



สาธิตจุฬาฯ สาร

ขอแสดงความยินดีกับนักเรียนสร้างชื่อเสียง



กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ได้นำนักเรียนเข้าร่วมแข่งขันตอบปัญหาดาราศาสตร์ เนื่องในโอกาสสัปดาห์วิทยาศาสตร์แห่งชาติ จัดโดยศูนย์วิทยาศาสตร์เพื่อการศึกษา (ท้องฟ้าจำลอง) เมื่อวันที่เสาร์ที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๕๗ โดยมีอาจารย์วิทยา อินโท เป็นผู้ดูแลนักเรียน ผลปรากฏว่า **ด.ช.วรชัญ อารณวิรัตน์ นักเรียนชั้น ม.3/3 ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๑** โดยนักเรียนได้รับโล่รางวัลพร้อมเงินรางวัลจำนวน ๔,๐๐๐ บาท ในการนี้ ศูนย์วิทยาศาสตร์เพื่อการศึกษา (ท้องฟ้าจำลอง) ได้มอบกล่องโทรทัศน์กาสิเลโอมูลค่า ๔,๐๐๐ บาท และสื่อการเรียนการสอนดาราศาสตร์อีกจำนวนหนึ่งให้แก่โรงเรียนเพื่อใช้ประโยชน์ในการจัดการเรียนการสอนต่อไป



สาธิตสัปดาห์ ครั้งที่ ๓๕
งานจตุรรม
๒๑ - ๒๒ กันยายน ๒๕๕๗



นักเรียนนำเสนอโครงงานวิทยาศาสตร์ ณ ประเทศญี่ปุ่น



กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ ได้นำนักเรียนเข้าร่วม International Science Forum (ISF) เพื่อนำเสนอโครงงานวิทยาศาสตร์และร่วมกิจกรรมทัศนศึกษาแหล่งเรียนรู้วิทยาศาสตร์ ณ เมือง Sasebo ประเทศญี่ปุ่น ระหว่างวันที่ ๑๙ - ๒๔ สิงหาคม ๒๕๕๗ มีนักเรียนที่เข้าร่วมการนำเสนอผลงาน จำนวน ๔ คน ดังนี้



นักเรียนนำเสนอโครงการวิทยาศาสตร์ ณ ประเทศญี่ปุ่น



福岡県立城南高等学校スーパーサイエンスハイスクール「科学技術人材育成重点校」事業 International Science Forum 2014



- | | | |
|-------------------|--------------|------------|
| ๑. นางสาวฟ้าใส | สัมมาวุฒิชัย | ชั้น ม.๕/๑ |
| ๒. นางสาวอานานิศา | กุลเกียรติยศ | ชั้น ม.๕/๑ |
| ๓. นายธัชมนทล | เพชรบรม | ชั้น ม.๕/๔ |
| ๔. นายอาชวิศ | ตรีหิรัญกุล | ชั้น ม.๕/๔ |

โดยมีอาจารย์นำผึ้ง ศุภอุทุมพร และอาจารย์รัญฎีกา ตั้งพุทธิพงศ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาและดูแลนักเรียน ในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้

กิจกรรมสัปดาห์วิทยาศาสตร์ ปีการศึกษา ๒๕๕๗

เนื่องในวันที่ ๑๔ สิงหาคมของทุกปี เป็นวันวิทยาศาสตร์ กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ได้จัดกิจกรรมสัปดาห์วิทยาศาสตร์ ปีการศึกษา ๒๕๕๗ ขึ้นในวันจันทร์ที่ ๑๔ สิงหาคม ๒๕๕๗ โดยกิจกรรมต่างๆ สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ในโอกาสนี้ ผศ.สุวรรณา ทิมสฤติย์ รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ หลักสูตรและการสอน ได้มอบรางวัลแก่นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขันตอบปัญหาวิทยาศาสตร์และการประกวดจัดป้ายนิเทศ ดังนี้



ผลการแข่งขันตอบปัญหาวิทยาศาสตร์ระดับชั้น ม.ต้น

ชนะเลิศ	ด.ช.ธนาธิษณ์ ด.ญ.กนิศา	ดุลยธีรโรจน์ จิตปัญญา	ม.๑/๓ ม.๓/๓	ด.ช.ณัฐชนน	พันธุดิตร	ม.๒/๓
รองชนะเลิศอันดับ ๑	ด.ช.ปานัสม์ ด.ช.ธีภพ	เศวตปิยะกุล สนับบุญ	ม.๑/๑ ม.๓/๑	ด.ช.ธนดล	ล้ำเลิศประเสริฐกุล	ม.๒/๑
รองชนะเลิศอันดับ ๒	ด.ช.ปวรุตม์	ชำนาญโรจน์	ม.๑/๓	ด.ช.วิริศ	จันทรานูวัฒน์	ม.๒/๓



กิจกรรมสัปดาห์วิทยาศาสตร์ ปีการศึกษา ๒๕๕๗

ผลการแข่งขันตอบปัญหาวิทยาศาสตร์ ระดับชั้น ม.ปลาย

ชนะเลิศ	น.ส.ฐิติรัตน์	จุใจ	ม.๔/๕
	นายธิตูตติ	วนาวณิชกุล	ม.๖/๓
	นายณัฐนันท์	อภิรักษ์ธรรม	ม.๖/๕
รองชนะเลิศอันดับ ๑	นายวัชรวิศ	จารึก	ม.๔/๔
	นายสารัช	อมรวิวัฒน์	ม.๕/๖
	นายปฏิภาณ	สิทธิประเวศ	ม.๖/๑
รองชนะเลิศอันดับ ๒	นายชัชณะ	พันธุ์เจริญ	ม.๖/๒
น.ส.กัญติยา	มิตรรักดี	ม.๖/๒	น.ส.สรลพร
		เลิศนิมิตกิจ	ม.๖/๓



ผลการแข่งขันประกวดจัดป้ายนิเทศ ระดับชั้น ม.ต้น

ระดับชั้น ม.๑	ชนะเลิศ	ได้แก่	ม.๑/๕
	รองชนะเลิศอันดับ ๑	ได้แก่	ม.๑/๓
	รองชนะเลิศอันดับ ๒	ได้แก่	ม.๑/๔
ระดับชั้น ม.๒	ชนะเลิศ	ได้แก่	ม.๒/๑
	รองชนะเลิศอันดับ ๑	ได้แก่	ม.๒/๓
	รองชนะเลิศอันดับ ๒	ได้แก่	ม.๒/๔
ระดับชั้น ม.๓	ชนะเลิศ	ได้แก่	ม.๓/๒
	รองชนะเลิศอันดับ ๑	ได้แก่	ม.๓/๑
	รองชนะเลิศอันดับ ๒	ได้แก่	ม.๓/๔



ผลการแข่งขันประกวดจัดป้ายนิเทศ ระดับชั้น ม.ปลาย

ระดับชั้น ม.๔	ชนะเลิศ	ได้แก่	ม.๔/๔	รองชนะเลิศอันดับ ๑	ได้แก่	ม.๔/๑
	รองชนะเลิศอันดับ ๒	ได้แก่	ม.๔/๓			
ระดับชั้น ม.๕	ชนะเลิศ	ได้แก่	ม.๕/๑	รองชนะเลิศอันดับ ๑	ได้แก่	ม.๕/๕
	รองชนะเลิศอันดับ ๒	ได้แก่	ม.๕/๖			
ระดับชั้น ม.๖	ชนะเลิศ	ได้แก่	ม.๖/๑	รองชนะเลิศอันดับ ๑	ได้แก่	ม.๖/๔
	รองชนะเลิศอันดับ ๑	ได้แก่	ม.๖/๖			

ข่าวแจ้งจากฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการ

รองอธิการบดีผู้ดูแลงานวิจัยและบริการวิชาการ ศ.น.สพ.ดร.มงคล เตชะกำพุ ร่วมกับ
หลักสูตรภูมิพลแผ่นดิน ขอความร่วมมือโรงเรียนแจ้งนักเรียน คณาจารย์ บุคลากร และผู้ปกครอง
นักเรียน ในการขอรับบริจาคหนังสือที่มีหนังสือเรียนในหลักสูตร เพื่อนำไปมอบให้กับห้องสมุด
ของโรงเรียนในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยดำเนินนโยบายหลักสูตรภูมิพลแผ่นดินตามแนว
พระราชดำริ ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ว่าด้วยการ “เข้าใจ เข้าถึง พัฒนา”

นักเรียน : บริจาคได้ที่ฝ่ายกิจการนักเรียน

คณาจารย์ บุคลากร และผู้ปกครองนักเรียน : บริจาคได้ที่ฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการ



ข่าวแจ้งจากกลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ



๑. การแข่งขันทักษะภาษาอังกฤษระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ครั้งที่ ๔ (Schooltastic 4) จัดโดยกลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ โรงเรียนเซนต์คาเบรียล เมื่อวันที่ ๔ สิงหาคม ๒๕๕๗ เวลา ๘.๓๐ - ๑๕.๐๐ น. ณ หอประชุม เดอ มงฟอร์ต โรงเรียนเซนต์คาเบรียล นักเรียนที่เป็นตัวแทนเข้าร่วมการแข่งขัน ได้แก่

๑. นางสาวภัทรินทร์ ธรรมาภรณ์ ม.๖/๑ ๒. นางสาวติรณา กิจสนาโยธิน ม.๖/๗

ผลการแข่งขันปรากฏว่านักเรียนได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๑ ได้รับถ้วยรางวัล เกียรติบัตร และทุนการศึกษาจำนวน ๓,๐๐๐ บาท โดยมีอาจารย์ชะไมพร ประเสริฐกิตติกุล เป็น อาจารย์ที่ปรึกษาและดูแลนักเรียนไปแข่งขัน



๒. การแข่งขันตอบปัญหาภาษาอังกฤษเกี่ยวกับพระราชประวัติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในงานอักษรวิชาการ จัดโดยคณะอักษรศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากรเมื่อวันอังคารที่ ๒๖ สิงหาคม ๒๕๕๗ เวลา ๘.๓๐ - ๑๕.๐๐ น. ณ มหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ นักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันและได้รับรางวัล ได้แก่

นางสาวธัญจิรา วิมลอนุพงษ์ ม.๕/๔

ผลการแข่งขันปรากฏว่านักเรียนได้รับรางวัลชนะเลิศ จากจำนวนผู้เข้าแข่งขันทั้งหมด ๙๙ คน ได้รับเกียรติบัตร และทุนการศึกษาจำนวน ๑,๕๐๐ บาท โดยมีอาจารย์ชัชญุภักดิ์ โตเจริญบดี เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาและดูแลนักเรียนไปแข่งขัน



ข่าวแจ้งจากกลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ

๓. การแข่งขัน Storytelling Contest ในรายการ “Bcc Academic Open House” ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จัดโดยโรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย เมื่อวันที่พฤหัสบดีที่ ๒๘ สิงหาคม ๒๕๕๗ เวลา ๙.๐๐ – ๑๕.๐๐ น. ณ Theater Room ชั้น ๑๐ อาคาร John A EAKIN โรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย โดยนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขัน ได้แก่

๑. ด.ช วีร ราชกรกิจ ม.๒/๖
๒. ด.ช ญาณภัทร ปิยะนิจดำรงค์ ม.๒/๔
๓. ด.ช. พิชชาพร ไสภกิจต์วัฒนะ ม.๒/๕
๔. ด.ญ.อัศริมา วชิรคพรรณ ม.๒/๒
๕. ด.ญ ชญาวัลย์ นิเวตวงศ์ ม.๒/๓



ผลการแข่งขันปรากฏว่านักเรียนได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๑ ได้รับเกียรติบัตร และเงินรางวัล ๒,๐๐๐ บาท โดยมีอาจารย์ณัฐมน ศรีสุข เป็นอาจารย์ผู้ดูแลนักเรียนไปแข่งขัน



๔. การประกวดวาดภาพในหัวข้อ “ครบรอบ ๒๕ ปี การทลายกำแพงเบอร์ลิน” (“25 Jahre des Mauerfalls”) ในงานวันรวมใจเยอรมัน “Deutscher Tag” จัดโดยสมาคมครูภาษาเยอรมันในประเทศไทย ณ โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา เมื่อวันที่ ๒๙ สิงหาคม ๒๕๕๗ โดยนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขัน และได้รับรางวัลได้แก่

๑. นางสาวภาวณี รัตนพต ม.๔/๖
๒. นางสาวปณิตตา ทิวารี ม.๔/๖

ผลการแข่งขันปรากฏว่านักเรียนได้รับรางวัลชมเชย โดยมีอาจารย์รัตนา พิภูพานตเลิศ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาและดูแลนักเรียนไปแข่งขัน



๕. การแข่งขันภาษาฝรั่งเศส จัดโดยศูนย์เครือข่าย เพื่อพัฒนาการเรียนการสอนภาษาฝรั่งเศส เขต ๒ โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี เมื่อวันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๕๗ เวลา ๘.๐๐-๑๖.๐๐ น. ณ โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี นักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันและได้รับรางวัลได้แก่

๑. นายธีร์ เซาว์ปรีชา ม.๖/๖ (เหรียญทองแดง การแข่งขันตอบปัญหาความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับประเทศฝรั่งเศส)

๒. นางสาวรตวัน ศรีพิเชียร ม.๕/๖ (เหรียญทอง การแข่งขันเขียนภาษาฝรั่งเศสตามคำบอก)

๓. นางสาวเบญญา กริอักษร ม.๖/๖

นางสาวพุทธรักษา ทรงพงษ์ ม.๕/๕

นางสาวอรอินท์ สุานธิร ม.๕/๖

(เหรียญทอง การแข่งขันประดิษฐ์ห่อไอเฟลแบบสร้างสรรค์)





ข่าวแจ้งจากกลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ



เมื่อพุทธที่ ๒๓ สิงหาคม ๒๕๕๗ สำนักศิลปวัฒนธรรม มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี จัดการแข่งขันประกวดร้องเพลงมาตรฐานไทยครั้งที่ ๒ เนื่องในโอกาสมหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรีครบรอบ ๖๕ ปี โดยมีผู้เข้าร่วมแข่งขัน ๑๙ ทีมจากแต่ละโรงเรียน นักเรียนจากโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม ได้เข้าร่วมการแข่งขันครั้งนี้ ในชื่อทีมเพ็ญชมพู ได้แก่

๑. ด.ญ. ณฐา นรานนท์กิตติกุล ชั้น ม.๑/๓
๒. ด.ช. สุนิมา ประสิทธิ์ดำรง ชั้น ม. ๒/๒
๓. ด.ญ. วรินทร์ นั้วสุวรรณ ชั้น ม. ๒/๓
๔. ด.ช. พศวีร์ พิงค์มี ชั้น ม. ๓/๒

๕. ด.ช. วิสิทธิ์ จันทภาพ ชั้น ม. ๓/๓
๗. น.ส. นิติยานันท์ กลิ่นหอมโสภณ ชั้น ม. ๔/๔

๖. ด.ช. ประเมษฐ์ เตชะมหพันธ์ ชั้น ม. ๓/๔
๘. น.ส. ดลีน จันทร์ขจร ชั้น ม. ๔/๓

สำหรับการแข่งขัน แบ่งออกเป็น ๒ รอบ คือรอบแรกและรอบชิงชนะเลิศ โดยทีมเพ็ญชมพู สามารถเข้ารอบชิงชนะเลิศได้ ๕ ทีมสุดท้าย และได้รับรางวัลชมเชย พร้อมเงินรางวัล ๓,๐๐๐ บาท พร้อมประกาศนียบัตรจากสำนักศิลปวัฒนธรรม มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี โดยวัตถุประสงค์ในการแข่งขันครั้งนี้ เพื่อเตรียมเข้าสู่ประชาคมอาเซียน ทั้งยังตระหนักถึงความสำคัญของศิลปวัฒนธรรมไทย และเผยแพร่ประชาสัมพันธ์มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี

Fitness And Life โปรแกรมออกกำลังกายเพื่อลดต้นขา

“สำหรับผู้ที่ต้องการลดต้นขา คุณจำเป็นต้องเลือกรับประทานอาหารที่ให้พลังงานต่ำ รสไม่จัดจนเกินไป”

วิธีการลดต้นขา

• ขึ้นลงบันได ๑๐ นาที (Step Up)

ท่าที่ ๑ ยืนหันหน้าเข้าบันได มือเท้าเอวเพื่อประคองไม่ให้เขย่งเท้าขวาก้าวขึ้นบันได และตามด้วยเท้าซ้าย โดยที่ฝ่าเท้าทั้งสองข้างต้องสัมผัสพื้นบันไดเต็มฝ่าเท้า

หลังตรง ตามองไปด้านหน้าค่ะ

ท่าที่ ๒ ยกเท้าขวาลง ตามด้วยเท้าซ้ายต้องระวังให้ฝ่าเท้าทั้งสองข้างสัมผัสกับพื้นเต็มฝ่าเท้า เพื่อที่จะป้องกันอาการบาดเจ็บที่ข้อเท้าค่ะ ทำท่านี้ ๔ ครั้ง

• ยึดและย่อ(Squat)

ท่าที่ ๑ ยืนแยกเท้าห่างประมาณช่วงไหล่ งอเข่าเล็กน้อย

หลังตรง และมือเท้าเอวค่ะ

ท่าที่ ๒ งอเข่าลง ๙๐ องศาและโน้มตัวมาด้านหน้าอย่างช้าๆ จนได้มุมที่เหมาะสมค่ะ และหลังทำม่อ จากนั้นกลับสู่ท่าที่ ๑ และคุณทำควรทำ ๔ ครั้งต่อเซตนะคะ

• ลดต้นขาด้านใน(Abductor Raise)

ท่าที่ ๑ นอนตะแคงขวา งอเข่าเล็กน้อยและมือขวาหมุนศรียะส่วนแขนข้างซ้ายวางลงด้านหน้าช่วงอกเพื่อพยุงลำตัว

ท่าที่ ๒ ยกเท้าซ้ายขึ้นเหนือสะโพกเล็กน้อย โดยให้อยู่ในแนวเดียวกันกับลำตัวของคุณ งอเข่าเล็กน้อย ทำอย่างช้าๆ ค้างไว้ในระดับเหนือสะโพกประมาณ ๑ วินาที แล้วจึงลดระดับกลับสู่ท่าที่ ๑ แล้วทำ ๔ ครั้ง จากนั้นจึงสลับเป็นนอนตะแคงซ้าย

ท่าเหมือนเดิมอีก ๔ ครั้งต่อเซต

“ในช่วงแรกๆที่คุณเพิ่งเริ่มทำการออกกำลังกาย คุณอาจทำ ๔ ครั้งต่อเซต คุณก็สามารถทำเพิ่มเป็น ๑๐-๑๒ ครั้งต่อเซตได้ค่ะ และคุณควรทำอย่างต่อเนื่องเพื่อให้เห็นผลการปฏิบัติค่ะ”

ที่มาของข้อมูล :

<http://thaishapeboard.com/index.php/topic,27.0.html>,

โปรแกรมออกกำลังกายเพื่อลดต้นขา

ผู้จัดทำข้อมูล : ศูนย์ส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย

วันที่	รายการอาหารประจำสัปดาห์
วันจันทร์ที่ ๔ กันยายน ๒๕๕๗	มา้ากระตักหมูตุ๋น เผือกแกงบวด
วันอังคารที่ ๕ กันยายน ๒๕๕๗	ต้มยำปลากระพง ผัดบล๊อคโครี วุ้นน้ำแดง
วันพุธที่ ๖ กันยายน ๒๕๕๗	หมูต้มเค็มผัก น้ำพริกตาแดง ถั่วเขียวเชื่อม
วันพฤหัสบดีที่ ๗ กันยายน ๒๕๕๗	ก๋วยเตี๋ยวสุโขทัย ผรั่ง
วันศุกร์ที่ ๘ กันยายน ๒๕๕๗	มันมัน ยำแกงกวา ปลาไส้ตัน สับปะรด