

ชื่อโครงการ
หน่วยงาน
ปีงบประมาณ

จัดกิจกรรมการออกกำลังกาย
ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม สำนักงานเขตสาทร
๒๕๖๗

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

เพื่อส่งเสริม และสนับสนุนให้เด็ก เยาวชน ผู้ใหญ่ ผู้สูงอายุ ได้มีสถานที่ออกกำลังกายใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ห่างไกลยาเสพติดและมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง

๓. เป้าหมาย

จัดกิจกรรมการออกกำลังกายให้กับประชาชนที่มาใช้บริการในลานกีฬาและลานแอโรบิกในพื้นที่เขตสาทร จำนวน ๖ แห่ง คือ ลานกีฬาสมาคมแต่จิวแห่งประเทศไทย, ลานสำนักงานเขตสาทร, ลานชุมชนวรรัตนสัมพันธ์, ลานกีฬาใต้ทางด่วนซอยอยู่ดี, ลานสวนสาธารณะใต้ทางด่วนสะพานตากสิน, และลานกีฬาสนามกีฬาเขตสาทร

๔. ลักษณะโครงการ

ประเภทโครงการ เป็นโครงการตามยุทธศาสตร์

ความสอดคล้องหรือเชื่อมโยงกับยุทธศาสตร์/แผน สอดคล้องกับแผนพัฒนากรุงเทพมหานคร ระยะ ๒๐ ปี ระยะที่ ๓ (พ.ศ.๒๕๖๖ – ๒๕๗๐) ยุทธศาสตร์ที่ ๑ การสร้างเมืองปลอดภัยและยั่งยืนต่อวิกฤตการณ์ยุทธศาสตร์ย่อยที่ ๑.๕ เมืองสุขภาพดี (Heathy City) เป้าประสงค์ ๑.๕.๓ คนกรุงเทพมหานครมีสุขภาพทางกายและจิต มีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี ลดภาวะเจ็บป่วยจากโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เป้าประสงค์ ๑.๕.๕ ส่งเสริมให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัว และชุมชน

รูปแบบโครงการ จัดกิจกรรมการออกกำลังกาย (เดินแอโรบิก, ลีลาศ และโยคะ) ณ ลานกีฬา ลานแอโรบิกในพื้นที่เขตสาทร และสำนักงานเขตสาทร

/-๕. ระยะ...

๕. ระยะเวลาและสถานที่ดำเนินการ

ตั้งแต่เดือนตุลาคม ๒๕๖๖ - กันยายน ๒๕๖๗ ณ ลานกีฬา ลานแอโรบิกในพื้นที่เขตสาทร
และสำนักงานเขตสาทร (วัน เวลา และสถานที่ อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม)

๖. แผนปฏิบัติการ

ขั้นตอนการดำเนินงาน	ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗											
	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.
ขออนุมัติโครงการ ภายใน เดือน ส.ค.-ก.ย.๒๕๖๖												
จัดสำรวจความต้องการ ประชาชน ภายในเดือน ส.ค.-ก.ย.๒๕๖๖												
จัดวิทยากรนำออกกำลังกาย ภายในเดือน ก.ย.๒๕๖๖												
ดำเนินการตามโครงการ ๑. จัดกิจกรรมออกกำลัง กายตามแผน ๒. จัดกรรมให้ความรู้ด้าน สุขภาพการออกกำลังกาย												
การเบิกจ่ายเงิน												
ติดตามและประเมินผล												

๗. งบประมาณ

รายการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย

กิจกรรม	รายการค่าใช้จ่าย	จำนวนเงิน	กฎหมายระเบียบ ที่เกี่ยวข้อง
กิจกรรมการออกกำลังกาย - เต้นแอโรบิก - ลีลาศ	- ค่าตอบแทนวิทยากร (๑ คน x ๑ ชั่วโมง x ๕๐๐ บาท x ๒๖๑ วัน x ๔ แห่ง) - ค่าตอบแทนวิทยากร (๑ คน x ๑ ชั่วโมง x ๕๐๐ บาท x ๑๕๗ วัน x ๑ แห่ง) (จัดกิจกรรมทุกวัน จันทร์ พุธ และศุกร์)	๕๒๒,๐๐๐.- บาท ๗๘,๕๐๐.- บาท	- ระเบียบกรุงเทพมหานคร ว่าด้วยค่าตอบแทน บุคคลภายนอกที่ช่วย ปฏิบัติราชการด้านกีฬา วัฒนธรรม และส่งเสริมการ เรียนรู้ของเด็ก เยาวชน และประชาชนพ.ศ. ๒๕๖๔

กิจกรรม	รายการค่าใช้จ่าย	จำนวนเงิน	กฎหมายระเบียบที่เกี่ยวข้อง
- โยคะ - กลุ่มเป้าหมายคือ เด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ	- ค่าตอบแทนวิทยากร (๑ คน x ๑ ชั่วโมง x ๕๐๐ บาท x ๑๕๗ วัน x ๑ แห่ง) (จัดกิจกรรมทุกวัน จันทร์ พุธ และศุกร์)	๗๘,๕๐๐.- บาท	- ระเบียบกรุงเทพมหานคร ว่าด้วยการรับเงิน การเบิกจ่ายเงิน ฯลฯ พ.ศ. ๒๕๕๕ และที่แก้ไขเพิ่มเติม(ฉบับที่ ๒) พ.ศ. ๒๕๖๐ ข้อ ๓๓ (๒)

เบิกจ่ายจากงบประมาณรายจ่ายประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๗ งานบริหารทั่วไปฝ่ายพัฒนาชุมชน
งบรายจ่ายอื่น รายการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย จำนวนเงินทั้งสิ้น ๖๗๘,๐๐๐.- บาท
(หกแสนเจ็ดหมื่นเก้าพันบาทถ้วน) เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เช่น โยคะ
ลีลาศ จัดกิจกรรมทุกวัน จันทร์ พุธ ศุกร์ และแอโรบิค จัดกิจกรรมวันจันทร์ - ศุกร์ หยุดวันเสาร์ - วันอาทิตย์
พร้อมนี้ได้แนบแผนการใช้จ่ายเงินงบประมาณ จำนวน ๑ ฉบับ

๘. ความเสี่ยงของโครงการและแนวทางการบริหารความเสี่ยง

ความเสี่ยง	การประเมินความเสี่ยง			แนวทางการบริหารความเสี่ยง
	โอกาสที่จะเกิด	ผลกระทบ	ระดับของความเสี่ยง	
- ช่วงฤดูฝนผู้มาออกกำลังกายไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้เนื่องจากลานกีฬาเป็นที่โล่งแจ้ง	๑	๒	น้อย	- ลานกีฬาแอโรบิคต้องมีหลังคากันฝนก็จะทำให้ทุกคนสามารถออกกำลังกายสม่ำเสมอ

๙. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

เชิงปริมาณ

- เด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ มีการออกกำลังกายทุกวันจันทร์-วันศุกร์ หรืออย่างน้อยสัปดาห์ละ ๓ วัน ๆ ละ ๑ ชั่วโมง ซึ่งมีผู้เข้าร่วมประมาณ ๒๕ - ๓๐ คน

เชิงคุณภาพ

- เมื่อออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะทำให้ร่างกายแข็งแรง
- ลดความเสี่ยงไม่ให้เกิดโรคต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นได้ เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคอ้วน โรคเครียด และโรคไขมันอุดตันเส้นเลือด เป็นต้น

- ป้องกันโรคต่าง ๆ เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคอ้วน โรคเครียด และโรคไขมันอุดตันเส้นเลือด เป็นต้น

๑๐. การติดตามประเมินผล

๑๐.๑ ตัวชี้วัดความสำเร็จ

ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย	ประเภทตัวชี้วัด	วิธีการคำนวณ/ เครื่องมือในการใช้วัด	ระยะเวลา
ระดับความพึงพอใจ ของผู้เข้าร่วม กิจกรรม	ค่าเฉลี่ยอยู่ใน ระดับมาก (เกณฑ์ ๕ ระดับ)	ตัวชี้วัดความสำเร็จ ระดับผลลัพธ์ (วัตถุประสงค์)	แบบสอบถาม	๑๒ เดือน

๑๐.๒ การติดตามความก้าวหน้า

รายงานความก้าวหน้าในการดำเนินโครงการเป็นรายไตรมาส

๑๐.๓ การประเมินผลโครงการ

การประเมินผลสำเร็จของการดำเนินโครงการตั้งแต่เริ่มต้นจนสิ้นสุดโครงการ โดยวิธี
ตอบแบบสอบถามความพึงพอใจตามตัวชี้วัดที่กำหนด เพื่อรายงานผลการดำเนินโครงการต่อผู้บังคับบัญชาทราบ

ลงชื่อ.....
(นางรุ่งรัตน์ ศรีสุชาติ)
.....
นักพัฒนาสังคมและสุขภาพพิเศษ

ตำแหน่ง.....
ผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม
สำนักงานเขตสาทร

ลงชื่อ.....
(นายชาติชาย กุละนำพล)
.....
ผู้อำนวยการเขตสาทร

ตำแหน่ง.....

งบรายจ่ายอื่น รายการ/โครงการ ค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย

วงเงินงบประมาณ ๖๗๙,๐๐๐.- บาท
ฝ่าย พัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม

ที่	รายละเอียดค่าใช้จ่าย	จำนวนเงิน	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	หมายเหตุ
	กิจกรรมการออกกำลังกาย (เต้านแอโรบิค, ลีลาศและโยคะ) รายละเอียดค่าใช้จ่าย														
	กิจกรรมที่ ๑														
	- ค่าตอบแทนวิทยากร (เต้านแอโรบิค)	๕๒๒,๐๐๐.-													
	(๑ คน x ๑ ชั่วโมง x ๕๐๐.- บาท														
	x ๒๖๑ วัน x ๔ แห่ง)														
	- ค่าตอบแทนวิทยากร ลีลาศ	๗๘,๕๐๐.-													
	(๑ คน x ๑ ชั่วโมง x ๕๐๐.- บาท														
	x ๑๕๗ วัน x ๑ แห่ง) (จัดกิจกรรมทุก														
	วัน จันทร์ พุธ ศุกร์)														
	- ค่าตอบแทนวิทยากร โยคะ	๗๘,๕๐๐.-													
	(๑ คน x ๑ ชั่วโมง x ๕๐๐.- บาท														
	x ๑๕๗ วัน x ๑ แห่ง) (จัดกิจกรรมทุก														
	วัน จันทร์ พุธ ศุกร์)														
	รวมเป็นเงินทั้งสิ้น	๖๗๙,๐๐๐.-													

รับรองข้อมูลถูกต้อง
หัวหน้าหน่วยงาน/ผู้ได้รับมอบอำนาจ.....
(นายวิชาญ ผู้รับรอง)
ผู้อำนวยการเขตสาทร

๑๑๓๖๖

แผนการใช้จ่ายเงินงบประมาณรายจ่ายประจำปี ๒๕๖๗
งบรายจ่ายอื่น รายการ/โครงการ ค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย

วงเงินงบประมาณ ๖๗๙,๐๐๐.- บาท
ฝ่าย พัฒนาศูนย์ชุมชนและสวัสดิการสังคม

ที่	รายละเอียดค่าใช้จ่าย	จำนวนเงิน	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	หมายเหตุ
	กิจกรรมการออกกำลังกาย (เต้านแอโรบิค, ลีลาศและโยคะ) รายละเอียดค่าใช้จ่าย														
	กิจกรรมที่ ๑														
	- ค่าตอบแทนวิทยากร (เต้านแอโรบิค) (๑ คน x ๑ ชั่วโมง x ๕๐๐.- บาท x ๒๖๑ วัน x ๔ แห่ง)	๕๒๒,๐๐๐.-													
	- ค่าตอบแทนวิทยากร ลีลาศ (๑ คน x ๑ ชั่วโมง x ๕๐๐.- บาท x ๑๕๗ วัน x ๑ แห่ง) (จัดกิจกรรมทุก วัน จันทร์ พุธ ศุกร์)	๗๘,๕๐๐.-													
	- ค่าตอบแทนวิทยากร โยคะ (๑ คน x ๑ ชั่วโมง x ๕๐๐.- บาท x ๑๕๗ วัน x ๑ แห่ง) (จัดกิจกรรมทุก วัน จันทร์ พุธ ศุกร์)	๗๘,๕๐๐.-													
	รวมเป็นเงินทั้งสิ้น	๖๗๙,๐๐๐.-													

รับรองข้อมูลถูกต้อง
หัวหน้าหน่วยงาน/ผู้ได้รับมอบอำนาจ.....
(นายวิชาสิทธิ์ ธีรประสงค์)
ผู้อำนวยการเขตเทศบาล