

## ๑๕ ข้อปฏิบัติของนักเรียนในการป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อโรคโควิด ๑๙

### โรงเรียนเชียงเพ็งวิทยา

### สังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุดรธานี

\*\*\*\*\*

โรงเรียนเชียงเพ็งวิทยา กำหนดให้เปิดเรียนภาคเรียนที่ ๒ /๒๕๖๔ ตั้งแต่วันที่ ๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๔ ซึ่งสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อโรคโควิด ๑๙ ยังไม่หมดไป ดังนั้น เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อโรคโควิด ๑๙ ในโรงเรียน โรงเรียนเชียงเพ็งวิทยาจึงกำหนดแนวปฏิบัติให้กับนักเรียน ดังนี้

#### ๑. การสวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้า

นักเรียนต้องสวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้า อย่างใดอย่างหนึ่งตลอดเวลา ตั้งแต่ออกจากบ้าน ขึ้นรถรับส่งมาโรงเรียน (หากนักเรียนไม่สวม จะไม่ได้รับอนุญาตให้ขึ้นรถ) ขณะเรียน จนกระทั่งกลับถึงบ้าน หากนักเรียนคนใดสวมมาแล้วเกิดชำรุด เสียหาย สูญหาย ให้ติดต่อขอรับได้จากทางโรงเรียนได้

#### ๒. การขึ้นรถรับ-ส่ง

โรงเรียนจัดรถรับ-ส่งนักเรียนให้กับนักเรียนเพิ่มขึ้น เนื่องจากว่าต้องรักษาระยะห่างการนั่งบนรถ ทำให้รถแต่ละคันสามารถรับนักเรียนได้จำนวนน้อยลง การขึ้นรถรับส่งโรงเรียน นักเรียนต้องสวมหน้ากากอนามัย หรือหน้ากากผ้า อย่างใดอย่างหนึ่งตลอดเวลา เมื่อขึ้นรถแล้วให้ล้างมือด้วยเจลแอลกอฮอล์แล้วนั่งตรงที่ไม่มีเครื่องหมายกากบาท ระหว่างการเดินทางห้ามนักเรียนหยอกล้อ สัมผัสตัวกัน และรักษาระยะห่างที่กำหนดไว้ เมื่อรถจอดหน้าประตูโรงเรียนแล้ว ให้นักเรียนเดินแถวลงจากรถโดยรักษาระยะห่างอย่างเคร่งครัด

#### ๓. แนวการปฏิบัติที่จุดคัดกรอง

เมื่อนักเรียนลงจากรถแล้ว ให้นักเรียนยืนและเดินตามจุดสัญลักษณ์เว้นระยะห่างที่กำหนด เมื่อถึงอ่างล้างมือให้ล้างมือตามวิธีการที่ถูกต้อง จากนั้นเดินไปที่จุดคัดกรองอุณหภูมิ หากมีอุณหภูมิร่างกายไม่เกิน ๓๗.๕ องศาเซลเซียส ให้นักเรียนเดินแถวรักษาระยะห่างไปเข้าห้องเรียนของตนเอง แต่ถ้าหากเกินกว่า ๓๗.๕ องศาเซลเซียส ต้องไปพักที่จุดรอสังเกตอาการ จากนั้น ๑๐ – ๑๕ นาที จึงมาวัดอุณหภูมิร่างกายอีกครั้ง หากลดลงไม่เกิน ๓๗.๕ องศาเซลเซียส ให้เดินไปเข้าห้องเรียนได้ แต่ถ้ายังเกิน ๓๗.๕ องศาเซลเซียส โรงเรียนจะแจ้งให้โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสร้างแป้นมารับตัวไปดูแลรักษาต่อไป

#### ๔. การเข้าชั้นเรียน

เมื่อนักเรียนผ่านจุดคัดกรองเรียบร้อยแล้ว ให้นักเรียนเดินแถวรักษาระยะห่างไปห้องเรียนของตนเอง จะมีครูที่ปรึกษาชั้นเรียนรอรับนักเรียนในห้องเรียน ก่อนเข้าห้องเรียนให้นักเรียนล้างมือด้วยเจลแอลกอฮอล์ก่อน จากนั้นช่วยกันทำความสะอาดวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ร่วมกันในห้องเรียนจนถึงเวลา ๐๗.๕๐ น. นักเรียนออกมาประกอบกิจกรรมหน้าเสาธงโดยรักษาระยะห่าง ซึ่งมีกิจกรรมสำคัญดังต่อไปนี้

- กิจกรรมร้องเพลงชาติและเคารพธงชาติ
- กิจกรรมสวดมนต์ไหว้พระ สงบนิ่ง
- กิจกรรมกล่าวคำปฏิญาณตน
- กิจกรรมร้องเพลงมาร์ชโรงเรียน
- รับฟังการชี้แจงข่าวสารจากทางโรงเรียน
- นั่งสมาธิ

#### เวลาการจัดกิจกรรม

คาบที่ ๑ เวลา ๐๘.๓๐ – ๐๙.๒๐ น.

คาบที่ ๒ เวลา ๐๙.๒๐ – ๑๐.๑๐ น.

คาบที่ ๓ เวลา ๑๐.๑๐ – ๑๑.๐๐ น.

พักรับประทานอาหารกลางวัน ๑๑.๐๐ – ๑๑.๕๐ น.

คาบที่ ๔ เวลา ๑๑.๕๐ – ๑๒.๔๐ น.

คาบที่ ๕ เวลา ๑๒.๔๐ – ๑๓.๓๐ น.

คาบที่ ๖ เวลา ๑๓.๓๐ – ๑๔.๒๐ น.

คาบที่ ๗ เวลา ๑๔.๒๐ – ๑๕.๓๐ น.

\*\*\*\* ไม่มีพัก ๑๐ นาที\*\*\*\*

#### ๕. การขออนุญาตออกนอกห้องเรียน

หากต้องการที่จะเข้าห้องน้ำหรือดื่มน้ำในระหว่างที่มีการจัดการเรียนการสอน ให้ขออนุญาตครูผู้สอน โดยครูผู้สอนจะพิจารณาอนุญาตให้ออกมานอกชั้นเรียนได้ครั้งละไม่เกิน ๒ คน เพื่อลดความแออัดของห้องน้ำและจุดเติมน้ำดื่ม ในกรณีอื่นๆ ครูผู้สอนเป็นผู้พิจารณาตามความเหมาะสม แต่นักเรียนต้องสวมหน้ากากและรักษาระยะห่างอยู่เสมอ

#### ๖. น้ำดื่ม โรงเรียนได้จัดจุดบริการน้ำดื่มให้กับนักเรียน ดังนี้

- โรงอาหาร จำนวน ๒ ถัง
- ช่างอาคาร ๑ จำนวน ๒ ถัง
- ช่างอาคาร ๒ จำนวน ๑ ถัง
- ช่างอาคาร ๓ จำนวน ๑ ถัง

นักเรียนที่จะดื่มน้ำต้องนำภาชนะใส่น้ำของตนเองมาด้วย ไม่อนุญาตให้ใช้ร่วมกับผู้อื่น เช่น ขวดน้ำ แก้วน้ำ นำมาเติมน้ำดื่มด้วยตนเอง โดยรักษาระยะห่างในการยื่น

#### ๗. การเข้าไปรับประทานอาหารที่โรงอาหาร

โรงเรียนได้จัดทำอ่างล้างมือไว้หน้าโรงอาหาร จำนวน ๘ ตัว ให้นักเรียนยืนเข้าแถวรักษาระยะห่าง แล้วล้างมืออย่างถูกวิธี จากนั้นเดินไปนั่งประจำที่โต๊ะอาหาร ซึ่งโรงเรียนได้ทำ Table Shield ไว้แล้ว สามารถนั่งได้ ๔ คน แต่ม้าหินอ่อนนั่งให้ได้ ๒ คน (นั่งตรงที่ไม่มีเครื่องหมายกากบาท) ซึ่งผู้ประกอบการอาหารวางกล่องอาหารไว้บนโต๊ะเรียบร้อยแล้ว เมื่อนักเรียนรับประทานอาหารเสร็จ

ให้นำเอากล่องอาหารที่ใช้แล้วไปทิ้งใส่ถุงดำ จากนั้นเดินไปล้างมือที่อ่างล้างมือหน้าโรงอาหารแล้วเดินแถวกลับไปห้องเรียน

#### ๘. การเตรียมของใช้ส่วนตัวมาโรงเรียน

นักเรียนควรเตรียมของใช้ส่วนตัวของนักเรียนเอง โดยไม่ต้องใช้ร่วมกันกับผู้อื่น ซึ่งจะช่วยป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด ๑๙ ได้ เช่น ภาชนะใส่น้ำดื่ม ผ้าเช็ดมือ ผ้าเช็ดหน้า ช้อนส้อม เป็นต้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย อย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อป้องกันการแพร่ของเชื้อโรคโควิด ๑๙

#### ๙. การใช้ห้องน้ำ

โรงเรียนกำหนดให้นักเรียนใช้ห้องน้ำในอาคารที่นักเรียนเรียน แต่นักเรียนต้องรักษาความสะอาดของห้องน้ำและช่วยกันทำความสะอาดห้องน้ำร่วมกัน รวมถึงทิ้งขยะให้เป็นที่เป็นทาง หากมีอุปกรณ์ในห้องน้ำชำรุดเสียหาย ต้องรีบแจ้งครูที่อยู่ภายในอาคารทันที เพื่อให้ได้รับการซ่อมแซมให้สามารถใช้การได้ตลอดเวลา ส่วนนักเรียนที่เรียนในรายวิชาพลศึกษา ให้ใช้ห้องน้ำที่โรงอาหาร

#### ๑๐. การทำกิจกรรมอื่นๆนอกห้องเรียน

กิจกรรมอื่น ๆ นอกห้องเรียน เช่น กิจกรรมการเรียนพลศึกษา กิจกรรมกลุ่มย่อย ให้นักเรียนทำกิจกรรมได้ แต่นักเรียนต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย แบ่งกลุ่มทำกิจกรรม ๖-๘ คน และรักษาระยะห่างอยู่เสมอ

#### ๑๑. การเรียนรู้มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อโรคโควิด ๑๙

นักเรียนควรรับฟังเสียงประชาสัมพันธ์จากเสียงตามสายของทางโรงเรียนในเรื่องแนวทางการปฏิบัติตนเพื่อลดการแพร่ระบาดของเชื้อโรค นอกจากนั้น ควรอ่าน ศึกษาทำความเข้าใจป้ายประชาสัมพันธ์ให้ความรู้ที่ติดตามบริเวณต่างๆของโรงเรียน และในเว็บไซต์และเว็บเพจของโรงเรียน ซึ่งจะบอกวิธีการรักษาความสะอาดที่ถูกต้องให้กับนักเรียน คือ มาตรการหลัก (DMHT-RC) ได้แก่ การเว้นระยะห่าง การสวมหน้ากาก การล้างมือ การคัดกรองวัดไข้ การลดกาแออัด และการทำความสะอาด มาตรการเสริม (SSET-CQ) ได้แก่ การดูแลตนเอง การใช้ช้อนกลางส่วนตัว การกินอาหารปรุงสุกใหม่ การลงทะเบียนเข้าออกโรงเรียน การสำรวจตรวจสอบ และการกักกันตัวเอง

#### ๑๒. การไม่เลือกปฏิบัติ-การไม่ตีตราผู้ที่เสี่ยง/ติดเชื้อโรคโควิด ๑๙

ให้นักเรียนปฏิบัติตามแนวทางที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนดให้ ทั้งนี้เพื่อลดความเครียดและอาชญากรรมในสังคม ดังนี้

- นักเรียนต้องรู้จักวิธีป้องกันตนเองไม่ให้ติดเชื้อโรคโควิด ๑๙
- นักเรียนควรเข้าใจว่าอัตราการตายของผู้ที่ติดเชื้อโรคโควิด ๑๙ มีน้อยมาก
- จากการศึกษา พบว่า ไม่ปรากฏว่ามีการติดเชื้อในบุคคลรอบข้างหรือการระบาดของโรคที่มีต้นตอมาจากผู้ติดเชื้อที่ได้รับการรักษาหรือกักตัวแล้ว
- ผู้ติดเชื้อที่ได้รับการรักษาครบ ๑๔ วัน หรือ ๒๑ วัน และได้รับอนุญาตให้กลับบ้านได้ ผู้นั้นจะไม่มีอาการแพร่เชื้อไปสู่บุคคลอื่น สามารถกลับไปใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างปกติ
- นักเรียนควรปกป้องตนเองและผู้อื่นเสมือนกับนักเรียนมีเชื้อโรคโควิด ๑๙ วัน

- นักเรียนควรระวังคำพูด สายตา ท่าทางที่มีต่อผู้ที่เสี่ยง/ติดเชื้อโควิด ๑๙
- นักเรียนควรให้กำลังใจผู้ที่อาจจะติดเชื้อโควิด ๑๙
- นักเรียนควรต้อนรับผู้ที่รักษาหายแล้ว
- นักเรียนควรเข้าใจว่าพลาสมาของผู้ที่รักษาหายแล้วสามารถนำมาช่วยรักษาผู้ป่วยคนอื่นๆได้

#### **๑๓.การบันทึก Time Line**

เพื่อให้การประเมินความเสี่ยงมีประสิทธิภาพและมีข้อมูลในการตัดสินใจที่ชัดเจน จึงให้นักเรียนได้เขียนบันทึก Time Line และนำเสนอครูที่ปรึกษาชั้นเรียนทาง On line ทุกวัน

#### **๑๔.การประเมินความเสี่ยงผ่าน Thai Save Thai**

ให้นักเรียนทุกคนได้ประเมินความเสี่ยงของตนเองผ่าน Thai Save Thai (TST) อย่างสม่ำเสมอ ติดตามข่าวสาร การเปลี่ยนแปลงสถานการณ์ต่างๆเพื่อป้องกันตนเองและลดความเสี่ยง หากเกิดปัญหาให้รับขอคำแนะนำจากครูที่ปรึกษาทันที

#### **๑๕.การรายงาน School Pass**

นักเรียนทุกคนจะต้องรายงานการประเมินตนเองใน School Pass อย่างสม่ำเสมอ เพื่อแจ้งเรื่องการฉีดวัคซีน การตรวจ ATK และการประเมินความเสี่ยงผ่าน Thai Save Thai (TST)

\*\*\*\*\*