

ชื่อโครงการ

ค่าใช้จ่ายโครงการ แอโรบิคเพื่อส่งเสริมสุขภาพ

หน่วยงานที่รับผิดชอบ

ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม สำนักงานเขตพญาไท

ปีงบประมาณ

พ.ศ. ๒๕๖๓

๑. หลักการและเหตุผล

กิจกรรมการออกกำลังกายก็ยังเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันของประชาชนบางกลุ่ม หากประชาชนได้รับการฝึกฝนในการออกกำลังกายที่ถูกต้อง และเหมาะสมกับเพศและวัยแล้วก็จะทำให้มีสุขภาพกายดี สุขภาพจิตดี ซึ่งจะช่วยให้ร่างกายสามารถต่อสู้กับเชื้อโรคและภาวะของมลพิษที่สะสมอยู่ในอากาศรวมถึงสารพิษในอาหาร อีกทั้งยังทำให้เป็นการลดงบประมาณในด้านการรักษาพยาบาลด้วยการใช้วิธีการป้องกันการเกิดโรค แทนการเยียวยารักษาโรค

สำนักงานเขตพญาไท จึงจัดโครงการแอโรบิคเพื่อส่งเสริมสุขภาพขึ้น ทั้งนี้หวังเป็นอย่างยิ่งให้ประชาชนได้รับการส่งเสริมสุขภาพ ด้วยการออกกำลังกายอย่างมีมาตรฐานและต่อเนื่อง ซึ่งจะต้องไม่ใช่เฉพาะบุคคลบางกลุ่มเท่านั้น แต่ต้องขยายผลให้ประชาชนในกลุ่มอื่น ๆ ได้เข้ามามีส่วนร่วมในการออกกำลังกายมากขึ้น และยังส่งเสริมการฝึกฝนการออกกำลังกายที่ดี เพื่อสร้างทักษะและบุคลากรในการนำออกกำลังกายอีกด้วย

๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อเสริมสร้างสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีให้แก่ประชาชน

๒.๒ เพื่อส่งเสริมให้เด็ก ประชาชน เยาวชน ได้ทำกิจกรรมร่วมกัน เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ป้องกันปัญหาเยาวชนเสเพล

๒.๓ เพื่อเป็นการสร้างทักษะ และบุคลากรในการนำการออกกำลังกาย

๒.๔ เพื่อสร้างการประชาสัมพันธ์และการมีส่วนร่วมของประชาชนด้วยกิจกรรมออกกำลังกาย

๓. เป้าหมายของโครงการ

ชมรมแอโรบิคในพื้นที่เขตพญาไท จำนวน ๘ ชมรม

๔. ลักษณะของโครงการ

ประเภทโครงการ โครงการต่อเนื่องตามภารกิจประจำ

ความสอดคล้องหรือเชื่อมโยงกับยุทธศาสตร์/แผน เป็นโครงการที่สอดคล้องกับแผนพัฒนากรุงเทพมหานคร ๒๐ ปี ระยะที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๖๑-๒๕๖๕) ด้านที่ ๑ มหานครปลอดภัย มิติที่ ๑.๖ ปลอดภัยคนเมือง อาหารปลอดภัย เป้าหมายที่ ๑.๖.๖ คนกรุงเทพฯมีวิถีชีวิตแบบตื่นตัวและกระตือรือร้น เป้าประสงค์ ๑.๖.๖.๓ พัฒนาศักยภาพและจัดกิจกรรมให้มีความหลากหลายและตรงกับความต้องการของประชาชน มาตรการที่ ๑ สนับสนุนให้มีรณรงค์และกิจกรรมนันทนาการที่มีความหลากหลายเพิ่มขึ้น

รูปแบบกิจกรรม เป็นโครงการ/กิจกรรมแอโรบิค

๕. ระยะเวลาและสถานที่ดำเนินการ

เดือนตุลาคม ๒๕๖๒ – กันยายน ๒๕๖๓ ณ ชมรมแอโรบิคในพื้นที่เขตพญาไท

๖. แผนปฏิบัติการ

ขั้นตอนการดำเนินงาน	ปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๓											
	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. ขออนุมัติเงินประจำงวด	↔											
๒. ดำเนินการแต่งตั้งวิทยากรแอโรบิก	↔											
๓. ดำเนินโครงการแอโรบิก	←											→
๔. ติดตามผลการดำเนินโครงการ												↔

๗. งบประมาณ

เบิกจ่ายจากงบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓ แผนงานพัฒนาชุมชน งานพัฒนาชุมชน รายการโครงการแอโรบิกเพื่อส่งเสริมสุขภาพ เป็นเงิน ๖๙๑,๘๐๐.-บาท (หกหมื่นเก้าพันพันหนึ่งร้อยบาทถ้วน)

กิจกรรมเดินแอโรบิก

- ค่าตอบแทนวิทยากร ดังนี้

- วันจันทร์- อาทิตย์ จำนวน ๑ ลานๆ ละ ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๒๕๐.-บาท เป็นเงิน ๙๑,๒๕๐.-บาท
- วันจันทร์ - ศุกร์ จำนวน ๔ ลานๆละ ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๒๕๐.-บาท เป็นเงิน ๘๕๗,๒๕๐.-บาท
- วันพุธ จำนวน ๑ ลานๆ ละ ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๒๕๐.-บาท เป็นเงิน ๑๓,๒๕๐.-บาท

เป็นเงินทั้งสิ้น ๖๙๑,๗๕๐.-บาท

(หกแสนเก้าหมื่นหนึ่งพันเจ็ดร้อยห้าสิบบาทถ้วน)

ทั้งนี้ ให้เบิกจ่ายจากงบประมาณประจำปี ๒๕๖๓ แผนงานพัฒนาชุมชน งานพัฒนาชุมชน หมวดรายจ่ายอื่น รายการโครงการแอโรบิกเพื่อส่งเสริมสุขภาพ โดยให้เบิกจ่ายได้ตามความเป็นจริง กรณียอดโดยยอดหนึ่งไม่เพียงพอ แต่ต้องไม่เกินวงเงินที่ได้รับอนุมัติ

๘. ความเสี่ยงของโครงการและแนวทางการบริหารความเสี่ยง

ความเสี่ยง	การประเมินความเสี่ยง			แนวทาง การบริหารความเสี่ยง
	โอกาสที่จะเกิด	ผลกระทบ	ระดับของ ความเสี่ยง	
ประชาชนไม่ให้ความสนใจเข้าร่วมกิจกรรมแอโรบิก	๒	๑	น้อย	ประชาสัมพันธ์โครงการอย่างต่อเนื่อง

๙. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑๐.๑ ผู้เข้าร่วมโครงการมีสุขภาพที่สมบูรณ์ แข็งแรง ทั้งทางร่างกายและจิตใจ

๑๐.๒ ส่งเสริมให้ประชาชนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง ให้เป็นประโยชน์ ด้วยการออกกำลังกาย

๑๐.๓ เสริมสร้างเกราะป้องกันปัญหายาเสพติด

๑๐. การติดตามประเมินผล

๑๐.๑ ตัวชี้วัดความสำเร็จ

ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย	ประเภทตัวชี้วัด	วิธีการคำนวณ/ เครื่องมือในการใช้วัด	ระยะเวลา
จำนวนครั้งขอ การจัดกิจกรรมแอโรบิก	๕ ครั้ง/สัปดาห์	ปริมาณ	จำนวนครั้งของการจัดกิจกรรม ณ ชมรมแอโรบิกจำนวน ๘ แห่ง	ทุกสัปดาห์

๑๐.๒ การติดตามความก้าวหน้า

เจ้าหน้าที่ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม สำนักงานเขตพญาไท ปฏิบัติงาน ร่วมกับ
วิทยากร เพื่อสังเกต และติดตามผลขณะจัดกิจกรรม เจ้าหน้าที่ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม
สรุปรายงานผลต่อผู้บังคับบัญชา

๑๐.๓ การประเมินผลโครงการ

ติดตามประเมินผล โดยใช้การสังเกตพฤติกรรม และจำนวนผู้ออกกำลังกาย

ลงชื่อ.....ผู้เสนอโครงการ
(นางสาวศศิธร เจริญสุข)
นักพัฒนาสังคมชำนาญการพิเศษ
เจ้าหน้าที่ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม
สำนักงานเขตพญาไท

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติโครงการ
(นายสุชัย สกตรังเรืองชัย)
ผู้อำนวยการเขตพญาไท