

ที่ ศธ ๐๔๐๒๐/ว ๒๕๘ ๕๙



สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต ๑
ถนนสมนบิน ตำบลกาฬสินธุ์ อำเภอเมืองกาฬสินธุ์
จังหวัดกาฬสินธุ์ ๔๖๐๐๐

๙ กรกฎาคม ๒๕๖๘

เรื่อง ประชาสัมพันธ์โครงการเดิน-วิ่ง ONE คุณสุข RUN สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต ๑
เรียน ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา/สำนักงานเขตพื้นที่ศึกษามัธยมศึกษา

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. QR Code การสมัครฯ

จำนวน ๑ ฉบับ

๒. รายละเอียดการเดิน-วิ่งฯ

จำนวน ๑ ชุด

ด้วยสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต ๑ ได้กำหนดการดำเนินงาน
โครงการเดิน-วิ่ง ONE คุณสุข RUN สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต ๑ ในวันอาทิตย์ที่
๕ ตุลาคม ๒๕๖๘ ณ บริเวณพุทธมณฑล แก่งดอนกลาง อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์
เพื่อการจัดหาทุนสนับสนุนการจัดกิจกรรมด้านทักษะทางวิชาการ/กีฬา ของนักเรียน ช่วยเหลือเด็กด้อยโอกาส
ข้าราชการครู บุคลากรทางการศึกษา และปรับปรุงพัฒนาอาคารสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต ๑ จึงขอประชาสัมพันธ์เชิญชวนท่าน
บุคลากรและนักเรียนในสังกัด สมัครเข้าร่วมกิจกรรมเดิน-วิ่ง ONE คุณสุข RUN สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
ประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต ๑ โดยสมัครเข้าร่วมกิจกรรมฯ ดังกล่าว ตั้งแต่วันที่ ๕ กันยายน ๒๕๖๘
รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

ว่าที่ร้อยตรี

(สุรสิทธิ์ ถิตย์สมบูรณ์)

ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต ๑

กลุ่มส่งเสริมการจัดการศึกษา

โทร. ๐ ๔๓๘๑ ๒๘๐๘

โทรสาร ๐ ๔๓๘๑ ๓๒๔๙



QR Code การสมัคร

“เรียนดี มีความสุข”

โครงการ	เดิน-วิ่ง ONE คุณสุข RUN สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต ๑
แผนงาน	การจัดการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กลุ่มที่รับผิดชอบ	กลุ่มส่งเสริมการจัดการศึกษา
ผู้รับผิดชอบโครงการ	นางกฤตราพร ธรรมวงศา,นางเบญญาลักษณ์ ไชยหอม,นางสาวนุภาพร ศรีฤทธิ์, นายขจรพงศ์ ตันศรีนนท์
สนองยุทธศาสตร์ สพฐ.	(๒) การจัดการศึกษาเพื่อเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขันโดยพัฒนาคุณภาพ ให้มีความรู้ ทักษะวิชาการ ทักษะชีวิต ทักษะวิชาชีพ คุณลักษณะในศตวรรษที่ ๒๑
ระยะเวลาดำเนินการ	มิถุนายน ๒๕๖๘ - ตุลาคม ๒๕๖๘

๑. หลักการและเหตุผล

จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ (Covid-๑๙) ซึ่งส่งผลต่อสุขภาพร่างกายของคนในปัจจุบันเป็นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทำให้หลายคนได้ตระหนักและตื่นตัว ในการดูแลสุขภาพ เพื่อเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับตัวเอง นอกจากการฉีดวัคซีนแล้วการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ถือเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันที่ยั่งยืนแก่ตนเอง ครอบครัว และชุมชน รวมถึงเป็นการบูรณาการด้านต่างๆ เพื่อให้สังคมได้มีความเข้มแข็ง เยาวชนและประชาชนทั่วไปมีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์แข็งแรง อีกทั้งยังเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ห่างไกลจากยาเสพติดและอบายมุขต่างๆ ด้วยกิจกรรมเดิน วิ่งเพื่อสุขภาพ ปัจจุบันกิจกรรมเดิน วิ่งเพื่อสุขภาพ ได้รับความนิยมเป็นอย่างมากเพราะเป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับทุกเพศ ทุกวัย และสามารถเล่นได้ในทุกสถานที่ เช่น สนามกีฬา ลานกีฬาหมู่บ้าน บนถนน สามารถเล่นได้สะดวก โดยไม่จำเป็นต้องใช้อุปกรณ์มากมายและมีราคาแพงๆ

การมีสุขภาพที่ดีเป็นความปรารถนาของคนทุกคน เพราะการมีสุขภาพที่ดีเป็นปัจจัยสำคัญ ที่ก่อให้เกิดความสุข และส่งเสริมให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีได้มากที่สุด เพราะคำว่า สุขภาพ มีความหมาย คือ สภาวะแห่งความสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมด้วยดีไม่ใช่เพียงแต่ความปราศจากโรค หรือทุพพลภาพเท่านั้น จากคำจำกัดความนี้แสดงให้เห็นว่า ภาวะของความไม่มีโรค ไม่ได้หมายความว่าสุขภาพที่ดี แต่สุขภาพมีความหมายเชิงบวกที่เน้นความเป็นอยู่ที่ดีสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม นั่นคือ ต้องมีสุขภาพกาย สุขภาพจิต และสุขภาพทางสังคม ครบทุกด้าน ซึ่งจะต้องปฏิบัติควบคู่กันไปอย่างเหมาะสม โดยเฉพาะการออกกำลังกาย ที่ได้รับความนิยมกัน อย่างแพร่หลายในการสร้างเสริมสุขภาพ ซึ่งการออกกำลังกายก็จะมีหลากหลายรูปแบบและวิธีการแตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่กับความถนัด ความสนใจ และความพร้อมตลอดจนประโยชน์ที่ได้รับของแต่ละบุคคลอีกด้วย

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต ๑ ได้ตระหนักถึงปัญหาดังกล่าว จึงได้จัดกิจกรรมการแข่งขันเดิน-วิ่ง ONE คุณสุข สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต ๑ ขึ้น เพื่อเป็นการเสริมสร้างการมีส่วนร่วม จากหน่วยงาน ทั้งภาครัฐ เอกชน และประชาชน ในการจัดหาทุนสนับสนุนการจัดกิจกรรมด้านทักษะทางวิชาการ กีฬา ช่วยเหลือนักเรียน ข้าราชการครู บุคลากรทางการศึกษา และปรับปรุงพัฒนาอาคาร ภูมิทัศน์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา

๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อส่งเสริมสนับสนุนด้านการออกกำลังกาย มีสุขภาพพลานามัย มีระเบียบวินัย รู้จักหน้าที่ มีความรับผิดชอบ ซื่อสัตย์ และทำงานร่วมกันเป็นหมู่คณะ

๒.๒ เพื่อส่งเสริมให้รู้จักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ห่างไกลจากสิ่งเสพติดและอบายมุข

๒.๓ เพื่อส่งเสริม สนับสนุนกิจกรรมการดำเนินงานด้านทักษะทางวิชาการ ด้านกีฬาของนักเรียน

๒.๔ เพื่อช่วยเหลือนักเรียน ข้าราชการครู และบุคลากรทางการศึกษา ที่ประสบปัญหาความเดือดร้อน

๒.๕ เพื่อปรับปรุงพัฒนาอาคาร ภูมิทัศน์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา

๓. เป้าหมาย

๓.๑ เชิงปริมาณ

ข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา นักเรียนในสังกัด บุคลากรจากหน่วยงานภาครัฐ และเอกชน จำนวน ๑,๒๐๐ คน

๓.๒ เชิงคุณภาพ

๓.๒.๑ ผู้เข้าร่วมโครงการมีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง และมีจิตใจที่เบิกบาน มีคุณธรรม จริยธรรม และปฏิบัติตามกติกาสังคมได้

๓.๒.๒ ผู้เข้าร่วมโครงการรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ห่างไกลสิ่งเสพติดและอบายมุข

๓.๒.๓ นักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมด้านทักษะทางวิชาการ และกีฬา

๓.๒.๔ นักเรียน ข้าราชการครู และบุคลากรทางการศึกษา ได้รับการช่วยเหลือบรรเทาความเดือดร้อน

๓.๒.๕ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามีอาคาร ภูมิทัศน์ สะอาด น่าอยู่และมีความปลอดภัย

๔. วัน เวลา สถานที่

วันอาทิตย์ที่ ๕ ตุลาคม ๒๕๖๘ ตั้งแต่เวลา ๐๔.๐๐ น. ถึง ๑๐.๓๐ น. ณ บริเวณพุทธมณฑล แยกตอนกลาง อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์

๕. ประเภทการแข่งขัน

จัดการแข่งขันเดิน – วิ่ง จำนวน ๓ ประเภท ได้แก่

๕.๑ ประเภท Fun Run ระยะทาง ๕ กิโลเมตร

๕.๒ ประเภท Mini Marathon ระยะทาง ๑๐ กิโลเมตร

๕.๓ ประเภท แพนซี

๖. งบประมาณ

จากผู้มีจิตศรัทธาร่วมบริจาค และสนับสนุน จากการสมัครเข้าร่วมการแข่งขันเดิน-วิ่ง ONE คุณสุข RUN สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต ๑

๗. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๗.๑ นักเรียนได้พัฒนาและส่งเสริมการออกกำลังกายในหมู่คณะและมีกิจกรรมที่มีประโยชน์
ทางไกลยาเสพติดและอบายมุข

๗.๒ นักเรียนได้รับการพัฒนาด้านทักษะทางวิชาการ การกีฬา และเรียนรู้ทักษะอย่างถูก
หลักการและพัฒนาทักษะได้อย่างมีประสิทธิภาพ

๗.๓ นักเรียน ข้าราชการครู บุคลากรทางการศึกษา ได้รับความช่วยเหลือ บรรเทาความ
เดือดร้อน

๗.๔ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามืออาครสำนักงาน ภูมิทัศน์ ที่มีความมั่นคงปลอดภัย
สวยงาม ใช้ประโยชน์ได้อย่างคุ้มค่า

๘. การประเมินผล

๘.๑ จากการสังเกต

๘.๒ สัมภาษณ์ผู้เกี่ยวข้อง

๘.๓ การตอบแบบสอบถามผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง

ลงชื่อ



ผู้เสนอโครงการ

(นางเบญญาลักษณ์ ไชยหอม)

นักวิชาการศึกษาชำนาญการ

ลงชื่อ



ผู้เห็นชอบโครงการ

(นางกฤตราพร ธรรมวงศา)

ผู้อำนวยการกลุ่มส่งเสริมการจัดการศึกษา

ลงชื่อ



ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายอนุกุล ทรงมงคลรัตน์)

รองผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต ๑

ลงชื่อ ว่าที่ร้อยตรี



ผู้อนุมัติโครงการ

(สุรสิทธิ์ ถิตย์สมบูรณ์)

ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต ๑

รายละเอียด

โครงการเดิน-วิ่ง ONE คุณสุข RUN สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต ๑

ในวันอาทิตย์ที่ ๕ ตุลาคม ๒๕๖๘

ณ บริเวณพุทธมณฑล แก่งดอนกลาง อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์

สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต ๑



โครงการฯ และรายละเอียดประชาสัมพันธ์



QR Code การสมัคร



แบบตอบรับการสนับสนุน

โครงการ **ONE** คุณสุข **RUN**

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต 1



1. ชื่อ-นามสกุล (หน่วยงาน/บุคคล).....

2. ที่อยู่ที่สามารถติดต่อได้.....

3. เบอร์โทรศัพท์.....

4. ☐ มีความประสงค์สนับสนุน ดังนี้

☐ สนับสนุนงบประมาณ จำนวน.....บาท

ระบุ วัสดุสิ้นเปลือง.....

ระบุชื่อ/ตราหน่วยงานที่สนับสนุน.....

☐ สนับสนุนสิ่งของ ได้แก่ น้ำดื่ม อาหาร (โปรดระบุ)

.....

ระยะเวลาการจัดกิจกรรม วันอาทิตย์ที่ 5 ตุลาคม 2568

สถานที่จัดงาน ณ บริเวณพุทธมณฑล แก่งดอนกลาง อ.เมืองกาฬสินธุ์ จ.กาฬสินธุ์

วัตถุประสงค์ เพื่อส่งเสริมงานวิชาการ/กีฬา และพัฒนาสำนักงานเขตฯ

สอบถามเพิ่มเติม โทร. 084-4285496 ว่าที่ร้อยตรีสุรสิทธิ์ ฤทธิสมบูรณ์ ผอ.สพป.กส.1

โทร. 087-9934760 นายอนุกุล ทรงมงคลรัตน์ รอง ผอ.สพป.กส.1

โทร. 085-5290160 นางกฤตราพร ธรรมวงศา ผอ.กลุ่มส่งเสริมการจัดการศึกษา

โทร. 081-7086828 นางเบญญาลักษณ์ ไชยหอม นักวิชาการศึกษาชำนาญการ

หมายเหตุ : ส่งแบบตอบรับการสนับสนุนให้กลุ่มส่งเสริมการจัดการศึกษา สพป.กาฬสินธุ์ เขต 1

ภายในวันที่ 5 กันยายน 2568

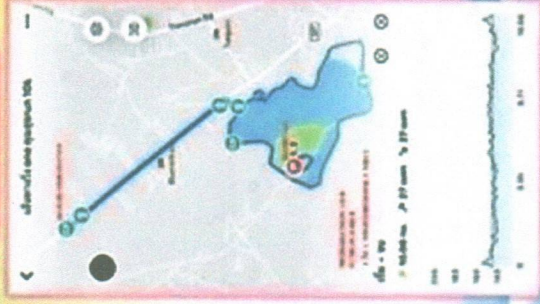
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาระยะศึกษาพิเศษ เขต 1
ขอเชิญร่วมกิจกรรม

ONE RUN

สพ.ภาพสันธุ์เขต ๑



ROUTE MAP



FUNRUN 5 km ค่าสมัคร 450.-

OVERALL ชาย/หญิง (อันดับ 1-3)

เงินรางวัล 1,000/700/500 กลุ่มอายุ (ถ้วย 5)

- ไม่เกิน 19 ปีชาย
- 20 - 29 ปีชาย
- 30 - 39 ปีชาย
- 40 - 49 ปีชาย
- 50 - 59 ปีชาย
- 60 - ปีขึ้นไปชาย
- ไม่เกิน 19 ปีหญิง
- 20 - 29 ปีหญิง
- 30 - 39 ปีหญิง
- 40 - 49 ปีหญิง
- 50 - 59 ปีหญิง
- 60 - ปีขึ้นไปหญิง

MINIMARATHON 10 km ค่าสมัคร 550.-

OVERALL ชาย/หญิง (อันดับ 1-3)

เงินรางวัล 1,500/1,000/800 บาท กลุ่มอายุ (ถ้วย 1-5)

- ไม่เกิน 19 ปีชาย
- 20 - 29 ปีชาย
- 30 - 39 ปีชาย
- 40 - 49 ปีชาย
- 50 - 59 ปีชาย
- 60 - 69 ปีชาย
- 70 ปีชายขึ้นไป
- ไม่เกิน 19 ปีหญิง
- 20 - 29 ปีหญิง
- 30 - 39 ปีหญิง
- 40 - 49 ปีหญิง
- 50 - 59 ปีหญิง
- 60 - ปีขึ้นไปหญิง

VIP ค่าสมัคร 1,000 บาท (เสื้อโปโล, เหรียญ) แพนธกี 1-5

ณ พุทธมณฑล เก่งตอนกลาง จ.ภาพสันธุ์

วันอาทิตย์ที่ 5 ตุลาคม 2568 05:00 น.

สมัครวิ่งผ่าน คิวอาร์โค้ด (QR Code) **สพ.ภาพสันธุ์ เขต 1** (99/7 ถ.สนามบิน ต.ภาพสันธุ์ อ.เมือง จ.ภาพสันธุ์)

ติดต่อสอบถาม

www.ksn.go.th



กลุ่มส่งเสริมการจัดการศึกษา ☎ 043-812808 , 085-529-0160

คุณไก่อ ☎ 081-708-6828

สมัครแล้วอย่าลืมเข้าบัญชี

โดย: โครงการเงิน-ใจ
One Run สพ.ภาพสันธุ์

เขต 1
สาขา : ภาพสันธุ์



404-3-59167-5