



คำสั่งโรงเรียนวัดไตรรัตนาราม (ชั้นชุดไตรราษฎร์อุทิศ)

ที่ ส /๒๕๖๘

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินการโครงการอบรมหลักสูตรยุวสาสมาธิ ปีการศึกษา ๒๕๖๘

ด้วยโรงเรียนวัดไตรรัตนาราม(ชั้นชุดไตรราษฎร์อุทิศ) ได้ดำเนินการจัดโครงการอบรมหลักสูตรยุวสาสมาธิ (ระดับชั้นประถมศึกษา) ในวันที่ ๑๙-๒๐ พฤษภาคม ๒๕๖๘ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เรียนได้รับการฝึกทำสมาธิอย่างถูกวิธี สามารถนำความรู้ที่ได้รับจากการอบรมไปปฏิบัติเองได้ และเพื่อปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม ที่ดีงามแก่นักเรียน ให้มีใจรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ เพื่อพัฒนาจิตใจนักเรียนให้มีความรับผิดชอบ ห่วงไถ่โยธาเสพติด ลดการใช้ความรุนแรงต่างๆ ดังนั้น เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพบรรลุตามวัตถุประสงค์ จึงขอแต่งตั้งคณะกรรมการดังนี้

๑. คณะกรรมการอำนวยการ มีหน้าที่ ให้คำปรึกษา แนะนำ กำกับการดำเนินงาน ประกอบด้วย

๑.๑ นางสาวคมขำ	นิมิตสุวรรณ	ผู้อำนวยการสถานศึกษา	ประธาน
๑.๒ นางสาวศรัณญา	อินทร์ศรีสุข	รองผู้อำนวยการสถานศึกษา	รองประธาน
๑.๓ นางสาววรรณ	ธาริบุญ	รองผู้อำนวยการสถานศึกษา	รองประธาน
๑.๔ นางสาวจอมขวัญ	พอกพูน	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	กรรมการและเลขานุการ

๒. คณะกรรมการฝ่ายจัดเตรียมสถานที่ มีหน้าที่ จัดสถานที่ โต๊ะเก้าอี้ ป้ายเวที ประกอบด้วย

๒.๑ นายภควนนท์	แท่นแก้ว	ครู วิทยฐานะครูชำนาญการ	หัวหน้า
๒.๒ นางสาวศิริลักษณ์	เวียงอินทร์	ครู วิทยฐานะครูชำนาญการ	รองหัวหน้า
๒.๓ นางสาวจันจิรา	เพชรสุข	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	กรรมการ
๒.๔ นายธนชัย	ชำนาญเอื้อ	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	กรรมการ
๒.๕ นางสาวจารุณี	พารจะมี	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	กรรมการ
๒.๖ นางสาวจอมขวัญ	พอกพูน	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	กรรมการ
๒.๗ นางสาวณัฐลีญา	นาโสก	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	กรรมการ
๒.๘ นางสาวกฤตพร	เดชพุ่ม	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	กรรมการ
๒.๙ นายณัฐพงษ์	สุขสนธิ	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	กรรมการและเลขานุการ

๓. คณะกรรมการฝ่ายพิธีกร มีหน้าที่ ดำเนินรายการตามเวลาที่กำหนด ประกอบด้วย

๓.๑ นางฉัตรแก้ว	ชำขันมะลี	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	หัวหน้า
๓.๒ นายภควนนท์	แท่นแก้ว	ครู วิทยฐานะครูชำนาญการ	กรรมการ
๓.๓ นางสาวปิยธิดา	สุทาวัน	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	กรรมการและเลขานุการ

๔. คณะกรรมการฝ่ายดูแลนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม มีหน้าที่ ควบคุม และดูแลนักเรียนในการร่วมกิจกรรมต่างๆ ดังนี้

๔.๑ ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ จัดในวันที่ ๑๙ พฤษภาคม ๒๕๖๘ มีดังนี้

๑. นางสาวสุณี	เหมะธูลิน	ครู วิทยฐานะครูชำนาญการ	หัวหน้า
๒. นางสาวลิณี	อาชวาคม	ครู วิทยฐานะครูชำนาญการพิเศษ	รองหัวหน้า
๓. นางสาวแจ่มลักษณ์	สุวรรณเสริม	ครู วิทยฐานะครูชำนาญการ	กรรมการ
๔. นางรุ่งนภา	แจ่มกระจ่าง	ครู วิทยฐานะครูชำนาญการ	กรรมการ

๕. นางฉัตรแก้ว	ข้าชั้นมะลิ	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	กรรมการ
๖. นางณัฐวดี	รามโคตร	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	กรรมการ
๗. นางสาวอรอนงค์	พรเพชร	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	กรรมการ
๘. นางสาวกาญจนา	วรรณทวี	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	กรรมการ
๙. นายณัฐวุฒิ	จิตจักร	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	กรรมการ
๑๐. นายภควนนท์	แท่นแก้ว	ครู วิทยฐานะครูชำนาญการ	กรรมการ
๑๑. นายณัฐพงษ์	สุขสนิท	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	กรรมการ
๑๒. นายธนชัย	ชำนาญเอื้อ	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	กรรมการ
๑๓. นายชัยชนะ	ทองมา	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	กรรมการ
๑๔. นางฉัตรแก้ว	ข้าชั้นมะลิ	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	กรรมการและเลขานุการ

๓.๒ ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๓ ผู้รับผิดชอบวันที่ ๒๐ พฤษภาคม ๒๕๖๘ มีดังนี้

๑. นางนิจารีย์	ประสานตรี	ครู วิทยฐานะครูชำนาญการพิเศษ	หัวหน้า
๒. นางสาวมนฤดี	บุปผามาลา	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	รองหัวหน้า
๓. นางสาวรัตนาพร	จิตติกรโกวิท	ครู วิทยฐานะครูชำนาญการ	กรรมการ
๔. นางสาวเสาวนีย์	จุมาสง	ครู วิทยฐานะครูชำนาญการ	กรรมการ
๕. นางสาวรวิญญา	ภูเงิน	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	กรรมการ
๖. นางสาวปิยธิดา	สุทวัน	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	กรรมการ
๗. นางสาวกิตติยา	สินมาก	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	กรรมการ
๘. นางสาวจอมขวัญ	พอกพูน	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	กรรมการ
๙. นายศรัทธา	เที่ยงเจริญ	ครู วิทยฐานะครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๑๐. นางสาวจันจิรา	เพชรสุข	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	กรรมการ
๑๑. นางสาวจารุณี	พาระมี	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	กรรมการ
๑๒. นางสาวนรมน	เขียวชาญชัยกุล	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	กรรมการ
๑๓. นางสาวนัฐลี	แก้วมาตย์	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	กรรมการและเลขานุการ

๔. คณะกรรมการฝ่ายปฏิคม มีหน้าที่ต้อนรับ จัดเตรียมอาหาร เครื่องดื่ม สำหรับวิทยากร และนักเรียน ประกอบด้วย

๔.๑ นางสาวเพิ่มพร	วรจักร	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	หัวหน้า
๔.๒ นางสาวจันจิรา	เพชรสุข	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	รองหัวหน้า
๔.๓ นางสาวณัฐลีญา	นาโสภ	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	กรรมการ
๔.๔ นางสาวกฤตพร	เดชพุ่ม	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	กรรมการ
๔.๕ นางกนต์กนิษฐ์	ลิขิตวัฒนชัย	ครูพี่เลี้ยง ส.๒	กรรมการ
๔.๖ นางสาวขวัญฤทัย	วิเศษ	ครูพี่เลี้ยง	กรรมการ
๔.๗ นางกนิกา	สะอาด	พนักงานสถานที่ บ.๑	กรรมการ
๔.๘ นางสาวยุวณิธย์	จันทวงษ์	ครูพี่เลี้ยง	กรรมการและเลขานุการ

๕. คณะกรรมการฝ่ายบันทึกภาพ มีหน้าที่ บันทึกภาพ ประกอบด้วย

๕.๑ นายชัยชนะ	ทองมา	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	หัวหน้า
๕.๒ นางสาวรวิญญา	ภูเงิน	ครู รับเงินเดือนอันดับครูคศ.๑	กรรมการและเลขานุการ

๖. คณะกรรมการสรุปประเมินผล มีหน้าที่ สรุปผลการดำเนินงาน ประกอบด้วย

๖.๑ นางสาวจอมขวัญ	พอกพูน	ครู รับเงินเดือนอันดับครูผู้ช่วย	หัวหน้า
๖.๒ นางฉัตรแก้ว	ข้าขันมะลี	ครู รับเงินเดือนอันดับครูศศ.๑	กรรมการ
๖.๓ นางสาวนัฐชลี	แก้วมาตย์	ครู รับเงินเดือนอันดับครูศศ.๑	กรรมการและเลขานุการ

ทั้งนี้ ให้คณะกรรมการที่ได้รับการแต่งตั้ง ปฏิบัติหน้าที่ตามที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จเรียบร้อย ให้
เกิดประโยชน์สูงสุด ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๑๖ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๘



(นางสาวคมขำ นิมสุวรรณ)

ผู้อำนวยการสถานศึกษา

โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม (ชินจุใจราษฎร์อุทิศ)

ตารางการจัดอบรมหลักสูตรยุวสาสมาธิ (ระดับชั้นประถมศึกษา)

หลักสูตรสมาธิเบื้องต้น 1 วัน

อบรม วันที่ 19 พฤษภาคม 2568

**นักเรียนชั้นประถมศึกษาที่ 4-6 โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม(ชั้นชูใจราษฎร์อุทิศ) กรุงเทพมหานคร
ณ โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม(ชั้นชูใจราษฎร์อุทิศ) กรุงเทพมหานคร**

ช่วงเวลา (น.)	รายการ	เวลา	ผู้บรรยาย
08.30-09.00	☸ ลงทะเบียน	30 นาที	
09.00-09.20	☸ เปิดการอบรม (แนะนำตัว/แนะนำสถาบันฯ/ แนะนำพระอาจารย์หลวงพ่อย)	20 นาที	อ.วิภารัตน์ วงศ์วิวัฒน์
09.20-09.30	☸ ชมวีดิทัศน์ประวัติพระอาจารย์หลวงพ่อย	10 นาที	อ.สุภาภรณ์ นาคบัว
09.30-09.50	☸ เตรียมความพร้อม	20 นาที	คณะวิทยากร
09.50-10.10	☸ จุดประสงค์ของการทำสมาธิ	20 นาที	อ.วิภารัตน์ วงศ์วิวัฒน์
10.10-10.30	☸ อธิบายถ 4	20 นาที	อ.ชญาภา ไตรวิชญ์สกุล
10.30-10.45	☸ นันทนาการ/ พัก	15 นาที	คณะวิทยากร
10.45-11.05	☸ การบริหาร-การวางใจ	20 นาที	อ.เบญจลักษณ์ บัวภิบาล
10.50-11.05	☸ ชมวีดิทัศน์ เติบงกรรม-นั่งสมาธิ	15 นาที	อ.สุภาภรณ์ นาคบัว
11.05-11.15	☸ ปฏิบัติ เติบงกรรม	15 นาที	อ.เบญจลักษณ์ บัวภิบาล
11.15-11.30	☸ ปฏิบัตินั่งสมาธิ	15 นาที	อ.เบญจลักษณ์ บัวภิบาล
11.30-12.30	พักรับประทานอาหารกลางวัน	60 นาที	
12.30-12.45	☸ นันทนาการ	15 นาที	คณะวิทยากร
12.45-13.05	☸ ประโยชน์ของสมาธิ	20 นาที	อ.จิณห์จุฑา หิรัญศิริ
13.05-13.25	☸ วิทิสสมาธิ	20 นาที	อ.อัจฉรา บรรจง
13.25-13.40	☸ ปฏิบัติ เติบงกรรม	15 นาที	อ.อัจฉรา บรรจง
13.40-13.55	☸ ปฏิบัตินั่งสมาธิ	15 นาที	อ.อัจฉรา บรรจง
13.55-14.25	กิจกรรมอรุณทอแสง	30 นาที	คณะวิทยากร
14.25-14.45	☸ สรุปกิจกรรม/ กล่าวความรู้สึก	20 นาที	อ.สุภาภรณ์ นาคบัว
14.45-15.00	☸ กล่าวปิดการอบรม/ บันทึกภาพร่วมกัน	15 นาที	อ.วิภารัตน์ วงศ์วิวัฒน์

- สาขาสามารถปรับเปลี่ยนเวลา ให้เป็นไปตามเวลาจริงที่ได้รับในการจัดอบรม โดยให้ยึดช่วงเวลาของแต่ละกิจกรรมตามตารางนี้
- กำหนดการนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

ตารางการจัดอบรมหลักสูตรยุวสาสมาธิ (ระดับชั้นประถมศึกษา)

หลักสูตรสมาธิเบื้องต้น 1 วัน

อบรม วันที่ 20 พฤษภาคม 2568

นักเรียนชั้นประถมศึกษาที่ 1-3 โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม(ชั้นชูใจราษฎร์อุทิศ) กรุงเทพมหานคร
ณ โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม(ชั้นชูใจราษฎร์อุทิศ) กรุงเทพมหานคร

ช่วงเวลา (น.)	รายการ	เวลา	ผู้บรรยาย
08.30-09.00	☸ ลงทะเบียน	30 นาที	
09.00-09.20	☸ เปิดการอบรม (แนะนำตัว/แนะนำสถาบันฯ/ แนะนำพระอาจารย์หลวงพ่อย)	20 นาที	อ.วิภารัตน์ วงศ์วิวัฒน์
09.20-09.30	☸ ชมวีดิทัศน์ประวัติพระอาจารย์หลวงพ่อย	10 นาที	อ.สุภาภรณ์ นาคบัว
09.30-09.50	☸ เตรียมความพร้อม	20 นาที	คณะวิทยากร
09.50-10.10	☸ จุดประสงค์ของการทำสมาธิ	20 นาที	อ.ชุตน์พิมาณ ศุภชาเสฏฐ์
10.10-10.30	☸ อธิบายถ 4	20 นาที	อ.สุนิตย์ เมฆวัน
10.30-10.45	☸ นันทนาการ/ พัก	15 นาที	คณะวิทยากร
10.45-11.05	☸ การบริการ-การวางใจ	20 นาที	อ.จักรกฤษณ์ สุขนันท์
10.50-11.05	☸ ชมวีดิทัศน์ เติบงกรรม-นั่งสมาธิ	15 นาที	อ.สุภาภรณ์ นาคบัว
11.05-11.15	☸ ปฏิบัติ เติบงกรรม	15 นาที	อ.จักรกฤษณ์ สุขนันท์
11.15-11.30	☸ ปฏิบัตินั่งสมาธิ	15 นาที	อ.จักรกฤษณ์ สุขนันท์
11.30-12.30	พักรับประทานอาหารกลางวัน	60 นาที	
12.30-12.45	☸ นันทนาการ	15 นาที	คณะวิทยากร
12.45-13.05	☸ ประโยชน์ของสมาธิ	20 นาที	อ.พัชรา อุเทนสุด
13.05-13.25	☸ วิทิตสมาธิ	20 นาที	อ.ยุพา พูนขำ
13.25-13.40	☸ ปฏิบัติ เติบงกรรม	15 นาที	อ.ยุพา พูนขำ
13.40-13.55	☸ ปฏิบัตินั่งสมาธิ	15 นาที	อ.ยุพา พูนขำ
13.55-14.25	กิจกรรมอรุณทอแสง	30 นาที	คณะวิทยากร
14.25-14.45	☸ สรุปกิจกรรม/ กล่าวความรู้สึก	20 นาที	อ.สุภาภรณ์ นาคบัว
14.45-15.00	☸ กล่าวปิดการอบรม/ บันทึกภาพร่วมกัน	15 นาที	อ.วิภารัตน์ วงศ์วิวัฒน์

- สาขาสามารถปรับเปลี่ยนเวลา ให้เป็นไปตามเวลาจริงที่ได้รับในการจัดอบรม โดยให้ยึดช่วงเวลาของแต่ละกิจกรรมตามตารางนี้
- กำหนดการนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม