

สถิติผู้เข้าสอบ



การสอบประจำปี ปีที่ ๒๕ ฉบับที่ ๒๖
โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม
ประจำปีการศึกษา ๒๕๖๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

ขอแสดงความยินดีกับนักเรียนสร้างชื่อเสียง



๑. เด็กชายกัณฐ์ สุวรรณชื่น ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒/๓ ได้รับรางวัล ดังนี้

- รางวัลเยาวชนต้นแบบระดับประเทศ ประเภทนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ตามโครงการยกย่องเยาวชนต้นแบบเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในโอกาสฉลองพระชนมายุ ๕ รอบ ๒ เมษายน ๒๕๖๖
- รางวัลเด็ก และเยาวชนดีเด่น ประจำปี ๒๕๖๖

๒. เด็กชายภูวนศ พิศุทธิ์สินธุ์ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑/๕ ได้รับรางวัลเด็กและเยาวชนที่นำชื่อเสียงมาสู่ประเทศชาติ ประจำปี ๒๕๖๖ ด้านวิชาการ

๓. เด็กชายฐิติพงษ์ หล่อพงศ์พานิช ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓/๒ ได้รับรางวัลเด็กและเยาวชนที่นำชื่อเสียงมาสู่ประเทศชาติ ประจำปี ๒๕๖๖ ด้านวิชาการ

๔. เด็กชายภูมิมรติ พิศุทธิ์สินธุ์ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓/๓ ได้รับรางวัลเด็กและเยาวชนที่นำชื่อเสียงมาสู่ประเทศชาติ ประจำปี ๒๕๖๖ ด้านวิชาการ



ขอแสดงความยินดีกับนักเรียนสร้างชื่อเสียง



โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม ได้ส่งทีม CUD BIRD CLUB เพื่อแข่งขันตุนกระดับเยาวชน รุ่นอายุ ๑๐ - ๑๔ ปี เนื่องในงานเทศกาลตุนกเมืองไทย ครั้งที่ ๑๔ ณ สวนสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ จัดโดยสมาคมอนุรักษ์นกและธรรมชาติแห่งประเทศไทย โดยในปีนี้มีผู้เข้าแข่งขันทั้งหมด ๓ ทีม ผลปรากฏว่านักเรียนโรงเรียนสาธิตจุฬาฯ ฝ่ายมัธยม ได้รับรางวัลชนะเลิศ โดยสามารถพบนกจำนวน ๓๙ ชนิด ซึ่งเป็นจำนวนที่มากที่สุด และสามารถระบุและบันทึกชื่อของนกได้อย่างถูกต้องครบถ้วน รายชื่อนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันมีดังต่อไปนี้

๑. เด็กชายเตชินท์ รุ่งวัฒนโสภณ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑/๑ อาจารย์ประจำชั้นได้แก่ ผู้ช่วยศาสตราจารย์พัชริน สงวนผลไพโรจน์ และอาจารย์นวล บุญนาค

๒. เด็กชายเจียรระโน เอียรธรรมจักร์ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑/๔ อาจารย์ประจำชั้นได้แก่ อาจารย์จิรัชยา ปิณฑานนท์

๓. เด็กชายศราวิน เกรียงพิชิตชัย นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑/๖ อาจารย์ประจำชั้นได้แก่ อาจารย์อุษาสุดา ภูษณสุวรรณ์ศรี



ขอแสดงความยินดีกับนักเรียนโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม ที่ได้รับรางวัลจากการแข่งขันว่ายน้ำ คือ เด็กหญิง นวพรพร พิชญวงศ์ ในรายการต่างๆ ดังต่อไปนี้

๑. รายการ 7th Asean Schools Games 2015 , Bandar Seri Begawan, Brunei Darussalam . 21-29 Nov.2015
 - 1 silver : breaststroke 200 m.
 - 1 bronze : breaststroke 100 m.
๒. รายการ 39th SEA Age Group Swimming Championships 2015 , Danang, Vietnam. 4-6 Dec.2015

- 1 silver : breaststroke 200 m.

๓. รายการ กีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ ๔๔ นครสวรรค์เกมส์ ระหว่างวันที่ ๑๓-๑๘ ธันวาคม ๒๕๕๘

- ได้รับรางวัล ๑ เหรียญทอง : ผลัดฟรีสไตล์ ๔x๒๐๐ เมตร หญิง
- ได้รับรางวัล ๑ เหรียญเงิน : กบ ๒๐๐ เมตร หญิง
- ได้รับรางวัล ๑ เหรียญทองแดง : ผลัดผสม ๔x๑๐๐ เมตร หญิง

ขอแสดงความยินดีกับนักเรียนสร้างชื่อเสียง



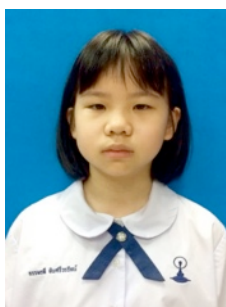
กลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ ได้ส่งนักเรียนโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม เด็กชายมัตตัญญู ตั้งเจ็กกี้ นักเรียนชั้น ม.๓/๒ และเด็กชายพีรพัศ จงสุขกิจพานิช นักเรียนชั้น ม.๓/๓ ได้รับคัดเลือกเป็นตัวแทนนักเรียนไทยไปแข่งขันคณิตศาสตร์โอลิมปิกโลก ระดับมัธยมศึกษา ประจำปี พ.ศ. ๒๕๕๘ International Teenagers Mathematics Olympiad (ITMO 2015) ระหว่างวันที่ ๙ – ๑๔ ธันวาคม ๒๕๕๘ ณ เมืองสุโขทัยธานี สหพันธรัฐมาเลเซีย ผลการแข่งขันมีดังต่อไปนี้

เด็กชายมัตตัญญู ตั้งเจ็กกี้	ได้รับรางวัลเหรียญทอง ประเภททีม
	ได้รับรางวัลเหรียญทอง ประเภทกลุ่มบุคคล
	ได้รับรางวัลเหรียญเงิน ประเภทบุคคล
เด็กชายพีรพัศ จงสุขกิจพานิช	ได้รับรางวัลเหรียญเงิน ประเภทกลุ่มบุคคล
	ได้รับรางวัลเหรียญทองแดง ประเภทกลุ่มทีม
	ได้รับรางวัลชมเชย ประเภทบุคคล

ผลการสอบคัดเลือกนักเรียนเข้าโครงการส่งเสริมโอลิมปิกวิชาการพัฒนามาตรฐานวิทยาศาสตร์ศึกษา ในพระอุปถัมภ์สมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ เจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนากรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ (สอวน.) รุ่นที่ ๑๖ ค่าปีที่ ๒ (พ.ศ.๒๕๕๘) โดยมีนักเรียนที่ผ่านการคัดเลือกดังนี้



เด็กชายธรรมดล ต้นศรีวรรณรัตน์
ลำดับที่ ๘



เด็กหญิงธรรมรติ ต้นศรีวรรณรัตน์
ลำดับที่ ๑๘



เด็กชายพีรพัศ จงสุขกิจพานิช
ลำดับที่ 28

การออกกำลังกายกล้ามเนื้อแขนเป็นสิ่งที่ไม่ยากเกินไปนัก เหมาะกับบุคคลที่มีเวลาและพื้นที่น้อย ทำนี้เป็นท่าที่สามารถทำได้ทุกวัน ช่วงก่อนนอน หลังตื่นนอน หรือเวลาว่างก็ได้ค่ะ ทำนี้ไม่จำเป็นแต่ผู้ชายหะคะที่สามารถทำได้ ผู้หญิงก็ปฏิบัติได้เช่นกันคะ เรามาดูท่าที่น่าสนใจกันนะคะ

Diamond Pushups



ท่าดังกล่าวนี้นอกจากจะช่วยบริหารส่วนแขนแล้วยังสามารถบริหารบริเวณหน้าอกได้อีกด้วย เริ่มจากให้คุณคุกเข่าลงบนพื้น วางมือทั้งสองข้างราบลงบนพื้นโดยให้นิ้วมือทั้งสองข้างมาชนกันหรือเกือบชนกัน ซึ่งดูแล้วคล้ายๆ กับรูปเพชร ดังภาพ จากนั้นเหยียดขาทั้งสองข้างไปทางด้านหลังโดยให้ลอยขึ้นเหนือพื้น เกร็งบริเวณหน้าท้อง ลำตัวออกแรงดันตัวขึ้นและลง (ท่านี้จะคล้ายกับท่าวิดพื้นซึ่งต่างกันเพียงการวางมือเท่านั้น)

Tricep Dips



เรียกได้ว่าเป็นท่าออกกำลังกายที่สามารถช่วยให้กล้ามเนื้อหลัง หรือ Triceps ของคุณแข็งแรงยิ่งขึ้น ท่าออกกำลังกายนี้มีเพียงอุปกรณ์อย่างเก้าอี้ โซฟา หรือขอบเตียงก็สามารถทำได้แล้ว เริ่มต้นให้คุณนั่งอยู่บริเวณขอบเก้าอี้หรือโซฟาหรือเตียงนอนอะไรก็ได้ตามความถนัด จากนั้นใช้มือทั้งสองข้างวางไว้ด้านข้างลำตัว เลื่อนตัวออกจากเก้าอี้ที่คุณนั่งอยู่ โดยที่ขาทั้งสองข้างทำมุมตั้งฉากกับพื้น ส่วนแขนทั้งสองข้างให้ดันกับบริเวณขอบโซฟาไว้ ซึ่งแขนจะอยู่ในลักษณะเหยียดตรงไปทางด้านหลัง ลดตัวให้ต่ำลงมาอีก โดยอแขนทั้งสองข้างลง ส่วนขาให้อยู่ในลักษณะเช่นเดิม ทำไปเรื่อยๆ โดย ๑ เซตให้ทำทั้งหมด ๑๐-๑๕ ครั้ง ซึ่งท่านี้สามารถเพิ่มความยากได้โดยเหยียดขาตรงออกนั่นเอง

แหล่งที่มา : Magazine For Men <http://www.fitday.com>

ผู้จัดทำข้อมูล: ศูนย์ส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย