



จุลสารทออบสถิติและประเมินผล โรงเรียนเตรียมทหาร



องค์กรแห่งการเรียนรู้

เพื่อการเผยแพร่ข่าวสารและแลกเปลี่ยนความรู้ร่วมกันของ รร.ตท.

ปีที่ ๑๓ ฉบับที่ ๑ ประจำเดือน มกราคม ๒๕๕๗

สวัสดี มีความรู้ คู่คุณธรรม

บก. แดลิ่ง

สวัสดีปีใหม่และขอสวัสดีปีใหม่เมื่อกับท่านผู้อ่านจุลสารฯ ทุกท่านค่ะ 😊 เริ่มต้นเดือนแรกของปี พ.ศ. ๒๕๕๗ หลายท่านอาจจะยังเหนื่อยล้าจากการเดินทางท่องเที่ยวเมื่อช่วงเทศกาลปีใหม่ที่ผ่านมา แต่หัวใจก็อึดเอบกับความสบายใจที่ได้ไปท่องเที่ยวหรือไปพบกับญาติๆ และบุคคลที่เราเคารพรักและนับถือ ซึ่งบางท่านอาจจะมีโอกาสแค่ปีละครั้งที่จะได้พบหน้ากัน อากาศในช่วงนี้ยังคงค่อนข้างหนาวเย็น โดยเฉพาะทางภาคเหนือและภาคอีสาน ขอให้ทุกท่านระวังรักษาสุขภาพกันด้วยนะคะ

ในเดือนนี้ รร.ตท. มีกิจกรรมมากมาย ไม่ว่าจะเป็นงานวันเด็กในวันเสาร์ที่ ๑๑ ม.ค. ๕๗ และอีกงานที่ถือว่าสำคัญและยิ่งใหญ่งานหนึ่งคือ งานเกียรติยศจักรดาว ซึ่งจะจัดขึ้นในวันคล้ายวันสถาปนา รร.ตท. เป็นประจำทุก ๆ ปี ท่านผู้อ่านสามารถติดตามประมวณภาพบรรยากาศงานได้ในจุลสารฉบับหน้าค่ะ

สำหรับบทความภายในเล่มมีเรื่องที่น่าสนใจติดตามอ่านมากมาย เช่น “นตท.ที่มีผลคะแนนเฉลี่ยยอดเยี่ยม ปีการศึกษา ๒๕๕๖” “ความสุขคืออะไร” และเรายังมีเมนู “สลัดทอดกรอบ” ให้ผู้อ่านได้ลองไปหัดทำดูด้วยค่ะ สามารถติดตามอ่านได้ภายในเล่มค่ะ อย่าลืมนะคะว่า...หากผู้อ่านท่านใดมีข่าวสาร บทความหรือเมนูอาหารที่น่าสนใจและต้องการเผยแพร่สามารถส่งมาได้ที กสป.ฯ พบกันใหม่ฉบับหน้าสวัสดีค่ะ

จัดทำโดยห้องสมุด กสป.รร.ตท.



จุลสาร

กองสถิติและประเมินผล

โรงเรียนเตรียมทหาร

**“ทางไปสู่เกียรติยศดี จักประดับดอกไม้
หอมของลาภอันจิตรี บรมิ”**

สารบัญ

- พระราชดำรัส	๒
- นตท.ที่มีผลคะแนนเฉลี่ยยอดเยี่ยม ปีการศึกษา ๒๕๕๖	๓
- ความสุขคืออะไร	๗
- สุขภาพดีรับปีใหม่	๘
- คุยโทรศัพท์มือถือ...ปัจจัยเสี่ยง เพิ่มอุบัติเหตุ	๑๐
- เมนูเพื่อสุขภาพ “สลัดทอดกรอบ”	๑๓
- วันเกิดใครเอ่ย	๑๔
- ประมวณภาพกิจกรรม	๑๕
- เพลงพาเพลิน “ก้าวไป...ในหาทาง พอเพียง”	๑๖





พระราชดำรัส

“...ขอขอบใจท่านทั้งหลาย ที่มีไมตรีจิตพร้อมกันให้พรวันเกิด
รวมทั้งให้คำมั่นสัญญาโดยประการต่างๆ ข้าพเจ้าขอแสดงความอวยพรไมตรีจิตเช่นกัน
ตั้งนั้น บ้านเมืองของเราอยู่สุขแสนนาน มีความเป็นปึกแผ่นในชาติ
และต่างบำเพ็ญกรณียกิจตามหน้าที่ให้สอดคล้องเกื้อกูลกันเพื่อประโยชน์ของชาติ
คนไทยทุกคนจึงควรตระหนักในข้อนี้ให้มาก และตั้งใจประพฤติตัวปฏิบัติงานให้สมฐานะ
และหน้าที่เพื่อให้สำเร็จประโยชน์ส่วนรวม คือความมั่นคงปลอดภัยของชาติบ้านเมืองไทย
ขออำนาจแห่งคุณพระรัตนตรัยและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ จงดุ่มครอง
รักษาท่านทุกคนให้มีแต่ความสุข ความเจริญ ตลอดไป...”

พระราชดำรัส พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ
ณ พระราชวังไกลกังวล อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์

๕ ธันวาคม ๒๕๕๖



นตท. ที่มีผลคะแนนเฉลี่ยยอดเยี่ยม ปีการศึกษา ๒๕๕๖

นตท. ศรชรินทร์ ชัยยอดพรม

ชั้นปีที่ ๓ ตอช ๑๗ เหล่า ทร. คะแนนเฉลี่ย ๓.๕๑

อจ.ประจำตอน

น.ท.หญิง ดาริกา ศิริพละ ร.น.

ผบ.พัน.นร.

พ.ต.ท.สุวัชรปกรณ วรเวสวุฒิ

ครอบครัว

บิดา พ.จ.อ.ศิริศักดิ์ ชัยยอดพรม อาชีพ รับราชการ

มารดา นาง ศศิธร ชัยยอดพรม อาชีพ พนักงานบริษัท

น้องสาว ด.ญ.เกวลิน ชัยยอดพรม อาชีพ นักเรียน

ความรู้สึกที่ได้รับผลการเรียนยอดเยี่ยม

มีความรู้สึกดีใจ และภูมิใจกับความสำเร็จที่ได้รับจากการทุ่มเท แรงกาย แรงใจ กับการเรียน มีความรู้สึกว่าการเรียนเป็นสิ่งที่สำคัญ เราควรจะทำใจใส่และให้ความสำคัญ เพราะเป็นตัวชี้อนาคตของเราในภายภาคหน้า

มีวิธีการเรียนอย่างไร ทำให้ได้ผลคะแนนในระดับที่น่าพอใจ

ตั้งใจเรียนและให้ความสำคัญในห้องเรียน พยายามตั้งใจฟังที่อาจารย์สอน ทบทวนตำราเรียน ในช่วงฝึกฝนที่มีเวลาว่าง พยายามเรียนอย่างสบายๆ ไม่เครียด ไม่ซีเรียสมากนัก เตรียมตัวให้พร้อมก่อนสอบ โดยก่อนสอบควรพักผ่อนให้เพียงพอ ไม่ควรอ่านหนังสือดึกเกินไป เพราะนอกจากจะจำอะไรไม่ได้แล้ว ยังอาจจะทำให้หลับในห้องสอบได้อีกด้วย

บุคคลที่ยึดถือเป็นแบบอย่างทำให้ประสบผลความสำเร็จในการเรียน

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ภูมิพลอดุลยเดชฯ

คำคม

ทำในสิ่งที่รัก และทำมันให้ดีที่สุด