



วางพวงมาลาเนื่องในวันมหิดล



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชัยศักดิ์ ชั่งใจ ผู้อำนวยการโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม อาจารย์พรพรหม ชัยฉัตรพรสุข รองผู้อำนวยการฝ่ายบริหาร และอาจารย์วราเดช กัลยาณมิตร รองผู้อำนวยการฝ่ายวิรัชกิจและกิจการพิเศษ วางพวงมาลา เนื่องในวันมหิดล เมื่อวันที่ ๒๔ กันยายน ๒๕๕๖

ข่าวแจ้งจากกลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์



โครงการนำร่องการใช้บทเรียน

SAS Curriculum Pathways ในประเทศไทย

เมื่อวันจันทร์ที่ ๓๐ กันยายน ๒๕๕๖ เวลา ๑๔.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. ณ ห้องประชุม ๕ ทศวรรษสาธิตจุฬาฯ จัดโดยบริษัท แซส ซอฟต์แวร์ (ไทยแลนด์) จำกัด ร่วมกับ สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (สวทช.) สถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (สสวท.) สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) และโรงเรียนมหิดลวิทยา จัดทำบทเรียนออนไลน์ฟรี ตามแนวพระราชดำริของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เป็นบทเรียนระดับประถมและมัธยมศึกษาออนไลน์ที่พัฒนาขึ้นเพื่อใช้ในการศึกษา ทำให้นักเรียนสามารถเรียนวิชาต่างๆ ได้ในทันทีทุกเวลา ซึ่งบริษัท แซส อินสทิทิวท์ อิงค์ (SAS Institute, Inc.) ประเทศสหรัฐอเมริกา ผู้นำด้านซอฟต์แวร์และบริการด้านการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงธุรกิจที่มีชื่อเสียงของโลกเป็นผู้พัฒนา โดยมีโรงเรียนต่าง ๆ ทั่วประเทศเข้าร่วมโครงการจำนวนมาก

ข่าวแจ้งจากกลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์



๑. ชมรม Math For Fun ร่วมกับกลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ ได้จัดโครงการแข่งขัน 10th MFF IQ 180 Challenge ขึ้น ในวันศุกร์ที่ ๙ และวันพุธที่ ๑๔ - วันศุกร์ที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๕๖ ณ โรงอาหาร และห้องประชุม ๕ ทศวรรษ อาคารอเนกประสงค์ ซึ่งผลการแข่งขันเป็นดังต่อไปนี้

ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

รางวัลชนะเลิศ	เด็กชายมัตตัญญู	ตั้งเง็กกี้	ม.๑/๓
รางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๑	เด็กชายพีรพัศ	จงสุขกิจพานิช	ม.๑/๔
รางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๒	เด็กหญิงแพรวสุนันท์	จันทร์พานิช	ม.๑/๓

ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

รางวัลชนะเลิศ	เด็กชายกฤษฎ์	บุญศิริเศรษฐ	ม.๒/๔
รางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๑	เด็กหญิงนงสรวง	หงส์กิตติยานนท์	ม.๒/๔
รางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๒	เด็กชายกัมปนาท	สุดประเสริฐ	ม.๒/๔

ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

รางวัลชนะเลิศ	เด็กชายรวิภาส	แก้วปลั่ง	ม.๓/๒
รางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๑	เด็กชายพัทธดนย์	เดชไกรชนะ	ม.๓/๓
รางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๒	เด็กชายสาธิต	สุขโนไบบุญ	ม.๓/๕

ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔

รางวัลชนะเลิศ	เด็กชายปพนเดช	จิรันธร	ม.๔/๔
รางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๑	เด็กชายภูริเดช	ภูมินาถ	ม.๔/๒
รางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๒	เด็กหญิงภัคจิรา	เอิบกิตติสวัสดิ์	ม.๔/๓

ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

รางวัลชนะเลิศ	นายชนาธิป	รัชชานนท์	ม.๕/๒
รางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๑	นายฐานกิตติ	ตรีวิจิตรศิลป์	ม.๕/๒
รางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๒	นายณัฐภพ	พละการ	ม.๕/๒

ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖

รางวัลชนะเลิศ	นายณาน	นำชัยศิริ	ม.๖/๓
รางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๑	นายกมลชัย	ป่อทรัพย์	ม.๖/๑
รางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๒	น.ส. ชาลิสา	ตั้งคณิงกุล	ม.๖/๑

รอบ Champ of the Champ

รางวัลชนะเลิศ	นายณาน	นำชัยศิริ	ม.๖/๓
รางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๑	เด็กชายมัตตัญญู	ตั้งเง็กกี้	ม.๑/๓
รางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๒	เด็กชายกฤษฎ์	บุญศิริเศรษฐ	ม.๒/๔
รางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๓	เด็กชายพีรพัศ	จงสุขกิจพานิช	ม.๑/๔

ข่าวแจ้งจากกลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์



๒. ชมรม Math For Fun ร่วมกับกลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ จัดโครงการแข่งขัน 10th Anniversary MFF IQ180 Interschool Challenge เมื่อวันที่ ๒๘ สิงหาคม ๒๕๕๖ เวลา ๘.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. ณ ห้องประชุม ๑๐๑ อาคารประชุมสุขอาชีวบำรุง คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่ง ด.ช.มัตตัญญู ด.ช.กฤษฎ์ ด.ช.พีรพัทธ์ และนายปพนเดช ได้เข้าร่วมแข่งขันครั้งนี้ในฐานะตัวแทนจากโรงเรียนเจ้าภาพ โดยผลการแข่งขันปรากฏว่า ด.ช.กฤษฎ์ ได้รับรางวัลประกาศนียบัตรเทียบเท่ารางวัลชนะเลิศ และ ด.ช.มัตตัญญู ได้รับรางวัลประกาศนียบัตรเทียบเท่ารางวัลรองชนะเลิศอันดับที่ ๒

ข่าวแจ้งจากกลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี

๑. ตามที่ศูนย์ส่งเสริมโอลิมปิกวิชาการและพัฒนามาตรฐานวิทยาศาสตร์ศึกษาในพระอุปถัมภ์สมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอเจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ (สอวน.) ได้จัดสอบคัดเลือกนักเรียนเพื่อเข้าค่าย สอวน.วิชาคอมพิวเตอร์ ค่ายที่๑/๒๕๕๖ เมื่อวันที่ ๑ กันยายน ๒๕๕๖ ที่โรงเรียนสามเสนวิทยาลัย ผลการคัดเลือกมีนักเรียนผ่านเข้าค่าย จำนวน ๒๑๖ คน โดยมีนักเรียนโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม ผ่านเข้าค่ายจำนวน ๒ คน ได้แก่

๑. ด.ช. นพชัย สิรินาท ม. ๓/๒ สอบได้ลำดับที่ ๑๑ คะแนน ๓๘ คะแนน

๒. ด.ญ. ณัฏฐา ธาวิณพิพัฒน์ ม. ๒/๓ สอบได้ลำดับที่ ๑๔๓ คะแนน ๕๓ คะแนน

นักเรียนต้องไปรายงานตัวและปฐมนิเทศ ในวันที่ ๒ ตุลาคม ๒๕๕๖ เวลา ๘.๓๐ – ๑๐.๐๐ น และเข้าอบรมระหว่าง ๒ – ๒๑ ตุลาคม ๒๕๕๖ ณ โรงเรียนสามเสนวิทยาลัย เวลา ๘.๓๐ – ๑๗.๐๐ น.

๒. ตามที่สถานทูตไทย กรุงวอชิงตัน ได้จัดการประกวดภาพถ่าย ในหัวข้อ “Thai-US Forever Friendship : Thailand as I Know It” เนื่องในโอกาสครบรอบ ๑๔๐ ปี ความสัมพันธ์ไทย-อเมริกา โดยส่งผลงานได้ทั้งชาวไทยและอเมริกัน อายุระหว่าง ๑๒-๒๕ ปี ในการนี้ มีผู้ส่งผลงานจำนวน ๔๙ คน ได้รับคัดเลือกให้ได้รับรางวัล จำนวน ๑๒ คน **นักเรียนโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม นายปณณ สุตันไชยนนท์ นักเรียนชั้น ม.๔/๑ ผลงานภาพถ่ายชื่อ “Giant in Bangkok” ได้รับรางวัลชนะเลิศ ได้รับ Amazon-kindle Touch 3Gs 4GB**

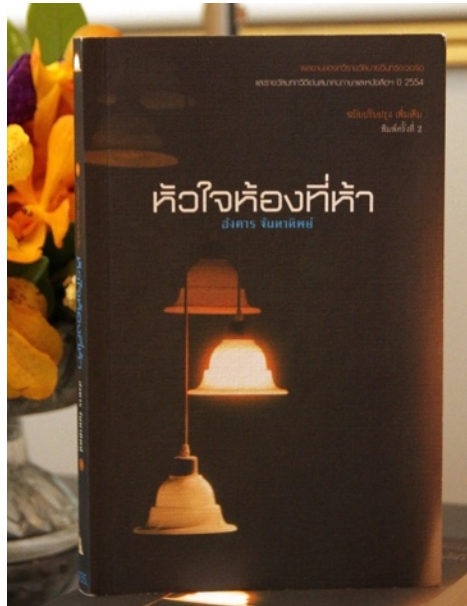
โดยมีอาจารย์เจนจิรา รัตนเดชาพิทักษ์ อาจารย์ที่ปรึกษาชมรมถ่ายภาพ เป็นผู้ดูแล

ขอขอบคุณ

อาจารย์วิเชียร หรรษานิมิตกุล ขอขอบคุณคณาจารย์ และบุคลากรทุกท่าน ที่ร่วมเป็นเจ้าภาพสวัสดิพระอภิธรรมคุณแม่วรรณา หรรษานิมิตกุล ระหว่างวันที่ ๑๕ - ๑๘ กันยายน ๒๕๕๖ ณ วัดดวงแข



ข่าวแจ้งจากหน่วยห้องสมุด



ผลรางวัลซีไรต์ประจำปี ๒๕๕๖

เมื่อวันที่ ๖ กันยายน ๒๕๕๖ ที่โรงแรมแมนดาริน โอเรียนเต็ล ม.ร.ว.สุขุมพันธุ์ บริพัตร ประธานคณะกรรมการจัดงานรางวัลซีไรต์ พร้อมด้วยคณะกรรมการตัดสิน ได้แก่ รศ.ดร.ตรีศิลป์ บุญขจร นายเจน สงสมพันธุ์ นายกสมาคมนักเขียนแห่งประเทศไทย รศ.ทวีศักดิ์ ปิ่นทอง นายกสมาคมภาษาและหนังสือแห่งประเทศไทย ผศ.ดร.ธเนศ เวศร์ภาดา นางนริภ จิระโพธิรัตน์ สวัสดิ์รักษ์ ดร.พิเชฐ แสงทอง และนายสถาพร ศรีสัจจัง ร่วมกันแถลงข่าวประกาศผลรางวัลซีไรต์ประจำปี ๒๕๕๖ โดยปีนี้รางวัลเป็นของหนังสือรวมบทกวี หัวใจห้องที่ห้า ฉบับปรับปรุง ของนายอังคาร จันทาทิพย์

ม.ร.ว.สุขุมพันธุ์กล่าวว่า รวมบทกวีเล่มนี้โดดเด่นทั้งด้านเนื้อหาและรูปแบบการประพันธ์ โดยสร้างภาพจำลองวิวัฒนาการของมนุษย์ตั้งแต่ยุคโบราณ จนถึงสังคมร่วมสมัย กล่าวถึงสังคมเมือง ที่ประกอบด้วยผู้คนที่หลากหลาย ทุกคนไร้บ้าน คนพลัดถิ่น คนกลุ่มน้อย โดยเชื่อมโยงเรื่องเล่าในอดีตกับวิถีชีวิตในปัจจุบัน นำเสนอในลักษณะของการปะทะสังสรรค์ท่ามกลางความหลากหลายทางวัฒนธรรม กวีใช้รูปแบบฉันทลักษณ์ที่หลากหลายและมีลีลาเฉพาะตัว

ทั้งนี้ นายอังคาร จันทาทิพย์ เกิดเมื่อวันที่ ๙ กรกฎาคม พ.ศ.๒๕๑๓ อายุ ๓๙ ปี ที่ อ.มัญจาคีรี จ.ขอนแก่น เริ่มเขียนบทกวีมาตั้งแต่เรียนมัธยม จบปริญญาตรีจากคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง เป็นสมาชิก กลุ่มกวีหน้ารามฯ โดยเขียนบทกวีอย่างสม่ำเสมอ และมีผลงานโดดเด่นต่อเนื่อง โดยมีผลงานกวีนิพนธ์หลายเล่ม ได้แก่ คนรักของความเศร้า, วิมานลงแดง (รางวัลสัปดาห์หนังสือแห่งชาติ ปี ๒๕๔๕), ที่ที่เราอยู่นอยู่ (เข้ารอบสุดท้ายรางวัลซีไรต์ ๒๕๕๐), หนทางและที่พักพิง (รางวัลสัปดาห์หนังสือแห่งชาติ ปี ๒๕๕๓) และล่าสุด หัวใจห้องที่ห้า ขณะที่บทกวี ความตายของสันติสุข ของเขาก็ได้รับรางวัลกวีนิพนธ์ยอดเยี่ยมรางวัลนายอินทร์ อวอร์ด ปี ๒๕๕๔

Fitness and Life

ทำไมต้องออกกำลังกายล่ะ?



ในปัจจุบันวิทยาการทางการแพทย์มีความเจริญก้าวหน้ามากขึ้น สามารถป้องกัน และรักษาโรคต่าง ๆ ได้มากมาย ดังนั้นสาเหตุส่วนใหญ่ของการเสียชีวิต จะมาจากโรคที่ไม่คาดคิด และจากพฤติกรรมของมนุษย์ เช่น การสูบบุหรี่ การดื่มสุรา ยาเสพติด ฯลฯ ซึ่งโรคต่างๆ เหล่านี้เราสามารถป้องกันได้หรือทำให้ทุเลาลงได้ โดยการออกกำลังกาย ควบคุมอาหาร และมีพฤติกรรมในการดำรงชีวิตที่เหมาะสม การป้องกันเสริมสร้างสุขภาพ เป็นวิธีการที่ได้ผล และประหยัดที่สุด สำหรับการมีสุขภาพที่ดี ดังนั้นการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพจึงมีประโยชน์และมีความสำคัญ ดังนี้

๑. ป้องกันโรคหลอดเลือดหัวใจตีบตัน สมรรถภาพการทำงานของหัวใจจะดีขึ้นมาก ถ้าออกกำลังกายอย่างถูกต้อง และสม่ำเสมอติดต่อกัน ๓ เดือน ชีพจร หรือหัวใจจะเต้นช้าลง ซึ่งจะเป็นการประหยัดการทำงานของหัวใจ

๒. ลดไขมันในเลือด เพราะไขมันในเลือดสูงเป็นสาเหตุหนึ่งของโรคหลอดเลือดหัวใจตีบตัน

๓. เพิ่ม HDL-C ในเลือด ซึ่งถ้ายิ่งสูงจะยิ่งดี จะช่วยป้องกันโรคหลอดเลือดหัวใจตีบตัน

๔. ลดความอ้วน (ไขมัน) เพิ่มกล้ามเนื้อ (น้ำหนักอาจไม่ลด) รักษาโรคเบาหวาน

๕. ช่วยลดความดันโลหิต (สำหรับผู้ที่มีความดันโลหิตสูง) ลดได้ประมาณ ๑๐-๑๕ มม.ปรอท

๖. ช่วยทำให้หัวใจ ปอด ระบบหมุนเวียนของโลหิต กล้ามเนื้อ เอ็น เอ็นข้อต่อ กระดูก ผิวหนังแข็งแรงยิ่งขึ้น ช่วยลดความเครียด ทำให้อ่อนหลับดียิ่งขึ้น ความจำดี เพิ่มสมรรถภาพทางเพศ ชะลออายุ ช่วยป้องกันอาการปวด

๗. ป้องกันโรคกระดูกเปราะ โดยเฉพาะสภาพสตรีวัยหมดประจำเดือน

๘. ร่างกายเปลี่ยนไขมันมาเป็นพลังงานได้ดีกว่าเดิม ซึ่งเป็นการประหยัดการใช้แป้ง (glycogen) ซึ่งมีอยู่น้อย และเป็นการป้องกันโรคหัวใจ

๙. ช่วยป้องกันโรคเมเร็งบางชนิด เชื้อ ลำไส้ใหญ่ เต้านม ต่อมลูกหมาก



ถ้ามันจะมีประโยชน์ขนาดนี้ทำไมเราจึงจะไม่อยากออกกำลังกายล่ะคะ

ที่มาข้อมูล: http://palmhealthclub.blogspot.com/2012_11_01_archive.html

ผู้จัดทำข้อมูล: ศูนย์ส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย

รายการอาหารประจำสัปดาห์ ตั้งแต่วันจันทร์ที่ ๑๔ - วันพฤหัสบดีที่ ๑๗ ตุลาคม ๒๕๕๖

วันจันทร์	ข้าวหน้าไก่ ผักกาดแก้ว	วันพุธ	ข้าวหมูอบ ซุปไก่ฉีก วน้ำแดงนมสด
วันอังคาร	ไข่พะโล้ น้ำพริกตาแดง ซาหริ่ม	วันพฤหัสบดี	ข้าวมันไก่ทอด ซุปฟัก เม็ดแมงลักน้ำแดง