

ชื่อโครงการ สร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพช่องปากเพื่อป้องกันฟันผุในนักเรียนชั้นประถมศึกษา
หน่วยงาน กองทันตสาธารณสุข สำนักอนามัย
ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๗๐

๑. หลักการและเหตุผล

สุขภาพช่องปากเป็นรากฐานสำคัญของสุขภาพกายและใจโดยรวม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กวัยเรียนที่มีพัฒนาการสำคัญในทุกๆ ด้าน ปัญหาฟันผุในเด็กไม่ได้จำกัดอยู่แค่ความเจ็บปวดในช่องปากแต่ยังส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิต อากาการปวดฟันที่เรื้อรังรบกวนสมาธิและความสามารถในการเรียนรู้ และอาจเป็นสาเหตุของการขาดเรียน นอกจากนี้ ฟันผุยังส่งผลกระทบต่อพัฒนาการด้านการเจริญเติบโต การพูด และการเข้าสังคม จากผลการสำรวจสภาวะสุขภาพช่องปากแห่งชาติ ครั้งที่ ๙ พ.ศ. ๒๕๖๖ โดยสำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าความชุกของโรคฟันผุในฟันถาวรของเด็กอายุ ๑๒ ปีระดับประเทศและในพื้นที่กรุงเทพมหานครอยู่ที่ร้อยละ ๕๐ และร้อยละ ๔๔ ตามลำดับ ในขณะที่ข้อมูลจากการสำรวมนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร ปีงบประมาณ ๒๕๖๘ โดยกองทันตสาธารณสุข สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร พบว่าเด็กอายุ ๑๒ ปีในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานครมีความชุกของโรคฟันผุที่ร้อยละ ๕๖ มากกว่าผลสำรวจระดับประเทศและในพื้นที่กรุงเทพมหานคร เป็นตัวเลขที่สะท้อนให้เห็นถึงความจำเป็นเร่งด่วนในการหามาตรการป้องกัน จากผลการสำรวจสภาวะสุขภาพช่องปากแห่งชาติพบว่าสาเหตุของโรคฟันผุที่สูงในกลุ่มเด็กวัยเรียนมาจากพฤติกรรมการบริโภคอาหารและเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลสูงเพิ่มขึ้น พฤติกรรมการแปรงฟันหลังอาหารกลางวันและการใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ลดลง จากข้อมูลสำรวจของกองทันตสาธารณสุข สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร ในปีงบประมาณ ๒๕๖๘ พบว่าโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานครมีกิจกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวันทุกระดับชั้นเพียงร้อยละ ๕๓

มาตรการแปรงฟันหลังอาหารกลางวันเป็นหนึ่งในกิจกรรมที่ส่งเสริมการมีสุขภาพช่องปากที่ดี อย่างไรก็ตาม กิจกรรมการแปรงฟันหลังอาหารกลางวันเพียงอย่างเดียวอาจไม่เพียงพอในการป้องกันโรคฟันผุของเด็กวัยเรียน ผลการสำรวจของกองทันตสาธารณสุขพบว่าเด็กอายุ ๑๒ ปีในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานครที่มีกิจกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวันทุกระดับชั้นยังคงมีความชุกของโรคฟันผุไม่แตกต่างที่ร้อยละ ๕๖ เช่นเดียวกัน จึงควรมีมาตรการเสริมอื่นๆ เพื่อส่งเสริมป้องกันโรคฟันผุในโรงเรียน เช่น จำกัดการจำหน่ายอาหารและเครื่องดื่มรสหวานในโรงเรียน การรณรงค์เสริมสร้างความรอบรู้ให้แก่นักเรียนและบุคลากรในโรงเรียน ส่งเสริมการแปรงฟันแบบแห้งเพื่อคงปริมาณฟลูออไรด์ที่เป็นองค์ประกอบสำคัญในการป้องกันฟันผุ การแปรงฟันแบบแห้งเป็นคำแนะนำเรื่องการแปรงฟันเพื่อป้องกันฟันผุล่าสุดที่แนะนำโดยองค์การด้านสุขภาพทั้งสมาพันธ์ทันตแพทย์โลก (FDI World Dental Federation) ในปี ค.ศ. ๒๐๑๖ และทันตแพทย์สมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ในปี พ.ศ. ๒๕๖๖ โดยแนะนำให้แปรงฟันด้วยยาสีฟันฟลูออไรด์แล้วบ้วนฟองออกโดยไม่บ้วนน้ำตาม (Spit don't rinse) แต่วิธีการดังกล่าวยังไม่เป็นที่แพร่หลายในประชาชนทั่วไปและไม่ตรงกับแนวปฏิบัติที่คุ้นเคย นอกจากนี้ การแปรงฟันแบบแห้งเป็นวิธีที่ไม่มีข้อจำกัดด้านสถานที่ สามารถปรับใช้ได้แม้ในโรงเรียนที่ไม่มีสถานที่แปรงฟันเพียงพอ ด้วยเหตุนี้การปลูกฝังความรู้และพฤติกรรมแปรงฟันแบบแห้งจึงควรเริ่มตั้งแต่ในโรงเรียนประถมศึกษา โดยเฉพาะในกลุ่มครู ผู้บริหารและบุคลากรในโรงเรียน ซึ่ง

เป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมความรอบรู้ จัดการสิ่งแวดล้อม และเป็นต้นแบบในการปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพที่ดีให้กับนักเรียน

ดังนั้น โครงการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพช่องปากเพื่อป้องกันฟันผุในนักเรียนชั้นประถมศึกษา จึงจัดขึ้นเพื่อเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจและทักษะการปฏิบัติจริงในการดูแลสุขภาพช่องปากให้แก่ครูและบุคลากรภายในโรงเรียน โดยเน้นย้ำให้ตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพช่องปากอย่างถูกวิธี มีความเข้าใจถึงสาเหตุและผลกระทบของฟันผุ สามารถนำความรู้ไปปฏิบัติได้จริงในชีวิตประจำวัน รวมถึงปลูกฝังพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากที่ดีอย่างยั่งยืน โดยเฉพาะการฝึกทักษะการแปรงฟันแบบแท่ง เพื่อให้ครูและบุคลากรภายในโรงเรียนมีความรอบรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพช่องปากที่ถูกต้อง อันจะนำไปสู่การจัดรูปแบบการเรียนการสอนและการจัดการสิ่งแวดล้อมเพื่อลดปัญหาฟันผุในเด็กนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาต่อไป

๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ครูและบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษามีความรอบรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพช่องปาก
๒. เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวันในนักเรียนระดับประถมศึกษา

๓. เป้าหมาย

จัดประชุมเชิงปฏิบัติการเรื่องการดูแลสุขภาพช่องปากและฝึกปฏิบัติการแปรงฟันแบบแท่งด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ เป็นการอบรมภาคบรรยายและภาคปฏิบัติ ณ ห้องประชุม โรงแรมเอกชน กรุงเทพมหานคร กลุ่มเป้าหมายหลัก ประกอบด้วย ข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษากรุงเทพมหานครหรือบุคลากรผู้รับผิดชอบงานอนามัยในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน จำนวน ๔ รุ่น รุ่นละ ๑๑๐ คน เจ้าหน้าที่ดำเนินการ รุ่นละจำนวน ๒๒ คน วิทยากร รุ่นละจำนวน ๘ คน

๔. ลักษณะโครงการ

ประเภทโครงการ เป็นโครงการตามยุทธศาสตร์และเป็นโครงการใหม่

ความสอดคล้องหรือเชื่อมโยงกับยุทธศาสตร์/แผน สอดคล้องกับแผนพัฒนากรุงเทพมหานคร ระยะ ๒๐ ปี ระยะที่ ๓ (พ.ศ. ๒๕๖๖ – ๒๕๗๐) ยุทธศาสตร์ที่ ๑ การสร้างเมืองปลอดภัยและยั่งยืนต่อวิกฤตการณ์ ยุทธศาสตร์ย่อยที่ ๑.๕ เมืองสุขภาพดี เป้าประสงค์ที่ ๑.๕.๓ คนกรุงเทพมหานครมีสุขภาพทางกายและจิต มีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี ลดภาวะเจ็บป่วยจากโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง กลยุทธ์ที่ ๑.๕.๓.๒ ส่งเสริมพัฒนาการการเจริญเติบโตของเด็กอย่างเต็มตามศักยภาพ

รูปแบบโครงการ เป็นโครงการประชุมเชิงปฏิบัติการ แบบไป-กลับ รูปแบบเป็นการบรรยายและฝึกปฏิบัติ

๕. ระยะเวลาและสถานที่ดำเนินการ

ดำเนินโครงการระหว่าง ๑ ตุลาคม ๒๕๖๙ – ๓๐ กันยายน ๒๕๗๐

จัดประชุมเชิงปฏิบัติการเรื่องการดูแลสุขภาพช่องปากและฝึกปฏิบัติการแปรงฟันแบบแท่งด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ จำนวน ๔ รุ่น รุ่นละ ๑ วัน ณ ห้องประชุม โรงแรมเอกชน กรุงเทพมหานคร (เมษายน - พฤษภาคม ๒๕๗๐)

๖. แผนปฏิบัติการ

	ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๗๐											
	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.
๑. จัดทำโครงการ ขออนุมัติ โครงการ	↔											
๒. แต่งตั้งผู้รับผิดชอบงาน และดำเนินการ	↔											
๓. ขออนุมัติเงินงวด	↔→											
๔. ประชุมคณะกรรมการ เตรียมการ ประสานงาน หน่วยงานที่เกี่ยวข้องและ กลุ่มเป้าหมายในการ ดำเนินการ		←→										
๕. จัดเตรียมหาสื่อ อุปกรณ์ และสิ่งสนับสนุน		←→										
๖. จัดทำคำสั่งผู้เข้ารับการ ประชุม					↔→							
๗. ดำเนินการจัดประชุมเชิง ปฏิบัติการ เรื่องการดูแล สุขภาพช่องปากและฟัน ปฏิบัติการแปรงฟันแบบ แห้งด้วยยาสีฟันผสม ฟลูออไรด์ เป็นการอบรม ภาคบรรยายและภาค ปฏิบัติ จำนวน ๔ รุ่น ณ ห้องประชุม โรงแรม เอกชน กรุงเทพมหานคร							↔→					
๘. ติดตามการดำเนิน กิจกรรมแปรงฟันหลัง อาหารกลางวันของ นักเรียนในโรงเรียน ประถมศึกษา สังกัด กรุงเทพมหานคร									←→			
๙. ประเมินผลและ สรุปโครงการ											←→	↔→

๗. งบประมาณ

งบประมาณรายจ่ายประจำปี พ.ศ. ๒๕๗๐ สำนักอนามัย งานทันตสาธารณสุข หมวดรายจ่ายอื่น รายการค่าใช้จ่ายสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพช่องปากเพื่อป้องกันฟันผุในนักเรียนชั้นประถมศึกษา ๔๗๙,๘๐๐.- บาท (สี่แสนเจ็ดหมื่นเก้าพันแปดร้อยบาทถ้วน)

กิจกรรม	กลุ่มเป้าหมาย	รายการค่าใช้จ่าย	จำนวนเงิน (บาท)	กฎหมาย ระเบียบที่เกี่ยวข้อง
จัดประชุมเชิงปฏิบัติการเรื่องการดูแลสุขภาพช่องปากและฝึกปฏิบัติการแปรงฟันแบบแห้งด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ จำนวน ๔ รุ่น รุ่นละ ๑ วัน ณ ห้องประชุมโรงแรมเอกชน กรุงเทพมหานคร	กลุ่มเป้าหมายหลัก ข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา กรุงเทพมหานคร หรือบุคลากรผู้รับผิดชอบงานอนามัยในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัด กรุงเทพมหานคร จำนวน ๔ รุ่น รุ่นละ ๑๑๐ คน ผู้เกี่ยวข้อง ดังนี้ ๑) เจ้าหน้าที่ดำเนินการ จำนวน ๔ รุ่น รุ่นละ ๒๒ คน ๒) วิทยากรภาคบรรยาย จำนวน ๔ รุ่น รุ่นละ ๒ คน ๓) วิทยากรฝึกปฏิบัติ จำนวน ๔ รุ่น รุ่นละ ๖ คน	ค่าสมนาคุณวิทยากรเอกชน <u>วิทยากรภาคบรรยาย</u> (๑ คน x ๑,๒๐๐ บาท x ๑ ชั่วโมง x ๔ รุ่น) (๑ คน x ๑,๒๐๐ บาท x ๒ ชั่วโมง x ๔ รุ่น) <u>วิทยากรฝึกปฏิบัติ</u> (๕ คน x ๑,๒๐๐ บาท x ๒ ชั่วโมง x ๔ รุ่น) (๑ คน x ๑,๒๐๐ บาท x ๑ ชั่วโมง x ๔ รุ่น)	๖๗,๒๐๐.-	๑) ระเบียบกรุงเทพมหานครว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรม พ.ศ.๒๕๔๑ ๒) คำสั่งกรุงเทพมหานคร ที่ ๑๘๐๒/๒๕๕๒ ลว. ๒๘ เม.ย. ๒๕๕๒ เรื่องหลักเกณฑ์การจัดโครงการฝึกอบรมสัมมนา ศึกษาดูงาน
		ค่าอาหาร (ไม่ครบมือ ๖๐๐ บาท x ๑๓๒ คน x ๔ รุ่น)	๓๑๖,๘๐๐.-	๓) หนังสือสั่งการที่ กท ๐๔๐๑/๓๐๑๑ ลว. ๒๓ ม.ค. ๒๕๔๗ เรื่อง คู่มือการวิเคราะห์โครงการฝึกอบรม สัมมนา ศึกษาดูงาน
		ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม (๕๐ บาท x ๒ มื้อ x ๑๓๒ คน x ๔ รุ่น)	๕๒,๘๐๐.-	๔) พระราชบัญญัติการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐
		ค่าชุดอุปกรณ์ฝึกแปรงฟันแบบแห้ง (๕๐๐ ชุด x ๗๐ บาท)	๓๕,๐๐๐.-	๕) ระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ.๒๕๖๐ ๖) ระเบียบกรุงเทพมหานครว่าด้วยการเบิกจ่ายค่าใช้จ่ายใน

กิจกรรม	กลุ่มเป้าหมาย	รายการค่าใช้จ่าย	จำนวนเงิน (บาท)	กฎหมาย ระเบียบที่เกี่ยวข้อง
		ค่าวัสดุ เครื่อง เขียนและอุปกรณ์	๘,๐๐๐.-	การจัดงานหรือกิจกรรม ของหน่วยงานในสังกัด กรุงเทพมหานคร พ.ศ. ๒๕๕๔
		รวมเป็นเงินทั้งสิ้น	๔๗๙,๘๐๐.-	

ทั้งนี้ให้ถือว่าเฉลี่ยจ่ายได้ตามจริง กรณียอดโดยยอดหนึ่งไม่พอจ่าย แต่ไม่เกินงบประมาณที่ได้รับอนุมัติ

๘. ความเสี่ยงของโครงการและแนวทางการบริหารความเสี่ยง

ความเสี่ยง	การประเมินความเสี่ยง			แนวทาง การบริหารความเสี่ยง
	โอกาสที่จะเกิด	ผลกระทบ	ระดับของ ความเสี่ยง	
ครูผู้รับผิดชอบงานอนามัยโรงเรียน ไม่สามารถเข้าร่วมการประชุมได้ ครบตามเป้าหมาย เนื่องจากติด ภารกิจอื่น	๓	๒	ต่ำ	แบ่งการอบรมเป็น ๔ รุ่น และเปิดโอกาสให้ส่ง ตัวแทนผู้รับผิดชอบงาน อนามัยโรงเรียนเข้าร่วม ประชุมแทนได้
นักเรียนไม่มีทักษะและพฤติกรรม ในการแปร่งฟันแบบแห้งด้วยยาสี ฟันผสมฟลูออไรด์	๔	๒	ต่ำ	จัดระบบการติดตามการ ดำเนินกิจกรรมแปร่งฟัน หลังอาหารกลางวันและ เสริมแรงดำเนินกิจกรรม โดยทันตบุคลากรใน พื้นที่

๙. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ครูและบุคลากรในโรงเรียนประถมศึกษามีความรอบรู้และมีบทบาทในการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
ของนักเรียน
๒. ความสุขของโรคฟันผุในนักเรียนชั้นประถมศึกษาลดลง

๑๐. การติดตามประเมินผล

๑๐.๑ ตัวชี้วัดความสำเร็จ

ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย	ประเภทตัวชี้วัด	วิธีการคำนวณ/เครื่องมือในการใช้วัด	ระยะเวลา
ร้อยละของครูหรือบุคลากรในโรงเรียนเข้าร่วมการอบรม	ร้อยละ ๘๐	ผลผลิต	จำนวนผู้เข้ารับการประชุม	เมษายน - พฤษภาคม ๒๕๗๐
ร้อยละของครูหรือบุคลากรในโรงเรียนมีคะแนนทดสอบความรู้หลังการอบรมไม่น้อยกว่าร้อยละ ๗๐	ร้อยละ ๘๐	ผลลัพธ์	แบบประเมินความรู้หลังการประชุม	เมษายน - พฤษภาคม ๒๕๗๐
ร้อยละโรงเรียนที่มีกิจกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน	ร้อยละ ๗๐	ผลลัพธ์	รายงานติดตามกิจกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน	มิถุนายน - สิงหาคม ๒๕๗๐

๑๐.๒ การติดตามความก้าวหน้า

รายงานผลการดำเนินโครงการตามแบบรายงานผลการดำเนินโครงการ/กิจกรรมการฝึกอบรม (ตามแบบ สพท.๑)

๑๐.๓ การประเมินผลโครงการ

จัดทำรายงานประเมินผลโครงการตามตัวชี้วัดความสำเร็จ

ลงชื่อ.....ผู้เสนอโครงการ

(นายธิดิกร บุญยธาดา)

ทันตแพทย์ชำนาญการพิเศษ

หัวหน้ากลุ่มงานบริการทันตสาธารณสุข ๔

รักษาการในตำแหน่ง

ผู้อำนวยการกองทันตสาธารณสุข สำนักงานมัย

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติโครงการ

(นางภาวิณี รุ่งทนต์กิจ)

ผู้อำนวยการสำนักอนามัย

กำหนดการประชุมเชิงปฏิบัติการเรื่องการดูแลสุขภาพช่องปากและฝึกปฏิบัติการแปรงฟันแบบแห้งด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์

วันที่ ๑ - ๔

วันที่/ เวลา	๐๘.๐๐ - ๐๙.๐๐ น.	๐๙.๐๐ - ๑๐.๐๐ น.	๑๐.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐ น.	๑๔.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.
วันที่ ๑	ลงทะเบียนและ เปิดการประชุมอบรม	บรรยายเรื่อง “ความสำคัญและการ ดูแลสุขภาพช่องปาก นักเรียน”	ฝึกปฏิบัติ “การตรวจช่องปาก และการดูแลสุขภาพ ช่องปากนักเรียน”	พักรับประทาน อาหารกลางวัน	ฝึกปฏิบัติ “การแปรงฟันแบบ แห้งด้วยยาสีฟันผสม ฟลูออไรด์”	บรรยายเรื่อง “แนวทางส่งเสริม สุขภาพช่องปากใน โรงเรียน”
		โดย วิทยากรภาคเอกชน ๑ คน x ๑,๒๐๐ บาท x ๑ ชั่วโมง x ๔ รุ่น = ๔,๘๐๐ บาท ✓	โดย วิทยากรเอกชน ๕ คน x ๑,๒๐๐ บาท x ๒ ชั่วโมง x ๔ รุ่น = ๔๘,๐๐๐ บาท ✓ และวิทยากรกลุ่มจาก กองทันตสาธารณสุข สำนักอนามัย จำนวน ๑๕ คน		โดย วิทยากรเอกชน ๑ คน x ๑,๒๐๐ บาท x ๑ ชั่วโมง x ๔ รุ่น = ๔,๘๐๐ บาท ✓	โดย วิทยากรภาคเอกชน ๑ คน x ๑,๒๐๐ บาท x ๒ ชั่วโมง x ๔ รุ่น = ๙,๖๐๐ บาท

หมายเหตุ : รับประทานอาหารว่าง เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๐.๑๕ น. และเวลา ๑๔.๑๕ - ๑๔.๓๐ น.

: แบ่งกลุ่มฝึกปฏิบัติ “การตรวจช่องปากและการดูแลสุขภาพช่องปากนักเรียน” จำนวน ๕ กลุ่ม ผู้เข้าประชุม จำนวนรุ่นละ ๑๐๐ คน แบ่งเป็น ๕ กลุ่ม กลุ่มละ ๒๐ คน ต่อวิทยากร ๑ คน เนื่องจากรูปแบบการฝึกปฏิบัติ เป็นการสาธิตโดยวิทยากรกลุ่มในการดูแลสุขภาพช่องปากนักเรียน เช่น การตรวจสุขภาพช่องปากนักเรียน การจัดการอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นกับฟัน การเลือกอาหารและอ่านฉลากโภชนาการ การเลือกผลิตภัณฑ์ดูแลช่องปาก การแปรงฟันที่ถูกต้อง และให้ผู้เข้าประชุมลงมือปฏิบัติจริงในชุดสาธิตและหุ่นจำลอง ซึ่งเนื้อหาวิชามีลักษณะเป็นวิชาที่เฉพาะด้าน จำเป็นต้องใช้วิทยากรกลุ่มที่มีความรู้เฉพาะ และสัดส่วนของวิทยากรต่อผู้รับการอบรม จึงต้องมีขนาดเล็กกว่า ๑ : ๖๐ คน เพื่อให้ผู้เข้าประชุมได้รับความรู้และการฝึกปฏิบัติโดยละเอียดจนสามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้องและนำไปถ่ายทอดกับนักเรียนต่อไปได้