



๑. หลักการและเหตุผล

สำนักงานเขตปทุมวันโดยฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม ได้ดำเนินการส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในพื้นที่ โดยใช้กิจกรรมออกกำลังกายรูปแบบแอโรบิกเพื่อชุมชนอย่างต่อเนื่องปรากฏว่าได้รับความสนใจจากประชาชนเข้าร่วมกิจกรรม และเพื่อให้เป็นไปตามนโยบายของกรุงเทพมหานคร ตลอดจนสร้างกระแสให้ประชาชนและเยาวชน สนใจการออกกำลังกายให้มากขึ้น พัฒนาการเดินแอโรบิกให้ได้มาตรฐาน เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพของคนในชุมชนอย่างยั่งยืน จึงได้จัดทำโครงการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมออกกำลังกายขึ้น ในปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๔ เพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงและยังเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ต่อชุมชนและสังคม สอดคล้องกับความต้องการของประชาชนทั่วไปในพื้นที่เขตปทุมวัน

๒. วัตถุประสงค์

- ๒.๑ เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมีสุขภาพดีและรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
- ๒.๒ เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนหันมาสนใจการออกกำลังกายด้วยการเดินแอโรบิก
- ๒.๓ เพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์และความสามัคคีภายในกลุ่มผู้ออกกำลังกาย

๓. เป้าหมาย

เพื่อให้ประชาชนในพื้นที่สำนักงานเขตปทุมวัน ได้ออกกำลังกายเดินแอโรบิกสร้างสุขนิสัยในการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง จำนวน ๕ ลาน ได้แก่ ลานกีฬาชุมชนตรอกสลักหิน ลานโรงเรียนวัดสระบัว ลานตลาดสามย่าน ลานโรงเรียนวัดดวงแข และลานกีฬาจตุรเมื่อง

๔. ลักษณะโครงการ

เป็นโครงการประจำพื้นฐานที่สอดคล้องกับแผนพัฒนากรุงเทพมหานคร ๒๐ ปี ระยะที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๖๑ - พ.ศ. ๒๕๖๕) และแผนปฏิบัติการกรุงเทพมหานคร ประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๔ ด้านที่ ๑ มหานครปลอดภัย มิติที่ ๑.๖ ปลอดภัยคนเมือง อาหารปลอดภัย เป้าหมายที่ ๑.๖.๖ คนกรุงเทพฯ มีวิถีชีวิตแบบตื่นตัวและกระตือรือร้น เป้าประสงค์ ๑.๖.๖.๔ ส่งเสริมการเล่นกีฬาขั้นพื้นฐาน กีฬาเพื่อมวลชน กีฬาเพื่อความบันเทิง และกีฬาเพื่ออาชีพ

รูปแบบโครงการ ดำเนินการจัดกิจกรรมออกกำลังกายโดยการส่งเสริมการเดินแอโรบิกให้แก่ประชาชนในพื้นที่เขตปทุมวัน

๕. ระยะเวลาและสถานที่ดำเนินการ

ดำเนินการเดินแอโรบิกตั้งแต่วันที่ ๑ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ ถึงวันที่ ๓๐ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔ เป็นประจำทุกวันจันทร์ - วันอาทิตย์ (ไม่เว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์) ระหว่างเวลา ๑๗.๐๐ - ๑๙.๐๐ น. ณ ลานกิจกรรมในพื้นที่เขตปทุมวัน จำนวน ๕ ลาน ลานกีฬาชุมชนตรอกสลักหิน ลานโรงเรียนวัดสระบัว ลานตลาดสามย่าน ลานโรงเรียนวัดดวงแข และลานกีฬาจตุรเมื่อง

๖. แผนปฏิบัติการ

ขั้นตอนการดำเนินงาน	ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๔										
	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.
๑. ประสานงานสถานที่และวิทยากร	↔										
๒. ประชาสัมพันธ์เชิญชวนให้ประชาชนทั่วไปได้ร่วมออกกำลังกาย	←										→
๓. กำหนดสถานที่และเวลาในการดำเนินการ	↔										

๗. งบประมาณ

เบิกจ่ายจากงบประมาณรายจ่ายประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๔ แผนงานพัฒนาชุมชน งานพัฒนาชุมชน หมวดรายจ่ายอื่น รายการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย เพื่อเป็นค่าตอบแทนวิทยากรแอร์บิค เป็นเงิน ๓๖๙,๐๐๐.- บาท (สามแสนหกหมื่นเก้าพันบาทถ้วน)

๘. ความเสี่ยงของโครงการและแนวทางการบริหารความเสี่ยง

ความเสี่ยง	การประเมินความเสี่ยง			แนวทางการบริหารความเสี่ยง
	โอกาสที่จะเกิด	ผลกระทบ	ระดับของความเสี่ยง	
ผู้เข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายมาไม่สม่ำเสมอ	๒	๑	ปานกลาง	ประชาสัมพันธ์การจัดกิจกรรมออกกำลังกายให้ทั่วถึงทุกกลุ่มเป้าหมายเพื่อให้โครงการบรรลุวัตถุประสงค์

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- เชิงปริมาณ
ประชาชนและเยาวชนหันมาออกกำลังกายโดยการเต้นแอโรบิคมากขึ้น
- เชิงคุณภาพ
ประชาชนที่มาออกกำลังกายมีสุขภาพพลานามัยสมบูรณ์ แข็งแรง



๑๐. การติดตามประเมินผล

๑๐.๑ ตัวชี้วัดความสำเร็จ

ผู้เข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกาย มาออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ มีสุขภาพพลานามัยสมบูรณ์
จิตใจร่าเริงแจ่มใส

ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย	ประเภทตัวชี้วัด	วิธีการคำนวณ/ เครื่องมือในการใช้วัด	ระยะเวลา
ผู้เข้าร่วมกิจกรรม มาออกกำลังกาย อย่างสม่ำเสมอ	-เพิ่มขึ้น ร้อยละ ๒๐	-ผู้เข้าร่วมกิจกรรมออก กำลังกายมีสุขภาพ พลานามัยสมบูรณ์ แข็งแรง และไม่เกิด ภาวะโรคอ้วน	ดัชนีมวลกาย (BMI) = น้ำหนักตัว (กิโลกรัม) ÷ ส่วนสูง ยกกำลังสอง	ต.ค. ๖๓ - ก.ย. ๖๔

๑๐.๒ การติดตามความก้าวหน้า

ผู้เข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายสามารถเต้นแอโรบิคได้อย่างถูกต้อง

๑๐.๓ การประเมินผลโครงการ

ประเมินผลจากจำนวนผู้มาออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และต่อเนื่องเป็นประจำทุกวัน

ลงชื่อ.....ผู้เสนอโครงการ

นายสมชาย ใจดี

ผู้อำนวยการศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ

สำนักงานส่งเสริมสุขภาพและนันทนาการ

สำนักงานเขตปทุมวัน

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติโครงการ

นายธีรชาติ คำเทศน์

ผู้ช่วยผู้อำนวยการเขตปทุมวัน

รักษาการแทนผู้อำนวยการเขตปทุมวัน

รายละเอียดแนบท้ายค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย

จัดกิจกรรมต้นแอโรบิค จำนวน ๔ ลาน ได้แก่ ลานกีฬาชุมชนตรอกสลักหิน ลานโรงเรียน
โรงเรียนวัดดวงแข และลานกีฬาจารุเมือง ดำเนินการระหว่าง วันที่ ๑ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ -
ศ. ๒๕๖๔ รายละเอียดค่าใช้จ่าย ดังนี้

[illegible]

ทั้งนี้ให้ถัวเฉลี่ยได้ตามความเหมาะสมแต่ไม่เกินวงเงินที่ได้รับอนุมัติ

แผนปฏิบัติการ



โครงการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมออกกำลังกาย
ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๔
งบประมาณ ๓๖๙,๐๐๐.- บาท

ขั้นตอนการดำเนินงาน	งบประมาณที่ใช้	ขั้นตอนคิดเป็นร้อยละ	ผลรวมขั้นตอนคิดเป็นร้อยละ	ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๔												
				ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	
๑. เสนอโครงการ	-	๑๐	๑๐	↔												
๒. ค่าตอบแทนวิทยากร แอโรบิค	๓๖๙,๐๐๐.-	๙๐	๑๐๐	↘												
ผลรวม	๓๖๙,๐๐๐.-	๑๐๐														

หัวหน้าหน่วยงาน/ผู้ได้รับมอบอำนาจ
รับรองข้อมูลถูกต้อง
นายธีรศักดิ์ คำวิเศษณ์
ผู้ช่วยผู้อำนวยการศูนย์วิจัยและพัฒนา
รักษาการแทนผู้อำนวยการศูนย์วิจัยและพัฒนา