



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ จัดการศึกษาอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย

ที่ ศธ 0210.6702(03)/ 016

วันที่ 10 สิงหาคม พ.ศ. 2552

เรื่อง ขออนุมัติโครงการปฏิบัติธรรม “ การพัฒนาจิตเพื่อคุณภาพชีวิต ”

เรียน ผู้อำนวยการศูนย์การศึกษาอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอเกาะคา

ด้วย งานจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาสังคมและชุมชน จะดำเนินการโครงการปฏิบัติธรรม”การพัฒนาจิตเพื่อคุณภาพชีวิต “ ให้กับกับเป้าหมายกลุ่มผู้สูงอายุ ในพื้นที่อำเภอเกาะคา จำนวน 158 คน ในวันที่ 20-21 สิงหาคม 2552 ณ วัดสันตินิคม ม.2 ต.ใหม่พัฒนา อ.เกาะคา จ. เพื่อเสริมสร้างการพัฒนาจิตให้กับผู้สูงอายุ มีความรู้ความเข้าใจ ตลอดจนมีทักษะในการทำสมาธิแบบง่ายสามารถนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้

ในการนี้ งานจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาสังคม ได้จัดทำโครงการดังกล่าวเป็นที่เรียบร้อยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และพิจารณา

- | | |
|-----------------------|--------------|
| - อนุมัติโครงการ | จำนวน 1 ฉบับ |
| - ลงนามคำสั่งโครงการฯ | จำนวน 1 ฉบับ |

(นางสาวเกวลิณ อุตมะ)

งานจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาสังคมและชุมชน



ศูนย์การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอเกาะคา

ประจำปีงบประมาณ 2552

1. รหัส/ โครงการ ปฏิบัติธรรม“ การพัฒนาจิตเพื่อคุณภาพชีวิต”
2. ลักษณะโครงการ ต่อเนื่อง
3. สนองนโยบาย สำนักงานการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย ข้อที่ 3 นโยบายด้านการศึกษาเพื่อพัฒนาสังคมและชุมชน ; จุดเน้นการดำเนินงานข้อ 3.3 การจัดการเรียนรู้ในชุมชน
4. สนองนโยบายสำนักงาน กศน.จังหวัดลำปาง: ด้านการพัฒนาการศึกษาเพื่อพัฒนาชุมชน : จัดกิจกรรมการเรียนรู้ในชุมชน
5. สนอง ยุทธศาสตร์การดำเนินงาน ศูนย์ กศน.เกาะคา:
ยุทธศาสตร์ที่ 3 สร้างโอกาสทางการศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของชุมชนและกลุ่มคน
ยุทธศาสตร์ที่ 4 พัฒนาคุณภาพการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย
6. สอดคล้องกับมาตรฐาน กศน. :
มาตรฐานที่ 3 การพัฒนาหลักสูตรและโปรแกรมการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาอาชีพ ทักษะชีวิตและพัฒนาสังคมและชุมชน
ตัวบ่งชี้ที่ 3.1 การพัฒนาหลักสูตรที่สอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของท้องถิ่น
ตัวบ่งชี้ที่ 3.2 สื่อและแหล่งเรียนรู้สอดคล้องกับหลักสูตรและกิจกรรมการเรียนรู้
ตัวบ่งชี้ที่ 3.5 คุณภาพของผู้เรียนผู้รับบริการ
มาตรฐานที่ 6 การทำงานร่วมกับภาคีเครือข่าย
ตัวบ่งชี้ที่ 1 การมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายในการจัดการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย

7.หลักการและเหตุผล

ในปัจจุบันเทคโนโลยีมีความก้าวหน้า ทำให้สังคมเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว จากระบบเกษตรกรรมสู่ระบบอุตสาหกรรม เกิดภาวะการแข่งขันกันทางสังคมสูงสภาพสังคมจึงเป็นแบบต่างคนต่างอยู่ การพึ่งพาอาศัยกันลดน้อยลง กลายเป็นครอบครัวเล็ก พ่อแม่ลูก ทำให้ผู้สูงอายุขาดความสนใจจากลูกหลาน นอกจากนี้ ภาระหน้าที่ทางสังคมที่เคยทำก็ขาดหายไปเนื่องจากอายุมากขึ้นบุตรหลานไม่ยอมให้ทำงานหนักอยากให้พักผ่อน การขาดภาระความรับผิดชอบในหน้าที่นี้อาจเป็นเหตุให้กระทบใน

คุณค่าของผู้สูงอายุ ทำให้เกิดความรู้สึกน้อยใจ เสียใจ เหวฬ ว้าเหวฬ ก่อให้เกิดความเครียดทางจิตใจซึ่งอาจก่อให้เกิดผลกระทบต่อครอบครัว สังคมและชุมชนได้

การฝึกบริหารจิต หรือการพัฒนาจิตของต่นในผู้สูงอายุเป็นวิธีหนึ่ง ที่ผู้ได้ฝึกจิต บริหารจิตของต่นทุกวันด้วยวิธีอันถูกต้อง ย่อมมีสุขภาพจิตที่สมบูรณ์ มีความสงบในชีวิตมากขึ้น มีจิตใจที่เข้มแข็งสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

ศูนย์การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอเกาะคา ร่วมกับโรงพยาบาลเกาะคาและชมรมผู้สูงอายุอำเภอเกาะคา จัดทำโครงการปฏิบัติธรรม“ การพัฒนาจิตเพื่อคุณภาพชีวิต” ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุจำนวน 158 คน ในวันที่ 20-21 สิงหาคม 2552 ณ วัดสันตินิยม หมู่ที่ 2 ตำบลใหม่พัฒนา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง

7. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความเข้าใจ การทำสมาธิ
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

8. เป้าหมาย

8.1 ด้านผลผลิต (Outputs)

- ผู้สูงอายุ ในพื้นที่อำเภอเกาะคา จำนวน 158 คน

8.2 ด้านผลลัพธ์ (Outcomes)

- ผู้ร่วมโครงการมีความรู้ความเข้าใจการทำสมาธิสะสมพลังจิต สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

9. สถานที่ดำเนินการ

- วัดสันตินิยม หมู่ที่ 2 ตำบลใหม่พัฒนา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง

10. ระยะเวลาดำเนินการ

- วันที่ 10 – 30 สิงหาคม 2552

11. วิธีการดำเนินการ (ขั้นเตรียมการ ขั้นดำเนินการ และการประเมินผล)

ขั้นตอนกิจกรรม	งบประมาณ	เป้าหมาย	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ
1. ประชุมชี้แจง แลกเปลี่ยนหาแนวทางการดำเนินการจัดกิจกรรม โครงการปฏิบัติธรรม“ การพัฒนาจิตเพื่อคุณภาพชีวิต”	-	ครู ครูอาสาฯ และครูศรช. จำนวน 14 คน	10 ส.ค 52	ดร.ณราวัลย์ นันตะภูมิ
2. วางแผน/จัดทำโครงการ/ ขออนุมัติโครงการ	-	ครู ครูอาสาฯ ครูศรช. จำนวน 5 คน	15 ส.ค 52	นางสาวเกวลิณ อุดมมะ

ขั้นตอนกิจกรรม	งบประมาณ	เป้าหมาย	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ
3. จัดทำคำสั่งแต่งตั้งคณะทำงาน	-	บุคลากรศูนย์ กสน.เกาะคา	18 ส.ค 52	นางสาวเกวลิณ อุดมะ
4. ประสานงานกับหน่วยงานเครือข่าย	-	ประธานชมรม ผู้สูงอายุ โรงพยาบาล เกาะคา	10-19 ส.ค 52	นางสาวนาคยา วุฒิธนูทอง
5.ประชุมวางแผนเตรียมความพร้อมในการดำเนินงาน (BAR)	-	บุคลากรศูนย์ กสน.เกาะคา	19 ส.ค 52	นางสาวเกวลิณ อุดมะ
6. จัดทำเอกสาร	-	-	18-19 ส.ค 52	นางสาวนาคยา วุฒิธนูทอง นางสาวเกวลิณ อุดมะ นายทวินิตย์ ศรีไวย
7. ดำเนินการจัดกิจกรรม โครงการปฏิบัติธรรม“ การพัฒนาจิตเพื่อ คุณภาพชีวิต”	-	-	20-21 ส.ค 52	บุคลากร ศูนย์กสน.เกาะคา บุคลากร โรงพยาบาลเกาะคา
7.1. ภาคทฤษฎี รับฟังการบรรยาย หัวข้อ 1. จุดประสงค์การทำสมาธิ 2.จุดเริ่มต้น 3.การบริกรรม 4.ประโยชน์ของสมาธิ 5. อริยาบถ 4 6.ลักษณะการต่อต้านสมาธิ	-	ผู้สูงอายุ 158 คน	20-21 ส.ค 52	นายชนะเกียรติ เจริญกล้า นายอำเภอเกาะคา ดร.ณราวัลย์ นันตะภูมิ ผอ.ศูนย์กสน.เกาะคา
7.2 ภาคปฏิบัติ 1. ฝึกปฏิบัติการนั่งสมาธิ 2. ฝึกปฏิบัติการเดินจงกรม	-	ผู้สูงอายุ 158 คน	20-21 ส.ค 52	นายชนะเกียรติ เจริญกล้า นายอำเภอเกาะคา ดร.ณราวัลย์ นันตะภูมิ ผอ.ศูนย์กสน.เกาะคา
7.3 เสวนา ธรรม - ถาม - ตอบ ปัญหาธรรม	-	ผู้สูงอายุ 158 คน		นายชนะเกียรติ เจริญกล้า นายอำเภอเกาะคา ดร.ณราวัลย์ นันตะภูมิ ผอ.ศูนย์กสน.เกาะคา

ขั้นตอนกิจกรรม	งบประมาณ	เป้าหมาย	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ
7.4 ทำวัตรเช้า, ทำวัตรเย็น	-	ผู้สูงอายุ 158 คน		เจ้าอาวาสวัดสันตินิคม
7.5 สะท้อนความรู้สึก	-	ผู้สูงอายุ 158 คน		นางสาวเกลิน อุดมะ
7.6ประเมินผลความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม	-	ผู้สูงอายุ 158 คน		นางสาวเกลิน อุดมะ
8 สรุปและรายงานผลการดำเนินงาน	-	-		นางสาวเกลิน อุดมะ
9. ประชุมทบทวนผลการดำเนินงาน (AAR)	-	บุคลากรศูนย์ กสน.เกาะคา	2 ก.ย 52	นางสาวเกลิน อุดมะ

12. งบประมาณ - เทศบาลตำบลลำปางหลวง จำนวน 20,000.00 บาท (สองหมื่นบาทถ้วน)

13. ผู้รับผิดชอบโครงการ งานจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาสังคมและชุมชน

14. เครือข่าย

- อำเภอเกาะคา
- โรงพยาบาลเกาะคา
- เทศบาลตำบลลำปางหลวง
- วัดสันตินิคม หมู่ที่ 2 ตำบลใหม่พัฒนา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง
- ชมรมผู้สูงอายุอำเภอเกาะคา

15. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- 15.1. ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความเข้าใจ การทำสมาธิ
- 15.2. ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

16. การประเมินผล

แบบประเมินโครงการปฏิบัติธรรม“ การพัฒนาจิตเพื่อคุณภาพชีวิต”

17. ตัวชี้วัดความสำเร็จ

ร้อยละ80 ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความเข้าใจ การทำสมาธิ

ร้อยละ 80 ผู้เข้าร่วมโครงการมีทักษะความรู้การนั่งสมาธิและเดินจงกรมและสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

ร้อยละ 80 ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจระดับดีขึ้นไป

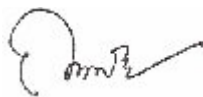
ผู้เสนอโครงการ

เกวลิน
(นางสาวเกวลิน อุตมะ)
ครูอาสาฯ

ผู้เห็นชอบโครงการ

นาคยา
(นางสาวนาคยา วุฒิธนูทอง)
ครู

ผู้อนุมัติโครงการ



(นางณรวัลย์ นันตะภูมิ)

ผู้อำนวยการศูนย์การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอเกาะคา

ตารางกำหนดการ โครงการปฏิบัติธรรม “ การพัฒนาจิตเพื่อคุณภาพชีวิต ”

วันที่ 21,22 สิงหาคม 2552

ณ วัดสันตินิคม ม.2 ต.ใหม่พัฒนา อ.เกาะคา จ.ลำปาง

ที่	เวลา	กิจกรรม	วิทยากร
วันที่ 21 สิงหาคม 2552		ลงทะเบียน ผู้เข้ารับการอบรม	นางสาวนาคยา วุฒิธนูทอง
1.	08.00 – 09.00น.		
2.	09.01-09.30 น.	พิธีเปิด โครงการปฏิบัติธรรม “ การพัฒนาจิตเพื่อคุณภาพชีวิต” ประธานพิธีเปิด นายชนะเกียรติ เจริญหล้า นายอำเภอเกาะคา	นายฟไท ไชยแก้ว เจ้าพนักงานสธ.เกาะคา
3.	09.31-09.50.00 น.	รับฟังการบรรยาย หัวข้อ 1. จุดประสงค์การทำสมาธิ 2.จุดเริ่มต้น 3.การบริกรรม 4.ประโยชน์ของสมาธิ	นายชนะเกียรติ เจริญหล้า นายอำเภอเกาะคา1 จุดประสงค์ของการนั่งสมาธิ
4.	09.51-10.10 น.	ฝึกปฏิบัติ นั่งสมาธิ	
5.	10.11-10.30	ฝึกปฏิบัติ เดินจงกรม	
6.	10.31-10.45	พักรับประทานอาหารว่าง	
7.	10.46- 11.00 น	รับฟังการบรรยาย หัวข้อ 1. อริยาบถ 4 2.ลักษณะการต่อต้านสมาธิ	ดร.ณราวัลย์ นันตะภูมิ ผอ.กศน.เกาะคา
8.	11.00-11.30	ฝึกปฏิบัติ นั่งสมาธิ	
9.	11.31-12.00	ฝึกปฏิบัติ เดินจงกรม	
10	12.00-13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
11	13.00- 14.00น	เสวนาธรรม ถาม – ตอบ ปัญหาธรรม	นายชนะเกียรติ เจริญหล้า นายอำเภอเกาะคา ดร.ณราวัลย์ นันตะภูมิ
12	14.01-14.30น.	ฝึกปฏิบัติ นั่งสมาธิ	
13.	14.31-15.00น.	ฝึกปฏิบัติ เดินจงกรม	

ตารางกำหนดการ โครงการปฏิบัติธรรม “ การพัฒนาจิตเพื่อคุณภาพชีวิต ”

วันที่ 21,22 สิงหาคม 2552

ณ วัดสันตินิคม ม.2 ต.ใหม่พัฒนา อ.เกาะคา จ.ลำปาง

ที่	เวลา	กิจกรรม	วิทยากร
14	15.01-17.00 น	พักผ่อนตามอัริยบท	
15	17.31-18.30	รับประทานอาหารเย็น	
16	18.01-18.30	ฝึกปฏิบัติ นั่งสมาธิ	ดร.ณราวัลย์ นันตะภูมิ ผอ.กศน.เกาะคา
17	18.31-19.00น.	ฝึกปฏิบัติ เดินจงกรม	
18	19.01-21.00 น.	ทำวัตรเย็น	เจ้าอาวาสวัดสันตินิคม
วันที่ 22 สิงหาคม 2552			
18	05.00-06.30น.	ปฏิบัติธรรม ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ เดินจงกรม	ดร.ณราวัลย์ นันตะภูมิ ผอ.กศน.เกาะคา
20	06.31-7.00น.	รับฟังการบรรยายสรุป รับมอบวุฒิบัตร	นายชนะเกียรติ เจริญกล้า นายอำเภอเกาะคา
21	7.01-08.30น.	รับประทานอาหารเช้า	

หมายเหตุ กำหนดการอาจเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม



คำสั่งศูนย์การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอเกาะคา

ที่ 073 / 2552

เรื่อง โครงการปฏิบัติธรรม “การพัฒนาจิตเพื่อคุณภาพชีวิต”

ศูนย์การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอเกาะคา ร่วมกับโรงพยาบาลเกาะคาและชมรมผู้สูงอายุอำเภอเกาะคา จัดทำโครงการปฏิบัติธรรม“ การพัฒนาจิตเพื่อคุณภาพชีวิต” ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุ มีความรู้ความเข้าใจการทำสมาธิและสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ จำนวน 158 คน ในวันที่ 20-21 สิงหาคม 2552 ณ วัดสันตินิคม หมู่ที่ 2 ตำบลใหม่พัฒนา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง

ดังนั้น เพื่อให้การปฏิบัติงาน โครงการปฏิบัติธรรม“ การพัฒนาจิตเพื่อคุณภาพชีวิต” เป็นไปด้วยความเรียบร้อย มีประสิทธิภาพและบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ อาศัยอำนาจตามคำสั่งของปลัดกระทรวงศึกษาธิการ ลงวันที่ 7 กรกฎาคม 2546 เรื่องการมอบอำนาจของปลัดกระทรวงศึกษาธิการ ให้ผู้อำนวยการสถานศึกษาในสังกัดสำนักบริหารงานการศึกษานอกโรงเรียน ข้อ 11 ผู้อำนวยการศูนย์บริการการศึกษานอกโรงเรียนอำเภอ/ กิ่งอำเภอ/เขต ปฏิบัติราชการแทนปลัดกระทรวงศึกษาธิการ ในหน้าที่ใดๆ ซึ่งอธิบดีกรมการศึกษานอกโรงเรียน ได้มอบหมายให้ปฏิบัติโดยอาศัยพระราชบัญญัติระเบียบบริหารแผ่นดิน พ.ศ. 2535 คำสั่ง ระเบียบ หรือกฎหมายอื่นที่เป็นอำนาจหน้าที่ของศูนย์ฯหรือผู้อำนวยการศูนย์ฯและคำสั่งกรมการศึกษานอกโรงเรียนที่ 70/ 2540 ลงวันที่ 31 ตุลาคม 2540 เรื่องการมอบอำนาจให้ปฏิบัติราชการแทน ข้อ 4 จึงแต่งตั้งให้คณะกรรมการรับผิดชอบ และดำเนินการจัดกิจกรรม ดังต่อไปนี้

1. คณะกรรมการอำนวยการ มีหน้าที่ปรึกษาหารือแนะนำช่วยเหลือกำกับดูแล และอำนวยความสะดวกในการจัดกิจกรรม ประกอบด้วย

- | | |
|---------------------------|----------------------|
| 1.1 นางฉวีวัลย์ นันตะภูมิ | ประธานกรรมการ |
| 1.2 นางสาวนาคยา วุฒินุทอง | รองประธานกรรมการ |
| 1.3 นางสาวเกวลิณ อุดมะ | กรรมการและ เลขานุการ |

2. คณะกรรมการฝ่ายจัดสถานที่ มีหน้าที่ในการจัดเตรียมสถานที่ ในการจัดกิจกรรมตามโครงการฯประกอบด้วย

- | | |
|----------------------------|---------------------|
| 2.1 นางสาวนาคยา วุฒิธนูทอง | ประธานกรรมการ |
| 2.3 นางสาวเกวลิณ อุตมะ | กรรมการ |
| 2.2 นายพรพงษ์ เกตุชัยโกศล | กรรมการและเลขานุการ |

3. คณะกรรมการฝ่ายวิชาการ มีหน้าที่ ในการให้ความรู้ โดยวิธีการบรรยาย วัดผลประมวลผลการเข้าอบรม ตลอดจนกิจกรรมให้เป็นประโยชน์ด้วยความเรียบร้อย จัดกิจกรรมต่างๆให้เป็นไปด้วยความเรียบร้อย ประกอบด้วย

- | | |
|----------------------------|-------------------------|
| 3.1 นางณราวัลย์ นันตะภูมิ | ประธานกรรมการ |
| 3.2 นางสาวนาคยา วุฒิธนูทอง | รองประธานกรรมการ |
| 3.3 นางจันทร์ญา กันทา | กรรมการ |
| 3.4 นางปวีณา ทองคำฟู | กรรมการ |
| 3.5 นายพรพงษ์ เกตุชัยโกศล | กรรมการ |
| 3.3 นางสาวเกวลิณ อุตมะ | กรรมการและ
เลขานุการ |

4. คณะกรรมการสรุปผลการดำเนินการ มีหน้าที่ตรวจสอบ รวบรวมข้อมูล จัดทำเอกสารประกอบด้วย

- | | |
|----------------------------|----------------------|
| 4.1 นางณราวัลย์ นันตะภูมิ | ประธานกรรมการ |
| 4.2 นางสาวนาคยา วุฒิธนูทอง | กรรมการ |
| 4.3 นางสาวเกวลิณ อุตมะ | กรรมการและ เลขานุการ |

ให้ผู้ได้รับการแต่งตั้ง ปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายอย่างเคร่งครัด ถูกต้องตามระเบียบที่เกี่ยวข้อง มิให้เกิดความเสียหายแก่ทางราชการ

ทั้งนี้ ตั้งแต่ วันที่ 3 สิงหาคม 2552 เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ 3 สิงหาคม 2552

(นางณราวัลย์ นันตะภูมิ)

ผู้อำนวยการศูนย์การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอเกาะคา