

หลักสูตรการส่งเสริมการดูแลสุขภาพและสุขอนามัยของประชาชนในชุมชน จำนวน 3 ชั่วโมง

ความเป็นมา

จากนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการ(นางสาวตรีณัฐ เทียนทอง) มีนโยบายสร้างความรับรู้ ความเข้าใจในการส่งเสริมการดูแลสุขภาพและสุขอนามัยของประชาชนทุกวัย โดยมุ่งส่งเสริมให้ประชาชนมีสุขภาพดี มีคุณภาพชีวิตที่ดี สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ชาติ (พ.ศ.๒๕๖๑ – ๒๕๘๐) ด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ การพัฒนาในทุกมิติและในช่วงวัย เพื่อตอบสนองต่อนโยบายและกลยุทธ์ของการส่งเสริมสุขภาพ สุขภาวะอนามัยของรัฐบาล สอดคล้องกับร่างนโยบายและจุดเน้นการดำเนินงาน สำนักงาน กศน.ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕ ข้อ ๒ ด้านการสร้างสมรรถนะและทักษะคุณภาพ ข้อ ๒.๑ ส่งเสริมการจัดการศึกษาตลอดชีวิตที่เน้นการพัฒนาทักษะที่จำเป็นแต่ละช่วงวัยและการจัดการศึกษาและการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับแต่ละกลุ่มเป้าหมายและบริบทพื้นที่ ข้อ ๒.๕ ส่งเสริมการจัดการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ เพื่อให้เป็น Active Ageing Workforce และมี Life skill ในการดำรงชีวิตที่เหมาะสมกับช่วงวัย

แผนงาน:ยุทธศาสตร์เพื่อสนับสนุนด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ กิจกรรมจัดการศึกษานอกระบบ:การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

สอดคล้องกับ ประกันคุณภาพ มาตรฐานการศึกษาต่อเนื่อง มาตรฐานที่ ๑ ประเด็นพิจารณาที่ ๑.๑ และ ๑.๒ และมาตรฐานที่ ๒ ประเด็นการพิจารณาที่ ๒.๑ ถึง ๒.๕

หลักการของหลักสูตร

จากยุทธศาสตร์ชาติ (พ.ศ.๒๕๖๑ – ๒๕๘๐) ได้กำหนดเป้าหมายการพัฒนาประเทศเพื่อให้บรรลุวิสัยทัศน์ “ประเทศไทยมีความมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน เป็นประเทศที่พัฒนาแล้วด้วยการพัฒนาตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” ที่มุ่งเน้นการสร้างสมดุลระหว่างการพัฒนาความมั่นคง เศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมโดยการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในรูปแบบ “ประชารัฐ” ซึ่งประกอบด้วย ๖ ยุทธศาสตร์ ซึ่งในยุทธศาสตร์ที่ ๓ การพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ มีเป้าหมายที่สำคัญ คือ การพัฒนาคนในทุกมิติและให้ทุกช่วงวัยให้เป็นคนดี เก่ง และมีคุณภาพ คนไทยมีความพร้อมทั้งกาย ใจ สติปัญญา มีพัฒนาการที่ดีรอบด้านและมีสุขภาวะที่ดีในทุกช่วงวัย เพื่อตอบสนองต่อนโยบายและกลยุทธ์ของการส่งเสริมคุณภาพ สุขภาวะอนามัยของรัฐบาลและนโยบายการพัฒนาประเทศตามโครงการไทยนิยมยั่งยืนในเรื่องการดูแลสุขภาพและสุขอนามัยของประชาชนในชุมชนของกระทรวงศึกษาธิการ และจากนโยบายและจุดเน้นการดำเนินงาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๒ เกี่ยวกับแผนการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาพและสุขภาวะของประชาชนทุกวัย สร้างความรู้ความเข้าใจ การสนับสนุนกิจกรรมสุขภาวะ การสร้างเครือข่ายภาคประชาชน รวมทั้งการผลิตสื่อการเรียนรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ สุขอนามัยสำหรับแม่ การดูแลสุขภาพและสุขอนามัยสำหรับผู้สูงอายุ การดูแลและป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs : Non – Communicable Diseases) ซึ่งเป็นโรคที่เป็นปัญหาด้านสุขภาพของคนทั่วโลก ซึ่งประเทศไทยกำลังเดินหน้าไปสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุ เฉกเช่นเดียวกับอีกหลาย ๆ ประเทศในสังคมโลก เนื่องจากอัตราการเกิดของเด็กทารกมีจำนวนน้อยลง ผู้คนในยุคปัจจุบันมีทัศนคติที่เปลี่ยนไปจากเดิม กล่าวคือ ผู้คนในปัจจุบันนิยมอยู่เป็นโสดมากยิ่งขึ้นเนื่องจากผู้หญิงมีความสามารถในการหาเลี้ยงตนเองได้มากขึ้น หรือแม้แต่ผู้ที่มีครอบครัวก็นิยมมีลูกเพียง ๑ – ๒ คน เท่านั้น ซึ่งแตกต่างจากในอดีตที่คนนิยมมีลูกจำนวนมากเพราะมีความเชื่อว่า เมื่อมีลูกจำนวนมากจะช่วยกันทำมาหาเลี้ยงครอบครัว นอกจากนั้นแล้วเทคโนโลยีทางการแพทย์ในปัจจุบันที่มีการวิวัฒนาการก้าวไกลมาก ยังมีส่วนทำให้ผู้คนในปัจจุบันมีอายุที่ยืนยาวมากยิ่งขึ้นด้วย

ดังนั้น เพื่อเป็นการเตรียมการรองรับกับสภาพสังคมที่จะเป็นสังคมผู้สูงอายุ จะต้องเตรียมพร้อมรับมือกับสภาพสังคมดังกล่าวในทุก ๆ ด้าน เช่น ด้านสวัสดิการสังคม การอำนวยความสะดวกสิ่งต่าง ๆ ในที่สาธารณะด้านการแพทย์ และส่งเสริมฟื้นฟูสมรรถภาพทางด้านร่างกาย และจิตใจ เล็งเห็นคุณค่าในตนเอง

ดังนั้น ศูนย์การศึกษาอนุกระบวนและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอเมืองฉะเชิงเทรา ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญดังกล่าว จึงจัดโครงการส่งเสริมการดูแลสุขภาพและสุขอนามัยของประชาชนในชุมชน ขึ้นเพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพอนามัย และการส่งเสริมสุขภาพอนามัยสำหรับผู้สูงอายุ การใช้สมาร์ตโฟน (Smartphone) เพื่อการสื่อสารสำหรับผู้สูงอายุ และการดูแลป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรังระดับบุคคลได้ มีขวัญและกำลังใจในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข

๔. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการ มีความรู้ ความเข้าใจสุขภาพอนามัย และการส่งเสริมสุขภาพอนามัยสำหรับผู้สูงอายุได้

๒. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการ มีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะในการใช้สมาร์ตโฟน (Smartphone) เพื่อการสื่อสารสำหรับผู้สูงอายุได้

๓. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการ มีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการดูแลป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรังระดับบุคคลได้

๔. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการ มีสุขภาพกายแข็งแรง สุขภาพจิตที่ดี สามารถพึ่งพาตนเองได้

กลุ่มเป้าหมาย

เชิงปริมาณ

-ประชาชนทั่วไป

-ผู้สูงอายุ

เชิงคุณภาพ

ผู้เข้าร่วมโครงการ มีความรู้ ความเข้าใจสุขภาพอนามัย และการส่งเสริมสุขภาพอนามัยสำหรับผู้สูงอายุ มีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะในการใช้สมาร์ตโฟน (Smartphone) เพื่อการสื่อสารสำหรับผู้สูงอายุ มีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการดูแลป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรังระดับบุคคลและมีสุขภาพกายแข็งแรง สุขภาพจิตที่ดี สามารถพึ่งพาตนเองได้

ระยะเวลา

จำนวน ๓ ชั่วโมง

- ภาคทฤษฎี ๑ ชั่วโมง

- ภาคปฏิบัติ ๒ ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร

เรื่องที่ ๑ สุขภาพอนามัย และการส่งเสริมสุขภาพอนามัยสำหรับผู้สูงอายุ

เรื่องที่ ๒ การใช้สมาร์ตโฟน (Smartphone) เพื่อการสื่อสารสำหรับผู้สูงอายุ

เรื่องที่ ๓ การดูแลป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรังระดับบุคคล

สื่อประกอบการเรียน

๑. เอกสาร/ใบความรู้

การวัดและประเมินผล

๑. การสังเกต
๒. แบบประเมินความพึงพอใจ

การจบหลักสูตร

๑. มีเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตามหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐
๒. มีผลการประเมินผ่านตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐
๓. มีผลที่สามารถนำความรู้ที่ได้ไปแก้ไขปัญหาและสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐

เอกสารหลักฐานการศึกษา

-

การเทียบโอน

-

รายละเอียดโครงสร้างหลักสูตร

จำนวน ๓ ชั่วโมง

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
<p>เรื่องที่ ๑ สุขภาพอนามัย และการส่งเสริมสุขภาพ อนามัยสำหรับผู้สูงอายุ</p> <p>เรื่องที่ ๒ การใช้สมาร์ตโฟน (Smartphone) เพื่อ การสื่อสารสำหรับผู้สูงอายุ</p> <p>เรื่องที่ ๓ การป้องกันและ ควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ระดับบุคคล</p>	<p>๑. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการ มี ความรู้ ความเข้าใจสุขภาพอนามัย และการส่งเสริมสุขภาพอนามัย สำหรับผู้สูงอายุ</p> <p>๒. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการ มี ความรู้ ความเข้าใจ และทักษะใน การใช้สมาร์ตโฟน (Smartphone) เพื่อการสื่อสาร สำหรับผู้สูงอายุ</p> <p>๓. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการ มี ความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการ ดูแลป้องกันและควบคุมโรคไม่ ติดต่อเรื้อรังระดับบุคคลได้</p>	<p>๑.ความสำคัญ วิธีการของการดูแลสุขภาพอนามัยของผู้ สูง</p> <p>๒.การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ</p> <p>๓.กฎหมายเกี่ยวกับผู้สูงอายุ</p> <p>๑.ความรู้พื้นฐานในการใช้สมาร์ตโฟน</p> <p>๒.การใช้งานสมาร์ตโฟนขั้นพื้นฐาน</p> <p>๓.การใช้แอปพลิเคชันจากสมาร์ตโฟน</p> <p>๔.ข้อแนะนำการใช้สมาร์ตโฟนอย่างปลอดภัย</p> <p>๑.การป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรังระดับบุคคล</p> <p>๒.แนวคิดการเสริมสร้างสุขภาพ</p> <p>๓.การดูแลและป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง</p>	<p>อบรมให้ความรู้การส่งเสริมการดูแลสุขภาพและ สุขอนามัยของประชาชนในชุมชน</p> <p>๑. ความสำคัญ วิธีการของการดูแลสุขภาพอนามัยของผู้สูง</p> <p>๑.๑ การประเมินด้านความแข็งแรงและว่องไว</p> <p>๑.๒ การประเมินด้านประสาทสัมผัส</p> <p>๑.๓ การประเมินด้านความแข็งแรงของกระดูก</p> <p>๒. การใช้สมาร์ตโฟน (Smartphone) เพื่อการสื่อสาร สำหรับผู้สูงอายุ</p> <p>๒.๑ ความรู้พื้นฐานในการใช้สมาร์ตโฟน</p> <p>๒.๒ การใช้งานสมาร์ตโฟนขั้นพื้นฐาน</p> <p>๒.๓ การใช้แอปพลิเคชันจากสมาร์ตโฟน</p> <p>๒.๔ ข้อแนะนำการใช้สมาร์ตโฟนอย่างปลอดภัย</p> <p>๓. การป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรังระดับบุคคล</p> <p>๓.๑ การป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรังระดับบุคคล</p> <p>๓.๒ แนวคิดการเสริมสร้างสุขภาพ</p> <p>๓.๓ การดูแลและป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง</p>	๑ ชั่วโมง	๒ ชั่วโมง

