

โครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประจำปี ๒๕๕๕

- P - แผนปฏิบัติการประจำปีงบประมาณ ๒๕๕๕ และแผนปฏิบัติการประจำปีงบประมาณ ๒๕๕๖
- D - จัดทำกิจกรรมตามโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพประจำปี ๒๕๕๕
- C - สรุปผลโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพประจำปี ๒๕๕๕
- A - การประเมินผลตามตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

โครงการ	กิจกรรม	ตัวชี้วัด	ผลการดำเนินงาน	เกณฑ์ ๘๐%	ผ่าน	ไม่ผ่าน	หมายเหตุ
โครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพประจำปี ๒๕๕๕	๑. กิจกรรมบรรยายให้ความรู้เรื่อง การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	๑. นักศึกษาเข้าร่วมฟังการบรรยายเรื่อง ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพร้อยละ ๗๐ ๒. บุคลากรเข้าร่วมฟังการบรรยายเรื่อง ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพร้อยละ ๕๐	- นักศึกษา จำนวน ๒๒๓ คน และบุคลากร จำนวน ๔๗ คน รวมทั้งสิ้น ๒๗๐ คน	๙๐%	/		
	๒. กิจกรรมการเดินแอโรบิค จัดสัปดาห์ละ ๓ วัน ตั้งไว้จำนวน ๘๕ ครั้ง	๑. มีการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้วยการเดินแอโรบิคสัปดาห์ละ ๓ วัน จำนวน ๘๕ ครั้ง ๒. สร้างวิทยากรนำเดินแอโรบิคให้ได้อย่างน้อย ๑๕ คน ๓. ระดับความพึงพอใจต่อโครงการระดับมากขึ้นไป ร้อยละ ๘๐	- จัดกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเดินแอโรบิคสัปดาห์ละ ๓ วัน ดำเนินการ ได้จำนวน ๗๒ ครั้ง - สร้างวิทยากรนำเดินแอโรบิคได้จำนวน ๑๘ คน	๘๔.๗๐% ๑๐๐%	/		
	๓. ทดสอบสมรรถภาพทางกาย ก่อน-หลังการออกกำลังกาย	๑. นักศึกษามีสมรรถภาพทางกายได้ตามเกณฑ์ มาตรฐานร้อยละ ๗๐% ๒. บุคลากรมีสมรรถภาพทางกายได้ตามเกณฑ์ มาตรฐานร้อยละ ๖๐	- ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักศึกษา และบุคลากรได้ตามเกณฑ์มาตรฐานร้อยละ ๑๐๐	๑๐๐%	/		
	๔. กิจกรรมการประกวดการเดินแอโรบิคเพื่อสุขภาพ จำนวน ๑ ครั้ง	๑. มีทีมส่งเข้าประกวดอย่างน้อย ๕ ทีม ๒. มีผู้เข้าร่วมชมการประกวดร้อยละ ๖๐	- มีทีมเข้าร่วมประกวดจำนวน ๗ ทีม - มีผู้เข้าร่วมชมการประกวด จำนวน ๒๕๐ คน	๑๐๐% ๘๓.๓๓%	/		

กิจกรรมที่บรรลุเป้าหมายตามแผนประจำปีไม่ต่ำกว่าร้อยละ ๘๐ วิทยาลัยฯ ได้กำหนดตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ ๗ ตัวชี้วัด และภายหลังโครงการเสร็จสิ้นสามารถดำเนินการบรรลุเป้าหมายตามตัวชี้วัดคิดเป็นร้อยละ ๑๐๐ (สรุปผลการประเมินตามตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ)

-มีประโยชน์ และสร้างคุณค่าต่อตนเอง ต่อคนในสถาบัน ผลกระทบที่เกิดประโยชน์ และสร้างคุณค่าต่อสถาบัน ในประเด็นเรื่องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ซึ่งวิทยาลัยได้ดำเนินกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง โดยก่อให้เกิดประโยชน์ และสร้างคุณค่าต่อตนเอง ต่อคนภายในสถาบันฯ (สรุปผลการทำ Focus Group ผลการชี้แจง ป้องกัน หรือแก้ปัญหาสังคม ของโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประจำปี ๒๕๕๕)

-มีผลกระทบที่เกิดประโยชน์และสร้างคุณค่าต่อสถาบัน คือ ก่อให้เกิดวัฒนธรรมการออกกำลังกาย สร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันระหว่างนักศึกษา อาจารย์ และบุคลากร ของวิทยาลัย ก่อให้เกิดความรักสามัคคีซึ่งส่งผลให้เกิดการทำงานหรือกิจกรรมร่วมกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และทั้งเป็นแบบอย่างที่ดีในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแก่ชุมชน โดยเฉพาะนักศึกษาหลักสูตรวทบ. และสธช. ซึ่งนักศึกษาได้นำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับจากโครงการไปใช้ขณะฝึกปฏิบัติภาคสนาม ไปใช้ในชุมชน โดยเป็นผู้นำด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สามารถจัดโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ และเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ชุมชน เช่น ฝึกปฏิบัติงานที่รพ.สต.บ้านโคกทรายบ อ.ปากพะยูน จ.พัทลุง และรพ.สต.ดอนประดู่ อ.ปากพะยูน จ.พัทลุง เป็นต้น

- เกิดเครือข่ายสาธารณสุข ระหว่าง รพ.สต. ต่าง ๆ กับ วสส.ยะลา คือ จากการที่วิทยาลัยฯ ได้ดำเนินการจัดอบรมหลักสูตร ผอ.รพ.สต.ในแต่ละปีที่ผ่านมา จะได้รับการสนับสนุนทุนการศึกษาให้นักศึกษาของวิทยาลัยฯ ทุก ๆ ปี โดยมีวัตถุประสงค์ให้กับนักศึกษาที่เสียสละ อุทิศเวลา และร่วมกิจกรรมของวิทยาลัยฯ ที่เรียนดี แต่ฐานะยากจน และในปี ๒๕๕๕ วิทยาลัยได้รับทุนการศึกษาผู้เข้าอบรม ผอ.รพ.สต.รุ่นที่ ๓ และอาจารย์ปาริชาติ คล้ายพุก (สมทบ) จำนวน ๑๘ ทุน ซึ่งเป็นนักศึกษาที่เป็นวิทยากรนำเดินแอโรบิค ตามโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพประจำปี ๒๕๕๕ จำนวน ๘ ทุน ทุนละ ๒,๐๐๐ บาท ดังนี้
 นักศึกษาหลักสูตร วทบ.ชั้นปีที่ ๓ จำนวน ๔ คน คือ ๑. น.ส.ปิยวดี ระยาภักดิ์ ๒. นายเสกสิทธิ์ บุญพร้อม ๓. นายสุทธนภ ศรีทอง ๔. น.ส.นันทกร คำกอง
 นักศึกษาหลักสูตร วทบ.ชั้นปีที่ ๒ จำนวน ๒ คน คือ ๑. น.ส.ฐาปณี ดำรงค์ ๒. น.ส.ลลิตา น้อยคำ
 นักศึกษาหลักสูตร ปวส.สธช. ชั้นปีที่ ๒ จำนวน ๒ คน คือ ๑. นายนันทวัฒน์ ยามาปาน ๒. นายฉัตรชัย จันท
 และวิทยาลัยสร้างวิทยากรนำเดินแอโรบิคตามโครงการดังกล่าวได้ จำนวน ๑๘ คน ซึ่งเป็นนักศึกษาหลักสูตร วทบ. รุ่นที่ ๑๔ จำนวน ๗ คน หลักสูตร วทบ. รุ่นที่ ๑๕ จำนวน ๔ คน และหลักสูตร สธช. รุ่นที่ ๗๔ จำนวน ๗ คน (ตามรายชื่อที่แนบท้ายนี้)