

ชื่อโครงการ

หน่วยงานที่รับผิดชอบ

ปีงบประมาณ

ค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย

ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม สำนักงานเขตห้วยขวาง

พ.ศ. ๒๕๖๒

๑. หลักการและเหตุผล

ความแออัดของประชากรในกรุงเทพมหานคร จากการอพยพย้ายถิ่นฐานของประชาชนจากทุกภาค เพื่อมุ่งสู่ศูนย์กลางความเจริญ ทั้งทางด้านการศึกษา แหล่งงาน การค้าและการลงทุน ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนต่ำกว่ามาตรฐาน วิถีชีวิตความเป็นอยู่ในสังคมเปลี่ยนแปลง ความสัมพันธ์ของสังคมเมืองลดน้อยลง ก่อให้เกิดปัญหาสังคม เช่น การก่อความรุนแรง อัตราการเจ็บป่วยของประชากร ปัญหาสุขภาพจิตและปัญหาสุขภาพกาย นอกจากนี้ผู้สูงอายุยังมีปัญหาความเหงาและความเครียดจากการขาดการเอาใจใส่ดูแลจากลูกหลาน

กรุงเทพมหานครให้ความสำคัญในปัญหาดังกล่าว จึงได้จัดทำโครงการการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายขึ้นและเพื่อเป็นการส่งเสริมคุณภาพชีวิตเชิงรุก กล่าวคือ สร้างสุขภาพจิตที่ดี และสุขภาพทางร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ เน้นให้ประชาชนเข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพของตนเองอย่างต่อเนื่อง การออกกำลังกายจึงเป็นกิจกรรมลายทางประจำการหนึ่ง ที่จะเสริมสร้างคุณภาพชีวิตในเชิงรุกด้วยกีฬาและนันทนาการ นอกจากนี้ยังเป็นทางเลือกใหม่ของการใช้ชีวิตในวันหยุดของประชาชน ซึ่งกรุงเทพมหานครได้ให้การสนับสนุนงบประมาณในการพัฒนาลานกีฬาให้เป็นของประชาชนอย่างแท้จริง อันจะส่งผลให้ประชาชนในพื้นที่สามารถใช้ประโยชน์จากลานกีฬาได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีส่วนร่วมในการบริหารจัดการลานกีฬาและสามารถดูแลลานกีฬาด้วยตนเองในที่สุด

๒. วัตถุประสงค์

- ๒.๑ เพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพกายและใจที่ดี มีการดูแลสุขภาพเชิงรุกอย่างต่อเนื่อง
- ๒.๒ เพื่อให้เกิดการรวมกลุ่มประชาคม และเรียนรู้การบริหารจัดการลานกีฬาด้วยตนเอง
- ๒.๓ เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ลดปัญหายาเสพติด

๓. เป้าหมาย

จัดกิจกรรมการออกกำลังกายให้แก่ประชาชนในพื้นที่เขต จำนวน ๓ กิจกรรม รวม ๑๒ แห่ง คือ

๓.๑ กิจกรรมวิ่งรอบใต้ถุน ลานกีฬาโรงเรียนพระราชฤกษ์บำเพ็ญ

๓.๒ กิจกรรมเดินออกกำลังกาย ลานกีฬาสำนักงานเขตห้วยขวาง

๓.๓ กิจกรรมเต้นแอโรบิค ลานกีฬาโรงเรียนพระราชฤกษ์บำเพ็ญ, ลานแอโรบิคอานวยวัฒน์

ลานกีฬาสำนักงานเขตห้วยขวาง, ลานแอโรบิคหมู่บ้านวัฒนาภิเษก, ลานกีฬาสวนสมเด็จพระราชินีนาถรัชนี

ลานกีฬาโรงเรียนจันทน์พุ่มบำเพ็ญ, ลานแอโรบิคหมู่บ้านอยู่เจริญ ๒๔, ลานแอโรบิคโรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์,

ลานแอโรบิคหมู่บ้านสุนทรศิริ และลานแอโรบิคโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา

๔. ลักษณะโครงการ

๔.๑ เป็นโครงการต่อเนื่อง

๔.๒ เป็นโครงการที่สอดคล้องกับแผนพัฒนากรุงเทพมหานคร ๒๐ ปี (พ.ศ. ๒๕๕๖ – ๒๕๗๕)

และแผนปฏิบัติราชการกรุงเทพมหานคร ประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๒ ด้านที่ ๑ มหานครปลอดภัย มิติที่ ๑.๖ ปลอดภัย

คนเมือง อาหารปลอดภัย เป้าหมายที่ ๑.๖.๖ คนกรุงเทพมีวิถีชีวิตแบบตื่นตัวและกระตือรือร้น เป้าหมายที่ ๑.๖.๖.๑ สนับสนุนให้คนกรุงเทพตื่นตัวและกระตือรือร้น มาตรการที่ ๑ ส่งเสริมให้ชาว กทม. ออกกำลังกายตามเกณฑ์ เมืองไทยแข็งแรง

๕. แนวทางการดำเนินการ

๕.๑ ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม สำนักงานเขตห้วยขวาง เป็นผู้รับผิดชอบโครงการ

๕.๒ ระยะเวลาดำเนินการ เดือนตุลาคม ๒๕๖๑ ถึง เดือนกันยายน ๒๕๖๒

๕.๓ ขั้นตอนในการดำเนินการ

๕.๓.๑ เสนอขออนุมัติโครงการและค่าใช้จ่าย

๕.๓.๒ รับสมัครผู้นำการออกกำลังกาย

๕.๓.๓ ประชาสัมพันธ์เชิญชวนประชาชนที่สนใจร่วมออกกำลังกาย

๕.๓.๔ ประเมินผลโครงการและจัดทำรายงานตามที่กรุงเทพมหานครกำหนด

๖. ค่าใช้จ่ายโครงการ

เบิกจ่ายจากงบประมาณรายจ่ายประจำปี ๒๕๖๒ แผนงานพัฒนาชุมชน งานพัฒนาชุมชน หมวดรายจ่ายอื่น รายการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย ยอดเงิน ๘๗๓,๓๐๐ บาท (แปดแสนเจ็ดหมื่นสามพันสามร้อยบาทถ้วน) โดยเบิกจ่ายเป็นค่าตอบแทนวิทยากรกิจกรรมการออกกำลังกาย จำนวน ๑๒ คน ต่อวัน วันละ ๑ ชั่วโมง ๆ ละ ๒๕๐ บาท รวม ๒๘๖ วัน มีรายละเอียด ดังนี้

๖.๑ กิจกรรมร่ายมวยไทยเก๊ก จำนวน ๑ ลาน สัปดาห์ละ ๕ วัน รวม ๒๘๖ วัน

จำนวน ๑ คน X ๒๘๖ วัน X ๒๕๐ บาท เป็นเงิน ๖๑,๕๐๐ บาท

๖.๒ กิจกรรมเต้นลีลาศ จำนวน ๑ ลาน สัปดาห์ละ ๕ วัน รวม ๒๘๖ วัน

จำนวน ๑ คน X ๒๘๖ วัน X ๒๕๐ บาท เป็นเงิน ๖๑,๕๐๐ บาท

๖.๓ กิจกรรมเต้นแอโรบิค จำนวน ๑๐ ลาน สัปดาห์ละ ๕ วัน รวม ๒๘๖ วัน

จำนวน ๑๐ คน X ๒๘๖ วัน X ๒๕๐ บาท เป็นเงิน ๖๑๕,๐๐๐ บาท

๖.๔ ค่าอาหารทำการนอกเวลาเจ้าหน้าที่ จำนวน ๓ คน ๆ ละ ๑๐๐ บาท/วัน รวม ๒๘๖ วัน
เป็นเงิน ๗๓,๘๐๐ บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๘๑๑,๘๐๐ บาท (แปดแสนหนึ่งหมื่นหนึ่งพันแปดร้อยบาทถ้วน)

ทั้งนี้ ให้เบิกจ่ายเท่าที่จ่ายจริงและถัวเฉลี่ยจ่ายได้ตามความจำเป็นและเป็นไปโดยประหยัด

กรณียอดโดยยอดหนึ่งไม่เพียงพอ ภายในวงเงินงบประมาณที่ได้รับอนุมัติ

๗. เป้าหมายและอุปสรรค

๗.๑ อุปสรรคทางธรรมชาติ ถ้าดำเนินการในช่วงฤดูฝนทำให้กิจกรรมไม่ต่อเนื่อง

๗.๒ งบประมาณที่ได้รับอนุมัติไม่เพียงพอแก่ความต้องการของประชาชน

๘. ประโยชน์ของโครงการ

๘.๑ ทำให้ประชาชนมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงและสุขภาพจิตที่ดี

๘.๒ ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยการออกกำลังกาย ทำให้ห่างไกลยาเสพติด

๘.๓ เกิดการรวมกลุ่มในลักษณะประชาคม โดยใช้ลานกีฬาเป็นศูนย์รวมในการร่วมกิจกรรม

๙. การติดตามและประเมินผล

ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม เป็นผู้ติดตามและประเมินผลโครงการ โดยการสังเกต
จากจำนวนผู้สนใจเข้าร่วมโครงการ และมีการรวมกลุ่มดำเนินกิจกรรมของประชาชนลานกีฬา ทั้งในระหว่าง
ดำเนินโครงการ และภายหลังสิ้นสุดโครงการ ฯ

(ลงชื่อ).....ผู้เสนอโครงการ

(นางจุฬามาศ แสงวิเชียร)

หัวหน้าฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม

(ลงชื่อ).....ผู้อนุมัติโครงการ

(นายสุชีพ อารีประชาภิรมย์)

ผู้อำนวยการเขตห้วยขวาง

๒๒-๑

แผนการปฏิบัติงานนอกเวลาราชการ

โครงการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย

๑. หลักการและเหตุผล

การกีฬาที่มีความสำคัญยิ่งในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนทั้งในด้านสุขภาพพลานามัย และจิตใจ เป็นปัจจัยสำคัญและเอื้อผลประโยชน์ให้ประชาชนสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตของครอบครัว ชุมชน และสังคม นำไปสู่การมีส่วนร่วมของประชาชนในการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคมและการเมืองได้อย่างมีประสิทธิภาพ นโยบายกรุงเทพมหานคร ได้กำหนดกรอบและทิศทางในการพัฒนาการกีฬาเพื่อสุขภาพ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ ส่งเสริมคุณภาพชีวิตเชิงรุก กล่าวคือ สร้างสุขภาพจิตที่ดี สุขภาพทางร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ เน้นให้ประชาชน เข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพของตนเองอย่างต่อเนื่อง การออกกำลังกายจึงเป็นกิจกรรมกีฬาประเภทหนึ่ง ที่จะเสริมสร้างคุณภาพชีวิตในเชิงรุกด้วยกีฬาและนันทนาการ นอกจากนี้ยังเป็นทางเลือกใหม่ของการใช้ชีวิตในวันหยุดของประชาชน ซึ่งกรุงเทพมหานครได้ให้สนับสนุนงบประมาณในการพัฒนาลานกีฬาให้เป็นของประชาชน อย่างแท้จริง อันจะส่งผลให้ประชาชนในพื้นที่สามารถใช้ประโยชน์จากลานกีฬาได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีส่วนร่วมในการบริหารจัดการลานกีฬาและสามารถดูแลลานกีฬาด้วยตนเองในที่สุด

ในระยะเวลาที่ผ่านมา สำนักงานเขตห้วยขวางได้สนับสนุนกิจกรรมการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องมาโดยตลอด และได้รับความสนใจจากประชาชนในลานกีฬาและชุมชนในพื้นที่เป็นจำนวนมาก

๒. วัตถุประสงค์

- ๒.๑ เพื่อประชาชนมีสุขภาพกายและใจที่ดี มีการดูแลสุขภาพเชิงรุกอย่างต่อเนื่อง
- ๒.๒ เพื่อให้เกิดการรวมกลุ่มประชาคม และเรียนรู้การบริหารจัดการลานกีฬาคด้วยตนเอง
- ๒.๓ เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ลดปัญหาอาชญากรรม

๓. เป้าหมาย

จัดกิจกรรมการออกกำลังกายให้แก่ประชาชนในพื้นที่เขต จำนวน ๓ กิจกรรม คือ

- ๓.๑ กิจกรรมรำมวยไท้เก๊ก ลานกีฬาโรงเรียนประชาราษฎร์บำเพ็ญ
- ๓.๒ กิจกรรมเต้นลีลาศ ลานกีฬาสำนักงานเขตห้วยขวาง
- ๓.๓ กิจกรรมเต้นแอโรบิค ลานกีฬาโรงเรียนประชาราษฎร์บำเพ็ญ, ลานแอโรบิคบ้านกล้วยวัดบึง

ลานกีฬาสำนักงานเขตห้วยขวาง, ลานแอโรบิคหมู่บ้านวัฒนาวัฒนะ, ลานกีฬาสนามสมเด็จพระราชินีนาถรัชนก, ลานกีฬาโรงเรียนจันทน์พุ่มบำเพ็ญ, ลานแอโรบิคหมู่บ้านอยู่เจริญ ๒๙, ลานแอโรบิคโรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์, ลานแอโรบิคหมู่บ้านสุนทรศิริ และลานแอโรบิคโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา

๔. ระยะเวลาการปฏิบัติงาน

ข้าราชการฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม สำนักงานเขตห้วยขวาง จำนวน ๖ คน สับเปลี่ยนหมุนเวียนกันปฏิบัติงานและกรณีที่ยกย้ายให้สับเปลี่ยนบุคคลได้ แต่ไม่เกินวงเงินที่ได้รับอนุมัติ โดยปฏิบัติงานระหว่างเดือนตุลาคม ๒๕๖๑ - เดือนกันยายน ๒๕๖๒ ทุกวันจันทร์ - วันศุกร์ รวม ๒๕๖ วัน ตั้งแต่เวลา ๑๖.๓๐ - ๑๘.๓๐ น.

๕. แนวทางการดำเนินงาน

๕.๑ จัดทำแผนปฏิบัติการดำเนินโครงการ และกำหนดเจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบ

๕.๒ ขั้นตอนในการดำเนินการ

๕.๒.๑ เสนอขออนุมัติโครงการและค่าใช้จ่าย

๕.๒.๒ รับสมัครและจัดจ้างผู้มาการออกกำลังกาย

๕.๒.๓ ประสานกรรมการสถานศึกษาและประชาสัมพันธ์เชิญชวนประชาชนที่สนใจร่วม
ออกกำลังกาย

๕.๒.๔ พาปะเขียนเขียนสมาชิกชมรมแอโรบิก ให้ฝึก สัปดาห์ สร้างความเข้าใจที่คล่องตัว

๕.๒.๕ ขออนุมัติเบิกค่าใช้จ่าย

๖. ค่าใช้จ่ายโครงการ

เบิกจ่ายจากงบประมาณรายจ่ายประจำปี ๒๕๖๒ แผนงานพัฒนาชุมชน งานพัฒนาชุมชน
หมวดรายจ่ายอื่น รายการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย ยอดเงิน ๘๗๓,๓๐๐ บาท (แปดแสน
เจ็ดหมื่นสามพันสามร้อยบาทถ้วน) โดยเบิกจ่ายเป็นค่าอาหารทำการนอกเวลาของเจ้าหน้าที่ จำนวน ๓ คน ๆ ละ
๑๐๐ บาท / วัน รวม ๒๔๖ วัน เป็นเงิน ๗๓,๘๐๐ บาท (เจ็ดหมื่นสามพันแปดร้อยบาทถ้วน)

๗. ประโยชน์ที่ได้รับ

๗.๑ ทำให้ประชาชนมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงและสุขภาพจิตที่ดี

๗.๒ ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยการออกกำลังกาย ทำให้ห่างไกลยาเสพติด

๗.๓ เกิดการรวมกลุ่มในลักษณะประชาคม โดยใช้ลานกีฬาเป็นศูนย์รวมในการรวมกิจกรรม

๘. การติดตามประเมินผล

ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคมรับผิดชอบประเมินผลการจัดกิจกรรม โดยการสังเกตจาก
จำนวนผู้สนใจเข้าร่วมโครงการ และมีการรวมกลุ่มดำเนินกิจกรรมของประชาคมลานกีฬา ทั้งในระหว่างดำเนิน
โครงการ และภายหลังสิ้นสุดโครงการ ฯ

(ลงชื่อ).....ผู้เสนอแผน

(นางจุฑามาศ แสงวิเชียร)

หัวหน้าฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม

(ลงชื่อ).....ผู้อนุมัติแผน

(นายสุชีพ อารีประชาภิมย์)

ผู้อำนวยการเขตห้วยขวาง

กำหนดการปฏิบัติงานนอกเวลา
โครงการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย

ลำดับ ที่	รายชื่อลานกีฬา / ลานแอโรบิค	กิจกรรม	วันดำเนินการ	เวลา
๑	ลานแอโรบิคโรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์	แอโรบิค	พ.ย. ๖๑ - ก.ย. ๖๒	๑๗.๓๐ - ๑๘.๓๐ น.
๒	ลานแอโรบิคโชคอำนวย	แอโรบิค	พ.ย. ๖๑ - ก.ย. ๖๒	๑๗.๓๐ - ๑๘.๓๐ น.
๓	ลานแอโรบิคหมู่บ้านกุญชรวิญ ๒๙	แอโรบิค	พ.ย. ๖๑ - ก.ย. ๖๒	๑๗.๐๐ - ๑๘.๐๐ น.
๔	ลานแอโรบิคโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ	แอโรบิค	พ.ย. ๖๑ - ก.ย. ๖๒	๑๗.๓๐ - ๑๘.๓๐ น.
๕	ลานแอโรบิคอำนวยวิทย์	แอโรบิค	พ.ย. ๖๑ - ก.ย. ๖๒	๑๗.๓๐ - ๑๘.๓๐ น.
๖	ลานแอโรบิคหมู่บ้านสุนทรศิริ	แอโรบิค	พ.ย. ๖๑ - ก.ย. ๖๒	๑๗.๐๐ - ๑๘.๐๐ น.
๗	ลานกีฬาโรงเรียนจันทน์ท้นบำเพ็ญ	แอโรบิค	พ.ย. ๖๑ - ก.ย. ๖๒	๑๗.๓๐ - ๑๘.๓๐ น.
๘	ลานกีฬาสวนสมเด็จพระราชินีนาถรัชนี	แอโรบิค	พ.ย. ๖๑ - ก.ย. ๖๒	๑๗.๓๐ - ๑๘.๓๐ น.
๙	ลานกีฬาโรงเรียนประชาราษฎร์บำเพ็ญ	แอโรบิค	พ.ย. ๖๑ - ก.ย. ๖๒	๑๗.๓๐ - ๑๘.๓๐ น.
๑๐	ลานกีฬาสำนักงานเขตห้วยขวาง	แอโรบิค	พ.ย. ๖๑ - ก.ย. ๖๒	๑๖.๓๐ - ๑๗.๓๐ น.
๑๑	ลานกีฬาสำนักงานเขตห้วยขวาง	ลีลาศ	พ.ย. ๖๑ - ก.ย. ๖๒	๑๔.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.
๑๒	ลานกีฬาโรงเรียนประชาราษฎร์บำเพ็ญ	ไท้เก๊ก	พ.ย. ๖๑ - ก.ย. ๖๒	๐๖.๐๐ - ๐๗.๐๐ น.

