

หลักสูตร ประชาชนสุขภาพดี ซีวีมีสุข
(การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต)

ความเป็นมา ยุทธศาสตร์สอดคล้องกับนโยบายและจุดเน้นสำนักงาน สกร. ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖

ข้อ ๓. การสร้างโอกาส ความเสมอภาค และความเท่าเทียมทางการศึกษาทุกช่วงวัย

๓.๒ พัฒนาข้อมูล และวางแผนทางเลือกทางการศึกษาและการเรียนรู้ที่หลากหลายให้กับผู้เรียน
กลุ่มเป้าหมายพิเศษ และกลุ่มเปราะบาง ในการเข้าถึงการศึกษา การเรียนรู้ และการฝึกอาชีพอย่างเท่าเทียม

๓.๓ พัฒนาทักษะฝีมือ พัฒนาการทางร่างกายและจิตใจกลุ่มผู้สูงอายุ ให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ สามารถ
ดำเนินชีวิตได้เต็มตามศักยภาพ โดยเน้นการดำเนินกิจกรรมใน ๔ มิติ ได้แก่ ด้านสุขภาพ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ
สอดคล้องกับ ประกันคุณภาพ มาตรฐานการศึกษาต่อเนื่อง มาตรฐานที่ ๑ ประเด็นพิจารณาที่ ๑.๑ และ ๑.๒ และ
มาตรฐานที่ ๒ ประเด็นการพิจารณาที่ ๒.๑ ถึง ๒.๕

หลักการของหลักสูตร

การส่งเสริมสุขภาพเป็นกลยุทธ์ที่สำคัญในการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของมนุษย์ การส่งเสริมสุขภาพเป็น
การลงทุนในสัดส่วนที่น้อยเมื่อเปรียบเทียบกับบริการรักษาพยาบาลที่มีราคาแพง รัฐบาลให้ความสำคัญในเรื่องของการ
ส่งเสริมดูแลสุขภาพและสุขอนามัยขอประชาชนทั้งประเทศ จึงกำหนดเป็นนโยบาย ในการพัฒนาประเทศตามโครงการ
ไทยนิยมยั่งยืน ในเรื่องของการดูแลสุขภาพและสุขอนามัยขอประชาชน ในชุมชน เชื่อว่าหากประชาชนมีสุขภาพที่ดีจะ
ส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีตามไปด้วย และเมื่อประชาชนในชาติ มีสุขภาพที่ดี ส่งผลให้การพัฒนาประเทศมีความ
เจริญก้าวหน้าและมั่นคง เพื่อตอบสนองต่อนโยบายและกลยุทธ์ของการส่งเสริมสุขภาพและสุขภาวะอนามัยของรัฐบาล
กระทรวงศึกษาธิการ และสำนักงาน สกร. เพื่อเป็นการรองรับการเปลี่ยนแปลงของปัญหาสุขภาพและสภาพแวดล้อมที่
เปลี่ยนไปตามบริบทของโลก ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอเมืองฉะเชิงเทรา นำนโยบายสู่การปฏิบัติ โดยร่วมสร้าง
ค่านิยมที่ถูกต้องเกี่ยวกับการส่งเสริมดูแลสุขภาพอนามัย เพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพที่แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ
มีคุณภาพชีวิตที่ดี และดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้ อย่างปกติสุข จึงได้จัดทำโครงการพัฒนาทักษะชีวิตประชาชนสุขภาพดี
ซีวีมีสุข เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายที่เข้ารับการอบรม สามารถดูแลสุขภาพอนามัยของตนเอง ให้ปราศจากโรคภัย
สามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุข

จุดมุ่งหมาย

๑. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจ มีการสร้างสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี และสามารถปรับ
ใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง

๒. เพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงปราศจากโรคภัย มีอารมณ์และจิตใจที่ดี สามารถดำรงชีวิตอยู่
ในสังคมได้อย่างมีความสุข

กลุ่มเป้าหมาย

ประชาชนทั่วไปในเขตอำเภอเมืองฉะเชิงเทรา

ระยะเวลา

จำนวน ๓ ชั่วโมง ดังนี้

ภาคทฤษฎี ๑.๓๐ ชั่วโมง

ภาคปฏิบัติ ๑.๓๐ ชั่วโมง

โครงสร้างของหลักสูตรประชาชนสุขภาพดี ซีวีมีสุข

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๑	<p>*ดำเนินการอบรมโครงการประชาชนสุขภาพดี ซีวีมีสุข บรรยายให้ความรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ให้ความรู้เกี่ยวกับวิธีการดูแลสุขภาพกาย และใจเพื่อชีวิตสดใส - การออกกำลังกายอย่างถูกวิธี - การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ - การดูแลสุขภาพ ห่างไกลโรค <p>* วิทยากรบรรยาย/สาธิต / ลงมือปฏิบัติ</p> <ul style="list-style-type: none"> - การทำไม้nardหลัง 	<p>๑. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมี ความรู้ ความเข้าใจ วิธีการดูแลสุขภาพกาย และสามารถปรับ ใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง</p> <p>๒. เพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพ สมบูรณ์แข็งแรง ปราศจาก โรคภัย มีอารมณ์และจิตใจที่ดี สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ให้ความรู้เกี่ยวกับวิธีการดูแลสุขภาพกาย และใจเพื่อชีวิตสดใส - การออกกำลังกายอย่างถูกวิธี - การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ - การดูแลสุขภาพ ห่างไกลโรค - การทำไม้nardหลัง 	<ul style="list-style-type: none"> - บรรยาย - ยกตัวอย่าง - ลงมือปฏิบัติ 	๑.๓๐ ชั่วโมง	๑.๓๐ ชั่วโมง
รวม					๑.๓๐ ชั่วโมง	๑.๓๐ ชั่วโมง

สื่อการเรียนรู้

๑. ใบความรู้
๒. ใบงาน

การวัดผลประเมินผล

๑. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
๒. การประเมินผลงานการปฏิบัติระหว่างเรียนความสำเร็จของการปฏิบัติและจบหลักสูตร

การจบหลักสูตร

๑. มีเวลาเรียน ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐
๒. มีผลการประเมินตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
๓. มีผลงานการประเมินทดสอบที่มีคุณภาพตามหลักเกณฑ์