



โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม

วารสารประจำสัปดาห์ ปีที่ 29 ฉบับที่ 3

โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม
ประจำวันจันทร์ที่ 11 กุมภาพันธ์ 2562

วันมาฆบูชา



วันอังคารที่ 19 กุมภาพันธ์ 2562

ขึ้น 15 ค่ำ เดือน 3

แสดงความยินดีกับนักเรียนได้รับรางวัล

1. ผลการสอบแข่งขันคณิตศาสตร์ ประจำปี 2561 ระดับประเทศ จัดโดยสมาคมคณิตศาสตร์แห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ จัดสอบวันอาทิตย์ที่ 25 พฤศจิกายน 2561

1. เด็กชายสุกทินห์ นามมนตรี	ม.2/7	ได้รับรางวัลชมเชย
2. เด็กชายศรัณยู ทองจรัส	ม.2/7	ได้รับรางวัลชมเชย
3. เด็กชายณภัทร ธาณินทร์	ม.3/4	ได้รับรางวัลชมเชย
4. เด็กชายรัชพล บัวหุ้ง	ม.3/6	ได้รับรางวัลชมเชย
2. ผลการสอบแข่งขันความสามารถทางคณิตศาสตร์ซึ่งถ้วยรางวัลพระราชทานสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ครั้งที่ 16 ปีการศึกษา 2561 จัดสอบวันอาทิตย์ที่ 9 ธันวาคม 2561

เด็กชายสุกทินห์ นามมนตรี	ม.2/7	ได้รับรางวัลเกียรติบัตรเหรียญทองแดง
--------------------------	-------	-------------------------------------
3. ผลการสอบแข่งขันทางวิชาการ รอบแรก ระดับเขตพื้นที่การศึกษา ประจำปี 2562 วิชาคณิตศาสตร์ ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากรุงเทพมหานคร สอบวันอาทิตย์ที่ 13 มกราคม 2562 นักเรียนได้รับรางวัลจำนวน 27 คน

1) เด็กชายพร้อม เสริมศักดิ์ศิริ	ม.2/2	ได้รับรางวัลเหรียญทอง
2) เด็กหญิงแพรวพรรณ สีดำรงวัฒนากุล	ม.2/2	ได้รับรางวัลเหรียญทอง
3) เด็กชายรัชพล บัวหุ้ง	ม.3/6	ได้รับรางวัลเหรียญทอง
4) เด็กชายสุกทินห์ นามมนตรี	ม.2/7	ได้รับรางวัลเหรียญทอง
5) เด็กหญิงจิตาภา ชื่อดำรง	ม.2/2	ได้รับรางวัลเหรียญเงิน
6) เด็กหญิงชนิศา พร้อมพัฒนภักดี	ม.3/4	ได้รับรางวัลเหรียญเงิน
7) เด็กชายณภัทร ธาณินทร์	ม.3/4	ได้รับรางวัลเหรียญเงิน
8) เด็กชายธนพงศ์ เนื่องสีกาเพียร	ม.2/7	ได้รับรางวัลเหรียญเงิน
9) เด็กชายธนานิษฐ์ เลิศวิลาศานนท์	ม.2/7	ได้รับรางวัลเหรียญเงิน
10) เด็กชายพุฒิเมธ กิจจารุวรรณกุล	ม.2/7	ได้รับรางวัลเหรียญเงิน
11) เด็กชายรพีพัทธ์ รัตนเตมีย์	ม.2/2	ได้รับรางวัลเหรียญเงิน
12) เด็กชายวุฒิกัทร วุฒิกัทรธรรม	ม.3/3	ได้รับรางวัลเหรียญเงิน
13) เด็กชายศรัณยู ทองจรัส	ม.2/7	ได้รับรางวัลเหรียญเงิน
14) เด็กหญิงกวิสรา คุรตันศิลปชัย	ม.1/6	ได้รับรางวัลเหรียญทองแดง
15) เด็กชายก้องภพ อุดมรัตนพรกุล	ม.1/1	ได้รับรางวัลเหรียญทองแดง
16) เด็กชายจิราวัฒน์ พูนบันดาลสิน	ม.2/2	ได้รับรางวัลเหรียญทองแดง
17) เด็กชายเขยรัฐ ห่วงวีระ	ม.2/7	ได้รับรางวัลเหรียญทองแดง
18) เด็กชายณวัฒน์ จินดาวิจักขณ์	ม.1/1	ได้รับรางวัลเหรียญทองแดง
19) เด็กหญิงณัฐณภัทร ธราอัมพวัน	ม.3/6	ได้รับรางวัลเหรียญทองแดง
20) เด็กหญิงณัฐริดา ไทวประเสริฐ	ม.3/6	ได้รับรางวัลเหรียญทองแดง
21) เด็กหญิงณัฐสินี ห่วงธรรมเทื้อ	ม.2/4	ได้รับรางวัลเหรียญทองแดง
22) เด็กหญิงนิศสา โจวรางกูร	ม.2/2	ได้รับรางวัลเหรียญทองแดง
23) เด็กหญิงทักษอร องค์พิพัฒน์กุล	ม.3/6	ได้รับรางวัลเหรียญทองแดง

แสดงความยินดีกับนักเรียนได้รับรางวัล

24) เด็กชายนวนนท์ เนกขัมม	ม.3/2	ได้รับรางวัลเหรียญทองแดง
25) เด็กหญิงปวีศา ประมวลเจริญกิจ	ม.2/5	ได้รับรางวัลเหรียญทองแดง
26) เด็กหญิงปาไลดา รงคพิชญ์	ม.2/7	ได้รับรางวัลเหรียญทองแดง
27) เด็กชายสุกธินันท์ เอี่ยมไพบูลย์พันธ์	ม.1/1	ได้รับรางวัลเหรียญทองแดง

ทั้งนี้นักเรียนที่ได้รางวัลเหรียญทองและเหรียญเงิน จะได้รับคัดเลือกเป็นตัวแทนเขตพื้นที่การศึกษาสอบแข่งขันทางวิชาการ ระดับนานาชาติ เพื่อแข่งขันในรอบสอง (ระดับประเทศ) ในวันเสาร์ที่ 2 มีนาคม 2562 ทั้ง 13 คน

4. การแข่งขันตอบปัญหาวิชาคณิตศาสตร์ รายการ Bangkok Christian College Math Tournament 2018 : BCC MT 2018 ในวันพฤหัสบดีที่ 24 มกราคม 2562 ณ โรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย มีอาจารย์ผู้ประสานงานดูแลนักเรียนเข้าร่วมการแข่งขัน 2 ท่านคือ อาจารย์ ดร.พรทิพย์ อธิภานนท์ และอาจารย์มานพ พินิจพันธ์ ผลการแข่งขันเป็นดังนี้



ชื่อ-นามสกุล	ชั้น	รายละเอียดรางวัลที่นักเรียนได้รับ	
		ประเภทบุคคล	ประเภททีม
ทีม A			
1) ด.ช.ศรัณยู ทองจรัส	ม.2/7	เหรียญทอง	รองชนะเลิศอันดับ 2
2) ด.ช.สุภกิตน์ นามมนตรี	ม.2/7	เหรียญทองแดง	
3) ด.ญ.แพรวพรรณ สี่ดำรงวัฒนากุล	ม.2/2	เหรียญทองแดง	
ทีม B			
1) ด.ช.พุดเมธ กิจจาวรรณกุล	ม.2/7	เหรียญเงิน	เข้ารอบชิงชนะเลิศ
2) ด.ช.พร้อม เสริมศักดิ์ศิริธร	ม.2/2	เข้าร่วมการแข่งขัน	
3) ด.ช.รพีพัทธ์ รัตนเดมีย์	ม.2/2	เหรียญทองแดง	

กิจกรรมนักวิทยาศาสตร์รุ่นใหม่

"ค่ายอยากดูดาว ดาราศาสตร์สานสัมพันธ์ ครั้งที่ 1"

ชมรมวิทยาศาสตร์โลกและดาราศาสตร์ โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม จัดกิจกรรม "ค่ายอยากดูดาว ดาราศาสตร์สานสัมพันธ์ ครั้งที่ 1" เนื่องในโอกาสครบรอบ 60 ปี สาธิตจุฬาฯ รับสมัครนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่มีความสนใจในการศึกษาด้านดาราศาสตร์ภาคสังเกตการณ์ เข้าร่วมกิจกรรม ในวันเสาร์ที่ 19 มกราคม พ.ศ. 2562 ซึ่งมีนักเรียนจาก จังหวัดกรุงเทพมหานครและจังหวัดบุรีรัมย์เข้าร่วมกิจกรรมจำนวน 25 คน โดยได้รับการสนับสนุนและความช่วยเหลือจากกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ ศูนย์สังเกตการณ์โลก และอวกาศเพื่อการเรียนรู้ และฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการ โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม



ผลการประกวดสิ่งประดิษฐ์ Enjoy Science: Young Makers Contest 3

นักเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม ได้เข้าร่วมโครงการประกวดสิ่งประดิษฐ์สำหรับเมกเกอร์รุ่นใหม่ ปี 3 (Enjoy Science: Young Makers Contest 3) รอบชิงชนะเลิศ ระดับประเทศ ในหัวข้อ นวัตกรรมโลกสีเขียว Green Innovation โดยมีแนวคิดที่มุ่งเน้นสร้างสิ่งประดิษฐ์ที่เป็นประโยชน์ต่อสิ่งแวดล้อม นำเสนอในงาน Maker Faire Bangkok 2019 ณ เดอะสตรีท รัชดา กรุงเทพฯ ระหว่างวันที่ 19-20 มกราคม 2562 จัดโดยสำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (สวทช.) ร่วมกับ บริษัท เซฟรอนประเทศไทยสำรวจและผลิต จำกัด องค์การพิพิธภัณฑ์วิทยาศาสตร์แห่งชาติ (อพวช.) และสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา (สอศ.) ซึ่งทีมนักเรียนสาธิตจุฬาฯ สามารถผ่านเข้ารอบชิงชนะเลิศ จำนวน 20 ทีม จากผู้เข้าร่วมแข่งขัน 399 ทีมทั่วประเทศในรอบแรก

ผลการประกวดสิ่งประดิษฐ์สำหรับเมกเกอร์รุ่นใหม่ ปี 3 นักเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 (สายสามัญ) พร้อมทุนการศึกษา 30,000 บาท ภายใต้ชื่อสิ่งประดิษฐ์ "ตะเพียนซีลอร์" สมาชิกในทีมประกอบด้วย

นายกรวิญ ฐานสิทธิ์ ม.5/1

นายวรเดช อึ้งล้ำชา ม.5/4

อาจารย์ที่ปรึกษาได้แก่ อาจารย์โกเมศ นาแจ้ง



กิจกรรมนักวิทยาศาสตร์รุ่นใหม่

นิทรรศการโครงงานวิทยาศาสตร์ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ จะจัดนิทรรศการโครงงานวิทยาศาสตร์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ระหว่างวันที่ 12-14 กุมภาพันธ์ 2562 โดยจะมีพิธีเปิดนิทรรศการในวันพุธที่ 13 กุมภาพันธ์ 2562 เวลา 8.00 น. ขอเชิญชวนอาจารย์และนักเรียนที่สนใจเข้าร่วมชมนิทรรศการเข้าร่วมชมโครงงานได้ในวันและเวลาดังกล่าว



นักเรียนเข้าร่วมแสดงผลงานในงานสัปดาห์ "วันนักประดิษฐ์ประจำปี 2562"

นักเรียนโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม ได้รับคัดเลือกและเข้านำเสนอผลงานสิ่งประดิษฐ์ในโครงการ รางวัลนักคิดสิ่งประดิษฐ์รุ่นใหม่ ประจำปีการศึกษา 2562 นั้น ซึ่งจัดโดยสำนักงานคณะกรรมการการวิจัยแห่งชาติ (วช.) ระหว่างวันที่ 2-6 กุมภาพันธ์ 2562 ณ ศูนย์นิทรรศการและการประชุมไบเทค บางนา กรุงเทพมหานคร โดยมีนักเรียนที่เข้าร่วมแสดงผลงาน ดังนี้

ผลงานสิ่งประดิษฐ์ "ตะเพียนซีเลอร์" เจ้าของผลงานสิ่งประดิษฐ์ ได้แก่

นายกรวิชัย ฐานะสิทธิ์ ม.5/1

นายวรเดช อึ้งล้ำชา ม.5/4

ผลการนำเสนอปรากฏว่าผลงาน "ตะเพียนซีเลอร์"

ได้รับรางวัลเหรียญเงิน รางวัลนักคิดสิ่งประดิษฐ์รุ่นใหม่ ประจำปี 2562 ระดับมัธยมศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์โกเมศ นาแจ้ง



ผลงาน "หมวกพลังงานสุริยะเพื่อป้องกันการเป็นลมแดด" เจ้าของผลงานสิ่งประดิษฐ์ ได้แก่

เด็กชายธิป บวรรัตนรักษ์ ม. 3/2

ผลการประกวดดนตรีไทยรายการศรทอง ซึ่งด้วยพระราชทานสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รบชงชนะเลิศ ประเททิมสาย **เด็กหญิงอณิ สุทธิโรตมกุล ชั้น ม.2/5** ได้เข้าร่วมประกวด ดนตรีไทยรายการศรทอง ซึ่งด้วยพระราชทานสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รบชงชนะเลิศ ประเททิมสาย เมื่อวันที่ 20 มกราคม 2562 ณ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์ จัดโดย มูลนิธิหลวงประดิษฐไพเราะ (ศร ศิลปบรรเลง) ร่วมกับมูลนิธิ สำนักงานทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์ มูลนิธิสิริวัฒนภักดี



บริษัทไทยเบฟเวอเรจ จำกัด (มหาชน) โดย ก่อนหน้านี้ นักเรียนได้ผ่านการแข่งรอบคัดเลือกเป็น 1 ใน 40 คน จากผู้เข้าประกวด กว่า 200 คน ทั่วประเทศ เมื่อวันที่ 24 พฤศจิกายน 2561 และได้เข้าร่วมการ ประกวดรอบชิงชนะเลิศ เมื่อวันที่ 20 มกราคม 2562 โดยได้ลำดับที่ 16 จากจำนวนนักเรียน 40 คน



โดย **เด็กชายธรัตน์ นิโคลัส ลิม ชั้น ม.3/1** และ **เด็กชายกิตติธ สวรรณกิจ ชั้น ม.3/5** ช่วยเล่นเครื่องดนตรีไทยประกอบ จังหวะให้ทั้งนี้โดยมี อาจารย์วีระกิจ สุวรรณพิทักษ์ เป็นผู้ฝึกซ้อมและนำนักเรียนเข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้

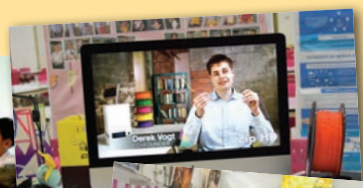


กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี

"โครงการงานแสดงผลงานนักเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี ปีการศึกษา 2561" กลุ่มสาระฯ การงานอาชีพและเทคโนโลยีจัดงานแสดงผลงานนักเรียนขึ้นระหว่างวันพุธที่ 6-7 กุมภาพันธ์ 2562 ภายในงานจะจัดกิจกรรมแสดงผลงานความรู้ ความสามารถของนักเรียนในทุกกลุ่มงาน ได้แก่ งานเกษตร งานบ้าน งานประดิษฐ์ งานธุรกิจ งานคอมพิวเตอร์ งานช่าง และการแข่งขันตอบปัญหาในหัวข้อ "การงานฯ 4.0" โดยแยกเป็นระดับชั้น มัธยมศึกษาตอนต้น และมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งแนวคำถามจะนำมาจาก เนื้อหาของทั้ง 6 กลุ่มงานและใช้เว็บไซต์ Kahoot.com ในการแข่งขันครั้งนี้โดย นักเรียนทุกคนที่เข้าร่วมกิจกรรมแข่งขันตอบปัญหาจะได้รับใบประกาศนียบัตร จากทางโรงเรียน



ภายในงานยังมีการจำหน่ายผลงานของนักเรียน อาหารและขนมไทยต่าง ๆ ในการนี้ท่านผู้อำนวยการ และรองคณบดีคณะครุศาสตร์ (อาจารย์พรพรหม ชัยฉัตรพรสุข) ได้ให้เกียรติเป็นประธาน ในพิธีเปิดงานดังกล่าวด้วย



แสดงความยินดีกับนักเรียนได้รับรางวัล

ผลงานนักเรียนเดือน สิงหาคม - ธันวาคม 2561

1. รายการเพชรยอดมงกุฎภาษาญี่ปุ่น 2561 (10 พฤศจิกายน 61)

เด็กชายอศุ ะมิมา	ม.3/2	อันดับ 14	รางวัลชมเชย ระดับชั้นมัธยมศึกษา
เด็กหญิงณภัทร อธิประดิษฐ์	ม.3/6	อันดับ 25	รางวัลชมเชย ระดับชั้นมัธยมศึกษา
เด็กหญิงมิตา เนื่อนวลสุวรรณ	ม.2/5	อันดับ 28	รางวัลชมเชย ระดับชั้นมัธยมศึกษา
เด็กหญิงอลิน เมธเศรษฐ	ม.3/6	อันดับ 38	รางวัลชมเชย ระดับชั้นมัธยมศึกษา
นายอินทัช แซ่ฉั่ว	ม.6/7	อันดับ 37	รางวัลชมเชย ระดับมัธยมศึกษาปลาย
นายอาศิร ชุ่มพุกษ	ม.5/6	อันดับ 47	รางวัลชมเชย ระดับมัธยมศึกษาปลาย

2. รองชนะเลิศอันดับ 1 AC Singing and Dancing Contest 2018 "อัสสัมวิชาการ" (21 พฤศจิกายน 61)

เด็กหญิงปุกกา ขจรไวยกุล	ม.1/4
เด็กหญิงธรรมา ตั้งสุนาวรรณ	ม.1/7
เด็กหญิงปุกยา ศิริรัตน์อัสด	ม.1/3
เด็กหญิงน้ำมนต์ พิชย์รัตน์เสถียร	ม.1/5
เด็กหญิงกฤตมณ สุริยจันทร์	ม.1/7
เด็กหญิงพริศา สุริยจันทร์	ม.1/7

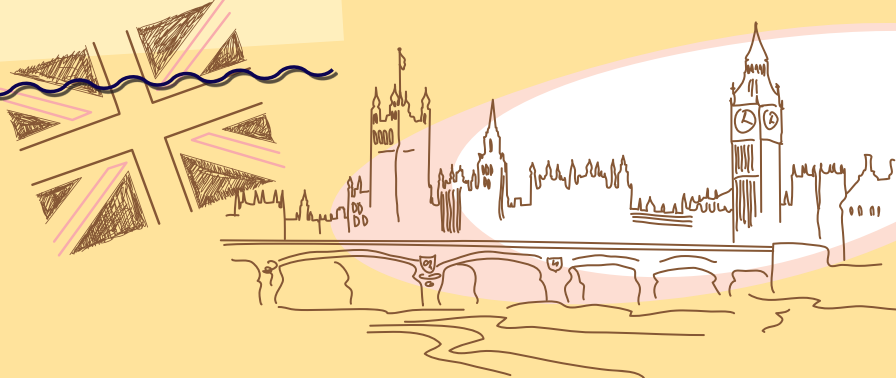
3. รองชนะเลิศอันดับ 2 AC Singing and Dancing Contest 2018 "อัสสัมวิชาการ" (21 พฤศจิกายน 61)

เด็กหญิงธรรมา จันทราพรกุล	ม.4/3
เด็กหญิงแพรวพลอย สุขวัฒน์นาศินิทธิ์	ม.4/6

4. รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 แข่งขันการพูด Speech Contest บริษัท GJ-Thailand (8 ธันวาคม 61)

นางสาวนงธั อมรวิวัฒน์	ม.5/7	รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1
-----------------------	-------	--------------------------

นางสาวนงธั อมรวิวัฒน์ ชั้น ม.5/7 เข้าร่วมโครงการ
อบรมเชิงปฏิบัติการและการแข่งขันกล่าวสุนทรพจน์
ภาษาอังกฤษในที่ชุมชนระดับชาติ รอบรองชนะเลิศประจำ
ปี 2562 เมื่อวันที่ 19 - 20 มกราคม 2562 ณ โรงแรม
เดอะรอยัล ริเวอร์ นางสาวนงธั อมรวิวัฒน์ ได้ผ่าน
เข้ารอบเป็นหนึ่งใน 11 คนจากนักเรียนที่เข้าร่วมแข่งขัน
ทั้งหมด 65 คน ทั้งนี้จะเข้าแข่งขันรอบชิงชนะเลิศ ใน
วันที่ 29 มีนาคม 2562



แสดงความยินดีกับนักเรียน

ธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน) จัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมให้เยาวชนมีความภาคภูมิใจในท้องถิ่น ของตนและประเทศไทย รู้จักการทำงานเป็นทีม ได้เรียนรู้จากการลงมือทำและมีการประยุกต์ใช้สื่อ เทคโนโลยีอย่างสร้างสรรค์ เสริมสร้างทักษะชีวิต อาทิ ทักษะการคิด การเรียนรู้ และการใช้เทคโนโลยี พร้อมทั้งเสริมสร้างการเรียนรู้นอกห้องเรียน ผ่านการทำงานจริงในชุมชนรอบตัว ผ่านการแข่งขันสื่อผสม “เล่าเรื่องเมืองไทยดังไกลทั่วโลก” ระดับมัธยมศึกษา และปวช. ในโครงการ **กล้าใหม่...ใฝ่รู้ ปีที่ 13** ซึ่งจัดขึ้นภายใต้แนวคิด **“กล้าใหม่ ใฝ่รู้ พาไทยทันโลก”**

การจัดการแข่งขันโครงการ “กล้าใหม่...ใฝ่รู้” ปี 2561 รอบชิงชนะเลิศ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 13-14 ธันวาคม 2561 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม มีผลงานที่ผ่านเข้ารอบชิงชนะเลิศ คือ ผลงาน BANK & KOK : ADVENTURE รายชื่อนักเรียน มีดังนี้

1. เด็กชายธนรรค เกียรติดิษฐ์ ม.2/6
2. เด็กชายภัทพล โกมลารุณ ม.2/6
3. เด็กชายนารา นรานนทกิตติกุล ม.2/6

โดยมีอาจารย์ปกิต วิเศษปัดสา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา

ผลปรากฏว่า โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 และเงินรางวัลประกอบด้วย

- 1) เงินรางวัลมูลค่า 70,000 บาท มอบแก่โรงเรียน
- 2)ทุนการศึกษา คนละ 15,000 บาท และประกาศนียบัตร มอบแก่นักเรียนที่เข้าการแข่งขัน
- 3) เงินรางวัลมูลค่า 15,000 บาท และประกาศนียบัตร มอบแก่อาจารย์ที่ปรึกษา



Scan QR Code เพื่อชมวิดีโอทัศนศึกษา
และตัวอย่างผลงานของนักเรียน



ทัศนศึกษา Facebook : Bank&Kok:Adventure

รายการอาหารประจำสัปดาห์

วันจันทร์ที่ 11 กุมภาพันธ์ 2562

ก๋วยเตี๋ยวลูกชิ้น – ข้าวต้มมัด

วันอังคารที่ 12 กุมภาพันธ์ 2562

แกงส้ม – ไข่เจียว – ก๋วยเตี๋ยว

วันพุธที่ 13 กุมภาพันธ์ 2562

ยำผักบุ้ง – แกงจืดเต้าหู้ไข่ – มันข้าวโพด

วันพฤหัสบดีที่ 14 กุมภาพันธ์ 2562

พะแนงหมู – ซุปกว้างตุ้ง – เยลลี่ลิ้นจี่

วันศุกร์ที่ 15 กุมภาพันธ์ 2562

ต้มข่าไก่ – ปลาไส้ตัน – ขนมปังลูกชิดนมสดน้ำแดง



ขอแสดงความยินดี >>>>>>>>

อาจารย์ธนศ พุทธพงศ์

ได้รับโล่ประกาศเกียรติคุณในฐานะ
ที่ปรึกษาและให้คำแนะนำการแข่งขัน
กีฬาส่งออกกีฬามหาวิทยาลัยแห่ง
ประเทศไทย ครั้งที่ 46 “ราชภัฏ
อุบลราชธานีเกมส์” (9-21 ม.ค. 2562)



กีฬาวัดประเมิน

◆การแข่งขันเทเบิลเทนนิส การแข่งขันกีฬาวัดประเมินผลเทเบิลเทนนิส ม.1 ห้องปฏิบัติการพลศึกษา
โดยกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (21-28 ม.ค. 2562)

ผลการแข่งขัน

รางวัล ชนะเลิศประเภทหญิงคู่

เด็กหญิงธรริตา จ่วนสำอาง ม.1/5 และ เด็กหญิงมัทธนา พรนิมิต ม.1/5

รางวัล รองชนะเลิศอันดับ 1 ประเภทหญิงคู่

เด็กหญิงณิชาอร ตันเจริญ ม.1/2 และ เด็กหญิงนัททิพย์ ธีว ม.1/4

รางวัล รองชนะเลิศอันดับ 1 ประเภทหญิงคู่

เด็กหญิงณิชาภา อิศระวานิชย์ ม.1/7 และ เด็กหญิงปารณีย์ เทพมงคล ม.1/4

เด็กหญิงอัจฉริยา ศรีสนิก ม.1/2 และ เด็กหญิงณัฐกานต์ บาลมงคล ม.1/6

อาจารย์ผู้จัดการแข่งขัน อาจารย์ทินวัฒน์ นาคศรีอรกรณ์



รายการอาหารประจำสัปดาห์

วันจันทร์ที่ 18 กุมภาพันธ์ 2562

แกงเขียวหวานไก่ - ผัดไชโป๊ - เจาก๊วย

วันพุธที่ 20 กุมภาพันธ์ 2562

ไก่หมักซอส - ซุปผัก - ฝรั่ง

วันพฤหัสบดีที่ 21 กุมภาพันธ์ 2562

ลาบหมู - แกงจืดผักกาดขาว - ลูกชิ้นน้ำเชื่อม

วันศุกร์ที่ 22 กุมภาพันธ์ 2562

ข้าวหมูแดง - สับปะรด

◆การแข่งขันบาสเกตบอล โรงเรียนพลศึกษา การแข่งขันกีฬาวัดประเมินผลบาสเกตบอล ม.1

โดยกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (21-28 ม.ค. 2562)

ผลงานการแข่งขัน ประเภทชายกลุ่ม A

- | | |
|-----------------------------|-----------------|
| 1. รางวัลชนะเลิศ | ม.1/1 |
| 2. รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 | ม.1/4 |
| 3. รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 | ม.1/5 และ ม.1/7 |

ประเภท ชาย B

- | | |
|-----------------------------|-----------------|
| 1. รางวัลชนะเลิศ | ม.1/4 |
| 2. รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 | ม.1/1 |
| 3. รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 | ม.1/5 และ ม.1/2 |

ประเภท หญิง A

- | | |
|-----------------------------|-----------------|
| 1. รางวัลชนะเลิศ | ม.1/1 |
| 2. รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 | ม.1/7 |
| 3. รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 | ม.1/5 และ ม.1/2 |

ประเภท หญิง B

- | | |
|-----------------------------|-----------------|
| 1. รางวัลชนะเลิศ | ม.1/1 |
| 2. รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 | ม.1/6 |
| 3. รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 | ม.1/5 และ ม.1/2 |

อาจารย์ผู้จัดการแข่งขัน อาจารย์ธนวิทย์ ช่วยบำรุง

◆การแข่งขันเปตอง การแข่งขันกีฬาวัดประเมินผลเปตอง ม.3 ณ สนามเปตอง

โดยกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (21-28 ม.ค. 2562)

ผลงานการแข่งขัน

ประเภททีมชายกลุ่มการแข่งขัน AB

รางวัลชนะเลิศ ได้แก่ 3/2

เด็กชายพรธ ใจพาน้ำ

เด็กชายกัมเดช จันทรเจริญ

เด็กชายธนัท อภิชนบัญชา

เด็กชายยศ: คะนิมา

รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 ได้แก่ 3/4

เด็กชายฐิติน ภาสตรสาริต

เด็กชายจิรพัฒน์ สุรโชคสิริพร

เด็กชายแทนคุณ ล้นจกรกุล

ประเภททีมชายกลุ่มการแข่งขัน CD

รางวัลชนะเลิศ ได้แก่ 3/2

เด็กชายเนตต์ ศิวะโกศิษฐ

เด็กชายภูริ ศรีธราพิษฐ

เด็กชายวศินภัทร์ ไตมงคล



รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 ได้แก่ 3/3

เด็กชายณฐดล สังขมณี
เด็กชายธนกร สมพรพิสุทธิ์
เด็กชายปณณวิชญ์ ประสิทธิ์วรนนท์

ประเภททีมหญิง

รางวัลชนะเลิศ ได้แก่ 3/2

เด็กหญิงชัญญานิศ จันทรประเสริฐ
เด็กหญิงปรางสินี วิธวรรณ
เด็กหญิงณาดา สุดสวนศรี
เด็กหญิงณลانی ประไพรัชสิทธิ์
เด็กหญิงณัฐหทัย เหล่าธิดาพันธ์



รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 ได้แก่ 3/4

เด็กหญิงณัษธา จิรวังราชกุล
เด็กหญิงพรรณพรรษ คงสิทธิ์
เด็กหญิงจณภา พิมพ์ขาวขำ
เด็กหญิงพุกธิกา ศษา เสรีภาพ
เด็กหญิงปาไลดา เกิดแก้วฟ้า

อาจารย์ผู้จัดการแข่งขัน 1. อาจารย์ปรีชา สุริยะ
2. อาจารย์ชญาภัทร์ สมกระโทก

◆**การแข่งขันวอลเลย์บอล** รายการแข่งขันเปิดโลกพหุปัญญา พัฒนาความคิดสร้างสรรค์ แข่งขันทักษะ “Show Shine challenge” โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ทีมโรงเรียนสาธิตจุฬาฯ ฝ่ายมัธยม ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 เหรียญทองแดง (10 มกราคม 2562)

รายชื่อนักเรียนผู้แข่งขัน

นายณภัทร เล้าชัยวัฒน์	ม.4/1
นายธนันท์ สุนทรานนท์	ม.4/1
นายภาคิน วัฒนายากร	ม.4/1
นายณัฐเสกข์ เมืองโคตร	ม.4/4
นายภูมิพัฒน์ สิริเตชาภิวัฒน์	ม.4/4
นายฐิเบศร์ อัจฉรานนท์	ม.4/7
นายพฤกษ์ มัธยมจันทร์	ม.5/2
นายณภัทร แพรทยานันท์	ม.5/2
นายปรานต์ ศิริเทพมนตรี	ม.5/2
นายอัศรพล ธนวัฒนาเจริญ	ม.5/3
นายศุภรัช หาดแก้วกล้า	ม.5/7
นายณครินทร์ วงศ์ชัยอนุกุล	ม.5/4
นายกิตติธัช ตติยกิจ	ม.5/4



อาจารย์ผู้ควบคุมทีมได้แก่ อาจารย์ยรรกมล สุนทรานนท์

ນັກຮຽນໄດ້ຮັບຮາງວັດຖຸ ແລະເຍາວສົມບັດ ປະຈຳປີ 2562

เด็กดีเด่น สมาคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทยฯ ประจำปี 2562 >>>>>>>

สภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์เชิญชวนให้สถานศึกษาเสนอชื่อนักเรียนเข้ารับการคัดเลือกเด็ก เด็กดีเด่น ประจำปี 2562 เพื่อเข้าเยี่ยมคารวะนายกรัฐมนตรี เนื่องในวันเด็กแห่งชาติ ประจำปี 2562 ผลปรากฏว่านักเรียนโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย คัดเลือกและได้รับรางวัล 1 คน ได้แก่



เด็กหญิงจ้าวไหม ตั้งศิริพัฒน์ ม.2/2

ນັກຮຽນໄດ້ຮັບຮາງວັດຖຸ ແລະເຂົາວຸດຖຸຕົ້ນ ປະຈຳປີ 2562

รางวัลเยาวชนคนดี ประจำปี 2562 >>>>>>>>>>>>

จัดโดยมูลนิธิ ดร.สุภ พุคยาภรณ์



เด็กชายรพีพัทธ์ รัตนเตมีย์ ม.2/2

รางวัลเด็ก และเยาวชนที่นำชื่อเสียงมาสู่ประเทศ ประจำปี 2562

กระทรวงศึกษาธิการเชิญชวนให้สถานศึกษาเสนอชื่อนักเรียนเข้ารับการคัดเลือกเด็ก และเยาวชนดีเด่น และเยาวชนที่นำชื่อเสียงมาสู่ประเทศชาติ ประจำปี 2562 เพื่อเข้าเยี่ยมชมคารวะนายกรัฐมนตรี เนื่องในวันเด็กแห่งชาติ ประจำปี 2562 ผลปรากฏว่านักเรียนโรงเรียนสาธิตจุฬาฯ ฝ่ายมัธยมมีนักเรียนได้รับรางวัล 3 คน ได้แก่ดังนี้



นายฉัตริน จูงฉัตรภรณ์ ม.6/4

นางสาวนงรัช อมรวิวัฒน์ ม.5/7

เด็กชายรพีพัทธ์ รัตนเทียม ม.2/2

 ບອກຂ່າວລ່າໜ້າ

สัปดาห์ที่ผ่านมาโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้วัดแจ้งค่าฝุ่นละออง PM 2.5 ให้นักเรียนและผู้ปกครองทราบค่าสภาพอากาศ ณ บริเวณโรงเรียน ผ่าน facebook และ สกอร์บอร์ดหน้าเสาธงโรงเรียน และติดตั้งแผ่นกรองอากาศที่สามารถกรองฝุ่น PM 2.5 ได้ในห้องเรียนทุกห้อง รวมทั้งล้างเครื่องปรับอากาศมาทำความสะอาดตามระยะเวลาการใช้งาน



รางวัลเด็ก และเยาวชนที่น่าชื่อเสียงมาสู่ประเทศ ประจำปี 2562

มีนักเรียนได้รับรางวัล 4 รายการ ได้แก่

❖ ด้านกีฬา และนันทนาการ ประเภทบุคคล

เด็กชายวณิษย์ เชี่ยวชาญรัตนกุล ม.3/3



❖ ด้านทักษะฝีมือวิชาชีพ ประเภททีม

เด็กชายมัณนิมา สุวิเศษโสภณ	ป. 6
เด็กชายกร เหมรัมย์โรจน์	ม. 1/2
เด็กหญิงสุพิชฌาณ เหมรัมย์โรจน์	ม. 2/1
เด็กหญิงจ้าวไหม ตั้งศิริพัฒน์	ม. 2/2
เด็กหญิงกุลณัฐ โตวิกภัย	ม. 2/5
เด็กหญิงธัญภัส ไตรวิภากร	ม. 1/1
เด็กหญิงพิมพ์มาดา อภิเวสสะ	ม. 1/1
เด็กหญิงกมลพร รบณะชน	ม. 1/1
เด็กหญิงศศรินณ ธีร์ธัญ	ม. 1/1



❖ ด้านศิลปะ และดนตรี ประเภททีม (คณะนักเรียนประสานเสียงจุฬารัตน์)

นางสาวณิชาพร จิรพจนานุรักษ์	ม. 5/1
นางสาวกนกนันท์ พึ่งทรัพย์	ม. 4/2
นางสาวณณดา เตชะวิบูลย์	ม. 4/2
เด็กหญิงปริยากร อรพินท์พิศุทธิ์	ม. 4/2
นายพิทวัท โกมลภัส	ม. 4/4
นางสาวอริชญา ศรีเหนียง	ม. 4/4
นายภูมิ จักรวาลนรสิงห์	ม. 4/4
นางสาวฟ้าสาดใส วัฒนะรัตน์	ม. 4/5
นางสาวแพรวพลอย สุขวัฒนาศิลินธิ์	ม. 4/6
นางสาวพิมพ์มาดา สฤกษ์วิงษ์	ม. 4/7
นายสวิตต์ ชื่นไพบูลย์	ม. 5/2
นางสาวณัฐวรา วงศ์เรืองชัยกุล	ม. 5/3
นางสาวศิริดา ลักขณะสิริศักดิ์	ม. 5/4
นางสาวณัฐนิจิตา อัครกุล	ม. 5/6
นางสาวเมื่องฟ้า บุษมาโร	ม. 5/6
นายสิระ ตำนอรุณสวัสดิ์	ม. 6/3
นางสาวชลภัส พรสวรรค์วงศ์	



Fitness and Life

คำจำกัดความ ของคำว่า การออกกำลังกาย : การเล่นกีฬา และกิจกรรมทางกาย

การออกกำลังกาย (Exercise) คือ กิจกรรมที่มีการวางแผนเป็นลำดับขั้นเพื่อเพิ่มความฟิตของร่างกายโดยรวม ตัวอย่างเช่น การวิ่งจ็อกกิ้ง การปั่นจักรยาน ฯลฯ และการวางแผนที่กล่าวถึงนี้จะมีรายละเอียด เช่น ระยะเวลา ความหนัก และความถี่ ของการออกกำลังกาย เมื่อร่างกายมีความฟิตมากขึ้น แผนการออกกำลังกายในส่วนของระยะเวลา ความหนัก และความถี่ ก็สามารถปรับเพิ่มให้เหมาะสม เพื่อส่งผลให้เพิ่มความฟิตที่มากขึ้น และสุขภาพที่ดีขึ้นเช่นกัน

การเล่นกีฬา (Sports) คือ การกระทำกิจกรรมซึ่งเป็นไปกฎ กติกา การเล่น ซึ่งนอกเหนือจากความหนักของกิจกรรมที่ทำแล้วยังต้องการทักษะการเล่น ซึ่งหากมีความท้าทายจากการแข่งขันจากจุดมุ่งหมายเพื่อชัยชนะแล้ว จะยิ่งทำให้ควบคุมความหนักของกิจกรรมยากขึ้น การเล่นกีฬาจึงควรให้ความระมัดระวังมากสำหรับผู้ที่มีร่างกายมีความฟิตต่ำ ผู้ที่เป็นโรค หรือมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคบางอย่าง เช่น โรคหัวใจ โรคหืด เป็นต้น รวมถึงผู้ที่มีอาการบาดเจ็บอยู่แล้ว และโดยเฉพาะอย่างยิ่งกีฬาที่มีการปะทะกัน เพราะประโยชน์ที่ได้จากการเล่นกีฬาอาจได้รับน้อย แต่กลับมีความเสี่ยงต่อการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬามากกว่า ในกรณีผู้สูงอายุที่มีความฟิตต่ำและเล่นกีฬาหนักๆเกินระดับความสามารถของตนเป็นเวลานาน อาจมีอาการโรคหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (โรคกล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลัน) ซึ่งมีความเสี่ยงต่อการเสียชีวิตได้



กิจกรรมทางกาย (Physical Activity) คือ การเคลื่อนไหวร่างกายใดๆ ไม่จำกัดความหนักของการเคลื่อนไหว กิจกรรมเหล่านี้จะต่างกับการออกกำลังกายที่ไม่ได้มีการวางแผนเพื่อเพิ่มความฟิตของร่างกาย ส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมที่จำเป็นต้องทำในชีวิตประจำวัน ตัวอย่าง เช่น การกวาดบ้าน การปลูกต้นไม้ การเลี้ยงสัตว์ ฯลฯ ซึ่งแม้กิจกรรมเหล่านี้จะไม่ได้เพิ่มความฟิตแก่ร่างกายได้ชัดเจนเท่าการออกกำลังกาย แต่การทำกิจกรรมเหล่านี้ในปริมาณที่มากพอ ร่างกายได้มีการใช้พลังงานในกิจกรรมที่เคลื่อนไหวมากพอ ก็ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติมีสุขภาพที่แข็งแรงได้

ดังนั้นกล่าวโดยสรุปหรือมองในภาพรวมแล้ว ผู้ที่ต้องการมีสุขภาพดี ควรมีกิจกรรมทางกายที่มีการเคลื่อนไหวที่ใช้พลังงานในระดับที่เหมาะสม ที่จะมีผลส่งเสริมสุขภาพให้ดีขึ้นได้ โดยกิจกรรมดังกล่าวอาจถูกพิจารณาว่าเป็นการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา หรือแม้แต่วิธีการทางกายก็ได้ คล้ายกับคำกล่าวของ สำนักงานกองทุนส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) ที่ว่า ขยับกายสบายชีวิ ซึ่งมีความหมายเป็นนัยว่า กิจกรรมที่ก่อให้เกิดการเคลื่อนไหวใด ๆ จะส่งผลให้ผู้ที่ทำกิจกรรมนั้นมีสุขภาพดีขึ้น

