****

**หลักสูตร ๓ วัน ๒ คืน**

**สถานที่ มจร.**

**กำหนดการอบรมคุณธรรมนักเรียนโรงเรียนวิถีพุทธ**

**โรงเรียน..................... อำเภอ....................... จังหวัด.......................**

**ระหว่างวันที่........... เดือน.................. พ.ศ. ๒๕๕๙**

**ณ .............................................................................................**

**โดย ส่วนวางแผนและพัฒนาการอบรม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**

**\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\***

**วันที่หนึ่ง ของการอบรม**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **เวลา** | **กิจกรรม** | **ผู้รับผิดชอบ** |
| ๐๗.๐๐ – ๐๘.๐๐ | ลงทะเบียนรับรายงานตัวที่โรงเรียน |  |
| ๐๘.๐๐ – ๐๙.๐๐ | เดินทางถึง มจร / จัดสัมภาระเข้าที่พัก / จัดระเบียบแถวในห้องประชุม |  |
| ๐๙.๐๐ – 10.0๐ | **พิธีเปิด**  - ประธานในพิธีจุดธูปเทียนบูชาพระรัตนตรัย/กล่าวบูชาพระรัตนตรัย  - ผู้จัดโครงการกล่าวรายงาน  - ประธานในพิธีกล่าวให้โอวาท และกล่าวเปิดโครงการ  - ประธานนำรายชื่อนักเรียนมอบถวายแด่พระวิทยากร  **พิธีมอบตัวเป็นศิษย์**  - อาราธนาศีล /กล่าวคำสมาทานศีล  - ประธานฝ่ายสงฆ์กล่าวสัมโมทนียกถา  **- ปฐมนิเทศ** /ทักทายวัยใสเปิดใจใฝ่ธรรม |  |
| 10.00 – 10.30 | พัก / เข้าห้องน้ำ |  |
| ๑๐.3๐ – ๑๑.๐๐ | มารยาทชาวพุทธ / การกราบด้วยสติ **/** การฟัง |  |
| ๑๑.๓๐ – ๑๒.๓๐ | รับประทานอาหารกลางวัน |  |
| ๑๒.๓๐ – ๑๓.0๐ | พักเปลี่ยนอิริยาบถ /เปลี่ยนเป็นชุดขาว |  |
| ๑๓.0๐ – ๑3.3๐ | เจริญจิตภาวนา / แผ่เมตตา |  |
| ๑๓.๓๐ – ๑๔.3๐ | ธรรมบรรยาย “หลักชาวพุทธ” |  |
| ๑๔.3๐ – ๑๕.๐๐ | พัก / เข้าห้องน้ำ |  |
| ๑๕.๐๐ – ๑๖.๐๐ | ธรรมจากสื่อ “ปฏิบัติธรรม” |  |
| ๑๖.๐๐ – ๑๗.๐๐ | อาบน้ำทำภารกิจส่วนตัว / พัก |  |
| ๑๗.๐๐ – ๑๘.๐๐ | รับประทานอาหารเย็น |  |
| ๑๘.๐๐ – ๑8.3๐ | เดินจงกรมรอบบริเวณ |  |
| ๑๘.3๐ – ๑๙.3๐ | สวดมนต์ทำวัตรเย็น / ปฏิบัติธรรม |  |
| ๑๙.3๐ – ๒๐.๐๐ | พัก / เข้าห้องน้ำ |  |
| 20.0๐ – ๒1.3๐ | กิจกรรม จุดเทียนปัญญา |  |
| ๒1.3๐ | พักทำภารกิจส่วนตัว / เข้าที่พักนอน |  |

**วันที่สองของการอบรม**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **เวลา** | **กิจกรรม** | **ผู้รับผิดชอบ** |
| ๐๔.๓๐ – ๐๕.๐๐ | สัญญาณปลุกให้ตื่น / ทำภารกิจส่วนตัว |  |
| ๐๕.๐๐ – ๐๖.๐๐ | สวดมนต์ทำวัตรเช้า / บริหารจิตเจริญปัญญา |  |
| ๐๖.๐๐ – ๐๗.๐๐ | เดินจงกรมฝึกสติ |  |
| ๐๗.๐๐ – ๐๘.๓๐ | รับประทานอาหารเช้า / พัก |  |
| ๐๘.๓๐ – ๐๙.๐๐ | ธรรมนันทนาการ |  |
| ๐๙.๐๐ – ๑๐.๐๐ | ธรรมะจากสื่อ เรื่อง “อนาคตสร้างได้ ถ้าใจพร้อม” |  |
| ๑๐.๐๐ – ๑๐.3๐ | พัก / เข้าห้องน้ำ |  |
| ๑๐.3๐ – ๑๑.๓๐ | ธรรมะจากสื่อ เรื่อง “ปฏิบัติธรรม” |  |
| ๑๑.๓๐ – ๑๒.๓๐ | รับประทานอาหารกลางวัน / พักเปลี่ยนอิริยาบถ |  |
| ๑๒.๓๐ – ๑๓.๐๐ | ผักผ่อนอย่างมีสติ |  |
| ๑๓.๐๐ – ๑๖.๐๐ | ธรรมะบรรยายตามฐาน 4 ฐาน  - ปฏิบัติธรรม - ศาสนพิธี  - พระรัตนตรัย - ห้าดีห้าอ่อน |  |
| ๑๖.๐๐ – ๑๗.๐๐ | อาบน้ำทำภารกิจส่วนตัว / พักเปลี่ยนอิริยาบถ |  |
| ๑๗.๐๐ – ๑๘.๓๐ | รับประทานอาหารเย็น |  |
| ๑๘.๓๐ – ๑๙.๓๐ | สวดมนต์ทำวัตรเย็น / ปฏิบัติธรรม |  |
| ๑๙.๓๐ – ๒๐.๐๐ | ธรรมนันทนาการ / พัก |  |
| ๒๐.๐๐ – ๒๑.๓๐ | **กิจกรรม “คนสำคัญในชีวิต”** |  |
| ๒๑.๓๐ | พักทำภารกิจส่วนตัว / เข้าที่พักนอน |  |

**วันที่สามของการอบรม**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **เวลา** | **กิจกรรม** | **ผู้รับผิดชอบ** |
| ๐๔.๓๐ – ๐๕.๐๐ | สัญญาณปลุกให้ตื่น / ทำภารกิจส่วนตัว |  |
| ๐๕.๐๐ – ๐๗.๐๐ | ธรรมยาตราสู่อุโบสถ “หลวงพ่อปัญญา” (อุโบสถกลางน้ำ) |  |
| ๐๗.๐๐ – ๐๘.๐๐ | รับประทานอาหารเช้า / พัก |  |
| ๐๘.๐๐ – ๐๘.๓๐ | ประมวลภาพกิจกรรม |  |
| ๐๘.๓๐ – ๐๙.๓๐ | กิจกรรมเพื่อนสนิทมิตรแท้ |  |
| ๑๐.๐๐ – ๑๑.๓๐ | กิจกรรมมาลาบูชาครู/ขอขมาพระอาจารย์ / อธิษฐานจิตเพื่อชีวิตใหม่ |  |
| ๑๑.๓๐ – ๑๒.๐๐ | **พิธีปิด**  - ประธานจุดธูปเทียนบูชาพระรัตนตรัย  - เจ้าของโครงการกล่าวสรุปผลโครงการ  - ประธานให้โอวาท และกล่าวปิดโครงการ  - กราบลาพระรัตนตรัย  - ร้องเพลงสรรเสริญพระบารมี |  |
| ๑๒.๐๐ – ๑๓.๐๐ | ทำแบบประเมิน / รับประทานอาหารกลางวัน / เก็บสัมภาระ/เดินทางกลับ | คณะครู |

หมายเหตุ : -ห้ามนำโทรศัพท์มือถือมาในค่าย -ห้ามออกนอกค่ายโดยไม่ได้รับอนุญาต

-ฝึกการตรงต่อเวลา -สงบสำรวม กาย วาจา ใจ -ใส่ชุดขาวในการอบรม