**แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต 12 สงขลา**

**(แบบฟอร์มนี้เป็นตัวอย่าง กองทุน สามารถปรับเปลี่ยนหรือเพิ่มเติมรายละเอียดได้ตามความเหมาะสม)**

| | |
|---|---|
| **รหัสโครงการ** | **62 - Lxxxx -X-99**<br>**ปี-รหัสกองทุน 5 ตัว-ประเภท-ลำดับโครงการในหมวด** |
| **ชื่อโครงการ/กิจกรรม** | **ส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยกีฬา** |
| **ชื่อกองทุน** | **กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลท่างิ้ว** |
| | ☐สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)]<br>☐สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)]<br>☐ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)]<br>☐สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]<br>☐สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)] |
| หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ | ☐ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.<br>☐ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล<br>☐ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.<br>☑ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษาฯ<br>☐ กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน |
| **ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (5 คน)** | **ชื่อองค์กร** |
| **วันอนุมัติ** | **.....** |
| **ระยะเวลาดำเนินโครงการ** | ตั้งแต่ วันที่.....เดือน...พฤศจิกายน.....พ.ศ.....2562.....<br>ถึง วันที่.....เดือน...กันยายน.....พ.ศ.....2563..... |
| **งบประมาณ** | จำนวน 29,600 บาท |

**หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)**

ในปัจจุบันการกีฬาแห่งประเทศไทย ได้ตระหนักถึงความสำคัญของเด็กและวัยรุ่นที่จะใช้เวลาว่างในการออกกำลังกาย มากกว่าที่จะเอาเวลาว่างไปมั่วสุมสิ่งเสพติดหรือปฏิบัติตนในทางที่ผิดๆ ดังนั้นการส่งเสริมและพัฒนาการกีฬาของชาติและส่งเสริมให้ใช้กีฬาเป็นสื่อในการแก้ไขปัญหายาเสพติดปัญหาด้านสังคม และการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเด็กและเยาวชนและยกระดับมาตรฐานให้สูงขึ้น เพื่อให้เด็ก เยาวชน ได้มีความรู้ความเข้าใจในการนำทักษะขั้นพื้นฐานกีฬาวอลเลย์บอลมาใช้ในการออกกำลังกาย เล่นกีฬาอย่างถูกต้อง เพื่อนำไปสู่การพัฒนาสมรรถภาพทางกายและจิตใจ เพื่อสุขภาพและกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ตลอดจนเป็นศูนย์กลางในการออกกำลังกายในชุมชน ทำโครงการการออกกำลังกายด้วยกีฬา รณรงค์ส่งเสริมให้มีการจัดกิจกรรมด้านกีฬาและออกกำลังตลอดจนส่งเสริมให้เยาวชน และประชาชนได้เล่นกีฬาและออกกำลังกายที่ถูกต้องตามหลักวิชาการ และยุทธศาสตร์การพัฒนาการกีฬาขั้นพื้นฐานให้ความสำคัญแก่การพัฒนาส่งเสริมศักยภาพทักษะการเล่นกีฬา และการออกกำลังกายขั้นพื้นฐานให้แก่เด็กและเยาวชน ทั้งในระบบโรงเรียนและนอกระบบโรงเรียน การพัฒนาคุณภาพชีวิตของเด็กและเยาวชนจึงเป็นสิ่งที่สำคัญยิ่ง ตัวชี้วัดหนึ่งของคุณภาพชีวิตที่ดี คือ การมีสุขภาพที่ดี ผลจากการเปลี่ยนแปลงด้านสังคม เศรษฐกิจ การเมือง และสิ่งแวดล้อม รวมทั้งความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีและสารสนเทศ ได้ส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพของประชาชน ทำให้เกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคที่เกิดจากการมีพฤติกรรมการดำรงชีวิตที่ไม่ถูกต้องทั้งสิ้น เช่น การกินอาหารที่มีไขมันสูง ภาวะเครียด และขาดการออกกำลังกาย เป็นต้น ซึ่งโรคตามที่กล่าวแล้วนั้นสามารถป้องกันได้ด้วยการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม สุขภาพของประชาชนการส่งเสริมสุขภาพที่สำคัญประการหนึ่ง คือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ซึ่งเป็นยาที่ดีที่สุดของมนุษย์

จากการดำเนินการของโรงเรียนบ้านไสมะม่วง ในปีการศึกษาที่ผ่านมา พบว่านักเรียนบางส่วนขาดทักษะพื้นฐานทางด้านกีฬา ทำให้นักเรียนเล่นกีฬาและออกกำลังกายที่ไม่ถูกต้องตามหลักวิชาการและเพื่อส่งเสริมสุขภาพและกีฬาสู่ความเป็นเลิศ ตลอดจนเป็นศูนย์กลางในการออกกำลังกายในชุมชน ทางโรงเรียนจึงได้จัดทำโครงการนี้ขึ้น

**วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)**

<u>ขั้นเตรียมการ</u>

1. ประชุมคณะกรรมการจัดทำโครงการ
2. จัดทำแผนปฏิบัติการตามโครงการ
3. เสนอโครงการต่อคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเพื่อพิจารณาอนุมัติ

<u>ขั้นดำเนินการ</u>

1. ประชาสัมพันธ์ในโรงเรียน/ในชุมชนถึงการดำเนินโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยกีฬา
2. เชิญวิทยากรมาอบรมให้ความรู้
    - อบรมให้ความรู้ หัวข้อ “การออกกำลังกายด้วยกีฬาวอลเลย์บอล”
    - อบรมให้ความรู้ หัวข้อ “การออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล”
    - อบรมให้ความรู้ หัวข้อ “การออกกำลังกายด้วยกีฬาเปตอง”
    - อบรมให้ความรู้ หัวข้อ “หลักการเล่นกีฬาที่ถูกต้อง”
3. จัดให้มีผู้นำในการออกกำลังกายด้วยกีฬา ดำเนินการทุกวันอังคาร เวลา 15.30 น. – 16.30 น.
4. จัดทำแบบประเมินความพึงพอใจ
5. สรุปผลการดำเนินงานและรายงานผล

**ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

1. นักเรียนและเยาวชนได้มีการพัฒนาทางด้านร่างกายอารมณ์จิตใจและสังคม
2. นักเรียนและเยาวชนได้รู้จักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และห่างไกลจากสิ่งเสพติด
3. นักเรียนและเยาวชนได้สามารถแสดงออกถึงกิจกรรมกีฬาที่ตนเองชอบและถนัด

| เป้าหมาย/วัตถุประสงค์ | ตัวชี้วัด |
|---|---|
| **วัตถุประสงค์**<br>ข้อที่ 1 เพื่อให้นักเรียนและเยาวชนได้มีการพัฒนาทางด้านร่างกายอารมณ์จิตใจและสังคม<br>ข้อที่ 2 เพื่อให้นักเรียนและเยาวชนได้รู้จักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และห่างไกลจากสิ่งเสพติด<br>ข้อที่ 3 เพื่อให้นักเรียนและเยาวชนได้สามารถแสดงออกถึงกิจกรรมกีฬาที่ตนเองชอบและถนัด | **ตัวชี้วัดความสำเร็จ**<br>1. นักเรียนและเยาวชนมีการพัฒนาทางด้านร่างกายอารมณ์จิตใจและสังคม<br>2. นักเรียนและเยาวชนรู้จักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และห่างไกลจากสิ่งเสพติด<br>3. ร้อยละ 80 ของนักเรียนและเยาวชนมีทักษะการเล่นกีฬา |

**กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย(ปรับเพิ่ม หัวข้อได้ มากกว่าตัวอย่าง)**

| ชนิดกิจกรรม | งบประมาณ | ระบุวัน/ช่วงเวลา |
|---|---|---|
| 1. กิจกรรมอบรมทฤษฎี ในหัวข้อ<br>- การออกกำลังกายด้วยกีฬาวอลเลย์บอล<br>- การออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล<br>- การออกกำลังกายด้วยกีฬาเปตอง<br>- หลักการเล่นกีฬาที่ถูกต้อง | - ค่าป้ายโครงการ *(ขนาด1.5x2 เมตร)* = 450 บ.<br>- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม = 6,750 บ.<br>*(จำนวน 135 คน x 25 บาท x 2 มื้อ)*<br>- ค่าตอบแทนวิทยากรอบรมวิชาการ = 3,600 บ.<br>*(จำนวน 6 ชั่วโมง x 600 บาท)*<br>- ค่าตอบแทนวิทยากรกลุ่มย่อย = 1,800 บ.<br>*(จำนวน 6 ชั่วโมง x 300 บาท)*<br>- ค่าวัสดุในการฝึกอบรม = 17,000 บ.<br>*(ลูกวอลเลย์บอล Mikasa MVA 310 จำนวน 5 ลูก x 1,200 บาท)*<br>*(ลูกฟุตบอล Molten F5U 1000 - G9 จำนวน 5 ลูก x 500 บาท)*<br>*(ลูกเปตอง BOULES จำนวน 5 ชุด x 1,000 บาท)*<br>*(ตาข่ายฟุตบอลมาตรฐาน จำนวน 1 ชุด x 2,000 บาท)*<br>*(ตาข่ายวอลเลย์บอลรุ่นแข่งขัน จำนวน 1 ชุด x 1,500 บาท)* | ตั้งแต่วันที่.....- .....<br>มกราคม 2563<br>(เวลา 08.30-15.30 น.) |
| | **รวมทั้งสิ้น.....29,600.....บาท**<br>**หมายเหตุ รายจ่ายสามารถถัวเฉลี่ยได้ทุกรายการ** | |

**7. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม**

**7.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ.2561 ข้อ 10)**

**ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน.....**

☐ 7.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.

☐ 7.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล

☐ 7.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.

☑ 7.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน

☐ 7.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

**7.2 ประเภทการสนับสนุน(ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2562 ข้อ 10)**

☐ 7.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10(1)]

☐ 7.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 10 (2)]

☐ 7.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 10 (3)]

☐ 7.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10 (4)]

☐ 7.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10 (5)]

**7.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะอนุกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2562)**

☐ 7.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....

☐ 7.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....

☐ 7.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....

☐ 7.3.4 กลุ่มวัยทำงาน จำนวน..... คน.....

☐ 7.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน..... คน.....

☐ 7.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....

☐ 7.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....

☐ 7.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....

☐ 7.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]

**7.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก**

☐ 7.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

☐ 7.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

☐ 7.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

☐ 7.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด

☐ 7.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

☐ 7.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

☐ 7.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม

☐ 7.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

☐ 7.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ) .....

☐ 7.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

☐ 7.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

☐ 7.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

☐ 7.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

☐ 7.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

☐ 7.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์

☐ 7.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย

☐ 7.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

☐ 7.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ) .....

☐ 7.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

☐ 7.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

☐ 7.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

☐ 7.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

☑ 7.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

☐ 7.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์

☐ 7.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย

☐ 7.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

☑ 7.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอร์

☐ 7.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ) .....

☐ 7.4.4 กลุ่มวัยทำงาน

☐ 7.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

☐ 7.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

☐ 7.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

☐ 7.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

☐ 7.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน

☐ 7.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน

☐ 7.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

☐ 7.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอร์

☐ 7.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ) .....

☐ 7.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

☐ 7.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

☐ 7.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

☐ 7.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

☐ 7.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

☐ 7.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

☐ 7.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

☐ 7.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

☐ 7.4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ) .....

☐ 7.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

☐ 7.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

☐ 7.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

☐ 7.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

☐ 7.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

☐ 7.4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

☐ 7.4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ

☐ 7.4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง

☐ 7.4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง

☐ 7.4.5.2.9 อื่นๆ (ระบุ) .....

☐ 7.4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

☐ 7.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

☐ 7.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

☐ 7.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

☐ 7.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

☐ 7.4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

☐ 7.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

☐ 7.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

☐ 7.4.6.8 อื่นๆ (ระบุ) .....

☐ 7.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยงm

☐ 7.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

☐ 7.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

☐ 7.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

☐ 7.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

☐ 7.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ

☐ 7.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ) .....

☐ 7.4.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

☐ 7.4.8.1 อื่นๆ (ระบุ) .....

ลงชื่อ.....ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นายศุภโชค สินกั้ง)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านไสมะม่วง

วันที่-เดือน-พ.ศ. .....

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ.....
ครั้งที่ ..... / 25..... เมื่อวันที่..... ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

☐ **อนุมัติ**งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน .....บาท
เพราะ .....
.....

☐ **ไม่อนุมัติ**งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
เพราะ .....
.....

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)
.....
.....

☐ ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมตามแบบฟอร์ม **(ส่วนที่ 3)**ภายในวันที่
.....

ลงชื่อ.....
(.....)
ตำแหน่ง.....
วันที่-เดือน-พ.ศ. .....

**โครงการ** **ส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยกีฬา**

**หน่วยงาน/องค์กร** **โรงเรียนบ้านไสมะม่วง**

**ปีงบประมาณ** **พ.ศ. 2563**

---

**1. หลักการและเหตุผล**

ในปัจจุบันการกีฬาแห่งประเทศไทย ได้ตระหนักถึงความสำคัญของเด็กและวัยรุ่นที่จะใช้เวลาว่างในการออกกำลังกาย มากกว่าที่จะเอาเวลาว่างไปมั่วสุมสิ่งเสพติดหรือปฏิบัติตนในทางที่ผิดๆ ดังนั้นการส่งเสริมและพัฒนาการกีฬาของชาติ และส่งเสริมให้ใช้กีฬาเป็นสื่อในการแก้ไขปัญหายาเสพติดปัญหาด้านสังคม และการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเด็กและเยาวชนและยกระดับมาตรฐานให้สูงขึ้น เพื่อให้เด็ก เยาวชน ได้มีความรู้ความเข้าใจในการนำทักษะขั้นพื้นฐานกีฬาวอลเลย์บอลมาใช้ในการออกกำลังกาย เล่นกีฬาอย่างถูกต้อง เพื่อนำไปสู่การพัฒนาสมรรถภาพทางกายและจิตใจ เพื่อสุขภาพและกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ตลอดจนเป็นศูนย์กลางในการออกกำลังกายในชุมชน ทำโครงการการออกกำลังกายด้วยกีฬา รณรงค์ส่งเสริมให้มีการจัดกิจกรรมด้านกีฬาและออกกำลังตลอดจนส่งเสริมให้เยาวชน และประชาชนได้เล่นกีฬาและออกกำลังกายที่ถูกต้องตามหลักวิชาการ และยุทธศาสตร์การพัฒนาการกีฬาขั้นพื้นฐานให้ความสำคัญแก่การพัฒนาส่งเสริมศักยภาพทักษะการเล่นกีฬา และการออกกำลังกายขั้นพื้นฐานให้แก่เด็กและเยาวชน ทั้งในระบบโรงเรียนและนอกระบบโรงเรียน การพัฒนาคุณภาพชีวิตของเด็กและเยาวชนจึงเป็นสิ่งที่สำคัญยิ่ง ตัวชี้วัดหนึ่งของคุณภาพชีวิตที่ดี คือ การมีสุขภาพที่ดี ผลจากการเปลี่ยนแปลงด้านสังคม เศรษฐกิจ การเมืองและสิ่งแวดล้อม รวมทั้งความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีและสารสนเทศ ได้ส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพของประชาชน ทำให้เกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคที่เกิดจากการมีพฤติกรรมการดำรงชีวิตที่ไม่ถูกต้องทั้งสิ้น เช่น การกินอาหารที่มีไขมันสูง ภาวะเครียด และขาดการออกกำลังกาย เป็นต้น ซึ่งโรคตามที่กล่าวแล้วนั้น สามารถป้องกันได้ด้วยการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม สุขภาพของประชาชนการส่งเสริมสุขภาพที่สำคัญประการหนึ่ง คือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ซึ่งเป็นยาที่ดีที่สุดของมนุษย์

จากการดำเนินการของโรงเรียนบ้านไสมะม่วง ในปีการศึกษาที่ผ่านมา พบว่านักเรียนบางส่วนขาดทักษะพื้นฐานทางด้านกีฬา ทำให้นักเรียนเล่นกีฬาและออกกำลังกายที่ไม่ถูกต้องตามหลักวิชาการและเพื่อส่งเสริมสุขภาพและกีฬาสู่ความเป็นเลิศ ตลอดจนเป็นศูนย์กลางในการออกกำลังกายในชุมชน ทางโรงเรียนจึงได้จัดทำโครงการนี้ขึ้น

**2. วัตถุประสงค์**

1. เพื่อให้นักเรียนและเยาวชนได้มีการพัฒนาทางด้านร่างกายอารมณ์จิตใจและสังคม
2. เพื่อให้นักเรียนและเยาวชนได้รู้จักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และห่างไกลจากสิ่งเสพติด
3. เพื่อให้นักเรียนและเยาวชนได้สามารถแสดงออกถึงกิจกรรมกีฬาที่ตนเองชอบและถนัด

/2.เป้าหมาย.....

**3. เป้าหมาย**

กลุ่มเป้าหมายรวมทั้งสิ้น 135 คน ประกอบด้วย

- นักเรียนโรงเรียนบ้านไสมะม่วง และเยาวชนในชุมชนใกล้เคียง

**4. วิธีการดำเนินงาน**

ขั้นเตรียมการ

1. ประชุมคณะกรรมการจัดทำโครงการ
2. จัดทำแผนปฏิบัติการตามโครงการ
3. เสนอโครงการต่อคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเพื่อพิจารณาอนุมัติ

ขั้นดำเนินการ

1. ประชาสัมพันธ์ในโรงเรียน/ในชุมชนถึงการดำเนินโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยกีฬา
2. เชิญวิทยากรมาอบรมให้ความรู้
    - อบรมให้ความรู้ หัวข้อ “การออกกำลังกายด้วยกีฬาวอลเลย์บอล”
    - อบรมให้ความรู้ หัวข้อ “การออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล”
    - อบรมให้ความรู้ หัวข้อ “การออกกำลังกายด้วยกีฬาเปตอง”
    - อบรมให้ความรู้ หัวข้อ “หลักการเล่นกีฬาที่ถูกต้อง”
3. จัดให้มีผู้นำในการออกกำลังกายด้วยกีฬา ดำเนินการทุกวันอังคาร เวลา 15.30 น. – 16.30 น.
4. จัดทำแบบประเมินความพึงพอใจ
5. สรุปผลการดำเนินงานและรายงานผล

/5.ระยะ.....

**5. ระยะเวลาดำเนินการ**

เดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2562 ถึง เดือนกันยายน พ.ศ. 2563

| กิจกรรม | ปีงบประมาณ พ.ศ.2563 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ต.ค. | พ.ย. | ธ.ค. | ม.ค. | ก.พ. | มี.ค. | เม.ย. | พ.ค. | มิ.ย. | ก.ค. | ส.ค. | ก.ย. |
| 1. ประชุม/จัดทำแผน/เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติโครงการ | | | | | | | | | | | | |
| 2. ประชาสัมพันธ์ในโรงเรียน/ในชุมชน | | | | | | | | | | | | |
| 3. เชิญวิทยากรมาอบรมให้ความรู้<br>3.1 หัวข้อ “การออกกำลังกายด้วยกีฬาวอลเลย์บอล”<br>3.2 หัวข้อ “การออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล”<br>3.3 หัวข้อ “การออกกำลังกายด้วยกีฬาเปตอง”<br>3.4 หัวข้อ “หลักการเล่นกีฬาที่ถูกต้อง” | | | | | | | | | | | | |
| 4. จัดให้มีผู้นำในการออกกำลังกายด้วยกีฬา | | | | | | | | | | | | |
| 5. ประเมินผล สรุป รายงาน | | | | | | | | | | | | |

/6.งบ.....

**6. งบประมาณ**

จากงบกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลท่างิ้ว ประจำปีงบประมาณ 2563 รวมเป็นเงิน **จำนวน 29,600 บาท (สองหมื่นเก้าพันหกร้อยบาทถ้วน)** รายละเอียดดังต่อไปนี้

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. ค่าป้ายโครงการ ขนาด 1.5x2 เมตร | เป็นเงิน | 450 | บาท |
| 2. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม (จำนวน 135 คน x 25 บาท x 2 มื้อ) | เป็นเงิน | 6,750 | บาท |
| 3. ค่าตอบแทนวิทยากรอบรมวิชาการ (จำนวน 6 ชั่วโมง x 600 บาท) | เป็นเงิน | 3,600 | บาท |
| 4. ค่าตอบแทนวิทยากรกลุ่มย่อย (จำนวน 6 ชั่วโมง x 300 บาท) | เป็นเงิน | 1,800 | บาท |
| 5. ค่าวัสดุในการฝึกอบรม | เป็นเงิน | 17,000 | บาท |

- ลูกวอลเลย์บอล Mikasa MVA 310 จำนวน 5 ลูก x 1,200 บาท
- ลูกฟุตบอล Molten F5U 1000 - G9 จำนวน 5 ลูก x 500 บาท
- ลูกเปตอง BOULES จำนวน 5 ชุด x 1,000 บาท
- ตาข่ายฟุตบอลมาตรฐาน จำนวน 1 ชุด x 2,000 บาท
- ตาข่ายวอลเลย์บอลรุ่นแข่งขัน จำนวน 1 ชุด x 1,500 บาท

**รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 29,600 บาท**

**หมายเหตุ รายจ่ายสามารถเฉลี่ยได้ทุกรายการ**

**7. ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ**

1. นักเรียนและเยาวชนมีการพัฒนาทางด้านร่างกายอารมณ์จิตใจและสังคม
2. นักเรียนและเยาวชนรู้จักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และห่างไกลจากสิ่งเสพติด
3. ร้อยละ 80 ของนักเรียนและเยาวชนมีทักษะการเล่นกีฬา

**8. ผู้รับผิดชอบโครงการ**

- นางสาวณัฐการ ปักธงชัย และ นางสาวกุลลัดดา จิตรอักษร

**9. สถานที่**

- สนามกีฬาโรงเรียนบ้านไสมะม่วง ตำบลท่างิ้ว อำเภอห้วยยอด จังหวัดตรัง

/10.ผลที่.....

## 10. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. นักเรียนและเยาวชนได้มีการพัฒนาทางด้านร่างกายอารมณ์จิตใจและสังคม
2. นักเรียนและเยาวชนได้รู้จักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และห่างไกลจากสิ่งเสพติด
3. นักเรียนและเยาวชนได้สามารถแสดงออกถึงกิจกรรมกีฬาที่ตนเองชอบและถนัด

(ลงชื่อ) .....ผู้เขียนโครงการ
(นางสาวณัฐการ ปักธงชัย)
ตำแหน่ง ครูโรงเรียนบ้านไสมะม่วง

(ลงชื่อ) .....ผู้เสนอโครงการ
(นายศุภโชค สินกั้ง)
ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านไสมะม่วง

# กำหนดการ

## โครงการส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยกีฬา

## ณ โรงเรียนบ้านไสมะม่วง ตำบลท่างิ้ว อำเภอห้วยยอด จังหวัดตรัง

## วันที่..... -..... มกราคม 2563

| วันที่ | ช่วงเวลา | หัวข้อกิจกรรม |
|---|---|---|
| 1 (วันที่ ..... มกราคม 2563) | 07.30 – 08.00 น. | ลงทะเบียน |
| | 08.00 – 08.30 น. | พิธีเปิดโครงการ |
| | 08.30 - 11.30 น. | อบรมให้ความรู้ในหัวข้อ “การออกกำลังกายด้วยกีฬาวอลเลย์บอล”<br>อบรมให้ความรู้ในหัวข้อ “การออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอล”<br>อบรมให้ความรู้ในหัวข้อ “การออกกำลังกายด้วยกีฬาเปตอง” |
| | 11.30 - 12.30 น. | **พักรับประทานอาหารกลางวัน** |
| | 12.30 -15.00 น. | อบรมให้ความรู้ในหัวข้อ “หลักการเล่นกีฬาที่ถูกต้อง”<br>จัดให้มีผู้นำในการออกกำลังกายด้วยกีฬา |
| | 15.00 – 15.30 น. | จัดทำแบบประเมินความพึงพอใจ<br>สรุปผลการดำเนินงานและรายงานผล |

**หมายเหตุ** กำหนดการสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

รับประทานอาหารว่างระหว่างการอบรม 10.00 น. และ 14.00 น.