



รายงานโครงการ/กิจกรรม : โครงการ การให้บริการวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับนักกีฬาในการแข่งขันรายการต่าง ๆ
กิจกรรม “ศูนย์ปฏิบัติการ BUU House สำหรับนักกีฬามหาวิทยาลัยบูรพา ในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย
แห่งประเทศไทย ครั้งที่ ๔๘ รอบมหกรรม”

ชื่อผู้รับผิดชอบโครงการ : ฝ่ายพัฒนานิสิตและศิษย์เก่าสัมพันธ์

๑. หลักการและเหตุผล

การศึกษาเป็นหัวใจสำคัญของการพัฒนาประเทศ และได้รับการคาดหวังให้ทำหน้าที่ต่าง ๆ ที่เป็นรากฐานสำคัญ
ในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ เป็นส่วนช่วยในการเพิ่มความเท่าเทียมในสังคมและเป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างอาชีพ ซึ่งเป็นตัว
ขับเคลื่อนการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจและความเจริญรุ่งเรืองของประเทศ แต่ในสภาวะการณ์ปัจจุบัน ทั่วโลกกำลังเผชิญกับ
การเปลี่ยนแปลงทางสังคมวัฒนธรรม การเมือง เศรษฐกิจ และเทคโนโลยีอย่างรวดเร็ว ไม่ว่าจะเป็นประเทศที่พัฒนาแล้วหรือ
กำลังพัฒนาส่งผลให้วิถีชีวิตของคนที่แตกต่างกันมีความแตกต่างกันมากขึ้น ผู้คนจำนวนมากหลากหลายเชื้อชาติย้ายข้ามประเทศ
ข้ามภาษา และข้ามวัฒนธรรมมาอาศัยอยู่ร่วมกันและทำงานร่วมกัน ก่อให้เกิดเป็นสังคมพหุวัฒนธรรม โลกการทำงานจึงปรับ
เปลี่ยนจากการทำงานที่ใช้บุคคลที่มีองค์ความรู้เดียวกัน ทักษะเดียวกันและทำงานในสายงานเดียวกัน จำเป็นต้องปรับตัวให้ทัน
ต่อการเปลี่ยนแปลง โดยต้องจัดการศึกษาให้ทันกับสถานการณ์โลกที่เต็มไปด้วยความรู้และข้อมูลที่เพิ่มขึ้น รวมทั้งต้องวางแผน
และพัฒนาคนของประเทศให้ก้าวทันต่อกระแสอาชีพในปัจจุบันและแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นในอนาคตศตวรรษที่ ๒๑

การจัดการศึกษาในศตวรรษที่ ๒๑ จึงมุ่งเน้นไปที่การเตรียมคนออกไปเป็นคนที่ใช้ความรู้ (knowledge
worker) และเป็นคนพร้อมเรียนรู้ (learning person) ไม่ว่าจะเป็นประกอบอาชีพใด การศึกษาในศตวรรษที่ ๒๑ ต้องเตรียมคน
ให้พร้อมที่จะไปเผชิญการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็ว รุนแรง พลิกผัน และคาดไม่ถึง คนยุคใหม่จึงต้องมีทักษะสูงในการเรียนรู้และ
ปรับตัว มีความสามารถสูงในการยืดหยุ่นและปรับตัวเพื่อบรรลุเป้าหมายและคุณค่า นอกจากต้องเผชิญการเปลี่ยนแปลงแล้ว
การทำงานในอนาคตยังเผชิญภาวะที่มีทรัพยากรจำกัด ตั้งแต่เวลา และทรัพยากรอื่น ๆ การหาทางออกในการแก้ไขปัญหา
จากการทำงาน ซึ่งจะทำให้เกิดการเรียนรู้สูงสุด ยิ่งโครงการมีความยากและซับซ้อนมากเพียงใด ผู้ปฏิบัติงานก็มีโอกาสใช้และ
เรียนรู้ทักษะด้านความยืดหยุ่นและปรับตัวมากเพียงนั้น

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา ซึ่งมุ่งผลิตบัณฑิตให้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในด้านวิทยาศาสตร์
การกีฬาและด้านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ได้เห็นความสำคัญของการส่งเสริมและพัฒนาให้นิสิตมีทักษะความรู้และความสามารถ
ทางวิชาชีพของตนเองตามแนวทางทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ เพื่อให้บัณฑิตที่จบออกไปเป็นบัณฑิตสามารถทำงานได้อย่าง
มีประสิทธิภาพ มีภูมิคุ้มกันทั้งจำเป็นในการทำงานอนาคต และทันต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลกภายนอก จึงเห็นความสำคัญ
ในการเตรียมความพร้อมบัณฑิตให้สำเร็จการศึกษาออกไปอย่างมีคุณภาพ ซึ่งนอกเหนือจากองค์ความรู้ภายในห้องเรียนแล้ว
การฝึกภาคปฏิบัติจากประสบการณ์จริง จะช่วยให้นิสิตได้รับความรู้และประสบการณ์ที่สำคัญเป็นอย่างยิ่ง จึงได้กำหนดให้มีการ
จัดโครงการ การให้บริการวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับนักกีฬาในการแข่งขันรายการต่าง ๆ กิจกรรม “ศูนย์ปฏิบัติการ BUU
House สำหรับนักกีฬามหาวิทยาลัยบูรพา ในการเข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ ๔๘ รอบมหกรรม”
เพื่อฝึกทักษะและพัฒนาประสบการณ์วิชาชีพของนิสิตจากการปฏิบัติงานจริง โดยการให้บริการวิทยาศาสตร์การกีฬาและ

ด้านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง สำหรับนักกีฬามหาวิทยาลัยบูรพา ซึ่งเป็นการนำศาสตร์องค์ความรู้ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาและด้านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง มาประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมและสนับสนุนนักกีฬาให้มีสมรรถภาพที่ดีทางด้านร่างกายและจิตใจ สามารถทำการแข่งขันได้อย่างเต็มความสามารถและศักยภาพของตนเอง ตลอดจนเพื่อเป็นแหล่งฝึกประสบการณ์วิชาชีพให้กับบุคลากรและนิสิต ในการนำความรู้จากกิจกรรมการเรียนการสอนภายในห้องเรียนมาบูรณาการและประยุกต์ใช้ในการให้บริการวิชาการแก่สังคม

๒. วัตถุประสงค์

๑) เพื่อประยุกต์การให้บริการด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับนักกีฬาทีมชาติไทยในการแข่งขันระดับนานาชาติ “Thai House” มาใช้ในการให้บริการวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับนักกีฬามหาวิทยาลัยบูรพา ในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ ๔๘ รอบมหกรรม

๒) เพื่อให้บริการด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาและด้านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ในการส่งเสริมและสนับสนุนให้นักกีฬามหาวิทยาลัยบูรพามีสมรรถภาพทางด้านร่างกายและจิตใจที่ดี มีความพร้อมสามารถทำการแข่งขันได้อย่างเต็มศักยภาพ และประสบความสำเร็จในการแข่งขัน

๓) เพื่อฝึกทักษะและพัฒนาประสบการณ์ทางวิชาชีพของนิสิตและบุคลากรจากการปฏิบัติงานจริง ในการดำเนินงานของศูนย์ปฏิบัติการ BUU House สำหรับนักกีฬามหาวิทยาลัยบูรพา ในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ ๔๘ รอบมหกรรม

๔) เพื่อส่งเสริมความสำคัญของการนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาประยุกต์ใช้ในการแข่งขันกีฬาระดับต่าง ๆ ให้กับนักกีฬา เจ้าหน้าที่ทีม และผู้เกี่ยวข้อง

๓. กิจกรรม/ ขั้นตอนวิธีดำเนินงาน

โครงการ การให้บริการวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับนักกีฬาในการแข่งขันรายการต่าง ๆ กิจกรรม “ศูนย์ปฏิบัติการ BUU House สำหรับนักกีฬามหาวิทยาลัยบูรพา ในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ ๔๘ รอบมหกรรม” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อนำศาสตร์และองค์ความรู้ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาและด้านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องมาบูรณาการและประยุกต์ใช้ในการให้บริการแก่นักกีฬามหาวิทยาลัยบูรพา เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนการเสริมสร้างสมรรถภาพที่ดีทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจให้นักกีฬาสามารถทำการแข่งขันได้อย่างเต็มความสามารถและศักยภาพของตนเอง โดยให้บริการในลักษณะแบบหน่วยเคลื่อนที่เดินทางไปให้บริการ ณ สนามแข่งขัน และให้บริการ ณ ที่ตั้งศูนย์ฯ ซึ่งมีการให้บริการใน ๓ ด้าน ดังนี้

๑) ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา (Sport Science)

๑.๑) การนวดทางการกีฬา (Sport Massage)

- นวดกระตุ้นกล้ามเนื้อก่อนแข่งขัน เพื่อเตรียมความพร้อมของร่างกายและกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ในร่างกายของนักกีฬาให้มีการตื่นตัวและมีความพร้อมสำหรับทำการแข่งขัน

- นวดผ่อนคลายกล้ามเนื้อหลังแข่งขัน เพื่อผ่อนคลายกล้ามเนื้อบริเวณส่วนต่าง ๆ ของร่างกายที่มีความเมื่อยล้าและความตึงเครียดจากการแข่งขัน ทำให้กล้ามเนื้อและร่างกายของนักกีฬาเกิดการผ่อนคลายและรู้สึกสบาย

๑.๒) การติดเทปเพื่อลดและป้องกันอาการบาดเจ็บ (Sport Muscle Tape)

การติดเทปลือคกล้ามเนื้อให้กับนักกีฬา เพื่อป้องกันอาการบาดเจ็บบริเวณจุดที่มีการเคลื่อนที่ เพื่อลดการบาดเจ็บจากการเคลื่อนที่ผิดจังหวะ ลดการกระแทกของกล้ามเนื้อ บรรเทาความเจ็บปวดนักกีฬา ที่ได้รับอาการบาดเจ็บเรื้อรัง กระบวนการซ่อมแซมตัวเองของร่างกาย โดยเพิ่มพื้นที่ระหว่างผิวหนังและกล้ามเนื้อ ทำให้การไหลเวียนของสารน้ำต่าง ๆ ดีขึ้น ทำให้หายจากอาการบาดเจ็บได้เร็วขึ้น

๑.๓) การฟื้นฟูสมรรถภาพด้วยความเย็นหลังแข่งขัน (Sport Icing for Recovery)

การฟื้นฟูสมรรถภาพทางร่างกายด้วยความเย็นบริเวณกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ภายในร่างกายของนักกีฬาที่มีอาการบาดเจ็บ ตึง บวม ช้ำ เพื่อช่วยให้เส้นเลือดหดตัวลง ลดอาการบวมช้ำได้ โดยมีการให้บริการ ประคบน้ำแข็ง และการใช้สเปรย์เย็นระงับอาการเจ็บปวดให้กับนักกีฬาในช่วงของการแข่งขัน และการแช่สระน้ำแข็งหลังการแข่งขัน เพื่อฟื้นฟูสมรรถภาพของกล้ามเนื้อ โดยให้นักกีฬาแช่ในสระน้ำแข็ง

๔. ตัวชี้วัดของโครงการ/กิจกรรม

การประเมินผลการดำเนินงาน โดยใช้แบบสอบถามสำรวจความคิดเห็นจากผู้เข้าร่วมโครงการ ผลความสำเร็จจากระดับคะแนนคุณภาพเฉลี่ยรวมจะต้องไม่น้อยกว่า ๓.๕๑

๕. งบประมาณที่ตั้งไว้

๒๕,๐๐๐ บาท

๖. ผู้รับผิดชอบโครงการ

ฝ่ายพัฒนานิสิตและศิษย์เก่าสัมพันธ์

๗. สถานที่ดำเนินงาน

มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี จังหวัดอุดรธานี

๘. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- ๑) นิสิตและบุคลากรผู้ปฏิบัติงาน เกิดทักษะ มีความรู้ ความเข้าใจ และได้รับประสบการณ์ทางวิชาชีพในการปฏิบัติงานของศูนย์ปฏิบัติการ BUU House
- ๒) เกิดการบูรณาการกิจกรรมการเรียนการสอนกับการจัดกิจกรรมพัฒนานิสิต ในการนำองค์ความรู้ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาจากวิชาเรียนในห้องเรียนมาประยุกต์ใช้ในการให้บริการวิชาการแก่สังคม และพัฒนาต่อยอดในการเพิ่มพูนความรู้และประสบการณ์ในวิชาชีพของนิสิต รวมทั้งเป็นแนวทางในการพัฒนาการจัดการเรียนการสอนของคณะฯ
- ๓) เกิดเครือข่ายความร่วมมือระหว่างกองกิจการนิสิต คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งเจ้าหน้าที่และนักกีฬาเห็นถึงความสำคัญของการนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาประยุกต์ใช้ในการแข่งขันกีฬา และนำมาซึ่งความร่วมมือในด้านอื่น ๆ ต่อไป

๙. การประเมินผลโครงการ

การประเมินผลการดำเนินงาน โดยใช้แบบสอบถามสำรวจความคิดเห็นจากผู้เข้าร่วมโครงการ ผลความสำเร็จจากระดับคะแนนคุณภาพเฉลี่ยรวมจะต้องไม่น้อยกว่า ๓.๕๑

๑๐. รายงานผลการดำเนินโครงการ/กิจกรรม

๑๐.๑ วัตถุประสงค์

๑๐.๒ เป้าหมายเข้าโครงการและกิจกรรม

๑๐.๓ ผลการดำเนินงานตามตัวชี้วัดโครงการและกิจกรรม

ผลความสำเร็จของโครงการ จากการใช้แบบสอบถามประเมินความพึงพอใจจากผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีระดับคะแนนคุณภาพเฉลี่ยรวมมากกว่า ๓.๕๑ (๔.๔)

๑๐.๔ ปัญหา อุปสรรค ของโครงการและกิจกรรม

ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (Covid-๑๙) ทำให้ผู้ปฏิบัติงานมีความเสี่ยงเนื่องจากต้องใกล้ชิดกับนักศึกษา ซึ่งนักศึกษาก็มีความเสี่ยงจากการใกล้ชิดผู้ปฏิบัติงาน จึงต้องกำหนดมาตรการในการรักษาความสะอาด เพื่อปลอดภัยของผู้ปฏิบัติงานและนักศึกษา รวมถึงผู้เกี่ยวข้อง

๑๐.๕ ข้อเสนอแนะในการพัฒนาโครงการต่อไป

ความร่วมมือในการกำหนดมาตรการและแนวปฏิบัติเพื่อความปลอดภัยของผู้ปฏิบัติงาน นักกีฬา เจ้าหน้าที่ และผู้เกี่ยวข้องร่วมกัน รวมทั้งปฏิบัติตามมาตรการที่เจ้าภาพจัดการแข่งขันกำหนดอย่างเคร่งครัด

๑๐.๖ งบประมาณที่ใช้จริง

๐ บาท

๑๑. รูปภาพโครงการ/กิจกรรม

