

THAILAND SCHOOL
Physical Activity Policies and Practices

รายงานการสำรวจข้อมูลด้านนโยบาย
และการปฏิบัติเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน

มหาวิทยาลัยมหิดล Mahidol University Wisdom of the Land
CYPAS Children and Youth Physical Activity Studies
สสส สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ

Thailand School Physical Activity Policies and Practices
รายงานการรายงานการสำรวจข้อมูลด้านนโยบายและการปฏิบัติเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน

เขียนและเรียบเรียง อารีกุล อมรศรีวัฒนกุล
นายชาคริต อมรเศรษฐ
นางสาวจิราภรณ์ กมลรังสรรค์

พิสูจน์อักษร นางสาวจิราภรณ์ กมลรังสรรค์

รายชื่อคณะวิจัย

ดร. อารีกุล อมรศรีวัฒนกุล	หัวหน้าโครงการสำรวจร่วม
ผศ.ดร. เกษม นครเขตต์	หัวหน้าโครงการสำรวจร่วม
ดร.ปิยะวัฒน์ เกตุวงศา	หัวหน้าคณะสำรวจภาคกลางและกรุงเทพมหานคร
ผศ.ดร. สนทยา สีสะมาด	หัวหน้าคณะสำรวจภาคตะวันออก
ผศ.ดร. อัจฉรา ปุราคม	หัวหน้าคณะสำรวจภาคตะวันตก
ผศ.ดร.ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล	หัวหน้าคณะสำรวจภาคเหนือตอนบน
อ.อารยา ญาณกาย	หัวหน้าคณะสำรวจภาคเหนือตอนล่าง
อ.ทิพวรรณ แก้วมณี	หัวหน้าคณะสำรวจภาคใต้ตอนบน
ดร. อโนมา สันติวรกุล	หัวหน้าคณะสำรวจภาคใต้ตอนล่าง
ดร.คุรุศาสตร์ คนหาญ	หัวหน้าคณะสำรวจภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนบน
ดร.ชัยรัตน์ ชูสกุล	หัวหน้าคณะสำรวจภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนล่าง

ที่ปรึกษาคณะวิจัย Professor Fiona Bull
Associate Professor Michael Rosenberg

ข้อแนะนำในการอ้างอิง อารีกุล อมรศรีวัฒนกุล, ชาคริต อมรเศรษฐ และจิราภรณ์ กมลรังสรรค์. (2564).
รายงานการสำรวจข้อมูลด้านนโยบายและการปฏิบัติเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน

Suggested Citation Amornsriwatanakul, A., Amoraseth, C., & Kamonrungsan, J. (2021).
Thailand School Physical Activity Policies and Practices.

ผู้ออกแบบรูปเล่ม ปุณยาพร สิริปูชกะ

สารบัญ

I	คำนำ
II	กิตติกรรมประกาศ
III	บทสรุปผู้บริหาร
IV	นิยามศัพท์
11-16	ส่วนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับโรงเรียน
17-38	ส่วนที่ 2 นโยบายของโรงเรียนเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย
39-41	ส่วนที่ 3 คุณลักษณะทางสังคมและวัฒนธรรมของโรงเรียน
42-46	ส่วนที่ 4 ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม
47	บรรณานุกรม

คำนำ

รายงานการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนฉบับนี้เป็นรายงานการรายงานการสำรวจข้อมูลด้านนโยบายและการปฏิบัติเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน (Thailand School Physical Activity Policies and Practices) ซึ่งเป็นครั้งแรกในระดับประเทศที่มีการสำรวจข้อมูลในด้านต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการมีกิจกรรมทางกายในกลุ่มเด็กและเยาวชน ทั้งนี้รายงานโครงการสำรวจกิจกรรมทางกายในเด็กและเยาวชนไทย ปี 2558 ได้รับการเผยแพร่ไปก่อนหน้าแล้วและได้รับการนำไปเป็นข้อมูลในการผลักดันการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในเด็กไทย ในปัจจุบัน ส่วนการสำรวจผู้อำนวยการสถานศึกษานี้ได้ผลิตขึ้นในภายหลังเพื่อรวบรวมและรายงานข้อมูลเป็นภาษาไทยหลังจากที่ได้มีการเผยแพร่เป็นนิพนธ์ต้นฉบับในวารสารวิชาการระดับนานาชาติไป ในต้นปี พ.ศ. 2564

ทั้งนี้ รายงานฉบับนี้มีข้อมูลที่มากกว่าและแตกต่างไปจากข้อมูลที่รายงานในนิพนธ์ต้นฉบับดังกล่าว โดยเป็นการศึกษาเกี่ยวกับนโยบายและกิจกรรมที่โรงเรียนจัดเกี่ยวกับกิจกรรมทางกาย ซึ่งรวมถึง การเล่นกีฬา การออกกำลังกาย กิจกรรมนันทนาการ และการเดินทางในเด็กและเยาวชนไทย โดยสอบถามข้อมูลจากผู้อำนวยการสถานศึกษาในประเทศไทยฉบับนี้เก็บข้อมูลจากผู้อำนวยการสถานศึกษา 154 โรงเรียนใน 27 จังหวัด จาก 9 ภูมิภาคทั่วประเทศ และกรุงเทพมหานครซึ่งครอบคลุมข้อมูลเกี่ยวกับนโยบายของโรงเรียนเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของนักเรียนในด้านต่างๆ คุณลักษณะทางสังคมและวัฒนธรรมของโรงเรียน เพื่อให้ได้ข้อมูลสำคัญในการออกแบบนโยบายหรือมาตรการสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย สำหรับเด็กและเยาวชนไทยในอนาคตโดยใช้แบบสอบถามผู้อำนวยการสถานศึกษา (Thailand Physical Activity Children Survey - Principal Questionnaire; TPACS: SQ) ที่พัฒนาขึ้นใหม่และได้รับการทดสอบด้านความตรงและความเชื่อมั่นของแบบสอบถามแล้ว ซึ่งผู้ที่สนใจสามารถหารายละเอียดได้จากเว็บไซต์ http://cypas.org/

ท่ามกลางกระแสของการต่อสู้กับโรคภัยต่างๆ ทั้งโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อเรื้อรังอันเกิดจากวิถีชีวิตสมัยใหม่ซึ่งเป็นวาระเร่งด่วนของการสาธารณสุขในระดับประเทศและระดับโลกในขณะนี้นั้น กิจกรรมทางกายถือเป็นอาวุธหลักหนึ่งในการต่อสู้ที่พวกเราทุกคนมีอยู่ในมือ คณะผู้วิจัยจึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่าผลการสำรวจที่เป็นข้อมูลทางวิชาการที่สำคัญนี้จะเป็นประโยชน์แก่นักวิจัย นักวิชาการ และนักเคลื่อนไหวในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพเด็กและเยาวชนในประเทศไทย และเป็นพื้นฐานของการสร้างงานวิชาการด้านนี้ในอนาคต อีกทั้งเป็นประโยชน์ในการสนับสนุนการวางแผนเชิงนโยบายในระดับประเทศเพื่อส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายในกลุ่มประชากรเด็กและเยาวชนต่อไป

ดร. อารีกุล พวงสุวรรณ
มิถุนายน พ.ศ 2564

กิตติกรรมประกาศ

รายงานการสำรวจข้อมูลเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ ด้วยการสนับสนุนอันดียิ่งจาก สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ศูนย์วิจัยกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน คณะผู้วิจัยขอขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ฟิโอนา บูล ผู้อำนวยการศูนย์วิจัยด้านสิ่งแวดล้อมสรรค์สร้างและสุขภาพ และรองศาสตราจารย์ ไมเคิล โรเซนเบิร์ก ผู้อำนวยการหน่วยประเมิน ผลด้านการสร้างเสริมสุขภาพ ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาการออกกำลังกายและสุขภาพ แห่งมหาวิทยาลัยเวสเทิร์น ออสเตรเลีย ที่ให้คำชี้แนะและความร่วมมือด้านบุคคลากรเป็นอย่างดีตลอดระยะเวลาที่ดำเนินโครงการ ขอขอบคุณนักวิจัยและเจ้าหน้าที่ภาคสนามกว่า 300 ท่าน ทั่วประเทศที่ได้อดทนทุ่มเทกำลังกาย และกำลังความสามารถอย่างเต็มที่เพื่อให้การเก็บข้อมูลลุล่วงตามกรอบระยะเวลาที่กำหนด ท้ายนี้ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการสถานศึกษาทุกท่านที่ได้ให้ความกรุณาและความร่วมมืออันดีในการสำรวจครั้งนี้



Acknow-ledgement

The report on physical activity promotion in school would have not been possible without kind support from Thai Health Promotion Foundation, Thailand Physical Activity Research Center, and The Office of Basic Education Commission, Ministry of Education. We thank Professor Fiona Bull, the Director of the Center for Built Environment and Health and Associate Professor Michael Rosenberg, The Director of Health Promotion Evaluation Unite, School of Sport Science, Exercise and Health, University of Western Australia for their advices, cooperation, and support. We appreciate hard work from all co-researchers and more than 300 field staff in all regions across the country who tirelessly assisted us during the data collection. We feel gratitude to kind cooperation and understanding from all School Principals, teachers, and students participating in this survey. This study could have not been successful without them.



บทสรุปผู้บริหาร



โรงเรียนเป็นสถานที่สำคัญในการจัดการศึกษา และยังเป็นสถานที่ซึ่งเด็กและเยาวชนมีโอกาสที่จะมีกิจกรรมทางกายได้ในระหว่างวัน คณะวิจัยจึงได้ทำการสำรวจการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน โดยเก็บข้อมูลจากผู้อำนวยการสถานศึกษา 154 โรงเรียน ใน 27 จังหวัด จาก 9 ภูมิภาคทั่วประเทศและกรุงเทพมหานคร รายงานนี้รวบรวมข้อมูลสำคัญด้านนโยบายที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในกลุ่มนักเรียน (อายุ 6-17 ปี) การจัดกิจกรรมต่างๆ ของโรงเรียน รวมถึงสิ่งแวดล้อมเชิงสังคมและวัฒนธรรมของโรงเรียนซึ่งเป็นทั้งปัจจัยเอื้อและอุปสรรคต่อการมีกิจกรรมทางกายของเด็กและเยาวชน

รายงานนี้นำเสนอข้อมูลตามหมวดข้อมูลที่เก็บได้จากแบบสอบถามผู้อำนวยการสถานศึกษา (Thailand Physical Activity Children Survey - Principal Questionnaire; TPACS: SQ) ซึ่งมี 4 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับโรงเรียน
ส่วนที่ 2 นโยบายของโรงเรียนเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย
ส่วนที่ 3 คุณลักษณะทางสังคมและวัฒนธรรม ของโรงเรียน
ส่วนที่ 4 ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

ในภาพรวมจากการสำรวจฯ พบว่า ส่วนใหญ่ร้อยละ 88 ของโรงเรียนที่เข้าร่วมการสำรวจอยู่ในสังกัดของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) และร้อยละ 72 เข้าร่วมโครงการ “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” ของรัฐบาล โดยส่วนใหญ่ร้อยละ 71 เคยเข้าร่วมโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของกระทรวงสาธารณสุข โรงเรียนส่วนใหญ่ร้อยละ 95.9 รายงานว่ามีนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน (แบบเป็นลายลักษณ์อักษรหรือคำแถลงการณ์อย่างเป็นทางการ) และเมื่อสอบถามเกี่ยวกับแผนการพัฒนานโยบายเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้กับนักเรียนในโรงเรียนใน 1 ปีข้างหน้า พบว่าโรงเรียนส่วนใหญ่ร้อยละ 66 สนใจที่จะพัฒนานโยบายที่เกี่ยวข้อง โรงเรียนส่วนใหญ่ร้อยละ 42.4 ต้องการการสนับสนุนด้านแนวทางและชุดเครื่องมือในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน ทั้งนี้พบว่ายังมีอุปสรรคต่อการนำนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายไปใช้ในโรงเรียน อาทิ งานกิจกรรมจำนวนมากที่โรงเรียนต้องตอบสนองในด้านอื่นๆ, การขาดงบประมาณ และ บุคลากรครูที่มีภาระงานด้านวิชาการและการสอนมาก เป็นต้น

เมื่อสอบถามข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับนโยบายและการจัดการเรียนการสอนในวิชาพลศึกษา พบว่าโรงเรียนส่วนหนึ่ง ร้อยละ 23 ไม่มีครูพลศึกษาที่มีคุณวุฒิและความเชี่ยวชาญโดยตรงในการสอน โดยร้อยละ 55 ต้องใช้บุคลากรด้านอื่นหรือจบมาจากสาขาวิชาอื่นมาช่วยสอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียน เมื่อสอบถามเกี่ยวกับการจัดหาอุปกรณ์ที่ต้องใช้ในการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาพบว่า ร้อยละ 56 มีงบประมาณแต่ยังไม่เพียงพอ ในขณะที่โรงเรียนส่วนใหญ่มีการแบ่งปันอาคารสถานที่และอุปกรณ์กีฬาในอาคารของโรงเรียนให้กับชุมชนภายนอก โดยให้เล่นในช่วงหลังเลิกเรียนมากและในช่วงวันหยุดสุดสัปดาห์

ในส่วนที่เกี่ยวกับการส่งเสริมการเดินทางโดยใช้แรงกาย โรงเรียนส่วนใหญ่ ร้อยละ 77 สนับสนุนให้นักเรียนเดินทางไป-กลับโรงเรียนด้วยการเดินหรือการปั่นจักรยาน โดยผู้อำนวยการสถานศึกษาประเมินว่า นักเรียนส่วนใหญ่เดินทางมาโรงเรียนด้วยการนั่งรถจักรยานยนต์ คิดเป็นร้อยละ 48 รองลงมา เป็นการ



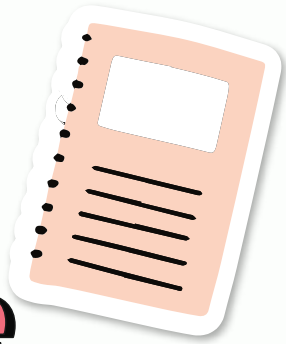


เดินทางมาโรงเรียนด้วยการนั่งรถยนต์ร้อยละ 43 และ เดินทางมาโรงเรียนด้วยการนั่งรถบัสหรือรถประจำทาง ร้อยละ 30 โดยมีสัดส่วนของนักเรียนที่เดินทางโดยใช้แรงกายน้อย กล่าวคือ มีนักเรียนที่เดินทางจากบ้านมาโรงเรียน และจากโรงเรียนกลับบ้านด้วยการเดิน ในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกันคือ ร้อยละ 20.6 และร้อยละ 20.0 ตามลำดับ ในขณะที่มีนักเรียนที่เดินทางมาโรงเรียนด้วยการปั่นจักรยาน และกลับบ้านด้วยการปั่นจักรยานในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน เช่นกัน คือ ร้อยละ 13.6 และร้อยละ 13.2 ตามลำดับ โดยอุปสรรคในการเดินหรือปั่นจักรยานมาโรงเรียนของนักเรียน คือความไม่ปลอดภัย คิดเป็นร้อยละ 63.3 รองลงมาคือระยะทางจากบ้านของนักเรียนมายังโรงเรียนที่ไกล คิดเป็นร้อยละ 62.0 โดยโรงเรียนรายงานว่า ความปลอดภัยบนท้องถนนเป็นปัญหาใหญ่มากที่สุดสำหรับโรงเรียน โดยคิดเป็นร้อยละ 21.6 รองลงมาเป็นปัญหาด้านยาเสพติด ร้อยละ 15.8 และปัญหาด้านมลพิษทางสิ่งแวดล้อม ร้อยละ 7.5

ข้อมูลพื้นฐานเหล่านี้ ทำให้ทราบถึงนโยบายและการปฏิบัติของโรงเรียนรวมถึงปัจจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการออกแบบและการวางแผนการทำงานและการพัฒนานโยบายหรือมาตรการที่เกี่ยวข้องในการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กและเยาวชนไทยในอนาคต



Executive Summary



School is not only an important setting that provides children and youth with education, but also a place where children and youth can participate in physical activity during the day. Our research team investigated how schools promote physical activity in their schools by collecting data from 154 principals in 27 provinces from 9 regions across Thailand, including the Bangkok metropolitan area. This report gathers all important information concerning policy aiming to promote physical activity among students (aged 6-17 years) and the schools' current practices related to physical activity promotion, including the schools' socio-cultural contexts which might be barriers or facilitators to students' participation in physical activity.

The contents of this report are organized based on the structure of the Thailand Physical Activity Children Survey - Principal Questionnaire (TPACS: SQ) which comprises 4 sections:

Section 1 Information of participating schools
Section 2 Schools' physical activity promotion policies
Section 3 Schools' socio-cultural characteristics
Section 4 Respondents' information

Overall, 88% of participating schools were under supervision of the Office of Basic Education Commission (OBEC), and 72% of them participated in the "Reduce class time, increase learning" project initiated by the government. A majority of them (71%) participated in the Health Promoting School project of the Ministry of Public Health. Most schools (95.9%) reported having physical activity policies in place (writtenor formal announcement). When asked about schools' interests in developing other physical activity policies for students next year, 66% of schools expressed their interest. Almost half of the participating schools (42.4%) suggested that they needed guidance and supporting tools to facilitate physical activity promotion in their school. They reported competing demands, a lack of budget, and teachers' workloads as barriers to the policy implementation.

Regarding the delivery of physical education class, 23% of the participating schools did not have a physical education specialist, and 55% used teachers who specialized in other disciplines to teach physical education classes. About half (56%) had a budget for the classes, but was considered inadequate.

Most schools shared their physical activity facilities with their local community and allow them to be used





after school and on weekends.
A majority of schools (77%) promoted active transport (walk or bike) to and from schools among students. However, school principals estimated that only 20% of students traveled actively (walk or bike) to school, and even less on the way back home (13% on average). It was estimated that 48% of students traveled to school by motorbike (with someone driving them), and 43% by car (with parents or someone driving them). Bus was another means of transport that students used (30%). The barriers to student's active transport were traffic safety (63.3%) and distance (62%). There were some physical or social environmental factors that were concerning to schools, with the top three being traffic safety around the school (21.6%), illicit drugs (15.8%) and environmental pollution (7.5%).

This report provides important information concerning school physical activity policy and relevant practices useful for future efforts to promote physical activity in the school setting.

นิยามศัพท์

กิจกรรมทางกาย (Physical activity)
หมายถึง การออกแรงเคลื่อนไหวร่างกายและกล้ามเนื้อในรูปแบบต่างๆ ซึ่งทำให้เกิดการใช้พลังงานมากกว่าขณะพัก กิจกรรมเหล่านี้รวมถึง การทำกิจวัตรประจำวันต่างๆ เช่น การเดินทาง การออกกาลังกาย การเล่นกีฬา และกิจกรรมนันทนาการ เป็นต้น

การเล่นที่กระฉับกระเฉง (Active play)
หมายถึง กิจกรรมต่างๆที่ไม่มีรูปแบบตายตัวและไม่เป็นทางการ เป็นการเล่นเพื่อความผ่อนคลายและความสนุกสนาน ซึ่งเป็นการเล่นแบบที่มีการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างกระฉับกระเฉง ยกตัวอย่าง เช่น การวิ่งเล่นกับเพื่อน การเดินเล่นกับสุนัข การเล่นกระโดดหนังยาง เป็นต้น

กีฬา (Sport)
หมายถึง กิจกรรมที่ต้องใช้พละกำลังและทักษะในการเล่น กิจกรรมจะมีกฎกติกาในการควบคุมและมักจะมีการแข่งขัน เช่น กรีฑา เทนนิส และชกมวย เป็นต้น

พลศึกษา (Physical education)
หมายถึง การศึกษาเล่าเรียน (ตามหลักสูตรการศึกษาภาคบังคับ) ในการบำรุงรักษาสุขภาพด้วยการออกกาลังกายและการเล่นกีฬา ซึ่งจัดในระหว่างวันที่มีเรียน

นโยบาย
หมายถึง ข้อความหรือคำแถลงการณ์ที่แสดงถึงความตั้งใจที่เป็นทางการ ซึ่งกำหนดลำดับความสำคัญของประเด็นหรือกิจกรรม และให้หลักการหรือแนวปฏิบัติในการนำไปสู่การบรรลุเป้าประสงค์ นโยบายอาจเกิดจากการริเริ่มของหน่วยงาน/องค์กรที่มีอำนาจ หรืออาจริเริ่มจากโรงเรียนเอง



ส่วนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับโรงเรียน

HIGHLIGHTS

- ร้อยละ 88 ของโรงเรียนที่เข้าร่วมการสำรวจ
  อยู่ในสังกัดของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.)

- ร้อยละ 72 ของโรงเรียนที่สำรวจเข้าร่วมโครงการ
  “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” ของรัฐบาล

- ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6
  ส่วนใหญ่ไม่มีช่วงเวลาพักระหว่างคาบเรียนมากที่สุด ร้อยละ 69.32

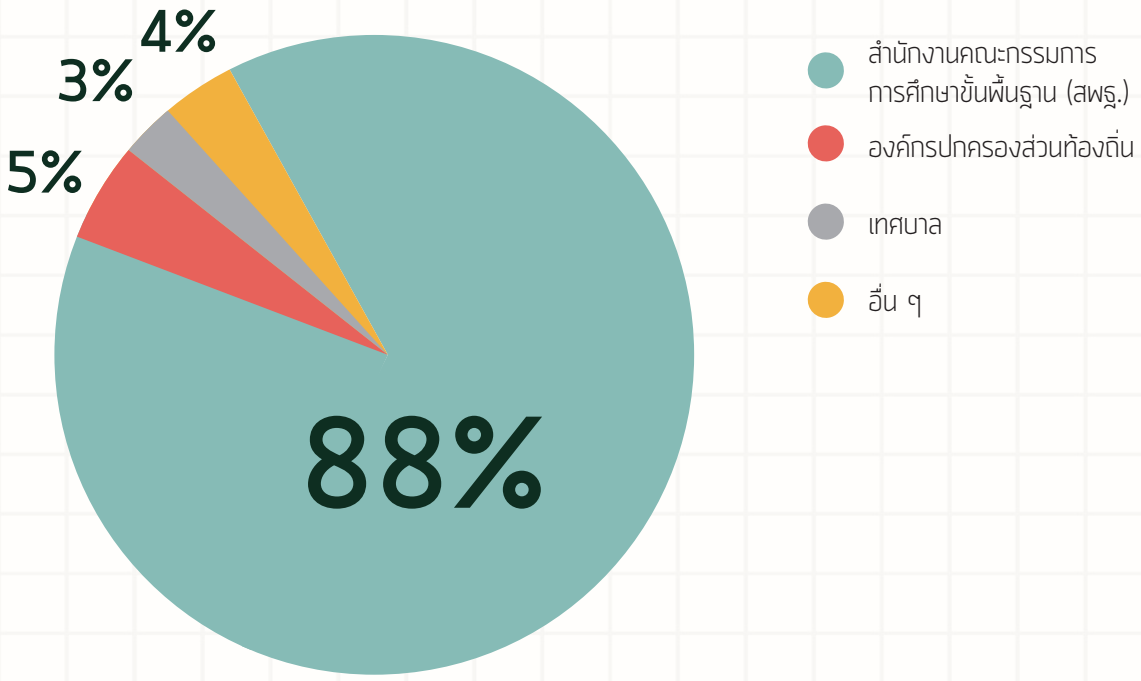
- ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6
  มีระยะเวลาพักเฉลี่ยรวมน้อยที่สุด คือ 13.6 นาทีต่อวัน



ส่วนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับโรงเรียน

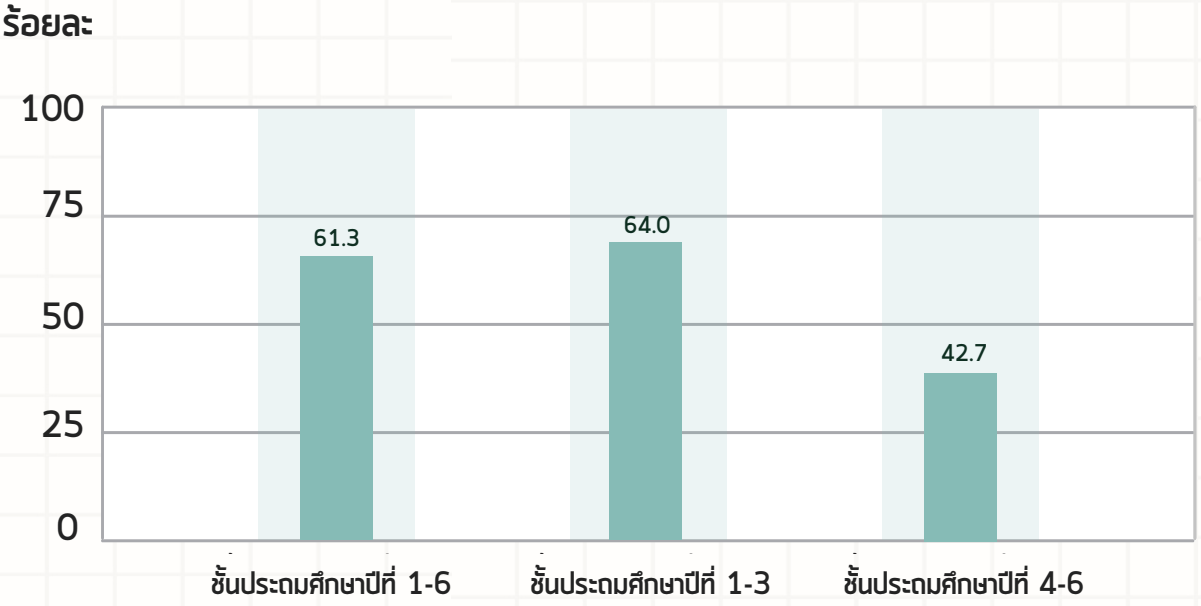
สัดส่วนสังกัดของโรงเรียนที่เข้าร่วมการสำรวจในครั้งนี้ (n=150)

จากการสำรวจกิจกรรมทางกายในเด็กและเยาวชนไทย (อายุ 6 - 17 ปี) พ.ศ. 2558 พบว่า โรงเรียนที่เข้าร่วมการสำรวจส่วนใหญ่ (ร้อยละ 88) อยู่ในสังกัดของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) รองลงมาอยู่ในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (ร้อยละ 5) สังกัดอื่น ๆ (ร้อยละ 4) และสังกัดเทศบาล (ร้อยละ 3)



ร้อยละของระดับชั้นเรียนที่เปิดสอน (n=150)

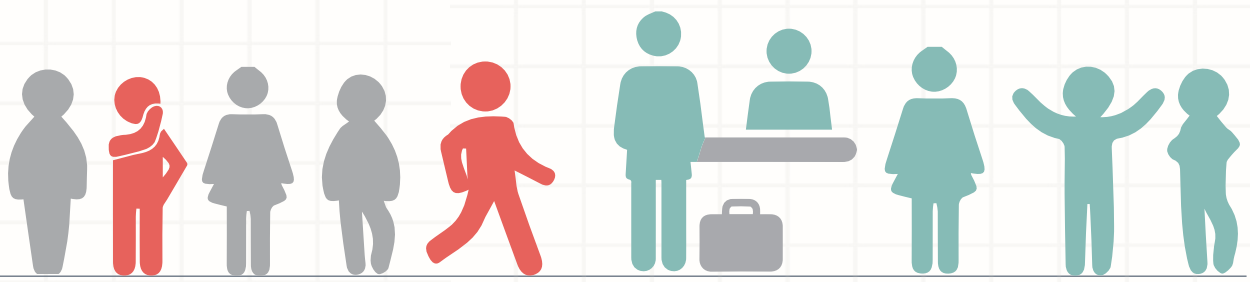
โรงเรียนที่เข้าร่วมการสำรวจจัดให้มีการเรียนการสอนในระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1-3 มากที่สุด คือ ร้อยละ 64.0 รองลงมา คือ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ร้อยละ 61.3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ร้อยละ 42.7



จำนวนนักเรียนที่ลงทะเบียนทั้งหมดในภาคเรียนนี้ (n=135)

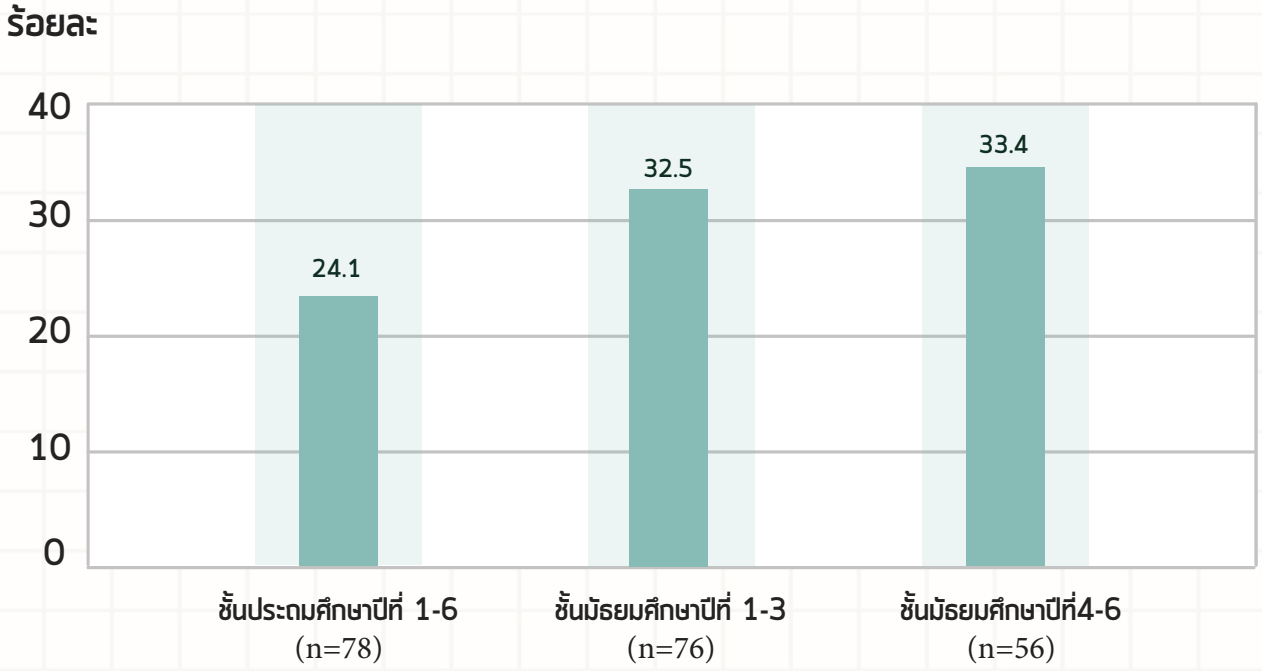
โรงเรียนที่เข้าร่วมการสำรวจกิจกรรมทางกายในเด็กและเยาวชนไทย (อายุ 6 - 17 ปี) พ.ศ. 2558 มีจำนวนนักเรียนที่ลงทะเบียนในภาคเรียนนี้ เฉลี่ย 919 คน โดยโรงเรียนที่มีจำนวนนักเรียนลงทะเบียนมากที่สุด คือจำนวน 4,317 คน และน้อยที่สุด 21 คน

เฉลี่ย	919	คน
ต่ำสุด	21	คน
มากสุด	4,317	คน



จำนวนนักเรียนเฉลี่ยต่อหนึ่งห้องเรียน (n=150)

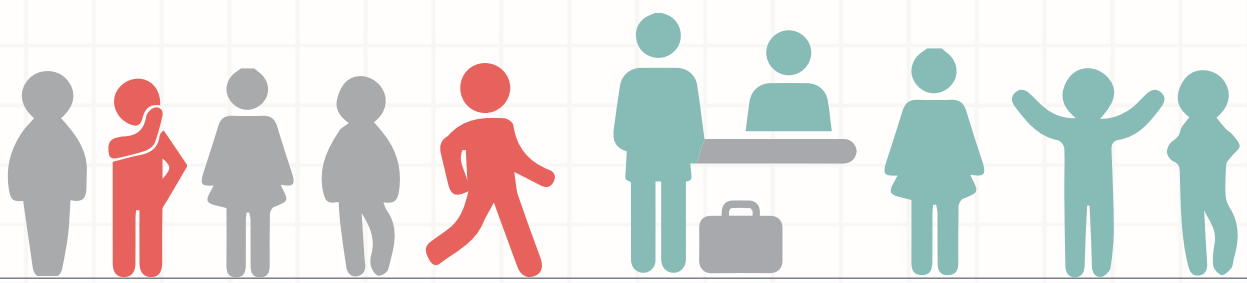
จากการสำรวจพบว่าชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 มีความหนาแน่น หรือจำนวนนักเรียนเฉลี่ยต่อห้องมากที่สุดคือ 33.4 คน รองลงมาคือ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 มีนักเรียนเฉลี่ยต่อห้องจำนวน 32.5 คน และ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 นักเรียนเฉลี่ยต่อห้องจำนวน 24.1 คน



ความหนาแน่นของนักเรียนต่อพื้นที่ ทั้งภายในและภายนอกอาคารที่อำนวยความสะดวกด้านกีฬาและออกกำลังกาย (n=93)

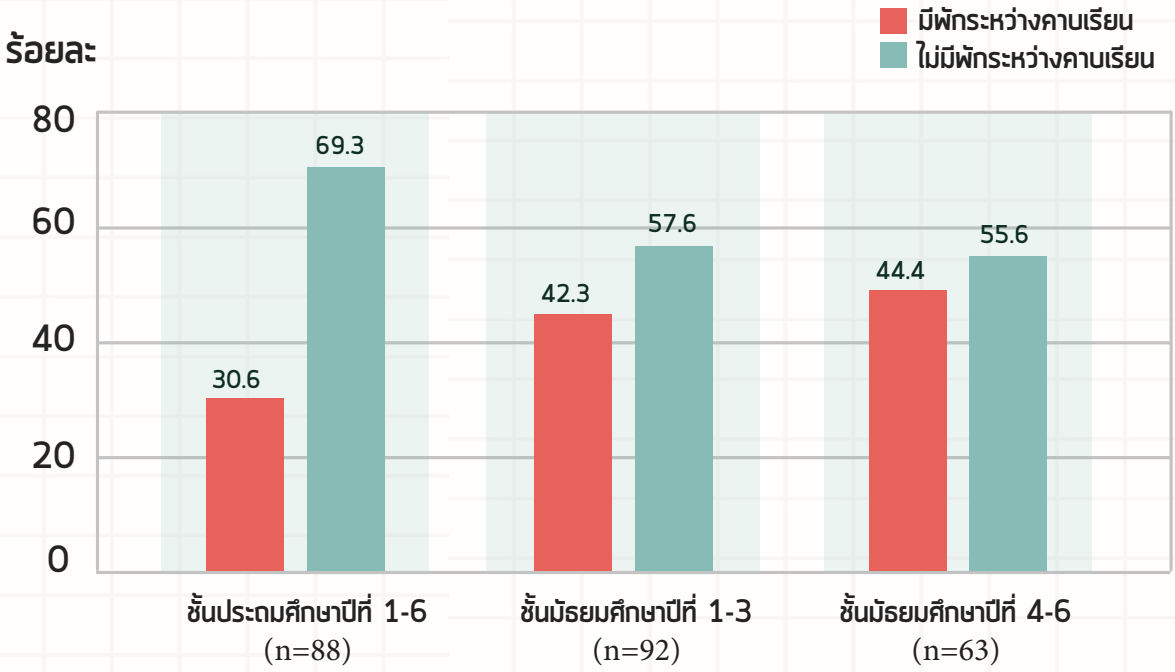
โรงเรียนที่เข้าร่วมสำรวจส่วนใหญ่มีจำนวนนักเรียนเฉลี่ย 1.4 คน ต่อตารางเมตร โดยรวมพื้นที่ทั้งภายในและภายนอกอาคารที่อำนวยความสะดวกด้านกีฬาและออกกำลังกาย โดยโรงเรียนที่มีความหนาแน่นของนักเรียนมากที่สุดอยู่ที่ 10 คน ต่อตารางเมตร และน้อยที่สุดอยู่ที่ 1 คน ต่อตารางเมตร ตามลำดับ

เฉลี่ย	1.4	คน/ตรม.
ต่ำสุด	1	คน/ตรม.
มากสุด	10	คน/ตรม.



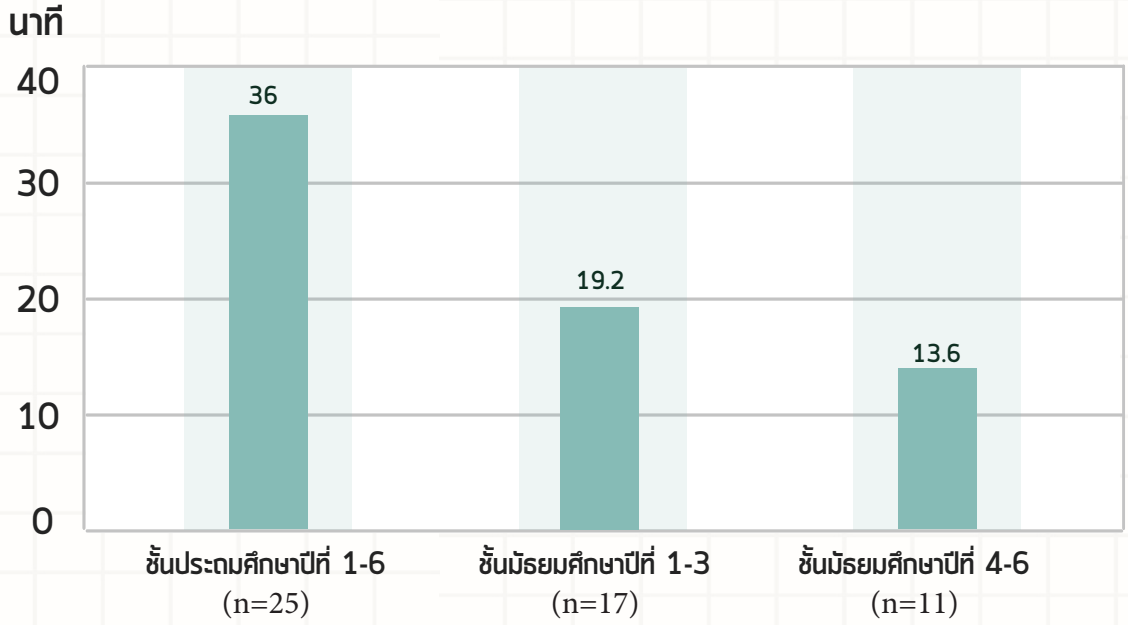
ร้อยละโรงเรียนที่มีช่วงพักและไม่มีช่วงพักระหว่างคาบเรียน

เมื่อนำข้อมูลโรงเรียนที่เข้าร่วมสำรวจฯทั้งหมดมาเปรียบเทียบกันเรื่องช่วงเวลาพักระหว่างคาบเรียน (ไม่รวมช่วงพักรับประทานอาหารกลางวัน) และแยกตามลำดับชั้นเรียน พบว่า โรงเรียนส่วนใหญ่ไม่ได้จัดให้มีช่วงเวลาพักระหว่างคาบเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 มากที่สุด คือร้อยละ 69.3 โดยระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 และในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ไม่มีช่วงเวลาพักในระหว่างคาบเรียนใกล้เคียงกัน คือ ร้อยละ 55.6 และ ร้อยละ 57.6 ตามลำดับ



ระยะเวลาพักต่อช่วง (นาที/ช่วง)

โรงเรียนที่รายงานว่าได้จัดช่วงให้นักเรียนพักระหว่างคาบ ให้เวลาในการพักรวมกันต่อหนึ่งวันเรียนมากที่สุดคือ 36 นาที ซึ่งเป็นการจัดช่วงพักให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 รองลงมาเป็นการจัดช่วงเวลาพักระหว่างคาบเรียนให้ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 รวม 19.2 นาที ต่อวัน และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 มีระยะเวลาพักเฉลี่ยรวมน้อยที่สุด คือ 13.6นาที/วัน

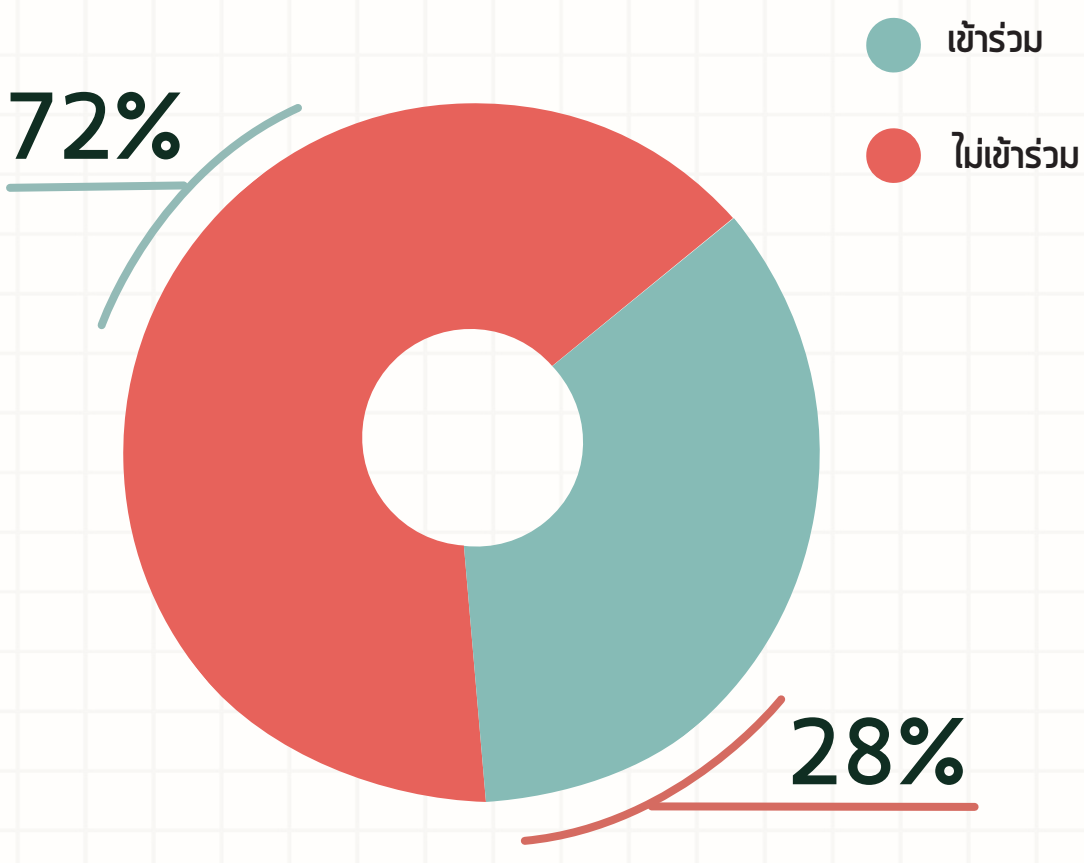




สัดส่วนโรงเรียนที่เข้าร่วมโครงการ

“ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้”

ข้อมูลด้านการเข้าร่วมโครงการ **“ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้”** ของรัฐบาล พบว่า โรงเรียนส่วนใหญ่ที่เข้าร่วมการสำรวจฯไม่ได้เข้าร่วมโครงการลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ โดยคิดเป็นร้อยละ 72 และมีเพียงร้อยละ 28 ที่รายงานว่าได้เข้าร่วมโครงการฯ



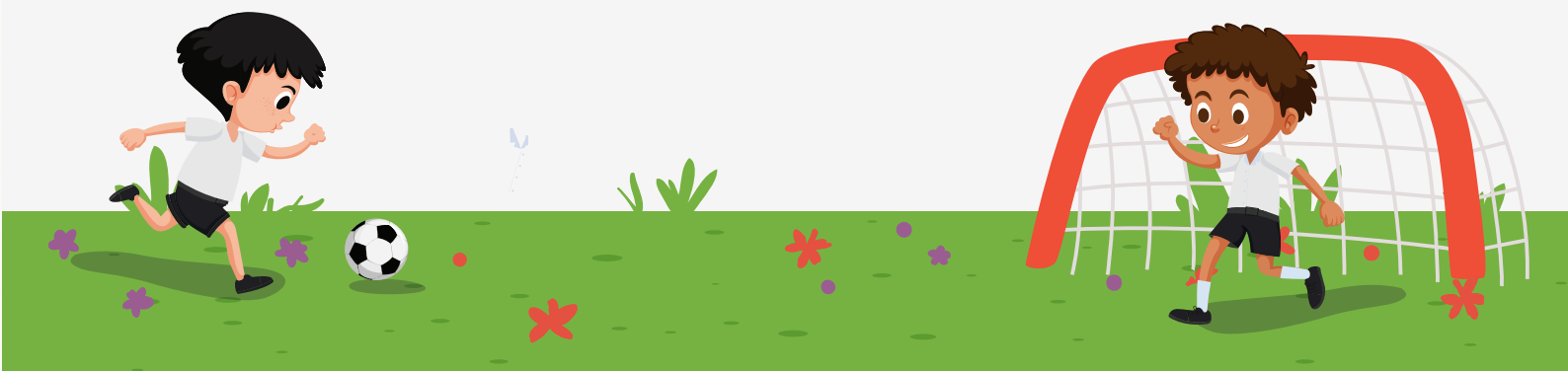


ส่วนที่ 2

นโยบายของโรงเรียน เกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

HIGHLIGHTS

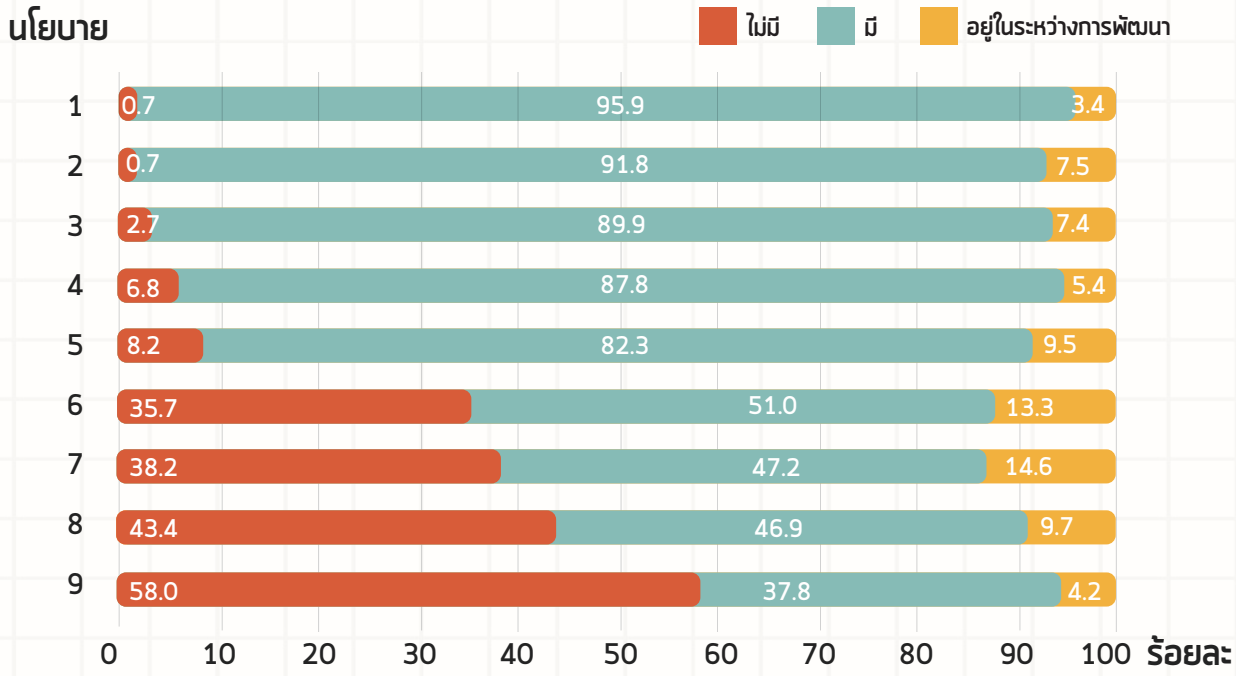
- **โรงเรียนส่วนใหญ่ร้อยละ 95.9** มีนโยบายที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายซึ่งรวมถึงการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา และกิจกรรมนันทนาการที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย
- **ร้อยละ 42.3 ของโรงเรียนที่เคยเข้าร่วมโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ** แต่ปัจจุบันไม่ได้เข้าร่วมเพราะว่าบุคลากรโรงเรียนมีจำกัด
- **โรงเรียนส่วนใหญ่ ร้อยละ 66** มีความสนใจที่จะพัฒนานโยบายเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้กับนักเรียนในโรงเรียน
- **โรงเรียนส่วนใหญ่ ร้อยละ 93 ไม่มีการจัดกิจกรรมนอกหลักสูตร** เพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายใน 12 เดือนที่ผ่านมา
- **โรงเรียนส่วนใหญ่ร้อยละ 77 ให้การสนับสนุนนักเรียน** ในการเดินทางไป-กลับโรงเรียนด้วยการเดินหรือการปั่นจักรยาน
- **โรงเรียนส่วนใหญ่ ร้อยละ 74 ใช้กิจกรรมทางกายบางกิจกรรม** เช่น การวิ่ง หรือการกระโดดกบเป็นบทลงโทษนักเรียน





ส่วนที่ 2 นโยบายของโรงเรียนเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

นโยบายที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย



นโยบาย :

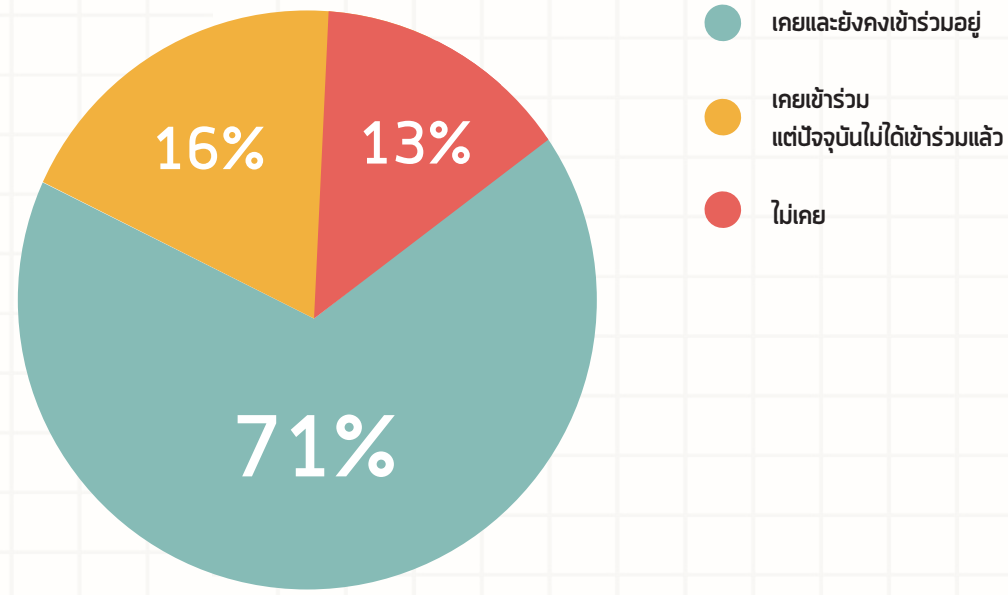
1. นโยบายจัดกิจกรรมนอกเหนือหลักสูตร เช่น กีฬาสี
2. นโยบายจัดสิ่งอำนวยความสะดวกสถานที่ออกกำลังกายให้นักเรียน
3. นโยบายที่ส่งเสริมกิจกรรมทางกายที่รวมถึงการออกกำลังกาย กีฬา
4. นโยบายอนุญาตให้บุคคลภายนอกใช้อุปกรณ์สถานที่ออกกำลังกาย
5. นโยบายกำหนดการใช้อุปกรณ์สถานที่ออกกำลังกาย
6. นโยบายที่ส่งเสริมการเล่นแบบกระฉับกระเฉงนอกเหนือเวลาเรียน
7. นโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายสำหรับเด็ก Brain-based learning
8. นโยบายส่งเสริมการไปกลับโรงเรียนโดยไม่ใช้ยานพาหนะ
9. นโยบายโควต้ารับเด็กนักเรียน

*นโยบาย หมายถึง ข้อความหรือคำแถลงการณ์ที่แสดงถึงความตั้งใจที่เป็นทางการ ซึ่งกำหนดลำดับความสำคัญของประเด็นหรือกิจกรรม และให้หลักการหรือแนวปฏิบัติในการนำไปสู่การบรรลุเป้าประสงค์ นโยบายอาจเกิดจากการริเริ่มของหน่วยงาน/องค์กรที่มีอำนาจ หรืออาจริเริ่มจากโรงเรียนเอง

เมื่อสอบถามเกี่ยวกับนโยบายด้านการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายของโรงเรียน พบว่า โรงเรียนส่วนใหญ่มีนโยบายที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายซึ่งรวมถึงการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา และกิจกรรมนันทนาการที่มีการเคลื่อนไหวร่างกายมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 95.9 รองลงมาคือนโยบายด้านการจัดสิ่งอำนวยความสะดวกด้านสถานที่และอุปกรณ์กีฬา/ออกกำลังกาย ร้อยละ 91.8 และนโยบายที่ส่งเสริมกิจกรรมทางกายที่รวมถึงการออกกำลังกาย/กีฬา ร้อยละ 89.9 โดยนโยบายให้เด็กและเยาวชนที่มีความสามารถพิเศษด้านกีฬาให้เข้าเรียนโดยไม่ต้องสอบแข่งขัน มีน้อยที่สุดคือร้อยละ 37.18 รองลงมาคือนโยบายส่งเสริมการไป กลับ โรงเรียนโดยไม่ใช้ยานพาหนะ ร้อยละ 46.9

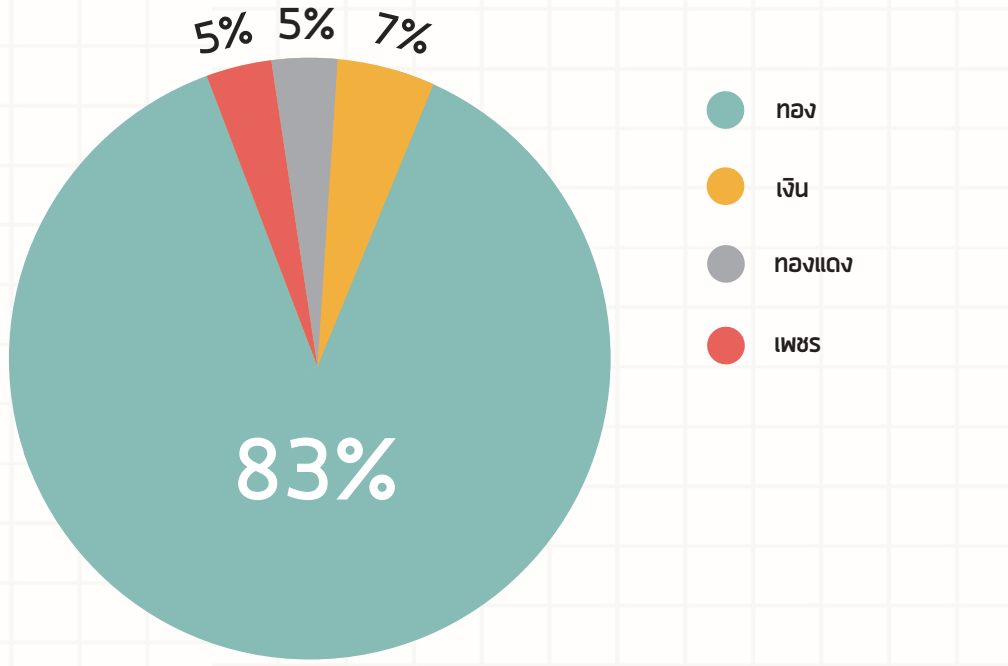
การเข้าร่วมโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของกระทรวงสาธารณสุข (n=150)

โรงเรียนที่เข้าร่วมการสำรวจฯ ส่วนใหญ่เคยเข้าร่วมโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของกระทรวงสาธารณสุข และปัจจุบัน (ณ ช่วงเวลาที่สำรวจ) ยังดำเนินการอยู่มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 71 รองลงมาเคยเข้าร่วมโครงการฯ แต่ปัจจุบัน (ณ ช่วงเวลาที่สำรวจ) ไม่ได้เข้าร่วมแล้ว ร้อยละ 16 และร้อยละ 13 ไม่เคยเข้าร่วมโครงการฯ



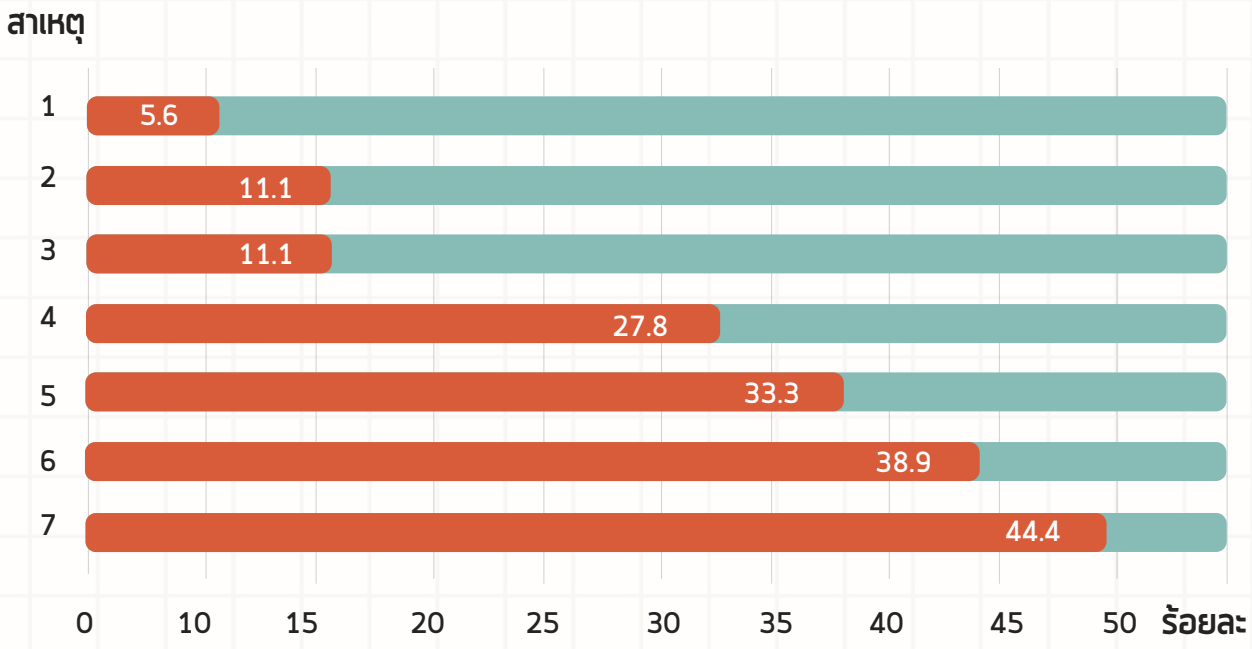
ระดับผลการประเมินนโยบายโรงเรียนเสริมสุขภาพ (n=112)

โรงเรียนส่วนใหญ่ที่เข้าร่วมโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพได้รับผลการประเมินในระดับทองมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 83 รองลงมาได้รับผลประเมินในระดับเงิน ร้อยละ 7 และผลการประเมินระดับทองแดงและเพชรเท่ากัน คือ ร้อยละ 5



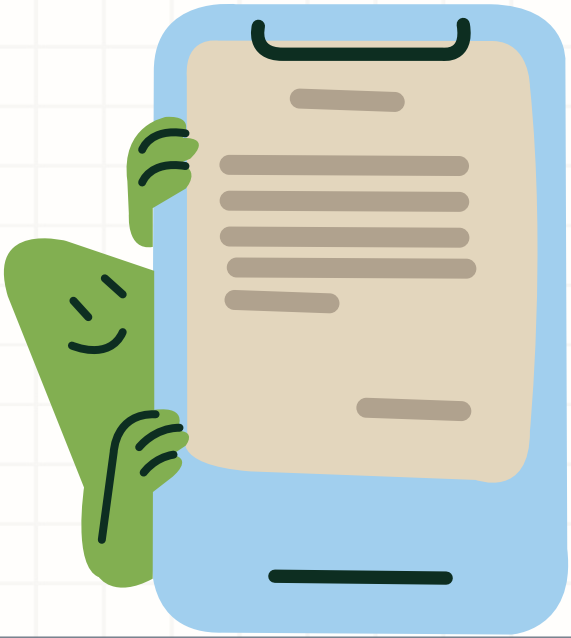
สาเหตุที่โรงเรียนไม่ได้เข้าร่วมโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

เมื่อสอบถามถึงสาเหตุที่โรงเรียนส่วนหนึ่งไม่ได้เข้าร่วมโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ พบว่า ร้อยละ 44.4 ให้เหตุผลว่าโรงเรียนมีกิจกรรมที่ต้องดำเนินการจำนวนมาก รองลงมา ร้อยละ 38.9 ไม่ได้เข้าร่วมโครงการฯ เพราะไม่ได้รับการคัดเลือกให้เข้าร่วมโครงการและร้อยละ 33.3 ให้เหตุผลว่าบุคลากรของโรงเรียนมีจำกัด และร้อยละ 27.8 ให้เหตุผลว่าโรงเรียนมีงบประมาณที่จำกัด ในขณะที่ร้อยละ 5.6 ไม่เคยได้ยินเกี่ยวกับโครงการมาก่อน



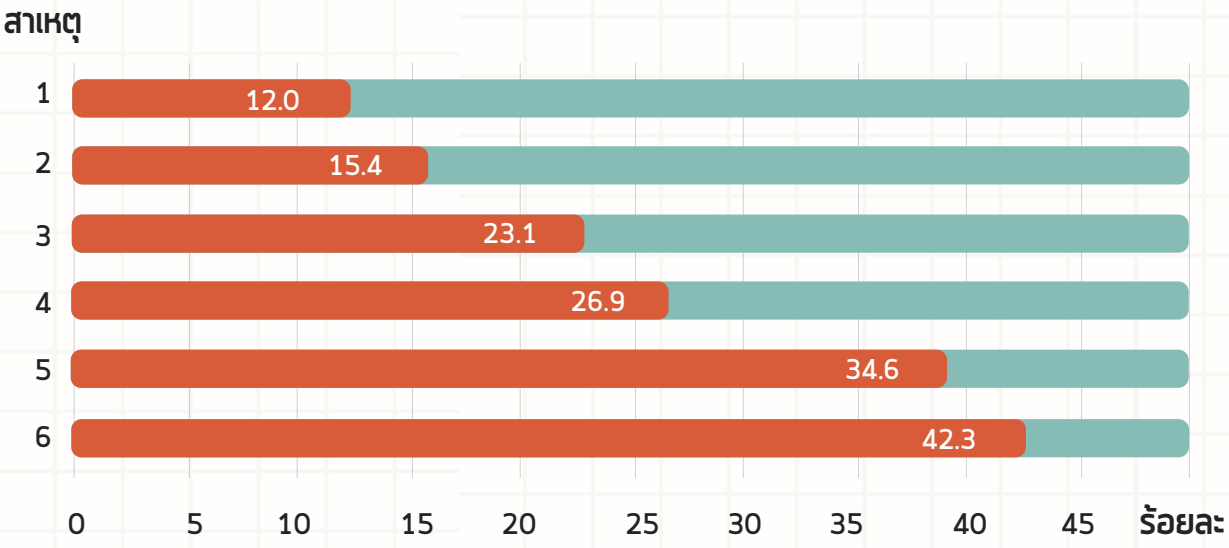
สาเหตุ :

1. ไม่เคยได้ยินเกี่ยวกับโครงการมาก่อน
2. ไม่ทราบเพราะไม่มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ
3. ไม่ทราบเพราะไม่ได้ปฏิบัติงาน ณ เวลานั้น
4. โรงเรียนมีงบประมาณจำกัด
5. โรงเรียนมีบุคลากรจำกัด
6. โรงเรียนไม่ได้รับคัดเลือกให้เข้าร่วมโครงการ
7. โรงเรียนไม่ได้รับคัดเลือกให้เข้าร่วมโครงการ



สาเหตุของการหยุดเข้าร่วมโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

เมื่อสอบถามถึงสาเหตุที่โรงเรียนที่เคยเข้าร่วมโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ แต่ปัจจุบันไม่ได้เข้าร่วมแล้ว ส่วนใหญ่ให้เหตุผลว่าบุคลากรของโรงเรียนมีจำกัด คิดเป็นร้อยละ 42.3 รองลงมาให้เหตุผลว่าไม่ทราบเพราะไม่ได้มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ ร้อยละ 34.6 และ ร้อยละ26.9 ให้เหตุผลว่าโรงเรียนมีงบประมาณจำกัด ร้อยละ 23.1 ไม่ได้เข้าร่วมโครงการต่อเพราะสิ้นสุดโครงการตามระยะเวลาที่กำหนด



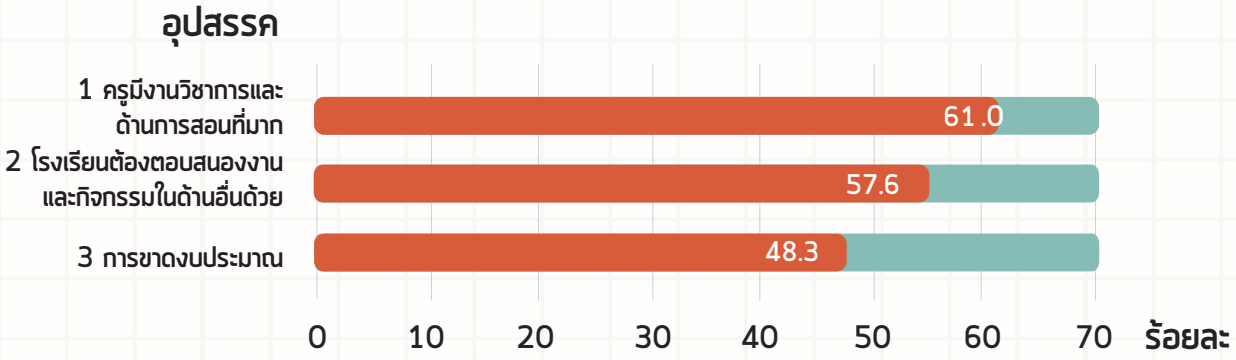


สาเหตุ :

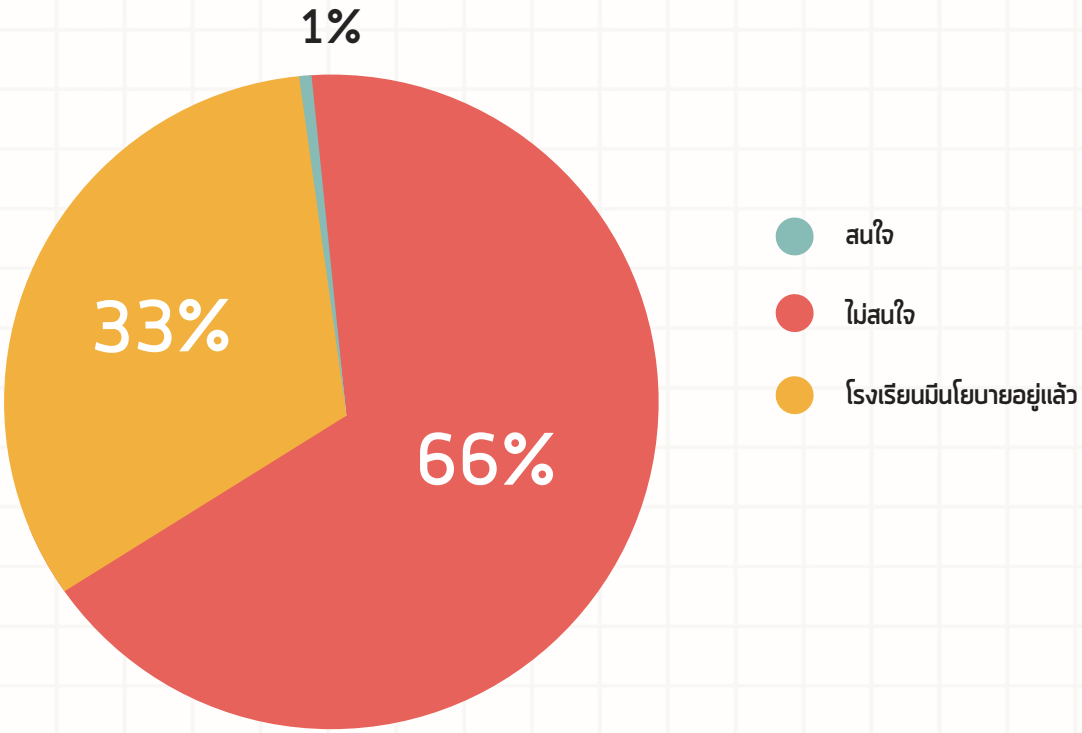
1. ไม่ทราบ เนื่องจากไม่ได้ปฏิบัติงานที่โรงเรียน ณ เวลานั้น
2. สิ้นสุดโครงการตามระยะเวลาที่กำหนด
3. โรงเรียนมีงบประมาณจำกัด
4. ไม่ทราบ เพราะไม่ได้มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ
5. โรงเรียนมีบุคลากรจำกัด
6. บุคลากรที่โรงเรียนมีจำกัด

อุปสรรคสำคัญในการดำเนินโครงการโรงเรียนเสริมสุขภาพ 3 ลำดับแรก

เมื่อสอบถามถึงอุปสรรคที่สำคัญที่สุดสามข้อแรกในการดำเนินการโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพโรงเรียนที่เข้าร่วมโครงการส่วนใหญ่ ร้อยละ 61.0 ตอบว่า ครูมีงานวิชาการ/และด้านการสอนที่มาก รองลงมา ร้อยละ 57.6 ให้เหตุผลว่าโรงเรียนต้องตอบสนองงานและกิจกรรมในด้านอื่นๆด้วย และร้อยละ 48.3 ตอบว่าขาดงบประมาณ



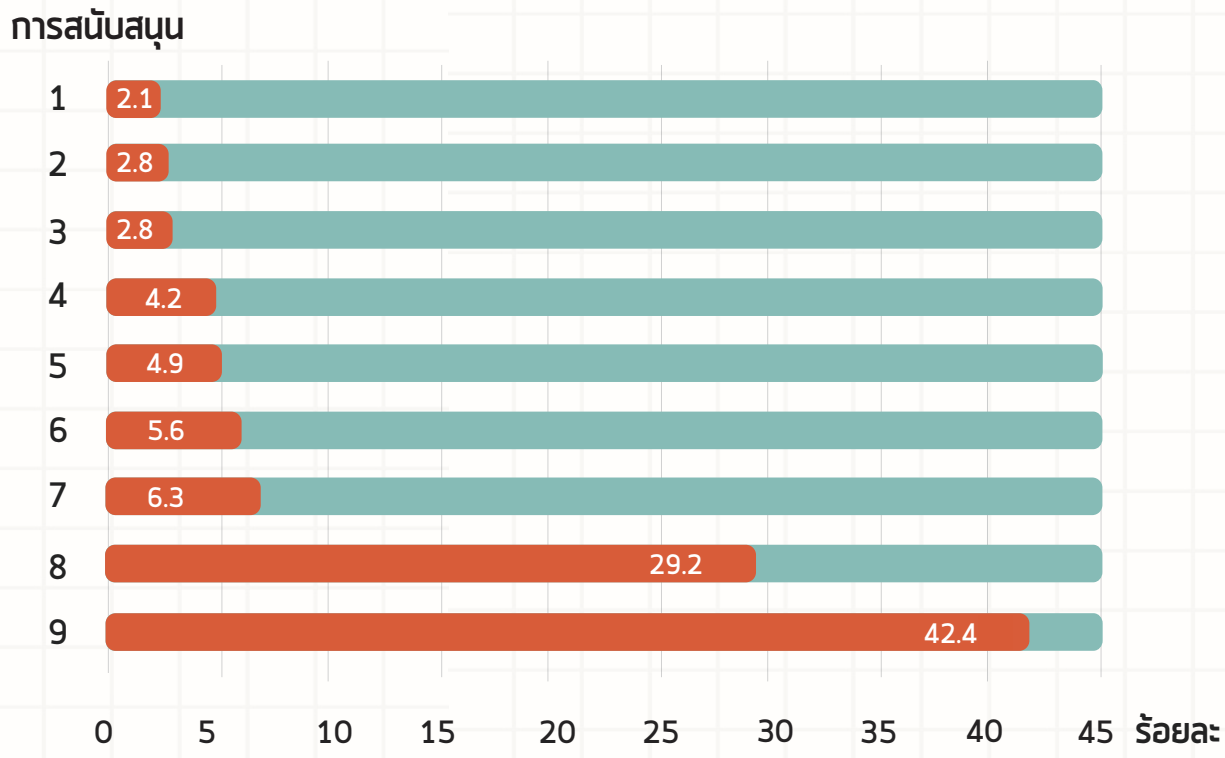
ในระยะเวลา 12 เดือนข้างหน้าโรงเรียนสนใจที่จะพัฒนานโยบายเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้กับนักเรียนในโรงเรียนหรือไม่(n=149)



เมื่อสอบถามว่าโรงเรียนมีความสนใจที่จะพัฒนานโยบายเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้กับนักเรียนในโรงเรียน ใน 12 เดือนข้างหน้าหรือไม่ โรงเรียนส่วนใหญ่ร้อยละ 66 ตอบว่า สนใจ รองลงมา ร้อยละ 33 ตอบว่า โรงเรียนมีนโยบายอยู่แล้ว และร้อยละ 1 ตอบว่าไม่สนใจ

โรงเรียนของท่านต้องการการสนับสนุนในด้านใดมากที่สุดในการพัฒนานโยบายเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายของเด็ก

เมื่อสอบถามถึงความต้องการในการสนับสนุนเพื่อการพัฒนานโยบายเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายของเด็ก ส่วนใหญ่ร้อยละ 42.4 มีความต้องการด้านแนวทางและชุดเครื่องมือมากที่สุด รองลงมาร้อยละ 29.2 ต้องการให้มีการฝึกอบรมให้กับผู้อำนวยการสถานศึกษา และร้อยละ 5.6 อยากให้ครูในโรงเรียนให้ความสนใจและร่วมสนับสนุน



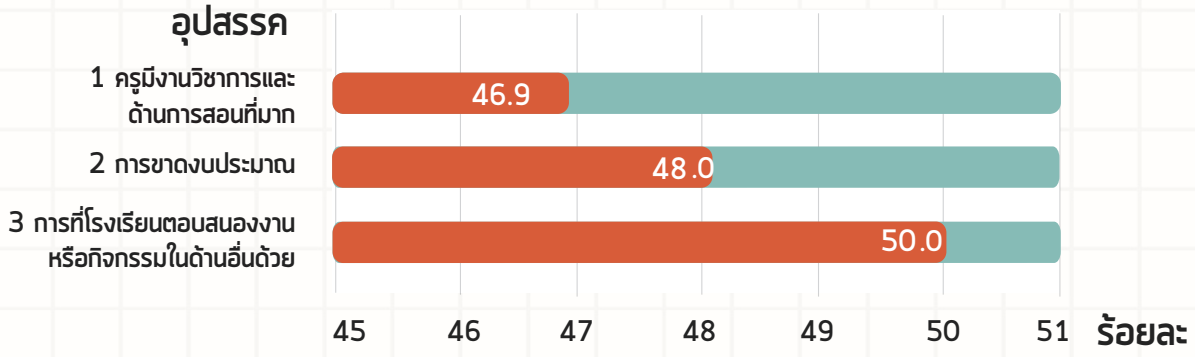


การสนับสนุน

1. อื่น ๆ
2. ความสนใจและสนับสนุนจากนักเรียน
3. ความช่วยเหลือจากโรงเรียนอื่น
4. ความสนใจและการสนับสนุนจากชุมชน
5. ที่ปรึกษาที่มีประสบการณ์
6. ความสนใจและการสนับสนุนจากผู้ปกครอง
7. ความสนใจและการสนับสนุนจากครูในโรงเรียน
8. การฝึกอบรมให้กับผู้อำนวยการสถานศึกษา
9. แนวทาง/ชุดเครื่องมือ

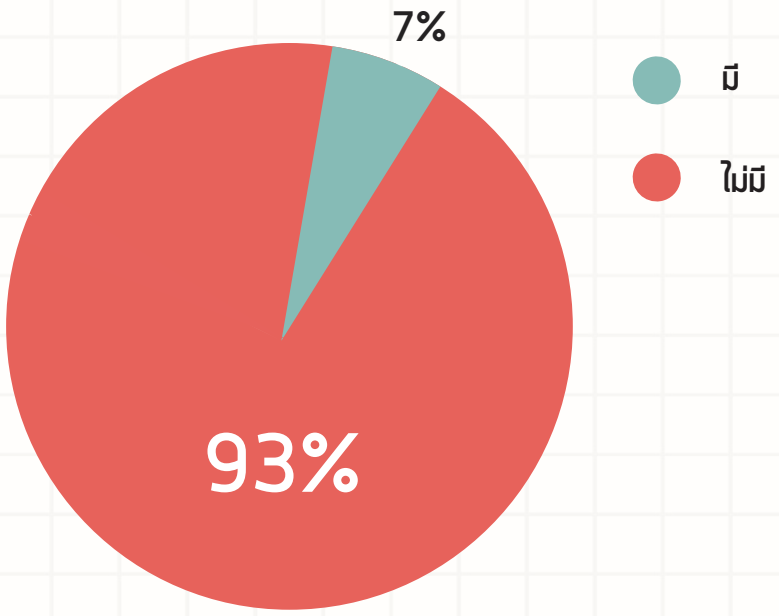
อุปสรรค 3 อันดับแรกต่อการนำนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายไปใช้ในโรงเรียน

จากการสอบถามเรื่องอุปสรรคต่อการนำนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายไปใช้ในโรงเรียน พบว่าส่วนใหญ่ ให้น้ำหนักที่ใกล้เคียงกันในสามอันดับ คือการที่โรงเรียนต้องตอบสนองงานหรือกิจกรรมในด้านอื่น, การขาดงบประมาณ และ ครูมีภาระงานด้านวิชาการและการสอนที่มาก คิดเป็นร้อยละ 50.0



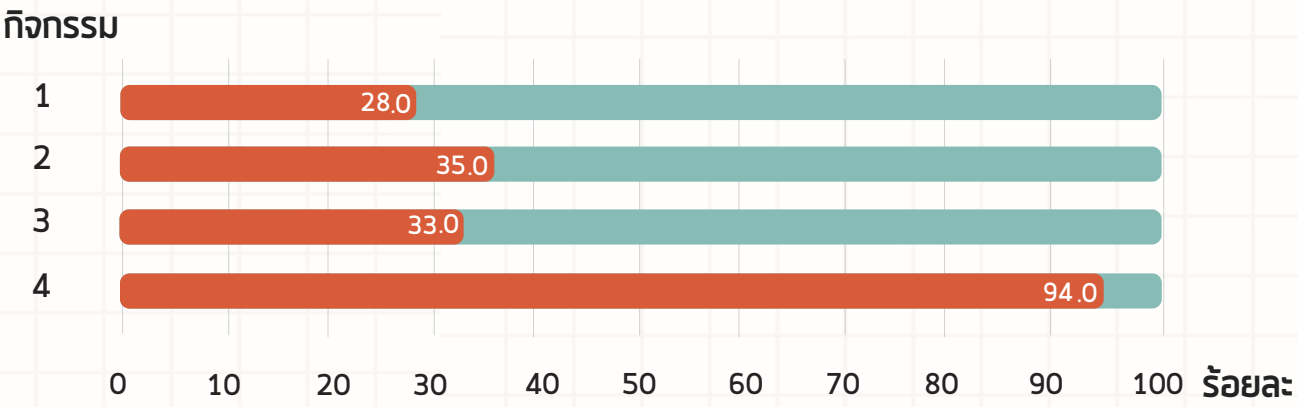
ใน 12 เดือนที่ผ่านมาโรงเรียนมีการจัดกิจกรรมนอกหลักสูตรในวันปกติที่มีเรียน นอกเหนือจากวิชาพลศึกษา (n=145)

จากการสอบถามด้านการจัดกิจกรรมนอกเหนือหลักสูตรเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พบว่าใน 12 เดือนที่ผ่านมาโรงเรียนส่วนใหญ่ร้อยละ 93 ไม่มีการจัดกิจกรรมนอกหลักสูตรในวันปกติที่มีเรียน นอกเหนือจากวิชาพลศึกษา โดยมีเพียงร้อยละ 7 ที่มีการจัดกิจกรรมนอกหลักสูตรในวันปกติที่มีเรียน



กิจกรรมนอกเหนือหลักสูตรที่โรงเรียนจัดเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

โรงเรียนที่มีการจัดกิจกรรมนอกเหนือหลักสูตรเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ส่วนใหญ่ ร้อยละ 94.0 ให้ข้อมูลว่ากิจกรรมที่จัดเป็นกิจกรรมเล่นกีฬา และมีการจัดกิจกรรมนันทนาการที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย กิจกรรมทางกายทั่วไป และการออกกำลังกายและฟิตเนส ในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกันคือ ร้อยละ 35.0, 33.0 และ 28.0 ตามลำดับ



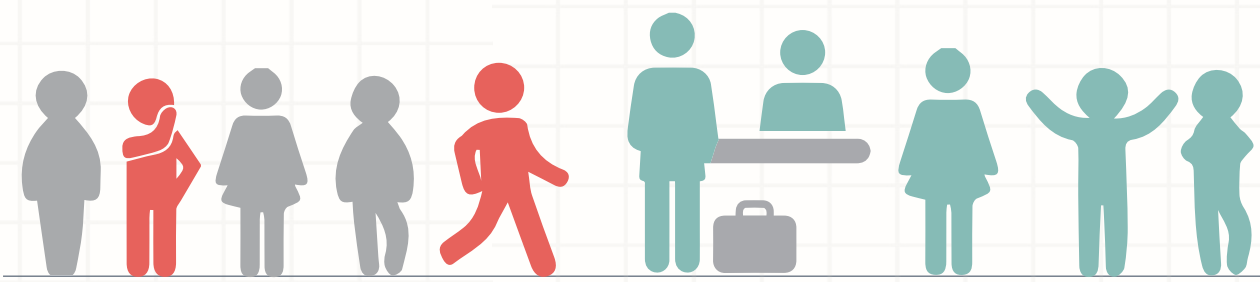
กิจกรรม

1. การออกกำลังกายและฟิตเนส
2. กิจกรรมนันทนาการที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย
3. กิจกรรมทางกายทั่วไป
4. การเล่นกีฬา

ร้อยละของนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมกิจกรรมทางกายนอกเหนือหลักสูตรในภาคเรียนที่ผ่านมา (n=134)

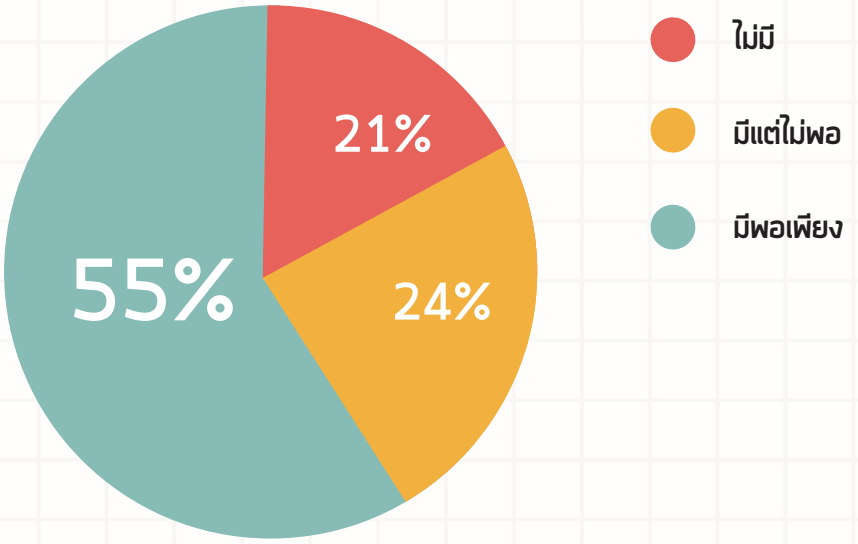
เมื่อให้โรงเรียนประมาณการจำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมนอกเหนือหลักสูตรเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายที่โรงเรียนจัด พบว่าโดยเฉลี่ยมีนักเรียนเข้าร่วมร้อยละ 84

เฉลี่ย	84%
น้อยที่สุด	5%
มากที่สุด	100%



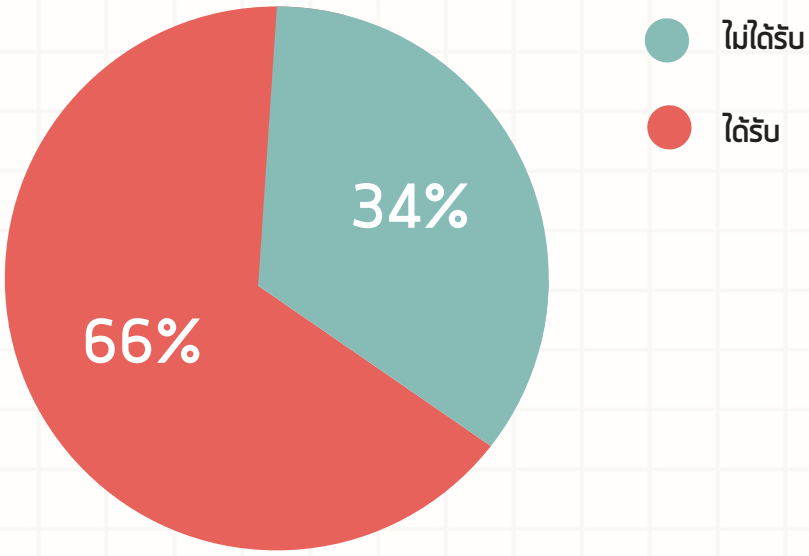
สัดส่วนโรงเรียนที่มีงบประมาณสำหรับกิจกรรมทางกายนอกเหนือหลักสูตร (n=148)

สำหรับการจัดกิจกรรมทางกายนอกเหนือหลักสูตรพบว่า โรงเรียนเกินครึ่ง (ร้อยละ 55) มีงบประมาณเพียงพอ รองลงมาร้อยละ 24 ให้ข้อมูลว่ามีงบสำหรับจัดกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอ และร้อยละ 21 รายงานว่าไม่มีงบประมาณในการดำเนินงาน

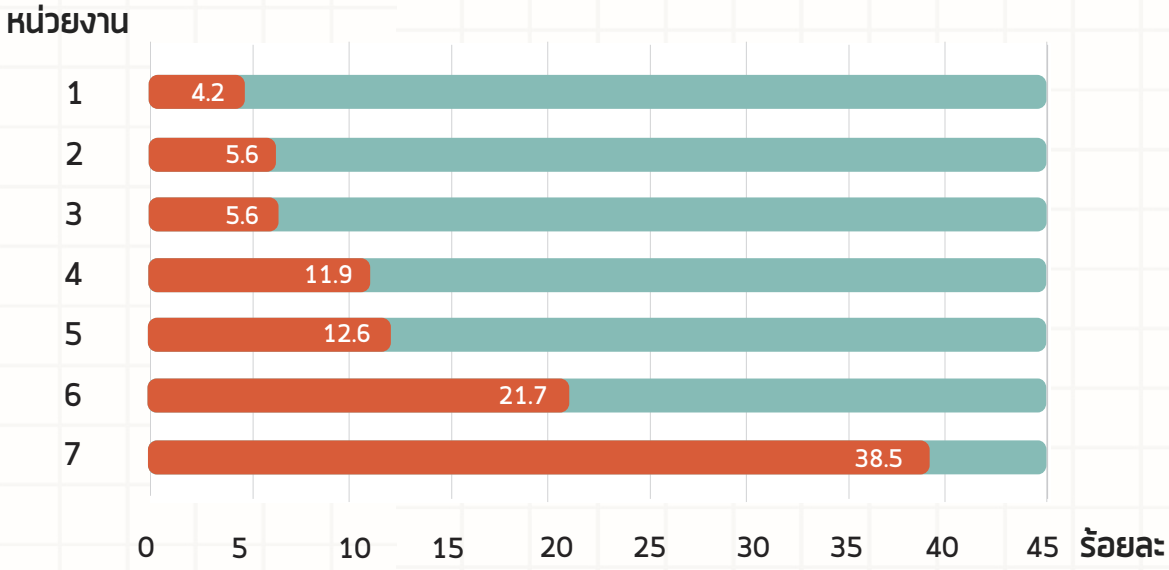


โรงเรียนที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนเพิ่มเติมในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพนอกหลักสูตร (n=143)

โรงเรียนส่วนใหญ่ร้อยละ 66 ได้รับงบประมาณสนับสนุนเพิ่มเติมในการจัดกิจกรรมส่งเสริมกิจกรรมทางกายนอกหลักสูตร ในขณะที่ร้อยละ 34 ไม่ได้รับงบประมาณสนับสนุนเพิ่มเติมนอกเหนือจากงบประมาณโรงเรียนเอง



หน่วยงานที่มอบงบประมาณสนับสนุนให้

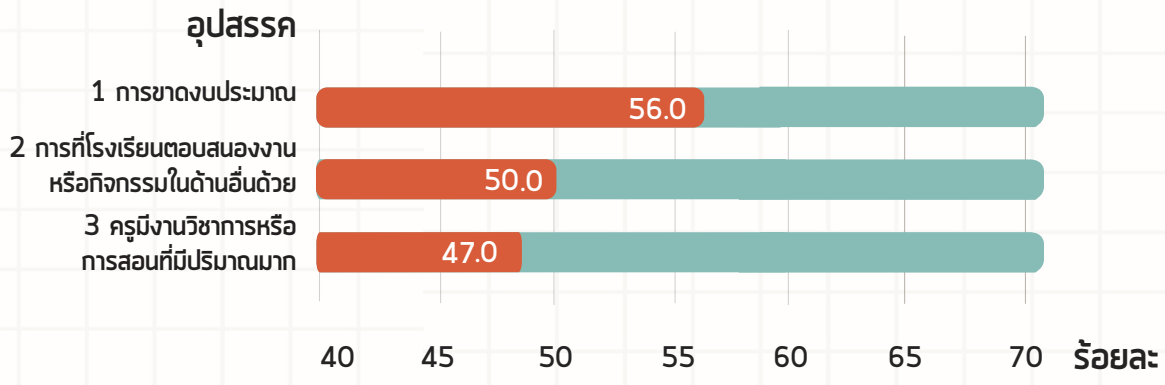


หน่วยงาน
1.ได้รับจากกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา
2.ได้รับจากหน่วยงานภาคราชการอื่น ๆ
3.ได้รับจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
4.ได้รับจากหน่วยงานภาคเอกชนอื่น ๆ
5.ได้รับจากสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
6.ได้รับจากสำนักงานคณะกรรมการศึกษาขั้นพื้นฐาน(สพฐ.)
7.ได้รับจากองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น

โรงเรียนที่รายงานว่าได้รับเงินสนับสนุนเพิ่มเติมในการจัดกิจกรรมนอกหลักสูตรเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกาย รายงานว่าส่วนใหญ่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 38.5 รองลงมาได้รับจากสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นที่ฐาน (สพฐ.) ร้อยละ 21.7 และได้รับจากสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ร้อยละ 12.6

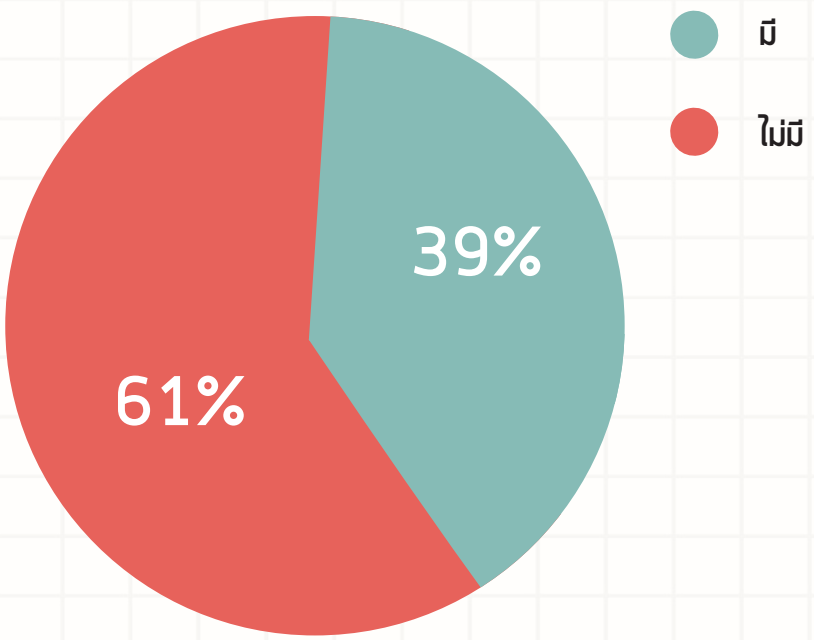
อุปสรรคที่สำคัญที่สุดสามอันดับในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพนอกหลักสูตรในโรงเรียน

จากการสอบถามเรื่องอุปสรรคต่อการจัดกิจกรรมนอกหลักสูตรเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พบว่าส่วนใหญ่ขาดงบประมาณ ร้อยละ 56.0 รองลงมาคืออุปสรรคที่โรงเรียนต้องตอบสนองงานหรือกิจกรรมในด้านอื่นๆ ร้อยละ 50.0 และครูมีงานด้านวิชาการและการสอนที่มีปริมาณมาก คิดเป็นร้อยละ 47.0



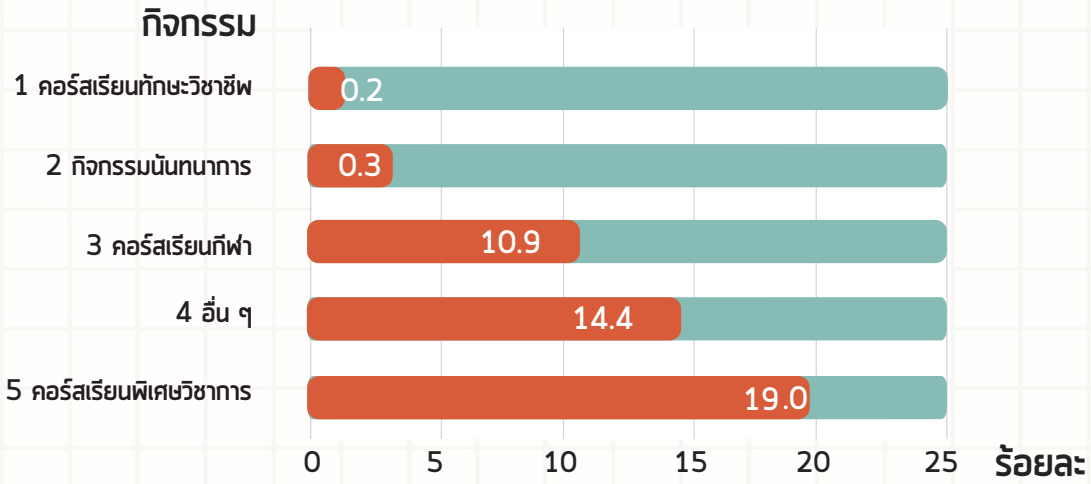
สัดส่วนการจัดกิจกรรมพิเศษ ในช่วงปิดภาคการศึกษาหรือวันหยุดยาว (n=146)

เมื่อสอบถามเกี่ยวกับการจัดการกิจกรรมพิเศษในช่วงปิดภาคการศึกษาพบว่า โรงเรียนส่วนใหญ่ ร้อยละ 61 ไม่มีกิจกรรมนอกเหนือหลักสูตรเพื่อส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายในช่วงปิดภาคเรียนฤดูร้อน หรือช่วงหยุดยาว โดยมีร้อยละ 39 ที่มีการจัดกิจกรรมทางกายในช่วงเวลาดังกล่าว



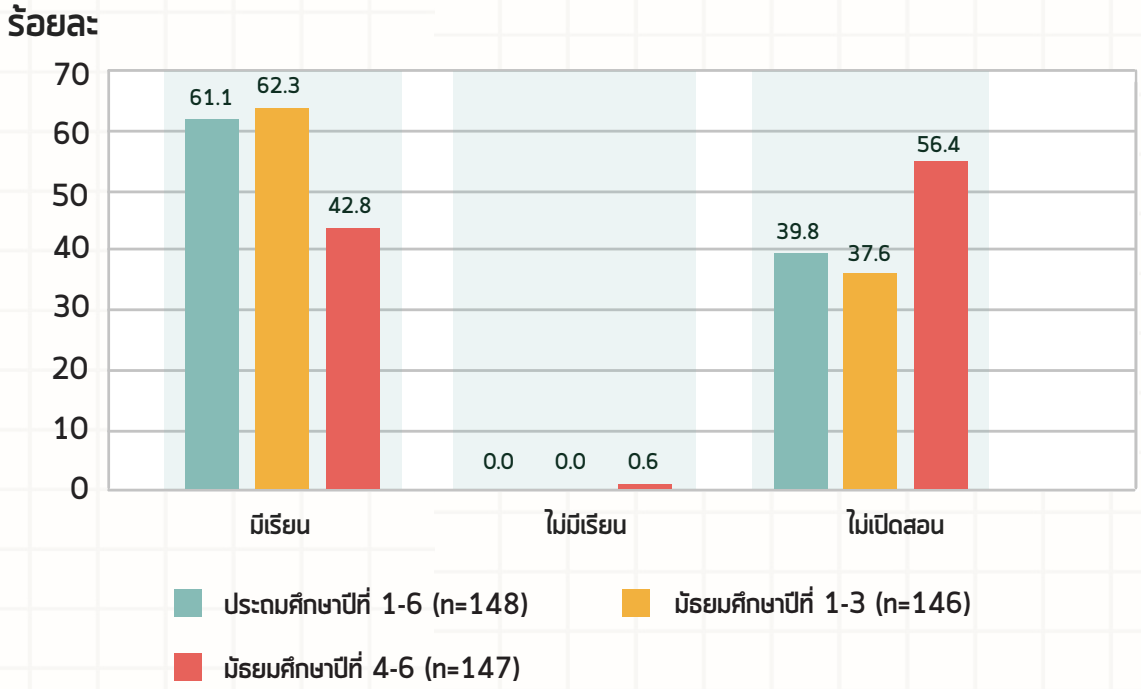
สัดส่วนของกิจกรรมที่โรงเรียนจัดในช่วงปิดภาคเรียน (n=147)

ในจำนวนโรงเรียนที่มีการจัดกิจกรรมนอกเหนือหลักสูตรเพื่อส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายใน ช่วงปิดภาคเรียนฤดูร้อนหรือช่วงหยุดยาว ส่วนใหญ่มีหลักสูตรเป็นคอร์สเรียนพิเศษวิชาการ ร้อยละ 19.0 และมีการเปิดคอร์สเรียนกีฬา ร้อยละ 10.9 และอื่น ๆ อีกร้อยละ 14.4



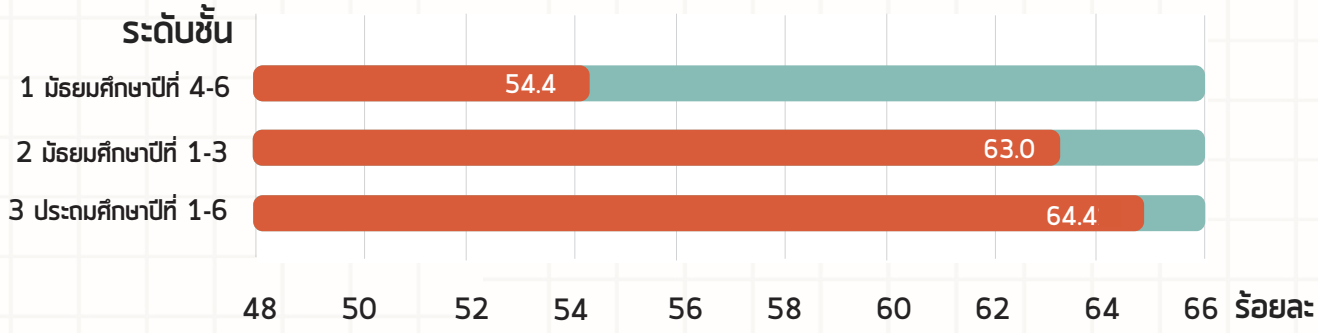
สัดส่วนโรงเรียนที่มีการจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา

ข้อมูลจากกราฟแท่งข้างต้นแสดงให้เห็นถึงข้อมูลสัดส่วนของโรงเรียนที่มีการจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาโดยแยกตามระดับชั้น พบว่าโรงเรียนส่วนใหญ่มีการจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาให้กับนักเรียน โดยร้อยละ 62.3 จัดให้ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 รองลงมาร้อยละ 60 จัดให้นักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6



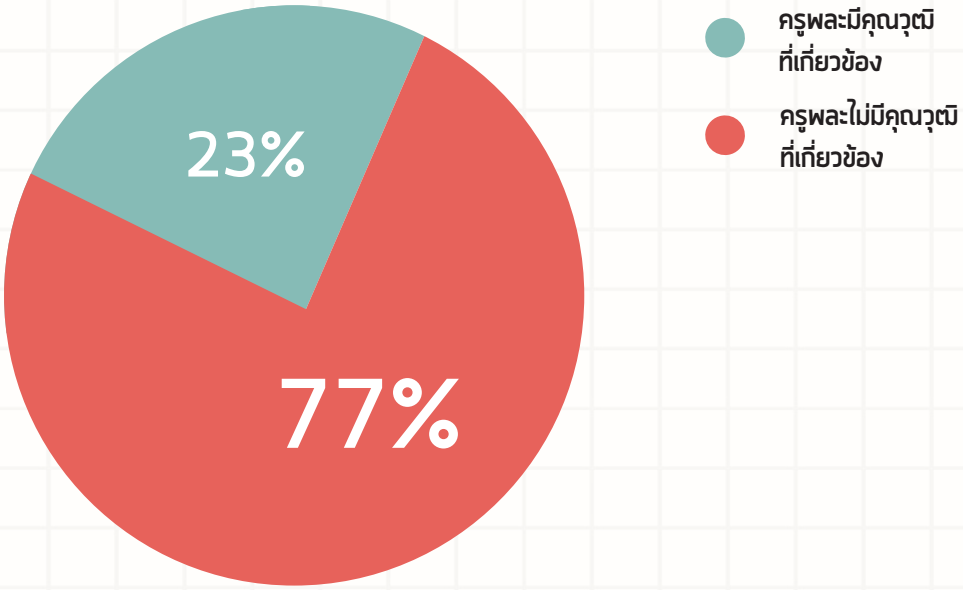
ระยะเวลาเรียนรวมของคาบเรียนพลศึกษาต่อสัปดาห์ (นาที)

ข้อมูลจากกราฟแสดงให้เห็นถึงข้อมูลระยะเวลาเรียนรวมของคาบเรียนพลศึกษาต่อสัปดาห์ (นาที) ซึ่งพบว่า นักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 มีระยะเวลาเรียนรวมของคาบเรียนพลศึกษามากที่สุดคือร้อยละ 64.4 นาที และน้อยที่สุดคือในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 มีระยะเวลาเรียนรวมของคาบเรียนพลศึกษาน้อยที่สุดคือร้อยละ 54.4



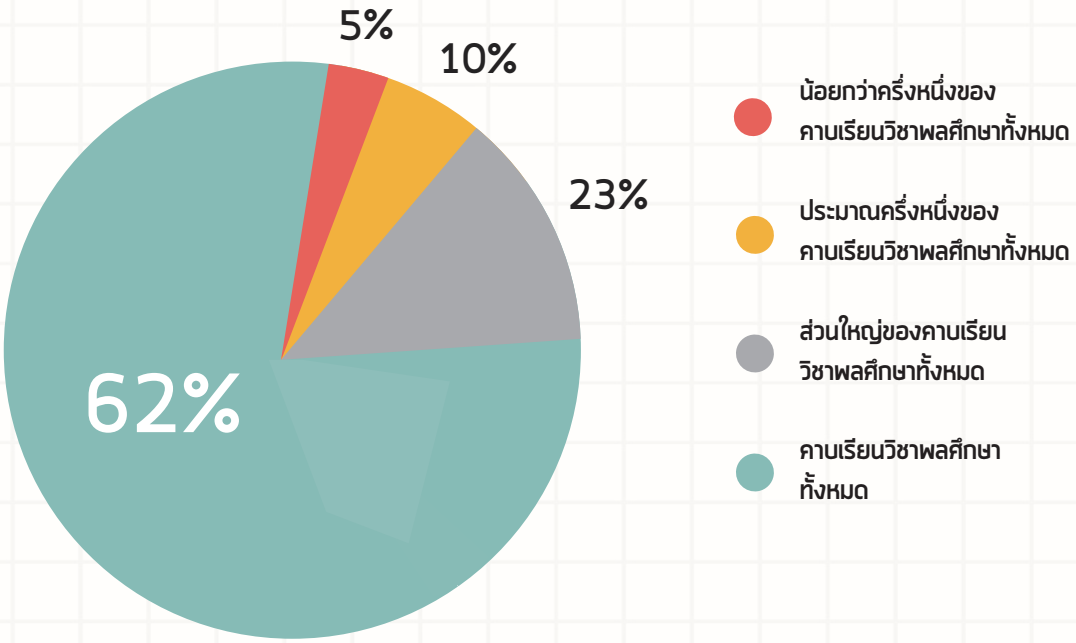
คุณวุฒิของครูสอนพลศึกษา (n=148)

โรงเรียนส่วนใหญ่ร้อยละ 77 มีครูพลศึกษาที่มีคุณวุฒิและความเชี่ยวชาญในการสอนพลศึกษา ส่วนโรงเรียนที่เหลือร้อยละ 23 รายงานว่าไม่มีครูครูพลศึกษาที่มีคุณวุฒิและความเชี่ยวชาญโดยตรง



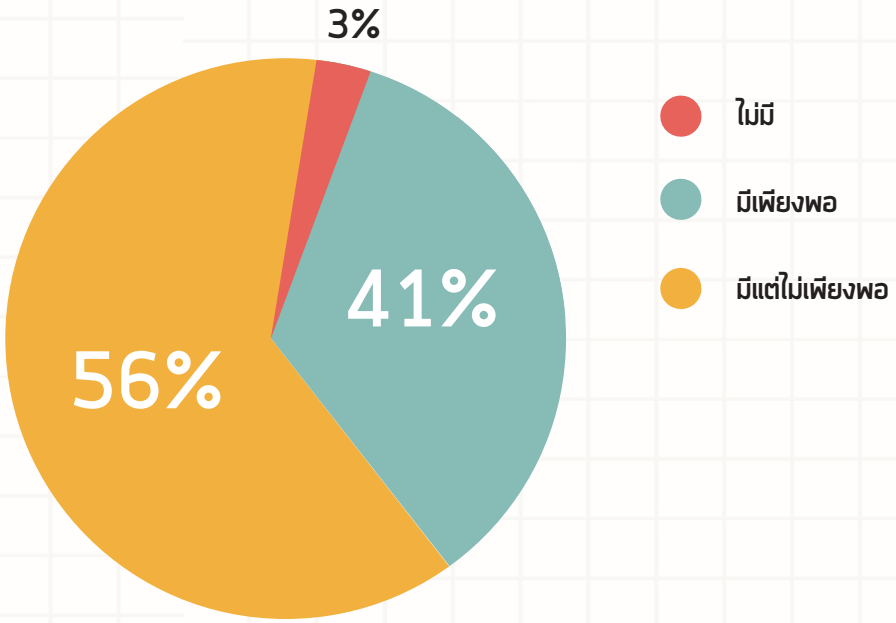
สัดส่วนคาบเรียนวิชาพลศึกษาที่ได้รับการสอนโดยครูพลศึกษาที่มีคุณวุฒิ (n=144)

ข้อมูลสัดส่วนคาบเรียนวิชาพลศึกษาที่ได้รับการสอนโดยครูพลศึกษาที่มีคุณวุฒิ จากการประมาณการจำนวนคาบเรียนของทุกระดับชั้นที่มีการเรียนวิชาพลศึกษา พบว่า ส่วนใหญ่ร้อยละ 62 ของคาบเรียนวิชาพลศึกษาทั้งหมด ได้รับการสอนโดยครูพละที่มีคุณวุฒิ รองลงมา สอนโดยครูพละที่มีคุณวุฒิส่วนใหญ่ของคาบเรียนเพียงร้อยละ 23 และน้อยกว่าครึ่งหนึ่งของคาบเรียนวิชาพละ



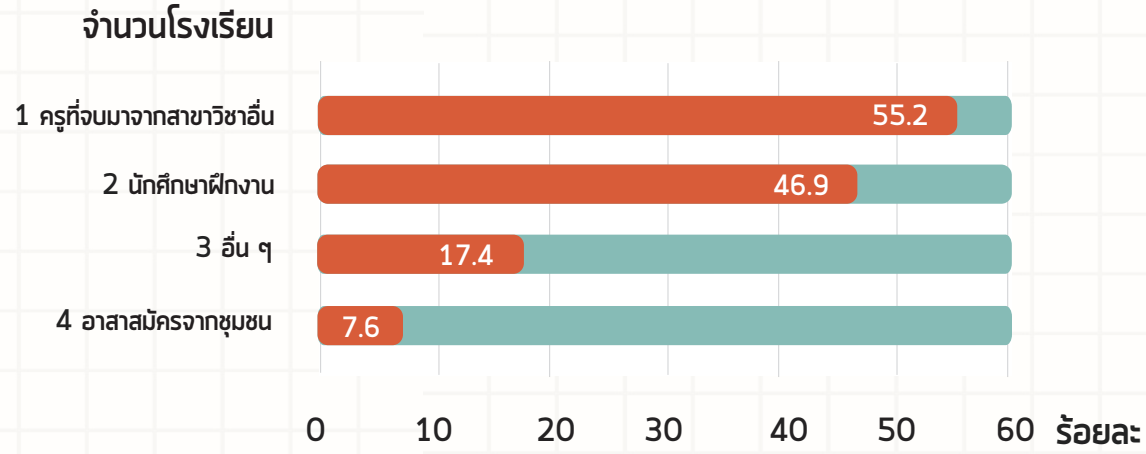
ร้อยละของโรงเรียนที่มีงบประมาณในการจัดหาอุปกรณ์พลศึกษา (n=148)

เมื่อสอบถามเกี่ยวกับการจัดหาอุปกรณ์ที่ต้องใช้ในการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาพบว่าโรงเรียนร้อยละ 56 มีงบประมาณแต่ยังไม่เพียงพอ รองลงมา ร้อยละ 41 ตอบว่ามีงบประมาณและเพียงพอ โดยมีโรงเรียนเพียงส่วนน้อยคือร้อยละ 3 ที่ตอบว่ามีงบประมาณไม่เพียงพอ



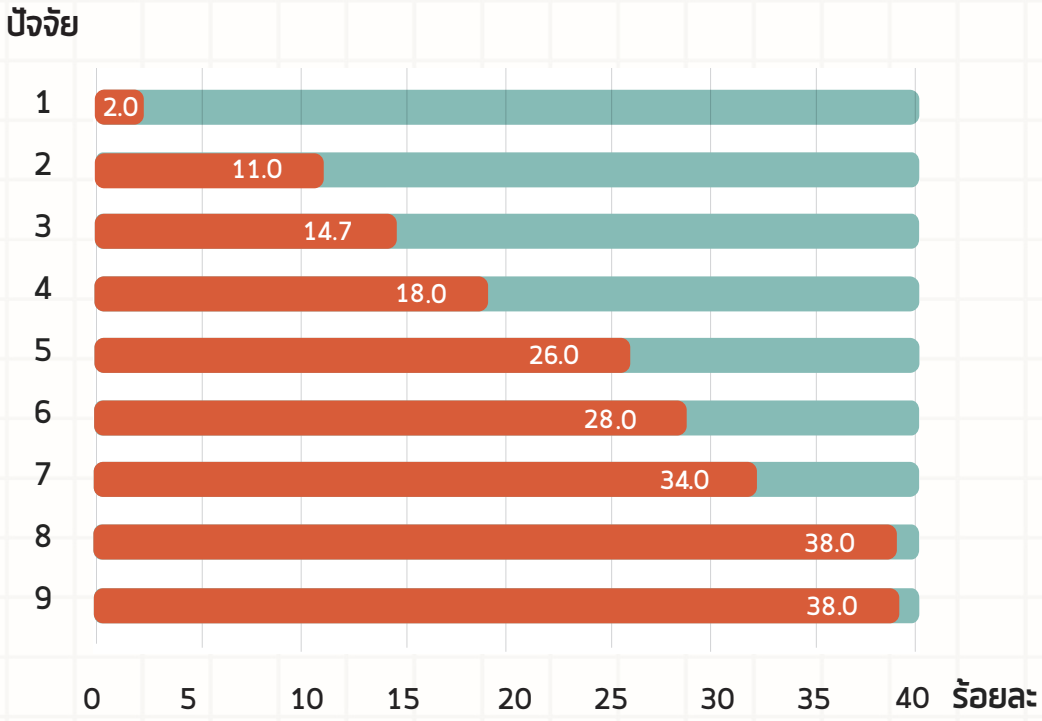
จำนวนโรงเรียนที่มีบุคคลช่วยสอนวิชาพลศึกษา

เมื่อสอบถามเกี่ยวกับบุคลากรอื่นๆที่ช่วยสอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียน พบว่า ส่วนใหญ่ร้อยละ 55.2 มีบุคลากรอื่นๆที่ช่วยสอนโดยเป็นครูที่จบมาจากสาขาวิชาอื่นมากที่สุดคิดเป็น รองลงมาร้อยละ 46.9 มีนักศึกษาฝึกงานเป็นผู้ช่วยสอน และร้อยละ 7.6 มีอาสาสมัครจากชุมชนมาช่วยสอน



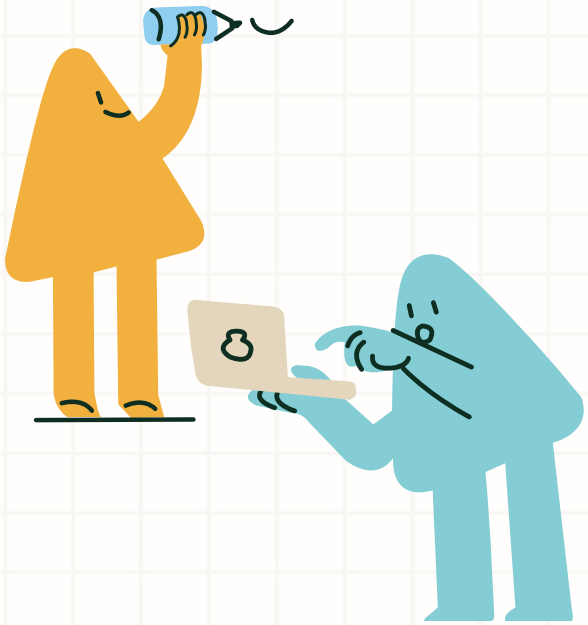
ปัจจัยที่ทำให้โรงเรียนไม่สามารถจัดการเรียนการสอนได้ (n=150)

ข้อมูลจากการสำรวจแสดงให้เห็นว่าโรงเรียนส่วนใหญ่สามารถจัดการการสอนวิชาพลศึกษาได้ อย่างไรก็ดี มีโรงเรียนส่วนหนึ่งคือร้อยละ 38.0 ที่รายงานว่ามีอุปกรณ์กีฬามีไม่เพียงพอ รองลงมาร้อยละ 34.0 ตอบว่าเป็นปัจจัยด้านสถานที่อำนวยความสะดวกไม่เพียงพอ และร้อยละ 28.0 รายงานว่าขาดครูผู้สอนที่มีคุณวุฒิ ทั้งนี้มีส่วนหนึ่งที่รายงานปัญหาเกี่ยวกับเวลาที่จัดสรรเวลาและความสำคัญของวิชาพลศึกษาเมื่อเทียบกับวิชาอื่นๆ (ร้อยละ 18.0 และ14.7 ตามลำดับ)



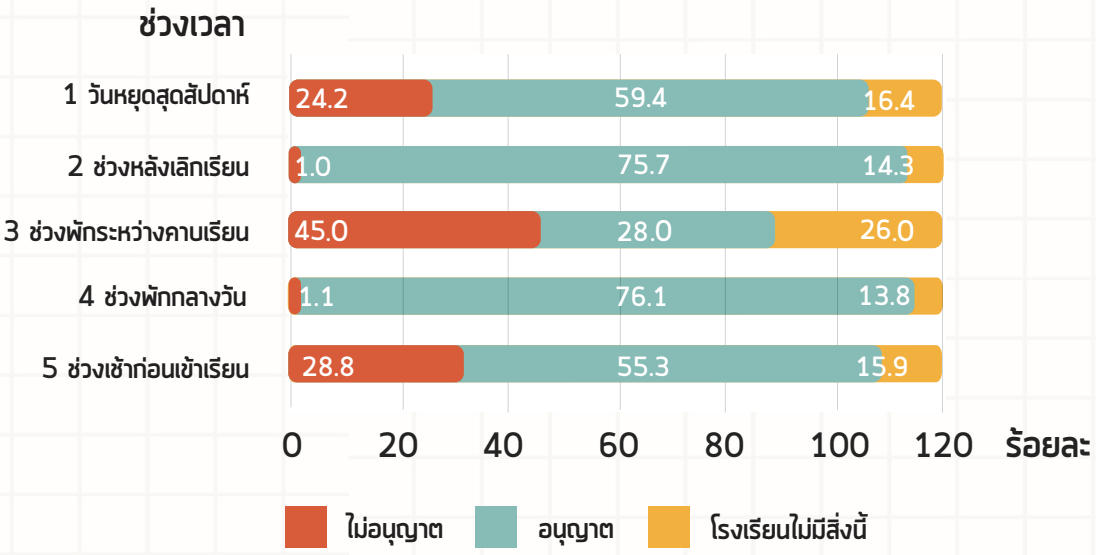
ปัจจัย

1. อื่น ๆ
2. สถานะของวิชาพลศึกษาเมื่อเทียบกับวิชาอื่นในมุมมองของผู้ปกครอง
3. สถานะของวิชาพลศึกษาเมื่อเทียบกับวิชาอื่นในระบบการศึกษาระดับประเทศ
4. เวลาที่จัดสรรให้กับวิชาพลศึกษาไม่เพียงพอ
5. งบประมาณไม่เพียงพอ
6. ขาดครูผู้สอนที่มีคุณวุฒิ
7. สถานที่อำนวยความสะดวกไม่เพียงพอ
8. อุปกรณ์กีฬาไม่เพียงพอ
9. ไม่มี



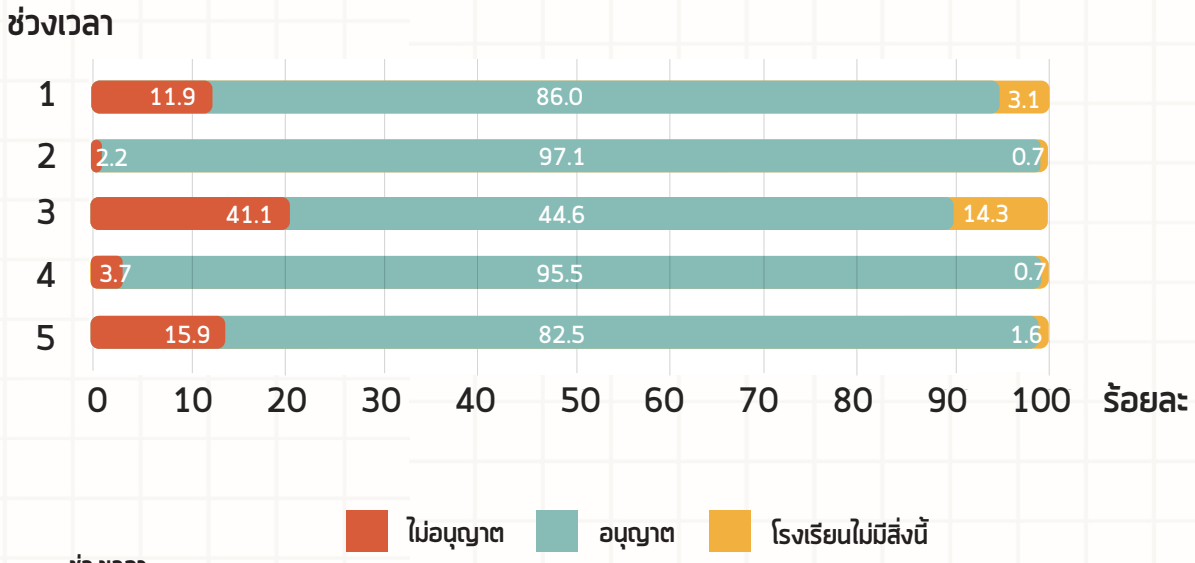
การใช้สถานที่และอุปกรณ์กีฬาภายในอาคารเรียนโดยนักเรียน

เมื่อสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลการใช้สถานที่และอุปกรณ์กีฬาภายในอาคารเรียน พบว่า ช่วงพักกลางวันและหลังเลิกเรียนนักเรียนได้รับอนุญาตให้ใช้สถานที่และอุปกรณ์ใกล้เคียงกันร้อยละ76.1 และ 75.7ในขณะที่การได้รับอนุญาตในการใช้สถานที่และอุปกรณ์กีฬาในช่วงวันหยุดสุดสัปดาห์มีความใกล้เคียงกับช่วงเช้าก่อนเข้าเรียน คิดเป็นร้อยละ59.4 และ 55.3 ตามลำดับ โดยช่วงพักระหว่างคาบเรียนเป็นช่วงที่ได้รับอนุญาตการใช้สถานที่และอุปกรณ์กีฬาน้อยที่สุดคิดเป็นร้อยละ 28.0



การใช้สถานที่และอุปกรณ์กีฬากลางแจ้งโดยนักเรียน

เมื่อพิจารณาข้อมูลการใช้สถานที่และอุปกรณ์กีฬากลางแจ้ง พบว่า โรงเรียนอนุญาตให้นักเรียนใช้สถานที่และอุปกรณ์เพื่อเล่นกีฬากลางแจ้งในช่วงหลังเลิกเรียนมากที่สุดคือ คือร้อยละ 97.1 รองลงมาคือในช่วงพักกลางวัน คิดเป็นร้อยละ 95.5 มีโรงเรียนจำนวนไม่มากที่รายงานว่าโรงเรียนไม่มีสถานที่และอุปกรณ์สำหรับการเล่นกีฬากลางแจ้ง

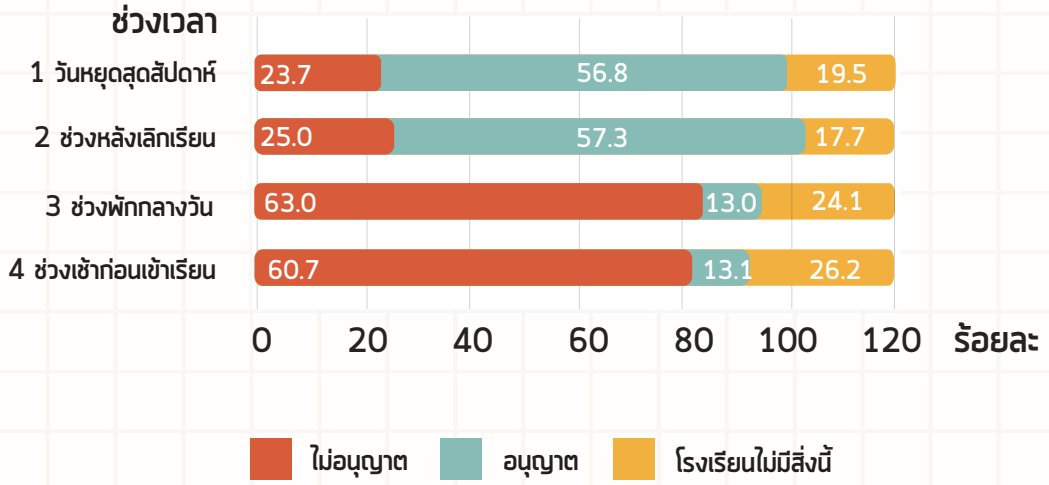


ช่วงเวลา

1. วันหยุดสุดสัปดาห
2. ช่วงหลังเลิกเรียน
3. ช่วงพักระหว่างคาบเรียน
4. ช่วงพักกลางวัน
5. ช่วงเช้าก่อนเข้าเรียน

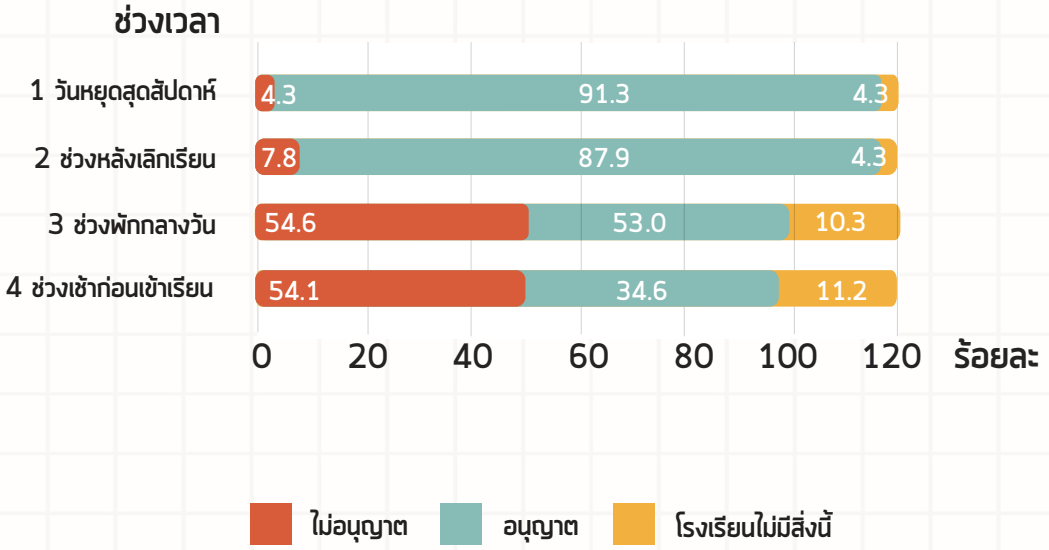
การใช้สถานที่และอุปกรณ์กีฬาภายในอาคารของชุมชนภายนอก

เมื่อสำรวจข้อมูลการแบ่งปันอาคารสถานที่และอุปกรณ์กีฬาในอาคารของโรงเรียนกับชุมชนภายนอก พบว่า โรงเรียนอนุญาตให้ชุมชนใช้สถานที่และอุปกรณ์ของโรงเรียนเพื่อการเล่นกีฬา ณ ช่วงหลังเลิกเรียนมากที่สุดคือ ร้อยละ 57.3 รองลงมาเป็นการอนุญาตให้ใช้ในช่วงสุดสัปดาห์คือร้อยละ 56.8



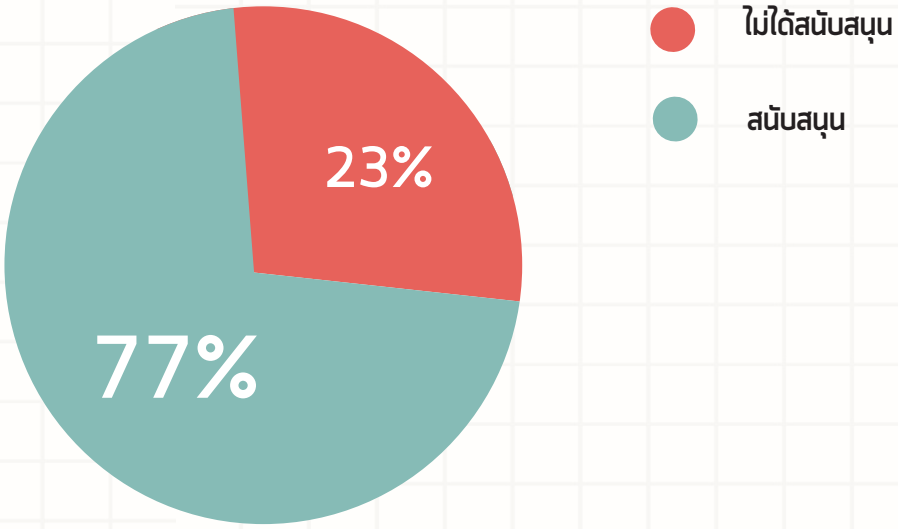
การใช้สถานที่และอุปกรณ์กีฬากลางแจ้งของชุมชนภายนอก

เมื่อสำรวจข้อมูลการแบ่งปันอาคารสถานที่และอุปกรณ์กีฬากลางแจ้งกับชุมชนพบว่า โรงเรียนอนุญาตให้ชุมชนใช้สถานที่และอุปกรณ์เพื่อเล่นกีฬากลางแจ้งกับชุมชน ณ ช่วงวันหยุดสุดสัปดาห์มากที่สุดคือ ร้อยละ 91.3



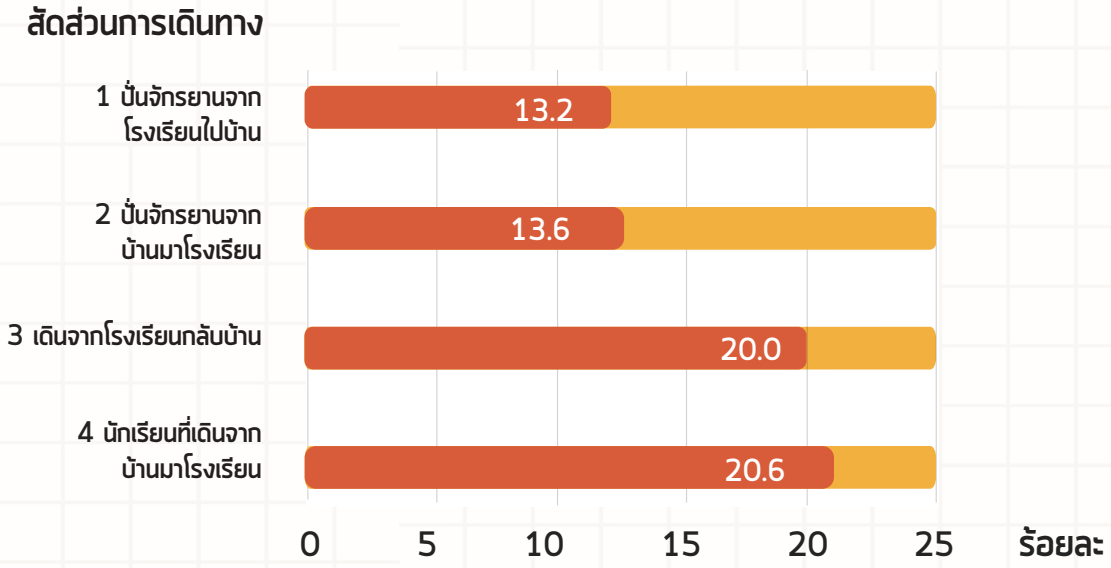
การสนับสนุนการเดินหรือปั่นจักรยานไปกลับโรงเรียน (n=144)

เมื่อสอบถามโรงเรียนเกี่ยวกับการสนับสนุนให้นักเรียนเดินทางไป-กลับโรงเรียนด้วยการเดินหรือการปั่นจักรยานพบว่า โรงเรียนส่วนใหญ่ (ร้อยละ77) ให้การสนับสนุน ในขณะที่มีโรงเรียนบางส่วน (ร้อยละ23) ตอบว่าไม่สนับสนุน



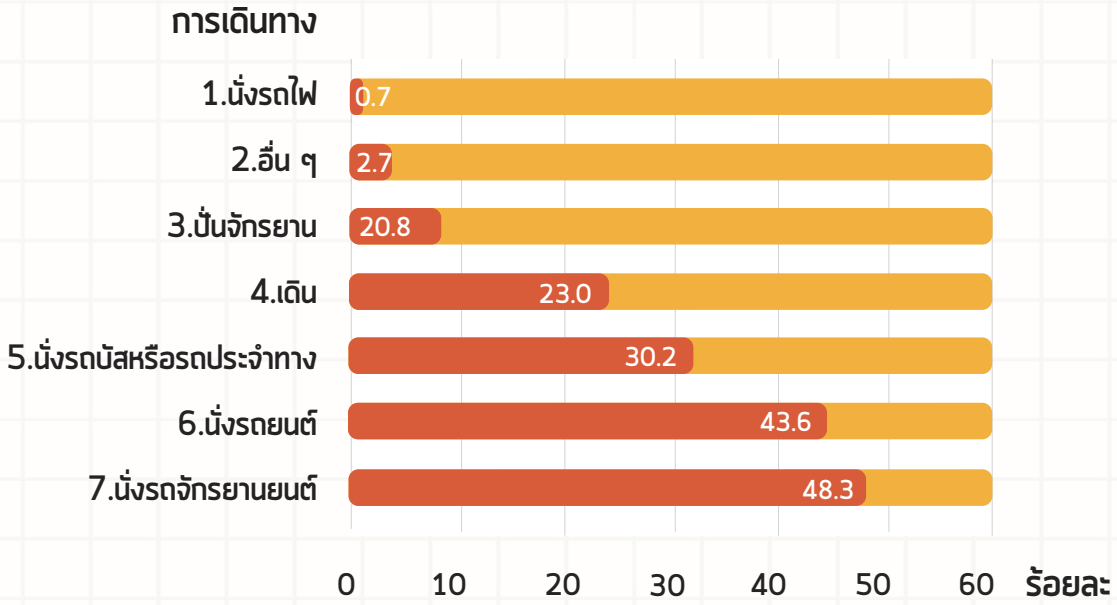
สัดส่วนการเดินทางของนักเรียนไป-กลับโดยไม่ใช้ยานพาหนะ

ผู้อำนวยการสถานศึกษาประมาณการว่าในโรงเรียนของตน มีนักเรียนเดินทางจากบ้านมาโรงเรียนและจากโรงเรียนกลับบ้านด้วยการเดิน ร้อยละ 20.6 และร้อยละ 20.0 ตามลำดับ โดยประมาณการว่ามีนักเรียนที่เดินทางมาโรงเรียนและกลับบ้านด้วยการปั่นจักรยานในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกันคือ ร้อยละ 13.6 และ 13.2 ตามลำดับ



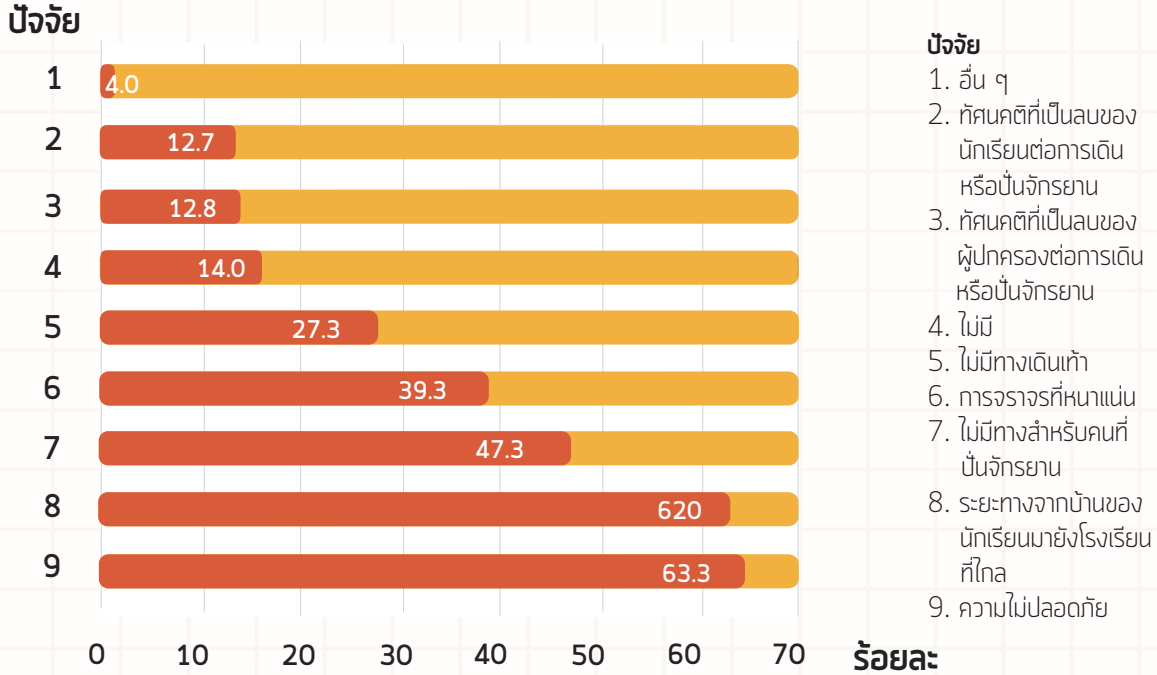
ส่วนใหญ่นักเรียนเดินทางมาโรงเรียนอย่างไร

เมื่อสอบถามถึงวิธีการเดินทางมาโรงเรียนของนักเรียนส่วนใหญ่ในโรงเรียนของตน ผู้อำนวยการสถานศึกษารายงานว่า นักเรียนส่วนใหญ่เดินทางมาโรงเรียนด้วยการนั่งรถจักรยานยนต์ คิดเป็นร้อยละ 48.3 รองลงมา เป็นการเดินทางมาโรงเรียนด้วยการนั่งรถยนต์ร้อยละ 43.6 และร้อยละ 30.2 เดินทางมาโรงเรียนด้วยการนั่งรถบัสหรือรถประจำทาง



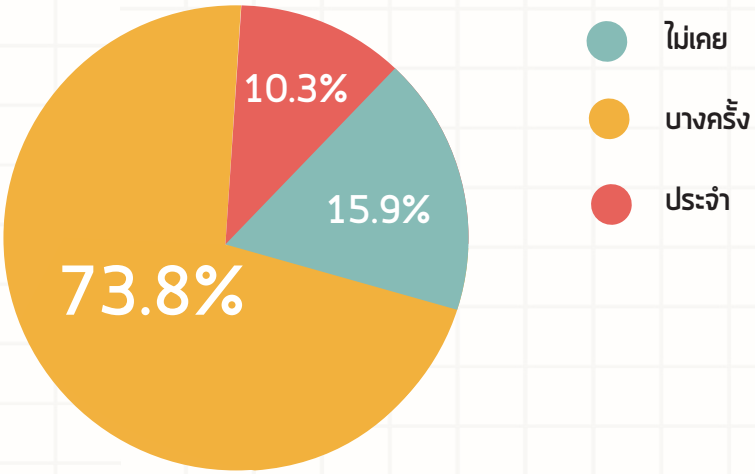
ปัจจัยที่เป็นอุปสรรคในการเดินหรือปั่นจักรยาน

กราฟข้างต้นแสดงปัจจัยที่เป็นอุปสรรคในการเดินหรือปั่นจักรยานมาโรงเรียนของนักเรียน โดยพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการเดินหรือปั่นจักรยานมาโรงเรียนที่สุดคือความไม่ปลอดภัย คิดเป็นร้อยละ 63.3 รองลงมาคือระยะทางจากบ้านของนักเรียนมายังโรงเรียนที่ไกล คิดเป็นร้อยละ 62.0 และเนื่องด้วยไม่มีเส้นทางสำหรับการปั่นจักรยาน ร้อยละ 47.3 การจราจรที่หนาแน่น (ร้อยละ 39) และการไม่มีทางเดินเท้า (ร้อยละ 27) ก็เป็นเหตุผลที่รายงานว่าเป็นอุปสรรคเช่นกัน



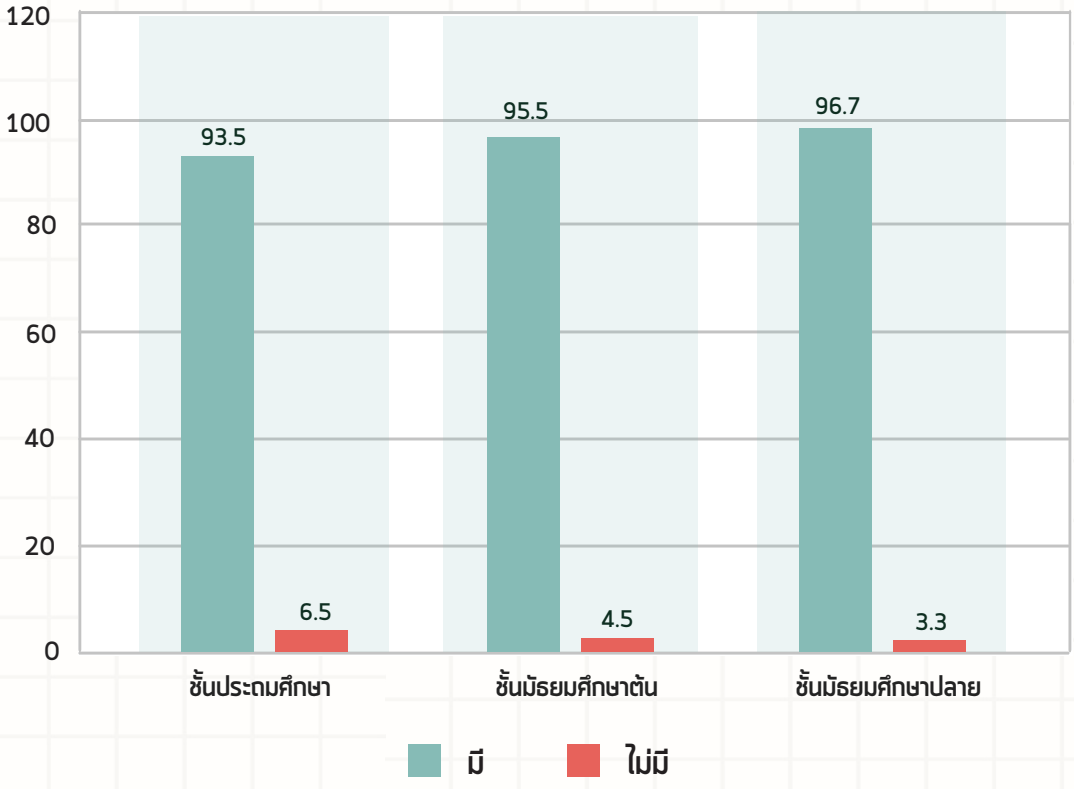
ร้อยละของการใช้กิจกรรมทางกายในการลงโทษ (n=145)

เมื่อสอบถามเกี่ยวกับการใช้กิจกรรมทางกายบางกิจกรรม เช่น การวิ่ง หรือการกระโดดกบเป็นบทลงโทษนักเรียน พบว่า โรงเรียนส่วนใหญ่ (ร้อยละ 74) ใช้กิจกรรมทางกายเป็นการลงโทษนักเรียนเป็นบางครั้ง รองลงมา (ร้อยละ 16) ระบุว่าไม่เคยใช้กิจกรรมทางกายเป็นการลงโทษนักเรียน ที่น่าสังเกตคือ โรงเรียนร้อยละ 10 รายงานว่ามีการลงโทษนักเรียนด้วยกิจกรรมทางกายเป็นประจำ



ร้อยละของโรงเรียนที่มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนเป็นประจำทุกปี

กราฟข้างต้นแสดงข้อมูลเกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนประจำปี จากการสำรวจพบว่า โรงเรียนมีการจัดการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนในทุกระดับชั้นในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน โดยระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนมากที่สุด คือ ร้อยละ 96.7 รองลงมาเป็นชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 ร้อยละ 95.5 และระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 - 6 ร้อยละ 93.5



ร้อยละของผู้ปกครองที่เข้าร่วมกิจกรรมนอกหลักสูตรในภาคเรียนที่ผ่านมา (n=101)

เฉลี่ย	53%
น้อยที่สุด	0%
มากที่สุด	100%

เมื่อสอบถามเกี่ยวกับการมีส่วนรวมของผู้ปกครองในกิจกรรมนอกหลักสูตรที่ทางโรงเรียนจัดขึ้นเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกาย โรงเรียนรายงานว่า มีผู้ปกครองของนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมที่จัดขึ้นโดยเฉลี่ยร้อยละ 53



ส่วนที่ 3

คุณลักษณะทางสังคมและวัฒนธรรมของโรงเรียน

HIGHLIGHTS

โรงเรียนส่วนใหญ่ ร้อยละ 89 ให้ความสำคัญเกี่ยวกับสุขภาพมากที่สุด ในขณะที่ปัญหาความปลอดภัยบนท้องถนน และปัญหาสิ่งเสพติดเป็นปัญหาที่โรงเรียนคิดว่าเป็นปัญหาใหญ่ที่สุด คือ ร้อยละ 21.6 และ 15.8 ตามลำดับ

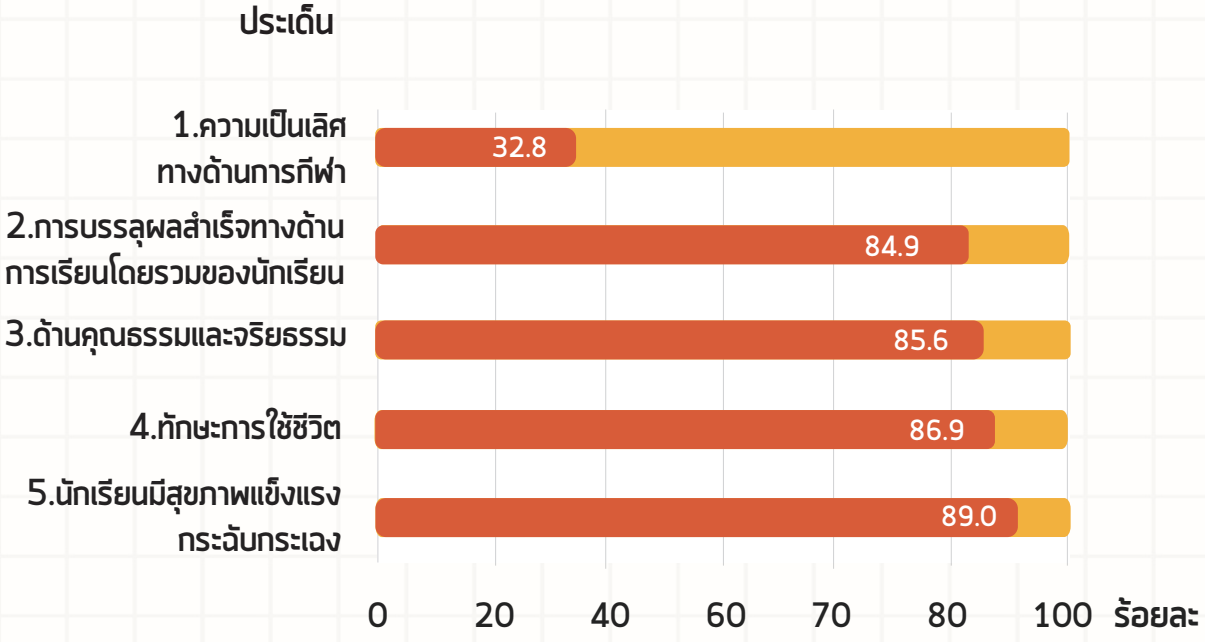




ส่วนที่ 3 คุณลักษณะทางสังคมและวัฒนธรรมของโรงเรียน

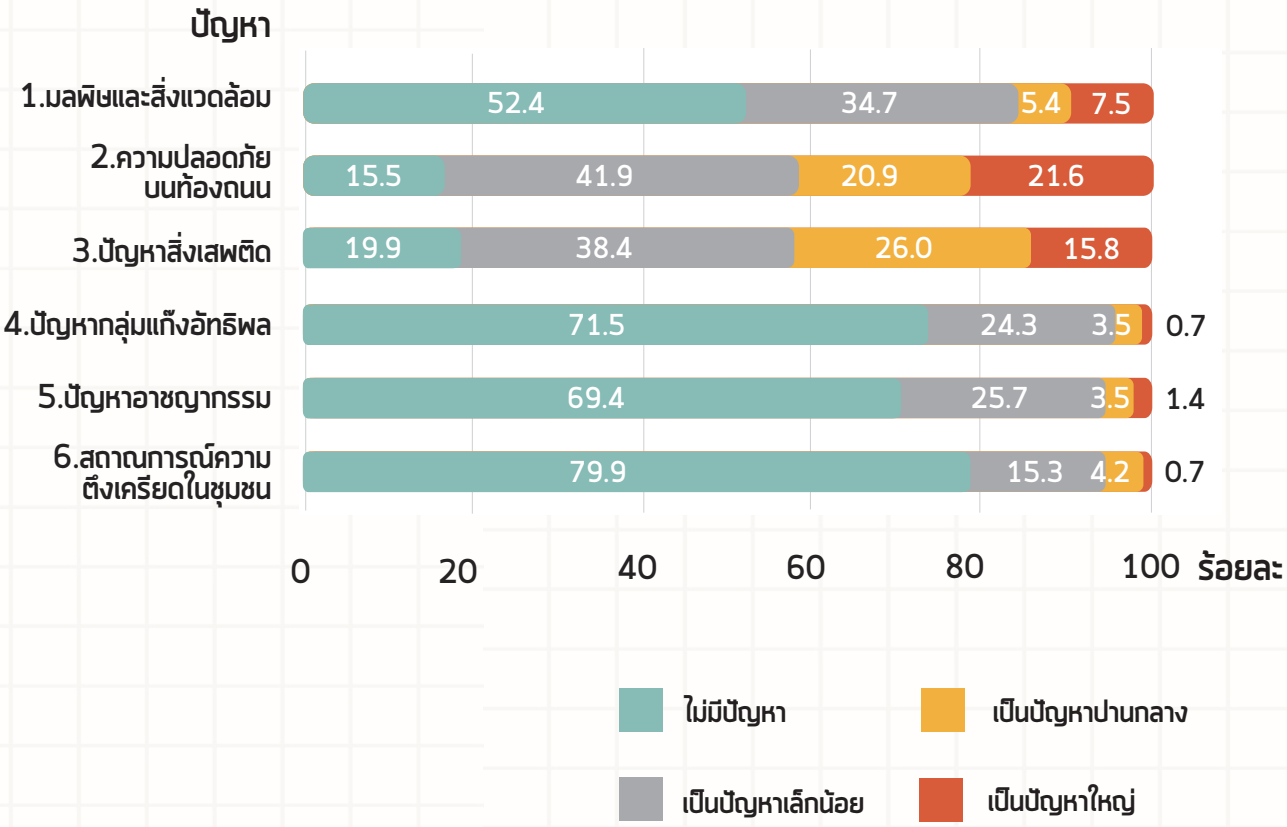
ประเด็นที่ได้รับความสำคัญจากโรงเรียนของท่านมากที่สุด

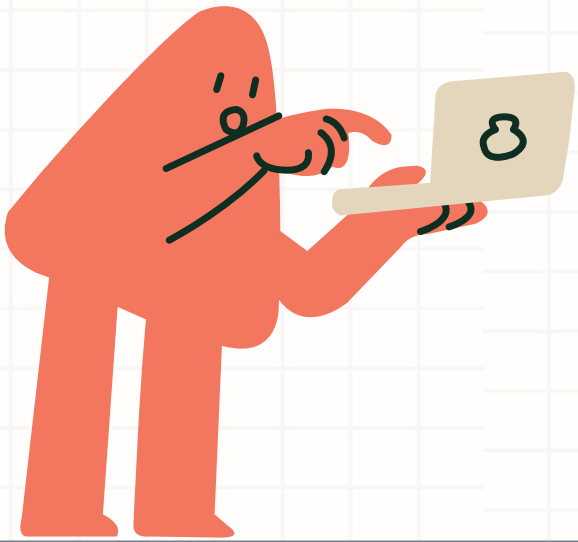
เมื่อสอบถามโรงเรียนเกี่ยวกับประเด็นที่ทางโรงเรียนให้ความสำคัญมากที่สุด พบว่า โรงเรียนส่วนใหญ่ (ร้อยละ 89.0) ให้ความสำคัญเกี่ยวกับสุขภาพมากที่สุด รองลงมา (ร้อยละ 86.9) เป็นเรื่องทักษะการใช้ชีวิต และด้านคุณธรรมจริยธรรม (ร้อยละ 85.2)



ปัญหาทางด้านสิ่งแวดล้อมทางกายภาพและสังคมที่อาจส่งผลต่อโรงเรียนและชุมชน

เมื่อสำรวจเกี่ยวกับปัญหาด้านสิ่งแวดล้อมทางกายภาพและสังคมที่อาจส่งผลต่อโรงเรียน นักเรียนและชุมชนโรงเรียนรายงานว่าความปลอดภัยบนท้องถนนเป็นปัญหาใหญ่มากที่สุดสำหรับโรงเรียน โดยคิดเป็นร้อยละ 21.6 รองลงมาเป็นปัญหาด้านยาเสพติด ร้อยละ 15.8 และปัญหาด้านมลพิษทางสิ่งแวดล้อม ร้อยละ 7.5





ส่วนที่ 4

ข้อมูลเกี่ยวกับ ผู้ตอบแบบสอบถาม

HIGHLIGHTS

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีกิจกรรมทางกายต่อเนื่อง
นานเกิน 30 นาทีต่อวัน มากที่สุด

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ ร้อยละ 69 มีทัศนคติที่ดีมากต่อวิชาพลศึกษา
ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ ร้อยละ 95 มีทัศนคติที่มีต่อกิจกรรมทางกาย





ส่วนที่ 4 ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

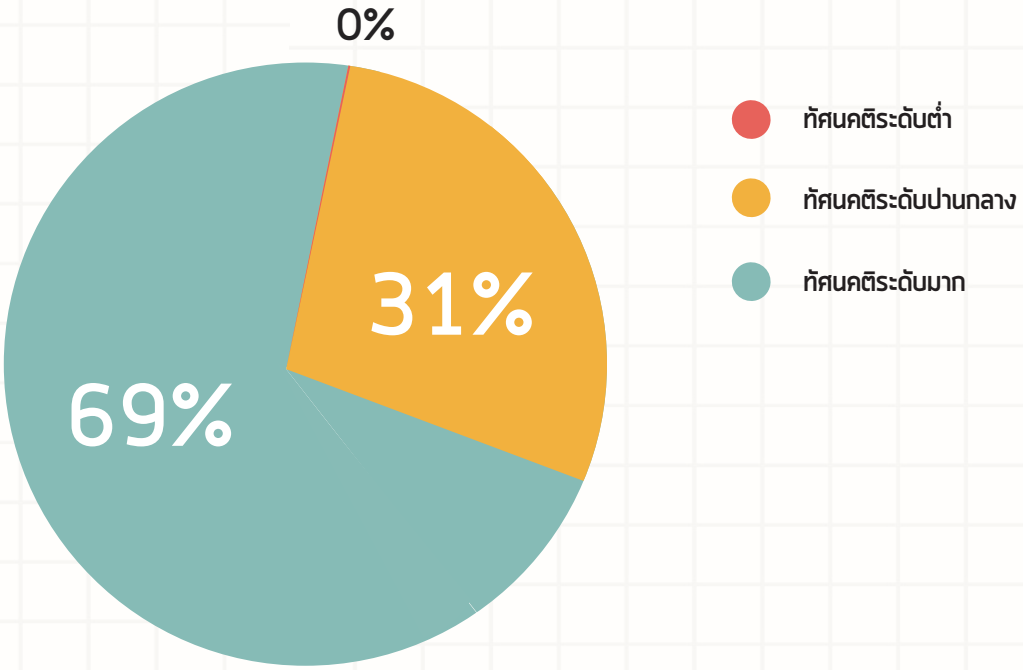
จำนวนวันในสัปดาห์ที่ผ่านมาที่ท่านมีกิจกรรมทางกายต่อเนื่องนานเกิน 30 นาที (n=125)

ผู้ตอบแบบสอบถามมีกิจกรรมทางกายต่อเนื่องนานเกิน 30 นาทีต่อวัน มากที่สุดจำนวน 7 วัน โดยในภาพรวมมีจำนวนวันเฉลี่ยคือ 3 วัน ที่มีกิจกรรมทางกายต่อเนื่องนานเกิน 30 นาทีต่อวัน

เฉลี่ย	3.05	วัน
ต่ำสุด	0	วัน
มากสุด	7	วัน

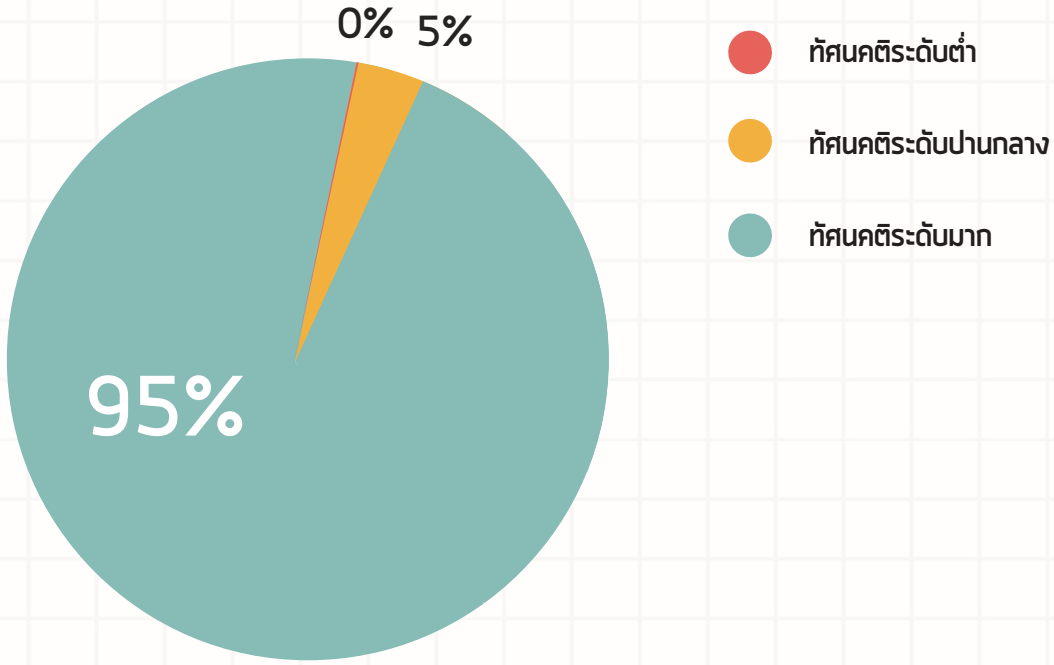
ทัศนคติผู้บริหารที่มีต่อการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา (n=148)

จากการสอบถามผู้อำนวยการสถานศึกษาเกี่ยวกับทัศนคติที่มีต่อการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา พบว่าส่วนใหญ่มีทัศนคติที่ดีมากต่อวิชาพลศึกษา คิดเป็นร้อยละ 69 รองลงมามีทัศนคติระดับปานกลางร้อยละ 31



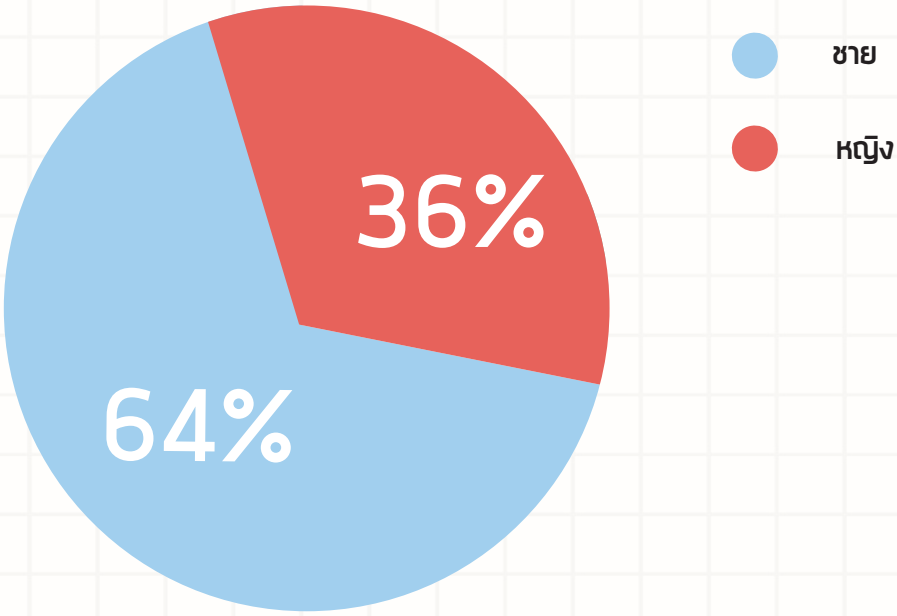
ทัศนคติผู้บริหารที่มีต่อกิจกรรมทางกาย (n=148)

เมื่อสอบถามเกี่ยวกับทัศนคติที่มีต่อกิจกรรมทางกายพบว่า ส่วนใหญ่มีทัศนคติที่ดีต่อการมีกิจกรรมทางกายคิดเป็นร้อยละ 95 รองลงมามีทัศนคติระดับกลางร้อยละ 5



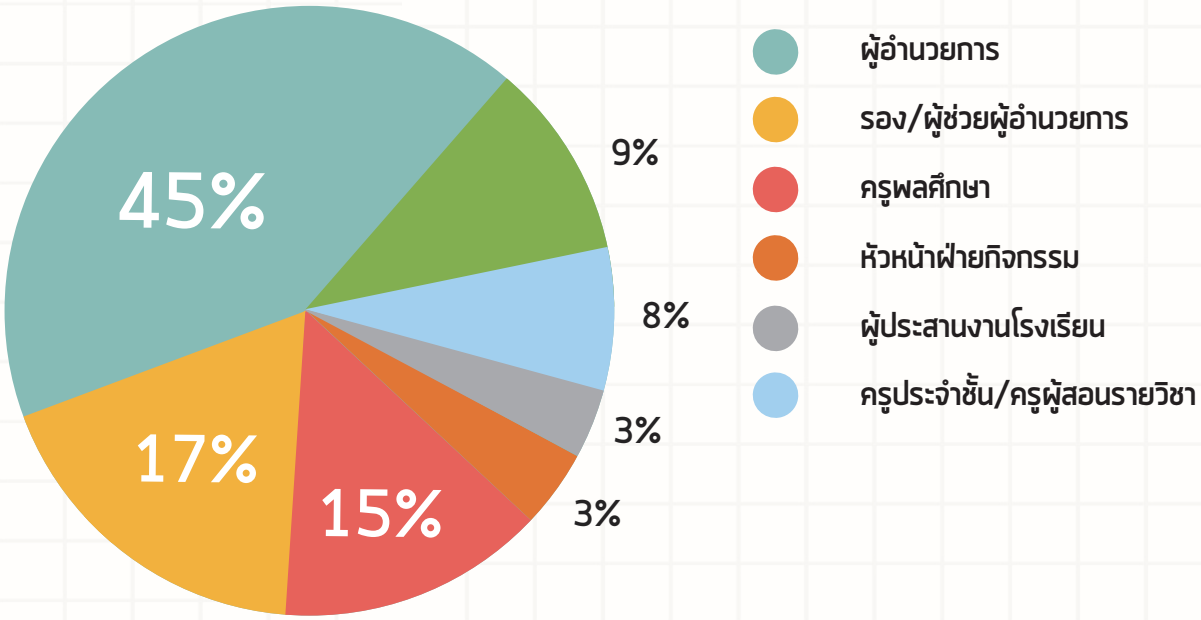
เพศของผู้ตอบแบบสอบถาม (n=149)

จากข้อมูล Pie Chart ข้างต้นพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชายร้อยละ 64 และเพศหญิงร้อยละ 36



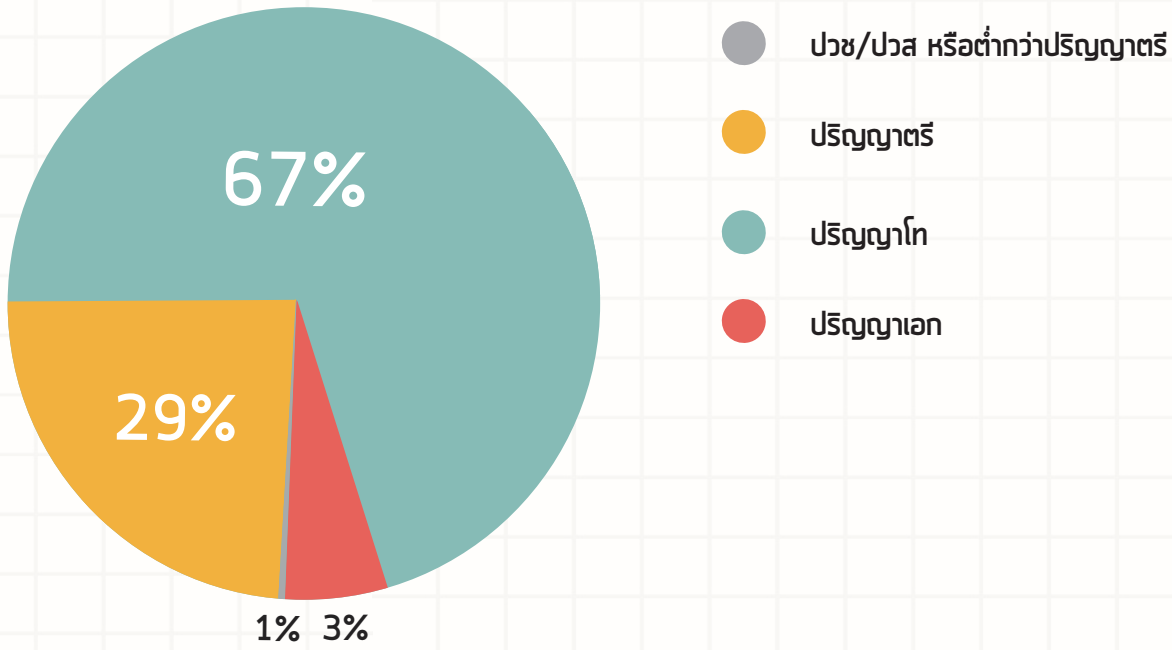
ตำแหน่งในโรงเรียนของผู้ตอบแบบสอบถาม (n=149)

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นผู้อำนวยการ ร้อยละ 45 รองลงมาเป็นรอง/ผู้ช่วยผู้อำนวยการที่รับผิดชอบงานที่เกี่ยวข้องหรือมีข้อมูลสามารถตอบแบบสอบถามได้ ร้อยละ 17 และเป็นครูพลศึกษา ร้อยละ 15



ระดับการศึกษาของผู้ตอบแบบสอบถาม (n=148)

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่จบการศึกษาในระดับชั้นปริญญาโท คิดเป็นร้อยละ 67 รองลงมาเป็นระดับปริญญาตรี ร้อยละ 29 และระดับปริญญาเอก ร้อยละ 3



ระยะเวลาในการดำรงตำแหน่งผู้อำนวยการ (n=79)

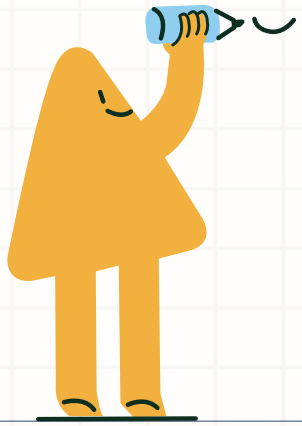
ผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นผู้อำนวยการโรงเรียนดำรงตำแหน่งสูงสุด 28 ปี โดยในภาพรวมมีระยะเวลาเฉลี่ยในการดำรงตำแหน่งผู้อำนวยการ 5 ปี และน้อยที่สุดคือ 4 เดือน

เฉลี่ย	5.34	ปี
ต่ำสุด	4	เดือน
มากสุด	28	ปี

ประสบการณ์ทำงานด้านการศึกษา (n=146)

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีประสบการณ์ทำงานด้านการศึกษาสูงสุด 42 ปี โดยเฉลี่ย 25 ปี และน้อยที่สุด 1 ปี

เฉลี่ย	25.4	ปี
ต่ำสุด	1	ปี
มากสุด	42	ปี





Reference

Amornsriwatanakul, A., Lester, L., Bull, F. C., & Rosenberg, M. (2017). "Are Thai children and youth sufficiently active? prevalence and correlates of physical activity from a nationally representative cross-sectional study". International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 14(1), 72. doi:10.1186/s12966-017-0529-4

Amornsriwatanakul, A., Nakornkhet, K., Katewongsa, P., Choosakul, C., Kaewmanee, T., Konharn, K., . . . Bull, F. C. (2016). Results From Thailand's 2016 Report Card on Physical Activity for Children and Youth. Journal of physical activity & health, 13, S291-S298.

Karawa J, Konharn K, Laoprasert S, Suksang S, & Maneetam T. (2017). Validity and Reliability of the Physical Activity Questionnaire among Thai Children and Youth 2015 in Aged 14-17 Years. KKU Research Journal, 2 (April-June, 2017).

National Education Information System. (2010). Number of students by level and province in 2010. Retrieved January 20, 2016, from Ministry of Education http://www.mis.moe.go.th/mis-th/index.php?option=com_con tent&view=article&id=58&Itemid=186

Telford, A., Salmon, J., Jolley, D., & Crawford, D. (2004). Reliability and validity of physical activity questionnaires for children: The Children's Leisure Activities Study Survey (CLASS). Pediatr Exerc Sci, 16.

มหาวิทยาลัยมหิดล
Mahidol University
Wisdom of the Land

CYPAS
Children and Youth Physical Activity Studies

สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ

THAILAND SCHOOL
Physical Activity Policies and Practices

รายงานการสำรวจข้อมูลด้านนโยบาย
และการปฏิบัติเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน