

HOLA TENNIS ACADEMY

นิติตฝึกประการณ์

- นาย พิระภัทร เต็ดทองหลาง 6330078239 สาขาส่งเสริมสุขภาพ นักวิทยาศาสตร์การกีฬา
- นาย รวิกร ดอนพนัส 6330090739 สาขาส่งเสริมสุขภาพ ผู้สอนเทนนิส
- นางสาว รุ่งกาญจน์ มาลา 6330095939 สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา นักวิทยาศาสตร์การกีฬา

อาจารย์นิเทศก์ : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระวีวรรณ มาพงษ์
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เบญจพล เบญจพลากร



หน้าที่การปฏิบัติงาน

- การเตรียมความพร้อมทางร่างกายให้แก่เด็กกีฬา และลูกค้ำที่มาเทรน เช่น การวอร์มร่างกาย Dynamic Stretching ก่อนเริ่มคลาสเรียน และการนำ Static Stretching ยืดคลายกล้ามเนื้อหลังจบคลาสเรียน ในระหว่างคลาสเรียนจะคอยดูแล ช่วยเหลือให้คำแนะนำต่างๆ แก่ นักกีฬา ลูกค้ำ นอกจากนี้ยังช่วยอำนวยความสะดวกต่างๆให้แก่โค้ชที่ฝึกสอน เช่น การเตรียมตะกร้าบอล เก็บลูกบอล เตรียมอุปกรณ์ที่จะฝึกสอน นับแต้ม-นับคะแนน



ประสบการณ์

- ประโยชน์ที่ได้จากการฝึกงานที่นี้คือ การนำความรู้ที่ได้จากการเรียนมาใช้หรือมาประยุกต์ให้ตรงกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นตลอดเวลาในการทำงาน และสังคมที่ได้จากการทำงานมีทั้งดี/ไม่ดีปะปนกันค่ะ และอีกอย่างคือการแก้ไขเฉพาะหน้าเป็นอีกสิ่งที่ได้รับจากที่นี้ค่ะ และการสื่อสารเป็นสิ่งสำคัญในการทำงานอย่างมาก เพราะเคยมีการสื่อสารที่ไม่ดีแล้วเกิดปัญหาแต่เราก็แก้ไขด้วยการสื่อสารกันใหม่อีกรอบค่ะ

ข้อเสนอแนะ

1. เตรียมความพร้อมด้านการมีบุคลิกสัมพันธที่ดี และความกระตือรือร้นในการทำงาน การมีบุคลิกสัมพันธที่ดีทำให้การพูดคุย สื่อสารและการทำงานต่อเพื่อนร่วมงานเป็นไปได้อย่างราบรื่น
2. การจัดการเวลาการทำงาน ทำให้การทำงานเป็นไปได้อย่างราบรื่นและเสร็จตามที่กำหนด
3. การแก้ไขเฉพาะหน้า บางสถานการณ์ปัญหาเกิดขึ้นกะทันหัน ฉะนั้นจะต้องมีทักษะการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าและเตรียมความพร้อมอยู่เสมอ
4. เรียนรู้จากข้อผิดพลาด ในการทำงานมักจะมีข้อผิดพลาดเกิดขึ้น เพราะฉะนั้นการเรียนรู้จากข้อผิดพลาดทำให้เราทราบว่าตัวเองมีการพัฒนาเกี่ยวกับงานนั้น และไม่เกิดข้อผิดพลาดในจุดเดิมซ้ำๆ

ที่อยู่ 55 ซอย เฉลิมพระเกียรติ ร. 9 แขวงหนองบอน
เขต ประเวศ กรุงเทพมหานคร 10250

Email : holatennisacademy@gmail.com
เบอร์ 084 653 2801