

โครงการการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

๑. ชื่อโครงการอบรมส่งเสริมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน ๔ มิติ

๒. สอดคล้องกับยุทธศาสตร์และจุดเน้นการดำเนินงาน สำนักงาน กศน.

ยุทธศาสตร์ที่ ๒. ด้านการสร้างสมรรถนะและทักษะคุณภาพ

๒.๑ ส่งเสริมการจัดการศึกษาตลอดชีวิต ที่เน้นการพัฒนาทักษะที่จำเป็นสำหรับแต่ละช่วงวัย และการจัดการศึกษาและการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับแต่ละกลุ่มเป้าหมายและบริบทพื้นที่

๒.๕ ส่งเสริมการจัดการศึกษาของผู้สูงอายุ เพื่อให้เป็น Active Ageing Workforce และมี Life skill ในการดำรงชีวิตที่เหมาะสมกับช่วงวัย

๓. หลักการและเหตุผล

รัฐบาลมีนโยบายให้ประชากรทุกคนตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมการเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพของประเทศให้ ผู้สูงอายุดำรงชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรี พึ่งตนเองได้ มีคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งสำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย ได้เล็งเห็นความสำคัญเรื่องนี้ ให้มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยให้กับผู้สูงอายุ เนื่องจากความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์และสาธารณสุขทำให้ประชากรมีอายุขัยยืนยาวขึ้น จำนวนผู้สูงอายุจึงเพิ่มมากขึ้นเป็นลำดับ จากภาวะนี้ทำให้เกิดความตื่นตัวและเตรียมการเพื่อรองรับ และให้การดูแลประชากรกลุ่มนี้มากขึ้น การดูแลและส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุนับว่าเป็นภารกิจที่สำคัญสำหรับครอบครัว ชุมชน และสังคมโดยรวม เพื่อให้เกิดการดูแลเอื้ออาทรแก่ผู้สูงอายุซึ่งนับว่าเป็นผู้ที่ทำคุณประโยชน์แก่ครอบครัว ชุมชนและสังคมมาก่อน จนถึงวัยที่ท่านสมควรได้รับการตอบแทน โดยการดูแลและห่วงใยท่านเช่นเดียวกับสิ่งที่ท่านได้ทำมา

ชุมชนในอำเภอแปลงยาว มีจำนวนผู้สูงอายุและสัดส่วนผู้สูงอายุ (ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปี ขึ้นไป) ของชุมชนเพิ่มขึ้นในอัตราที่รวดเร็ว ทำให้โครงสร้างประชากรของอำเภอแปลงยาว กำลังเคลื่อนเข้าสู่ระยะที่เรียกว่า "ภาวะประชากรผู้สูงอายุ (population ageing)" อันจะมีผลต่อสภาพทางสังคม สภาพเศรษฐกิจและการจ้างงาน ตลอดจนการจัดการทรัพยากรทางสุขภาพและสังคมของประเทศอย่างต่อเนื่องในระยะยาว

ดังนั้น กศน.อำเภอแปลงยาว จึงได้โครงการอบรมส่งเสริมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน ๔ มิติขึ้น เพื่อส่งเสริมให้สถาบันครอบครัวได้ยึดหลักการดำรงชีวิตในด้านคุณธรรมจริยธรรม การสร้างสรรคความสัมพันธอันดีงามและการให้ความรักความอบอุ่นแก่ผู้สูงอายุในครอบครัว ให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่กับชุมชนได้อย่างปกติ และมีความเชื่อมั่นว่าจะไม่ถูกทอดทิ้งในบั้นปลายชีวิตต่อไป

๔. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุมี ความรู้ความเข้าใจและมีทักษะในการดูแลสุขภาพตนเองใน ๔ มิติ

๒. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน

๕. กลุ่มเป้าหมาย

- เชิงปริมาณ

๑ ผู้สูงอายุตำบล หัวสำโรง	จำนวน ๖ คน
๒ ผู้สูงอายุ ตำบล แปลงยาว	จำนวน ๖ คน
๓ ผู้สูงอายุ ตำบล วังเย็น	จำนวน ๖ คน
๔ ผู้สูงอายุตำบลหนองไม้แก่น	จำนวน ๖ คน
รวมผู้เข้าร่วมโครงการทั้งสิ้น	จำนวน ๒๔ คน

- เชิงคุณภาพ

กลุ่มเป้าหมายผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองใน ๔ มิติและสามารถนำไปพัฒนาตนเอง ชุมชนและสังคมได้

๖. วิธีการดำเนินการ

กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	เป้าหมาย	พื้นที่ดำเนินการ	ระยะเวลา	งบประมาณ
<p>๑) บรรยายให้ความรู้กับผู้สูงอายุที่เข้ารับการอบรม</p> <p>- สถานการณ์ปัญหาของผู้สูงอายุในประเทศไทย</p>	<p>๑. ผู้เรียนสามารถถึงสถานการณ์ปัญหาของผู้สูงอายุในประเทศไทย</p>	<p>ผู้สูงอายุในพื้นที่อำเภอแปลงยาว</p>	<p>-ครู กศน. จำนวน ๔ คน</p> <p>-ผู้สูงอายุ จำนวน ๒๔ คน</p>	<p>โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองไม้แก่น ต.หนองไม้แก่น อ.แปลงยาว</p>	<p>๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕</p>	<p>๒,๗๖๐ บาท</p>
<p>๒)ฐานการเรียนรู้ ๔ มิติ</p> <p>- มิติสุขภาพ</p> <p>- มิติสังคม</p> <p>- มิติเศรษฐกิจ</p>	<p>-เพื่อเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีให้กับผู้สูงอายุให้ห่างไกลจากโรคภัยไข้เจ็บ และอุบัติเหตุต่าง ๆ ลดภาวะซึมเศร้า</p> <p>- เพื่อเตรียมความพร้อมให้ผู้สูงอายุสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างสมดุลและปกติสุข เรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นและอยู่คนเดียว</p> <p>- เพื่อเสริมสร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจให้กับผู้สูงอายุ อาทิ การวางแผนทางการเงิน การออมเงินในรูปแบบต่าง ๆ การจัดการทรัพย์สิน</p>					

- มิติสภาพแวดล้อม	- เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะในการเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย สิ่งอำนวยความสะดวก และสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตร					
๓) ประเมินผลผู้เข้าร่วมการอบรม	๒) เพื่อวัดและประเมินผลผู้เรียน		-ครู กศน. จำนวน ๔ คน -ผู้สูงอายุ จำนวน ๒๔ คน	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองไม้แก่น ต.หนองไม้แก่น อ.แปลงยาว	๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕	

๗. งบประมาณ

โดยเบิกจากเงินงบประมาณแผนงาน : พื้นฐานด้านการพัฒนาและส่งเสริมศักยภาพทรัพยากรมนุษย์
 ผลผลิตที่ ๔ : ผู้รับบริการการศึกษานอกระบบ งบดำเนินงาน รหัสงบประมาณ ๒๐๐๐๒๓๖๐๐๔๐๐๐๐๐๐
 กิจกรรมจัดการศึกษานอกระบบ : การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต เป็นเงิน ๒,๗๖๐ บาท (สองพันเจ็ดร้อยหกสิบบาทถ้วน) โดยรายละเอียด ดังนี้

- ค่าอาหารว่าง จำนวน ๑ มื้อๆละ ๒๕ บาท X ๒๔ คน เป็นเงิน ๖๐๐ บาท
- กระดาษถ่ายเอกสาร A ๔ จำนวน ๓ รีมๆละ ๑๑๐ บาท เป็นเงิน ๓๓๐ บาท
- หมึกปริ้นเตอร์ Cannon ๒๐๑๐ จำนวน ๑ ชุดๆละ๑,๔๐๐ บาท เป็นเงิน ๑,๔๐๐ บาท
- กระดาษปรู๊ฟ จำนวน ๒๒ แผ่นๆละ ๕ บาท เป็นเงิน ๑๑๐ บาท
- กระดาษโฟโต้ จำนวน ๑ ห่อๆละ ๒๐๐ บาท เป็นเงิน ๒๐๐ บาท
- ปากกาเคมี ๒ หัว จำนวน ๘ อันๆละ ๑๕ บาท เป็นเงิน ๑๒๐ บาท

รวมเป็นเงิน ๒,๗๖๐ บาท (สองพันเจ็ดร้อยหกสิบบาทถ้วน)

โดยขอถัวจ่ายทุกรายการ ตามที่จ่ายจริง

๘. แผนการใช้จ่ายงบประมาณ

กิจกรรมหลัก	ไตรมาสที่ ๑ (ต.ค.-ธ.ค.๖๔)	ไตรมาสที่ ๒ (ม.ค.-มี.ค.๖๕)	ไตรมาสที่ ๓ (เม.ย.-มิ.ย.๖๕)	ไตรมาสที่ ๔ (ก.ค.-ก.ย.๖๕)
โครงการอบรมส่งเสริมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน ๔ มิติ	-	๒,๗๖๐	-	-

๙. ผู้รับผิดชอบโครงการ

นายบรรเจ็ด สังข์เจริญ	ครู กศน.ตำบลวังเย็น
นางสาววิภาณี ศิริพิพัฒน์	ครู กศน.ตำบลหัวสำโรง
นางสาวราวดี แสนยมาต	ครู กศน.ตำบลแปลงยาว
นางสาววิษชุดา มีแก้ว	ครู กศน.ตำบลหนองไม้แก่น

๑๐. เครือข่าย

๑. ผู้นำชุมชน
๒. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล

๑๑. โครงการที่เกี่ยวข้อง

- โครงการจัดการศึกษาต่อเนื่อง
- โครงการประกันคุณภาพการศึกษา

๑๒. ผลลัพธ์

- ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพ การปฏิบัติตนอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข และสามารถนำไปพัฒนาตนเอง ชุมชนและสังคมได้

๑๓. ดัชนีวัดผลสำเร็จของโครงการ

- ตัวชี้วัดผลผลิต (Output)
 - ร้อยละ ๘๐ ของกลุ่ม ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจและมีทักษะในการดูแลสุขภาพตนเองใน ๔ มิติ
 - ร้อยละ ๘๐ ของกลุ่ม ผู้สูงอายุได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน
 - ร้อยละ ๘๐ ของกลุ่มเป้าหมาย มีความพึงพอใจในระดับดีขึ้น
- ตัวชี้วัดผลลัพธ์ (Outcome)
 - กลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมโครงการผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองใน ๔ มิติ และสามารถนำไปพัฒนาตนเอง ชุมชนและสังคมได้

๑๔. การติดตามและประเมินโครงการ

- แบบนิเทศติดตามผล
- แบบประเมินความพึงพอใจ

ลงชื่อ.....ผู้เสนอโครงการ
(นายบรรเจ็ด สังข์เจริญ)
ครู กศน.ตำบล

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติโครงการ
(นางรุ่งอรุณ บุตรสิงห์)
ผู้อำนวยการ กศน.อำเภอบ้านโพธิ์
รักษาการในตำแหน่ง ผู้อำนวยการ กศน.อำเภอแปลงยาว

หลักสูตร คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน ๔ มิติ

๑. ชื่อหลักสูตร คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน ๔ มิติ

๒. ระยะเวลาเรียน ๓ ชั่วโมง

๓. เหตุผลและความจำเป็นของหลักสูตร

รัฐบาลมีนโยบายให้ประชากรทุกคนตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมการเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพของประเทศให้ ผู้สูงอายุดำรงชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรี พึ่งตนเองได้ มีคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งสำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย ได้เล็งเห็นความสำคัญเรื่องนี้ ให้มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยให้กับผู้สูงอายุ เนื่องจากความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์และสาธารณสุขทำให้ประชากรมีอายุขัยยืนยาวขึ้น จำนวนผู้สูงอายุจึงเพิ่มมากขึ้นเป็นลำดับ จากภาวะนี้ทำให้ เกิดความตื่นตัวและเตรียมการเพื่อรองรับและให้การดูแลประชากรกลุ่มนี้มากขึ้น การดูแลและส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุนับว่าเป็นภารกิจที่สำคัญสำหรับครอบครัว ชุมชน และสังคมโดยรวม เพื่อให้เกิดการดูแลเอาใจใส่แก่ผู้สูงอายุซึ่งนับว่าเป็นผู้ที่ทำคุณประโยชน์แก่ครอบครัว ชุมชน และสังคมมาก่อน จนถึงวัยที่ท่านสมควรได้รับการตอบแทน โดยการดูแลและห่วงใยท่านเช่นเดียวกับสิ่งที่ท่านได้ทำมา

ชุมชนในอำเภอแปลงยาว มีปัจจุบันจำนวนผู้สูงอายุและสัดส่วนผู้สูงอายุ (ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปี ขึ้นไป) ของชุมชนเพิ่มขึ้นในอัตราที่รวดเร็ว ทำให้โครงสร้างประชากรของอำเภอแปลงยาว กำลังเคลื่อนเข้าสู่ระยะที่เรียกว่า "ภาวะประชากรผู้สูงอายุ (population ageing)" อันจะมีผลต่อสภาพทางสังคม สภาวะเศรษฐกิจและการจ้างงาน ตลอดจนการจัดสรรทรัพยากรทางสุขภาพและสังคมของประเทศอย่างต่อเนื่องในระยะยาว

๔. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจและมีทักษะในการดูแลสุขภาพตนเอง ใน ๔ มิติ

๒. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน

๕. กลุ่มเป้าหมาย ผู้สูงอายุอำเภอแปลงยาว จำนวน ๒๔ คน

๖. การนำหลักสูตรไปใช้ การอบรม ชั้นเรียน ค่าย ศึกษาดูงาน อื่นๆ (ระบุ).....

๗. ผู้เสนอ/ผู้จัดทำหลักสูตร นายบรรเจิด สังข์เจริญ

๘. ผู้ตรวจเนื้อหา -

๑๐. พัฒนาจากหลักสูตร (อ้างอิง)

รายละเอียดโครงสร้างหลักสูตร

โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัด	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๑	- สถานการณ์ ปัญหาของผู้สูงอายุ ในประเทศ	๑.เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมี ความรู้ความเข้าใจ สถานการณ์ปัญหา	-เรื่อง สถานการณ์ ปัญหาของ ผู้สูงอายุในประ เทศ	-วิทยากรเกริ่น นำเรื่องผู้สูงอายุ ในชุมชน -วิทยากร บรรยายเรื่อง สถานการณ์ ปัญหาของ ผู้สูงอายุใน ประเทศ	๓๐ นาที	
	ทักษะชีวิตผู้สูงอายุ ใน ๔ มิติ	๒.เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจในทักษะชีวิต ผู้สูงอายุใน ๔ มิติ	- มิติสุขภาพ - มิติสังคม - มิติเศรษฐกิจ - มิติ สภาพแวดล้อม	แบ่งฐานการ เรียนรู้ จำนวน ๔ ฐาน กลุ่มละ ๖ คน		
๒	สรุปองค์ความรู้ ร่วมกัน ทักษะชีวิต ผู้สูงอายุใน ๔ มิติ	๓.สรุปองค์ความรู้ร่วมกัน ในคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน ๔ มิติ	-สรุปองค์ความรู้ ร่วมกันใน คุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุใน ๔ มิติ	<u>ขั้นสรุป</u> -วิทยากรสรุป เนื้อหา	๒ ชั่วโมง	
๓	สรุปองค์ความรู้ ร่วมกัน ทักษะชีวิต ผู้สูงอายุใน ๔ มิติ	๓.สรุปองค์ความรู้ร่วมกัน ในคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน ๔ มิติ	-สรุปองค์ความรู้ ร่วมกันใน คุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุใน ๔ มิติ	<u>ขั้นสรุป</u> -วิทยากรสรุป เนื้อหา	๓๐ นาที	

สื่อประกอบการเรียน / อุปกรณ์

๑. สื่อการสอน
๒. ใบความรู้

การวัดและประเมินผล

๑. ใช้แบบทดสอบวัดความรู้ เพื่อวัดความรู้ เรื่อง ๓Rs (Reduce Reuse and Recycle)
๒. ใช้แบบติดตามการนำไปใช้ เพื่อวัดการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้อง

เงื่อนไขการจบหลักสูตร

- ต้องได้คะแนนประเมินรวมไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ จึงจะผ่านเกณฑ์การประเมิน

ลงชื่อผู้เสนอหลักสูตร

(นายบรรเจิด สังข์เจริญ)

ครู กศน.ตำบล

ลงชื่อ..... ผู้อนุมัติหลักสูตร

(นางรุ่งอรุณ บุตรสิงห์)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการ กศน.อำเภอบ้านโพธิ์

รักษาการในตำแหน่ง ผู้อำนวยการ กศน.อำเภอแปลงยาว