

หลักสูตร โครงการส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสุขภาพ จำนวน ๓ ชั่วโมง

การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

ความเป็นมา

ในปัจจุบันประเด็นปัญหาด้านสุขภาพของประชาชนและระบบสุขภาพของโลกเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและมีความซับซ้อนมากขึ้น ทั้งปัญหาโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่แนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น ปัญหาการระบาดของโรคติดต่ออุบัติใหม่และอุบัติซ้ำ รวมทั้ง ปัญหาสุขภาพที่มาพร้อมกับความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ซึ่งปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดโรค/ปัญหาสุขภาพ คือ พฤติกรรมสุขภาพและการใช้ชีวิต ดังนั้น ในการแก้ไขปัญหาสุขภาพและการเกิดโรคภัยไข้เจ็บดังกล่าวให้ลดลงนั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องปรับเปลี่ยนให้ประชาชนมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง โดยการส่งเสริมและพัฒนาปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ปัจจัยภายในตัวบุคคล เช่น ความรู้ การรับรู้ ความเข้าใจ และปัจจัยแวดล้อม อย่างเหมาะสม

ในการพัฒนาปัจจัยภายในตัวบุคคล จะต้องปลูกฝังให้ประชาชนเกิด “Health Literacy” หรือ “ความรู้ด้านสุขภาพ” ซึ่งหมายถึง ความสามารถและทักษะในการเข้าถึง เข้าใจ ประเมิน และประยุกต์ข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพ เพื่อพิจารณาและตัดสินใจในชีวิตประจำวันเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ การส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันโรค ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีในตลอดช่วงอายุ เมื่อบุคคลมีความรู้ด้านสุขภาพ จะมีศักยภาพในการดูแลตนเองได้ รวมทั้งยังจะช่วยแนะนำสิ่งที่ถูกต้องให้กับบุคคลใกล้ชิด ครอบครัว ชุมชน และสังคมได้ด้วย

จากความสำคัญดังกล่าว สกร.อำเภอพนมสารคาม จึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสุขภาพ เพื่อให้ผู้ที่เข้ารับการอบรมเป็นผู้มีความรู้ ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพตนเองสามารถนำไปปรับใช้ในครอบครัวและชุมชนได้

หลักการของหลักสูตร

๑. การดูแลรักษาสุขภาพและการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ
๒. ประโยชน์ของการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ
๓. สาธิตการทำสลัดโรลและสาธิตการทำยาต้มสมุนไพรร

จุดหมายของหลักสูตร

๑. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความเข้าใจในการใช้สมุนไพรร เพื่อดูแลสุขภาพ
๒. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถนำความรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันและพัฒนาสังคมชุมชนได้

กลุ่มเป้าหมาย

๑. กลุ่มแม่บ้านตำบลหนองแห่น จำนวน ๗ คน
 ๒. กลุ่มแม่บ้านตำบลเขาหินซ้อน จำนวน ๗ คน
 ๓. กลุ่มแม่บ้านตำบลหนองยาว จำนวน ๘ คน
 ๔. กลุ่มแม่บ้านตำบลเกาะขนุน จำนวน ๗ คน
- จำนวนทั้งสิ้น ๒๙ คน

ระยะเวลา

จำนวน ๓ ชั่วโมง แบ่งเป็น
 ทฤษฎี จำนวน ๑ ชั่วโมง
 ปฏิบัติ จำนวน ๒ ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	ระยะเวลา (ช.ม.)	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๑	โครงการส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสุขภาพ	๑. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ ความเข้าใจ และมีทักษะการใช้สมุนไพร เพื่อดูแลสุขภาพ ๒. เพื่อให้เข้าร่วมโครงการสามารถนำไปปรับใช้ในครอบครัวและชุมชนได้	- จัดกิจกรรมการเรียนรู้บรรยายให้ความรู้เรื่องอาหารเพื่อสุขภาพและการใช้สมุนไพรเพื่อสุขภาพ - วิทยากรสาธิตการทำสลัดโรล - ผู้เรียนฝึกปฏิบัติการทำสลัดโรล - วิทยากรสาธิตการทำยาต้มสมุนไพร - ผู้เรียนฝึกปฏิบัติการทำยาต้มสมุนไพร	๑ ชม.	๒ ชม.

สื่อการเรียนรู้

๑. แผ่นพับ ใบความรู้
๒. อินเทอร์เน็ต , คลิป VDO

การวัดและประเมินผล

- แบบรายงานการวัดความรู้ ความเข้าใจ
- แบบสังเกตพฤติกรรม ผลงาน

เกณฑ์การจบหลักสูตร

- มีเวลาเรียน ไม่น้อยกว่า ร้อยละ ๙๐
- มีผลการประเมินตลอดหลักสูตรไม่น้อยกว่า ร้อยละ ๙๐

สื่อการเรียนรู้

๑. สื่ออุปกรณ์การฝึกปฏิบัติจริง

การวัดและประเมินผล

๑. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎี ร้อยละ ๙๐
๒. การประเมินความรู้ภาคปฏิบัติ ร้อยละ ๑๐

เกณฑ์การจบหลักสูตร

๑. มีเวลาเรียนไม่น้อยกว่า ร้อยละ ๙๐
๒. มีผลการประเมินตลอดหลักสูตรไม่น้อยกว่า ร้อยละ ๙๐

เอกสารหลักฐานการศึกษา

๑. หลักฐานการประเมินผล
๒. ประกาศนียบัตรการศึกษา ออกโดยศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอพนมสารคาม