



ประกาศกรมพลศึกษา

เรื่อง การประกวดต้นแบบบริหารกายหน้าเสาธง ประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๙

ด้วยกรมพลศึกษา ดำเนินการจัดกิจกรรมการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน ประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๙ ภายใต้โครงการสร้างเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกายด้วยวิทยาศาสตร์การกีฬา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนในโรงเรียนได้มีโอกาสออกกำลังกายและสร้างประสบการณ์ที่ดีจากการฝึกฝนการออกกำลังกายได้เข้าร่วมกิจกรรมการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน อีกทั้งเป็นการส่งเสริมให้เกิดความรู้ ความตระหนักและเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เพื่อพัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพทางกาย

ฉะนั้น อาศัยอำนาจตามความในมาตรา ๓๒ แห่งพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการแผ่นดิน พ.ศ. ๒๕๓๔ และแก้ไขเพิ่มเติม กรมพลศึกษาจึงประกาศหลักเกณฑ์กิจกรรมการประกวดต้นแบบบริหารกายหน้าเสาธง ประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๙ ดังนี้

ข้อ ๑ ประเภทการประกวด

ประเภททีม ๘ คน

ข้อ ๒ คุณสมบัติของผู้สมัคร

๒.๑ ต้องเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษา อายุตั้งแต่ ๖ ปี ถึงอายุ ๑๒ ปี โดยเกิดตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๕๖ จนถึงปี พ.ศ. ๒๕๖๒

๒.๒ ต้องเป็นผู้ที่ศึกษาในโรงเรียนต้นสังกัดเป็นระยะเวลาอย่างน้อย ๑ ภาคการศึกษา

ข้อ ๓ การสมัครเข้าร่วมการประกวด

แต่ละทีมสามารถสมัครเข้าร่วมการประกวดได้ ดังนี้

๓.๑ ทีมที่สมัครเข้าร่วมการประกวดต้องยื่นใบสมัครในนามของโรงเรียน

๓.๒ ทีมที่สมัครเข้าร่วมการประกวดต้องมีผู้เข้าร่วมการประกวดเพศชายและหรือเพศหญิง โดยมีจำนวน ๘ คน และสำรอง ๒ คน

ข้อ ๔ เอกสารหลักฐานการสมัคร

๔.๑ หนังสือนำเสนอใบสมัครการประกวดต้นแบบบริหารกายหน้าเสาธง ประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๙ ตามเอกสารแนบท้ายประกาศ ๑

๔.๒ รูปถ่ายหน้าตรงของผู้เข้าร่วมการประกวดและเจ้าหน้าที่ทีม ไม่สวมหมวก ไม่สวมแว่นตาดำ ขนาด ๑ นิ้ว โดยถ่ายมาแล้วไม่เกิน ๖ เดือนนับถึงวันสมัคร

ข้อ ๕ เจ้าหน้าที่ทีม

๕.๑ เจ้าหน้าที่ทีม จำนวน ๒ คน ประกอบด้วย ผู้ควบคุมทีม และผู้ฝึกสอน

๕.๒ เจ้าหน้าที่ทีมอย่างน้อย ๑ คน จะต้องเป็นครูหรืออาจารย์ที่สอนอยู่จริงในเวลาปกติของโรงเรียนนั้น ๆ

ข้อ ๖ การรับสมัครเข้าแข่งขัน

๖.๑ รับสมัครและส่งคลิปการออกกำลังกาย ตั้งแต่บัดนี้ จนถึงวันที่ ๑๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๘

๖.๒ วิธีการสมัคร

(๑) พิมพ์หนังสือนำเสนอใบสมัครการประกวดต้นแบบบริหารกายหน้าเสาธง ประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๘ ได้ที่ <http://www.dpe.go.th> เมนู ข่าวองค์กร > ข่าวสารองค์กร > ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา และกรอกข้อมูลให้ครบถ้วน โดยให้อำนาจการ/อาจารย์ใหญ่/ครูใหญ่หรือผู้รักษาราชการแทนตามระเบียบของทางราชการเป็นผู้ลงนาม พร้อมประทับตราโรงเรียน

(๒) ทำการสแกนหนังสือนำเสนอใบสมัครเข้าระบบรับสมัครการประกวดฯ เพื่อลงทะเบียน พร้อมกรอกข้อมูลให้ครบถ้วนผ่าน <https://gms.dpe.go.th/dpeser/> ในสถานะผู้ใช้งานทั่วไป

(๓) หลังการอนุมัติเข้าระบบ <http://gms.dpe.go.th/dpeser/> ให้กรอก User และ Password ที่กำหนดในสถานะผู้ใช้งานทั่วไปและเข้าไปบันทึกข้อมูลของผู้เข้าร่วมการประกวดและเจ้าหน้าที่ทีมให้ครบถ้วน ทั้งนี้ โปรดศึกษาคู่มือการใช้งานระบบ

การแนบไฟล์เอกสารหลักฐานการสมัคร ประกอบด้วย

- หนังสือนำเสนอใบสมัคร

- รูปถ่ายหน้าตรง ไม่สวมหมวก ไม่สวมแว่นตาดำ ขนาด ๑ นิ้ว โดยถ่าย

มาแล้วไม่เกิน ๖ เดือนนับถึงวันสมัคร

(๔) โพสต์คลิปการออกกำลังกายประกอบเพลงลงใน Youtube พร้อมส่งลิงค์คลิปการออกกำลังกายประกอบเพลงผ่านทางกล่องข้อความใน Facebook Fanpage “สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา” หรือที่ <http://www.facebook.com/สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา> ภายในวันที่ ๑๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๘

ข้อ ๗ การประกวดแบ่งเป็น ๒ รอบ มีดังนี้

๗.๑ รอบคัดเลือก

(๑) พิจารณาจากคลิปการออกกำลังกายประกอบเพลงที่ส่งเข้าประกวด โดยทำการคัดเลือกทีมเข้าสู่รอบชิงชนะเลิศ จำนวน ๑๒ ทีม ตั้งแต่วันที่ ๒๒ ธันวาคม ถึงวันที่ ๒๓ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๘

(๒) ประกาศผลทีมที่ผ่านรอบคัดเลือก ภายในวันที่ ๒๖ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๘

โดยผ่านช่องทางดังนี้

(๒.๑) <http://www.dpe.go.th> เมนู ข่าวองค์กร > ข่าวสารองค์กร > ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา

(๒.๒) <http://sportscience.dpe.go.th/>

(๒.๓) <http://www.facebook.com/สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา>

๗.๒ รอบชิงชนะเลิศ

(๑) จัดการประกวดฯ ณ อาคารกีฬานิมิบุตร สนามกีฬาแห่งชาติ เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร ระหว่างวันที่ ๕ กุมภาพันธ์ ถึงวันที่ ๖ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๘

/ (๒) ผู้ที่สนใจ...

๑๒.๒ ต้องมีท่าการออกอาวุธตามกลวิธีมวยไทยสายพลศึกษา จำนวนไม่น้อยกว่า ๓ กลวิธี กลวิธีละอย่างน้อย ๑ ท่า ตามแบบของกรมพลศึกษา ดังนี้

(๑) กลวิธีการใช้หมัด: การชกหมัดตรง การชกหมัดเสย การชกหมัดเหวี่ยงสั้น การชกหมัดเหวี่ยงยาว การชกหมัดเหวี่ยงกลับ

(๒) กลวิธีการใช้เท้า: การถีบตรง การถีบเหินบ การถีบข้าง การถีบหลัง การเตะตรง การเตะเฉียง เตะตัด เตะกลับ เตะเหวี่ยงกลับ

(๓) กลวิธีการใช้เข่า: เข่าตรง เข่าเฉียง เข่าตัด เข่าลา เข่าลอย เข่าน้อย

(๔) กลวิธีการใช้ศอก: ศอกตี ศอกตัด ศอกงัด ศอกพุ่ง ศอกกระทุ้ง ศอกลับศอกกลับ

โดยศึกษาเพิ่มเติมจาก Link และ QR Code ที่ปรากฏด้านล่างนี้

https://www.dpe.go.th/pages/manual/content/dYGcMZn๖๔๙fXN๓๗he๔s๓_Q%๒๕๓d%๒๕๓d



QR Code กลวิธีมวยไทยสายพลศึกษา

ข้อ ๑๓ เกณฑ์การให้คะแนน ในรอบคัดเลือกและรอบชิงชนะเลิศ

๑๓.๑ ความถูกต้องของรูปแบบการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	๒๐ คะแนน
๑๓.๒ ความแข็งแรง/ความอ่อนตัวและความมั่นคงขณะเคลื่อนไหว	๒๐ คะแนน
๑๓.๓ การจัดระเบียบร่างกายและการเคลื่อนไหวที่ไม่นำไปสู่การบาดเจ็บ	๒๐ คะแนน
๑๓.๔ ความพร้อมเพรียง/จังหวะ	๑๕ คะแนน
๑๓.๕ ความถูกต้องครบถ้วนของท่าบังคับ	๑๐ คะแนน
๑๓.๖ ความคิดสร้างสรรค์ในการประยุกต์รูปแบบการออกกำลังกาย การแสดงออก และความเหมาะสมของการแต่งกาย สามารถนำไปใช้ได้จริงในโรงเรียน	๑๕ คะแนน

ข้อ ๑๔ การตัดสินพิจารณาจากองค์ประกอบดังต่อไปนี้

๑๔.๑ ความถูกต้องของรูปแบบการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ หมายถึง การออกกำลังกายที่ประกอบด้วย การอบอุ่นร่างกาย (Warm up) การออกกำลังกาย (Work Out) และการคลายอุ่นร่างกาย (Cool Down)

๑๔.๒ ความแข็งแรง/ความอ่อนตัว และความมั่นคงขณะเคลื่อนไหว หมายถึง การเคลื่อนไหวร่างกายที่แสดงให้เห็นถึงการใช้กล้ามเนื้อ เพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงของร่างกาย รวมถึงความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อและข้อต่อในการเคลื่อนไหวของร่างกาย

๑๔.๓ การจัดระเบียบร่างกายและการเคลื่อนไหวที่ไม่นำไปสู่การบาดเจ็บ หมายถึง การจัดระเบียบร่างกายในการเคลื่อนไหวขณะออกกำลังกายที่ไม่ทำให้ร่างกายเกิดการบาดเจ็บ เช่น การกระตุก กระชากกล้ามเนื้อ การก้มงย หรือการเปลี่ยนทิศทางแบบกะทันหัน เป็นต้น

/๑๔.๔ ความพร้อม...