



ที่ ศธ 04114 /ว 1300

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสมุทรสาคร
อำเภอเมืองสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร 49000

12 ธันวาคม 2557

เรื่อง ขอเชิญส่งบุคลากรเข้าร่วมโครงการสัมมนาเชิงปฏิบัติการ

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านโนนศรี,บ้านโคกหนองหล่ม,สยามกลการ4,บ้านป่งเปือย,บ้านโนนยางและ
ชุมชนศรีบุญเรือง

สิ่งที่ส่งมาด้วย รายละเอียดโครงการบริการวิชาการ พร้อมแบบตอบรับเข้าร่วมอบรม จำนวน 1 ชุด

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดสกลนคร และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการ
สร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้ทำความร่วมมือสร้างเครือข่ายในการส่งเสริมสุขภาพ จะมีการจัดสัมมนาเชิง
ปฏิบัติการ เรื่อง การส่งเสริมการออกกำลังกาย “ขยับกายไปกับขยับชีวิต และตารางเก้าช่อง” ประจำปี
2557 ในระหว่างวันที่ 15 - 16 ธันวาคม 2557 ณ อาคารหอประชุมวิโรจน์อิมพีทีกซ์ เพื่อส่งเสริมการออก
กำลังกายด้วยขยับและตารางเก้าช่อง ซึ่งเป็นนวัตกรรมหนึ่งในการพัฒนาสมรรถภาพทางร่างกาย การ
เคลื่อนไหวร่างกายที่เป็นพื้นฐานของการมีสุขภาพที่ดี สู่การพัฒนาต่อยอดด้วยการขยายผลออกไปสู่ชุมชนต่างๆ
ผ่านกระบวนการเครือข่ายและสอดคล้องกับวิถีชีวิตของประชาชนภายใต้บริบททางสังคมและวัฒนธรรมของ
แต่ละท้องถิ่นต่อไป นั้น

ในการนี้ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสมุทรสาคร จึงได้คัดเลือกโรงเรียนของท่าน
ให้ส่งบุคลากรเข้าร่วมอบรมเชิงปฏิบัติการดังกล่าว จำนวน 2 ท่าน โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น ยกเว้น
ค่าใช้จ่ายในการเดินทาง ทั้งนี้ ครู ข้าราชการ พนักงานของรัฐ มีสิทธิ์เบิกค่าใช้จ่ายได้ตามระเบียบของต้นสังกัด

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และเข้าร่วมประชุมตามวัน เวลา และสถานที่ดังกล่าว

ขอแสดงความนับถือ

(นายประมวล ตรีวรรณ)

รองผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสมุทรสาคร

ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสมุทรสาคร

กลุ่มส่งเสริมการจัดการศึกษา

โทร. 042 611532 ต่อ 17

โทรสาร 042 612284

รายชื่อบุคลากรที่เข้าร่วมอบรมเชิงปฏิบัติการ
“ขยับกายไปกับมายด์ยืดชีวิต และตารางเก้าช่อง” ประจำปี 2557
ในระหว่างวันที่ 15 – 16 ธันวาคม 2557
ณ อาคารหอประชุมวิโรจน์อิมพิทักซ์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

จังหวัดมุกดาหาร

โรงเรียนบ้านโนนศรี

- | | |
|---------------------------------|-------------------|
| 1. นางทวีทรัพย์ โชติภักดิ์พัฒน์ | ครู ชำนาญการพิเศษ |
| 2. นางสุรติกา รัตนวงศ์ | ครู ชำนาญการพิเศษ |

โรงเรียนบ้านโคกหนองหล่ม

- | | |
|-----------------------|-------------------|
| 3. นายสุพจน์ ชินวงศ์ | ครู ชำนาญการพิเศษ |
| 4. นายภาณุวัฒน์ ยืนยง | ครู ชำนาญการพิเศษ |

โรงเรียนสยามกลการ 4

- | | |
|---------------------------|-------------------|
| 5. นายเฉลียว วรรังสิมันต์ | ครู ชำนาญการพิเศษ |
| 6. นายวิจิตรศิลป์ คำผาสุก | ครู ชำนาญการพิเศษ |

โรงเรียนบ้านปงเปือย

- | | |
|----------------------|-------------------|
| 7. นางชุติมา ช่อวงศ์ | ครู ชำนาญการพิเศษ |
| 8. นางดวงใจ จำปา | ครู ชำนาญการพิเศษ |

โรงเรียนบ้านโนนยาง

- | | |
|--------------------|-------------------|
| 9. นายกฤษดา ปาวงศ์ | ครู ชำนาญการพิเศษ |
|--------------------|-------------------|

โรงเรียนชุมชนศรีบุญเรือง

- | | |
|---------------------------|-------------------|
| 10. นายสุรสิทธิ์ กาพมาตย์ | ครู ชำนาญการพิเศษ |
|---------------------------|-------------------|

สพป.มุกดาหาร

- | | |
|----------------------------|-------------------------|
| 10. นางกิ่งปวีณ์ ทิวาพัฒน์ | นักวิชาการศึกษาชำนาญการ |
|----------------------------|-------------------------|

หมายเหตุ สวมใส่ชุดออกกำลังกาย สำหรับการเข้าร่วมฝึกอบรม

โครงการความร่วมมือการจัดสัมมนาเชิงปฏิบัติการ
ระหว่างสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และสาขาการศึกษาและวิทยาศาสตร์การกีฬา
คณะศิลปศาสตร์และวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตเฉลิมพระเกียรติ
เรื่อง การส่งเสริมการออกกำลังกาย “ขยับกายไปกับยางยืดยืดชีวิต และตารางเก้าช่อง”
ประจำปี พ.ศ. ๒๕๕๗

วันจันทร์ที่ ๑๕ ธันวาคม ๒๕๕๗

- ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น. ผู้เข้าร่วมอบรมลงทะเบียนรับเอกสาร
- ๐๙.๐๐ - ๐๙.๒๐ น. กล่าวต้อนรับ ขี้แจงและแนะนำผู้เข้าร่วมการอบรม พิธีเปิด
โดย รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตเฉลิมพระเกียรติ
- ๐๙.๒๐ - ๙.๓๕ น. วิธีทัศน์กิจกรรมยางยืดยืดชีวิตและมหัศจรรย์ตารางเก้าช่อง
- ๑๐.๓๐ - ๑๐.๕๕ น. นำเสนอ แนวทางการสนับสนุนการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาสมอง และทักษะการ
เคลื่อนไหว โดย รองศาสตราจารย์ ดร.เจริญ กระบวนรัตน์ และคณะ
- ๑๐.๑๕ - ๑๐.๓๕ น. พักรับประทานอาหารว่าง
- ๑๐.๕๐ - ๑๒.๐๐ น. แนวคิด ประสบการณ์ในการนำกิจกรรมยางยืดและตารางเก้าช่องไปประยุกต์ใช้ใน
กิจกรรมการออกกำลังกายในโรงเรียน และในหน่วยงาน
- ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- ๑๓.๐๐ - ๑๓.๓๐ น. ความรู้ความเข้าใจพื้นฐานกิจกรรมยางยืดยืดชีวิต
- ๑๓.๓๐ - ๑๕.๓๐ น. ผักทักษะพื้นฐานกิจกรรมยางยืดยืดชีวิต โดย รองศาสตราจารย์ ดร.เจริญ กระบวนรัตน์
และคณะ
- ๑๕.๓๐ - ๑๖.๒๐ น. ชมการสาธิตการนำกิจกรรมยางยืดและตารางเก้าช่องไปใช้ประโยชน์ขององค์กร
- ๑๕.๐๐ - ๑๖.๐๐ น. สรุปกิจกรรมและชี้แจงกำหนดการวันที่สอง

วันอังคารที่ ๑๖ ธันวาคม ๒๕๕๗

- ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น. วิธีทัศน์การนำกิจกรรมตารางเก้าช่องมาประยุกต์ใช้ใน โรงเรียน และหน่วยงาน
- ๐๙.๐๐ - ๐๙.๔๐ น. ความรู้และความเข้าใจพื้นฐานกิจกรรมตารางเก้าช่อง
โดย รองศาสตราจารย์ ดร.เจริญ กระบวนรัตน์ และคณะ
- ๑๑.๔๐ - ๑๒.๐๐ น. แนวทางการสนับสนุนการออกกำลังกายในโรงเรียน หน่วยงาน เพื่อการพัฒนาสมองและ
ทักษะการเคลื่อนไหวโดย สสส.
- ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- ๑๓.๐๐ - ๑๓.๕๐ น. กำหนดแนวทางร่วมกันสำหรับโรงเรียนที่สนใจในการฝึกอบรมและจัดทำโครงการออก
กำลังกายด้วยยางยืดและตารางเก้าช่องในโรงเรียน
โดย รองศาสตราจารย์ ดร.เจริญ กระบวนรัตน์ และคณะ
- ๑๓.๕๐ - ๑๕.๐๐ น. ฝึกปฏิบัติและทำความเข้าใจการนำหลักสูตรขั้นพื้นฐานกิจกรรมยางยืดและตารางเก้าช่อง
ไปใช้ในโรงเรียน
- ๑๕.๐๐ - ๑๕.๓๐ น. สรุปการประชุมและแนวทางการดำเนินงานร่วมกัน
- ๑๕.๓๐ น. มอบใบเกียรติบัตร

หมายเหตุ กำหนดการ รายละเอียดเนื้อหาการบรรยายจากวิทยากร อาจมีการเปลี่ยนแปลงเพื่อความเหมาะสม
 เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อผู้เข้ารับการอบรม