



แนวปฏิบัติการอยู่หอพัก

◀ ปีการศึกษา 2566



กลุ่มงานกิจการหอพัก

กลุ่มบริหารกิจการนักเรียนและหอพัก

โรงเรียนวิทยาศาสตร์จุฬารัตนราชวิทยาลัย ตรัง

คณะกรรมการบริหาร กลุ่มบริหารกิจการนักเรียนและหอพัก



นางสาวนิษฐา อำนัคมณี

ผู้อำนวยการโรงเรียนวิทยาศาสตร์จุฬาภรณราชวิทยาลัย ตรัง



นางสาวสุรารัตน์ ชำนาญหนา

ครูปฏิบัติหน้าที่รองผู้อำนวยการ
กลุ่มบริหารกิจการนักเรียนและหอพัก



นายทรงศักดิ์ หมั่นดนม

หัวหน้ากลุ่มบริหารกิจการนักเรียนและหอพัก



นายจรินทร์ จู้ห้อง

หัวหน้ากลุ่มงานกิจการนักเรียน






นางสาวสมศรี หุตอง

หัวหน้ากลุ่มงานกิจการหอพัก

หอพัก(หญิง) 1

จำนวนนักเรียน

 นักเรียนหญิง ม.4 จำนวน 77 คน
 นักเรียนหญิง ม.5 จำนวน 76 คน
 รวมทั้งหมด จำนวน 153 คน



ครูผู้ปกครองหอพัก



นางสาวรารัตน์ คลังช้อง
(ครูใบไม้)
062-2453949







นางสาวกุสุมา ศรีสวัสดิ์
(ครูปีกเป่า)
061-2494871



นางสาวรมลวรรณ ฤทธิมา
(ครุทรายตี)
063-2518999

หอพัก(หญิง) 2

จำนวนนักเรียน

 นักเรียนหญิง ม.1 จำนวน 38 คน
 นักเรียนหญิง ม.2 จำนวน 58 คน
 นักเรียนหญิง ม.3 จำนวน 46 คน
 รวมทั้งหมด จำนวน 142 คน



ครูผู้ปกครองหอพัก



นางสาวนารากร พุ่มเล่ง
(ครูบุ)
089-5197589





นางสาวจังกณา เต็งเจียง
(ครูคิ้ว)
082-5538774



นางสาวยุภาวดี มอมพิจิต
(ครูไฟ)
094-2159925

หอพัก(หญิง) 3

จำนวนนักเรียน

 นักเรียนหญิง ม.6 จำนวน 72 คน
 รวมทั้งหมด จำนวน 72 คน



ครูผู้ปกครองหอพัก



นางสาวปัทมา แพะนา
(ครูปัก)
089-6507413



นางสาวทิพยัณภา นิลวงศ์
(ครูทิพย์)
090-8632135

หอพัก(ชาย) 4

จำนวนนักเรียน

นักเรียนชาย ม.1 จำนวน 58 คน
นักเรียนชาย ม.2 จำนวน 38 คน
นักเรียนชาย ม.3 จำนวน 50 คน
นักเรียนชาย ม.6 จำนวน 33 คน
(ห้อง 2, 4, และ 6)
รวมทั้งหมด จำนวน 179 คน



ครูผู้ปกครองหอพัก



นายวรรณ คำเนตร
(ครูหนุ่ม)
063-5478100







นายวีระพงษ์ ชาญชญาบนท์
(ครูวี)
095-2571686



นายสิทริกร เสียมไหม
(ครูกาย)
097-1918525

หอพัก(ชาย) 5

จำนวนนักเรียน

-  นักเรียนชาย ม.4 จำนวน 67 คน
-  นักเรียนชาย ม.5 จำนวน 68 คน
-  นักเรียนชาย ม.6 จำนวน 35 คน (ห้อง 1, 3 และ 5)
-  รวมทั้งหมด จำนวน 170 คน



ครูผู้ปกครองหอพัก



นายศุกกิจ ยกทิว
(ครูเจี๊ยบ)
088-7531396



นายอภิชาติ ส่งแสง
(ครูเดี๋ยว)
065-6945199



นายชัยวัฒน์ หลักเพชร
(ครูตาหวาน)
091-0376526

กิจวัตรประจำวัน

เวลา	กิจกรรม
05.30	ตื่นนอน
05.30 น. – 07.00 น.	ทำภารกิจส่วนตัว สแกนใบหน้าออกจากหอพัก
07.00 น. – 07.30 น.	รับประทานอาหารเช้า
07.30 น. – 07.50 น.	สแกนใบหน้ามาเรียน ทำความสะอาดเขตพื้นที่รับผิดชอบ
07.50 น. – 08.30 น.	กิจกรรมหน้าเสาธง
08.30 น. – 16.00 น.	กิจกรรมการเรียนการสอน
16.00 น.	สแกนใบหน้ากลับหอพัก
16.00 น. – 17.45 น.	ออกกำลังกาย
17.45 น. – 18.00 น.	กลับหอพักทำภารกิจส่วนตัว
18.00 น. – 19.00 น.	รับประทานอาหารเช้า
19.00 น. – 19.30 น.	ทบทวนบทเรียนด้วยตนเอง
19.30 น. – 20.00 น.	ประชุมนักเรียนประจำวัน
20.00 น. – 23.00 น.	ทบทวนบทเรียนห้อง Study
23.00 น.	เก็บคอมพิวเตอร์ส่วนตัว, ปิดไฟ

หมายเหตุ

Big Cleaning ทุกวันอาทิตย์ เวลา 16.00 น. – 18.00 น.

สารานุกรมโภชนาการโรงเรียนบริการ



อาหาร 3 มือ



อาหารเสริม(นม)



ซักเสื้อผ้า

เวลารับประทานอาหาร

❖ การรับประทานอาหาร

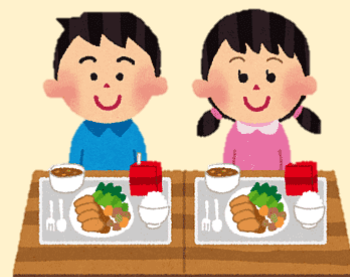
- ให้นักเรียนรับประทานอาหารบริเวณโรงอาหาร
- ห้ามนักเรียนรับประทานอาหารบริเวณอาคารเรียน ห้องเรียน ศูนย์กีฬา และหอประชุม
- ให้นักเรียนนั่งรับประทานอาหารให้เรียบร้อยตามที่กำหนด ห้ามเดินรับประทานอาหาร

❖ วันที่มีการเรียนการสอน

- ม.ต้น
 - มื้อเช้า เวลา 06.30-07.00 น.
 - มื้อเที่ยง เวลา 11.00-11.50 น.
 - มื้อเย็น เวลา 17.30-18.00 น.
- ม.ปลาย
 - มื้อเช้า เวลา 07.00-07.30 น.
 - มื้อเที่ยง เวลา 11.50-12.40 น.
 - มื้อเย็น เวลา 18.00-18.30 น.

❖ วันหยุดทุกกรณี

- ม.ต้น
 - มื้อเช้า เวลา 07.30-08.00 น.
 - มื้อเที่ยง เวลา 11.00-11.50 น.
 - มื้อเย็น เวลา 17.30-18.00 น.
- ม.ปลาย
 - มื้อเช้า เวลา 08.00-08.30 น.
 - มื้อเที่ยง เวลา 11.50-12.40 น.
 - มื้อเย็น เวลา 18.00-18.30 น.



การบริการอาหารเสริม(นม)

- ❖ โรงเรียนมีบริการอาหารเสริม(นม)แก่นักเรียนโดยนักเรียนสามารถรับนมได้หลังจากการประชุมประจำวันหอพัก เวลาประมาณ 19.30 น.ซึ่งทางโรงเรียนจะจัดสรรนมตามตารางที่กำหนดดังนี้

รายการส่งนม ภาคเรียนที่ 1/2566

วัน	รายการนม	
จันทร์	โยเกิร์ต	นมเปรี้ยว
อังคาร	นมสด	นมเปรี้ยว
พุธ	นมสด	นมเปรี้ยว
พฤหัสบดี	โยเกิร์ต	นมเปรี้ยว
ศุกร์	โยเกิร์ต	นมเปรี้ยว
เสาร์	ดัชมิลล์กล่อง	นมสด
อาทิตย์	นมสด	นมเปรี้ยว



การส่งผ้าซักร

1

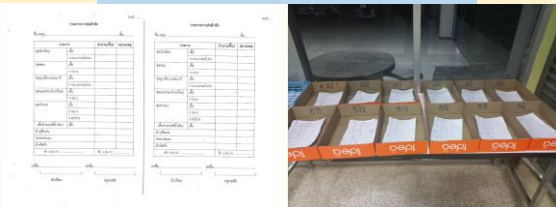
แจ้งกำหนดการและ
ระเบียบการ ส่ง-รับผ้าซักร



2

ให้นักเรียนเขียนใบรายการส่งผ้าซักร

แบบฟอร์ม รายการส่งผ้าซักร



3

นักเรียนวางถุงผ้าจูดวางพร้อมส่งซักร



4

ผู้ประกอบการตรวจเช็คก่อนนำไปซักร
โดยครูหอพักควบคุมการตรวจสอบ



5

การรับถุงผ้าคืน



การรับพัสดุ

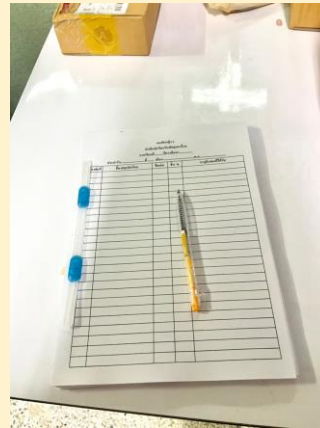
1

ประกาศแจ้งนักเรียนเพื่อมารับพัสดุ



2

ให้นักเรียนลงลายชื่อผู้รับพัสดุ



3

นักเรียนต้องแกะกล่องพัสดุ
หรือกล่องของฝากเพื่อตรวจสอบ



ห้ามนักเรียนรับพัสดุโดยไม่รับการอนุญาตโดยเด็ดขาด

การรับนักเรียนกลับบ้าน

- 1) ในวันศุกร์อนุญาตให้ผู้ปกครองมารับนักเรียนได้ระหว่างเวลา 16:00 น. - 17:00 น. และผู้ปกครองจะมาส่งนักเรียนในวันอาทิตย์ ก่อนเวลา 17.00 น. เท่านั้น
- 2) ในการรับนักเรียนออกจากหอพักและส่งเข้ากลับหอพักทุกครั้ง นักเรียนจะต้อง แต่งกายชุดนักเรียนเรียบร้อย
- 3) ผู้ปกครองที่สามารถรับนักเรียนออกจากหอพักต้องเป็นผู้ปกครองที่มี รายชื่อตามใบมอบอำนาจเท่านั้น
- 4) หากครูผู้ปกครองหอพักยังไม่ได้ลงชื่อ นักเรียนไม่สามารถออกจากหอพักได้
- 5) หากโรงเรียนไม่อนุญาตให้นักเรียนกลับบ้าน ผู้ปกครองจะมารับนักเรียนไปค้างไม่ได้ ยกเว้นกรณีจำเป็นจริงๆอยู่ที่ดุลยพินิจของรองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารกิจการนักเรียนและหอพักเท่านั้น
- 6) อนุญาตให้ผู้ปกครองมาเยี่ยมนักเรียนได้ใน วันเสาร์ – อาทิตย์ ระหว่างเวลา 08:00 น. - 17:00 น. เท่านั้น ส่วนวันปกติหากมีความจำเป็น ต้องติดต่อที่กลุ่มบริหารกิจการนักเรียนและหอพัก ระหว่างเวลา 09:00 น. - 16:00 น.

เครื่องหมายชุดนักเรียนชาย

❖ เข็มโลหะตราสัญลักษณ์ของโรงเรียน



เข็มโลหะ ม.ต้น



เข็มโลหะ ม.ปลาย

❖ เข็มขัดหัวโลหะตราสัญลักษณ์ของโรงเรียน



เข็มขัดหัวโลหะ ม.ต้น



เข็มขัดหัวโลหะ ม. ปลาย

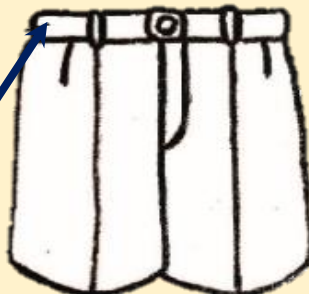
การแต่งกายชุดนักเรียนชาย

เข็มโลหะ ตราประจำโรงเรียน



ปักชื่อนามสกุลด้วยไหมสีน้ำเงิน

เข็มขัดหนังสีดำ กว้าง 3-4 ซม.
หัวโลหะตราโรงเรียน
ม.ต้นสีเงิน /ม.ปลายสีทอง

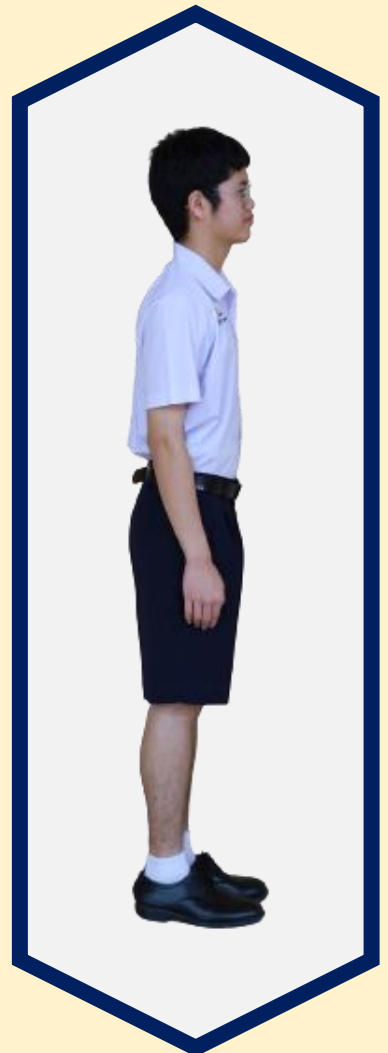
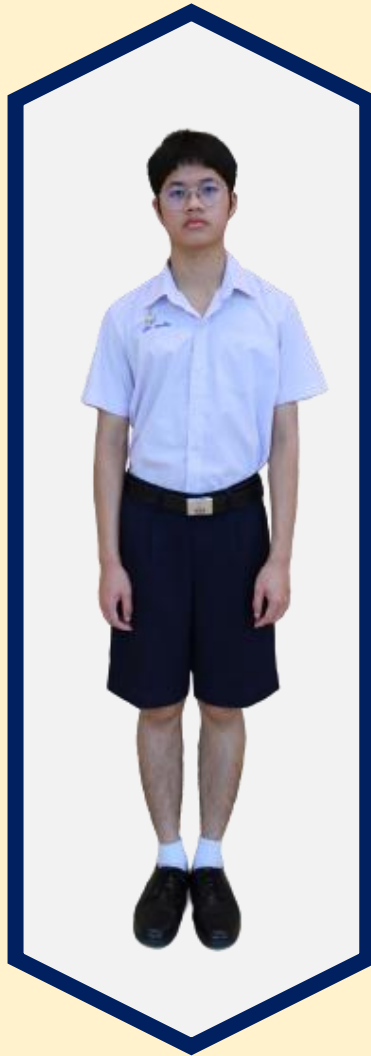
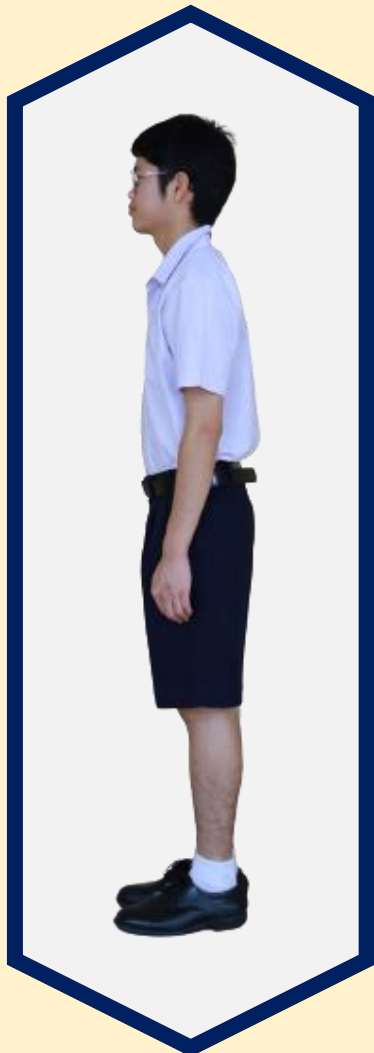


เสื้อใช้ด้ายขาวคอตตั้น แขนสั้น
กระดุมเสื้อพลาสติกสีขาวใส

กางเกงสีกรมท่า ทรงนักเรียนชายสั้น
มีหู 7 หู กระเป๋าทตามแนวตะเข็บ
ข้างละ หนึ่ง กระเป๋ามีจیبด้านหน้า
ข้างละ 2 จีบ เป็นลักษณะจیبออก
ไม่มีกระเป๋าลับ

การแต่งกายชุดนักเรียนชาย

❖ ตัวอย่างการแต่งกายชุดนักเรียนชาย



เครื่องหมายชุดนักเรียนหญิง

❖ เข็มโลหะตราสัญลักษณ์ของโรงเรียน



เข็มโลหะ ม.ต้น



เข็มโลหะ ม.ปลาย

❖ กระดุมโลหะตราสัญลักษณ์ของโรงเรียน



กระดุมโลหะ ม.ต้น



กระดุมโลหะ ม.ปลาย

❖ เข็มขัดหัวโลหะตราสัญลักษณ์ของโรงเรียน



เข็มขัดหัวโลหะ ม.ต้น

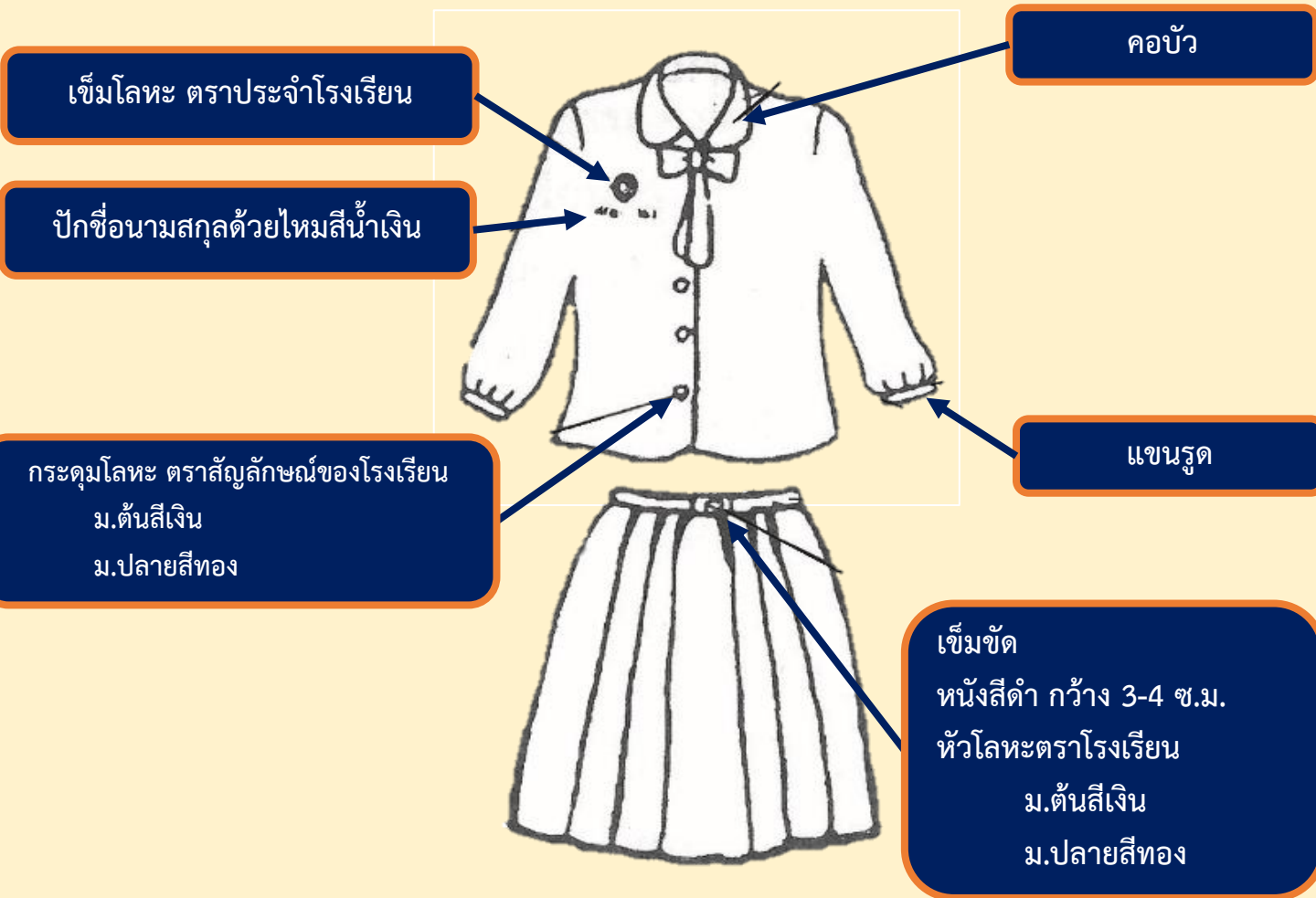


เข็มขัดหัวโลหะ ม.ปลาย



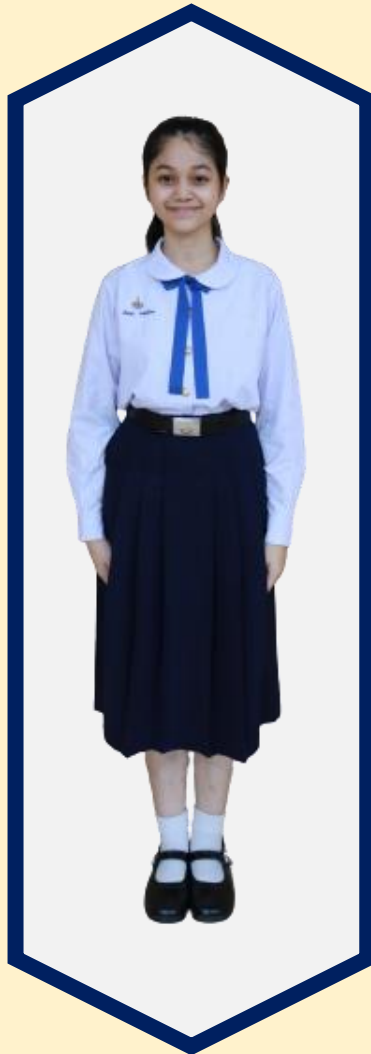
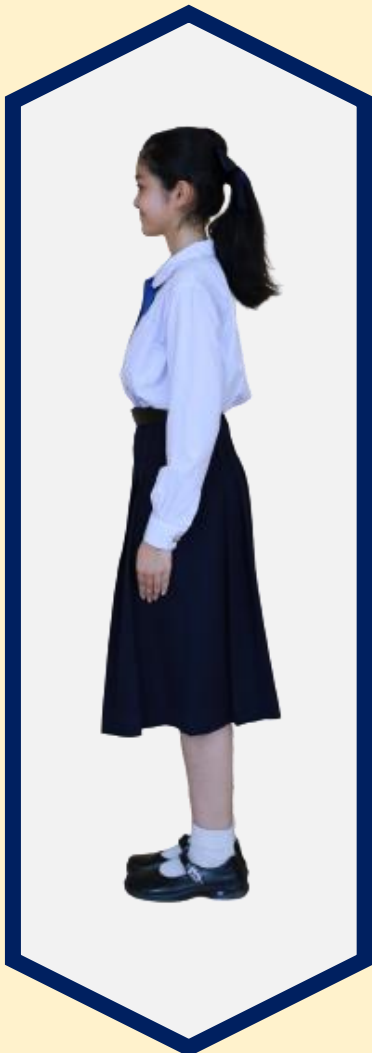
การแต่งกายชุดนักเรียนหญิง

❖ ชุดนักเรียนหญิง



การแต่งกายชุดนักเรียนหญิง

❖ ตัวอย่างการแต่งกายชุดนักเรียนหญิง



การแต่งกายชุดพิธีการชาย

❖ หมวกชุดพิธีการชาย



หมวกชุดพิธีการ ม.ต้น



หมวกชุดพิธีการ ม.ปลาย

❖ แฉกคอชุดพิธีการชาย



แฉกคอชุดพิธีการ ม.ต้น



แฉกคอชุดพิธีการ ม.ปลาย

❖ กระจดุมชุดพิธีการชาย



กระจดุมโลหะชุดพิธีการ ม.ต้น



กระจดุมโลหะชุดพิธีการ ม.ปลาย

การแต่งกายชุดพิธีการชาย

❖ ชุดพิธีการนักเรียนชาย

แผงคอสีกรมท่า ประดับแถบทองกว้าง 1 ซม.

ม.ต้นสีเงิน

ม.ปลายสีทอง

เส้นนอกคอตั้งสีขาว

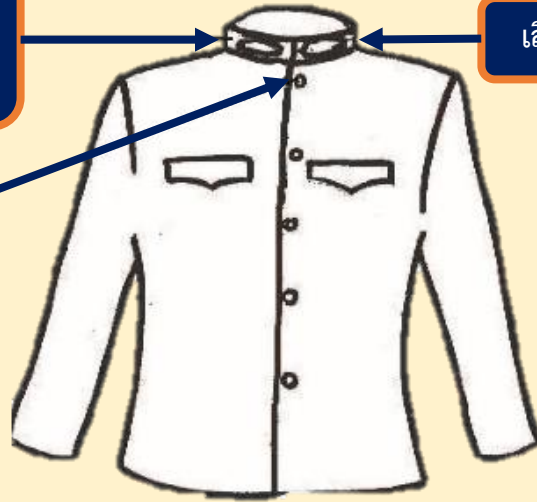
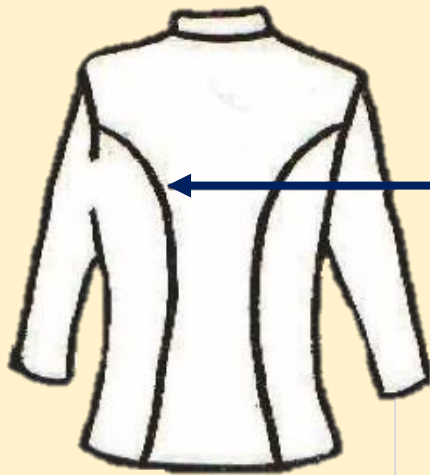
กระดุมโลหะ ตราสัญลักษณ์ของโรงเรียน

ม.ต้นสีเงิน

ม.ปลายสีทอง

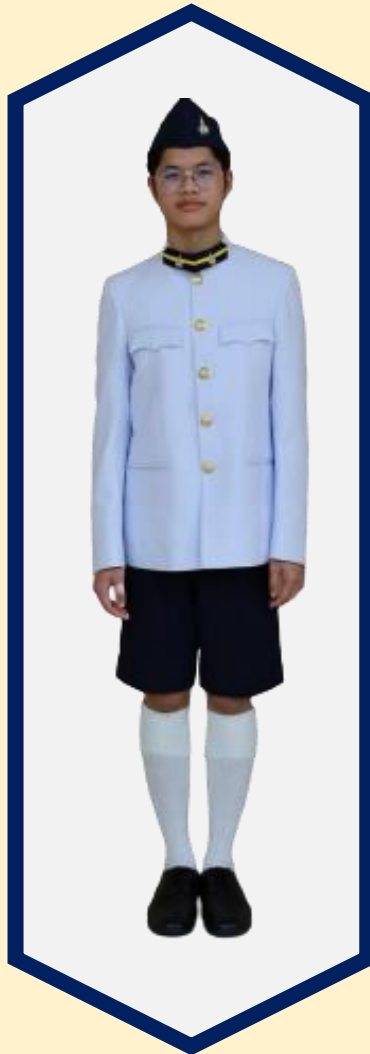
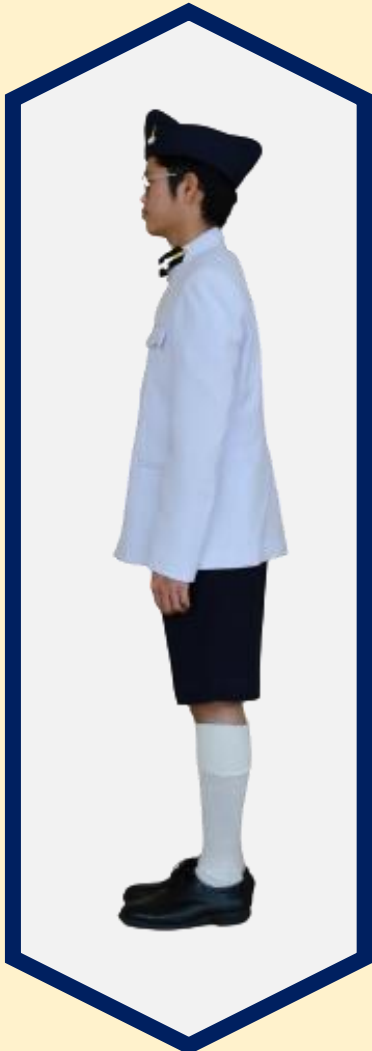
ตะเข็บโค้งซ้าย-ขวา

กางเกง เข็มขัด ใช้ร่วมกับกางเกง
ชุดนักเรียนปกติ



การแต่งกายชุดพิธีการชาย

❖ ตัวอย่างการแต่งกายชุดพิธีการชาย



เครื่องหมายชุดพิธีการหญิง

❖ หมวกชุดพิธีการหญิง



หมวกชุดพิธีการ ม.ต้น



หมวกชุดพิธีการ ม.ปลาย

❖ กระจดุมโลหะชุดพิธีการหญิง



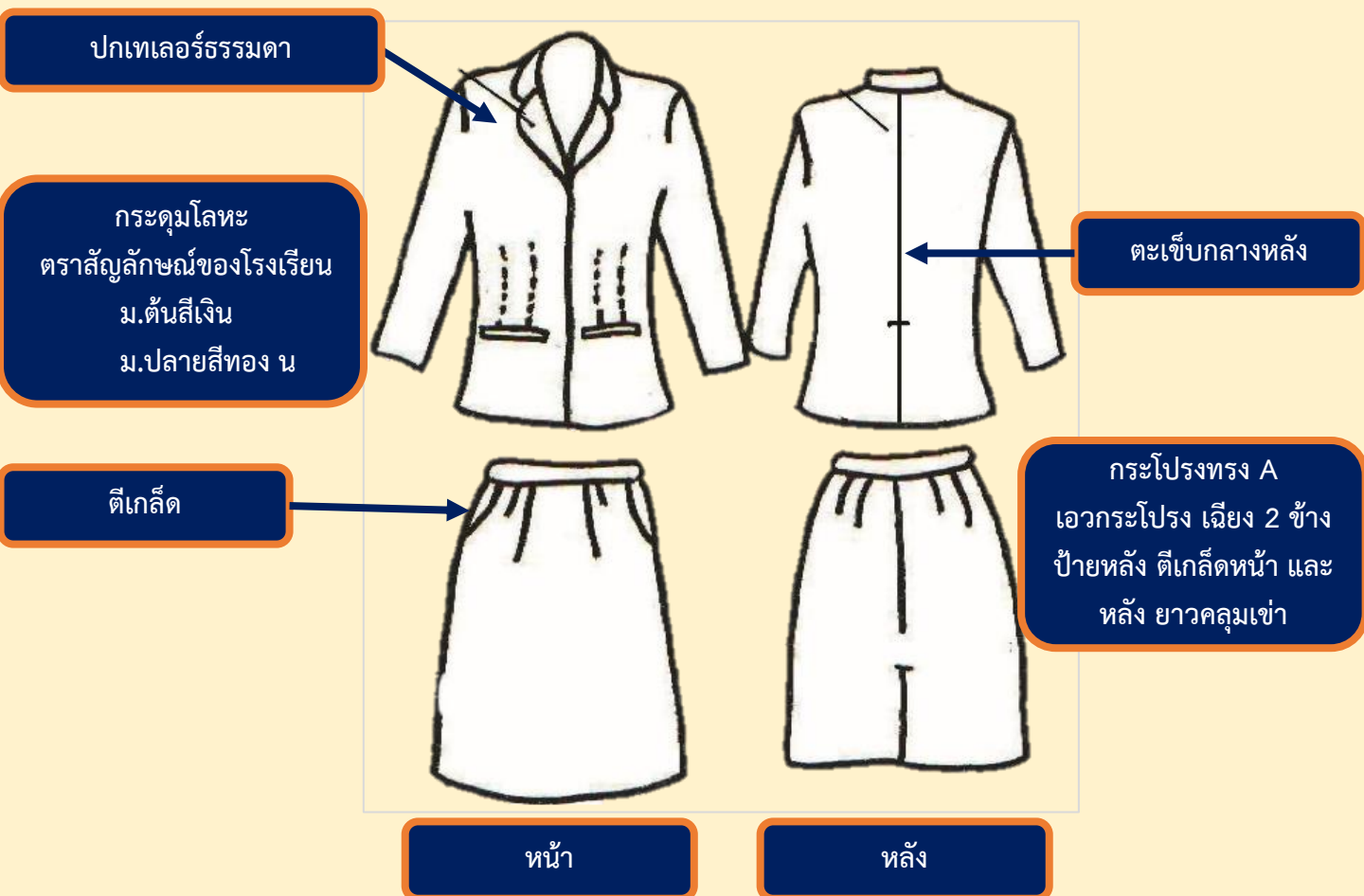
กระจดุมโลหะชุดพิธีการ ม.ต้น



กระจดุมโลหะชุดพิธีการ ม.ปลาย

การแต่งกายชุดพิธีการหญิง

❖ ชุดพิธีการหญิง



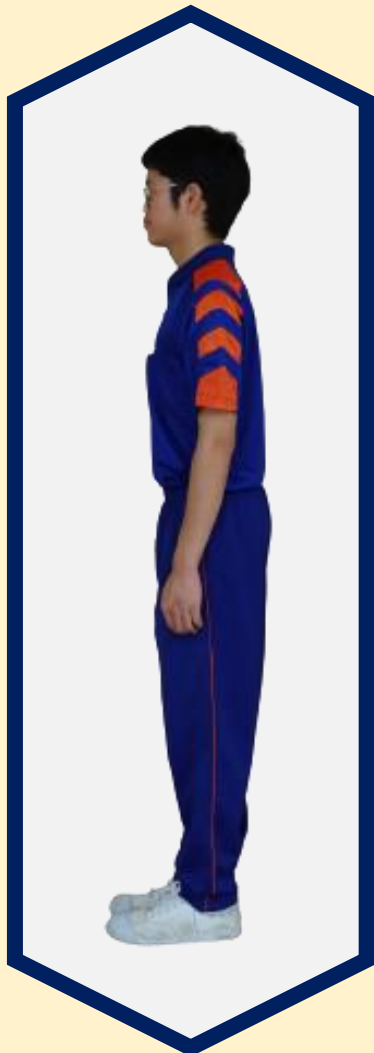
การแต่งกายชุดพิธีการหญิง

❖ ตัวอย่างการแต่งกายชุดพิธีการหญิง



การแต่งกายชุดพลະชาย

❖ ตัวอย่างการแต่งกายชุดพลະชาย



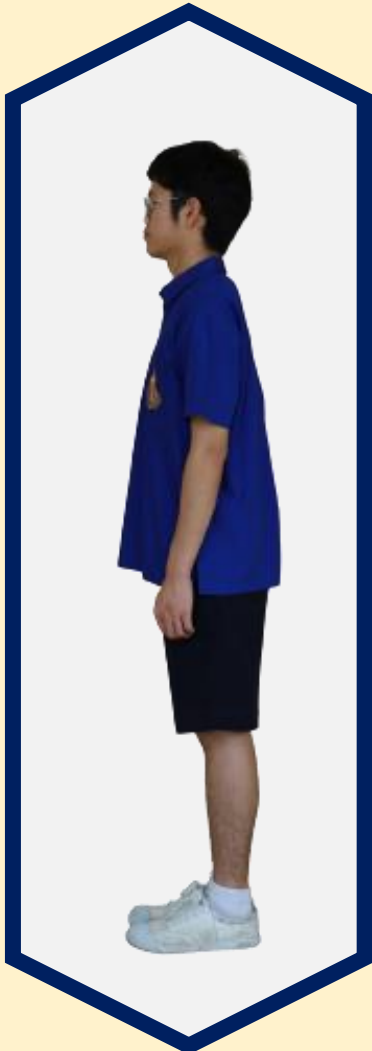
การแต่งกายชุดพลະหญิง

❖ ตัวอย่างการแต่งกายชุดพลະหญิง



การแต่งกายชุดลำลอง(โรงเรียน)ชาย

❖ ตัวอย่างการแต่งกายชุดลำลอง(โรงเรียน)ชาย



การแต่งกายชุดลำลอง(โรงเรียน)หญิง

❖ ตัวอย่างการแต่งกายชุดลำลอง(โรงเรียน)หญิง



ระเบียบโรงเรียนวิทยาศาสตร์จุฬาราชวิทยาลัย ตรัง
ว่าด้วยการไว้ทรงผมของนักเรียน
พ.ศ. ๒๕๖๖

โดยที่เป็นการสมควรกำหนดข้อปฏิบัติและข้อห้ามปฏิบัติในการไว้ทรงผมของนักเรียนเพื่อให้เกิดความชัดเจนในการดำเนินการของโรงเรียนวิทยาศาสตร์จุฬาราชวิทยาลัย ตรัง มีความเหมาะสมกับสภาวะการณ์ปัจจุบัน และการปฏิบัติตนของนักเรียนเป็นไปด้วยความถูกต้อง รวมทั้งเป็นการคุ้มครองศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์

อาศัยอำนาจตามความในมาตรา ๑๒ แห่งพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการ กระทรวงศึกษาธิการ พ.ศ. ๒๕๔๖ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการจึงวางระเบียบไว้ ดังต่อไปนี้

ข้อ ๑ ระเบียบนี้เรียกว่า “ระเบียบโรงเรียนวิทยาศาสตร์จุฬาราชวิทยาลัย ตรัง ว่าด้วยการไว้ทรงผมของนักเรียน พ.ศ. ๒๕๖๖”

ข้อ ๒ ระเบียบนี้ให้ใช้บังคับตั้งแต่วันถัดจากวันประกาศในโรงเรียนวิทยาศาสตร์จุฬาราชวิทยาลัย ตรัง เป็นต้นไป

ข้อ ๓ ในระเบียบนี้

“นักเรียน” หมายความว่า บุคคลซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนวิทยาศาสตร์จุฬาราชวิทยาลัย ตรัง

“สถานศึกษา” หมายความว่า โรงเรียนวิทยาศาสตร์จุฬาราชวิทยาลัย ตรัง

“หัวหน้าสถานศึกษา” หมายความว่า ผู้อำนวยการโรงเรียนวิทยาศาสตร์จุฬาราชวิทยาลัย ตรัง

ข้อ ๔ นักเรียนต้องปฏิบัติตนเกี่ยวกับการไว้ทรงผม ดังนี้

(๑) นักเรียนชายจะไว้ผมสั้นหรือยาวก็ได้

กรณีไว้ผมสั้น ให้นักเรียนชายตัดผมเกรียนทั้ง ๓ ด้าน ด้านบนยาวไม่เกิน ๔ เซนติเมตร ด้านหน้า ยาวไม่เกิน ๖ เซนติเมตร

กรณีไว้ผมยาว ให้นักเรียนชายตัดผมทรงสูง ด้านบนยาวไม่เกิน ๖ เซนติเมตร ด้านหน้ายาวไม่เกิน ๖ เซนติเมตร

(๒) นักเรียนหญิงจะไว้ผมสั้นหรือยาวก็ได้

กรณีไว้ผมสั้น ให้นักเรียนหญิงตัดผมให้มีความยาวจากตึงหูลงมาไม่เกิน ๔ เซนติเมตร ด้านหลังตัดตรง อนุญาตให้ไว้ผมหน้าม้าได้ กรณีผมด้านหน้าและด้านหลังยาวเสมอกันให้เปิดหน้าผาก ใช้กิ๊บดำเก็บผมให้เรียบร้อย

กรณีไว้ผมยาว ให้นักเรียนหญิงเก็บรวบผมตึง มัดกลางท้ายทอย ใช้อย่างรัดผมสีดำ รับบิ้นสีน้ำเงิน ความยาวของปลายผมด้านหลัง วัดจากขอบบนปกเสื้อยาวไม่เกิน ๑๕ เซนติเมตร อนุญาตให้ไว้ผมหน้าม้าได้แต่ให้เก็บรวบผมให้เรียบร้อย

ข้อ ๕ นักเรียนต้องห้ามปฏิบัติตน ดังนี้


- (๑) ดัดผม
- (๒) ย้อมสีผมให้ผิดไปจากเดิม
- (๓) ไว้หนวดหรือเครา
- (๔) ห้ามกันโรคม ไม้ไวจอน ไม้ใส่น้ำมัน เจล ครีม และห้ามฉีดพ่นสเปรย์แต่งทรงผม
- (๕) การกระทำอื่นใดซึ่งไม่เหมาะสมกับสภาพการเป็นนักเรียน เช่น การตัดแต่งทรงผมเป็นรูปทรง

สัญลักษณ์ เป็นลวดลาย ซอย ยืด หรือหนีบ

ข้อ ๖ ความในข้อ ๔ และข้อ ๕ มิให้นำมาใช้บังคับแก่นักเรียนที่มีเหตุผลความจำเป็นในการปฏิบัติ ตามหลักสูตรของตนหรือการดำเนินกิจกรรมของสถานศึกษา หรือมีเหตุผลความจำเป็นพิเศษให้หัวหน้า สถานศึกษาเป็นผู้มีอำนาจพิจารณาอนุญาต

ข้อ ๗ ให้ผู้บริหารสถานศึกษา กำกับดูแล ให้เป็นไปตามระเบียบนี้

ประกาศ ณ วันที่ ๗ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๖



(นางสาวชัชชญา อำนัภณี)

ผู้อำนวยการโรงเรียนวิทยาศาสตร์จุฬาภรณราชวิทยาลัย ตรัง

พ.พ.

1. นักเรียนต้องปฏิบัติตนเกี่ยวกับการ ไว้ทรงผมดังนี้

- ❖ นักเรียนชายจะไว้ผมสั้นหรือยาวก็ได้
 - กรณีไว้ผมสั้น ให้นักเรียนชายตัดผมเกรียนทั้ง 3 ด้าน ด้านบนยาวไม่เกิน 4 เซนติเมตร ด้านหน้า ยาวไม่เกิน 6 เซนติเมตร
 - กรณีไว้ผมยาว ให้นักเรียนชายตัดผมทรงสูง ด้านบนยาวไม่เกิน 6 เซนติเมตร ด้านหน้ายาวไม่เกิน 6 เซนติเมตร
- ❖ นักเรียนหญิงจะไว้ผมสั้นหรือยาวก็ได้
 - กรณีไว้ผมสั้น ให้นักเรียนหญิงตัดผมให้มีความยาวจากดั้งหลุงมาไม่เกิน 4 เซนติเมตร ด้านหลังตัดตรง อนุญาตให้ไว้ผมหน้าม้าได้ กรณีผมด้านหน้าและด้านหลังยาวเสมอ ให้เปิดหน้าผากใช้กับด้าเก็บผมให้เรียบร้อย
 - กรณีไว้ผมยาว ให้นักเรียนหญิงเก็บรวบผมตึง มัดกลางท้ายทอย ใช้อย่างรัดผมสีดำ รับบิ้นสีน้ำเงิน ความยาวของปลายผมด้านหลัง วัดจากขอบบนปกเสื้อยาวไม่เกิน 15 เซนติเมตร อนุญาตให้ผมหน้าม้าได้แต่ให้เก็บรวบผมให้เรียบร้อย

2. นักเรียนต้องห้ามปฏิบัติตน ดังนี้

- 1) ตัดผม
- 2) ย้อมสีผมให้ผิดไปจากเดิม
- 3) ไว้หนวดหรือเครา
- 4) ห้ามกันไรผม ไม่ไว้จอน ไม่ใส่น้ำมัน เจล ครีม และ ห้ามฉีดพ่นสเปรย์แต่งผม เป็นรูปทรงสัญลักษณ์ เป็นลวดลาย ซอย ยืด หรือหนีบ

3. ความ ในข้อ 1 และข้อ 2 มิให้นำมาใช้บังคับแก่นักเรียนที่มีเหตุผล ความจำเป็นในการปฏิบัติ ตามหลักศาสนาของตน หรือการดำเนินกิจกรรมของสถานศึกษา หรือมีเหตุผลจำเป็น พิเศษ ให้หัวหน้าสถานศึกษาเป็นผู้มีอำนาจพิจารณาอนุญาต

4. ให้ผู้บริหารสถานศึกษา กำกับดูแล ให้เป็นไปตามระเบียบนี้

เกณฑ์การเพิ่มคะแนน คุณลักษณะอันพึงประสงค์

ที่	คะแนนคุณลักษณะอันพึงประสงค์	คะแนน
1	มีความรักชาติ ศาสน์ กษัตริย์	
	1.1 ร่วมกิจกรรมวันสำคัญทางสถาบันชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ในสถานศึกษาและนอกสถานศึกษา เช่น วันเฉลิมพระชนมพรรษา วันเข้าพรรษา เป็นต้น	10
	1.2 ได้รับรางวัลการประกวดผลงานที่เกี่ยวข้องกับสถาบันชาติ ศาสนาพระมหากษัตริย์ ในระดับโรงเรียน ระดับจังหวัด ระดับภาคและระดับชาติ	20,30,40 50
2	มีวินัย และ มีความซื่อสัตย์สุจริต	
	2.1 ตัดทรงผมและแต่งกายถูกต้องตามระเบียบตลอดภาคเรียน	30
	2.2 มาเรียนเต็มเวลาตลอดภาคเรียน	30
	2.3 เก็บของมีค่าที่พบได้ นำส่งมอบครูเพื่อคืนเจ้าของ	20
	2.4 ได้รับการยกย่องเรื่องวินัย ความซื่อสัตย์ สุจริต (มีเกียรติบัตรเชิดชูเกียรติ)	30
2.5 ไม่ถูกตัดคะแนนความประพฤติตลอดภาคเรียน	50	

เกณฑ์การเพิ่มคะแนน คุณลักษณะอันพึงประสงค์

ที่	คะแนนคุณลักษณะอันพึงประสงค์	คะแนน
3	<p>ใฝ่เรียน ใฝ่รู้ รักการอ่านและการค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเอง</p> <p>3.1 ได้รับผลการเรียนเฉลี่ย 4.00 แต่ละภาคเรียน</p> <p>3.2 ทำโครงการ และนำเสนอเป็นที่ยอมรับในระดับโรงเรียน ระดับ จังหวัดระดับภาค และระดับชาติ</p> <p>3.3 เป็นตัวแทนเข้าร่วมแข่งขันกิจกรรม ทักษะทางวิชาการ ในระดับ โรงเรียนระดับจังหวัด ระดับภาค และระดับชาติ</p> <p>3.4 เป็นตัวแทนให้ความรู้หมุ่คณะ ในระดับโรงเรียน ระดับ จังหวัดระดับภาค และระดับชาติ</p> <p>3.5 สอบผ่านธรรมศึกษาชั้นตรี-โท-เอก</p> <p>3.6 เข้าร่วมการอบรม สัมมนาร่วมกับองค์กรต่างๆ</p> <p>3.7 ได้รับรางวัลเกี่ยวกับการอ่าน การใฝ่รู้ใฝ่เรียน</p>	<p>20</p> <p>20,30,40,50</p> <p>20,30,40,50</p> <p>20,30,40,50</p> <p>20,30,40</p> <p>20</p> <p>20</p>
4	<p>มุ่งมั่นในการทำงานและดำรงชีวิตอยู่อย่างพอเพียง</p> <p>4.1 ได้รับเกียรติบัตรด้านความมุ่งมั่นในการทำงาน/เศรษฐกิจพอเพียง</p> <p>4.2 ได้รับรางวัลประเภทการประดิษฐ์สื่อ เครื่องมือ อุปกรณ์ ต่างๆจากวัสดุเหลือใช้</p> <p>4.3 ทำโครงการเศรษฐกิจพอเพียง โดยนำเสนอ เผยแพร่และเป็นที่ยอมรับ</p> <p>4.4 ทำโครงการ นำเสนอ และเผยแพร่ถึงวิธีการลด การใช้ ทรัพยากรน้ำและไฟฟ้า</p>	<p>20</p> <p>30</p> <p>30</p> <p>30</p>

เกณฑ์การเพิ่มคะแนน คุณลักษณะอันพึงประสงค์

ที่	คะแนนคุณลักษณะอันพึงประสงค์	คะแนน
5	<p>เห็นคุณค่าของการเรียนรู้จากการปฏิบัติทดลองจริง</p> <p>5.1 เข้าร่วมประกวดโครงงานวิทยาศาสตร์ ประเภททดลองในโอกาสต่างๆระดับภาค และระดับชาติ</p> <p>5.2 ได้รับเกียรติบัตร รางวัลการประกวดโครงงานวิทยาศาสตร์ ประเภททดลอง สร้างชื่อเสียงโรงเรียนในระดับโรงเรียน ระดับจังหวัด</p> <p>5.3 เข้าร่วมศึกษาดูงานด้านวิทยาศาสตร์ในต่างประเทศ</p>	<p>10</p> <p>20,30,40, 50</p> <p>30</p>
6	<p>มีความภาคภูมิใจในความเป็นไทย และศิลปวัฒนธรรมไทย</p> <p>6.1 จัดทำโครงการที่เกี่ยวข้องกับความเป็นไทย และผลงานมีคุณค่าเป็นที่ยอมรับในระดับโรงเรียน ระดับจังหวัด ระดับภาค และระดับชาติ</p> <p>6.2 เป็นนักเรียนที่ได้รับการยกย่องว่าใช้ภาษาไทยสื่อสารได้ถูกต้องตามกาลเทศะ</p> <p>6.3 ร่วมแสดงความสามารถในกิจกรรมดนตรี นาฏศิลป์ไทย และเพลงไทย เดิม</p> <p>6.4 ร่วมแข่งขันกีฬาในระดับจังหวัด ระดับภาค ระดับชาติ</p> <p>6.5 เป็นนักเรียนที่ได้รับการยกย่องด้านมารยาทไทย</p> <p>6.6 ปฏิบัติกิจกรรมวันสำคัญทางศาสนา</p>	<p>20,30,40,50</p> <p>20</p> <p>20</p> <p>20,30,40</p> <p>30</p> <p>30</p>

เกณฑ์การเพิ่มคะแนน คุณลักษณะอันพึงประสงค์

ที่	คะแนนคุณลักษณะอันพึงประสงค์	คะแนน
7	<p>มีจิตสาธารณะและมีอุดมการณ์มุ่งมั่นในการพัฒนาประเทศ</p> <p>7.1 อาสาช่วยเหลือครู/ด้วยความเต็มใจ (ต่อครั้ง) 10</p> <p>7.2 ร่วมกิจกรรมชุมชนที่โรงเรียนเกี่ยวข้องมากกว่าจำนวนครั้งที่โรงเรียนกำหนด 20</p> <p>7.3 เป็นหัวหน้า - รองหัวหน้า คณะกรรมการห้องเรียน 10</p> <p>7.4 เป็นคณะกรรมการนักเรียนโรงเรียน และ คณะกรรมการนักเรียนหอพัก 20</p> <p>7.5 เป็นคณะกรรมการสภานักเรียนในระดับประเทศ 40</p> <p>7.6 บริจาคโลหิต 50</p> <p>7.7 เข้าร่วมสัมมนา/ไต่वाที่/วิทยากรร่วม ด้านการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคมและการเมือง ในระดับโรงเรียน ระดับจังหวัด ระดับภาค และ ระดับชาติ 20,30,40,50</p>	
8	<p>เห็นคุณค่าและความสำคัญของวิจัย และการประดิษฐ์คิดค้น</p> <p>8.1 มีผลงานสิ่งประดิษฐ์ประเภทต่างๆ ด้านคณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี 20</p> <p>8.2 ได้รับรางวัลสิ่งประดิษฐ์ประเภทต่างๆ ด้านคณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ในระดับโรงเรียน ระดับจังหวัด ระดับภาค และระดับชาติ 20,30,40,50, 60</p>	

เกณฑ์การเพิ่มคะแนน คุณลักษณะอันพึงประสงค์

ที่	คะแนนคุณลักษณะอันพึงประสงค์	คะแนน
9	<p>มีจิตใจเปิดกว้าง เชื่อในเหตุผล เปลี่ยนแปลงความคิดเห็นของตนเอง ได้ตามข้อมูลและหลักฐานใหม่ที่ได้รับ</p> <p>9.1 เข้าร่วมสัมมนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็น แสดงเหตุผลร่วมกับผู้ทรงคุณวุฒิด้านต่างๆ (ต่อครั้ง)</p> <p>9.2 ศึกษาดูงานเพื่อเปิดโลกทัศน์ และการพัฒนาทักษะชีวิตทั้งในประเทศและต่างประเทศ (ต่อครั้ง)</p>	<p>10</p> <p>20,30,40,50, 60</p>
10	<p>มีรักและเห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย</p> <p>10.1 เป็นตัวแทนนักกีฬาเข้าร่วมแข่งขันในระดับโรงเรียน ระดับจังหวัดระดับภาคและระดับชาติ</p> <p>10.2 มีผลงาน/โครงการด้านการส่งเสริมสุขภาพ และเป็นที่ยอมรับ</p> <p>10.3 ได้รับรางวัลการประกวดผลงาน/โครงการด้านการส่งเสริมสุขภาพ ในระดับโรงเรียน ระดับจังหวัด ระดับภาค และ ระดับชาติ</p>	<p>20,30,40,50</p> <p>15</p> <p>20,30,40,50</p>

เกณฑ์คะแนนการกระทำความผิด

ที่	รายการกระทำความผิด	รายการ ลงโทษตัด คะแนน	รายการ ลงโทษแนว ปฏิบัติ	หมายเหตุ
1	<p>การมาโรงเรียน (หลังเวลา 08.00 น.)</p> <p>หลังเวลาเคารพธงชาติ</p> <p>1.1 มาสายเวลา 08.01-08.30 น.</p> <p>1.2 มาสายเกินเวลา 08.30 น.</p>	<p>5</p> <p>10</p>	<p>ตักเตือน</p> <p>ตักเตือน</p>	
2	<p>ไม่เข้าร่วมกิจกรรมของโรงเรียน</p> <p>2.1 ไม่เข้าห้องประชุม</p> <p>2.2 ไม่เข้าแถว</p> <p>2.3 หนีเรียน/ไม่เข้าห้องเรียน</p> <p>2.4 ไม่เข้าร่วมกิจกรรมที่โรงเรียนจัด</p> <p>2.5 ไม่ร่วมกิจกรรมอย่างอื่นใน ห้องเรียนขณะที่มีการเรียนการสอน</p> <p>2.6 หนีออกนอกบริเวณโรงเรียน</p> <p>2.7 ก่อวุ่นหรือไม่ปฏิบัติตามคำสั่ง ของครูผู้สอนในช่วงโมงเรียน</p>	<p>10</p> <p>10</p> <p>15</p> <p>20</p> <p>5</p> <p>30</p> <p>10</p>	<p>ตักเตือน</p> <p>ตักเตือน</p> <p>ตักเตือน</p> <p>ตักเตือน</p> <p>ตักเตือน</p> <p>แจ้งผู้ปกครอง</p> <p>ตักเตือน</p>	

เกณฑ์คะแนนการกระทำความผิด

ที่	รายการกระทำความผิด	รายการ ลงโทษตัด คะแนน	รายการลงโทษ แนวปฏิบัติ	หมายเหตุ
3	เอกสาร/บัตรประจำตัวนักเรียน			
	3.1 ปลอมแปลงเอกสารการเรียน	20	ตัดเดือน	
	3.2 ปลอมลายมือชื่อครู/ผู้ปกครอง	20	แจ้งผู้ปกครอง	
	3.3 อ้างอิง แก้ไขหรือปลอมเอกสาร ทางราชการ	20	แจ้งผู้ปกครอง	
	3.4 นำเอกสารของโรงเรียนไปใช้ในทางไม่ถูกต้อง	20	แจ้งผู้ปกครอง	
	3.5 จำหน่าย/จ่ายแจกเอกสารโดยมิได้รับ อนุญาตจากทางโรงเรียน	15	ตัดเดือน	
	3.6 ไม่นำบัตรประจำตัวนักเรียนมาโรงเรียน/ไม่ แสดงตนมาโรงเรียน	10	ตัดเดือน	
	3.7 ใช้บัตรประจำตัวนักเรียนแทนผู้อื่น	20	แจ้งผู้ปกครอง	
4	เครื่องแบบและการแต่งกาย			
	4.1 เครื่องแบบไม่ถูกต้อง	10	ตัดเดือน	
	4.2 ไม่สวมเครื่องแบบของตนเอง	10	ตัดเดือน	
	4.3 สวมชุดพลศึกษาในวันที่ไม่มีคาบเรียน	10	ตัดเดือน	
	4.4 ใส่รองเท้าเหยียบส้น	5	ตัดเดือน	
	4.5 ไม่ปกชื้อ-สกุล	5	ตัดเดือน	
	4.6 ปล่อยชายเสื้อ	10	ตัดเดือน	
	4.7 สวมเสื้อโดยไม่กััดกระดุมเม็ดที่ 2 จากคอ	5	ตัดเดือน	
	4.8 นักเรียนหญิงไม่สวมเสื้อซับใน	5	ตัดเดือน	

เกณฑ์คะแนนการกระทำความผิด

ที่	รายการกระทำความผิด	รายการ ลงโทษตัด คะแนน	รายการ ลงโทษแนว ปฏิบัติ	หมายเหตุ
5	ทรงผม			
	5.1 ผมยาว	10	ตักเตือน	
	5.2 ผมชอย	30	เชิญผู้ปกครอง	
	5.3 ตกแต่งทรงผมทำสีผมผิดระเบียบที่ โรงเรียนกำหนด	20	เชิญผู้ปกครอง	
	5.4 ตัดผมผิดทรงแก้ไขไม่ได้	30	เชิญผู้ปกครอง	
6	แต่งใบหน้า ทาเล็บ ไว้เล็บยาวไว้ หวดเครา			
	6.1 แต่งหน้า ตกแต่งดวงตา	30	แจ้งผู้ปกครอง	
	6.2 ทาเล็บมือหรือเท้า	15	ตักเตือน	
	6.3 เล็บยาว	5	ตักเตือน	
	6.4 ไว้หวดเครา	5	ตักเตือน	
	6.5 ใส่คอนแทคเลนส์ (ที่ไม่ใช่สีธรรมชาติ) หรือ Big Eye	20	แจ้งผู้ปกครอง	
	6.6 ใส่ต่างหู	10	ตักเตือน	

เกณฑ์คะแนนการกระทำความผิด

ที่	รายการกระทำความผิด	รายการลงโทษ ตัดคะแนน	รายการลงโทษ แนวปฏิบัติ	หมายเหตุ
5	ทรงผม			
	5.1 ผมยาว	10	ตัดเตือน	
	5.2 ผมซอย	30	เชิญผู้ปกครอง	
	5.3 ตกแต่งทรงผมทำสีผมผิดระเบียบ ที่โรงเรียนกำหนด	20	เชิญผู้ปกครอง	
	5.4 ตัดผมผิดทรงแก้ไขไม่ได้	30	เชิญผู้ปกครอง	
6	แต่งใบหน้า ทาเล็บ ไว้เล็บยาวไว้ หวดเครา			
	6.1 แต่งหน้า ตกแต่งดวงตา	30	แจ้งผู้ปกครอง	
	6.2 ทาเล็บมือหรือเท้า	15	ตัดเตือน	
	6.3 เล็บยาว	5	ตัดเตือน	
	6.4 ไว้หวดเครา	5	ตัดเตือน	
	6.5 ใส่คอนแทคเลนส์ (ที่ไม่ใช่สี ธรรมชาติ) หรือ Big Eye	20	แจ้งผู้ปกครอง	
	6.6 ใส่ต่างหู	10	ตัดเตือน	

เกณฑ์คะแนนการกระทำความผิด

ที่	รายการกระทำความผิด	รายการ ลงโทษตัด คะแนน	รายการ ลงโทษแนว ปฏิบัติ	หมายเหตุ
7	ทำให้เสื่อมเสียชื่อเสียงของโรงเรียน			
	7.1 ไม่เข้าออกโรงเรียนในทางเข้าออก	50	เชิญผู้ปกครอง	
	7.2 ถูกเจ้าหน้าที่จากหน่วยราชการและเจ้าหน้าที่ตำรวจจับกุม	60-80	ทำทัณฑ์บน	
	7.3 กระทำการใดๆ ที่ทำให้เสื่อมเสียชื่อเสียงของ โรงเรียน	60-80	เชิญผู้ปกครอง	

เกณฑ์คะแนนการกระทำความผิด

ที่	รายการกระทำความผิด	รายการ ลงโทษตัด คะแนน	รายการ ลงโทษแนว ปฏิบัติ	หมายเหตุ
8	นำของต้องห้ามมาโรงเรียน			
	8.1 ใช้กระเป๋านักเรียนไม่ถูกต้องตาม แบบที่โรงเรียนกำหนด	5	ตัดเตือน	
	8.2 นำเครื่องมือสื่อสารทุกชนิดที่ไม่ เกี่ยวกับการเรียนมาใช้ในห้องเรียน/ อาคารเรียนโดยไม่ได้รับอนุญาต	10	ตัดเตือน	
	8.3 มีสื่อลามก หรือเผยแพร่สื่อลามก อนาจาร	20	แจ้งผู้ปกครอง ตัดเตือน	
	8.4 ใช้เครื่องประดับ ยกเว้นนาฬิกาสาย โลหะสายหนังดำ, น้ำตาล, ขาว	5	ตัดเตือน	
	8.6 ขับขี่รถจักรยานยนต์ รถยนต์มา โรงเรียน	10	ทำทัณฑ์บน	
	8.7 พกพาอาวุธหรือสิ่งของที่ใช้เป็นอาวุธ เช่น ปืนระเบิด	80	แจ้งเจ้าหน้าที่ ตำรวจ	
	8.8 พกอาวุธมีด	30	เชิญผู้ปกครอง	
	8.9 นำวัสดุที่เป็นอันตรายเข้ามาใน โรงเรียน	30	เชิญผู้ปกครอง	
	8.10 นำเครื่องเล่นที่ไม่เหมาะสมมา โรงเรียน	10	ตัดเตือน	

สิ่งของผิดระเบียบ ที่ไม่อนุญาตให้นำเข้าโรงเรียน

- ✘ เครื่องใช้ไฟฟ้าทุกชนิด ยกเว้น พัดลม
- ✘ เครื่องประดับทุกชนิด ยกเว้น นาฬิกาข้อมือ
- ✘ อุปกรณ์การพนัน สิ่งเสพติด และอาวุธทุกประเภท



เกณฑ์คะแนนการกระทำความผิด

ที่	รายการกระทำความผิด	รายการ ลงโทษตัด คะแนน	รายการ ลงโทษแนว ปฏิบัติ	หมายเหตุ
11	ทำลายทรัพย์สิน			
	11.1 ทำลายทรัพย์สินของผู้อื่น	30	เชิญผู้ปกครอง	
	11.2 ทำลายทรัพย์สินของโรงเรียน	30	เชิญผู้ปกครอง	
12	ความผิดเกี่ยวกับทรัพย์สิน			
	12.1 ฉ้อโกง	30	ตักเตือน	
	12.2 รีดไถ	30	เชิญผู้ปกครอง	
	12.3 ลักขโมย	30	เชิญผู้ปกครอง	
	12.4 ชูกรรโชก	30	เชิญผู้ปกครอง	
	12.5 ชูกรรโชก ใช้อาวุธ	40	เชิญผู้ปกครอง	
13	การพนัน			
	13.1 เล่นการพนันโดยไม่เอาทรัพย์สิน	10	แจ้งผู้ปกครอง	
	13.2 มุงดูหรืออยู่ร่วมในเหตุการณ์ที่มีการเล่นพนัน	10	แจ้งผู้ปกครอง	
	13.3 นำมาหรือมีอุปกรณ์ในการเล่นการพนัน ในการครอบครองอุปกรณ์สำหรับเล่นการพนันทุกชนิด	15	แจ้งผู้ปกครอง	
	13.4 เล่นการพนันโดยการเอาทรัพย์สิน	20	แจ้งผู้ปกครอง	

เกณฑ์คะแนนการกระทำความผิด

ที่	รายการกระทำความผิด	รายการ ลงโทษตัด คะแนน	รายการ ลงโทษแนว ปฏิบัติ	หมายเหตุ
14	การใช้กิริยาวาจาที่ไม่เหมาะสม			
	14.1 กลั่นแกล้ง ล้อเลียนผู้อื่น	5	ตักเตือน	
	14.2 กล่าวคำหยาบหรือพูดจาส่อเสียด	10	ตักเตือน	
	14.3 กล่าวเท็จทำให้ผู้อื่นเสียหาย	10	ตักเตือน	
	14.4 ดุหมิ่นเหยียดหยาม	15	แจ้งผู้ปกครอง	
	14.5 ก้าวร้าวบุคคลอื่นและครู	30	แจ้งผู้ปกครอง	
15	อบายมุขและสิ่งเสพติด			
	15.1 สูบบุหรี่หรือมีบุหรี่ไว้ในครอบครอง	20	เชิญผู้ปกครอง	
	15.2 ดื่มสุรา ของมีเมา หรือมีสุราไว้ในครอบครอง	50	เชิญผู้ปกครอง	
	15.3 มียาเสพติดหรือสิ่งเสพติดอื่นในครอบครองหรือจำหน่าย	60	เชิญผู้ปกครอง	

เกณฑ์คะแนนการกระทำความผิด

ที่	รายการกระทำความผิด	รายการ ลงโทษตัด คะแนน	รายการ ลงโทษแนว ปฏิบัติ	หมายเหตุ
16	เบ็ดเตล็ด			
	16.1 นำอาหารและเครื่องดื่มทุกชนิดไป รับประทานและดื่มในสถานที่โรงเรียน ห้าม	5	แจ้งผู้ปกครอง	
	16.2 กระทำการใดๆ ให้เกิดความสกปรก ภายในโรงเรียน	10	แจ้งผู้ปกครอง ตักเตือน	
	16.3 ไม่ดำเนินการหรือปฏิบัติตาม คำสั่งที่โรงเรียนแจ้ง หรือมอบหมาย	10	ตักเตือน	
	16.4 ใช้สถานที่ผิดประเภท เช่น เล่น กีฬาใน ห้องเรียน	10	แจ้งผู้ปกครอง ทัณฑ์บน	
	16.5 มีหรือใช้สิ่งทำให้เกิดเสียงดัง หรือ ก่อให้เกิดอันตรายหรือก่อให้เกิด ความหวาดกลัว ความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น	20	ตักเตือน แจ้งผู้ปกครอง	
	16.6 ทุจริตในการสอบ	60	ตักเตือน	
	16.7 เชิญผู้ปกครองมาแล้วไม่มาตาม กำหนด	10	ตักเตือน	
	16.8 หนีความผิดซึ่งหน้า	30	ตักเตือน	

เกณฑ์คะแนนการกระทำความผิด

ที่	รายการกระทำความผิด	รายการ ลงโทษตัด คะแนน	รายการ ลงโทษแนว ปฏิบัติ	หมายเหตุ
16	เบ็ดเตล็ด			
	16.9 ไม่เก็บภาชนะหลังจาก รับประทานอาหารเรียบร้อยแล้ว	5	ตัดเดือน	
	16.10 เข้าห้องสายเกิน 15 นาที	10	ตัดเดือน	
	16.11 ไม่ทำเวรประจำวัน	10	ตัดเดือน	
	16.12 ทิ้งขยะไม่ถูกที่	10	ตัดเดือน	
	16.13 หยุดเรียนโดยไม่ส่งใบลา	5	ตัดเดือน	
	16.14 สักตามร่างกาย	50	เชิญ ผู้ปกครอง/ ลบรอยสัก	

ปรัชญาประจำโรงเรียน

ปณญา ยตถ วิปสฺสติ

คนย่อมนเห็นเนื้อความด้วยปัญญา

หมายความว่า ปัญญาเกิดขึ้นด้วยเหตุ ๓ ประการ คือ

สุดมยปัญญา	ปัญญาสำเร็จด้วยการฟัง
จินตมยปัญญา	ปัญญาสำเร็จได้ด้วยการนึกคิด
ภาวนามยปัญญา	ปัญญาสำเร็จได้ด้วยการฝึก

ฉะนั้นบุคคลผู้ประสงค์ให้เกิดปัญญาต้องประกอบด้วยเหตุ ๓ ประการนี้ เมื่อปัญญาพิจารณาถึงเหตุผล จึงสามารถ รู้แจ้งเห็นจริงในเนื้อความนั้น ๆ ได้

สีประจำโรงเรียน

- สีน้ำเงิน หมายถึง สถาบันพระมหากษัตริย์
- สีแสด หมายถึง สีประจำวันพฤหัสบดี ซึ่งตรงกับวันประสูติ สมเด็จพระเจ้าน้องนางเธอ เจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์ อัครราชกุมารี กรมพระศรีสวางควัฒน วรขัตติยราชนารี

ต้นไม้ประจำโรงเรียน



- ต้นแคแสด** : เป็นต้นไม้ที่มีดอกสีแสด ขึ้นง่าย โตเร็ว เจริญเติบโตได้ทุกพื้นที่ ทุกภาค
- ชื่อวิทยาศาสตร์** : Shathodea Campanulata
- วงศ์** : BIGNONIACEAE (The Bignonia Family)
- ชื่อสามัญ** : African Tulip Tree Flame of the Forest Fountain Tree
- ชื่ออื่น ๆ** : แคแสด



ปณฺญาตถํ วิปสฺสตี
“คนย่อมนเห็นเนื้อความด้วยปัญญา”