

การบริหารกิจกรรมเสริมหลักสูตร เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุข

ADMINISTRATION OF EXTRACURRICULAR ACTIVITIES TO PROMOTE STUDENT WELL-BEING

เบญจรัตน์ อุปนันท | **Benjarat Upanan**

โรงเรียนสตรีอ่างทอง จังหวัดอ่างทอง ประเทศไทย | Satri Angthong School. Angthong Province, Thailand

E-mail: benjarat@sa.ac.th

เศรษฐพงษ์ เลิศปรีชา | **Settapon Lerdprecha**

โรงเรียนสตรีอ่างทอง จังหวัดอ่างทอง ประเทศไทย | Satri Angthong School. Angthong Province, Thailand

Corresponding Author E-mail: settapon@sa.ac.th

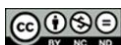
ประภาศรี เลิศปรีชา | **Prapasri Lerdprecha**

โรงเรียนสตรีอ่างทอง จังหวัดอ่างทอง ประเทศไทย | Satri Angthong School. Angthong Province, Thailand

E-mail: prapasri@sa.ac.th

Received: (September 4, 2025); Revised: (October 10, 2025); Accepted: (October 12, 2025)

Citation:



เบญจรัตน์ อุปนันท, เศรษฐพงษ์ เลิศปรีชา, และประภาศรี เลิศปรีชา. (2568). การบริหารกิจกรรมเสริมหลักสูตร เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุข. วารสารวิจัยและนวัตกรรมเพื่อความยั่งยืน (JRIS), 2(6), 88-101.

Upanan, B., Lerdprecha, S., & Lerdprecha, P. (2025). Administration of extracurricular activities to promote student well-being. *Journal of Research and Innovation for Sustainability (JRIS)*, 2(6), 88-101.

ABSTRACT

This academic article aims to present the Administration of extracurricular activities to enhance student well-being, which is a crucial activity for holistic student development encompassing physical, mental, social, and intellectual dimensions. This enables students to live quality lives and become valuable citizens in society. The authors studied concepts and theories related to the development of extracurricular activities and concepts regarding student well-being. The authors present findings and recommendations for managing extracurricular activities to enhance student well-being as follows: Success factors comprise: 1) school environment, 2) educational administrators' leadership, 3) systematic supervision and monitoring systems, 4) participation and continuous implementation. Enhancing student well-being through extracurricular activities includes: 1) activities for promoting and developing physical health and recreation, 2) activities for developing morality and ethics, 3) activities for enhancing life skills and academic skills, 4) public service activities for natural resource and environmental conservation. Activity implementation involves: 1) establishing objectives and setting goals, 2) arranging activities appropriate for learners, 3) instilling and promoting good values, 4) adhering to participatory principles, 5) evaluating activity performance outcomes.

Keywords: Administration; Extracurricular Activities; Promote Student Well-Being

บทคัดย่อ

บทความวิชาการเรื่องนี้นำเสนอเกี่ยวกับการบริหารจัดการกิจกรรมเสริมหลักสูตร เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุข อันเป็นกิจกรรมที่สำคัญในการพัฒนาผู้เรียนอย่างรอบด้าน ทั้งกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา เพื่อให้ผู้เรียนสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ และเป็นพลเมืองที่มีคุณค่าในสังคมโดยผู้เขียนได้ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนากิจกรรมเสริมหลักสูตร และแนวคิดเกี่ยวกับสุขภาวะนักเรียนเป็นสุข โดยผู้เขียนได้ข้อค้นพบและข้อเสนอแนะในการบริหารจัดการกิจกรรมเสริมหลักสูตร เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุข ดังนี้ ปัจจัยเอื้อต่อความสำเร็จ ประกอบด้วย 1) สภาพแวดล้อมในโรงเรียน 2) ภาวะผู้นำของผู้บริหารสถานศึกษา 3) ระบบนิเทศ ติดตามอย่างเป็นระบบ 4) การมีส่วนร่วม และดำเนินการอย่างต่อเนื่อง การเสริมสร้างสุขภาวะนักเรียนเป็นสุขผ่านกิจกรรมเสริมหลักสูตร ประกอบด้วย 1) กิจกรรมเสริมสร้างและพัฒนาสุขภาพกาย นันทนาการ 2) กิจกรรมพัฒนาศีลธรรม จริยธรรม 3) กิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต และทักษะวิชาการ 4) กิจกรรมจิตสาธารณะ อนุรักษ์ทรัพยากร และสิ่งแวดล้อม ด้วยมีการดำเนินกิจกรรม ดังนี้ 1) การกำหนดวัตถุประสงค์และการกำหนดเป้าหมาย 2) การจัดให้เหมาะสมกับผู้เรียน 3) การปลูกฝังและส่งเสริมค่านิยมที่ดี 4) การยึดหลักการมีส่วนร่วม 5) การประเมินผลการปฏิบัติกิจกรรม

คำสำคัญ: การบริหาร; กิจกรรมเสริมหลักสูตร; การเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุข

1. บทนำ

วิสัยทัศน์ของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2560) ที่มุ่งพัฒนาผู้เรียนทุกคนซึ่งเป็นกำลังของชาติให้เป็นมนุษย์ที่มีความสมดุลทั้งด้านร่างกาย ความรู้ คุณธรรมมีจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทยและเป็นพลโลก ยึดมั่นในการปกครองตามระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข มีความรู้และทักษะพื้นฐาน รวมทั้งเจตคติที่จำเป็นต่อการศึกษาต่อ การประกอบอาชีพและการศึกษาตลอดชีวิต โดยมุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญบนพื้นฐานความเชื่อว่าทุกคนสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้เต็มตามศักยภาพ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551)

โรงเรียนสุขภาวะเป็นแนวคิดการพัฒนาโรงเรียนทั้งระบบภายใต้ความเชื่อที่ว่าผู้เรียนจะสามารถเรียนรู้ได้เต็มศักยภาพต้องอยู่ภายใต้สิ่งแวดล้อมที่ดี มีความมั่นคงปลอดภัย มีสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ ผู้บริหารมีภาวะผู้นำทางวิชาการสามารถบริหารจัดการได้อย่างมีประสิทธิภาพ และครูสามารถจัดการเรียนรู้ได้อย่างเต็มศักยภาพ สอดคล้องกับมูลนิธิสถาบันวิจัยระบบการศึกษา (2560) ที่กล่าวเกี่ยวกับแนวคิดของโรงเรียนสุขภาวะ ในด้านสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุข หมายถึง ผู้เรียนมีคุณลักษณะที่ดีในด้านร่างกาย จิตใจ ทักษะชีวิต ความเป็นพลเมืองดี และมีความรักในการเรียนรู้ ซึ่งคุณลักษณะดังกล่าวสามารถพัฒนาได้โดยการจัดการเรียนรู้ในชั้นเรียน และสามารถเพิ่มเติมได้จากกิจกรรมเสริมหลักสูตร เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่มุ่งพัฒนาความมีระเบียบวินัย ความเป็นผู้นำผู้ตามที่ดี ความรับผิดชอบ การทำงานร่วมกัน การรู้จักแก้ปัญหา การตัดสินใจที่เหมาะสม ความมีเหตุผล การช่วยเหลือแบ่งปันกัน เอื้ออาทร และสมานฉันท์ โดยจัดให้สอดคล้องกับความสามารถ ความถนัด และความสนใจของผู้เรียน (วาระดี ชาญวิรัตน์, 2564)

กิจกรรมเสริมหลักสูตรเป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นนอกเหนือจากการจัดการเรียนการสอนในชั้นเรียน โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาผู้เรียนให้มีความสมบูรณ์ทั้งด้านสติปัญญา สังคม อารมณ์ ร่างกาย และคุณธรรมจริยธรรม อันเป็นพื้นฐานสำคัญของการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพ กิจกรรมดังกล่าวเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์ตรง ผ่านการลงมือปฏิบัติจริงเน้นให้ผู้เรียนสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเองจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและสังคมรอบตัว ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้อย่างยั่งยืน นอกจากนี้กิจกรรมเสริมหลักสูตรยังเป็นกลไกสำคัญในการปลูกฝังคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้เรียน อันจะนำไปสู่การพัฒนาผู้เรียนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งกาย ใจ และสังคม จะเห็นได้ว่ากิจกรรมเสริมหลักสูตรสามารถพัฒนาผู้เรียนอย่างรอบด้าน เกิดเป็นทักษะที่สำคัญและสามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตและประกอบอาชีพในอนาคตได้อย่างเหมาะสม (ภัทรสุดา พิชยกลัป, 2566)

ปัจจุบันการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรของสถานศึกษายังไม่เชื่อมโยงกับเป้าหมายด้านสุขภาวะของผู้เรียนอย่างแท้จริง ส่งผลให้กิจกรรมที่ดำเนินการขาดประสิทธิภาพในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุข อีกทั้งยังพบว่าการมีส่วนร่วมของผู้บริหาร ครู บุคลากร ตลอดจนผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนาและออกแบบกิจกรรมเสริมหลักสูตรยังมีจำกัด ทำให้กิจกรรมที่จัดขึ้นไม่สอดคล้องกับบริบทและความต้องการของผู้เรียนในยุคปัจจุบัน นอกจากนี้ ผู้บริหารและบุคลากรบางส่วนยังขาดความเข้าใจในคุณค่าและความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาวะภายในโรงเรียน ส่งผลให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างไม่ต่อเนื่อง ไม่มีแผนงานหรือแนวทางการปฏิบัติที่ชัดเจนในแต่ละปี รวมถึงขาดระบบการติดตาม ตรวจสอบ และประเมินผลอย่างเป็นระบบ ส่งผลให้กิจกรรมเสริมหลักสูตรไม่สามารถบรรลุเป้าหมายด้านการพัฒนาสุขภาวะของผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ (ณัฐกานต์ โพธิ์สาส์ และทิพย์ ขำอยู่, 2568)

ด้วยเหตุข้างต้นบทความเรื่อง “การบริหารกิจกรรมเสริมหลักสูตร เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุข” จึงนำเสนอแนวทางในการบริหารกิจกรรมเสริมหลักสูตร เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุข ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาผู้เรียนอย่างรอบด้าน เป็นพลเมืองดี และพลเมืองของโลกศตวรรษที่ 21

2. เนื้อหา

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมเสริมหลักสูตร

1. หลักการของการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร

กิจกรรมเสริมหลักสูตร คือ กิจกรรมที่สถานศึกษาจัดขึ้นอย่างเป็นระบบและมีกระบวนการที่ชัดเจน ใช้รูปแบบและวิธีการที่หลากหลาย เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์นอกเหนือจากการเรียนการสอนในชั้นเรียนปกติ โดยมุ่งพัฒนาผู้เรียนทั้งด้านความรู้ ความสามารถ ทักษะวิชาชีพ บุคลิกภาพ และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ตลอดจนส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมที่เหมาะสม และการปรับตัวในสังคม โดยสำนักมาตรฐานการอาชีวศึกษาและวิชาชีพ (2546) ได้กล่าวถึงหลักการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรไว้ ดังนี้ 1) กิจกรรมเสริมหลักสูตรเป็นกิจกรรมที่มุ่งพัฒนาให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะพึงประสงค์ 2) เป็นแนวทางการจัดกิจกรรมที่พัฒนาให้ผู้เรียนทำงานร่วมกันเป็นหมู่คณะ 3) ผู้เรียนสามารถเลือกเข้าร่วมกิจกรรมตามความถนัดและความสนใจของตนเอง 4) กิจกรรมเสริมหลักสูตรเป็นกิจกรรมที่ผู้เรียนทุกคนร่วมกันดำเนินการเองทั้งหมด โดยมีครูเป็นผู้ให้คำปรึกษาแนะนำ 5) สถานศึกษาสนับสนุนให้ผู้เรียนดำเนินกิจกรรมที่วางแผนไว้ โดยผ่านความเห็นชอบจากผู้บริหารสถานศึกษา หัวหน้างานกิจกรรมนักเรียน นักศึกษา และครูที่ปรึกษากิจกรรม และ 6) มีการประเมินผลการปฏิบัติกิจกรรมโดยวิธีการที่หลากหลาย และสอดคล้องกับกิจกรรมอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง

2. จุดมุ่งหมายของกิจกรรมเสริมหลักสูตร

การจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรมุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีความรู้ ทักษะ เจตคติ และคุณธรรม ควบคู่กับการทำงานร่วมกันอย่างเป็นระบบ เปิดโอกาสให้ผู้เรียนนำความรู้และทักษะไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง เสริมสร้างจิตสำนึกด้านสิ่งแวดล้อม และปลูกฝังคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ได้มีนักการศึกษากล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมเสริมหลักสูตรไว้ ดังนี้

ดวงกมล เจียมเงิน (2564) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมเสริมหลักสูตรไว้ว่ากิจกรรมเสริมหลักสูตรเป็นเครื่องมือสำคัญในการสร้างเสริมประสบการณ์การเรียนรู้ให้ผู้เรียนอย่างรอบด้าน ช่วยให้ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมตามความถนัดและความสนใจ ส่งเสริมการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม และพัฒนาลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ อีกทั้งยังมุ่งสร้างสัมพันธภาพที่ดีในสังคม ส่งเสริมสุขภาพทุกมิติ เปิดโอกาสให้ผู้เรียนค้นพบความคิดสร้างสรรค์ ความถนัดและความสามารถพิเศษ รวมถึงเพิ่มพูนประสบการณ์ที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

ภัทรสุดา พิษยกุล (2566) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมเสริมหลักสูตรไว้ว่า การพัฒนาผู้เรียนให้เป็นผู้ที่รู้จักเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น มีวุฒิทาง อารมณ์ มีกระบวนการคิด มีทักษะในการดำเนินชีวิตอย่างเหมาะสม สามารถบูรณาการความรู้ ทักษะ เจตคติ และกิจนิสัยที่ได้จากการจัดกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ในการประกอบอาชีพและไปใช้ในชีวิตประจำวัน นอกจากนี้ยังเป็นการเสริมสร้างเพิ่มพูนประสบการณ์ และพัฒนาเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนให้สามารถใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ รวมทั้งเพื่อปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมให้เกิดขึ้นแก่ผู้เรียน

สำนักมาตรฐานการอาชีวศึกษาและวิชาชีพ (2546) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมเสริมหลักสูตรไว้ว่า 1) เพื่อให้มีความรู้ ทักษะ ประสบการณ์ในการทำงานร่วมกันเป็นหมู่คณะ 2) เพื่อให้มีทักษะในการทำงานอย่างมีระบบในด้านการวางแผนงาน การดำเนินงาน และการประเมินผลงาน เพื่อพัฒนางานให้มีประสิทธิภาพ 3) เพื่อให้สามารถบูรณาการความรู้ ทักษะ เจตคติที่ได้จากการจัดกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ในการประกอบอาชีพ 4) เพื่อให้มีระเบียบวินัยในการทำงานและการดำเนินชีวิต รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และ สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่น 5) เพื่อให้ตระหนักถึงการมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์ทรัพยากร และพัฒนาสิ่งแวดล้อมของชุมชน และสังคมที่อยู่อาศัย และ 6) เพื่อปลูกฝังคุณธรรม และค่านิยมให้เกิดจิตพิสัยในตนเอง

สรุปได้ว่าจุดมุ่งหมายของกิจกรรมเสริมหลักสูตร คือ กิจกรรมที่มุ่งพัฒนาผู้เรียนทั้งด้านความรู้ ทักษะ เจตคติ และคุณธรรม ส่งเสริมการทำงานร่วมกัน การคิดอย่างมีเหตุผล และการปรับตัวในสังคม สร้างบุคลิกภาพและวินัยที่ดี ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ค้นพบความถนัดและความคิดสร้างสรรค์ พร้อมปลูกฝังจิตสำนึกอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมและการอยู่ร่วมกันอย่างมีคุณค่าในสังคม

3. ประเภทและรูปแบบกิจกรรมเสริมหลักสูตร

จากหลักการและจุดมุ่งหมายของกิจกรรมเสริมหลักสูตร สามารถจำแนกประเภทและรูปแบบของกิจกรรมเสริมหลักสูตร ดังตาราง 1

ตาราง 1 การสังเคราะห์ประเภทและรูปแบบกิจกรรมเสริมหลักสูตร

ประเภทและรูปแบบกิจกรรมเสริมหลักสูตร	ลักษณะ พงศาวดาร (2550)	สมโภช เฟิงลี (2563)	ชนัตชญาณันท์ รัตนบุญทอง (2567)	นัฐดิ จินดาวงค์ (2568)	ความถี่ของข้อมูล
1) กิจกรรมด้านกีฬา / สุขภาพ / นันทนาการ		/	/	/	3*
2) กิจกรรมพัฒนาศีลธรรม / จริยธรรม	/	/	/	/	4*
3) กิจกรรมด้านวิชาการ / ทักษะชีวิต / วิชาชีพ	/	/	/	/	4*
4) กิจกรรมจิตอาสา / บำเพ็ญประโยชน์ / อนุรักษ์สิ่งแวดล้อม	/	/	/	/	4*
5) กิจกรรมอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม / ศาสนา		/	/		2
6) กิจกรรมเสริมสร้างประชาธิปไตย		/			1
7) กิจกรรมบริการภายในโรงเรียน				/	1

สรุปได้ว่าประเภทและรูปแบบกิจกรรมเสริมหลักสูตรแบ่งออกได้เป็น 4 กิจกรรม ดังนี้ 1) กิจกรรมเสริมสร้างและพัฒนาสุขภาพกาย นันทนาการ 2) กิจกรรมพัฒนาศีลธรรม จริยธรรม 3) กิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต และทักษะวิชาการ 4) กิจกรรมจิตสาธารณะ อนุรักษ์ทรัพยากร และสิ่งแวดล้อม

4. การดำเนินกิจกรรมเสริมหลักสูตร

การดำเนินกิจกรรมเสริมหลักสูตรมีขั้นตอนการดำเนินงานสอดคล้องกับการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน โดยสถานศึกษาสามารถบริหารกิจกรรมเสริมหลักสูตรโดยปรับประยุกต์ใช้จากการบริหารกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนซึ่งสาวิตรี ศรีวิเศษ (2566) ได้เสนอแนวทางในการดำเนินกิจกรรมดังนี้

1. การกำหนดวัตถุประสงค์และการกำหนดเป้าหมาย คือ การกำหนดนโยบาย และผลลัพธ์ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ในภาพรวม มีการวางแผนการดำเนินงานอย่างเป็นขั้นตอน การเตรียมความพร้อมของ สถานศึกษา และเสริมสร้างความเข้าใจกับบุคลากรที่เกี่ยวข้องเพื่อให้มีแนวปฏิบัติในการจัดกิจกรรมที่ชัดเจน

2. การจัดให้เหมาะสมกับผู้เรียน คือ การจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์ที่ หลากหลาย สามารถผลักดันศักยภาพ ความสามารถพิเศษที่แท้จริงของผู้เรียนให้ปรากฏออกมา สร้างความภูมิใจ เห็นคุณค่าตนเอง และสร้างจิตสำนึกที่ดี ต้องเป็นกิจกรรมที่มีคุณค่าต่อผู้เรียน คือ สนองความสนใจ ความถนัด ความสามารถ และความต้องการของของแต่ละบุคคล

3. การปลูกฝังและส่งเสริมค่านิยมที่ดี คือ การจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะที่ดีในด้านร่างกาย จิตใจ ทักษะชีวิต ความเป็นพลเมืองดีและมีความรักในการเรียนรู้ ส่งเสริมสุขภาพกาย สุขภาพใจ มีเจตคติที่ดีใน การดำเนินชีวิตเป็นพลเมืองดีของสังคม มีความรับผิดชอบ อนุรักษ์ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม

4. การยึดหลักการมีส่วนร่วม คือ การบริหารแบบมีส่วนร่วม โดยบูรณาการกับทุกภาคส่วน ให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรม ส่งเสริมให้ผู้ปกครอง ชุมชน และเครือข่ายมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม พัฒนาผู้เรียน

5. การประเมินผลการปฏิบัติกิจกรรม คือ การใช้กระบวนการประเมินผลกิจกรรมที่ชัดเจนและ ต่อเนื่อง ใช้วิธีการประเมินที่หลากหลายและสอดคล้องกับลักษณะกิจกรรม มีการนำผลประเมินไปปรับปรุงและ พัฒนากิจกรรมอย่างเป็นระบบ

จากแนวคิดของต้นสามารถสรุปเป็นแนวทางในการบริหารกิจกรรมเสริมหลักสูตรของสถานศึกษาในการ พัฒนาผู้เรียนได้รายละเอียดดังตาราง 2

ตาราง 2 แนวทางในการบริหารกิจกรรมเสริมหลักสูตรของสถานศึกษา

การดำเนินกิจกรรมเสริมหลักสูตร	แนวทางในการดำเนินงาน
1) การกำหนดวัตถุประสงค์และการกำหนดเป้าหมาย	1) มีการกำหนดและมอบหมายนโยบายในการดำเนิน กิจกรรมเสริมหลักสูตรอย่างชัดเจน 2) มีการประชุมชี้แจงนโยบายและแนวทางกาปฏิบัติ แก่ครูและบุคลากร 3) มีการกำหนดแนวทางการปฏิบัติให้สอดคล้องกับ จุดเน้นสภาวะภาวะผู้เรียนเป็นสุข และบริบทผู้เรียน

การดำเนินกิจกรรมเสริมหลักสูตร	แนวทางในการดำเนินงาน
	4) มีการเตรียมความพร้อมของงบประมาณ สถานที่ และบุคลากรที่เกี่ยวข้อง
2) การจัดให้เหมาะสมกับผู้เรียน	1) มีการจัดกิจกรรมสอดคล้องกับความสนใจ เปิดโอกาสให้ผู้เรียนแสดงความสามารถ 2) มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่หลากหลาย 3) มีการจัดกิจกรรมที่สร้างความภาคภูมิใจ เห็นคุณค่าของตนเอง และมีจิตสำนึกที่ดี
3) การปลูกฝังและส่งเสริมค่านิยมที่ดี	1) มีกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้เรียนมีสุขภาพกายแข็งแรง 2) มีกิจกรรมพัฒนาศีลธรรม จริยธรรม 3) มีกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต และทักษะวิชาการ 4) มีกิจกรรมเสริมสร้างจิตสาธารณะ อนุรักษ์ ทรัพยากร และสิ่งแวดล้อม
4) การยึดหลักการมีส่วนร่วม	1) มีการจัดตั้งคณะกรรมการดำเนินกิจกรรมเสริมหลักสูตร 2) มีการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้เรียน ผู้ปกครอง และชุมชนในการดำเนินกิจกรรมเสริมหลักสูตร
5) การประเมินผลการปฏิบัติกิจกรรม	1) มีการประเมินที่หลากหลายสอดคล้องกับกิจกรรม 2) มีการใช้เครื่องมือ และเกณฑ์การวัดประเมินผลที่หลากหลาย 3) มีการนำผลการประเมินมาเป็นสารสนเทศในการปรับปรุงกิจกรรม

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับสุขภาวนักเรียนเป็นสุข

1. ความหมายและพฤติกรรมบ่งชี้สุขภาวนักเรียนเป็นสุข

สุขภาวะหมายถึง ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย ทางจิต ทางปัญญา และทางสังคม เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล ในด้านการจัดการศึกษาผลลัพธ์ปลายทางคือการพัฒนาผู้เรียนให้เป็นคนดีมีคุณธรรม สามารถดำรงตนได้อย่างมีความสุขในสังคม มีทักษะและศักยภาพในการเรียนรู้ สามารถคิดวิเคราะห์และ

แยกแยะ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมและคนอื่น มีคุณธรรมจริยธรรม มีทักษะและเห็นคุณค่าของตน ปฏิบัติตนให้มีสุขภาพดีและมีพัฒนาการทางร่างกาย และสติปัญญาที่ดี (เทวีพันธ์ เยาวไสย, 2563) เพื่อเป็นแนวทางในการจัดการศึกษาของสถานศึกษา และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการเสริมสร้างสุขภาวะนักเรียนเป็นสุข มูลนิธิสถาบันวิจัยระบบการศึกษา (2560) ได้กำหนดตัวบ่งชี้/พฤติกรรมด้านองค์ประกอบสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุข โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. ผู้เรียนมีสุขภาพกายแข็งแรง ได้แก่
 - 1.1 รับประทานอาหารถูกสุขลักษณะ
 - 1.2 ดูแลความสะอาดของร่างกายและเสื้อผ้า
 - 1.3 ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
 - 1.4 ไม่สูบบุหรี่
 - 1.5 ไม่ดื่มสุรา
 - 1.6 ร่างกายสมส่วน ไม่เป็นโรคอ้วน*
 - 1.7 บริโภคผักและผลไม้อย่างเพียงพอ
2. ผู้เรียนร่าเริงแจ่มใส ได้แก่
 - 2.1 มองโลกในแง่ดี
 - 2.2 ทักทายปราศรัย
3. ผู้เรียนมีทักษะการปฏิเสธให้ตนเองพ้นจากอันตราย ได้แก่
 - 3.1 ปฏิเสธการถูกชักชวนให้ดื่มแอลกอฮอล์สูบบุหรี่ สิ่งเสพติดอื่น ๆ ปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์
 - 3.2 ไม่เล่นการพนันทุกชนิด
 - 3.3 การตั้งครรภ์ในวัยเรียน
 - 3.4 การตายด้วยอุบัติเหตุ
4. ผู้เรียนอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ได้แก่
 - 4.1 ปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน
 - 4.2 รัก และเอื้ออาทรต่อเพื่อน
 - 4.3 มาโรงเรียนทุกวัน
 - 4.4 มีการทำกิจกรรมทางกายเป็นประจำ
 - 4.5 มีความสุขในการดำเนินชีวิต
 - 4.6 อยู่ในครอบครัวที่อบอุ่น

- 4.7 อยู่ในชุมชนและท้องถิ่นเข้มแข็ง
5. ผู้เรียนมีวินัย รู้หน้าที่ มีความรับผิดชอบ
6. จิตสาธารณะ อนุรักษ์ทรัพยากร และสิ่งแวดล้อม ได้แก่
 - 6.1 ขอบอาสา ช่วยเหลือผู้อื่น
 - 6.2 ประหยัดน้ำประหยัดไฟ
7. ผู้เรียนกระตือรือร้นให้ความสนใจในการเรียน

2. การเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุข

จากตัวบ่งชี้/พฤติกรรมด้านองค์ประกอบสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุข เห็นได้ว่าการจัดการศึกษาของสถานศึกษา โดยเฉพาะในห้องเรียนอาจไม่เพียงพอที่จะเสริมสร้างสุขภาวะนักเรียนเป็นสุขได้อย่างครบถ้วน การเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุขจำเป็นต้องมีการพัฒนาเพิ่มเติมจากกิจกรรมในห้องเรียน และอาศัยการมีส่วนร่วมจากหลายฝ่ายเพื่อให้การดำเนินการเป็นไปอย่างต่อเนื่องและมีประสิทธิภาพ วาระดี ชาญวิรัตน์ (2564) ได้เสนอว่าแนวคิดในการเสริมสร้างสุขภาวะนักเรียนเป็นสุข ดังนี้ การจัดการศึกษาในระดับสถานศึกษามีเป้าหมายสำคัญในการพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ทั้งในด้านตนเองและสังคม โดยเน้นให้ผู้เรียนรู้จักตนเอง เห็นคุณค่าในตน รู้จักรักษาสีสิ่งแวดล้อม มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ การตัดสินใจ การแก้ปัญหา และสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลง ทั้งนี้ยังมุ่งพัฒนาความมีระเบียบวินัย ความรับผิดชอบ การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี ตลอดจนการทำงานร่วมกับผู้อื่นอย่างมีเหตุผลและมีความสมานฉันท์ นอกจากนี้การพัฒนาผู้เรียนยังควรจัดให้สอดคล้องกับศักยภาพ ความถนัด และความสนใจของผู้เรียน เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้ที่มีความหมายและเกิดประโยชน์ต่อผู้เรียนโดยตรง รวมทั้งส่งเสริมการบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม ชุมชน และท้องถิ่น ผ่านการเข้าร่วมกิจกรรมในลักษณะอาสาสมัคร เช่น กิจกรรมอาสาพัฒนา กิจกรรมสร้างสรรค์สังคม และกิจกรรมจิตอาสา ซึ่งล้วนเป็นแนวทางในการปลูกฝังจิตสาธารณะ ความเสียสละ และความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น จะเห็นได้ว่าจากแนวคิดดังกล่าวได้ผนวกกิจกรรมนอกชั้นเรียนโดยเน้นความถนัดและความสนใจของผู้เรียน เช่น กิจกรรมอาสา กิจกรรมทางสังคม โดยใช้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุข สอดคล้องกับบัวบูชา ยิ่งมี (2567) ที่ได้ศึกษาแนวทางการส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะสำหรับสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษาปทุมธานี เขต 1 และสุพจน์ย์ พัดจาด (2562) ที่ได้ศึกษาการพัฒนาแนวทางการดำเนินงานโรงเรียนสุขภาวะของสถานศึกษาสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดตาก ผลการวิจัยมีความสอดคล้องกัน คือ การเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุขควรเริ่มจากการศึกษาบริบทของโรงเรียนและชุมชนท้องถิ่นอย่างรอบด้าน เพื่อให้เข้าใจถึงศักยภาพและความต้องการที่แท้จริง จากนั้นจึงดำเนินการประชุมและวางแผนร่วมกัน โดยเปิดโอกาสให้ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง ทั้งผู้บริหาร ครู นักเรียน ผู้ปกครอง และชุมชน มีส่วนร่วมในการกำหนดทิศทางและรูปแบบ

กิจกรรม ตลอดจนการดำเนินงานและการติดตามประเมินผลอย่างเป็นระบบ กิจกรรมที่เกิดขึ้นจึงอยู่ในลักษณะของฐานการเรียนรู้ที่นักเรียนมีบทบาทสำคัญในการคิดและปฏิบัติ ชุมชนมีส่วนสนับสนุนให้นักเรียนได้รับการเรียนรู้ที่มีความหมายและนำไปสู่การมีสุขภาวะที่ยั่งยืน

จากแนวคิดของนักการศึกษาข้างต้นพบว่า การเสริมสร้างสุขภาวะนักเรียนเป็นสุขสามารถดำเนินการผ่านกิจกรรมเสริมหลักสูตร โดยจำแนกเป็นประเภทของกิจกรรมเสริมหลักสูตรดังนี้



ภาพ 1 : ประเภทกิจกรรมเสริมหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะนักเรียนเป็นสุข

3. ปัจจัยเอื้อต่อความสำเร็จในการเสริมสร้างสุขภาวะนักเรียนเป็นสุข

การเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุขอย่างต่อเนื่องและยั่งยืนจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากหลายฝ่าย ได้มีนักการศึกษาได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับปัจจัยเอื้อต่อความสำเร็จในการเสริมสร้างสุขภาวะนักเรียนเป็นสุข ดังนี้

สุรขยา น้อยสกุล (2563) ได้ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาสุขภาวะของนักเรียนในสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 34 จังหวัดแม่ฮ่องสอน ผลการวิจัยพบว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาสุขภาวะของนักเรียนในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 34 จังหวัด

แม่ฮ่องสอน ได้แก่ 1) ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม 2) ปัจจัยด้านลักษณะขององค์กร 3) ด้านนโยบายการบริหารและการปฏิบัติ และ 4) ปัจจัยด้านลักษณะของบุคลากร

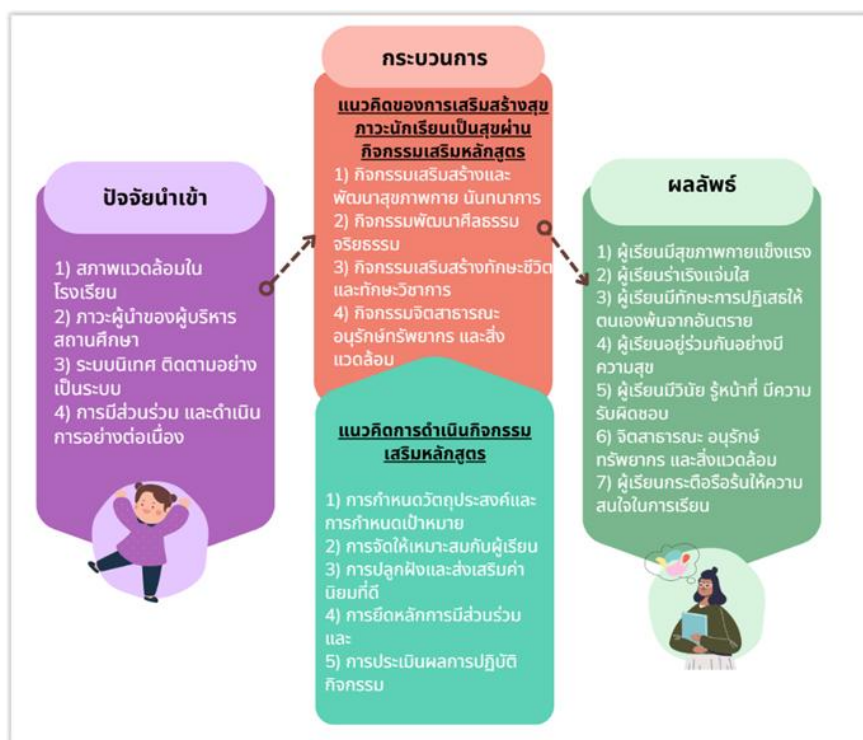
สุทธิรัก ศรีจันทร์เพ็ญ (2566) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพองค์การของโรงเรียนสังกัดเทศบาลในเขตจังหวัดนครปฐม ประกอบไปด้วย 1) ภาวะผู้นำของผู้บริหาร 2) สภาพแวดล้อม และ 3) ระบบสังคม

ณัฐกมล ฝีกปากเพระ (2568) ได้ศึกษารูปแบบการบริหารสู่การเป็นองค์กรแห่งความสุขของโรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ผลการวิจัยพบว่าองค์ประกอบเงื่อนไขความสำเร็จ ได้แก่ 1) ผู้บริหารมีวิสัยทัศน์และภาวะผู้นำที่มุ่งมั่นในการพัฒนาองค์กรสู่การเป็นองค์กรแห่งความสุข 2) ผู้บริหารครู และบุคลากรทางการศึกษามีส่วนร่วมในการพัฒนาองค์กรสู่การเป็นองค์กรแห่งความสุข 3) การดำเนินการสร้างองค์กรแห่งความสุขอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ 4) การมีวัฒนธรรมองค์กรเชิงจริยธรรมที่มุ่งสร้างองค์กรแห่งความสุขและมีเป้าหมายความสำเร็จในทิศทางเดียวกัน และ 5) องค์กรสร้างการมีส่วนร่วมกับภาคีเครือข่าย และผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย

สรุปได้ว่าปัจจัยเอื้อต่อความสำเร็จในการเสริมสร้างสุขภาวะนักเรียนเป็นสุขประกอบด้วย 1) สภาพแวดล้อมในโรงเรียน 2) ภาวะผู้นำของผู้บริหารสถานศึกษา 3) ระบบนิเทศ ติดตามอย่างเป็นระบบ 4) การมีส่วนร่วม และดำเนินการอย่างต่อเนื่อง

3. สรุป

การเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุขนับเป็นเป้าหมายสำคัญในการพัฒนาผู้เรียนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และทักษะชีวิต อันจะนำไปสู่การเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพของสังคม การดำเนินงานดังกล่าวสามารถขับเคลื่อนได้ผ่านกิจกรรมเสริมหลักสูตรที่มีความหลากหลาย เปิดโอกาสให้ผู้เรียนเลือกเข้าร่วมตามความสนใจและศักยภาพของตนเอง อีกทั้งสถานศึกษายังมีบทบาทสำคัญในการบริหารจัดการกิจกรรมอย่างเป็นระบบ โดยอาศัยความร่วมมือจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง และดำเนินการติดตามประเมินผลอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้การเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนบรรลุผลอย่างยั่งยืน การบริหารกิจกรรมเสริมหลักสูตร เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุข สามารถสรุปได้ดังภาพ 2



ภาพ 2 การบริหารกิจกรรมเสริมหลักสูตร เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะผู้เรียนเป็นสุข

4. เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). *หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*. ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- ชนิตชญาณันท์ รัตน์บุญทอง. (2567). แนวทางการพัฒนากิจกรรมเสริมหลักสูตรในการสร้างภาวะผู้นำเชิงสร้างสรรค์สำหรับนักศึกษาคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร. *วารสารการอาชีวศึกษาภาคกลาง*, 8(1), 93-103.
- ณัฐกานต์ โพขสาตี และทิพย์ ขำอยู่. (2568). แนวทางการส่งเสริมสุขภาวะภายในโรงเรียนตามแนวคิดโรงเรียนสุขภาวะอำเภอปะเหลียน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตรัง เขต 1. *วารสารมณีเชษฐาราม วัดจอมมณี*, 8(2), 472-487.
- ดวงกมล เจียมเงิน. (2564). *หลักสูตรกิจกรรมเสริมเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะแบบองค์รวมสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น* [วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษาดุขุฎิบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ].

- นัฐวุฒิ จินดาวงศ์. (2568). ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษากับการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมหลักสูตรเพื่อพัฒนานักศึกษาของนักศึกษาคณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. *วารสารการจัดการองค์กร และพัฒนาสังคม*, 5(1), 165-176.
- บัวบูชา ยิ่งมี. (2567). แนวทางการส่งเสริมโรงเรียนสุภาพะสำหรับสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาปทุมธานี เขต 1. *วารสารวิจัยวิชาการ*, 7(3), 319-334.
- ภัทรสุตา พิชยกุลป์. (2566). การบริหารกิจกรรมเสริมหลักสูตรและกิจกรรมนักเรียนเพื่อพัฒนาศักยภาพผู้เรียน. *Academic Journal of Phetchaburi Rajabhat University*, 13(2), 106-112.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยระบบการศึกษา. (2560). *เครื่องมือพัฒนาสู่ความเป็นโรงเรียนสุภาพะ*. บริษัท สารคามการพิมพ์ จำกัด.
- ลิชนะ พงศาปาน. (2550). *การพัฒนากิจกรรมเสริมหลักสูตร คริสตจริยธรรม เพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะอันพึงประสงค์สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนศรีธรรมราชศึกษา จังหวัดนครศรีธรรมราช* [วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยทักษิณ]. มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- วาระดี ชาญวิรัตน์. (2564). การพัฒนาโรงเรียนให้เป็นโรงเรียนสุภาพะ กรณีศึกษาโรงเรียนทหารอากาศบำรุง. *วารสารชุมชนวิจัย*, 15(2), 142-154.
- สมโชค เพ็งลี. (2563). *คู่มือปฏิบัติงานการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร สำหรับนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น*. มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- สำนักมาตรฐานการอาชีวศึกษาและวิชาชีพ. (2546). *แนวปฏิบัติการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร ปวช. 2545 (ปรับปรุง พ.ศ. 2546) และปวส. สำนักมาตรฐานการอาชีวศึกษาและวิชาชีพ*.
- สาวิตร์ ศรีวิเศษ. (2566). *การพัฒนาแนวทางการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน เพื่อเสริมสร้างทักษะการเรียนรู้ ในศตวรรษที่ 21 สำหรับสถานศึกษาสังกัดเทศบาลภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนล่าง* [วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม]. มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- สุทธิรัก ศรีจันทร์เพ็ญ. (2566). ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพองค์การของโรงเรียนสังกัดเทศบาลในเขตจังหวัดนครปฐม. *วารสารลิรินธรปริทรรศน์*, 24(2), 112-123.
- สุพจน์ย์ พัดจาด. (2562). การพัฒนาแนวทางการดำเนินงานโรงเรียนสุภาพะของสถานศึกษาสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดตาก. *วารสารการบริหารและนวัตกรรมการศึกษา*, 2(1), 67-89.
- สุรัชยา น้อยสกุล. (2563). ปัจจัยการบริหารที่ส่งผลต่อการพัฒนาสุภาพะของนักเรียนในสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 34 จังหวัดแม่ฮ่องสอน. ใน *การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ครั้งที่ 10*. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.