

คำนำ

คำราเด่นนี้ ผู้เขียนได้เขียนขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นคำราประกอบคำบรรยายในกระบวนวิชา RC 466 นั้นทนาการในโรงเรียน ซึ่งเป็นวิชาบังคับในหลักสูตรของภาคพลาณามัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง และนอกจากนักศึกษาได้ศึกษาแล้วนั้นยังเป็นประโยชน์ต่อผู้สนใจ ผู้นำเยาวชน ผู้มีหน้าที่รับผิดชอบทางด้านนั้นทนาการและสถานบันการศึกษาทั่วไป

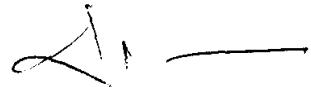
คำรานั้นทนาการในโรงเรียนเด่นนี้ มีเนื้อหาสาระซึ่งประกอบด้วย 5 บท คือ บทที่ 1 เกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของนั้นทนาการ บทที่ 2 ความหมายของนั้นทนาการลักษณะความสำคัญประโยชน์ของนั้นทนาการ บทที่ 3 นั้นทนาการในโรงเรียน บทที่ 4 ประเภทกิจกรรมของนั้นทนาการ บทที่ 5 การเป็นผู้นำนั้นทนาการ และภาคผนวก แหล่งและสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ

นั้นทนาการเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับมนุษย์ในยุคปัจจุบันเป็นอย่างมาก ทั้งนี้ เพราะว่า การดำเนินชีวิตของคนเราในปัจจุบันเปลี่ยนแปลงไปจนเป็นผลให้ต้องมีปัจจัยที่ห้า เพิ่มจากปัจจัยที่สี่ประการ ได้แก่ ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม ยาภัยโรค และอาหาร ปัจจัยที่ห้าก็คือ การพักผ่อน จากการเปลี่ยนแปลงนี้เองทำให้นั้นทนาการเริ่มมีบทบาท และมีความสำคัญต่อสังคมมนุษย์เป็นอย่างมาก

ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาตินับที่ 8 นี้ มุ่งการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เป็นสำคัญ ผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่า คำราเด่นนี้จะเป็นประโยชน์ทั้งในแง่หลักการ ทฤษฎี และแนวทางปฏิบัติในการพัฒนาคุณภาพชีวิต สังคม ตลอดจนเด็กและเยาวชนในโรงเรียน ซึ่งเป็นทรัพยากรของชาติในอนาคต

ฉะนั้น ผู้เขียนจึงได้เรียนเรียงตำราเล่มนี้ขึ้นเพื่อให้นักศึกษาได้ศึกษาประกอบคำบรรยาย ตลอดจนผู้สนใจได้ศึกษาค้นคว้า

อนึ่ง ตำราเล่มนี้ ผู้เขียนได้จัดทำขึ้นในระยะเวลาอันสั้น หากมีข้อบกพร่อง ประการใดก็ขออภัยไว้ ณ ที่นี่ด้วย และถ้าท่านผู้อ่านใดจะกรุณาให้คำแนะนำนำขึ้นเป็นพระคุณยิ่ง.



(ร.ต.ก.จรัญ ชานีรัตน์)