



การจัดการเรียนรู้สุขศึกษาที่ส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนอัมพรไพศาล
อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

THE LEARNING MANAGEMENT ON HEALTH EDUCATION TO
PROMOTE FOOD CONSUMING BEHAVIOUR OF SECONDARY
STUDENTS, UMPORN PAISARN SCHOOL, AMPHUR
PAKKRET, NONTHABURI PROVINCE

โดย
สมลักษณ์ ศรีรัตน์

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน
คณะศึกษาศาสตร์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรังสิต
ปีการศึกษา 2556

5408607 : สาขาวิชาเอก : หลักสูตรและการสอน; ศษ.ม. (หลักสูตรและการสอน)
 คำสำคัญ : การจัดการเรียนรู้, สุขศึกษา, พฤติกรรมการบริโภคอาหาร,
 นักเรียนระดับมัธยมศึกษา

สมลักษณ์ ศรีรัตน์ : การจัดการเรียนรู้สุขศึกษาที่ส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของ
 นักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนอัมพรไพศาล อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี (THE LEARNING
 MANAGEMENT ON HEALTH EDUCATION TO PROMOTE FOOD CONSUMING
 BEHAVIOUR OF SECONDARY STUDENTS, UMPORN PAISARN SCHOOL, AMPHUR
 PAKKRET, NONTHABURI PROVINCE) อาจารย์ที่ปรึกษา : ดร.ศรีสมร พุ่มสะอาด, 136 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการจัดการเรียนรู้สุขศึกษาที่ส่งเสริมพฤติกรรมการ
 บริโภคอาหารของนักเรียน 2) ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของครูและนักเรียน 3) ศึกษา
 ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับอาหารและการบริโภคอาหารของนักเรียนและ 4) ประเมินภาวะ
 โภชนาการของนักเรียน กลุ่มตัวอย่าง คือ ครูผู้สอนสุขศึกษา 5 คน และนักเรียนระดับมัธยมศึกษา
 โรงเรียนอัมพรไพศาล อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ซึ่งประกอบด้วยนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่
 1-6 รวมทั้งหมดจำนวน 316 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม จำนวน 2 ฉบับ
 ประกอบด้วยแบบสอบถามสำหรับครูและนักเรียน นำไปทดลองใช้และตรวจสอบคุณภาพโดย
 ผู้เชี่ยวชาญ ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองวิเคราะห์ข้อมูล โดยการแจกแจงนับความถี่ คำนวณหาค่า
 ร้อยละ ค่าคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบน้ำหนัก และส่วนสูงกับเกณฑ์
 มาตรฐานและวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า

1. ครูผู้สอนสุขศึกษามีการจัดการเรียนรู้สุขศึกษาที่ส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
 ในระดับมาก โดยปฏิบัติในระดับมาก ตามลำดับ ค่าเฉลี่ย คือ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ การวัดและ
 ประเมินผล การออกแบบการเรียนรู้และการวัดผลและประเมินผลการเรียนรู้
2. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของครูในภาพรวมปฏิบัติเป็นประจำ โดยเรื่องที่ปฏิบัติ
 มากที่สุด คือ รับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ ส่วนนักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารใน
 ภาพรวมปฏิบัติเป็นบางครั้ง โดยปฏิบัติมากที่สุด คือ ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร และรับประทาน
 อาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ

ลายมือชื่อนักศึกษา *สมลักษณ์ ศรีรัตน์* ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา *ศรีสมร พุ่มสะอาด*

3. นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับอาหารและการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี
4. นักเรียนที่มีอายุระหว่าง 12-14 ปี มีน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์มาตรฐาน และส่วนสูงตามเกณฑ์มาตรฐาน สำหรับนักเรียนที่มีอายุระหว่าง 15-18 ปี มีน้ำหนักและส่วนสูงตามเกณฑ์มาตรฐาน

ลายมือชื่อนักศึกษา..... สินลัทธน์ ศรีรัตน์ ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา..... ASK. N

5408607 : MAJOR: CURRICULUM AND INSTRUCTION;
M.Ed. (CURRICULUM AND INSTRUCTION)

KEYWORDS : LEARNING MANAGEMENT, HEALTH EDUCATION,
FOOD CONSUMPTION BEHAVIOUR, SECONDARY STUDENTS

SOMLUK SRIRAT: THE LEARNING MANAGEMENT ON HEALTH EDUCATION
TO PROMOTE FOOD CONSUMING BEHAVIOUR OF SECONDARY STUDENTS, UMPORN
PAISARN SCHOOL, AMPHUR PAKKRET, NONTHABURI PROVINCE. THESIS ADVISOR:
SRISAMORN PUMSA-ARD, Ed.D., 136 p.

The purposes of this research were: 1) to study health education learning management on food consumption behaviour of students. 2) to study food consumption behaviour of teacher and secondary students. 3) to study students' understanding on food and food consumption, and 4) to evaluate nutrition condition of students. The samples were 5 health education teachers and 316 M.1-M6 students from Umporn Paisarn School, Amphur Pakkret, Nonthaburi Province. The research instruments were 2 questionnaire paper; one for teacher and another one for students. The questionnaires were try out and checked by experts. The data were collected and analyzed by the researcher, by using frequency, percentage, mean, standard deviation comparing weight and height of students with standard criteria, and content analysis.

The result of this research were;

1) health education teachers had done learning management at high level to promote food consumption behaviour of students at high level. The average scores of data belong to learning activities, learning measurement and evaluation, and learning management design.

2) the overall on food consumption behaviour of health education teachers were highly practiced on eating new cooked food. But for students behaviour on consumption food were practiced sometimes. The most practices which students had done were washing their hands before eating and eat new cooked food.

Student's Signature Somluk Srirat Thesis Advisor's Signature.....Srisamorn Pumsa-ard.....

3) the knowledge and an understanding of students on food consumption were on good level

4) the students at age 12-14 years old had their weight higher than standard weight but their height were on standard. For students at age 15-18 years old had their weight and their height on the standard.

Student's Signature *Somluke Srisat* Thesis Advisor's Signature..... *Si P*