

ส่วนที่ 3 : แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุน
หลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการ
ดำเนินงาน)

ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม.....ออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอลภาคฤดูร้อน ประจำปี ๒๕๖๑.....

1. ผลการดำเนินงาน

- รายงานผลการอบรม ในวันที่ 31 มีนาคม 2561 เรื่องยาเสพติด ผู้เข้าร่วมโครงการเกิดการเรียนรู้
เกี่ยวกับยาเสพติดชนิดต่างๆ ผลกระทบต่อร่างกาย และโทษที่จะได้รับจากการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด ไม่ว่าจะ
จะเป็นผู้เสพหรือผู้ขาย และรู้วิธีในการป้องกันตนเอง โดยไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด

- ภาศบ่ย อบรมให้ความรู้เกี่ยวกับทักษะการออกกำลังกาย ผู้เข้าร่วมโครงการได้เรียนรู้วิธีการออกกำลังกาย
ที่ถูกต้อง เพื่อให้การพัฒนาทางด้านร่างกายแต่ละส่วนของร่างกายได้รับการพัฒนาที่ถูกต้อง ทำให้ร่างกาย
เกิดความสมดุลย์

- การฝึกทักษะเบื้องต้นในการออกกำลังกายด้วยการเล่นฟุตบอล

1. การทรงตัว วิธีปฏิบัติ

- 1.1 ทำการทรงตัวและจังหวะการใช้เท้าบนพื้นดินและในอากาศ
- 1.2 การถ่ายน้ำหนักตัวไปสู่เท้าหลัก เมื่อมีการครอบครองลูก เตะลูก หรือเลี้ยงลูกฟุตบอล
- 1.3 การวิ่งตามแบบฟุตบอล เช่น วิ่งใบที่มุมสนาม วิ่งหาช่องว่าง วิ่งติดกัน เพื่อหลอกคู่ต่อสู้
- 1.4 การวิ่งกลับไปมา เพื่อการหลบหลีก เมื่อเลี้ยงหรือครอบครองลูกฟุตบอล

2. การหยุดหรือบังคับลูกฟุตบอล

หลักในการหยุดลูกเมื่ออยู่ 3 ประการ คือ

- 2.1 จะใช้ส่วนใดของร่างกายในการหยุดลูก
- 2.2 การเคลื่อนตัวเข้าสู่ตำแหน่ง เพื่อหยุดลูกที่ออกมา หรือถ่วงน้ำหนักกับพื้น
- 2.3 ใช้เทคนิคการผ่อนของร่างกาย เพื่อลดแรงปะทะของลูก

- การหยุดลูกฟุตบอลด้วยฝ่าเท้า
- การหยุดลูกฟุตบอลด้วยข้างเท้าด้านใน
- การหยุดลูกฟุตบอลด้วยหลังเท้า
- การหยุดลูกฟุตบอลด้วยหน้าเท้า
- การหยุดลูกฟุตบอลด้วยหน้าอก
- การหยุดลูกฟุตบอลด้วยศีรษะ

วิธีการขั้นพื้นฐานนี้จะทำให้ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถนำความรู้ ความสามารถที่ได้รับไป
พัฒนาการในการเล่นกีฬาฟุตบอลต่อไป

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

2.1 การบรรลุตามวัตถุประสงค์

- บรรลุตามวัตถุประสงค์
 ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

2.2 จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม60..... คน

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ ๕๗,๖๐๐ บาท
งบประมาณเบิกจ่ายจริง 43,600 บาท คิดเป็นร้อยละ ๗๕.๖๐ %
งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ 4,000 บาท คิดเป็นร้อยละ ๕.๕๐ %

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

- ไม่มี
 มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

แนวทางการแก้ไข (ระบุ)

ลงชื่อ นายนิทัศน์ จตุรมนต์วี ผู้รายงาน

(นายนิทัศน์ จตุรมนต์วี)

ตำแหน่ง ประธานกลุ่มคนรักกีฬาฟุตบอลทุ่งสูง

วันที่ เดือน-พ.ศ. ๑๕ กรกฎาคม ๒๕๖๓