

ชื่อโครงการ

จัดกิจกรรมการออกกำลังกาย

หน่วยงาน

ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม สำนักงานเขตสาทร

ปีงบประมาณ

๒๕๖๓

๑. หลักการและเหตุผล

กรุงเทพมหานคร มีนโยบายการพัฒนาด้านกีฬาและนันทนาการ เนื่องจากมีความเกี่ยวข้องกับความต้องการของประชาชนในกรุงเทพมหานคร ทำให้เกิดการพัฒนาลานกีฬาให้มีมาตรฐานเพิ่มมากขึ้น โดยมีการส่งเสริมให้ประชาชนได้มีสถานที่เล่นกีฬาและการออกกำลังกาย ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ประชาชนมีสุขภาพที่แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ และประการสำคัญการกีฬายังช่วยสร้างภูมิคุ้มกันจากยาเสพติดได้อีกทางหนึ่ง

การส่งเสริมกีฬาโดยเฉพาะอย่างยิ่งลานกีฬาในระดับเขต ถือเป็นหัวใจของการพัฒนาการกีฬาระดับรากหญ้า เนื่องจากลานกีฬาเป็นเสมือนสมบัติของชุมชนที่ใช้เป็นสถานที่สำหรับออกกำลังกาย เสริมสร้างสุขภาพพลานามัย นันทนาการ และจัดกิจกรรมรวมกลุ่ม จึงควรได้รับการส่งเสริมสนับสนุนให้มีการเล่นกีฬาออกกำลังกายอย่างแพร่หลาย และครอบคลุมทั่วพื้นที่เขตสาทร อันจะนำไปสู่การปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง ซึ่งจะส่งผลให้เด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ มีสุขภาพดีถ้วนหน้า สำนักงานเขตสาทรได้เล็งเห็นความสำคัญดังกล่าว จึงได้จัดทำโครงการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายขึ้นอย่างต่อเนื่อง

๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อส่งเสริม และสนับสนุนให้เด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ ได้มีสถานที่ออกกำลังกาย ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ห่างไกลยาเสพติดและมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง

๒.๒ เพื่อป้องกันโรคต่าง ๆ เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคอ้วน โรคเครียด และโรคไขมันอุดตันเส้นเลือด เป็นต้น

๓. เป้าหมาย

จัดกิจกรรมการออกกำลังกายให้กับประชาชนที่มาใช้บริการในลานกีฬาและลานแอโรบิคในพื้นที่เขตสาทร จำนวน ๑๑ แห่ง คือ ลานกีฬาสมาคมแต่จีวแห่งประเทศไทย, ลานกีฬาพลตทหารเรือทุ่งมหาเมฆ ก, ลานสำนักงานเขตสาทร, ลานสวนเฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา มุณิธิปอเด็กตั้ง, ลานชุมชนท้ายซอยจันทน์ ๓๑, ลานชุมชนวรรัตนสัมพันธ์, ลานกีฬาใต้ทางด่วนซอยอยู่ดี, ลานชุมชนร่วมพัฒนามรรพจน์ ๑ ลานสะพานตากสิน, ลานกีฬาสนามกีฬาเขตสาทร และลานกีฬาชุมชนดอนกุศลร่วมใจ

๔. ลักษณะโครงการ

ประเภทโครงการ เป็นโครงการตามยุทธศาสตร์และเป็นโครงการใหม่

ความสอดคล้องหรือเชื่อมโยงกับยุทธศาสตร์/แผน สอดคล้องกับแผนพัฒนากรุงเทพมหานคร ระยะ ๒๐ ปี (พ.ศ. ๒๕๕๖ – ๒๕๗๕) ด้านที่ ๑ มหานครปลอดภัย มิติที่ ๑.๖ ปลอดภัยคนเมือง อาหารปลอดภัย

รูปแบบโครงการ จัดกิจกรรมการออกกำลังกาย (เดินแอโรบิค, ลีลาศ และโยคะ) ณ ลานกีฬาและลานแอโรบิคในพื้นที่เขตสาทร

๕. ระยะเวลาและสถานที่ดำเนินการ

ตั้งแต่เดือนตุลาคม ๒๕๖๒ - กันยายน ๒๕๖๓ ณ ลานกีฬาและลานแอโรบิกในพื้นที่เขตสาทร
(วัน เวลา และสถานที่ อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม)

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.
ดำเนินการตามโครงการ												
การเบิกจ่ายเงิน												
ติดตามและประเมินผล												

๗. งบประมาณ

รายการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย

กิจกรรม	รายการค่าใช้จ่าย	จำนวนเงิน	กฎหมายระเบียบที่เกี่ยวข้อง
กิจกรรมการออกกำลังกาย (เดินแอโรบิก, ลีลาศ และโยคะ) กลุ่มเป้าหมายคือ เด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ	- ค่าตอบแทนวิทยากร (๑ คน x ๑ ชั่วโมง x ๒๕๐ บาท x ๒๔๖ วัน x ๑๑ ลาน)	๖๗๖,๕๐๐.- บาท	- ระเบียบกรุงเทพมหานคร ว่าด้วยอัตราค่าตอบแทน ค่ารางวัล ค่าเบี้ยเลี้ยงฯลฯ พ.ศ. ๒๕๓๙ บัญชีข้อ ๔๓.๒

โดยเบิกจ่ายจากงบประมาณรายจ่ายประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๓ แผนงานพัฒนาชุมชน งานพัฒนาชุมชน
หมวดรายจ่ายอื่น รายการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย จำนวนเงินทั้งสิ้น ๖๗๖,๕๐๐.- บาท
(หกแสนเจ็ดหมื่นหกพันห้าร้อยบาทถ้วน) พร้อมนี้ได้แนบแผนการใช้จ่ายเงินงบประมาณ จำนวน ๑ ฉบับ

๘. ความเสี่ยงของโครงการและแนวทางการบริหารความเสี่ยง

ความเสี่ยง	การประเมินความเสี่ยง			แนวทางการบริหารความเสี่ยง
	โอกาสที่จะเกิด	ผลกระทบ	ระดับของความเสี่ยง	
- ช่วงฤดูฝนผู้มาออกกำลังกาย ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ เนื่องจากลานกีฬาเป็นที่ โล่งแจ้ง	ปานกลาง	น้อย	น้อย	- ลานกีฬาแอโรบิก ต้องมีหลังคากันฝน ก็จะทำให้ทุกคน สามารถออกกำลังกาย สม่ำเสมอ

๙. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

เชิงปริมาณ

- เด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ มีการออกกำลังกายทุกวันจันทร์-วันศุกร์ หรืออย่างน้อยสัปดาห์ละ ๓ วัน ๆ ละ

๑ ชั่วโมง ซึ่งมีผู้เข้าร่วมประมาณ ๒๐ - ๓๐ คน

เชิงคุณภาพ

- เมื่อออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะทำให้ร่างกายแข็งแรง

- ลดความเสี่ยงไม่ให้เกิดโรคต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นได้ เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง

โรคอ้วน โรคเครียด และโรคไขมันอุดตันเส้นเลือด เป็นต้น

๑๐. การติดตามประเมินผล

๑๐.๑ ตัวชี้วัดความสำเร็จ

ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย	ประเภทตัวชี้วัด	วิธีการคำนวณ/ เครื่องมือในการใช้วัด	ระยะเวลา
ความพึงพอใจของ ผู้เข้าร่วมกิจกรรม	ค่าเฉลี่ยอยู่ใน ระดับมาก	ตัวชี้วัดความสำเร็จ ระดับผลลัพธ์ (วัตถุประสงค์)	แบบสอบถาม	๑๒ เดือน

๑๐.๒ การติดตามความก้าวหน้า

รายงานความก้าวหน้าในการดำเนินโครงการเป็นรายไตรมาส

๑๐.๓ การประเมินผลโครงการ

การประเมินผลสำเร็จของการดำเนินโครงการตั้งแต่เริ่มต้นจนสิ้นสุดโครงการ โดยวิธี
ตอบแบบสอบถามความพึงพอใจตามตัวชี้วัดที่กำหนด เพื่อรายงานผลการดำเนินโครงการต่อผู้บังคับบัญชาทราบ

ลงชื่อ..........ผู้เสนอโครงการ
(นางยุตติสา ศาสตร์สาร)
(.....นักพัฒนาลังคมชำนาญการพิเศษ.....)
ตำแหน่ง หัวหน้าฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม
สำนักงานเทศบาล.....

ลงชื่อ..........ผู้อนุมัติโครงการ
(นางจุลพัทธ์ วงษ์พิพัฒน์)
(.....ผู้อำนวยการเทศบาล.....)

ตำแหน่ง.....