

รายงานสรุปผลการดำเนินโครงการตามรูปแบบ PDCA

ประเภทการบริการวิชาการ

- แบบสาธารณะ (แบบให้เปล่า / แบบเชิงพาณิชย์)
 แบบเฉพาะ (แบบให้เปล่า / แบบเชิงพาณิชย์)

การบูรณาการการบริการวิชาการ

- มีการบูรณาการการบริการวิชาการกับการเรียนการสอน
 มีการบูรณาการการบริการวิชาการกับการวิจัย

ความสอดคล้องกับประเด็นยุทธศาสตร์/ ประเด็นการจัดการความรู้

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> การเรียนการสอนและการผลิตบัณฑิต | <input type="checkbox"/> วิจัย / นวัตกรรม |
| <input type="checkbox"/> ศิลปวัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม | <input type="checkbox"/> การบริหารจัดการที่เป็นเลิศ |
| <input type="checkbox"/> ภาพลักษณ์ / ชื่อเสียงขององค์กร | <input type="checkbox"/> ความเป็นนานาชาติ |

ส่วนที่ 1

รายละเอียดโครงการตามข้อในงบประมาณ

ชื่อโครงการ(รหัสงบโครงการ) โครงการสุขภาพองค์รวม (640247)

หลักการและเหตุผล สมรรถภาพทางกายที่ดี เป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งในการทำกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวัน ได้อย่างมีประสิทธิภาพและสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขและปราศจากโรคภัยต่างๆ การมีสมรรถภาพทางกายที่ดีนั้น จะทำให้ลดการเกิดปัญหาสุขภาพ ช่วยลดอัตราการเจ็บป่วย และลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ซึ่งสมรรถภาพร่างกายที่ดีสามารถสร้างขึ้นได้ด้วยการออกกำลังกายที่มีประสิทธิภาพและเหมาะสมกับแต่ละบุคคล การที่บุคคลจะสามารถวางแผนการออกกำลังกายได้ดีนั้น จำเป็นต้องทราบเกี่ยวกับสมรรถภาพทางกายของตนเอง ว่ามีปัญหาทางด้านใดบ้างเพื่อนำไปวางแผนการออกกำลังกายที่เหมาะสมต่อไป

การออกกำลังกายเป็นพื้นฐานที่สำคัญสำหรับการรักษา ฟิตเนส และส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งการออกกำลังกายที่มีประสิทธิภาพจะต้องมีความสอดคล้องกับสมรรถภาพทางกายที่แตกต่างกันในแต่ละบุคคล เช่น ผู้ที่มีความอ้วนของลำตัวอยู่ในเกณฑ์ต่ำก็ควรได้รับการออกกำลังกายเพื่อเพิ่มความยืดหยุ่นของลำตัว เป็นต้น ดังนั้นการจะเลือกการออกกำลังกายที่เหมาะสมจึงจำเป็นต้องทราบสมรรถภาพทางกายของแต่ละบุคคล ซึ่งการที่บุคคลจะทราบว่าตนเองมีสมรรถภาพทางกายที่ดีหรือไม่นั้น จำเป็นต้องมีการทดสอบและประเมินผลตามเกณฑ์ ว่ามีความสามารถอยู่ในระดับใด เพื่อนำข้อมูลไปวางแผนในการออกกำลังกายต่อไป

การทดสอบสมรรถภาพทางกายเป็นวิธีที่ใช้ในการประเมินระดับสมรรถภาพหรือสภาวะของร่างกาย การทดสอบสมรรถภาพทางกายมีหลายด้าน เช่น ความยืดหยุ่นของลำตัว, ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ และ ความทนทานของระบบหัวใจและหลอดเลือด เป็นต้น การทดสอบสมรรถภาพทางกายที่ดี ผู้ตรวจจะต้องมีความรู้ ทักษะ ประสบการณ์และมีการฝึกฝนที่มากเพียงพอในสถานการณ์จริง การเรียนทฤษฎีและฝึกปฏิบัติภายในห้องเรียนเพียงอย่างเดียว อาจจะทำให้นักศึกษาไม่สามารถแก้ไขสถานการณ์เฉพาะหน้าหรือ ไม่เห็นภาพการทดสอบในผู้คนที่มีความผิดปกติที่หลากหลาย

เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา-19 การทดสอบสมรรถภาพในสถานการณ์จริงเป็นสิ่งที่ค่อนข้างยากและมีความเสี่ยงต่อการแพร่กระจายของเชื้อไวรัสโคโรนา-19 เพื่อให้นักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนวิชาพลบําบัด 1 ได้รับประสบการณ์และประยุกต์ใช้ความรู้ที่เรียนมา รวมถึงเชื่อมโยงความรู้มาใช้ในการตรวจสอบสมรรถภาพทางกายในสถานการณ์จริง และเพื่อให้ศึกษามีทักษะในการทดสอบสมรรถภาพทางกายที่แม่นยำและมีประสิทธิภาพขณะกายภาพบําบัดและเวชศาสตร์การกีฬา จึงจัดโครงการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ประจำปีการศึกษา 2564 ซึ่งจะจัดขึ้นในวันที่ 10 พฤศจิกายน 2564 ในรูปแบบออนไลน์ (Telemedicine) เพื่อให้นักศึกษาได้ประยุกต์ใช้ความรู้ที่เรียนมาปรับใช้ในผู้เข้ารับบริการจริง และหวังเป็นอย่างยิ่งว่า โครงการทดสอบสมรรถภาพทางกายในครั้งนี้ จะเป็นประโยชน์แก่ผู้ที่มารับบริการตรวจสอบสมรรถภาพทางกายและนักศึกษาต่อไป

1.1 วัตถุประสงค์

- เพื่อให้นักศึกษาสามารถประยุกต์ใช้ความรู้ที่เรียนมาจากวิชาพลบําบัด 1 ในหัวข้อ Physical fitness test ในการตรวจสอบสมรรถภาพทางกายภายใต้สถานการณ์จริงและใช้ในการบริการวิชาการแบบให้เปล่าได้
- เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีในการทำงานร่วมกันให้กับบุคลากรและนักศึกษากายภาพบําบัด ม.รังสิต

1.2 เป้าหมายความสำเร็จตามวัตถุประสงค์

- จัดโครงการสุขภาพองค์กรรวม ตรวจสอบสมรรถภาพทางกาย ประจำปีการศึกษา 2564 ได้สำเร็จลุล่วง

ส่วนที่ 2 วิธีดำเนินการ

1. แต่งตั้งกรรมการดำเนินงาน
2. วางแผนและดำเนินงานในแต่ละฝ่ายร่วมกับนักศึกษา
3. ประชุมหารือเตรียมความพร้อมก่อนการจัดกิจกรรมร่วมกับศึกษากิจกรรมจากปีการศึกษาที่ผ่านมา
4. ประชาสัมพันธ์โครงการ ให้แก่ผู้สนใจเข้าร่วมกิจกรรม
5. จัดเตรียมสถานที่ platform ออนไลน์และอุปกรณ์ต่างๆก่อนวันงาน
6. ประชุมเตรียมงานร่วมคณะทำงานและนักศึกษา
7. จัดโครงการสุขภาพองค์กรรวม ตรวจสอบสมรรถภาพทางกาย ประจำปีการศึกษา 2564
8. ติดตามประเมินผลโครงการ

9. สรุปผลการดำเนินงานในแต่ละฝ่ายและหาข้อเสนอแนะเพื่อปรับปรุงกิจกรรมให้ดียิ่งขึ้นในปีถัดไป

ส่วนที่ 3**ผลการดำเนินการ / การนำไปใช้****การประเมินโครงการ**

ตัวชี้วัดความสำเร็จ โครงการที่ตั้งไว้ในระบบ	ค่าเป้าหมาย		เอกสารแนบรายงานโครงการ	
	ที่ตั้งไว้ในระบบ	ผลที่ได้	ที่ตั้งไว้ในระบบ	ที่แนบไว้ในภาคผนวก
1.จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ	ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมาย (190 คน)	ผู้เข้าร่วมโครงการ 130 คน (68.42%)	เอกสารลงชื่อผู้เข้าร่วมโครงการ	รายชื่อผู้เข้าร่วมโครงการ
2.ผู้เข้าร่วมโครงการได้รับประโยชน์จากโครงการอยู่ในระดับดีหรือมากขึ้นไป	ร้อยละ 60 ของผู้ตอบแบบประเมิน	มีผู้ตอบแบบประเมิน 84 คน (64% ของผู้เข้าร่วมโครงการ) และพบว่า 100% ของผู้ตอบแบบประเมินได้รับประโยชน์จากโครงการอยู่ในระดับดีหรือดีมากขึ้นไป โดยตอบว่าได้รับประโยชน์จากโครงการอยู่ในระดับดีมาก 72 คน และระดับดี 12 คน	ผลประเมินโครงการจากผู้เข้าร่วมไม่น้อยกว่าร้อยละ 50 ของกลุ่มเป้าหมาย	ผลการประเมินความพึงพอใจ

1. จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ 130 คน
2. จำนวนผู้ตอบแบบประเมิน 84 คน (64% ของผู้เข้าร่วมโครงการ)
3. จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการที่เลือก 5 (มากที่สุด) 72 คน และ 4 (มาก) 12 คน

ส่วนที่ 4**การตรวจสอบผลการดำเนินการ/ อภิปรายความสำเร็จหรือไม่สำเร็จตามวัตถุประสงค์**

เนื่องจากการปรับปรุงแบบเป็นออนไลน์ ทำให้มีผู้เข้าร่วมน้อยกว่า 80% ของกลุ่มเป้าหมาย แต่ผู้เข้าร่วมโครงการได้รับประโยชน์จากโครงการอยู่ในระดับดีหรือมากขึ้นไป 100% ของผู้ตอบแบบประเมิน

ส่วนที่ 5**สรุปผลการดำเนินการ/ ข้อเสนอแนะเพื่อการปรับปรุงในอนาคต**

- ข้อเสนอแนะในการดำเนินงานครั้งก่อน

1. ผู้ให้บริการบางท่าน รอคิวนาน อาจทำการนัดเวลาและให้นักศึกษาที่ประเมินเสร็จเรียบร้อยแล้ว หรือนักศึกษาชั้นปีอื่นเข้าร่วมกิจกรรมด้วย รวมถึงมีการจัดระบบการเรียกคิวที่เหมาะสม
2. จัดระบบการทำงานของแต่ละฝ่าย เชิญชวนนักศึกษาชั้นปีที่ 1 หรือชั้นปีอื่นๆ มาช่วยกิจกรรม รวมถึงชี้แจงหรือประชุมภาพรวมของงาน เพื่อให้นักศึกษาทุกคนมีหน้าที่รับผิดชอบ และรู้สึกเหมือนเป็นส่วนหนึ่งของโครงการ เช่นการทดสอบในสถานีต่างๆ สวัสดิการและอาหารว่าง การประชาสัมพันธ์และลงทะเบียน การพาผู้เข้ารับบริการไปยังสถานีต่างๆ เป็นต้น อีกทั้งยังเพิ่มการดูแลให้แก่ผู้บริการ และถือเป็นการเปิดพื้นที่การเรียนรู้ให้กับนักศึกษาชั้นปีอื่นๆ
3. ปรับเวลาหรือรูปแบบในการประเมินให้มีเวลากระชับมากขึ้น และไม่ยาวนานเกินไป เช่น step test ใช้เวลาในการทดสอบค่อนข้างนาน อาจเพิ่มจำนวน station นี้ เพื่อลดเวลาในการรอคิว
4. หากมีสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส COVID-19 ควรมีการจำกัดจำนวนผู้เข้ามาเข้ารับการทดสอบ เนื่องจากต้องมีการจำกัดจำนวนผู้บริการภายในห้องไม่ให้มากจนเกินไป จึงทำให้การทดสอบล่าช้า หากมีผู้เข้าร่วมโครงการจำนวนมากเกินไป อาจทำให้ต้องรอเป็นเวลานาน

- สิ่งที่ได้ดำเนินการแก้ไข / ปรับปรุงตามข้อเสนอแนะครั้งก่อน

1. มีการแบ่งรายชื่อนักศึกษาและเวลาในแต่ละสถานีที่ชัดเจน และเพิ่มจำนวนนักศึกษาในแต่ละ station รวมถึงให้นักศึกษาดูแลผู้บริการแบบ 1 ต่อ 1 ทำให้ผู้เข้ารับบริการได้รับการดูแลเพิ่มขึ้น นอกจากนี้ยังมีการแบ่งห้อง breakout room ใน zoom application เป็น 6 ห้องย่อย เพื่อลดระยะเวลาในการรอคิวในการเข้ารับบริการ
2. มีการประชุมวางแผนเตรียมงานระหว่างอาจารย์และนักศึกษาเปิดโอกาสให้นักศึกษาคิดและวางแผนการจัดงานแต่ละฝ่ายด้วยตนเอง รวมถึงมีการซักซ้อมขั้นตอนการทดสอบก่อนถึงวันจริง ทำให้นักศึกษามีความมั่นใจและจัดการงานด้านอื่นๆได้ดียิ่งขึ้น
3. มีอาจารย์ที่ทำหน้าที่ในการบริหารจัดการเวลา ผู้จัดลำดับผู้บริการและนักศึกษา รวมถึงเป็นผู้ดำเนินรายการ ในแต่ละห้อง ชี้แจงรายละเอียด เบื้องต้น เปิดคลิปวิดีโอ / เพลง หรือกิจกรรม ขณะรอเข้ารับการทดสอบถึงผู้เข้ารับการทดสอบเข้าห้องย่อยในแต่ละห้องตามตารางเวลา เพื่อลดการรอนานและให้ผู้บริการได้รับการดูแลอย่างทั่วถึง
4. ปรับสถานีการทดสอบให้สอดคล้องกับการประเมินในรูปแบบออนไลน์ เช่น การประเมินที่ใช้เวลานานเกินไปเช่น step test ปรับมาเป็น 1 minute sit to stand ทำให้ระยะเวลาในการประเมินไม่นานจนเกินไป อีกทั้งยังกำหนดช่วงเวลาในการทดสอบให้กับผู้เข้ารับบริการในอีเมลล์ส่วนตัว ทำให้ไม่ต้องรอคิวนาน

5. มีการประชุมอาจารย์และนักศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบของการจัดงาน การประเมินและปรับเวลารวมถึงรูปแบบในการประเมินให้กระชับ ตรงตามวัตถุประสงค์ และไม่ยาวนานเกินไป ทำให้ผู้รับบริการได้รับการทดสอบอย่างเต็มที่
6. ในปีนี้ เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส COVID-19 จึงปรับการประเมินเป็นรูปแบบออนไลน์ (Telemedicine) ผ่านระบบ Zoom application ทำให้ไม่ต้องจำกัดจำนวนผู้รับบริการ สามารถรับบริการแบบออนไลน์ได้หลายท่านพร้อมกัน และลดการแพร่ระบาดของการติดเชื้อโควิด 19

- ผลการประเมินในคราวนี้

1. นักศึกษามีความเห็นว่าการกิจกรรมในครั้งนี้มีประโยชน์กับตนเอง นอกจากจะฝึกทักษะการประเมินสมรรถภาพแล้ว ยังฝึกการทำงานเป็นทีมร่วมกับเพื่อนและอาจารย์ ฝึกการบริหารจัดการ ได้รับมุมมองและความรู้ใหม่ๆ รวมถึงได้รับประสบการณ์ที่หาไม่ได้จากในห้องเรียน รวมถึงได้รับประสบการณ์การให้คำปรึกษาในรูปแบบออนไลน์ (Telemedicine) ซึ่งเป็นทักษะที่สำคัญอย่างยิ่งในสถานการณ์แพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด 19
2. ผู้เข้ารับบริการชื่นชอบและอยากให้จัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง โดยให้ความเห็นว่าเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์อย่างมากในการดูแลสุขภาพ รวมถึงอยากให้มีความยืดหยุ่นในการประเมินที่มากกว่านี้ ระยะเวลาในการประเมินน้อยเกินไป
3. ในปีการศึกษานี้ มีเป็นรูปแบบออนไลน์ (Telemedicine) ผ่านระบบ Zoom application ทำให้ไม่ต้องจำกัดจำนวนผู้รับบริการ สามารถรับบริการแบบออนไลน์ได้หลายท่านพร้อมกัน ลดการรอนาน และลดการแพร่ระบาดของการติดเชื้อโควิด 19 และมีการดูแลอย่างทั่วถึง
4. มีการวางแผนล่วงหน้า ประชุมอาจารย์ฝ่ายต่างๆ และนำข้อบกพร่องจากปีการศึกษาก่อนหน้านี้มาปรับปรุงแก้ไขทำให้ในปีการศึกษานี้ การจัดโครงการมีความราบรื่นมากขึ้น สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวกมีความเหมาะสมจากปีการศึกษาก่อนหน้านี้
5. มีการประชาสัมพันธ์อย่างทั่วถึง และล่วงหน้า นอกจากนี้ยังส่งอีเมลล์ส่วนตัวให้กับผู้เข้ารับบริการเกี่ยวกับเวลาที่เข้ารับบริการและการปฏิบัติตนก่อนเข้าโครงการ ทำให้ผู้เข้ารับบริการสามารถเตรียมตัวและวางแผนในการเข้าร่วมกิจกรรมได้
6. มีการลงทะเบียนล่วงหน้าทำให้สามารถจัดสรรรายชื่อและกำหนดช่วงเวลาในการทดสอบได้

- ข้อเสนอแนะสำหรับการพัฒนาในครั้งต่อไป

1. จัดระบบการทำงานของแต่ละฝ่าย เชิญชวนนักศึกษาชั้นปีที่ 1 หรือชั้นปีอื่นๆ มาช่วยกิจกรรม รวมถึงชี้แจงหรือประชุมภาพรวมของงาน เพื่อให้นักศึกษาทุกคนมีหน้าที่รับผิดชอบ และรู้สึกเหมือนเป็นส่วนหนึ่งของโครงการ เช่น การทดสอบในสถานที่ต่างๆ สวัสดิการและอาหารว่าง การประชาสัมพันธ์และลงทะเบียน การพาผู้เข้ารับบริการไปยังสถานที่ต่างๆ เป็นต้น อีกทั้งยังเพิ่มการดูแลให้แก่ผู้รับบริการ และถือเป็นการเปิดพื้นที่การเรียนรู้ให้กับนักศึกษาชั้นปีอื่นๆ
2. หากมีสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส COVID-19 ควรมีการจำกัดจำนวนผู้ที่มาเข้ารับการทดสอบ เนื่องจากต้องมีการจำกัดจำนวนผู้รับบริการภายในห้องไม่ให้มากจนเกินไป จึงทำให้การทดสอบล่าช้า หากมีผู้เข้าร่วมโครงการจำนวนมากเกินไป อาจทำให้ต้องรอเป็นเวลานาน หรือจัดในรูปแบบออนไลน์
3. หากมีการจัดในรูปแบบออนไลน์อาจต้องเพิ่มระยะเวลาในการประเมินต่อ 1 ท่านมากกว่านี้ เนื่องจากต้องใช้เวลาในการอธิบายรายละเอียดต่างๆ ค่อนข้างมาก ซึ่ง 15 นาทีกับการทดสอบ 4 องค์ประกอบอาจจะไม่เพียงพอ ควรปรับเป็น 30-40 นาทีต่อคน

ผลลัพธ์การพัฒนาและความเข้มแข็งที่เกิดกับกลุ่มผู้รับบริการ (แยกตามกลุ่มผู้รับบริการ)

ผลลัพธ์ต่อนักศึกษา

- นักศึกษากายภาพบำบัดได้รับประสบการณ์ตรงในการตรวจสอบสมรรถภาพทางกายภายใต้สถานการณ์จริง
- ผลลัพธ์ต่อบุคคลภายนอก
- ผู้เข้าร่วมการทดสอบได้ทราบระดับสมรรถภาพทางกายของตนเอง และได้รับคำแนะนำในการดูแลตนเอง
- ผลลัพธ์ต่อบุคลากร
- อาจารย์ได้เพิ่มพูนทักษะทางวิชาชีพซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการเรียนการสอน
 - พัฒนาเครือข่ายหรือแหล่งข้อมูลในการดำเนินงานวิจัย

ผู้เข้าร่วมโครงการ (45% ของจำนวนอาจารย์ทั้งหมดในคณะ 24 คน)

1. อ.ฉัตรรัตน์ จันทร์ศรี
2. อ.อภิญญากรย์ เจริญลาภ
3. อ.วาราสินี สืบซึ้ง
4. อ.ปฐมพงศ์ จันทิมา
5. อ.ดร.ณัฐริกา นาคเพชร
6. อ.ภัทรลดา ตั้งวีระสิงค์

7. อ.ทิวา โภศล
8. อ.ดร.กิติมา รงค์สวัสดิ์
9. อ.อัญมณี ยิ่งยงยุทธ
10. อ.สมชนก รังสีธนกุล
11. อ.ชัยรัฐ เผือกลิขิต

ภาคผนวก

ตารางสรุปผลการประเมินความพึงพอใจ

แบบประเมินความพึงพอใจ “โครงการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ประจำปีการศึกษา 2564”

คณะกายภาพบำบัดและเวชศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยรังสิต

วันพุธ ที่ 10 เดือนพฤศจิกายน 2564 เวลา 15:00-17:00 น.

การประเมินจากผู้ประเมินแบบประเมินความพึงพอใจจำนวน 84 คน โดยรายละเอียดแต่ละหัวข้อดังนี้

ประเด็น/ด้าน	คะแนนประเมิน
ด้านความรู้ความเข้าใจในการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	
1. นักศึกษามีความรู้และความสามารถในการประเมินความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อ	4.57
2. นักศึกษามีความรู้และความสามารถในการประเมินความทนทานของกล้ามเนื้อ	4.45
3. นักศึกษามีความรู้และความสามารถในการประเมินไขมันใต้ผิวหนัง	4.29
4. นักศึกษามีความรู้และความสามารถในการประเมินความทนทานของระบบหัวใจและหลอดเลือด	4.45
5. นักศึกษามีความสุภาพและให้เกียรติต่อผู้รับการประเมินสมรรถภาพทางกาย	4.78
6. ท่านมีทัศนคติที่ดีต่อการประเมินสมรรถภาพทางกาย	4.78
7. ท่านสามารถนำความรู้ที่ได้จากการประเมินสมรรถภาพทางกาย มีประโยชน์และนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ (ดีมาก = 72 คน ดี = 12 คน)	4.86
ด้านอื่นๆ	
1. มีการประชาสัมพันธ์และการแจ้งข่าวสารที่เหมาะสม	4.41
2. ความเหมาะสมของช่วงเวลาและระยะเวลาในการทำโครงการ	4.50
3. มีระบบการลงทะเบียนและการติดตามผลการลงทะเบียนที่เหมาะสม	4.64
4. รูปแบบการจัดโครงการในรูปแบบ online มีความเหมาะสม	4.52
5. ความพึงพอใจในภาพรวมของการจัดอบรม	4.72
ความประทับใจในการจัดอบรมครั้งนี้	4.67

ข้อเสนอแนะในการจัดโครงการครั้งต่อไป

1. น่าจะจัดปีละ 2-3 ครั้ง หรือจัดมากกว่า 1 วัน
2. ชอบมาก กิจกรรมมีประโยชน์ ได้รู้ค่าสมรรถภาพร่างกายตัวเอง
3. ชอบที่มีการให้คำแนะนำว่าค่าที่ได้ดีหรือไม่ดี ต้องปรับเพิ่มอะไร
4. อยากให้มีกิจกรรมแบบนี้ตลอดทุกปี ดีมากๆ มีแจกของที่ระลึกด้วย
5. อยากให้จัดกิจกรรมแบบนี้บ่อยๆ สนุก และได้ความรู้ดี
6. อยากให้มีการแยกห้องชาย-หญิง

7. อยากรู้ความรู้อย่างยิ่งในการออกกำลังกาย
8. น่าจะจัดการเวลาตามตารางที่กำหนดไว้
9. ระยะเวลาในการสอบแต่ละสถานีนี้น้อยเกินไป
10. ควรบอกรายละเอียดก่อนการทดสอบให้เรียบร้อย



คำสั่ง คณะกายภาพบำบัดและเวชศาสตร์การกีฬา

ที่ 013 /2564

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงาน “โครงการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ประจำปีการศึกษา 2564”

เพื่อให้การดำเนินโครงการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ประจำปีการศึกษา 2564 ซึ่งจะจัดขึ้นในวันที่ 10 พฤศจิกายน 2564 ในรูปแบบออนไลน์ (Telemedicine) เป็นไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพจึงขอแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานฝ่ายต่างๆ ดังมีรายชื่อต่อไปนี้

คณะกรรมการจัดงาน

1. อ.ดร.กิติมา	รงค์สวัสดิ์	ที่ปรึกษา
2. อ.อภิญญาการย์	เจริญลาภ	ประธาน
3. อ.ดร.ณัฐฐิกา	นาคเพชร	กรรมการ
4. อ. ทิวา	โกศล	กรรมการ
5. อ.วรราลีณี	สีบซึ่ง	กรรมการ
6. อ.ปฐมพงศ์	จันธิมา	กรรมการ
7. อ.ภัทรลดา	ตั้งวีระสิงค์	กรรมการ
8. อ.ธัญวรัตน์	จันท์ศรี	กรรมการและเลขานุการ

อนุกรรมการฝ่ายวิชาการ

1. อ.ธัญวรัตน์	จันท์ศรี	ประธาน
2. อ.อภิญญาการย์	เจริญลาภ	กรรมการ
3. อ.วรราลีณี	สีบซึ่ง	อนุกรรมการและเลขานุการ

หน้าที่ - จัดเตรียมรายชื่ออุปกรณ์ที่ใช้ในการประเมินและใช้ในกิจกรรม
- จัดเตรียมรูปแบบและรายละเอียดในงานและการทดสอบและการประเมินสมรรถภาพทางกาย
- รวบรวมและสรุปผลการดำเนินงานในฝ่าย

อนุกรรมการฝ่ายประชาสัมพันธ์ การบันทึกภาพและวิดีโอ ลงทะเบียน ประเมินผล

1. อ.ปฐมพงศ์	จันธิมา	ประธาน
2. อ.ดร.ณัฐฐิกา	นาคเพชร	กรรมการ
3. อ.ธัญวรัตน์	จันท์ศรี	อนุกรรมการและเลขานุการ

หน้าที่ - ประชาสัมพันธ์การจัดงานในระดับคณะและมหาวิทยาลัย
- ทำโปสเตอร์ประชาสัมพันธ์
- บันทึกภาพและวิดีโอในวันงาน



คำสั่ง คณะกายภาพบำบัดและเวชศาสตร์การกีฬา

ที่ 013 /2564

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงาน “โครงการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ประจำปีการศึกษา 2564”

เพื่อให้การดำเนินโครงการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ประจำปีการศึกษา 2564 ซึ่งจะจัดขึ้นในวันที่ 10 พฤศจิกายน 2564 ในรูปแบบออนไลน์ (Telemedicine) เป็นไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพจึงขอแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานฝ่ายต่างๆ ดังมีรายชื่อต่อไปนี้

คณะกรรมการจัดงาน

- | | | |
|------------------|---------------|---------------------|
| 1. อ.ดร.กิติมา | รงค์สวัสดิ์ | ที่ปรึกษา |
| 2. อ.อภิญญ์การย์ | เจริญลาภ | ประธาน |
| 3. อ.ดร.ณัฐริกา | นาคเพชร | กรรมการ |
| 4. อ. ทิวา | โกศล | กรรมการ |
| 5. อ.วาราลินี | สีบซึ่ง | กรรมการ |
| 6. อ.ปฐมพงศ์ | จันธิมา | กรรมการ |
| 7. อ.ภัทร์ลดา | ตั้งวีระสิงค์ | กรรมการ |
| 8. อ.ธัญวรัตน์ | จันท์ศรี | กรรมการและเลขานุการ |

อนุกรรมการฝ่ายวิชาการ

- | | | |
|------------------|----------|------------------------|
| 1. อ.ธัญวรัตน์ | จันท์ศรี | ประธาน |
| 2. อ.อภิญญ์การย์ | เจริญลาภ | กรรมการ |
| 3. อ.วาราลินี | สีบซึ่ง | อนุกรรมการและเลขานุการ |

หน้าที่ - จัดเตรียมรายชื่ออุปกรณ์ที่ใช้ในการประเมินและใช้ในกิจกรรม
- จัดเตรียมรูปแบบและรายละเอียดในงานและการทดสอบและการประเมินสมรรถภาพทางกาย
- รวบรวมและสรุปผลการดำเนินงานในฝ่าย

อนุกรรมการฝ่ายประชาสัมพันธ์ การบันทึกภาพและวิดีโอ ลงทะเบียน ประเมินผล

- | | | |
|-----------------|----------|------------------------|
| 1. อ.ปฐมพงศ์ | จันธิมา | ประธาน |
| 2. อ.ดร.ณัฐริกา | นาคเพชร | กรรมการ |
| 3. อ.ธัญวรัตน์ | จันท์ศรี | อนุกรรมการและเลขานุการ |

หน้าที่ - ประชาสัมพันธ์การจัดงานในระดับคณะและมหาวิทยาลัย
- ทำโปสเตอร์ประชาสัมพันธ์
- บันทึกภาพและวิดีโอในวันงาน

รายชื่อผู้เข้าร่วมงาน

รายชื่อผู้เข้าร่วมงานการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

วันที่ 10 พฤศจิกายน 2564

คณะกายภาพบำบัดและเวชศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยรังสิต

สรุปจำนวนผู้เข้าร่วมงาน

1. ลงทะเบียนผ่านระบบออนไลน์ (Google form)	87	คน
2. ลงทะเบียนผ่านรายวิชา	32	คน
3. อาจารย์ผู้ดำเนินการ	11	คน
รวม	130	คน

การลงทะเบียนผ่านระบบออนไลน์ (Google form)

ลำดับ	ชื่อ - นามสกุล	อาชีพ	สถานที่ทำงาน
1	กก. วีรยุทธ จันทร์อ่อน	นักกายภาพบำบัด	โรงพยาบาลกรุงเทพสมุย
2	พงษ์พัฒน์ ธรรมธะสาร	นักกายภาพบำบัด	รพ.แก้งคร้อ
3	ปิยพร สรรพขาว	นักกายภาพบำบัด	โรงพยาบาลไชยา
4	สิริธร แพกฤษ	นักกายภาพบำบัด	โรงพยาบาลไชยา
5	จันทร นิยมพงษ์	รับจ้าง	สนามกอล์ฟเมืองเอก
6	นางสาวเกสร เกตุเกลี้ยง	นักกายภาพบำบัด	รพ.ท่าโรงช้าง
7	มยุรี เอี่ยมไธสง	พนักงานราชการ	มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
8	กัมพล ทวีภักดีโชติ	พนักงานบริษัท	ซีวาสุข โคราช
9	นส.กนกวรรณ กนกนางวงศ์	สื่อมวลชน	วิทยุ fm.97.0
10	อริยะ สมบุญ	เจ้าหน้าที่หน่วยงานเอกชน	มหาวิทยาลัยรังสิต
11	นางชฎาภรณ์ เพิ่มเพชร	รับราชการ	รพ.มหาราชนครศรีธรรมราช
12	ทิพวิมล คำช่วย	นักบำบัด	โรงพยาบาลมหาราช นครศรีธรรมราช
13	ธนาภัทร จันทรศรี	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
14	นพวรรณ บุญคุ้ม	นักกายภาพบำบัด	รพ. บางปะกอก 1
15	ดวงรัตน์ ไทรหอมหวล	ผู้แทนยา , ธุรกิจส่วนตัว	เมืองเอก

ลำดับ	ชื่อ - นามสกุล	อาชีพ	สถานที่ทำงาน
16	นางสาวภัคจิรา อูประ	นักกายภาพบำบัด	โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชด่านซ้าย
17	นายวุฒิศักดิ์ ขวัญทอง	นักกายภาพบำบัด	รพ.เปาโลรังสิต
18	ทองแท้ ทองตั้งทูน	นักเรียน	โรงเรียนสารสาสน์วิเทศ คลองหลวง
19	รติมา ศิลปศาสตร์	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
20	ธนากร วงศ์วิวัฒน์ไชย	นักศึกษา	ม.กรุงเทพ
21	ไท เอี่ยมศิริ	นักสี	บ้าน
22	วชิรญา บัวส่อง	นักศึกษา	มหาสิทยาลัยรังสิต
23	ณัฐชยา โชติมานนท์	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
24	นบีล มุฮำหมัด	นักศึก	โรงเรียน
25	ภาวิต ฉิมหิรัญ	นักเรียน	โรงเรียน
26	อัครภัทร พรายพรรณ	นักเรียน	นักเรียน
27	ปวเรศร์ มิตรเจริญ	นักเรียน	-
28	ปิ่นมณี จินหลี่	นักศึกษา	คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
29	นายณัฐวรราช สายระย้า	นักเรียน	-
30	วริศรา โลงจิตร	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
31	เมธาวี แจงดี	นักศึกษา	-
32	มัทนา บุญจิตร	นักศึกษา	-
33	นุรีดา อาลี	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
34	ปิยพร เคยอาษา	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
35	บรรณพร แสงระ	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
36	นางสาวเด็ยรยา แจงงาม	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
37	นางสาวพัชรินทร์ ดำแดง	นักศึกษา	ม.รังสิต
38	นางสาว รุติมนต์ โรจน์ถิรพงศ์	นักศึกษา	มหาลัยรังสิต
39	นัฐนิชา ทุมมากรณ์	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
40	กนกวรรณ สุกใส	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต

ลำดับ	ชื่อ - นามสกุล	อาชีพ	สถานที่ทำงาน
41	ธนดล จำคำ	นักศึกษา	-
42	มนัสวรรณ นกแก้ว	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
43	มนัสวรรณ นกแก้ว	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
44	นายอุกฤษฏ์ สอนสุภาพ	นักศึกษา	มหาลัยมหาสารคาม
45	รินรดา สุภิกำ	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
46	ธีรศรา เกิดเนตร	นักศึกษา	-
47	นางสาวชุตติรัตน์ รัศมี	พนักงานบริษัท	บริษัท มิวิก(ไทยแลนด์) จำกัด
48	วรายุส คุ่มนวล	พนักงานบริษัท	46/1484 หมู่ 5 ต.บางคูรัด อ.บางบัวทอง นนทบุรี 11110
49	อาริสา บายี	พยาบาล	โรงพยาบาลสมเด็จพระ ยุพราชยะหา
50	นางสาวหนึ่งฤทัย ตีบุญมี ณ ชุมแพ	นักศึกษา	-
51	ธีรเมธ สิงห์เกียรติ	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
52	ตันติกร ตะมาริต	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
53	ฐิติพร ศรีพันธ์	พนักงานบริษัท	กทม
54	นางสาว ชนัญญา ภัยอำมรมิ	นักศึกษา	มหาวิทยาลัย
55	จิตติมา สงกาผัน	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
56	นางสาวกรรณิการ์ อินทิพย์	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
57	ธมลวรรณ เกียรติเตชะ	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
58	นางสาวชนิกานต์ ตังดี	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
59	พิริยาพร วรรณะกุล	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
60	นางสาวธนัชชา สุมนาพันธุ์โชติ	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
61	บัณฑิตา วรรณแก้ว	นักศึกษา	ม.รังสิต
62	นางสาวสุนิภา บริบูรณ์ทรัพย์	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
63	จิตธนา พหลทัฬ	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
64	นางสาวศุภมาส ชูเกิด	นักศึกษา	ม.รังสิต

ลำดับ	ชื่อ - นามสกุล	อาชีพ	สถานที่ทำงาน
65	ณณนวัฒน์ แซ่เล่า	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต
66	สมบูรณ์ โททัสสะ	พนักงานบริษัท	บริษัทไทย เอ็น โอ เค
67	ตระกานต์ดา กันทอน	ข้าราชการ	โรงพยาบาลบัวลาย
68	นางสาว ซอฟะฮ์ บาฮี	อิสระ	-
69	รสนันท์ เดชพลกรัง	นักศึกษา	บ้าน
70	นางสาว ซอฟะฮ์ บาฮี	อิสระ	-
71	ภูวดล ศรีเฉลียว	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ
72	น้ำฝน เรืองฤทธิ์	นักศึกษา	-
73	ปิตียา ศรีสุทธิ	รับจ้าง	46/1484 ม. 5 บางคูรัด บางบัวทอง นนทบุรี
74	กัญญาณัฐ สุกตศักดิ์ถาวร	นักศึกษา	ม.รังสิต
75	ภัทรนันท์ อินทรา	นักศึกษา	มหาวิทยาลัย รังสิต
76	เบญญาภา บุญสูง	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
77	บวรนันท์ แดงพิบูลย์สกุล	นักศึกษา	มหาลัย
78	นายณรงค์ฤทธิ์ ศรีหมอก	นักศึกษา	มหาลัยรังสิต
79	ณิรชา มีโพธิ์	นักศึกษา	-
80	พิชาภรณ์ ไทยซ้อย	นักศึกษา	-
81	อาฟฟ กระจำงพัฒน์	นักศึกษา	.
82	ปิตียา ศรีสุทธิ	รับจ้าง	46/1484 ม.5 บางคูรัด บาง บัวทอง นนทบุรี
83	รมย์นลิน พันธุ์ดอกแก้ว	รับจ้าง	46/1484 ม.5 บางคูรัด บาง บัวทอง นนทบุรี
84	นางสาวธัญภา ดาพันธ์	รับจ้าง	46/1484 ม.5 บางคูรัด บางบัวทอง นนทบุรี
85	ธัญทิพ ณรงค์อินทร์	นักศึกษา	มหาวิทยาลัยรังสิต
86	กัลยณัฐ บุญส่ง	นักเรียน	โรงเรียนกาญจนาภิเษกวิ ทยาลัย นครปฐม
87	ยลธิดา เหล่าสุนา	นักศึกษา	ม.รังสิต

ลงทะเบียนผ่านรายวิชา

ลำดับที่	รหัสนักศึกษา	ชื่อ - สกุล
1	6004934	นางสาว พรสวรรค์ สุริวงศ์
2	6203714	นางสาว กวินนา กุลรักษา
3	6300327	นาย ภฤศธร ภูวภิรมย์ขวัญ
4	6300363	นางสาว ภาวินี ศรีศักดิ์านูวัตร
5	6300786	นางสาว ศศิวิมล หนูน้อย
6	6301380	นาย นนทกร วีระแสงพงษ์
7	6301381	นางสาว ชัญญา อุ่นวัฒนกุล
8	6301382	นางสาว ปัทมาพร อิ่มแก้ว
9	6301384	นางสาว ร่มกίοภา พุดประเสริฐ
10	6301584	นางสาว ดนลยา ศรีเฉลียว
11	6301672	นางสาว วรพรรณ ภาณุศักดิ์
12	6301694	นางสาว ฌิญาดา มุขำหมัด
13	6301853	นางสาว จีรนนท์ จันทร์มาตร์
14	6301919	นางสาว ประกายฟ้า สันทานนท์
15	6301929	นาย อัศววิทย์ ศรีเตชะ
16	6301965	นางสาว วรณิศา โนใหม่
17	6302030	นางสาว ศศิมา สุตราม
18	6302044	นางสาว ปณัสยา สงวนวงศ์
19	6302165	นางสาว นันทชญาณ์ พัชรพิริยา
20	6302642	นาย อาชญ์ เอี่ยมจ้อย
21	6302799	นางสาว ฌัฐนันท์ นวนภูมิวรรณ
22	6303008	นางสาว ทัดติกา เทียนแก้ว
23	6303011	นางสาว ทิพสุนัน สุขอนันต์
24	6303035	นาย อภูตม นัยศาลิน
25	6303105	นาย พศวัต ไพบูลย์รัตนกุล
26	6303272	นาย ประภากร ศรีไผทสมันต์
27	6304041	นาย สมณ ภัทรนารา
28	6304051	นางสาว จิตตรีญา อินประชา

ลำดับที่	รหัสนักศึกษา	ชื่อ - สกุล
29	6304099	นางสาว รัชนิยากร พรหมมา
30	6304234	นาย เอกวุฒิ ธีวรพันธ์
31	6304397	นางสาว นดา บาฮี
32	6304894	นาย สมิต์ ภูเวียง

อาจารย์ผู้ดำเนินงานและควบคุมดูแลขั้นตอนการตัดสมรรถภาพทางกาย

1. อ.ปฐมพงศ์ จันธิมา
2. อ.อภิษฎ์กรชัย เจริญลาภ
3. อ.ทิวา โกศล
4. อ.ธัญวัฒน์ จันทศรี
5. อ.ภัทรลดา ตั้งวีรสิงห์
6. อ.ดร.ณัฐฎีกา นาคเพชร
7. อ.อัษฎมณี ยี่งยงยุทธ
8. อ.ดร.กิติมา รงค์สวัสดิ์
9. อ.วราริณี สิบซึ้ง
10. อ.สมชนก รังสีชนกุล
11. อ.ชัยรัฐ เผือกลิขิต

ภาพกิจกรรม









