



สรุปผลการดำเนินงาน
โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ
เรื่อง ราชภัฏสุขภาพดีทุกวันพฤหัสบดี
ระหว่างวันที่ 12 ก.พ. – 26 มี.ค. 2558
ณ บริเวณโรงยิมฯและลานออกกำลังกาย ม.ราชภัฏสงขลา



หน่วยส่งเสริมกีฬาและนันทนาการ
กองพัฒนานักศึกษา
มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

คำนำ

รายงานสรุปผลการดำเนินงานโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ราชภัฏสุขภาพดีมีทุกวัน พฤษหัสดี จัดทำขึ้นเพื่อรายงานผลการดำเนินงานโครงการฯ เมื่อวันที่ 12 กุมภาพันธ์ - 26 มีนาคม 2558 ณ บริเวณโรงยิมฯและลานออกกำลังกาย มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ซึ่งมีผู้เข้าร่วมโครงการฯ นักศึกษา และบุคลากรในมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา จำนวน 100 คน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาและบุคลากร มีทักษะในการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาอย่างถูกต้อง และส่งเสริมการใช้กิจกรรมนันทนาการ ด้านการออกกำลังกายให้เกิดประโยชน์

อีกทั้งในการจัดทำรายงานเล่มนี้เพื่อเป็นหลักฐานในการประกอบการดำเนินงานโครงการฯ ของหน่วยส่งเสริมกีฬาและนันทนาการ กองพัฒนานักศึกษา ตลอดจนการนำข้อเสนอแนะ ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงานโครงการฯ ไปปรับปรุงพัฒนาการดำเนินงานในอนาคตให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น และผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่ารายงานสรุปผลการดำเนินงานโครงการฯ เล่มนี้จะเป็นประโยชน์แก่ผู้อ่านในโอกาสต่อไป

หน่วยส่งเสริมกีฬาและนันทนาการ กองพัฒนานักศึกษา
มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา
ผู้จัดทำ

สารบัญ

| เรื่อง | หน้า |
|---|------|
| คำนำ | |
| สารบัญ | |
| รายงานสรุปโครงการ | 2 |
| รายชื่อผู้เข้าร่วมโครงการ | 4 |
| สรุปผลการประเมินโครงการ | 10 |
| โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ราชภัฏสุขภาพดีทุกวันพฤหัสบดี | 13 |
| คำสั่งมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา | 17 |
| กำหนดการอบรม | 20 |
| ภาคผนวก | |
| ภาพกิจกรรม | |

รายงานสรุปโครงการ

1. โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ราชภัฏสุขภาพดีทุกวันพฤหัสบดี

2. หน่วยงานที่รับผิดชอบ กองพัฒนานักศึกษา

3. ผู้รับผิดชอบโครงการ ว่าที่ ร.ต.สุภาศ โปเกลี้ยง

4. หลักการและเหตุผล

ด้วยงานกีฬาและนันทนาการ กองพัฒนานักศึกษา มีหน้าที่ส่งเสริม ดูแล และรับผิดชอบงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรมของนักศึกษา และบุคลากรในมหาวิทยาลัย รวมไปถึงการให้บริการด้านการกีฬาของมหาวิทยาลัย และหน่วยส่งเสริมกีฬาและนันทนาการกองพัฒนานักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ได้ตระหนักถึงความสำคัญในเรื่องกีฬาทุกประเภท กองพัฒนานักศึกษาจึงได้จัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ราชภัฏสุขภาพดีทุกวันพฤหัสบดี เพื่อเพิ่มความรู้และทักษะให้กับนักศึกษา และบุคลากรในมหาวิทยาลัย

5. วัตถุประสงค์

- 1 เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาและบุคลากรมีทักษะในการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาอย่างถูกต้อง
- 2 ส่งเสริมการใช้กิจกรรมนันทนาการ ด้านการออกกำลังกายให้เกิดประโยชน์

6. วิธีดำเนินงาน

1. ประชุมขั้นตอนการดำเนินงาน
2. เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติ
3. ติดต่อประสานงานผู้ที่เกี่ยวข้อง
4. ดำเนินการตามโครงการ
5. สรุปโครงการ

7. ระยะเวลาที่ดำเนินการ

เดือน กุมภาพันธ์ และมีนาคม 2558

8. กำหนดการจัดโครงการ

- จัดโครงการอบรม วันที่ 12 กุมภาพันธ์ - 26 มีนาคม 2558 ณ บริเวณโรงยิมฯและลานออกกำลังกาย มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

9. งบประมาณ

| ประเภท/ หมวดเงิน | งบประมาณที่ขอตั้ง | | | | รายจ่ายจริง | | | |
|---------------------|-------------------|---------------|------------------------|-------|----------------|---------------|------------------------|-------|
| | งบฯ รายจ่าย | งบฯ รายได้ | งบอื่นๆ (ลงทะเบียน) | รวม | งบฯ รายจ่าย | งบฯ รายได้ | งบอื่นๆ (ลงทะเบียน) | รวม |
| ค่าตอบแทน | - | 3,600 | - | 3,600 | - | 3,600 | - | 3,600 |
| ค่าใช้สอย | - | - | - | - | - | - | - | - |
| ค่าวัสดุ | - | 3,600 | - | 3,600 | - | 3,600 | - | 3,600 |
| อื่นๆ | - | - | - | - | - | - | - | - |
| รวม | - | 7,200 | - | 7,200 | - | 7,200 | - | 7,200 |
| รวมทั้งสิ้น | - | 7,200 | - | 7,200 | - | 7,200 | - | 7,200 |

10. ตัวชี้วัด

| ผลผลิต | แผน | ผล | หมายเหตุ |
|------------|--|---|------------------------------|
| เชิงปริมาณ | 100 | 120 | ผู้เข้าร่วมอบรม จำนวน 120 คน |
| เชิงคุณภาพ | บุคลากร นักศึกษา ได้รับความรู้เกี่ยวกับ ทักษะการเล่นกีฬาและ การรักษาสุขภาพ และการออกกำลังกาย ที่ถูกต้อง | บุคลากร นักศึกษาได้รับ ความรู้เกี่ยวกับทักษะ การเล่นกีฬาและการ รักษาสุขภาพ และการ ออกกำลังกายที่ถูกต้อง | |

สรุปผลการประเมินโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ราชภัฏสุขภาพดีทุกวันพฤหัสบดี
ระหว่างวันที่ 12 กุมภาพันธ์ - วันที่ 26 มีนาคม 2558
ณ บริเวณโรงยิมและลานออกกำลังกาย มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

หน่วยส่งเสริมกีฬาและนันทนาการ กองพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ได้ประเมินผล การเข้าร่วมโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ราชภัฏสุขภาพดีทุกวันพฤหัสบดี จำนวน 200 คน โดยมี วัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาและบุคลากรมีทักษะในการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาอย่างถูกต้อง และส่งเสริมการใช้กิจกรรมนันทนาการ ด้านการออกกำลังกายให้เกิดประโยชน์โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริม ให้นักศึกษาและบุคลากรมีทักษะในการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาอย่างถูกต้อง และส่งเสริมการใช้กิจกรรม นันทนาการ ด้านการออกกำลังกาย โดยใช้แบบสอบถามความพึงพอใจในการเข้าร่วมโครงการฯ ของผู้เข้าร่วม โครงการ สรุปได้ดังนี้

◀ เครื่องมือสำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการประเมินครั้งนี้ ผู้ประเมินใช้เป็นแบบสอบถาม (Questionnaires) 3 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบประเมิน เป็นคำถามปลายปิดในรูปแบบการตรวจรายการ (Check list)

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นต่อการจัดกิจกรรม ซึ่งเป็นคำถามปลายเปิด มีลักษณะเป็น มาตรฐานส่วน ประเมินค่า (Rating scale) 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

คำตอบในแบบสอบถาม ซึ่งเป็นแบบสอบถามมาตรฐานส่วนประเมินค่า (Rating scale) ให้คะแนนเป็น ดังนี้

| | | | |
|------------|-----|---|-------|
| มากที่สุด | ให้ | 5 | คะแนน |
| มาก | ให้ | 4 | คะแนน |
| ปานกลาง | ให้ | 3 | คะแนน |
| น้อย | ให้ | 2 | คะแนน |
| น้อยที่สุด | ให้ | 1 | คะแนน |

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะ

◀ การวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากรวบรวมข้อมูลได้เรียบร้อยแล้ว ผู้ประเมินนำแบบสอบถามมาตรวจสอบความสมบูรณ์และลง รหัส (Code) แล้วทำการคำนวณด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/FW (Statistical Product and Service Solutions) for Windows Versions 11.5 ซึ่งทำการวิเคราะห์ข้อมูล โดยหาค่าสถิติ ดังนี้

- ค่าความถี่และร้อยละ
- หาค่าเฉลี่ย (Mean

เกณฑ์การให้คะแนนวัดระดับความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม โดยแบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ มาก ปานกลาง และน้อย โดยกำหนดคะแนนซึ่งอิงกลุ่มจากคะแนนเฉลี่ยของคำตอบทั้งหมด ดังนี้

$$\frac{\text{คะแนนเฉลี่ยสูงสุด} - \text{คะแนนเฉลี่ยต่ำสุด}}{\text{จำนวนกลุ่ม}} = \frac{5 - 1}{3} = 1.33$$

เกณฑ์การให้คะแนนวัดระดับความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งได้กำหนดเกณฑ์การประเมิน โดยแบ่งเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้

| ช่วงค่าเฉลี่ย | ระดับของความพึงพอใจ |
|---------------|---------------------|
| 3.68 – 5.00 | มาก |
| 2.34 – 3.67 | ปานกลาง |
| 1.00 – 2.33 | น้อย |

◀ ผลการประเมิน

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบประเมิน

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนผู้ตอบแบบประเมินและค่าร้อยละจำนวนตามตัวแปรเพศ หน้าที่ และประเภทกีฬา

| ตัวแปร | จำนวน (คน) | ร้อยละ |
|--------------------------------------|------------|---------------|
| เพศ | | |
| 1. ชาย | 87 | 72.50 |
| 2. หญิง | 33 | 27.50 |
| รวม | 120 | 100.00 |
| หน้าที่ | | |
| 1. ผู้เข้าร่วมโครงการ | 120 | 100 |
| รวม | 120 | 100.00 |
| ผู้เข้าอบรม | | |
| 1. ราชภัฏสุภาพดีทุกวัน พลุห้สบัติ | 120 | 100 |
| รวม | 120 | 100.00 |

จากตารางที่ 1 แสดงจำนวนผู้ตอบแบบประเมินและค่าร้อยละจำนวนตามตัวแปรเพศ พบว่ามีผู้เข้าร่วมโครงการตอบแบบประเมินทั้งสิ้น 120 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 72.50 และรองลงมาคือ เพศหญิง จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 27.50 ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาผู้เข้าร่วมอบรมของมหาวิทยาลัย จำนวน 120 คน คิดเป็นร้อยละ 100

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นต่อการจัดกิจกรรม

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ค่าร้อยละ ความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรม

(N = 120)

| ลำดับ | รายการประเมิน | \bar{X} | ร้อยละ | ระดับความพอใจ |
|-------|---|-----------|--------|---------------|
| 1. | สถานที่มีความเหมาะสม | 4.69 | 93.8 | มาก |
| 2. | ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม | 4.52 | 90.4 | มาก |
| 3. | ประโยชน์ที่ได้รับจากโครงการนี้ | 4.69 | 93.8 | มาก |
| 4. | การถ่ายทอดความรู้ของวิทยากรมีความชัดเจน | 4.55 | 91.0 | มาก |
| 5. | ความพร้อมของอุปกรณ์ในการอบรม | 4.48 | 89.6 | มาก |
| 6. | การตอบข้อซักถามในการอบรม | 4.46 | 89.2 | มาก |
| 7. | ความพร้อมในการจัดกิจกรรม | 4.48 | 89.6 | มาก |
| 8. | การประชาสัมพันธ์มีความทั่วถึง | 4.41 | 88.2 | มาก |
| | รวม | 4.50 | 90.0 | มาก |

จากตารางที่ 2 ความคิดเห็นจากการจัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ฝึกประสบการณ์และเสริมทักษะให้แก่นักศึกษา บาสเกตบอล วอลเลย์บอล กรีฑา และฟุตบอล พบว่า

โดยส่วนใหญ่ผู้เข้าร่วมโครงการประเมินอยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 4.50 คิดเป็นร้อยละ 90.0 สรุปได้ว่า ในส่วนของการประเมินด้านสถานที่มีความเหมาะสม และด้านประโยชน์ที่ได้รับจากโครงการนี้อยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 4.69 คิดเป็นร้อยละ 93.8 รองลงมา คือ ด้านการถ่ายทอดความรู้ของวิทยากรมีความชัดเจน ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 4.55 คิดเป็นร้อยละ 91.0 ด้านความพร้อมของอุปกรณ์ในการอบรม และความพร้อมในการจัดกิจกรรม ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 4.48 คิดเป็นร้อยละ 89.6 ด้านการตอบข้อซักถามในการอบรม ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 4.46 คิดเป็นร้อยละ 89.2 และด้านการประชาสัมพันธ์มีความทั่วถึง ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 4.41 คิดเป็นร้อยละ 88.2 อยู่ในระดับมาก ตามลำดับ

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะ

ชื่อโครงการ/กิจกรรม

โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ราชภัฏสุภาพดีทุกวันพฤหัสบดี

แผนงาน

สร้างและกระจายโอกาสทางการศึกษาให้ทั่วถึงและเป็นธรรม

ผลผลิตที่

๓ สนับสนุนการจัดการเรียนการสอน

ลักษณะโครงการ/กิจกรรม

โครงการ/กิจกรรมใหม่

โครงการ/กิจกรรมต่อเนื่อง

๑. ข้อมูลพื้นฐานของโครงการ

๑.๑ ประเภทโครงการ

ผลิตบัณฑิต

พัฒนาคุณภาพนักศึกษา

พัฒนาการเรียนการสอน

พัฒนาบุคลากร

บริการวิชาการแก่ชุมชน

ทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม

วิจัย

โครงการอื่นๆ (ระบุ).....สนับสนุนการเรียนการสอน.....

๑.๒ ความสัมพันธ์การบูรณาการโครงการกับการเรียนการสอน และ/หรือการบริการวิชาการ และ/หรือการทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม และ/หรือการวิจัย

- หลักสูตร/รายวิชา

- องค์ความรู้ในเรื่อง

- การวิจัย เรื่อง

๑.๓ ความร่วมมือกับหน่วยงานอื่น

หน่วยงานภายใน

๑. คณะวิทยาศาสตร์ฯ

๕. คณะศิลปกรรมศาสตร์

๒. คณะมนุษยศาสตร์ฯ

๖. คณะวิทยาการจัดการ

๓. คณะเทคโนโลยีการเกษตร

๗. คณะครุศาสตร์

๔. คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม

๘. สำนักส่งเสริมวิชาและงานทะเบียน

หน่วยงานภายนอก

๑.๔ ความสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ของมหาวิทยาลัยกับหน่วยงาน

| ระดับ | ประเภท | ข้อที่ | เรื่อง |
|------------------------|------------|--------|--|
| มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา | ยุทธศาสตร์ | ๑ | ผลิตบัณฑิตที่มีคุณภาพเป็นที่ต้องการของตลาดแรงงาน |
| | ผลผลิต | ๓ | สนับสนุนการเรียนการสอน |
| | มาตรการ | ๗ | สร้างจุดเด่นให้นักศึกษาตามอัตลักษณ์ของผู้เรียน |
| หน่วยงาน | ยุทธศาสตร์ | ๒ | การส่งเสริม สนับสนุนด้านกีฬาและนันทนาการ |
| | กลยุทธ์ | ๑ | ส่งเสริมสนับสนุนการจัดกิจกรรมที่หลากหลาย เพื่อพัฒนานักศึกษาให้เป็นที่ไปตามคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ และสอดคล้องกับอัตลักษณ์ของมหาวิทยาลัย |

๑.๕ ความสอดคล้องกับระบบประกันคุณภาพ

| ระบบ | ประเภท | ข้อที่ | เรื่อง |
|--|--------------------|---|---------------------------------------|
| ระบบการประกันคุณภาพการศึกษาภายในของสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (สกอ.) | องค์ประกอบ | ๓ | กิจกรรมการพัฒนานักศึกษา |
| | ตัวบ่งชี้ | ๓.๒ | ระบบและกลไกการส่งเสริมกิจกรรมนักศึกษา |
| | เป้าหมายที่คาดหวัง | มีการดำเนินการ ๕ ข้อ ได้ ๔ คะแนน ดังนี้ | |

| ระบบ | ประเภท | ข้อที่ | เรื่อง |
|--|--|-------------|---|
| | | ๑. | สถาบันจัดทำแผนการจัดกิจกรรมพัฒนานักศึกษาที่ส่งเสริมการเรียนรู้ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาแห่งชาติทุกด้าน |
| | | ๓. | มีการส่งเสริมให้นักศึกษานำความรู้ด้านการประกันคุณภาพไปใช้ในการจัดกิจกรรมที่ดำเนินการโดยนักศึกษาอย่างน้อย ๕ ประเภท สำหรับระดับปริญญาตรี และอย่างน้อย ๒ ประเภทสำหรับระดับบัณฑิตศึกษา จากกิจกรรมต่อไปนี้ - กิจกรรมกีฬาหรือการส่งเสริมสุขภาพ |
| | | ๔. | มีการสนับสนุนให้นักศึกษาสร้างเครือข่ายพัฒนาคุณภาพภายในสถาบันและระหว่างสถาบัน และมีกิจกรรมร่วมกัน |
| | | ๕. | มีการประเมินความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ของแผนการจัดกิจกรรมพัฒนานักศึกษา |
| | | ๖. | มีการนำผลการประเมินไปปรับปรุงแผนหรือปรับปรุงการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนานักศึกษา |
| ระบบการประกันคุณภาพการศึกษา ภายนอกของสำนักงานรับรอง มาตรฐานและประเมินคุณภาพ การศึกษา (สมศ.) | มาตรฐาน ตัวบ่งชี้ เป้าหมายที่คาดหวัง | - - - | - - - |
| ระบบการประเมินผลตามคำรับรอง การปฏิบัติราชการของสำนักงาน คณะกรรมการพัฒนาระบบราชการ (กพร.) | มิติ ตัวชี้วัด เป้าหมายที่คาดหวัง | - - - | - - - |

๒. หลักการและเหตุผล

ด้วยหน่วยส่งเสริมกีฬาและนันทนาการ กองพัฒนานักศึกษา มีหน้าที่ส่งเสริม ดูแล และรับผิดชอบงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรมของนักศึกษา และบุคลากรของมหาวิทยาลัยรวมถึงการให้บริการด้านการกีฬาของมหาวิทยาลัย และด้วยหน่วยส่งเสริมกีฬาและนันทนาการ กองพัฒนานักศึกษา ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการออกกำลังกายทุกประเภท กองพัฒนานักศึกษาได้จัดทำโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ราชภัฏสุขภาพดีทุกวันพลัสบดี เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาและบุคลากรมีทักษะในการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาอย่างถูกต้อง และส่งเสริมให้มีการใช้กิจกรรมนันทนาการ ด้วยการออกกำลังกายให้เกิดประโยชน์อีกด้วย

๓. วัตถุประสงค์

- ๓.๑ เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาและบุคลากรมีทักษะในการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาอย่างถูกต้อง
- ๓.๒ ส่งเสริมการใช้กิจกรรมนันทนาการ ด้านการออกกำลังกายให้เกิดประโยชน์

๔. กลุ่มเป้าหมายผู้เข้าร่วมโครงการ

- มีบุคลากร และนักศึกษา ของมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา เข้าร่วมโครงการ จำนวน ๑๐๐ คน

๕. ตัวชี้วัด/ค่าเป้าหมาย (กรณีอบรม , สัมมนา)

- ๕.๑ ตัวชี้วัดเชิงปริมาณ : มีผู้เข้าร่วมโครงการไม่น้อยกว่า ร้อยละ ๙๐
- ๕.๒ ตัวชี้วัดเชิงคุณภาพ : ๕.๒.๑ ผู้เข้าร่วมโครงการได้รับความรู้ ความเข้าใจในเนื้อหากิจกรรม หรือหัวข้อที่จัดโครงการ ไม่น้อยกว่า ค่าเฉลี่ย ๓.๕๑
- ๕.๒.๒ ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อการจัดโครงการ ไม่น้อยกว่า ค่าเฉลี่ย ๓.๕๑
- ๕.๒.๓ ผู้เข้าร่วมโครงการ คาดว่าจะสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ ประโยชน์ได้ ไม่น้อยกว่า ค่าเฉลี่ย ๓.๕๑
- ๕.๓ ตัวชี้วัดเชิงเวลา : สามารถจัดกิจกรรมตามที่กำหนดในโครงการได้เสร็จสิ้นตาม ระยะเวลาที่กำหนด

๖. วัน เวลา สถานที่ และระยะเวลาในการดำเนินงาน

ณ บริเวณโรงยิมฯ และลานออกกำลังกาย มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา โดยมีแผนการดำเนินงาน ดังนี้

| ชั้นที่ | กิจกรรม / งาน | ระยะเวลาในการดำเนินงาน (ปีงบประมาณ ๒๕๕๗) | | | | | | | | | | | | |
|---------|---|--|------|------|------|------|-------|-------|------|-------|------|------|------|--|
| | | ๒๕๕๗ | | | ๒๕๕๘ | | | | | | | | | |
| | | ต.ค. | พ.ย. | ธ.ค. | ม.ค. | ก.พ. | มี.ค. | เม.ย. | พ.ค. | มิ.ย. | ก.ค. | ส.ค. | ก.ย. | |
| ๑. | ประชุมขั้นตอนการดำเนินงาน | | | | ✓ | | | | | | | | | |
| ๒. | เสนอโครงการอนุมัติ | | | | | ✓ | | | | | | | | |
| ๓. | ติดต่อประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง | | | | ✓ | | | | | | | | | |
| ๔. | ดำเนินกิจกรรมตามขั้นตอน | | | | | ✓ | ✓ | | | | | | | |
| ๕. | สรุปโครงการ/ประเมินผล | | | | | | | ✓ | | | | | | |

๗. วิทยากร (กรณีอบรม , สัมมนา) จำนวน ๑ คน ภายใน ภายนอก

- ๗.๑ นายฐาปนวัฒน์ สุขपालะ สังกัดหน่วยงาน โปรแกรมวิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์

๘. คุณสมบัติผู้เข้าร่วมโครงการ (กรณีอบรม , สัมมนา)

- บุคลากร นักศึกษาของมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

๙. วิธีการจัดโครงการ (บรรยาย , สัมมนา, ประชุม)

- บรรยาย จำนวน ๑ ชม. รวม ๖ วัน
- ประชุมปฏิบัติการ (Workshop) จำนวน ๒.๓๐ ชม. รวม ๖ วัน

๑๐. ค่าใช้จ่ายในการจัดโครงการ รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๗,๒๐๐ บาท (เจ็ดพันสองร้อยบาทถ้วน)

- งบประมาณอุดหนุน

- ค่าตอบแทน เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท

- ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน ๑ คนๆ ละ ๓๐๐ บาท ๖ วันๆ ละ ๒ ชม.
จำนวน ๓,๖๐๐ บาท

- ค่าวัสดุ เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท

- ค่าป้ายประชาสัมพันธ์ ขนาด ๒.๓ x ๔.๗ จำนวน ๑ ผืน ราคา ๑,๘๐๐ บาท
- ค่าป้ายประชาสัมพันธ์ ขนาด ๑.๒ x ๒.๔ จำนวน ๑ ผืน ราคา ๖๐๐ บาท
- ค่าไม้เทเบิลเทนนิส จำนวน ๒ คู่ๆ ๒๐๐ บาท เป็นเงิน ๔๐๐ บาท
- ค่าไม้แบดมินตัน จำนวน ๒ คู่ๆ ๓๐๐ บาท เป็นเงิน ๖๐๐ บาท
- ค่าลูกแบดมินตัน ๑ หลอด ราคา ๑๐๐ บาท
- ค่าลูกเทเบิลเทนนิส ๑ กล้อง ราคา ๑๐๐ บาท

หลักสูตรและหัวข้อในการฝึกอบรม (กรณี , อบรม , สัมมนา)

- กิจกรรมบรรยายทักษะการเล่นกีฬาและการรักษาสุขภาพ และการออกกำลังกายที่ถูกต้อง
- ฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายที่ถูกต้อง

๑๑. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

บุคลากร นักศึกษาได้รับความรู้เกี่ยวกับทักษะการเล่นกีฬาและการรักษาสุขภาพ และการออกกำลังกายที่ถูกต้อง

๑๒. การประเมินโครงการ

จากแบบสอบถาม

๑๓. หน่วยงาน / ผู้รับผิดชอบโครงการ

กองพัฒนานักศึกษา / ว่าที่ร้อยตรีสุภาศ โปเกลี้ยง

ว่าที่ ร.ต.

(สุภาศ โปเกลี้ยง)

นักวิชาการศึกษา

เจ้าหน้าที่งานกีฬา และนันทนาการ

กองพัฒนานักศึกษา

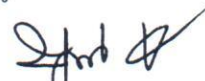
ผู้เสนอโครงการ



(นางสาวรุ่งรังสิมา สัตยาไชย)

ผู้อำนวยการกองพัฒนานักศึกษา

ผู้เห็นชอบโครงการ



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.บุญอริ ยีหมะ)

รองอธิการบดี ปฏิบัติราชการแทน

อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

ผู้อนุมัติโครงการ

กำหนดการโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ราชภัฏสุขภาพดีมีทุกวันพฤษภาคม
ระหว่างวันที่ ๑๒ กุมภาพันธ์ - ๒๖ มีนาคม ๒๕๕๘
ณ บริเวณโรงยิมและลานออกกำลังกาย มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

วันที่ ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๘

๑๕.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.

- ลงทะเบียน นักศึกษาและผู้สนใจออกกำลังกายตามพื้นที่ที่จัดให้โดยไม่คิดค่าใช้จ่าย

๑๖.๓๐ - ๑๗.๓๐ น.

- บรรยายเรื่อง การออกกำลังกายเบื้องต้น โดยอาจารย์ธัญปณวัฒน์ สุขपालะ

๑๗.๓๐ - ๒๐.๐๐ น.

- ฝึกปฏิบัติกิจกรรมการออกกำลังกาย โดยอาจารย์ธัญปณวัฒน์ สุขपालะ

วันที่ ๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๘

๑๕.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.

- ลงทะเบียน นักศึกษาและผู้สนใจออกกำลังกายตามพื้นที่ที่จัดให้โดยไม่คิดค่าใช้จ่าย

๑๖.๓๐ - ๑๗.๓๐ น.

- บรรยายเรื่อง กิจกรรมการออกกำลังกายแบบแอโรบิค โดยอาจารย์ธัญปณวัฒน์ สุขपालะ

๑๗.๓๐ - ๒๐.๐๐ น.

- ฝึกปฏิบัติกิจกรรมการออกกำลังกาย โดยอาจารย์ธัญปณวัฒน์ สุขपालะ

วันที่ ๒๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๘

๑๕.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.

- ลงทะเบียน นักศึกษาและผู้สนใจออกกำลังกายตามพื้นที่ที่จัดให้โดยไม่คิดค่าใช้จ่าย

๑๖.๓๐ - ๑๗.๓๐ น.

- บรรยายเรื่อง กิจกรรมการออกกำลังกายโดยใช้แรงต้าน โดยอาจารย์ธัญปณวัฒน์ สุขपालะ

๑๗.๓๐ - ๒๐.๐๐ น.

- ฝึกปฏิบัติกิจกรรมการออกกำลังกาย โดยอาจารย์ธัญปณวัฒน์ สุขपालะ

วันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๕๘

๑๕.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.

- ลงทะเบียน นักศึกษาและผู้สนใจออกกำลังกายตามพื้นที่ที่จัดให้โดยไม่คิดค่าใช้จ่าย

๑๖.๓๐ - ๑๗.๓๐ น.

- บรรยายเรื่อง โภชนาการกับการออกกำลังกาย โดยอาจารย์ธัญปณวัฒน์ สุขपालะ

๑๗.๓๐ - ๒๐.๐๐ น.

- ฝึกปฏิบัติกิจกรรมการออกกำลังกาย โดยอาจารย์ธัญปณวัฒน์ สุขपालะ

วันที่ ๑๙ มีนาคม ๒๕๕๘

๑๕.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.

- ลงทะเบียน นักศึกษาและผู้สนใจออกกำลังกายตามพื้นที่ที่จัดให้โดยไม่คิดค่าใช้จ่าย

๑๖.๓๐ - ๑๗.๓๐ น.

- บรรยายเรื่อง การป้องกันการบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย โดยอาจารย์ธัญปณวัฒน์ สุขपालะ

๑๗.๓๐ - ๒๐.๐๐ น.

- ฝึกปฏิบัติกิจกรรมการออกกำลังกาย โดยอาจารย์ธัญปณวัฒน์ สุขपालะ

วันที่ ๒๖ มีนาคม ๒๕๕๘

๑๕.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.

๑๖.๓๐ - ๑๗.๓๐ น.

๑๗.๓๐ - ๒๐.๐๐ น.

- ลงทะเบียน นักศึกษาและผู้สนใจออกกำลังกายตามพื้นที่ที่จัดให้โดยไม่คิดค่าใช้จ่าย
- บรรยายเรื่อง การออกกำลังกายเพื่อควบคุมน้ำหนัก โดยอาจารย์ธรรมาปวัฒน์ สุขपालะ
- ฝึกปฏิบัติกิจกรรมการออกกำลังกาย โดยอาจารย์ธรรมาปวัฒน์ สุขपालะ



คำสั่งมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

ที่ ๔๗๗ / ๒๕๕๘

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงาน โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ราชภัฏสุขภาพดีทุกวันพฤหัสบดี

ด้วยกองพัฒนานักศึกษา ได้กำหนดจัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ราชภัฏสุขภาพดีทุกวันพฤหัสบดี ระหว่างวันที่ ๑๒ กุมภาพันธ์ - ๒๖ มีนาคม ๒๕๕๘ ณ บริเวณโรงยิมฯ และลานออกกำลังกาย มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาและบุคลากรมีทักษะในการออกกำลังกาย เล่นกีฬาอย่างถูกต้อง และส่งเสริมให้มีการใช้กิจกรรมนันทนาการ ด้วยการออกกำลังกายให้เกิดประโยชน์

เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา จึงแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินโครงการ ดังนี้

๑. กรรมการดำเนินงาน

| | | | |
|------|--------------------|-------------|---------------------|
| ๑.๑ | ผศ.ดร.บุษมอริ | ยี่หมะ | ประธานกรรมการ |
| ๑.๒ | นางสาวรุ่งรังสีมา | สัตยาไชย | กรรมการ |
| ๑.๓ | นายพลากร | นัคราบัณฑิต | กรรมการ |
| ๑.๔ | นายอิบรอฮิม | ยี่สุนทร | กรรมการ |
| ๑.๕ | นายวสันต์ | ยอดศรี | กรรมการ |
| ๑.๖ | นายธูปณวัฒน์ | สุขपालะ | กรรมการ |
| ๑.๗ | นายศุภกร | หนูสม | กรรมการ |
| ๑.๘ | นางสาวสุภาพร | ขุนทอง | กรรมการ |
| ๑.๙ | นางสาวจุฑามาศ | แก้วศรี | กรรมการ |
| ๑.๑๐ | ว่าที่ร้อยตรีสุภาศ | โปเกลี้ยง | กรรมการและเลขานุการ |

หน้าที่ ให้คำปรึกษา แนะนำ และอำนวยความสะดวก เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพ

๒. กรรมการฝ่ายประสานงาน

๒.๑ กรรมการฝ่ายประสานงาน

| | | | |
|-------|--------------|-------------|---------------|
| ๒.๑.๑ | นายพลากร | นัคราบัณฑิต | ประธานกรรมการ |
| ๒.๑.๒ | นายอิบรอฮิม | ยี่สุนทร | กรรมการ |
| ๒.๑.๓ | นางสาวสุภาพร | ขุนทอง | กรรมการ |
| ๒.๑.๔ | นายศุภกร | หนูสม | กรรมการ |

| | | | |
|-------|--------------------|------------|---------------------|
| ๒.๑.๕ | นายวสันต์ | ยอดศรี | กรรมการ |
| ๒.๑.๖ | นายฐาปนวัฒน์ | สุขपालะ | กรรมการ |
| ๒.๑.๗ | นางสาวจุฑามาศ | แก้วศรี | กรรมการ |
| ๒.๑.๘ | ว่าที่ร้อยตรีสุภาศ | โปเกล้าียง | กรรมการและเลขานุการ |

หน้าที่ ประสานงานกับฝ่ายต่างๆ และ อำนวยความสะดวกให้กับฝ่ายต่างๆ

๒.๒ กรรมการฝ่ายการเงิน

| | | | |
|-------|-------------------|-----------|---------------------|
| ๒.๒.๑ | นางสาวรุ่งรังสิมา | สัตยาไชย | ประธานกรรมการ |
| ๒.๒.๒ | นางสาวภาวิดา | ตุลาธน | กรรมการ |
| ๒.๒.๓ | นายอิบรอฮิม | ยี่สุนทรง | กรรมการ |
| ๒.๒.๔ | นางสาวสุภาพร | ขุนทอง | กรรมการและเลขานุการ |

หน้าที่ จัดทำหลักฐานการเบิกจ่าย และจัดทำสรุปผลเสนอผู้เกี่ยวข้อง

๒.๓ กรรมการฝ่ายรับลงทะเบียน

| | | | |
|-------|--------------------|---------------|---------------------|
| ๒.๓.๑ | นายอิบรอฮิม | ยี่สุนทรง | ประธานกรรมการ |
| ๒.๓.๒ | นางสาวจุฑามาศ | แก้วศรี | กรรมการ |
| ๒.๓.๓ | นางไปยดา | สุรตะ | กรรมการ |
| ๒.๓.๔ | นางสาวณญรัตน์ | ภูมิธรรมรัตน์ | กรรมการ |
| ๒.๓.๕ | นางสาวพัชรี | สุวรรณสะอาด | กรรมการ |
| ๒.๓.๖ | ว่าที่ร้อยตรีสุภาศ | โปเกล้าียง | กรรมการและเลขานุการ |

หน้าที่ จัดเตรียมรายชื่อผู้เข้าอบรม และรับลงทะเบียน

๒.๔ กรรมการฝ่ายสถานที่

| | | | |
|-------|--------------------|----------------|---------------------|
| ๒.๔.๑ | นายศุภกร | หนูสม | ประธานกรรมการ |
| ๒.๔.๒ | นายอิบรอฮิม | ยี่สุนทรง | กรรมการ |
| ๒.๔.๓ | นายศุภสิน | ปวันวัชรกร | กรรมการ |
| ๒.๔.๔ | นางอารี | เฉลิมพงศ์ | กรรมการ |
| ๒.๔.๕ | นายอุสันต์ | เหล็บโต๊ะเหม๊ะ | กรรมการ |
| ๒.๔.๖ | นายสุธรรม | บุญฤทธิ์ | กรรมการ |
| ๒.๔.๗ | นายวิเชษฐ์ | กฏแก้ว | กรรมการ |
| ๒.๔.๘ | ว่าที่ร้อยตรีสุภาศ | โปเกล้าียง | กรรมการและเลขานุการ |

หน้าที่ จัดเตรียมสถานที่ บริเวณโรงยิมฯ และลานออกกำลังกาย มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

๒.๕ กรรมการฝ่ายโสตทัศนูปกรณ์

| | | |
|--------------------|------------|---------------------|
| ๒.๕.๑ นายฐาปนวัฒน์ | สุขपालะ | ประธานกรรมการ |
| ๒.๕.๒ นายวสันต์ | ยอดศรี | กรรมการ |
| ๒.๕.๓ นายสุธรรม | บุญฤทธิ์ | กรรมการ |
| ๒.๕.๔ นายวิเชษฐ์ | กฎแก้ว | กรรมการ |
| ๒.๕.๕ นายกำพล | เฉลียวพงศ์ | กรรมการและเลขานุการ |

หน้าที่ จัดทำป้ายประชาสัมพันธ์ และบันทึกภาพ

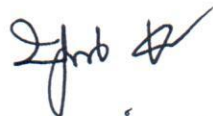
๒.๖ กรรมการฝ่ายพยาบาล

| | | |
|--------------------|----------|---------------------|
| ๒.๖.๑ นายวสันต์ | ยอดศรี | ประธานกรรมการ |
| ๒.๖.๒ นายรัตนพล | เกื้อเดช | กรรมการ |
| ๒.๖.๓ นายปธานิน | บุญช่วย | กรรมการ |
| ๒.๖.๔ นางสาวอัญชลี | หนูรัตน์ | กรรมการและเลขานุการ |

หน้าที่ ปฐมพยาบาลเบื้องต้น

ทั้งนี้ ให้คณะกรรมการที่ได้รับการแต่งตั้งปฏิบัติหน้าที่ตามที่ได้รับมอบหมายเป็นไปด้วยความเรียบร้อย มีประสิทธิภาพ เพื่อประโยชน์สูงสุดของงาน โดยเบิกจ่ายจากแผนงบประมาณเงินรายได้ (เงินบำรุงการศึกษา) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๕๘ แผนงานขยายโอกาสและพัฒนาคุณภาพทางการศึกษา ผลผลิตที่ ๓ สนับสนุนการจัดการเรียนการสอน กิจกรรมที่ ๑๑ โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ราชภัฏสุขภาพดีทุกวันพฤหัสบดี และให้รองอธิการบดีฝ่ายพัฒนานักศึกษา ดูแลรักษาการให้เป็นไปตามคำสั่งนี้

สั่ง ณ วันที่ ๙ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๘



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.บุญอริ ยีหมะ)
รองอธิการบดี ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

ลงชื่อผู้เข้าร่วมโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ

เรื่อง ราชภัฏสุขภาพดีทุกวันพฤหัสบดี

วันที่ 19 ก.พ. - 19 มี.ค. พ.ศ. 2558

ณ บริเวณโรงยิมฯ และลานออกกำลังกาย มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

| ลำดับที่ | ชื่อ-สกุล | ลายมือชื่อ | หมายเหตุ |
|----------|---------------------------|-------------|----------|
| 1 | พ.ส. นงนุช คุ้มรัมย์ | นงนุช | |
| 2 | พ.ส. นิตยา บุญจันทร์ | นิตยา | |
| 3 | น.ส. สุนันท์ แก้วรัมย์ | สุนันท์ | |
| 4 | พ.ส. รัตนา เวชชสิทธิ์ | รัตนา | |
| 5 | พ.ส. เฉลิมจิรา คุ้มรัมย์ | เฉลิมจิรา | |
| 6 | พ.ส. สุวิมลรัตน์ ธรรมศิริ | สุวิมลรัตน์ | |
| 7 | พ.ส. เขาวงศ์ คุ้มรัมย์ | เขาวงศ์ | |
| 8 | พ.ส. กนกพร กนกพร | กนกพร | |
| 9 | พ.ส. ชินดา ชาติประจักษ์ | ชินดา | |
| 10 | พ.ส. ชลธิชา ไชยรัตน์ | ชลธิชา | |
| 11 | พ.ส. อภิญญา คุ้มรัมย์ | อภิญญา | |
| 12 | พ.ส. สุนิษฐา คุ้มรัมย์ | สุนิษฐา | |
| 13 | พ.ส. วิภาดา คุ้มรัมย์ | วิภาดา | |
| 14 | พ.ส. ชนาพร คุ้มรัมย์ | ชนาพร | |
| 15 | พ.ส. อังคณา คุ้มรัมย์ | อังคณา | |
| 16 | พ.ส. อรุณี คุ้มรัมย์ | อรุณี | |
| 17 | พ.ส. ไชยรัตน์ คุ้มรัมย์ | ไชยรัตน์ | |
| 18 | พ.ส. พงศพร คุ้มรัมย์ | พงศพร | |
| 19 | พ.ส. สันติสุข คุ้มรัมย์ | สันติสุข | |
| 20 | พ.ส. คุ้มรัมย์ คุ้มรัมย์ | คุ้มรัมย์ | |

ลงชื่อผู้เข้าร่วมโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ

เรื่อง ราชภัฏสุขภาพดีทุกวันพฤหัสบดี

วันที่ 12.1.พ. - 14.พ.ค. พ.ศ. 2558

ณ บริเวณโรงยิมฯ และลานออกกำลังกาย มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

| ลำดับที่ | ชื่อ-สกุล | ลายมือชื่อ | หมายเหตุ |
|----------|----------------------------|-------------|----------|
| 21 | น.ส. ปรีชาภรณ์ ลีนเอียด | ปรีชาภรณ์ | |
| 22 | นาย ศรัณย์ แก้วเอียด | ศรัณย์ | |
| 23 | นาย พันธ์ศักดิ์ ขนบระโนด | พันธ์ศักดิ์ | |
| 24 | นาย อภิสิทธิ์ ขนบระโนด | อภิสิทธิ์ | |
| 25 | น.ส. อรุณรัตน์ ขวัญใจ | อรุณรัตน์ | |
| 26 | น.ส. กุศกรินทร์ สัตติรักษ์ | กุศกรินทร์ | |
| 27 | นาย นพรัตน์ นวมินทร์ | นพรัตน์ | |
| 28 | นาย ธีรวิทย์ ชักแก้ว | ธีรวิทย์ | |
| 29 | น.ส. มลลภรณ์ สมอองคัก | มลลภรณ์ | |
| 30 | น.ส. ชุติมา กิ่งแก้ว | ชุติมา | |
| 31 | น.ส. อรุณรัตน์ นวมินทร์ | อรุณรัตน์ | |
| 32 | น.ส. อรุณรัตน์ นวมินทร์ | อรุณรัตน์ | |
| 33 | น.ส. ชุติมา กิ่งแก้ว | ชุติมา | |
| 34 | น.ส. อรุณรัตน์ นวมินทร์ | อรุณรัตน์ | |
| 35 | น.ส. อรุณรัตน์ นวมินทร์ | อรุณรัตน์ | |
| 36 | น.ส. อรุณรัตน์ นวมินทร์ | อรุณรัตน์ | |
| 37 | น.ส. อรุณรัตน์ นวมินทร์ | อรุณรัตน์ | |
| 38 | น.ส. อรุณรัตน์ นวมินทร์ | อรุณรัตน์ | |
| 39 | น.ส. อรุณรัตน์ นวมินทร์ | อรุณรัตน์ | |
| 40 | น.ส. อรุณรัตน์ นวมินทร์ | อรุณรัตน์ | |

ลงชื่อผู้เข้าร่วมโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ

เรื่อง ราชภัฏสุขภาพดีทุกวันพฤหัสบดี

วันที่...12...11...-19...11... พ.ศ. 2558

ณ บริเวณโรงยิมฯ และลานออกกำลังกาย มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

| ลำดับที่ | ชื่อ-สกุล | ลายมือชื่อ | หมายเหตุ |
|----------|------------------------------|---------------------|----------|
| 41 | นางสาว อรุณพัทธ์ สุภา | อรุณพัทธ์ สุภา | |
| 42 | นางสาว ศศิภัทรา สันต์ศิริเมธ | ศศิภัทรา | |
| 43 | นางสาว พิรชญาภรณ์ วัชรียง | พิรชญาภรณ์ | |
| 44 | นางสาว ศนุชภัทรา พัดฉวี | ศนุชภัทรา | |
| 45 | นางสาว นันทิรา บุญญา | นันทิรา | |
| 46 | นางสาว ศศิวิมล สันติสุข | ศศิวิมล | |
| 47 | นางสาว ศุภมาส สุวรรณศิริ | ศุภมาส | |
| 48 | นางสาว อรุณรัตน์ นพคุณ | อรุณรัตน์ | |
| 49 | นาย อธิวัฒน์ กลิ่นกมล | | |
| 50 | นาย อธิวัฒน์ คุ้มทรัพย์ | อธิวัฒน์ คุ้มทรัพย์ | |
| 51 | นางสาว อรุณรัตน์ นพคุณ | อรุณรัตน์ | |
| 52 | นางสาว อรุณรัตน์ นพคุณ | อรุณรัตน์ | |
| 53 | นางสาว อรุณรัตน์ นพคุณ | อรุณรัตน์ | |
| 54 | น.ส. อ. อรุณรัตน์ นพคุณ | อรุณรัตน์ | |
| 55 | น.ส. อรุณรัตน์ นพคุณ | อรุณรัตน์ | |
| 56 | น.ส. อรุณรัตน์ นพคุณ | อรุณรัตน์ | |
| 57 | น.ส. อรุณรัตน์ นพคุณ | อรุณรัตน์ | |
| 58 | น.ส. อรุณรัตน์ นพคุณ | อรุณรัตน์ | |
| 59 | น.ส. อรุณรัตน์ นพคุณ | อรุณรัตน์ | |
| 60 | น.ส. อรุณรัตน์ นพคุณ | อรุณรัตน์ | |

ลงชื่อผู้เข้าร่วมโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ
เรื่อง ราชภัฏสุภาพดีทุกวันพฤหัสบดี
วันที่...12.11.19... พ.ศ. 2558

ณ บริเวณโรงยิมฯ และลานออกกำลังกาย มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

| ลำดับที่ | ชื่อ-สกุล | ลายมือชื่อ | หมายเหตุ |
|----------|-------------------------|------------|----------|
| 61 | นางสาวศิริพร ทอนจิรัมย์ | ศิริพร | |
| 62 | นางสาว นันทิยา ศอสุวรรณ | นันทิยา | |
| 63 | นางสาว นุสโณทัย อูมา | นุสโณทัย | |
| 64 | นางสาว รุ่งฟ้า เน้มเก็ง | รุ่งฟ้า | |
| 65 | นางสาว อธิษฐาน น.สุวรรณ | อธิษฐาน | |
| 66 | นางสาว อธิษฐาน แซ่มณี | อธิษฐาน | |
| 67 | นางสาว อมรรัตน์ ภาร | อมรรัตน์ | |
| 68 | นางสาว ใจดี ขวัญ | ใจดี | |
| 69 | นางสาว นงนิตย์ ใจดี | นงนิตย์ | |
| 70 | นางสาว อธิษฐาน แซ่มณี | อธิษฐาน | |
| 71 | นางสาว ใจดี นนทบุรี | ใจดี | |
| 72 | นางสาว ใจดี นนทบุรี | ใจดี | |
| 73 | นางสาว อธิษฐาน นนทบุรี | อธิษฐาน | |
| 74 | นางสาว อธิษฐาน นนทบุรี | อธิษฐาน | |
| 75 | นางสาว อธิษฐาน นนทบุรี | อธิษฐาน | |
| 76 | นางสาว อธิษฐาน นนทบุรี | อธิษฐาน | |
| 77 | นางสาว อธิษฐาน นนทบุรี | อธิษฐาน | |
| 78 | นางสาว อธิษฐาน นนทบุรี | อธิษฐาน | |
| 79 | นางสาว อธิษฐาน นนทบุรี | อธิษฐาน | |
| 80 | นางสาว อธิษฐาน นนทบุรี | อธิษฐาน | |

ลงชื่อผู้เข้าร่วมโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ

เรื่อง ราชภัฏสุภาพดีทุกวันพฤหัสบดี

วันที่... 12 ก.พ. - 19 ก.พ. ... พ.ศ. 2558

ณ บริเวณโรงยิมฯ และลานออกกำลังกาย มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

| ลำดับที่ | ชื่อ-สกุล | ลายมือชื่อ | หมายเหตุ |
|----------|---------------------------|------------|----------|
| 81 | พ.ศ. สุนจิตา ธีบดี | สุนจิตา | |
| 82 | น.ส. อัญญา ไพฑูริย์ | อัญญา | |
| 83 | น.ศ. ภัทราพร กอง | ภัทราพร | |
| 84 | น.ส. ปิยะพร ปิยะพร | ปิยะพร | |
| 85 | นาย โยงวิทย์ นาคทรัพย์กุล | โยงวิทย์ | |
| 86 | นาง พัทธนา พานิช | พัธนา | |
| 87 | นาย อ.ส.น. ศรีธนาภรณ์ | อ.ส.น. | |
| 88 | นาย วิลาวัณย์ อภัยคุณ | วิลาวัณย์ | |
| 89 | น.ส. ช่างดี น.วิทย์ | ช่างดี | |
| 90 | น.ร. ภัทราพร จันทร์วิเศษ | ภัทราพร | |
| 91 | น.ส. กัญญา ศิริอ่อน | กัญญา | |
| 92 | น.ส. อัดดา ทนจนมานิช | อัดดา | |
| 93 | น.ส. ชลลดา อธิษฐาน | ชลลดา | |
| 94 | น.ร. ณัฐนิชา วิเศษสิทธิ์ | ณัฐนิชา | |
| 95 | น.ศ. กนกพรพรหม ศรีสมถ์ | กนกพรพรหม | |
| 96 | นาย บุรินทร์ งาม | บุรินทร์ | |
| 97 | น.ส. วิภาดา บ่อแก้ว | วิภาดา | |
| 98 | น.ศ. สันติภาพ อภัยคุณ | สันติภาพ | |
| 99 | น.ศ. ปิยะพร ปิยะพร | ปิยะพร | |
| 100 | น.ศ. สันติภาพ อภัยคุณ | สันติภาพ | |

ลงชื่อผู้เข้าร่วมโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ

เรื่อง ราชภัฏสุภาพดีทุกวันพฤหัสบดี

วันที่...12...ค.พ...-19...ค.พ... พ.ศ. 2558

ณ บริเวณโรงยิมฯ และลานออกกำลังกาย มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

| ลำดับที่ | ชื่อ-สกุล | ลายมือชื่อ | หมายเหตุ |
|----------|-----------------------|------------|----------|
| 101 | ดร. ลอชวิทย์ ไชยมั่น | ลอชวิทย์ | |
| 102 | ดร. ลอชวิทย์ ไชยมั่น | ลอชวิทย์ | |
| 103 | นาย อรรถพร สิงห์ทอง | อรรถพร | |
| 104 | นาย อรรถพร สิงห์ทอง | อรรถพร | |
| 105 | นาย อรรถพร สิงห์ทอง | อรรถพร | |
| 106 | นาย อรรถพร สิงห์ทอง | อรรถพร | |
| 107 | นาย อรรถพร สิงห์ทอง | อรรถพร | |
| 108 | นาย อรรถพร สิงห์ทอง | อรรถพร | |
| 109 | นาย อรรถพร สิงห์ทอง | อรรถพร | |
| 110 | นาย อรรถพร สิงห์ทอง | อรรถพร | |
| 111 | นางสาว สโรชา อึ้ง | สโรชา | |
| 112 | นางสาว รพีพร นิษ | รพีพร | |
| 113 | นางสาว ทวีรัตน์ บำรุง | ทวีรัตน์ | |
| 114 | นางสาว วิชาญ มุข | วิชาญ | |
| 115 | นางสาว พาริชา ปิ่นทอง | พาริชา | |
| 116 | นางสาว อติภา มนุษย์ | อติภา | |
| 117 | นาย อสมาน สาน | อสมาน | |
| 118 | นางสาว นริศนา แผลง | นริศนา | |
| 119 | นางสาว รัตนา รุ่ง | รัตนา | |
| 120 | นางสาว อรรณพ อึ้ง | อรรณพ | |

ภาพกิจกรรม

ภาพราชภัฏสุภาพดีมีทุกวันพฤหัสบดี

