รายงานผลการดำเนินงาน
โครงการสืบสานประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปี ๒๕๖๓
ในรูปแบบการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในวิถีใหม่ (New Normal)

วันพุธที่ ๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ ระหว่างเวลา ๐๕.๐๐-๑๒.๐๐ น.
ณ ห้อง Fitness Center ชั้น ๓ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา

รายงานผลการดำเนินงาน
โครงการสืบสานประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปี ๒๕๖๓
ในรูปแบบการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในวิถีใหม่ (New Normal)
ปีงบประมาณ ๒๕๖๓

---

๑. ชื่อโครงการ

โครงการสืบสานประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปี ๒๕๖๓ ในรูปแบบการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในวิถีใหม่ (New Normal)

๒. ผู้รับผิดชอบโครงการ

๑) ศูนย์วิสาหกิจกีฬา
๒) ฝ่ายพัฒนานิสิตและศิษย์เก่าสัมพันธ์
๓) สโมสรนิสิตคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา

๓. ที่ปรึกษาโครงการ

ผศ.ดร.นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร คณบดีคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา

๔. ประเภทโครงการ/กิจกรรม

☒ ด้านส่งเสริมคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ (เลือกได้มากกว่า ๑ ข้อ)
- ○ ด้านการใฝ่รู้และสามารถที่จะเรียนรู้ได้ด้วยตนเองตลอดชีวิต
- ○ ด้านความสามารถใช้ภาษาเพื่อการสื่อสาร
- ⊗ ด้านคุณธรรมและจริยธรรมในตน วิชาชีพ และสังคม
- ⊗ สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสร้างสรรค์
- ⊗ ด้านความรู้ ความสามารถอย่างลึกซึ้งตามสาขาวิชาชีพ
- ○ ด้านคุณลักษณะการเป็นผู้นำและมีโลกทัศน์ที่กว้างไกล
- ⊗ ด้านสมรรถภาพและสุขภาพที่ดีทั้งกายและจิตใจ
- ○ ด้านการมีจิตสาธารณะ รับผิดชอบต่อการรักษาสมดุลของสังคม สิ่งแวดล้อม
- ○ การเคารพทรัพย์สินทางปัญญาและตระหนักในสิทธิมนุษยชน
- ○ ด้านศักยภาพการใช้ปัญญา เพื่อคิดแก้ไขปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์
- ⊗ ด้านทักษะการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ
- ⊗ ด้านสุนทรียารมย์ ตระหนักในคุณค่าของวัฒนธรรมที่หลากหลายและดำรงรักษาไว้ซึ่งวัฒนธรรมไทย

☒ ด้านกีฬาหรือการส่งเสริมสุขภาพ
☒ ด้านทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม
☐ ด้านวิชาการ
☐ ด้านเสริมสร้างคุณธรรมและจริยธรรม
☐ ด้านกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์/รักษาสิ่งแวดล้อม
☒ อื่นๆ ระบุ .....บริการวิชาการ.....

๕. ความสอดคล้องต่อการพัฒนานิสิตภายใต้กรอบมาตรฐานคุณวุฒิ (TQF)

☒ ด้านคุณธรรม จริยธรรม (การพัฒนาลักษณะนิสัย ประพฤติดี มีความรับผิดชอบต่อตนเองและส่วนรวม)
☐ ด้านความรู้ (ความรู้บนพื้นฐานข้อเท็จจริง เข้าใจหลักการ แนวคิด ทฤษฎี)
☒ ด้านทักษะทางปัญญา (ประยุกต์ความรู้ แนวคิด หลักการ เพื่อใช้คิดเพื่อการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์)
☒ ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ
(สามารถทำงานเป็นทีม มีภาวะผู้นำ รู้จักวางแผนและรับผิดชอบการเรียนรู้ของตนเอง)
☒ ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ
(สามารถสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ ใช้เทคนิคพื้นฐานทางคณิตศาสตร์)

๖. ความสอดคล้องกับแผนปฏิบัติงาน

☒ นอกแผนปฏิบัติงาน ☐ ในแผนปฏิบัติงาน

๗. ความต่อเนื่องของโครงการ/กิจกรรม

☒ ใหม่ ☐ ต่อเนื่อง

๘. ความเชื่อมโยงกับประเด็นยุทธศาสตร์ของคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา

☒ ยุทธศาสตร์ที่ ๑ : การผลิตบัณฑิต
☒ ยุทธศาสตร์ที่ ๒ : การพัฒนาคุณภาพการวิจัยและการบริการวิชาการ
☐ ยุทธศาสตร์ที่ ๓ : การพัฒนาศักยภาพของบุคลากร
☒ ยุทธศาสตร์ที่ ๔ : การมีส่วนร่วมและการรับผิดชอบต่อสังคม
☐ ยุทธศาสตร์ที่ ๕ : การพัฒนาประสิทธิภาพการบริหารจัดการภายใน

๙. หลักการและเหตุผลของโครงการ

เนื่องด้วยวันที่ ๘ กรกฎาคมของทุกปี ถือเป็นวันคล้ายวันสถาปนามหาวิทยาลัยบูรพา ซึ่งมีการจัดกิจกรรมในวันสำคัญดังกล่าวขึ้นเป็นประจำทุกปี โดยผู้บริหารคณาจารย์ บุคลากร ศิษย์เก่าและนิสิตปัจจุบัน เช่น พิธีสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์ประจำมหาวิทยาลัย พิธีทำบุญตักบาตร พิธีมอบประกาศเกียรติคุณให้กับศิษย์ดีเด่นและนิสิตดีเด่น พิธีมอบรางวัลรัตนบูรพาให้กับบุคลากรผู้มีผลงานดีเด่นและทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม และกิจกรรมวิ่งประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) จากเขาสามมุขถึงมหาวิทยาลัยบูรพา เพื่อระลึกถึงการก่อตั้งมหาวิทยาลัยบูรพา เมื่อวันที่ ๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๔๙๘ โดย พลเอกมังกร พรหมโยธี อดีตรัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการ ในสมัยรัฐบาล จอมพล ป. พิบูลสงคราม

ซึ่งประเพณีวิ่งเขาสามมุข วันที่ ๘ กรกฎาคมของทุกปี เป็นประเพณีที่สืบทอดกันมาของนิสิตมหาวิทยาลัยบูรพา เพื่อรำลึกถึงวันคล้ายวันสถาปนามหาวิทยาลัยบูรพา โดยจัดให้ทั้งศิษย์เก่าและนิสิตปัจจุบันได้เข้าร่วมกิจกรรม ในการจัดกิจกรรมนี้ขึ้นมาก็เพื่อส่งเสริมให้นิสิตมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง รู้รักสามัคคี ทางมหาวิทยาลัยได้จัดให้มีการมอบถ้วยรางวัลแก่ผู้ชนะในการวิ่งเขาสามมุข เป็นการสร้างขวัญกำลังใจแก่นิสิตที่ชนะสามารถวิ่งจากเขาสามมุขมาถึงมหาวิทยาลัยเป็นคนแรก เมื่อวิ่งมาถึงมหาวิทยาลัยแล้วจะได้ยินเพลงแห่งความภาคภูมิใจ นั่นคือ เพลง แปดกรกฎ ประเพณีนี้ ได้เล่าสืบต่อกันมาว่าถ้าได้เรียนที่มหาวิทยาลัยบูรพา นิสิตชั้นปีที่ ๑ ทุกคน จะต้องเข้าร่วมประเพณีวิ่งเขาสามมุข ถ้าไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมนี้ ก็จะเรียนไม่จบ นี่เป็นความเชื่ออีกอย่างหนึ่งของนิสิตมหาวิทยาลัยบูรพาที่เล่าสืบต่อกันมา โดยกิจกรรมการวิ่งประเพณีเขาสามมุขจะเริ่มตั้งแต่ในยามเช้าตรู่ มีรถมารับนิสิตจากหน้าอาคาร ภปร. ไปส่งที่เชิงเขาสามมุขซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นการวิ่ง

จากนั้น ผู้บริหารมหาวิทยาลัยบูรพาและหัวหน้าส่วนงานต่างๆ จะร่วมทำการปล่อยตัวนักวิ่งประเพณีเขาสามมุข สู่มหาวิทยาลัยบูรพา โดยใช้เส้นทางจากเขาสามมุขผ่านแหลมแท่น สู่ถนนเรียบชายหาดบางแสน ผ่านวงเวียนบางแสนเข้าสู่ถนนหน้ามหาวิทยาลัย จุดเส้นชัยจะอยู่ที่มหาวิทยาลัยบูรพา จุดนี้เองเป็นจุดสำคัญสำหรับนิสิตอย่างเราๆ เพราะบริเวณเส้นชัยนี่เองที่มีความเชื่อมาหลายต่อหลายรุ่นแล้วว่า ถ้าได้เหยียบตัว A ตรงคำว่า “GOAL” ผลการเรียนของเราก็จะได้ A ด้วย

จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID-19) ในปัจจุบัน ทำให้การจัดกิจกรรมต่างๆ ต้องมีมาตรการและแนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อดังกล่าวอย่างเคร่งครัดตามประกาศและนโยบายของรัฐบาลและมหาวิทยาลัยบูรพา กองกิจการนิสิตและองค์การนิสิตมหาวิทยาลัยบูรพา จึงได้กำหนดให้มีการจัดกิจกรรมประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) ประจำปี ๒๕๖๓ ในรูปแบบ Virtual Run เพื่อลดโอกาสเสี่ยงในการแพร่กระจายของการชุมนุมของคนเป็นจำนวนมากในการทำกิจกรรม โดยเปิดให้ลงทะเบียน รับหมายเลขวิ่ง และส่งผลการวิ่ง เพื่อรับประกาศนียบัตรทางระบบออนไลน์ทั้งหมด ซึ่งสืบเนื่องด้วยสถานการณ์ในการจัดกิจกรรมดังกล่าวข้างต้น คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จึงได้กำหนดให้มีการจัดโครงการสืบสานประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปี ๒๕๖๓ ในรูปแบบการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในวิถีใหม่ (New Normal) ณ ห้อง Fitness คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา เพื่อร่วมสืบสานประเพณีในการระลึกถึงวันก่อตั้งมหาวิทยาลัยบูรพา และเพื่อให้บริการวิชาการแก่สังคมในการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดีในวิถีใหม่ (New Normal) ของบุคลากร ศิษย์เก่า และนิสิตมหาวิทยาลัยบูรพา

๑๐. วัตถุประสงค์ของโครงการ

๑) เพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสมาชิกภายในคณะฯ ในการสืบสานประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) ร่วมระลึกถึงวันคล้ายวันสถาปนามหาวิทยาลัยบูรพาครบรอบปีที่ ๖๕

๒) เพื่อให้บริการวิชาการแก่สังคมในการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดีในวิถีใหม่ (New Normal) ของบุคลากร ศิษย์เก่า และนิสิตมหาวิทยาลัยบูรพา

๑๑. วัน เวลา และสถานที่ในการดำเนินงานโครงการ

วันพุธที่ ๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ ระหว่างเวลา ๐๕.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
ณ ห้อง Fitness Center ชั้น ๓ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา

๑๒. กลุ่มเป้าหมาย/ผู้เข้าร่วมโครงการ

๑) ศิษย์เก่า		จำนวน ๑ คน
๒) นิสิตมหาวิทยาลัยบูรพา		จำนวน ๓๕ คน
๓) ผู้บริหาร คณาจารย์ และบุคลากร		จำนวน ๑ คน
	รวมทั้งหมด	**จำนวน ๓๗ คน**

๑๓. วิธีการดำเนินงานโครงการ

แผนการดำเนินงาน	ระยะเวลาในการดำเนินงาน (วันที่) เดือนกรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๓				
	๑-๔	๖-๑๑	๑๒-๑๘	๑๙-๒๕	๒๖-๓๑
ขั้นที่ ๑ ขั้นตอนการวางแผน (Plan)					
๑) ประชุมผู้เกี่ยวข้อง เพื่อนำข้อเสนอแนะจากครั้งที่ผ่านมาใช้ในการวางแผนการดำเนินงานโครงการครั้งนี้	☆				
ขั้นที่ ๒ ขั้นตอนการปฏิบัติ (Do)					
๒) จัดทำโครงการและเสนอเพื่อขออนุมัติ		☆			
๓) ประชุมผู้เกี่ยวข้อง เพื่อมอบหมายหน้าที่รับผิดชอบในการดำเนินงาน		☆			
๔) ประสานงานและจัดเตรียมความพร้อมฝ่ายต่างๆ		☆			
๕) ดำเนินการจัดกิจกรรมตามโครงการ		☆			
ขั้นที่ ๓ ขั้นตอนการตรวจสอบ (Check)					
๖) การติดตามและประเมินผลการดำเนินงานโครงการฯ โดยการใช้แบบสอบถามความคิดเห็นของผู้เข้าร่วมโครงการฯ		☆			
๗) ประชุมผู้เกี่ยวข้อง เพื่อสรุปผลการดำเนินงานปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะ			☆		
ขั้นที่ ๔ ขั้นตอนการสรุปผลการดำเนินงาน เพื่อนำไปใช้ในการพัฒนาโครงการครั้งต่อไป (Act)					
๘) สรุปและรายงานผลการดำเนินงานโครงการต่อคณบดี เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลและนำปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะที่เกิดขึ้นไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป				☆	

๑๔. กิจกรรมที่สำคัญของโครงการ

โครงการสืบสานประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปี ๒๕๖๓ ในรูปแบบการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในวิถีใหม่ (New Normal) ณ ห้อง Fitness คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสมาชิกภายในคณะฯ ในการสืบสานประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) ร่วมระลึกถึงวันคล้ายวันสถาปนามหาวิทยาลัยบูรพาครบรอบปีที่ ๖๕ และส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดีในวิถีใหม่ (New Normal) ของบุคลากร ศิษย์เก่า และนิสิตมหาวิทยาลัยบูรพา ซึ่งกิจกรรมภายในโครงการฯ ได้เปิดให้ผู้สนใจเข้าร่วมกิจกรรมโดยลงชื่อในระบบลงทะเบียนออนไลน์ล่วงหน้า และจำกัดจำนวนประมาณ ๓๐ คน เพื่อบริหารจัดการตามมาตรการและแนวปฏิบัติป้องกันการแพร่ระบาดของโรคไวรัสโคโรนา (COVID-๑๙) และในวันจัดกิจกรรมได้เปิดให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งบนเครื่องออกกำลังกายลู่วิ่งไฟฟ้าเป็นรอบๆ ละไม่เกิน ๘ คน โดยใช้ระยะเวลาวิ่ง ๑๕-๒๐ นาทีต่อรอบ เป็นการวิ่งสืบสานประเพณีเขาสามมุขในวิถีใหม่

๑๕. งบประมาณที่ใช้ในการดำเนินงานโครงการ

-

๑๖. ประโยชน์ที่ได้รับ

๑) สมาชิกภายในคณะฯ มีส่วนร่วมในการสืบสานประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) ร่วมระลึกถึงวันคล้ายวันสถาปนามหาวิทยาลัยบูรพาครบรอบปีที่ ๖๕

๒) บุคลากร ศิษย์เก่า และนิสิตมหาวิทยาลัยบูรพา ได้ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดีในรูปแบบวิถีใหม่ (New Normal) เป็นการให้บริการวิชาการแก่สังคมของคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา

๑๗. การพัฒนาโครงการ/กิจกรรมจากครั้งที่ผ่านมา

-

๑๘. ตัวชี้วัดผลสำเร็จของโครงการ

๑) จำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๓๗ คน จากกลุ่มเป้าหมายที่ตั้งไว้ จำนวนมากกว่า ๕๐ คน คิดเป็น ๗๔% ของกลุ่มเป้าหมายที่กำหนดไว้

๒) การใช้แบบสอบถามสำรวจความความคิดเห็นในการดำเนินงานจากผู้เข้าร่วมโครงการฯ ซึ่งการประเมินผลความสำเร็จของโครงการฯ จากระดับคะแนนคุณภาพเฉลี่ยในภาพรวมเท่ากับ ๔.๗ (มากกว่า ๓.๕๑) โดยสรุปผลการประเมินได้ดังนี้

สรุปแบบประเมินผลการดำเนินงาน
โครงการสืบสานประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปี ๒๕๖๓
ในรูปแบบการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในวิถีใหม่ (New Normal)
วันที่ ๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ เวลา ๐๕.๐๐-๑๒.๐๐ น.
ณ ห้อง Fitness Center ชั้น ๓ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา

<u>ตอนที่ ๑</u> ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวนผู้ตอบแบบประเมินทั้งหมด ๒๓ คน

๑.๑ เพศ	- ชาย	๑๐ คน	(๕๖.๕%)
	- หญิง	๑๓ คน	(๔๓.๕%)
๑.๒ ชั้นปี	- ปีที่ ๑	๑๙	(๘๒.๖%)
	- ปีที่ ๒	๐ คน	(๐%)
	- ปีที่ ๓	๓ คน	(๑๓%)
	- ปีที่ ๔	๑ คน	(๔.๓%)

<u>ตอนที่ ๒</u> ความพึงพอใจเกี่ยวกับการจัดกิจกรรม

๒.๑ ระดับความพึงพอใจ เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่าเป็นตัวเลข ดังนี้

๕ หมายถึง มีความพึงพอใจในระดับ มากที่สุด
๔ หมายถึง มีความพึงพอใจในระดับ มาก
๓ หมายถึง มีความพึงพอใจในระดับ ปานกลาง
๒ หมายถึง มีความพึงพอใจในระดับ น้อย
๑ หมายถึง มีความพึงพอใจในระดับ น้อยที่สุด

ที่	รายละเอียดการจัดกิจกรรม	ระดับความพึงพอใจ					ระดับคะแนนคุณภาพ
		๕	๔	๓	๒	๑	
ด้านสถานที่/ระยะเวลา/ความสะอาด							
๑	สถานที่มีความสะอาด และ มีความเหมาะสมในการจัดกิจกรรม	๘๒.๖%	๑๓.๑%	๔.๓%	๐%	๐%	**๔.๘**
๒	ความพร้อมของอุปกรณ์ภายในห้องฟิตเนส	๗๓.๙%	๒๑.๘%	๔.๓%	๐%	๐%	**๔.๗**
๓	ความพร้อมด้านการป้องกันโรคโควิด-๑๙ เป็นไปตามประกาศขององค์กรสาธารณสุข	๗๓.๙%	๒๑.๘%	๔.๓%	๐%	๐%	**๔.๗**
๔	ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมเหมาะสม	๖๕.๒%	๒๑.๘%	๑๓%	๐%	๐%	**๔.๕**
๕	การจัดเตรียมอุปกรณ์ทำความสะอาดตอนทำกิจกรรมเสร็จ	๗๘.๓%	๑๗.๔%	๔.๓%	๐%	๐%	**๔.๗**
ด้านการบริการของเจ้าหน้าที่และบุคลากร							
๖	การบริการของเจ้าหน้าที่ มีความพร้อมที่จะบริการ	๗๘.๓%	๑๗.๔%	๔.๓%	๐%	๐%	**๔.๗**
๗	การประสานงานของเจ้าหน้าที่โครงการ	๘๒.๖%	๑๓.๑%	๔.๓%	๐%	๐%	**๔.๘**
๘	การอำนวยความสะดวกของเจ้าหน้าที่	๗๓.๙%	๒๑.๘%	๔.๓%	๐%	๐%	**๔.๗**
๙	การให้คำแนะนำหรือข้อซักถามของเจ้าหน้าที่	๗๘.๓%	๑๗.๔%	๔.๓%	๐%	๐%	**๔.๗**
ด้านความรู้ความเข้าใจ							
๑๐	ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถเข้าใจกิจกรรม	๖๙.๖%	๓๐.๔%	๐%	๐%	๐%	**๔.๗**
๑๑	สามารถบอกประโยชน์ในการกิจกรรมนี้ขึ้นมาได้	๖๙.๖%	๓๐.๔%	๐%	๐%	๐%	**๔.๗**
๑๒	สามรถเป็นผลดีต่อ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้	๗๘.๓%	๒๑.๗%	๐%	๐%	๐%	**๔.๘**
ระดับคะแนนคุณภาพค่าเฉลี่ยรวม							**๔.๗**

๒.๒ สรุปผลการดำเนินงาน จากการแปลผลข้อมูลของระดับความพึงพอใจ ดังนี้

๔.๕๑ - ๕ หมายถึง มีผลการดำเนินงาน อยู่ในระดับ ดีมาก
๓.๕๑ - ๔.๕๐ หมายถึง มีผลการดำเนินงาน อยู่ในระดับ ดี
๒.๕๑ - ๓.๕๐ หมายถึง มีผลการดำเนินงาน อยู่ในระดับ ปานกลาง
๑.๕๑ - ๒.๕๐ หมายถึง มีผลการดำเนินงาน อยู่ในระดับ น้อย
๑ - ๑.๕ หมายถึง มีผลการดำเนินงาน อยู่ในระดับ น้อยมาก

<u>ด้านสถานที่/ระยะเวลา/ความสะอาด</u>

๑) สถานที่มีความสะอาด และมีความเหมาะสมในการจัดกิจกรรม มีผลการดำเนินงานอยู่ในระดับ ดีมาก
๒) ความพร้อมของอุปกรณ์ภายในห้องฟิตเนส มีผลการดำเนินงานอยู่ในระดับ ดีมาก
๓) ความพร้อมด้านการป้องกันโรคโควิด-19 เป็นไปตามประกาศขององค์กรสาธารณสุข มีผลการดำเนินงานอยู่ในระดับ ดีมาก
๔) ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมเหมาะสม มีผลการดำเนินงานอยู่ในระดับ ดีมาก
๕) การจัดเตรียมอุปกรณ์ทำความสะอาด ตอนทำกิจกรรมเสร็จ มีผลการดำเนินงานอยู่ในระดับ ดีมาก

ด้านการบริการของเจ้าหน้าที่และบุคลากร

๖) การบริการของเจ้าหน้าที่ มีความพร้อมที่จะบริการ มีผลการดำเนินงานอยู่ในระดับ ดีมาก
๗) การประสานงานของเจ้าหน้าที่โครงการ มีผลการดำเนินงานอยู่ในระดับ ดีมาก
๘) การอำนวยความสะดวกของเจ้าหน้าที่ มีผลการดำเนินงานอยู่ในระดับ ดีมาก
๙) การให้คำแนะนำหรือข้อซักถามของเจ้าหน้าที่ มีผลการดำเนินงานอยู่ในระดับ ดีมาก

ด้านความรู้ความเข้าใจ

๑๐) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามรถเข้าใจกิจกรรม มีผลการดำเนินงานอยู่ในระดับ ดีมาก

๑๑) สามารถบอกประโยชน์ในการกิจกรรมนี้ขึ้นมาได้ มีผลการดำเนินงานอยู่ในระดับ ดีมาก

๑๒) สามรถเป็นผลดีต่อ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ มีผลการดำเนินงานอยู่ในระดับ ดีมาก

สรุปผลการดำเนินงาน (ระดับคะแนนคุณภาพเฉลี่ยรวม = ๔.๗) <u>อยู่ในระดับ ดีมาก</u>

<u>ตอนที่ ๓</u> ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นอื่นๆ

- ดี
- Good
- Good
- สุดยอด
- เลิ้บๆ
- good
- ควรมีทุกวันค่ะ
- อยากให้ทำทุกอาทิตย์
- พี่ให้คำแนะนำดีมากๆ ค่ะ
- ดี
- ควรทำต่อไปทุกปี
- สนุกคับ
- ดีมาก
- ควรมีทุกวันค่ะ
- สนุกดีครับ แต่ผมเสียดายวิ่งน้อยไป ๒๐ เมตร ยังไม่ชินลู่

๑๙. ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงานครั้งนี้

๑) การประชาสัมพันธ์การจัดกิจกรรมในทุกช่องทาง เพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมของคณาจารย์ บุคลากร ศิษย์เก่า และนิสิตปัจจุบัน ในการเข้าร่วมกิจกรรมให้มากกว่านี้ ทั้งภายในและภายนอกคณะฯ

๒) การสร้างคุณค่าของกิจกรรม เพื่อดึงดูดและสร้างความน่าสนใจให้มีผู้สนใจมาเข้าร่วมกิจกรรมให้มากกว่านี้

๒๐. ข้อเสนอแนะในการพัฒนาการดำเนินงานครั้งต่อไป

๑) วางแผนงานในการบริหารจัดการโครงการ รวมทั้งการประชาสัมพันธ์ให้ทั่วถึงกลุ่มเป้าหมาย เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดในการจัดกิจกรรมตามโครงการ

๒) สร้างความน่าสนใจของกิจกรรม โดยการถ่ายภาพผู้เข้าร่วมกิจกรรม และจัดทำรูปภาพใส่สัญลักษณ์ของหน่วยงาน สถิติระยะเวลาการวิ่ง และเผยแพร่ลงในสื่อสาธารณะ ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถนำรูปภาพไปเผยแพร่ต่อได้เหมือนการให้บริการถ่ายภาพในงานวิ่งต่างๆ อีกทั้งยังเป็นการประชาสัมพันธ์หน่วยงานและสร้างภาพลักษณ์ที่ดีขององค์กรอีกด้วย

กำหนดการ

โครงการสืบสานประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปี ๒๕๖๓

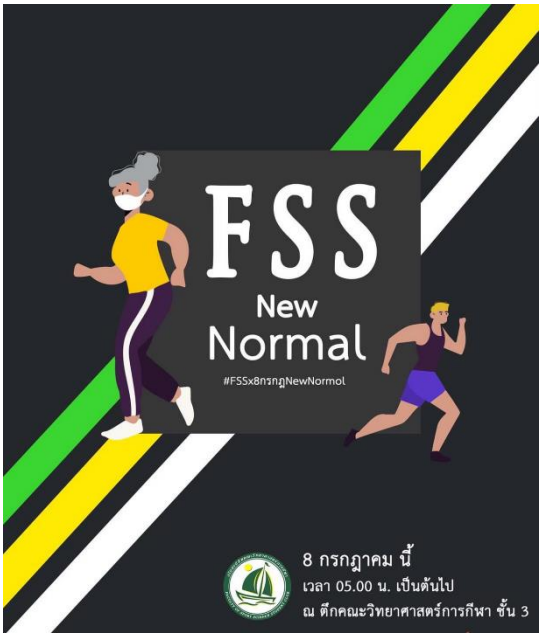
ในรูปแบบการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในวิถีใหม่ (New Normal)

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา

วันและเวลา	กิจกรรม	หมายเหตุ
๖-๗ กรกฎาคม ๒๕๖๓	- ประชาสัมพันธ์ โดยจัดทำคลิปวีดีโอและเผยแพร่ลงในสื่อสาธารณะ - เปิดรับลงทะเบียนแบบออนไลน์	
๘ กรกฎาคม ๒๕๖๓ ๐๕.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- ลงทะเบียน รับลำดับการเข้าร่วมกิจกรรมวิ่ง ณ จุดลงทะเบียน ชั้น ๑ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา - ร่วมกิจกรรมวิ่ง รอบละ ไม่เกิน ๘ คน ณ ห้อง Fitness Center ชั้น ๓ คณะวิทยาศาสตณ์การกีฬา - เริ่มต้นกิจกรรมด้วยการนำยืดเหยียดร่างกาย และใช้เวลาวิ่ง ไม่เกิน ๑๕-๒๐ นาที และยืดเหยียดหลังออกกำลังกาย - หลังเสร็จสิ้นกิจกรรมทำแบบประเมินผลการดำเนินงานโครงการ	

หมายเหตุ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคนต้องสวมหน้ากากอนามัยและตรวจคัดกรองความเสี่ยง
ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม และเว้นระยะห่างทางสังคม ตามมาตรการของคณะและมหาวิทยาลัย

ภาพกิจกรรม
โครงการสืบสานประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปี ๒๕๖๓
ในรูปแบบการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในวิถีใหม่ (New Normal)



สโมสรนิสิตคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา
1 วัน ·

📌8 กรกฎาคม 2563 พบกับกิจกรรม FSS New Normal

📣ขอเชิญชวนศิษย์เก่า ศิษย์ปัจจุบัน ลงทะเบียนเข้าร่วมกิจกรรมวิ่ง 8 กรกฎ ที่ทางคณะได้จัดขึ้น เพื่อเป็นหนึ่งในทางเลือกสำหรับคนชอบวิ่ง แต่ไม่อยากไปไหนไกล แล้วมาเจอกันที่ห้องฟิตเนส ชั้น3 คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา ตั้งแต่ 05.00 น. เป็นต้นไป

📌เปิดลงทะเบียนเวลา 12.00-24.00น. ของวันที่6.ก.ค.63
👉 https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeOTY_HpBFvn2N6WqSICRP4gp3KEcCaKRNzPFUwOiwmJQdSQw/viewform?fbclid=IwAR3rwhhAz976hskyERZK59VGwYr4B3PDxiQwBviz6_0oWAI0jrarcxf-ZVE

❌❌หากลิงค์มีปัญหาสามารถ Scan QR Code ด้านล่างได้❌❌

❌❌ รีบลง รับจำนวนจำกัด❌❌

*** หมายเหตุ : หากคนใดลงทะเบียนของมอไปแล้ว ก็สามารถลงจองคิวกิจกรรมของเราได้ ****

#8กรกฎ #FSSx8กรกฎNewNormal
#วันคล้ายวันสถาปนามหาวิทยาลัยบูรพา

28 ความคิดเห็น 2 รายการ แชร์ 22 ครั้ง

วันพุธที่ ๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ เวลา ๐๕.๐๐-๑๒.๐๐ น.
คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา

ภาพกิจกรรม
โครงการสืบสานประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปี ๒๕๖๓
ในรูปแบบการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในวิถีใหม่ (New Normal)

วันพุธที่ ๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ เวลา ๐๕.๐๐-๑๒.๐๐ น.
คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา

ภาพกิจกรรม
โครงการสืบสานประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปี ๒๕๖๓
ในรูปแบบการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในวิถีใหม่ (New Normal)

วันพุธที่ ๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ เวลา ๐๕.๐๐-๑๒.๐๐ น.
คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา

ภาพกิจกรรม
โครงการสืบสานประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปี ๒๕๖๓
ในรูปแบบการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในวิถีใหม่ (New Normal)

วันพุธที่ ๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ เวลา ๐๕.๐๐-๑๒.๐๐ น.
คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา

ภาคผนวก

ข้อมูลสถิติการวิ่งของผู้เข้าร่วมกิจกรรม
โครงการสืบสานประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปี ๒๕๖๓
ในรูปแบบการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในวิถีใหม่ (New Normal)
วันที่ ๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ เวลา ๐๕.๐๐-๑๒.๐๐ น.
ณ ห้อง Fitness Center ชั้น ๓ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา

รอบ	ชื่อ	ชั้นปี	คณะ	ระยะทาง (กม.)
05.00 น.	ชัยชาญ ปุ่มะณี	1	วิศวกรรมศาสตร์	2.18
	ณัฐพล นุศิษย์กบ	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.14
	ชลัชพร ระยับ	1	วิศวกรรมศาสตร์	1.66
	ธนิการณ์ แซ่เฮง	1	วิทยาศาสตร์	1.91
	สุชานันท์ อมรศิริวิชญ์	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	1.76
	ผศ.ดร.นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร	คณบดี	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.02
	ธนาธิป เกื้อทองสั้น	1	วิศวกรรมศาสตร์	2.81
	บุณยกร อะติชาคะโร	1	ดนตรีและการแสดง	2
05.30 น.	ภัสราภรณ์ โศกณธนะเกียรติ	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.01
	ปุริมปรัชกร ประดิษฐดวง	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.01
	อัษฎางค์ ทวีวัฒน์	ศิษย์เก่า	วิทยาศาสตร์การกีฬา	3.73
06.00 น.	ภัทรลดา พิมพ์ทอง	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.1
	อรวรรณ วงค์จันทร์	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.11
	กิตติภพ หาญมานพ	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	3.15
	อุมาพร เป็งคำ	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.35
06.30 น.	ธารารัตน์ โค้วกิม	3	วิทยาศาสตร์การกีฬา	1.95
	ปาริมา สืบสายดี	4	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.43
	ดาราพรรณ คงซ้าย	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	1.78
	นภัสสร แก้วละมุล	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	1.7

ข้อมูลสถิติการวิ่งของผู้เข้าร่วมกิจกรรม
โครงการสืบสานประเพณีวิ่งเขาสามมุข (๘ กรกฎ) มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปี ๒๕๖๓
ในรูปแบบการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในวิถีใหม่ (New Normal)
วันที่ ๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ เวลา ๐๕.๐๐-๑๒.๐๐ น.
ณ ห้อง Fitness Center ชั้น ๓ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา

รอบ	ชื่อ	ชั้นปี	คณะ	ระยะทาง (กม.)
07.00 น.	บวรรัตน์ บุญปลอด	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	1.83
	ธิญาดา บุตรพรหม	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.18
	คามิน อ่อนรักษ์	3	วิทยาศาสตร์การกีฬา	3
	ธนกร ตาพาลี	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.67
	ตวงพร แคล้วอ้อม	3	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.28
	พิชญะ พันพิบูลย์	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.13
	วิศวะ ทรัพยะเกษตริน	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	1.95
07.30 น.	สิรภพ ฤทธิรักษา	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	3.41
	YA SREYPOV	3	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.01
08.00 น.	สันต์ ภักดีไทย	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2
	ปารเมศ พ่วงพูล	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.92
	ธีธัช จันทร์ศิริ	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.99
08.30 น.	สุธินันท์ จันทร์มณี	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.98
	รัตณพงษ์ เจริญสุข	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	4.5
	ภรัณยู หนูขาว	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.8
	เมธาสิทธิ์ สุวรรณ	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	3.13
	ชนันภัทร เลิศเดชกฤติพงศ์	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.12
	ศิรดา วงษ์มา	1	วิทยาศาสตร์การกีฬา	2.09