

ชื่อโครงการ กิจกรรมการออกกำลังกาย  
 หน่วยงานที่รับผิดชอบ ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม สำนักงานเขตบางกอกใหญ่  
 ประเภทโครงการ  ใหม่  ต่อเนื่อง  
 ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๒

---

### ๑. หลักการและเหตุผล

ตามแผนยุทธศาสตร์ด้านการกีฬกรุงเทพมหานครได้กำหนดกิจกรรมต่างๆ ที่เปิดโอกาสให้ประชาชนได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างต่อเนื่อง ซึ่งช่วยป้องกันปัญหาด้านสุขภาพอนามัยของประชาชนทุกเพศทุกวัยอันเป็นเป้าหมายสูงสุดของการกิจทางกีฬาของกรุงเทพมหานคร

ในปัจจุบันประชาชนทุกเพศทุกวัยมีความตื่นเต้นในการออกกำลังกายโดยเฉพาะอย่างยิ่งการเดิน แอโรบิก ซึ่งเป็นการออกกำลังกายวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้ประชาชนมีสุขภาพที่ดี แข็งแรงอีกทั้งยังทำให้เกิดการรวมกลุ่มของประชาชนให้ได้มีโอกาสพบปะพูดคุยกัน เกิดความรู้สึกที่ดีต่อกันอันจะเป็นพื้นฐานของการพัฒนาชุมชนต่อไป

### ๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อให้ประชาชนทุกกลุ่มทุกเพศทุกวัยได้พำภกันทำกิจกรรมร่วมกันและแลกเปลี่ยน ความคิดเห็นต่อบัญหาต่างๆ ของท้องถิ่นร่วมกัน

๒.๒ เพื่อให้เกิดความสามัคคีและส่งเสริมความสัมพันธ์อันดี โดยใช้กิจกรรมการออกกำลังกาย แบบแอโรบิก เป็นสื่อนำ

### ๓. เป้าหมาย

๓.๑ กิจกรรมโครงการแอโรบิกเพื่อสุขภาพ สัปดาห์ละ ๓ วัน วันละ ๑ ชั่วโมง ใน lan กีฬา จำนวน ๑๔ แห่ง

๑. ลานกีฬาระโนงเรียนฤทธิ์ธิณรงค์รอน
๒. ลานกีฬาระโนงเรียนวัดนาคกลาง
๓. ลานกีฬาชุมชนรวมพล
๔. ลานกีฬาระโนงเรียนวัดเจ้ามูล
๕. ลานกีฬาระโนงเรียนวัดดีดวด
๖. ลานกีฬาระโนงเรียนวัดท่าพระ
๗. ลานกีฬาใต้สะพานข้ามคลองบางกอกใหญ่
๘. ลานกีฬาระโนงเรียนวัดประดู่ในทรงธรรม
๙. ลานกีฬาชุมชนวัดหงส์รัตนาราม
๑๐. ลานกีฬาระโนงเรียนวัดประดู่ฉิมพลี
๑๑. ลานกีฬาชุมชนวัดสังฆาราม
๑๒. ลานกีฬาชุมชนลานมะขาม – บ้านหม้อ
๑๓. ลานกีฬาชุมชนวัดโนมลีโกยการาม
๑๔. ลานกีฬาระโนงเรียนวัดใหม่พิเรนทร์

#### ๔. ลักษณะโครงการ

เป็นโครงการที่สอดคล้องกับแผนปฏิบัติราชการกรุงเทพมหานครประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๑ ด้านมหานครปลอดภัย มิติที่ ๑.๖ ปลอดโรคคนเมือง อาหารปลอดภัย

#### ๕. ค่าใช้จ่ายในการดำเนินงาน

เบิกจ่ายจากงบประมาณรายจ่ายประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๒ แผนงานพัฒนาชุมชน งานพัฒนาชุมชน หมวดรายจ่ายอื่น รายการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย เป็นเงิน ๔๕๕,๑๐๐.- บาท (สีเสนห์หมื่นห้าหมื่นห้าพันหนึ่งร้อยบาทถ้วน) ดังนี้

๑. ค่าอาหารทำการนอกเวลา จำนวน ๑ คน ๗๐.- บาท จำนวน ๒ ชั่วโมงต่อวัน รวม ๒๔๙ วัน ( $1 \text{ คน} \times 70.- \text{ บาท} \times 2 \text{ ชั่วโมง} \times 249 \text{ วัน}$ ) เป็นเงิน ๒๔,๖๐๐.- บาท
๒. ค่าตอบแทนวิทยากรนำออกกำลังกายโดยการเต้นแอโรบิกในланกีฟ้า จำนวน ๑๕ แห่ง (วันจันทร์, วันพุธ, วันศุกร์ จำนวน ๗ แห่ง และวันอังคาร, วันพฤหัสบดี, วันเสาร์ จำนวน ๗ แห่ง) วิทยากรจำนวน ๗ คน ๗๐.- บาท จำนวน ๑ ชั่วโมง ต่อวัน รวม ๒๔๙ วัน ( $7 \text{ คน} \times 70.- \text{ บาท} \times 1 \text{ ชั่วโมง} \times 249 \text{ วัน}$ ) เป็นเงิน ๔๓๐,๕๐๐.- บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๔๕๕,๑๐๐.- บาท (สีเสนห์หมื่นห้าพันหนึ่งร้อยบาทถ้วน)

#### ๖. ทรัพยากรที่ต้องใช้

วิทยากรนำเต้นแอโรบิก จำนวน ๗ คน นำออกกำลังกายโดยการเต้นแอโรบิกในланกีฟ้า จำนวน ๑๕ แห่ง

#### ๗. ปัญหาและอุปสรรค

๗.๑ หากไม่ได้รับอนุมัติเงินงบประมาณไม่สามารถดำเนินการให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ และเป้าหมายได้

๗.๒ การเข้ามามีส่วนร่วมของประชาชนต้องเป็นไปตามความสมัครใจ ไม่สามารถกำหนดจำนวนกลุ่มคนได้

#### ๘. ผลประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๘.๑ ประชาชนมีสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ และออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

๘.๒ ประชาชนได้มีโอกาสพบปะ สนทนากำลังความคิดเห็นแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน

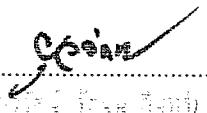
๘.๓ ทำให้ประชาชนมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ ช่วยลดภาระเรื่อง การรักษาพยาบาล

#### ๙. การติดตามและประเมิน

ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม สำนักงานเขตบางกอกใหญ่ เป็นผู้ติดตาม และประเมินผลโดย

๙.๑ ประเมินจากการสังเกตพฤติกรรม ความสนใจ เสนอ และความสนใจของผู้ร่วมกิจกรรม

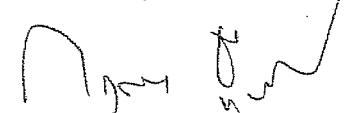
๙.๒ ติดตามหลังจากการจัดโครงการแล้ว และนำผลการประเมินมาเป็นแนวทางในการแก้ไขปรับปรุง ในการบริหารงานและจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

ลงชื่อ..... ผู้เสนอโครงการ

(นางสาวกฤณ่า ศรีปทีyanhom)

ผู้อำนวยการ กลุ่มงานชุมชนฯ

หัวหน้ากลุ่มงานชุมชนฯ สำนักงานเขตบางกอกใหญ่

ลงชื่อ..... ผู้อนุมัติโครงการ

(นางสาวกฤณ่า ศรีปทีyanhom)

ผู้อำนวยการเขตบางกอกใหญ่