



โรงเรียนปากเกร็ด

อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 3

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

ปีที่ 5 ฉบับที่ 1 เมษายน 2560



สารจากผู้อำนวยการ

ท่านผู้มีเกียรติ และท่านผู้ปกครองที่นับถือ สำหรับช่วงปิดภาคเรียนที่ผ่านมาเป็นช่วงที่นักเรียนได้มีโอกาสพักผ่อนใช้เวลาอยู่กับครอบครัวอย่างมีความสุข อีกทั้งนักเรียน ม.1 และ ม.4 ก็ได้มาโรงเรียน เพื่อเสริมความรู้ปรับพื้นฐานสำหรับครูอาจารย์ของโรงเรียน มีภาระงานที่ต้องปฏิบัติหลายเรื่อง โดยเฉพาะการจัดเตรียมการเรียนการสอนสำหรับภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 ภาระงานการตรวจเช็คงานโครงการต่างๆ ที่จะต้องดำเนินการที่สำคัญคือ ภาระงานการประชุมบุคลากรทั้งระบบ เพื่อซักซ้อม ปรับแก้ การทำงาน แต่ละด้านให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น

ในภาคเรียนที่ 1/2560 นอกจากความรู้ การปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมที่ดีงามและการสนับสนุนส่งเสริมให้นักเรียนทุกคนได้มีความสามารถตามความถนัดและความสนใจ อันเป็นนโยบายหลักของโรงเรียน มีกิจกรรมหลายส่วนที่โรงเรียนเป็นห่วง และอยากฝากท่านผู้ปกครองได้เป็นธุระ ช่วยดูแลเป็นพิเศษอีกทางหนึ่ง โดยเฉพาะการผลักดันให้นักเรียนระดับชั้น ม.3 และ ม.6 สามารถเข้าศึกษาต่อสถาบันหรือมหาวิทยาลัยต่างๆ ได้ตามที่มุ่งหวัง สามารถผ่าน ONET ข้อทดสอบของ สทศ. (สถาบันทดสอบทางการศึกษาแห่งชาติ) ได้เป็นไปตามเป้าหมายของโรงเรียน รวมถึงการเตรียมความพร้อมของนักเรียนทุกระดับชั้น ในด้านวิชาการ

สุดท้ายโรงเรียนต้องขอกราบขอบพระคุณท่านผู้ปกครองเป็นอย่างสูง ที่ได้ช่วยเป็นธุระดูแลเอาใจใส่บุตรหลานอันเป็นที่รักอย่างดียิ่งมาโดยตลอด ซึ่งโรงเรียนมั่นใจว่า หากนักเรียนหรือบุตรหลานอันเป็นที่รัก ที่เราได้ตั้งเป้าหมายในอนาคตไว้อย่างเต็มที่ ก็คงมีโอกาสประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ทุกประการ

(นาย นพรัตน์ จันเพ็ชร)
ผู้อำนวยการโรงเรียนปากเกร็ด

บทบรรณาธิการ

สวัสดีค่ะ ท่านผู้ปกครองทุกท่าน

จดหมายข่าวฉบับนี้ เป็นฉบับแรกของปีการศึกษา 2560 และมีโอกาสได้นำมาแจกท่านผู้ปกครองในวันประชุมผู้ปกครอง เพื่อให้ท่านได้รับทราบข้อมูลข่าวสารเพิ่มเติมจากทางโรงเรียนสำหรับช่วงปิดภาคเรียนที่ผ่านมา ด้วยจุดมุ่งหมายที่อยากให้ท่านผู้ปกครองเข้าใจและไว้วางใจในตัวผู้บริหารและคณะครู ที่พยายามหาแนวทางในการจัดการเรียนการสอนและพัฒนาตนเองอยู่เสมอ เพื่อส่งต่อความรู้เหล่านั้นไปยังบุตรหลานของท่านได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเกิดประโยชน์สูงสุด

ครูโรงเรียนปากเกร็ดทุกท่านเชื่อว่า หัวใจของการปฏิรูปการศึกษาคือ การปฏิรูปการเรียนรู้อหัวใจของการปฏิรูปการเรียนรู้คือ การปฏิรูปจากกระบวนทัศน์เดิมมาเป็นยึดมนุษย์หรือผู้เรียนเป็นตัวตั้ง หรือที่เรียกว่า ผู้เรียนสำคัญที่สุด จากนั้นพัฒนาตัวผู้เรียน เพื่อเอาไปใช้ประโยชน์จริงในชีวิตของเขา เพื่อไปพัฒนาสังคมให้ได้ พัฒนาตนเองให้ได้ เมื่อการศึกษาเป็นการพัฒนาตัวผู้เรียนสามารถพัฒนาได้สูงสุดเท่าไร อันนั้นก็คือความดีงาม

“เราเชื่อมั่นเสมอว่าเด็กทุกคนมีดี และสนุกกับความคิดที่แตกต่างหลากหลายของพวกเขา”

ธิดินันท์ นาจาน



ท่านผู้อำนวยการนพรัตน์ จันเพ็ชร ได้รับรางวัลข้าราชการพลเรือนดีเด่น ประจำปี 2560 ณ ลานพระบรมราชานุสาวรีย์ พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว
วันศุกร์ที่ 31 มีนาคม พ.ศ. 2560



พิธีจับฉลากนักเรียนเขตพื้นที่ ม.1 ณ โรงเรียนปากเกร็ด วันที่ 7 เมษายน พ.ศ 2560 มีสื่อโทรทัศน์หลากหลายช่องมาบันทึกถ่ายทอด เพื่อนำไปตีแผ่ในเรื่องเกี่ยวกับการศึกษา

โครงการอบรมพัฒนาครูโรงเรียนปากเกร็ดเรื่อง “STEM EDUCATION FOR THAILAND 4.0”

วันพุธ ที่ 22 มีนาคม 2560



ประชุมนิเทศสัญจร และพิธีบันทึกข้อตกลงความร่วมมือเพื่อพัฒนาคุณภาพการศึกษาโรงเรียนปากเกร็ด วันที่ 3 เมษายน 2560



กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ

ศูนย์เครือข่ายส่งเสริมการเรียนการสอนภาษาจีน กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ โรงเรียนปากเกร็ด ได้จัดโครงการศึกษาภาษาและวัฒนธรรมจีนภาคฤดูร้อน ณ Zhengzhou University เมืองเจิ้งโจว สาธารณรัฐประชาชนจีน ระหว่างวันที่ 7 มีนาคม – 3 เมษายน 2560 ภายใต้กิจกรรม “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” มีนักเรียนเข้าร่วมโครงการฯ จำนวน 30 คน โดยมีท่านผู้อำนวยการ นพรัตน์ จันเพ็ชร์ และครูจุฬาลักษณ์ อุบนันชัย หัวหน้ากลุ่มสาระฯ เป็นผู้ให้คำปรึกษา และมีครูชาลินี มุสตั้ง ดิงกิ ครูณัฐพล เพ็งโสภา และครูกันตรัตน์ พงษ์พานิช เป็นผู้ดูแลนักเรียนตลอดโครงการฯ



กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม

ฝึกปฏิบัติการเรื่องการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนา การคิดสร้างสรรค์ : การออกแบบ กิจกรรมการแก้ปัญหาเชิงสร้างสรรค์ ที่มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

โครงการอบรมความรู้ทางวิชาการ และใช้เทคโนโลยีสารสนเทศในการเรียนการสอน (กิจกรรมการใช้เครื่องมือทางด้านภูมิสารสนเทศ สำหรับการเรียนการสอน) ระหว่างวันที่ 23-24 มีนาคม 2560 ณ โรงเรียนมหิตลวิทย์ยานุสรณ์

สัมมนาเชิงปฏิบัติการเรื่อง STEM Education for Thailand 4.0 วิทยากร ผศ.ดร.ศศิเทพ ปิติพรเทพิน ภาควิชาการ ศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ ม.เกษตรศาสตร์ วันที่ 22 มีนาคม 2560 ณ หอประชุม เฉลิมพระเกียรติ โรงเรียนปากเกร็ด



นิเทศสัญจรกลุ่มสาระการเรียนรู้ สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม ครั้งที่ 3/59 (3 เมษายน 2560) ณ หอประชุมอาคาร เฉลิมพระเกียรติ



กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์

กิจกรรมค่ายเพิ่มเวลารู้ OBEC Active Learning Camp ระหว่างวันที่ 8-10 มีนาคม 2560 โดยกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ได้จัดส่งบุคลากรครูเข้าร่วมเป็นวิทยากรงานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน ในสาระ “ประโยชน์แท้แก่มหาชน” มีการจัดทำใบงาน ตลอดจนให้คำแนะนำนักเรียนในการทำกิจกรรมต่างๆ

กิจกรรมนิเทศสัญจร ในวันที่ 3 เมษายน 2560 ในช่วงเช้า กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ได้จัดเตรียมเอกสาร พร้อมนำเสนอโครงการต่างๆ ในรอบปีการศึกษา 2559 ที่ผ่านมา ทั้งโครงการใหม่และโครงการต่อเนื่องที่มุ่งมั่นเพื่อพัฒนานักเรียนในด้านต่างๆ และในช่วงบ่ายได้มีการประชุมกลุ่ม เพื่อระดมความคิดเห็นการแก้ปัญหา และการพัฒนาการดำเนินงานโดยกระบวนการ PLC



กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย

ครูปิยวัฒน์ ฤทธิมาก และครูสันต์ ศักดาศักดิ์ เป็นวิทยากรติวโอเน็ต วิชาภาษาไทย ประถมศึกษาปีที่ 6 และ มัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่โรงเรียนสุเหร่าปากคลองลำรี



กิจกรรมค่ายเพิ่มความรู้อุทยานการเรียนรู้สวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน “ค่ายนักสร้างฝัน” กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทยและงานห้องสมุด



กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

“พลงานแห่งความภาคภูมิใจ ด้วย และเหรียญรางวัลมากมาย ที่นักเรียนไปร่วมแข่งขันหลายรายการในช่วงปิดภาคเรียน”



กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ:

โครงการพัฒนาความเป็นเลิศของนักเรียน เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้นักเรียนได้มีโอกาสฝึกอบรมและเรียนรู้ที่จะพัฒนาตนเองเพื่อสร้างความเป็นเลิศทางศิลปะได้ตามความชอบ ความถนัดและความสนใจ ของนักเรียน ในโรงเรียนปากเกร็ด



กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน “ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้”



กิจกรรมต้อนรับนักเรียนและครูจากประเทศสาธารณรัฐเกาหลี



วันที่ 22 เมษายน พ.ศ. 2560 ครูนิพล โตพูล และนักเรียนชมรมดนตรีไทย บรรเลงดนตรีงาน “เมตตากจากครู กตัญญูจากศิษย์” ณ หอประชุมชั้น 3 อาคารเฉลิมพระเกียรติ



กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี



ครูสายพิน นามสง่า ครูวาสนา ไสภารักษ์ และครูลลิตา นนทวิศรุต ได้เข้ารับการอบรม การสร้างสื่ออิเล็กทรอนิกส์มาตรฐาน EPUB 3 โครงการการประกวดสื่ออิเล็กทรอนิกส์มาตรฐาน EPUB 3 ครั้งที่ 1 ภายใต้แผนบูรณาการการพัฒนาศักยภาพคนตามช่วงวัย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2560 จัดโดยศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ ระหว่างวันที่ 8-10 เมษายน 2560 ณ โรงแรมรามารการ์เดนส์ กรุงเทพฯ



กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี เข้าร่วม “งานพิธีวันพระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลก และวันที่ระลึกมหาจักรีบรมราชวงศ์” เมื่อวันพฤหัสบดีที่ 6 เมษายน พ.ศ.2560 ณ ห้องประชุมใหญ่ ชั้น 5 เทศบาลนครนนทบุรี (อาคารใหม่) จังหวัดนนทบุรี



กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยีเข้ารับการนิเทศสัจจร กลุ่มสาระการเรียนรู้ ครั้งที่ 3 และทำพิธีบันทึกข้อตกลงความร่วมมือเพื่อพัฒนาคุณภาพ การศึกษา และกิจกรรม PLC (Professional Learning Community) : ชุมชนแห่งการเรียนรู้ ทางวิชาชีพ” เมื่อวันที่ 2 เมษายน 2560 ณ หอประชุมโรงเรียนปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

กลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์



พิธีบันทึกข้อตกลงความร่วมมือ เพื่อพัฒนาคุณภาพการศึกษา ในวันที่ 3 เมษายน พ.ศ. 2560 ณ โรงเรียนปากเกร็ด



งานนิเทศสัจจร กลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ ครั้งที่ 3 ในวันที่ 3 เมษายน พ.ศ. 2560 ณ โรงเรียนปากเกร็ด



กลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ ส่งบุคลากรในกลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ เข้าร่วมการอบรม ดังรายชื่อต่อไปนี้

1. คุณครูเมธี ชุราศรี
 2. คุณครูสุภารัตน์ ฤทธิ์นุช
- เข้าร่วมการประชุมเชิงปฏิบัติการฝึกอบรม วิทยากรแกนนำในการยกระดับคุณภาพผู้เรียน เพื่อการทดสอบทางการศึกษาระดับชาติ (NT/O-NET) ระหว่างวันที่ 19 – 22 เมษายน พ.ศ. 2560 ณ โรงแรมริเวอร์ไซด์ กรุงเทพฯ

ทันพยาบาล



ฮีทสโตรก คืออะไร

ฮีทสโตรก คือภาวะที่มีอุณหภูมิแกนกลางของร่างกาย ซึ่งวัดทางทวารหนักได้สูงกว่า 40 องศาเซลเซียส ร่วมกับการมีอาการทางสมอง เช่น หมดสติ พูดจา สับสน ชัก เป็นต้น ฮีทสโตรกในระหว่างการเล่นกีฬานั้น เกิดจากการที่ร่างกายไม่สามารถจัดการกับความร้อนที่ได้รับจาก อุณหภูมิของสิ่งแวดล้อม และความร้อนที่สร้างขึ้นจากการ ทำงานของกล้ามเนื้อต่าง ๆ ได้ในกลุ่มผู้ป่วยที่มีปัญหาเนื่องจาก มาจากความร้อนที่รุนแรงน้อย ซึ่งอุณหภูมิกายยังไม่ถึง 40 องศาเซลเซียส อาจแสดงอาการเป็นตะคริวแดด (Heat cramps) หรือ มีอาการเพลียแดด (Heat exhaustion) ที่ร่างกายมีอาการอ่อน ล้าเกินกว่าจะเล่นกีฬาหรือทำกิจกรรมต่อไปได้ อาจมีหน้ามืด เป็นลม แต่อาการทางสมองก็ยังเป็นแบบที่ไม่รุนแรงมากนัก อัน นี้ถือเป็นกระบวนการป้องกันตัวเองที่ธรรมชาติสร้างขึ้นก่อนที่จะ เกิดอาการรุนแรงขึ้นเป็นฮีทสโตรก

การปฐมพยาบาลภาวะฮีทสโตรก

หลักการที่สำคัญที่สุด ก็คือ การลดระดับความร้อนของร่างกายลงให้เร็วที่สุด หาก ไม่มีภาวะอื่นที่ทำให้ผู้ป่วยเป็นอันตรายแล้ว ก็ควรทำการลด ความร้อนของผู้ป่วยตั้งแต่นาทีแรก ก่อนนำส่งโรงพยาบาล วิธีที่ลด ความร้อนได้เร็วที่สุดก็คือ การแช่ตัวของผู้ป่วยลงในถังน้ำเย็น (ลดได้ประมาณ 0.2 องศาเซลเซียสต่อนาที) แต่หากไม่สามารถ ทำได้ การใช้ผ้าชุบน้ำเย็น หรืออุ้มน้ำแข็ง หมุนเวียนประคบตาม คอ ลำตัว แขนขา ข้อพับต่าง ๆ ก็สามารถช่วยลดความร้อนได้พอ สมควร (ประมาณ 0.15 องศาเซลเซียสต่อนาที) ควรจัดทำให้ผู้ ป่วยนอนหงาย ยกเท้าให้สูงขึ้น เพื่อช่วยเพิ่มปริมาณเลือดที่ไหล เวียนกลับสู่หัวใจให้มากขึ้น ส่วนใหญ่ของผู้ป่วยมักมีอาการดีขึ้น รู้สึกตัวหลังจากระดับอุณหภูมิในร่างกายลดลง เมื่อผู้ป่วยรู้สึก ตัวดีขึ้นก็สามารถดื่มน้ำเพื่อชดเชยภาวะขาดน้ำของร่างกายได้ แต่ถ้าหมดสตินานอาจมีความจำเป็นในการให้น้ำเกลือทางหลอดเลือด และนำส่งโรงพยาบาล เพื่อการตรวจเพิ่มเติมในส่วน ของระบบต่าง ๆ ซึ่งอาจได้รับผลกระทบ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่ม ที่เกิดฮีทสโตรกอยู่นานก็อาจมีปัญหาทางไต การสลายตัวของ กล้ามเนื้อ และการเสียชีวิตของเกล็ดเลือด

การป้องกันฮีทสโตรก

- หลีกเลี่ยงการเล่นกีฬาในสภาพอากาศที่ร้อนจัด และมีความชื้นสัมพัทธ์ของอากาศสูง ซึ่งสำหรับผู้จัดการแข่งขันกีฬากลางแจ้ง ในช่วงฤดูร้อน โดยเฉพาะอย่างยิ่งกีฬาที่ต้องใช้เวลา แข่งนาน ควรหาข้อมูลพยากรณ์อากาศก่อน หากจำเป็นอาจ พิจารณาปรับเปลี่ยนเวลา เพื่อความปลอดภัยของนักกีฬา
- ควรดื่มน้ำให้พอเพียงกับความต้องการของร่างกาย ไม่ควรรอจน รู้สึกกระหายน้ำ และหากเล่นกีฬานานกว่า 1 ชั่วโมงควรดื่มน้ำเกลือแร่ เพื่อทดแทนน้ำและเกลือแร่ที่สูญเสียไป
- ไม่ควรเล่นกีฬาในขณะที่มีไข้
- ควรเลือกสวมเสื้อผ้าสีอ่อนที่เบาสบาย อากาศถ่ายเทได้ดี และไม่ควรทาครีมกันแดดหนาจนเกินไป
- หากต้องแข่งกีฬาในสภาพอากาศที่ไม่คุ้นเคย นักกีฬาอาจ ต้องการเวลาปรับตัวเข้ากับสภาพอากาศประมาณ 10-14 วัน

จัดทำโดย งานประชาสัมพันธ์ โรงเรียนปากเกร็ด