

100 ศาลาธรรมสพุง  
ที่ พิเศษ/ ๒๕๖๑  
10 มี.ค. ๕๖1

เทศบาลตำบลพะตง  
เลขที่รับ ๒๒๕๐  
วันที่ 10 มี.ค. 2561  
กลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง ๑๑.๓๐

กองทุนหลักประกันสุขภาพฯ  
เลขที่รับ 5  
วันที่รับ ๑๕ ก.ค. ๖1  
เวลา ๑๐.๐๐ น.

๑๘ กรกฎาคม ๒๕๖๑

เรื่อง รายงานผลการดำเนินงานโครงการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล ภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑

เรียน ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลพะตง

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. แบบรายงานผลการดำเนินงานโครงการ

ตามที่ กลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง ได้จัดทำโครงการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล ภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑ โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อให้นักเรียนและเยาวชนได้ออกกำลังกาย เสริมสร้างสุขภาพ และสร้างความสมดุลแก่ร่างกาย ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรค และเพื่อให้ นักเรียนและเยาวชนได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ห่างไกลยาเสพติด นั้น

ในการนี้ กลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง ขอรายงานผลการดำเนินงานตามโครงการดังกล่าว และบรรลุตามวัตถุประสงค์และเป้าหมายที่วางไว้ ซึ่งได้รับงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบล พะตง ประจำปี ๒๕๖๑ จำนวนเงิน ๔๗,๖๐๐ บาท โดยงบประมาณที่จ่ายจริง จำนวน ๔๓,๖๐๐ บาท คิดเป็นร้อยละ ๙๑.๖๐ % งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุน จำนวน ๔,๐๐๐ บาท คิดเป็นร้อยละ ๘.๔๐ % รายละเอียดการดำเนินงาน ได้แนบมาพร้อมเอกสารนี้แล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

เรียน นายกเทศมนตรีฯ

- เพื่อโปรดทราบ

- กลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง

ไว้รายงานผลการดำเนินงานโครงการฯ  
ไปพร้อมทั้ง ทดสอบเงินเหลือส่งคืนกองทุน  
จำนวน ๑๐๐๐ บาท เพื่อดำเนินการ  
เรื่อง ไซส์ สปช. ๐๑๖๖

๕  
๑๙/๗/๖๑

ขอแสดงความนับถือ

นายนิทัศน์ จตุรมนตรี

(นายนิทัศน์ จตุรมนตรี)

ประธานกลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง

สืบ นานง พงษ์พานิชย์ / ปลัดเทศบาล

- เพื่อโปรดทราบ

- ขอฝากผู้ที่เกี่ยวข้อง

คุณเนตรวิมล ตรี สืบให้ส่งไป

ให้ส่งมอบ สบกรรณ

- ขอขอบคุณที่สนับสนุน

สนับสนุน ครับ

นายกเทศมนตรีฯ  
เทศบาลตำบลพะตง

(นายนิทัศน์) นายกเทศมนตรีฯ  
ปลัดเทศบาลตำบลพะตง

[Signature]

[Signature]  
(นายนิทัศน์) ปลัดเทศบาลตำบลพะตง



เล่มที่.....1.....

เลขที่.....1.....

### ใบเสร็จรับเงิน

วันที่.....28..... เดือน.....มิถุนายน... พ.ศ. ....2561.....

กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาล.....ตำบลพะตง.....อำเภอหาดใหญ่.....จังหวัดสงขลา.....

ได้รับเงินจาก.....กลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง.....ที่อยู่.....ตำบล.....พะตง.....ถนน.....  
อำเภอ.....หาดใหญ่.....จังหวัด.....สงขลา.....ตั้งรายการต่อไปนี้

รายการ	จำนวนเงิน	
ส่งคืนเงินเหลือจ่ายจากโครงการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอลภาคฤดูร้อน ประจำปี 2561	4,000	-
□		

จำนวนเงิน .....4,000.....บาท

ตัวอักษร (สี่พันบาทถ้วน-)

ลงชื่อ.....นางเสรี ลินเสนาห์.....ผู้รับเงิน

(.....  
นักวิชาการคลังปฏิบัติการ.....)

ส่วนที่ 3 : แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุน  
หลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการ  
ดำเนินงาน)

ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม.....ออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอลภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑.....

#### 1. ผลการดำเนินงาน

- รายงานผลการอบรม ในวันที่ 31 มีนาคม 2561 เรื่องยาเสพติด ผู้เข้าร่วมโครงการเกิดการเรียนรู้  
เกี่ยวกับยาเสพติดชนิดต่างๆ ผลกระทบต่อร่างกาย และโทษที่จะได้รับจากการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด ไม่ว่าจะ  
เป็นผู้เสพหรือผู้ขาย และรู้วิธีในการป้องกันตนเอง โดยไม่เข้าไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด

- ภาคบ่าย อบรมให้ความรู้เกี่ยวกับทักษะการออกกำลังกาย ผู้เข้าร่วมโครงการได้เรียนรู้วิธีการออกกำลัง  
กายที่ถูกต้อง เพื่อให้การพัฒนาทางด้านร่างกายแต่ละส่วนของร่างกายได้รับการพัฒนาที่ถูกต้อง ทำให้ร่างกาย  
เกิดความสมดุลย์

- การฝึกทักษะเบื้องต้นในการออกกำลังกายด้วยการเล่นฟุตบอล

##### 1. การทรงตัว วิธีปฏิบัติ

- 1.1 ทำการทรงตัวและจังหวะการใช้เท้าบนพื้นดินและในอากาศ
- 1.2 การถ่ายน้ำหนักตัวไปสู่เท้าหลัก เมื่อมีการครอบครองลูก เตะลูก หรือเลี้ยงลูกฟุตบอล
- 1.3 การวิ่งตามแบบฟุตบอล เช่น วิ่งไปที่มุมสนาม วิ่งหาช่องว่าง วิ่งติดกัน เพื่อหลอกคู่ต่อสู้
- 1.4 การวิ่งสลับไปมา เพื่อการหลบหลีก เมื่อเลี้ยงหรือครอบครองลูกฟุตบอล

##### 2. การหยุดหรือบังคับลูกฟุตบอล

หลักในการหยุดลูกมีอยู่ 3 ประการ คือ

- 2.1 จะใช้ส่วนใดของร่างกายในการหยุดลูก
- 2.2 การเคลื่อนตัวเข้าสู่ตำแหน่ง เพื่อหยุดลูกที่ลอยมา หรือกลิ้งมากับพื้น
- 2.3 ใช้เทคนิคการผ่อนของร่างกาย เพื่อลดแรงปะทะของลูก
  - การหยุดลูกฟุตบอลด้วยฝ่าเท้า
  - การหยุดลูกฟุตบอลด้วยข้างเท้าด้านใน
  - การหยุดลูกฟุตบอลด้วยหลังเท้า
  - การหยุดลูกฟุตบอลด้วยหน้าเท้า
  - การหยุดลูกฟุตบอลด้วยหน้าอก
  - การหยุดลูกฟุตบอลด้วยศีรษะ

วิธีการขั้นพื้นฐานนี้จะทำให้ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถนำความรู้ ความสามารถที่ได้รับไป  
พัฒนาการในการเล่นกีฬาฟุตบอลต่อไป

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

2.1 การบรรลุตามวัตถุประสงค์

- บรรลุตามวัตถุประสงค์  
 ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

2.2 จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม .....60..... คน

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ ..... ๔๗,๖๐๐ .....บาท  
งบประมาณเบิกจ่ายจริง .....43,600.....บาท คิดเป็นร้อยละ.....๙๑.๖๐...%  
งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ .....4,000.....บาท คิดเป็นร้อยละ.....๘.๔๐... %

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

- ไม่มี  
 มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ) .....

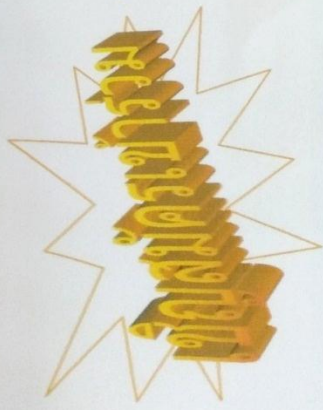
แนวทางการแก้ไข (ระบุ) .....

ลงชื่อ นายนิทัศน์ จตุรมนตรี ผู้รายงาน

( นายนิทัศน์ จตุรมนตรี )

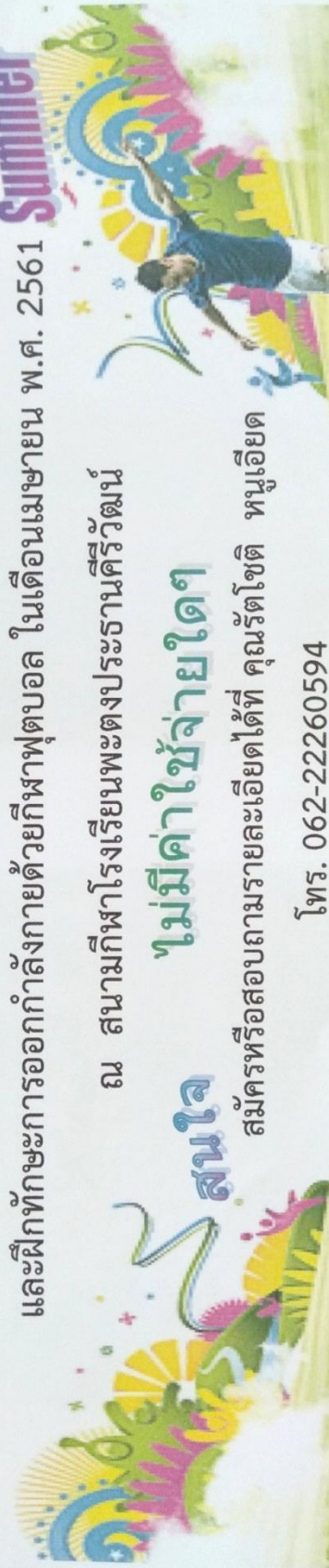
ตำแหน่ง ประธานกลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งสูง

วันที่-เดือน-พ.ศ. ๑๙.....กรกฎาคม.....๒๕๖๑.....



# โครงการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล ภาคฤดูร้อน ประจำปี 2561

สำหรับนักเรียนและเยาวชนที่มีอายุระหว่าง 11 - 16 ปี มีภูมิลำเนาหรือศึกษาอยู่ในเขตเทศบาลตำบลพะตง  
อบรมในวันที่ 31 มีนาคม พ.ศ. 2561 / ณ ห้องประชุมโรงเรียนพะตงประธานศิรวิวัฒน์



Summer

และฝึกทักษะการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล ในเดือนเมษายน พ.ศ. 2561

ไม่มีค่าใช้จ่ายใด ๆ

สนใจ

สมัครหรือสอบถามรายละเอียดได้ที่ คุณรัตโชติ หนูเอียด

โทร. 062-22260594

สนับสนุนโดย

กองทุนหลักประกันสุขภาพ  
เทศบาลตำบลพะตง

จัดโดย กลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง

โครงการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล ภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑  
วันเสาร์ ๓๑ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๑ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.  
ณ. ห้องประชุมโรงเรียนพะตงประธานคีรีวัฒน์ ต.พะตง อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา  
\*\*\*\*\*



ที่ พิเศษ/ ๒๕๖๑

กลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง  
ตำบลพะตง อำเภอหาดใหญ่  
จังหวัดสงขลา

๒๓ มีนาคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอเชิญเป็นวิทยากรฝึกทักษะฟุตบอล ภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑

เรียน คุณอนุสรณ์ กล่อมฉาย

ด้วย กลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง ได้จัดทำโครงการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล ภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑ โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนและเยาวชนได้ออกกำลังกาย เสริมสร้างสุขภาพ และสร้างความสมดุลแก่ร่างกาย ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรค และเพื่อให้นักเรียนและเยาวชนได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ห่างไกลยาเสพติด นั้น

ในการนี้ กลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์เป็นอย่างดี จึงขอเชิญท่านมาเป็นวิทยากรฝึกทักษะฟุตบอล ระหว่างวันที่ ๒ - ๓๐ เมษายน ๒๕๖๑ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๑.๐๐ น. (ตามกำหนดการ)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

อนุสรณ์ จตุรมนต์

(นายนิทัศน์ จตุรมนต์)

ประธานกลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง

ที่ พิเศษ/ ๒๕๖๑

กลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง  
ตำบลพะตง อำเภอหาดใหญ่  
จังหวัดสงขลา

๒๓ มีนาคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอเชิญเป็นวิทยากรฝึกทักษะฟุตบอล ภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑

เรียน คุณคุณโทส ๐๗๐๗

ด้วย กลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง ได้จัดทำโครงการออกกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล ภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑ โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนและเยาวชนได้ออกกำลังกาย เสริมสร้างสุขภาพ และสร้างความสมดุลง่ายกาย ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรค และเพื่อให้ให้นักเรียนและเยาวชนได้ใช้เวลาว่างให้ เกิดประโยชน์ ทางไกลยาเสพติด นั้น

ในการนี้ กลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์เป็นอย่างดี จึงขอเชิญท่านมาเป็นวิทยากรฝึกทักษะฟุตบอล ระหว่างวันที่ ๒ - ๓๐ เมษายน ๒๕๖๑ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๑.๐๐ น. (ตามกำหนดการ)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

นายนิทัศน์ จตุรมนตรี

(นายนิทัศน์ จตุรมนตรี)

ประธานกลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง



ที่ พิเศษ/ ๒๕๖๑

กลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง  
ตำบลพะตง อำเภอหาดใหญ่  
จังหวัดสงขลา

๒๓ มีนาคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอเชิญเป็นวิทยากรฝึกทักษะฟุตบอล ภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑

เรียน คุณกนก วจิตพรหม

ด้วย กลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง ได้จัดทำโครงการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล ภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑ โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อให้นักเรียนและเยาวชนได้ออกกำลังกาย เสริมสร้างสุขภาพ และสร้างความสมดุลแก่ร่างกาย ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรค และเพื่อให้นักเรียนและเยาวชนได้ใช้เวลาว่างให้ เกิดประโยชน์ ทางไกลยาเสพติด นั้น

ในการนี้ กลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์เป็นอย่างดี จึงขอเชิญท่านมาเป็นวิทยากรฝึกทักษะฟุตบอล ระหว่างวันที่ ๒ - ๓๐ เมษายน ๒๕๖๑ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๑.๐๐ น. (ตามกำหนดการ)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

นายนิทัศน์ จตุรมนตรี

(นายนิทัศน์ จตุรมนตรี)

ประธานกลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งลุง

## โครงการสอนฟุตบอลภาคฤดูร้อน ปีพ.ศ.๒๕๖๑

### เน้น ๖ หัวข้อหลัก

๑. การบริหารร่างกายทุกส่วน
๒. การเลี้ยงบอล
๓. การรับบอล
๔. การส่งบอล
๕. การยิงประตู
๖. การโหม่งบอล
๗. การพลิกบอล

การฝึกสมรรถภาพของร่างกาย โดยการบริหารร่างกาย วิ่งข้ามมาร์คเกอร์ซ้าย-ขวา การกระโดด เพื่อสร้างความแข็งแรง เพิ่มทักษะความเร็วและความคล่องตัว

### แบบการฝึกซ้อมประจำวัน

วัน/เดือน/ปี	หัวข้อการฝึกซ้อม (เวลา๐๘.๐๐-๑๑.๐๐น.)	สถานที่ฝึกซ้อม
๒/เม.ย./๖๑	ให้นำผู้ช่วยในการฝึกสอน - ให้นำหัวข้อการฝึกสอน - อบอุ่นร่างกาย - ฝึกให้คุ้นเคยกับฟุตบอล - สร้างกลุ่มและเล่นฟุตบอลด้วยกัน - คลายกล้ามเนื้อ	สนามฟุตบอล โรงเรียนพะตงประธานศิรีวัฒน์
๓/เม.ย./๖๑	- วิธีการยืดกล้ามเนื้อพร้อมอบอุ่นร่างกาย - การวิ่งเข้ากรวยและมาร์คเกอร์ - การเลี้ยงบอล ส่งบอล ด้วยฝ่าเท้าและหลังเท้า ด้านนอกและหลังเท้าด้านนอก - คลายกล้ามเนื้อด้วยวิธีการที่ถูกต้อง - ละลายพฤติกรรมผู้เข้าร่วมโครงการให้แนะนำชื่อ	-
๔/เม.ย./๖๑	- อบอุ่นร่างกาย/วอร์มอัพ - การส่งบอล ๑:๑ - เล่นลิงชิงบอล เข้าสู่โปรแกรมการสอน การพลิกบอล โหม่งบอล การรับบอล - คลายกล้ามเนื้อ	-

๕/เม.ย./๖๑	-อบอุ่นร่างกาย/วอร์มอัฟ -วิ่งสลับซ้าย-ขวากับมาร์คเกอร์ -เคลื่อนที่เป็นรูปสามเหลี่ยม -เข้าสู่โปรแกรมการฝึก การรับบอล การส่งบอล การโหม่งบอล -คลายกล้ามเนื้อ	-
๖/เม.ย./๖๑	-อบอุ่นร่างกาย/วอร์มอัฟ -การเล่นเบสิก กระโดดโหม่งบอล -เข้าสู่โปรแกรมการฝึก การรับบอล การส่งบอล การพลิกบอล -คลายกล้ามเนื้อ	-
๙/เม.ย./๖๑	-อบอุ่นร่างกาย/วอร์มอัฟ -การเล่นเบสิก -เข้าสู่โปรแกรมการฝึก การรับบอล การส่งบอล การโหม่งบอล ยิงประตู -คลายกล้ามเนื้อ	-
๑๐/เม.ย./๖๑	-อบอุ่นร่างกาย/วอร์มอัฟ -การวิ่งแบบสลับฟันปลา - เล่นลิ่งชิงบอล เข้าสู่โปรแกรมการสอน การรับบอล การส่งบอล -คลายกล้ามเนื้อ	-

๑๑/เม.ย./๖๑	-อบอุ้นร่างกาย/วอร์มอัพ -วิ่งสลับซ้าย-ขวา กระโดดโหม่งบอล -เล่นลิงชิงบอล -เข้าสู่โปรแกรมการฝึก การส่งบอล การโหม่งบอล -คลายกล้ามเนื้อ	-
๑๒/เม.ย./๖๑	-อบอุ้นร่างกาย/วอร์มอัพ -การเล่นเบสิค -เข้าสู่โปรแกรมการฝึก การรับบอล การส่งบอล การพลิกบอล -คลายกล้ามเนื้อ	-
๑๔/เม.ย./๖๑	-อบอุ้นร่างกาย/วอร์มอัพ -การเล่นเบสิค -เข้าสู่โปรแกรมการฝึก การรับบอล การส่งบอล -คลายกล้ามเนื้อ	-
๑๖/เม.ย./๖๑	-อบอุ้นร่างกาย/วอร์มอัพ - เล่นลิงชิงบอล เข้าสู่โปรแกรมการสอน การรับบอล การส่งบอล -คลายกล้ามเนื้อ	-

๑๗/เม.ย./๖๑	-อบอุ้นร่างกาย/วอร์มอัพ -วิ่งเข้า-ออกกับมาร์คเกอร์ -เคลื่อนที่เป็นรูปสามเหลี่ยม -เข้าสู่โปรแกรมการฝึก การส่งบอล การโหม่งบอล -คลายกล้ามเนื้อ	-
๑๘/เม.ย./๖๑	-อบอุ้นร่างกาย/วอร์มอัพ -การเล่นเบสิก -เข้าสู่โปรแกรมการฝึก การรับบอล การส่งบอล การพลิกบอล -คลายกล้ามเนื้อ	-
๑๙/เม.ย./๖๑	-อบอุ้นร่างกาย/วอร์มอัพ -วิ่งเข้า-ออกกับมาร์คเกอร์ -เข้าสู่โปรแกรมการฝึก การรับบอล การส่งบอล ยิงประตู -คลายกล้ามเนื้อ	-
๒๒/เม.ย./๖๑	-อบอุ้นร่างกาย/วอร์มอัพ -การวิ่งกระโดดโหม่งบอล - เล่นลิ่งชิงบอล เข้าสู่โปรแกรมการสอน การรับบอล การส่งบอล -คลายกล้ามเนื้อ	-

๒๓/เม.ย./๖๑	-อบอุ่นร่างกาย/วอร์มอัฟ -วิ่งสลับซ้าย-ขวากับมาร์คเกอร์ -เคลื่อนที่เป็นรูปสามเหลี่ยม -เข้าสู่โปรแกรมการฝึก การรับบอล การส่งบอล การโหม่งบอล แบ่งทีมแข่งบอล ๑๑ คน -คลายกล้ามเนื้อ	-
๒๔/เม.ย./๖๑	-อบอุ่นร่างกาย/วอร์มอัฟ -การเล่นเบสิก -เข้าสู่โปรแกรมการฝึก การรับบอล การส่งบอล การพลิกบอล -คลายกล้ามเนื้อ	-
๒๕/เม.ย./๖๑	-อบอุ่นร่างกาย/วอร์มอัฟ -เข้าสู่โปรแกรมการฝึก การรับบอล การส่งบอล การโหม่งบอล แบ่งทีมแข่งบอล ๑๑ คน -คลายกล้ามเนื้อ	-
๒๖/เม.ย./๖๑	-อบอุ่นร่างกาย/วอร์มอัฟ -การวิ่งแบบสลับฟันปลา - เล่นลิ่งชิงบอล เข้าสู่โปรแกรมการสอน การรับบอล การส่งบอล -แบ่งทีมแข่งบอล ๑๑ คน -คลายกล้ามเนื้อ	-

วันปิดโครงการ (เวลา ๑๔.๐๐น. - ๑๗.๓๐น.) พร้อมมอบวุฒิบัตรผู้เข้าร่วมโครงการ

๓๐/เม.ย./๖๑	-อบอุ่นร่างกาย/วอร์มอัฟ -ทดสอบผู้เข้าร่วมโครงการ ๑. การเลี้ยงบอล ๒. การรับบอล ๓. การส่งบอล ๔. การยิงประตู ๕. การโหม่งบอล ๖. การพลิกบอล	
-------------	---	--

	-แบ่งทีมแข่งบอล ๑๑ คน -คลายกล้ามเนื้อ พร้อมรับอุบัติเหตุ	
--	--	--

โครงการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล ภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑  
วันเสาร์ ๓๑ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๑ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.  
ณ. ห้องประชุมโรงเรียนพะตงประธานคีรีวัฒน์ ต.พะตง อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา  
\*\*\*\*\*





โครงการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล ภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑  
วันเสาร์ ๓๑ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๑ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.  
ณ. ห้องประชุมโรงเรียนพะตงประธานศิริวัฒน์ ต.พะตง อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา  
\*\*\*\*\*



โครงการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล ภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑  
วันเสาร์ ๓๑ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๑ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.  
ณ. ห้องประชุมโรงเรียนพะตงประธานศิรีวัฒน์ ต.พะตง อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา  
\*\*\*\*\*



โครงการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล ภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑  
วันเสาร์ ๓๑ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๑ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.  
ณ. ห้องประชุมโรงเรียนพะตงประธานศิริวัฒน์ ต.พะตง อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา  
\*\*\*\*\*



โครงการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล ภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑

ระหว่างวันที่ ๒ - ๓๐ เมษายน ๒๕๖๑

ณ. โรงเรียนพะตงประธานศรีวิวัฒน์ ต.พะตง อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา

\*\*\*\*\*



โครงการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล ภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑  
ระหว่างวันที่ ๒ - ๓๐ เมษายน ๒๕๖๑  
ณ. โรงเรียนพะตงประธานศิรีวัฒน์ ต.พะตง อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา  
\*\*\*\*\*















นางสาวพัชรี งาม นพ. ๐๐๑  
 16.7.10 ถนน 37 ร.2  
 ต.พ.มว อ.พนาสัย  
 จ.ขอนแก่น.

บิลเงินสด  
 CASH SALES

เล่มที่ 01  
 Book No.  
 เลขที่ 01  
 Bill No.

วันที่ 31 ส.ค. 61  
 Date

นามลูกค้า Name  
 ที่อยู่ Address  
 ทะเบียนการค้า Commercial Registration

จำนวน Quantity	รายการ Particulars	หน่วย Unit	จำนวนเงิน Amount	
			บาท Baht	สต. สต. Sec.
60	ข้าวเหนียว	กิโลกรัม	4500.	-

รวมเงิน Total 4500.-

ผู้รับเงิน Received By  
 นางสาวพัชรี งาม นพ. ๐๐๑







6221 วิกิพีเดีย  
086-9557148

บิลเงินสด  
CASH SALES

เล่มที่ 01  
Book No.  
เลขที่ 22  
Bill No.

วันที่ 2-28/02/61  
Date

ชื่อบริษัท กิจการวิกิพีเดียไทย  
Name  
ที่อยู่  
Address

เลขที่จดทะเบียนการค้า  
Commercial Registration

จำนวน Quantity	รายละเอียด Particulars	หน่วย Unit	จำนวนเงิน Amount	
			บาท Baht	สตางค์ Stg.
11	วิกิพีเดีย	50	2050	-
27	วิกิพีเดีย 20%	12	321	-
รวมเงิน Total			2371	-

ผู้รับเงิน  
Received By