ป้องกัน และแก้ไขปัญหาโภชนาการทั้งขาดและเกิน ☺
- ☺ ประเมินผลการดำเนินงานส่งเสริมการเจริญเติบโต ป้องกัน  
หรือแก้ไขปัญหา ☺

## ความสำคัญของการเฝ้าระวัง การเจริญเติบโตของเด็ก

เด็กไทยจะเติบโตได้อย่างเต็มตามศักยภาพ หากมี  
การเฝ้าระวังการเจริญเติบโตของเด็กอย่างมีคุณภาพ

\* ในกรณีที่เด็กอยู่ในระดับการเจริญเติบโตดี  
แต่มีแนวโน้มการเจริญเติบโตไม่ดี เช่น น้ำหนัก  
ส่วนสูงเพิ่มน้อย หรือน้ำหนักลดลงจะได้แก้ไข  
ได้ทันช่วงที่ก่อนที่เด็กจะเข้าสู่กลุ่มเสี่ยง และขาด  
อาหารหรืออ้วน



\* ในกรณีที่เด็กมีปัญหาโภชนาการขาดหรือเกินแล้ว จะช่วย  
ลดความรุนแรงของปัญหาได้



กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี



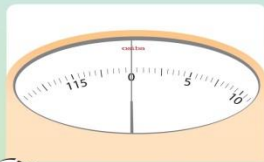
# ขั้นตอนการพิจารณา การเจริญเติบโตของเด็ก

## 1. ประเมินภาวะโภชนาการ

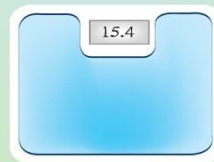
### ชั่งน้ำหนัก และวัดส่วนสูง

#### เทคนิคการชั่งน้ำหนัก

- ☺ เครื่องชั่งน้ำหนักควรมีความเหมาะสมกับเด็กและได้มาตรฐาน  
ควรเลือกที่มีความละเอียด 0.1 กิโลกรัม



☺ เครื่องชั่งแบบเข็มชนิดเริ่ม  
แบบที่มีความละเอียด 0.5 กิโลกรัม  
ซึ่งไม่เหมาะสมกับเด็ก



☺ เครื่องชั่งแบบเข็มชนิดตัวเลข  
มีความละเอียดของน้ำหนักตามแบบ  
แต่ควรเลือกที่มีความละเอียด 100 กรัม

- ☺ ชั่งน้ำหนักเมื่อเด็กยังไม่ได้รับประทานอาหารจนอิ่ม
- ☺ ถอดเสื้อผ้าที่หนาๆ ออกให้เหลือเท่าที่จำเป็น รวมทั้งรองเท้า  
ถุงเท้า ของเล่น
- ☺ เครื่องชั่งน้ำหนักแบบยืนที่มีเข็ม ผู้ที่ทำการชั่งน้ำหนักจะต้อง  
อยู่ในตำแหน่งตรงกันข้ามกับเด็กไม่ควรอยู่ด้านข้างทั้ง  
ซ้ายหรือขวาเพราะจะทำให้อ่านค่าน้ำหนัก  
มากไปหรือน้อยไปได้
- ☺ อ่านค่าให้ละเอียดมีทศนิยม 1 ตำแหน่ง  
เช่น 10.6 กิโลกรัม



# 1. ประเมินภาวะโภชนาการ ชั่งน้ำหนัก และวัดส่วนสูง

เทคนิคการวัดความยาว

เด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี

😊 เด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี ต้องวัดให้ผู้อยู่ในท่านอน  
ที่เรียกว่า **วัดความยาว** ควรจะมีผู้วัดอย่างน้อย 2 คน  
ซึ่งมีวิธีการดังนี้

- \* ถอดหมวก รองเท้าออก
- \* นอนในท่าขาและเข่าเหยียดตรง ส่วนศีรษะชิดกับไม้วัดที่  
ตั้งฉากอยู่กับที่
- \* เลื่อนไม้วัดส่วนที่ใกล้เท้าให้มาชิดกับปลายเท้าและสันเท้าที่  
ตั้งฉากกับพื้น
- \* อ่านค่าให้ละเอียดถึงทศนิยม 1 ตำแหน่ง เช่น 80.7 ซม.



กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

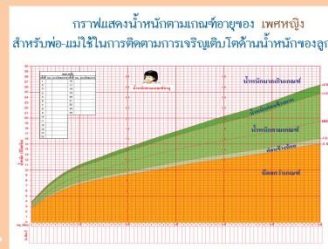
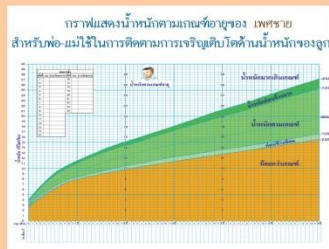
# 1. ประเมินภาวะโภชนาการ แปลผลน้ำหนัก-ส่วนสูง ภาวะโภชนาการ

## กราฟน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ

- ☹️ ใช้ดูการเจริญเติบโตโดยรวม ไม่ได้บอกชัดเจนว่าเด็กมีลักษณะของการเจริญเติบโตเป็นแบบใด
- ☹️ ไม่ใช่ในการประเมินภาวะโภชนาการเกิน

## ความหมายของภาวะโภชนาการ

ภาวะโภชนาการ	ความหมาย
น้ำหนักมากเกินเกณฑ์	ยังบอกไม่ได้ว่าเด็กอ้วนหรือไม่ ต้องตรวจสอบภาวะโภชนาการเกินโดยใช้ กราฟน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง
น้ำหนักค่อนข้างมาก	น้ำหนักอาจอยู่ในเกณฑ์เสี่ยงต่อน้ำหนักมากเกินเกณฑ์ ต้องตรวจสอบโดยใช้กราฟน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง
น้ำหนักตามเกณฑ์	น้ำหนักอยู่ในเกณฑ์การเจริญเติบโตดี
น้ำหนักค่อนข้างน้อย	น้ำหนักอยู่ในเกณฑ์เสี่ยงต่อการขาดอาหาร
น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์	น้ำหนักอยู่ในเกณฑ์ขาดอาหาร



## 2. การประเมินพฤติกรรม การบริโภคอาหาร

☺ การประเมินพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ทำให้ทราบว่า เด็กมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสมหรือไม่ เป็นข้อมูลสำหรับการให้คำแนะนำปรึกษาได้ถูกต้องตรงตามสภาพปัญหาของเด็กแต่ละคน


**แบบประเมินพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของเด็กอายุ 1-3 ปี\***

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสม	ปฏิบัติ	ไม่ปฏิบัติ
1. กินอาหารเข้าที่มีกลุ่มอาหารอย่างน้อย 2 กลุ่ม คือ กลุ่มข้าว-แป้ง และเนื้อสัตว์ ทุกวัน		
2. กินอาหารหลัก วันละ 3 มื้อ (เช้า กลางวัน เย็น) ทุกวัน		
3. กินอาหารว่าง วันละ 2 ครั้ง (ช่วงสาย และ ช่วงบ่าย) ทุกวัน		
4. ปริมาณอาหารที่บริโภคในแต่ละกลุ่ม		
4.1 กินอาหารกลุ่มข้าว-แป้ง วันละ 3 ทัพพี ทุกวัน		
4.2 กินอาหารกลุ่มผักวันละ 2 ทัพพี ทุกวัน		
4.3 กินอาหารกลุ่มผลไม้ วันละ 3 ส่วน ทุกวัน		
4.4 กินอาหารกลุ่มเนื้อสัตว์ วันละ 3 ซ้อน กินข้าวทุกวัน		
4.5 ต้มเมล็ด วันละ 2 แก้วหรือคอกุ้ง ทุกวัน		
5. กินอาหารที่เป็นแหล่งธาตุเหล็ก เช่น ตับ เนื้อ เนื้อสัตว์ โดยเฉพาะเนื้อแดง สัปดาห์ 1-2 ครั้ง		
6. ใช้เกลือหรือน้ำปลาเสริมไอโอดีนในการปรุงอาหารทุกครั้ง		
7. กินยาเสริมธาตุเหล็กสัปดาห์ละ 1 ครั้งๆ ละ 1 ซ้อนชา สำหรับเด็กที่มีการเจริญเติบโตดี หรือกินทุกวันๆ ละ 1 ซ้อนชา สำหรับเด็กที่ขาดอาหารและกลุ่มเสี่ยง		
8. กินอาหารประเภทผัก ทอด และกะทิ ไม่มากกว่า 4 อย่างต่อวัน สำหรับเด็กที่มีการเจริญเติบโตดี เด็กอื่นไม่มากกว่า 2 อย่างต่อวัน และ เด็กขาดอาหารมากกว่า 4 อย่างต่อวัน		
9. กินขนมกรุบกรอบ ปลาแห้งโปรรส เครื่องดื่มที่มีรสหวาน น้ำอัดลม ไอศกรีมหวานเย็น ลูกอม เยลลี่ นมผงแข็ง ช็อคโกแลต ขนมปังเวเฟอร์ รวมกับไม่เกิน 2 ชนิดๆ ละ 1 ท่อเล็ก/แก้ว/ อัน/เม็ด/แท่ง ต่อวัน		
10. ไม่กินเนื้อสัตว์ติดมัน เช่น ทุยสามชั้น ขาหมู กอหมู หมูขี้เก๋ หนังกุ้ง ทุกวัน		
11. ไม่ดื่มเครื่องดื่มปรุงรสเทียม เช่น น้ำปลา ซอว์ เม็ทท์ ในอาหารที่ปรุงสุกแล้ว ทุกครั้ง		

**แบบประเมินพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของเด็กอายุ 4-5 ปี\***

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสม	ปฏิบัติ	ไม่ปฏิบัติ
1. กินอาหารเข้าที่มีกลุ่มอาหารอย่างน้อย 2 กลุ่ม คือ กลุ่มข้าว-แป้ง และเนื้อสัตว์ ทุกวัน		
2. กินอาหารหลัก วันละ 3 มื้อ (เช้า กลางวัน เย็น) ทุกวัน		
3. กินอาหารว่าง วันละ 2 ครั้ง (ช่วงสายและ ช่วงบ่าย) ทุกวัน		
4. ปริมาณอาหารที่บริโภคในแต่ละกลุ่ม		
4.1 กินอาหารกลุ่มข้าว-แป้ง วันละ 6 ทัพพี ทุกวัน		
4.2 กินอาหารกลุ่มผักวันละ 3 ทัพพี ทุกวัน		
4.3 กินอาหารกลุ่มผลไม้ วันละ 3 ส่วน ทุกวัน		
4.4 กินอาหารกลุ่มเนื้อสัตว์ วันละ 3 ซ้อน กินข้าวทุกวัน		
4.5 ต้มเมล็ด วันละ 2-3 แก้วหรือคอกุ้ง ทุกวัน		
5. กินอาหารที่เป็นแหล่งธาตุเหล็ก เช่น ตับ เนื้อ เนื้อสัตว์ โดยเฉพาะเนื้อแดง สัปดาห์ 1-2 ครั้ง		
6. ใช้เกลือหรือน้ำปลาเสริมไอโอดีนในการปรุงอาหารทุกครั้ง		
7. กินยาเสริมธาตุเหล็กสัปดาห์ละ 1 ครั้งๆ ละ 1 ซ้อนชา สำหรับเด็กที่มีการเจริญเติบโตดี หรือกินทุกวันๆ ละ 1 ซ้อนชา สำหรับเด็กที่ขาดอาหารและกลุ่มเสี่ยง		
8. กินอาหารประเภทผัก ทอด และกะทิ ไม่มากกว่า 4 อย่างต่อวัน สำหรับเด็กที่มีการเจริญเติบโตดี เด็กอื่นไม่มากกว่า 2 อย่างต่อวัน และ เด็กขาดอาหารมากกว่า 4 อย่างต่อวัน		
9. กินขนมกรุบกรอบ ปลาแห้งโปรรส เครื่องดื่มที่มีรสหวาน น้ำอัดลม ไอศกรีมหวานเย็น ลูกอม เยลลี่ นมผงแข็ง ช็อคโกแลต ขนมปังเวเฟอร์ รวมกับไม่เกิน 2 ชนิดๆ ละ 1 ท่อเล็ก/แก้ว/ อัน/เม็ด/แท่ง ต่อวัน		
10. ไม่กินเนื้อสัตว์ติดมัน เช่น ทุยสามชั้น ขาหมู กอหมู หมูขี้เก๋ หนังกุ้ง ทุกวัน		
11. ไม่ดื่มเครื่องดื่มปรุงรสเทียม เช่น น้ำปลา ซอว์ เม็ทท์ ในอาหารที่ปรุงสุกแล้ว ทุกครั้ง		







## 4. การนำข้อมูลมาใช้ประโยชน์

### 4.1 กำหนดนโยบายและวางแผนการดำเนินงาน

- รวบรวมข้อมูลการเจริญเติบโตและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กในแต่ละพื้นที่ ได้แก่ ระดับหมู่บ้าน ศูนย์เด็กเล็ก ตำบล อำเภอ จังหวัด นำมาวิเคราะห์เพื่อดูความชุกและแนวโน้มของเด็กที่มีการเจริญเติบโตดี หรือ เด็กที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง เด็กขาดอาหาร และเด็กอ้วน
- รวบรวมข้อมูลที่เป็นปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมภาวะโภชนาการ และสาเหตุที่ก่อให้เกิดปัญหาทุพโภชนาการ ได้แก่ ข้อมูลด้านสุขภาพอนามัย ข้อมูลทางเศรษฐกิจ และข้อมูลความมั่นคงทางอาหาร (Food security)
- ภาคี/เครือข่ายที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วนร่วมกันวิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลแล้วนำมากำหนดนโยบาย กลยุทธ์ และวางแผนการดำเนินงานส่งเสริมภาวะโภชนาการ ป้องกันและแก้ไขปัญหา

### 4.2 ประเมินโครงการหรือการดำเนินงาน

- ข้อมูลภาวะการเจริญเติบโตของเด็ก ใช้ในการประเมินผลการดำเนินงาน เพื่อดูว่ามีแนวโน้มเป็นอย่างไรดีขึ้น เท่าเดิมหรือแย่ลง จะได้ปรับปรุงหรือเปลี่ยนกลวิธีการดำเนินงานใหม่

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี