



แบบเสนอกิจกรรมนอกหลักสูตร

ชื่อกิจกรรม/โครงการ สร้างเสริมพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้วยวิทยาศาสตร์การกีฬา

ประเภทกิจกรรม ☒ กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ☐ กิจกรรมทักษะชีวิต ☐ กิจกรรมศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น
☐ กิจกรรมลูกเสือเนตรนารี ☐ กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม

ลักษณะกิจกรรม/โครงการ ☐ ต่อเนื่อง ☒ ใหม่

๑. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้เด็กและเยาวชนมีความรู้ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับการสร้างเสริมพัฒนาสมรรถภาพทางกายของตนเองเบื้องต้น
๒. เพื่อให้เด็กและเยาวชนเกิดความตระหนักและเห็นถึงความสำคัญของการออกกำลังกายตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา
๓. เพื่อให้เด็กและเยาวชนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในการดูแลสุขภาพ และสร้างเสริมพัฒนาสมรรถภาพทางกายของตนเองได้อย่างถูกต้อง

๒. กลุ่มเป้าหมาย

เด็กและเยาวชนศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต ๖ จำนวน ๑๐๐ คน

๓. ระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรม จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์ รวม ๓๕ ชั่วโมง

เริ่ม เดือนกรกฎาคม ๒๕๖๗ สิ้นสุดโครงการ เดือนกันยายน ๒๕๖๗

๔. วิธีดำเนินการ/ลักษณะโครงการ (โดยสังเขป)

๑. นักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพ (ด้านพลศึกษา) ให้ความรู้โดยวิธีการอธิบายและสาธิต และฝึกปฏิบัติจริง เกี่ยวกับวิธีการดูแลสุขภาพเบื้องต้นและการสร้างเสริมพัฒนาสมรรถภาพทางกาย
๒. เด็กและเยาวชนทำแบบทดสอบ และปฏิบัติจริง เพื่อประเมินความรู้
๓. การจัดบอร์ด นิทรรศการ ป้ายประชาสัมพันธ์ และจัดสื่อเพื่อการเรียนรู้

๕. การวัดประเมินผล/เกณฑ์การประเมิน

ที่	ตัวบ่งชี้ความสำเร็จ	วิธีการวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้	เกณฑ์การประเมิน
๑.	เด็กและเยาวชนมีความรู้ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับการสร้างเสริมพัฒนาสมรรถภาพทางกายของตนเองเบื้องต้น	เด็กและเยาวชนสามารถผ่านการทำแบบทดสอบการฝึกปฏิบัติจริง และได้คะแนนไม่ต่ำกว่าร้อยละ ๘๐	- แบบทดสอบ - แบบทดสอบภาคปฏิบัติ	วัดผลจากจำนวนครั้งที่เด็กและเยาวชนเข้าร่วมกิจกรรม ทำแบบทดสอบฝึกปฏิบัติครบตามที่กำหนด และมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง ร้อยละ ๘๐-๑๐๐ = ผ่าน ต่ำกว่าร้อยละ ๘๐ = ไม่ผ่าน
๒.	เด็กและเยาวชนเกิดความตระหนักและเห็นถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพของตนเองด้วยการออกกำลังกายโดยใช้หลักการทางวิทยาศาสตร์การกีฬา			

๓.	เด็กและเยาวชนนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในการดูแลสุขภาพและสร้างเสริมพัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเองได้อย่างถูกต้อง			
----	---	--	--	--

๖. งบประมาณที่ใช้ ☒ ไม่ใช้งบประมาณ ☐ ใช้งบประมาณ

๗. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

เด็กและเยาวชนมีความรู้ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับวิธีการดูแลสุขภาพของตนเองเบื้องต้น เกิดความตระหนักและเห็นถึงความสำคัญของการออกกำลังกายตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา และสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในการดูแลสุขภาพและสร้างเสริมพัฒนาสมรรถภาพทางกายของตนเองได้อย่างถูกต้อง

ผู้รับผิดชอบกิจกรรม

ผู้เสนอกิจกรรม

ผู้เห็นชอบกิจกรรม

ลงชื่อ



(นายวิสุทธิ์ บุรณมานัส)

นักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพชำนาญการ

ลงชื่อ



(นางสาววิจิตราพร เทียนสุวรรณ)

นักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพ

ลงชื่อ



(นายจิติภัทร์ พรหมมา)

นักวิชาการอบรมฯชำนาญการพิเศษ แทน
ผู้อำนวยการศูนย์ฝึกและอบรมฯ เขต ๖