

## โครงการการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต ประจำปีงบประมาณ 2568

1. ชื่อ กิจกรรมอบรมให้ความรู้ป้องกันโรคระบาดตามฤดูกาลและ ฝุ่นละออง PM 2.5 ปัญหาสุขภาพที่ต้องระวัง
2. ความสอดคล้อง

### 2.1 สอดคล้องกับพระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้

ตามพระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ.2566 มาตรา 5 การส่งเสริมการเรียนรู้ตามพระราชบัญญัตินี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาบุคคลให้มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา เป็นคนดี มีวินัย รู้จักสิทธิควบคู่กับหน้าที่และความรับผิดชอบ ภูมิใจและตระหนักในความสำคัญของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข รู้จักรักษาประโยชน์ส่วนรวมและของประเทศชาติ รู้จักความพอเพียง มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ใฝ่เรียนรู้ มีความรอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง มีคุณธรรม และมีความซื่อสัตย์สุจริต รวมทั้งมีสำนึกในความรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ มีความเป็นพลเมืองที่สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมไทย และสังคมโลกได้อย่างผาสุก กับ เพื่อให้บุคคลมีทักษะการเรียนรู้ ทักษะอาชีพ และทักษะชีวิตที่สอดคล้องและเท่าทันพัฒนาการของโลก และมีโอกาสพัฒนาหรือเพิ่มพูนทักษะของตนให้สูงขึ้นหรือปรับเปลี่ยนทักษะของตนตามความถนัดหรือความจำเป็น

มาตรา 10 ในการจัด ส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง ให้กรมดำเนินการโดยคำนึงถึงแนวทาง ดังต่อไปนี้

(1) ดำเนินการโดยวิธีการใด ๆ เพื่อกระตุ้นให้บุคคลทุกช่วงวัยทุกอาชีพใฝ่เรียนรู้หรือฝึกฝนในเรื่องที่ตนถนัดหรือสนใจ เพื่อการพัฒนาศักยภาพ ทักษะ และความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน สำหรับการประกอบอาชีพ การพัฒนาอาชีพ การดำเนินชีวิตอย่างผาสุก หรือการร่วมกันพัฒนาชุมชนของตน

(2) ส่งเสริม สนับสนุน ช่วยเหลือหรือร่วมมือกับภาคีเครือข่ายในการดำเนินการตาม (1)

### 2.2 สอดคล้องกับจุดเน้นการดำเนินงานกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568

#### 2. ด้านการสร้างโอกาสเข้าถึงการเรียนรู้

2.3 สร้างโอกาสให้คนทุกช่วงวัยเข้าถึงการศึกษาได้อย่างเท่าเทียมและมีคุณภาพ พร้อมพัฒนาทักษะด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี การคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล และทักษะจำเป็นแห่งอนาคต (Future Skill)

#### 4. ด้านการสร้างเครือข่ายความร่วมมือในการสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้

4.1 “จับมือไว้แล้วไปด้วยกัน” ส่งเสริมความร่วมมือระหว่างหน่วยงานภายในและภายนอก กระทรวงศึกษาธิการ อาทิจังหวัดปกครองส่วนท้องถิ่น องค์กรเอกชน องค์กรระหว่างประเทศ ในการจัด ส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ให้กับประชาชน

### 2.3 สอดคล้องกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และหลัก 3 ศาสตร์

2.3.1 2 เงื่อนไข เงื่อนไขความรู้และเงื่อนไขคุณธรรม

2.3.2 ความพอเพียง 3 หลักการ ความพอประมาณ ความมีเหตุผลและการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี

2.3.3 เกิดสมดุลใน 4 มิติ ด้านวัตถุ/เศรษฐกิจ วัฒนธรรม สังคม และสิ่งแวดล้อม

2.3.4 หลัก 3 ศาสตร์ ศาสตร์พระราชา ศาสตร์ท้องถิ่น/ภูมิปัญญา ศาสตร์สากล

### 3. หลักการและเหตุผล

ปัญหาสุขภาพเป็นปัญหาสำคัญที่มีผลต่อภาวะเศรษฐกิจและสังคม ทั้งส่วนบุคคล ครอบครัวชุมชน และประเทศชาติ ดังนั้น การส่งเสริมค่านิยมที่ถูกต้องด้านสุขภาพ จึงเป็นเรื่องสำคัญหากได้ปลูกฝังและเสริมสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้จะทำให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพตลอดจนแนวทางการควบคุมและป้องกันโรคที่จะก่อให้เกิดผลเสียต่อภาวะสุขภาพของประชาชนโดยการมีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมควบคุมโรคด้วย ดังนั้นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนจึงจำเป็นต้องเตรียมความพร้อมให้ประชาชน ทุกช่วงวัยได้รับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทั้งด้านร่างกายและจิตใจให้สามารถช่วยเหลือตัวเอง และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้เป็นปกติสุข และปัจจุบันปัญหาฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM 2.5 ได้กลายเป็นประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชน โดยเฉพาะในเขตเมืองและพื้นที่ที่มีมลภาวะสูง ฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM 2.5 สามารถเข้าสู่ระบบทางเดินหายใจและกระแสเลือด ก่อให้เกิดโรคทางเดินหายใจ โรคหัวใจ และปัญหาสุขภาพอื่น ๆ ทั้งในระยะสั้นและระยะยาวด้วยเหตุนี้การสร้างความรู้ความตระหนักรู้และการส่งเสริมทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากฝุ่นละออง PM 2.5 จึงเป็นสิ่งจำเป็น โดยเฉพาะในกลุ่มเด็ก เยาวชน และประชาชนทั่วไป

การจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต เป็นการจัดการเรียนรู้ที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนทุกช่วงวัยให้มีความรู้เจตคติและทักษะที่จำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตในสังคมปัจจุบัน สามารถเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของข่าวสารข้อมูล และเทคโนโลยีสมัยใหม่ในอนาคต โดยเน้นการฝึกปฏิบัติให้ผู้เรียนเกิดทักษะชีวิต 10 ประการ จากความสำคัญดังกล่าวศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอโพทะเล จึงได้จัดทำโครงการการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต กิจกรรมอบรมให้ความรู้ป้องกันโรคระบาดตามฤดูกาลและ ฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM 2.5 ปัญหาสุขภาพที่ต้องระวัง นี้ขึ้น

### 4. วัตถุประสงค์

4.1 เพื่อให้ประชาชนมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการป้องกันโรคระบาดตามฤดูกาลและสามารถนำความรู้ที่ได้ไปแนะนำให้แก่บุคคลในครอบครัวชุมชนได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

4.2 เพื่อให้ประชาชนมีความรู้ในการดูแลตัวเอง สามารถป้องกันตนเองจากจากอันตรายของฝุ่น PM 2.5 และนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้กับตนเอง และครอบครัวชุมชนได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

### 5. เป้าหมาย

#### 5.1 เชิงปริมาณ

ประชาชนทั่วไป จำนวน 98 คน ในพื้นที่อำเภอโพทะเล จำนวน 11 ตำบล

#### 5.2 เชิงคุณภาพ

กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการป้องกันโรคระบาดตามฤดูกาลและมีความรู้ในการดูแลตัวเอง และสามารถป้องกันตนเองจากอันตรายของฝุ่น PM 2.5 สามารถนำความรู้มาประยุกต์ใช้ในการดูแลตนเอง ครอบครัว ชุมชนและสังคมได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

### 6. ระยะเวลาและสถานที่

ระยะเวลา : 24 มีนาคม 2568

- สถานที่ : - ห้องประชุมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าขมิ้น อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร
- ห้องประชุมเทศบาลตำบลบางคลาน อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร
  - ศกร.ระดับตำบลโพทะเล อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร
  - โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวัดขวาง อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร

## 7.วิธีการดำเนินการ

ที่	รายงาน/กิจกรรมสำคัญ	ระยะเวลา	เป้าหมาย	สถานที่	งบประมาณ
1.	<p><b>ขั้นเตรียมการ (P)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- จัดทำโครงการกำหนดการและเสนอโครงการฯ เพื่อขออนุมัติ</li> <li>- แต่งตั้งคณะทำงานการดำเนินโครงการ/กิจกรรม</li> <li>- ประชุมคณะกรรมการเพื่อวางแผนกำหนดรูปแบบการจัดกิจกรรม</li> <li>- ประชาสัมพันธ์เชิญชวนกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรม</li> </ul>	ก.พ.- มี.ค. 68	<p>ผู้บริหาร ครู และ บุคลากร สกร.ระดับ อำเภอ โพทะเล</p> <p>ประชาชน 98 คน</p>	สกร.ระดับอำเภอ โพทะเล	<p>งบประมาณ ประจำปี พ.ศ. 2568</p> <p>แผนงาน : ยุทธศาสตร์ พัฒนาคุณภาพ การศึกษาและ การเรียนรู้ ผลผลิต ผู้รับบริการการ เรียนรู้เพื่อ พัฒนาคุณภาพ ชีวิต</p>
2.	<p><b>ขั้นดำเนินการ (D)</b></p> <p>จัดโครงการการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต กิจกรรมอบรมให้ความรู้ป้องกันโรค ระบาดตามฤดูกาลและ รู้-ลด-เลี่ยง ฝุ่น PM 2.5 ปัญหาสุขภาพที่ต้องระวัง</p>	24 มี.ค.68	ประชาชน 98 คน	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ห้องประชุมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าขมิ้น อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร</li> <li>- ห้องประชุมเทศบาลตำบลบางคลาน อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร</li> <li>- สกร.ระดับตำบลโพทะเล อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร</li> <li>- โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวัดขวาง อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร</li> </ul>	<p>กิจกรรมการ เรียนรู้เพื่อ พัฒนาตนเอง งบดำเนินงาน การศึกษาเพื่อ พัฒนาทักษะ ชีวิต รหัส 20334332005 002000000 แหล่งของเงิน 6811200 จำนวนเงิน 11,270.- บาท (หนึ่งหมื่นหนึ่ง พันสองร้อยเจ็ด สิบบาท)</p>
3.	<p><b>ขั้นสรุปและประเมินผล (C)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- นิเทศ ติดตาม โดยคณะนิเทศภายในสถานศึกษา</li> <li>- ประเมินความพึงพอใจผู้เข้าร่วมกิจกรรม</li> </ul>	24 มี.ค.68  24 มี.ค.68	<p>คณะกรรมการ นิเทศ</p> <p>ประชาชน 98 คน</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ห้องประชุมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าขมิ้น อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร</li> <li>- ห้องประชุมเทศบาลตำบลบางคลาน อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร</li> <li>- สกร.ระดับตำบลโพทะเล อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร</li> <li>- โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวัดขวาง อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร</li> </ul>	
4.	<p><b>ขั้นปรับปรุงและติดตามผลการประเมิน (A)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- สรุปรายงาน</li> </ul>	28 มี.ค.68	ผู้บริหาร	สกร.ระดับอำเภอโพทะเล	

ที่	รายงาน/กิจกรรมสำคัญ	ระยะเวลา	เป้าหมาย	สถานที่	งบประมาณ
	- ประชุม PLC ผู้เกี่ยวข้องเพื่อทบทวนและปรับปรุงกระบวนการ/ขั้นตอนการดำเนินงานเพื่อวางแผนการดำเนินงานในกิจกรรมครั้งต่อไปให้เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผล		ครู และบุคลากร สกร.ระดับอำเภอ โพนทะเล		

## 8. วงเงินงบประมาณ

เบิกจ่ายจากงบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568 แผนงาน : ยุทธศาสตร์พัฒนาคุณภาพการศึกษาและการเรียนรู้ ผลผลิตผู้รับบริการการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง งบดำเนินงาน การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต รหัส 20334332005002000000 แหล่งของเงิน 6811200 จำนวนเงิน 11,270 บาท (หนึ่งหมื่นหนึ่งพันสองร้อยเจ็ดสิบบาทถ้วน) ดังนี้

1. ค่าอาหารว่างพร้อมน้ำดื่ม จำนวน 98 คน × 30 บาท × 1 มื้อ เป็นเงิน 2,940 บาท
2. ค่าวิทยากร ชั่วโมง ละ 200 บาท × 4 คน × 3 ชั่วโมง เป็นเงิน 2,400 บาท
  - โซนที่ 1 (ต.ท่าเสา ต.ทะนง,ต.ท่าขมิ้น จำนวน 3 ชั่วโมง)
  - โซนที่ 2 (ต.บางคลาน,ต.ท่าม่วง จำนวน 3 ชั่วโมง)
  - โซนที่ 3 (ต.ท้ายน้ำ,ต.วัดขวาง,ต.ทุ่งน้อย จำนวน 3 ชั่วโมง)
  - โซนที่ 4 (ต.โพนทะเล,ต.บ้านน้อย,ต.ท่าบัว จำนวน 3 ชั่วโมง)
3. ค่าป้ายโครงการ จำนวน 4 ผืนๆ ละ 300 บาท เป็นเงิน 1,200 บาท
4. ค่าวัสดุโครงการฯ เป็นเงิน 4,730 บาท

- ทั้งนี้ขอถัวจ่ายทุกรายการตามที่จ่ายจริง

รวมทั้งสิ้น 11,270- (หนึ่งหมื่นหนึ่งพันสองร้อยเจ็ดสิบบาทถ้วน)

## 9. แผนการใช้จ่ายงบประมาณรายไตรมาส

กิจกรรมหลัก	ไตรมาส 1 (ต.ค.-ธ.ค.67)	ไตรมาส 2 (ม.ค.-มี.ค. 68)	ไตรมาส 3 (เม.ย.-มิ.ย.68)	ไตรมาส 4 (ก.ค.-ก.ย.68)
1. ประชุมวางแผน				
2. ขออนุมัติโครงการ แต่งตั้งคณะทำงาน				
3. จัดเตรียมสื่อ ประสานวิทยากร				
4. จัดกิจกรรมการเรียนรู้ ประเมินผล สรุปรายงานผล	-	11,270.-	-	-

## 10. ผู้รับผิดชอบโครงการ

- นางสาวนิลยา เงินเส็ง ครู กศน.ตำบล
- นางสาวกฤติยา มุกคำ ครู กศน.ตำบล

## 11. หน่วยงาน/เครือข่ายที่เกี่ยวข้อง

- โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ/ผู้นำชุมชน /ผู้นำท้องถิ่น
- ประชาชน

## 12. โครงการที่เกี่ยวข้อง

- โครงการประกันคุณภาพภายในสถานศึกษา
- โครงการพัฒนาการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง
- โครงการนิเทศติดตามผล

## 13. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการป้องกันโรคระบาดตามฤดูกาลและมีความรู้ในการดูแลตัวเอง และสามารถป้องกันตนเองจากอันตรายของฝุ่น PM 2.5 สามารถนำความรู้มาประยุกต์ใช้ในการดูแลตนเอง ครอบครัว ชุมชนและสังคมได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

## 14. ดัชนีชี้วัดผลสำเร็จของโครงการ

### 14.1 ตัวชี้วัดผลผลิต

- ร้อยละ 100 ของจำนวนกลุ่มเป้าหมายได้เข้าร่วมโครงการการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต ประจำปีงบประมาณ 2568 กิจกรรมอบรมให้ความรู้ป้องกันโรคระบาดตามฤดูกาลและ ฝุ่น-ละออง ฝุ่น PM 2.5 ปัญหาสุขภาพที่ต้องระวัง

### 14.2 ตัวชี้วัดผลลัพธ์

- ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมายมีความรู้ตรงตามวัตถุประสงค์ของหลักสูตร/กิจกรรม

- ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมายสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในการพัฒนาตนเองได้ตรงจุดมุ่งหมายของหลักสูตร/กิจกรรม

- ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมายมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในระดับดีขึ้นไป

- ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมาย สามารถถอดบทเรียน 2-3-4 ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ในเรื่องการป้องกันโรคระบาดตามฤดูกาล การดูแลตัวเอง และสามารถป้องกันตนเองจากอันตรายของฝุ่น PM 2.5

## 15. การติดตามและประเมินผล

- 1) สรุปผลการจัดกิจกรรม/โครงการ
- 2) แบบนิเทศกิจกรรม

**ตารางกำหนดการ**  
**โครงการการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต**  
**กิจกรรมอบรมให้ความรู้ป้องกันโรคระบาดตามฤดูกาลและ ฝุ่น-ลด-เลี้ยว ฝุ่น PM 2.5 ปัญหาสุขภาพที่ต้องระวัง**  
**วันที่ 24 มีนาคม 2568**  
**ณ ห้องประชุมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าขมิ้น อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร**

\*\*\*\*\*

เวลา	กิจกรรม/หลักสูตร	หมายเหตุ
08.00 – 09.00 น	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ลงทะเบียน</li> <li>- ทำแบบทดสอบก่อนเรียน</li> </ul>	ครู กศน.ตำบลท่าเสา ครู กศน.ตำบลทะนง ครู กศน.ตำบลท่าขมิ้น
09.00 – 12.00 น.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วิทยากรบรรยายให้ความรู้เรื่อง               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. การดูแลสุขภาพและโรคภัยในช่วงฤดูร้อน (โรคหัด, โรคอีดำอีแดง, ลมแดด/ฮีทสโตรก, อาหารเป็นพิษ, อหิวาตกโรค, โรคบิด)                   <ul style="list-style-type: none"> <li>- โรคภัยที่เกิดขึ้นกับสุขภาพในช่วงวัยต่างๆ</li> </ul> </li> <li>2. สถานการณ์ปัญหา ฝุ่น PM 2.5 -ลด-เลี้ยว ฝุ่น PM 2.5 ปัญหาสุขภาพที่ต้องระวัง</li> </ol> </li> <li>- ครู กศน.ตำบล อธิบายวิธีการถอดบทเรียน 2-3-4 ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและมอบหมายให้กลุ่มเป้าหมายทำใบงานการถอดบทเรียนและนำเสนอใบงาน</li> <li>- วิทยากร ครูและผู้เข้าอบรมร่วมกันสรุปองค์ความรู้และการนำไปใช้โดยการถอดบทเรียน</li> <li>- แบบทดสอบหลังเรียน</li> <li>- ประเมินผลความพึงพอใจ</li> </ul>	วิทยากร

หมายเหตุ : กำหนดการนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

**ตารางกำหนดการ**  
**โครงการการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต**  
**กิจกรรมอบรมให้ความรู้ป้องกันโรคระบาดตามฤดูกาลและ ฝุ่น-ละออง ฝุ่น PM 2.5 ปัญหาสุขภาพที่ต้องระวัง**  
**วันที่ 24 มีนาคม 2568**  
**ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลบางคลาน อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร**

\*\*\*\*\*

เวลา	กิจกรรม/หลักสูตร	หมายเหตุ
08.00 – 09.00 น	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ลงทะเบียน</li> <li>- ทำแบบทดสอบก่อนเรียน</li> </ul>	ครู กศน.ตำบลบางคลาน ครู กศน.ตำบลท่าอ่าง
09.00 – 12.00 น.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วิทยากรบรรยายให้ความรู้เรื่อง               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. โรคระบาดตามฤดูกาล (ฤดูร้อน)                    (โรคหัด, โรคอีดำอีแดง, ลมแดด/ฮีทสโตรก, อาหารเป็นพิษ, อหิวาตกโรค, โรคบิด)</li> <li>- การดูแลสุขภาพและโรคร้ายที่เกิดขึ้นกับสุขภาพในช่วงวัยต่างๆ</li> <li>2. สถานการณ์ปัญหา ฝุ่น PM 2.5</li> <li>- ฝุ่น-ละออง ฝุ่น PM 2.5 ปัญหาสุขภาพที่ต้องระวัง</li> <li>- ครู กศน.ตำบล อธิบายวิธีการถอดบทเรียน 2-3-4 ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและมอบหมายให้กลุ่มเป้าหมายทำใบงานการถอดบทเรียนและนำเสนอใบงาน</li> <li>- วิทยากร ครูและผู้เข้าอบรมร่วมกันสรุปองค์ความรู้และการนำไปใช้โดยการถอดบทเรียน</li> <li>- แบบทดสอบหลังเรียน</li> <li>- ประเมินผลความพึงพอใจ</li> </ol> </li> </ul>	วิทยากร

หมายเหตุ : กำหนดการนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

**ตารางกำหนดการ**  
**โครงการการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต**  
**กิจกรรมอบรมให้ความรู้ป้องกันโรคระบาดตามฤดูกาลและ ฝุ่น-ละออง ฝุ่น PM 2.5 ปัญหาสุขภาพที่ต้องระวัง**  
**วันที่ 24 มีนาคม 2568**  
**ณ ศกร.ระดับตำบลโพทะเล อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร**

\*\*\*\*\*

เวลา	กิจกรรม/หลักสูตร	หมายเหตุ
08.00 – 09.00 น	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ลงทะเบียน</li> <li>- ทำแบบทดสอบก่อนเรียน</li> </ul>	ครู กศน.ตำบลโพทะเล ครู กศน.ตำบลบ้านน้อย ครู กศน.ตำบลท่าบัว
09.00 – 12.00 น.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วิทยากรบรรยายให้ความรู้เรื่อง               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. โรคระบาดตามฤดูกาล (ฤดูร้อน) (โรคหัด, โรคอีดำอีแดง, ลมแดด/ฮีทสโตรก, อาหารเป็นพิษ, อหิวาตกโรค, โรคบิด)</li> <li style="padding-left: 20px;">- การดูแลสุขภาพและโรคร้ายที่เกิดขึ้นกับสุขภาพในช่วงวัยต่างๆ</li> <li>2. สถานการณ์ปัญหา ฝุ่น PM 2.5</li> </ol> </li> <li>- ฝุ่น-ละออง ฝุ่น PM 2.5 ปัญหาสุขภาพที่ต้องระวัง</li> <li>- ครู กศน.ตำบล อธิบายวิธีการถอดบทเรียน 2-3-4 ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและมอบหมายให้กลุ่มเป้าหมายทำใบงานการถอดบทเรียนและนำเสนอใบงาน</li> <li>- วิทยากร ครูและผู้เข้าอบรมร่วมกันสรุปองค์ความรู้และการนำไปใช้โดยการถอดบทเรียน</li> <li>- แบบทดสอบหลังเรียน</li> <li>- ประเมินผลความพึงพอใจ</li> </ul>	วิทยากร

หมายเหตุ : กำหนดการนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม



**ตารางกำหนดการ**  
**โครงการการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต**  
**กิจกรรมอบรมให้ความรู้ป้องกันโรคระบาดตามฤดูกาลและ ฝุ่น-ลด-เลี้ยว ฝุ่น PM 2.5 ปัญหาสุขภาพที่ต้องระวัง**  
**วันที่ 24 มีนาคม 2568**  
**ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวัดขวาง อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร**

\*\*\*\*\*

เวลา	กิจกรรม/หลักสูตร	หมายเหตุ
08.00 – 09.00 น	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ลงทะเบียน</li> <li>- ทำแบบทดสอบก่อนเรียน</li> </ul>	ครู กศน.ตำบลท้ายน้ำ ครู กศน.ตำบลวัดขวาง ครู กศน.ตำบลทุ่งน้อย
09.00 – 12.00 น.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วิทยากรบรรยายให้ความรู้เรื่อง               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. โรคระบาดตามฤดูกาล (ฤดูร้อน)                    (โรคหัด, โรคอีดำอีแดง, ลมแดด/ฮีทสโตรก, อาหารเป็นพิษ, อหิวาตกโรค, โรคบิด)                    - การดูแลสุขภาพและโรคภัยที่เกิดขึ้นกับสุขภาพในช่วงวัยต่างๆ</li> <li>2. สถานการณ์ปัญหา ฝุ่น PM 2.5                    -ลด-เลี้ยว ฝุ่น PM 2.5 ปัญหาสุขภาพที่ต้องระวัง</li> </ol> </li> <li>- ครู กศน.ตำบล อธิบายวิธีการถอดบทเรียน 2-3-4 ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและมอบหมายให้กลุ่มเป้าหมายทำใบงานการถอดบทเรียนและนำเสนอใบงาน</li> <li>- วิทยากร ครูและผู้เข้าอบรมร่วมกันสรุปองค์ความรู้และการนำไปใช้โดยการถอดบทเรียน</li> <li>- แบบทดสอบหลังเรียน</li> <li>- ประเมินผลความพึงพอใจ</li> </ul>	วิทยากร

หมายเหตุ : กำหนดการนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

## หลักสูตรการศึกษาต่อเนื่อง

หลักสูตรกิจกรรมอบรมให้ความรู้ป้องกันโรคระบาดตามฤดูกาลและ ฝุ่น-ลด-เลี้ยว ฝุ่น PM 2.5 ปัญหาสุขภาพที่ต้องระวัง

จำนวน .....3.....ชั่วโมง

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอโพทะเล

### ความเป็นมา/หลักการ

ปัญหาสุขภาพเป็นปัญหาสำคัญที่มีผลต่อภาวะเศรษฐกิจและสังคม ทั้งส่วนบุคคล ครอบครัวชุมชน และประเทศชาติ ดังนั้น การส่งเสริมค่านิยมที่ถูกต้องด้านสุขภาพ จึงเป็นเรื่องสำคัญหากได้ปลูกฝังและเสริมสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้จะทำให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพตลอดจนแนวทางการควบคุมและป้องกันโรคที่จะก่อให้เกิดผลเสียต่อภาวะสุขภาพของประชาชนโดยการมีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมควบคุมโรคด้วย ดังนั้นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนจึงจำเป็นต้องเตรียมความพร้อมให้ประชาชน ทุกช่วงวัยได้รับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทั้งด้านร่างกายและจิตใจให้สามารถช่วยเหลือตัวเอง และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้เป็นปกติสุข และปัจจุบันปัญหาฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM 2.5 ได้กลายเป็นประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชน โดยเฉพาะในเขตเมืองและพื้นที่ที่มีมลภาวะสูง ฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM 2.5 สามารถเขาสูระบบทางเดินหายใจและกระแสเลือด ก่อให้เกิดโรคทางเดินหายใจ โรคหัวใจ และปัญหาสุขภาพอื่น ๆ ทั้งในระยะสั้นและระยะยาวด้วยเหตุนี้การสร้างความรู้ความตระหนักรู้และการส่งเสริมทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากฝุ่นละออง PM 2.5 จึงเป็นสิ่งจำเป็น โดยเฉพาะในกลุ่มเด็ก เยาวชน และประชาชนทั่วไป

การจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต เป็นการจัดการเรียนรู้ที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนทุกช่วงวัย ให้มีความรู้เจตคติและทักษะที่จำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตในสังคมปัจจุบัน สามารถเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของข่าวสารข้อมูล และเทคโนโลยีสมัยใหม่ในอนาคต โดยเน้นการฝึกปฏิบัติให้ผู้เรียนเกิดทักษะชีวิต 10 ประการ จากความสำคัญดังกล่าวศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอโพทะเล จึงได้จัดทำโครงการการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต กิจกรรมอบรมให้ความรู้ป้องกันโรคระบาดตามฤดูกาลและ ฝุ่น-ลด-เลี้ยว ฝุ่น PM 2.5 ปัญหาสุขภาพที่ต้องระวัง นี้ขึ้น

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ประชาชนมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการป้องกันโรคระบาดตามฤดูกาลและสามารถนำความรู้ที่ได้ไปแนะนำให้แก่บุคคลในครอบครัวชุมชนได้อย่างถูกต้องเหมาะสม
2. เพื่อให้ประชาชนมีความรู้ในการดูแลตัวเอง และสามารถป้องกันตนเองจากอันตรายของฝุ่น PM 2.5 และนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้กับตนเอง และครอบครัวชุมชนได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

### เป้าหมาย

#### เชิงปริมาณ

ประชาชนทั่วไป จำนวน 98 คน ในพื้นที่อำเภอโพทะเล จำนวน 11 ตำบล

## เชิงคุณภาพ

กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการป้องกันโรคระบาดตามฤดูกาลและมีความรู้ในการดูแลตัวเอง และสามารถป้องกันตนเองจากอันตรายของฝุ่น PM 2.5 สามารถนำความรู้มาประยุกต์ใช้ในการดูแลตนเอง ครอบครัว ชุมชนและสังคมได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

### ระยะเวลา

จำนวน 3 ชั่วโมง

ทฤษฎี จำนวน 2 ชั่วโมง

ปฏิบัติ จำนวน 1 ชั่วโมง

### สื่อการเรียนรู้

1. แผ่นพับ/ใบความรู้
2. สื่อออนไลน์ คลิปวิดีโอ
3. ใบงานการถอดบทเรียน

### การวัดประเมินผล

1. จากเวลาการเข้าร่วมกิจกรรม
2. จากการถอดบทเรียนหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ๒-๓-๔
3. ประเมินความพึงพอใจ
4. แบบทดสอบ

### เกณฑ์การจบหลักสูตร

มีเวลาเรียนครบระยะเวลาตามหลักสูตร

### โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1.	โรคระบาดตามฤดูกาล (ฤดูร้อน)	1. เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการป้องกันโรคระบาดตามฤดูกาลและสามารถนำความรู้ที่ได้ไปแนะนำให้แก่บุคคลในครอบครัวชุมชนได้อย่างถูกต้องเหมาะสม	โรคระบาดตามฤดูกาล (ฤดูร้อน) (โรคหัด, โรคอีดำอีแดง, ลมแดด/ฮีทสโตรก, อาหารเป็นพิษ, อหิวาตกโรค, โรคบิด) - การดูแลสุขภาพและโรคภัยที่เกิดขึ้นกับสุขภาพในช่วงวัยต่างๆ	1. วิทยากรบรรยายเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและโรคภัยในช่วงฤดูร้อน พอเพียงพร้อมแจกใบความรู้ให้กลุ่มเป้าหมายศึกษา แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน	2	1

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
2.	สถานการณ์ ปัญหา ฝุ่น PM 2.5 -ลด-เลี้ยว ฝุ่น PM 2.5 ปัญหา สุขภาพที่ต้อง ระวัง	2. เพื่อให้ประชาชนมี ความรู้ในการดูแล ตัวเอง และสามารถ ป้องกันตนเองจากจาก อันตรายของฝุ่น PM	สถานการณ์ปัญหา ฝุ่น PM 2.5 -ลด-เลี้ยว ฝุ่น PM 2.5 ปัญหาสุขภาพที่ต้องระวัง	2.วิทยากรบรรยายเกี่ยวกับ สถานการณ์ปัญหา ฝุ่น PM 2.5 -ลด-เลี้ยว ฝุ่น PM 2.5 ปัญหาสุขภาพที่ต้องระวัง และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ร่วมกัน		
3.	การถอด บทเรียน		-วิธีการถอดบทเรียน 2-3-4 ตามหลักปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง	3. ครู กศน.ตำบล อธิบายวิธี วิธีการถอดบทเรียน 2-3-4 ตามหลักปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง และ มอบหมายให้กลุ่มเป้าหมาย ทำใบงานการถอดบทเรียน และนำเสนอใบงาน -กลุ่มเป้าหมายแลกเปลี่ยน เรียนรู้ - กลุ่มเป้าหมายตอบแบบ ประเมินความพึงพอใจ		