

Dance Contest ฉบับมสด.มันส์ๆแบบมีประโยชน์

นำเสนอเมื่อ : 22 ส.ค. 2552

โดย ASTVผู้จัดการออนไลน์



คลิกประกอบจังหวะมีเสียง

<p>คลิกที่ภาพเพื่อดูขนาดใหญ่ขึ้น</p> <p>ดูปริมาณแสดงความคิดเห็น</p> <p>ประเด็นเพื่อการค้นหาเพิ่มเติม</p> <p>แสดงความคิดเห็นของคุณ</p> <p>เชิญ อีกรุ่นหนึ่ง มาดูกัน</p> <p>"ปี- ใจดีอินดี้" ซามูเอล</p> <p>โบว์ สุทธิวิท สุวรรณกุลรัตน์</p>	<p>ทุกวันเนี่ยว่าคนรุ่นทำงาน หรือ คนทำงานกันด้วย ที่ไม่ยอมออกกำลังกาย เพราะเห็นมันเหนื่อยง่าย อย่าง นักศึกษาที่มีเวลาว่างเหลือเฟือก็ยังไม่ค่อยที่จะสนใจที่จะออกกำลังกายเพื่อความแข็งแรง ทั้งๆที่ การออกกำลังกายนั้นให้ผลประโยชน์มากมาย ทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ ตลอดจนจะลดโทษจากการใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ด้วย</p> <p>และแม้จะบริหารด้านการออกกำลังกายกันได้แล้วก็ตามในวัยมหาวิทยาลัย แต่หลายออกนอกกำลังกายก็ยังไม่ค่อยที่จะได้รับความสนใจเท่าที่ควรจะเป็น ทั้งนี้ก็เนื่องจากสาเหตุหลายอย่าง และมีปัจจัยหลายทางที่เป็นอุปสรรค</p> <p>และล่าสุดเพื่อเป็นการกระตุ้นให้ ชาวรัชมงคลหันมาเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย ศูนย์บริหารกายเพื่อสุขภาพ ของมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต (มสด.) จึงเกิดไอเดีย จัดโครงการประกวดกระตุ้นการออกกำลังกายขึ้นมา โดยใช้อีกิจกรรมว่า Suan Dusit Mix Dance Contest ครั้งที่ 1 โดย ผศ.ดร.พิทักษ์ จันทระเจริญ รองอธิการบดีฝ่ายกิจการพิเศษ มหาวิทยาลัย ประสานโครงการลงถึงเหตุและผลของโครงการนี้ว่า</p> <p>เนื่องจากเห็นว่านี่คือกิจกรรมที่ได้รับความนิยมในกลุ่มของเยาวชน ซึ่งสอดคล้องกับความต้องการที่จะกระตุ้นให้คนได้ออกกำลังกายและรู้จักกิจกรรมนี้ขึ้นมาเพราะเห็นว่านอกจากได้ออกกำลังกายแล้วยังทำให้นักศึกษาที่เข้าร่วมแข่งขันได้ใช้เวลาว่างในการพักผ่อนและกิจกรรมนี้ทางเราจะดำเนินการต่อไปอย่างต่อเนื่องทุกปี เพราะนอกจากส่งเสริมกิจกรรมที่ดีแล้วยังเป็นการประชาสัมพันธ์ช่วยบริหารกายของที่นี่ไปด้วย</p> <p>และไม่แน่ว่า การส่งเสริมให้การออกกำลังกายนั้นเป็นไปในแบบสนุกสนาน จะถูกจัดขึ้นเป็นครั้งแรกแต่กระแสนั้นก็น่าพอใจ ทั้งนี้ที่เข้าร่วมแข่งขันต่างก็ฝึกกับเวทีใหม่ กิจกรรมใหม่ของมหาวิทยาลัย ส่วนด้านเหล่านักศึกษาที่มาดูการแข่งขันก็เช่นกันก็ต่างเต็มไปด้วยความศรัทธาไปกับจังหวะที่สนุกสนาน</p> <p>"ปี- ใจดีอินดี้" ซามูเอล นักศึกษารายการโรงเรียน ปี 2 ครั้งแรกที่รู้ข่าวจากบอร์ดประชาสัมพันธ์มหาวิทยาลัยก็รู้สึกดีใจแน่นอน ยากสมัครแข่งด้วยแต่น่าเสียดายที่อาจารย์ให้มาเห็นไว้ในงานแทน แต่ก็ยินดีที่มีกิจกรรมอย่างนี้ขึ้น</p> <p>"โบว์ สุทธิวิท สุวรรณกุลรัตน์" นักศึกษาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปี 4 ล้วนแล้วเป็นคณะบดเคี้ยว และก็ออกกำลังกายเป็นประจำอยู่แล้ว โบว์คิดว่านี่เป็นกิจกรรมที่ดีเพราะนอกจากส่งเสริมให้คนออกกำลังกายแล้วยังทำให้เราได้รู้จักเพื่อนใหม่ด้วย และการออกกำลังกายก็ช่วยทำให้สุขภาพดีขึ้นได้</p> <p>"การออกกำลังกายจะทำให้มีความสุข สนุกได้ เพราะสารพิษในร่างกายจะถูกขับออกมาหมดเหลือก็เสียไปซะ ก็อยากให้เห็นนักศึกษานำบริการศูนย์บริหารกายของมหาวิทยาลัยไปเป็นการจุดประกายให้คนอื่นด้วย"</p> <p>และทันทีที่เสียงเสียงเพลงประกาศ ผลการจัดอันดับปรากฏว่า รางวัลชนะเลิศมีเพียง 1 คนเป็นของ ทีม FIVE FIVE ตามด้วย ทีม Only the Braver และชนะเลิศอันดับ 1 ทีม Five Girl 30 รางวัลชนะเลิศอันดับ 2 และรองชนะเลิศอันดับ 1 ทีม Five C.A.กับ ทีม Folate</p> <p>"เจ็ด อีกรุ่นหนึ่ง หัวใจดี" นักศึกษาเกษตรศาสตร์ RTV ปี 3 จำนวนที่มาร่วมชมและมีจุดยืนเชียร์ร่วมเชียร์ที่ด้วย และตั้งใจที่จะไปถ่ายภาพทางตามสามารถดูรูปของรางวัลด้วย ทั้งที่ส่วนสาเหตุของการมาดูคือเพื่อที่จะไปรับรางวัลตามนั้นจริงจนออกเสียงก็มีการฝึกซ้อมและรางวัล "ส่วนตัวคือทุกคนในทีมจะออกกำลังกายทุกวันและก็มีบริการศูนย์สุขภาพบริหารกายของมหาวิทยาลัยนี้แหละครับ และออกมาเต้นกันดูมันก็มีความสุขและสนุกยิ่งโยโย่ก็อยากชวนเพื่อนๆ ทีมมาออกกำลังกายกันเยอะๆครับ ถือเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ .."</p>
--	--

<http://www.manager.co.th/Campus/ViewNews.aspx?NewsID=952000095475>

เลือกคุณภาพเสียง [20k](#) / [64k](#)

http://music.thaicool.com/play-music/id_2261