



### แบบเสนอกิจกรรมนอกหลักสูตร

ชื่อกิจกรรม/โครงการ เสริมสร้างพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้วยวิทยาศาสตร์การกีฬา

ประเภทกิจกรรม  กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ  กิจกรรมทักษะชีวิต  กิจกรรมศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น  
 กิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี  กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม

ลักษณะกิจกรรม/โครงการ  ต่อเนื่อง  ใหม่

#### ๑. วัตถุประสงค์

๑.๑ เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้รับการพัฒนาศักยภาพทางด้านร่างกายให้เหมาะสมกับการเป็นนักกีฬา

๑.๒ เพื่อเป็นการเพิ่มเติมความรู้ ทักษะ ความสามารถทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาให้แก่เด็กและเยาวชนได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

#### ๒. กลุ่มเป้าหมาย

เยาวชนทุกคนภายในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนบ้านบึง

๓. ระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรม จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์ รวม ๓๐ ชั่วโมง  
เริ่มวันที่ ๑ เดือนตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๖ สิ้นสุดวันที่ ๓๐ เดือนกันยายน พ.ศ. ๒๕๖๗

#### ๔. วิธีดำเนินการ/ลักษณะของกิจกรรม (โดยสังเขป)

๔.๑ ครูผู้สอนอธิบายและสาธิตวิธีการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

๔.๒ เด็กและเยาวชนวางเป้าหมายและเริ่มทำกิจกรรม

๔.๓ วัดผลประเมินการพัฒนาทางร่างกายและให้รางวัล

#### ๕. การวัดและประเมินผล/เกณฑ์การประเมิน

ที่	ตัวบ่งชี้ความสำเร็จ	วิธีการวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้	เกณฑ์ในการประเมิน
๑.	เยาวชนเกิดการพัฒนาสมรรถภาพทางด้านร่างกาย สรีระ อย่างเป็นชัดเจน	เยาวชนพัฒนาสมรรถภาพทางด้านร่างกายตรงตามเป้าหมายที่วางไว้ของแต่ละบุคคล	เครื่องวัดองค์ประกอบร่างกาย	การวัดผลจากการวัดองค์ประกอบร่างกายก่อนและหลังว่ามีการพัฒนาตามโปรแกรมการฝึกและเป้าหมาย มีการพัฒนา หมายถึง ผ่าน ไม่มีการพัฒนา หมายถึง ไม่ผ่าน

๖. งบประมาณที่ใช้  ไม่ใช้งบประมาณ  ใช้งบประมาณ จำนวน .....๐.....บาท

#### ๗. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

เด็กและเยาวชนมีความรู้ความเข้าใจในการตั้งเป้าหมายการเสริมสร้างสมรรถภาพทางร่างกายอย่างถูกต้อง และสามารถนำมาพัฒนาตนเองให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อตนเองและผู้อื่น

ผู้รับผิดชอบกิจกรรม

ผู้เสนอกิจกรรม

ผู้เห็นชอบกิจกรรม

ลงชื่อ.....

ลงชื่อ.....

ลงชื่อ.....

นายฤทธิรงค์ โวแสง  
(นักวิชาการอบรมฯ/ผู้ปฏิบัติหน้าที่ฝึกอบรม)

นายอนุวัตร ฝีมือช่าง  
(ผู้ช่วยผู้อำนวยการศูนย์ฝึกฯ บ้านบึง)

นายคมกฤษณ์ แสงจันทร์  
(ผู้อำนวยการศูนย์ฝึกฯ บ้านบึง)