

“One Child One Knowledge : One Child OK”

การนำเสนอผลงาน หนึ่งนักเรียนหนึ่งความรู้



๑. ประเภทผลงาน ผลงานประเภทบุคคล

ชื่อผลงาน การพัฒนาศักยภาพตนเองสู่นักกีฬาคริกเก็ตชายทีมชาติไทย ก้าวไกล Thailand ๔.๐ โดยใช้กฎของการฝึก (Law of Exercise) และกฎแห่งผล (Law of Effect)

ชื่อผู้นำเสนอผลงาน นายพิริยะพงษ์ สวนช่วย นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕/๔

ชื่อหน่วยงาน โรงเรียนสอยดาววิทยา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ครูที่ปรึกษา นายโกมล จันทร์ารักษ์

๒. ประเด็นการพิจารณา

๒.๑ ความสำคัญขององค์ความรู้



ข้าพเจ้า นายพิริยะพงษ์ สวนช่วย นักกีฬาคริกเก็ต เกษมพรท ๒๓ กรกฎาคม ๒๕๔๕ อายุ ๑๗ ปี กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕/๔

โรงเรียนสอยดาววิทยา อำเภอสอยดาว จังหวัดจันทบุรี เริ่มเล่นกีฬาตั้งแต่อยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ โดยได้รับการสร้างแรงจูงใจในการเล่นกีฬาคริกเก็ต

รักการออกกำลังกาย จากคุณครูโกมล จันทร์ารักษ์ ซึ่งเป็นผู้ส่งเสริมสนับสนุนในการฝึกทักษะกีฬาคริกเก็ต เล่นแล้วชอบ มีความสุขในการเล่น เห็นประโยชน์กีฬา

กีฬาคริกเก็ต เป็นกีฬาใหม่ที่บรรจุอยู่ในกีฬาเยาวชนแห่งชาติ เป็นกีฬาประเภททีม ๑๑ คน และในการเล่นทีมต้องใช้เทคนิคการเล่นกีฬาแบบร่วมมือ

ในฐานะกัปตันทีม ต้องมีภาวะผู้นำเห็นความสำคัญของจิตวิทยาการกีฬา ได้ศึกษาและนำมาปรับใช้ในการพัฒนาตนเอง พัฒนาทีมคริกเก็ตชายตาม

โปรแกรมการฝึกทักษะกีฬาคริกเก็ตขั้นสูงเพื่อความเป็นเลิศโดยใช้กฎของการฝึก (Law of Exercise) และกฎแห่งผล (Law of Effect)

ส่งผลให้ได้เป็นนักกีฬาทีมชาติไทย

๒.๒ วัตถุประสงค์และเป้าหมายของการดำเนินงาน

- เพื่อพัฒนาศักยภาพตนเองในการฝึกทักษะกีฬาคริกเก็ต สู่วิชาความเป็นเลิศอย่างต่อเนื่องเป็นระบบ ด้วยโปรแกรมการฝึกทักษะกีฬาคริกเก็ต โดยใช้กฎของการฝึก (Law of Exercise) และกฎแห่งผล (Law of Effect) และสร้างแรงจูงใจในการควบคุมทีมเล่นกีฬาคริกเก็ตด้วยความสุขสู่ความสำเร็จ

เป้าหมายของการดำเนินงาน - เพื่อมุ่งมั่นพัฒนาตนให้มีศักยภาพทักษะกีฬาคริกเก็ต เป็นตัวแทนนักกีฬาคริกเก็ตชายทีมชาติจังหวัดจันทบุรี และมุ่งผลสัมฤทธิ์ในการแข่งขันกีฬาคริกเก็ตในระดับที่สูงขึ้น เพื่อให้ได้รับการคัดเลือกเป็นตัวแทนนักกีฬาคริกเก็ตชายทีมชาติไทย ก้าวไกล Thailand ๔.๐ สู่การแข่งขันในระดับต่างประเทศ ตามคติพจน์ตนเองและความเชื่อว่า **“ฝันให้ไกล ไปได้ถึง หากไม่ละความพยายาม ความสำเร็จย่อมเกิดขึ้นได้”**

๒.๓ ขั้นตอนการดำเนินงาน

๒.๓.๑ ขั้นการพัฒนาศักยภาพตนเอง สู่วิชาความเป็นเลิศทางด้านกีฬาคริกเก็ต เตรียมความพร้อมของร่างกาย ฝึกทักษะความคล่องแคล่ว ทักษะการเคลื่อนไหว ความอ่อนตัว ยืดเหยียดกล้ามเนื้อ การอบอุ่นร่างกาย การออกกำลังกายสร้างแรงและพลังกำลังกายให้พร้อม ฝึกสมาธิและควบคุมอารมณ์

๒.๓.๑ ขั้นนำไปใช้ นำโปรแกรมการฝึกทักษะกีฬาคริกเก็ต มาใช้พัฒนาศักยภาพตน โดยใช้กฎของการฝึก (Law of Exercise) และกฎแห่งผล (Law of Effect) ไปใช้ ในภาคสนาม สร้างความกระตือรือร้นในการแข่งขัน และความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬา สร้างแรงจูงใจ แรงกระตุ้น ลดแรงกดดันภายใน และภายนอกคือคู่แข่ง พัฒนาและแก้ไข ผลงานการแข่งขันตลอดเวลา ฝึกตนให้มีสมาธิในการลงทีมฝึก และในการแข่งขัน จะใช้วงจรคุณภาพ P D C A พัฒนาผลงานให้ประสบความสำเร็จสูงสุด

๒.๔ ผลการดำเนินงาน/ประโยชน์ที่ได้รับ

ผลการดำเนินงาน

๒.๔.๑ มีทักษะกีฬาคริกเก็ตขั้นสูง เล่นทีมอย่างมีประสิทธิภาพ นำทีมสู่ความสำเร็จ สู่นักกีฬาคริกเก็ตชายทีมชาติไทย ก้าวไกล Thailand ๔.๐

๒.๔.๒ ผลการใช้ โปรแกรมการฝึกทักษะกีฬาคริกเก็ตเพื่อความเป็นเลิศ ที่มีประสิทธิภาพ ได้ผ่านการคัดเลือกเป็นตัวแทนนักกีฬาคริกเก็ตชายจังหวัดจันทบุรี เป็นตัวแทนนักกีฬาคริกเก็ตชายทีมชาติไทย ก้าวไกล Thailand ๔.๐ **ประโยชน์ที่ได้รับ** ความสามัคคี สุขภาพแข็งแรง ชื่อเสียงสู่โรงเรียน

๒.๕ ปัจจัยความสำเร็จ การพัฒนาตนเองตลอดเวลา มีวินัยนักกีฬา มีสมาธิ นำจิตวิทยาการกีฬามาปรับใช้ และโปรแกรมการฝึกทักษะกีฬาคริกเก็ต **ผู้ฝึกสอนกีฬา** นายโกมล จันทร์ารักษ์ และผู้ส่งเสริมสนับสนุน คือ สมาคมกีฬาคริกเก็ตแห่งประเทศไทย สมาคมกีฬาจังหวัดจันทบุรี ผู้อำนวยการโรงเรียนสอยดาววิทยา นายวัชรลักษณ์ ตากใบ ได้ส่งเสริมสนับสนุน ให้ความอนุเคราะห์ทีมกีฬาคริกเก็ตโรงเรียนสอยดาววิทยาทุกประการ

๒.๖ บทเรียนที่ได้รับ โปรแกรมการฝึกทักษะกีฬาคริกเก็ต โดยใช้กฎของการฝึก (Law of Exercise) และกฎแห่งผล (Law of Effect) การพัฒนาตนในตำแหน่งกัปตันทีม สร้างขวัญกำลังใจ สร้างวินัยนักกีฬา จิตวิทยาการกีฬา และมีความอดสาหะสามารถนำพาทีมกีฬาคริกเก็ตหญิงสู่ความสำเร็จ

๒.๗ การเผยแพร่/การได้รับการยอมรับ เป็นตัวแทนจังหวัดจันทบุรี ๑. เหรียญทอง คริกเก็ตชาย การแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ ๓๓ ระนองเกมส์ ๑๖-๒๖ มีนาคม ๒๕๖๐ ๒. ชนะเลิศ คริกเก็ตชาย การแข่งขันคริกเก็ตกีฬานักเรียนนักศึกษาแห่งชาติครั้งที่ ๔๐ “นครสวรรค์ศึกษาเกมส์” ณ จังหวัดนครสวรรค์ ๒๐-๒๓ มกราคม ๒๕๖๒ ๓. เหรียญทอง คริกเก็ตชาย การแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ ๓๕ ณ จังหวัดบุรีรัมย์ ๑๐-๒๐ พฤษภาคม ๒๕๖๒ ๔. เข้าร่วมการแข่งขันรายการ ACC U 19 Eastern Region 2019 ในระหว่างวันที่ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๒ ถึง ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๖๒ ณ ประเทศมาเลเซีย