

**โครงการ / แผนงาน ประจำปีงบประมาณ 2568**  
**ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอวังทรายพูน**

---

1. ชื่อโครงการ โครงการพัฒนาทักษะชีวิตเชื่อมโยงสังคมและเทคโนโลยีสำหรับผู้สูงวัย

2. ความสอดคล้องกับนโยบายและจุดเน้นการดำเนินงานสำนักงาน สกร. ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568

2. ด้านการสร้างโอกาสเข้าถึงการเรียนรู้

2.1 “เรียนทุกที่ ทุกเวลา” (Anywhere Anytime) ส่งเสริมการนำเทคโนโลยีที่ทันสมัย รวมทั้งเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ (AI) มาใช้จัดการเรียนรู้ได้ทุกที่ทุกเวลา ผ่านช่องทางเรียนรู้รูปแบบต่างๆ ทั้ง Online On-site และ On-air อาทิ ห้องสมุดอิเล็กทรอนิกส์ ห้องเรียนออนไลน์ แอปพลิเคชัน/แพลตฟอร์มการเรียนรู้ รวมถึงรายการวิทยุและโทรทัศน์เพื่อการศึกษา

2.3 สร้างโอกาสให้คนทุกช่วงวัยเข้าถึงการศึกษาได้อย่างเท่าเทียมกันและมีคุณภาพ พร้อมพัฒนาทักษะด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี การคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล และทักษะจำเป็นแห่งอนาคต (Future Skill)

4. ด้านการสร้างเครือข่ายความร่วมมือในการสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้

4.1 “จับมือไว้ แล้วไปด้วยกัน” ส่งเสริมความร่วมมือระหว่างหน่วยงานภายในและภายนอกกระทรวงศึกษาธิการ อาทิ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น องค์กรเอกชน องค์กรระหว่างประเทศ ในการจัดส่งเสริมและสนับสนุนการเรียนรู้ให้กับประชาชน เพื่อสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้

**สอดคล้องกับมาตรฐานการศึกษาและตัวชี้วัด**

มาตรฐานการศึกษาต่อเนื่อง

มาตรฐานที่ 1 คุณภาพของผู้เรียนการศึกษาต่อเนื่อง

1.1 ผู้เรียนการศึกษาต่อเนื่องมีความรู้ ความสามารถและหรือทักษะและหรือคุณธรรมเป็นไปตามหลักเกณฑ์การจบหลักสูตร

1.2 ผู้จบหลักสูตรการศึกษาต่อเนื่องสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้หรือประยุกต์ใช้บนฐานค่านิยมร่วมของสังคม

1.3 ผู้จบหลักสูตรการศึกษาต่อเนื่องที่นำความรู้ไปใช้จนเห็นเป็นประจักษ์หรือตัวอย่างที่ดี

มาตรฐานที่ 2 คุณภาพการจัดการเรียนรู้การศึกษาต่อเนื่อง

2.1 หลักสูตรการศึกษาต่อเนื่องมีคุณภาพ

2.2 วิทยาการจัดการศึกษาต่อเนื่อง มีความรู้ ความสามารถหรือประสบการณ์ตรงตามหลักสูตรการศึกษาต่อเนื่อง

2.3 สื่อที่เอื้อต่อการเรียนรู้

2.4 การวัดและประเมินผลผู้เรียนการศึกษาต่อเนื่อง

2.5 การจัดกระบวนการเรียนรู้การศึกษาต่อเนื่องที่มีคุณภาพ

**สอดคล้องกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง**

**ความพอประมาณ** ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถนำความรู้ที่ได้รับมาปรับใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง

**ความมีเหตุผล** ผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีความรู้ ความเข้าใจ นำความรู้มาคิดไตร่ตรองในการดำเนินชีวิต อย่างรอบคอบ มีหลักและเหตุผล

**ภูมิคุ้มกัน** มีความสามารถในการใช้ทักษะและความรู้ ในการคิดวิเคราะห์ วางแผนและสรุปข้อเท็จจริง ประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตได้อย่างเหมาะสม

**เงื่อนไขความรู้** มีความรู้ ความเข้าใจ ในเรื่องการมีสุขภาพชีวิตที่ดี และสามารถดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

**คุณธรรม** รู้จักใช้สติปัญญา ในการคิดวิเคราะห์ วางแผน ในการพัฒนาตนเองอย่างมีสติ มีคุณธรรม สำหรับตนเอง และผู้อื่น

### 3. หลักการและเหตุผล

พระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ. 2566 กำหนดให้กรมส่งเสริมการเรียนรู้ มีหน้าที่ในการจัดส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ตลอดชีวิต การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง และการเรียนรู้เพื่อคุณวุฒิตามระดับ รวมทั้ง อาจจัดส่งเสริมและสนับสนุนการเรียนรู้ในรูปแบบอื่นที่จะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ประชาชนโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ พัฒนาบุคคลให้มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา เป็นคนดี มีวินัย รู้จักสิทธิกับหน้าที่ และความรับผิดชอบ ภูมิใจและตระหนักในความสำคัญของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์และการปกครองระบอบ ประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข รู้จักรักษาประโยชน์ส่วนรวมและของประเทศชาติ รู้จักความ พอเพียง มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ใฝ่เรียนรู้ มีความรอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง มีคุณธรรม และมีความซื่อสัตย์ สุจริต

ผู้สูงวัยกับการใช้เทคโนโลยีในปัจจุบัน เทคโนโลยีเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันไม่ว่าจะเป็นสมาร์ทโฟน อินเทอร์เน็ต หรืออุปกรณ์อัจฉริยะ ผู้สูงวัยหลายคนเริ่มปรับตัวและใช้เทคโนโลยีเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิต ซึ่งมีถือือ สามารถอำนวยความสะดวกให้กับผู้สูงวัย เช่น การสื่อสารที่ง่ายขึ้นใช้สมาร์ทโฟน วิดีโอคอล (เช่น LINE, WhatsApp, Zoom) เพื่อพูดคุยกับครอบครัว การดูแลสุขภาพใช้แอปสุขภาพ (เช่น Google Fit, Apple Health) เพื่อติดตามการเดิน นอนหลับ และเตือนให้กินยา ความสะดวกในชีวิตประจำวันใช้แอปธนาคารออนไลน์ ชื้อของ ออนไลน์ จองคิวโรงพยาบาล ความปลอดภัยใช้แอปติดตามตำแหน่ง แชรโลเคชั่นกับครอบครัว หรือปุ่มฉุกเฉินบน สมาร์ทวอตช์ ความบันเทิงและการเรียนรู้ดูวิดีโอ ฟังเพลง อ่านหนังสือออนไลน์ หรือเรียนรู้สิ่งใหม่ผ่าน YouTube แต่บางสิ่งก็ยังเป็นอุปสรรคให้กับผู้สูงวัยในการใช้เทคโนโลยีมีถือือ เช่น ขนาดตัวอักษรและปุ่มเล็กทำให้มองเห็นยาก และกดพลาด กลัวทำพังหรือใช้งานผิดพลาดบางคนไม่กล้าลองใช้ฟีเจอร์ใหม่ การไม่คุ้นเคยกับระบบดิจิทัล เช่น การ สมัครบัญชี การจดจำรหัสผ่าน ซึ่งสิ่งเหล่านี้ผู้สูงวัยควรจะได้รับพัฒนาให้เข้ากับสังคมแห่งเทคโนโลยีในปัจจุบัน

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอวังทรายพูน มีความตระหนักและเห็นความสำคัญ จึงได้จัดทำโครงการ พัฒนาทักษะชีวิตเชื่อมโยงสังคมและเทคโนโลยีสำหรับผู้สูงวัย ขึ้น เพื่อให้ประชาชนผู้สูงวัยได้มีความรู้ ความเข้าใจใน ด้านการใช้เทคโนโลยีมากขึ้น รวมทั้งการดูแลสุขภาพเบื้องต้นของผู้สูงวัย การสร้างความสุขและรอยยิ้มด้วย เสียงเพลงให้กับผู้สูงวัย พร้อมทั้งยังสามารถนำความรู้ทักษะต่างๆไปปรับใช้กับตนเองในชีวิตประจำวันได้อย่าง เหมาะสม

#### 4. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้สูงวัยได้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเบื้องต้น
2. เพื่อรู้เท่าทันอาชญากรรมบนโลกออนไลน์และวิธีป้องกัน และหมายเลขฉุกเฉินที่ควรรู้
3. เพื่อสร้างความสุขและรอยยิ้มด้วยกิจกรรมสนทนาการร้องเพลง

#### 5. เป้าหมาย

|            |                                          |            |
|------------|------------------------------------------|------------|
| เชิงปริมาณ | ประชาชนทั่วไปในเขตพื้นที่ ตำบลหนองปลาไหล | จำนวน 9 คน |
|            | ประชาชนทั่วไปในเขตพื้นที่ ตำบลหนองพระ    | จำนวน 9 คน |
|            | ประชาชนทั่วไปในเขตพื้นที่ ตำบลวังทรายพูน | จำนวน 9 คน |
|            | ประชาชนทั่วไปในเขตพื้นที่ ตำบลหนองปล้อง  | จำนวน 9 คน |
|            | รวมทั้งสิ้น จำนวน 36 คน                  |            |

เชิงคุณภาพ ผู้สูงวัยมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเบื้องต้น การรู้เท่าทันอาชญากรรมบนโลกออนไลน์และวิธีป้องกัน และหมายเลขฉุกเฉินที่ควรรู้ การสร้างความสุขและรอยยิ้มด้วยกิจกรรมสนทนาการร้องเพลง พร้อมทั้งสามารถนำความรู้ทักษะต่างๆไปปรับใช้กับตนเองในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

#### 6. วิธีการดำเนินงาน

| กิจกรรม                           | วัตถุประสงค์                                   | กลุ่มเป้าหมาย                                              | เป้าหมาย | พื้นที่ดำเนินการ         | ระยะเวลา             | งบประมาณ |
|-----------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------|--------------------------|----------------------|----------|
| 1.สำรวจความต้องการในการจัดกิจกรรม | เพื่อสำรวจความต้องการในการจัดกิจกรรม           | ผู้สูงวัยทั่วไปในเขตพื้นที่อำเภอวังทรายพูน<br>จำนวน 4 ตำบล | 36 คน    | พื้นที่อำเภอวังทรายพูน   | 3<br>มีนาคม<br>2568  | -        |
| 2.จัดทำแผนในการจัดกิจกรรม         | เพื่อนำข้อมูลที่สำคัญมาจัดทำแผนในการจัดกิจกรรม | คณะครู สกร.ระดับอำเภอวังทรายพูน                            | 7 คน     | สกร.ระดับอำเภอวังทรายพูน | 4<br>มีนาคม<br>2568  | -        |
| 3.ประสานงานผู้เกี่ยวข้อง          | เพื่อประสานงานผู้เกี่ยวข้องในการจัดกิจกรรม     | คณะครู สกร.ระดับอำเภอวังทรายพูน                            | 7 คน     | สกร.ระดับอำเภอวังทรายพูน | 7<br>มีนาคม<br>2568  | -        |
| 4.จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์           | เพื่อจัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรม      | คณะครู สกร.ระดับอำเภอวังทรายพูน                            | 7 คน     | สกร.ระดับอำเภอวังทรายพูน | 10<br>มีนาคม<br>2568 | -        |

| กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                      | วัตถุประสงค์                                                                                                                                                                                                                                         | กลุ่มเป้าหมาย                                                                                               | เป้าหมาย                         | พื้นที่<br>ดำเนินการ                                               | ระยะเวลา                     | งบ<br>ประมาณ |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------|------------------------------|--------------|
| 5.ดำเนินการจัด<br>กิจกรรม ดังนี้<br>1.บรรยายให้ความรู้<br>เกี่ยวกับเรื่องการ<br>ดูแลสุขภาพ<br>เบื้องต้นแก่ผู้สูงวัย<br>2.อาชญากรรมบน<br>โลกออนไลน์และวิธี<br>ป้องกันพร้อม<br>หมายเลขฉุกเฉิน<br>3.การสันทนาการ<br>สร้างความสุขและ<br>รอยยิ้มด้วย<br>เสียงเพลง | 1.เพื่อผู้สูงวัยได้มีความรู้<br>ความเข้าใจเกี่ยวกับการ<br>ดูแลสุขภาพเบื้องต้น<br>2.เพื่อรู้เท่าทัน<br>อาชญากรรมบนโลก<br>ออนไลน์และวิธีป้องกัน<br>และหมายเลขฉุกเฉินที่<br>ควรรู้<br>3.เพื่อสร้างความสุขและ<br>รอยยิ้มด้วยกิจกรรม<br>สันทนาการร้องเพลง | ผู้สูงวัยทั่วไปในเขต<br>พื้นที่<br>-ตำบลหนองปลา<br>ไหล<br>-ตำบลหนองพระ<br>-ตำบลหนองปล้อง<br>-ตำบลวังทรายพูน | 9 คน<br><br>9 คน<br>9 คน<br>9 คน | ห้องสมุด<br>ประชาชน<br>“เฉลิมราช<br>กุมารี”<br>อำเภอวัง<br>ทรายพูน | 11<br>มีนาคม<br>2568         | 4,140<br>บาท |
| 6.การนิเทศและ<br>ติดตามประเมินผล                                                                                                                                                                                                                             | เพื่อนิเทศติดตาม<br>ประเมินผลการจัด<br>กิจกรรม                                                                                                                                                                                                       | คณะกรรมการ<br>นิเทศ สกร.ระดับ<br>อำเภอวังทรายพูน                                                            | 2 คน                             | ห้องสมุด<br>ประชาชน<br>“เฉลิมราช<br>กุมารี”<br>อำเภอวัง<br>ทรายพูน | 11<br>มีนาคม<br>2568         | -            |
| 7.สรุปรายงานผล<br>การจัดกิจกรรม                                                                                                                                                                                                                              | เพื่อสรุปและรายงานผล<br>การจัดกิจกรรม                                                                                                                                                                                                                | ครู กศน.ตำบล ทั้ง<br>4 ตำบล                                                                                 | 4 คน                             | สกร.ระดับ<br>อำเภอวัง<br>ทรายพูน                                   | หลังเสร็จ<br>สิ้น<br>กิจกรรม | -            |

## 7. วงเงินงบประมาณทั้งโครงการ

เบิกจ่ายจากเงินงบประมาณประจำปี พ.ศ. 2568 แผนงาน : ยุทธศาสตร์พัฒนาคุณภาพการศึกษาและการเรียนรู้  
ผลิตผลผู้รับบริการการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง งบดำเนินงาน การศึกษาเพื่อ  
พัฒนาทักษะชีวิต รหัส 20334332005002000000 รายละเอียดดังนี้

- |                                                                                                            |                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| 1.ค่าอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม ( จำนวน 36 คน × 25 บาท × 1 มื้อ)                                            | เป็นเงิน 900 บาท   |
| 2.ค่าป้ายโครงการ จำนวน 1 ป้ายๆละ 300 บาท ขนาด 2×1 เมตร                                                     | เป็นเงิน 300 บาท   |
| 3.ค่าวัสดุสำนักงานในการจัดกิจกรรม                                                                          | เป็นเงิน 2,940 บาท |
| รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 4,140.- บาท (-สี่พันหนึ่งร้อยสี่สิบบาทถ้วน-) <b>หมายเหตุ : ขอถัวจ่ายตามที่จ่ายจริง</b> |                    |

## 8. แผนการใช้จ่ายงบประมาณ

| กิจกรรมหลัก                       | ไตรมาสที่ 1<br>(ต.ค.67 – ธ.ค.67) | ไตรมาสที่ 2<br>(ม.ค.68 – มี.ค.68) | ไตรมาสที่ 3<br>(เม.ย.68– มิ.ย.68) | ไตรมาสที่ 4<br>(ก.ค.68–ก.ย.68) |
|-----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|
| 1.สำรวจความต้องการในการจัดกิจกรรม | -                                | ดำเนินงาน                         | -                                 | -                              |
| 2.จัดทำแผนการจัดกิจกรรม           | -                                | ดำเนินงาน                         | -                                 | -                              |
| 3.ประสานงานผู้เกี่ยวข้อง          | -                                | ดำเนินงาน                         | -                                 | -                              |
| 4.จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์           | -                                | ดำเนินงาน                         | -                                 | -                              |
| 5.ดำเนินการจัดกิจกรรม             | -                                | <b>4,140 บาท</b>                  | -                                 | -                              |
| 6.ติดตามประเมินผล                 | -                                | ดำเนินงาน                         | -                                 | -                              |
| 7.สรุปรายงานผลการจัดกิจกรรม       | -                                | ดำเนินงาน                         | -                                 | -                              |

## 9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

- |                            |                                                                |
|----------------------------|----------------------------------------------------------------|
| 1. นางกานต์สินี ทองศักดิ์  | ครู รักษาการในตำแหน่ง ผู้อำนวยการ สกร.ระดับอำเภอ<br>วังทรายพูน |
| 2. นางสาวณัฐชากร พิศอ่อน   | ครูอาสาสมัครฯ                                                  |
| 3. นางสาวมินตรา สนมผา      | ครู กศน.ตำบล                                                   |
| 4. นายสมโพธิ ราชศรี        | ครู กศน.ตำบล                                                   |
| 5. นายจำนงค์ กันษา         | ครู กศน.ตำบล                                                   |
| 6. นางสาวปาริฉัตร ทัดคำตัด | ครู กศน.ตำบล                                                   |
| 7. นางสาวภาวิณี เจริญสุข   | บรรณารักษ์                                                     |

## 10.วันที่และสถานที่ดำเนินการจัดกิจกรรม

- วันที่ 11 มีนาคม พ.ศ. 2568
- สถานที่ ห้องสมุดประชาชน “เฉลิมราชกุมารี” อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร

## 11. เครือข่าย

- ผู้นำชุมชนในพื้นที่

## 12. โครงการที่เกี่ยวข้อง

- โครงการการประกันคุณภาพการศึกษา สกร.ระดับอำเภอวังทรายพูน

## 13. ผลลัพธ์

ผู้สูงวัยมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเบื้องต้น การรู้เท่าทันอาชญากรรมบนโลกออนไลน์และวิธีป้องกัน และหมายเลขฉุกเฉินที่ควรรู้ การสร้างความสุขและรอยยิ้มด้วยกิจกรรมสันทนาการการร้องเพลง พร้อมทั้งสามารถนำความรู้ทักษะต่างๆไปปรับใช้กับตนเองในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

## 14. ตัวชี้วัดผลสำเร็จของโครงการ

### 14.1 ตัวชี้วัดผลผลิต (Output)

ร้อยละ 80 ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมผ่านกระบวนการตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

### 14.2 ตัวชี้วัดผลลัพธ์ (Outcome)

1. ผู้สูงวัยมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเบื้องต้น การรู้เท่าทันอาชญากรรมบนโลกออนไลน์และวิธีป้องกัน และหมายเลขฉุกเฉินที่ควรรู้ การสร้างความสุขและรอยยิ้มด้วยกิจกรรมสนทนาการร้องเพลง พร้อมทั้งสามารถนำความรู้ทักษะต่างๆไปปรับใช้กับตนเองในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

2. ร้อยละ 80 ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมในระดับ ดี ขึ้นไป

## 15. การติดตามประเมินผลโครงการ

แบบทดสอบก่อนอบรม - หลังอบรม

แบบประเมินความพึงพอใจผู้รับบริการ

แบบสรุปเล่มและรายงานผลการจัดโครงการ

หลักสูตร.....การพัฒนาทักษะชีวิตเชื่อมโยงสังคมและเทคโนโลยีสำหรับผู้สูงวัย

จำนวน 3 ชั่วโมง

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอวังทรายพูน

## ความเป็นมา

พระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ. 2566 กำหนดให้กรมส่งเสริมการเรียนรู้ มีหน้าที่ในการจัดส่งเสริมและสนับสนุนการเรียนรู้ตลอดชีวิต การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง และการเรียนรู้เพื่อคุณวุฒิตามระดับ รวมทั้งอาจจัดส่งเสริมและสนับสนุนการเรียนรู้ในรูปแบบอื่นที่จะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ประชาชนโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาบุคคลให้มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา เป็นคนดี มีวินัย รู้จักสิทธิกับหน้าที่และความรับผิดชอบ ภูมิใจและตระหนักในความสำคัญของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์และการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข รู้จักรักษาประโยชน์ส่วนรวมและของประเทศชาติ รู้จักความพอเพียง มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ใฝ่เรียนรู้ มีความรอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง มีคุณธรรม และมีความซื่อสัตย์สุจริต

ผู้สูงวัยกับการใช้เทคโนโลยีในปัจจุบัน เทคโนโลยีเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันไม่ว่าจะเป็นสมาร์ทโฟน อินเทอร์เน็ต หรืออุปกรณ์อัจฉริยะ ผู้สูงวัยหลายคนเริ่มปรับตัวและใช้เทคโนโลยีเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิต ซึ่งมีือถือสามารถอำนวยความสะดวกให้กับผู้สูงวัย เช่น การสื่อสารที่ง่ายขึ้นใช้สมาร์ทโฟน วิดีโอคอล (เช่น LINE, WhatsApp, Zoom) เพื่อพูดคุยกับครอบครัว การดูแลสุขภาพใช้แอปสุขภาพ (เช่น Google Fit, Apple Health) เพื่อติดตามการเดิน นอนหลับ และเตือนให้กินยา ความสะดวกในชีวิตประจำวันใช้แอปธนาคารออนไลน์ ชื้อของออนไลน์ จองคิวโรงพยาบาล ความปลอดภัยใช้แอปติดตามตำแหน่ง แชรโลเคชันกับครอบครัว หรือปุ่มฉุกเฉินบนสมาร์ทวอตซ์ ความบันเทิงและการเรียนรู้ดูวิดีโอ ฟังเพลง อ่านหนังสือออนไลน์ หรือเรียนรู้สิ่งใหม่ผ่าน YouTube แต่บางสิ่งก็ยังเป็นอุปสรรคให้กับผู้สูงวัยในการใช้เทคโนโลยีมีือถือ เช่น ขนาดตัวอักษรและปุ่มเล็กทำให้มองเห็นยาก และกดพลาด กลัวทำพังหรือใช้งานผิดพลาดบางคนไม่กล้าลองใช้ฟีเจอร์ใหม่ การไม่คุ้นเคยกับระบบดิจิทัล เช่น การสมัครบัญชี การจดจำรหัสผ่าน ซึ่งสิ่งเหล่านี้ผู้สูงวัยควรจะได้ได้รับการพัฒนาให้เข้ากับสังคมแห่งเทคโนโลยีในปัจจุบัน

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอวังทรายพูน มีความตระหนักและเห็นความสำคัญ จึงได้จัดทำโครงการพัฒนาทักษะชีวิตเชื่อมโยงสังคมและเทคโนโลยีสำหรับผู้สูงวัย ขึ้น เพื่อให้ประชาชนผู้สูงวัยได้มีความรู้ ความเข้าใจในด้านการใช้เทคโนโลยีมากขึ้น รวมทั้งการดูแลสุขภาพเบื้องต้นของผู้สูงวัย การสร้างความสุขและรอยยิ้มด้วยเสียงเพลงให้กับผู้สูงวัย พร้อมทั้งยังสามารถนำความรู้ทักษะต่างๆไปปรับใช้กับตนเองในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

## หลักการของหลักสูตร

ประชาชนผู้สูงวัย มีความรู้ ความเข้าใจและตระหนักในการดูแลรักษาสุขภาพจิต สุขภาพกายเบื้องต้น รู้เท่าทันถึงการเกิดอาชญากรรมบนโลกออนไลน์บนมีือถือและโทรศัพท์ต่อหมายเลขฉุกเฉินที่ควรรู้ได้ อีกทั้งการสร้างความสุขและรอยยิ้มด้วยกิจกรรมสนทนาของการร้องเพลง

### จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้ผู้สูงวัยได้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเบื้องต้น
2. เพื่อรู้เท่าทันอาชญากรรมบนโลกออนไลน์และวิธีป้องกัน และหมายเลขฉุกเฉินที่ควรรู้
3. เพื่อสร้างความสุขและรอยยิ้มด้วยกิจกรรมสนทนาการร้องเพลง

### เป้าหมาย

|                                          |            |
|------------------------------------------|------------|
| ประชาชนทั่วไปในเขตพื้นที่ ตำบลหนองปลาไหล | จำนวน 9 คน |
| ประชาชนทั่วไปในเขตพื้นที่ ตำบลหนองพระ    | จำนวน 9 คน |
| ประชาชนทั่วไปในเขตพื้นที่ ตำบลหนองปล้อง  | จำนวน 9 คน |
| ประชาชนทั่วไปในเขตพื้นที่ ตำบลวังทรายพูน | จำนวน 9 คน |
| รวมทั้งสิ้น จำนวน 36 คน                  |            |

### ระยะเวลา

วันที่ 11 มีนาคม พ.ศ. 2568

### โครงสร้างของหลักสูตร

| ที่ | เรื่อง                                                         | จุดประสงค์การเรียนรู้                                                                                                                                                                                                        | เนื้อหา                                                                                                                                                                                                 | การจัดกระบวนการเรียนรู้                                                                                                                                                                                                                                      | จำนวนชั่วโมง               |           |
|-----|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-----------|
|     |                                                                |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                              | ทฤษฎี                      | ปฏิบัติ   |
| 1.  | การพัฒนาทักษะชีวิต เชื่อมโยงสังคม และเทคโนโลยี สำหรับผู้สูงวัย | 1. เพื่อให้ผู้สูงวัยได้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเบื้องต้น<br>2. เพื่อรู้เท่าทัน อาชญากรรมบนโลกออนไลน์และวิธีป้องกัน และหมายเลขฉุกเฉินที่ควรรู้<br>3. เพื่อสร้างความสุขและรอยยิ้มด้วยกิจกรรมสนทนาการร้องเพลง | 1. การดูแลสุขภาพเบื้องต้นสำหรับผู้สูงวัย<br>2. อาชญากรรมบนโลกออนไลน์บนมือถือผู้สูงวัยและวิธีป้องกัน พร้อมหมายเลขติดต่อฉุกเฉิน<br>3. กระบวนการสนทนาการสร้างความสุขและรอยยิ้มด้วยเสียงเพลงให้กับผู้สูงวัย | 1. บรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่องการดูแลสุขภาพเบื้องต้นสำหรับผู้สูงวัย<br>2. บรรยายให้ความรู้เรื่องอาชญากรรมบนโลกออนไลน์บนมือถือผู้สูงวัยและวิธีป้องกัน พร้อมหมายเลขติดต่อฉุกเฉิน<br>3. กระบวนการสนทนาการสร้างความสุขและรอยยิ้มด้วยเสียงเพลงให้กับผู้สูงวัย | 1 ชั่วโมง<br><br>1 ชั่วโมง | 1 ชั่วโมง |

## สื่อการเรียนรู้

- วีดิทัศน์เรื่อง การดูแลสุขภาพเบื้องต้นของผู้สูงอายุ
- วีดิทัศน์เรื่อง การรู้เท่าทันอาชญากรรมบนโลกออนไลน์และวิธีป้องกัน และหมายเลขฉุกเฉินที่ควรรู้
- โปรแกรมคาราโอเกะ จอโปรเจคเตอร์ เครื่องฉาย ลำโพง

## การวัดผลประเมินผล

- 1.การประเมินความรู้จากแบบทดสอบก่อนอบรม - หลังอบรม
- 2.การประเมินความพึงพอใจผู้รับบริการ
- 3.สรุปรายงานผลการดำเนินโครงการ

## เกณฑ์การจบหลักสูตร

- 1.ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเบื้องต้น การรู้เท่าทันอาชญากรรมบนโลกออนไลน์ และวิธีป้องกัน และหมายเลขฉุกเฉินที่ควรรู้ การสร้างความสุขและรอยยิ้มด้วยกิจกรรมสนทนาการร้องเพลง พร้อมทั้งสามารถนำความรู้ทักษะต่างๆไปปรับใช้กับตนเองในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม
- 2.ร้อยละ 80 ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมผ่านกระบวนการตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้
- 3.ร้อยละ 80 ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมในระดับ ดี ขึ้นไป

กำหนดการจัดกิจกรรม/โครงการ  
 โครงการพัฒนาทักษะชีวิตเชื่อมโยงสังคมและเทคโนโลยีสำหรับผู้สูงวัย  
 วันที่ 11 มีนาคม 2568 สถานที่ดำเนินการ ห้องสมุดประชาชน “เฉลิมราชกุมารี” อำเภอวังทรายพูน จ.พิจิตร

| เวลา           | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | ผู้รับผิดชอบ /วิทยากร                               |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 08.00-08.30 น. | ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมกิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | -อ.จำนงค์ กันษา<br>-คณะครู สกร.ระดับอำเภอวังทรายพูน |
| 08.30-09.00 น. | -พิธีเปิด โครงการพัฒนาทักษะชีวิตเชื่อมโยงสังคมและเทคโนโลยี<br>สำหรับผู้สูงวัย โดย นางกานต์สินี ทองศักดิ์ ครู รักษาการใน<br>ตำแหน่ง ผู้อำนวยการ สกร.ระดับอำเภอวังทรายพูน<br><br>-ทดสอบก่อนการอบรม                                                                                                                                                                                          | นายจำนงค์ กันษา<br>ครู กศน.ตำบล ผู้กล่าวรายงาน      |
| 09.00-12.00 น. | <div> <div>🕒 วิทยากรบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่อง</div> <div> <div>☛ การดูแลสุขภาพจิตเบื้องต้นแก่ผู้สูงวัย</div> <div>☛ อาชญากรรมบนโลกออนไลน์และวิธีการป้องกัน</div> <div>☛ หมายเลขฉุกเฉินที่ควรรู้</div> <div>☛ กิจกรรมสันทนาการสร้างความสุขและร่ายยิมด้วยเสียงเพลง</div> <div>☛ ทดสอบหลังการอบรม และทำแบบประเมินความพึงพอใจ</div> <div>☛ ปิดการจัดกิจกรรม/โครงการ</div> </div> </div> | -คณะครู สกร.ระดับอำเภอวังทรายพูน                    |

**หมายเหตุ** 1.กำหนดการนี้อาจเปลี่ยนแปลงเวลาตามความเหมาะสม  
 2.เวลา 10.00-10.10 น. พักรับประทานอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม