



บันทึกข้อความ

31-2-03

ส่วนราชการ บก.ปค. โทร. ๓๑๘

ที่ ๐๐๓๕.๒/๖๐๓๓

วันที่ ๒๐ มีนาคม ๒๕๕๘

เรียน ขออนุมัติจัดการอบรมพัฒนาจิตใจและปรับพื้นฐาน นรต.ชั้นปีที่ ๑ รุ่นที่ ๗๒
(นักเรียนใหม่) ประจำปีการศึกษา ๒๕๕๘

เรียน ผบช.ร.นรต. (ผาน ผบก. อก.)

๑. เรื่องเดิม

๑.๑ ตามกำหนดการของ รร.นรต. ให้ นรต.ชั้นปีที่ ๑ รุ่นที่ ๗๒ (นร.ใหม่) มีกำหนด
เข้ารายงานตัวเพื่อเข้ารับการศึกษารอบรมพัฒนาจิตใจและปรับพื้นฐาน นรต.ชั้นปีที่ ๑ ในปี ๒๕๕๘ ในวันที่ ๒๔ มี.ค.๒๕๕๘

๑.๒ ตามหลักสูตร รร.นรต. พ.ศ.๒๕๔๘ ข้อ ๑๙.๙ กำหนดให้มีการอบรมพัฒนาจิตใจ
และปรับพื้นฐาน นรต.ชั้นปีที่ ๑ (นร.ใหม่) ก่อนการศึกษาภาควิชาการของภาคการศึกษาแรก
มีกำหนดระยะเวลาประมาณ ๒ สัปดาห์

๒. ข้อเท็จจริง

๒.๑ รร.นรต.ได้รับ นรต.ชั้นปีที่ ๑ รุ่นที่ ๗๒ (นร.ใหม่) เข้ารับการศึกษารอบรมใน
รร.นรต.ตั้งแต่วันที่ ๒๔ มีนาคม ๒๕๕๘ เป็นต้นไป จำนวนทั้งสิ้น ๒๗๙ นาย โดยแบ่งเป็น (๑) ส่วนที่เลื่อน
ชั้นจาก นตท.ชั้นปีที่ ๓ จำนวน ๑๗๙ นาย และ (๒) ส่วนข้าราชการตำรวจชายที่สอบผ่านการคัดเลือก
จำนวน ๓๐ นาย (๓) ข้าราชการตำรวจหญิงที่สอบผ่านการคัดเลือก จำนวน ๑๐ นาย และ (๔)
บุคคลภายนอกหญิงที่สอบผ่านการคัดเลือก จำนวน ๖๐ นาย

๒.๒ นรต.ชั้นปีที่ ๑ รุ่นที่ ๗๒ (นร.ใหม่) ไม่เคยผ่านการศึกษารอบรมใน รร.นรต.
มาก่อนแต่อย่างใด จึงยังมีความไม่เข้าใจหรือยังไม่ทราบกระบวนการอบรมของ นรต.ตลอดจนระบบ
การเรียนการสอนและการปกครองบังคับบัญชาของ รร.นรต.ที่มีการปรับเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ของ
สังคม

๓. ข้อพิจารณา

๓.๑ เพื่อให้กระบวนการเริ่มต้นของการอบรม นรต.เป็นไปอย่างสมบูรณ์ และเพื่อให้
นรต.ชั้นปีที่ ๑ รุ่นที่ ๗๒ (นร.ใหม่) ได้เรียนรู้ในการเริ่มต้นชีวิตรับราชการเป็น “ตำรวจอาชีพ” ที่เหมาะสม
ได้อบรมพัฒนาจิตใจและปรับพื้นฐาน พัฒนาบุคลิกภาพ ทักษะ ทักษะ ทักษะ ทักษะ ทักษะ ทักษะ ทักษะ
โดยให้เข้าอยู่ร่วมกันด้วยวิถีชีวิตประจำวันที่ยืดหยุ่น ประหยัด สมถะ และเตรียมความพร้อมในการ
ปรับตัวให้เข้ากับระบบการเรียนของ รร.นรต.ต่อไป จึงขออนุมัติจัดการฝึกอบรมพัฒนาจิตใจและปรับ
พื้นฐาน นรต.ชั้นปีที่ ๑ รุ่นที่ ๗๒ (นร.ใหม่) ประจำปีการศึกษา ๒๕๕๘ ขึ้นในระหว่างวันที่ ๒๔ มี.ค. -
๑๐ เม.ย.๒๕๕๘ (รายละเอียดตามเอกสาร ผนวก ก.)

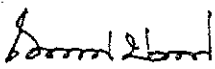
๓.๒ เพื่อให้การดำเนินการเป็นไปด้วยความเรียบร้อย จึงขออนุมัติให้ดำเนินการตาม
รายละเอียด แนวทางการปฏิบัติและมอบหมายหน้าที่ความรับผิดชอบให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องดำเนินการ
ตาม ผนวก ก และ ข แนบท้ายหนังสือนี้ ดังต่อไปนี้

- ๓.๒.๑ ผนวก ก. : ตารางการปรับปรุงพื้นฐานและพัฒนาจิตใจ
- ๓.๒.๒ ผนวก ข. : ตารางการปฏิบัติการทดสอบจิตใจ
- ๓.๒.๓ ผนวก ค. : แผนที่แสดงเส้นทางการทดสอบจิตใจ
- ๓.๒.๔ ผนวก ง. : แนวทางการปฏิบัติของนักเรียนผู้บังคับบัญชา
- ๓.๒.๕ ผนวก จ. : การขอรับการสนับสนุนให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
ดำเนินการ และการติดต่อประสานงาน





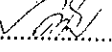

๔. ข้อเสนอ

เห็นควรพิจารณาอนุมัติตามข้อ ๓.๑ , ๓.๒ เพื่อดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

พล.ต.ต. 
(ถนอม มะลิทอง)
ผบก.ปค.

ตรวจ

พ.ต.อ.  รong ผบก.ปค.  มี.ค.๒๕๕๘
พ.ต.อ. ผกก.ปค.๑๖ มี.ค.๒๕๕๘
พ.ต.ท.  รong ผกก.ปค.๑๖  มี.ค.๒๕๕๘
พ.ต.ท.  ผบ.ร้อย ๑๖  มี.ค.๒๕๕๘

ผนวก ก. : ตารางการปรับพื้นฐานและพัฒนาจิตใจ
 การอบรมพัฒนาจิตใจและปรับพื้นฐาน นรต. ชั้นปีที่ ๑ รุ่นที่ ๗๒ (นร.ใหม่)
 วันที่ ๒๔ มี.ค.๒๕๕๘ ถึงวันที่ ๑๐ เม.ย.๒๕๕๘
 ประกอบคำสั่งอนุมัติ ผบ.ช.ร.ร.นรต.ลง มี.ค. ๒๕๕๘ ท้ายบันทึก บก.ปค.
 ที่ ๐๐๓๕.๒ / ๖๐๗๗ ลง ๕๐ มี.ค. ๒๕๕๘

วัน อังคาร ที่ ๒๔ มีนาคม ๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๗.๓๐ - ๑๑.๐๐ น.	- พิธีต้อนรับ นร.ใหม่และผู้ปกครอง	- บก.ปค.	วัดบางช้างเหนือ
๑๑.๓๐ - ๑๓.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน		
๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐ น.	- นรต. ร่วมกันทำความสะอาดและพัฒนาวัด บางช้างเหนือ	- บก.ปค.	วัดบางช้างเหนือ
๑๓.๐๐ - ๑๓.๓๐ น.	- ผู้ปกครองลงทะเบียนนำหออประชุม เดมียาเวส รร.นรต.		รร.นรต.
๑๓.๓๐ - ๑๕.๓๐ น.	- ผู้ปกครองร่วมประชุมที่หอประชุม ชุมชนหัว		รร.นรต.
๑๔.๓๐ - ๑๕.๐๐ น.	- นร.ใหม่ เดินทางเข้าสู่ รร.นรต.	- บก.ปค.	รร.นรต.
๑๕.๑๕ - ๑๖.๓๐ น.	- แนะนำสถานที่และสักการะ สิ่งศักดิ์สิทธิ์ ของ รร.นรต. ตามลำดับ คือ หลวงพ่อภาค, เจ้าพ่อสามพราน, รัชกาลที่ ๕, พล.ต.อ.เผ่าฯ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๖.๓๐ - ๑๘.๐๐ น.	- นร.ใหม่ เข้าพักยังกองร้อย รับแจกสิ่งของ หลวง	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๘.๐๐ - ๑๙.๓๐ น.	- รับประทานอาหารเย็น	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๙.๓๐ - ๒๑.๐๐ น.	- แจกของหลวง	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๒๑.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- สวดมนต์ / นอน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

วัน พุธ ที่ ๒๕ มี.ค ๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๓๐ - ๐๗.๐๐ น.	- ตื่นนอน, ออกกำลังกาย, ความสะอาด ฯ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๗.๐๐ - ๐๘.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า, ภารกิจส่วนตัว	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- แจกของหลวง / แนะนำ รพจ.กองร้อย	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐ น.	- พัก	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๔.๐๐ - ๑๘.๐๐ น.	- ทดสอบจิตใจ (๕ สถานี)	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	รายละเอียด ตามผนวก ข.
๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเย็น	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๒๑.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- สวดมนต์ / นอน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

/ วันพฤหัสบดี...

วัน พฤหัสบดี ที่ ๒๖ มี.ค. ๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๓๐ - ๐๗.๐๐ น.	- ตื่นนอน, ออกกำลังกาย, ความสะอาด ฯ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๗.๐๐ - ๐๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า, ภารกิจส่วนตัว	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- บรรยายพิเศษโดยผู้บังคับบัญชาหรือวิทยากรพิเศษ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	หอประชุมขุนทะเล
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน		
๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.	- ฝึกแบบตำรวจ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเย็น		
๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๒๑.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- สวดมนต์ / นอน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

วัน ศุกร์ ที่ ๒๗ มี.ค. ๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๓๐ - ๐๗.๐๐ น.	- ตื่นนอน, ออกกำลังกาย, ความสะอาด ฯ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๗.๐๐ - ๐๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า, ภารกิจส่วนตัว	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- บรรยายพิเศษโดยผู้บังคับบัญชาหรือวิทยากรพิเศษ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	หอประชุมขุนทะเล
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.	- ฝึกแบบตำรวจ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเย็น	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๒๑.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- สวดมนต์ / นอน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

วัน เสาร์ ที่ ๒๘ มี.ค. ๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๓๐ - ๐๗.๐๐ น.	- ตื่นนอน, ออกกำลังกาย, ความสะอาด ฯ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๗.๐๐ - ๐๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า, ภารกิจส่วนตัว	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- ทดสอบสมรรถภาพร่างกาย	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.	- ฝึกแบบตำรวจ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเย็น	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๒๑.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- สวดมนต์ / นอน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

วัน อาทิตย์ ที่ ๒๙ มี.ค. ๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๓๐ - ๐๗.๐๐ น.	- ตื่นนอน, ออกกำลังกาย, ความสะอาด ฯ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๗.๐๐ - ๐๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า, ภารกิจส่วนตัว	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.	- ฝึกแบบตำรวจ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเย็น	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๒๑.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- สวดมนต์ / นอน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

วัน จันทร์ ที่ ๓๐ มี.ค. ๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๓๐ - ๐๗.๐๐ น.	- ตื่นนอน, ออกกำลังกาย, ความสะอาด ฯ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๗.๐๐ - ๐๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า, ภารกิจส่วนตัว	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- บรรยายพิเศษโดยผู้บังคับบัญชา หรือ วิทยากรพิเศษ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	หอประชุมขุนทะเลวัน
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.	- ฝึกแบบตำรวจ/ อื่นๆ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเย็น	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๒๑.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- สวดมนต์ / นอน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

วัน อังคาร ที่ ๓๑ มี.ค. ๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๓๐ - ๐๗.๐๐ น.	- ตื่นนอน, ออกกำลังกาย, ความสะอาด ฯ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๗.๐๐ - ๐๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า, ภารกิจส่วนตัว	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา/เตรียมความพร้อมคุมสอบ ฯ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๓.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.	- ฟังประชุมชี้แจงการปฏิบัติในการคุมสอบ นตท.	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเย็น	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๒๑.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- สวดมนต์ / นอน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

วัน พุธ ที่ ๑ เม.ย. ๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- การปฏิบัติในการคุมสอบ นตท.	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

วัน พฤหัสบดี ที่ ๒ เมษายน ๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๓๐ - ๐๗.๐๐ น.	- ตื่นนอน, ออกกำลังกาย, ความสะอาด ฯ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๗.๐๐ - ๐๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า, ภารกิจส่วนตัว	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- บรรยายพิเศษโดยผู้บังคับบัญชา หรือ วิทยากรพิเศษ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	หอประชุมขุนทะเลวัน
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.	- ฝึกแบบตำรวจ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเย็น	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๒๑.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- สวดมนต์ / นอน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

วัน ศุกร์ ที่ ๓ เม.ย. ๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๓๐ - ๐๗.๐๐ น.	- ตื่นนอน, ออกกำลังกาย, ความสะอาด ฯ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๗.๐๐ - ๐๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า, การกิจส่วนตัว	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- บรรยายพิเศษโดยผู้บังคับบัญชา หรือ วิทยากรพิเศษ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	หอประชุมขุนทะเลวัน
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.	- ฝึกแบบตำรวจ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเย็น	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๒๑.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- สวดมนต์ / นอน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

วัน เสาร์ ที่ ๔ เมษายน ๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๓๐ - ๐๗.๐๐ น.	- ตื่นนอน, ออกกำลังกาย, ความสะอาด ฯ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๗.๐๐ - ๐๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า, การกิจส่วนตัว	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- บรรยายพิเศษโดยผู้บังคับบัญชา หรือ วิทยากรพิเศษ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	หอประชุมขุนทะเลวัน
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเย็น	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๒๑.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- สวดมนต์ / นอน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

วัน อาทิตย์ ที่ ๕ เมษายน ๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๓๐ - ๐๗.๐๐ น.	- ตื่นนอน, ออกกำลังกาย, ความสะอาด ฯ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๗.๐๐ - ๐๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า, การกิจส่วนตัว	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- บรรยายพิเศษโดยผู้บังคับบัญชา หรือ วิทยากรพิเศษ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	หอประชุมขุนทะเลวัน
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา/โยธาพัฒนากองร้อย	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเย็น	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๒๑.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- สวดมนต์ / นอน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

/ วันจันทร์ที่.....

วันจันทร์ ที่ ๖ เมษายน ๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๓๐ - ๐๗.๐๐ น.	- ตื่นนอน, ออกกำลังกาย, ความสะอาด ฯ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๗.๐๐ - ๐๘.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า, ภารกิจส่วนตัว	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- บรรยายพิเศษโดยผู้บังคับบัญชา หรือ วิทยากรพิเศษ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	หอประชุมชุมพลพะวัง
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา/แนะนำ รพ.กองร้อย	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๒๑.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- สวดมนต์ / นอน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

วันอังคารที่ ๗ เม.ย.๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๓๐ - ๐๗.๐๐ น.	- ตื่นนอน, ปฏิบัติภารกิจส่วนตัว	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๗.๐๐ - ๐๘.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- ปฏิบัติธรรม พัฒนาจิตใจ	- ฝ่ายกิจกรรม ฯ	
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๓.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.	- ปฏิบัติธรรม พัฒนาจิตใจ	- ฝ่ายกิจกรรม ฯ	
๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	- ปฏิบัติธรรม พัฒนาจิตใจ	- ฝ่ายกิจกรรม ฯ	
๒๑.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- กลับกองร้อย / นอน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

วันพุธ ที่ ๘ เม.ย.๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๓๐ - ๐๗.๐๐ น.	- ตื่นนอน, ปฏิบัติภารกิจส่วนตัว	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๗.๐๐ - ๐๘.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- ปฏิบัติธรรม พัฒนาจิตใจ	- ฝ่ายกิจกรรม ฯ	
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๓.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.	- ปฏิบัติธรรม พัฒนาจิตใจ	- ฝ่ายกิจกรรม ฯ	
๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	- ปฏิบัติธรรม พัฒนาจิตใจ	- ฝ่ายกิจกรรม ฯ	
๒๑.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- กลับกองร้อย / นอน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

วันพฤหัสบดี ที่ ๙ เม.ย.๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๓๐ - ๐๗.๐๐ น.	- ตื่นนอน, ปฏิบัติภารกิจส่วนตัว	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๗.๐๐ - ๐๘.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- ปฏิบัติธรรม พัฒนาจิตใจ	- ฝ่ายกิจกรรม ฯ	
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.	- ปฏิบัติธรรม พัฒนาจิตใจ	- ฝ่ายกิจกรรม ฯ	
๑๖.๐๐ - ๑๘.๐๐ น.	- ซ้อมพิธีรดน้ำขอพร ฯ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	- ชั่วโมงผู้บังคับบัญชา	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๒๑.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.	- สวดมนต์ / นอน	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	

วันศุกร์ ที่ ๑๐ เม.ย. ๒๕๕๘

วันเวลาปฏิบัติ	การปฏิบัติ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๐๕.๓๐ - ๐๘.๐๐ น.	- ตื่นนอน / ทำความสะอาดสถานที่พัก และเตรียมพร้อมร่วมพิธีรดน้ำขอพรฯ	- ผบ.ร้อย-มว.ร้อย ๑ ฯ	
๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- พิธีรดน้ำขอพรผู้ปกครองและผู้บังคับบัญชาเนื่องในวันสงกรานต์ และปล่อยพักผ่อน	- ฝ่ายปกครอง ๑ บก.ปค. - ฝ่ายกิจกรรมนักเรียน บก.ปค.	หอประชุมชุมพวงห้วย

หมายเหตุ รายชื่อผู้บังคับบัญชา และวิทยากรที่จะทำการบรรยายพิเศษมีดังต่อไปนี้ โดยจะได้ทำการประสานงานผู้บังคับบัญชา และวิทยากรพิเศษ เพื่อจัดสรรเวลาตามความเหมาะสมต่อไป
๑.ผบ.ชร.นรต. และ รอง ผบ.ชร.นรต. หัวข้อบรรยาย “นโยบายการบริหารงานเพื่อเสริมสร้างความเป็น นรต.”

๒.ผบก.ปค.ชร.นรต. , ผบก.อก.ชร.นรต. , ผบก.ศฝต. , หัวข้อบรรยาย “นโยบายการปกครองบังคับบัญชา และแนวทางการปลูกฝังอุดมการณ์การเป็นนายตำรวจ”

๓.คณะบดี คณะตำรวจศาสตร์ , คณะนิติวิทยาศาสตร์ , คณะสังคมศาสตร์ หัวข้อบรรยาย “นโยบายการเรียนการสอน และความรู้ที่ นรต.จะได้รับเพื่อไปปฏิบัติงานจริง”

๔.คณะนักจิตวิทยา โดย พ.ต.ท.หญิง อัญชลี ธีระวงศ์ไพศาล หรือ จากสถาบันกัลยาราชนครินทร์ หัวข้อบรรยาย “การบริหารจัดการกับความเครียดในสภาวะความกดดันในอาชีพ”

๕.พล.ต.ต.นพดล เผือกโสมณ รอง ผบ.ช.ภ.๙ หัวข้อบรรยาย “การเป็นผู้นำ และความจำเป็นในการสร้างความเป็นผู้นำของ นรต.”

๖.นรต.รุ่น ๖๖ ผู้ประสบความสำเร็จในการปฏิบัติหน้าที่ หัวข้อบรรยาย “ประสบการณ์ทำงานที่ได้จากการทำงานจริง และสิ่งที่ต้องเรียนรู้ศึกษาเมื่ออยู่ใน รร.นรต.”

ตรวจแล้วถูกต้อง

พ.ต.ท.

(พงษ์ศักดิ์ ผลเกิด)

ผบ.ร้อย ๑ ปค.๑ บก.ปค.

ผนวก ข. : ตารางการปฏิบัติการทดสอบจิตใจ

กิจกรรม : การต้อนรับและทดสอบกำลังใจ นรต.ชั้นปีที่ ๑ รุ่นที่ ๗๒ (นร.ใหม่ ชาย-หญิง)
วัน พุธ ที่ ๒๕ มี.ค.๒๕๕๘ เวลา ๑๔.๐๐ - ๑๘.๐๐ น.

ประกอบคำสั่งอนุมัติ ผบ.ช.ร.นรต.ลง มี.ค. ๒๕๕๘ ท้ายบันทึก บก.ปค.
ที่ ๐๐๓๕.๒/๑๐๗๗ ลง ๒๐ มี.ค. ๒๕๕๘

การปฏิบัติ	สถานที่	เวลา	ผู้ควบคุม
๑. นักเรียนใหม่ ฟังคำชี้แจงก่อนเข้ารับการทดสอบกำลังใจ	สนามหญ้าหลังกองพล	๑๔.๐๐-๑๔.๓๐ น.	นายตำรวจ
๒. สถานีขั้นต้อดสาหะ	สนามหญ้าหลังกองพล (ทิศเหนือฝั่งตะวันตก)	๑๔.๓๐-๑๕.๑๐ น.	ผู้ช่วย ผบ.มว. กองร้อยที่ ๕
๓. สถานีวิจัยกรณี	สนามหญ้าหลังกองพล (ทิศใต้ฝั่งตะวันตก)	๑๕.๑๐-๑๕.๕๐ น.	ผู้ช่วย ผบ.มว. กองร้อยที่ ๒
๔. สถานีรักษวินัย	สนามหญ้าหลังกองพล (ทิศใต้ฝั่งตะวันออก)	๑๕.๕๐-๑๖.๓๐ น.	ผู้ช่วย ผบ.มว. กองร้อยที่ ๓
๕. สถานีเกียรติศักดิ์	สนามหญ้าหลังกองพล (ทิศเหนือฝั่งตะวันออก)	๑๖.๓๐-๑๗.๑๐ น.	ผู้ช่วย ผบ.มว. กองร้อยที่ ๔
๖. นำแถววิ่งจากสถานีเกียรติศักดิ์ ไปที่บริเวณประตู ๑ ตามแผนที่ ผนวก ค.	เส้นทางตามแผนที่ ผนวก ค.	๑๗.๑๐-๑๗.๒๐ น.	ผู้ช่วย ผบ.มว. กองร้อยที่ ๑
๗. พิธีต้อนรับเข้าประตู ๑ -นักเรียนผู้บังคับบัญชา กองร้อยที่ ๑ ฯ นำ นร.ใหม่ วิ่งไปยังบริเวณหน้าประตูหนึ่ง ร.นรต. / เริ่มการทดสอบกำลังใจ / สามารถให้การต้อนรับ -นร.ใหม่ ขออนุญาต ทน.นรต. และ นรต.ชั้นปีที่ ๔ เข้า ร.นรต. -ทน.นรต.ให้โอวาทฯ -ทน.นรต. อนุญาตให้ นร.ใหม่ เข้าร.นรต.ได้	หน้าประตู ๑	๑๗.๒๐-๑๘.๐๐ น.	นายตำรวจ

การแต่งกาย ๑. นร.ใหม่

- ชุด นตท. รองเท้าคอมแบท ไม่ติดเครื่องหมาย
- ชุด ขรก.ชาย รองเท้าคอมแบท ไม่ติดเครื่องหมาย
- ชุดเสื่อยืดคอกกลมแขนยาวสีดำ , กางเกงวอร์ม , รองเท้ากีฬา (นร.ใหม่หญิง)

๒. นายตำรวจ ฯ

- ชุดปฏิบัติราชการ

๓. นักเรียนผู้บังคับบัญชา

- เครื่องแบบฝึกหัดปฏิบัติราชการ

๔. นรต.ชั้นปีที่ ๑,๒ และ ๔

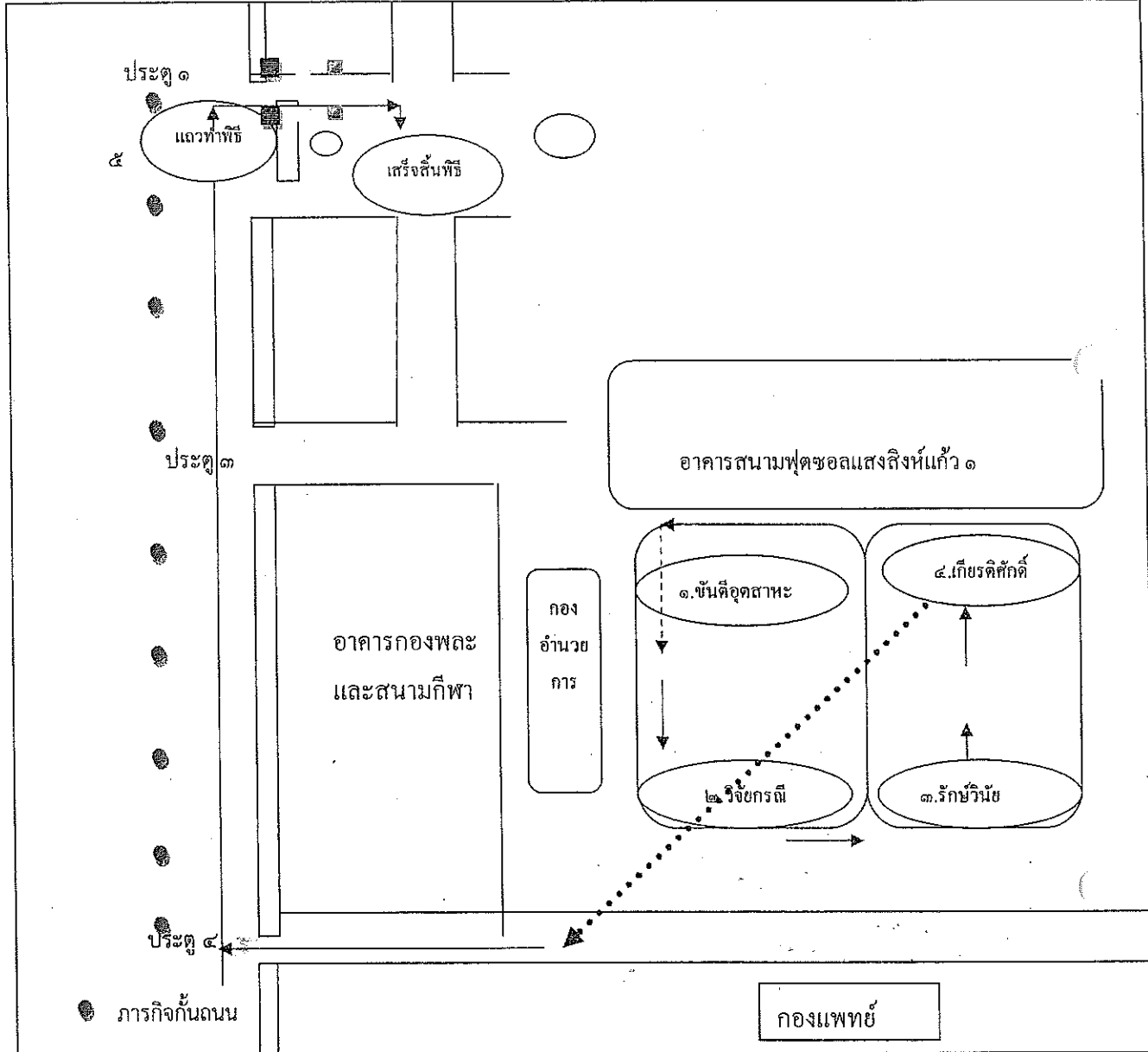
- ชุดศึกษา / หมวกสีกองร้อย

ตรวจแล้วถูกต้อง

พ.ต.ท.

(พงษ์ศักดิ์ ผลเกิด)
ผบ.ร้อย ๑ ปค.๑ บก.ปค.



ผนวก ค. : แผนที่แสดงเส้นทางการทดสอบกำลังใจ
กิจกรรม : การต้อนรับและทดสอบกำลังใจ นรต.ชั้นปีที่ ๑ รุ่นที่ ๗๒ (นร.ใหม่ ชาย-หญิง)
 วันพุธที่ ๒๕ มี.ค.๒๕๕๘ เวลา ๑๔.๐๐ - ๑๘.๐๐ น.
 ประกอบคำสั่งอนุมัติ ผบ.ช.ร.ร.นรต.ลง มี.ค. ๒๕๕๘ ท้ายบันทึก บก.ปค.
 ที่ ๐๐๓๕.๒ / ๖๐๗๓ ลง ๒๖ มี.ค. ๒๕๕๘




- อธิบาย**
๑. จุดทดสอบกำลังใจที่ ๑ (ชั้นดีอุตสาหะ)
 ๒. จุดทดสอบกำลังใจที่ ๒ (วิจัยกรณี)
 ๓. จุดทดสอบกำลังใจที่ ๓ (รักขวินัย)
 ๔. จุดทดสอบกำลังใจที่ ๔ (เกียรติศักดิ์)
 ๕. จุดที่ นร.ใหม่ ขออนุญาตเข้า รร.นรต.
- เส้นทางวิ่งแถว

สนามหญ้าหลังกองพล ทิศเหนือฝั่งตะวันตก
 สนามหญ้าหลังกองพลทิศใต้ฝั่งตะวันตก
 สนามหญ้าหลังกองพลทิศใต้ฝั่งตะวันออก
 สนามหญ้าหลังกองพลทิศเหนือฝั่งตะวันออก
 ประตูหนึ่ง รร.นรต.

ตรวจแล้วถูกต้อง



 แถวต้อนรับ นรต.ชั้นปีที่ ๓, ๒ และ ๑

พ.ต.ท.



หมายเหตุ สถานที่บริเวณสนามหญ้าหลังกองพล
 อาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

(พงษ์ศักดิ์ ผลเกิด)

ผบ.ร้อย ๑ ปค.๑ บก.ปค.

ผนวก ง. : แนวทางการปฏิบัติของนักเรียนผู้บังคับบัญชา
กิจกรรม : การต้อนรับและทดสอบกำลังใจ นรต. ชั้นปีที่ ๑ รุ่นที่ ๗๒ (นร.ใหม่ ชาย-หญิง)
วันพุธที่ ๒๕ มี.ค. ๒๕๕๘ เวลา ๑๔.๐๐ - ๑๘.๐๐ น.
ประกอบคำสั่งอนุมัติ ผบช.ร.นรต.ลง มี.ค. ๒๕๕๘ ท้ายบันทึก บก.ปค.
ที่ ๐๐๓๕.๒ / ๑๐๓๓ ลง ๒๐ มี.ค. ๒๕๕๘

๑. การปฏิบัติตัวของนักเรียนผู้บังคับบัญชา ต่อ นร.ใหม่ ให้ปฏิบัติตัวดังนี้
- ๑.๑. ใช้วิจารณญาณในการสั่งการด้วยความรอบคอบ เพื่อให้เกิดความปลอดภัยที่สุดต่อ นร.ใหม่
 - ๑.๒. ไม่แสดงกิริยา วาจา ที่ก้าวร้าว หยาดคาย ไม่สุภาพ
 - ๑.๓. ไม่ปฏิบัติด้วยอาการบันดาลโทสะ มีเจตนาถ่มน้ำลายหรืออาฆาต ควรตั้งอยู่ในพื้นฐานความเมตตาที่
ต้องการพัฒนาบุคลิกและจิตใจ นร.ใหม่ให้ดีขึ้น
 - ๑.๔. การปฏิบัติใด ๆ ต้องไม่ถูกเนื้อต้องตัว นร.ใหม่
 - ๑.๕. ไม่สั่งให้ นร.ใหม่ ปฏิบัติในท่าผิดหลักหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา หรือหลักสุขอนามัยที่ดี อันอาจ
ก่อให้เกิดบาดเจ็บต่อร่างกายหรือชีวิต
 - ๑.๖. ปฏิบัติตามคำสั่งของผู้บังคับบัญชาที่ควบคุมการปฏิบัติอย่างเคร่งครัด

๒. ห้ามสั่ง นร.ใหม่ ในท่าออกกำลังกาย ต่อไปนี้

- ๒.๑. ท่าทิ้งบอมบ์ หรือท่าโหม่งโลก การปฏิบัติในท่านี้คือ ผู้ปฏิบัตินอนคว่ำ ใช้ศีรษะและเท้าทั้งสองข้างเป็นจุด
ยันพื้นโดยยกลำตัวและตะโพกขึ้น มือทั้งสองไขว้ด้านหลัง แต่มีอันตรายมากต่อกระดูกต้นคอ เพราะหากผู้ปฏิบัติทรงตัว
ไม่ดี เกิดการลื่นไถล จะเป็นสาเหตุให้กระดูกต้นคอพลิก เกิดการบาดเจ็บถึงขั้นพิการหรือเสียชีวิตได้
- ๒.๒. ท่าขมเกลียว การปฏิบัติในท่านี้คือ มีผู้ปฏิบัติตั้งแต่สองคนขึ้นไปนอนหงาย ผู้ปฏิบัติคนแรกใช้เท้าหนีบที่
บริเวณต้นคอของผู้ปฏิบัติคนที่สอง ผู้ปฏิบัติคนที่สองใช้เท้าหนีบที่บริเวณต้นคอของผู้ปฏิบัติคนที่สาม เรียงเช่นนี้เรื่อยไป
การสั่งการ ผู้สั่งจะสั่งให้กลับไปด้านขวาหรือด้านซ้ายตามจำนวนรอบที่กำหนด แต่ท่านี้มีอันตรายมากต่อกระดูกต้นคอ
เพราะหากผู้ปฏิบัติพลิกตัวไปไม่พร้อมกัน อาจทำให้กระดูกต้นคอของผู้ที่ถูกหนีบคอพลิกเกิดการบาดเจ็บถึงขั้นพิการหรือ
เสียชีวิตได้
- ๒.๓. ท่าวิดถาด วิปริต พิสดาร ไม่เหมาะสมต่างๆ
- ๒.๔. ท่านั่งย่อตัวบนปลายเท้าแล้วกระโดด หรือ ท่ากระโดด SQUAT JUMP ท่านี้มีผลเสียต่อร่างกาย คือ เกิด
อันตรายอย่างรุนแรงที่เอ็นหรือเยื่อภายในข้อเข่า ข้อเข่าจะเสื่อมและเสียไป
- ๒.๕. ท่านั่งคุกเข่าบนส้นเท้า ท่านี้มีผลเสียต่อร่างกายคือ ข้อเข่าขาดความมั่นคงและเสื่อมเร็วกว่าปกติ
- ๒.๖. ท่านอนหงายพร้อมกับยกเท้าที่เหยียดตรงสองข้างขึ้นพร้อมกัน หรือ ท่าเปิดสะพาน ท่านี้มีผลเสียต่อ
ร่างกาย คือ ปวดหลัง เจ็บบริเวณขาหนีบเนื่องจากกระดูกสันหลังส่วนเอวโค้งผิดปกติ
- ๒.๗. ท่าลุกนั่งโดยเหยียดเข่าและเท้าตรงทั้งสองข้าง ท่านี้มีผลเสียต่อร่างกาย คือ ปวดหลัง เจ็บบริเวณบั้นเอว
เนื่องจากกระดูกสันหลังส่วนเอวโค้งผิดปกติ
- ๒.๘. ท่าลุกนั่งโดยการประสานมือไว้บริเวณท้ายทอยหรือด้านหลังคอ ท่านี้มีผลเสียต่อร่างกาย คือ ปวดคอ หรือ
เกิดอันตรายต่อกระดูกสันหลังส่วนคอได้ง่าย เนื่องจากกระดูกสันหลังส่วนคอได้รับแรงกระทำที่ยึดมาก
- ๒.๙. ท่าสะพานโค้งคอต้งหัวปักพื้น ท่านี้มีผลเสียต่อร่างกายคือ หมอนรองกระดูกสันหลังเคลื่อน เนื่องจากเกิด
แรงอัดไปกระทำที่บริเวณกระดูกสันหลัง

ตรวจแล้วถูกต้อง

พ.ต.ท.

(พงษ์ศักดิ์ ผลเกิด)

ผบ.ร้อย ๑ ปค.๑ บก.ปค.

ผนวก จ. : การขอรับการสนับสนุนให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องดำเนินการ
 กิจกรรม การอบรมพัฒนาจิตใจและปรับพื้นฐาน นรต.ชั้นปีที่ ๑ รุ่นที่ ๗๒ (นร.ใหม่)
 วันที่ ๒๔ มี.ค.๒๕๕๘ ถึงวันที่ ๑๐ เม.ย.๒๕๕๘
 ประกอบคำสั่งอนุมัติ ผบ.ช.ร.นรต.ลง มี.ค. ๒๕๕๘ ทำบันทึก บก.ปค.
 ที่ ๐๐๓๕.๒ / ๑๑๓๓ ลง ๒๐ มี.ค. ๒๕๕๘

หน่วยปฏิบัติ	ขอรับการสนับสนุนให้ดำเนินการ
๑. บก.อก.	<p>การปรับพื้นฐานและพัฒนาจิตใจ</p> <p>๑.๑ เปิดห้องประชุมชุมชนหะวัน และเครื่องปรับอากาศ , จัดชุดเก้าอี้รับรองวิทยากรพิเศษ และผู้บังคับบัญชา ภายในห้องหอประชุมชุมชนหะวัน ในวันที่ ๒๖,๒๗,๓๐ มี.ค.๒๕๕๘ ๒,๓,๔,๕,๖, เม.ย.๒๕๕๘ ระหว่างเวลา ๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.ของแต่ละวัน (ช่วงเวลารายละเอียดประสานกับนายตำรวจฝ่ายปกครอง กองร้อยที่ ๑ ฯ)</p> <p>๑.๒ จัดเก้าอี้เสริมในหอประชุมชุมชนหะวัน ให้เพียงพอสำหรับนักเรียนใหม่ และ นักเรียนผู้บังคับบัญชา จำนวน ๒๕๐ นาย ตามวันเวลาในข้อ ๑.๑</p> <p>๑.๓ จัดอาหารมื้อกลางวัน สำหรับเลี้ยงรับรองวิทยากรบรรยายพิเศษ ในวันที่ ๒๖,๒๗,๓๐ มี.ค.๒๕๕๘ ๒,๓,๔,๕,๖, เม.ย.๒๕๕๘</p> <p>๑.๔ จัดอาหารว่างและเครื่องดื่มสำหรับผู้บรรยายพิเศษและผู้เกี่ยวข้อง วันละ ๑๐ ชุดๆ ละ ๒๕ บาท ในวันที่ ๒๖,๒๗,๓๐ มี.ค.๒๕๕๘ และ ๒,๓,๔,๕,๖, เม.ย.๒๕๕๘ เวลา ๐๙.๐๐ น. พร้อมจัดเจ้าหน้าที่ดูแลความเรียบร้อย (ตามตารางการปฏิบัติใน <u>ผนวก ก.</u>)</p> <p>๑.๕ จัดน้ำดื่มสำหรับ นร.ใหม่ จำนวนประมาณ ๒๘๓ นาย ในช่วงการรับฟังการบรรยายพิเศษและชั่วโมงผู้บังคับบัญชา ที่บริเวณข้างหอประชุมชุมชนหะวัน ในวันที่ ๒๖,๒๗,๓๐ มี.ค.๒๕๕๘ และ๒,๓,๔,๕,๖, เม.ย.๒๕๕๘ (ตามตารางการปฏิบัติใน <u>ผนวก ก.</u>)</p> <p>๑.๖ จัดน้ำดื่มสำหรับ นร.ใหม่ จำนวนประมาณ ๒๘๓ นายในช่วงที่มีการฝึกแบบตำรวจที่ลานฝึกศรียานนท์ ในวันที่ ๒๖,๒๗,๒๘,๒๙,๓๐ มี.ค.๒๕๕๘ ๒,๓ เม.ย.๒๕๕๘ เวลา ๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น. พร้อมเจ้าหน้าที่ดูแลความเรียบร้อย (ตามตารางการปฏิบัติใน <u>ผนวก ก.</u> - รายละเอียดประสานกับนายตำรวจฝ่ายปกครอง กองร้อยที่ ๑ ฯ)</p> <p>๑.๗ จัดน้ำดื่มสำหรับนายตำรวจและนักเรียนผู้บังคับบัญชาที่ควบคุมการฝึก ที่บริเวณลานฝึกศรียานนท์ ในวันที่ ๒๖,๒๗,๒๘,๒๙,๓๐ มี.ค.๒๕๕๘ ๒,๓ เม.ย.๒๕๕๘ เวลา ๑๕.๐๐ (๑๗.๐๐ น. พร้อมเจ้าหน้าที่ดูแลความเรียบร้อย (ตามตารางการปฏิบัติใน <u>ผนวก ก.</u> - รายละเอียดประสานกับนายตำรวจฝ่ายปกครอง กองร้อยที่ ๑ ฯ)</p> <p>๑.๘ จัดรถพยาบาลพร้อมพลขับ จำนวน ๑ คัน และจัดเจ้าหน้าที่แพทย์ - พยาบาลพร้อมเครื่องมือ ฯ ประจำ ณ สถานที่รายงานตัววัดบางช้างเหนือ ในวันที่ ๒๔ มี.ค.๒๕๕๘ ตั้งแต่เวลา ๐๘.๐๐ น.จนเสร็จสิ้นภารกิจ และ ในวันที่ ๒๕,๒๖,๒๗,๒๘ มี.ค.๒๕๕๘ ๒,๓,เม.ย.๒๕๕๘ เวลา ๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น. ณ บริเวณลานฝึกศรียานนท์</p>

๒./ ๑.๙. จัดรถดับเพลิง.....

หน่วยปฏิบัติ	ขอรับการสนับสนุนให้ดำเนินการ
	<p>๑.๙ จัดรถดับเพลิงพร้อมเจ้าหน้าที่ไปรดน้ำบริเวณสนามหญ้าหลังกองพล <u>ให้เปียกชุ่มเพื่อ</u> <u>ปรับสภาพพื้นดินไม่ให้แข็ง</u> อันอาจก่อให้เกิดอันตรายต่อ นร.ใหม่ ในกิจกรรมนี้ได้ โดยให้ ดำเนินการรดน้ำในวันอังคารที่ ๒๔ เม.ย.๒๕๕๘ เวลาเย็น (ประสานการปฏิบัติกับนายตำรวจ ปกครอง กองร้อยที่ ๑)</p> <p>๑.๑๐ จัดรถดับเพลิงพร้อมพลขับติดตามคณะ นร.ใหม่ ในระหว่างการทำกิจกรรม โดยฉีดน้ำ ให้ นร.ใหม่ ที่บริเวณสนามหญ้า และที่บริเวณประตูหนึ่ง รร.นรต. เพื่อระบายความร้อนให้แก่ นร.ใหม่ และทำความสะอาดพื้นถนนกรณีเกิดความสกปรก</p> <p>๑.๑๑ จัดรถพยาบาลพร้อมพลขับจำนวน ๑ คัน แพทย์ - พยาบาลและเจ้าหน้าที่ พร้อม เครื่องมือปฐมพยาบาล ที่กองอำนวยการ ในวันพุธที่ ๒๕ มี.ค.๒๕๕๘ ตั้งแต่เวลา ๑๔.๐๐ น. จนกระทั่งเสร็จสิ้นกิจกรรม เพื่อปฐมพยาบาล นร.ใหม่ ที่อาจได้รับบาดเจ็บ</p> <p>๑.๑๒ ขอสนับสนุนน้ำดื่มผสมน้ำแข็ง จำนวน ๗ ถังพร้อมแก้วน้ำ สำหรับให้ นร.ใหม่ , คณะนักเรียนผู้บังคับบัญชา , นายตำรวจผู้ควบคุม และผู้เกี่ยวข้องได้ดื่ม ระหว่างเส้นทางการจัด กิจกรรม โดยขอรับในวันพุธที่ ๒๕ มี.ค.๒๕๕๘ เวลา ๑๔.๐๐ น.</p> <p>๑.๑๓ ขอรับน้ำดื่มจำนวน ๓๒๐ ขวด (น้ำอัดลมหรือเครื่องดื่มเกลือแร่แช่เย็น) สำหรับให้ นร.ใหม่ และผู้เกี่ยวข้อง หลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรม โดยให้มาส่งที่บริเวณอาคารโภชนาการ รร.นรต. ในวันพุธที่ ๒๕ มี.ค.๒๕๕๘ เวลา ๑๗.๓๐ น.</p> <p>๑.๑๔ จัดเจ้าหน้าที่ตำรวจรักษาการณ์ และ ประสานงานกับ สภ.สามพราน ให้จัดเจ้าหน้าที่ ตำรวจอำนวยความสะดวกและจัดการจราจรบริเวณเส้นทางการทำงานวิ่งแถวจากประตูสี่ ไปยัง ประตูหนึ่ง รร.นรต. โดยพร้อมที่บริเวณประตูสี่ ในวันพุธที่ ๒๕ มี.ค.๒๕๕๘ ตั้งแต่เวลา ๑๖.๔๕ น. จนกระทั่งเสร็จสิ้นกิจกรรมฯ</p> <p>๑.๑๕ ขอรับการสนับสนุน เงิน บส. จำนวน ๒๘,๘๘๐- บาท ดังนี้</p> <ul style="list-style-type: none">- สำหรับจัดซื้อน้ำหวานในช่วงการปรับพื้นฐานฯ ระหว่างวันที่ ๒๔ มี.ค. - ๑๐ เม.ย.๒๕๕๘ จำนวน ๑๐ ลิγγๆ ละ ๔๓๐บาท รวมเป็นเงินจำนวน ๔,๓๐๐ บาท- สำหรับจัดซื้อเกลือแร่ชนิดซอง ในอัตรา ๑ คนต่อ ๖ ซอง (๒๘๐ นาย) ตลอด ระยะเวลาการปรับพื้นฐานฯ ราคาของละ ๖ บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๑๐,๐๘๐ บาท- ขอรับการสนับสนุนเงินฉุกเฉินเร่งด่วนสำหรับการแก้ปัญหากรณี นรต. เจ็บป่วย จำนวน ๑๐,๐๐๐ บาท- เงินค่าของที่ระลึกสำหรับวิทยากรผู้บรรยายพิเศษ ๓ ท่าน ท่านละ ๑,๕๐๐ บาท รวม ๔,๕๐๐ บาท <p>๑.๑๖ เปิดหอประชุมขุนทดพร้อมเปิดเครื่องปรับอากาศในวันเวลาตามตารางการ ปฏิบัติของการฝึกอบรมพัฒนาจิตใจและปรับพื้นฐาน ระหว่างวันที่ ๒๔ มี.ค. - ๑๐ เม.ย.๒๕๕๘</p>

หน่วยปฏิบัติ	ขอรับการสนับสนุนให้ดำเนินการ												
๒. บก.ปค.	<p>๒.๑ เรียนเชิญวิทยากรพิเศษ ร่วมบรรยายพิเศษ</p> <p>๒.๒ ให้ ฝ่ายกิจกรรมนักเรียน บก.ปค. ดำเนินการจัดการฝึกอบรมพัฒนาจิตใจและปฏิบัติธรรมของ นร.ใหม่ ในระหว่างวันที่ ๗ - ๑๐ เม.ย.๒๕๕๗</p> <p>๒.๓ จัด นรต.ชั้นปีที่ ๑ - ๓ (รุ่นที่ ๖๙, ๗๐, ๗๑) ร่วมต้อนรับ นร.ใหม่ ที่ประตูหนึ่ง ในวันพุธที่ ๒๕ มี.ค.๒๕๕๘ ตั้งแต่เวลา ๑๗.๐๐ น. จนเสร็จภารกิจ (การแต่งกายชุดศึกษา หมวกสี)</p> <p>๒.๔ จัดการประชุมนักเรียนผู้บังคับบัญชากองร้อยที่ ๑ - ๕ เพื่อภารกิจในการทดสอบจิตใจ นร.ใหม่ ในวันจันทร์ที่ ๒๓ มี.ค.๒๕๕๘ เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. ที่ห้องประชุมปค.๑(แต่งกายชุดลำลอง) และ นำนักเรียนผู้บังคับบัญชาดังกล่าว และจัด นร.ผู้บังคับบัญชา กองร้อยที่ ๑ - ๕ เข้าร่วมกิจกรรมต่อไป</p> <p>๒.๕ จัด นรต.ชั้นปีที่ ๑ รุ่นที่ ๗๑ จำนวน ๑๕ นาย (ชาย ๑๐ นาย หญิง ๕ นาย) สำหรับช่วยเหลือดูแล นร.ใหม่ ในระหว่างการทำกิจกรรม โดยให้พร้อมที่กองร้อยที่ ๑ ในวันพุธที่ ๒๕ มี.ค.๒๕๕๘ เวลา ๑๓.๓๐ น.(แต่งกายด้วยเสื้อสีฟ้า , กางเกงวอร์ม , หมวกแก๊ปสีดำ)</p> <p>๒.๖ แจ้งประสานการปฏิบัติกับ สก.สามพราน เพื่อให้จัดการจราจรในบริเวณเส้นทางทำทางวิ่งแถวจากประตูสี่จนถึงหน้าประตูหนึ่ง รร.นรต.</p>												
๓. ศบศ.	<p>๓.๑ จัดเครื่องเสียง/ไมโครโฟน จำนวน ๒ ชุด และอุปกรณ์สำหรับการบรรยายต่างๆ ในหอประชุมเตมียาเวส โดยตั้งที่โต๊ะผู้บรรยาย ๑ ชุด, สำหรับ นรต.ถาม/ตอบคำถาม ๑ ชุด พร้อมจัดเจ้าหน้าที่ดูแลความเรียบร้อย ระหว่าง ๒๖ มี.ค. - ๑๐ เม.ย.๒๕๕๗</p> <p>๓.๓ จัดเครื่องเสียงบริเวณลานสนามหญ้าหลังกองพล จำนวน ๑ ชุด และบริเวณประตูหนึ่ง จำนวน ๑ ชุด ในวันที่ ๒๕ มี.ค. ๒๕๕๘ ช่วงเวลา ๑๔.๐๐ - ๑๘.๐๐ น.</p> <p>๓.๔ จัดเจ้าหน้าที่บันทึกวีดิทัศน์และถ่ายภาพningตลอดเวลาในการบรรยายของวิทยากรพิเศษ และผู้บังคับบัญชา และในช่วงการฝึกแบบตำรวจ และขอรับสำเนาวีดิทัศน์กับภาพถ่าย จำนวน ๑ ชุด (ตามตารางการปฏิบัติใน <u>ผนวก ก.</u> - รายละเอียดประสานการปฏิบัติกับนายตำรวจฝ่ายปกครอง กองร้อยที่ ๑)</p>												
	<p>- รายละเอียดการปฏิบัติทั้งหมด สามารถประสานการปฏิบัติที่</p> <table border="0"> <tr> <td>๑. กองร้อยที่ ๑ ปค.๑ บก.ปค.</td> <td>โทรศัพท์ ๐ ๓๔๓๑ ๒๑๒๕</td> </tr> <tr> <td>๒. พ.ต.ท.พงษ์ศักดิ์ ผลเกิด</td> <td>โทรศัพท์ ๐๘ ๑๙๑๕ ๓๘๑๕</td> </tr> <tr> <td>๓. ร.ต.อ.ศรัณย์วัศ สุนทรโรจน์</td> <td>โทรศัพท์ ๐๘ ๑๖๕๓๗๕๕๑</td> </tr> <tr> <td>๔. ร.ต.อ.วิศรุต ศุภวรรณ</td> <td>โทรศัพท์ ๐๙ ๐๙๗๓๕๒๒๖</td> </tr> <tr> <td>๕. ร.ต.อ.ยงยุทธ ไใหญ่โคกกรวด</td> <td>โทรศัพท์ ๐๙ ๐๙๙๔ ๗๖๖๙</td> </tr> <tr> <td>๖. ร.ต.อ.วราวุฒิ แยมพงษ์</td> <td>โทรศัพท์ ๐๘ ๕๖๕๕ ๓๖๑๕</td> </tr> </table>	๑. กองร้อยที่ ๑ ปค.๑ บก.ปค.	โทรศัพท์ ๐ ๓๔๓๑ ๒๑๒๕	๒. พ.ต.ท.พงษ์ศักดิ์ ผลเกิด	โทรศัพท์ ๐๘ ๑๙๑๕ ๓๘๑๕	๓. ร.ต.อ.ศรัณย์วัศ สุนทรโรจน์	โทรศัพท์ ๐๘ ๑๖๕๓๗๕๕๑	๔. ร.ต.อ.วิศรุต ศุภวรรณ	โทรศัพท์ ๐๙ ๐๙๗๓๕๒๒๖	๕. ร.ต.อ.ยงยุทธ ไใหญ่โคกกรวด	โทรศัพท์ ๐๙ ๐๙๙๔ ๗๖๖๙	๖. ร.ต.อ.วราวุฒิ แยมพงษ์	โทรศัพท์ ๐๘ ๕๖๕๕ ๓๖๑๕
๑. กองร้อยที่ ๑ ปค.๑ บก.ปค.	โทรศัพท์ ๐ ๓๔๓๑ ๒๑๒๕												
๒. พ.ต.ท.พงษ์ศักดิ์ ผลเกิด	โทรศัพท์ ๐๘ ๑๙๑๕ ๓๘๑๕												
๓. ร.ต.อ.ศรัณย์วัศ สุนทรโรจน์	โทรศัพท์ ๐๘ ๑๖๕๓๗๕๕๑												
๔. ร.ต.อ.วิศรุต ศุภวรรณ	โทรศัพท์ ๐๙ ๐๙๗๓๕๒๒๖												
๕. ร.ต.อ.ยงยุทธ ไใหญ่โคกกรวด	โทรศัพท์ ๐๙ ๐๙๙๔ ๗๖๖๙												
๖. ร.ต.อ.วราวุฒิ แยมพงษ์	โทรศัพท์ ๐๘ ๕๖๕๕ ๓๖๑๕												

ตรวจแล้วถูกต้อง

พ.ต.ท.

(พงษ์ศักดิ์ ผลเกิด)

ผบ.ร้อย ๑ ปค.๑ บก.ปค.

บก.ปค.รร.นรต.
รับที่ ๒๐๓
วันที่ ๑๙ มี.ค. ๕๘
เวลา ๑๐.๒๐

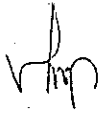
ที่ ๐๐๓๕.๒๑/๗๗๗

เรียน ผบก.ปค.

- ปค.๑ บก.ปค. พิจารณาแล้ว เพื่อให้การดำเนินการดังกล่าว เป็นไปด้วยความเรียบร้อย เห็นควรนำเรียน ผบช.รร.นรต. เพื่อโปรดพิจารณาอนุมัติตามที่ ผบ.ร้อย ๑๖ เสนอ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาพร้อมนี้ได้แนบร่างหนังสือนำเรียน ผบช.รร.นรต. มาด้วยแล้ว

พ.ต.ท.



(จักรกฤษ ชูคง)

รอง ผกก.๗ ปรัท.ผกก.ปค.๑ บก.ปค.

๑๘ มี.ค.๒๕๕๘



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กองร้อยที่ ๑ ปค.๑ บก.ปค. โทร. ๓๑๑
ที่ ๐๐๓๕.๒๑๑/ กทท/ วันที่ ๑๗ มีนาคม ๒๕๕๘
เรื่อง ขออนุมัติจัดการอบรมพัฒนาจิตใจและปรับพื้นฐาน นรต.ใหม่ ชั้นปีที่ ๑ รุ่นที่ ๗๒
เรียน ผกก.ปค.๑ บก.ปค.

ตามที่ ผบช.ร.นรต. ได้มีนโยบายให้จัดการต้อนรับ นร.ใหม่ ชั้นปีที่ ๑ รุ่นที่ ๗๒ ในวันอังคารที่ ๒๔ มี.ค.๒๕๕๘ เพื่อเป็นการเข้ามาปรับพื้นฐานการเป็น นร.ใหม่ ประมาณ ๓ สัปดาห์ก่อนเปิดภาคการศึกษา ประกอบกับตามแนวทางที่เคยปฏิบัติ ได้มีการจัดพิธีต้อนรับ นร.ใหม่ขึ้น ณ วัดบางช้างเหนือ, จัดการประชุมและพบผู้ปกครอง, จัดการอบรมพัฒนาจิตใจและพิธีรดน้ำขอพรจากผู้ปกครอง และผู้บังคับบัญชา เนื่องในประเพณีสงกรานต์ ซึ่งเป็นแนวทางที่ปฏิบัติสืบมา อันเป็นพิธีการที่ดีและเป็นการสร้างความเข้าใจในแนวทางการฝึกอบรมของ ร.นรต. ให้เกิดขึ้นระหว่างผู้ปกครอง และ ร.นรต.

กองร้อยที่ ๑ พิจารณาแล้ว เพื่อให้การดำเนินการดังกล่าวเป็นไปด้วยความเรียบร้อย จึงเห็นควรนำเรียน ผบช.ร.นรต. พิจารณาอนุมัติ ดังนี้

๑. ขออนุมัติจัดการอบรมพัฒนาจิตใจและปรับพื้นฐาน นร.ใหม่ รุ่นที่ ๗๒ ตั้งแต่วันที่ ๒๔ มี.ค. ๒๕๕๘ - ๑๐ เม.ย.๒๕๕๘

๒. พร้อมนี้ได้แนบสัญญาอัยมเงิน จำนวน ๒๘,๘๘๐ บาท เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในระหว่างห้วงการปรับพื้นฐาน มาด้วยแล้ว เห็นควรนำเรียนผู้บังคับบัญชาเพื่อพิจารณาต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา พร้อมนี้ได้แนบร่างหนังสือดังกล่าวมาด้วยแล้ว

พ.ต.ท.

(พงษ์ศักดิ์ ผลเกิด)

ผบ.ร้อย ๑ ปค.๑ บก.ปค.

