

ชุมชนในชุมชนร่วมมือ ร่วมใจกันออกกำลังกายโดยการเดินแอโรบิกกันอย่างต่อเนื่อง  
เข้าร่วมโครงการกลุ่มที่มีค่า BMI และรอบเอวไม่ลด สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์

ตัวชี้วัด

วัตถุประสงค์โดยตรง

|  |  |
|--|--|
| <p>วัตถุประสงค์</p> <p>ข้อที่ ๑. เพื่อให้ประชาชนทั่วไป อายุตั้งแต่ ๖ ขึ้นไป ที่มีค่า BMI และรอบเอวเกิน ได้รับการแก้ไข</p> <p><b>เป้าหมาย</b></p> <p>- ประชาชนทั่วไปอายุตั้งแต่ ๖ ปีขึ้นไปที่มีค่า BMI และรอบเอวเกิน จำนวน ๑๐๐ คน</p> | <p>ตัวชี้วัดความสำเร็จ</p> <p>๑. ผู้เข้าร่วมโครงการอย่างน้อยร้อยละ ๖๐ สามารถลดค่า BMI และรอบเอวได้อย่างเหมาะสม</p> |
| <p>ข้อที่ ๒. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ และเข้าใจหลักการออกกำลังกายที่ถูกต้อง และเหมาะสม</p> <p><b>เป้าหมาย</b></p> <p>- ประชาชนทั่วไปอายุตั้งแต่ ๖ ปีขึ้นไปที่มีค่า BMI และรอบเอวเกิน จำนวน ๑๐๐ คน</p>                     | <p>๑. ร้อยละ ๘๐ ของผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้และเข้าใจเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายที่ถูกต้อง และเหมาะสม</p>        |
| <p>ข้อที่ ๓. เพื่อรณรงค์ ส่งเสริมและกระตุ้นให้ ประชาชนในชุมชนมีการออกกำลังกายด้วยการเดินแอโรบิกอย่างต่อเนื่อง</p> <p><b>เป้าหมาย</b></p> <p>- ประชาชนทั่วไปอายุตั้งแต่ ๖ ปีขึ้นไปที่มีค่า BMI และรอบเอวเกิน จำนวน ๑๐๐ คน</p>         | <p>๑. ร้อยละ ๘๐ ของผู้เข้าร่วมโครงการมีการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง</p>  |
| <p>ข้อที่ ๔. เพื่อติดตามผลและแนะนำการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสำหรับกลุ่มที่มีค่า BMI ไม่ลด</p> <p><b>เป้าหมาย</b></p> <p>- ประชาชนกลุ่มที่มีค่า BMI ไม่ลด</p>   | <p>๑. ร้อยละ ๕๐ ของประชาชนกลุ่มที่มีค่า BMI ไม่ลด สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม</p>                     |

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย

| ระบุชนิดกิจกรรมหลัก เช่น ประชุม อบรม จัดบริการ การ จัดซื้อ   | งบประมาณ   | ระยะเวลา          | สถานที่                       |
|--|--|-------------------|-------------------------------|
| <p>๑. อบรม</p> <p>๑.๑ กิจกรรมย่อย จัดอบรมเชิงปฏิบัติการ ให้ความรู้การออกกำลังกายขั้นพื้นฐาน (หลักสูตร ๑ วัน จำนวน ๒ รุ่นๆละ ๕๐ คน)</p> | <p>- ค่าวิทยากร วันละ ๖ ชั่วโมงๆละ ๓๐๐ บาท จำนวน ๒ วัน เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท</p> <p>- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการและผู้สังเกตการณ์ จำนวน ๒ วันๆละ ๕๕ คนๆละ ๔ มี้อๆละ ๒๕ บาท เป็นเงิน ๕,๕๐๐ บาท</p> | <p>มิ.ย. ๒๕๖๑</p> | <p>ศูนย์กีฬาประจำหมู่บ้าน</p> |