

HOLA!

TENNIS ACADEMY

หน้าที่ปฏิบัติงาน

- เตรียมความพร้อมทางด้านร่างกายให้แก่เด็กกีฬา และลูกค้าที่มาเทรน เช่น การวอร์มอบอุ่นร่างกาย Dynamic Stretching ก่อนเริ่มคลาสเรียน และการนำ Static Stretching ยืดคลายกล้ามเนื้อหลังจบคลาสเรียน
- ดูแลและคอยช่วยเหลือให้คำแนะนำต่างๆแก่เด็กกีฬาและลูกค้า
- ช่วยอำนวยความสะดวกต่างๆให้แก่โค้ชผู้ฝึกสอน เช่น การเตรียมอุปกรณ์ เตรียมกิจกรรมทางกายเพื่อนันทนาการแก่เด็กๆก่อนเริ่มคลาสเรียน
- ช่วยเสริมกิจกรรมทางกายให้แก่เด็กๆ และช่วยฟื้นฟูพัฒนาศักยภาพทางกายของผู้ที่มีอาการบาดเจ็บเบื้องต้น
- เป็นผู้ช่วยผู้ฝึกสอนคลาส Tennis โรงเรียน International Community School
- เป็นผู้ช่วยผู้ฝึกสอนคลาส Pickleball ที่ Decathlon สาขา บางนา

ประสบการณ์

ประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกงานนี้คือ การนำความรู้ที่ได้จากการเรียนมาใช้ หรือมาประยุกต์ให้ตรงกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในตลอดระยะเวลาในการทำงานและการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับสังคมคนทำงานที่มีทั้งดีและไม่ดี และการแก้ไขสถานการณ์เฉพาะหน้าเป็นอีกสิ่งหนึ่งที่ได้รับจากที่นี่และการสื่อสารเป็นสิ่งสำคัญเป็นอย่างมากในการทำงาน การวางตัวให้เหมาะสมกับลูกค้าในช่วงวัยต่างๆทำให้เราต้องปรับตัวและพร้อมที่จะแก้ไขปัญหาตลอดเวลา

ข้อเสนอแนะ

- 1.การทำงานเป็นทีมสิ่งสำคัญคือการสื่อสารซึ่งกันและกัน
- 2.การจัดการเวลาการทำงาน ทำให้งานเป็นไปได้อย่างราบรื่นและเสร็จตามที่กำหนด
- 3.การแก้ไขเฉพาะหน้า บางสถานการณ์เกิดขึ้นกะทันหัน ดังนั้นจะต้องมีทักษะการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าและเตรียมความพร้อมอยู่เสมอ
- 4.เรียนรู้จากข้อผิดพลาด ในการทำงานจะมีข้อผิดพลาดเกิดขึ้น ควรเรียนรู้และแก้ไขจากความผิดพลาดนั้น

นิสิตฝึกประสบการณ์

นาย สุทัศน์ ธัญญเจริญ
6430141139 สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา
อาจารย์นิเทศก์ ดร.เบญจ ป้องกันภัย