

หลักสูตรการจัดกิจกรรมฝึกอบรมประชาชน  
หลักสูตรการดูแลสุขภาพด้วยเทคโนโลยีดิจิทัล จำนวน 3 ชั่วโมง

- ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอบางคล้า  
กิจกรรม  เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต  เพื่อพัฒนาสังคมและชุมชน  
 การส่งเสริมการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง  
 การเรียนรู้การใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม

ความเป็นมา

ปัจจุบันการเปลี่ยนแปลงของสังคม เศรษฐกิจ และเทคโนโลยีดิจิทัล ส่งผลต่อรูปแบบการดำเนินชีวิตของประชาชนอย่างรวดเร็ว เทคโนโลยีดิจิทัลได้เข้ามามีบทบาทสำคัญทั้งด้านการสื่อสาร การเรียนรู้ และการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ อย่างไรก็ตาม ประชาชนจำนวนหนึ่งยังขาดความรู้และทักษะในการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อการดูแลสุขภาพอย่างถูกต้อง เหมาะสม และปลอดภัย ส่งผลให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพและการรับข้อมูลข่าวสารที่คลาดเคลื่อน

อำเภอบางคล้าเป็นพื้นที่ที่มีประชาชนหลากหลายช่วงวัย โดยเฉพาะวัยทำงานและผู้สูงอายุ ซึ่งมีความจำเป็นต้องได้รับการส่งเสริมความรู้ด้านการดูแลสุขภาพควบคู่กับการพัฒนาทักษะการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล เพื่อให้สามารถดูแลสุขภาพตนเองและครอบครัวได้อย่างเหมาะสม ท้นต่อสถานการณ์ และสอดคล้องกับวิถีชีวิตในยุคดิจิทัล

หน่วยงานด้านการศึกษาในระดับพื้นที่จึงเห็นความสำคัญของการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตให้แก่ประชาชน โดยมุ่งเน้นการบูรณาการความรู้ด้านสุขภาพเข้ากับการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตที่จำเป็น ส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต และยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนในชุมชนอย่างยั่งยืน

จากความสำคัญดังกล่าว สกร.ระดับอำเภอบางคล้า จึงได้จัดทำโครงการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตประชาชนอำเภอบางคล้า หลักสูตรการดูแลสุขภาพด้วยเทคโนโลยีดิจิทัล ขึ้น เพื่อให้ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะที่สามารถนำไปใช้จริงในชีวิตประจำวัน อันจะนำไปสู่การมีสุขภาวะที่ดีและการพัฒนาชุมชนให้เข้มแข็งต่อไป

หลักการของหลักสูตร

1. การดูแลสุขภาพที่จำเป็นของประชาชนในยุคดิจิทัล
2. การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลอย่างเหมาะสมและปลอดภัย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถใช้เทคโนโลยีได้อย่างมั่นใจและปลอดภัยในยุคดิจิทัล
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถนำความรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันของตนเองได้ตามศักยภาพ

กลุ่มเป้าหมาย ผู้สูงอายุ และ อสม. จำนวน 18 คน

**ระยะเวลา**

ภาคทฤษฎี 2 ชั่วโมง

ภาคปฏิบัติ 1 ชั่วโมง

**โครงสร้างเนื้อหา**

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1	การดูแลสุขภาพที่จำเป็นของประชาชนในยุคดิจิทัลและการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลอย่างเหมาะสมและปลอดภัย	1. ผู้เรียนสามารถใช้เทคโนโลยีได้อย่างมั่นใจและปลอดภัยในยุคดิจิทัล 2. ผู้เรียนสามารถนำความรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันของตนเองได้ตามศักยภาพ	1. การดูแลสุขภาพพื้นฐานในชีวิตประจำวัน 2. การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อการดูแลสุขภาพ 3. การรู้เท่าทันสื่อและข้อมูลสุขภาพดิจิทัล	1. วิทยากรบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพพื้นฐานในชีวิตประจำวัน 2. วิทยากรบรรยายให้ความรู้การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อการดูแลสุขภาพ 3. วิทยากรอธิบายเกี่ยวกับการรู้เท่าทันสื่อและข้อมูลสุขภาพดิจิทัล 4. ผู้เรียนฝึกปฏิบัติแอปพลิเคชันการดูแลสุขภาพ	2 ชม.	1 ชม.

**สื่อวัสดุอุปกรณ์การเรียนรู้**

1. ใบความรู้
2. วัสดุการฝึกปฏิบัติ
3. สื่อยูทูป

**การวัดผลประเมินผล**

เกณฑ์การวัดและประเมินผล

1. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎี ร้อยละ 20
2. การประเมินตามสภาพจริงจากชิ้นงาน
  - 2.1 ทักษะการปฏิบัติ ร้อยละ 40
  - 2.2 คุณภาพของผลงาน/ผลการปฏิบัติ ร้อยละ 40

### 3. เครื่องมือวัดและประเมินผล

3.1 แบบประเมินผลระหว่างเรียน - หลังเรียน

3.2 แบบสังเกตพฤติกรรม

3.3 แบบประเมินผลชิ้นงาน

### เงื่อนไขการผ่านการฝึกอบรม

1. มีเวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. มีผลการประเมินตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60