

หลักสูตรต่อเนื่อง

หลักสูตรอาชีพ การนวดไทยเพื่อสุขภาพ จำนวน ๓๐ ชั่วโมง

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอเมืองฉะเชิงเทรา

- ☐ กลุ่มอาชีพเกษตรกรรม ☐ กลุ่มอาชีพอุตสาหกรรมหรือหัตถกรรม ☒ กลุ่มอาชีพพาณิชยกรรมและการบริการ
☐ กลุ่มอาชีพสร้างสรรค์ ☐ กลุ่มอาชีพเฉพาะทาง



ความเป็นมา

สอดคล้องกับจุดเน้นการดำเนินงานกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘

จุดเน้นการดำเนินงาน ด้านที่ ๓ ด้านการยกระดับคุณภาพการจัดการเรียนรู้ ข้อที่ ๓.๓ “สกร. Learn to Earn” สร้างงาน สร้างรายได้ส่งเสริมการเรียนรู้ผ่านหลักสูตรที่เน้นการปฏิบัติและการฝึกทักษะอาชีพที่สามารถนำไปใช้ในการประกอบอาชีพได้จริง โดยเน้นทักษะที่ตอบโจทย์ตลาดแรงงาน อาทิ ทักษะดิจิทัล ทักษะด้านเทคโนโลยี การเกษตรสมัยใหม่และงานบริการ ที่สอดคล้องกับมาตรฐานอาชีพและคุณวุฒิวิชาชีพ เพื่อให้ผู้เรียนมีสมรรถนะและนำความรู้ไปประกอบอาชีพและสร้างรายได้อย่างยั่งยืน และการจัดกิจกรรมฝึกอาชีพตามแนวทางการดำเนินงาน สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดฉะเชิงเทรา ประจำปี ๒๕๖๘ การจัดกิจกรรมฝึกอาชีพโดยสถานศึกษาในสังกัดกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ให้มีการพัฒนาหลักสูตรอาชีพตามความต้องการของผู้เรียนโดยให้มีการจัดกิจกรรมฝึกอาชีพในชุมชน เพื่อเป็นการสร้างทักษะใหม่ (New Skill) เพิ่มสมรรถนะ (Up Skill) หรือทบทวนทักษะ (Re Skill) ให้แก่ผู้เรียนและประชาชนทั่วไป เช่น ช่างไฟฟ้า ช่างประปา ช่างแอร์ การค้าขาย การเกษตร ฯลฯ เพื่อเป็นเครื่องมือในการช่วยผู้เรียนให้มีความพร้อมในการเข้าสู่อาชีพจบแล้วมีงานทำ (Learn to Earn) ตามประกาศกรมส่งเสริมการเรียนรู้ “สกร. Learn to Earn” สร้างงาน สร้างรายได้ และอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข สามารถนำไปประกอบอาชีพและเพิ่มรายได้ การต่อยอดอาชีพเดิมให้เหมาะสมกับบริบทของพื้นที่เพื่อเพิ่มมูลค่าผลิตภัณฑ์สินค้า/บริการ การเพิ่มศักยภาพในการผลิต ส่งเสริมความรู้เรื่องบรรจุกฎภัณฑ์และการส่งเสริมการขายผ่านระบบออนไลน์ โดยให้อยู่ในกระบวนการจัดทำหลักสูตร ๕ กลุ่มอาชีพ ได้แก่ หลักสูตรกลุ่มอาชีพเกษตรกรรม อุตสาหกรรม พาณิชยกรรมและการบริการ ความคิดสร้างสรรค์ และอาชีพเฉพาะทางให้ครบกระบวนการจัดการเรียนการสอนในการส่งเสริมอาชีพเพื่อการมีงานทำและมีรายได้

เนื่องจากการนวดเป็นแขนงหนึ่งของการแพทย์แผนไทยซึ่งปัจจุบันนี้เป็นที่นิยมและสนใจศึกษากันอย่างแพร่หลาย เพราะการนวดช่วยผ่อนคลายและบรรเทาอาการเจ็บปวดเมื่อยล้าจากการทำกิจกรรมในชีวิตประจำวัน การทำงานความเครียด ฯลฯ การนวดเป็นวิธีการที่สะดวกและเสียค่าใช้จ่ายน้อยมาก สามารถทำด้วยตนเองและผู้อื่นได้ การนวดนอกจากจะเป็นการปฐมพยาบาลบรรเทาอาการเคล็ดขัดยอกปวดบวมทั่วไปได้แล้ว การนวดยังมี ประโยชน์อย่างมากต่อผู้ป่วยที่เขารับการรักษาโดยวิธีกายภาพบำบัด ประโยชน์ของการนวดนี้สามารถเผยแพร่ ความรู้ไปสู่ประชาชนได้อีกด้วย การจัดอบรมการนวดแผนไทยนอกจากจะเป็นการเผยแพร่ความรู้และวิธีปฏิบัติ ที่ถูกต้องแก่ผู้เขารับการอบรมด้วยวิทยากรผู้เชี่ยวชาญ ยังเป็นการช่วยอนุรักษ์และส่งเสริมการแพทย์แผนไทยอัน เป็นภูมิปัญญาของบรรพบุรุษที่สั่งสอนมาแต่โบราณไม่ใหสูญหายไปอย่างน่าเสียดาย มีผู้สนใจเขารับการอบรม อาชีพนวดแผนไทยจำนวนหนึ่ง เนื่องจากสวนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้างเกษตรกรรม การทำงานมาทั้งวันมักเกิดอาการเมื่อยล้ากล้ามเนื้อ และอาชีพที่จะช่วยผ่อนคลายได้คืออาชีพการนวดแผนไทย เพื่อสนองตอบความต้องการ ของกลุ่มผู้ใช้บริการที่มาใช้บริการ

หลักการของหลักสูตร

๑. เป็นหลักสูตรที่เน้นการจัดการศึกษาอาชีพเพื่อการมีงานทำ ที่เน้นการบูรณาการเนื้อหาสาระ ภาควิชา วิชา ควบคู่ไปกับการฝึกปฏิบัติจริง ผู้เรียนสามารถนำความรู้และทักษะไปประกอบอาชีพได้จริงอย่างมีคุณภาพ และมีคุณธรรมจริยธรรม

๒. เป็นหลักสูตรที่เน้นการดำเนินงานร่วมกับเครือข่าย เพื่อประโยชน์ในการประกอบอาชีพ

๓. เป็นหลักสูตรที่เน้นการใช้ศักยภาพ ๕ ด้านในการประกอบอาชีพ ได้แก่ ศักยภาพด้านทรัพยากร ภูมิอากาศ ภูมิประเทศและทะเลที่ตื้น ศิลปะวัฒนธรรมประเพณีและวิถีชีวิต และด้านทรัพยากรมนุษย์ในแต่ละพื้นที่

จุดมุ่งหมาย

- ๑. เพื่อส่งเสริมอาชีพและพัฒนาอาชีพที่สามารถสร้างรายได้ที่มั่นคง
- ๒. เพื่อให้ประชาชนมีความรู้และทักษะการฝึกปฏิบัติพื้นฐานการนวดไทยเพื่อสุขภาพ
- ๓. สามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน
- ๔. เพื่อให้ผู้เรียนมีคุณธรรมและจริยธรรมในการประกอบอาชีพ

กลุ่มเป้าหมาย

ผู้ต้องขังหญิงเรือนจำกลางฉะเชิงเทราที่ต้องการมีอาชีพใหม่ (New skill)

ระยะเวลา

หลักสูตรการนวดไทยเพื่อสุขภาพ ใช้เวลาเรียนทั้งหมด ๓๐ ชั่วโมง
ภาควิชา ๒ ชั่วโมง
ภาคปฏิบัติ ๒๘ ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตรการนวดไทยเพื่อสุขภาพ

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๑	๑. ประวัติและความเป็นมาของการนวดไทยเพื่อสุขภาพ ๑.๑ ความสำคัญในการประกอบอาชีพ ๑.๒ แหล่งเรียนรู้เกี่ยวกับการประกอบอาชีพ การนวดไทยแบบต่างๆ	หลักสูตรการประกอบอาชีพการนวดไทยเพื่อสุขภาพมีจุดหมายเพื่อให้ ๑.ผู้เรียนวิเคราะห์แนวทางการประกอบอาชีพการนวดไทยเพื่อสุขภาพ เพื่อสุขภาพ และการนวดไทยตามแนวเส้น พื้นฐานทั่วร่างกาย เป็นต้น ๒. ผู้เรียนมีความรู้ความสามารถ เกิดทักษะในการประกอบอาชีพ ๓. ผู้เรียนมีอาชีพเสริมเกิดรายได้ ๔. ผู้เรียนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ๕. ผู้เรียนรู้จักนำความรู้ที่มีอยู่แล้วมาพัฒนาฝีมือตนเองเพื่อให้ได้งานที่ดีที่สุด ๖. ผู้เรียนสามารถคิด	๑. ประวัติและความเป็นมาของการนวดไทยเพื่อสุขภาพ ๑.๑ ความสำคัญในการประกอบอาชีพ ๑.๒ แหล่งเรียนรู้เกี่ยวกับการประกอบอาชีพการนวดไทยเพื่อสุขภาพแบบต่างๆ ๑.๓ การสำรวจทรัพยากรในการนำมา ประยุกต์ใช้คู่กับการนวดไทยเพื่อสุขภาพที่มีในชุมชน ๑.๔ ทิศทางในการประกอบอาชีพ	- วิทยากรบรรยาย ๑. ประวัติและความเป็นมาของการนวดไทยเพื่อสุขภาพ ๑.๑ ความสำคัญในการประกอบอาชีพ ๑.๒ แหล่งเรียนรู้ เกี่ยวกับการประกอบอาชีพ การนวดไทยแบบต่างๆ	๑ ชั่วโมง	-

		ต้นทุน กำหนดราคาค่าให้บริการและจัดการบริหารเองได้ ๗.รู้และเข้าใจในศาสตร์การนวดไทยแบบมืออาชีพเบื้องต้น ทั้ง ภาควิชาและ ภาควิชาปฏิบัติได้แก่ ความรู้ที่เกี่ยวกับกายวิภาคศาสตร์ และสรีระวิทยาของมนุษย์ ๘. ทำให้ผู้เรียนสามารถอธิบาย หลักการ นวดและระบบร่างกาย ได้อย่างน่าเชื่อถือและถูกต้องมาก ยิ่งขึ้น				
๒	๒. ทักษะการประกอบอาชีพการนวดไทยเพื่อสุขภาพในรูปแบบต่าง ๆ -ประเภทของการนวดแผน ไทยโดยการประยุกต์เอาข้อดี ของการนวดแบบต่าง ๆ มาผสมผสานกัน -ขั้นตอนและวิธีการนวดเพื่อสุขภาพ	๑. รู้และเข้าใจในศาสตร์การนวด ไทยแบบมืออาชีพเบื้องต้นทั้ง ภาควิชาและภาควิชาปฏิบัติได้แก่ ความรู้ที่เกี่ยวกับกายวิภาคศาสตร์ และสรีระวิทยาของมนุษย์ ๒.ทำให้ผู้เรียนสามารถอธิบาย หลักการนวดและระบบร่างกายได้อย่างน่าเชื่อถือและถูกต้องมาก ยิ่งขึ้น	๒.ทักษะการประกอบอาชีพการนวดแผนไทยใน รูปแบบต่าง ๆ ๒.๑ ประเภทของการนวดแผนไทยโดยกาประยุกต์เอาข้อดีของการนวดแบบต่าง ๆ มาผสมผสานกัน ๒.๒ วัสดุ อุปกรณ์ ใช้ประกอบในการนวดเพื่อสุขภาพ ๒.๓ ขั้นตอนการนวดและฝึกปฏิบัติการนวดแบบต่าง ๆ เช่นการฝึกกำลังนิ้วมือ การรักษา สุขภาพทั่วไปผู้เรียน ๒.๔ การนำสมุนไพรไทย มาใช้ประโยชน์ในการนวด เพื่อสุขภาพ ๒.๕ วิธีการแต่งรสมือและลงจันทะน้ำมันในการนวด	วิธีสอนแบบบรรยาย - การจัดการเรียนรู้แบบใช้ คำถาม -วิธีสอนแบบศึกษาด้วยตนเอง - วิธีสอนแบบแบ่งกลุ่มทำงาน เอกสาร/สิ่งพิมพ์ ที่เกี่ยวกับ การนวดแผนไทย - ของจริง - สื่อบุคคล เช่น วิทยากร ผู้รู้ในชุมชน - เตรียมวัสดุ และอุปกรณ์ สถานที่ฝึกการเรียนรู้	-	๒๗ ชั่วโมง
๓	๓.การวิเคราะห์ลักษณะและคุณลักษณะของเส้นประธานสิบ -ลักษณะของอาการที่เกิดจากเส้นประธานสิบ	ผู้เรียนรู้และเข้าใจในศาสตร์การ นวดเพื่อสุขภาพแบบมืออาชีพเบื้องต้นทั้งภาควิชาและ ภาควิชาปฏิบัติได้แก่ ความรู้ที่เกี่ยวกับ กายวิภาคศาสตร์และสรีระ	๓. การกำหนดลมหายใจและมารยาทในขณะทำการ นวด ๓.๑ ข้อห้ามและข้อควร ระวังในการนวดแผนไทย - ข้อปฏิบัติหลังการนวดสำหรับผู้นวดและผู้ถูก	- วิธีสอนแบบบรรยาย - การจัดการเรียนรู้แบบใช้ คำถาม -วิธีสอนแบบศึกษาด้วยตนเอง - วิธีสอนแบบแบ่งกลุ่มทำงาน เอกสาร/	๑ ชั่วโมง	-

	ผิดปกติ - การนวดเพื่อแก้ไขอาการ ที่เกิดจากเส้นประสาทลึบผิดปกติ	วิทยาของมนุษย์ -ทำให้ผู้นวดสามารถอธิบาย หลักการนวด และระบบร่างกายได้ อย่างน่าเชื่อถือและ ถูกต้องมากยิ่งขึ้น	นวด ๓.๒ โรคที่สามารถนวดได้ และโรคที่ห้ามนวด ๓.๓ การวิเคราะห์ลักษณะและคุณลักษณะของเส้นประสาทลึบ ๓.๔ ลักษณะของ อาการที่เกิดจากเส้นประสาทผิดปกติ	สิ่งพิมพ์ที่เกี่ยวกับการนวดแผนไทย - ของจริง - สื่อบุคคล เช่นวิทยากร ผู้รู้ในชุมชน - เติรียมวัสดุ และอุปกรณ์ สถานที่ฝึกการเรียนรู้ที่		
๔	๔. แนวการนวดพื้นฐาน และข้อควรระวังในการนวดขา, หลัง แขน, ไหล่,บ่า และศีรษะ	ประโยชน์ที่ได้รับจากการนวดแผนไทย ๑.ช่วยปรับสภาพความเป็นอยู่ของคนในชุมชน ให้ดีขึ้นและช่วยเสริมอาชีพใหม่ให้แก่ชุมชน ๒.ช่วยแก้ปัญหาจากการว่างงานของสมาชิกใน ชุมชนและใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ๓. ผู้เรียนจะได้เรียนรู้ความรู้พื้นฐานที่จำเป็นของการนวดไทย อาทิเช่น ความรู้เบื้องต้นทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ ๔.ความรู้เกี่ยวกับกายวิภาคศาสตร์ และสรีรวิทยาของมนุษย์ ทฤษฎี การแพทย์แผนไทย และการนวดไทยตามแนว เส้นพื้นฐานทั่วร่างกาย	๔. แนวการนวดพื้นฐาน และข้อควรระวังในการนวด ขา, หลัง, แขน, ไหล่ ,บ่า , และศีรษะ ๔.๑ การนวดพื้นฐานขา การนวดพื้นฐานขาด้านนอก การนวดพื้นฐานขาด้านใน ๔.๒ การนวดพื้นฐานหลัง ๔.๓ การนวดพื้นฐานแขน ๔.๔ การนวดพื้นฐานไหล่ ๔.๕ การนวดพื้นฐานบ่า ๔.๖ การนวดพื้นฐานศีรษะ	- วิธีสอนแบบบรรยาย - การจัดการเรียนรู้แบบใช้ คำถาม -วิธีสอนแบบศึกษาด้วยตนเอง - วิธีสอนแบบแบ่งกลุ่มทำงาน เอกสาร/สิ่งพิมพ์ที่เกี่ยวกับการนวดแผนไทย - ของจริง - สื่อบุคคล เช่น วิทยากร ผู้รู้ใน ชุมชน - เติรียมวัสดุ และอุปกรณ์ สถานที่ฝึกการเรียนรู้	๑ ชั่วโมง	
					๓ ชั่วโมง	๒๗ ชั่วโมง

สื่อการเรียนรู้

ในการจัดการเรียนรู้ใช้สื่อการเรียนรู้ที่หลากหลาย ได้แก่ ใบความรู้ ชิ้นงานที่ทำสำเร็จแล้ว

การวัดผลและประเมินผล

๑. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
๒. การประเมินผลงานจากเส้น แบบ กศ.ตน ๗(๒)

เกณฑ์การจบหลักสูตร

๑. มีเวลาเรียน ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐
๒. มีผลการประเมินตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
๓. มีผลงานการประเมินตาม แบบ กศ.ตน ๗(๒)

แผนการจัดการเรียนรู้

วิทยาการ นางสุธารัตน์ เชี่ยมกิ่ง

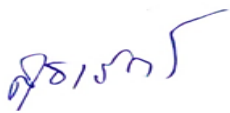
หลักสูตร การนวดไทยเพื่อสุขภาพ จำนวน ๓๐ ชั่วโมง (เรียนวันละ ๕ ชั่วโมง)

ระหว่างวันที่ ๒๔-๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๘ และ วันที่ ๓ มีนาคม ๒๕๖๘ เวลาเรียน ๐๙.๐๐-๑๕.๐๐ น.

สถานที่จัดการเรียน เรือนจำกลางฉะเชิงเทรา ตำบลหน้าเมือง อำเภอเมืองฉะเชิงเทรา จังหวัดฉะเชิงเทรา

วัน เดือน ปี	เวลา	กระบวนการจัดการเรียนรู้	หมายเหตุ
วันที่ ๒๔-๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๘ และ วันที่ ๓ มีนาคม ๒๕๖๘	๐๙.๐๐-๑๕.๐๐ น.	*ช่องทางการประกอบการนวดไทยเพื่อสุขภาพ วิทยาการบรรยาย ๑. ประวัติและความ เป็นมาของการนวดไทยเพื่อสุขภาพ ๑.๑ ความสำคัญในการประกอบอาชีพ ๑.๒ แหล่งเรียนรู้ เกี่ยวกับการประกอบอาชีพ การ นวดไทยแบบต่างๆ *ทักษะการประกอบอาชีพการนวดไทยเพื่อสุขภาพในรูปแบบต่าง ๆ -ประเภทของการนวดแผน ไทย โดยการประยุกต์เอาข้อดี ของการนวดแบบต่าง ๆ มา ผสมผสานกัน -ขั้นตอนและวิธีการนวดเพื่อสุขภาพ *การวิเคราะห์ลักษณะและของเส้นประธานสิบ -ลักษณะของอาการที่เกิดจากเส้นประธานสิบผิดปกติ - การนวดเพื่อแก้ไขอาการ ที่เกิดจากเส้นประธานสิบ ผิดปกติ	เรียนวันละ ๕ ชม.

วัน เดือน ปี	เวลา	กระบวนการจัดการเรียนรู้	หมายเหตุ
		*แนวการนวดพื้นฐาน และข้อควรระวังในการนวดขา, หลัง แขน, ไหล่, บ่า และศีรษะ ๔.๑ การนวดพื้นฐานขา การนวดพื้นฐานขาด้านนอก การนวดพื้นฐานขาด้านใน ๔.๒ การนวดพื้นฐานหลัง ๔.๓ การนวดพื้นฐาน แขน ๔.๔ การนวดพื้นฐาน ไหล่ ๔.๕ การนวดพื้นฐานบ่า ๔.๖ การนวดพื้นฐานศีรษะ	

ลงชื่อ..........วิทยากร

(นางสุธารัตน์ เขี่ยมกิง)

วันที่ ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๘.