

ชื่อโครงการ

ส่งเสริมการออกกำลังกาย

หน่วยงานที่รับผิดชอบ

ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม สำนักงานเขตสัมพันธวงศ์

ประจำปีงบประมาณ

๒๕๖๑

๑. หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันกรุงเทพมหานคร ให้ความสำคัญอย่างยิ่งต่อการส่งเสริมจัดตั้งลานกีฬา สำหรับให้เยาวชน และประชาชนใช้เป็นสถานที่ออกกำลังกาย เสริมสร้างพลานามัย จัดกิจกรรมกีฬานันทนาการ แพล่งเรียนรู้ และกิจกรรมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองให้กับประชาชนทุกกลุ่มเป้าหมาย เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีและสร้างทางเลือกใหม่ของการใช้ชีวิตวันหยุดตลอดจนเพื่อการพัฒนาและจัดระเบียบชุมชนของตนเองให้น่าอยู่ นอกเหนือจากนี้ยังเป็นการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันปัญหาอีกหลายด้าน เช่น การป้องกันยาเสพติด ในชุมชนปัญหาอาชญากรรม ฯลฯ ดังนั้นเพื่อเป็นการตอบสนองต่อยุทธศาสตร์ดังกล่าว สำนักงานเขตสัมพันธวงศ์ จึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมการออกกำลังกาย ขึ้น เพื่อเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสร้างความสามัคคีในหมู่คณะ อันจะก่อให้เกิดการพัฒนาด้านกิจกรรมการกีฬาที่ยั่งยืนสืบต่อไป

๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อให้เป็นการเสริมสร้างสมรรถภาพของเยาวชนและประชาชนในพื้นที่เขตสัมพันธวงศ์ โดยการออกกำลังกาย

๒.๒ เพื่อให้เกิดประชาคมลานกีฬา นำสู่กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในชุมชน

๒.๓ เพื่อสนับสนุนโครงการกิจกรรมลานกีฬาของกรุงเทพมหานคร

๓. เป้าหมาย

๑. จัดให้มีการฝึกสอนเต้นแอโรบิค ณ ลานกีฬาหน้าสำนักงานเขตสัมพันธวงศ์, ลานกีฬาโรงเรียนมหาวิทยาลัยวัด, บริเวณศาลเจ้าไท่ฮั่ว, บริเวณซอยยานุรักษ์, บริเวณศาลเจ้าเล่งบ้วยเอี้ยะ, บริเวณหน้าธนาคารยูโอบี จำกัด (มหาชน) สาขาสามแยก และบริเวณสวนสมเด็จพระธีรญาณมุนี โดยมีผู้เข้าร่วมกิจกรรมประมาณ ๒๐๐ คน

๒. จัดให้มีการฝึกสอนโยคะ ณ โรงเรียนวัดปทุมคงคา โดยมีผู้เข้าร่วมกิจกรรมประมาณ ๒๕ คน

๓. จัดให้มีการฝึกสอนรำมวยจีนสำหรับผู้สูงอายุ ณ ลานกีฬาหน้าสำนักงานเขตสัมพันธวงศ์ และบริเวณศาลเจ้าไท่ฮั่ว โดยมีผู้เข้าร่วมกิจกรรมประมาณ ๕๐ คน

๔. ลักษณะโครงการ

เป็นโครงการที่จัดต่อเนื่องเป็นประจำทุกปีและสอดคล้องกับแผนพัฒนากรุงเทพมหานคร ระยะ ๒๐ ปี (พ.ศ. ๒๕๕๖-๒๕๗๕) ประเด็นยุทธศาสตร์ ๑ มหานครปลอดภัย ประเด็นยุทธศาสตร์ย่อย ๑.๖ ปลอดภัยคนเมือง อาหารปลอดภัย ประกอบกับแผนปฏิบัติการกรุงเทพมหานคร ประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๑ ด้านที่ ๑ มหานครปลอดภัย มิติที่ ๑.๖ ปลอดภัยคนเมือง อาหารปลอดภัย เป้าหมาย ๑.๖.๖ คนกรุงเทพฯ มีวิถีชีวิตแบบตื่นตัวและกระตือรือร้น เป้าประสงค์ที่ ๑.๖.๖.๑ สนับสนุนให้คนกรุงเทพฯ มีความตื่นตัวและกระตือรือร้น มาตรการที่ ๑ ส่งเสริมให้ชาว กทม.ออกกำลังกายตามเกณฑ์เมืองไทยเข้มแข็ง

๕. แนวทาง...

๕. แนวทางการดำเนินงาน

- ๕.๑ เตรียมสถานที่ออกกำลังกายในแต่ละกิจกรรม
- ๕.๒ จัดหาวิทยากรจากหน่วยงานต่าง ๆ
- ๕.๓ ประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนเข้าร่วมโครงการ
- ๕.๔ ดำเนินการกิจกรรม ตามวัน เวลา และสถานที่ที่กำหนด
- ๕.๕ ประเมินความพึงพอใจจากผู้เข้าร่วมกิจกรรมและรายงานผู้บริหาร

๖. ระยะเวลาและสถานที่ดำเนินการ

๑. กิจกรรมฝึกสอนเต้นแอโรบิค

- ลานกีฬาหน้าสำนักงานเขตสัมพันธวงศ์ ในวันจันทร์ – วันศุกร์ (ยกเว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์) ระยะเวลา ๑๖.๓๐ – ๑๗.๓๐ น. ดำเนินการตั้งแต่วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๐ ถึง ๓๐ กันยายน ๒๕๖๑

- บริเวณสวนสมเด็จพระธีรญาณมุนี ในวันจันทร์, วันอังคาร, วันพุธ และวันพฤหัสบดี ระยะเวลา ๑๗.๓๐ – ๑๘.๓๐ น. ดำเนินการตั้งแต่วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๐ ถึง ๓๐ กันยายน ๒๕๖๑

- ลานกีฬาโรงเรียนมหาวิทยาลัยราชภัฏ, บริเวณศาลเจ้าเล่งบ๊วยเอี้ยะ, บริเวณหน้าธนาคารยูโอบี จำกัด (มหาชน) สาขาสามแยก, บริเวณซอยภาณุรังษี และบริเวณศาลเจ้าไต้ฮั่ว ในวันจันทร์ ถึง วันศุกร์ ระยะเวลา ๑๘.๐๐ – ๑๙.๐๐ น. ดำเนินการตั้งแต่วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๐ ถึง ๓๐ กันยายน ๒๕๖๑

๒. กิจกรรมฝึกสอนโยคะ

- ณ โรงเรียนวัดปทุมคงคา ในวันจันทร์, วันอังคาร, วันพฤหัสบดี และวันศุกร์ ระยะเวลา ๑๗.๐๐ – ๑๘.๐๐ น. ดำเนินการตั้งแต่วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๐ ถึง ๓๐ กันยายน ๒๕๖๑

๓. กิจกรรมฝึกสอนรำมวยจีนสำหรับผู้สูงอายุ

- ณ ลานกีฬาหน้าสำนักงานเขตสัมพันธวงศ์ ในวันจันทร์ – วันศุกร์ (ยกเว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์) ระยะเวลา ๐๖.๓๐ – ๐๗.๓๐ น. ดำเนินการตั้งแต่วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๐ ถึง ๓๐ กันยายน ๒๕๖๑

- ณ บริเวณศาลเจ้าไต้ฮั่ว ในวันจันทร์ – วันศุกร์ ระยะเวลา ๐๖.๐๐ – ๐๗.๐๐ น.

ดำเนินการตั้งแต่วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๐ ถึง ๓๐ กันยายน ๒๕๖๑

๗. งบประมาณค่าใช้จ่าย

เบิกจ่ายจากงบประมาณรายจ่ายประจำปี ๒๕๖๑ แผนพัฒนาชุมชน งานพัฒนาชุมชน หมวดรายจ่ายอื่น รายการค่าใช้จ่ายโครงการส่งเสริมการออกกำลังกาย เป็นเงิน ๖๑๕,๐๐๐.-บาท (หกแสนหนึ่งหมื่นห้าพันบาทถ้วน) โดยขอถัวเฉลี่ยจ่ายกรณียอดโดยยอดหนึ่งไม่เพียงพอเบิกจ่าย ภายในวงเงินงบประมาณที่ได้รับอนุมัติ แยกเป็นค่าใช้จ่ายดังนี้

๗.๑ กิจกรรมฝึกสอนเต้นแอโรบิค เป็นเงิน ๔๓๖,๕๐๐.-บาท

๗.๑.๑ ค่าตอบแทนวิทยากรฝึกสอนเต้นแอโรบิค ณ ลานกีฬาหน้าสำนักงานเขตสัมพันธวงศ์จำนวน ๑ คนๆ ละ ๒๕๐.-บาท/วัน วันละ ๑ ชั่วโมง รวม ๒๕๐ วัน เป็นเงิน ๖๒,๕๐๐.-บาท (หกหมื่นสองพันห้าร้อยบาทถ้วน) ตั้งแต่วันจันทร์ – วันศุกร์ (ยกเว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์)

๗.๑.๒ ค่าตอบแทนวิทยากรฝึกสอนเต้นแอโรบิค ณ บริเวณสวนสมเด็จพระธีรญาณมุนี จำนวน ๑ คน คนละ ๒๕๐.-บาท/วัน วันละ ๑ ชั่วโมง รวม ๒๐๖ วัน เป็นเงิน ๕๑,๕๐๐.-บาท (ห้าหมื่นหนึ่งพันห้าร้อยบาทถ้วน) ตั้งแต่วันจันทร์, วันอังคาร, วันพุธ และวันพฤหัสบดี

๗.๑.๓ ค่าตอบแทน...

๗.๑.๓ ค่าตอบแทนวิทยากรฝึกสอนเต้นแอโรบิก ณ ลานกีฬาโรงเรียนมหาวิทยาลัยรัตน
จำนวน ๑ คน ๆ ละ ๒๕๐.-บาท/วัน วันละ ๑ ชั่วโมง รวม ๒๕๘ วัน เป็นเงิน ๖๔,๕๐๐.-บาท (หกหมื่นสี่พัน-
ห้าร้อยบาทถ้วน) ตั้งแต่วันจันทร์ - วันศุกร์

๗.๑.๔ ค่าตอบแทนวิทยากรฝึกสอนเต้นแอโรบิก ณ บริเวณศาลเจ้าเล่งบ๊วยเอี้ยะ จำนวน
๑ คน คนละ ๒๕๐.-บาท/วัน วันละ ๑ ชั่วโมง รวม ๒๕๘ วัน เป็นเงิน ๖๔,๕๐๐.-บาท (หกหมื่นสี่พันห้าร้อย-
บาทถ้วน) ตั้งแต่วันจันทร์ - วันศุกร์

๗.๑.๕ ค่าตอบแทนวิทยากรฝึกสอนเต้นแอโรบิก ณ บริเวณหน้าธนาคารยูโอบี จำกัด
(มหาชน) สาขาสามแยก จำนวน ๑ คน คนละ ๒๕๐.-บาท/วัน วันละ ๑ ชั่วโมง รวม ๒๕๘ วัน เป็นเงิน
๖๔,๕๐๐.-บาท (หกหมื่นสี่พันห้าร้อยบาทถ้วน) ตั้งแต่วันจันทร์ - วันศุกร์

๗.๑.๖ ค่าตอบแทนวิทยากรฝึกสอนเต้นแอโรบิก ณ บริเวณซอยภาณุรังสี จำนวน ๑ คน
คนละ ๒๕๐.-บาท/วัน วันละ ๑ ชั่วโมง รวม ๒๕๘ วัน เป็นเงิน ๖๔,๕๐๐.-บาท (หกหมื่นสี่พันห้าร้อยบาทถ้วน)
ตั้งแต่วันจันทร์ - วันศุกร์

๗.๑.๗ ค่าตอบแทนวิทยากรฝึกสอนเต้นแอโรบิก ณ บริเวณศาลเจ้าไต้ฮั่ว จำนวน ๑ คน
คนละ ๒๕๐.- บาท/วัน วันละ ๑ ชั่วโมง รวม ๒๕๘ วัน เป็นเงิน ๖๔,๕๐๐.-บาท (หกหมื่นสี่พันห้าร้อยบาทถ้วน)
ตั้งแต่วันจันทร์ - วันศุกร์

๗.๒ กิจกรรมฝึกสอนโยคะ เป็นเงิน ๕๑,๕๐๐.-บาท

- ค่าตอบแทนวิทยากรฝึกสอนโยคะ ณ โรงเรียนวัดปทุมคงคา จำนวน ๑ คนๆ ละ
๒๕๐.-บาท/วัน วันละ ๑ ชั่วโมง รวม ๒๐๖ วัน เป็นเงิน ๕๑,๕๐๐.-บาท (ห้าหมื่นหนึ่งพันห้าร้อยบาทถ้วน) ตั้งแต่
วันจันทร์, วันอังคาร, วันพฤหัสบดี และวันศุกร์

๗.๓ กิจกรรมฝึกสอนรำมวยจีนสำหรับผู้สูงอายุ เป็นเงิน ๑๒๗,๐๐๐.-บาท

๗.๓.๑ ค่าตอบแทนวิทยากรฝึกสอนรำมวยจีน ณ ลานกีฬาหน้าสำนักงานเขตสัมพันธวงศ์
จำนวน ๑ คนๆละ ๒๕๐.-บาท/วัน วันละ ๑ ชั่วโมง รวม ๒๕๐ วัน เป็นเงิน ๖๒,๕๐๐.-บาท (หกหมื่นสองพัน-
ห้าร้อยบาทถ้วน) ตั้งแต่วันจันทร์ - วันศุกร์

๗.๓.๒ ค่าตอบแทนวิทยากรฝึกสอนรำมวยจีน ณ บริเวณศาลเจ้าไต้ฮั่ว จำนวน ๑ คนๆละ
๒๕๐.-บาท/วัน วันละ ๑ ชั่วโมง รวม ๒๕๘ วัน เป็นเงิน ๖๔,๕๐๐.-บาท (หกหมื่นสี่พันห้าร้อยบาทถ้วน) ตั้งแต่วัน
จันทร์ - วันศุกร์

๘. ปัญหาและอุปสรรค

เยาวชนและประชาชนอาจเข้าร่วมกิจกรรมไม่ต่อเนื่องเพราะติดภารกิจต่างๆ

๙. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๙.๑ เยาวชนและประชาชนมีโอกาสดูออกกำลังกาย และสามารถเป็นผู้นำการออกกำลังกาย
ได้อย่างถูกวิธี

๙.๒ เยาวชนและประชาชนได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

๙.๓ เยาวชนและประชาชนได้ออกกำลังกายทำให้มีสุขภาพพลานามัยที่สมบูรณ์แข็งแรง

๑๐. การติดตามและประเมินผล

สำนักงานเขตสัมพันธวงศ์ โดยฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม เป็นผู้ติดตามและประเมินผล โดยใช้แบบสอบถามความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม

(ลงชื่อ).....ผู้เสนอโครงการ

(นางกัญมณี เดชประทีป)
นักพัฒนาสังคมชำนาญการพิเศษ
หัวหน้าฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม
สำนักงานเขตสัมพันธวงศ์

(นายวิสันต์ บุญพรมไวย)
ผู้ช่วยผู้อำนวยการเขตสัมพันธวงศ์

(ลงชื่อ).....ผู้อนุมัติโครงการ

(นางสาวอาทิตยา ใจคึกกมลชัย)
ผู้ช่วยผู้อำนวยการเขตสัมพันธวงศ์ รักษาการแทน
ผู้อำนวยการเขตสัมพันธวงศ์

