

สรุปผลการดำเนินงาน
โครงการส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยการเต้นแอโรบิค ชุมชนราษฎร์อุทิศ

1. ชื่อโครงการ ส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยการเต้นแอโรบิค ชุมชนราษฎร์อุทิศ
2. วัตถุประสงค์
 - 2.1 เพื่อส่งเสริมกิจกรรมการออกกำลังกายในชุมชนให้มีทางเลือกรูปแบบกิจกรรมออกกำลังกายมากขึ้น
 - 2.2 เพื่อให้คนในชุมชนมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง
3. กลุ่มเป้าหมาย
 - ประชาชนกลุ่มเป้าที่ตั้งไว้ในชุมชนราษฎร์อุทิศ จำนวน 60 คน
 - และมีผู้เข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในแต่ละวันเฉลี่ย 30 คน
4. สถานที่ดำเนินงาน
 - ณ ที่ทำการชุมชนราษฎร์อุทิศ
5. วันที่จัดกิจกรรม
 - กิจกรรมออกกำลังกายในชุมชน ระหว่างวันที่ 1 มิถุนายน 2562 – 30 กันยายน 2562
6. งบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ	24,450 บาท	(สองหมื่นสี่พันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)
งบประมาณเบิกจ่ายจริง	24,450 บาท	(สองหมื่นสี่พันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)

มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

 1. ค่าใช้จ่ายกิจกรรมออกกำลังกายด้วยการเต้นแอโรบิค
 - 1.1 ค่าตอบแทนผู้นำออกกำลังกาย เป็นเงิน 14,400 บาท
(สัปดาห์ละ 3 ครั้ง/เดือน ครั้งละ 1 ชม.ๆละ 300 บาท จำนวน 4 เดือน)
 2. ค่าใช้จ่ายกิจกรรมจัดซื้อครุภัณฑ์
 - 2.1 ค่าเครื่องเสียงพร้อมอุปกรณ์ 1 ชุด เป็นเงิน 9,500 บาท
 3. ค่าใช้จ่ายกิจกรรมประชาสัมพันธ์
 - 3.1 ค่าไว้นิลโครงการ ขนาด 1.2x2.4 เมตร
(จำนวน 1 ผืนๆละ 350 บาท) เป็นเงิน 350 บาท
 4. ค่าใช้จ่ายกิจกรรมสรุปผลการดำเนินโครงการ
 - 4.1 ค่าจัดทำเอกสารรูปเล่มสรุปโครงการ จำนวน 2 เล่ม x 100 บาท
เป็นเงิน 200 บาท

รวมเป็นเงิน 24,450 บาท
(สองหมื่นสี่พันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)

7. ผลการดำเนินงาน

จากการทำโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยการเดินแอโรบิก ชุมชนราษฎร์อุทิศ พบว่าผู้เข้าร่วมโครงการในชุมชนให้ความสนใจเฉลี่ยต่อวัน 30 คน จากกลุ่มเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ จำนวน 60 คน และจากการทำกิจกรรมดังกล่าวประชาชนในชุมชนมีความตระหนักในการออกกำลังกายเพิ่มขึ้นจากคนที่ไม่เคยออกกำลังกาย สิ่งสำคัญในการทำโครงการดังกล่าว คือ คนในชุมชนราษฎร์อุทิศ ได้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเองในการดูแลตัวเองและชุมชนเพิ่มมากขึ้น และมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในชุมชนเพิ่มมากขึ้น เป็นมิติใหม่ของชุมชนราษฎร์อุทิศในการดูแลสุขภาพโดยการออกกำลังกายเพิ่มขึ้น

8. ปัญหา อุปสรรคในการดำเนินงาน

ประชาชนในชุมชนราษฎร์อุทิศ ยังความตระหนักในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของตนเอง และทางชุมชนยังขาดอุปกรณ์ในการออกกำลังกายที่ได้มาตรฐาน และสถานที่ในการออกกำลังกายในชุมชนที่เหมาะสม

9. ข้อเสนอแนะ

ควรส่งเสริมให้ชุมชนทำโครงการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย โดยทางชุมชนเองจะเป็นตัวกระตุ้นอีกทางหนึ่งเพื่อให้คนในชุมชนหันมาดูแลสุขภาพที่ดีโดยการออกกำลังกาย และสนับสนุนงบประมาณด้านการส่งเสริมสุขภาพในการออกกำลังกายต่อไป



(พ.ต.ท.ธงชัย ขนาน)

ประธานชุมชนราษฎร์อุทิศ

ผู้รับผิดชอบโครงการ/ผู้รายงานสรุปผลการดำเนินโครงการ

โครงการส่งเสริมการออกกำลังกาย
ด้วยการเดินแอโรบิค ชุมชนราษฎร์อุทิศ



โครงการส่งเสริมการออกกำลังกายของสตรี กอ.ดจ.อ.นครชัยศรี
ชุมชนรามัญรั้วพิน



โครงการส่งเสริมการออกกำลังกายของสตรี 100 ไร่
ชุมชนบางหญ้าแพรก



กิจกรรม เดิน วิ่ง 100 ไร่ ชุมชนบางหญ้าแพรก โดยความร่วมมือของ อบต.บางหญ้าแพรก และ อบจ.สมุทรสาคร
(วันที่ 13.10.2022 เวลา 08.00-10.00 น. ณ สนามกีฬา อบต.บางหญ้าแพรก)



โครงการส่งเสริมการออกกำลังกายของสตรีในวัย 100 ปี



ชุมชน บางขุนศรี



โครงการส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยท่าเต้นแอโรบิค
ชุมชนบางพลีใหญ่



ໂດຍການລ່ວງເສຍມີການອອກກິດຈະການດ້ວຍການໄປ 1107 ກິດ
ພູມສັນຖານຊຸມຊົນ

