

ชื่อโครงการ ค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย
หน่วยงานที่รับผิดชอบ ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม สำนักงานเขตตลิ่งชัน
ปีงบประมาณ ๒๕๕๙

๑. หลักการและเหตุผล

การมีสุขภาพดี นับเป็นลาภอันพึงปรารถนาอย่างหนึ่งของมนุษย์ การออกกำลังกายที่ถูกต้องเหมาะสมจึงเป็นวิธีการสำคัญประการหนึ่งที่จะช่วยเสริมให้ร่างกายมีสุขภาพที่ดี มีพละกำลังสมบูรณ์ แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจึงเป็นการเตรียมตัวเองให้มีร่างกายที่แข็งแรง และมีสุขภาพจิตที่ดี พร้อมทั้งต่อสู้กับปัญหาต่าง ๆ ในการดำรงชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สำนักงานเขตตลิ่งชัน ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการออกกำลังกายดังกล่าว จึงจัดให้มีโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้ประชาชนมีสุขภาพร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง โดยปัจจุบันสำนักงานเขตตลิ่งชัน ส่งเสริมและสนับสนุนให้ลานกีฬาในพื้นที่เขตตลิ่งชัน จำนวน ๕ ลาน ดำเนินการจัดกิจกรรมการเดินแอโรบิคขึ้น เพื่อเป็นการส่งเสริมให้ประชาชนได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์โดยการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่แข็งแรง และเรียนรู้วิธีการ/ท่าทางการออกกำลังกายที่ถูกวิธีจากวิทยากรผู้มีความรู้

๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อส่งเสริมให้เยาวชน เด็ก และประชาชนได้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

๒.๒ เพื่อส่งเสริมให้เยาวชน เด็ก และประชาชนรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

ห่างไกลจากยาเสพติด

๒.๓ เพื่อเด็ก เยาวชน และประชาชน มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน

๒.๔ เพื่อให้เกิดความสามัคคีและส่งเสริมความสัมพันธ์อันดี ระหว่างเด็ก เยาวชน และประชาชนในชุมชน โดยใช้กิจกรรมการออกกำลังกายแอโรบิคเป็นสื่อ

๓. เป้าหมาย

ดำเนินการจัดโครงการส่งเสริมกิจกรรมการออกกำลังกาย โดยฝึกสอนการเดินแอโรบิค ให้แก่เด็ก เยาวชน และประชาชนทั่วไป ณ ลานกีฬาชุมชนในพื้นที่เขตตลิ่งชัน จำนวน ๕ ลาน ดังนี้

๓.๑ ฝึกสอนการเดินแอโรบิค สัปดาห์ละ ๑ วัน จำนวน ๑ ลาน ได้แก่ ลานบริเวณสำนักงานเขตตลิ่งชัน

๓.๒ ฝึกสอนการเดินแอโรบิค สัปดาห์ละ ๒ วัน จำนวน ๑ ลาน ได้แก่ ลานกีฬาชุมชนหมู่บ้านพัฒนา
วัดอินทราวาส

๓.๓ ฝึกสอนการเดินแอโรบิค สัปดาห์ละ ๓ วัน จำนวน ๑ ลาน ได้แก่ ลานกีฬาชุมชนวัดปากน้ำฝั่งเหนือ

๓.๔ ฝึกสอนการเดินแอโรบิค สัปดาห์ละ ๔ วัน จำนวน ๑ ลาน ได้แก่ ลานกีฬาชุมชนวัดมณฑป

๓.๕ ฝึกสอนการเดินแอโรบิค สัปดาห์ละ ๕ วัน จำนวน ๑ ลาน ได้แก่ ลานกีฬาชุมชนจิรร่วมใจธรรม

๔. ลักษณะโครงการ

เป็นโครงการที่สอดคล้องกับแผนพัฒนากรุงเทพมหานคร ระยะ ๒๐ ปี ตามยุทธศาสตร์ที่ ๑
มหานครปลอดภัย ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ ๑.๖ ปลอดภัยคนเมือง อาหารปลอดภัย

๕. ขั้นตอนการดำเนินการ

- ๕.๑ ดำเนินการจัดทำโครงการเพื่อขออนุมัติ
- ๕.๒ ประสานวิทยากรในการนำเดินแอโรบิค
- ๕.๓ จัดเตรียมสถานที่ในการออกกำลังกาย
- ๕.๔ ประชาสัมพันธ์ให้เด็ก เยาวชน และประชาชนเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกาย ณ ลานกีฬาที่กำหนดไว้ รวม ๕ ลาน
- ๕.๕ ดำเนินการตามโครงการ ณ ลานกีฬาชุมชนในพื้นที่เขตตลิ่งชัน รวม ๕ ลาน
- ๕.๖ ขออนุมัติเบิกจ่ายค่าตอบแทนวิทยากร
- ๕.๗ จัดเก็บและรวบรวมข้อมูลจำนวนผู้มาเข้าร่วมกิจกรรมเสนอผู้บริหารทราบ

๖. ระยะเวลาดำเนินการ

ตั้งแต่เดือนตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๘ - กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๙

๗. ค่าใช้จ่ายโครงการ

เบิกจ่ายจากงบประมาณรายจ่ายประจำปี ๒๕๕๙ แผนงานพัฒนาชุมชน งานพัฒนาชุมชน หมวดรายจ่ายอื่น รายการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย เป็นเงิน ๑๙๕,๐๐๐.-บาท (หนึ่งแสนเก้าหมื่นห้าพันบาทถ้วน) เพื่อเป็นค่าสมนาคุณวิทยากรนำเดินแอโรบิค จำนวน ๕ ลาน โดยมีรายละเอียด ดังนี้

๗.๑ ค่าสมนาคุณวิทยากรนำเดินแอโรบิค ณ บริเวณสำนักงานเขตตลิ่งชัน จำนวน ๑ คน ดำเนินการ จำนวน ๕๒ สัปดาห์ ๆ ละ ๑ วัน รวม ๕๒ วัน ๆ ละ ๒๕๐ บาท (๑ คน x ๕๒ วัน x ๒๕๐ บาท) เป็นเงิน ๑๓,๐๐๐.-บาท

๗.๒ ค่าสมนาคุณวิทยากรนำเดินแอโรบิค ณ ลานกีฬาชุมชนหมู่บ้านพัฒนาวัดอินทราวาส จำนวน ๑ คน ดำเนินการ จำนวน ๕๒ สัปดาห์ ๆ ละ ๒ วัน/ลาน รวม ๑๐๔ วัน ๆ ละ ๒๕๐ บาท (๑ คน x ๑๐๔ วัน x ๒๕๐ บาท) เป็นเงิน ๒๖,๐๐๐.-บาท

๗.๓ ค่าสมนาคุณวิทยากรนำเดินแอโรบิค ณ ลานกีฬาชุมชนวัดปากน้ำฝั่งเหนือ จำนวน ๑ คน ดำเนินการ จำนวน ๕๒ สัปดาห์ ๆ ละ ๓ วัน รวม ๑๕๖ วัน ๆ ละ ๒๕๐ บาท (๑ คน x ๑๕๖ วัน x ๒๕๐ บาท) เป็นเงิน ๓๙,๐๐๐.-บาท

๗.๔ ค่าสมนาคุณวิทยากรนำเดินแอโรบิค ณ ลานกีฬาชุมชนวัดมณฑป จำนวน ๑ คน ดำเนินการ จำนวน ๕๒ สัปดาห์ ๆ ละ ๔ วัน รวม ๒๐๘ วัน ๆ ละ ๒๕๐ บาท (๑ คน x ๒๐๘ วัน x ๒๕๐ บาท) เป็นเงิน ๕๒,๐๐๐.-บาท

๗.๕ ค่าสมนาคุณวิทยากรนำเดินแอโรบิค ณ ลานกีฬาชุมชนวัดนิรโรคันตรายชัยวัฒน์จตุรพักต จำนวน ๑ คน ดำเนินการ จำนวน ๕๒ สัปดาห์ ๆ ละ ๕ วัน รวม ๒๖๐ วัน ๆ ละ ๒๕๐ บาท (๑ คน x ๒๖๐ วัน x ๒๕๐ บาท) เป็นเงิน ๖๕,๐๐๐.-บาท

๘. ปัญหาและอุปสรรค

- ๘.๑ ประชาชนต้องประกอบอาชีพ ทำให้ไม่มีเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกาย
- ๘.๒ สภาพดิน ฟ้า อากาศไม่อำนวย

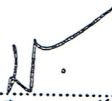
๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- ๙.๑ ผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมสามารถนำวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้องไปฝึกสอนให้กับบุคคลอื่นได้
- ๙.๒ มีการรวมกลุ่มของประชาชนเพื่อการออกกำลังกาย และทำกิจกรรมต่างๆ เพิ่มมากขึ้น
- ๙.๓ ทำให้ประชาชนมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ

๑๐. การติดตามและประเมินผล

ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม จัดเก็บและรวบรวมข้อมูลจำนวนผู้มาเข้าร่วมกิจกรรม
และประเมินผลการดำเนินโครงการรายงานผู้บริหาร



(ลงชื่อ)..........ผู้เสนอโครงการ
(นางปราณี อุทัยรัตน์)
นักพัฒนาลังคมชำนาญการพิเศษ
ชีวิตค้าขายเกิดมาชุมชนและสวัสดิการสังคม
สำนักงานเขตตลิ่งชัน

(ลงชื่อ)..........ผู้อนุมัติโครงการ
(นางสาวพรทิพย์ วัชรินทร์ดีลก)
ผู้อำนวยการเขตตลิ่งชัน