



## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน สำนักหอสมุดกลาง ห้องสมุดองค์กรักษ์ โทร. 21250

ที่ อว 8730.4/082

วันที่ 3 พฤษภาคม 2565

เรื่อง ขออนุมัติโครงการจิตอาสาพัฒนาสังคม

เรียน ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดกลาง

ด้วยสำนักหอสมุดกลาง กำหนดจัดโครงการจิตอาสาพัฒนาสังคม กิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการ “อาสาทำยางยืดสำหรับออกกำลังกาย” ในวันพุธที่ 25 พฤษภาคม 2565 เวลา 08.30 - 16.30 น. ณ บริเวณชั้น 1 Learning Space ห้องสมุดองค์กรักษ์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรห้องสมุดองค์กรักษ์มีจิตอาสา ร่วมกันจัดทำกิจกรรมเพื่อรับใช้สังคม และเพื่อเป็นส่วนหนึ่งในการช่วยเหลือผู้ที่มีปัญหา ด้านกล้ามเนื้อและเส้นประสาท (ดังรายละเอียดโครงการที่แนบมาพร้อมนี้)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

- อนุมัติโครงการจิตอาสาพัฒนาสังคม ในวันพุธที่ 25 พฤษภาคม 2565 เวลา 08.30 - 16.30 น. ณ บริเวณชั้น 1 Learning Space ห้องสมุดองค์กรักษ์
- อนุมัติงบประมาณและค่าใช้จ่ายในโครงการ จำนวนเงิน 20,000 บาท (สองหมื่นบาทถ้วน) จากงบประมาณเงินรายได้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2565 งบเงินอุดหนุน แผนงานพื้นฐานด้านการพัฒนา และเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ ผลผลิตผลงานการให้บริการวิชาการ

ชัชชภา ประทุมศรีจร

(นางสาวชัชชภา ประทุมศรีจร)

หัวหน้าโครงการจิตอาสาพัฒนาสังคม

ทพ 6 พ.ค. 65

อนุมัติ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์วิศาล มหาสิทธิวัฒน์)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดกลาง

- 9 พ.ค. 2565

## โครงการจิตอาสาพัฒนาสังคม

### 1. ชื่อโครงการ

โครงการจิตอาสาพัฒนาสังคม

### 2. ผู้รับผิดชอบโครงการ

นางสาวธนภร	พึงพาพงศ์	ที่ปรึกษาโครงการ
นางสาวชัชชภา	ประทุมศรีขจร	หัวหน้าโครงการ
นางสุจิตรา	รัตนสิน	กรรมการ
นางสาวศุภลักษณ์	ผลแก้ว	กรรมการ
นางสาวจันทิรา	จិនะวงศ์	กรรมการ
นางสาวพรชนก	ชินประทุม	กรรมการและเลขานุการ

### 3. ลักษณะโครงการ

- โครงการเดิม (โครงการที่เคยดำเนินงานปีก่อนหน้า)
- โครงการใหม่
- โครงการต่อเนื่อง ปีที่ ..... (โปรดแนบผลการประเมินโครงการ และข้อเสนอแนะที่จะต้องปรับปรุงในปีที่ผ่านมา)

### 4. หลักการและเหตุผล

ในปีงบประมาณ 2565 สำนักหอสมุดกลาง มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีวัตถุประสงค์เชิงกลยุทธ์ที่ใช้เพื่อกำหนดแผนการปฏิบัติงานหลักจำนวน 3 ข้อ ซึ่งหนึ่งในนั้นได้แก่ การบริหารด้วยระบบธรรมาภิบาล เพื่อพัฒนาระบบงานและบุคลากร โดยมีตัวชี้วัดที่ว่าด้วยความสำเร็จในการดำเนินงานตามแผนงาน/โครงการของห้องสมุด ทั้งนี้ โครงการจิตอาสาพัฒนาสังคม นับเป็นโครงการหลักโครงการหนึ่งที่มีการดำเนินการเป็นประจำทุกปี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อปลูกจิตสำนึกสาธารณะ และปลูกฝังจิตใจให้บุคคลมีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม

สำหรับปีงบประมาณ 2565 นี้ ห้องสมุดองค์กรฯจัดกิจกรรม “อาสาทำกายยืดสำหรับออกกำลังกาย” เพื่อส่งมอบให้กับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลและกลุ่มงานจิตเวชและยาเสพติด จำนวน 37 แห่ง ที่ขอรับการสนับสนุนจากกลุ่มครอบครัวจิตอาสา ซึ่งกายยืดเหล่านี้มีประโยชน์ในการช่วยเสริมสร้างพื้นพุงกล้ามเนื้อและเอ็นข้อต่อ กระชับกล้ามเนื้อให้แข็งแรงและยืดหยุ่นได้ดี กระตุ้นการพัฒนาวลกระดุก ป้องกันปัญหากระดูกบาง กระดูกพรุน ซึ่งการออกกำลังกายด้วยกายยืดมีท่าบริหารกล้ามเนื้อได้ในหลายส่วนของร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นท่า ไหล่ ต้นแขนด้านหลัง ต้นแขนด้านหน้า ไปจนถึงช่วงลำตัว หลัง สะโพก ซึ่งการบริหารแต่ละส่วนจะมีท่าทางการออกกำลังกายที่แตกต่างกันออกไป ดังนั้นการออกกำลังกายด้วย

ยางยืดจึงเป็นการออกกำลังกายที่ได้บริหารกล้ามเนื้อหลายส่วนและมีประโยชน์แก่กล้ามเนื้อและกระดูก ซึ่งยางยืดที่สามารถใช้ได้ นั้นไม่จำเป็นต้องเป็นของแพงหรือมีราคาสูงแต่อย่างใด สามารถประดิษฐ์ขึ้นมาใช้งานได้เองด้วยหนังยางและท่อพีวีซี

จะเห็นได้ว่า กิจกรรมดังกล่าว สามารถตอบสนองตัวชี้วัดของสำนักหอสมุดกลางได้ ทั้งยังเกิดประโยชน์ต่อผู้ที่มีปัญหาด้านกล้ามเนื้อและเส้นประสาทดังที่ได้ขอรับการสนับสนุน จึงเป็นที่มาของโครงการจิตอาสาพัฒนาสังคมที่จะจัดขึ้นต่อไป

## 5. ความสอดคล้องกับยุทธศาสตร์

### ยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัย

#### แผนปฏิบัติการยุทธศาสตร์หลักมหาวิทยาลัย (Super Strategy Action Plan : SSAP)

SSAP 1 การเป็นแหล่งความเป็นเลิศทางด้านนวัตกรรมการเรียนรู้ (Learning Innovation)

SSAP 2 การกำหนดเป้าหมายหลัก (Flagships) ทางการวิจัย ซึ่งครอบคลุมในศาสตร์สาขาที่มีความจำเป็น อันมีผลกระทบที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมและชุมชน

SSAP 3 การพัฒนางานบริการวิชาการเพื่อร่วมพัฒนาชุมชนและสังคมอย่างยั่งยืน (1 จังหวัด 1 มหาวิทยาลัย)

SSAP 4 การพัฒนาความเป็นนานาชาติและความเป็นสากล

SSAP 5 การพัฒนาและเสริมสร้างปัญญา (Wisdom) ของนิสิตและบุคลากร

SSAP 6 การบริหารจัดการมหาวิทยาลัยโดยใช้หลักความคุ้มค่า (Cost Effectiveness)

SSAP 7 การสื่อสารองค์กร

### ความสอดคล้อง SDG

SDG 3 มีสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี

SDG 4 การศึกษาที่เท่าเทียม

SDG 5 ความเท่าเทียมทางเพศ

SDG 8 การจ้างงานที่มีคุณค่าและการเติบโตทางเศรษฐกิจ

SDG 9 อุตสาหกรรม นวัตกรรม โครงสร้างพื้นฐาน

SDG 10 ลดความเหลื่อมล้ำ

SDG 11 เมืองและถิ่นฐานมนุษย์อย่างยั่งยืน

SDG 12 แผนการบริโภคและการผลิตที่ยั่งยืน

SDG 13 การรับมือการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ

SDG 16 สังคมสงบสุข ยุติธรรม ไม่แบ่งแยก

SDG 17 ความร่วมมือเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน

สนับสนุนภารกิจของสำนักหอสมุดกลาง

6. วัตถุประสงค์

1. เพื่อปลูกจิตสำนึกสาธารณะ และปลูกฝังจิตใจให้บุคคลมีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม
2. เพื่อเป็นส่วนหนึ่งในการช่วยเหลือผู้ที่มีปัญหาด้านกล้ามเนื้อและเส้นประสาท

7. ระยะเวลาดำเนินโครงการ

วันพุธที่ 25 พฤษภาคม 2565

8. สถานที่ดำเนินโครงการ

ณ ชั้น 1 Learning Space ห้องสมุดองค์กรักษ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

9. ผู้เข้าร่วมโครงการ/เป้าหมาย

บุคลากรห้องสมุดองค์กรักษ์ จำนวน 21 คน

10. วิธีดำเนินการ

1. เขียนโครงการ
2. ขออนุมัติโครงการ
3. ดำเนินโครงการ/กิจกรรม
4. สรุปและประเมินผลโครงการ

แผนการดำเนินงาน

ลำดับที่	กิจกรรม	เม.ย. 65	พ.ค. 65	มิ.ย. 65
1.	เขียนโครงการ	↔		
2.	ขออนุมัติโครงการ		↔	
3.	กิจกรรม “อาสาทำางยืดสำหรับออกกำลังกาย”		↔	
4.	สรุปและประเมินผลโครงการ			↔

## 11. งบประมาณ

โดยเบิกจ่ายจากงบประมาณเงินรายได้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2565 งบเงินอุดหนุน แผนงาน  
พื้นฐานด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ ผลผลิตผลงานการให้บริการวิชาการ  
จำนวนเงิน 20,000 บาท (สองหมื่นบาทถ้วน) (รายละเอียดงบประมาณดังนี้ ถัวจ่ายทุกรายการ)

### โครงการจิตอาสา

ที่	รายการ	จำนวนเงิน (บาท)
	กิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการ “อาสาทำยางยืดสำหรับออกกำลังกาย” ในวันที่ 25 พฤษภาคม 2565	
1.	ค่าวัสดุ - ท่อ PVC จำนวน 87 เส้น พร้อมตัด 1,120 ท่อน - ยางวงเล็ก ขนาด 1 กก. จำนวน 32 ถูง - ไม้หนีบผ้า 2.5 x 12 เซนติเมตร จำนวน 20 ชิ้น	16,640.00
2.	ค่าอาหารว่าง/เครื่องดื่ม 2 มื้อ ๆ ละ 30 บาท จำนวน 21 คน	1,260.00
3.	ค่าอาหารกลางวัน 1 มื้อ ๆ ละ 100 บาท จำนวน 21 คน	<u>2,100.00</u>
	รวมเป็นเงิน	<u>20,000.00</u>
	(สองหมื่นบาทถ้วน) รวมเป็นเงินทั้งสิ้น	20,000.00

## 12. ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

- สามารถผลิตยางยืดออกกำลังกาย จำนวน 560 ชิ้น
- ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการในระดับมาก ไม่น้อยกว่าร้อยละ 85

## 13. การประเมินผลกิจกรรม

- ประเมินผลหลังการดำเนินกิจกรรม

## 14. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้รับสาระและประโยชน์จากกิจกรรมที่ห้องสมุดจัดขึ้น
- สามารถทำยางยืดเพื่อนำไปใช้ประโยชน์แก่ผู้ที่มีปัญหาด้านกล้ามเนื้อและเส้นประสาท ต่อไป

กำหนดการกิจกรรม “อาสาทำยางยืดสำหรับออกกำลังกาย”

ในโครงการจิตอาสาพัฒนาสังคม

วันพุธที่ 25 พฤษภาคม พ.ศ. 2565

เวลา 08.30 - 16.30 น.

ณ ชั้น 1 Learning Space อาคารห้องสมุดองค์กรักษ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

\*\*\*\*\*

วันพุธที่ 25 พฤษภาคม 2565

เวลา 08.30 - 09.00 น.	ลงทะเบียน
09.00 - 09.15 น.	พิธีเปิด โดย หัวหน้าห้องสมุดองค์กรักษ์
09.15 - 10.45 น.	กิจกรรมอบรมการฝึกปฏิบัติ - บรรยายและสาธิตขั้นตอนและวิธีการทำยางยืด โดย นางสาวชัชชภา ประทุมศรีขจร
10.45 - 11.00 น.	พักรับประทานอาหารว่าง/เครื่องดื่ม
11.00 - 12.00 น.	ฝึกปฏิบัติการทำยางยืด
12.00 - 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 - 15.00 น.	พักรับประทานอาหารว่าง/เครื่องดื่ม
15.00 - 16.30 น.	ฝึกปฏิบัติการทำยางยืด (ต่อ)
16.30 น.	ปิดโครงการ โดย หัวหน้าห้องสมุดองค์กรักษ์

\*\*\*\*\*