



ตารางการฝึกอบรมโครงการบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อน รุ่นที่ ๒๖ ประจำปี ๒๕๖๙
วัดพระศรีรัตนมหาธาตุวรมหาวิหาร หลักสูตร **"กล้าน้อยในรอยธรรม: ปลุกพลังสติ สร้างทักษะชีวิต สู้จิตที่ตื่นรู้"**
เพื่อถวายเป็นพุทธบูชาแด่พระพุทธชินราช วาระครบ ๖๖๙ ปี
ถวายพระราชกุศลแด่ สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง
ณ วิทยาลัยสงฆ์พุทธชินราช ตำบลบึงพระ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก
ระหว่างวันที่ ๒๙ มีนาคม – ๑๒ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๙

เวลา วัน	๐๕.๐๐	๐๖.๐๐	๐๗.๐๐	๐๘.๐๐	๐๙.๐๐	๑๐.๐๐	๑๑.๐๐	๑๒.๐๐	๑๓.๐๐	๑๔.๐๐	๑๕.๐๐	๑๖.๐๐	๑๗.๐๐	๑๘.๐๐	๑๙.๐๐	๒๐.๐๐
กิจกรรมภาคที่ ๑ การรายงานตัว																
๒๙ มีนาคม ๖๙				รายงานตัว			ทานอาหารกลางวัน	ปฐมนิเทศและแบ่งกลุ่ม			ทานอาหารเย็น	เลือกหัวหน้ากลุ่ม				
๓๐ มีนาคม ๖๙	ตื่นนอน บำเพ็ญประโยชน์		ทานอาหารเช้า		ฝึกท่องคำขอบรรพชา			ฝึกท่องคำขอบรรพชา				กิจกรรมสันตนาการ				
๓๑ มีนาคม ๖๙	ตื่นนอน บำเพ็ญประโยชน์		ทานอาหารเช้า		“ศิลปะแห่งการกราบ และไหว้ด้วยหัวใจ” นายสุรศักดิ์ ผิวพรรณ นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดพิษณุโลก			ฝึกการนุ่งห่มผ้า				ฝึกซ้อมพิธีบรรพชา				

กิจกรรมที่ ๒ ภาคพิธีบรรพชา																
เวลา วัน	๐๕.๐๐	๐๖.๐๐	๐๗.๐๐	๐๘.๐๐	๐๙.๐๐	๑๐.๐๐	๑๑.๐๐	๑๒.๐๐	๑๓.๐๐	๑๔.๐๐	๑๕.๐๐	๑๖.๐๐	๑๗.๐๐	๑๘.๐๐	๑๙.๐๐	๒๐.๐๐
(พ) ๑ เมษายน ๖๙	ตื่นนอน ทานอาหาร		พิธีขอขมาและปลงผมนาค			พิธีมอบผ้าไตร ชุดที่ ๑ เจ้าภาพทั่วไป		พิธีมอบผ้าไตร ชุดที่ ๒ บิดามารดา ชุดที่ ๓ ญาติเครือขาย		๑๓.๓๐ น. พิธีบรรพชา			น้ำปานะ	สำรวจบริวาร		
กิจกรรมที่ ๓ ภาคปฏิบัติ “สติบำบัด (Mindfulness): การสร้างภูมิคุ้มกันทางใจในเด็กวัยเรียน”																
(พฤ) ๒ เมษายน ๖๙	ตื่นนอน	ทำวัตร สวดมนต์	ฉันภัตตาหารเช้า	วิปัสสนาเบื้องต้น พระมหายอด อภิบุณโณ พระวิปัสสนาจารย์		ฉันภัตตาหารเพล	พักผ่อน	วิปัสสนาเบื้องต้น พระมหายอด อภิบุณโณ พระวิปัสสนาจารย์		ถวายน้ำปานะ	สร้งน้ำ/บำเพ็ญประโยชน์	ทำวัตร สวดมนต์เย็น				
(ศ) ๓ เมษายน ๖๙	ตื่นนอน	ทำวัตร สวดมนต์		"ก้าวเดินอย่างกล้า" ฝึกเดินจงกรมแบบใส่ใจใน ทุกอย่างก้าว พระวิปัสสนาจารย์				"ระฆังแห่งสติ" การฝึกฟังเสียงความเงียบ เพื่อตั้งใจกลับมาอยู่กับตัว พระวิปัสสนาจารย์				ทำวัตร สวดมนต์เย็น				
กิจกรรมที่ ๔ ภาคการศึกษาเรียนรู้ “Active Learning”																
(ส) ๔ เมษายน ๖๙	ตื่นนอน	ทำวัตร สวดมนต์	ฉันภัตตาหารเช้า	"สามเณรน้อยรักษ์" เรียนรู้สรรค์สร้าง และสืบสาน วัฒนธรรมเมืองสองแคว สภาวัฒนธรรมและเครือขาย จังหวัดพิษณุโลก		ฉันภัตตาหารเพล	พักผ่อน	"ธรรมะคุ้มใจ อนามัยคุ้มกาย" สร้างภูมิคุ้มกันให้ห่างไกลโรค โรงพยาบาลกรุงเทพ พิษณุโลก		ถวายน้ำปานะ	สร้งน้ำ/บำเพ็ญประโยชน์	“กตัญญูแผ่นดิน” ประวัติศาสตร์ชาติไทย พ.ท. เสรี ทองคู่ หัวหน้าแผนกผลิตรายการและข่าว สถานีวิทยุในเครือ กองทัพบกที่ ๓				
(อา) ๕ เมษายน ๖๙	ตื่นนอน	ทำวัตร สวดมนต์		"ได้ร่วมใจ พิษณุโลกร่วมธรรม: พุทธศาสนาเชื่อมคุณธรรมนำใจ" ชมรมชาวพิษณุโลกได้จังหวัดพิษณุโลก				พุทธสมาคมจังหวัดพิษณุโลก				ทำวัตร สวดมนต์เย็น				
(จ) ๖ เมษายน ๖๙	ตื่นนอน	ทำวัตร สวดมนต์		"พลังบวร: สพป.พล.๑ ร่วมขับเคลื่อน โครงการบรรพชาสามเณร สร้างคนดีศรี พิษณุโลก" นายวัลลภ โตรานนท์ รอง ผอ.สพป.พล เขต ๑				"วาทศิลป์ครองธรรม" ศิลปะการพูดเบื้องต้น สำหรับศาสนทายาท ๒๕๖๙ สมาคมฝึกการพูดพิษณุโลก				ทำวัตร สวดมนต์เย็น				

เวลา วัน	๐๕.๐๐	๐๖.๐๐	๐๗.๐๐	๐๘.๐๐	๐๙.๐๐	๑๐.๐๐	๑๑.๐๐	๑๒.๐๐	๑๓.๐๐	๑๔.๐๐	๑๕.๐๐	๑๖.๐๐	๑๗.๐๐	๑๘.๐๐	๑๙.๐๐	๒๐.๐๐
(อ) ๗ เมษายน ๖๙	ตื่นนอน	ทำวัตร สวดมนต์	ฉันภัตตาหารเช้า	Self-Esteem up! สุขใจทางธรรม ปลอดภัยทางโลก (โรค) สพม.พิษณุโลก อุดรดิตถ์	ฉันภัตตาหารเพล	พักผ่อน	“พันผูก ปลุกงานศิลป์” ศาลเยาวชนและครอบครัว จังหวัดพิษณุโลก		นำปานะ	สร้งน้ำ/บำเพ็ญประโยชน์	ทำวัตร สวดมนต์เย็น					
(พ) ๘ เมษายน ๖๙	ตื่นนอน	ทำวัตร สวดมนต์		ติดตามและประเมินผล “พันผูก ปลุกงานศิลป์” ศาลเยาวชนและครอบครัว จังหวัดพิษณุโลก			"ปืมหัวใจ" ใครอยากทำได้ยกมือขึ้น วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พุทธชินราช				“สังฆะเพื่อสังคม” จากต้นกล้าสู่ต้นไม้ที่แข็งแรง พระครูปริยัติสุวรรณโพธิ, ดร. รองเจ้าคณะอำเภอลำปาง					
กิจกรรมที่ ๕ ภาคเดินธุดงค์ธรรมยาตราและทัศนศึกษา																
(พฤ) ๙ เมษายน ๖๙	ตื่นนอน	ทำวัตร สวดมนต์	ฉันภัตตาหารเช้า	“เดินธุดงค์ธรรมยาตรา” วัดบ้านแกว ต.แม่ระกา อ.วังทอง จ.พิษณุโลก	ฉันภัตตาหารเพล	พักผ่อน	“ห้องเรียนใต้อาสน์” พื้นฐานวินัยและการอยู่ร่วมกัน พระปลัดพัฒนพงษ์ ภัททวโส, ดร. รก.เจ้าอาวาสวัดหัววังกร่าง		นำปานะ	สร้งน้ำ/บำเพ็ญประโยชน์	ทำวัตร สวดมนต์เย็น					
(ศ) ๑๐ เมษายน ๖๙	ตื่นนอน	ทำวัตร สวดมนต์		“กตัญญูกตเวทิตาธรรม” กราบพระพุทธรชินราช เยี่ยมชมพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ พระพุทธรชินราช สวดพระอภิธรรมพระพรหมวชิรเจติย์			"ปัง-ปัน-บุญ" หลักสูตรขนมปังร้อยล้าน(บุญ) เรียนรู้ทักษะ สร้างอาชีพ สร้างบารมี วัดโพธิญาณ				ทำวัตรสวดมนต์ ณ ลานพระอัฐารส พระบรมธาตุเจดีย์ วัดอรุญญิก					
(ส) ๑๑ เมษายน ๖๙	ตื่นนอน	ทำวัตร สวดมนต์		"เมล็ดพันธุ์แห่งปัญญา” พระครูประภัสร์วรานุกิจ พระธรรมวิทยากร			กิจกรรมทำความสะอาดวัด (Big Cleaning Day)				"จดหมายจากใจกล้าน้อย" (อำลาพระอาจารย์)					
(อา) ๑๒ เมษายน ๖๙	ตื่นนอน	ทำวัตร สวดมนต์		พิธีปิดโครงการ พระรัตนโมลี เจ้าคณะจังหวัดพิษณุโลก		พิธีลาสิกขา ผู้ปกครองรับกลับบ้าน										



ติดตามการถ่ายทอดสดกิจกรรมได้ที่ เพจ Facebook โครงการบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อน วัดใหญ่ จังหวัดพิษณุโลก