

โครงการทดสอบสมรรถภาพร่างกายข้าราชการตำรวจ

สถานีตำรวจภูธรตาดโตน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๗

๑. ชื่อโครงการ โครงการทดสอบสมรรถภาพร่างกายข้าราชการตำรวจ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๗

๒. ลำดับโครงการ “ตาดโตน ๒๐๔/๒๕๖๗”

๓. ผู้รับผิดชอบโครงการ งานอำนวยการสถานีตำรวจภูธรตาดโตน

๔. หลักการและเหตุผล

ตามแผนปฏิบัติราชการสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗ ยุทธศาสตร์ที่ ๔ เสริมสร้างความสามัคคี และบำรุงขวัญข้าราชการตำรวจ ให้มีความสำคัญกับ ข้อ ๔) จัดระบบสวัสดิการให้กับข้าราชการตำรวจและครอบครัวที่เหมาะสม เร่งรัดการแก้ไขปัญหาข้าราชการตำรวจ มีหนี้สินล้นพ้นตัว ส่งเสริมให้ข้าราชการตำรวจมีสุขภาพพลานามัยและความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น ตลอดจน ปลุกฝังข้าราชการตำรวจและครอบครัวนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในชีวิตประจำวัน นั้น

สถานีตำรวจภูธรตาดโตน จึงได้จัดทำโครงการทดสอบสมรรถภาพร่างกายข้าราชการตำรวจ ประจำปี พ.ศ.๒๕๖๑ เพื่อให้ความรู้และทดสอบสมรรถภาพร่างกายข้าราชการตำรวจในสังกัดสถานีตำรวจภูธรตาดโตน อันจะส่งผลให้ข้าราชการตำรวจมีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์ แข็งแรง สามารถปฏิบัติราชการได้อย่างเต็มที่และมีประสิทธิภาพมีความพร้อมที่จะปฏิบัติภารกิจที่ได้รับมอบหมายจากผู้บังคับบัญชา ตลอดจนเป็นแนวทางแก่ผู้บังคับบัญชาในการคัดเลือกบุคลากรที่มีคุณสมบัติทางร่างกายเหมาะสมกับภารกิจที่มอบหมายและเป็นการช่วยลดค่าใช้จ่ายในด้านการรักษาพยาบาลของข้าราชการตำรวจ อีกทางหนึ่งด้วย

๕. วัตถุประสงค์

โครงการทดสอบสมรรถภาพร่างกาย มีวัตถุประสงค์ ดังนี้

๕.๑ เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพ การออกกำลังกายและการทดสอบสมรรถภาพร่างกายแก่ข้าราชการตำรวจ

๕.๒ เพื่อดำเนินการทดสอบสมรรถภาพร่างกายแก่ข้าราชการตำรวจ

๖.เป้าหมาย : ข้าราชการตำรวจในสังกัดสถานีตำรวจภูธรตาดโตนทุกคน

๗ ระยะเวลาดำเนินการ : ปีงบประมาณ ๒๕๖๗

๘.วิธีการและขั้นตอนการดำเนินงาน

๘.๑ กำลังพลที่ต้องทดสอบสมรรถภาพร่างกาย ได้แก่ ข้าราชการตำรวจชั้นสัญญาบัตร และชั้นประทวน ทั้งชายและหญิง ตั้งแต่ระดับผู้บังคับการหรือเทียบเท่าลงมา โดยแบ่งการทดสอบตามกลุ่มอายุ ดังนี้

- กลุ่มที่ ๑ อายุระหว่าง ๑๗-๒๑ ปี
- กลุ่มที่ ๒ อายุระหว่าง ๒๒ – ๒๖ ปี
- กลุ่มที่ ๓ อายุระหว่าง ๒๗-๓๑ ปี
- กลุ่มที่ ๔ อายุระหว่าง ๓๒-๓๖ ปี
- กลุ่มที่ ๕ อายุระหว่าง ๓๗-๔๑ ปี
- กลุ่มที่ ๖ อายุระหว่าง ๔๒-๔๖ ปี
- กลุ่มที่ ๗ อายุระหว่าง ๔๗-๕๑ ปี
- กลุ่มที่ ๘ อายุระหว่าง ๕๒ ปีขึ้นไป

๘.๒ กรณีข้าราชการตำรวจที่จะต้องทำการทดสอบได้รับอันตราย หรือ ป่วย หรือบาดเจ็บ หรือพิการ ไม่สามารถทดสอบได้ จะต้องมีความเห็นจากแพทย์ ให้ได้รับการยกเว้นไม่ต้องทดสอบ เฉพาะในรายการที่ไม่สามารถทดสอบได้

๘.๓ รายการทดสอบสมรรถภาพร่างกาย

(๑) ท่าดันพื้น

(๒) ท่าลูกนั่ง

(๓) วิ่ง ๒ กิโลเมตร หรือเดิน ๓ กิโลเมตร ตามระยะเวลาที่กำหนด

การทดสอบทั้ง ๓ ท่า ดังกล่าวนี้ ถือเกณฑ์ “ผ่าน” หรือ “ไม่ผ่าน” โดยพิจารณาจากหลักเกณฑ์การให้คะแนนในแต่ละท่า รวมทั้งการพิจารณาจากเพศ และวัยของผู้เข้ารับการทดสอบด้วย

๘.๔ หลักเกณฑ์และการดำเนินการทดสอบสมรรถภาพร่างกาย

(๑) เกณฑ์ที่ถือว่า “ผ่าน” การทดสอบสมรรถภาพร่างกาย จะต้องทดสอบครบถ้วนทั้ง ๓ รายการที่กำหนดได้คะแนนเฉลี่ย ไม่ต่ำกว่า ๕๕ ใน ๑๐๐ คะแนน

(๒) ห้วงเวลาที่ทดสอบ กำหนดให้มีการทดสอบสมรรถภาพร่างกายปีละ ๒ ครั้งในเดือน มีนาคม และ กันยายน ของทุกปี สำหรับข้าราชการตำรวจซึ่งลาป่วยโดยมีใบรับรองแพทย์ หรือเดินทางไปราชการ ให้เลื่อนการทดสอบและให้ทดสอบภายใน ๓๐ วัน หลังจากหายป่วย หรือเดินทางกลับจากราชการแล้ว

๘.๕ วิธีการทดสอบสมรรถภาพร่างกาย

(๑) แต่งตั้งคณะกรรมการทดสอบสมรรถภาพร่างกายของหน่วย เพื่อทำการทดสอบสมรรถภาพร่างกาย ตามหลักเกณฑ์ที่กำหนด แล้วแต่กรณี

(๒) ผู้รับการทดสอบให้แต่งกายชุดกีฬาตามความเหมาะสมทั้งชายและหญิง

(๓) ให้ทดสอบตามรายการทดสอบลำดับ และภายในวันเดียวกันดังนี้ คือ ท่าดันพื้น ลูกนั่ง และวิ่ง ๒ กิโลเมตร สำหรับผู้รับการทดสอบเพศหญิง หรือผู้มีอายุเกินกว่า ๔๕ ปี หรือผู้ที่แพทย์ตรวจแล้วเห็นสมควรให้ทดสอบด้วยท่าที่ปรับปรุงจากท่าดันพื้น ท่าลูกนั่ง และ/หรือ เดิน ๓ กิโลเมตรแทน

๘.๖ การบันทึก และการรายงานผลการตรวจสอบสมรรถภาพร่างกาย

(๑) ผลการทดสอบสมรรถภาพร่างกายข้าราชการตำรวจ ให้บันทึกเป็นรายบุคคลตามแบบบันทึกผลการทดสอบ

(๒) ให้รวบรวมรายงานสรุปผลการทดสอบสมรรถภาพร่างกายข้าราชการตำรวจตามแบบรายงานสรุปผลการทดสอบ เสนอ ผู้บังคับการตำรวจภูธรจังหวัดสกลนคร เพื่อเก็บรวบรวมเป็นข้อมูลกำลังพลหลังจากที่เสร็จสิ้นการทดสอบแล้วภายใน ๑๕ วัน

๙. ประเภทกิจกรรม : กิจกรรมรอง

๑๐. ความเชื่อมโยงของกิจกรรม : ตามแผนปฏิบัติการสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๑ ยุทธศาสตร์ที่ ๔ เสริมสร้างความสามัคคีและบำรุงขวัญข้าราชการตำรวจ ให้ความสำคัญกับ ข้อ ๔) จัดระบบสวัสดิการให้กับข้าราชการตำรวจและครอบครัวที่เหมาะสม เร่งรัดการแก้ไขปัญหามหาข้าราชการตำรวจ มีหนี้สินล้นพ้นตัว ส่งเสริมให้ข้าราชการตำรวจมีสุขภาพพลานามัยและความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น ตลอดจน ปลุกฝังข้าราชการตำรวจและครอบครัวนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในชีวิตประจำวัน

๑๑. งบประมาณ: ใช้งบประมาณปกติของหน่วย

๑๒. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- (๑) ข้าราชการตำรวจมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง มีความพร้อมที่จะปฏิบัติภารกิจที่ได้รับมอบหมายจากผู้บังคับบัญชาได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- (๒) ข้าราชการตำรวจมีบุคลิกภาพและท่าทางที่องอาจ ผึ่งผาย สมกับเป็นผู้พิทักษ์สันติราษฎร์ และได้รับความเชื่อมั่นศรัทธาจากประชาชนผู้พบเห็น
- (๓) ผู้บังคับบัญชาได้ใช้รายงานสรุปผลการทดสอบสมรรถภาพเป็นแนวทางในการคัดเลือกบุคลากรที่มีคุณสมบัติทางร่างกายเหมาะสมกับภารกิจที่จะมอบหมาย
- (๔) ค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล และการสูญเสียบุคลากร มีจำนวนลดลง
- (๕) ข้าราชการตำรวจสามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลยิ่งขึ้น

๑๓. ผลสัมฤทธิ์/เป้าหมาย

- (๑) จำนวนครั้งที่ทำการทดสอบสมรรถภาพร่างกาย ๒ ครั้ง/ปี
- (๒) จำนวนผู้ผ่านเกณฑ์การทดสอบสมรรถภาพร่างกาย ร้อยละ ๙๐

๑๔ การกำกับ ดูแล และการประเมินผล

งานอำนวยการ สถานีตำรวจภูธรตาดโตน เป็นผู้รับผิดชอบ กำกับ ดูแล และติดตามการดำเนินการตามโครงการ สรุปรายงานผู้กำกับการสถานีตำรวจภูธรตาดโตนทราบ และรายงานผู้บังคับการตำรวจภูธรจังหวัดสกลนคร ทราบ

พันตำรวจโทหญิง



ผู้เขียนโครงการ

(ศุภิสรา จันทะรักษ์)

สารวัตรอำนวยการ สถานีตำรวจภูธรตาดโตน

พันตำรวจโท



ผู้เห็นชอบโครงการ

(สุระชาติ ปวงสุข)

รองผู้กำกับการป้องกันปราบปราม สถานีตำรวจภูธรตาดโตน

พันตำรวจเอก



ผู้อนุมัติโครงการ

(พีระเดช เจริญเดช)

ผู้กำกับการสถานีตำรวจภูธรตาดโตน



โครงการทดสอบสมรรถภาพร่างกาย

ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๓

“ตาดโตน ๒๐๔/๒๕๖๓”



สถานีตำรวจภูธรตาดโตน



คำสั่งสถานีตำรวจภูธรตากโดน

ที่ ๑๕๔/ ๒๕๖๖

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินการทดสอบสมรรถภาพร่างกายข้าราชการตำรวจ

ตามแผนปฏิบัติการสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗ ยุทธศาสตร์ที่ ๔ เสริมสร้างความสามัคคีและบำรุงขวัญข้าราชการตำรวจ ให้มีความสำคัญกับ ข้อ ๔) จัดระบบสวัสดิการให้กับข้าราชการตำรวจและครอบครัวที่เหมาะสม เร่งรัดการแก้ไขปัญหาข้าราชการตำรวจ มีหนี้สินล้นพ้นตัว ส่งเสริมให้ข้าราชการตำรวจมีสุขภาพพลานามัยและความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น ตลอดจน ปลุกฝังข้าราชการตำรวจและครอบครัวนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการชีวิตประจำวัน สถานีตำรวจภูธรตากโดน จึงได้จัดทำโครงการทดสอบสมรรถภาพร่างกายข้าราชการตำรวจ ประจำปี ๒๕๖๗

เพื่อให้การดำเนินการตามโครงการดังกล่าวเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและบรรลุวัตถุประสงค์ จึงแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินการทดสอบสมรรถภาพทางกายของข้าราชการตำรวจในสังกัดสถานีตำรวจภูธรตากโดน ดังนี้.-

๑. คณะกรรมการที่ปรึกษา

๑.๑ ผู้กำกับการ สถานีตำรวจภูธรตากโดน เป็นประธานกรรมการ

๑.๒ รองผู้กำกับการ สถานีตำรวจภูธรตากโดน เป็นกรรมการ

๒. คณะกรรมการดำเนินการ

๒.๑ ผู้กำกับการ สถานีตำรวจภูธรตากโดน เป็นประธานกรรมการ

๒.๒ รองผู้กำกับการป้องกันปราบปราม สถานีตำรวจภูธรตากโดน เป็นกรรมการ

๒.๓ สารวัตร (ทุกสายงาน) สถานีตำรวจภูธรตากโดน เป็นกรรมการ

๒.๔ สารวัตรอำนวยการ สถานีตำรวจภูธรตากโดน เป็นกรรมการ/เลขานุการ

๒.๕ ร้อยตำรวจเอก ทวีวุฒิ นันทะสุข รองสารวัตรป้องกันปราบปรามฯ เป็นกรรมการ

๒.๖ กำลังพลงานอำนวยการทุกนาย เป็นกรรมการ/ผู้ช่วยเลขานุการ

มีหน้าที่ดำเนินการทดสอบสมรรถภาพของข้าราชการตำรวจทุกนายในสังกัดตำรวจภูธรตากโดนตามเกณฑ์ที่กำหนด โดยยึดหลักความปลอดภัยสูงสุด แล้วรวบรวมรายงานสรุปผลการดำเนินการให้ผู้บังคับบัญชาทราบ

สั่ง ณ วันที่ ๕ เดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๖

พันตำรวจเอก

(พีระเดช เจริญเดช)

ผู้กำกับการสถานีตำรวจภูธรตากโดน