

หลักสูตรต่อเนื่อง

หลักสูตร ประชาชนสุขภาพดี ชีวิตมีสุข จำนวน ๕ ชั่วโมง

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอเมืองฉะเชิงเทรา

☒ การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต ☐ การศึกษาเพื่อพัฒนาสังคมและชุมชน

☐ การเรียนรู้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ☐ ภาษาต่างประเทศเพื่อการสื่อสารด้านอาชีพ



ความเป็นมา ยุทธศาสตร์สอดคล้องกับนโยบายและจุดเน้นสำนักงาน สกร. ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘

ข้อ ๔ ด้านการสร้างเครือข่ายความร่วมมือในการสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้

ข้อ ๔.๑ “จับมือไว้ แล้วไปด้วยกัน” ส่งเสริมความร่วมมือระหว่างหน่วยงานภายในและภายนอก กระทรวงศึกษาธิการ อาทิ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น องค์การเอกชน องค์การระหว่างประเทศ ในการจัดส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ให้กับประชาชน เพื่อสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้

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

หลักการของหลักสูตร

การส่งเสริมสุขภาพเป็นกลยุทธ์ที่สำคัญในการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของมนุษย์ การส่งเสริมสุขภาพเป็นการลงทุนในสัดส่วนที่น้อยเมื่อเปรียบเทียบกับบริการรักษาพยาบาลที่มีราคาแพง รัฐบาลให้ ความสำคัญ ในเรื่องของการส่งเสริมดูแลสุขภาพและสุขอนามัยขอประชาชนทั้งประเทศ จึงกำหนดเป็นนโยบาย ในการพัฒนา ประเทศตามโครงการไทยนิยมยั่งยืน ในเรื่องของการดูแลสุขภาพและสุขอนามัยของประชาชน ในชุมชน เชื่อว่าหาก ประชาชนมีสุขภาพที่ดีจะส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีตามไปด้วย และเมื่อประชาชนในชาติ มีสุขภาพที่ดี ส่งผลให้การ พัฒนาประเทศมีความเจริญก้าวหน้าและมั่นคง เพื่อตอบสนองต่อนโยบายและกลยุทธ์ของการส่งเสริมสุขภาพและสุข ภาวะอนามัยของรัฐบาล กระทรวงศึกษาธิการ และสำนักงาน สกร. เพื่อเป็นการรองรับการเปลี่ยนแปลงของปัญหา สุขภาพและสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไปตามบริบทของโลก ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอเมืองฉะเชิงเทรา นำนโยบาย สู่การปฏิบัติ โดยร่วมสร้างค่านิยมที่ถูกต้องเกี่ยวกับการส่งเสริมดูแลสุขภาพอนามัย เพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพที่ แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ มีคุณภาพชีวิตที่ดี และดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้ อย่างปกติสุข จึงได้จัดทำโครงการ พัฒนาทักษะชีวิตประชาชนสุขภาพดี ชีวิตมีสุข เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายที่เข้ารับการอบรม สามารถดูแลสุขภาพอนามัย ของตนเอง ให้ปราศจากโรคภัยสามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุข

จุดมุ่งหมาย

๑. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจ มีการสร้างสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี และสามารถ ปรับใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง

๒. เพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงปราศจากโรคภัย มีอารมณ์และจิตใจที่ดี สามารถดำรงชีวิต อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

กลุ่มเป้าหมาย

ประชาชนทั่วไปในเขตอำเภอเมืองฉะเชิงเทรา

ระยะเวลา

จำนวน ๕ ชั่วโมง ดังนี้

ภาคทฤษฎี ๓.๓๐ ชั่วโมง

ภาคปฏิบัติ ๑.๓๐ ชั่วโมง

โครงสร้างของหลักสูตรประชาชนสุขภาพดี ชีวิตมีสุข

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัด กระบวนการ เรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๑	*ดำเนินการอบรมโครงการ ประชาชนสุขภาพดี ชีวิตมีสุข บรรยายให้ความรู้ - ให้ความรู้เกี่ยวกับ วิธีการดูแลสุขภาพกาย และใจเพื่อชีวิตสดใส - การออกกำลังกายอย่าง ถูกวิธี - การหลีกเลี่ยงพฤติกรรม ที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ - การดูแลสุขภาพ ห่วงไกล โรค * วิทยากรบรรยาย/สาธิต / ลงมือปฏิบัติ - การออกกำลังกายเพื่อ สุขภาพ	๑. เพื่อส่งเสริมให้ ประชาชนมี ความรู้ ความเข้าใจ วิธีการดูแล สุขภาพกาย และ สามารถปรับ ใช้ในการ ดำเนินชีวิตได้อย่าง ถูกต้อง ๒. เพื่อให้ประชาชนมี สุขภาพ สมบูรณ์แข็งแรง ปราศจาก โรคร้าย มีอารมณ์และจิตใจที่ดี สามารถดำรงชีวิตอยู่ใน สังคมได้อย่างปกติสุข	- ให้ความรู้เกี่ยวกับ วิธีการดูแลสุขภาพกาย และใจเพื่อชีวิตสดใส - การออกกำลังกายอย่างถูก วิธี - การหลีกเลี่ยงพฤติกรรม ที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ - การดูแลสุขภาพ ห่วงไกล โรค	- บรรยาย - ยกตัวอย่าง - ลงมือปฏิบัติ	๓.๓๐ ชั่วโมง	๑.๓๐ ชั่วโมง
รวม					๓.๓๐ ชั่วโมง	๑.๓๐ ชั่วโมง

สื่อการเรียนรู้

๑. ใบความรู้
๒. PowerPoint
๒. สื่ออินเทอร์เน็ต

การวัดผลประเมินผล

๑. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
๒. การประเมินผลงานการปฏิบัติระหว่างเรียนความสำเร็จของการปฏิบัติและจบหลักสูตร

การจบหลักสูตร

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