

หลักสูตรส่งเสริมสุขภาวะอนามัยสู่วิถีชุมชนอยู่ดีมีสุข

จำนวน ๓ ชั่วโมง/วัน

ศูนย์ส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอคลองเขื่อน จังหวัดฉะเชิงเทรา

- กิจกรรม เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต เพื่อพัฒนาสังคมและชุมชน
- การส่งเสริมการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง
- การเรียนรู้การใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม

ความเป็นมา

ตามที่ สำนักงาน กศน.ได้ตระหนักความสำคัญของการพัฒนาคนตลอดชีวิต ได้มุ่งมั่นขับเคลื่อนภารกิจหลักตามแผนพัฒนาประเทศ และนโยบาย และจุดเน้นของกระทรวงศึกษาธิการ โดยเน้นการพัฒนาคุณภาพการศึกษานอกระบบและการศึกษาขั้นพื้นฐาน การศึกษาต่อเนื่อง และการศึกษาตามอัธยาศัยใน ๔ ประเด็นใหญ่ ประกอบด้วย การจัดการเรียนรู้คุณภาพ การสร้างสมรรถนะและทักษะคุณภาพองค์กร สถานศึกษาและแหล่งเรียนรู้คุณภาพ และการบริหารคุณภาพ อันจะนำไปสู่การสร้างโอกาสและลดความเหลื่อมล้ำทางการศึกษา การยกระดับคุณภาพเพิ่มประสิทธิภาพการให้บริการสำหรับกลุ่มเป้าหมาย และสร้างความพึงพอใจให้กับผู้บริการ

สืบเนื่องจาก กศน.อำเภอคลองเขื่อน เป็นสถานศึกษาที่เน้นการพัฒนาทักษะที่จำเป็นสำหรับแต่ละช่วงวัย และการจัดการศึกษาและการเรียนรู้ที่เหมาะสมแต่ละกลุ่มเป้าหมายและบริบทพื้นที่ ส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพื่อเตรียมความพร้อม การปฏิบัติ การดูแลสุขภาพและสุขอนามัยสำหรับเด็กแรกเกิด ๕ ปี สตรีตั้งครรภ์ ผู้สูงอายุ และกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับแม่และเด็กให้เหมาะสมกับบริบทของชุมชนและช่วงวัย เพื่อสร้างสมรรถนะทักษะ และคุณภาพด้านการศึกษาให้กับผู้เรียน กศน.อำเภอคลองเขื่อน จึงได้จัดโครงการนี้ขึ้น

๑. เป็นหลักสูตรที่เน้นการบูรณาการให้สอดคล้องกับศักยภาพของท้องถิ่นและชุมชน
๒. ส่งเสริมความร่วมมือในการดำเนินงานร่วมกับภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐและเอกชน
๓. กลุ่มเป้าหมายมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความรู้ความเข้าใจ ในการส่งเสริมสุขภาวะอนามัยสู่วิถีชุมชนอยู่ดีมีสุขของตนเองสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน

วัตถุประสงค์

ผู้สูงอายุ มีความรู้ความเข้าใจ ในการดูแลสุขภาพส่งเสริมสุขภาวะอนามัยสู่วิถีชุมชนอยู่ดีมีสุข ด้านร่างกายและจิตใจ มีคุณภาพชีวิตที่ดีอยู่ในสังคมได้ตามโครงการมีความสุข

กลุ่มเป้าหมาย

๑. ผู้รับการอบรมเป็นผู้สูงอายุพื้นที่อำเภอคลองเขื่อน

ระยะเวลา

- จำนวน ๑ วัน เวลา ๓ ชั่วโมง
-

โครงสร้างเนื้อหา

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี (ระบุ)	ปฏิบัติ (ระบุ)
๑	<p>หลักการและความสำคัญของการดูแลสุขภาวะอนามัยสำหรับแต่ละช่วงวัยและการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ</p> <p>อย่างเหมาะสม</p> <p>-การป้องกันการติดเชื้อไวรัส (COVID - ๑๙)</p>	<p>ผู้สูงอายุที่ต้องการความรู้ความเข้าใจ</p> <p>หลักการดูแลสุขภาวะอนามัยสำหรับแต่ละช่วงวัยและการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ</p> <p>อย่างเหมาะสม</p> <p>-การป้องกันการติดเชื้อไวรัส (COVID - ๑๙)</p>	<p>หลักการดูแลสุขภาวะอนามัยสำหรับแต่ละช่วงวัยและการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ</p> <p>อย่างเหมาะสม</p> <p>-การป้องกันการติดเชื้อไวรัส (COVID - ๑๙)</p>	<p>การบรรยายให้ความรู้ดูแลสุขภาวะอนามัยสำหรับแต่ละช่วงวัย การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ</p> <p>อย่างเหมาะสม</p> <p>-การป้องกันการติดเชื้อไวรัส (COVID - ๑๙)</p>	๑ ชั่วโมง	
๒	<p>โภชนาการในแต่ละช่วงวัย</p> <p>- ปัญหาด้านโภชนาการในแต่ละช่วงวัยและการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ</p> <p>อย่างเหมาะสม</p> <p>- พลังงานที่ผู้สูงอายุควรได้รับ</p>	<p>ผู้สูงอายุที่ต้องการความรู้ความเข้าใจโภชนาการในผู้สูงอายุ</p> <p>- ปัญหาด้านโภชนาการในแต่ละช่วงวัย</p> <p>- พลังงานที่ผู้สูงอายุควรได้ในแต่ละช่วงวัย</p>	<p>โภชนาการในแต่ละช่วงวัย</p> <p>- ปัญหาด้านโภชนาการในผู้สูงอายุและการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ</p> <p>อย่างเหมาะสม</p> <p>- พลังงานที่ผู้สูงอายุควรได้รับ</p>	<p>การบรรยายให้ความรู้</p>	๑ ชั่วโมง	

๓	<p>อาหารสำหรับผู้สูงอายุ</p> <ul style="list-style-type: none"> - อาหารสำหรับคนวัยกลางคน - อาหารสำหรับคนวัยชรา <p>ความต้องการอาหารและพลังงานของผู้สูงอายุและการเตรียมความพร้อมเข้าสู่ผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม</p>	<p>ผู้สูงอายุที่ต้องการความรู้ความเข้าใจอาหารสำหรับผู้สูงอายุ</p> <ul style="list-style-type: none"> - อาหารสำหรับคนวัยกลางคน - อาหารสำหรับคนวัยชรา <p>ผู้สูงอายุที่ต้องการความรู้ความเข้าใจความต้องการอาหารและพลังงานของผู้สูงอายุ</p>	<p>อาหารสำหรับผู้สูงอายุ</p> <ul style="list-style-type: none"> - อาหารสำหรับคนวัยกลางคน - อาหารสำหรับคนวัยชรา <p>ความต้องการอาหารและพลังงานของผู้สูงอายุและการเตรียมความพร้อมเข้าสู่ผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม</p>	<ul style="list-style-type: none"> - การบรรยายให้ความรู้ - การเรียนรู้จากคลิปวิดีโอ 	๓๐ นาที	
๔	<ul style="list-style-type: none"> - สรุปการอบรม - ผู้เข้าอบรมแสดงความคิดเห็น ในปฏิบัติตนต่อไปในชีวิตประจำวัน - สอบถามข้อสงสัยหรือข้อมูลเพิ่มเติม 	<p>เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้แสดงความคิดเห็นตลอดจนการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน</p>	<p>ข้อมูลการสรุปจากเนื้อหาการบรรยายของทางวิทยากรผู้สอน</p>	<p>สรุปข้อมูลจากวิทยากรผู้สอน และการแสดงความคิดเห็นของผู้เข้ารับการฝึกอบรม</p>	๓๐ นาที	

สื่อ/วัสดุอุปกรณ์การเรียนรู้

๑. เอกสาร/ใบความรู้
๒. ฝึกปฏิบัติจริง

การวัดและประเมินผล

๑. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
๒. การประเมินผลโดยแบบประเมินและรายงานผลการจบหลักสูตร

เงื่อนไขการผ่านการฝึกอบรม

๑. เวลาเรียน ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐
๒. มีผลการประเมินตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐

หลักฐานการผ่านการฝึกอบรม

- หลักเกณฑ์การประเมิน