



ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

รายชื่อศูนย์ที่ใช้ในการศึกษา โดยจำแนกรายภาค

รายชื่อศูนย์ฯในการศึกษา โดยจำแนกรายภาค
ภาคเหนือ

ที่	จังหวัด	กลุ่ม	ผู้จัดการเรียนรู้
1	เชียงใหม่	กลุ่มปศุสัตว์อินทรีย์และเกษตรอินทรีย์ วิถีชุมชน	นายสุพจน์ ทิพย์มนต์
2	เชียงใหม่	สหกรณ์เกษตรอินทรีย์เชียงใหม่ จำกัด	นายดวงรัตน์ ญาณะ
3	เชียงใหม่	เกษตรกรรมยั่งยืน ห้วยทราย	น.ส.วรัญญา ท่วมสัมฤทธิ์
4	แพร่	กลุ่มเกษตรอินทรีย์บ้านทุ่งล้อม	นายณัฐวัฒน์ วงศ์ธวานันท์
5	แพร่	กลุ่มเกษตรอินทรีย์ผาด่าน	นายธงชัย จิตดีใจฉ่ำ
6	แพร่	กลุ่มเกษตรอินทรีย์บ้านม่วงคำ	นางอนงค์ คำตัน
7	แพร่	กลุ่มเกษตรอินทรีย์บ้านหนองแขม	นางอัมพวัน รุ่งเรืองเลิศ
8	ลำพูน	ศูนย์การเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียง บ้านวังมุย	นายทองดี อินตะ
9	สุโขทัย	สหกรณ์ส่งเสริมการผลิตอินทรีย์ บ้านก่ว้าว จำกัด	นายกล ไม้คุ้ม
10	สุโขทัย	วิสาหกิจชุมชนบ้านโคกกระทือ	นางศิลา โชติสุข
11	พะเยา	วิสาหกิจชุมชนกลุ่มเครือข่ายสายใยรัก	นายจำนง นาคประดับ
12	อุตรดิตถ์	วิสาหกิจชุมชนกลุ่มเกษตรกรปลูกผักปลอดภัย จากสารพิษบ้านเกาะไทย	นายสิทธิชัย มากโม

รายชื่อศูนย์ฯในการศึกษา โดยจำแนกรายภาค
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ที่	จังหวัด	กลุ่ม	ผู้จัดการเรียนรู้
1	ศรีสะเกษ	กลุ่มพัฒนาอุตสาหกรรมและสิ่งประดิษฐ์	นางสุวรรณ พรหมศรี
2	ศรีสะเกษ	กลุ่มสภาเกษตรกรตำบลหนองห้าง	นายบุญศรี แสงพยับ
3	ยโสธร	โรงเรียนชานาเกษตรอินทรีย์บ้านโนนบ้านใหม่	นายสุทัต สิงห์โยค
4	ยโสธร	โรงเรียนชานาเกษตรอินทรีย์บ้านคำครตา	นางลัดดา พันธุ์ศรี
5	ยโสธร	กลุ่มหนึ่งสาขาหนึ่งโรงเรียนเกษตรอินทรีย์บ้านสีสุก	นายด้นัย กล้าหาญ
6	ยโสธร	โรงเรียนเกษตรอินทรีย์บ้านโพธิ์ศรี	พรทิพย์ ถาวรแก้ว
ที่	จังหวัด	กลุ่ม	ผู้จัดการเรียนรู้
7	ยโสธร	โรงเรียนชานาเกษตรอินทรีย์บ้านคิมชาด	นางสุปราณี สุวรรณดี
8	ยโสธร	โรงเรียนชานาบ้านคำเม็ก	นายสำราญ แก่นทอง
9	หนองบัวลำภู	กลุ่มเกษตรกรผลิตผักอินทรีย์บ้านนาสำราญ	นายศานติ โพธิ์นอก
10	นครราชสีมา	เกษตรกรหมู่ 5 บ้านโคกแฝก กลุ่มข้าวอินทรีย์โพนทอง	คุณกาญจนา นุตตะโร
11	นครราชสีมา	ศูนย์การเรียนรู้บ้านแฝก-โนนสำราญ	นายภานุมาศ แก้วนอก
12	สกลนคร	โรงเรียนเกษตรอินทรีย์ชุมชนบ้านครู	นายทักษิณ ไวยารัตน์
13	สกลนคร	กลุ่มวิสาหกิจชุมชนข้าวฮางอก บ้านโคกสว่าง	นางสาวนุจรี โพธิ์โคตร
14	ชัยภูมิ	กลุ่มเกษตรอินทรีย์บ้านท่าแดง	นายอุทัย ลาภเกิด
15	ชัยภูมิ	กลุ่มแปรรูปข้าวฮางอก	นางนันทา ปาจิตเณย์
16	มหาสารคาม	วิสาหกิจชุมชนเกษตรอินทรีย์วังแสง	นายหนูกัน อุทัยสา
17	ร้อยเอ็ด	ศูนย์จำปาขันเกษตรอินทรีย์	นายมานะ เหนือโท
18	ร้อยเอ็ด	บูรพาเกษตรอินทรีย์	นายสรชน ชันโมลี
19	ร้อยเอ็ด	กลุ่มเกษตรอินทรีย์พอเพียง(กู่กาสิงห์)	นายนิรันดร์ พรหมดงมัน
20	ร้อยเอ็ด	ศูนย์เกษตรอินทรีย์ป่อพันขัน	นางสมณญา เหล่าชัย
21	ร้อยเอ็ด	กลุ่มผู้ปลูกดอกไม้และผักปลอดสารพิษ	นางราตรี กมลเลิศ
22	ร้อยเอ็ด	กลุ่มข้าวกล้องอินทรีย์บ้านสำราญ	นายวีรยุทธ สุวัฒน์
23	ขอนแก่น	กลุ่มธรรมเกษตรอินทรีย์	นายอภิรักษ์ ประเภโส
24	สุรินทร์	กลุ่มปลูกผักปลอดสารบ้านโคกบุ	นางกัญญา อ่อนศรี
25	สุรินทร์	สหกรณ์การเกษตรปราสาท	นายภูมิสัน บุญสุยา
26	บุรีรัมย์	เครือข่ายวิสาหกิจชุมชนเกษตรอินทรีย์	นางขจีรัตน์ เสาว์สิงห์
27	บุรีรัมย์	กลุ่มผู้ปลูกปลอดสารพิษพลังงานสะอาด	นายสมคิด อาจจำนงค์
28	หนองคาย	วิสาหกิจชุมชนศูนย์ข้าวชุมชน	นายอดุลย์ วงศ์สระคู
29	อุบลราชธานี	สหกรณ์การเกษตรไร่สารเคมี จำกัด	นายพงษ์สัน หลุมทอง
30	อุบลราชธานี	วิสาหกิจชุมชนเกษตรอินทรีย์เพื่อสุขภาพ ห้วยกระเจิน	นายธวัช แสงแดง

ภาคผนวก ข
แบบสอบถาม



แบบสอบถาม

เรื่อง การพัฒนาต้นแบบหลักสูตรเกษตรปลอดภัยและเกษตรอินทรีย์ตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง
ด้วยการศึกษาทางไกล

คำชี้แจง

1. ขอให้ผู้ตอบแบบสอบถามตอบข้อมูลตามความเป็นจริงที่สอดคล้องกับความคิดเห็นของท่าน โดยโครงการจะนำเสนอข้อมูลคำตอบในภาพรวม ดังนั้นคำตอบทั้งหมดจึงไม่ส่งผลกระทบต่อท่าน และโครงการจะนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ประโยชน์เพื่อพัฒนาการดำเนินการจัดการเรียนรู้ทางไกล “เกษตรปลอดภัยและเกษตรอินทรีย์ ตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงด้วยการศึกษาทางไกล” ให้มีประสิทธิภาพ และสอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียนต่อไป

ดังนั้นโครงการขอความร่วมมือให้ท่านตอบคำถามให้ครบทุกข้อเพื่อจะได้คำตอบที่สมบูรณ์ สำหรับการวิจัย

2. แบบสอบถามนี้มีทั้งหมด 8 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของผู้เรียนและความเห็นเบื้องต้นเกี่ยวกับการเรียนรู้ตามหลักสูตรของผู้เรียน

ตอนที่ 2 ความเห็นเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของหลักสูตร

ตอนที่ 3 ความเห็นเกี่ยวกับความเหมาะสมของเนื้อหาของหลักสูตร

ตอนที่ 4 ความเห็นเกี่ยวกับความเหมาะสมของสื่อ อุปกรณ์ เอกสาร และสถานที่
คุณสมบัติของผู้เรียน ผู้จัดการเรียนรู้ และทีมงานสนับสนุน

ตอนที่ 5 ความเห็นเกี่ยวกับกระบวนการจัดการเรียนรู้ของหลักสูตร

ตอนที่ 6 ความเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมการเรียนรู้รูปแบบอื่นๆ

ตอนที่ 7 ความเห็นเกี่ยวกับมาตรฐานการเรียนรู้ของหลักสูตร

ตอนที่ 8 ความเห็นเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงจากการเรียนรู้ระดับบุคคล ระดับกลุ่ม
ระดับชุมชน และระดับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

คณะผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า จะได้รับความร่วมมือจากท่านเป็นอย่างดี ขอขอบคุณมา ณ ที่นี้

คณะผู้ศึกษา

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของผู้เรียน

1. เพศ [] ชาย [] หญิง

2. อายุของท่าน ปี

3. ระดับการศึกษา

- ประถมศึกษา มัธยมศึกษาตอนต้น
 มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช. ปวส./อนุปริญญา
 ปริญญาตรี อื่นๆ (ระบุ)

4. ท่านมีวัตถุประสงค์หรือความต้องการประการใดในการเข้าร่วมเรียนรู้ตามหลักสูตรนี้

(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- เพื่อเพิ่มพูนความรู้ เพื่อนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในการทำงานปัจจุบัน
 เพื่อเสริมอาชีพเดิม เพื่อเปลี่ยนอาชีพใหม่
 ได้ประกาศนียบัตร/วุฒิบัตร อื่นๆ (ระบุ)

5. ผลที่ได้รับจากการเรียนตามหลักสูตรนี้ มีประโยชน์ต่อตัวท่านมากน้อยเพียงใด

- น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด

6. ท่านมีความพึงพอใจต่อการเรียนรู้ตามหลักสูตรนี้ ในระดับใด

- น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของหลักสูตร

ท่านเห็นว่าวัตถุประสงค์ของหลักสูตรฯ มีความเหมาะสมอยู่ในระดับใด

ข้อความ	ระดับความเหมาะสม				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
	5	4	3	2	1
1. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจและสามารถอธิบายหลักแนวคิดเกษตรปลอดภัยและเกษตรอินทรีย์ และระบุคุณค่า ความสำคัญ ประโยชน์ของเกษตรปลอดภัยและเกษตรอินทรีย์ได้					
2. เพื่อให้ผู้เรียนรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง รู้จักคิดวิเคราะห์ เชื่อมโยงอย่างเป็นระบบได้					
3. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถบอกถึงความตั้งใจและความคาดหวังที่จะประพฤติปฏิบัติตนในวิถีเกษตรปลอดภัยและเกษตรอินทรีย์ และนำแผนการดำเนินชีวิตของตน ครอบครัว กลุ่ม และชุมชนไปปฏิบัติได้					

4. เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความภาคภูมิใจ มั่นใจ และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเข้าสู่วิถีเกษตรปลอดภัยและเกษตรอินทรีย์ได้					
5. เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ การบูรณาการร่วมกัน ขององค์กรภาคีต่างๆ ทั้งภาครัฐภาคเอกชน ภาคประชาชน ภาคท้องถิ่น และภาคสถาบันการศึกษาในการขับเคลื่อน เกษตรปลอดภัยและเกษตรอินทรีย์					

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเหมาะสมของเนื้อหาของหลักสูตร

ท่านเห็นว่าเนื้อหาวิชาของหลักสูตร มีความเหมาะสมอยู่ในระดับใด

ข้อความ	ระดับความเหมาะสม				
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1
1. หมวดวิชาการจัดการเรียนรู้และฐานข้อมูล					
1.1 วิชาการปรับเปลี่ยนกระบวนทัศน์					
1.2 วิชาวิถีเกษตรอินทรีย์					
1.3 วิชาการจัดกระบวนการเรียนรู้					
1.4 วิชาการจัดทำฐานข้อมูล					
2. หมวดวิชามาตรฐานความปลอดภัยของผลผลิตทางการเกษตร					
2.1 วิชาการระบวงการรับรองมาตรฐาน					
3. หมวดวิชาการผลิตและการจัดการกลุ่ม					
3.1 วิชาการจัดการดิน					
3.2 วิชาการจัดการน้ำ					
3.3 วิชาการจัดการความหลากหลายทางชีวภาพและพันธุกรรม					
3.4 วิชาการจัดการศัตรูพืช					
3.5 วิชาการผลิตและการแปรรูป					
3.6 วิชาการจัดการกลุ่มและเครือข่าย					
4. หมวดวิชาการกระจายสินค้า					

4.1 วิชาการระบบการแลกเปลี่ยนและ การจัดการตลาด					
5. หมวดวิชามาตรฐานความปลอดภัยของผลผลิตทางการเกษตร					
5.1 วิชาการเชื่อมโยงผู้บริโภค					
6. หมวดวิชามาตรฐานความปลอดภัยของผลผลิตทางการเกษตร					
6.1 วิชาการสื่อสารชุมชน					
7. หมวดวิชาเสริมและสาระบันเทิง					
7.1 วิชาการจัดการทรัพยากรป่าไม้					
7.2 วิชาการจัดการทรัพยากรทางทะเลและ ชายฝั่ง					
7.3 วิชาพลังงานทางเลือก					
7.4 วิชาสุขภาพ					
7.5 วิชาสาระบันเทิง					

**ตอนที่ 4 ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเหมาะสมของสื่อ อุปกรณ์ เอกสาร และสถานที่ คุณสมบัติ
ของผู้เรียนรู้ ผู้จัดการเรียนรู้ และทีมงานสนับสนุน**

ท่านเห็นว่าสื่อ อุปกรณ์ เอกสาร สถานที่ คุณสมบัติของผู้เรียนรู้ ผู้จัดการเรียนรู้ และทีมงานสนับสนุน
มีความเหมาะสมอยู่ในระดับใด

ข้อความ	ระดับความเหมาะสม				
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1
1. สื่อวีดิทัศน์เพื่อใช้ในการเรียนรู้					
2. อุปกรณ์การเรียนรู้ เช่น เครื่องคอมพิวเตอร์ เครื่องฉายวีดิทัศน์ เครื่องรับโทรทัศน์ ฯลฯ					
3. เอกสาร เช่น คู่มือแนวการเรียนรู้ประจำ หลักสูตร บันทึกการออกแบบกระบวนการ บันทึกผลการจัดกระบวนการเรียนรู้ เป็นต้น					
4. สถานที่ในการจัดการเรียนรู้ของกลุ่ม					
5. คุณสมบัติของผู้เรียนรู้					
5.1 มีความมุ่งมั่นและต้องการทำเกษตร					

ปลอดภัย เกษตรอินทรีย์ และการพัฒนา คุณภาพชีวิตของตนเอง					
5.2 มีเวลาและตั้งใจในการจะเข้าเรียนรู้ และสามารถเข้าร่วมเรียนรู้อย่าง สม่ำเสมอ					
5.3 สามารถรวมกลุ่มผู้สนใจที่จะเรียนรู้ ร่วมกันในแต่ละกลุ่ม ชุมชน หรือองค์กรได้					
6. คุณสมบัติของผู้จัดการเรียนรู้ประจำพื้นที่					
6.1 ช่วยวางแผนในการเรียนรู้					
6.2 ช่วยอำนวยความสะดวกและจัด กระบวนการเรียนรู้ให้แก่ผู้เรียนรู้					
6.3 ช่วยสรุปประเด็นสำคัญในการเรียนรู้ โดยมีทักษะในการเป็นวิทยากร กระบวนการ					
7. คุณสมบัติของทีมงานสนับสนุนจากโครงการ					
7.1 การอำนวยความสะดวกในการติดต่อ ประสานงานกับพื้นที่					
7.2 การช่วยเหลือในการแก้ปัญหา					
7.3 การสนับสนุนในการประสานงานกับ ชุมชนและภาคีอื่นๆ					

ตอนที่ 5 ความคิดเห็นเกี่ยวกับกระบวนการจัดการเรียนรู้ของหลักสูตร

ท่านเห็นว่ากระบวนการจัดการเรียนรู้ของหลักสูตรมีความเหมาะสมอยู่ในระดับใด

ข้อความ	ระดับความเหมาะสม					ข้อเสนอแนะ ควรปรับปรุงอย่างไร
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปาน กลาง 3	น้อย 2	น้อย ที่สุด 1	
1. กำหนดเวลาการเรียนรู้ (6 เดือน)						
2. ช่วงระยะเวลาการเรียนรู้ (ตาม ความเหมาะสมของพื้นที่)						
3. การสมัครและลงทะเบียนเรียน						

4. การเรียนรู้ในเนื้อหาโดยใช้สื่อวีดิทัศน์						
5. การเรียนรู้โดยการปฏิบัติจริง						
6. การวัดผลการสำเร็จการเรียนรู้โดยกลุ่มผู้เรียนรู้						

ตอนที่ 6 ความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมการเรียนรู้รูปแบบอื่นๆ

นอกจากการเรียนรู้ของหลักสูตรนี้ ท่านได้เรียนรู้ในกิจกรรมรูปแบบอื่นๆ หรือไม่

กิจกรรมการเรียนรู้รูปแบบอื่นๆ	มี	ไม่มี
1. การทำแปลงทดลอง/ทดสอบ/วิจัย		
2. การพูดคุยแลกเปลี่ยนกับสมาชิกในกลุ่ม		
3. การเรียนรู้ออนไลน์ ทางไอที		
4. การเข้าร่วมอบรมของหน่วยงานต่างๆ		
5. การประชุมกันในกลุ่ม		
6. การดูงาน ทัศนศึกษา		
7. การประชุม สัมมนาต่างๆ		
8. การเชิญผู้รู้มาบรรยายในกลุ่ม		
9. อื่นๆ (ระบุ)		



ตอนที่ 7 ความคิดเห็นเกี่ยวกับมาตรฐานการเรียนรู้ของหลักสูตร

ท่านเห็นว่ามาตรฐานการเรียนรู้ของหลักสูตร มีความเหมาะสมอยู่ในระดับใด

ข้อความ	ระดับความเหมาะสม				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
	5	4	3	2	1

1. มีการปรับเปลี่ยนกระบวนการทัศน์เข้าสู่ วิถีเกษตรปลอดภัยและเกษตรอินทรีย์					
2. มีการเสริมสร้างกิจกรรม เพิ่มรายได้ ลด รายจ่าย ลดหนี้สินและลดต้นทุนการผลิต					
3. มีการทำแผนปฏิบัติการพัฒนาของตนเอง กลุ่ม/ชุมชนด้านเกษตรปลอดภัยและ เกษตรอินทรีย์ในทุกระบบ					
4. สามารถพึ่งพาตนเอง มีความทุกข์น้อยลง มี ความสุขมากขึ้น					

**ตอนที่ 8 ความคิดเห็นเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงจากการเรียนรู้ระดับบุคคล ระดับกลุ่ม ระดับชุมชน
และระดับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง**

ท่านเห็นว่าการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากการเรียนรู้ในหลักสูตรนี้ เปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นจากเดิมอยู่ในระดับใด

ประเด็น	ระดับการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นจากเดิม				
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1
1. มีการเปลี่ยนแปลงจากการเรียนรู้ในระดับบุคคล					
1.1 ความรู้ด้านเกษตรปลอดภัย					
1.2 ทักษะ/ความเห็นด้วยของท่านในการทำ ทำเกษตรปลอดภัย					
1.3 มีทักษะในการทำเกษตรปลอดภัย					
2. มีการเปลี่ยนแปลงจากการเรียนรู้ในระดับกลุ่ม					
2.1 การทำกิจกรรมร่วมกันในกลุ่ม					
2.2 ผลสำเร็จของกลุ่ม					
2.3 ความสามัคคีร่วมมือกันของสมาชิก					
2.4 การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ ของสมาชิก					

ประเด็น	ระดับการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นจากเดิม				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด

	5	4	3	2	1
3. มีการเปลี่ยนแปลงจากการเรียนรู้ในระดับชุมชน					
3.1 การยอมรับของคนอื่นในชุมชน					
3.2 การมีเครือข่ายกับกลุ่มอื่นๆ ในชุมชน					
3.3 การมีเครือข่ายกับกลุ่มอื่นๆ นอกชุมชน					
3.4 การเป็นแหล่งเรียนรู้ของชุมชน					
4. มีการเปลี่ยนแปลงจากการเรียนรู้ในระดับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง					
4.1 การยอมรับของหน่วยงานอื่นๆ					
4.2 การทำงานและประสานงานกับหน่วยงานอื่นๆ					
4.3 การเป็นตัวอย่างและต้นแบบให้กับหน่วยงาน					
4.4 การให้ข้อเสนอแนะหรือผลักดันในเชิงนโยบายให้กับหน่วยงานอื่นๆ					

ตอนที่ 9 ข้อเสนอแนะต่อการจัดการเรียนรู้เกษตรปลอดภัยและเกษตรอินทรีย์

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ขอขอบพระคุณอย่างยิ่ง

ภาคผนวก ค
รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ



รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ

1. คุณเอ็นนู ซื่อสุวรรณ
2. คุณสุนัย เศรษฐบุญสร้าง
3. คุณสุภา ไยเมือง
4. รศ.กษิติศ อื้อเชี่ยวชาญกิจ
5. ดร.นันทา บุรณะธนัง
6. คุณอำนาจ หมายยอดกลาง
7. คุณวิฑูรย์ เลี่ยนจำรูญ
8. คุณธวัชพันธ์ พานิชโยทัย
9. คุณศักดา ทวีศรี
10. คุณมัลลิกา เขียวหวาน
11. คุณพรทิพย์ ลิ้มประสิทธิ์วงศ์
12. คุณจารุณี เหลืองกำเนิด
13. คุณทิตยวรรณ กิจวรรณกุล
14. คุณนาถฤดี นาครวจา
15. คุณนิธิตี บัตรพรรณนะ

