

แบบฟอร์มพัฒนาโครงการ

๑. ชื่อโครงการ/กิจกรรม

ชื่อโครงการ โครงการเด็กจอมไตร ใส่ใจออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ
 ชื่อองค์กร/หน่วยงานเสนอโครงการ โรงเรียนวัดจอมไตร
 พื้นที่ดำเนินการ โรงเรียนวัดจอมไตร

๒. ความสอดคล้องกับแผนงาน

แผนงานกิจกรรมทางกาย

๓. สถานการณ์

สถานการณ์ปัญหา		ขนาด
๑	ร้อยละของเด็กนักเรียนโรงเรียนวัดจอมไตร ที่มีดัชนีมวลกายไม่เป็นไปตามเกณฑ์	๒๐.๐๐
๒	ร้อยละของเด็กปฐมวัย ๒-๔ ปี ที่มีกิจกรรมทางกายเพียงพอ (ระดับเบา ปานกลาง และมาก) สะสมอย่างน้อย ๑๘๐ นาทีต่อวัน	๘๒.๓๕
๓	ร้อยละของเด็กและวัยรุ่นอายุ ๕-๑๗ ปี ที่มีกิจกรรมทางกายเพียงพอ (ระดับปานกลางถึงมาก) อย่างน้อย ๖๐ นาทีต่อวัน	๖.๖๗
๔	ร้อยละของผู้ใหญ่อายุ ๑๘-๖๔ ปี ที่มีกิจกรรมทางกายเพียงพอ (ระดับปานกลางถึงมาก) อย่างน้อย ๑๕๐ นาทีต่อสัปดาห์	๑๘.๐๑
๕	ร้อยละของผู้สูงอายุ ๖๕ ปี ขึ้นไป ที่มีกิจกรรมทางกายเพียงพอ (ระดับปานกลาง อย่างน้อย ๑๕๐ นาทีต่อสัปดาห์)	๖๔.๗๑
๖	ร้อยละของการใช้ประโยชน์ของพื้นที่สาธารณะในการมีกิจกรรมทางกายของคนในชุมชน	๑๐๐.๐๐
๗	ร้อยละของคนที่มีการสัญจรโดยการเดินหรือใช้จักรยานในชุมชน	๗๘.๓๕
๘	ร้อยละของคนที่ออกกำลังกายในชุมชน	๘๓.๙๔
๙	ร้อยละของเวลาในโรงเรียนที่มีการเรียนการสอนและการเล่นแบบกระฉับกระเฉง (Active play Active learning)	๑๔.๒๙
๑๐	ร้อยละของสำนักงานหรือหน่วยงานราชการ ที่มีกิจกรรมส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เช่น การออกกำลังกาย การมีการเคลื่อนไหวระหว่างการทำงาน	๑๐๐.๐๐

การออกกำลังกายมีประโยชน์ต่อสุขภาพหลายทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ เช่นด้านร่างกาย ทำให้ร่างกายแข็งแรง ป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ ทำให้ช่วยลดภาวะการเป็นโรคอ้วนในวัยเด็ก ช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโตเต็มที่สมวัย และด้านจิตใจ คือช่วยผ่อนคลายความเครียด ช่วยลดภาวะโรคซึมเศร้า และช่วยให้จิตใจสดชื่น นอนหลับสบาย และช่วยเพิ่มสมาธิการเรียนของนักเรียนให้มีความคงทน ยาวนานยิ่งขึ้น

ด้วยปัจจุบัน ความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ทำให้นักเรียนสนใจกับโทรศัพท์ โทรทัศน์ ซึ่งนักเรียนใช้เวลา กับสื่อมากจนเกินไป ทำให้ลด การวิ่งเล่น การเล่นกับเพื่อน เช่นการเล่นบอล การปั่นจักรยาน ทำให้นักเรียนได้

ใช้กล้ามเนื้อและพลังงานลดลง และเมื่อไม่ได้ออกกำลังกายหรือใช้พลังงานทำให้เกิดความเครียด นอนไม่หลับ เป็นสาเหตุหลักทำให้ขาดสมาธิในการเรียน ทำให้มีผลการเรียนรู้ที่ลดลง

ปัจจุบันพบว่า ปัญหานักเรียน อ้วน และติดเกม ปัญหาสายตา จากการจ้องโทรศัพท์นาน ๆ เป็นปัญหาหลักของการศึกษาไทย และปัญหาเด็กอ้วนจากภาวะ การกินอาหาร และไม่ได้ออกกำลังกาย ทำให้อ้วนและ นักเรียนมีภาวะการเรียนรู้ต่ำ โรงเรียนวัดจอมไตรในเขตรับผิดชอบของ องค์การบริหารส่วนตำบลนาโยงเหนือ ได้เล็งเห็นว่า การออกกำลังกายมีความสำคัญและยังตอบสนองนโยบายของรัฐบาลที่ส่งเสริมให้คนไทยมีสุขภาพดี ภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ รวมถึงสร้างสุขภาพ เพื่อคนไทยแข็งแรง เมืองไทยแข็งแรง อีกทั้งยังเป็นการต่อยอดโครงการในปีงบประมาณที่ผ่านมา และเพื่อให้เยาวชนในความรับผิดชอบของอบต.นาโยงเหนือ มีสุขภาพกาย และสุขภาพใจที่แข็งแรง เพิ่มประสิทธิภาพด้านร่างกายและจิตใจ สามารถพัฒนาตนเองสู่เยาวชนที่มีคุณภาพของชุมชน และประเทศชาติ ในอนาคต ในชุมชนออกกำลังกาย มีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงมากยิ่งขึ้น รวมทั้งลดอัตราการเจ็บป่วย และการเกิดโรคของผู้ป่วยรายใหม่ในชุมชนอีกด้วย

๔. วัตถุประสงค์และตัวชี้วัด

วัตถุประสงค์ / ตัวชี้วัดความสำเร็จ	ขนาด	เป้าหมาย ๑ ปี
๑. เพื่อลดจำนวนเด็กนักเรียนโรงเรียนวัดจอมไตร ที่มีดัชนีมวลกายไม่เป็นไปตามเกณฑ์ ตัวชี้วัดความสำเร็จ: ร้อยละ ๘๐ ของเด็กนักเรียนโรงเรียนวัดจอมไตร มีดัชนีมวลกายเป็นไปตามเกณฑ์	๒๐.๐๐	๑๕.๐๐
๒. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ (อย่างน้อย ๓๐ นาที/วัน) ตัวชี้วัดความสำเร็จ: ร้อยละ ๘๐ ของนักเรียนออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ (อย่างน้อย ๓๐ นาที/วัน)	๒๐.๐๐	๑๕.๐๐

๕. กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน ๑๒๕ คน

๖. ระยะเวลาดำเนินงาน

วันเริ่มต้น ๑๐/๐๗/๒๕๖๖

กำหนดเสร็จ ๓๑/๐๘/๒๕๖๖

๗. วิธีการดำเนินงาน

กิจกรรมที่ ๑ ประชุม วางแผนการดำเนินโครงการ

- ๑) จัดการประชุมชี้แจงงบประมาณที่ได้รับ
- ๒) จัดทำคำสั่งแต่งตั้งบุคลากร คณะทำงานดำเนินงานโครงการ
- ๓) กำหนดแนวทางการดำเนินโครงการ

๔) ประสานความร่วมมือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

๕) การดำเนินโครงการ

- ค่าป้ายโครงการ จำนวน ๑ ป้าย เป็นเงิน ๕๐๐ บาท
- ค่าวิทยากร ชั่วโมงละ ๖๐๐ บาท จำนวน ๓ ชั่วโมง เป็นเงิน ๑,๘๐๐ บาท
- ค่าอาหารว่าง คนละ ๒๕ บาท จำนวน ๕๐ คน จำนวน ๑ มื้อ เป็นเงิน ๑,๒๕๐ บาท
- ค่าจัดทำเอกสารและวัสดุอื่นๆที่เกี่ยวข้อง เป็นเงิน ๑,๔๕๐ บาท

ระยะเวลาดำเนินงาน

๑๐ กรกฎาคม ๒๕๖๖ ถึง ๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖

ผลผลิต (Output) / ผลลัพธ์ (Outcome)

ผลผลิต

- คณะทำงานทราบบทบาทหน้าที่ของตนเองในการดำเนินโครงการ

ผลลัพธ์

- คณะทำงานมีแนวทางการดำเนินโครงการที่มีประสิทธิภาพ

จำนวนเงินงบประมาณของกิจกรรม (บาท)

๕,๐๐๐.๐๐

กิจกรรมที่ ๒ ออกกำลังกาย สร้างสุข(ภาพ)

- ๑) นักเรียนเรียนรู้ทำออกกำลังกายที่ถูกต้องโดยวิทยากร
- ๒) นักเรียนออกกำลังกาย โดยผ่านดนตรีกระตุ้นเพื่อสร้างสุนทรีย์ภาพ
- ๓) นักเรียนเรียนรู้ฝึกฝนทำออกกำลังกาย จนมีทักษะและปฏิบัติได้
 - ค่าเครื่องขยายเสียงเคลื่อนที่ เป็นเงิน ๙,๐๐๐ บาท

ระยะเวลาดำเนินงาน

๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖ ถึง ๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖

ผลผลิต (Output) / ผลลัพธ์ (Outcome)

- ผลผลิต นักเรียนได้รับการกระตุ้นด้วยกิจกรรมทางกาย ให้มีความตื่นตัว พร้อมทั้งจะเรียนรู้
- ผลลัพธ์ นักเรียนมีสมาธิในการเรียนมากขึ้น ยาวนานขึ้น

จำนวนเงินงบประมาณของกิจกรรม (บาท)

๙,๐๐๐.๐๐

กิจกรรมที่ ๓ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ

- ๑) นักเรียนออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กาย และสุขภาพจิตที่ดี ทุกวัน จันทร์- ศุกร์ ตอนเช้า ๑๕ นาที
- ๒) นักเรียนออกกำลังกายเพื่อกระตุ้นการเรียนรู้ ผ่านดนตรี หลังพักเที่ยง ทุกวันจันทร์ - ศุกร์ เวลา ๕ นาที (ก่อนเข้าห้องเรียนช่วงบ่าย)
- ๓) นักเรียนออกกำลังกายก่อนกลับบ้าน ผ่านดนตรี หลังเลิกเรียน ๑๐ นาที

ระยะเวลาดำเนินงาน

๑๗ กรกฎาคม ๒๕๖๖ ถึง ๓๑ สิงหาคม ๒๕๖๖

ผลผลิต (Output) / ผลลัพธ์ (Outcome) ?

- ผลผลิต นักเรียนได้เรียนท่าออกกำลังกายเพื่อให้เกิดทักษะทุกวัน
นักเรียนออกกำลังกายโดยใช้ดนตรีกระตุ้น และ รู้จังหวะเพลง ทุกวัน
- ผลลัพธ์ นักเรียน โรงเรียนวัดจอมไตร รู้และสามารถออกกำลังกายได้ถูกต้อง ทุกวัน
นักเรียนได้ออกกำลังกาย ผ่านดนตรี โดยสามารถออกกำลังกายได้ตรงตามจังหวะ

ดนตรีทุกวัน

จำนวนเงินงบประมาณของกิจกรรม (บาท)

๐.๐๐

กิจกรรมที่ ๔ การประเมินผลการดำเนินโครงการ

- ๑) ประชุมสรุปปัญหา/อุปสรรคจากการดำเนินโครงการ
- ๒) การพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินผล
 - แบบสอบถาม (Questionnaire)
 - แบบบันทึกการออกกำลังกาย
- ๓) ประเมินผลให้สอดคล้องกับการดำเนินโครงการ
 - ค่าจัดทำเอกสารและวัสดุอื่นๆที่เกี่ยวข้องเป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท

ระยะเวลาดำเนินงาน

๒๘ สิงหาคม ๒๕๖๖ ถึง ๓๑ สิงหาคม ๒๐๒๓

ผลผลิต (Output) / ผลลัพธ์ (Outcome)

- ผลผลิต กิจกรรมในโครงการได้รับการประเมินอย่างครบถ้วน
- ผลลัพธ์ ผลการประเมินผลโครงการสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการดำเนินโครงการ

ครั้งต่อไปได้

จำนวนเงินงบประมาณของกิจกรรม (บาท)

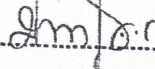
๑,๐๐๐.๐๐

งบประมาณโครงการ

จำนวนงบประมาณที่ต้องการสนับสนุน จำนวน ๑๕,๐๐๐.๐๐ บาท

๘. ผลการดำเนินงานที่คาดหวัง


- ๑) นักเรียนโรงเรียนวัดจอมไตร มีดัชนีมวลกายเป็นไปตามเกณฑ์
- ๒) นักเรียนโรงเรียนวัดจอมไตร มีการออกกำลังกายอย่างเพียงพอ (อย่างน้อย ๓๐ นาที/วัน)

ลงชื่อ..... ..... ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางสาวภาวิ พลประสิทธิ์)

ครูโรงเรียนวัดจอมไตร

วันที่ ๒๓ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๖

ลงชื่อ..... ..... ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายพงษ์พัฒน์ ศรีรัตนพันธ์)

ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดจอมไตร

วันที่ ๒๓ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๖

ส่วนที่ 2 : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ อบต.นาโยงเหนือ
ครั้งที่ 5/2566 เมื่อวันที่ 4 กรกฎาคม 2566 ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการเด็กจอมไตร ใส่ใจออกกำลังกาย
เพื่อสุขภาพ จำนวน15,000.....บาท คณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพ อบต.นาโยงเหนือ
ได้มีมติอนุมัติเป็นที่เรียบร้อยแล้ว และแผนงาน/โครงการถูกต้อง เป็นไปตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ
พ.ศ. 2561 ข้อ 10 (2)

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
เพราะ

.....
.....

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

.....
.....
.....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3) ภายในเดือน
กันยายน 2566

ลงชื่อ..... 

(นายสมควร จิตรแก้ว)

ตำแหน่ง ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพ

องค์การบริหารส่วนตำบลนาโยงเหนือ

วันที่ 4 เดือน กรกฎาคม พ.ศ. 2566