

ชื่อโครงการ
หน่วยงาน
ปีงบประมาณ

จัดกิจกรรมการออกกำลังกาย
ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม สำนักงานเขตวังทองหลาง
พ.ศ. ๒๕๖๓

๑. หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย ซึ่งมีรูปแบบที่หลากหลาย การออกกำลังกายแบบแอโรบิกเป็นรูปแบบหนึ่ง que ปัจจุบันได้รับความนิยมอย่างมาก การออกกำลังกายแบบแอโรบิกเป็นการเคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกาย และทำให้กล้ามเนื้อมีความแข็งแรงมากยิ่งขึ้นเป็นการกระตุ้นการไหลเวียนเลือดสู่อวัยวะต่าง ๆ ได้ดี

การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย ดังจะเห็นได้จากการมีชมรมกลุ่มออกกำลังกายในรูปแบบต่าง ๆ เช่น แอโรบิก รำไม้พลอง โยคะ เป็นต้น ทั้งนี้เนื่องจากการออกกำลังกายเป็นเครื่องมือในการสร้างเสริมสุขภาพที่มีค่าใช้จ่ายในการนำไปสู่สุขภาพแข็งแรง สุขภาพจิตดี ส่งผลให้คุณภาพชีวิตปลอดจากโรคภัยไข้เจ็บ

ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคมได้เล็งเห็นถึงความสำคัญดังกล่าว จึงได้จัดทำโครงการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อตอบสนองความต้องการของประชาชนในชุมชนและในพื้นที่เขตวังทองหลางที่มีความสนใจที่จะออกกำลังกายมากขึ้น

๒. วัตถุประสงค์

- ๒.๑ เพื่อให้เด็ก เยาวชน และประชาชนทั่วไปได้รู้จักการออกกำลังกายที่ถูกต้อง
- ๒.๒ เพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพร่างกายให้แข็งแรง สุขภาพจิตดีและมีคุณภาพชีวิตที่ดี
- ๒.๓ เพื่อให้ประชาชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
- ๒.๔ เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของยาเสพติดในพื้นที่
- ๒.๕ เพื่อให้ชุมชนเข้มแข็ง



๓. เป้าหมาย

๓.๑ เชิงปริมาณ

จัดกิจกรรมการออกกำลังกาย (แอโรบิก) ในพื้นที่เขตวังทองหลาง จำนวน ๑๐ แห่ง

๓.๒ เชิงคุณภาพ

- กลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจในการดำเนินโครงการฯ

๔. ลักษณะโครงการ

เป็นโครงการเดิมตามภารกิจงานประจำปีที่สุดคล้องกับแผนปฏิบัติราชการกรุงเทพมหานคร ประจำปี ๒๕๖๓ ด้านที่ ๑: มหานครปลอดภัย มิติที่ ๑.๖ : ปลอดภัยคนเมือง อาหารปลอดภัย เป้าหมายที่ ๑.๖.๖ : คนกรุงเทพฯ มีวิถีชีวิตแบบตื่นตัวและกระตือรือร้น เป้าประสงค์ที่ ๑.๖.๖.๑ : สนับสนุนให้คนกรุงเทพฯ มีความตื่นตัวและกระตือรือร้น

- รูปแบบโครงการ : ส่งเสริมให้มีการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย

๕. ระยะเวลาและสถานที่ดำเนินการ

จัดกิจกรรมการออกกำลังกาย (แอโรบิค) ในวันราชการปกติ โดยปฏิบัติงานตั้งแต่วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๒ - วันที่ ๓๐ กันยายน ๒๕๖๓ จำนวน ๑๐ แห่ง

๑. ลานกีฬาสวนสาธารณะวังทอง ๑
๒. ลานกีฬาลาดพร้าวสะพานสอง
๓. ลานกีฬาหมู่บ้านอยู่เจริญ
๔. ลานกีฬาชุมชนลาดพร้าว ๘๐ แยก ๒๒
๕. ลานกีฬาหมู่บ้านประชากรไทย
๖. ลานกีฬาโรงเรียนวัดสามัคคีธรรม
๗. ลานกีฬาหมู่บ้านทิวสนโครงการ ๒
๘. ลานกีฬาวังทองกลาง (ฝั่งเหนือ)
๙. ลานกีฬาใต้ทางด่วนรามอินทรา-อาจณรงค์(ลานมวยครูเสือ)
๑๐. ลานกีฬาหมู่บ้านโชคชัยปัญจทรัพย์

๖. แผนปฏิบัติการ

ขั้นตอนการดำเนินงาน	ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓										
	พ.ศ. ๒๕๖๒			พ.ศ. ๒๕๖๓							
	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ก.ย.
๑. การจัดกิจกรรมพิเศษสำหรับเด็กและเยาวชนเขต											
- ขออนุมัติโครงการ	↔										
- ติดต่อประสานงานคณะกรรมการลานกีฬาในชุมชน และประชาสัมพันธ์เชิญชวนผู้ที่อยู่อาศัยในชุมชนและในพื้นที่เขตวังทองกลางเข้าร่วมกิจกรรม	↔										
- ประสานงานวิทยากรเพื่อเป็นวิทยากร	↔										
- ดำเนินการจัดกิจกรรม	←										→
- เบิกจ่ายค่าใช้จ่ายในการดำเนินการกิจกรรมฯ	←										→

๗. งบประมาณ

เบิกจ่ายจากงบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓ แผนงาน/งานพัฒนาชุมชน หมวดรายจ่ายอื่น รายการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย ยอดเงิน ๘๕๗,๕๐๐.-บาท (แปดแสนห้าหมื่นเจ็ดพันห้าร้อยบาทถ้วน) มีรายละเอียดดังนี้

กิจกรรม	รายการค่าใช้จ่าย	จำนวนเงิน (บาท)	กฎหมาย/ระเบียบที่เกี่ยวข้อง
จัดกิจกรรมออกกำลังกาย เต้นแอโรบิก ณ ลานกีฬา ๑๐ แห่ง	- ค่าตอบแทนวิทยากร (๑๐คนx๒๕๐.-บาท/วันx๒๔๕วัน) - ค่าอาหารทำการนอกเวลา ราชการสำหรับเจ้าหน้าที่ ควบคุมเครื่องเสียง (๑๐คนx๑๐๐.-บาท/วันx๒๔๕วัน)	๖๑๒,๕๐๐.- ๒๔๕,๐๐๐.-	ระเบียบกรุงเทพมหานคร ว่าด้วย ค่าตอบแทน ค่ารางวัล ค่าเบี้ยเลี้ยง ฯลฯ พ.ศ.๒๕๕๗ ตามบัญชี ๑ ข้อ ๔๑ และบันทึก สำนักสวัสดิการสังคม ที่ กท ๖๐๐๓/๔๗๔๐ เรื่อง แนวทางการ จัดตั้งลานแอโรบิคกรุงเทพมหานคร ลงวันที่ ๑๓ พฤศจิกายน ๒๕๕๓

๘. ความเสี่ยงของโครงการและแนวทางการบริหารความเสี่ยง

ความเสี่ยง	การประเมินความเสี่ยง			แนวทางการบริหารความเสี่ยง
	โอกาสที่จะเกิด	ผลกระทบ	ระดับของความเสี่ยง	
๑. ผู้เข้าร่วมโครงการอาจมีข้อจำกัดด้านเวลาเนื่องจากมีภารกิจงานประจำ ทำให้ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตามเป้าหมายที่กำหนดไว้	๒	๒	น้อย	ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับกิจกรรมเพื่อให้คนหันมาใส่ใจสุขภาพมากขึ้น
๒. สภาพดินฟ้าอากาศอาจจะเป็นอุปสรรคในการเข้าร่วมกิจกรรม	๒	๒	น้อย	จัดหาสถานที่จัดกิจกรรมภายในอาคาร

๙. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- ๙.๑ ประชาชนในชุมชนและในพื้นที่เขตวังทองหลางได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
- ๙.๒ ประชาชนทั่วไปได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬามากขึ้น อันส่งผลต่อสุขภาพร่างกาย มีพลานามัยแข็งแรงสมบูรณ์ สุขภาพจิตดีและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น
- ๙.๓ ประชาชนในชุมชนได้มีโอกาสทำกิจกรรมร่วมกัน เพื่อสร้างเสริมสัมพันธ์ภาพที่ดีและสามารถพัฒนาการตนเองเพื่อเป็นผู้นำการออกกำลังกายด้วยตนเอง
- ๙.๓ ประชาชนห่างไกลจากการแพร่ระบาดของยาเสพติดในพื้นที่
- ๙.๕ มุ่งสู่ความเป็นชุมชนเข้มแข็ง



๑๐. การติดตามและประเมินผล

๑๐.๑ ตัวชี้วัดความสำเร็จ

ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย	ประเภทตัวชี้วัด	วิธีการคำนวณ/เครื่องมือในการใช้วัด	ระยะเวลา
ร้อยละของผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจในการดำเนินงานตามโครงการฯ	ร้อยละ ๘๐	ผลผลิต	- ใช้แบบสอบถามประเมินความพึงพอใจ - จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการที่มีความพึงพอใจ คูณ ๑๐๐ หารด้วย ค่าเป้าหมาย (๘๐๐คน)	ปีงบประมาณ ๒๕๖๓

๑๐.๒ การติดตามความก้าวหน้า

- รายงานความก้าวหน้าการดำเนินงานโครงการในระบบติดตามและประเมินผลฯ (Daily Plans) รายเดือน

๑๐.๓ การประเมินผลโครงการ

- ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม สำนักงานเขตวังทองหลาง เป็นผู้รับผิดชอบติดตามและประเมินผลความพึงพอใจจากผู้เข้าร่วมงาน
- รายงานผลการดำเนินโครงการต่อผู้อำนวยการเขตวังทองหลางทราบ

(ลงชื่อ).....ผู้เสนอโครงการ
(นายบุญชัย นำเจริญสมบัติ)
นักพัฒนาสังคมชำนาญการพิเศษ
หัวหน้าฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม
สำนักงานเขตวังทองหลาง



(ลงชื่อ).....ผู้อนุมัติโครงการ
(นายโกมินทร์ ชินบุตร)
ผู้อำนวยการเขตวังทองหลาง