

เรื่องราวและภาพความประทับใจ

Amat Camp

จาก “ค่ายสร้างคนรุ่นใหม่เพื่อไปสร้างชาติ”
ของนักเรียนชั้น ม.3 ก, ม.3 ข เมื่อวันที่ 4 - 6 สิงหาคม 2568 และนักเรียนชั้น ป.6 ก, ป.6 ค
เมื่อวันที่ 18 - 20 สิงหาคม 2568 ที่ผ่านมามี

หลังจากที่ทางโรงเรียนจัดกิจกรรมเข้าค่ายพักค้างแรม “ค่าย Amat Camp สร้างคนรุ่นใหม่เพื่อไปสร้างชาติ” ณ ไร่อมารัต อ.วังน้อย จ.พระนครศรีอยุธยา เมื่อวันที่ 4-6 และ 18-20 สิงหาคม 2568 ที่ผ่านมามีของนักเรียนชั้น ม.3 ก, ม.3 ข และ ป.6 ก, ป.6 ค

การจัดค่ายในครั้งนี้ เป็นไปด้วยความเรียบร้อยและประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ทุกประการ แม้จะมีอุปสรรคจากพายุวิภา จนทำให้ต้องเลื่อนวันเข้าค่าย แต่การจัดค่ายก็ผ่านพ้นไปด้วยดี และมีเรื่องน่าชื่นชม ความประทับใจมากมาย ทั้งนักเรียนชั้น ม.3 และ ป.6 ทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมในค่ายอย่างตั้งใจ ทำให้เห็นถึงความอดทน จริงจัง มุ่งมั่น เอาใจจริงเอาใจ การทำงานร่วมกันด้วยความสามัคคี มีน้ำใจ และช่วยเหลือเกื้อกูลกัน

เด็กๆ ชาวอมารัต ลงมือทำอะไร ด้วยความจริงจังตั้งใจในช่วงการทำงานของแต่ละฐานทั้ง 3 ฐาน อันประกอบด้วย

- ฐานงานเกษตร
- ฐานทำอาหารมังสวิรัต
- ฐานทำความสะอาด

ขอถ่ายภาพบรรยากาศในแต่ละฐานและตารางกิจกรรมในค่ายมาฝากดังนี้ค่ะ

1. ตารางกิจกรรมในค่าย

ตารางกิจกรรม “ค่าย Supper change สร้างคนรุ่นใหม่เพื่อไปสร้างชาติ”

ชั้น ม.3ข ภาคเรียนที่ 1/2566

เวลา					08.00	09.15	09.45	10.30	11.30	12.30	13.30	15.00	15.15	15.45	16.45	18.00	19.00
						09.45	10.30	11.30	12.30	13.30	15.00	15.15	15.45	16.45	18.00	19.00	21.00
วันแรก					ออกเดินทาง	ตั้งค่าย รวมกลุ่ม เก็บ สิ่งของ ค. คัด	แบ่งกิจกรรม รวมกลุ่ม เก็บ สิ่งของ ค. คัด	เรียน วิชาการ เลข	อาหาร กลางวัน	เรียน วิชาการ ไทย	พักผ่อน สันทนาการ	อาหาร ว่าง	ศึกษาดูงาน	อาหาร ว่าง	พักผ่อน สันทนาการ	อาหาร เย็น	สวดมนต์ ทำวัตรเย็น
เวลา	05.00 - 06.00	06.00 - 06.30	06.30 - 07.30	07.30 - 08.00	08.00 - 09.00	09.00 - 10.00	10.00 - 10.15	10.15 - 11.15	11.15 - 12.15	12.15 - 13.45	13.45 - 14.45	14.45 - 15.00	15.00 - 16.00	16.00			
วันที่สอง	ตื่นนอน อาบน้ำ	อาหารเช้า ***	อาหารว่าง B	อาหารเช้า	เรียน วิชาการ เลข	เรียน วิชาการ ไทย	อาหารว่าง	อาหาร กลางวัน C	อาหาร กลางวัน	พักผ่อน สันทนาการ + กิจกรรม ค. คัด	อาหาร ว่าง	พักผ่อน สันทนาการ + กิจกรรม ค. คัด	ศึกษาดูงาน วัด ***	อาหาร ว่าง	พักผ่อน สันทนาการ		

2. ฐานงานเกษตร ริดใบหม่อน

ฐานงานเกษตร เด็กๆ ทุกคนได้ฝึกปฏิบัติ "ริดใบหม่อน" เพื่อให้ต้นหม่อนออกผล เด็กๆ ทุกคนเรียนรู้ได้อย่างรวดเร็ว ทุกคนลงมือทำได้ด้วยความมุ่งมั่น งานนี้ต้องใช้ความระมัดระวัง มีสมาธิ ถือเป็นประสบการณ์ที่แปลกใหม่ และต้องทำให้สำเร็จ เด็กๆ ลงมือทำอย่างสนุกสนาน ไม่มีเสียงบ่น เด็กๆ หลายคนได้ชิมลูกหม่อนสดๆ จากต้นด้วยคะ และบอกว่า "อร่อยมาก"



3. ฐานทำอาหารมังสวิรัต

ในแต่ละมือเด็กๆ แต่ละกลุ่มจะได้รับมอบหมายให้ทำอาหารสำหรับคุณครูและเพื่อนๆ ในค่าย ประมาณ 45 คน โดยทีมงานวิทยากรจะเตรียมวัตถุดิบไว้ให้ เด็กๆ ต้องทำอาหารตาม Script อย่างมีขั้นตอน เด็กๆ ทุกคนทุกกลุ่มสามารถทำอาหารออกมาได้อย่างมีอาชีพ มาดดีมีแวว เป็นเชฟกระทะเหล็ก น่าชื่นชมจริงๆ คะ ที่สำคัญ ทำกันเอง ทานกันเอง ไม่มีใครบ่น ทานได้ทุก คน



4. ฐานทำความสะอาด

ที่ค่ายไม่มีแม่บ้าน เด็กๆ จึงต้องดูแลและทำความสะอาดทุกบริเวณกันเอง แต่ละกลุ่มย่อยจะได้รับมอบหมายงานทำความสะอาดแต่ละบริเวณในค่าย เช่น ห้องนอนชาย-หญิง ห้องน้ำชาย-หญิง ห้องประชุม ห้องเรียน ห้องอาหาร และโถงระเบียบ แม่เด็กๆ บางคนบอกว่า นี่เป็นการทำความสะอาดห้องน้ำครั้งแรก แต่ทุกคนก็ทำงานที่ได้รับมอบหมายเป็นอย่างดี เก็บอุปกรณ์เข้าที่ และมีน้ำใจช่วยเหลือกัน



5. กิจกรรมสาระโชว์

สาระโชว์ หรือโชว์ดีดี มีสาระ เป็น**กิจกรรมยามค่ำ**คืนที่เด็กๆ แต่ละกลุ่มได้แสดงความสามารถจากโจทย์ที่ได้รับ นำเสนอออกมาเป็นละคร เพลง หรือการแสดงอื่นๆ พร้อมบอกข้อคิดที่ได้จากเรื่องราวที่น่าเสนอ ด้วยเวลาฝึกซ้อมที่มีจำกัดเพียง 1 ชั่วโมง แต่เด็กๆ ก็สามารถนำเสนอออกมาได้ดี สนุกสนาน และมีสาระ



6. บรรยายภาคการทานอาหาร

ทุกมื้ออาหารนอกจากเด็กๆ จะได้รับประทานอาหารมังสวิรัต ผักมือของตัวเองและเพื่อนๆ แล้ว เด็กๆ ยังได้ใกล้ชิดกับอาจารย์เกียรติวรรณ อาจารย์จะชี้ชวนลงใจให้เด็กๆ ฝึกรับประทานผัก พื้นบ้านสดๆ นานาชนิดที่เก็บจากในไร่มาสด เด็กๆ บางคนไม่เคยเคยกับการทานผัก ก็เริ่มทาน ผักได้บ้างทีละนิด แต่หลายคนทานผักได้อยู่แล้วก็ยังทานเก่งขึ้น เป็นมื้ออาหารที่เต็มไปด้วย รอยยิ้ม มิตรภาพ และความประทับใจที่มีต่อกันอย่างน่าชื่นใจ



7. กิจกรรมโยคะ สมาธิ และจิตวิทยานีโอ

กิจกรรมโยคะ สมาธิและนีโอ ถือเป็นหัวใจสำคัญของการไปค่าย กิจกรรมนี้เด็กๆ ได้ฝึกโยคะ ทำสมาธิเพื่อพัฒนาจิตใจ ฝึกการมองโลกมองชีวิตด้านบวก การใช้คำพูดด้านบวก มีความภาคภูมิใจ เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น



8. ความคิดเห็นของนักเรียนหลังจบค่าย

- “ค่ายนี้ผมได้เรียนรู้อะไรหลายอย่าง กล้าแสดงออกมากขึ้น ได้ลองกินผักสด และประทับใจไข่เจียวที่ผมทำเองมากครับ”
- “ผมมาค่ายนี้ทำให้เรียนรู้หลายๆ เรื่อง ทั้งการทำงานร่วมกับผู้อื่น การทำและทานอาหารมังสวิรัต และคันทันนี้เป็นคันทันที่ดีที่สุดในชีวิตผม ผมไม่เคยมีความสุขเท่านี้มาก่อนเลยครับ”
- “การมาค่าย ทำให้หนูรู้ว่า การได้อยู่ห่างมือถือก็ทำให้หนูมีความสุขได้ หนูได้อยู่กับเพื่อนๆ และได้ทำอะไรมากมาย ขอขอบคุณโรงเรียนที่จัดกิจกรรมดีๆ และขอขอบคุณอาจารย์เกียรติวรรณที่สละเวลามาอยู่กับพวกเราและสอนโยคะ สมาธิ และการดูแลสุขภาพให้กับพวกเราด้วยค่ะ”
- “หนูได้เรียนการทำอาหาร ทำโยคะ ฝึกทำสมาธิ ได้ใช้ชีวิตกับเพื่อนๆ และได้ฝึกอยู่ห่างจากที่บ้านโดยไม่มีพ่อแม่มาด้วย หนูกินผักเก่งขึ้นและอาจารย์ใจดีมากๆ ค่ะ”
- “ได้ลองทำอะไรใหม่ๆ ได้ปั่นจักรยาน ได้ทำอาหาร ได้ฝึกกินผักและทำงานเกษตรด้วย”
- “รู้สึกว่าจะตัวเองจะต้องดูแลตัวเองและสุขภาพให้ดียิ่งขึ้น ขอขอบคุณอาจารย์ที่สร้าง Amat Camp และมาค่ายกับพวกเรา”

ดาว และ เดือน ของค่าย

