



โรงเรียนอนุบาลแสงอารีย์
Sangaree Kindergarten

พ่อแม่ใจดี ใจดี
สร้างสรรค์ความคิด ทางการศึกษา

จุลสารสายสัมพันธ์แสงอารีย์ ฉบับที่ 176 เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ.2565



ตรวจประเมินสุขาภิบาลอาหารโรงเรียน ครั้งที่ 1/2565
โดยฝ่ายสิ่งแวดล้อมและสุขาภิบาล สำนักงานเขตราชบุรีบูรณะ
เมื่อวันที่ 28 มกราคม 2565

โรงเรียนอนุบาลแสงอารีย์ เลขที่ 4 ซอยประชาอุทิศ 29 ถนนประชาอุทิศ

แขวง/เขต ราชบุรีบูรณะ กรุงเทพมหานคร 10140 โทร.(02)427-9875

www.sangaree.ac.th E-mail : sangaree@sangaree.ac.th Facebook : อนุบาลแสงอารีย์

สวัสดีปีใหม่สำหรับผู้ปกครองทุกท่านนะคะ ช่วงนี้ค่าฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM2.5 เป็นอันตรายต่อสุขภาพ และเชื้อไวรัสโคโรน่าด้วย ดูแลสุขภาพของเด็กๆ และตัวท่านเองกันด้วยนะคะ ขอเชิญผู้ปกครองติดตามข่าวสารที่น่าสนใจในปัจจุบันกันนะคะ

ปรัชญาโรงเรียน	คอลัมน์	เรื่อง	หน้า
ส่งเสริมความเป็นไทย IQ	ทั่วทิศทั่วไทย	วัคซีนป้องกันโควิด-19 ในเด็ก และภาวะ MIS-C หลังป่วย	1
เฝ้าหาคามรู้ IQ AQ SQ	ข่าวสารโรงเรียน	กิจกรรมของโรงเรียน	6
	สรรหามาเล่า	เรื่องที่ 1 พ่อแม่ต้องรู้ ลูกคิดเป็น วางแผนเก่ง และต้องส่งเสริมความกิจกรรมในทุกวัน	11
		เรื่องที่ 2 “EF” เคล็ดลับสร้างลูกให้ฉลาดสมวัย	15
	ลับสมองคุณหนู	ฝึกสมองประลองปัญญา	20
	เรื่องของคุณหนู	ผลงานสร้างสรรค์ของเด็กๆ	24
ควบคุมจริยธรรม MQ	ของดีข้างวัด	เด็กๆ ก็ทำได้! 5 วิธีสอนเด็กให้รักธรรมชาติ อนุรักษ์สิ่งแวดล้อม	26
นิยามความสุข EQ	คุณหนูเค้า..งี้!	หัวเราะกับความน่ารักของเด็กๆ	28

บ.ก.+ครูจیب/คอลัมน์+ครูปุก+ครูตึง,ครูพัก,ครูสุชาดา,ครูเจมส์/พิมพ์+ครูเงา/ตรวจทาน+ครูนก,ครูตุ๋

^ทั่วทิศทั่วไทย^

วัคซีนป้องกันโควิด-19 ในเด็ก และภาวะ MIS-C หลังป่วย



[ว่าด้วยเรื่องวัคซีนป้องกันโควิด-19 ในเด็ก และภาวะ MIS-C หลังป่วย : คุยกับหมออร \(เพจเลี้ยงลูกโตไปด้วยกันกับหมออร Hormone for Kids กุมารแพทย์ต่อมไร้ท่อ\)](#)

หลังจากอ่านวาทะเกี่ยวกับการฉีดวัคซีนป้องกันโควิด-19 ในผู้ใหญ่กันมาหลายเดือน ก็ถึงคราวที่ฉันพร้อมคุณแม่ต้องมองหาข้อมูลวัคซีนที่จะฉีดให้เด็กๆ กันบ้าง เพราะการฉีดวัคซีนมีส่วนสำคัญที่จะช่วยลดการติดเชื้อในเด็ก และช่วยให้เด็กๆ สามารถกลับไปใช้ชีวิตได้ตามปกติอย่างที่เราควรเป็น

เพราะนอกจากโควิด-19 จะทำให้เด็กๆ สูญเสียโอกาสในการเรียนรู้และใช้ชีวิตตามช่วงวัยของเขาแล้ว เด็กๆ ที่เคยได้ติดเชื้อโควิด-19 ยังมีความเสี่ยงที่จะเกิดภาวะ MIS-C หลังป่วยต่อไปได้

วันนี้เราจึงชวน **คุณหมออร-พญ.กัลย์สุดา อริยะวัตรกุล** จากเพจ [เลี้ยงลูกโตไปด้วยกันกับหมออร Hormone for Kids กุมารแพทย์ต่อมไร้ท่อ](#) มาช่วยคลายข้อสงสัยเรื่อง วัคซีนป้องกันโควิด-19 ในเด็ก และภาวะ MIS-C ที่เกิดขึ้นได้กับเด็กๆ แม้จะหายจากโรคโควิด-19 แล้วก็ตาม

สถานการณ์การระบาดของโรค โควิด-19 ในเด็กของเด็กลูกตอนไหนเป็นอย่างไร

ถ้าดูตัวเลขของเด็กลูกตอนไหนจะเห็นว่ามีการติดเชื้อเพิ่มขึ้นทุกวัน สัดส่วนของเด็กลูกตอนไหนไม่เหมือนปีที่แล้ว ตั้งแต่เดือนมิถุนายนจำนวนเด็กลูกติดเชื้อติดขี้นมาชัดเจนมาก ยอดสะสมคนไข้เด็กลูกตอนไหนน่าจะเลยแสนรายไปแล้ว อัตราส่วนจะเป็นร้อยละ 25 หรือประมาณหนึ่งในสี่ของยอดผู้ป่วยใหม่ เอาง่ายๆ คือถ้ามีผู้ป่วยโควิดสักคนก็จะมีคนไข้เด็กลูกด้วยหนึ่งคน

คนไข้เด็กลูกจะมีทุกกลุ่มอายุ ตั้งแต่แรกเกิดไปจนถึงอายุ 18 ปี เด็กเพิ่งคลอดไม่กี่วันก็ติดเชื้อได้แล้ว แต่ที่พบมากที่สุดจะเป็นเด็กลูกโตอายุ 12-18 ปี รองลงมา 6-12 ปี และสุดท้ายคือ 1-6 ปี

ส่วนใหญ่การติดเชื้อจะมาจากรอบครอบครัว เพราะว่าช่วงนี้เด็กไม่ได้ไปโรงเรียน เด็กอยู่บ้าน เพราะฉะนั้นเด็กลูกติดเชื้อก็มักจะมาจากผู้ใหญ่ในบ้านที่ยังต้องออกไปทำงานและรับเชื้อเข้ามาในบ้าน ซึ่งตอนอยู่บ้านก็ไม่ได้ใส่หน้ากากอนามัยทำให้แพร่เชื้อใส่กันได้ง่าย แต่อย่างที่รู้กัน เด็กลูกติดเชื้อโควิด-19 มักจะไม่ค่อยมีอาการหรือมีอาการน้อยมาก นับเป็นผู้ป่วยสีเขียว โดยเฉพาะเด็กที่สุขภาพแข็งแรงส่วนใหญ่มักจะหายได้เอง ไม่ค่อยมีอาการหนักเหมือนกับผู้ใหญ่ ส่วนเด็กที่เสียชีวิตจะเป็นเด็กที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยงหรือ 7 โรคเรื้อรังต่างๆ

แสดงว่าต่อให้เชื้อจะพัฒนาสายพันธุ์มาจากปีที่แล้ว อาการโควิด-19 ในเด็กลูกก็ยังคงไม่รุนแรง

ในตัวโรคไม่ได้เป็นหนักขึ้น ที่เสียชีวิตคือเด็กที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง 7 โรคเรื้อรัง แต่อาจจะเคยเห็นข่าวว่ามีเด็กอายุ 13 ปี จากจังหวัดกระบี่ป่วยโควิดแล้วเสียชีวิต อันนั้นจะเป็นอีกภาวะหนึ่งเรียกว่า MIS-C ซึ่งกำลังเป็นที่พูดถึงเยอะมาก

MIS-C ย่อมาจาก Multisystem Inflammatory Syndrome in Children เป็นภาวะการอักเสบของหลายๆ ระบบในร่างกาย ส่วนใหญ่จะพบหลังจากเด็กเป็นโรคโควิด-19 ไปแล้วในระยะเวลาหนึ่ง โดยทั่วไปจะเกิดขึ้นตามหลังหลายสัปดาห์ หรือประมาณหนึ่งเดือน ซึ่งเป็นภาวะที่ค่อนข้างรุนแรงและซีเรียส เพราะเด็กบางคนอาจเสียชีวิตจากภาวะนี้ได้

ดังนั้นเราจะต้องแยกการป่วยออกสองเทอม ตอนติดเชื้ออาการอาจจะไม่หนัก แต่พอติดเชื้อผ่านไป แล้วช่วงเวลาหนึ่ง เด็กอาจเกิดภาวะ MIS-C ขึ้นได้

ในปีที่แล้วเราแทบจะไม่เจอภาวะนี้เลย เพราะคนไข้ที่เป็นเด็กยังจำนวนน้อยมาก แต่พอเป็นปีนี้ เด็กลูกติดเชื้อมากขึ้น ก็เลยพบภาวะ MIS-C มากขึ้นเป็นเงาตามตัว

ภาวะ MIS-C เกิดจากอะไร

ต้องเข้าใจก่อนว่า MIS-C ไม่ได้เกี่ยวกับเชื้อที่ทำให้เกิดโรคโควิดเลย เด็กที่มีภาวะ MIS-C อาจไม่มีเชื้อหลงเหลืออยู่แล้ว เพียงแต่ร่างกายมีการตอบสนองต่อภูมิคุ้มกันที่ผิดปกติ หลังจากการติดเชื้อที่ผ่านมา

หลายคนเข้าใจว่าเป็นเพราะมีเชื้อหลงเหลืออยู่ จึงเกิด MIS-C ขึ้น หรือแม้แต่บางคนคิดว่าเป็นเพราะเด็กไม่ได้รับยาฟาวิพิราเวียร์หรือเปล่า คำตอบคือไม่ใช่ทั้งหมดเลย เด็กที่ป่วยโควิด-19 แล้วไม่

มีอาการ ก็ไม่จำเป็นที่จะต้องได้รับการพยาบาลวิปริตเวียร์ เขาสามารถหายเองได้ เพราะฉะนั้นการไม่ได้รับการ
จึงไม่เกี่ยวกับการเกิดภาวะ MIS-C

แต่ MIS-C เกิดจากกลไกภูมิคุ้มกันของร่างกายมีการตอบสนองหรือแสดงออกที่ผิดปกติ ทำให้
เกิดการอักเสบในหลายระบบของร่างกาย ซึ่งอาการในเด็กที่เราสงสัยตอนนี้คือมีไข้สูงต่อเนื่องนานเกิน
3-5 วัน มีอาการปวดท้อง อาเจียน ถ่ายเหลว ผื่นขึ้น ตาแดงหรือที่เรียกว่าเยื่อตาอักเสบ บางคน
อาจจะมือเท้าบวม และต่อมน้ำเหลืองโต ซึ่งหากมีประวัติว่าเคยติดเชื้อโควิด-19 เราจะสงสัยว่าเป็นภาวะ
MIS-C ได้เลยทันที

ถ้าถามว่าเป็นเรื่องใหม่สำหรับหมอเด็กหรือเปล่า จริงๆ มันคล้ายกับโรคที่รู้จักกันดีอยู่แล้วอย่างโรค
คาวาซากิ คือเป็นลักษณะอาการอักเสบของหลายระบบในร่างกาย ทำให้มีภาวะแทรกซ้อนในหลอด
เลือดหัวใจ เพียงแต่มีความแตกต่างกันที่ MIS-C พบในเด็กตั้งแต่เด็กเล็กจนถึงอายุ 21 ปี เลย
ส่วนคาวาซากิมักจะพบในเด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปีเท่านั้น เพราะฉะนั้น MIS-C เป็นภาวะที่หมอเด็ก
คุ้นเคยกันอยู่แล้ว อย่างโรงพยาบาลที่หมอยกมาให้มีเคสเด็กเคยติดเชื้อโควิด-19 เมื่อเดือนที่แล้ว และ
กลับมามีอาการไข้สูง ปวดท้อง อาเจียน ถ่ายเหลว ผื่นขึ้น ตาแดง เราก็สงสัย เลยตรวจค่าความ
อักเสบเพิ่ม และตรวจ Echo ดูการทำงานของหัวใจว่าผิดปกติไหม แล้วรีบทำการรักษาทันที
หากรักษาได้ทัน่วงทีก็ไม่ได้อันตรายจนถึงแก่ชีวิต

ก็มีกลุ่มที่รุนแรงจนเสียชีวิต แม้จะให้การรักษาเต็มที่เหมือนกัน แต่ส่วนใหญ่นี่จะรักษาและหาย
ได้ อย่างในประเทศไทยมีหลายเคสอาการอักเสบอยู่แล้ว เราก็จะเทียบเคียงกับการรักษาโรคคาวาซากิ แล้ว
มาประยุกต์ใช้รักษาภาวะนี้

นอกจากปัญหาสุขภาพ คุณหมอมองคิดว่า โควิด-19 ส่งผลกระทบต่อเด็กๆ อย่างไรบ้าง

มีอีกแน่นอน ไม่ว่าจะถูกจำกัดกิจกรรม ไม่สามารถออกไปนอกบ้านได้ ไม่สามารถไปโรงเรียนได้
ไม่สามารถใช้ชีวิตได้ตามปกติ อันนี้เด็กไม่ป่วยก็ได้รับผลกระทบเหมือนกันหมด

เด็กที่ป่วยก็ยิ่งหนักเข้าไปอีก เพราะจะมีกรณีที่ไม่ป่วย แต่ลูกป่วย หรือพ่อแม่ป่วยและอาการ
หนัก ลูกก็ต้องไปอยู่กับคนอื่น ยิ่งเด็กเล็กที่ต้องพึ่งพาพ่อแม่เป็นหลัก การที่เขายู่กับคนแปลกหน้า
หรือต้องกักตัวในโรงพยาบาลที่ไม่คุ้นเคย ไม่สนิทให้เขาวิ่งเล่น ไม่สนิทของเล่น ย่อมมีผลต่อพัฒนาการ
และจิตใจ แม้จะมีเรื่อง Home Isolation เข้ามา เด็กก็ยังไม่ออกไปไหนไม่ได้เหมือนกัน มันมีผลต่อ
ชีวิตของเด็กมาก อย่างเด็กเล็กก็ไม่ได้ออกไปไหน ส่วนเด็กโตก็ไม่ได้ไปเจอเพื่อน อยู่แต่บ้านก็จะติด
หน้าจอ อ้วนขึ้น คือชีวิตมันรวนไปหมดเลย

เด็กๆ ก็เลยจำเป็นจะต้องได้รับวัคซีนป้องกันโควิด-19 เหมือนกัน

ถ้าเป็นเมื่อก่อนก็จะคิดว่าไม่จำเป็นเพราะเด็กเป็นกันน้อยและอาการไม่รุนแรงเหมือนผู้ใหญ่ แต่
ตอนนี้เราจะต้องมาคิดกันใหม่ เพราะเด็กอาจเกิดภาวะ MIS-C ตามมาได้ ดังนั้นคำแนะนำเกี่ยวกับ
วัคซีนป้องกันโควิด-19 ในเด็ก จึงปรับใหม่

อย่างตอนแรกประกาศที่ออกมาคือแนะนำให้เด็กอายุ 16-18 ปี ฉีดวัคซีนชนิด mRNA ทุกคน ทั้งเด็กสุขภาพดีและเด็กที่มี 7 กลุ่มโรคเสี่ยง เพราะวิถีชีวิตไลฟ์สไตล์ของเขาใกล้เคียงกับผู้ใหญ่มาก และผลข้างเคียง เช่น กล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ ที่พบน้อยกว่าในเด็กอายุ 12-15 ปี เพราะฉะนั้นข้อมูลที่ออกมาตอนแรกจึงยังไม่แนะนำให้เด็กอายุ 12-15 ปี ฉีดวัคซีน mRNA แต่ถามว่าฉีดได้ไหม ฉีดได้ เพราะวัคซีนได้รับการอนุมัติให้ใช้กับเด็กตั้งแต่อายุ 12 ปี ขึ้นไปได้ เพียงแต่ท่าทีกังวลในผลข้างเคียงที่อาจจะเกิดขึ้น เพราะมีข้อมูลชัดเจนว่าผลข้างเคียงมักพบจากการฉีดวัคซีนเข็มสองมากกว่าเข็มหนึ่ง และมีโอกาสเกิดขึ้นในผู้ชายมากกว่าผู้หญิงหลายเท่า

แต่พอมีเรื่อง MIS-C เข้ามา จึงไม่มีใครอยากให้เด็กเสี่ยง บวกกับอยากให้เด็กๆ ได้กลับไปเรียน ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์ฯ จึงปรับคำแนะนำใหม่ ให้เด็กปกติสุขภาพดีอายุ 12-15 ปี ฉีดวัคซีน mRNA โดยที่เด็กผู้หญิงสามารถฉีดวัคซีนสองโดส ห่างกันอย่างน้อย 3 สัปดาห์ ส่วนเด็กผู้ชายให้ฉีดเข็มแรก และชะลอการฉีดเข็มสอง จนกว่าจะมีคำแนะนำเพิ่มเติม ([อ่านคำแนะนำจากราชวิทยาลัยกุมารแพทย์ฯ](#)) อีกทั้งยังแนะนำว่าให้งดออกกำลังกายหนักหลังฉีดวัคซีนเป็นเวลา 1 สัปดาห์

กล้ามเนื้อหัวใจอักเสบที่เกิดจากการฉีดวัคซีนน่ากังวลมากแต่ไหน และสามารถรักษาได้หรือเปล่า

ข้อมูลล่าสุดคือสามารถรักษาให้หายเป็นปกติได้ และยังไม่มีการพบรุนแรงจนเสียชีวิต มีโอกาสเกิดน้อย ถ้าเป็นตัวเลขก็ประมาณ 60 คนในล้านคน แต่ถึงจะเกิดน้อยก็ต้องบอกให้รู้เอาไว้

ที่ไม่รู้เลยคือระยะยาวมันจะมีอะไรเกิดขึ้นกับหัวใจ เช่น เกิดพังพืดไหม ซึ่งเป็นเรื่องที่พ่อแม่หลายคนก็กังวล หมอเด็กเองก็คิดประเด็นนี้เหมือนกัน

ในอนาคตอาจจะมีการลดปริมาณวัคซีนที่ฉีดให้เด็ก เพื่อให้ผลข้างเคียงลดลง เพราะทุกวันนี้ฉีดให้เด็ก 0.3 มิลลิลิตร เท่ากับผู้ใหญ่ แต่ที่อเมริกาก็มีการฉีดไฟเซอร์ให้กับเด็กอายุ 5-11 ปี แต่ลดปริมาณลงเหลือโดสละ 0.1 มิลลิลิตร และเขายังไม่พบผลข้างเคียงเรื่องกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ แต่ก็ยังใช้ยืนยันไม่ได้เพราะเพิ่งฉีดไปแค่หลักพันคน

ตอนที่วัคซีนไฟเซอร์อยู่ในงานวิจัยเฟสสาม ก็ยังไม่เจอผลข้างเคียงกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ เพราะฉีดแค่หลักพันคน แต่พอฉีดหลักล้านคนก็เริ่มเจอเยอะขึ้น ซึ่งส่วนใหญ่มักเกิดกับผู้ชายอายุประมาณ 12-30 ปี และพบในคนที่อายุน้อยมากกว่า ส่วนผู้หญิงถือว่าพบน้อยมาก จึงไม่น่ากังวลเท่าไรนัก แต่ในส่วนของวัคซีนเชื้อตายอย่างซิโนฟาร์มก็เริ่มมีการฉีดให้เด็กในประเทศไทย

จริงๆ ซิโนฟาร์ม มีข้อมูลน้อยมาก การทดลองอยู่แค่ประมาณเฟสหนึ่งกับเฟสสอง คือกลุ่มประชากรที่ทดสอบน้อย ปกติวัคซีนที่จะได้รับการอนุมัติใช้ในวงกว้าง อย่างน้อยก็ต้องมีการทดลองไปจนถึงเฟสสาม แปลว่าต้องมีการเก็บข้อมูลในเด็กหลักพันขึ้นไป อย่างงานวิจัยวัคซีนชนิด mRNA ก็ประมาณสามพันคน เพราะฉะนั้นซิโนฟาร์มกับซิโนแวคเลยไม่ได้รับการอนุมัติจาก ออย. ว่าให้ใช้ในเด็กตั้งแต่อายุ 3-17 ปีได้

แต่ถามว่าฉีดได้ไหม ฉีดได้ แต่ต้องเป็นในรูปแบบของงานวิจัยเท่านั้น แปลว่าจริงๆ แล้วจะต้องมีการทดลอง ต้องผ่านคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย และก่อนฉีดก็ต้องให้ข้อมูลพ่อแม่

ถ้าเด็กอายุเกิน 7 ปีขึ้นไปแต่ยังไม่ถึง 18 ปี จะต้องมีเอกสารให้เด็กเซ็น และมีเอกสารที่พ่อแม่ต้องเซ็น พร้อมก็มีเอกสารข้อมูลว่างานวิจัยนี้คืออะไร ทำไปเพื่อวัตถุประสงค์อะไร อาสาสมัครจะต้องปฏิบัติตัวอย่างไร และถ้าเกิดผลข้างเคียงขึ้นใครจะเป็นคนรับผิดชอบ

สุดท้ายแล้วการฉีดวัคซีนจะทำให้สถานการณ์ของเด็กๆ กลับไปสู่สภาวะเหมือนเดิมได้ไหม

เกิดได้อยู่แล้วจริงๆ วัคซีนเป็นส่วนหนึ่งในการผลักดันให้เด็กกลับไปสู่ระบบโรงเรียนเหมือนเดิม เพราะแผนของการเรียนออนไลน์นั้นอาจจะไม่เวิร์ก และยิ่งเด็ก ม.6 ที่ต้องสอบแอดมิชชัน ยิ่งไงก็ต้องเกิดการรวมตัวเด็กเป็นพันคน เพราะฉะนั้นก็ต้องมีการฉีดวัคซีนเข้ามา

ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์ฯ เลยพยายามสนับสนุนให้เด็กฉีดวัคซีนมากขึ้น โดยคำนึงถึงความปลอดภัยเป็นหลัก คือมันจะต้องบาลานซ์ประโยชน์กับโทษให้ดี ถ้าทราบได้ประโยชน์มันได้มากกว่าโทษ เมื่อมีข้อมูลใหม่อัปเดต ก็จะช่วยๆ ปรับคำแนะนำให้ใหม่ไปเรื่อยๆ

ที่มา : aboutmom.co.th

ข่าวสารโรงเรียน

ฝ่ายอำนวยการ

=> งานบริหารจัดการ



เนื่องจากโควิด-19 สายพันธุ์ โอมิครอน กำลังแพร่ระบาด โรงเรียนจึงเพิ่มมาตรการป้องกันการแพร่ระบาดให้เข้มแข็งขึ้นโดย ขอผลตรวจ ATK ของเด็ก และบุคลากรทุกคน ทุกต้นสัปดาห์ จนกว่าจะมีการเปลี่ยนแปลง



วันศุกร์ที่ 28 มกราคม 2565 โรงเรียนได้รับการตรวจประเมินสุขาภิบาลอาหารโรงเรียน ครั้งที่ 1/2565 โดยฝ่ายสิ่งแวดล้อมและสุขาภิบาล สำนักงานเกษตรอำเภอบรรพตพิสัย

ฝ่ายอำนวยการ

=> งานธุรการ



ผู้ปกครองสามารถชำระค่าเล่าเรียน โดยผ่านช่องทางต่างๆ ได้ดังนี้

1. โดยการโอนเงินผ่านธนาคาร **ชื่อบัญชี โรงเรียนอนุบาลแสงอาทิตย์**

- ธนาคารทหารไทย จก.(มหาชน) สาขาถนนประชาอุทิศ เลขที่ 153-2-05443-2

- ธนาคารกรุงไทย สาขาถนนประชาอุทิศ (ทุ่งครุ) เลขที่ 465-0-18657-9

หลังจากโอนเงินเรียบร้อยแล้วกรุณาส่งมาที่ E-mail : sangaree@sangaree.ac.th, หรือ Line คุณครูประจำชั้น

2. ผู้ปกครองสามารถชำระด้วยเงินสด หรือด้วยบัตรเครดิตที่โรงเรียนได้นะคะ

และกรุณาเรียกใบเสร็จรับเงินจากเจ้าหน้าที่ทุกครั้งนะคะ



กรณีผู้ปกครองที่ฝากค่าเล่าเรียนมาที่บุคลากรของโรงเรียน กรุณาเรียกใบเสร็จรับเงินจากบุคลากร

ท่านั้นทุกครั้งนะคะ มิฉะนั้นทางโรงเรียนจะไม่รับผิดชอบค่ะ



ผู้ปกครองนักเรียนอนุบาล 3 ที่ต้องการขอใบรับรองการเรียน ขอความกรุณาชำระค่าเรียนทั้งหมดก่อนนะคะ และสามารถขอใบรับรองได้ใหม่เกินคนละ 2 ฉบับ หากต้องการเพิ่มเติมจะมีค่าใช้จ่ายฉบับละ 100 บาทค่ะ และสำหรับผู้ปกครองนักเรียนระดับชั้นอื่น ที่ต้องการขอใบรับรองการเรียน จะมีค่าใช้จ่ายในการออกเอกสารฉบับละ 100 บาทค่ะ

ฝ่ายอำนวยความสะดวก

=> งานบุคลากร



ฝ่ายอำนวยความสะดวก

=> งานอาคาร

เรื่องการจอดรถรับ-ส่งนักเรียน



ผู้ปกครองสามารถรับ-ส่งนักเรียนกับครูเวรโดยไม่ต้องลงจากรถ ได้ที่ประตูโรงเรียนทั้งฝั่งอนุบาล และฝั่งเตรียมอนุบาล หากมีความประสงค์จะจอดรถ สามารถจอดได้ที่ (ลานตลาดหน้าตึกเก่า) ตรงที่มีป้ายชื่อโรงเรียนเท่านั้นนะคะ ถึง 10.00 น. ผู้ปกครองสามารถจอดรถได้ตลอดแต่ไม่จอดรถทั้งวันค่ะ โดยไม่มีค่าใช้จ่ายค่ะ

กรณีโรงเรียนมีกิจกรรม ผู้ปกครองสามารถจอดรถได้ ถึงเวลา 12.00 น. โดยไม่มีค่าใช้จ่ายที่ลานตลาดหน้าตึกเก่า, ป้ายแก๊ส (เลยซอยประชาอุทิศ 29 ประมาณ 30 เมตร อยู่ฝั่งเดียวกับโรงเรียน)

หมายเหตุ :

- ผู้ปกครองที่จอดรถในป้ายแก๊ส (เลยซอยประชาอุทิศ 29 ประมาณ 30 เมตร) ทางโรงเรียนจัดบริการรถรับ-ส่ง ในวันที่โรงเรียนมีกิจกรรมนะคะ

- ผู้ปกครองที่จะจอดรถในสถานที่ดังกล่าว สามารถมาขอรับสติ๊กเกอร์ติดรถยนต์ได้ที่ห้องธุรการค่ะ
- ผู้ปกครองต้องติดสติ๊กเกอร์โรงเรียนที่กระจกหลังของรถ

ขอความร่วมมือ ท่านผู้ปกครอง **ไม่จอดรถริมกำแพง เพื่อป้องกันการจราจรติดขัดในซอย** ทางโรงเรียนต้องขอภัยเป็นอย่างสูงในความไม่สะดวกนะคะ



โรงเรียนขอแจ้งเส้นทางลัด ดังนี้

- ซอยประชาอุทิศ 29 สามารถออกซอยประชาอุทิศ 27 ได้
- ซอยประชาอุทิศ 27 สามารถตรงไปสุดซอย หากเลี้ยวขวาออกซอยประชาอุทิศ 33 หากเลี้ยวซ้าย ออกซอยสุขสวัสดิ์ 62 ได้ค่ะ



จุดรับ-ส่งนักเรียน

ทางโรงเรียนขอความร่วมมือจากผู้ปกครองทุกท่าน ไม่ขึ้นอาคารเรียน ให้รับ-ส่งนักเรียนในบริเวณที่ทางโรงเรียนกำหนดไว้ให้ ขอขอบคุณในความร่วมมือค่ะ



รายการอาหารกลางวัน ประจำเดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ.2565



รายการอาหารประจำสัปดาห์ที่ 1

วัน	อาหารนักเรียน				
	อาหารเช้า	อาหารว่างเช้า	อาหารกลางวัน ขนมหวาน	อาหาร ว่างบ่าย	อาหารเย็น
อ.1 ก.พ. 65	ข้าวต้มทรงเครื่อง	นม UHT+ขนมปัง ทาแยม	ผัดผักกะโรชี+น้ำซุปรว วุ้นน้ำหวาน	ผลไม้	ก๋วยเตี๋ยวผัดซีอิ้ว
พ.2 ก.พ. 65	โจ๊กไก่	นม UHT+ขนมปัง สอดไส้ครีม	ข้าวสวย+ต้มจับฉ่าย+ ข้าวเหนียวเปียกข้าวโพด	ผลไม้	ข้าวสวย+ไก่ทอด กระเทียม
พ.3 ก.พ. 65	ซูปม์กะโรชี	นม UHT+ขนมปัง ทาแยม	ข้าวสวย+แกงจืดไข่+ ปูอัด+บัวลอยน้ำกะทิ	ผลไม้	ข้าวสวย+ผัดบวบ ใส่ไข่
ศ.4 ก.พ. 65	ข้าวต้ม+ไข่เจียว ใส่ต้นหอม	นม UHT+ขนมปัง แครกเกอร์	เส้นหมี่น้ำหมูสับ+ เต้าหู้	ผลไม้	ข้าวผัดใส่กรอก+ น้ำซุปรว

รายการอาหารประจำสัปดาห์ที่ 2

วัน	อาหารนักเรียน				
	อาหารเช้า	อาหารว่างเช้า	อาหารกลางวัน ขนมหวาน	อาหาร ว่างบ่าย	อาหารเย็น
จ.7 ก.พ. 65	ข้าวสวย+ ต้มเลือดหมู	นม UHT+ขนมปัง แครกเกอร์	ก๋วยเตี๋ยวเย็นตาโฟ+ รวมมิตร	ผลไม้	ผัดผักกาดขาว ไก่สับ
อ.8 ก.พ. 65	ข้าวสวย+ไข่ต้ม	นม UHT+ขนมปัง ทาแยม	ข้าวสวย+แกงจืด ห่อไข่+ไก่ทอด+ แกงอั่ว	ผลไม้	ข้าวต้มหมูสับ
พ.9 ก.พ. 65	ซูปม์กะโรชี	นม UHT+ขนมปัง เวเฟอร์	ข้าวผัดไก่ใส่ข้าวโพด แครอท+น้ำซุปรว+ วุ้นน้ำหวาน	ผลไม้	ข้าวสวย+แกงจืด เต้าหู้ไข่
พ.10 ก.พ. 65	ข้าวต้มทรงเครื่อง	นม UHT+ขนมปัง ทาแยม	ข้าวราดหน้าไก่+น้ำซุปรว+ สาหร่ายน้ำกะทิ	ผลไม้	พะอี่น้ำ

ศ.11 ก.พ. 65	เส้นหมี่น้ำ ลูกชิ้นปลา	นม UHT+โด้หน้ท	ข้าวสวย+แกงจืดฟัก+ หมูยอทอด+ ฟักทองแกงบวด	ผลไม้	ข้าวสวย+ไข่เจียว ใส่ต้นหอม+ แครอท
-----------------	---------------------------	----------------	---	-------	---

รายการอาหารประจำสัปดาห์ที่ 3

วัน	อาหารประจำวัน				
	อาหารเช้า	อาหารว่างเช้า	อาหารกลางวัน ขนมหวาน	อาหาร ว่างบ่าย	อาหารเย็น
จ.14 ก.พ. 65	ข้าวสวย+ แกงจืดฟัก	นม UHT+ขนมปัง แครกเกอร์	พะหรี่น้ำหมูแดง+ ลอดช่องน้ำกะทิ	ผลไม้	ข้าวผัดใส่กรอก+ น้ำซุปร
อ.15 ก.พ. 65	ข้าวต้มทรงเครื่อง	นม UHT+ขนมปัง ทาแยม	ข้าวสวย+ไข่พะโล้+ถั้ว เขียวต้มน้ำตาล	ผลไม้	ข้าวสวย+แตงกวา ผัดใส่ไข่
พ.16 ก.พ. 65	----- หยุดวันมาฆบูชา -----				
พฤ.17 ก.พ. 65	ข้าว+แกงจืด วุ้นเส้น	นม UHT+ขนมปัง สอดไส้ครีม	ข้าวสวย+กะเพราไก่สับ+ ฟักทองแกงบวด	ผลไม้	ข้าวสวย+ไข่ตุ๋น
ศ.18 ก.พ. 65	โจ๊ก	นม UHT+ขนมปัง แครกเกอร์	ข้าวสวย+ต้มซุปรไก่+ ปู้๊ดหนึ่ง+แกงก้วย	ผลไม้	ข้าวสวย+ไก่ทอด กะเทียม

รายการอาหารประจำสัปดาห์ที่ 4

วัน	อาหารประจำวัน				
	อาหารเช้า	อาหารว่างเช้า	อาหารกลางวัน ขนมหวาน	อาหาร ว่างบ่าย	อาหารเย็น
จ.21 ก.พ. 65	เกี๊ยมอี้น้ำ	นม UHT+ขนมปัง แครกเกอร์	ถั้วต้วยราดหน้า+รวม มิตรน้ำแดง	ผลไม้	ข้าวผัดหมู+น้ำซุปร
อ.22 ก.พ. 65	ซุปรผักกะโรนี	นม UHT+ขนมปัง ทาแยม	ข้าวต้มทรงเครื่อง+ สาคูปี้ยกข้าวโพด	ผลไม้	ถั้วต้วยผัดซีอิ้ว
พ.23 ก.พ. 65	ข้าวต้ม+ กุนเชียงทอด	นม UHT+แอมป์อ์	ข้าวสวย+ผัดผักกาดขาว ใส่กุ้ง+ถั้วบวชชี	ผลไม้	ข้าวสวย+กะเพรา ไก่สับ

พจ.24 ก.พ. 65	ข้าวต้มทรงเครื่อง	นม UHT+นมผง ทาแยม	ข้าวสวย+แกงจืด กะหล่ำปลี+หมูยอทอด+ มันแกงบวด	ผลไม้	ข้าวสวย+ไก่ผัด ซีอิ้ว+น้ำซุ๊ป
ศ.25 ก.พ. 65	ข้าวสวย+ไข่ต้ม	นม UHT+โต้ง	ข้าวผัดอเมริกัน+น้ำซุ๊ป+ วุ้นน้ำหวาน	ผลไม้	ข้าวสวย+แกงจืด ห่อไข่ทำ
จ.28 ก.พ. 65	โจ๊ก	นม UHT+นมผง แคครกเกอร์	ก๋วยเตี๋ยวกุ้ง+แกงก๋วย	ผลไม้	ข้าวสวย+ผัดผัก กะหล่ำปลี

^สรรหามาแล้ว^

 เรื่องที่ 1 พ่อแม่ต้องรู้ ลูกคิดเป็น วางแผนเก่ง และต้องส่งเสริมการทำกิจกรรมในทุกวัน



พ่อแม่ต้องรู้ ลูกคิดเป็น วางแผนเก่ง และต้องส่งเสริมการทำกิจกรรมในทุกวัน

ปัจจุบัน โลกเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว การพัฒนาทักษะให้สอดคล้องกับเทคโนโลยีและการทำงานในอนาคตจึงเป็นเรื่องสำคัญที่เด็กยุคนี้จะต้องเรียนรู้มากขึ้น โดยเฉพาะเรื่อง Coding ซึ่งจะช่วยให้เยาวชนไทยใช้ชีวิตก้าวทันโลกในศตวรรษที่ 21

สำหรับเด็กที่เริ่มเข้าโรงเรียนช่วงอายุประมาณ 3-9 ปี เป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกาย จิตใจ สมอง และสังคม และที่โดดเด่นที่สุดคือ การเรียนรู้ เพราะเป็นช่วงวัยที่สังเกต คิด วิเคราะห์ เชื่อมโยงจนกลายเป็นชุดความรู้และประสบการณ์ใหม่ได้แล้ว ซึ่งกระบวนการนี้เรียกว่า Pre Coding การเตรียมความพร้อมกระบวนการคิดและวางแผนอย่างเป็นขั้นตอนนั่นเอง

พญ.สินดี จำเริญนุสิต กุมารเวชศาสตร์พัฒนาการและพฤติกรรม แนะนำว่า เพื่อส่งเสริม Pre Coding ซึ่งเป็นการเตรียมความพร้อมกระบวนการคิดและวางแผนของลูก พ่อแม่จำเป็นต้องรู้ว่า ลูก วัย 3-9 ปี มีพัฒนาการด้านการเรียนรู้หรือไม่ เพื่อส่งเสริมและจุดประกายให้ลูกเกิดการเรียนรู้ในระยะ ยาว



พัฒนาการด้านการเรียนรู้ที่โดดเด่นของเด็กเล็กเมื่อต่อยอดเรื่อง Pre Coding

1. “คิดเป็น” เด็กๆ จะชอบการสังเกต ทดลอง และเรียนรู้ เช่น รูปทรง ขนาด สี ความเหมือน ความแตกต่าง หรือการมองเพื่อจดจำและทำตามอย่างเป็นขั้นตอน เช่น คู่มือที่คุณแม่ทำไปเฉยๆ แล้วคิดตาม จดจำขั้นตอนจนสามารถทำเองได้ เป็นต้น

2. “**เชื่อมโยงได้**” สิ่งต่างๆ กับความหมายได้ เช่น สัญลักษณ์ภาพทฤษฎีถึง ผิด หรือ ห้าม เชื่อมโยงความหมายไปถึงสีแดงของสัญญาณไฟจราจรที่หมายถึง หยุด ห้ามไป และเชื่อมโยงสีแดงไป ความหมายว่า อันตราย การเตือนภัย เช่น ดึงดับเพลิง เป็นต้น

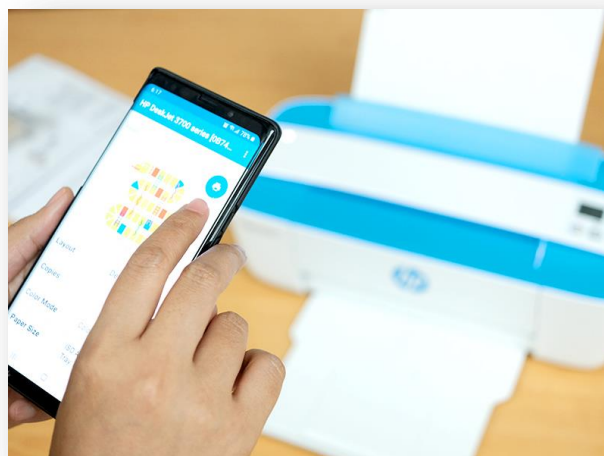
3. “**วางแผนขั้น**” โดยเฉพาะช่วง 3-7 ปี เด็กจะรู้จักกติกา รู้จักวางแผน เริ่มสนใจเล่นเกมกระดาน บางครั้งอาจมีช่วงเวลาที่ยากคิดและเล่นคนเดียวบ้าง และเริ่มเลือกกลุ่มเพื่อนที่จะเล่นด้วย เมื่ออายุเข้า 8-12 ปี จะเริ่มชอบการแข่งขัน มีเป้าหมายชัดเจนเป็นของตัวเองมากขึ้น เป็นตัวของตัวเอง

4. “**ร่างกายทำงานประสานกันเพื่อการเรียนรู้**” ตา มือ และสมองทำงานประสานกันอย่างเป็นระบบ สังเกตจากกิจกรรมง่ายๆ เช่น วาดรูป ตัดกระดาษ การประดิษฐ์ การทดลองวิทยาศาสตร์ง่ายๆ เป็นต้น และตั้งแต่ช่วง 9 ปีขึ้นไปจะเริ่มคำนวณในใจง่ายๆ ได้ เริ่มใช้เหตุผลมาอธิบายเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น แล้วสรุปเป็นหลักการทั่วไปได้เอง (Inductive Reasoning)

บอร์ดเกม กิจกรรม Pre Coding ปูพื้นฐานการคิด วางแผน และสร้างสรรค์

เมื่อเรารู้แล้วว่าลูกวัย 3-9 ปี คิดเป็น วางแผนได้ แล้วยังชอบความท้าทายที่มีเป้าหมายอยู่ ตลอดเวลา บอร์ดเกมจึงเป็นเครื่องมือหนึ่งที่จะช่วยกระตุ้นทักษะ Pre Coding ได้เป็นอย่างดี เพราะมีทั้ง การใช้ความคิด การวางแผน การแก้ไขปัญหา หรือแม้แต่การกำหนดคำสั่งให้ผู้ที่เล่นด้วยได้ทำตามโจทย์ ไปยังเป้าหมายเดียวกัน

วิธีทำและเล่นบอร์ดเกมกับลูก



1. หาไฟล์ภาพเกมบันไดงูที่ลูกชอบ หรือเกมแบบอื่น เช่น เส้นทางขั้บรถกลับบ้าน สวงสัตว์ เป็นต้น



2. เชื่อมต่อ Wifi โทรศัพท์มือถือเข้ากับปริ้นเตอร์เพื่อปริ้นท์ภาพบอร์ดเกมบันไดงู



3. อธิบายกติกาการเล่นให้ชัดเจน คือ

- ผลัดกันทอยลูกเต๋าคณะละ 1 ครั้งและเดินตามช่องเกมตามจำนวนแต้มลูกเต๋าทีทอยได้
- หากไปตกช่องที่มีห้วงู ให้เดินตามลำตัวงูลงมาช่องที่มีหาง หรือ หากตกช่องที่มีใจทย์เพิ่มก็ให้ทำตามใจทย์

4. การชนะเกมนี้ได้คือ ต้องไปถึงจุดหมายปลายทาง ดังนั้น ลูกจะคิดคำนวณว่าต้องทอยให้ได้กี่แต้มเพื่อไม่ให้เดินตกช่องงู หรือ ต้องทอยให้ได้กี่แต้มหรือจะไปตกช่องที่ทำให้เดินต่อได้อีก

5. ในการเล่นครั้งต่อไปลองท้าทายลูกด้วยการเปลี่ยนรูปแบบเกมให้ยากขึ้น เช่น เพิ่มการเดินหมาก เป็น 3 ตัวแต่สีเดียวกัน โดยฝึกคิดว่า ให้หมาหมาสีตัวเองไปถึงเป้าหมายให้ได้ทีละตัวจนครบทั้ง 3 ตัว หากที่หมสีไหนถึงครบ 3 ตัวก่อนจะชนะเกม เป็นต้น



ที่มา : <https://www.rakluke.com>

 เรื่องที่ 2 “EF” เคล็ดลับสร้างลูกให้ฉลาดสมวัย



เมื่อถึงวันที่คุณเปลี่ยนใจที่รู้ว่ากำลังมีเจ้าตัวเล็กมาเบียดบังใจของคุณและเติมเต็มความรักในครอบครัวให้มากขึ้น หลายๆ คนคงอดเป็นกังวลอยู่ไม่น้อยว่าทำอย่างไรถึงจะเลี้ยงดูลูกรักของคุณให้เติบโต แข็งแรงและเป็นคนดีอย่างสมวัย

ในวันหนึ่งทีมเวปไซท์ สสส. มีเคล็ดลับการเลี้ยงลูกด้วย EF หรือ (Executive Function) ที่เป็นส่วนช่วยพัฒนาทักษะสมองเพื่อชีวิตที่สำเร็จมาฝากกันค่ะ

EF คืออะไร?

EF (Executive Function) หรือ ทักษะการพัฒนากล้ามเนื้อส่วนหน้า เป็นกระบวนการที่ใช้กำกับความคิด ความรู้สึกและการกระทำ อีกทั้งยังเป็นทักษะที่สำคัญต่อความสำเร็จในการเรียน การงาน การอยู่ร่วมกับเพื่อน การคิดสร้างสรรค์ และการจัดการทุกด้านตลอดชีวิต เรียกได้ว่า EF เป็นการพัฒนาทักษะสมองส่วนหน้าที่เป็นส่วนสำคัญในการพัฒนาความฉลาดทางเชาว์ปัญญา (IQ) และความฉลาดทางอารมณ์ (EQ)

EF ยิ่งเร็วไว ยิ่งได้เปรียบ

EF เป็นพื้นฐานนิสัยดีที่สร้างสรรค์ที่จะติดตัวเด็กไปจนโต เนื่องจากเด็กทุกคนเกิดมาพร้อมศักยภาพที่จะพัฒนากับการฝึกฝนผ่านประสบการณ์ ตั้งแต่วัยทารกจนวัยทำงาน 25 ปี แต่ทั้งนี้ช่วงเวลาสำคัญที่สุดในการพัฒนาคือช่วง 3-6 ปีแรกของชีวิต

3 กลุ่มทักษะพัฒนา EF ที่ควรปลูกฝังสม่ำเสมอ

เพื่อการพัฒนาลูกน้อยให้คิดเป็น ทำเป็น เรียนรู้เป็น แก้ปัญหาเป็น อยู่กับคนอื่นเป็น EF จึงถูกจัดออกเป็น 3 กลุ่มทักษะที่เชื่อมโยงกัน มีองค์ประกอบ 9 ด้าน ดังนี้

- 1) ทักษะพื้นฐาน : จำเพื่อใช้งาน ยั้งคิดไตร่ตรอง และยืดหยุ่นความคิด
- 2) ทักษะปฏิบัติ : ริเริ่มและลงมือทำ วางแผนจัดระบบดำเนินการ และมุ่งเป้าหมาย
- 3) ทักษะกำกับตนเอง : จัดจ่อใส่ใจ ควบคุมอารมณ์ และติดตามประเมินตนเอง

EF เร็งใหญ่ แต่สร้างได้ง่ายๆ ที่บ้าน

กิจกรรมอื่นๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น กวาดบ้าน เล่นกีฬา ทำกับข้าว ไปช้อปปิ้ง ฯลฯ ก็สร้าง EF ได้ ถ้าพ่อแม่เข้าใจหลักการพัฒนา EF รู้จักพลิกแพลง ใจเย็น มุ่งมั่น และให้โอกาสลูกในการฝึกฝนและพัฒนา EF



กิน : ให้อาหารได้กินนมแม่ในช่วง 6 เดือนแรก เพราะระหว่างการให้นมสายตาของแม่กับลูกจะประสานกัน เกิดความรัก ความห่วงใยระหว่างแม่และลูก นอกจากนี้ไม่ควรฝึกวินัยการกินให้อาหาร เช่น กินเอง กินแปรงที่ กินแปรงเวลา กินหลากหลาย กินแต่พอดี รู้จักเลือกกินอาหารที่มีประโยชน์ อดใจไม่กินอาหารที่ให้โทษ ฝึกให้กินเองเก็บเอง และฝึกมารยาทบนโต๊ะอาหาร เช่น รู้จักรอคอยอื่น ไม่ทำเสียงดัง แปรงฟัน

นอน : ให้อาหารได้นอนอย่างเพียงพอในแต่ละช่วงวัย แยกเตียงกับพ่อแม่ หลัง 6 เดือน (โดยยังอยู่ในห้องเดียวกัน) จัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะกับการนอน และฝึกวินัยในการเข้านอนและตื่นนอนเป็นเวลา

กอด (ใกล้ชิด ใส่ใจ อบรมสั่งสอน) : อุ้มและกอดลูกอย่างมีความหมายและตั้งใจ กอดลูกบ่อยๆ ตอบสนองทางบวกต่อการแสดงความรู้สึกของลูก และตอบสนองอารมณ์ความต้องการของลูกอย่างเหมาะสม ใช้วินัยเชิงบวก หลีกเลี่ยงคำว่า ห้าม ไม่ อย่า หยุด กับลูก สอนให้อาหารรู้จักจัดการอารมณ์ตนเอง และแสดงออกอย่างเหมาะสม ฝึกให้อาหารเข้าใจอารมณ์ผู้อื่น และเห็นอกเห็นใจผู้อื่น



เล่น : ฝึกเล่นกับ พ่อแม่ คนในครอบครัว พี่น้อง เพื่อน และสิ่งของรอบตัว ของเล่น เพื่อพัฒนาประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหววงล้อมหัศจรรย์-มหัศจรรย์ ฝึกเล่นอิสระ เล่นบทบาทสมมติ เล่นแก้ปัญหาจากง่ายไปยาก ฝึกเล่นได้ด้วยตนเอง เลือกเล่นเอง เก็บเอง ฝึกเล่นแบบร่วมมือ เล่นสร้างสรรค์ เล่นตามกติกา เล่นอย่างมีเป้าหมาย (มีโจทย์ มีเงื่อนไข) ฝึกเล่นดนตรีและการเคลื่อนไหว ฝึกเล่นกีฬา ฝึกลูกให้ยอมรับการแพ้-ชนะ และฝึกการรอคอย ฝึกลูกให้เล่นเป็นเวลา รู้เวลาเล่น และเวลาทำกิจกรรมอื่นๆ

เล่า (อ่าน ขวัญคุณขวัญคิด) : ฝึกลูกให้มองเห็น สบตาในการสื่อสาร ฟังลูกให้เป็น ฟังอย่างตั้งใจ ชื่นชม ฝึกกำลังใจ ปลอบเมื่อลูกเสียใจ โต้ตอบ พูดคุยกับลูก เปิดเพลงบรรเลงให้ลูกฟัง อ่านหนังสือกับลูก ฝึกลูกมีส่วนร่วมในการเล่า ลำดับเรื่องราว และหัดเล่านิทานเอง ตั้งคำถามชวนลูกคิดหาคำตอบ สร้างนิสัยรักการอ่านให้ลูก ใช้นิทานเป็นสื่อในการสร้างทัศนคติ พฤติกรรมที่พึงประสงค์ เชื่อมโยงการอ่านสู่การทำกิจกรรมสนุกอื่นๆ



ดูแลตัวเอง : เริ่มจากการกินข้าวเอง ใช้ช้อนตักอาหารกินได้ ตีมน้ำจากแก้วได้ รู้จักใช้คำถามเมื่อต้องการคำตอบ นอกเหนือจากตัวเองได้ไม่ต้องกล่อม ใส่เสื้อผ้า สวมรองเท้าเองได้ บอกชื่อจริง ชื่อเล่น นามสกุลตัวเองได้ พูดอธิบายถึงสิ่งที่ต้องการได้ รู้จักเอ่ยปากขอและขอขอบคุณเมื่อได้รับของที่ต้องการ ปฏิเสธสิ่งที่ไม่ต้องการได้ รับผิดชอบและทำกิจวัตรประจำวันของตัวเองได้

งานบ้าน : ให้อุปกรณ์คำสั่งและหยาบของที่รู้จักส่งให้ได้ ให้อุปกรณ์ได้สนุกกับการเลียนแบบท่าทางทำงานบ้าน หยาบเครื่องมือได้อย่างถูกต้อง ให้อุปกรณ์ทำงานบ้านง่ายๆ ให้อุปกรณ์เล่น ให้อุปกรณ์รับผิดชอบงานบ้าน มีส่วนร่วมในการทำงานบ้านที่เหมาะสมกับช่วงวัย เช่น กรอกน้ำใส่ขวด รดน้ำต้นไม้ ช่วยทำอาหารล้างจาน พับเสื้อผ้า ฯลฯ

ที่มา : <https://www.thaihealth.or.th>

^ ลับสมองคุณหนู ^

ฝึกสมองประลองปัญญา เทรียมอนุบาล

ให้เด็กๆ โยงเส้นจับคู่ภาพกับเงารูปวางให้ถูกต้อง



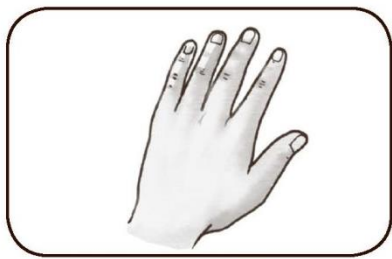
ฝึกสมองประลองปัญญา อหุบาล 1

ให้เด็กๆ เฝ้ามองเครื่องหมาย X ทับพยัญชนะที่ตรงกับภาพ

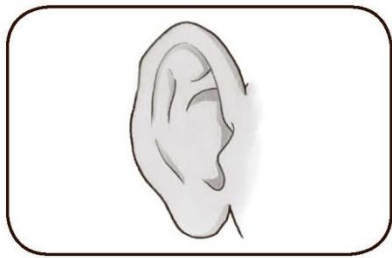
ข้อ	ภาพ	พยัญชนะ
๑.		ถ ก ญ
๒.		ณ ม น
๓.		ค ย ฌ
๔.		ข ช ฅ
๕.		ง ฉ จ

ฝึกสมองประลองปัญญา อหุบาล 2

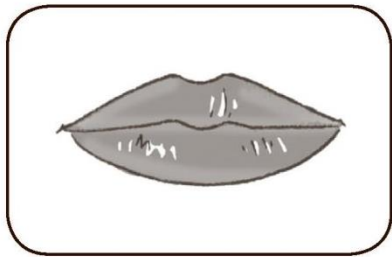
ให้ห้อยธงๆ โยงเส้นภาพกับคำ



● ปาก



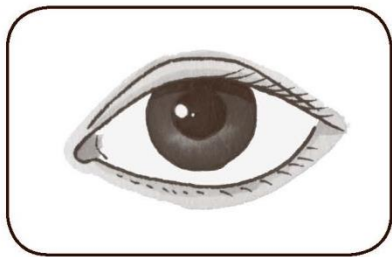
● ตา



● มือ



● หู



● เท้า

ฝึกสมองประลองปัญญา อหุบาล 3

ให้ห้องๆ เรียงคำให้เป็นประโยคที่ถูกต้อง

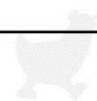
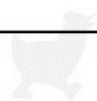
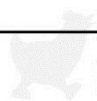
1. เป็น หมอ ทำ บิ งาน พัน

2. ชมพู่ เขียว สี ชอบ สุด ที่ มาก

3. กาน ของ ครู ผู้ เป็น หญิง คุณ

4. สาม เพื่อน รัก มี มด คน

5. ยาย ตลาด ไป ขนม ซื่อ ขาย ที่



เรื่องของหนู

ผลงานของหนู เติร์มอนุบาล

ชื่อผลงาน เสื้อของหนู

เจ้าของ ด.ญ.มาลีนีรุฑ์ เขมวาส (น้องมาลิน)

ห้องเตรียมอนุบาล 2 (ครูดีด)



ผลงานของหนู อนุบาล 1

ชื่อผลงาน ระบายสีดอกไม้

เจ้าของ ด.ญ.ฉัฐปภัทร์ จรกา (น้องเห่เอ)

ห้องอนุบาล 1/2 (ครูชมพู่)



ผลงานของหนู อนุบาล 2

ชื่อผลงาน ประติมากรรมอาหาร

เจ้าของ ด.ญ.ชาลิสา ไชยศรีเฉลิมพล (น้องอ้อก๊ส)

ห้องอนุบาล 2/2 (ครูอืด)

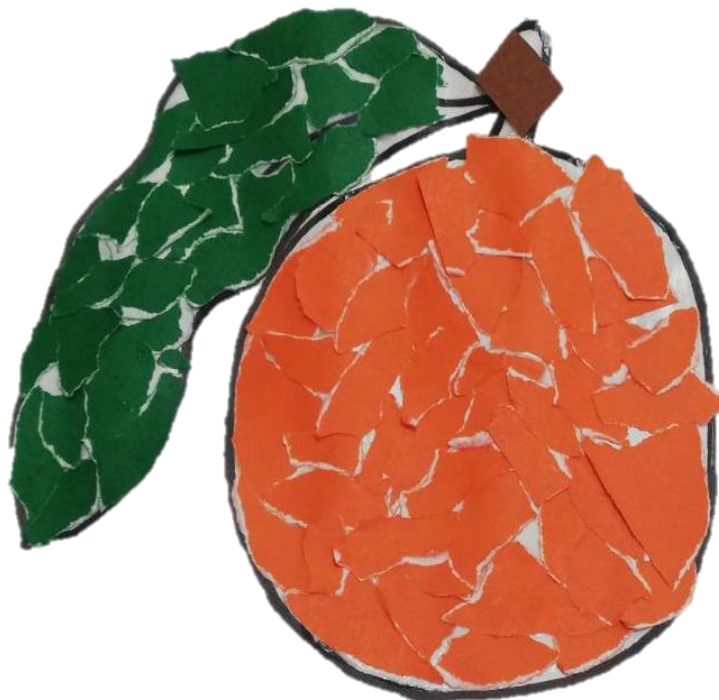


ผลงานของหนู อนุบาล 3

ชื่อผลงาน ตากแห้งของใช้

เจ้าของ ด.ช.ชลธร หวังวีระ (น้องเจได)

ห้องอนุบาล 3/2 (ครูต๋อง)



^ของดีข้างวัด^

ตอน.. เด็กๆ ก็ทำได้! 5 วิธีสอนเด็กให้รักธรรมชาติ อนุรักษ์สิ่งแวดล้อม



เด็กๆ ก็ทำได้!

5 วิธีสอนเด็กให้รักธรรมชาติ อนุรักษ์สิ่งแวดล้อม

สถานการณ์เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมของโลกเราตอนนี้ ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมไม่ใช่เรื่องไกลตัวเราทุกคน โดยเฉพาะสำหรับเด็กๆ อยากให้คุณพ่อคุณแม่เริ่มสอน และปลูกฝังความรักธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เพื่อความยั่งยืนอยู่ที่ดีของทุกชีวิตบนโลกใบนี้

รักโลก รักอนาคต มาช่วยกันรักษาสิ่งแวดล้อมนะคะ

5 วิธีสอนเด็กให้รักสิ่งแวดล้อม

1. แต่งตั้งตัวเล็กทำหน้าที่เป็น "ผู้ควบคุมไฟ" ในบ้าน

คอยช่วยเปิดปิดไฟทุกครั้งที่ออกจากบ้าน และปิดเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ไม่ได้ใช้งาน

2. ทำให้การรีไซเคิลเป็นเรื่องสนุกใกล้ตัว

ให้เด็กๆ เล่นเกมแยกขยะวัสดุ เช่น กระดาษ พลาสติก แก้ว สร้างนิสัยการรีไซเคิล เป็นต้น

3. ประหยัดน้ำ

คุณแม่คุณแม่ปิดน้ำทุกครั้ง ระหว่างการแปรงฟันเช้า-เย็นให้เด็กๆ เห็น

4. ปลูกต้นไม้กับถั่ว

พ่อแม่ปลูกต้นไม้กับถั่ว ทำให้เด็กๆ ละเอียดอ่อน รักธรรมชาติ นำผลผลิตที่ปลูกได้ มารับประทาน

5. วิ่งเล่นนอกบ้าน

ลดการใช้เครื่องใช้ไฟฟ้าต่างๆ ประหยัดพลังงาน ลดค่าใช้จ่าย

คุณแม่คุณแม่ต้องเริ่มปลูกฝังเด็กๆ ตั้งแต่อายุยังเล็ก เพื่อให้เขาเรียนรู้คุณค่าของทรัพยากรธรรมชาติ พร้อมทั้งปลูกฝังให้ช่วยกันดูแลรักษาสิ่งแวดล้อมต่อไปในวันข้างหน้า



ที่มา : <https://www.rakluke.com>

คุณหนูดี...จ้า

ห้อง Nursery (ครูหนุ่ม, ครูดีด)

ตอน.....รถไฟแปลงร่าง !!

- น้องไอริชท์ : น้องมาลิน เรามาเล่นรถไฟกันนะ
น้องมาลิน : ได้ๆ โอเคเลย
น้องไอริชท์ : รถไฟจะไปเที่ยวที่ไหนคะ
น้องมาลิน : รถไฟจะไปเที่ยวทะเลคะ รถไฟจะไปเที่ยวที่ไหนคะ?
น้องไอริชท์ : รถไฟจะไปเที่ยวสวนสัตว์คะ รถไฟจะไปเที่ยวที่ไหนคะ?
น้องธาม : รถไฟจะไปเที่ยวญี่ปุ่นครับ 555
น้องไอริชท์, น้องมาลิน : รถไฟต้องแปลงร่างเป็นเครื่องบินแล้วละ 555
เตี๋ย : 555 รถไฟแปลงร่าง

ห้อง K.1/1 (ครูปัด)

ตอน.....อ้วนๆ !!

ขณะที่ครูปัดกำลังสนทนากับครูจ๋า

- ครูปัด : ครูจ๋า น้องคิดไหมว่าเราอ้วน
ครูจ๋า : 555
น้องเรณี : คุณแม่หนูไม่อ้วนคะ
น้องเกลา : คุณพ่อเรณีก็อ้วนเหมือนกันเลยอ้วน
ครูปัด, ครูจ๋า : หัวเราะ 555

ห้อง K.1/2 (ครูชมพู)

ตอน.....หิวโซ่ทำ !!

ขณะที่รับประทานอาหารกลางวัน

- น้องพีช : คุณครูหนูหิวโซ่ทำด้วยนะคะ
คุณครู : เก่งมากคะ
น้องโฌจิ : กินรองท้อง รอดทำกินไม่ได้นะคะ
ครูชมพู : ไม้โซ่รองท้องคะ พี่บอกว่าคุณหิวโซ่ทำคะน้องโฌจิ
น้องมาดา : หิวโซ่ทำเป็นพี่ไม้โซ่รองท้องนะโฌจิ
เพื่อนๆ : 555

ห้อง K.1/3 (ครูจ๊อบ)

ตอน.....เปเลียงตั้งค์ !!

- ครูหนึ่ง : เต็กๆ คะเต็ยววันจันท์ครูเจมส์จะมาแจกสติกเกอร์เต็กๆให้นะ
- น้องเหนือ : น้องเหนืออยากได้จังเลยขอเยอะๆ ได้ไหมครับ
- น้องป๊อปปี้ : ไม่ได้นะเหนือขอเยอะ ครูเจมส์ก็เปเลียงตั้งค์นะ
- ครูเจมส์ ครูหนึ่ง : 5555

ห้อง K.1/4 (ครูฟ้า)

ตอน.....มีงๆ !!

- น้องเอฉ่า : สวัสตีคะครูฟ้า
- ครูฟ้า : สวัสตีคะน้องเอฉ่า เก็บร็องเท้าเลยคะ
- น้องเอฉ่า : ถึอรองเท้าแล้วเอาทิ้งลงถังขยะ
- ครูฟ้า : หัวเราะ น้องเอฉ่าห้องวางรองเท้าไว้ที่ไหนคะ วางพิตที่ไหนเอ่ย
- น้องเอฉ่า : หัวเราะ หงูมีงๆ เลยวางพิตที่คะ ฮ่าๆ

ห้อง K.2/1 (ครูพงษ์)

ตอน.....ดับเบิ้ล !

- น้องน้ำหนึ่ง : ครูพงษ์ขา ถล้วยที่ห้องมิวส์กินเร็วกว่าถล้วยอะไรคะ
- ครูพงษ์ : ถล้วยไปคะ
- น้องติฉฉ : ครูพงษ์ครับ วันนี้ห้องของเราก็กินดับเบิ้ลถล้วยสิครับ
- น้องก๊อปตัน : 555 มุดพิตแล้วติฉฉ มีเบต ดับเบิ้ล S, B, A
- น้องติฉฉ : ก็วันนี้ cooking ก็กินถล้วยเคลือบช็อกโกแลต อาหารกลางวันก็กินถล้วยบวชซี พลั้กัถล้วยไป

ห้อง K.2/2 (ครูอ๊อด ปิยมนัส)

ตอน.....นอนเล่นๆ !!

เมื่อถึงเวลาที่เต็กๆ จะต้งนอนหลังจากสวดมนต์ไหว้พระเสริ้จแล้ว

- ครูอ๊อด : เต็กๆ นอนได้เลยคะ หลับเลยนะคะเต็กๆ
- น้องวิน : หงูนอนไม่หลับครับครูอ๊อด
- ครูอ๊อด : ถ้าเกิดว่าไม่หลับก็นอนเล่นๆ ก็ได้คะ

ครูอ๊อดไปเข้าห้องน้ำและเตินกลับมาที่ห้อง พบน้องวินชวนเพื่อนๆ นั่งเล่นของเล่นอยู่

- ครูอ๊อด : น้องวินคะ ทำไมถึงไม่ไปนอนที่นอนของตัวเองคะ
- น้องวิน : ก็ครูอ๊อดบอกถ้าเกิดว่าไม่นอนก็ให้เล่นได้ใจครับ

ครูอืด : 555 ครูอืดหมายถึงให้ไปนอนที่นอนตัวเองแต่ไม่ต้องการหลับตาละ ไม่ได้หมายความว่าแบบปิ้งนี่ละ

ห้อง K.2/3 (ครูตึก)

ตอน..... “ รื้อเบาะน้ำ ”

ห้องฝึกหัด : ทำงานเสร็จให้ทำอะไรคะครูตึก
ครูตึก : Teacher ให้วาดรูปตามจินตนาการคะ
ห้องฝึกหัด : ครูตึกคะ หงุดหงิดแล้วคะ
ครูตึก : ค่ะ เอามาส่งครูตึกได้เลยคะ
ห้องฝึกหัด : ครูตึกดูรูปภาพที่หงุดหงิดคะ
ครูตึก : หงุดหงิดอะไรคะ
ห้องฝึกหัด : หงุดหงิดทะเลและมีรื้อเบาะน้ำทะเลด้วยคะ
ครูตึก : เรือคะ ไม่ใช่ รื้อ
ห้องฝึกหัด : ก็หุงรีบพูดแล้วครูตึกพูดก่อนคะ ก็เลยพูดว่ารื้อคะ 555

ห้อง K.3/1 (ครูปุก)

ตอน.....เราจะทำตามสัญญา !!

ห้องซาร์ลร้องเพลง เราจะทำตามสัญญา

ครูปุก : สัญญาอะไรคะ
ห้องซาร์ล : ลุงตุ้มร้องเพลงเราจะทำตามสัญญาครับครูปุก
ครูปุก : ทำสัญญาอะไรคะ
ห้องซาร์ล : ไม่ใช่ครับ สัญญา ครับครูปุก
ครูปุก : ครูปุกได้ยินห้องซาร์ลพูดว่าสัญญาอะไรคะ
เพื่อนๆ : ซาร์ลพูดผิดครับครูปุก 555

ห้อง K.3/2 (ครูตึง)

ตอน.....ไปลูกสะไว !!

ขณะที่เด็กๆ ทานอาหารกลางวัน

ญาติ : ไปลูกเขยหา
เอแคลร์ : พอได้อยู่
ญาติ : แล้วไปสะไวหาหมี้ย
คุณ : หาญาติคนเดียวนะ 555
เพื่อนๆ : 5555

ห้อง K.3/3 (ครูอืด สุตา)

ตอน.....รวม

ป้ายวันหนึ่งเด็กทานขนมซองป้ายแล้วคุยกัน

- น้องจิณ : เราะซื้อโทรศัพท์เครื่องละเป็นแสนๆ เลย
น้องไต้ตัน : เรามีไอแพด มีโทรศัพท์หลายเครื่อง
น้องจิณ : เรามีโทรศัพท์ 5 เครื่อง
น้องไต้ตัน : เราซื้อโทรศัพท์มาจากร้านเพชรเลย
เด็กๆ : กร๊าด !!!!!
ครูอืด : อืม !!!!!

ภาคผนวก

ตรวจประเมินสุขาภิบาลอาหารโรงเรียน ครั้งที่ 1/2565

โดยฝ่ายสิ่งแวดล้อมและสุขาภิบาล สำนักงานเขตราชบุรีบูรณะ เมื่อวันที่ 28 มกราคม 2565

