



# รายงานผลการดำเนินโครงการ

## โครงการ กีฬาสี ปีการศึกษา 2564

อภิสิทธิ์ หมายมี ผู้สรุปรายงาน/ อ.จุฑารัตน์ เสาวพันธ์ ผู้ตรวจทาน



วันที่ 1 มกราคม ถึง 2 กุมภาพันธ์ 2565

งานพัฒนาและบริการนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี

## คำนำ

ตามที่คณะกรรมการงานพัฒนาและบริการนักศึกษา ร่วมกับสโมสรนักศึกษาฯ ได้ดำเนินโครงการกีฬาสีประจำปีการศึกษา 2564 เพื่อส่งเสริมพัฒนาทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ รวมทั้งให้นักศึกษานำกระบวนการ PDCA มาใช้ในการดำเนินกิจกรรมในขั้นตอนต่าง ๆ เพื่อให้ภารกิจบรรลุเป้าหมาย คณะกรรมการทำงานจึงได้จัดทำสรุปและรายงานผลโครงการนี้ เพื่อนำผลการจัดโครงการตลอดจนปัญหาและอุปสรรคในการจัดโครงการมาเป็นแนวทางในการพัฒนาการจัดโครงการให้เกิดประสิทธิภาพต่อไป

คณะผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่าเอกสารสรุปและรายงานฉบับนี้จะเป็นประโยชน์ต่อการจัดกิจกรรมในครั้งต่อไป

คณะกรรมการงานพัฒนาและบริการนักศึกษา และคณะกรรมการสโมสรนักศึกษา  
จัดทำ

## สารบัญ

| เรื่อง                                  | หน้า |
|-----------------------------------------|------|
| บทสรุป                                  | 4    |
| - ความสอดคล้องกับมาตรฐานการศึกษา        | 4    |
| รายงานผลการดำเนินงาน                    |      |
| - รายงานวิธีการดำเนินงาน                | 4    |
| - รายงานงบประมาณ                        | 8    |
| - รายงานสรุปผลความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ | 8    |
| - รายงานสรุปผลความสำเร็จตามตัวชี้วัด    | 8    |
| - สรุปและวิเคราะห์ผล                    | 12   |
| ภาคผนวก                                 | 14   |
| - ภาพบรรยากาศการดำเนินโครงการ           |      |
| - โครงการที่ได้รับการอนุมัติ            |      |

## บทสรุป

กิจกรรมนี้มีความสอดคล้องกับมาตรฐานการศึกษา ดังนี้

### สภาการพยาบาล

ตัวบ่งชี้ที่ 11 การพัฒนานักศึกษา (เกณฑ์ทั่วไป) พัฒนานักศึกษาที่ส่งเสริมผลการเรียนรู้ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับปริญญาตรีสาขาพยาบาลศาสตร์

### สถาบันการอุดมศึกษา

ตัวบ่งชี้ที่ 1.6 การพัฒนาศักยภาพนักศึกษา

- พัฒนานักศึกษาให้ครบตามกรอบมาตรฐาน TQF ทักษะคุณธรรม จริยธรรม และทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ

- ส่งเสริมให้นักศึกษานำกระบวนการประกันคุณภาพ และกระบวนการ PDCA มาใช้ในการดำเนินกิจกรรม

อัตลักษณ์ของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์: มีภาวะผู้นำ จริยธรรมเด่น เน้นจิตอาสา พัฒนานวัตกรรมสู่สังคม

รายงานผลการดำเนินงาน โครงการ “ กีฬาสี ” ประจำปีการศึกษา 2564

ผู้รับผิดชอบโครงการ คณะกรรมการงานพัฒนาและบริการนักศึกษา คณะกรรมการสโมสรนักศึกษา

ประเภทโครงการ : ใหม่

### 1. หลักการและเหตุผล

การสร้างเสริมสุขภาพเป็นงานที่ทุกองค์กรควรสร้างให้เกิดขึ้นภายในองค์กร เพื่อให้บุคลากรมีความตระหนักในการดูแลสุขภาพ การจัดการแข่งขันกีฬาเป็นการสร้างเสริมสุขภาพที่ดีและมีประโยชน์รวมทั้ง เกิดขึ้นมาแล้วช้านาน การแข่งขันกีฬาไม่เพียงเป็นการสร้างเสริมสุขภาพให้ร่างกาย จิตใจแข็งแรงเท่านั้น ยังเป็นกิจกรรมที่ทำให้นักกีฬาและบุคคลที่ร่วมในกิจกรรมมีสัมพันธภาพที่ดีมีการพัฒนาทักษะการทำงานเป็นทีม การสื่อสาร ความเสียสละ มีวินัยต่อตนเองและสังคม และยังส่งเสริมภาวะผู้นำของบุคคล ซึ่งมีความสอดคล้องกับแนวคิดของสำนักงานการอุดมศึกษาแห่งชาติ กรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับปริญญาตรีสาขาพยาบาลศาสตร์ ของสภาการพยาบาล รวมทั้งอัตลักษณ์ของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ นอกจากนั้นยังเป็นกิจกรรมที่ นักศึกษาต้องนำกระบวนการ PDCA มาใช้เพื่อให้การทำงานร่วมกันมีประสิทธิภาพอีกด้วย ดังนั้น คณะ พยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี จึงได้จัดกิจกรรมกีฬาสีขึ้นซึ่งเป็นการดำเนินงานร่วมกันระหว่าง นักศึกษา เพื่อพัฒนาบุคลากร นักศึกษาให้เป็นผู้ที่มีสมรรถนะดังที่กล่าวไป

### 2. ขอบเขตของการดำเนินโครงการ

#### 2.1 สถานที่และวันเวลาดำเนินงาน

1 ม.ค. ถึง 2 ก.พ. 65 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขต อุดรธานี

#### 2.2 ขั้นตอนการดำเนินงานใช้กระบวนการ PDCA และกิจกรรมที่สำคัญ

ขั้นเตรียมการ (Plan) มีการประชุมวางแผนของคณะกรรมการดำเนินงานและเครือข่าย สำนวความ ต้องการของนักศึกษา จากนั้นสรุปผลการสำรวจและนำมาวางแผน ในสัปดาห์ที่ 3 เดือนกรกฎาคม 2564 จากนั้น

- คณะกรรมการงานพัฒนาและบริการนักศึกษา จัดประชุมชี้แจงการดำเนินโครงการ

- แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานซึ่งประกอบด้วยคณะกรรมการสโมสรนักศึกษา และคณะกรรมการงานพัฒนาและบริการนักศึกษา

- คณะกรรมการฯ ร่วมวางแผนการดำเนินงาน

ขั้นตอนการ (DO) เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติงบประมาณในสัปดาห์ที่ 1 สิงหาคม 2564 หารืออนุมัติโครงการ จัดประชุมคณะกรรมการดำเนินงานเพื่อวางแผนรูปแบบการดำเนินกิจกรรม เมื่อโครงการผ่านการอนุมัติแล้วจึงดำเนินการตามแผนที่วางไว้

- ขั้นประเมินผลการดำเนินงาน (Check) ติดตามประเมินผลการดำเนินงานทุกขั้นตอนตั้งแต่เริ่ม การเขียนโครงการเพื่อขออนุมัติ ดำเนินงานตามแผนที่วางไว้ หากมีปัญหาให้ทำการแก้ไขปัญหาโดยการประชุมคณะกรรมการย่อยทุกชุดเพื่อร่วมกันแก้ปัญหาทันที เมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรมทำการประเมินผลกิจกรรมให้แล้วเสร็จภายใน 1 สัปดาห์

- ขั้นสรุปผลการดำเนินงาน (Action) จัดประชุมเพื่อสรุปผลการดำเนินงาน โดยทำ SWOT analysis หาจุดอ่อน จุดแข็งปัญหาอุปสรรค โอกาสพัฒนา ถอดบทเรียน แล้วสรุปผลการประเมินกิจกรรม นำเสนอผลการดำเนินงานต่อที่ประชุมคณะกรรมการบริหารคณะฯ และขอข้อเสนอแนะ เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงพัฒนา กิจกรรมในคราวถัดไป

### 3. ผลการประเมินกระบวนการดำเนินงานตามหลัก PDCA

3.1 ขั้นเตรียมการ (Plan) ประชุมวางแผนคณะกรรมการดำเนินงานทั้งหมด 6 ครั้ง เพื่อแบ่งหน้าที่รับผิดชอบ กิจกรรม/วิธีดำเนินการ (PDCA) (แสดงเป็น Gantt chart)

#### ขั้นวางแผน (Plan)

| เวลา/กิจกรรม                                                       | 2564 |      |      |      |      |      | 2565 |      |
|--------------------------------------------------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| เดือน                                                              | ก.ค. | ส.ค. | ก.ย. | ต.ค. | พ.ย. | ธ.ค. | ม.ค. | ก.พ. |
| 1.ขั้นเตรียมการ (Plan)                                             |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 1.1 ศึกษาและสำรวจความต้องการ                                       | ↔    |      |      |      |      |      |      |      |
| 1.2 สรุปผลการสำรวจและนำมาวางแผน                                    | ↔    |      |      |      |      |      |      |      |
| 1.3 เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติ<br>งบประมาณ                         |      | ↔    |      |      |      |      |      |      |
| 2. ขั้นดำเนินการ (DO)                                              |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 2.1 ประชุมคณะกรรมการดำเนินงานเพื่อ<br>วางแผนรูปแบบการดำเนินกิจกรรม |      |      | ↔    |      |      |      |      |      |
| 2.2 ดำเนินการตามแผน                                                |      |      |      | ←    | →    | →    | →    | →    |
| 3. ขั้นประเมินผล (Check)                                           |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 3.1 ประเมินผลการดำเนินโครงการ                                      |      |      |      | ←    | →    | →    | →    | →    |

| เวลา/กิจกรรม               | 2564 |      |      |      |      |      | 2565 |      |
|----------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| เดือน                      | ก.ค. | ส.ค. | ก.ย. | ต.ค. | พ.ย. | ธ.ค. | ม.ค. | ก.พ. |
| 4.ขั้นสรุปผล (Action)      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 4.1 .นำผลมาปรับปรุงโครงการ |      |      |      |      |      |      |      | ↔    |
| 4.2 สรุปผล                 |      |      |      |      |      |      |      | ↔    |

3.2 ขั้นดำเนินการ (DO) เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติงบประมาณ ขณะรออนุมัติโครงการ จัดประชุม คณะกรรมการดำเนินงานนำเสนอความคืบหน้าในงานแต่ละฝ่าย เพื่อวางแผนรูปแบบการดำเนินกิจกรรมใน กลางเดือน ตุลาคม 2564 เมื่อโครงการผ่านการอนุมัติแล้วจึงดำเนินการตามแผนที่วางไว้ โดยเริ่มซ้อมกีฬาและ แข่งขันตั้งแต่ วันที่ 1 มกราคม ถึงวันที่ 1 กุมภาพันธ์ 2565 ตามตารางการแข่งขันกีฬา และพิธีเปิดการแข่งขัน “กีฬาสี ประจำปี 2564” ในวันที่ วันที่ 2 กุมภาพันธ์ 2565 รายละเอียดการดำเนินโครงการดังนี้

### โปรแกรมการแข่งขันกีฬาสี ประจำปี 2564

#### มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี

#### การแข่งขันกีฬา วอลเลย์บอล, ตะกร้อ, แบดมินตัน และ e-sport (Rov)

| วันที่                          | รายการแข่งขัน                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| วันที่ 7 มกราคม พ.ศ. 2565       | คู่ที่ 1. แข่งขันกีฬาวอลเลย์บอล เวลา 16.00 - 17.00 น. สีนํ้าเงิน พบ สีม่วง<br>คู่ที่ 2. แข่งขันกีฬาตะกร้อ เวลา 17.10 - 18.10 น. สีเขียว พบ สีม่วง                                                                                                           |
| วันที่ 8 มกราคม พ.ศ 2565        | คู่ที่ 1. แข่งขันกีฬาวอลเลย์บอล เวลา 16.00-17.00 น. สีเขียว พบ สีม่วง<br>คู่ที่ 2. แข่งขันกีฬาตะกร้อ เวลา 17.10-18.10 น. สีเขียว พบ สีนํ้าเงิน                                                                                                              |
| วันที่ 14 มกราคม พ.ศ 2565       | คู่ที่ 1. แข่งขันกีฬาวอลเลย์บอล เวลา 16.00 - 17.00 น. สีนํ้าเงิน พบ สีเขียว<br>คู่ที่ 2. แข่งขันกีฬาตะกร้อ เวลา 17.10 - 18.10 น. สีม่วง พบ สีนํ้าเงิน                                                                                                       |
| วันที่ 15 มกราคม พ.ศ 2565       | คู่ที่ 1. แข่งขันกีฬา e-sport (Rov) เวลา 15.00 - 16.00 น. สีเขียว พบ สีม่วง<br>คู่ที่ 2. แข่งขันกีฬา e-sport (Rov) เวลา 16.10 - 17.00 น. สีเขียว พบ สีนํ้าเงิน<br>คู่ที่ 3. แข่งขันกีฬา e-sport (Rov) เวลา 17.10 - 18.10 น. สีนํ้าเงิน พบ สีม่วง            |
| วันที่ 29 มกราคม พ.ศ 2565       | คู่ที่ 1. แข่งขันกีฬาแบดมินตัน (คู่ผสม) เวลา 16.00 - 16.30 น. สีเขียว พบ สีนํ้าเงิน<br>คู่ที่ 2. แข่งขันกีฬาแบดมินตัน(คู่ผสม) เวลา 16.40 - 17.10 น. สีม่วง พบ สีนํ้าเงิน<br>คู่ที่ 3. แข่งขันกีฬาแบดมินตัน (คู่ผสม) เวลา 17.20 - 17.40 น. สีม่วง พบ สีเขียว |
| สรุปการแข่งขัน<br>รอบชิงชนะเลิศ | กีฬาวอลเลย์บอล สีเขียว ชิงชนะเลิศกับ สีนํ้าเงิน<br>กีฬาตะกร้อ สีเขียว ชิงชนะเลิศกับ สีม่วง<br>กีฬาแบดมินตัน (คู่ผสม) สีนํ้าเงิน ชิงชนะเลิศกับ สีม่วง<br>e-sport (Rov) สีม่วง ชนะเลิศกับสี นํ้าเงิน                                                          |



**กำหนดการ พิธีเปิดการแข่งขัน “กีฬาสี ประจำปี 2564”**  
**คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี**  
**วันพุธที่ 2 พฤศจิกายน 2565**  
**ณ สนามกีฬา มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี**

- 
- |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 13.00 น.         | - นักกีฬาและกองเชียร์พร้อมกัน ณ สนามกีฬา มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 13.30 น.         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- พิธีเปิด</li> <li>- บรรเลงเพลงมหาฤกษ์</li> <li>- นายสิทธิพล ฮงหวล รองนายกสโมสรนักศึกษาและรองประธานจัดการแข่งขันกล่าวรายงาน</li> <li>- ประธานในพิธีกล่าวเปิดการแข่งขัน (ดร.รวีวรรณ เฝ้ากัณหา)</li> <li>- นักกีฬาวีฑคบเพลิง (นายศศิธร ศรีโสภา และ นายอัครเดช เพชรมีศรี) วีนาคบเพลิงสู่สนามและจุดคบเพลิง (พิธีกรอ่านประวัติ)</li> <li>- นักกีฬาอาวุโส (นายศศิธร ศรีโสภา และ นายอัครเดช เพชรมีศรี) นำกล่าวคำปฏิญาณตน</li> </ul> <p style="margin-left: 40px;">“นักกีฬากล่าวคำปฏิญาณตนตามข้าพเจ้า ข้าพเจ้า.....ขอประกาศตน ณ ที่นี้ว่า ข้าพเจ้าคือนักกีฬาสมัครเล่น และขอปฏิญาณตนว่า ข้าพเจ้าจะแข่งกีฬาสี ด้วยจิตใจนักกีฬาอย่างแท้จริง”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- บรรเลงเพลงกราวกีฬา เชิญธงกีฬา</li> <li>- นักกีฬาและกองเชียร์กลับสู่อัฒจันทร์</li> </ul> |
| 13.50 - 14.10 น. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- การแสดงเปิดการแข่งขัน โดยนักศึกษาชั้นปีที่ 1,2               <ul style="list-style-type: none"> <li>- ปี 1 เต้นบาสโลบประกอบเพลงอยากจับแค่พบน้า</li> <li>- ปี 2 เทควันโดแสดงโดย นายอัครเดช เพชรมีศรี และคณะ</li> </ul> </li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 14.10 - 14.40 น. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- การแสดงของแต่ละสี (การแสดงสีละ 10 นาที)               <ul style="list-style-type: none"> <li>- การแสดงสีน้ำเงินเรื่องโควิด (ขึ้นป้ายไวโนลและเต้นประกอบเพลงล้างมือบ่อยๆ)</li> <li>- การแสดงของสีม่วงเรื่องบุหรี, สารเสพติด (เต้นแอโรบิคพร้อมถือป้ายณรงค์)</li> </ul> </li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |



- การแสดงของสี่เขียวเรื่องศิลปะวัฒนธรรม (รำประกอบเพลงอีสานบ้านเฮา)
- 14.50 - 15.20 น. - การแข่งขันวอลเลย์บอลรอบชิงชนะเลิศ (สื่อน้ำเงินพบสี่เขียว)
- การแข่งขันแบดมินตันรอบชิงชนะเลิศ (สื่อน้ำเงินพบสีม่วง)
- 15.30 น.- 16.00 น. - การแข่งขันกีฬาพื้นบ้าน
- ปิดตาตีปิ๊บ สีละ 1 คน (นักศึกษา)
- ตีกอล์ฟมะเขือยาว สีละ 2 คน (นักศึกษา)
- วิ่งเปรี๊ยะ สีละ 5 คน (อาจารย์ 1 นักศึกษา 4)
- วิ่งผลัดฮูล่าฮูป สีละ 5 คน (อาจารย์ 2 นักศึกษา 3)
- 16.10 น. - พิธีมอบรางวัล และกล่าวปิดการแข่งขัน

3.3 ขั้นประเมินผลการดำเนินงาน (Check) ในระยะนี้ได้เริ่มการประเมินตั้งแต่กระบวนการเตรียมดำเนินการนัดประชุม มีการวางแผนเพื่อแก้ไขสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้นไวล่วงหน้า จึงสามารถแก้ไขสถานการณ์ได้ด้วยดี

#### 3.3.1. ตารางที่ 1 สรุปค่าใช้จ่ายของโครงการ/กิจกรรม

| รายการ  | จำนวน ( บาท) |
|---------|--------------|
| ตั้งไว้ | 9,500        |
| ใช้ไป   | 9,500        |
| คงเหลือ | 0            |

#### 3.3.2 ตารางที่ 2 สรุปผลการประเมินความสำเร็จตามวัตถุประสงค์และตัวชี้วัดของโครงการ วัตถุประสงค์โครงการ

1. เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาเป็นผู้มีสมรรถนะด้านการสร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย และการกำกับตนเอง
2. เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษามีทักษะการทำงานเป็นทีม การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีและการรับผิดชอบต่อหน้าที่
3. เพื่อส่งเสริมสัมพันธภาพ ให้มีความรัก ความสามัคคีของผู้เข้าร่วมกิจกรรม

| ตัวชี้วัดความสำเร็จ<br>ของโครงการ                   | ผลการประเมินตามตัวชี้วัด<br>ความสำเร็จของโครงการ                            | หมายเหตุ |
|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------|
| 1. กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมโครงการไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 | 1. นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-2-3<br>จำนวน 172 คน คิดเป็นร้อยละ 91.00 | ✓        |



| ตัวชี้วัดความสำเร็จ<br>ของโครงการ                                                                                                                                                        | ผลการประเมินตามตัวชี้วัด<br>ความสำเร็จของโครงการ                                                                                                                                                                         | หมายเหตุ |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 2. นักศึกษาผู้เข้าร่วมกิจกรรม ร้อยละ 80 ขึ้นไป<br>แสดงออกถึงพฤติกรรมทำงานเป็นทีม การเป็น<br>ผู้นำ การเป็นผู้ตามที่ดี และการมีความ<br>รับผิดชอบต่อนหน้าที่ ตลอดระยะเวลาในการทำ<br>กิจกรรม | 2. ผลการประเมินการทำงานเป็นทีม มี<br>คะแนนเฉลี่ย 3.09 จากคะแนนเต็ม 4 อยู่ใน<br>ระดับดี และผลการประเมินทักษะ<br>ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความ<br>รับผิดชอบ ภาวะผู้นำ มีคะแนนเฉลี่ย 3.18<br>จากคะแนนเต็ม 4 อยู่ในระดับดี | ✓        |
| 3. นักศึกษามีสมรรถนะในการกำกับตนเองใน<br>การสร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย อยู่ใน<br>ระดับดี                                                                                             | 3. ผลการประเมินสมรรถนะในการกำกับ<br>ตนเองในการสร้างเสริมสุขภาพการออก<br>กำลังกาย มีคะแนนเฉลี่ย 2.91 จากคะแนน<br>เต็ม 4 อยู่ในระดับสูง                                                                                    | ✓        |
| 4. กลุ่มเป้าหมายมีความพึงพอใจในกิจกรรมที่<br>ดำเนินการไม่น้อยกว่า 3.51 จากคะแนนเต็ม 5                                                                                                    | 4. ผลการประเมินความพึงพอใจในกิจกรรม<br>ที่ดำเนินการ มีคะแนนเฉลี่ย 4.21 อยู่ใน<br>ระดับพึงพอใจมาก                                                                                                                         | ✓        |

3.3.3 ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ  
ภาวะผู้นำ (n=16)

| ที่                                          | รายการประเมิน                                                                                  | Mean | SD   | แปลผล |
|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|-------|
| <b>ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (4 ข้อ)</b> |                                                                                                |      |      |       |
| 1.                                           | มีกิริยา วาจาสุภาพ แสดงออกถึงความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น                                       | 3.19 | 0.75 | ดี    |
| 2.                                           | ควบคุมอารมณ์และแสดงออกอย่างมีวุฒิภาวะ เหมาะสมกับกาลเทศะ                                        | 3.31 | 0.79 | ดี    |
| 3.                                           | ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น/ทีม แสดงความคิดเห็นโต้แย้งผู้อื่น/ทีมอย่าง<br>มีเหตุผล             | 3.19 | 0.75 | ดี    |
| 4.                                           | ปรับตัวเข้ากับผู้อื่น/ทีม ปฏิบัติงานกับผู้ร่วมงานได้ทุกระดับ ทำงานเป็นทีม<br>ได้               | 3.25 | 0.77 | ดี    |
| <b>ภาวะผู้นำ (7 ข้อ)</b>                     |                                                                                                |      |      |       |
| 5.                                           | แสดงออกถึงพฤติกรรมการเป็นผู้นำ เช่น การเป็นหัวหน้าทีม ผู้นำประชุม<br>หรือผู้นำกิจกรรม          | 3.13 | 0.81 | ดี    |
| 6.                                           | วิเคราะห์ประเด็นปัญหาและระบุสาเหตุที่แท้จริงเพื่อนำไปสู่การแก้ไขหรือ<br>ปฏิบัติงานให้สำเร็จได้ | 3.25 | 0.77 | ดี    |

| ที่                               | รายการประเมิน                                                                             | Mean | SD   | แปลผล |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|-------|
| 7.                                | สร้างบรรยากาศการทำงานเป็นทีม                                                              | 3.25 | 0.77 | ดี    |
| 8.                                | กำหนดตัวชี้วัดผลงานที่สำคัญซึ่งใช้วัดผลดำเนินการของกระบวนการทำงาน                         | 3.19 | 0.83 | ดี    |
| 9.                                | กำหนดแผนปฏิบัติการที่ช่วยให้การดำเนินงานประสบความสำเร็จอย่างราบรื่น                       | 3.25 | 0.77 | ดี    |
| 10.                               | แก้ปัญหาความขัดแย้งระหว่างบุคคล                                                           | 3.19 | 0.75 | ดี    |
| 11.                               | แสวงหาโอกาสในการปรับปรุงกระบวนการทำงานให้ดีขึ้น                                           | 3.19 | 0.75 | ดี    |
| <b>ทักษะความรับผิดชอบ (6 ข้อ)</b> |                                                                                           |      |      |       |
| 12.                               | มีการวางแผน/เตรียมความพร้อมของกิจกรรมก่อนการปฏิบัติงาน                                    | 3.06 | 0.77 | ดี    |
| 13.                               | กำหนดเป้าหมายความสำเร็จของกิจกรรมและมีทิศทางการดำเนินงานให้เป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนด      | 3.09 | 0.83 | ดี    |
| 14.                               | มุ่งมั่นปฏิบัติงานอย่างคล่องแคล่ว ชยัน อดทน ตามที่ได้รับมอบหมาย                           | 3.06 | 0.77 | ดี    |
| 15.                               | ควบคุมความคืบหน้าของการดำเนินงานเพื่อให้มั่นใจว่าสามารถทำได้ตามเวลาที่กำหนดด้วยความรอบคอบ | 3.25 | 0.68 | ดี    |
| 16.                               | ควบคุมประสิทธิภาพของการปรับปรุงขั้นตอนการทำงานหรือกระบวนการทำงาน                          | 3.00 | 0.73 | ดี    |
| 17.                               | ยอมรับผล/พร้อมหาวิธีการแก้ไขปรับปรุงเมื่อผลงานไม่เป็นไปตามเป้าหมาย                        | 3.27 | 0.70 | ดี    |
| 18.                               | บันทึกผลการดำเนินงานตามแผนอย่างเป็นระบบ                                                   | 3.13 | 0.72 | ดี    |
|                                   | ค่าเฉลี่ยโดยรวม                                                                           | 3.18 | 0.76 | ดี    |

3.3.4 ตารางที่ 4 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทำงานเป็นทีม (Teamwork Assessment)  
(n=16)

| ที่ | รายการประเมิน                       | Mean | SD   | แปลผล |
|-----|-------------------------------------|------|------|-------|
| 1.  | การวางแผนการทำงาน                   | 2.73 | 1.16 | ดี    |
| 2.  | ความรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมาย | 3.53 | 0.74 | ดีมาก |
| 3.  | ความร่วมมือในการทำงาน               | 3.13 | 0.74 | ดี    |
| 4.  | มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น      | 2.67 | 0.98 | ดี    |
| 5.  | การรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น      | 3.40 | 0.74 | ดี    |
|     | ค่าเฉลี่ยโดยรวม                     | 3.09 | 0.87 | ดี    |

3.3.5 ตารางที่ 5 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สมรรถนะในการกำกับตนเองในการสร้างเสริมสุขภาพ ด้วยการออกกำลังกาย (n=136)

| พฤติกรรมการออกกำลังกาย                                                                         | Mean | SD   | แปลผล  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|--------|
| 1. ท่านมีการวางแผนหรือจัดสรรช่วงเวลาในการออกกำลังกาย                                           | 3.24 | 0.12 | สูง    |
| 2. ท่านกำกับตนเองในการออกกำลังกายได้โดยไม่พึ่งแรงจูงใจหรือการกำกับจากบุคคลอื่น                 | 3.15 | 0.35 | สูง    |
| 3. ท่านเลือกกิจกรรมออกกำลังกายที่ง่าย ถนัด ชอบเพื่อสร้างแรงจูงใจในการออกกำลังกายให้ตัวเอง      | 3.52 | 0.32 | สูงมาก |
| 4. ท่านออกกำลังกายได้สม่ำเสมอ (วันละ 60 นาที อย่างน้อย 3 วัน/สัปดาห์)                          | 2.89 | 0.25 | สูง    |
| 5. ท่านมีการปรับสภาพร่างกายด้วยการอบอุ่นร่างกาย ยืดเหยียดกล้ามเนื้ออย่างถูกต้องก่อนออกกำลังกาย | 2.5  | 0.28 | สูง    |
| 6. ท่านมีการอบอุ่นร่างกาย (Cooldown) เมื่อสิ้นสุดการออกกำลังกาย                                | 2.5  | 0.34 | สูง    |
| 7. ท่านออกกำลังกายจนรู้สึกเหนื่อยและมีเหงื่อเล็กน้อย                                           | 3.15 | 0.38 | สูง    |
| 8. ท่านเริ่มออกกำลังกายโดยเริ่มต้นที่เบา ๆ แล้วค่อยเพิ่มความหนักของการออกกำลังกาย              | 2.75 | 0.24 | สูง    |
| 9. ท่านออกกำลังกายโดยปฏิบัติตามวิธีการปฏิบัติของอุปกรณ์นั้น                                    | 2.87 | 0.31 | สูง    |
| 10. ท่านสามารถปรับเปลี่ยนประเภทของการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับสภาพร่างกาย เวลาและสถานที่        | 2.59 | 0.36 | สูง    |

| พฤติกรรมการออกกำลังกาย                                                                                       | Mean | SD   | แปลผล |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|-------|
| 11. ท่านประเมินความก้าวหน้า/ความเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมการออกกำลังกายและผลลัพธ์ด้านสมรรถภาพของร่างกายของตนเอง | 2.79 | 0.34 | สูง   |
| 12. ท่านมีความรับผิดชอบและมีความซื่อสัตย์ต่อการปฏิบัติกรออกกำลังกายตามแผนของท่าน                             | 2.96 | 0.29 | สูง   |
| เฉลี่ยรวม                                                                                                    | 2.91 | 0.30 | สูง   |

3.3.6 ตารางที่ 6 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความพึงพอใจต่อการได้รับการพัฒนา และ กระบวนการจัดกิจกรรม (n=146)

| ที่ | รายการประเมิน                                                                         | Mean | SD   | แปลผล |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------|------|------|-------|
|     | <b>ประเมินตามวัตถุประสงค์โครงการ</b>                                                  |      |      |       |
| 1.  | ท่านได้เรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างบุคคล                                    | 4.38 | 0.88 | มาก   |
| 2.  | ท่านได้เรียนรู้การทำงานเป็นทีม การเป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี และความรับผิดชอบต่อหน้าที่ | 4.38 | 0.66 | มาก   |
|     | <b>ประเมินกระบวนการดำเนินงาน</b>                                                      |      |      |       |
| 3.  | การประชาสัมพันธ์รับรู้ได้ทั่วถึง                                                      | 4.22 | 0.67 | มาก   |
| 4.  | มีการดำเนินงานเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพมีการวางแผนที่ดี                                | 4.07 | 0.76 | มาก   |
| 5.  | กิจกรรมมีความเหมาะสม                                                                  | 4.13 | 0.78 | มาก   |
| 6.  | กิจกรรมหลากหลาย                                                                       | 4.04 | 0.83 | มาก   |
| 7.  | ระยะเวลาเหมาะสม                                                                       | 4.37 | 0.69 | มาก   |
| 8.  | นักศึกษามีส่วนร่วมและเข้าถึงกิจกรรมได้ง่าย                                            | 4.21 | 0.77 | มาก   |
|     | ค่าเฉลี่ยโดยรวม                                                                       | 4.21 | 0.76 | มาก   |

3.4 ขั้นสรุปผลการดำเนินงาน (Action) การประชุมสรุปผลการดำเนินงานเป็นไปตามที่กำหนดไว้ ผลการประเมินความสำเร็จของการดำเนินโครงการสามารถบรรลุวัตถุประสงค์ทุกข้อตามที่ตั้งไว้

#### 3.4.1 สรุปและวิเคราะห์ผล ผลที่เกิดขึ้นกับนักศึกษามีดังนี้

1. นักศึกษาเข้าร่วมโครงการจำนวน 172 คน คิดเป็น ร้อยละ 91.00
2. นักศึกษาจำนวน 16 คน ที่เป็นตัวแทนชั้นปีและคณะกรรมการสโมสรนักศึกษา แสดงออกถึงพฤติกรรมทำงานเป็นทีม การเป็นผู้นำ การเป็นผู้ตามที่ดี และการมีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ ตลอดระยะเวลาใน

การทำกิจกรรม จากการสังเกตพฤติกรรมและจากแบบประเมินการทำงานเป็นทีม มีคะแนนเฉลี่ย 3.09 จากคะแนนเต็ม 4 อยู่ในระดับดี และการประเมินทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ ภาวะผู้นำ มีคะแนนเฉลี่ย 3.18 จากคะแนนเต็ม 4 อยู่ในระดับดี

3. การประเมินสมรรถนะในการกำกับตนเองในการสร้างเสริมสุขภาพการออกกำลังกาย มีคะแนนเฉลี่ย 2.91 จากคะแนนเต็ม 4 อยู่ในระดับ สูง

4. ความพึงพอใจต่อการได้รับการพัฒนา และกระบวนการจัดกิจกรรมโดยรวม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.21 อยู่ในระดับมาก

5. วิเคราะห์ผลการจัดกิจกรรมด้วยการสะท้อนคิด โดยคณะกรรมการผู้รับผิดชอบโครงการ มีการมอบหมายหน้าที่ในการดำเนินงาน โดยใช้หลัก PDCA อย่างครบถ้วน มีการแก้ไขปัญหาระหว่างดำเนินการเป็นระยะ ๆ ทั้งในทำให้การดำเนินงานในครั้งนี้อาจบรรลุวัตถุประสงค์และตัวชี้วัดได้ทุกข้อ โดยมีการวิเคราะห์จุดเด่น และจุดพัฒนาดังนี้

**จุดเด่น :**

- มีคณะกรรมการดำเนินงานของสโมสรนักศึกษาที่นำกระบวนการ PDCA มาใช้ในการดำเนินกิจกรรม โดยมีการกำกับติดตามอย่างเป็นระบบ แก้ไขปัญหาได้อย่างรวดเร็ว
- แต่ละทีมมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน รู้จักบทบาทและหน้าที่ของตนเอง ทำให้ทำงานร่วมกันได้ดี เป็นแบบอย่างในการแก้ผู้ร่วมกิจกรรมในการเป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี รวมทั้งความรับผิดชอบในหน้าที่

**จุดอ่อน :** ไม่สามารถควบคุมระยะเวลาในการจัดกิจกรรมได้ตามที่กำหนด ด้วยสาเหตุภายนอกที่ควบคุมไม่ได้ คือ การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019

**โอกาสพัฒนา :** (ปัจจัยภายนอกที่มีผลกระทบ) : กระตุ้นให้มีการแข่งขันกีฬาประเภทเดียวกันมากขึ้น ได้แก่ การเดิน วิ่ง เกือบระยะ เพื่อการออกกำลังกายต่อเนื่องและยั่งยืน มีการสร้างสัมพันธ์ภาพและความสามัคคีด้วยการเพิ่มช่องทางการเล่นกีฬาในรูปแบบออนไลน์ E-Sport ทำให้เพิ่มสีสันและความสนุกสนานได้ และยังคงเล่นกีฬาที่สัมผัสกันน้อยต่อไป

**อุปสรรค :** การต้องเว้นระยะห่างเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ทำให้กีฬาหลายชนิดที่ต้องเล่นเป็นทีมใหญ่ และนักกีฬาสัมผัสใกล้ชิดกัน เช่น บาสเก็ตบอล แร้งบอล ไม่สามารถจัดการแข่งขันได้

## ภาคผนวก

- ภาพประกอบการดำเนินโครงการ
- โครงการที่ได้รับการอนุมัติ



## ภาพประกอบโครงการ





































## คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุตรธานี

1. ชื่อโครงการ “กีฬาปี ประจำปี ๒๕๖๔”
2. ปีการศึกษา ๒๕๖๔
3. ผู้รับผิดชอบโครงการ ฝ่ายกิจการนักศึกษา และสโมสรนักศึกษา
4. ความสอดคล้องด้านกลยุทธ์ และตัวชี้วัดตามแผนกลยุทธ์

### สภาการพยาบาล

ตัวบ่งชี้ที่ ๑๑ การพัฒนานักศึกษา (เกณฑ์ทั่วไป) พัฒนานักศึกษาที่ส่งเสริมผลการเรียนรู้ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับปริญญาตรีสาขาพยาบาลศาสตร์

### สถาบันการอุดมศึกษา

ตัวบ่งชี้ที่ ๑.๖ การพัฒนาศักยภาพนักศึกษา

พัฒนานักศึกษาให้ครบตามกรอบมาตรฐาน TQF1 ทักษะคุณธรรม จริยธรรม และ TQF 4 ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ

ส่งเสริมให้นักศึกษานำกระบวนการประกันคุณภาพ และกระบวนการ PDCA มาใช้ในการดำเนินกิจกรรม

อัตลักษณ์ของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ : มีภาวะผู้นำ จริยธรรมเด่น เน้นจิตอาสา พัฒนานวัตกรรมสู่สังคม

## ๕.ลักษณะของโครงการ ใหม่

## ๖.หลักการและเหตุผล

การสร้างเสริมสุขภาพเป็นงานที่ทุกองค์กรควรสร้างให้เกิดขึ้นภายในองค์กร เพื่อให้บุคลากรมีความตระหนักในการดูแลสุขภาพ การจัดการแข่งขันกีฬาคือการสร้างเสริมสุขภาพที่ดีและมีประโยชน์ รวมทั้งเกิดขึ้นมาแล้วช้านาน การแข่งขันกีฬาไม่เพียงเป็นการสร้างเสริมสุขภาพให้ร่างกาย จิตใจแข็งแรงเท่านั้น ยังเป็นกิจกรรมที่ทำให้ให้นักกีฬาและบุคคลที่ร่วมในกิจกรรมมีสัมพันธภาพที่ดี มีการพัฒนาทักษะการทำงานเป็นทีม การสื่อสาร ความเสียสละ มีวินัยต่อตนเองและสังคม และยังส่งเสริมภาวะผู้นำของบุคคล ซึ่งมีความสอดคล้องกับแนวคิดของสำนักงานการอุดมศึกษาแห่งชาติ กรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับปริญญาตรีสาขาพยาบาลศาสตร์ ของสภาการพยาบาล รวมทั้งอัตลักษณ์ของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ นอกจากนั้นยังเป็นกิจกรรมที่นักศึกษาต้องนำกระบวนการ PDCA มาใช้เพื่อให้การทำงานร่วมกันให้มีประสิทธิภาพอีกด้วย ดังนั้น คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี จึงได้จัดกิจกรรมกีฬาสีขึ้นซึ่งเป็นการดำเนินงานร่วมกันระหว่างนักศึกษาเพื่อพัฒนานักศึกษานักศึกษาให้เป็นผู้ที่มีสมรรถนะดังที่กล่าวไป



### ๗. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาเป็นผู้ที่มีสมรรถนะด้านการสร้างเสริมสุขภาพ (การออกกำลังกาย) และการกำกับตนเอง
๒. เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษามีทักษะการทำงานเป็นทีม การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีและการรับผิดชอบต่อนหน้าที่
๓. เพื่อส่งเสริมสัมพันธภาพ ให้มีความรัก ความสามัคคีของผู้เข้าร่วมกิจกรรม

### ๘. ตัวชี้วัดความสำเร็จ/เป้าหมาย

๑. กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมโครงการไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐
๒. เข้าร่วมกิจกรรม ร้อยละ ๘๐ ขึ้นไป แสดงออกถึงพฤติกรรมทำงานเป็นทีม การเป็นผู้นำ การเป็นผู้ตามที่ดี และการมีความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ ตลอดระยะเวลาในการทำกิจกรรม
๓. นักศึกษามีสมรรถนะในการกำกับตนเองในการสร้างเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกายอยู่ในระดับดี
๔. กลุ่มเป้าหมายมีความพึงพอใจในกิจกรรมที่ดำเนินการไม่น้อยกว่า ๓.๕๑ จากคะแนนเต็ม ๕

### ๙. กลุ่มเป้าหมาย ๑๘๙ คน

๑. นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ ๑-๒-๓ จำนวน ๑๘๙ คน

### ๑๐. กิจกรรม/วิธีดำเนินการ (PDCA) (แสดงเป็น Gantt chart)

| เวลา/กิจกรรม                                                   | ๒๕๖๔ |      |      |      |      |      | ๒๕๖๕ |      |
|----------------------------------------------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| เดือน                                                          | ก.ค. | ส.ค. | ก.ย. | ต.ค. | พ.ย. | ธ.ค. | ม.ค. | ก.พ. |
| ๑. ขั้นเตรียมการ (Plan)                                        |      |      |      |      |      |      |      |      |
| ๑.๑ ศึกษาและสำรวจความต้องการ                                   | ↔    |      |      |      |      |      |      |      |
| ๑.๒ สรุปผลการสำรวจและนำมาวางแผน                                | ↔    |      |      |      |      |      |      |      |
| ๑.๓ เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติงบประมาณ                         |      |      |      |      |      |      |      |      |
| ๒. ขั้นดำเนินการ (DO)                                          |      |      |      |      |      |      |      |      |
| ๒.๑ ประชุมคณะกรรมการดำเนินงานเพื่อวางแผนรูปแบบการดำเนินกิจกรรม |      |      | ↔    |      |      |      |      |      |
| ๒.๒ ดำเนินการตามแผน                                            |      |      |      |      | ↔    | ↔    | ↔    | ↔    |
| ๓. ขั้นประเมินผล (Check)                                       |      |      |      |      |      |      |      |      |
| ๓.๑ ประเมินผลการดำเนินโครงการ                                  |      |      |      |      |      |      |      | ↔    |
| ๔. ขั้นสรุปผล (Action)                                         |      |      |      |      |      |      |      |      |
| ๔.๑ นำผลมาปรับปรุงโครงการ                                      |      |      |      |      |      |      |      | ↔    |
| ๔.๒ สรุปผล                                                     |      |      |      |      |      |      |      | ↔    |

๑๑.ระยะเวลา สถานที่ ๑ ม.ค. ถึง ๑ ก.พ. ๒๕๖๕ มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี

## ๑๒.วิธีการประเมินผล โดยประเมินดังนี้

๑. ประเมินความสำเร็จของโครงการตามวัตถุประสงค์
๒. ประเมินตามตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

## ๑๓.กิจกรรมหลักของโครงการ

๑. การแข่งขันกีฬาสากลระหว่างสี่ต่าง ๆ ของนักศึกษา และอาจารย์ บุคลากร และเจ้าหน้าที่
๒. การเดินวิ่งเก็บขยะ
๓. การแข่งขันกีฬาพื้นบ้าน

## ๑๔.ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑. นักศึกษาได้รับการส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้การทำงานเป็นทีมการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี และ ความรับผิดชอบต่อนหน้าที่

## ๑๕.งบประมาณ

| รายการ                                | จำนวน (บาท) |
|---------------------------------------|-------------|
| ๑.เงินสนับสนุนสี่ (๓ สี่ x ๑,๕๐๐ บาท) | ๔,๕๐๐       |
| ๒.ค่าสนับสนุนน้ำดื่ม                  | ๑,๐๐๐       |
| ๓. ของรางวัล                          | ๔,๐๐๐       |
| Electronic sport                      | ๕๐๐         |
| วอลเลย์บอล                            | ๕๐๐         |
| ตะกร้อ                                | ๕๐๐         |
| แบดมินตัน                             | ๕๐๐         |
| เดินวิ่งเก็บขยะ (รายบุคคล/สี่)        | ๑,๐๐๐       |
| กองเชียร์                             | ๕๐๐         |
| กีฬาพื้นบ้าน (รวม)                    | ๕๐๐         |
| รวม                                   | ๙,๕๐๐       |
| (เก้าพันห้าร้อยบาทถ้วน)               |             |

อวิสิทธิ์ นามนวิ

นายอภิสิทธิ์ หมายมิ  
นายกสโมสรนักศึกษา

อาจารย์พรรณวรดา สุวัน  
รองคณบดีฝ่ายวิชาการ



ผู้เสนอโครงการ

ที่ปรึกษาโครงการ



ดร. รวีวรรณ เฟ่ากัณหา  
คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์  
ผู้เห็นชอบโครงการ

.....  
.....  
(อาจารย์ประดิษฐ์ ตันวัฒนะพงษ์)

รองอธิการบดี  
ผู้อนุมัติโครงการ

(ดร.บรม ตันวัฒนะพงษ์)

รองอธิการบดีฝ่ายบริหาร  
ผู้อนุมัติโครงการ

### คณะกรรมการดำเนินงาน

|                            |                  |                                  |
|----------------------------|------------------|----------------------------------|
| อาจารย์พรรณวรดา สุวัน      | ที่ปรึกษาโครงการ | รองคณบดีฝ่ายวิชาการ              |
| นายอภิสิทธิ์ หมายมี        | ประธาน           | นายกสโมสรนักศึกษา                |
| นายสิทธิพล ฮุงหวล          | รองประธาน        | รองนายกสโมสรนักศึกษา             |
| นายพัฒน์นันท ปัตถาทุม      | คณะกรรมการ       | ประธานชั้นปีที่ ๓                |
| นายศศิธร ศรีโสภ            | คณะกรรมการ       | ประธานชั้นปีที่ ๒                |
| นายเจษฎา งามสม             | คณะกรรมการ       | ประธานชั้นปีที่ ๑                |
| นางสาววิลาวรรณ เฉยฉิว      | คณะกรรมการ       | ประธานชมรมกีฬา                   |
| อาจารย์จุฑารัตน์ เสาวพันธ์ | คณะกรรมการ       | คณะกรรมการฝ่ายกิจการนักศึกษา     |
| อาจารย์นงนุช บุญมาลา       | คณะกรรมการ       | คณะกรรมการฝ่ายกิจการนักศึกษา     |
| อาจารย์สุภาพักรตร์ หาญกล้า | คณะกรรมการ       | คณะกรรมการฝ่ายกิจการนักศึกษา     |
| นางสาววัชรภรณ์ ผาคำ        | คณะกรรมการ       | เหรียญิก คณะกรรมการสโมสรนักศึกษา |
| นางสาวฐิตารีย์ แสงนิกุล    | คณะกรรมการ       | คณะกรรมการสโมสรนักศึกษา          |
| นางสาวทวิวรรณ สีหาขัง      | คณะกรรมการ       | คณะกรรมการสโมสรนักศึกษา          |
| นางสาวศศิวิมล จอมทิพย์     | คณะกรรมการ       | คณะกรรมการสโมสรนักศึกษา          |
| นางสาวอวิศดา สีเอะ         | คณะกรรมการ       | คณะกรรมการสโมสรนักศึกษา          |

|                           |                         |                                    |
|---------------------------|-------------------------|------------------------------------|
| นางสาวสุระพารณ์ จันทรโสถ์ | คณะกรรมการ              | คณะกรรมการสโมสรนักศึกษา            |
| นางสาวมลิวรรณ ไชยวงศ์     | คณะกรรมการ และเลขานุการ | เลขาฯ คณะกรรมการสโมสรนักศึกษา      |
| อาจารย์ฉันทพร โคตรชุม     | คณะกรรมการ และเลขานุการ | เลขาฯ คณะกรรมการฝ่ายกิจการนักศึกษา |

### แบบประเมินการทำงานเป็นทีม (Teamwork Assessment)

ชื่อนักศึกษา..... รหัสประจำตัว.....

คำชี้แจง โปรดประเมินพฤติกรรมของนักศึกษาโดย ☒ ลงในช่องคะแนนตามเกณฑ์การประเมิน

| หัวข้อการประเมิน                       | คะแนน                                                                                                                                       |                                                                                                             |                                                                                  |                                                                                         |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
|                                        | ดีมาก (4)                                                                                                                                   | ดี (3)                                                                                                      | พอใช้ (2)                                                                        | ปรับปรุง (1)                                                                            |
| 1. การวางแผนการทำงาน                   | <input type="checkbox"/> มีส่วนร่วมในการวางแผนการทำงานและเสนอวิธีแก้ปัญหาหรือทางเลือกในการดำเนินงานอื่นๆได้ และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้จริง | <input type="checkbox"/> มีส่วนร่วมในการวางแผนการทำงานและเสนอวิธีแก้ปัญหาหรือทางเลือกในการดำเนินงานอื่นๆได้ | <input type="checkbox"/> มีส่วนร่วมในการวางแผนการทำงาน                           | <input type="checkbox"/> มีส่วนร่วมในการวางแผนการทำงานน้อย                              |
| 2. ความรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมาย | <input type="checkbox"/> ทำงานที่ได้รับมอบหมายอย่างสมบูรณ์และภายในเวลาที่กำหนด                                                              | <input type="checkbox"/> ทำงานที่ได้รับมอบหมายอย่างสมบูรณ์ แต่ส่งช้ากว่าเวลาที่กำหนด                        | <input type="checkbox"/> ทำงานที่ได้รับมอบหมายไม่สมบูรณ์ แต่ส่งภายในเวลาที่กำหนด | <input type="checkbox"/> ทำงานที่ได้รับมอบหมายไม่เสร็จสมบูรณ์ และส่งช้ากว่าเวลาที่กำหนด |

| หัวข้อการประเมิน                  | คะแนน                                                                                                            |                                                                                                          |                                                                                           |                                                          |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
|                                   | ดีมาก (4)                                                                                                        | ดี (3)                                                                                                   | พอใช้ (2)                                                                                 | ปรับปรุง (1)                                             |
| 3. ความร่วมมือในการทำงาน          | <input type="checkbox"/> ให้ความร่วมมือในการทำงานดีมาก                                                           | <input type="checkbox"/> ให้ความร่วมมือในการทำงานดี                                                      | <input type="checkbox"/> ให้ความร่วมมือในการทำงานปานกลาง                                  | <input type="checkbox"/> ให้ความร่วมมือในการทำงานน้อย    |
| 4. มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น | <input type="checkbox"/> แสดงความคิดเห็นได้ชัดเจนมากและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้เป็นอย่างดี                       | <input type="checkbox"/> แสดงความคิดเห็นได้ชัดเจนและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ดี                           | <input type="checkbox"/> แสดงความคิดเห็นค่อนข้างน้อยและไม่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ปานกลาง | <input type="checkbox"/> แสดงความคิดเห็นน้อย             |
| 5. การรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น | <input type="checkbox"/> รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นเป็นอย่างมากและสามารถสรุปเสนอทางเลือกในการแก้ไขปัญหาได้ดีมาก | <input type="checkbox"/> รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นอย่างมากและระบุจุดแข็ง-จุดอ่อนของหลักฐานโต้แย้งได้ดี | <input type="checkbox"/> รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นปานกลาง                               | <input type="checkbox"/> รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นน้อย |
| รวม 5 ข้อ<br>คะแนน                |                                                                                                                  |                                                                                                          |                                                                                           |                                                          |

ข้อเสนอแนะ

.....





แบบประเมินคุณลักษณะของนักศึกษา :

ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ ภาวะผู้นำ

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี

| ข้อรายการประเมิน                      |                                                                                        | ระดับคะแนนประเมิน |        |          |             |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------|----------|-------------|
|                                       |                                                                                        | 4 (ดีมาก)         | 3 (ดี) | 2(พอใช้) | 1(ปรับปรุง) |
| ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (4 ข้อ) |                                                                                        |                   |        |          |             |
| 1.                                    | มีกิริยา วาจาสุภาพ แสดงออกถึงความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น                               |                   |        |          |             |
| 2.                                    | ควบคุมอารมณ์และแสดงออกอย่างมีวุฒิภาวะ เหมาะสมกับกาลเทศะ                                |                   |        |          |             |
| 3.                                    | ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น/ทีม แสดงความคิดเห็นโต้แย้งผู้อื่น/ทีมอย่างมีเหตุผล         |                   |        |          |             |
| 4.                                    | ปรับตัวเข้ากับผู้อื่น/ทีม ปฏิบัติงานกับผู้ร่วมงานได้ทุกระดับ ทำงานเป็นทีมได้           |                   |        |          |             |
| ภาวะผู้นำ (7 ข้อ)                     |                                                                                        |                   |        |          |             |
| 5.                                    | แสดงออกถึงพฤติกรรมกรรมการเป็นผู้นำ เช่น การเป็นหัวหน้าทีม ผู้นำประชุม หรือผู้นำกิจกรรม |                   |        |          |             |

| ข้อ                               | รายการประเมิน                                                                              | ระดับคะแนนประเมิน |        |          |             |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------|----------|-------------|
|                                   |                                                                                            | 4 (ดีมาก)         | 3 (ดี) | 2(พอใช้) | 1(ปรับปรุง) |
| 6.                                | วิเคราะห์ประเด็นปัญหาและระบุสาเหตุที่แท้จริงเพื่อนำไปสู่การแก้ไขหรือปฏิบัติงานให้สำเร็จได้ |                   |        |          |             |
| 7.                                | สร้างบรรยากาศการทำงานเป็นทีม                                                               |                   |        |          |             |
| 8.                                | กำหนดตัวชี้วัดผลงานที่สำคัญซึ่งใช้วัดผลดำเนินการของกระบวนการทำงาน                          |                   |        |          |             |
| 9.                                | กำหนดแผนปฏิบัติการที่ช่วยให้การดำเนินงานประสบความสำเร็จอย่างราบรื่น                        |                   |        |          |             |
| 10                                | แก้ปัญหาความขัดแย้งระหว่างบุคคล                                                            |                   |        |          |             |
| 11                                | แสวงหาโอกาสในการปรับปรุงกระบวนการทำงานให้ดีขึ้น                                            |                   |        |          |             |
| <b>ทักษะความรับผิดชอบ (6 ข้อ)</b> |                                                                                            |                   |        |          |             |
| 12                                | มีการวางแผน/เตรียมความพร้อมของกิจกรรมก่อนการปฏิบัติงาน                                     |                   |        |          |             |
| 13                                | กำหนดเป้าหมายความสำเร็จของกิจกรรมและมีทิศทางการดำเนินงานให้เป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนด       |                   |        |          |             |
| 14                                | มุ่งมั่นปฏิบัติงานอย่างคล่องแคล่ว ชยัน อดทน ตามที่ได้รับมอบหมาย                            |                   |        |          |             |
| 15                                | ควบคุมความคืบหน้าของการดำเนินงานเพื่อให้มั่นใจว่าสามารถทำได้ตามเวลาที่กำหนดด้วยความรอบคอบ  |                   |        |          |             |
| 16                                | ควบคุมประสิทธิผลของการปรับปรุงขั้นตอนการทำงานหรือกระบวนการทำงาน                            |                   |        |          |             |
| 17                                | ยอมรับผล/พร้อมหาวิธีการแก้ไขปรับปรุงเมื่อผลงานไม่เป็นไปตามเป้าหมาย                         |                   |        |          |             |
| 18                                | บันทึกผลการดำเนินงานตามแผนอย่างเป็นระบบ                                                    |                   |        |          |             |
|                                   | <b>รวม 72 คะแนน</b>                                                                        |                   |        |          |             |

### แบบประเมินพฤติกรรมerkการก้ำกั้ตัวเองในการออกก้ำกั้กาย

| พฤติกรรมerkการออกก้ำกั้กาย                                                                                       | ไม่เคย<br>ปฏิบัติ | เคยปฏิบัติ |   |   |   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|------------|---|---|---|
|                                                                                                                  |                   | 4          | 3 | 2 | 1 |
| 1. ท่านมีการวางแผนหรือจัดสรรช่วงเวลาในการออกก้ำกั้กาย                                                            |                   |            |   |   |   |
| 2. ท่านก้ำกั้ตนเองในการออกก้ำกั้กายได้โดยไม่เพ่งแรงจูงใจหรือการก้ำกั้จากบุคคลอื่น                                |                   |            |   |   |   |
| 3. ท่านเลือกกิจกรรมออกก้ำกั้กายที่ง่าย ถนัด ชอบเพื่อสร้างแรงจูงใจในการออกก้ำกั้กายให้ตัวเอง                      |                   |            |   |   |   |
| 4. ท่านออกก้ำกั้กายได้สม่ำเสมอ (วันละ 60 นาที อย่างน้อย 3 วัน/สัปดาห์)                                           |                   |            |   |   |   |
| 5. ท่านมีการปรับสภาพร่างกายด้วยการอบอุ่นร่างกาย ยืดเหยียดกล้ามเนื้ออย่างถูกต้องก่อนออกก้ำกั้กาย                  |                   |            |   |   |   |
| 6. ท่านมีการอบอุ่นร่างกาย (Cooldown) เมื่อสิ้นสุดการออกก้ำกั้กาย                                                 |                   |            |   |   |   |
| 7. ท่านออกก้ำกั้กายจนรู้สึกเหนื่อยและมีเหงื่อเล็กน้อย                                                            |                   |            |   |   |   |
| 8. ท่านเริ่มออกก้ำกั้กายโดยเริ่มต้นที่เบา ๆ แล้วค่อยเพิ่มความหนักของการออกก้ำกั้กาย                              |                   |            |   |   |   |
| 9. ท่านออกก้ำกั้กายโดยปฏิบัติตามวิธีการปฏิบัติของอุปกรณ์นั้น                                                     |                   |            |   |   |   |
| 10. ท่านสามารถปรับเปลี่ยนประเภทของการออกก้ำกั้กายให้เหมาะสมกับสภาพร่างกาย เวลาและสถานที่                         |                   |            |   |   |   |
| 11. ท่านประเมินความก้าวหน้า/ความเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมerkการออกก้ำกั้กายและผลลัพธ์ด้านสมรรถภาพของร่างกายของตนเอง |                   |            |   |   |   |
| 12. ท่านมีความรับผิดชอบและมีความซื่อสัตย์ต่อการปฏิบัติตามแผนของท่าน                                              |                   |            |   |   |   |





### แบบประเมินโครงการ

| ที่ | รายการประเมิน                                                                         | คะแนนความพึงพอใจ |   |   |   |   |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---|---|---|---|
|     | ประเมินตามวัตถุประสงค์โครงการ                                                         | ๕                | ๔ | ๓ | ๒ | ๑ |
| ๑.  | ท่านได้เรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างบุคคล                                    |                  |   |   |   |   |
| ๒.  | ท่านได้เรียนรู้การทำงานเป็นทีม การเป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี และความรับผิดชอบต่อหน้าที่ |                  |   |   |   |   |
|     | ประเมินกระบวนการดำเนินงาน                                                             |                  |   |   |   |   |
| ๓.  | การประชาสัมพันธ์รับรู้ได้ทั่วถึง                                                      |                  |   |   |   |   |
| ๔.  | มีการดำเนินงานเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพมีการวางแผนที่ดี                                |                  |   |   |   |   |
| ๕.  | กิจกรรมมีความเหมาะสม                                                                  |                  |   |   |   |   |
| ๖.  | กิจกรรมหลากหลาย                                                                       |                  |   |   |   |   |
| ๗.  | ระยะเวลาเหมาะสม                                                                       |                  |   |   |   |   |
| ๘.  | นักศึกษามีส่วนร่วมและเข้าถึงกิจกรรมได้ง่าย                                            |                  |   |   |   |   |
|     | ค่าเฉลี่ยโดยรวม                                                                       |                  |   |   |   |   |

