



ที่ กก ๐๓๐๔.๐๕/ว.๐๕๐

00013
15 ม.ค. 2558

สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา
๑๕๔ ถนนพระราม ๑ แขวงวังใหม่
เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ ๑๐๓๓๐

๗ มกราคม ๒๕๕๘

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์การอบรมหลักสูตรด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อสุขภาพในสถานศึกษา

เรียน ผู้อำนวยการเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา

สิ่งที่ส่งมาด้วย รายละเอียดโครงการฯ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา ร่วมกับคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน จัดโครงการอบรมหลักสูตรด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อสุขภาพในสถานศึกษา ครั้งที่ ๑ ระหว่างวันที่ ๑๘ - ๒๒ มีนาคม ๒๕๕๘ ครั้งที่ ๒ ระหว่างวันที่ ๒๖ - ๒๘ มิถุนายน ๒๕๕๘ และครั้งที่ ๓ ระหว่างวันที่ ๒๘ - ๓๐ สิงหาคม ๒๕๕๘ ณ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ครู/อาจารย์ในสถานศึกษา ได้มีความรู้ความเข้าใจด้านการนำวิทยาศาสตร์การกีฬาไปใช้เพื่อส่งเสริมสุขภาพของนักเรียน พัฒนาและขยายเครือข่ายด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาในสถานศึกษา และส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับเด็ก เยาวชน และประชาชน

ในการนี้ กรมพลศึกษาจึงขอความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์การอบรมหลักสูตรด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อสุขภาพในสถานศึกษาให้แก่สถานศึกษาในสังกัดของท่าน โดยขอเชิญผู้บริหาร และบุคลากรผู้สอนวิชาสุขศึกษา พลศึกษาในสังกัด จำนวน ๒ คน เข้าร่วมการอบรมฯ ดังกล่าว โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย และเสนอโครงการด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อส่งเสริมสุขภาพในสถานศึกษา ทั้งนี้ สามารถดูรายละเอียดและลงทะเบียนได้ที่ <http://sps.kps.ku.ac.th/nkku/> ภายในวันที่ ๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๘

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์การอบรมฯ ดังกล่าว จักขอบคุณมาก

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวดารณี ลิขิตวรศักดิ์)
ผู้อำนวยการสำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา

สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา

โทร. ๐ ๒๒๑๙ ๒๖๗๑

โทรสาร ๐ ๒๒๑๙ ๒๖๗๑

ชื่อ	101
วันที่	15 มี.ค. 2558
เวลา	
<input type="checkbox"/> งานธุรการ	
<input type="checkbox"/> กลุ่มงานบริหารทั่วไป	
<input type="checkbox"/> กลุ่มงานส่งเสริมและพัฒนาระดับจังหวัด	
<input type="checkbox"/> กลุ่มงานส่งเสริมและพัฒนาระดับประเทศ	
<input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา	
<input type="checkbox"/> กลุ่มงานวิจัยและนิเทศ	
<input type="checkbox"/> กลุ่มงานเลขานุการ สป.ส.ค.	

558

โครงการอบรมหลักสูตรด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อสุขภาพในสถานศึกษา ภายใต้โครงการเสริมสร้างและพัฒนาเครือข่ายทางวิทยาศาสตร์การกีฬา

หลักการและเหตุผล

การส่งเสริมและพัฒนาการกีฬาของชาติและส่งเสริมให้ใช้กีฬาเป็นสื่อในการแก้ไขปัญหาเสพติดปัญหาด้านสังคม และการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนและยกระดับมาตรฐานให้สูงขึ้น นอกจากนี้ยังมีความสอดคล้องกับแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 5 (พ.ศ.2555-2559) ตามยุทธศาสตร์การพัฒนาวissenschaftและเทคโนโลยีการกีฬา ให้มีความสำคัญแก่การพัฒนาองค์ความรู้ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาในทุกสาขา และการนำความรู้ไปพัฒนาศักยภาพนักกีฬา การแข่งขันกีฬา ตลอดจนส่งเสริมให้เยาวชน และประชาชนได้เล่นกีฬาและออกกำลังกายที่ถูกต้องตามหลักวิชาการ และยุทธศาสตร์การพัฒนากีฬาขั้นพื้นฐานให้ความสำคัญแก่การพัฒนาส่งเสริมศักยภาพทักษะการเล่นกีฬา และการออกกำลังกายขั้นพื้นฐานให้แก่เด็กและเยาวชน ทั้งในระบบโรงเรียนและนอกระบบโรงเรียน

การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชากรจึงเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง ตัวชี้วัดหนึ่งของคุณภาพชีวิตที่ดี คือ การมีสุขภาพที่ดี ผลจากการเปลี่ยนแปลงด้านสังคม เศรษฐกิจ การเมือง และสิ่งแวดล้อม รวมทั้งความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีและสารสนเทศ ได้ส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพของประชาชน ทำให้เกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคที่เกิดจากการมีพฤติกรรมดำรงชีวิตที่ไม่ถูกต้องทั้งสิ้น เช่น การกินอาหารที่มีไขมันสูง ภาวะเครียด และขาดการออกกำลังกาย เป็นต้น ซึ่งโรคตามที่กล่าวแล้วนั้น สามารถป้องกันได้ด้วยการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม สุขภาพของประชาชน การส่งเสริมสุขภาพที่สำคัญประการหนึ่ง คือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ซึ่งเป็นยาที่ดีที่สุดของมนุษย์

โดยที่นโยบายรัฐบาล ด้านสังคมและคุณภาพชีวิต ว่าด้วยนโยบายการพัฒนาสุขภาพของประชาชน มุ่งส่งเสริมให้ประชาชนทุกระดับมีโอกาสออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสร้างเสริมสุขภาพและพละานามัยที่ดี สร้างนิสัยความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา และใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เพื่อหลีกเลี่ยงการหมกมุ่นมั่วสุมกับอบายมุขและยาเสพติด ดังนั้น สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยว ร่วมกับ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน ได้เล็งเห็นความสำคัญของการพัฒนาเยาวชนของชาติ จึงจัด โครงการอบรมหลักสูตรด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อสุขภาพในสถานศึกษาภายใต้โครงการเสริมสร้างและพัฒนาเครือข่ายทางวิทยาศาสตร์การกีฬา เพื่อให้เด็กเยาวชนในสถานศึกษา และประชาชน ได้มีความรู้ความเข้าใจในการนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาใช้ในการออกกำลังกาย เล่นกีฬาอย่างถูกต้อง เพื่อนำไปสู่การพัฒนาสมรรถภาพทางกายและจิตใจ เพื่อสุขภาพและกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ตลอดจนเป็นศูนย์กลางความรู้ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาในชุมชน

วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อให้ผู้บริหารและอาจารย์ในสถานศึกษาได้มีความรู้ความเข้าใจด้านการนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาใช้เพื่อสุขภาพ
2. เพื่อพัฒนาและขยายเครือข่ายด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาในสถานศึกษา

3. เพื่อให้มีนำเอาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อสุขภาพดำเนินการส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับเด็ก เยาวชน และประชาชน

ความสอดคล้อง

- แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 5
- แผนงานของสำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา
- แผนงานด้านบริการวิชาการของคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

หน่วยงานที่รับผิดชอบ

- สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา และ
- คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน

กลุ่มเป้าหมาย

- โรงเรียนเข้าร่วมโครงการฯ จำนวน 100 โรงเรียน โดยผู้เข้าร่วมอบรมของแต่ละโรงเรียนประกอบด้วย
 - ผู้บริหารโรงเรียน จำนวน 100 คน
 - ครูผู้สอนวิชาสุขศึกษา พลศึกษา จำนวน 200 คน

ตัวชี้วัด

- ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจในการอบรมในระดับไม่ต่ำกว่า 3.5 (คะแนนเต็ม 5) หรือร้อยละ 85
- ครูผู้สอนวิชาสุขศึกษา พลศึกษา สอบผ่านเกณฑ์ที่กำหนด

การเสนอโครงการเพื่อขอรับทุนสนับสนุน

- ทุกโรงเรียนที่เข้าร่วมอบรมโครงการพัฒนาและขยายเครือข่ายในสถานศึกษา สามารถเสนอโครงการด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อส่งเสริมสุขภาพในสถานศึกษา เพื่อขอรับทุนสนับสนุนในการดำเนินกิจกรรม โรงเรียนละ 35,000 บาท จำนวน 77 โรงเรียน รายละเอียดการเสนอขอรับทุน ดังนี้

การสมัครเข้าร่วมโครงการและการดำเนินการส่งโครงการแบ่งเป็น 4 ขั้นตอนหลักดังต่อไปนี้

1. ดำเนินการสมัครเข้าร่วมอบรมก่อนที่เว็บไซต์ <http://sps.kps.ku.ac.th/nkku/>
 - 1.1. บันทึกข้อมูลผู้เข้าร่วมอบรม (ผู้บริหาร 1 ท่าน ครูพลศึกษา หรือ ครูสุขศึกษา รวมกัน 2 ท่าน)
 - 1.2. พิมพ์ใบชำระค่ายืนยันสิทธิ์โรงเรียนละ **1,000 บาท** (โครงการจะดำเนินการคืนเงินให้ท่านเมื่อท่านเข้ารับการอบรมในวันแรก) เช็คสถานะชำระเงินได้ที่ <http://sps.kps.ku.ac.th/nkku/> 1 วันหลังจากดำเนินการชำระเงินผ่านธนาคาร ไม่รวมวันหยุดราชการ
 - 1.3. ดาวน์โหลดแบบฟอร์ม “แบบเสนอโครงการต้นแบบด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา ประจำปี 2558”
 - 1.4. ดำเนินการเขียนโครงการให้เสร็จสมบูรณ์ โดยมีขั้นตอนดังนี้
 - ดำเนินการเขียนโครงการลงในแบบฟอร์มที่ได้ดาวน์โหลด
 - ลงนามผู้บริหารสถานศึกษา
 - 1.5. การดำเนินการส่งข้อมูลโครงการ มี 2 ขั้นตอน ดังนี้ (**ส่งก่อนวันที่ 25 กุมภาพันธ์ 2558**)

นำโครงการที่ได้ดำเนินการจัดพิมพ์และลงนามจากผู้บริหารสถานศึกษา จัดส่งมาที่ คุณตลนภา การักษ์ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน เลขที่ 1 หมู่ที่ 6 ต.กำแพงแสน อ.กำแพงแสน จ.นครปฐม 73140 (การส่งไปรษณีย์ขอให้ส่งในรูปแบบไปรษณีย์ลงทะเบียน โดยจะมีรหัสที่สามารถตรวจสอบได้ ดังภาพ ให้เก็บใบเสร็จไว้และดำเนินการขั้นตอนต่อไป

RB030107527TH		EA473124280TH	
บริษัทไปรษณีย์ไทย จำกัด สำนักงาน ปทุม. 10002 Tel. 02-573-0355 TAX ID. 3030567253 (สำหรับ) ใบรับเงิน		บริษัทไปรษณีย์ไทย จำกัด สำนักงาน ปทุม. 10002 Tel. 02-573-0355 TAX ID. 3030567253 (สำหรับ) ใบรับเงิน	
POS IDE064109100255 11/08/2008 12:27:42 RC#401236 W4	RCPT#293635 USER#SAISUNEE TR#1051324	POS IDE064109100255 19/08/2008 12:40:04 RC#401236 W4	RCPT#293635 USER#SAISUNEE TR#1051324
ลงทะเบียน น้ำหนัก .1 Kg. TH 58120 ชื่อผู้รับ N ลงทะเบียน ในประเทศ N ต่อรับ ลงทะเบียน ใน	RB 0301 0752 7 TH ลงทะเบียน คุณวิภากร	EMS ใน	EA 4731 2428 0 TH พัสดุธรรมดา นายทรงศักดิ์ กิจนวล
	฿16.00 ฿3.00		฿25.00 ฿5.00
รวมเงินทั้งสิ้น เงินสด เงินทอน NON VAT VARIABLE VAT VAT EXC	฿19.00 ฿20.00 -฿1.00 ฿19.00 ฿0.00 ฿0.00 ฿0.00	รวมเงินทั้งสิ้น เงินสด เงินทอน NON VAT VARIABLE VAT VAT EXC	฿30.00 ฿30.00 ฿0.00 ฿30.00 ฿0.00 ฿0.00 ฿0.00
*** VAT INCLUDED *** ยอดรวมที่ใบบิลการ		*** VAT INCLUDED *** ยอดรวมที่ใบบิลการ	

เข้าเว็บไซต์ <http://sps.kps.ku.ac.th/nkkw/> เลือกเมนู ยืนยันการส่งข้อมูล **(ยืนยันก่อนวันที่ 25 กุมภาพันธ์ 2558)**

- 1.5.1. ดำเนินการกรอกข้อมูลให้เหมือนกับที่จัดพิมพ์ลงในแบบฟอร์มที่ส่งไปรษณีย์มาในตอนแรก
- 1.5.2. กรอกข้อมูลรหัสที่ได้รับจากการส่งไปรษณีย์ ดังรูปด้านบน
- 1.5.3. กดยืนยันข้อมูล เป็นการเสร็จสิ้นขั้นตอนการสมัครและเข้าร่วมโครงการ

2. การเข้าร่วมโครงการ มีขั้นตอนดังนี้

2.1. วันที่ต้องเข้าร่วมโครงการมีดังนี้

- ผู้บริหารสถานศึกษา เข้าอบรมเพียง 2 วัน คือวันที่ 18-19 มีนาคม 2557 หากผู้บริหารฯไม่สามารถเข้าร่วมอบรมได้ สามารถมอบหมายให้อาจารย์ที่เข้าร่วมอบรมท่านใดท่านหนึ่งแทนได้

- อาจารย์ผู้สอนวิชาสุขศึกษา หรือพลศึกษา เข้าร่วมอบรม 3 ครั้ง ดังนี้

- ครั้งที่ 1 วันที่ 18-22 มีนาคม 2558
- ครั้งที่ 2 วันที่ 26-28 มิถุนายน 2558
- ครั้งที่ 3 วันที่ 28-30 สิงหาคม 2558

2.2. เอกสารที่ต้องเตรียมมาในวันอบรม

- เอกสารสำเนาบัตรประจำตัวประชาชน หรือบัตรข้าราชการ หรือใบขับขี่ มาด้วยในวันแรก 2 ใบ

3. การดำเนินการหลังการอบรมในแต่ละครั้ง

3.1. ให้ผู้เข้าร่วมอบรม (ผู้รับผิดชอบโครงการ) ดำเนินการจัดโครงการตามที่ได้เสนอมารับการปรับปรุงแนะนำแก้ไข จากทางอาจารย์ที่ปรึกษา

3.2. สรุปการดำเนินการโครงการตามปฏิทินที่ได้ดำเนินการแจ้งมา

3.3. นำเสนอผลงานต่อกรมพลศึกษา

4. การพิจารณาโครงการ มีกำหนดการดังนี้

- ส่งโครงการฯ ภายในวันที่ 25 กุมภาพันธ์ 2558
- คณะกรรมการจะทำการพิจารณาและให้คำแนะนำระหว่างกรอบวันที่ 18-22 มีนาคม 2558
- โรงเรียนดำเนินการแก้ไขโครงการฯ ภายในวันที่ 1 เมษายน 2558
- แจ้งผลการตัดสินในวันที่ 17 เมษายน 2558 ที่ <http://sps.kps.ku.ac.th/nkku/>
- โรงเรียนที่ได้รับทุนเข้าร่วมประชุมและรับมอบทุนในวันที่ 22 เมษายน 2558
- โรงเรียนที่ได้รับทุนสนับสนุน จะต้องดำเนินกิจกรรมและจัดทำสรุปรายงานฯ พร้อมนำเสนอผลงานช่วงเดือน 15 กันยายน 2558 กับ กรมพลศึกษา

ระยะเวลาดำเนินงาน

- จัดการอบรมสำหรับผู้บริหาร และครูผู้สอนวิชาสุขศึกษา พลศึกษา วันที่ 18 มีนาคม 2558 ถึง วันที่ 16 ตุลาคม 2558

- ผู้บริหารโรงเรียน เข้าอบรมเพียง 2 วัน คือ วันที่ 18 -19 มีนาคม 2557

- ครูผู้สอนวิชาสุขศึกษา พลศึกษา เข้าอบรมทั้งหมด 3 ครั้ง คือ

ครั้งที่ 1 วันที่ 18 - 22 มีนาคม 2558

- เนื้อหาที่สำคัญ
- หลักการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนด้วยวิทยาศาสตร์การกีฬา
 - หลักการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนโดยผ่านกิจกรรมทางกาย
 - กายวิภาคสำหรับการออกกำลังกาย
 - สรีรวิทยาการออกกำลังกาย
 - หลักการประเมินสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพและวิธีการ
 - ประเมินผลสมรรถภาพทางกายสำหรับนักเรียน
 - กิจกรรมทางกายรูปแบบต่างๆเพื่อส่งเสริมสุขภาพ

ครั้งที่ 2 วันที่ 26 - 28 มิถุนายน 2558

- เนื้อหาที่สำคัญ
- ความสำคัญของโภชนาการที่มีต่อสุขภาพและการเจริญเติบโต
 - การประเมินภาวะโภชนาการและการแปลผล
 - คุณค่าทางโภชนาการของอาหารต่างๆ
 - แนวทางการส่งเสริมสุขภาพและการเจริญเติบโตด้วยโภชนาการ

ครั้งที่ 3 วันที่ 28 - 30 สิงหาคม 2558

- เนื้อหาที่สำคัญ
- แรงจูงใจในการออกกำลังกาย
 - ทฤษฎีและรูปแบบของพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกาย

-กลยุทธ์ในการส่งเสริมแรงจูงใจในการออกกำลังกาย

-การเป็นผู้นำการออกกำลังกาย

- จัดการนำเสนอผลงานของเครือข่ายด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาในสถานศึกษา และ อบรมผู้เข้าร่วมโครงการใหม่ วันที่ 15-16 ตุลาคม 2558
- โรงเรียนดำเนินโครงการด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อส่งเสริมสุขภาพในสถานศึกษา ระหว่าง เดือน พฤษภาคม ถึง กันยายน 2558
- ติดตามการดำเนินงานและให้คำแนะนำโครงการด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อส่งเสริมสุขภาพในสถานศึกษา ระหว่าง เดือน พฤษภาคม ถึง กันยายน 2558

สถานที่ดำเนินการ

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน

โรงเรียนที่ได้รับคัดเลือกเข้าร่วมโครงการ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้บริหารและอาจารย์ในสถานศึกษามีความรู้ความเข้าใจด้านการนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาใช้ เพื่อสุขภาพ
2. ได้โรงเรียนเข้าร่วมเครือข่ายด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา
3. เด็ก เยาวชน และประชาชน มีคุณภาพชีวิตที่ดี

สถานที่ติดต่อ

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน จ.นครปฐม

โทรศัพท์ 034 - 355258 โทรสาร 034 - 355258

ผู้ประสานงานการสมัครและสอบถามข้อมูลทั่วไป

คุณจิราภาศกรณ์ ศรีปิ่นเป้า 034-355-258 ต่อ 107

ผู้ประสานงานด้านรูปแบบโครงการและการเขียนโครงการ

ผศ.ดร.ราตรี เรืองไทย 034-355-258 ต่อ 221

คุณดลนภา การักษ์ 034-355-258 ต่อ 111



<https://www.facebook.com/nkkukps>

sps.kps@ku.ac.th