

**กำหนดการ**  
**โครงการส่งเสริมสุขภาพการออกกำลังกายด้วยการว่ายน้ำในเด็กและเยาวชน รุ่นที่ ๕**  
**ระหว่างวันที่ ๒๐ เมษายน – ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๔**  
**เทศบาลตำบลวงเหนือ อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่**

\*\*\*\*\*

● **วันที่ ๒๐ เมษายน ๒๕๖๔ ฝึกอบรมและปฏิบัติการช่วยเหลือ เพื่อป้องกันเด็กจมน้ำ**

**รอบที่ ๑ (ช่วงเช้า) เด็กที่ลงเวลาเรียนว่ายน้ำ ช่วงเวลา ๐๙.๐๐ – ๑๐.๐๐ น. และ ๑๐.๐๐ – ๑๑.๐๐ น.**  
**จำนวน ๔๐ คน**

- ๐๘.๓๐ – ๐๙.๐๐ น. - ลงทะเบียน
- ๐๙.๐๐ – ๐๙.๓๐ น. - พิธีเปิดการอบรม
- ๐๙.๓๐ – ๑๑.๓๐ น. - อบรมให้ความรู้ เรื่องการป้องกันการจมน้ำในเด็กและเยาวชน และการช่วยฟื้นคืนชีพ
- ๑๑.๓๐ – ๑๒.๐๐ น. - ชี้แจงรายละเอียด โครงการส่งเสริมสุขภาพการออกกำลังกายด้วยการว่ายน้ำ  
ในเด็กและเยาวชน รุ่นที่ ๕

**รอบที่ ๒ (ช่วงบ่าย) เด็กที่ลงเวลาเรียนว่ายน้ำ ช่วง เวลา ๑๕.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. และ ๑๖.๐๐ – ๑๗.๐๐ น.**  
**จำนวน ๔๐ คน**

- ๑๓.๐๐ – ๑๓.๓๐ น. - ลงทะเบียน
- ๑๓.๓๐ – ๑๔.๐๐ น. - พิธีเปิดการอบรม
- ๑๔.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. - อบรมให้ความรู้ เรื่องการป้องกันการจมน้ำในเด็กและเยาวชน และการช่วยฟื้นคืนชีพ
- ๑๖.๐๐ – ๑๖.๓๐ น. - ชี้แจงรายละเอียด โครงการส่งเสริมสุขภาพการออกกำลังกายด้วยการว่ายน้ำ  
ในเด็กและเยาวชน รุ่นที่ ๕

**\*\*หมายเหตุ :**

๑. กำหนดการอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
๒. รับประทานอาหารว่างเวลา ๑๐.๓๐ – ๑๐.๔๕ น. / ๑๓.๔๕ – ๑๔.๐๐ น.

● **ตารางการฝึกปฏิบัติการว่ายน้ำ สถานที่ ณ สระว่ายน้ำวังธารรีสอร์ท อ.ดอยสะเก็ด จ.เชียงใหม่**

๑. กำหนดการเรียนว่ายน้ำ \*\* เดือนเมษายน ๒๕๖๔ วันที่ ๒๑, ๒๓, ๒๖, ๒๘, ๓๐ เมษายน ๒๕๖๔  
\*\* เดือนพฤษภาคม ๒๕๖๔ วันที่ ๓, ๕, ๗, ๑๒, ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๔
๒. ช่วงเวลาเรียนว่ายน้ำ ตามประกาศรายชื่อที่ได้ลงทะเบียนไว้
๓. ระยะเวลาเรียนตลอดหลักสูตร ๑๐ ชั่วโมง/คน
๔. เรียนวันละ ๑ ชั่วโมง/คน
๕. ครูผู้สอน ๑/ท่าน/เด็ก ๒๐ คน/ชั่วโมง (มีผู้ช่วยครูผู้ฝึกสอน ๒ คน และเจ้าหน้าที่เครือข่ายคุ้มครองเด็กดูแลรอบขอบสระ  
ทุกชั่วโมง)

**\*\* หมายเหตุ :**

๑. กำหนดการ/กิจกรรมอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
๒. รับประทานอาหารว่างหลักจากขึ้นจากสระน้ำ