

KMS Time

วารสารโรงเรียนเขมะสิริอนุสสรณ์

ฉบับที่ 17 ปีที่ 17 เดือนพฤศจิกายน - มีนาคม ปีการศึกษา 2566

ว่าย-ปั่น-วิ่ง เพื่อสิ่งที่มุ่งหวัง
“โปรนักไตรกีฬาหญิง”

เสริมสร้างความสามัคคี
น้องพี่ด้วยกีฬา

KMS Time

KMS Time ฉบับที่ 17 ปีที่ 17
เดือนพฤศจิกายน - มีนาคม ปีการศึกษา 2566

เจ้าของ

โรงเรียนเขมะสิริอนุสสรณ์

210 ถนนราชวิถี แขวงบางยี่ขัน เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร

โทรศัพท์ 024242244

Website: www.khemasiri.ac.th

Email: kms@khemasiri.ac.th

Line: @khemasiri

คณะผู้บริหาร

นางเปรมอนงค์	รัตนสาขา	ที่ปรึกษา
นายเผ่าเกษม	คงจำเนียร	ที่ปรึกษา
นางจงศรีสมร	รุจิเทศ	ที่ปรึกษา
นายปารเมธ	รัตนสาขา	ผู้จัดการฝ่ายแผนงาน
นายปวัฒน์	อรรถมาลัยวรา	ผู้จัดการฝ่ายจัดซื้อ
นางสาวจิรดา	สุวรรณปรีชา	ผู้จัดการฝ่ายบุคคล
นายภาวพันธ์	คงจำเนียร	ผู้จัดการฝ่ายพัฒนาการศึกษา และผู้ช่วยฝ่ายวิชาการ (ระดับประถม)
นางสาวชนิดดา	ตันไพบุลย์	ผู้อำนวยการ
นางสาวมณฑิรา	ไชยชนะ	รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ
นางมยุรีวรรณ	อุดมอิทธิเสถียร	รองผู้อำนวยการฝ่ายปกครอง
นางสาววัลลภา	นันทะโคก	รองผู้อำนวยการฝ่ายนักเรียนประจำ
ว่าที่ร้อยตรียุทธดนัย	พิทักษ์อรณพ	ผู้ช่วยฝ่ายวิชาการ (ระดับมัธยม) และหัวหน้างานทะเบียน-วัดผล

บรรณาธิการบริหาร

นายศุภโยค	คงจำเนียร	ผู้รับใบอนุญาต และที่ปรึกษา
นายเขมินท์	คงจำเนียร	ผู้จัดการ และผู้จัดการฝ่ายสารสนเทศ ฝ่ายประชาสัมพันธ์ และฝ่ายการเงิน
นายปวิภัทร	อรรถมาลัยวรา	ผู้จัดการฝ่ายบริการ

บรรณาธิการ

นางสาวมินา	สุริสาร
------------	---------

กองบรรณาธิการ

นางสาวสุทธาวดี	สุขเกษม
นางนรินทร์ธรา	ดวงศรีธนวัฒน์
นายกฤษณะ	ชนะภัย

ออกแบบรูปเล่ม

นางณัฐธิดา	อนันตลาภ
------------	----------

ช่างภาพ

นางสาวบุษกร	สุทธิจริย
นายพีระพล	วงศ์โรจน์
นายพลวัฒน์	วงศ์บุญฤทธิ์

ภาษาต่างประเทศ

ผศ. นุชมนต์	เจมส์
-------------	-------



สารบัญ

บ.ก. บอกกล่าว

จากใจผู้บริหาร

รายงานพิเศษ

4

เสริมสร้างความสามัคคีน้องพี่ด้วยกีฬา

บทสัมภาษณ์

6

สานสัมพันธ์ด้วยรักและเข้าใจ เพื่อศิษย์เขมะสิริฯ

รู้รอบโรงเรียน

9

กิจกรรมเด่น & เรียนเล่นสามารถ

รอบรู้ทันโลก

19

พาไปต่างแดนเรียนรู้วิถีชีวิตที่ต่างกัน

สก๊อปพิเศษ

22

วัย-ปิ่น-วัง เพื่อสิ่งที่ยิ่งใหญ่ “โปรนักไตรกีฬาหญิง”

บ.ก. บอกกล่าว

คุณเชื่อหรือไม่ว่า ในตัวของเราทุกคนมีพลังมหัศจรรย์ที่เราสามารถสร้างขึ้นได้ด้วยตัวเอง เริ่มจากการสร้างพลังให้ร่างกายด้วยการกินอาหารที่ดี ออกกำลังกาย พักผ่อนให้เพียงพอ เพื่อให้พร้อมกับการใช้ชีวิต การฝึกจิตใจของเราให้แจ่มใสตลอดเวลา มองโลกในแง่ดี หากทำกิจกรรมที่สร้างพลังให้ตนเอง เช่น งานอดิเรกที่ชอบ อยู่กับสัตว์เลี้ยง ดูหนังฟังเพลงที่ชอบ ช่วยเหลือสังคมหรือจิตอาสา การออกเดินทางท่องเที่ยว เพื่อหาประสบการณ์ใหม่ ๆ ให้ชีวิตมากขึ้น พลังของธรรมชาติก็ช่วยให้เรารู้สึกดีขึ้น เชื่อมมันในตนเอง รู้จักวางแผนที่จะทำอะไรในชีวิต รับฟังความคิดเห็นของคนอื่น เพื่อให้เราได้เกิดความคิดที่แปลกใหม่ และพร้อมที่จะยอมรับกับทุกสิ่งที่เกิดขึ้นเมื่อได้ตัดสินใจลงมือทำแล้ว ไม่เปรียบเทียบตัวเองกับคนอื่น ไม่เอาอารมณ์ของตัวเองเป็นใหญ่ หรือไม่ด้อยค่าในตัวเอง เพราะอาจทำให้ตัวเองถูกบดบังความรู้สึกนึกคิดที่ดี รู้จักขอบคุณในสิ่งที่เราเจอไม่ว่าจะดีหรือร้ายพยายามหาข้อดีจากสิ่งเหล่านั้นให้เจอ ทำให้เราได้เรียนรู้ทุกสิ่งมีคุณค่าเสมอ และช่วยเติมเต็มชีวิตเราได้ สิ่งสำคัญคือ คุณต้องเปิดใจให้กว้าง รู้จักตัวเอง เห็นคุณค่าในตัวเอง และให้อภัยตัวเอง เมื่อเราสามารถปรับจิตใจและเติมพลังให้กับร่างกายได้แล้ว ความสำเร็จที่คุณปรารถนาจะเป็นจริง พลังมหัศจรรย์ที่วามันก็คือ “พลังบวก”

เติมพลังชีวิตให้คิดบวก

ยิ้มหัวเราะเลี้ยงสัตว์ฟังเพลงไป

ปรับอารมณ์ให้เย็นไม่คบ

พลังบวกพลังมหัศจรรย์ไซ้

และผนวกฝึกจิตใจให้แจ่มใส

มองโลกในแง่ดีและเปิดใจ

สิ่งที่หวังสำเร็จเป็นจริงได้

ที่ทำให้ชีวิตเรามีความสุขเลย



นางสาวมินา สุริสาร
บรรณาธิการ

จากใจผู้บริหาร

Letter from the Board of Directors

สวัสดีครับ นักเรียนและท่านผู้ปกครอง

เป็นที่น่าประทับใจในปีที่ผมเห็นนักเรียนได้มีโอกาสฝึกการทำงานเป็นกลุ่มร่วมกันหลายครั้ง นักเรียนระดับประถมศึกษา มีการเรียนรู้ผ่านกิจกรรม การบูรณาการ ซึ่งต้องทำงานร่วมกับเพื่อนๆ โดยใช้ทักษะและบทเรียนจากหลากหลาย การแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบในกลุ่ม มีการแสดงความคิดเห็นตามความถนัดของแต่ละคนให้เพื่อนในกลุ่มฟังซึ่งเป็นกระบวนการเรียนรู้โดยธรรมชาติของมนุษย์ที่ได้ผลมากกว่าการเรียนรู้ตามหนังสือเพียงอย่างเดียว นักเรียนระดับมัธยมศึกษา มีการทำงานร่วมกับเพื่อน ๆ ในหลายกิจกรรม ทั้งการเรียนในห้องเรียน การทำกิจกรรมกลุ่มเวลาออกไปทัศนศึกษา กิจกรรมแลกเปลี่ยนกับนักเรียนต่างประเทศ หรือกิจกรรมอื่น ๆ ในโรงเรียน เช่น งานวันปัจฉิมนิเทศประจำปี กิจกรรมกีฬาสี และงานวิชาการ

เป็นเรื่องปกติที่การทำงานร่วมกับผู้อื่นจะมีความซับซ้อนมากกว่าการทำงานคนเดียว อาจเกิดความขัดแย้งกัน ความเห็นไม่ตรงกัน การกระทบกระทั่งกันบ้าง นักเรียนต้องเรียนรู้และฝึกทักษะการทำงานในรูปแบบนี้ ต้องพัฒนาทักษะในการเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนร่วมงาน มีความเห็นอกเห็นใจกัน เพื่อให้งานที่ทำการบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ เมื่อนักเรียนมีทักษะเหล่านี้เพิ่มขึ้น นักเรียนจะมีทักษะที่จำเป็นติดตัวไปใช้ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ในอนาคตเมื่อจบการศึกษา และเรียนต่อในระดับที่สูงขึ้น หรือใช้ในชีวิตการทำงานต่อไป

อย่างไรก็ดี การทำงานเป็นกลุ่มร่วมกับผู้อื่นจะทำให้ผลลัพธ์ของงานที่ได้มีศักยภาพมากกว่าการทำงานคนเดียว จากหลายกิจกรรมที่นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติเพื่อฝึกทักษะการทำงานร่วมกัน คงทำให้เห็นแล้วว่า ผลลัพธ์ที่ยิ่งใหญ่เกิดขึ้นได้ด้วยการทำงานร่วมกับผู้อื่น กิจกรรมที่เห็นได้ชัดเจนมากคือ กิจกรรมกีฬาสี และกีฬาวนเด็ก ที่นักเรียนช่วยกันจัด มีการแบ่งงานให้แต่ละชั้นรับผิดชอบ เช่น การแข่งขันกีฬา การดูแลนักกีฬา ดูแลจัดการกองเชียร์และสแตนด์ การแสดงรวม มีการประสานงานกันระหว่างคณะกรรมการของแต่ละสีได้เป็นอย่างดี ซึ่งงานแต่ละส่วนก็จะมีปัญหาและอุปสรรคที่นักเรียนต้องช่วยกันจัดการและหาวิธีแก้ไข เพื่อก้าวข้ามอุปสรรคเหล่านั้นให้ได้ จากผลงานที่แสดงออกมาได้อย่างสมบูรณ์แบบสร้างความประทับใจแก่ผู้ร่วมงานเป็นอย่างยิ่ง และทำให้เราเห็นว่า นักเรียนช่วยกันจัดการปัญหาและอุปสรรคได้เป็นอย่างดี

ผมเชื่อว่า การฝึกทักษะการทำงานเป็นกลุ่มจะช่วยเพิ่มความมั่นใจและสร้างทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น ซึ่งจะทำให้เด็กนักเรียนมีทักษะนี้ติดตัวไปใช้ในชีวิตได้ตลอดไป ขอให้หมั่นฝึกฝนและจงอย่ากลัวการทำงานร่วมกับผู้อื่น

Greetings to students and parents,

It is impressive to see that this year the students have had many opportunities to practice working in groups. The primary students learned and practiced through integration activities which required working with friends. Knowledge and skills from a variety of subjects were employed. They had their own responsibilities while working in the group. Their opinions were expressed among friends in the group according to each person's expertise. This is a natural human learning process which is more effective than merely studying in class. Also, the secondary students collaborated with friends in many activities, both inside and outside the classroom. They worked together in groups when going on field trips, practicing activities with foreign exchange students, and performing in the School's activities, such as the annual KMS Festival, Sports Days, and academic activities.



เขมินท์ คงจำเนียร
ผู้จัดการ โรงเรียนเขมะสิริอนุสสรณ์
Khemin Kongchumnian
Manager of Khemasiri Memorial School

Undoubtedly, working with others can be more complicated than working alone. There may be conflicts or disagreements. The students must learn and practice group working skills. Building good relationships with co-workers and being empathic with each other are necessary to achieve the desired goals. Once they have developed these skills of working, they will be able to utilize the earned skills in the future after graduating, while continuing their further study, or even in working.

Besides, it was obviously seen that collaboration with others results in better outcomes than by working alone. Organizing Sports Day and Children's Day are good examples. The students allocated responsibilities for each class, such as competing in sports, taking care of athletes, setting shows, and managing the stands and the cheering sections. The committee of each color coordinated well with each other. When problems and obstacles arose in any part of the work, the students had to help manage and find solutions. The perfectly-organized events by the students then made a great impression on the participants. We can see that the students worked very well together and were able to overcome all of the problems and obstacles.

I believe that training to work in a team will help increase confidence and build skills in working with others. The students will absorb the skills and can forever use them in their lives. Keep practicing and never be afraid of working with others.



- รายงานพิเศษ -

เสริมสร้างความสามัคคีน้องพี่ด้วยกีฬา Strengthen Bonds with Sports Day

การเสริมสร้างให้นักเรียนมีสุขภาพแข็งแรง รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีความสามัคคีระหว่างน้องพี่ และส่งเสริมให้นักเรียนได้เรียนรู้การทำงานร่วมกันเป็นหมู่คณะ หรือการทำงานเป็นทีม ภายใต้กรอบที่กำหนด เพื่อวัตถุประสงค์เดียวกัน ผ่านการวางแผนการทำงานร่วมกันเพื่อให้เป้าหมายที่ตั้งไว้สำเร็จ โรงเรียนเขมะสิริอนุสสรณ์จึงจัด “กิจกรรมกีฬา” ให้นักเรียนเป็นประจำทุกปี

Khemasiri Memorial School wants to encourage good health and build a spirit in athletes for the students. Moreover, working in a team is also promoted to the students in order to make their tasks to be completed successfully. Sports Day is, therefore, organized every year.

43 ปีของความเป็นครูพลศึกษา

และผู้อยู่เบื้องหลังกิจกรรมกีฬาสีของโรงเรียน

43 years of being a PE teacher and lending support for Sports Day

เมื่อครั้งอดีตโรงเรียนเขมะสิริอนุสสรณ์กำหนดให้จัดกิจกรรมกีฬาสีขึ้นในวันที่ 11 ตุลาคมของทุกปี ซึ่งเป็นวันคล้ายวันประสูติของหม่อมเจ้าหญิงศุขศรีสมร เกษมศรี ผู้ทรงก่อตั้งและอดีตอาจารย์ใหญ่พระองค์แรกของโรงเรียน แต่เนื่องจากเดือนตุลาคมเป็นช่วงฤดูฝน จึงทำให้การจัดกิจกรรมกีฬาสีประสบปัญหาอย่างมาก โดยเฉพาะกิจกรรมภาคสนาม เช่น การเดินพาเหรด การเชียร์ต้องยุติลงกลางคัน บางปีฝนตกหนักมากจนไม่สามารถจัดกิจกรรมได้ จากปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นหลายครั้ง โรงเรียนจึงให้ย้ายกิจกรรมกีฬาสีไปจัดในภาคเรียนที่ 2 ของปีการศึกษานับแต่นั้นมา



กีฬา เป็นกิจกรรมที่เล่นเพื่อความสนุกเพลิดเพลิน เพื่อพักผ่อน พัฒนาของทักษะ และเพื่อการแข่งขัน การแข่งขันกีฬาทำให้ทุกคน ได้เรียนรู้กติกาในการเล่น เพราะกีฬาแต่ละชนิดมีกติกาที่แตกต่างกัน กีฬาบางชนิดระหว่างที่เล่นอาจมีการปะทะกัน เช่น ฟุตบอล บาสเกตบอล แชร์บอล ซึ่งอาจจะทำให้เกิดการกระทบกระทั่งกันบ้าง แต่เมื่อนักกีฬา เข้าใจกติกาการเล่นแล้วก็จะทำให้ผู้เล่นมีมารยาทในการแข่งขันมากขึ้น และเมื่อจบการแข่งขันนักกีฬาก็จะขอโทษกัน ทำให้รู้แพ้ รู้ชนะ และให้อภัยกัน นั่นคือ ความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา

กีฬาสี เป็นกิจกรรมที่นักเรียนทุกคนชื่นชอบและรอคอยกัน ทุกปี การจัดกิจกรรมกีฬาสีภายในโรงเรียนเขมะสิริอนุสสรณ์ คุณครู ฝ่ายจัดการแข่งขันจะแบ่งกลุ่มนักเรียนเป็น 4 สี ได้แก่ สีเหลือง สีเขียว สีชมพู และสีม่วง กิจกรรมประกอบด้วย การแข่งขันกีฬา กรีฑา เกม ขวบนพาทเรด และสแตนดี้เชียร์ นักเรียนจะช่วยกันวางแผนในการทำงานเป็นหมู่คณะ โดยรุ่นพี่ ม.6 จะเป็นผู้นำในการจัดตั้งคณะกรรมการตามโครงสร้าง เลือกคณะกรรมการทำงานให้เหมาะสมกับงาน มีการประสานงานกับรุ่นน้องระดับประถมและมัธยม ทำให้พี่และน้องได้รู้จักกันในช่วงการทำงานร่วมกันและทำให้เกิดความสามัคคีมากขึ้น ชั้น ม.5 ทำหน้าที่เป็นผู้นำเชียร์ บนสแตนดี้เชียร์ จะเป็นการทำงานร่วมกันระหว่างมัธยมต้นและมัธยมปลาย ปัญหา อุปสรรคมีมากมาย แต่ทุกสีก็สามารถแก้ปัญหาผ่านไปได้อย่างดี มีมารยาทในการเชียร์ จากผลงานการเชียร์ของแต่ละสี มีความคิดสร้างสรรค์ ผลงานออกมาดีมาก เป็นที่ประจักษ์ต่อสายตาผู้ชม และได้รับคำชื่นชมมากขึ้น ม.2 ทำหน้าที่ดูแลขบวนพาทเรดฝึกซ้อมน้อง ๆ ระดับประถมปลายได้อย่างยอดเยี่ยม และเป็นที่น่าชื่นชมที่พี่คอยฝึกซ้อมน้อง ๆ ระดับประถมและมัธยมที่สมัครใจเข้าร่วมด้วย ทำให้กีฬาสีมีสีสันและสมบูรณ์มากขึ้น

ตลอดระยะเวลา 43 ปี ที่ได้อยู่เบื้องหลังของความสำเร็จ ในการจัดกิจกรรมกีฬาสี กิจกรรมนี้ทำให้เห็นถึงพัฒนาการทางความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนที่แตกต่างกันตามยุคสมัย เห็นความตั้งใจของนักเรียนทุกคนที่ทำหน้าที่ของตนได้เป็นอย่างดี สิ่งสำคัญคือนักเรียนได้เรียนรู้การทำงานร่วมกับผู้อื่น สร้างความสามัคคีกัน และมีความสัมพันธ์อันดีระหว่างน้องพี่ ครูผู้คอยบอกกับนักเรียนทุกคนว่า การที่ทุกคนร่วมแรงร่วมใจกันทำด้วยหัวใจแล้วแสดงสิ่งนั้นออกมาได้สำเร็จ ทุกสิ่งที่แสดงออกมาก็จะมีคุณค่าและยิ่งใหญ่เสมอ “สิ่งใดที่ทำด้วยหัวใจจะมีค่าและยิ่งใหญ่เสมอ”

ครูบุษกร สุทธิจารีย์ (ครูนุ้ย หรือครูแมน) ที่ปรึกษาการจัดกิจกรรมกีฬาสี

In the past, Khemasiri Memorial School scheduled to organize Sports Day on October 11 every year, which is the birthday anniversary of H.S.H. Princess Suksrisamorn Kshemsri, the founder and first headmaster of the School, but, as it is rainy season in October, the organization of Sports Day faced great problems, especially with the outdoor activities, such as parades. In some years, it rained so heavily that the activities had to be cancelled; the cheering audience had to stop halfway. Due to the problems and obstacles occurring many times, the School, therefore, rescheduled the organization of Sports Day to the second semester ever since.

Playing sports is a fun activity. It can be played for fun, relaxation, and skill development. Everybody needs to learn rules in playing any sport because each type of sport has different rules. In



contact sports, such as football, basketball, or chair ball, the players are constantly making contact with other players or objects, which might cause some conflicts. However, when the athletes understand the rules of playing, it makes the players have better competitive manners and apologize to each other after the match, if need be. This is the true spirit of athletes.

Sports day is an activity that all students love and look forward to every year. In Khemasiri Memorial School, the students are divided into four color groups: yellow, green, pink, and purple. The activities consist of sports competitions, games, parades, and cheering stands. The students will help plan and work in teams, with Mathayom 6 seniors taking the lead in setting up committees. The working committee chooses the right job for each person. There is coordination between seniors from secondary levels and juniors from primary levels. This allows the students from different classes to get to know each other and create more unity. The Mathayom 5 classes act as the cheering section, where a collaboration between the lower and upper secondary students takes place. Many obstacles may arise, but every color group is able to solve the problems successfully. They cheer with manners, and the cheering performance is evidently creative and impressive. The tasks of organizing parades go to the Mathayom 2 classes. They train the upper primary students to march in the parades and practice volunteer musicians to play in the marching band. This makes Sports Day more colorful and complete.

Throughout my time of 43 years of lending support in organizing Sports Day, I have seen the creativity in students differ according to the different times. The goodwill of the students in doing the tasks shines brightly. More importantly, the students learn to work together with others, creating unity and bonds between sisters. I would like to tell all the students that when everyone works together successfully with their hearts, the results will always be valuable and fruitful. “What is done from the heart will be valuable and fruitful.”

Ms. Budsakorn Suttjaree (Teacher Nui or Teacher Man)
Advisor for Organizing Sports Days

- บทสัมภาษณ์ -

สานสัมพันธ์ด้วยรักและเข้าใจ เพื่อศิษย์เขมะสิริฯ

Bonds of Love and Relationships for KMS Students

การประสานสัมพันธ์กันระหว่างสมาคมศิษย์เขมะสิริฯ และเครือข่ายผู้ปกครอง สนับสนุนกิจกรรมของโรงเรียนเพื่อมอบสิ่งที่ดี ๆ ให้ศิษย์เขมะสิริฯ

KMS Alumni Association and Parents' Network have been connected with bonds of love and relationships to support Khemasiri Memorial School, its affairs, and have all good things return to the students.

สาส์นจากนายกสมาคมศิษย์เขมะสิริอนุสรณ์

Message from the President of the KMS Alumni Association



สวัสดีค่ะ พี่น้องชื่อน้ำเงิน-แดง เขมะสิริอนุสรณ์ทุกท่าน ขอรายงานตัวเข้ารับตำแหน่งนายกสมาคมศิษย์เขมะสิริอนุสรณ์ คณะที่ 23 ประจำปี 2566-2568 ขอขอบพระคุณสมาชิกสมาคมศิษย์เขมะสิริฯ ที่ได้ให้ความไว้วางใจเลือกดิฉันและกรรมการฯ ให้เข้ามาเป็นกรรมการบริหารสมาคมฯ คณะที่ 23 เป็นเวลา 2 ปี ซึ่งหนึ่งในวัตถุประสงค์สำคัญคือ ส่งเสริมความรักและความสามัคคีในหมู่สมาชิกของสมาคมฯ ขอขอบคุณคณะกรรมการฯ ชุดเดิม ที่ทำงานให้กับสมาคมฯ อย่างแข็งขันตลอดระยะเวลาที่ดำรงตำแหน่ง แม้จะมีความยากลำบากในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 แต่ก็ร่วมแรงร่วมใจกันดำเนินกิจกรรมของสมาคมฯ จนลุล่วงด้วยดี

บัดนี้ คณะกรรมการฯ ชุดเดิมได้ส่งมอบงานให้คณะกรรมการฯ ชุดใหม่แล้ว และยังคงกราบเข้ามาเป็นที่ปรึกษาและเป็นพี่เลี้ยงด้วยน้ำใจชื่อน้ำเงิน-แดงของเรายังอบอุ่น ดิฉันขอใช้โอกาสนี้สรุปข่าวสารที่สำคัญและกิจกรรมที่ผ่านมาดังนี้

1. วันที่ 28 พฤศจิกายน 2566 สมาคมศิษย์เขมะสิริฯ ร่วมแสดงความยินดีในโอกาสที่ศิษย์เขมะสิริอนุสรณ์ ดร. อภิรติ ภาณุตานนท์ ณ มหาสารคาม คุณดลจิตต์ ถาวรศักดิ์ และ คุณณัฐธินิกรณ จันทโรทัย ได้รับพระราชทานรางวัล “สตรีไทยดีเด่น” ประจำปี 2566 จาก สภาสมาคมสตรีแห่งชาติในพระบรมราชินูปถัมภ์ เมื่อวันที่ 4 สิงหาคม 2566

2. งานวันกาชาด 100 ปี ณ ที่แห่งการให้ จัดโดยสภากาชาดไทย ระหว่างวันที่ 8-18 ธันวาคม 2566 ณ สวนลุมพินี สมาคมศิษย์เขมะสิริฯ ร่วมกับโรงเรียนเขมะสิริอนุสรณ์ จัดนิทรรศการภายใต้แนวคิด “มหาวชิราวุธ: กาชาด-มัทนา 100 ปี” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณรัชกาลที่ 6 ในวาระครบ 100 ปี: มัทนะพาธา และ 100 ปี: ยุวกาชาดไทย ในงานนี้บุญของสมาคมฯ ยังได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับที่ 2 จากการประกวดบุญงานวันกาชาด 100 ปี ณ ที่แห่งการให้ อีกด้วย

3. ร่วมจัดกิจกรรมงานวันเด็ก ในวันที่ 12 มกราคม 2567 โดยได้จัดกิจกรรมและมอบของขวัญให้เด็ก ๆ

4. ร่วมกิจกรรมงานรวมใจชื่อน้ำเงิน-แดง ได้สนับสนุนเงินรางวัลให้กับคณะครู ในวันที่ 15 มกราคม 2567

5. ร่วมชมนิทรรศการงานวิชาการ “เขมะสิรินิทรรศน์’66” ประจำปีการศึกษา 2566 ในวันที่ 18 มกราคม 2567

6. กิจกรรม “วิ่งนี้เพื่อให้ Run for Giving” ซึ่งด้วยพระราชทานสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ที่จะจัดขึ้นในวันอาทิตย์ที่ 18 กุมภาพันธ์ 2567 ณ สวนพุทธมณฑล โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสนับสนุนการศึกษาโรงเรียนตำรวจตระเวนชายแดน “พิริยานุเคราะห์ 1” จังหวัดสระแก้ว และเพื่อสนับสนุนอุปกรณ์ทางการแพทย์ให้แก่โรงพยาบาลวชิรพยาบาล

ทั้งหมดที่กล่าวมาข้างต้น จะสำเร็จลุล่วงได้ต้องอาศัยความร่วมมือ เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันของสมาชิก ศิษย์เก่า อาจารย์ ศิษย์ปัจจุบัน และคณะครู ที่ให้การสนับสนุนด้วยดีตลอดมา

สุดท้ายนี้ ดิฉันขออำนาจสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายที่ท่านเคารพนับถือ โปรดคลั่งคลำให้ท่านและครอบครัวประสบความสุข ความเจริญรุ่งเรือง ในหน้าที่การงาน สุขภาพร่างกายแข็งแรง มีจิตใจที่แข็งแกร่ง พินฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ คิดหวังสิ่งใดขอให้ประสบความสำเร็จทุกประการ

ด้วยความรักและปรารถนาดี
รศ.ดร.ชลภรณ์ สุวรรณสัมฤทธิ์
นายกสมาคมศิษย์เขมะสิริอนุสรณ์



Greetings to all Blue-Red Sisters of Khemasiri Memorial School. I, as the 23rd President of KMS Alumni Association for the years 2023-2025, would like to thank the members of KMS Alumni Association who have trustfully selected the committee and me to act as the 23rd Executive Committee of the Association for another two years. One of our missions is to promote love and unity among the members of the association. Many thanks also go to the former Committee for having been tirelessly working for the Association. In spite of the difficulties during the COVID-19 epidemic situation, their perfect collaboration to carry out the affairs of the Association brought fruitful results.

Now, the former Committee has handed over the work to the new Committee and still kindly acts for us as the advisors with the kindness of the KMS Blue-Red Sisters. I would like to take this opportunity to inform you about important news and past activities as follows:

1. Concerning November 28, 2023, the KMS Alumni Association would like to congratulate Dr. Apiradee Pawaphutanon Na Maha Sarakham, **Ms. Dolchit Thawornsak, and Ms. Natthineephon Chandranotai on receiving the royal award 'Outstanding Thai Women' for the year 2023** from the National Women's Association Council under the Royal Patronage of Her Majesty the Queen on August 4, 2023.



2. On December 8-18, 2023, **'100 Years of Red Cross Day,'** organized by the Thai Red Cross Society at Lumpini Park, the KMS Alumni Association, in a cooperation with Khemasiri Memorial School, organized an exhibition titled **'Maha Vajiravudh: Kachat-Mattana 100 Years,'** with the objective to commemorate the benevolence of King Rama VI on the occasion of the 100th anniversary of Mattanapatha and the Thai Red Cross Youth. In this event, the Association's booth won the 2nd prize in the booth competition.

3. On January 12, 2024, the KMS Alumni Association participated in **Children's Day** by organizing activities and giving gifts to children.

4. On January 15, 2024, the KMS Alumni Association gave money rewards for teachers in the **Blue-Red Unity New Year Party.**

5. On January 18, 2024, the KMS Alumni Association participated in **'Khemasiri Nitat 2023.'**

6. On February 18, 2024, the KMS Alumni Association participated in the **'Run for Giving' charity running event,** where the Royal Trophy of H.R.R. Maha Chakri Sirindhorn was the prize, at Phutthamonthon Park. The objectives of the event were to support the education of the Border Patrol Police School 'Pirayanukroh 1,' Sa Kaeo Province, and to support medical supplies for Vajira Hospital.

All of the activities mentioned above would never have been successful without the kind cooperation and unity of the members, alumni, present students, and teachers, who have always supported us very well.

Finally, I would like to ask that you and your family receive the blessings from all your divine supports. May happiness, prosperity, and good health be yours.

With love and best wishes,
Assoc. Prof. Dr. Chalabhorn Suwanumrit
The President of the KMS Alumni Association

ด้วยความรักและความเข้าใจ มอบให้ลูก ๆ เขมะสิริฯ

With Love and Understanding for all KMS Students

สวัสดีค่ะ ดิฉัน นางวราภรณ์ เสมอพันธ์ ประธานเครือข่ายผู้ปกครอง ในปีการศึกษา 2566 คณะกรรมการเครือข่ายและผู้ปกครอง จิตอาสาทุกท่านได้ร่วมกิจกรรมกับทางโรงเรียนเขมะสิริอนุสสรณ์ ดังนี้

1. **กิจกรรมกีฬา** ได้จัดเลี้ยงอาหาร และเครื่องดื่มให้กับเด็ก ๆ วันที่ 29 พฤศจิกายน 2566
2. **กิจกรรมวันเด็ก** เครือข่ายผู้ปกครองร่วมกับสมาคมศิษย์เขมะสิริฯ มอบความสุขให้กับเด็ก ๆ ด้วยการจัดเลี้ยงอาหาร เครื่องดื่ม สนับสนุนของรางวัล และร่วมเล่นเกมสนุก ๆ กับคุณครูและเด็ก ๆ เพื่อเชื่อมความสัมพันธ์อันดี และสร้างความสามัคคีซึ่งกันและกัน วันที่ 12 มกราคม 2567
3. **กิจกรรมรวมใจชาวน้ำเงิน-แดง** เครือข่ายผู้ปกครองได้สนับสนุนของรางวัลในงานเลี้ยงปีใหม่กับทางโรงเรียนจัดขึ้นสำหรับคุณครู วันที่ 15 มกราคม 2567
4. **งานเขมะสิริไนท์'66** คณะกรรมการเครือข่ายฯ ได้เข้าชมผลงาน เพื่อให้กำลังใจกับลูก ๆ ทุกคน วันที่ 18-19 มกราคม 2567

สุดท้ายนี้ดิฉันขอขอบคุณคณะกรรมการเครือข่ายผู้ปกครอง ผู้ปกครองจิตอาสาทุกท่าน สมาคมศิษย์เขมะสิริฯ โรงเรียนและคุณครูทุกท่าน ที่ให้ความร่วมมือ สมทบทุน และสนับสนุนกิจกรรมต่าง ๆ จึงสำเร็จได้ตามวัตถุประสงค์ **“ด้วยความรักและความเข้าใจ”** ขออำนาจแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย จงดลบันดาลให้ทุกท่านและครอบครัว ประสบแต่ความสุขสวัสดิ์

นางวราภรณ์ เสมอพันธ์
ประธานเครือข่ายผู้ปกครอง



คณะกรรมการเครือข่ายผู้ปกครอง

- | | |
|---------------------------------|--------------------------------|
| 1. นายจรัสเดช สุโสภา | ที่ปรึกษา |
| 2. นางทิวาพร ชูบัวทอง | ที่ปรึกษา |
| 3. นางวราภรณ์ เสมอพันธ์ | ประธานเครือข่ายฯ |
| 4. นายไพฑูรย์ แสงกิตติกร | รองประธานคนที่ 1 |
| 5. นายอัคนันท์ อัครวิทย์โกสิน | รองประธานคนที่ 2 |
| 6. นายรุ่งนรินทร์ ออมโพธา | รองประธานคนที่ 3 |
| 7. นางวัลลภา อธิบุญชัยกุล | กรรมการ และปฏิคม |
| 8. นางสาววงศ์สวัสดิ์ มโนธรรมกิจ | กรรมการ เหนือญุก และนายทะเบียน |
| 9. นางสาวปานใจ จันทร์เกิด | กรรมการ |
| 10. นางสาวดารณี บวรบริหาร | กรรมการ |
| 11. นางสาวกมลชนก สุคัมไพ | กรรมการ |
| 12. นายสนทยา เลิศไธสง | กรรมการ |
| 13. นางสาวนิตยา จูมศักดิ์ | กรรมการ และเลขานุการ |

Greetings to everybody. I am Mrs. Waraporn Semakhan, the President of the Parents' Network for the academic year 2023. The Parents' Network Committee and all volunteer parents have participated in the activities with Khemasiri Memorial School as follows:

1. **Sports Day** – Food and drinks were provided for children on November 29, 2023.
2. **Children's Day** – The Parents' Network, in a cooperation with the KMS Alumni Association, provided food, drinks, and prizes as well as participated in all of the activities on January 12, 2024.
3. **The Blue-Red Unity New Year's Party** – The Parents' Network gave rewards for teachers on January 15, 2024.
4. **Khemasiri Nitat 2023** – The Parents' Network visited the exhibition by the students on January 18-19, 2024.

Lastly, I would like to thank the Parents' Network Committee, all volunteer parents, the KMS Alumni Association, Khemasiri Memorial School, and all the teachers, for your kind cooperation and support that helped accomplish all of the activities **‘with love and understanding.’**

May the divine power bless you and your family with bliss and happiness.

Mrs. Waraporn Semakhan
The President of the Parents' Network

The Committee of Parents' Network

- | | | |
|----------------------|------------------|--|
| 1. Mr. Charatdej | Suphophak | Advisor |
| 2. Mrs. Thiwaporn | Chubuathong | Advisor |
| 3. Mrs. Waraporn | Semakhan | President of Parents' Network |
| 4. Mr. Paitoon | Saengkittikorn | First Vice President |
| 5. Mr. Akkaranan | Asawatphokin | Second Vice President |
| 6. Mr. Rungnirand | Omphotha | Third Vice President |
| 7. Mrs. Wanlapa | Theerabunchaikul | Committee Member and Hostess |
| 8. Miss Wongsawat | Manothamkit | Committee Member, Treasurer and Registrar. |
| 9. Miss Panjai | Chankerd | Committee Member |
| 10. Miss Daranee | Bowornboriharn | Committee Member |
| 11. Miss Kamonchanok | Sukantho | Committee Member |
| 12. Mr. Sonthaya | Lertthaisong | Committee Member |
| 13. Miss Nittaya | Joomsak | Committee Member and Secretary |

- ธุรูปโรงเรียน -

กิจกรรมเด่น

School Activities

กิจกรรมส่งเสริมความกตัญญูและวันสำคัญ

Gratitude Activities and Special Days



• คุณจงศรีสมร รุจิเทศ ที่ปรึกษา คุณครูชนิดดา ต้นไพบูลย์ ผู้อำนวยการ นำคณะครู และนักเรียน เข้าเฝ้าทูลละอองพระบาททูลเกล้าฯ สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เพื่อถวายเงินร่วมบริจาคโดยเสด็จพระราชกุศล ณ วัดสระปทุม 18 สิงหาคม 2566

On August 18, 2023, Mrs. Chongsrisamorn Rujites, the Advisor, and Ms. Chanidda Tanphaiboon, the Director, led the teachers and students to visit H.R.H. Princess Maha Chakri Sirindhorn in order to contribute a donation at Sra Pathum Palace.



• 11 ตุลาคม วันคล้ายวันประสูติของหม่อมเจ้าหญิงศุขศรีสมร เกษมศรี ผู้ทรงก่อตั้งและอาจารย์ใหญ่พระองค์แรกของโรงเรียน คุณเขมินท์ คงจำเนียร ผู้จัดการ ประธานในพิธี นำคณะผู้บริหาร คณะครู นักเรียน ผู้แทนสมาคมศิษย์เกษมสิริฯ และพนักงานทำพิธีรำลึกถึงพระกรุณาธิคุณของพระองค์ท่าน ที่ลานกิจกรรม อาคารอนุสรณ์ ๘๐ ปีเกษมสิริ

On October 11 of every year is the birthday of H.S.H. Princess Suksrisamorn Kshemsri, the founder and first headmaster of the School, Mr. Khemin Kongchumnian, the Manager, presided over the ceremony leading the Administrators, teachers, students, representatives of the KMS Alumni Association, and employees in commemorating the benevolence of H.S.H. Princess Suksrisamorn Kshemsri at the activity park of the KMS 80th Anniversary Memorial Building.



• 23 ตุลาคม “วันปิยมหาราช” เพื่อน้อมรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5 คุณปวิภัทร์ อัจฉมัลย์วรา ผู้จัดการฝ่ายบริการ นำคณะครูและนักเรียน ร่วมพิธีวางพวงมาลาและถวายบังคม พระบรมราชานุสาวรีย์ ณ ลานพระราชวังดุสิต

On the occasion of Chulalongkorn Day, October 23, 2023, Mr. Pawipat Ajmanwra, the Manager of the Service Department, along with the teachers and students, laid a wreath at the Grounds of Dusit Palace (The Equestrian Statue of King Chulalongkorn).



- 5 ธันวาคม “วันพ่อแห่งชาติ” โรงเรียนเขมะสิริอนุสสรณ์จัด “กิจกรรมเทิดพระคุณพ่อ” ให้นักเรียนได้แสดงออกถึงความรัก ความผูกพัน และความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ 30 พฤศจิกายน - 1 ธันวาคม 2566

On November 30 – December 1, 2023, Khemasiri Memorial School organized the Father's Day Activity: Gratitude to Fathers, where students expressed their love, commitment, and gratitude to their benefactors.



- “พิธีลาครู” สำหรับนักเรียนชั้น ม.6 ที่จะสำเร็จการศึกษาระดับชั้นสูงสุดของโรงเรียน 12 กุมภาพันธ์ 2567

On February 12, 2024, La Kru Ceremony was organized for Mathayom 6 students about to graduate from the School.

- เพื่อสืบสานประเพณีลอยกระทง โรงเรียนจึงจัด “กิจกรรมลอยกระทง” ให้แก่นักเรียนประจำ 27 พฤศจิกายน 2566

On November 27, 2023, Khemasiri Memorial School organized a Loy Krathong activity for boarding students.



- 14 พฤศจิกายน วันคล้ายวันประสูติของหม่อมเจ้าขุนศรีเกษม เกษมศรี ผู้ทรงก่อตั้งโรงเรียน คุณปวิภัทร อัจฉมาลย์วรา ผู้จัดการฝ่ายบริการ ประธานในพิธี นำคณะผู้บริหาร คณะครู นักเรียน ผู้แทนสมาคมศิษย์-เขมะสิริฯ และพนักงาน ทำพิธีรำลึกถึงพระกรุณาธิคุณของพระองค์ท่าน ที่หน้าพระรูปอนุสาวรีย์ และวันนี้เป็น “วันรื่นเริงประจำปี” โรงเรียน จัดให้มีการแสดงของนักเรียนทุกระดับชั้น ที่ลานกิจกรรม อาคารอนุสรณ์ ๘๐ ปี เขมะสิริ

On November 14 of every year is the birthday of H.S.H. Prince Poonsrikasem Kshemsri, the founder of Khemasiri Memorial School. Mr. Pawipat Ajmanwra, the Manager of the Service Department, presided over the ceremony, leading the Administrators, teachers, students, representatives of the KMS Alumni Association, and employees in commemorating the benevolence of H.S.H. Prince Poonsrikasem Kshemsri in front of His monument. This day was granted to be the annual KMS Festival, where the students of all levels arranged shows that were performed at the activity park of the KMS 80th Anniversary Memorial Building.



- โรงเรียนเขมะสิริอนุสสรณ์นำชุดการแสดงนาฏศิลป์ไทยร่วมแสดง ณ เวทีกลางงานกาชาดประจำปี 2566 ที่สวนลุมพินี 16 ธันวาคม 2566

On December 16, 2023, Khemasiri Memorial School hosted a Thai classical dance performance at the Center Stage of the Red Cross Fair 2023 at Lumpini Park.

กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมและจริยธรรม Morality and Ethics Activities



- ผู้บริหาร คณะครู บุคลากรสนับสนุน และพนักงาน เข้าอบรมธรรมะ “ค่ายพุทธมาตา” หัวข้อ “ทำงานอย่างไรให้มีความสุข” ที่หอประชุม ศุขศรีสมร 13 ตุลาคม 2566

On October 13, 2023, the Administrators, teachers, support personnel, and employees attended the Buddha Mata Camp, titled, ‘How to Work Happily’ at Suksrisamorn Auditorium.



- ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 โรงเรียนได้จัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมคุณธรรมและจริยธรรมให้นักเรียน ดังนี้

ค่ายยุวกาชาด ชั้น ม.2 ที่ค่ายสวนนงนุช พัทยา จ.ชลบุรี
15-17 พฤศจิกายน 2566

ค่ายคุณธรรม ที่หอประชุมศุขศรีสมร

- ชั้น ม.2 วันที่ 25 มกราคม 2567
- ชั้น ม.1 วิทยากรโดย กลุ่มเพลินธรรมนำชม สวนโมกข์ กรุงเทพมหานคร 5 มกราคม 2567
- ชั้น ป.2 วันที่ 24 พฤศจิกายน 2566

In the second semester of the 2023 academic year, the School organized activities to promote morality and ethics for students as follows:

A Red Cross Youth Camp for Mathayom 2 students at Suan Nongnook Camp, Pattaya, Chonburi Province, on November 15-17, 2023

Morality Camp at Suksrisamorn Auditorium

- For Mathayom 2 students on January 25, 2024
- For Mathayom 1 students on January 5, 2024, with Plearn Dhamma Namchom Suan Mokkh Bangkok Group as speakers.
- For Prathom 2 students on November 24, 2023.

กิจกรรมเสริมหลักสูตร Extra-Curricular Activities



กิจกรรมในการเรียนวิชาโครงการบูรณาการ

- ชั้น ป.1 คุณครูได้นำ “หนูน้อยนักสำรวจ” ไปเยี่ยมชมตลาดกรุงธนเพื่อสำรวจชุมชนใกล้เคียงโรงเรียน 23 พฤศจิกายน 2566 และไปศึกษาเรียนรู้เกี่ยวกับป่าที่ศูนย์เรียนรู้ “ป่าในกรุง” ปตท. 31 มกราคม 2567
- ชั้น ป.2 ภายใต้อาชีพ “รอบรู้ KMS” คุณครูได้นำนักเรียนออกไปสำรวจชุมชนใกล้เคียงโรงเรียน วัดภคินีนาถวรวิหาร 24 มกราคม 2567 และตลาดกรุงธน 7 กุมภาพันธ์ 2567

Activities in the Integrated Project Class

- The Prathom 1 students, or the ‘Little Explorers,’ visited Krung Thonburi Market with the purpose of exploring the community nearby the school on November 23, 2023, and went on a field trip at PTT Metroforest Learning Centre on January 31, 2024.
- Under the project Around KMS, the Prathom 2 students visited Wat Phakhinint Community on January 24, 2024 and Krung Thonburi Market on February 7, 2024, as well as the community nearby the school.





• โรงเรียนจัดงาน “เขมะสิริ นวัตกรรม’66 ครั้งที่ 33” หัวข้อ “Thai Thai Unique Style” เพื่อแสดงผลงานทางวิชาการของนักเรียนทุกระดับชั้น การแสดงบนเวทีลานกิจกรรม เช่น การนำเสนอโครงการที่ได้รับรางวัล การแสดงความสามารถนาฏศิลป์ไทย ดนตรีไทย และดนตรีสากล โดยมีคุณเขมินท์ คงจำเนียร ผู้จัดการ เป็นประธานเปิดงาน ทางสมาคมศิษย์เขมะสิริ และเครือข่ายผู้ปกครอง ได้เข้าร่วมชมผลงานเพื่อให้กำลังใจนักเรียน 18-19 มกราคม 2567

On January 18-19, 2024, the School organized the 33rd Khemasiri Nitat, titled ‘The Thai Unique Style.’ Academic works of the students at all levels were displayed and many activities were performed on the stage, such as presenting award-winning projects and showing talents in Thai traditional dance, Thai classical and Western music, with Mr. Khemin Kongchumnian, the Manager, as the opening chairman. The KMS Alumni Association and the Parents’ Network also participated in this event.



• นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย เข้าร่วมกิจกรรม Workshop “การเป็นผู้ประกอบการรุ่นใหม่” วิทยากรโดย ดร.ณฐมน พุ่มประดับ หัวหน้าภาควิชาการออกแบบและนวัตกรรมดิจิทัล คณะบริหารธุรกิจ และเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ 9 มกราคม 2567

On January 9, 2024, the upper secondary students participated in the workshop activity, titled, ‘Becoming a New Generation Entrepreneur.’ The speaker was Dr. Nathamon Phumpradab, the Head of the Department of Digital Design and Innovation, Faculty of Business Administration and Economics, Assumption University.



• นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย เข้าค่ายวิทยาศาสตร์ ณ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 7 มกราคม 2567

On January 7, 2024, the upper secondary students participated in a science camp at Srinakharinwirot University (Prasarnmit Campus).



• กิจกรรมฝึกและพัฒนาทักษะทางภาษา ด้วยการฟัง พูด อ่าน และเขียน ในคำภาษาอังกฤษ ภาษาจีน และภาษาญี่ปุ่น สำหรับนักเรียนชั้นม.1-6 ที่โรงแรมมวกเหล็กพาราไดส์ รีสอร์ท จ.สระบุรี 18-20 ตุลาคม 2566

On October 18-20, 2023, the lower and upper secondary students participated in the language skill development camps (English, Chinese, and Japanese) at Muak Lek Paradise Resort Hotel, Saraburi Province.



• กิจกรรม English Camp “SURVIVAL CAMP” สำหรับนักเรียนชั้นป.1-6 วิทยากรจากสถาบัน Fun Language และครูกลุ่มสาระต่างประเทศ 16 ตุลาคม 2566

On October 16, 2023, the primary students participated in the English camp, titled, ‘SURVIVAL CAMP,’ with speakers from the Fun Language Institute and teachers from the Department of Foreign Languages.

กิจกรรมเสริมประสบการณ์ Experience Enhancement Activities

การศึกษาเรียนรู้จากสถานที่จริงจะทำให้นักเรียนได้รับความรู้และประสบการณ์ที่แปลกใหม่ โรงเรียนจึงจัดกิจกรรมทัศนศึกษาให้นักเรียน ดังนี้

- นักเรียนประจำ ทัศนศึกษาที่ ดุบัว คาเฟ่ ฟาร์ม จ.นครปฐม 28 มกราคม 2567
- ชั้น ม.2 ทัศนศึกษาพิพิธภัณฑ์พระราม 9 (อพวช.) จังหวัดปทุมธานี 26 มกราคม 2567
- ชั้น ป.3 ทัศนศึกษาศูนย์วิทยาศาสตร์เพื่อการศึกษารังสิต จ.ปทุมธานี 24 มกราคม 2567
- ชั้น ม.4 ทัศนศึกษาศาลาอัญมณี กรุงเทพมหานคร 23 มกราคม 2567
- ชั้น ม.5 ทัศนศึกษาศูนย์การเรียนรู้ป่าในกรุง 11-12 มกราคม 2567
- ชั้น ป.5 ทัศนศึกษาองค์การพิพิธภัณฑ์วิทยาศาสตร์แห่งชาติ (อพวช.) จ.ปทุมธานี 10 มกราคม 2567
- ชั้น ป.4 ทัศนศึกษาพิพิธภัณฑ์ดิน กรมพัฒนาที่ดิน และพิพิธภัณฑ์การศึกษาไทย 22 ธันวาคม 2566
- ชั้น ป.6 ทัศนศึกษาวัดพระศรีรัตนศาสดาราม วัดพระเชตุพนวิมลมังคลารามราชวรมหาวิหาร และพระบรมมหาราชวัง 20 ธันวาคม 2566
- นักเรียนประจำ ทัศนศึกษาอุโมงค์ไดโนเสาร์วัดพระแก้ว 17 ธันวาคม 2566
- ชั้น ป.1 ทัศนศึกษาเส้นทางไกลพิพิธภัณฑ์เด็กกรุงเทพฯ และสวนสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ 15 ธันวาคม 2566
- ชั้น ม.2 ทัศนศึกษาศูนย์เรียนรู้โครงการพระราชดำริโรงเรียนข้าวและชาวนา และพิพิธภัณฑ์ธนาคารไทย 14 ธันวาคม 2566
- ชั้น ป.2 ทัศนศึกษาและเดินทางไกล ณ สวนวชิรเบญจทัศ (สวนรถไฟ) และเมืองจระจกจำลอง 13 ธันวาคม 2566
- ชั้น ม.1 ทัศนศึกษาที่ ณ สัตหีบอุทยานไทย จ. ราชบุรี 16 พฤศจิกายน 2566
- ชั้น ป.3 ทัศนศึกษาสำนักงานพิพิธภัณฑ์เกษตรเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (องค์การมหาชน) จ.ปทุมธานี 27 ตุลาคม 2566

Real world learning will allow students to gain new knowledge and experience. The School, therefore, organized field trip activities for students as follows:

- On January 28, 2024, the boarding students went on a field trip to Du Bua Cafe Farm, Nakhon Pathom Province.



- On January 26, 2024, the Mathayom 2 students went on a field trip to Rama 9 Museum (NSM), Pathum Thani Province.
- On January 24, 2024, the Prathom 3 students went on a field trip to the Science Center for Education, Rangsit, Pathum Thani Province.
- On January 23, 2024, the Mathayom 4 students went on a field trip to Taling Chan Criminal Court, Bangkok.
- On January 11-12, 2024, the Mathayom 5 students went on a field trip to the Urban Forest Learning Center.
- On January 10, 2024, the Prathom 5 students went on a field trip to the National Science Museum (NSM), Pathum Thani Province.
- On December 22, 2023, the Prathom 4 students went on a field trip to the Soil Museum Department of Land Development and Thai Education Museum.
- On December 20, 2023, the Prathom 6 students went on a field trip to the Temple of the Emerald Buddha, Phra Chetuphon Wimon Mangkhalaram Rajwaramahawihan Temple and the Grand Palace.
- On December 17, 2023, the boarding students went on a field trip to the underground tunnels of the Temple of the Emerald Buddha.
- On December 15, 2023, the Prathom 1 students went on a field trip to the Bangkok Children's Museum and Queen Sirikit Park.
- On December 14, 2023, the Mathayom 2 students went on a field trip to the Royal Initiative Learning Center, Rice and Farmer School, and the Thai Bank Museum.
- On December 13, 2023, the Prathom 2 students went on a field trip to Wachirabenjathat Park (Rot Fai Park) and White Road Theme Park.
- On November 16, 2023, the Mathayom 1 students went on a field trip to Sattha Utthayan Thai Park, Ratchaburi Province.
- On October 27, 2023, the Prathom 3 students went on a field trip to the Agricultural Museum Office in Honor of His Majesty the King (Public Organization), Pathum Thani Province.



การสร้างแรงบันดาลใจจากผู้มีประสบการณ์และแบบอย่างที่ดีให้นักเรียน ในโครงการสร้างแรงบันดาลใจ ดังนี้

- ชั้น ป.4-6 ฟังประสบการณ์เกี่ยวกับการเรียนจากรุ่นพี่ ชั้น ม.1-3 เพื่อเป็นแนวทางการเรียนต่อระดับมัธยมศึกษา 24 มกราคม 2567
- ชั้น ม.1-3 ฟังแนวทางการเรียนต่อระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จากรุ่นพี่ ชั้น ม.4-6 วันที่ 12 มกราคม 2567
- ชั้น ม.4-6 ฟังเรื่องราวจากรุ่นพี่ศิษย์เกษมสิริฯ (ศิษย์เก่า) เล่าถึงประสบการณ์ตรงทั้งเรื่องการเรียนรู้ในรั้วมหาวิทยาลัย และการทำงาน 19 ธันวาคม 2566

Inspiration from experienced people is a good role model for students. Inspirational projects were held as follows:

- On January 24, 2024, guidelines for study at the lower secondary level were shared with the Prathom 4-6 students by the seniors from the lower secondary levels.
- On January 12, 2024, guidelines for study at the upper secondary levels were shared with the Mathayom 1-3 students by the seniors from the upper secondary levels.
- On December 19, 2023, guidelines for study at universities and for work were shared with the Mathayom 4-6 students by the KMS alumni.



• โรงเรียนจัดกิจกรรมวันเด็กให้แก่แก่นักเรียนระดับประถมศึกษา โดยมีสมาคมศิษย์เกษมสิริอนุสรณ์ และเครือข่ายผู้ปกครอง นำของรางวัล อาหารและขนมอร่อยๆ ร่วมสนับสนุนในกิจกรรม 12 มกราคม 2567
On January 12, 2024, the School organized Children's Day activities for primary students, with the KMS Alumni Association and the Parents' Network supporting prizes, food, and delicious snacks for the activity.

• โรงเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติเพื่อฝึกประสบการณ์ ด้วยการให้นักเรียนประจำชั้น ม.6 เป็นผู้ดำเนินการจัดงานราตรีเขมรัฐครั้งที่ 11/2566 เพื่อฝึกทักษะการทำงานร่วมกันเป็นหมู่คณะ โดยมีผู้บริหาร คุณครูฝ่ายนักเรียนประจำ และนักเรียนประจำเข้าร่วมงาน

ภายในงานได้จัดเลี้ยงอาหาร ชมการแสดงของรุ่นพี่-รุ่นน้องและต้อนรับรางวัลมากมาย 13 มกราคม 2567

On January 13, 2024, the Mathayom 6 boarding students organized the 11th Ratre Khemarat 2023, with the administrators, boarding teachers, and students participating in the event, where a banquet was provided and shows from both seniors and juniors were performed.



การพัฒนาหลักสูตร และอบรมเทคนิคการสอนสำหรับครู Curriculum Development and Teaching Technique Training for Teachers



• ผู้บริหาร ผู้อำนวยการ ฝ่ายวิชาการ และครูแกนนำ โรงเรียนเกษมสิริอนุสรณ์เข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการพัฒนาหลักสูตรและการใช้หลักสูตรสถานศึกษานำร่องในพื้นที่นวัตกรรมการศึกษาวิทยาการโดย รศ.ประภาพร นิยม อธิการบดีสถาบันอาศรมศิลป์และคณะ จัดโดยสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน ณ โรงแรมเดอะพาลาซโซ รัชดาภิเษก กรุงเทพมหานคร 29-31 มกราคม 2567

On January 29-31, 2024, the Administrators, Director of the Academic Affair Department, and the head teachers of Khemasiri Memorial School attended a workshop about the curriculum development and the use of a pilot school curriculum in the educational innovation area. The speakers were Assoc. Prof. Prapaphat Niyom, the Rector of Arsom Silp Institute of the Arts, and her team. The workshop was organized by the Office of the Private Education Commission at The Palazzo Hotel Ratchadaphisek, Bangkok.

• การอบรมเทคนิคการสอน Active Learning สำหรับครู เพื่อพัฒนาระบบการเรียนการสอนที่เน้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมและมีปฏิสัมพันธ์ ผ่านการปฏิบัติที่หลากหลาย ที่หอประชุมสุศรีสมร 12 ตุลาคม 2566

On October 12, 2023, a training of 'Active Learning' teaching techniques for teachers was organized with the objectives to develop teaching and learning processes that emphasize student participation and interaction through a variety of practices at Suksrisamorn Auditorium.

- รื้อรอบโรงเรียน -

เรียนเล่นสามารถ

Student Activities

โรงเรียนเขมะสิริอนุสสรณ์ ได้รับโล่รางวัล “โรงเรียน กล้าฝัน กล้าทำ เปลี่ยนแปลงโรงเรียนทั้งระบบ Whole School Transforming: 7 Changes” ผ่านการพัฒนาหลักสูตรสถานศึกษาที่มุ่งเน้นผลลัพธ์การเรียนรู้เชิงสมรรถนะ” และโรงเรียนมีผลการปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice) จากสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชนและสถาบันอาศรมศิลป์ ในการนี้ คุณครูชนิดดา ตันไพบูลย์ ผู้อำนวยการ ได้รับโล่รางวัล และฝ่ายวิชาการ ครูแกนนำ นักเรียน เข้าร่วมกิจกรรมสัมมนาฯ และจัดนิทรรศการแสดงผลงานของนักเรียน ณ โรงแรมรอยัลริเวอร์ เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร 5 มกราคม 2567



On January 5, 2024, Khemasiri Memorial School was awarded a plaque for 'Whole School Transforming: 7 Changes' through the development of school curriculum, focusing on competency-based learning outcomes, and awarded a prize for 'The Best Practice School' from the office of Private Education Commission (OPEC) and Arsom Silp Institute of the Arts. Ms. Chanidda Tanphaiboon, the Director, was a representative to receive the awards. The Academic Department, along with the head teachers and students, participated in a seminar and organized an exhibition of student work at the Royal River Hotel, Bang Phlat District, Bangkok.

เด็กดีศรีโรงเรียน เป็นโครงการที่โรงเรียนเขมะสิริอนุสสรณ์คัดเลือกนักเรียนในแต่ละระดับชั้นเพียง 1 คนเท่านั้นที่ผ่านเกณฑ์ตามที่โครงการกำหนด เพื่อเข้ารับโล่รางวัลกับ คุณครูชนิดดา ตันไพบูลย์ ผู้อำนวยการโรงเรียน เนื่องในวันเด็กแห่งชาติ ประจำปี 2567

นักเรียนที่ได้รับรางวัลเด็กดีศรีโรงเรียน ได้แก่

o เด็กหญิงวสพล	เอมสวัสดี้	ชั้น ป.1
o เด็กหญิงศุภาภา	ศิริพันธุ์	ชั้น ป.2
o เด็กหญิงธมิดา	ธนะโสภณ	ชั้น ป.3
o เด็กหญิงฐิตามินทร์	รุ่งวัฒนฤทธิ์	ชั้น ป.4
o เด็กหญิงปณณวีร์	อ่อนพันธ์	ชั้น ป.5
o เด็กหญิงศิรดา	เจียรณมงคล	ชั้น ป.6
o เด็กหญิงนฤกร	ลาภธนศิริไพบูลย์	ชั้น ม.1
o เด็กหญิงพิรดา	คงหิรัญ	ชั้น ม.2
o เด็กหญิงอหาลิเม	เมฆเนย	ชั้น ม.3
o นางสาวเจนณิศา	พรอริยพรหม	ชั้น ม.4
o นางสาวธัญวรินทร์	กัณพัฒน์วงษ์	ชั้น ม.5
o นางสาวศศิ	เหลาแสง	ชั้น ม.6

The 'Good Students of the School' awards are given to only one KMS student selected from each level who pass the specified criteria. They were awarded plaques from Ms. Chanidda Tanphaiboon, the Director, on Children's Day 2024. The following are those who were awarded



the 'Good Students of the School' awards.

- o Ms. Vasaphon Emsawat, Prathom 1
- o Ms. Katada Siripun, Prathom 2
- o Ms. Dhamida Thannasophon, Prathom 3
- o Ms. Thitamintr Rungwatanarith, Prathom 4
- o Ms. Pannavee Onphan, Prathom 5
- o Ms. Sirada Chianmongkhon, Prathom 6
- o Ms. Naruporn Laptanasiripaiboon, Mathayom 1
- o Ms. Pirada Khonghiran, Mathayom 2
- o Ms. Athasimay Meknuy, Mathayom 3
- o Ms. Jennita Pornariyaprom, Mathayom 4
- o Ms. Tanyavarin Tirapattanawong, Mathayom 5
- o Ms. Sassi Laosaeng, Mathayom 6



นักกีฬาฟุตซอลทีมโรงเรียน รุ่น 15 ปี ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 3 รับถ้วยรางวัล และเกียรติบัตรจากการแข่งขันกีฬาฟุตซอลระหว่างโรงเรียน ในรายการฟุตซอล 4 เส้า ณ ศูนย์กีฬามิตรไมตรี 21 มกราคม 2567

On January 21, 2024, the School's futsal team (the age of 15) won the 3rd runner-up prize and was awarded a trophy and a certificate from the inter-school futsal competition program '4 Sao Futsal' at Mitmaitri Sports Center.



นางสาวชลนภัส โคตรสมบัติ ชั้น ม.5 ได้รับรางวัลจากการแข่งขันรายการ International Arts Festival 2023 ที่โรงละครอักษรา 13-15 ตุลาคม 2566 ดังนี้

1. รางวัล Senior Grand Award-Solo Contemporary
2. รางวัลชนะเลิศอันดับ 1 Gold Award Jazz/Lyrical Solo 15-17 Year
3. รางวัลชนะเลิศอันดับ 1 Gold Award Contemporary Solo 15-17 Year

นอกจากนี้ ยังได้รับทุนเรียนต่อระดับปริญญาตรี และเรียนเต้น 2 สัปดาห์ ที่มหาวิทยาลัย Lasalle College of the Arts ประเทศสิงคโปร์ และได้รับทุนไปแข่งขันที่ International Ballet grand prix 2024

On October 13-15, 2023, **Ms. Chonnapat Kotsombat, a Mathayom 5 student**, was awarded from the International Arts Festival 2023 at Aksara Theater as follows:

1. Senior Grand Award-Solo Contemporary,
2. Gold Award Jazz/Lyrical Solo age 15-17 (the 1st place), and
3. Gold Award Contemporary Solo age 15-17 (the 1st place).

In addition, Ms. Chonnapat Kodsombad received scholarships from Lasalle College of the Arts, Singapore, which are a bachelor's degree scholarship, a two weeks' dance course scholarship, and a fund scholarship to compete at the International Ballet Grand Prix 2024.



เด็กหญิงธัญญา จันทะสมิ์ ชั้น ป.6 ได้รับจากการแข่งขัน ดังนี้

รางวัลจากการแข่งขันเต้นรำระดับนานาชาติ IDO Thailand: International Dance Competition 2023 ณ โรงละครอักษรา คิงพาวเวอร์ 26 พฤศจิกายน 2566

- o รางวัลเหรียญทอง ประเภททีม Folklore Group
- o รางวัลเหรียญทองแดง ประเภทเดี่ยว Folklore Solo

รางวัลชนะเลิศอันดับ 1 ได้รับเหรียญทอง จากการแข่งขันรายการ ATOD International Dance Competition 2023 ประเภท National Dance ณ โรงละครอักษรา คิงพาวเวอร์ 19 มกราคม 2567

Ms. Tanaya Jantasim, a Prathom 6 student, won competitions as follows:

On November 26, 2023, in the IDO Thailand: International Dance Competition 2023 at Aksra King Power Theatre, the awards are as follows:

- o A gold medal from the Folklore Group
- o A bronze medal from the Folklore Solo

On January 19, 2024, in the ATOD International Dance Competition 2023, National Dance category, A gold medal from the 1st prize



เด็กหญิงพอ สุวรรณวิไลกุล ชั้น ป.4 ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 จากการแข่งขัน การเต้น รายการ Asia Students Arts Festival 2024 - International Round in Hong Kong ประเภท Duo Jazz รุ่นอายุ 10-11 ปี ณ ประเทศฮ่องกง 15 มกราคม 2567

On January 15, 2024, **Ms. Paul Suwanvilakul, a Prathom 4 student**, won the 1st runner-up prize from the dance competition 'Asia Students Arts Festival 2024,' the international round in Hong Kong, Duo Jazz category (age of 10-11) in Hong Kong.



เด็กหญิงรมิตา รังสิยาภรณ์รัตน์ ชั้น ป.6 ได้รับรางวัลจากการประกวดร้องเพลง ดังนี้

- o รางวัลเหรียญทอง การแข่งขัน Young Artist Music Contest ประเภท Voice Class D จัดโดย มหาวิทยาลัยมหิดล 30 กันยายน- 1 ตุลาคม 2566
- o รางวัลชนะเลิศ Star Maker Singing Contest 2023 ประเภทเพลงสากล รุ่นอายุ 8-11 ปี รับโล่รางวัล พร้อมทุนการศึกษา 15,000 บาท 25 พฤศจิกายน 2566
- o รางวัลระดับความสามารถเหรียญทองเกียรติยศ การแข่งขันประกวดดนตรีชิงถ้วยพระราชทานฯ รายการ BCC Music Competition 2023 ระดับ Class C ประเภทการประกวดขับร้องเดี่ยว-ขับร้องทุกประเภท (ยกเว้นประเภทไทยเดิม) จัดโดยโรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย 13 พฤศจิกายน -2 ธันวาคม 2566
- o รางวัลชนะเลิศพร้อมเงินรางวัล จากการแข่งขันในโครงการประกวดขับร้องเพลงเพื่อเสริมสร้างกำลังใจ “สันติสุข” จัดโดยสำนักวิทยาศาสตร์และศิลปดิจิทัล มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ร่วมกับกลุ่มเพื่อนธรรม ระหว่างวันที่ 15 กันยายน - 25 ตุลาคม 2566

Ms. Ramita Rungsiyapornratana, a Prathom 6 student, was awarded from the singing contest as follows:

- o On September 30 – October 1, 2023, received a gold medal from the Young Artist Music Contest (Voice Class D category), organized by Mahidol University.
- o On November 25, 2023, received the winner's prize of the Star Maker Singing Contest 2023 (Western music category), age of 8-11, and was awarded a plaque and a scholarship of 15,000 baht.
- o On November 13 – December 2, 2023, received a gold medal of honor from the music competition for the Royal Cup 'BCC Music Competition 2023' (Class C level) in all solo categories (except traditional Thai music), organized by Bangkok Christian College.
- o On September 15 – October 25, 2023, received the winner's prize and prize money from the "Santisuk" Singing Contest, organized by the School of Digital Science and Art, Suranaree University of Technology, with the cooperation of Dhamma Friends.



เด็กหญิงนภษา ทองไทย ชั้น ป.6 ได้รับรางวัลเหรียญทอง จากการประกวด Piano Class D รุ่นอายุไม่เกิน 12 ปี รายการ Young Artist Music Contest 2023 จัดโดย วิทยาลัยดุริยางคศิลป์ มหาวิทยาลัยมหิดล 30 กันยายน 2566

On September 30, 2023, **Ms. Napisa Thongthat, a Prathom 6 student**, was awarded a gold medal from the Piano Class D competition (under the age of 12) in the Young Artist Music Contest 2023, organized by the College of Music, Mahidol University.

เด็กหญิงภาณุรักษ์ พงษ์แก้วกาญจนา ชั้น ป.5 ได้รับรางวัล 4 เหรียญทอง จากการแข่งขันกีฬายิมนาสติก ยิมศิลป์ Level 2 ประเภท Bb Balance Beam, Fs Floor, VT Vault Table และ Hb Horizontal Bar ที่ The Flip พระราม 2 สังกัดทีมสโมสรสมิตรไมตรี 16 ธันวาคม 2566

On December 16, 2023, **Ms. Phasarak Pruekgaowkanjana, a Prathom 5 student**, won 4 gold medals from the Level 2 Gymnastics Competition (categories of Balance Beam, Floor, Vault Table, and Horizontal Bar) at the Flip Rama 2, under the Mitmaitri Club Team.





เด็กหญิงนิลุบล วรณศิริกุล ชั้น ป.3 ได้รับรางวัล จากการแข่งขัน ดังนี้

- o รางวัลเหรียญเงินและเกียรติบัตร จากการแข่งขัน Thailand National Youth Contest 2023 ประเภท Piano Prathom 1 ณ สถาบันดนตรีกัลยาณีวัฒนา 28 ตุลาคม 2566
- o รางวัลเหรียญทองแดงและเกียรติบัตร จากการแข่งขัน PIMSO - Philippine International Math and Science Olympics รอบ National Round วิชาวิทยาศาสตร์ ณ St.Mark International School 26 สิงหาคม 2566

Ms. Nilubol Wannasirikul, a Prathom 3 student, was awarded in competitions as follows:

- o On October 28, 2023, received a silver medal and a certificate from Thailand National Youth Contest 2023 (Piano Prathom 1 category) at the Princess Galyani Vadhana Institute of Music.
- o On August 26, 2023, received a bronze medal and a certificate from the PIMSO - Philippine International Math and Science Olympics Competition in the National Round on science subjects at St. Mark International School.



เด็กหญิงนิชา พยุงโภชนมงคล ชั้น ป.3 ได้รับรางวัลเหรียญเงิน พร้อมเกียรติบัตร จากการประกวดเครื่องสายสากล (Violin) ประเภทเดี่ยว ในรายการ ACT International Music Competition 2023 ณ โรงเรียนอัสสัมชัญธนบุรี กรุงเทพมหานคร 28 พฤศจิกายน 2566

On November 28, 2023, **Ms. Nisha Payungpochmongkol, a Prathom 3 student,** was awarded a silver medal and a certificate from the International String Instrument (Violin) in solo category in the ACT International Music Competition 2023 at Assumption College Thonburi, Bangkok.



เด็กหญิงฐิตามินทร์ รุ่งวัฒนฤทธิ์ ชั้น ป.4 ได้รับรางวัลเหรียญเงิน Silver Award จากการแข่งขันยิมนาสติกลีลา รายการ Petrina Cup Malaysia Rg International Tournament: Pesta Gymnastics Kuala Lumpur 2023 ประเภท Gym for Life Challenge ในการแสดงชุด “Civilised Thailand” ณ Titiwangsa Stadium, Malaysia 15 ตุลาคม 2566 และรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 เหรียญเงิน จากการแข่งขันยิมนาสติก รายการ 2nd JRC JRC Stars Artistic Gymnastics Championships 2023 ประเภทยิมแดนซ์ รุ่นอายุไม่เกิน 12 ปี จัดแข่งขันโดย สมาคมยิมนาสติกแห่งประเทศไทย ณ ศูนย์การค้าแฟชั่นไอส์แลนด์ 2 ธันวาคม 2566

Ms. Thitamintr Rungwatanarith, a Prathom 4 student, was awarded in competitions as follows:

- o On October 15, 2023, received the Silver Award from the Petrina Cup Malaysia Rg International Tournament: Pesta Gymnastics Kuala Lumpur 2023 in the Gym for Life Challenge category in the show titled ‘Civilised

Thailand’ at Titiwangsa Stadium, Malaysia

- o On December 2, 2023, received a silver medal (the 1st runner-up) from the 2nd JRC Stars Artistic Gymnastics Championships 2023 in the gym dance category (age of over 12), organized by the Gymnastics Association of Thailand at Fashion Island Shopping Center



นักเรียนที่ได้รับรางวัลจากการเข้าร่วมโครงการสอบแข่งขันวัดอัจฉริยภาพทางวิชาการ ครั้งที่ 1 ประจำปีการศึกษา 2566 จัดโดย Center One Education

o **เด็กหญิงจิตาภา ปัตตะนุ ชั้น ป.6**

รับรางวัลเหรียญทอง วิชาภาษาอังกฤษ และเหรียญทองแดง พร้อมเกียรติบัตร วิชาคณิตศาสตร์ออนไลน์

- o **เด็กหญิงโชติกา อารีมานะกิจ ชั้น ป.6** รับรางวัลเหรียญเงิน พร้อมเกียรติบัตร วิชาคณิตศาสตร์ ออนไลน์

- o **เด็กหญิงลภัสรา เกษเดชะ ชั้น ป.4** รับรางวัลเหรียญเงิน พร้อมเกียรติบัตร วิชาภาษาไทยและวิชาภาษาอังกฤษ ออนไลน์

The students who received awards from the 1st Academic Genius Test Competition Project 2023, organized by Center One Education, are as follows:

- o **Ms. Jidapa Pattanu, a Prathom 6 student,** was awarded a gold medal and a certificate from the test of the English language subject and a bronze medal and a certificate from the test of Mathematics.

- o **Ms. Chotika Areemanakit, a Prathom 6 student,** was awarded a silver medal and a certificate from the test of Mathematics.

- o **Ms. Lapasrada Getdej, a Prathom 4 student,** was awarded a silver medal and a certificate from the tests of Thai and English language subjects.



- รอบรู้กับโลก -

พาไปต่างแดนเรียนรู้วิถีชีวิตที่ต่างกัน

International Tour for Culture Exchange

การพานักเรียนไปต่างประเทศเพื่อฝึกทักษะการใช้ภาษา และเรียนรู้วิถีชีวิตของชาวต่างชาติ เป็นการส่งเสริมให้นักเรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 โรงเรียนได้นำนักเรียนไปเรียนภาษาอังกฤษและทัศนศึกษาที่ประเทศสิงคโปร์ ระหว่างวันที่ 14-18 ตุลาคม 2566 และนำนักเรียนระดับมัธยมปลายเข้าร่วมกิจกรรม world school ที่ประเทศญี่ปุ่น เพื่อแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมและภาษา กับโรงเรียนต่างชาติ รวม 22 โรงเรียนทั่วโลก ระหว่างวันที่ 9-17 ตุลาคม 2566

Visiting foreign countries to practice language skills and learn the lifestyles of people in different countries is real world learning for students. In the second semester of the 2023 academic year, the School took a group of students on field trips to study English in Singapore on October 14-18, 2023, and another group, the upper secondary students, attended 'World School' in Japan, where 22 schools from around the world visited for language and culture exchange on October 9-17, 2024.



กิจกรรมแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมและภาษา Cultural and Language Exchange Activities

• คุณครูชนิดา ตันไพบูลย์ ผู้อำนวยการ คุณปวิภัทร์ อัจฉมาลย์วรา รองประธานงานวิเทศสัมพันธ์ และคุณภาวนันท์ คงจำเนียร ผู้จัดการฝ่ายพัฒนาการศึกษา ร่วมพูดคุยวางแผนเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมการแลกเปลี่ยนทางวัฒนธรรมและภาษาระหว่างโรงเรียนที่จะจัดขึ้นในครั้งต่อไปที่ประเทศญี่ปุ่น กับ Mr. Masahiko Suruga อาจารย์ใหญ่ โรงเรียน Himeji International School ประเทศญี่ปุ่น พร้อมด้วย Ms. Lisa Suruga ผู้จัดการกิจการโรงเรียน และ Ms. Miura Madeline Naomi รักษาการคณะกรรมการบริหาร 12 ธันวาคม 2566

On December 12, 2023, Ms. Chanidda Tanphaiboon, the Director, Mr. Pawipat Ajmanwra, the Vice President of International Relations, and Mr. Phawaphan Khongchamnian, the Educational Development Manager, had a meeting for planning the cultural and language exchange programs which will be held in Japan. Mr. Masahiko Suruga, the Headmaster of Himeji International School, Japan, along with Ms. Lisa Suruga, the School Affairs Manager, and Ms. Miura Madeline Naomi, from the Acting Executive Committee, joined in this meeting.



• คุณครูและนักเรียนจากโรงเรียน Kanto International Senior High School ประเทศญี่ปุ่น ได้มาแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมไทยและทักษะการใช้ภาษาต่างประเทศ ที่โรงเรียนเกษมสิรินุสรณ์ กิจกรรมที่นักเรียนญี่ปุ่นได้เรียนรู้ ได้แก่ การเรียนภาษาไทย งานประดิษฐ์และศิลปะ ทำขนมไทย และการเรียนมารยาทไทย นอกจากนี้ นักเรียนยังได้เรียนรู้วิถีชีวิตของคนไทยด้วยการอยู่ร่วมกับครอบครัวอุปถัมภ์ และได้ไปทัศนศึกษาสถานที่สำคัญ ๆ ของประเทศไทย ระหว่างวันที่ 26 มกราคม-6 กุมภาพันธ์ 2567

On January 26 – February 6, 2024, the teachers and students from Kanto International Senior High School, Japan, attended an exchange program of Thai language and culture at Khemasiri Memorial School. The Japanese students learned the Thai language and culture, such as how to make Thai handicrafts, cook Thai desserts, and Thai etiquette. Moreover, the exchange students learned the Thai way of life by living with a host family and visiting important places in Thailand.



ความรู้สึกของนักเรียนแลกเปลี่ยน

จากโรงเรียน Kanto International Senior High School ประเทศญี่ปุ่น ที่มาเรียนร่วมกับนักเรียนชมเชยสิริอนุสรณ์ ระยะเวลา 1 ปี

This is how the exchange student from Kanto International Senior High School, Japan, felt when they came to study with KMS students for one year:

ถาม : นักเรียนแนะนำตนเอง

ตอบ : สวัสดีค่ะ ดิฉันชื่อ นารุมิ โคบายาชิ เรียนอยู่ชั้น ม.5 ห้อง 2

ถาม : ความรู้สึกที่ได้มาเรียนที่โรงเรียนชมเชยสิริฯ เป็นอย่างไรบ้าง

ตอบ : รู้สึกดีมากเลยคะ เพราะเพื่อน ๆ น่ารักมาก ช่วยเหลือกันในห้องเรียน คุณครูก็ใจดีมาก

ถาม : สนุกกับเพื่อนในห้องไหม ?

ตอบ : สนุกค่ะ เพราะเพื่อนพาทำกิจกรรมต่าง ๆ ในโรงเรียน เพื่อนมีความเป็นมิตรและใจดีมากค่ะ

ถาม : กิจกรรมที่ได้ทำร่วมกับเพื่อน ๆ และชอบกิจกรรมอะไรมากที่สุด

ตอบ : ชอบกิจกรรมกีฬาค่ะ ชอบกีฬาหลายอย่าง โดยเฉพาะกีฬา วอลเลย์บอลชอบมากค่ะ ได้ลงเล่นเป็นนักกีฬาในกิจกรรมกีฬาสี เพราะอยู่ที่ญี่ปุ่นก็เล่นวอลเลย์บอลเป็นปกติอยู่แล้ว มาที่นี่ก็ได้เล่นอีก จึงชอบมากค่ะ อีกหนึ่งกิจกรรมคือ วันวิชาการ ชอบมากและรู้สึกสนุกมากค่ะ ได้ทดลองทำอาชีพญี่ปุ่น และได้รับของรางวัลจากการเข้าร่วมกิจกรรมในห้องต่าง ๆ

ถาม : ชอบกิจกรรมหรือวิชาอื่น ๆ อีกไหม

ตอบ : ชอบทำอาหารค่ะ โดยเฉพาะขนมหวาน เช่น บราวนี่ เพราะชอบทานค่ะ และชอบอาหารไทยด้วยค่ะ มีรสชาติดี วิชาที่ชอบ คือวิชาภาษาไทยค่ะ แต่บางครั้งอาจจะออกเสียงยากบ้าง

ถาม : ความรู้สึกที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกีฬาสีของโรงเรียนชมเชยสิริฯ

ตอบ : สนุกค่ะ เพราะที่ญี่ปุ่นมีการแข่งขันกีฬา แต่ไม่มีการแสดงของสแตนด์เชียร์และเชียร์ลีดเดอร์ มีแค่การแข่งขันกีฬาอย่างเดียว แต่ที่นี่ทุกคนได้ทำตามความสามารถของตัวเอง และที่นี่มีกีฬาให้เลือกเล่นได้หลากหลาย ดิฉันชอบกีฬาวอลเลย์บอลมากที่สุด เพราะเล่นเป็นประจำค่ะ

ถาม : อยากบอกอะไรกับเพื่อน ๆ โรงเรียนชมเชยสิริฯ

ตอบ : ชอบที่ทุกคนเป็นมิตรค่ะ พร้อมช่วยเหลือทุกคนค่ะ

ถาม : ชอบอะไรในประเทศไทยและเคยไปเที่ยวที่ไหนมาบ้าง

ตอบ : ชอบอากาศเมืองไทย ถึงจะอากาศร้อนไปหน่อย ก็พอทนได้ค่ะ ดิฉันได้ไปเที่ยวที่พัทยาและสวนผึ้ง ราชบุรีค่ะ บรรยากาศดีมาก เหมาะกับการพักผ่อนได้ค่ะ



ถาม : ความรู้สึกที่อยากบอกกับทุกคน

ตอบ : โรงเรียนชมเชยสิริอนุสรณ์แห่งนี้ ทำให้ฉันได้รับประสบการณ์อันล้ำค่าที่ไม่สามารถเรียนรู้ได้ในญี่ปุ่น ฉันจะตั้งใจเรียน และจะไม่ลืมภาษาไทยแม้จะกลับญี่ปุ่นไปแล้วก็ตาม

Q: Please introduce yourself.

A: Hello, my name is Narumi Kobayashi. I am studying in Mathayom 5 Room 2.

Q: How do you feel when you are studying at Khemasiri Memorial School?

A: I feel very good because my friends are very nice and help each other in the class. The teacher is very kind, too.

Q: Are you close to your friends in the class?

A: Yes, I am, because my friends took me to do various activities in the school. My friends are very friendly and kind.

Q: What are the activities that you have done with friends and which ones do you like the most?

A: I like sports activities. I really like studying in PE class. I especially like volleyball. I was one of the players in Sports Day, too. When I was in Japan, I normally played volleyball, and I got a chance to play when I came here. So, I like it very much. Another activity that I like is Academic Day. I really liked it and had a lot of fun. On Academic Day, I made Japanese tea and received prizes from participating in activities in various classes.

Q: Are there any other activities or subjects that you like?

A: I like cooking, especially making a dessert like brownies, because I like it. I also like Thai foods because they are tasty. My favorite subject is Thai language, but I find some words difficult to pronounce.

Q: How did you feel when you participated in Sports Days.

A: It was fun because in Japan there are sports competitions, but there are no performances by cheer members or cheerleaders, only sports competitions. Here, everyone participated in what they were capable of. Also, there are many sports to choose to play here. I like volleyball the most because I regularly play it.

Q: What would you like to say to friends at Khemasiri Memorial School?

A: I like that everyone is friendly and always helpful.

Q: What do you like in Thailand? Also, where have you traveled?

A: I like the weather in Thailand. Even though it is a little hot, I can tolerate it. I have traveled to Pattaya and Suan Phueng, Ratchaburi. The atmosphere is very good; it is suitable for relaxing.

Q: Do you want to share your feelings with everyone?

A: Khemasiri Memorial School has given me valuable experience that I couldn't find in Japan. I will study hard and will not forget the Thai language, even after returning to Japan.

ถาม : นักเรียนแนะนำตนเอง

ตอบ : สวัสดีครับ ผมชื่อ ยูตะ ไชโต้ เรียนอยู่ชั้น ม.5 ห้อง 2

ถาม : ความรู้สึกที่ได้มาเรียนที่โรงเรียนเกษมสิริเป็นอย่างไรบ้าง

ตอบ : รู้สึกดีมากครับ เพราะเพื่อน ๆ ให้การต้อนรับเป็นอย่างดี และช่วยเหลือผมเป็นอย่างดี ไม่ว่าจะเป็นการเรียน หรือกิจกรรมต่าง ๆ

ถาม : สนุกกับเพื่อนในห้องไหม ?

ตอบ : สนุกมากครับ เพราะเพื่อน ๆ สอนภาษาไทย สอนการบ้าน และพาผมทำกิจกรรมต่าง ๆ ทำให้ได้รู้จักน้อง ๆ ระดับประถม ชั้น ม.4 และระดับมัธยมปลาย ทุกคนชวนคุย เป็นกันเอง ทำให้ผมไม่มีความกดดันในการพูดคุยครับ

ถาม : กิจกรรมที่ได้ทำร่วมกับเพื่อน ๆ และชอบกิจกรรมอะไรมากที่สุด

ตอบ : ชอบกิจกรรมที่ได้ออกกำลังกายครับ ผมชอบกีฬาหลายอย่างครับ เพราะได้ออกกำลังกาย กีฬาที่ชอบที่สุดคือ ฟุตบอลครับ รองลงมาจะเป็นวอลเลย์บอล แต่เสียดาวยี่สิบที่โรงเรียนเกษมสิริฯ ไม่ได้เล่น ฟุตบอลเลยครับ และที่ชอบที่สุดจะเป็นวันวิชาการ เพราะได้เล่นเกม ได้รับของรางวัล และได้ลองสวมหน้ากากผีตาโชน ซึ่งเป็นวัฒนธรรม ประเพณีที่สวยงามมากของประเทศไทย

ถาม : ชอบกิจกรรมหรือวิชาอื่น ๆ อีกไหม

ตอบ : ชอบทำอาหารครับ โดยเฉพาะอาหารไทย เพราะอาหารไทยรสชาติ อร่อย มีกลิ่นหอม และมีหลากหลายรสชาติ อาหารที่ผมชอบคือ ส้มตำ ที่บ้านทำให้รับประทานบ่อยมากครับ และวิชาที่ชอบคือ วิชาภาษาไทยครับ แต่เป็นภาษาที่ยากมาก เพราะออกเสียงยาก แต่ก็ชอบครับ

ถาม : ความรู้สึกที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกีฬาของโรงเรียนเกษมสิริฯ

ตอบ : กีฬาสีเป็นกิจกรรมที่มีความสนุกสนาน ผมได้ร่วมเดินในขบวน พาเหรด และได้ร่วมโชว์ในการแสดงของสีเขียว เพื่อน ๆ ช่วยเหลืองาน กันได้ดีมาก เพื่อให้งานผ่านไปได้ด้วยดีครับ

ถาม : อยากบอกอะไรกับเพื่อน ๆ โรงเรียนเกษมสิริฯ

ตอบ : ผมรักทุกคนครับ เพราะคนไทยใจดี คุณครูก็ใจดี เพื่อน ๆ มีความ เป็นมิตร ผมสนิทกับเพื่อนหลายห้อง และน้องประถมที่ได้เข้ามา พุดคุยด้วยครับ

ถาม : ชอบอะไรในประเทศไทย และเคยไปเที่ยวที่ไหนมาบ้าง

ตอบ : ชอบสถานที่ที่ใจดีและสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงาม ผมได้ไปเที่ยว ที่อยุธยา เชียงราย และพัตยาครับ สถานที่สวยงามมาก บรรยากาศดี ถึงอากาศจะร้อนไปหน่อย แต่ก็สามารถเที่ยวได้อย่างสนุกสนานครับ

ถาม : ความรู้สึกที่อยากบอกกับทุกคน

ตอบ : ประสพการณ์ที่โรงเรียนเกษมสิริอนุสรณ์แห่งนี้ จะเป็นความทรงจำที่จะคงอยู่ตลอดไป ขอขอบคุณสำหรับความช่วยเหลือของทุกคน มากครับ “ผมรักพวกคุณทุกคนครับ”



Q: Please introduce yourself.

A: Hello, my name is Yuta Saito. I am studying in Mathayom 5 Room 2.

Q: How do you feel when you are studying at Khemasiri Memorial School?

A: I feel very good because my friends have given me a very warm welcome, and they are very helpful to me, in both studying and doing any activities.

Q: Are you close to your friends in the class?

A: Yes, I really am, because my friends have taught me the Thai language and have helped me with my homework. They also took me to do so many activities in school so that I knew juniors in primary levels, in Mathayom 4, and in other classes in the upper secondary level. They are friendly and always invited me to talk, which put no pressure on me.

Q: What are some activities that you have done with friends, and which ones do you like the most?

A: I like to do exercise. I really like studying in PE class. My favorite sport is football, followed by volleyball. However, it is sad that since I came here to the School, I have not played football. My favorite activity is the Academic Day because I played games and received prizes. I also tried on a Phi Ta Khon mask which is a very beautiful tradition of Thailand.

Q: Are there any other activities or subjects that you like?

A: I like cooking, especially Thai foods, because they taste and smell good. They also contain various tastes. My favorite food is Somtam. My family cooks it for me very often. My favorite subject is the Thai language, but I find it very difficult due to its pronunciation. However, I like it!

Q: How did you feel when you participated in Sports Days.

A: Sports Days were very fun. I joined the parade and performed in a show from the Green. Friends helped each other very well to make it perfectly.

Q: What would you like to say to friends at Khemasiri Memorial School?

A: I love everybody because Thai people are kind, and so are the teachers. Everybody is friendly. I know many friends from other classes and also juniors in the primary level who came to talk with me.

Q: What do you like in Thailand? Also, where have you traveled?

A: I like the kind people here, and tourist attractions are very beautiful. I have traveled to Ayutthaya, Chiang Rai, and Pattaya. The places were very beautiful, and the atmosphere was good. Even though the weather was a bit hot, I could travel and have fun.

Q: Do you want to share your feelings with everyone?

A: Experiences from Khemasiri Memorial School will be in my memory and will last forever. Thank you very much for everyone's help. "I love all of you."



- สก๊อปพิเศษ -

ว่าย-ปั่น-วิ่ง เพื่อสิ่งที่มุ่งหวัง

โปร นักไตรกีฬา หญิง

Swim-Cycle-Run to Be a Pro-Triathlete

หวังให้ไกลไปถึง ความมุ่งมั่นร่วมกันทุกคน
แต่คุณจะทำให้เป็นจริงได้หรือไม่ นั่น ทุกอย่างอยู่ที่
ตัวของคุณเป็นผู้กำหนด วันนี้เรามาฟังความรู้สึกของ
“นักไตรกีฬาทีมชาติไทย” ว่าเขามีความมุ่งมั่น
อย่างไรกับการเล่นกีฬานี้

นักเรียนแนะนำตัวเอง

ชื่อ นางสาวพิชญานาล กิตติวรกิจ ชื่อเล่น เจนนี



ถาม : เริ่มเล่นกีฬาดังแต่เมื่อไหร่ และมีกีฬานิดใดบ้าง

ตอบ: จุดเริ่มต้นของการเล่นกีฬาดังแต่เมื่ออายุ 8 ขวบคือ อยากรว่ายน้ำเป็น พี่ชายเป็น
นักกีฬาวว่ายน้ำอยู่แล้ว และต้องไปรอพี่ชายซ้อมว่ายน้ำเกือบทุกวัน ก็เลยอยาก
ว่ายน้ำเป็นบ้าง โค้ชของพี่ชายจึงสอนว่ายน้ำให้จนว่ายน้ำเป็น นั่นจึงเป็นจุดเริ่มต้น
ของการเป็นนักกีฬาวว่ายน้ำค่ะ เจนนีนี้เป็นนักกีฬาวว่ายน้ำมาตลอดไม่เคยเปลี่ยน
ชนิดกีฬาเลย เพียงแค่ก่อนซ้อมว่ายน้ำเจนนีจะต้องวิ่งประมาณ 3 กิโลเมตรขึ้นไป
ทุกวัน เพื่อวอร์มร่างกายก่อนลงน้ำ และสร้างความแข็งแรงในส่วนกำลังของขา
พร้อมกับแก้มือออกกำลังกายวิ่งด้วยกันเสมอค่ะ พ่อกับแม่มีความคิดอยากพาเจนนี
ไปลงวิ่งแข่งขึ้นศึกในหกลูก 84 ขึ้น พี่ชายเคยไปวิ่งแข่งขันศึกในหกลูกมาก่อน 1 ปี
และได้รางวัล พ่อแม่สมัครให้ลงวิ่งแข่งขันศึกในหกลูกตอนอายุ 11 ปี ได้รางวัลที่ 2 หลังจาก
นั้นพ่อแม่ก็ทำงานวิ่งแข่งระยะ 5-10 กิโลเมตร บ้างแต่ไม่บ่อย เพราะต้องซ้อมและ
แข่งขันกีฬาวว่ายน้ำเป็นหลักค่ะ

ถาม : ให้เล่าถึงการฝึกซ้อมกีฬาแต่ละชนิดที่เล่น และฝึกซ้อมอย่างไรบ้าง

ตอบ: การฝึกซ้อมก็ฝึกซ้อมทุกวัน และคุณแม่จะเป็นผู้วางตารางการฝึกซ้อมให้ค่ะ

o ตอนเช้า - เวลา 06.00-07.45 น. วันจันทร์ อังคาร พฤหัสบดี และวันศุกร์

ซ้อมว่ายน้ำ และไปโรงเรียน

- เวลา 06.00-07.45 น. วันพุธ ซ้อมปั่นจักรยาน และไปโรงเรียน

- วันเสาร์ ซ้อมปั่นจักรยาน

o ตอนเย็น - เวลา 17.15-20.00 น. วันอังคาร และวันพฤหัสบดี ซ้อมว่ายน้ำ

- วันจันทร์ พุธ ศุกร์ และวันอาทิตย์ ซ้อมวิ่ง และเวทเทรนนิ่ง

การฝึกซ้อมยิ่งใกล้วันที่จะแข่งขันก็จะฝึกซ้อมหนักขึ้น และสัปดาห์
สุดท้ายก่อนการแข่งขันโปรแกรมการฝึกซ้อมก็จะเบาลง เพื่อให้ร่างกายพร้อมที่จะ
แข่งขัน และหลังจากการแข่งขันเสร็จก็จะพักร่างกาย 1 วัน และเริ่มกลับมา
ฝึกซ้อมเข้าโปรแกรมตามปกติ ในการฝึกซ้อมกีฬาวว่ายน้ำ ปั่นจักรยาน และวิ่ง เจนนี
จะมีโค้ชคอยฝึกซ้อมกีฬาแต่ละชนิดแยกกัน และโค้ชไตรกีฬาจะเป็นคนควบคุมการ
รวมชนิดกีฬาทั้ง 3 ชนิด ให้เข้ากันค่ะ

ถาม : ทำไมถึงสนใจกีฬานี้ “ไตรกีฬา”

ตอบ: จุดเริ่มต้นการเล่นกีฬาทุกอย่างเกิดจากพี่ชายทั้งหมด เพราะพี่ชายเป็นนักกีฬา
ว่ายน้ำ นักวิ่ง และเป็นอดีตนักไตรกีฬาทีมชาติไทย ทุกครั้งที่พี่ชายไปแข่งขันเราก็จะ
ไปเชียร์กันทั้งครอบครัวทั้งในประเทศและต่างประเทศ พ่อแม่ก็จะคอยบอกเสมอว่า
เจนนีมีความสามารถเล่นกีฬานี้ได้ เพราะเจนนีเป็นเด็กที่มีความอดทนสูง
ว่ายน้ำอยู่ในระดับดี วิ่งอยู่ในระดับกลางแต่สามารถพัฒนาได้ เพียงแค่ฝึกจักรยาน
ก็สามารถเล่นไตรกีฬาได้แล้ว เจนนีจึงเริ่มฝึกวิ่งเพิ่มขึ้นแล้วไปลงแข่งไตรกีฬา
ชิงแชมป์ประเทศไทย ปี 2566 คือ ว่ายน้ำ 500 เมตร วิ่ง 2.5 กิโลเมตร ใช้อันดับที่ 3
และมีรายชื่อติดทีมชาติ ซีเกมส์ 2023 ประเทศกัมพูชา แต่เจนนีได้เป็นแค่ตัวสำรอง
และติดโควิดตอนอยู่ที่กัมพูชา จึงไม่ได้ลงแข่งขัน เจนนีเลยอยากกลับไปติดทีมชาติ
อีกครั้ง เพื่อเป็นตัวจริง ในปี 2025 ที่ประเทศไทยเป็นเจ้าภาพ

ถาม : ผลงานที่ได้รับจากการแข่งขันกีฬา

ตอบ: ผลงานจากการแข่งกีฬาแต่ละชนิด มีดังนี้

กีฬาวว่ายน้ำ

- ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับที่ 1 ประเภทหญิง รุ่นอายุ 15-16 ปี รายการ Thailand
Open Water Swimming Championship 2022 ระยะทาง 10 กิโลเมตร

- ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับที่ 1 ประเภทหญิง รุ่นอายุ 15 ปี รายการการแข่งขัน
ว่ายน้ำนานาชาติธรรมศาสตร์ ครั้งที่ 4 ประจำปี 2565

- ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับที่ 1 ประเภทหญิง รุ่นอายุ 16-18 ปี รายการแข่งขัน
ว่ายน้ำชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทยภาคกรุงเทพมหานคร



- ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับที่ 2 ประเภทหญิง รุ่นอายุ 16-18 ปี รายการแข่งขัน Open Water Swimming Championships 2023 สนามที่ 2 ระยะทาง 5 กิโลเมตร

ไตรกีฬา

- ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับที่ 2 Overall Gender Top 5 Aquathlon รายการ Thailand Age Group Championship 2022
- ได้เป็นตัวแทนเข้าร่วมการแข่งขันซีเกมส์ ครั้งที่ 32 ณ กรุงเทพมหานคร ราชอาณาจักรกัมพูชา ในนามของประเทศไทย
- ได้รับรางวัลชนะเลิศ ประเภท Fun Run 5 Km.หญิง รุ่นอายุ 16-29 ปี รายการ Net Zero Emission Navy Marathon ครั้งที่ 1
- ได้รับรางวัลชนะเลิศทีมไตรกีฬา ประเภท Corporate 3 (ว่าย-ปั่น-วิ่ง) รายการ ภูเก็ต ไตร ไอยรา
- ได้เป็นตัวแทนเยาวชนทีมชาติไทยเข้าร่วมการแข่งขัน 2023 Asia Triathlon Cup Hong Kong
- ได้รับรางวัลชนะเลิศ Sprint Aquathlon Youth Championships 2023 (ว่าย 500เมตร + วิ่ง 2.5 กิโลเมตร)
- ได้รับรางวัลชนะเลิศ Sprint Aquathlon Youth Championships 2024 (ว่าย 750เมตร + วิ่ง 5 กิโลเมตร)

ถาม : แนะนำการเล่น “ไตรกีฬา” ให้กับผู้ที่สนใจเล่นกีฬานี้นะ

ตอบ: ไตรกีฬา เป็นกีฬาที่ต้องใช้ความอดทนค่อนข้างสูง เพราะต้องแข่งกีฬา 3 ชนิดแบบต่อเนื่องโดยไม่มีการหยุดพักเลย แต่ก็ไม่ใช่ว่ามันจะยากเกินไป ถ้าหากเพื่อน ๆ ที่วิ่งเก่งอยู่แล้วก็สามารถฝึกว่ายน้ำและปั่นจักรยานเพิ่มได้เลย หรือถ้าว่ายน้ำเก่งอยู่แล้วก็ไปเพิ่มการฝึกซ้อมปั่นจักรยานและวิ่งเท่านั้น ถ้าใครเบื่อกับการเล่นกีฬานี้คนเดียวตลอดก็ลองมาเล่นไตรกีฬาได้ค่ะ เพราะในแต่ละปีประเทศไทยมีการจัดแข่งขันไตรกีฬาหลายรายการ

ถาม : ในอนาคตมีความมุ่งหวังกับการเล่นกีฬาอย่างไรบ้าง

ตอบ: เป้าหมายของเงินในการเล่นไตรกีฬาคือ คิดทีมชาติอีกหลายๆ ครั้ง เป็นตัวแทนทีมชาติแข่งขันในซีเกมส์ เอเชียนเกมส์ ฯลฯ สร้างผลงานให้ดีขึ้น เพื่อเป็นใบเบิกทางในการรับทุนไปฝึกซ้อมและเรียนต่อที่ประเทศญี่ปุ่น และความหวังสูงสุดคือ ได้เป็น **โปรนักไตรกีฬาหญิงของประเทศไทย** เพื่อจะได้นำประสบการณ์ในการเล่นไตรกีฬามาฝึกสอน และสร้างนักกีฬาเยาวชนรุ่นใหม่ให้กับประเทศไทย

Dream Big and Chase Dreams-Everyone has dreams, and your dreams can only be determined by you. Today, we are going to hear from our **‘Thai national triathlete’** about her expectations in playing sports.

The student introducing herself:

My name is Ms. Pichayanatt Kittivorakij, or Jenny.
Now I study in Mathayom 5 (English-Chinese Program).

Q: When did you start playing sports? What kind of sports are they?

A: I started playing sports when I was 8 years old. I just wanted to know how to swim. My older brother was a swimmer, and I had to wait for him (almost every day) while he was training. That’s why I wanted to be able to swim. Then, his coach also taught me to swim. That is my story of becoming a swimmer. I have always been a swimmer and have never changed sports. To do a warm-up and strengthen my legs before swimming practice, I have to run about 3 kilometers or more every day. My parents also run together with me. They had an idea of having me try running up the 84-story Baiyoke Tower. My older brother attended the Baiyoke Tower Run Racing a year before me, and he won a prize; then, my parents also applied to the competition for me when I was 11, and I won the

2nd prize. After that, my parents applied for me the 5-10 kilometer running races, just sometimes, but not often, because I have to mainly practice and compete in swimming.

Q: Tell us about your training for each sport you play, and how do you practice?

A: I practice every day. My mother is my training schedule planner.
o 06:00-07:45 Monday, Tuesday, Thursday, and Friday practice swimming and go to school
o 17:15–20:00 Tuesday and Thursday: practice swimming
o 06:00-07:45 Wednesday practice cycling and go to school
o Morning time Saturday practice cycling
o Evening time Monday, Wednesday, Friday, and Sunday practice running and weight training

The sooner the competition day, the harder the training. During the last week before the competition, the training program will be loosened so that my body can get ready. After the competition is over, I will let the body rest for one day and return to the training as usual. I have separate coaches for each of the sports-swimming, cycling, and running. The triathlon coach will control the training of all three sports.

Q: Why are you interested in the triathlon?

A: The beginning of playing sports all came from my older brother because he is a swimmer, runner, and a former triathlete for the Thai national team. Every time my brother competed, our whole family traveled domestically and abroad to cheer him. My parents always told me that I am capable of participating in this kind of sport because I am a kid with patience, a good swimmer, and a moderate runner. The rest was I only practiced cycling so I could do the triathlon. I began to practice running more in order to attend Duathlon Thailand Championship 2023. The competition consisted of 500-meters swimming and 2.5-kilometers running. I was the 3rd runner-up and was placed on the national team for the 2023 SEA Games in Cambodia. As being only a substitute and getting COVID while in Cambodia, I did not compete. I want to be listed in the national team again and be a real athlete in the SEA Games 2025, which will be hosted by Thailand.

Q: What are your awards from the sports competitions?

A: The awards I have won are:

Swimming

- The 1st runner-up award in the female category, age of 15-16, in Thailand Open Water Swimming Championship 2022, distance of 10 kilometers
- The 1st runner-up award in the female category, age of 15, in the 4th Thammasat Day Swimming Competition 2022
- The 1st runner-up award in the female category, age of 16-18, in Thailand Championships, Bangkok Region
- The 2nd runner-up award in the female category, age of 16-18, in Thailand Open Water Swimming Championship 2022, field 2, distance of 5 kilometers

Triathlon

- The 2nd runner-up award in the overall gender category, Top 5 Aquathlon, in Thailand Age Group Championship 2022
- Being a representative on behalf of Thailand to participate in the 32nd SEA Games in Phnom Penh, Kingdom of Cambodia
- The winner award in the Fun Run 5 Km category for women at the age of 16-29, in the 1st Net Zero Emission Navy Marathon
- The winner award in the triathlon competition (corporate 3 category: swimming-cycling-running) in Phuket Tri Iyara Program
- Being a representative on behalf of Thailand to participate in the 2023 Asia Triathlon Cup Hong Kong
- The winner award in the Sprint Aquathlon Youth Championships 2023 (500-meters swimming + 2.5-kilometers running)
- The winner award in the Sprint Aquathlon Youth Championships 2023 (750-meters swimming + 5-kilometers running)

Q: Would you recommend participating in triathlons to people who are interested in this kind of sport?

A: Triathlon is a sport that requires a high level of endurance because you have to compete in 3 sports continuously, without any breaks, at all. Yet, it is not too difficult. If you are already good at running, you can only practice swimming and cycling, or if you are already good at swimming, just add the training of cycling and running to your list. If anyone gets bored with playing only one sport all the time, then try the triathlon. In Thailand, there are many triathlon competition events.

Q: What are your expectations on participating in sports in the future?

A: My goal in doing the triathlon is to join the national team several times, being a representative in the SEA Games, the Asian Games, and so on. I hope to do better so that I can receive a scholarship to train and study in Japan. My dream is to become a **professional female triathlete of Thailand**. I will share my knowledge and experience in the triathlon to help produce a new generation of young athletes in Thailand.



KMS Time

KMS Time ฉบับที่ 17 ปีที่ 17
เดือนพฤศจิกายน - มีนาคม ปีการศึกษา 2566