



## แบบฟอร์มรูปเล่ม

### สรุปผลรายงานผลโครงการอบรมและออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นักเรียนตาดีกา

ปีงบประมาณ ๒๕๖๐

ประเภทการสนับสนุน

สร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค

กลุ่มเป้าหมายหลัก

เด็กวัยเรียน เยาวชน ประชาชน

กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

อบรมให้ความรู้

#### ๑. หลักการและเหตุผล

การออกกำลังกาย การเล่นกีฬาเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมให้นักเรียนตาดีกา มีโอกาสได้ออกกำลังกาย และเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ เพื่อจะช่วยให้ทำให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ จิตใจสดชื่นแจ่มใสมีน้ำใจเป็นนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย มีความรับผิดชอบ มีระเบียบวินัย มีความสามัคคี มั่นคงเข้มแข็ง สามารถดำรงชีวิตอยู่ในชุมชนอย่างมีคุณค่าและมีความสุข รวมทั้งเป็นกำลังที่สำคัญของชาติในอนาคต แต่นักเรียนตาดีกา เรียนเฉพาะวันเสาร์ - วันอาทิตย์ ซึ่งส่วนใหญ่มุ่งเน้นวิชาการ ศาสนาอย่างเดียว ขาดการดูแลเรื่องสุขภาพอนามัย

ดังนั้น เพื่อเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนตาดีกา ผู้ปกครอง ได้มีสุขภาพร่างกาย จิตใจ แข็งแรงสมบูรณ์ และเป็นการออกกำลังกายที่ตนเองมีความถนัดและชื่นชอบ ส่งผลที่ดีต่อสุขภาพนักเรียน ผู้ปกครอง และเป็นการสร้างความสมัครสมานสามัคคีภายในหมู่คณะขึ้น ทางมัสยิดเกาะครก/ศูนย์อบรมศาสนาอิสลามและจริยธรรมประจำมัสยิดเกาะครก จึงจัดทำโครงการอบรมและการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ขึ้น

#### ๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนตาดีกา ผู้ปกครอง ได้เล่นกีฬา ออกกำลังกาย ประจำต่อเนื่อง
๒. เพื่อส่งเสริมสุขภาพ พลานามัยแก่นักเรียน ผู้ปกครอง ให้เล่นกีฬา ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
๓. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียน ผู้ปกครอง รู้รักสามัคคี และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข
๔. เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนตาดีกา

#### ๓. เป้าหมาย

๓.๑ นักเรียนตาดีกา	จำนวน ๙๘	คน
๓.๒ ผู้ปกครองนักเรียน/ประชาชนทั่วไป	จำนวน ๑๓๐	คน
๓.๓ คณะครูผู้สอน/วิทยากร	จำนวน ๗	คน
๓.๔ คณะกรรมการศูนย์อบรมจริยธรรมประจำมัสยิด	จำนวน ๑๕	คน
	รวม	๒๕๐ คน

#### ๔. วิธีการดำเนินการ

๔.๑ ประชุมคณะกรรมการศูนย์ฯ และประชาชนทั่วไป

๔.๒ เสนอโครงการอบรมเพื่อขออนุมัติ

๔.๓ ดำเนินงานตามโครงการ (ตามกำหนดแนบท้าย)

##### แผนงาน/กิจกรรม การดำเนินงานตามโครงการ

งาน/กิจกรรม	มีนาคม	เมษายน	พฤษภาคม	มิถุนายน
จัดอบรมตามโครงการ - ให้ความรู้เรื่องสุขภาพปากและฟัน - ให้ความรู้เรื่องวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง - ให้ความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการต่อเด็ก - จัดกิจกรรมแข่งขันกีฬา	✓			
ตรวจสอบสุขภาพช่องปาก - ฟัน นักเรียนตาดีกา ในห้องเรียน ทุกวันเสาร์ - วันอาทิตย์	✓	✓	✓	✓
นักเรียนตาดีกาออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ หน้าเสาธง ทุกเช้าวันเสาร์ - วันอาทิตย์	✓	✓	✓	✓
ประเมินผล				✓

#### ๕. งบประมาณ

- รายรับ	จำนวน	๓๐,๐๐๐	บาท		
- รายจ่าย	จำนวน	๓๐,๐๐๐	บาท		
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม (เช้า - ป้าย)	จำนวน			๑๒,๕๐๐	บาท
- ค่าอาหารกลางวัน	จำนวน			๑๒,๕๐๐	บาท
- ค่าวิทยากรจำนวน ๒ คน	จำนวน			๒,๐๐๐	บาท
- ค่าป้ายไวเนลประชาสัมพันธ์	จำนวน			๕๒๐	บาท
- ค่าวัสดุสำนักงาน	จำนวน	๓๐,๐๐๐	บาท	๒,๔๘๐	บาท

#### ๖. ผลการดำเนินงาน

จากการจัดโครงการอบรมและออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ณ มัสยิดเกาะครก มีผู้เข้าร่วมกิจกรรมทั้งสิ้น ๒๕๐ คน ผู้เข้าร่วมทุกคนได้รับความรู้ความเข้าใจในเรื่องการดูแลสุขภาพ โดยใช้กิจกรรมพร้อมสอดแทรกความรู้ ทำให้ผู้อบรมเกิดความสนุกเพลิดเพลิน และมีการออกกำลังกายร่วมกันเพื่อสุขภาพที่แข็งแรง หลังจากจบกิจกรรม ผู้เข้าร่วมอบรมทุกคนเกิดความพึงพอใจในการจัดการอบรม สามารถนำความรู้ที่ได้ไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน เกิดทัศนคติที่ดีต่อการรักษาสุขภาพอนามัย และการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่แข็งแรง

**๗. สรุปผลการดำเนินงานตามวัตถุประสงค์**

ที่	วัตถุประสงค์ของโครงการ/กิจกรรม	สภาพความสำเร็จ		หมายเหตุ
		บรรลุ	ไม่บรรลุ	
๑	เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนตาดีกา ผู้ปกครอง ได้เล่นกีฬา ออกกำลังกาย ประจำต่อเนื่อง	✓		
๒	เพื่อส่งเสริมสุขภาพ พละนาถัยแก่นักเรียน ผู้ปกครอง ให้เล่นกีฬา ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและและรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	✓		
๓	เพื่อส่งเสริมให้นักเรียน ผู้ปกครอง รู้รักสามัคคี และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข	✓		
๔	เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนตาดีกา	✓		

**๘. สรุปผลการดำเนินงานตามตัวชี้วัด**

ที่	ตัวชี้วัด	เป้าหมาย	ผล	สภาพความสำเร็จ		หมายเหตุ
				บรรลุ	ไม่บรรลุ	
๑	นักเรียนตาดีกา ผู้ปกครองได้ เข้ารับการอบรมและร่วมกันออกกำลังกาย ตรวจสอบสุขภาพ ปากและฟัน	นักเรียนตาดีกา ผู้ปกครอง	นักเรียนตาดีกา ผู้ปกครอง มีความรู้ มีสุขภาพร่างกาย จิตใจที่ดี มีทักษะในการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ	✓		

**๙. สรุปในภาพรวม**

**๙.๑ จุดเด่นของโครงการ/กิจกรรม ในครั้งนี้**

เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนตาดีกาและผู้ปกครองได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม กิจกรรมเข้าใจ ได้ได้ง่าย เหมาะกับกลุ่มเป้าหมาย ผู้เข้าอบรมสามารถนำความรู้ที่ได้ไปใช้ประโยชน์ได้จริง และผู้เข้าร่วมอบรม ยังได้ออกกำลังกายร่วมกัน เพื่อสุขภาพที่แข็งแรงของผู้เข้าร่วมอบรม ผู้เข้าร่วมอบรมเกิดความสนุกสนาน

**๙.๒ จุดที่ควรพัฒนาของโครงการ/กิจกรรม ในครั้งนี้**

ระยะเวลาของการทำกิจกรรมน้อยเกินไป ควรขยายเวลาในการทำกิจกรรมให้มากขึ้น เพื่อให้สามารถทำกิจกรรมได้เต็มที่

๗.๓ ข้อเสนอแนะเพื่อพัฒนาของโครงการ/กิจกรรม ในครั้งนี้

ควรจัดกิจกรรมที่หลากหลาย ให้ผู้เข้าร่วมสามารถปฏิบัติจริง และควรมีกิจกรรมในลักษณะนี้  
ไปครั้งต่อไป เพื่อให้นักเรียนตาติกาและผู้ปกครอง ได้รับความรู้ในด้านสุขภาพ ให้ความสำคัญเรื่องสุขภาพ  
และสามารถปรับใช้ในกิจวัตรประจำวันได้อย่างเหมาะสม

(ลงชื่อ)..... **ด.เนมาบ น้อย ๖๗**

(นายคนทมาน หัดชะเง)

ผู้รับผิดชอบโครงการ