

ส่วนที่ ๓ : แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจาก
กองทุนหลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการ
ดำเนินงาน)

ชื่อโครงการ เดิน-วิ่ง เพื่อสุขภาพ โดยชมรมนักวิ่งสนามกลาง

๑. ผลการดำเนินงาน

คณะกรรมการชมรมนักวิ่งสนามกลาง ได้จัดทำโครงการ เดิน-วิ่ง เพื่อสุขภาพ เพื่อเป็นการปรับเปลี่ยน
พฤติกรรมป้องกันการเกิดโรคและลดความรุนแรงของโรคให้กับผู้ที่สนใจการออกกำลังกายแบบเดินวิ่งเพื่อ
สุขภาพให้มีการดูแลสุขภาพของตนเองที่ดียิ่งขึ้น สามารถลดภาวะเสี่ยงของโรคต่างๆ และเพื่อเชิญชวนให้
ประชาชนในตำบลคลองขุดมาร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายโดยการเดิน-วิ่ง เพิ่มขึ้นเพื่อสุขภาพที่ดีของคน
เข้าร่วมกิจกรรม โดยมีการจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย และมีการทดสอบสมรรถภาพร่างกาย
ให้ผู้เข้าร่วมโครงการ ได้เห็นพัฒนาการของความแข็งแรงของสมรรถภาพทางด้านร่างกายด้วย โดยจัดให้มีการ
ออกกำลังกายต่อเนื่องทุกวัน ณ สนามกีฬาองค์การบริหารส่วนจังหวัดสตูล ตั้งแต่เวลา ๑๗.๐๐ น ถึง ๑๙.๐๐ น
พร้อมจัดให้มีการอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายที่ถูกต้อง จากวิทยากรจำนวน ๖ ครั้ง และจัด
ให้มีการติดตามประเมินสมรรถภาพด้านร่างกายรายบุคคลโดยบันทึกข้อมูลดัชนีมวลกายและรอบเอว
รายประจำเดือน ตั้งแต่เดือนเมษายนจนถึงเดือนกันยายน จำนวน ๖ ครั้ง และมีการสรุปผลของโครงการใน
เดือนตุลาคม ๒๕๖๕ โดยโครงการเดินวิ่งเพื่อสุขภาพของชมรมนักวิ่งสนามกลางมีสมาชิกทั้งหมด ๓ รุ่นด้วยกัน
คือ ๑. รุ่นอายุ ๖-๑๙ ปี จำนวน ๑๕ คน ๒. รุ่นอายุ ๒๐ - ๔๙ ปี จำนวน ๑๕ คน ๓. รุ่นอายุ ๕๐ ปีขึ้นไป
จำนวน ๒๐ คน รวมเป็นสมาชิกทั้งหมด ๕๐ คน โดยโครงการได้กำหนดตัวชี้วัดความสำเร็จไว้ ๒ ข้อด้วยกันคือ

๑. กลุ่มเป้าหมายมาร่วมกิจกรรมออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องสัปดาห์ละไม่น้อยกว่า ๓ วันอย่างน้อย
ร้อยละ ๙๐

๒. กลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมออกกำลังกายมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรงลดสภาวะการเจ็บป่วยด้วยโรคที่
สามารถป้องกันได้ด้วยการออกกำลังกายอย่างน้อยร้อยละ ๕๐

ซึ่งจากการสรุปผลของโครงการปรากฏว่า

๑. กลุ่มเป้าหมายมาร่วมกิจกรรมออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องสัปดาห์ละไม่น้อยกว่า ๓ วัน เกินร้อยละ ๙๐

๒. กลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมออกกำลังกายมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรงสามารถลดสภาวะการเจ็บป่วย
ด้วยโรคที่สามารถป้องกันได้ด้วยการออกกำลังกายเกินร้อยละ ๕๐

๒. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

บรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการ

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการ เพราะ.....

๓. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ.....๓๖,๒๒๐..... บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง.....๓๖,๒๒๐..... บาท คิดเป็นร้อยละ.....๑๐๐.....

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุน.....๐..... บาท คิดเป็นร้อยละ.....๐.....

๔. ปัญหาอุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี



(นางสุชาดา รักเมือง)

ตำแหน่ง ประธานชมรมนักวิ่งสนามกลาง

วันที่ ๒๘ ตุลาคม ๒๕๖๕

ผู้รายงาน