



คำสั่งโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง (ฝ่ายประถม)

ที่ ๐๕๒ /๒๕๕๗

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานโครงการสงบด้วยสติ

ด้วยโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง (ฝ่ายประถม) จะจัดโครงการสงบด้วยสติสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๖ ทั้งภาคปกติและภาคภาษาอังกฤษ ตลอดภาคเรียนที่ ๑ ประจำปี ๒๕๕๘ ดังนั้น เพื่อให้การปฏิบัติงานเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพ จึงขอแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงาน ดังนี้

๑. คณะกรรมการดำเนินงาน

๑.๑	น.ส.ยุวธิดา	คำปวน	ประธานกรรมการ
๑.๒	นายมานพ	สอนศิริ	รองประธานกรรมการ
๑.๓	นางยุวรี	อยู่เจริญ	กรรมการ
๑.๔	น.ส.สิริมงคล	สุวรรณผา	กรรมการ
๑.๕	นายศักดิ์ชัย	จำวนาเสียว	กรรมการ
๑.๖	น.ส.ทิพวัลย์	บริพันธ์	กรรมการ
๑.๗	นายยงยุทธ	ขุนแสง	กรรมการ
๑.๘	น.ส.ปารีชาติ	เลาบุตร	กรรมการและเลขานุการ

๒. คณะกรรมการฝ่ายประชาสัมพันธ์และโสตทัศนศึกษา

๒.๑	นายยงยุทธ	ขุนแสง	ประธานกรรมการ
๒.๒	นายพีรพงศ์	เสนห์	กรรมการ
๒.๓	น.ส.อชิรญา	อรรถผลศีล	กรรมการและเลขานุการ

๓. คณะกรรมการดูแลนักเรียนนึ่งสมาธิประถมศึกษาปีที่ ๑-๓ (หลักสูตรภาคปกติ)

๓.๑	น.ส.ปารีชาติ	เลาบุตร	ประธานกรรมการ
๓.๒	น.ส.อนุศรา	โก่งเหลือง	รองประธานกรรมการ
๓.๓	นางเสาวณีย์	แก้ววิฑูรย์	กรรมการ
๓.๔	น.ส.มุกดา	โปรงสุยา	กรรมการ
๓.๕	น.ส.ศิริญา	ใหม่อ่อง	กรรมการ
๓.๖	นายสมชาย	อุ่นแก้ว	กรรมการ
๓.๗	น.ส.ทยิดา	เลิศชนะ	กรรมการ
๓.๘	นางชุติมา	ขุนแสง	กรรมการ
๓.๙	นางวรรณิ	น่วมทง	กรรมการและเลขานุการ

๔. คณะกรรมการดูแลนักเรียนนึ่งสมาธิประถมศึกษาปีที่ ๔-๖(หลักสูตรภาคปกติ)

๔.๑	นายพัลลภ	คณนุรัตน์	ประธานกรรมการ
๔.๒	น.ส.กาหลง	รอดแก้ว	รองประธานกรรมการ
๔.๓	น.ส.ดวงกมล	ชนอม	กรรมการ
๔.๔	นางศรีประภา	ศรีหาวงษ์	กรรมการ
๔.๕	น.ส.กิตติมา	สินสีบผล	กรรมการ
๔.๖	น.ส.นันทนลิน	สีแก่นวงศ์	กรรมการ
๔.๗	นายปณณวิชญ์	พนานุการศิลป์	กรรมการ
๔.๘	น.ส.อัญชลี	บุญจันทิก	กรรมการ
๔.๘	น.ส.พัชณี	หนูพยับ	กรรมการและเลขานุการ

๕. คณะกรรมการดูแลนักเรียนนึ่งสมาธิประถมศึกษาปีที่ ๔-๖(หลักสูตรภาคภาษาอังกฤษ)

๕.๑	นางลักขณา	แก้วตระกูล	ประธานกรรมการ
๕.๒	นางรัตนสุภา	มัคคอล์ม	รองประธานกรรมการ
๕.๓	น.ส.คำขวัญ	ชูเอียด	กรรมการ
๕.๔	น.ส.อัมภิรา	สิงห์ณรงค์	กรรมการ
๕.๕	น.ส.จันทร์ระวีศิริ	สีบสำราญ	กรรมการ
๕.๖	นายวรพล	เหมืองทอง	กรรมการ
๕.๗	นายฐิติ	วิชัยคำ	กรรมการ
๕.๘	น.ส.จามจรี	พลอยวงศ์	กรรมการ
๕.๙	นางหนึ่งฤทัย	ศรีรัตนกุล	กรรมการ
๕.๑๐	นายทรงวุฒิ	วีเปลี่ยน	กรรมการและเลขานุการ

๖. คณะกรรมการฝ่ายประเมินผล

๖.๑	นายจิระศักดิ์	ทวีเงิน	ประธานกรรมการ
๖.๒	นางวรรณิ	น่วมทนง	กรรมการ
๖.๓	น.ส.ปาริชาติ	เลาหบุตร	กรรมการและเลขานุการ

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป จนกว่าการปฏิบัติงานดังกล่าวจะแล้วเสร็จ

สั่ง ณ วันที่ ๑๕ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๕๘



(รองศาสตราจารย์นพคุณ คุณาชีวะ)

รองอธิการบดีฝ่ายนโยบายและแผน

กำหนดการโครงการ สงบด้วยสติ
โครงการตลอดภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๕๘
ณ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง (ฝ่ายประถม)

เริ่มโครงการ วันที่ ๒๒ มิ.ย.- ๑๕ ต.ค. ๕๘

ประถมต้น นักเรียนชั้น ป.๑-๓

๘.๓๐ - ๘.๓๕ น. (ทุกวัน) ครูประจำชั้นให้นักเรียนฝึกนั่งสมาธิในห้องเรียนของตน
๑๐ นาทีและสนทนาพูดคุยประโยชน์การบริหารจิต
และการเจริญปัญญาโดยฟังเสียงตามสายในการเริ่มนั่งสมาธิ

ประถมปลาย นักเรียนชั้น ป.๔-๖

๑๔.๓๐ - ๑๔.๓๕ น.(ทุกวัน) ครูประจำชั้นให้นักเรียนฝึกนั่งสมาธิในห้องเรียนของตน
๑๐ นาทีและสนทนาพูดคุยประโยชน์การบริหารจิต
และการเจริญปัญญาโดยฟังเสียงตามสายในการเริ่มนั่งสมาธิ

* * สำหรับการสนทนาระหว่างครูกับนักเรียนหลังจากฝึกสมาธิแล้วแบ่งเป็นหัวข้อดังนี้**

- สัปดาห์ที่ ๑-๒ หัวข้อ เรื่องการทำงานและความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ตนเอง
- สัปดาห์ที่ ๓-๔ หัวข้อ เรื่องวินัยในตนเองและระเบียบวินัยส่วนรวม
- สัปดาห์ที่ ๕-๖ หัวข้อ การช่วยเหลือผู้อื่นและน้ำใจภายในครอบครัว
- สัปดาห์ที่ ๗-๘ หัวข้อ การแบ่งปันและความเอื้ออาทร
- สัปดาห์ที่ ๙-๑๐ หัวข้อ ความมีเมตตาและความสามัคคี
- สัปดาห์ที่ ๑๑-๑๒ หัวข้อ การรักษาความสะอาดทั้งตนเองและส่วนรวม
- สัปดาห์ที่ ๑๓-๑๔ หัวข้อ การคิดการฟังการพูดอย่างมีสติ