

ชื่อโครงการ สร้างสุขด้วยสติ (MIS)

ลักษณะโครงการ (/) โครงการต่อเนื่อง () โครงการใหม่

ลักษณะงาน (/) งานประจำ () งานกลยุทธ์

สนองนโยบาย สพฐ

นโยบายที่ 10 พัฒนาครูและบุคลากรทางการศึกษา

สนองกลยุทธ์ของโรงเรียน

ยุทธศาสตร์ที่ 2 ด้านกระบวนการบริหารและการจัดการ

กลยุทธ์ที่ 1 พัฒนาโครงสร้างการจัดการศึกษาให้มีประสิทธิภาพ ด้วยการบริหารแบบมีส่วนร่วมทุกภาคส่วน

สอดคล้องกับตัวชี้วัดความสำเร็จของสถานศึกษา

มาตรฐานที่ 2 กระบวนการบริหารและการจัดการ

ตัวชี้วัดที่ 2 มีระบบบริหารจัดการคุณภาพของสถานศึกษา

ตัวชี้วัดที่ 4 พัฒนาครูและบุคลากรให้มีความเชี่ยวชาญทางวิชาชีพ

ระยะเวลาดำเนินโครงการ (1 ตุลาคม 2567 – 20 สิงหาคม 2568)

ผู้รับผิดชอบโครงการ นางสาวจิรนนท์ ตะโคตม

หน่วยงานที่รับผิดชอบ ฝ่ายบริหารงานบุคคล

1. หลักการและเหตุผล

การพัฒนาการเรียนการสอนตาม พ.ร.บ.การศึกษาแห่งชาติฉบับที่ 10 มีเจตนารมณ์มุ่งพัฒนาชีวิตให้เป็น “มนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรมจริยธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข” หรือเป็นบุคคลที่มีความ “เก่ง ดี มีสุข” โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านความสุขที่สำคัญอย่างยิ่งในปัจจุบัน ซึ่งผู้สอนเป็นบุคคลที่มีบทบาทในการช่วยส่งเสริมหรือผู้ที่เป็นแบบอย่างในการสร้างสุข

สถานการณ์ปัจจุบันที่การทำงานมุ่งเน้นผลลัพธ์ความสำเร็จด้านคุณภาพและประสิทธิภาพ ก่อให้เกิดแรงกดดันในการทำงาน ความสำเร็จและความสุขเป็นสิ่งที่ไปด้วยกันได้ กล่าวคือ ถ้าคนมีความสุขจะส่งผลให้ทำงานสำเร็จ และองค์กรบรรลุผลลัพธ์ตามเป้าหมาย ความสุขที่ยั่งยืนต้องเป็นความสุขที่ยกระดับจากความสุขทางวัตถุ เงิน ทอง ชื่อเสียง เกียรติยศ ไปสู่ความสุขที่สูงขึ้นจากการเข้าใจตนเองและเข้าใจโลก เป็นความสุขสงบ ซึ่งต้องพัฒนาที่ส่วนลึกของจิตใจ หัวใจสำคัญของแนวคิดนี้คือ การใช้พัฒนาจิต อันได้แก่ สมาธิและสติเป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณค่าภายในตนเอง ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า สติเป็นเครื่องมือสำคัญในการทำงานอย่างมีความสุขและความสำเร็จอย่างยั่งยืนทั้งระดับบุคคล ทีม และองค์กร

โรงเรียนศรีรัตนราษฎร์นุเคราะห์ ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญในการพัฒนาความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาตนเองด้วยหลักการสร้างสุขด้วยสติในโรงเรียน (MIS) ของนักเรียน ครู และบุคลากรในสถานศึกษา จึงนำหลักการของ MIS มาใช้พัฒนาบุคลากรในด้านต่าง ๆ ภายในโรงเรียน เพื่อสร้างสุขด้วยสติจนเป็นวิถีอย่างยั่งยืน ดังนั้น งานพัฒนาบุคลากร ฝ่ายบริหารงานบุคคลจึงจัดทำโครงการสร้างสุขด้วยสติขึ้น เพื่อสร้างพลังจิตใจที่พร้อมจะปฏิบัติหน้าที่อย่างมีประสิทธิภาพ ในการจัดการเรียนการสอนให้มีคุณภาพเกิดแก่ผู้เรียนและสถานศึกษาต่อไป

2. วัตถุประสงค์

- 2.1 เพื่อให้ครูและบุคลากรทางการศึกษาได้รับความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง ด้วยหลักการสร้างสุขด้วยสติในโรงเรียน
- 2.2 เพื่อนำหลักการของ MIS มาใช้พัฒนาบุคลากรในด้านต่าง ๆ ในโรงเรียน
- 2.3 เพื่อฝึกการสร้างสุขด้วยสติภายในโรงเรียนจนเป็นวิถี

3. กลุ่มเป้าหมาย

- 3.1 ครูและบุคลากรทางการศึกษาโรงเรียนศรีรัตนราษฎร์นุเคราะห์ จำนวน 15 คน

4. เป้าหมาย

4.1 เป้าหมายเชิงปริมาณ/ผลผลิต (Output)

- 4.1.1 ร้อยละ 100 ของครูและบุคลากรทางการศึกษาได้รับความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาตนเองด้วยหลักการสร้างสุขด้วยสติในโรงเรียน

4.2 เป้าหมายเชิงคุณภาพ/ผลลัพธ์ (Outcome)

- 4.2.1 ครูและบุคลากรทางการศึกษามีความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง ด้วยหลักการสร้างสุขด้วยสติในโรงเรียน (Mindfulness in School : MIS) สามารถนำความรู้และประสบการณ์มาประยุกต์ใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพจนเป็นวิถี

5. ขั้นตอนการดำเนินงาน

- 5.1 วางแผน เสนอโครงการและแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงาน (P)
- 5.2 ดำเนินการตามแผน (D)
 - 5.2.1 ครูและบุคลากรในสถานศึกษาเข้าร่วมการอบรมเกี่ยวกับการสร้างสุขด้วยสติ
 - 5.2.2 จัดให้ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการสร้างสุขด้วยสติในโรงเรียน
 - 5.2.3 มีการทำสมาธิ check in – check out ก่อนทำกิจกรรมต่าง ๆ
- 5.3 ตรวจสอบและประเมินผล (C)
- 5.4 สรุปและรายงานผล (A)

กิจกรรมและคำชี้แจง ในการใช้งบประมาณ	งบประมาณ				รวม งบประมาณ	ระยะเวลา ปฏิบัติงาน	ผู้รับผิดชอบ
	ตอบแทน	ใช้สอย	วัสดุ	อื่น ๆ			
5.1 ชั้นเตรียมการ (P)							
- วางแผนการ ดำเนินงาน	-	-	-	-	-	1 – 30 ก.ย. 67	จิรนนท์ ตะโคตม
- เสนอโครงการเพื่อ ขออนุมัติ	-	-	-	-	-	1 – 31 ต.ค. 67	จิรนนท์ ตะโคตม
- แต่งตั้งคณะกรรมการ ดำเนินงาน	-	-	-	-	-	1 – 31 ต.ค. 67	จิรนนท์ ตะโคตม
5.2 ชั้นดำเนินการ (D)							
- ครูและบุคลากรใน สถานศึกษาเข้าร่วมการอบรม เกี่ยวกับการสร้างสุขด้วยสติ	-	-	-	2,400	2,400	ต.ค. 67 – ส.ค. 68	จิรนนท์ ตะโคตม
- จัดอบรมให้ความรู้ที่ เกี่ยวข้องกับการสร้างสุขด้วย สติในโรงเรียน	2,000	600	-	-	2,600	ต.ค. 67 – ส.ค. 68	จิรนนท์ ตะโคตม
- มีการทำสมาธิ check in – check out ก่อนทำกิจกรรม ต่าง ๆ	-	-	-	-	-	ต.ค. 67 – ส.ค. 68	จิรนนท์ ตะโคตม
5.3 ชั้นประเมินผล (C)							
- กำกับ ติดตามตรวจสอบการ ดำเนินงานตามกิจกรรม	-	-	-	-	-	หลังการจัดกรรม	จิรนนท์ ตะโคตม
- บันทึกการจัดกิจกรรม	-	-	-	-	-	หลังการจัดกรรม	จิรนนท์ ตะโคตม
5.4 ชั้นสรุปและรายงานผล (A)							
- สรุปผลและจัดทำรายงาน ผลการดำเนินกิจกรรม	-	-	-	-	-	16 – 20 ส.ค. 68	จิรนนท์ ตะโคตม

ประมาณการค่าใช้จ่ายในการดำเนินโครงการ

กิจกรรม	จำนวน	รายการ	ราคา / หน่วย (บาท)	จำนวนเงิน (บาท)
- ครูและบุคลากรในสถานศึกษาเข้าร่วมการ อบรมเกี่ยวกับการสร้างสุขด้วยสติ	3 คน	- ค่าเดินทาง (100 กม. X 4 บาท)	3	2,400
- จัดอบรมให้ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการสร้างสุข ด้วยสติในโรงเรียน	1 คน	- ค่าตอบแทนวิทยากร	2,000	2,000
	1 ผืน	- ค่าป้ายไวเนล	600	600
รวมทั้งสิ้น (ห้าพันบาทถ้วน)				5,000

6. ระยะเวลาและสถานที่ดำเนินการ

วันที่ 1 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2567 ถึงวันที่ 20 เดือน สิงหาคม พ.ศ. 2568

สถานที่ดำเนินการ โรงเรียนศรีรัตนราษฎร์านุเคราะห์

7. งบประมาณ

- เงินอุดหนุน	จำนวน	5,000.-	บาท
- เงินรายได้สถานศึกษา	จำนวน	-	บาท
- เงินเรียนฟรี 15 ปี	จำนวน	-	บาท
- เงินกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	จำนวน	-	บาท
- เงินอื่น ๆ	จำนวน	-	บาท
รวมงบประมาณทั้งสิ้น	จำนวน	5,000.-	บาท

(ห้าพันบาทถ้วน)

8. การวิเคราะห์ความเสี่ยงของโครงการ

ปัจจัยความเสี่ยง

-

แนวทางการบริหารความเสี่ยง

-

9. ตัวชี้วัดและค่าเป้าหมาย

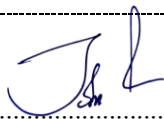

ตัวชี้วัดและค่าเป้าหมาย	วิธีการประเมิน	เครื่องมือที่ใช้
ผลผลิต (Outputs)		
1. ร้อยละ 100 ของครูและบุคลากรทางการศึกษาได้รับความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง ด้วยหลักการสร้างสุขด้วยสติในโรงเรียน	ประเมินการเข้าร่วมกิจกรรม	รายงานการอบรม
ผลลัพธ์ (Outcomes)		
1. ครูและบุคลากรทางการศึกษามีความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง ด้วยหลักการสร้างสุขด้วยสติในโรงเรียน (Mindfulness in School : MIS) สามารถนำความรู้และประสบการณ์มาประยุกต์ใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพจนเป็นวิถี	ประเมินการเข้าร่วมกิจกรรม	รายงานการอบรม

10. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

10.1 เพื่อให้ครูและบุคลากรทางการศึกษาได้รับความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง ด้วยหลักการสร้างสุขด้วยสติในโรงเรียน

10.2 เพื่อนำหลักการของ MIS มาใช้พัฒนาบุคลากรในด้านต่าง ๆ ในโรงเรียน

10.3 เพื่อฝึกการสร้างสุขด้วยสติภายในโรงเรียนจนเป็นวิถี

ลงชื่อ  ผู้เสนอโครงการ (นางสาวจิรนนท์ ตะโคตม) ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มงานสร้างสุขด้วยสติ	ลงชื่อ  ผู้พิจารณาโครงการ (นางสาวจิรนนท์ ตะโคตม) ตำแหน่ง หัวหน้าฝ่ายบริหารงานบุคคล
ลงชื่อ  ผู้พิจารณาโครงการ (นางสาวกรกชกร วงษ์วิทย์) ตำแหน่ง หัวหน้างานนโยบายและแผน	ลงชื่อ  ผู้เห็นชอบโครงการ (นางสาวลักษณวิมล พินิจมงคลชัย) ตำแหน่ง หัวหน้าฝ่ายบริหารงานงบประมาณและแผนงาน
ลงชื่อ  ผู้เห็นชอบโครงการ (นางสาวศิริวรรณ ไหลพิริยกุล) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการโรงเรียนศรีรัตนราชภรณ์นครราชสีมา	ลงชื่อ  ผู้อนุมัติโครงการ (นายสุวิทย์ โพธิ์จักร์) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนศรีรัตนราชภรณ์นครราชสีมา

ปฏิทินการปฏิบัติงาน

โครงการ สร้างสุขด้วยสติ (MIS) ประจำปีงบประมาณ 2568

ฝ่ายบริหารงานบุคคล...โรงเรียนศรีรัตนราษฎร์นุเคราะห์

ที่	รายการ/กิจกรรมสำคัญ	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ
1.	เขียนโครงการ	1-30 ก.ย. 67	จิรนนท์ ตะโคตม
2.	เสนอโครงการ	1-31 ต.ค. 67	จิรนนท์ ตะโคตม
3.	แต่งตั้งคณะกรรมการ	1-31 ต.ค. 67	จิรนนท์ ตะโคตม
4.	ประชุมคณะกรรมการ	1-31 ต.ค. 67	จิรนนท์ ตะโคตม และคณะ
5.	กำหนดปฏิทิน	1-31 ต.ค. 67	จิรนนท์ ตะโคตม
6.	ดำเนินการจัดกิจกรรมตามโครงการ ดังนี้ 1. ครูและบุคลากรในสถานศึกษาเข้าร่วมการอบรมเกี่ยวกับการสร้างสุขด้วยสติ 2. จัดให้ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการสร้างสุขด้วยสติในโรงเรียน 3. มีการทำสมาธิ check in – check out ก่อนทำกิจกรรมต่าง ๆ	ต.ค. 67 - ส.ค. 68	จิรนนท์ ตะโคตม และคณะครูทุกท่าน
7.	ประเมินผล	16-20 ส.ค. 68	จิรนนท์ ตะโคตม
8.	สรุปรายงานผล	16-20 ส.ค. 68	จิรนนท์ ตะโคตม