

รายละเอียดโครงการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569

กรมส่งเสริมการเรียนรู้ กระทรวงศึกษาธิการ

ชื่อโครงการ “โครงการส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาทักษะชีวิต”

หน่วยงาน...ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอตงเจริญ.....
 ผู้รับผิดชอบ...นายพรเทพ...แก้วตา.....ตำแหน่ง.....ครูศูนย์การเรียนรู้.....
 โทรศัพท์สำนักงาน...056-6573334.....มือถือ_098-0492506.....e-Mail...ibong12223@gmail.com.....

ฉบับขออนุมัติโครงการ

ฉบับขออนุมัติปรับแก้ไขรายละเอียดโครงการ ครั้งที่.....

S1 : ความเชื่อมโยง/สอดคล้องกับ ยุทธศาสตร์ แผนงาน นโยบาย และภารกิจ

ความสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ แผนงาน นโยบายและข้อสั่งการ

* ต้องมีความสอดคล้องอย่างน้อย 1 ข้อ

พันธกิจ ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอตงเจริญ

พันธกิจที่

- ส่งเสริมการจัดการเรียนรู้ที่มีคุณภาพและมาตรฐาน เพื่อยกระดับการศึกษา พัฒนาทักษะที่เหมาะสมและสมรรถนะที่จำเป็นของประชาชนให้สามารถปรับตัวในการดำรงชีวิตพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงของโลกยุคใหม่
- พัฒนาคุณภาพและประสิทธิภาพของหน่วยจัดการเรียนรู้ และนำเทคโนโลยีและนวัตกรรมที่ทันสมัยมาใช้ เพื่อให้ประชาชนสามารถเรียนรู้ได้ทุกที่ ทุกเวลา
- สร้างและประสานความร่วมมือเชิงรุกกับภาคีเครือข่าย ให้เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการเรียนรู้

แผนการส่งเสริมการเรียนรู้ของจังหวัดพิจิตร

ยุทธศาสตร์ที่.....

จุดเน้นการดำเนินงาน ของกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569

ข้อที่ 1. พลิกโฉมระบบการเรียนรู้สู่ความยืดหยุ่น เชื่อมโยง และไร้รอยต่อ

1.1 ยกระดับการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิต การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง และการเรียนรู้เพื่อคุณวุฒิ ตามระดับ ให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตจริง และทักษะที่จำเป็น สร้างทางเลือกที่หลากหลายและยืดหยุ่น เชื่อมโยงรูปแบบการเรียนรู้อย่างเป็นระบบและไร้รอยต่อ

ข้อที่ 2. ขับเคลื่อนการเรียนรู้สู่อาชีพที่มั่นคง สร้างรายได้จริง และการพึ่งพาตนเองที่ยั่งยืนที่ยั่งยืน

2.2 ส่งเสริมแนวทาง "Learn to Earn" ควบคู่กับการ Upskill / Reskill / Newskill เพื่อให้ผู้เรียนสร้างรายได้ทั้งในระหว่างเรียนและหลังจบการศึกษา

2.4 พัฒนาทักษะและอาชีพใหม่ให้กลุ่มวัยเกษียณ เตรียมความพร้อมรองรับสังคมสูงวัย สามารถสร้างรายได้ พึ่งพาตนเองได้ และลดภาระพึ่งพิงทางสังคม

ข้อที่ 3. ส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะแห่งอนาคต สู่การเป็นพลเมืองที่เข้มแข็งและมีคุณภาพ

3.1 ยกระดับศูนย์วิทยาศาสตร์เพื่อการศึกษาให้เป็นแหล่งเรียนรู้คุณภาพ บูรณาการวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี และนวัตกรรมเข้ากับวิถีชีวิตประจำวัน เพื่อพัฒนาทักษะคิดเชิงวิเคราะห์ ทดลอง และแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ สำหรับประชาชนทุกช่วงวัย

3.2 มุ่งสร้างทักษะที่หลากหลาย (Multi Skill) และความยืดหยุ่น (Resilience) ให้ประชาชนยอมรับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและโลกการทำงาน เช่น ทักษะการสื่อสารและการทำงานร่วมการเรียนรู้ตลอดชีวิตและการปรับตัว ทักษะด้านวัฒนธรรมและความคิดสร้างสรรค์

ข้อที่ 6. ขยายโอกาสการเรียนรู้ให้ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมาย

6.2 จัดการเรียนรู้เชิงรุกสำหรับกลุ่มเปราะบาง ผู้สูงอายุ และกลุ่มชาติพันธุ์ ด้วยกระบวนการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตและวัฒนธรรม โดยยึดหลัก "ไม่ทิ้งใครไว้ข้างหลัง"

6.3 ส่งเสริมการเรียนรู้ระหว่างวัย และการมีความพร้อมสู่สังคมสูงวัยอย่างมีคุณภาพ ผ่านพื้นที่กิจกรรมที่เอื้อต่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งระหว่างคนต่างวัย

ข้อที่ 7. ปลูกฝังการอ่านและการรู้หนังสือเพื่อชีวิตที่ดีขึ้น

7.1 ส่งเสริมวัฒนธรรมการอ่านในทุกช่วงวัย ภายใต้แนวคิด "อ่านเปลี่ยนชีวิต" เพื่อเป็น เครื่องมือในการแก้ปัญหาชีวิต ต่อยอดองค์ความรู้ และพัฒนาคุณภาพชีวิต

จุดเน้นการดำเนินงาน ของกระทรวงศึกษาธิการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569

2. ลดภาระนักเรียนและผู้ปกครอง

2.1 เรียนได้ทุกที่ ทุกเวลา (Anywhere Anytime) เรียนฟรี มีงานทำ "ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง" มีระบบหรือแพลตฟอร์มการเรียนรู้โดยผู้เรียนไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายเพื่อสร้างความเสมอภาคทางการศึกษาและส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต

2.6 พัฒนาทักษะที่ใช้ประโยชน์ได้ในชีวิตจริงของผู้เรียนมีรายได้ระหว่างเรียนจบแล้วมีงานทำ (Learn to Earn)

2.8 ส่งเสริมให้มีกระบวนการสร้างความปลอดภัยให้กับผู้เรียน

2.9 สร้างโอกาสให้คนทุกช่วงวัยเข้าถึงการศึกษาและการฝึกอบรมอย่างเท่าเทียมและมีคุณภาพ ตั้งแต่การศึกษาปฐมวัยจนถึงการศึกษาตลอดชีวิต พร้อมการพัฒนาทักษะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี การคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล และทักษะอาชีพที่จำเป็นแห่งอนาคต (Future Skill)

มาตรฐานการศึกษาเพื่อการประกันคุณภาพภายในสถานศึกษา สังกัดกรมส่งเสริมการเรียนรู้

มาตรฐานการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง

ด้านที่ 1 คุณภาพของผู้เรียนการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง

1.1 ผู้เรียนการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง มีคุณลักษณะเป็นไป ตามเกณฑ์การจบหลักสูตรการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง

1.2 ผู้จบหลักสูตรการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเองสามารถนำผลที่ได้รับจากการเรียนรู้ไปใช้ในการดำเนินชีวิต

ด้านที่ 2 คุณภาพการจัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง

2.1 หลักสูตรการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเองมีความสอดคล้อง กับความถนัด ความสนใจ และความจำเป็น ของกลุ่มเป้าหมาย

2.3 ครูและผู้จัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเองมีศักยภาพในการ จัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง

2.4 การวัดและประเมินผลการจัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง มีความสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการ จัดการเรียนรู้

2.6 ความพึงพอใจของผู้เรียนที่มีต่อการจัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง

แผนอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง (ถ้ามี)

แผนปฏิบัติการของสถานศึกษา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.2569

ข้อเสนออื่น (ถ้ามี)

ความสอดคล้องกับภารกิจของหน่วยงานตามที่กฎหมายกำหนด

* ต้องมีความสอดคล้องอย่างน้อย 1 ข้อ

พระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ. 2566

มาตรา 5 การส่งเสริมการเรียนรู้ตามพระราชบัญญัตินี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาบุคคล ให้มีความสมบูรณ์ทั้ง ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา เป็นคนดี มีวินัย รู้จักสิทธิควบคู่กับ หน้าที่และความรับผิดชอบ ภูมิใจและ ตระหนักในความสำคัญของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และ การปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมี พระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข รู้จักรักษาประโยชน์ส่วนรวมและ ของประเทศชาติ รู้จักความพอเพียง มีเหตุผล มี ภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ไม่เรียนรู้ มีความรอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง มีคุณธรรม และมีความซื่อสัตย์สุจริต รวมทั้งมี สำนึก ในความรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ มีความเป็นพลเมืองที่สามารถอยู่ร่วมกับ ผู้อื่นในสังคมไทย และสังคมโลกได้อย่างผาสุก กับเพื่อให้บุคคลมีทักษะการเรียนรู้ ทักษะอาชีพ และทักษะชีวิต ที่ สอดคล้องและเท่าทันพัฒนาการของโลก และมีโอกาสพัฒนาหรือเพิ่มพูนทักษะของตนให้สูงขึ้นหรือ ปรับเปลี่ยนทักษะ ของตนตามความถนัดหรือความจำเป็น

มาตรา 6 ให้กรมมีหน้าที่จัด ส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ ดังต่อไปนี้

- (1) การเรียนรู้ตลอดชีวิต
- (2) การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง
- (3) การเรียนรู้เพื่อคุณวุฒิตามระดับ

นอกจากการจัด ส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ตามวรรคหนึ่ง กรมอาจจัดส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ ในรูปแบบอื่นที่จะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ประชาชนได้ ทั้งนี้ ตามประกาศที่รัฐมนตรีกำหนด ประกาศดังกล่าวให้ระบุ เป้าหมาย แนวทาง และวิธีการไว้ด้วยการจัด ส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ตามวรรคหนึ่งและวรรคสองให้คำนึงถึง ความหลากหลายและความต้องการของผู้เรียน และเปิดโอกาสให้ประชาชนทุกเพศทุกวัยมีโอกาสเรียนรู้และเข้าถึง แหล่งเรียนรู้ได้อย่างทั่วถึงเท่าเทียมและเป็นธรรมโดยไม่เลือกปฏิบัติ

มาตรา 9 การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเองมีเป้าหมายเพื่อพัฒนาศักยภาพ ทักษะ และ ความเชี่ยวชาญเฉพาะ ด้านตามความถนัดของตน การประกอบอาชีพ การพัฒนาอาชีพ การยกระดับ คุณภาพชีวิตของตน ครอบครัว ชุมชน หรือสังคม หรือเพื่อประโยชน์แห่งความรอบรู้ของตน โดยอาจ ได้รับการรับรองคุณวุฒิตามความเหมาะสม

กฎหมายอื่น เช่น ระเบียบ ประกาศ คำสั่ง (ถ้ามี)

-

ความสอดคล้องกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

พระบรมราโชบายด้านการศึกษาในหลวงรัชกาลที่ 10

1. มีทัศนคติที่ถูกต้องต่อบ้านเมือง
2. มีพื้นฐานชีวิตที่มั่นคง – มีคุณธรรม
3. มีงานทำ – มีอาชีพ
4. เป็นพลเมืองที่ดี

สอดคล้องกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

2 เงื่อนไข

เงื่อนไขความรู้

1. มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการอนุรักษ์ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม
2. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวทางตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจ พอเพียงพึ่งพาตนเองได้และ รู้จักความพอเพียง
3. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริหารจัดการขยะ การมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์ทรัพยากร สิ่งแวดล้อมในชุมชน และเป็นต้นแบบให้ในการเรียนรู้ของชุมชนอื่นได้
4. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเป็นพลเมืองที่ดี ด้านประชาธิปไตย
5. สามารถนำองค์ความรู้ที่ได้รับสู่การปฏิบัติได้อย่างเป็นรูปธรรม

เงื่อนไขคุณธรรม

1. ผู้เรียนมีความขยัน
2. ผู้เรียนมีความอดทน
3. ผู้เรียนมีความซื่อสัตย์

3 หลักการ

พอประมาณ

1. การอบรมใช้ระยะเวลาอย่างเหมาะสม
2. เนื้อหาสาระสอดคล้องกับความต้องการของผู้อบรม และสถานการณ์ปัจจุบัน

มีเหตุมีผล

1. เพื่อเป็นการยกระดับ คุณภาพชีวิตของตน ครอบครัว หรือสังคม
2. เพื่อให้เพื่อกระตุ้นให้บุคคลทุกช่วงวัย ทุกอาชีพได้เรียนรู้หรือฝึกฝนในเรื่องที่ตนถนัดหรือสนใจ เพื่อการพัฒนาศักยภาพ ทักษะ และความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน การดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข หรือการร่วมกันพัฒนา ชุมชนของตน

มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี

กลุ่มเป้าหมายสามารถนำความรู้ไปสู่การปฏิบัติจริงและในการดำเนินชีวิตประจำวันได้

4 มิติ

มิติวัตถุ

- นำองค์ความรู้ไปใช้ในการชีวิตประจำวันได้อย่างคุ้มค่า
- เวลาที่จัดมีความคุ้มค่ากับองค์ความรู้ที่ได้รับ
- นำวัสดุมาใช้ได้อย่างเกิดประโยชน์

มิติสังคม

- การแบ่งปันความรู้และประสบการณ์
- ผู้อบรมปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างและสามารถถ่ายทอดองค์ความรู้สู่ชุมชนได้
- มีความเอื้อเฟื้อ เผื่อแผ่ แบ่งปันกันในชุมชน

มิติสิ่งแวดล้อม

- บรรยากาศในการเรียนรู้มีความร่มรื่น สะอาด และปลอดภัยในชีวิต
- มีแหล่งเรียนรู้ในชุมชนให้กับประชาชนทั่วไปได้ศึกษา

มิติวัฒนธรรม

- เห็นคุณค่าภูมิปัญญา, ปรากฏชาวบ้าน ที่ถ่ายทอดองค์ความรู้ในชุมชน

3 ศาสตร์พระราชา

ศาสตร์พระราชา

1. ศึกษาข้อมูลอย่างเป็นระบบ
2. ทำตามลำดับขั้น
๓. การมีส่วนร่วม
4. ภูมิสังคม
5. รู้-รัก-สามัคคี

ศาสตร์ภูมิปัญญา

ปราชญ์, ผู้รู้ บูรณาการร่วมในการจัดกิจกรรมและเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาสังคมและชุมชน

ศาสตร์สากล

1. หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง
2. หลักการทรงงาน
3. หลักการคิดเป็น

S2 : สรุปเนื้อหาสำคัญของโครงการ

1. หลักการและเหตุผล

พระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ. 2566 กำหนดให้กรมส่งเสริมการเรียนรู้ มีหน้าที่ในการจัดส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ตลอดชีวิต การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง และการเรียนรู้เพื่อคุณวุฒิตามระดับ รวมทั้งอาจจัดส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ในรูปแบบอื่นที่จะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ประชาชน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาบุคคลให้

มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา เป็นคนดี มีวินัย รู้จักสิทธิควบคู่กับหน้าที่และความรับผิดชอบ ภูมิใจและตระหนักในความสำคัญของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข รู้จักรักษา ประโยชน์ส่วนรวมและของประเทศชาติ รู้จักความพอเพียง มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ใฝ่เรียนรู้ มีความรอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง มีคุณธรรม และมีความซื่อสัตย์สุจริต โดยกำหนดวิสัยทัศน์ไว้ว่า “ประชาชนได้รับการส่งเสริมการเรียนรู้ที่มีคุณภาพ มีความสุข พร้อมเข้าสู่สังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต”

ปัจจุบันสังคมไทยกำลังเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม และสุขภาพอย่างรวดเร็ว ส่งผลให้ประชาชนในชุมชนต้องเผชิญกับปัญหาหลากหลายด้าน ทั้งปัญหาสุขภาพจิต ปัญหาสุขภาพจากโรคติดต่อและไม่ติดต่อเรื้อรัง รวมถึงการขาดทักษะในการดูแลตนเองและผู้อื่นอย่างเหมาะสม การพัฒนาทักษะชีวิตจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับบุคคล ครอบครัว และชุมชน ให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างปลอดภัย มีคุณภาพ และพึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืน โครงการส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาทักษะชีวิต จึงจัดขึ้นเพื่อเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจ และทักษะที่จำเป็นในการดำเนินชีวิต ผ่านกิจกรรมการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับบริบทของชุมชน ได้แก่ กิจกรรมชุมชนเข้มแข็ง รวมพลังป้องกันยาเสพติด เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันทางความคิดและเสริมพลังความร่วมมือของคนในชุมชน ในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดอย่างเป็นรูปธรรม กิจกรรมส่งเสริมความรู้ในการป้องกันโรคไข้หัดบ เพื่อประชาชนตระหนักถึงอันตราย สาเหตุ วิธีการป้องกัน และการดูแลสุขภาพอย่างถูกต้อง ลดความเสี่ยงในการเกิดโรค นอกจากนี้ยังมี กิจกรรมขยับกายวันละนิด พิชิตสุขภาพ เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายอย่างเหมาะสมตามวัย ช่วยลดความเสี่ยงของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง และเสริมสร้างสุขภาพกายและใจให้แข็งแรง รวมถึง กิจกรรมการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน เพื่อให้ประชาชนมีทักษะในการช่วยเหลือตนเองและผู้อื่นในสถานการณ์ฉุกเฉินได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย และ กิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้สูงวัยใส่ใจสุขภาพ เพื่อเตรียมความพร้อมให้ผู้สูงอายุมีความรู้ในการดูแลสุขภาพตนเอง มีคุณภาพชีวิตที่ดี และสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอตงเจริญ มีบทบาทภารกิจหลักในการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตให้กับประชาชน ในพื้นที่ 5 ตำบล ของอำเภอตงเจริญ ให้เป็นไปตามจุดเน้นการดำเนินงานกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569 ด้วยหลักการและเหตุผลดังกล่าว ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอตงเจริญจึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาทักษะชีวิต เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ ความเข้าใจและทักษะในการเรียนรู้ตามเนื้อหาสาระของหลักสูตร และยกระดับ คุณภาพชีวิตของกลุ่มเป้าหมาย ให้สอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน

2.วัตถุประสงค์

- 2.1. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ ความเข้าใจและทักษะในการเรียนรู้ตามเนื้อหาสาระของหลักสูตร
- 2.2. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายสามารถนำความรู้ไปใช้ยกระดับคุณภาพชีวิตได้

3. กลุ่มเป้าหมาย/เป้าหมายและตัวชี้วัด

3.1 กลุ่มเป้าหมาย

3.1 กลุ่มเป้าหมาย

- 1) ประชาชนทั่วไปในพื้นที่ ทั้ง 5 ตำบล จำนวน 75 คน

3.2 เป้าหมายและตัวชี้วัดความสำเร็จ

เชิงผลผลิต (Output) : ประชาชนทั่วไปในพื้นที่ ทั้ง 5 ตำบล จำนวน 75 คน

เชิงผลลัพธ์ (Outcomes) : กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะในการเรียนรู้ตามเนื้อหาสาระของหลักสูตร มีคุณธรรม จริยธรรมในการดำเนินชีวิต สามารถนำความรู้ ทักษะ ไปใช้ในการพัฒนาตนเอง ชุมชน สังคม ได้อย่างต่อเนื่อง ยั่งยืน และสามารถนำความรู้ไปใช้ยกระดับคุณภาพชีวิตได้

เป้าหมาย	ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย
เชิงผลผลิต (Output)		
1.ประชาชนในเขตอำเภอคงเจริญเข้าร่วมกิจกรรมกิจกรรมชุมชนเข้มแข็ง รวมพลังป้องกันยาเสพติด	จำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม	กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรมไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2.ประชาชนในเขตอำเภอคงเจริญเข้าร่วมกิจกรรมกิจกรรมส่งเสริมความรู้ในการป้องกันโรคไข้หัด	จำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม	กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรมไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
3.ประชาชนในเขตอำเภอคงเจริญเข้าร่วมกิจกรรมกิจกรรมชัชบกายวันละนิด พิชิตสุขภาพ	จำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม	กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรมไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
4.ประชาชนในเขตอำเภอคงเจริญเข้าร่วมกิจกรรมกิจกรรมการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน	จำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม	กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรมไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
5.ประชาชนในเขตอำเภอคงเจริญเข้าร่วมกิจกรรมกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้สู่สูงวัยใส่ใจสุขภาพ	จำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม	กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรมไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
เชิงผลลัพธ์ (Outcomes)		
1.ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้ในการป้องกันยาเสพติด	ผลประเมินความรู้ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม	ผู้เข้าร่วมกิจกรรมไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 มีผลการประเมินหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม
2.ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้ในการป้องกันโรคไข้หัด	ผลประเมินความรู้ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม	ผู้เข้าร่วมกิจกรรมไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 มีผลการประเมินหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม
3.ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้ในการดูแลสุขภาพ	ผลประเมินความรู้ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม	ผู้เข้าร่วมกิจกรรมไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 มีผลการประเมินหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม

เป้าหมาย	ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย
4.ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้ในการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน	ผลประเมินความรู้ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม	ผู้เข้าร่วมกิจกรรมไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 มีผลการประเมินหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม
5.ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้ในการใส่ใจดูแลสุขภาพ	ผลประเมินความรู้ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม	ผู้เข้าร่วมกิจกรรมไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 มีผลการประเมินหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม

4. ระยะเวลาเริ่มต้นและสิ้นสุดโครงการ

เริ่มต้น : วันที่ 11 กุมภาพันธ์ 2569 สิ้นสุด : วันที่ 20 กุมภาพันธ์ 2569

S3 : กิจกรรมและงบประมาณ

5. วิธีดำเนินการ

กิจกรรมหลัก	เป้าหมาย		พื้นที่ (ระยะเวลา)	แผนการใช้จ่ายงบประมาณ (บาท)				งบประมาณ รวม (บาท)
	เชิงปริมาณ (ประเภท เป้าหมาย)	เชิงคุณภาพ (ผลที่ได้รับ)		Q1 (ต.ค.- ธ.ค.)	Q2 (ม.ค.- มี.ค.)	Q3 (เม.ย.-มิ.ย.)	Q4 (ก.ค.-ก.ย.)	
<p>1) ขั้นวางแผน(Plan)</p> <p>1.1 สํารวจสภาพปัญหาความต้องการ วิเคราะห์ความต้องการ</p> <p>1.2 จัดประชุมวางแผนการดำเนินงานกิจกรรมการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาตนเอง ด้านการเรียนรู้ เพื่อการพัฒนาทักษะชีวิต</p> <p>1.3 เขียนโครงการเสนอขออนุมัติ</p> <p>1.4 จัดทำ/พัฒนาหลักสูตร</p> <p>1.5 ประสานงานแจ้งกำหนดการประชุม</p> <p>1.6 ประสานสถานที่</p> <p>1.7 จัดเตรียมเอกสารวัสดุอุปกรณ์</p>	<p>1. ผู้บริหาร 1 คน</p> <p>2. ครู 9 คน</p>	<p>ผู้บริหารและครูมีความเข้าใจในแนวทางการดำเนินโครงการวัตถุประสงค์ และแผนการจัดกิจกรรมอย่างชัดเจน</p>	<p>สกร.ระดับอำเภอ</p> <p>ตงเจริญ (ม.ค. 2569)</p>	-	-	-	-	-

กิจกรรมหลัก	เป้าหมาย		พื้นที่ (ระยะเวลา)	แผนการใช้จ่ายงบประมาณ (บาท)				งบประมาณ รวม (บาท)
	เชิงปริมาณ (ประเภท เป้าหมาย)	เชิงคุณภาพ (ผลที่ได้รับ)		Q1 (ต.ค.- ธ.ค.)	Q2 (ม.ค.- มี.ค.)	Q3 (เม.ย.-มิ.ย.)	Q4 (ก.ค.-ก.ย.)	
2) ขั้นตอนดำเนินงาน(Do) 2.1 จัดประชุมชี้แจงแนวทางและวัตถุประสงค์ของโครงการ 2.2 จัดกิจกรรมตามโครงการส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาทักษะชีวิต ดังนี้ 1.กิจกรรมส่งเสริมความรู้ในการป้องกันโรคไข้หัด 2.กิจกรรมชัชฌาย์วันละนิดพิชิตสุขภาพ 3.กิจกรรมชุมชนเข้มแข็งรวมพลังป้องกันยาเสพติด 4.กิจกรรมการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน 5.กิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้สูงวัยใส่ใจสุขภาพ	1. ครูศูนย์การเรียนรู้ 8 คน 2. ประชาชนในอำเภอคงเจริญ จำนวน 75 คน	1. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ความเข้าใจและทักษะในการเรียนรู้ตามเนื้อหาสาระของหลักสูตร 2. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายสามารถนำความรู้ไปใช้ยกระดับคุณภาพชีวิตได้	- อาคารอเนกประสงค์ หมู่ที่ 10 ต.ห้วยพุก อ.คงเจริญ จ.พิจิตร (10 กุมภาพันธ์ 2569) -รพ.สต.วังจิ้ว หมู่ที่ 8 ต.วังจิ้วใต้ อ.คงเจริญ จ.พิจิตร (11 กุมภาพันธ์ 2569) - อาคารอเนกประสงค์ หมู่ที่ ๔ ต.สำนักขุนเณร อ.คงเจริญ จ.พิจิตร (13 กุมภาพันธ์ 2569) - ศูนย์ผู้สูงอายุตำบลห้วยร่วม ต.ห้วยร่วม อ.คงเจริญ จ.พิจิตร (18 กุมภาพันธ์ 2569) - ห้องประชุม อบต.วังจิ้ว ต.วังจิ้ว อ.คงเจริญ จ.พิจิตร (18 กุมภาพันธ์ 2569)	-	6,785	-	-	6,785

กิจกรรมหลัก	เป้าหมาย		พื้นที่ (ระยะเวลา)	แผนการใช้จ่ายงบประมาณ (บาท)				งบประมาณ รวม (บาท)
	เชิงปริมาณ (ประเภท เป้าหมาย)	เชิงคุณภาพ (ผลที่ได้รับ)		Q1 (ต.ค.- ธ.ค.)	Q2 (ม.ค.- มี.ค.)	Q3 (เม.ย.-มิ.ย.)	Q4 (ก.ค.-ก.ย.)	
3) ชั้นตรวจสอบ(Check) 3.1 การประเมินผลก่อนโครงการ 3.2 การประเมินผลระหว่างโครงการ 3.3 การประเมินผลเมื่อเสร็จสิ้นโครงการ	ผู้เข้าร่วมโครงการทั้งหมด จำนวน 75 คน	1. กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะในการเรียนรู้ตามเนื้อหาสาระของหลักสูตร 2. กลุ่มเป้าหมายสามารถนำความรู้ไปใช้ยกระดับคุณภาพชีวิตได้	-อาคารอเนกประสงค์ หมู่ที่ 10 ต.ห้วยพุก อ.ดงเจริญ จ.พิจิตร (10 กุมภาพันธ์ 2569) -รพ.สต.วังจี้ว หมู่ที่ 8 ต.วังจี้วใต้ อ.ดงเจริญ จ.พิจิตร (11 กุมภาพันธ์ 2569) -อาคารอเนกประสงค์ หมู่ ๔ ต.สำนักขุนเณร อ.ดงเจริญ จ.พิจิตร (13 กุมภาพันธ์ 2569) -ศูนย์ผู้สูงอายุตำบลห้วยร่วมต. ห้วยร่วม อ.ดงเจริญ จ.พิจิตร (18 กุมภาพันธ์ 2569) -ห้องประชุมอบต.วังจี้ว ต.วังจี้ว อ.ดงเจริญ จ.พิจิตร (18 กุมภาพันธ์ 2569)	-	-	-	-	-

กิจกรรมหลัก	เป้าหมาย		พื้นที่ (ระยะเวลา)	แผนการใช้จ่ายงบประมาณ (บาท)				งบประมาณ รวม (บาท)
	เชิงปริมาณ (ประเภท เป้าหมาย)	เชิงคุณภาพ (ผลที่ได้รับ)		Q1 (ต.ค.- ธ.ค.)	Q2 (ม.ค.- มี.ค.)	Q3 (เม.ย.-มิ.ย.)	Q4 (ก.ค.-ก.ย.)	
4) ขั้นปรับปรุงแก้ไข(Action) 4.1 รวบรวมข้อมูลวิเคราะห์ ข้อมูล สรุปและจัดทำรายงานการ ประเมินโครงการ 4.2 ประชุมคณะทำงานเพื่อนำ ข้อมูลจากการประเมินโครงการ ไปใช้ปรับปรุงแก้ไขและพัฒนา ดำเนินโครงการต่อไป	ผู้บริหาร และ บุคลากร 11 คน และรายงานผล การดำเนิน โครงการ จำนวน 1 ฉบับ	-สรุปผลการดำเนิน โครงการ -จัดทำรายงานและ นำผลไปปรับปรุง การดำเนินงานใน ครั้งต่อไป	สกร.ระดับอำเภอตงเจริญ (มี.ค. 2569)	-	-	-	-	-
งบประมาณรวมทั้งสิ้น					6,785			6,785

* ระบุกิจกรรมให้ครบทั้งกระบวนการ (PDCA) ทั้งที่ใช้งบประมาณ และไม่ใช้งบประมาณ

6. งบประมาณประมาณ (ประมาณการค่าใช้จ่าย)

ใช้เงินงบประมาณรายจ่ายประจำปี พ.ศ. 2569 จากแผนงาน : ยุทธศาสตร์พัฒนาคุณภาพการศึกษาและการเรียนรู้ ผลผลิตผู้รับบริการการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง งบดำเนินงาน การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต รหัสงบประมาณ 20334332005002000000 แหล่งของเงิน 6911200 ได้รับจัดสรรงบประมาณ จำนวน 6,785 บาท (-หกพันเจ็ดร้อยแปดสิบห้าบาท-) รายละเอียดดังนี้

1.) ค่าอาหาร ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม		2,625.-บาท
1.1) ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม		
(75 คน x 35 บาท X 1 มื้อ)	=	2,625.-บาท
2.) ค่าจัดจ้างทำป้ายไวนิล		480.-บาท
2.1) ค่าจัดจ้างทำป้ายไวนิล		
(1 ป้าย x 480 บาท)	=	480.-บาท
3.) ค่าวัสดุโครงการ		1,480.-บาท
3.1) ค่าวัสดุโครงการ	=	1,480.-บาท
4.) ค่าตอบแทนวิทยากร		2,200.-บาท
4.1) ค่าตอบแทนวิทยากร		
(4 คน X 2 ชั่วโมง X 200 บาท)	=	1,600.-บาท
(1 คน X 3 ชั่วโมง X 200 บาท)	=	600.-บาท
รวมทั้งสิ้น		6,785 บาท (-หกพันเจ็ดร้อยแปดสิบห้าบาท)

7. เครือข่าย (ถ้ามี)

- 7.1 โรงพยาบาลดงเจริญ
- 7.2 องค์การบริหารส่วนตำบล จำนวน 3 แห่ง
- 7.3 สำนักงานสาธารณสุขอำเภอดงเจริญ
- 7.4 เทศบาลตำบล จำนวน 3 แห่ง

8. โครงการที่เกี่ยวข้อง (ถ้ามี)

1. โครงการประกันคุณภาพภายในสถานศึกษา
2. โครงการนิเทศติดตามการดำเนินงานของสถานศึกษา ตามนโยบายและจุดเน้นของกรมส่งเสริมการเรียนรู้

9. การติดตามและประเมินผลโครงการ (วิธีการ/เครื่องมือ)

ตัวชี้วัดความสำเร็จ	วิธีการประเมิน	เครื่องมือที่ใช้ในการประเมิน
1. ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมายมีความรู้ ความเข้าใจ ในเนื้อหาสาระของหลักสูตรการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต	1. การประเมินผลจัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง 2. การทดสอบก่อนเรียน-หลังเรียน	1. แบบประเมินผลการจัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง (พต. 10) 2. รายงานผู้จบหลักสูตร (พต. 13) 3. แบบทดสอบก่อนเรียน/หลังเรียน

2. ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมายสามารถนำความรู้ ทักษะ ไปใช้ในการพัฒนาตนเอง ชุมชน สังคม ได้อย่างต่อเนื่อง ยั่งยืน และนำไปใช้จนเห็นผลเป็นแบบอย่างที่ดีได้	การติดตามผู้เรียนหลังจบหลักสูตร การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง	แบบติดตามผู้เรียนหลังจบหลักสูตร การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง (พต.20)
3. ร้อยละ 80 ของผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจในระดับดีขึ้นไป	การประเมินความพึงพอใจ	แบบประเมินความพึงพอใจ (พต.12)
4. ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมายผ่านการประเมินคุณธรรมกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง	การประเมินคุณธรรม	แบบประเมินคุณธรรม การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเองของสถานศึกษา

10. การวิเคราะห์ความเสี่ยงของโครงการ ระบุปัจจัยที่จะทำให้เกิดความเสี่ยงที่โครงการจะดำเนินการไม่ได้ หรือดำเนินการแล้วไม่บรรลุผลตามเป้าหมาย/ตัวชี้วัด และการบริหารจัดการ/แก้ไขความเสี่ยงที่คาดว่าจะเกิดขึ้น

ความเสี่ยง	การบริหารความเสี่ยง
กลุ่มเป้าหมายไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ครบตามจำนวนที่กำหนด เนื่องจากภาระงาน เวลา หรือความไม่เข้าใจในวัตถุประสงค์ของโครงการ	ประชาสัมพันธ์และสร้างความเข้าใจล่วงหน้า ประสานงานผู้นำชุมชนและภาคีเครือข่าย เพื่อเชิญชวน และกระตุ้นการมีส่วนร่วมของประชาชนอย่างต่อเนื่อง

การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง
หลักสูตรฝึกอบรม ขยับกายวันละนิด พิชิตสุขภาพ จำนวน 6 ชั่วโมง
ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคงเจริญ

ความเป็นมา

การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต คือ การจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมความสามารถของบุคคล เพื่อให้สามารถจัดการกับตนเองและสิ่งแวดล้อมเพื่อให้มีความสุขตามสภาพ และความสุขความปลอดภัยในสังคม ซึ่งเป็นการพัฒนาทักษะพื้นฐานของบุคคลโดยบูรณาการองค์ความรู้และกระบวนการเรียนรู้ต่างๆ ในชีวิตประจำวัน เข้าด้วยกัน กรมส่งเสริมการเรียนรู้ได้กำหนดนโยบายในเรื่องการจัดการศึกษา เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต โดยเน้น ส่งเสริมสนับสนุนให้จัดกิจกรรมการเรียนรู้ในรูปแบบต่างๆ เพื่อให้ประชาชนมีทักษะชีวิต ที่จำเป็นและสามารถ ดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

หลักการของหลักสูตร

พระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ.2566 กำหนดให้กรมส่งเสริมการเรียนรู้มีหน้าที่ในการจัดส่งเสริมและสนับสนุนการเรียนรู้ตลอดชีวิต การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง และการเรียนรู้เพื่อคุณวุฒิตามระดับหรือการเรียนรู้รูปแบบอื่น ที่จะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ประชาชนโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาบุคคลให้มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา เป็นคนดี มีวินัย รู้จักสิทธิควบคู่กับหน้าที่ความรับผิดชอบ ภูมิใจและตระหนักในความสำคัญของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข รู้จักรักษาประโยชน์ส่วนรวมและประเทศชาติ รู้จักความพอเพียง มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ใฝ่เรียนรู้ มีความรอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง มีคุณธรรม และมีความซื่อสัตย์สุจริต โดยได้ กำหนดนโยบายจุดเน้นการดำเนินงานของกรมส่งเสริมการเรียนรู้ประจำปีงบประมาณ 2568 ในการส่งเสริมและ สนับสนุนการสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต กิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิต เป็นการศึกษาที่ให้ความสำคัญกับ การพัฒนาคน เพื่อให้มีความรู้ เจตคติและทักษะที่จำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตในสังคมปัจจุบัน เพื่อให้บุคคล สามารถเผชิญสถานการณ์ต่างๆในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเตรียมความพร้อมกับการปรับตัวใน อนาคต เช่น สุขภาพกายและใจ ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน คุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่ดี ในปัจจุบันสังคมไทยได้เปลี่ยนแปลงจากสังคมอุตสาหกรรมไปสู่สังคมเทคโนโลยี ทำให้วิถีชีวิตความเป็นอยู่ของคนไทยเปลี่ยนแปลงไป มีสิ่งอำนวยความสะดวกเพิ่มมากขึ้นทั้งในด้านการศึกษา เศรษฐกิจ สังคมและ เทคโนโลยี คนไทยส่วนใหญ่ใช้ชีวิตอยู่บนโต๊ะทำงานและเพลิดเพลินกับสังคมออนไลน์ จนไม่เวลาดูแลร่างกาย ส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข (กรมอนามัย 2540) กล่าวว่า การแก้ไขปัญหาสุขภาพสามารถ ทำได้หลายวิธีได้แก่ การควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การใช้ยา การผ่าตัด และการให้อาหารเสริมสุขภาพ ซึ่ง เป็นแนวทางที่ใหม่ที่สุดการออกกำลังกาย และการควบคุมอาหารเป็นที่ยอมรับว่าปลอดภัยที่สุดและสามารถทำได้ทุกคน การออกกำลังกายเป็นกิจกรรมหนึ่งซึ่งมีการยอมรับในวงการแพทย์ และนักวิทยาศาสตร์การกีฬาว่าเป็น กิจกรรมการออกกำลังกายที่ส่งผลต่อการพัฒนาประสิทธิภาพการทำงานของระบบต่างๆ ของร่างกายได้ดี การออกกำลังกายจะใช้ดนตรีหรือเสียงเพลงประกอบการเคลื่อนไหวของร่างกาย ซึ่งดนตรีจะใช้เป็นเสียงกระตุ้นให้ผู้ฝึก เพลิดเพลิน ทั้งยังช่วยให้เกิดความสนุกสนานในการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลาติดต่อกันอย่างน้อย 20 - 30 นาที ช่วยเสริมสร้างความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิตทั่วร่างกาย ส่งผลให้ร่างกายปฏิบัติกิจกรรมได้เป็นเวลานาน ทั้งยังช่วยเสริมสร้างกล้ามเนื้อในส่วนต่างๆของ

ร่างกายให้แข็งแรงขึ้น การออกกำลังกายจึงมีความสำคัญมาก ดังนั้นศูนย์การเรียนรู้ระดับตำบลวังจี้วได้ จึงได้จัดกิจกรรม “ขยับกายวันละนิด พิชิตสุขภาพ”

จุดมุ่งหมาย

เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้มีความเข้าใจเกี่ยวกับเกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ถูกต้อง เหมาะสม กับวัย เพื่อให้เสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้มีสุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดีและสามารถนำความรู้มาใช้อย่างถูกต้อง เหมาะสม ผ่านเกณฑ์การประเมินตามหลักสูตร

เป้าหมาย

ประชาชนทั่วไป จำนวน 15 คน

ระยะเวลา

จำนวน 6 ชั่วโมง

- ทฤษฎี จำนวน 3 ชั่วโมง

- ปฏิบัติ จำนวน 3 ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1	โครงการส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต - กิจกรรมขยับกาย วันละนิด พิชิต สุขภาพ	เป็นหลักสูตรที่มุ่งเน้น ให้ประชาชนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ถูกต้อง เหมาะสมกับ ช่วงวัย เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ให้มีสุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดีและสามารถนำความรู้มาใช้อย่างถูกต้อง เหมาะสม	1. ความรู้เกี่ยวกับการ ออกกำลังกายที่เหมาะสมกับช่วงวัย - ความหมายของการออกกำลังกาย - การออกกำลังกายที่ถูกต้อง เหมาะสมกับช่วงวัย 2. สาธิตท่าทางการ ออกกำลังกายที่ถูกต้อง เหมาะสมกับช่วงวัย	บรรยายให้ความรู้ ดังนี้ - วิธีสอนแบบบรรยาย โดยวิทยากร - การจัดการเรียนรู้แบบ ใช้คำถาม - ความหมายของการออกกำลังกาย - การออกกำลังกายที่ ถูกต้อง เหมาะสมกับช่วงวัย สาธิตท่าทางการออก กำลังกายที่ถูกต้อง เหมาะสมกับช่วงวัย - ประเมินความพึงพอใจ - สรุปกิจกรรม ฯ	3 ชั่วโมง	3 ชั่วโมง

สื่อการเรียนรู้

1. ใบความรู้
2. สื่อการเรียนรู้

การวัดและประเมินผล

1. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีและปฏิบัติงานระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
2. แบบประเมินผลการฝึกอบรม (แบบ พต.10)
3. แบบประเมินความพึงพอใจ (แบบ พต.12)
4. แบบประเมินคุณธรรม

เกณฑ์การจบหลักสูตร

1. มีผลการเรียนภาคทฤษฎีและปฏิบัติในระหว่างเรียน และจบหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. มีผลการประเมินการฝึกอบรม (แบบ พต.11) โดยมีคะแนนรวมไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
3. มีผลการประเมินความพึงพอใจในระดับ ดี ขึ้นไป
4. มีผลการประเมินคุณธรรมไม่น้อยกว่า 6 ข้อขึ้นไป

หมายเหตุ หน่วยจัดการเรียนรู้สามารถเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

ตารางการจัดอบรม
กิจกรรม ขยับกายวันละนิด พิชิตสุขภาพ
วันพุธที่ ๑๑ เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๙
ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวังจิ้ว หมู่ ๘ ตำบลวังจิ้วใต้ อำเภอดงเจริญ จังหวัดพิจิตร
ศูนย์การเรียนรู้ระดับตำบลวังจิ้วใต้ ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอดงเจริญ

เวลา	กิจกรรม / เนื้อหา	ผู้รับผิดชอบ/ วิทยากร
๐๘.๓๐ – ๐๘.๔๕ น.	- รับลงทะเบียน - ชี้แจงรายละเอียดและวัตถุประสงค์ของ ให้กับผู้เข้ารับการอบรม	- นางหนึ่งฤทัย นนทอง ครูศูนย์การเรียนรู้
๐๘.๔๕ – ๐๙.๐๐ น.	- กล่าวรายงานการจัดกิจกรรมฯ - ประธานเปิดกิจกรรมขยับกายวันละนิด พิชิตสุขภาพ	- นางหนึ่งฤทัย นนทอง ครูศูนย์การเรียนรู้ - นางสาวรัตนา สอนตา ผู้อำนวยการกองการศึกษา ศาสนาและ วัฒนธรรม
๐๙.๐๐ – ๑๑.๐๐ น.	วิทยากรบรรยายให้ความรู้ - การดูแลสุขภาพ - วิทยากรบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับการ ออกกำลังกาย ที่ถูกต้องเหมาะสมกับวัย - โรคภัยที่เกิดขึ้นกับสุขภาพในช่วงวัยต่างๆ	- นางสาวศมลพร จุลโยธา พยาบาลวิชาชีพ
๑๑.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.	- แลกเปลี่ยนเรียนรู้และสรุปองค์ความรู้ - การวัดและประเมินผล - ประเมินความพึงพอใจ	- นางหนึ่งฤทัย นนทอง ครูศูนย์การเรียนรู้

หมายเหตุ : พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา ๑๐:๓๐-๑๐.๔๕ น.

การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง
หลักสูตรอบรม ชุมชนเข้มแข็งรวมพลัง ป้องกันยาเสพติด จำนวน 3 ชั่วโมง
ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคงเจริญ

ความเป็นมา

ตามที่จังหวัดพิจิตร มีนโยบายขับเคลื่อนโครงการต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการฟื้นฟู การอนุรักษ์ การบริหารจัดการ และการพัฒนาบึงสีไฟ บูรณาการเพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมในการพัฒนาพื้นที่ร่วมกันในทุกมิติ ประกอบกับสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดพิจิตร ได้ขับเคลื่อนบทบาทการส่งเสริมการเรียนรู้ตามแนวทางที่กำหนดไว้ในพระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ. 2566 มีความมุ่งหมายและเป้าหมายที่สำคัญ ที่ต้องการบรรลุผลสำเร็จในด้านการสร้างการเปลี่ยนแปลงและพัฒนา ที่สะท้อนการทำงานที่เป็นระบบและเป็นกระบวนการ มีการปฏิบัติตามแนวทางของหลักธรรมาภิบาลและปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรม โดยองค์กรคุณธรรมได้กำหนดเป้าหมาย “คนไทยมีพฤติกรรมที่สะท้อนการมีคุณธรรมเพิ่มขึ้น มุ่งสู่สังคมคุณธรรมที่คนไทยอยู่ร่วมกันด้วยความสมานฉันท์ ภายใต้หลักธรรมทางศาสนาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง วิถีวัฒนธรรมไทยที่ดีงาม และประเทศไทยปลอดทุจริตและประพฤติมิชอบ” และกำหนดคุณธรรมที่พึงประสงค์สำหรับคนไทย 5 ประการ “พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู” เพื่อนำสู่การเป็นคนดี มีคุณธรรม และเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ น้อมนำหลักศาสนา หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และรักษาสืบสานวิถีวัฒนธรรมไทยที่ดีงาม

ศูนย์การเรียนรู้ระดับตำบลสำนักขุนเณร ได้ตระหนักถึงความสำคัญและน่านโยบายดังกล่าวมาปฏิบัติจึงได้จัดกิจกรรมชุมชนเข้มแข็งรวมพลัง ป้องกันยาเสพติด ตามหลักองค์กรคุณธรรม ภายใต้แผนปฏิบัติการด้านการส่งเสริมคุณธรรมแห่งชาติ

หลักการของหลักสูตร

ส่งเสริมให้กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ความเข้าใจ มีทักษะ และมีภูมิคุ้มกันที่ดีที่หลีกเลี่ยงห่างไกลจากยาเสพติด ภาควิชาหรือข่ายในชุมชนมีส่วนร่วมในการสนับสนุนความสามัคคี ภายใต้องค์กรคุณธรรม 5 ประการ สามารถถ่ายทอดองค์ความรู้และขยายผลให้กับชุมชนอื่นๆ ได้ต่อไป

จุดมุ่งหมาย

การแลกเปลี่ยนความรู้ ประสบการณ์เกี่ยวกับการป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติดในชุมชน สร้างความร่วมมือ เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันด้านยาเสพติดภายในชุมชน สร้างวินัย คุณธรรม จริยธรรม สุจริต และความโปร่งใสในชุมชน

เป้าหมาย

ประชาชนทั่วไป จำนวน 15 คน

ระยะเวลา

จำนวน 3 ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1	โครงการส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต - กิจกรรมชุมชนเข้มแข็งรวมพลังป้องกันยาเสพติด	ส่งเสริมให้กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ความเข้าใจ มีทักษะ และมีภูมิคุ้มกันที่ดีที่หลีกเลี่ยงห่างไกลจากยาเสพติด ภาควิทยาเสพติดในชุมชนมีส่วนร่วมในการสนับสนุนความสามัคคีภายใต้องค์กรคุณธรรม 5 ประการ สามารถถ่ายทอดองค์ความรู้และขยายผลให้กับชุมชน	- แลกเปลี่ยนความรู้ประสบการณ์เกี่ยวกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในชุมชน - สร้างพื้นที่ปลอดยาเสพติด หมู่บ้าน/ชุมชนสีขาวร่วมกับภาควิทยาเสพติดในชุมชน การคัดเลือกเสริมสร้างหมู่บ้านต้นแบบสุจริต	บรรยายให้ความรู้ - วิธีสอนแบบบรรยาย โดยวิทยากร - การจัดการเรียนรู้แบบใช้คำถาม - ความหมายของการออกกำลังกาย - การออกกำลังกายที่ถูกต้อง เหมาะสมกับช่วงวัย - ประเมินความพึงพอใจ - สรุปกิจกรรมฯ	3 ชั่วโมง	-

สื่อการเรียนรู้

1. ใบความรู้
2. สื่อการเรียนรู้

การวัดและประเมินผล

1. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีและปฏิบัติงานระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
2. แบบประเมินผลการฝึกอบรม (แบบ พต.10)
3. แบบประเมินความพึงพอใจ (แบบ พต.12)
4. แบบประเมินคุณธรรม

เกณฑ์การจบหลักสูตร

1. มีผลการเรียนภาคทฤษฎีและปฏิบัติในระหว่างเรียน และจบหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. มีผลการประเมินการฝึกอบรม (แบบ พต.10) โดยมีคะแนนรวมไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
3. มีผลการประเมินความพึงพอใจในระดับ ดี ขึ้นไป
4. มีผลการประเมินคุณธรรมไม่น้อยกว่า 6 ข้อขึ้นไป

หมายเหตุ หน่วยจัดการเรียนรู้สามารถเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

ตารางการจัดอบรม

กิจกรรม ชุมชนเข้มแข็ง รวมพลังป้องกันยาเสพติด

วันศุกร์ที่ ๑๓ เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๙ เวลา ๐๘:๓๐-๑๒.๐๐ น.

ณ อาคารอเนกประสงค์ หมู่ ๒ ตำบลสำนักขุนเณร อำเภอคงเจริญ จังหวัดพิจิตร
ศูนย์การเรียนรู้ระดับตำบลสำนักขุนเณร ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคงเจริญ

เวลา	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	- รับลงทะเบียน - ชี้แจงรายละเอียดและวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรม	- นายอุทัย นทอง ครูศูนย์การเรียนรู้
๐๙.๐๐ - ๐๙.๓๐ น.	- พิธีเปิดกิจกรรมชุมชนเข้มแข็ง รวมพลังป้องกันยาเสพติด และบรรยายพิเศษ	- นายอุทัย นทอง ครูศูนย์การเรียนรู้ - นายมงคล พุกเปี่ยม กำนันตำบลสำนักขุนเณร
๐๙.๓๐ - ๑๐.๐๐ น.	- การขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรม ๕ ประการ “พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู”	- นายอุทัย นทอง ครูศูนย์การเรียนรู้
๑๐.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- การสร้างพื้นที่ปลอดภัยยาเสพติด หมู่บ้าน/ชุมชนสีขาวภายในชุมชน - การส่งเสริมแกนนำชุมชนเข้มแข็ง ปลอดภัยยาเสพติด ด้วยพลังเครือข่ายในชุมชน	- นายบัณฑิต หล้าคำมี ปลัดอำเภอคงเจริญ
๑๑.๓๐ - ๑๒.๐๐น.	- แนวทางการเสริมสร้างชุมชนเข้มแข็ง และการขยายผลในระดับหมู่บ้าน - ประเมินความพึงพอใจ	- นายชัยวิทย์ จิตรชนะศิริ แกนนำชุมชนเข้มแข็งระดับตำบล - นายอุทัย นทอง ครูศูนย์การเรียนรู้

หมายเหตุ : พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา 10:30-10.45 น.

การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง
หลักสูตรฝึกอบรม ส่งเสริมการเรียนรู้สูงวัยใส่ใจสุขภาพ จำนวน 3 ชั่วโมง
ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอคงเจริญ

ความเป็นมา

ปัจจุบันประเทศไทยมีการแพทย์และการสาธารณสุขมีความเจริญก้าวหน้าเพิ่มมากขึ้นทำให้อายุขัยเฉลี่ยของประชาชนยืนยาวขึ้นทำให้จำนวนประชากรกลุ่มผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นด้วย ซึ่งประเทศไทยกำลังก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มรูปแบบ แต่การเตรียมความพร้อมรองรับผู้สูงอายุยังต้องอาศัยความร่วมมือจากหลายฝ่าย โดยเฉพาะ "ชุมชน" ซึ่งใกล้ชิดและรู้จักสภาพปัญหา ตลอดจนความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนของตนเองเป็นอย่างดี ด้วยความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีสมัยใหม่การสื่อสารที่ฉับไวทั่วถึงทุกมุมโลกส่งผลให้จิตใจของคนเปลี่ยนไปเป็นวัตถุนิยมมีปัญหาทางสังคมบุตรหลานแยกเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น ปัญหาทางร่างกายของผู้สูงอายุก็เปลี่ยนแปลงจากที่เคยแข็งแรงทำงานได้ก็ไม่แข็งแรงทำงานน้อยลงมีผลถึงภาวะเศรษฐกิจต้องกลายเป็นผู้พึ่งพิงบุตรหลานหรือบางคนขาดการช่วยเหลือดูแลมีปัญหาทางด้านจิตใจ เกิดช่องว่างระหว่างวัยมากขึ้น ผู้สูงอายุปรับตัวปรับใจให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงนี้ไม่ได้ก็จะทำให้เกิดปัญหาสุขภาพทางจิตนี้ตามมารวมทั้งเป็นวัยแห่งการเสื่อมโทรมทางด้านร่างกายเพิ่มขึ้นเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคหลอดเลือดหัวใจ สมอง เกิดอัมพฤกษ์อัมพาตนำไปสู่ภาวะพึ่งพาและคุณภาพความต้องการการดูแลมากขึ้น การส่งเสริมสุขภาพนับว่ามีความสำคัญและเป็นหัวใจหลักของการปฏิรูประบบสุขภาพในประชากรกลุ่มผู้สูงอายุ จากเหตุผลและความจำเป็นดังกล่าว

จึงมีแนวความคิดในการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านการส่งเสริมสุขภาพให้กับผู้สูงอายุด้านสุขภาพกาย สุขภาพใจ และสังคมให้ดีขึ้น เพื่อนำมาประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุและพัฒนากิจกรรมในการดูแล ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น และยังส่งผลดีต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ เล็งเห็นถึงความสำคัญในการร่วมดูแลส่งเสริมสุขภาพกลุ่มวัยสูงอายุเพื่อคงไว้ซึ่งสุขภาพกายและใจที่ดีลดการเกิดปัญหาสุขภาพที่รุนแรง จึงได้จัดทำโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตส่งเสริมทักษะกาย ใจ ผู้สูงอายุ ขึ้น เพื่อต้องการให้ผู้สูงอายุที่ผ่านการอบรมสามารถดูแลสุขภาพตนเองเบื้องต้นได้ อยู่ร่วมในครอบครัว ชุมชน และสังคมได้อย่างมีความสุข และสามารถเป็น ผู้สูงอายุต้นแบบให้กับชุมชนและสังคมได้อีกด้วย

จากความสำคัญดังกล่าว ศูนย์การเรียนรู้ตำบลห้วยร่วม สังกัดศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคงเจริญ จึงจัดทำกิจกรรม “ส่งเสริมการเรียนรู้สูงวัยใส่ใจสุขภาพ” นี้ขึ้น

หลักการของหลักสูตร

1. เพื่อลดปัญหาด้านสุขภาพประชาชนในเขตตำบลห้วยร่วม
2. เพื่อส่งเสริมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านสุขภาพของประชาชนให้มีสุขภาพกายที่พึงประสงค์โดย

ผสมผสานมาตรฐานการดูแลคุณภาพแบบองค์รวมทั้งสุขภาพกายของผู้สูงอายุ

จุดมุ่งหมาย

ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจ มีกระบวนการป้องกันและแก้ไขปัญหาการดูแลสุขภาพของตนเองเบื้องต้นในชุมชนตนเองและคนในครอบครัวของตนเอง ได้อย่างถูกวิธี

เป้าหมาย

ประชาชนทั่วไป จำนวน 15 คน

ระยะเวลา

จำนวน 3 ชั่วโมง

- ทฤษฎี 2 ชั่วโมง

- ปฏิบัติ 1 ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัด กระบวนการ เรียนรู้	ชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1	การดูแลสุขภาพกาย - ความรู้เรื่องสุขภาพกาย - ผลกระทบที่เกิดจากสุขภาพกาย - การใช้ชีวิตประจำวัน - สรุปลงค์ความรู้ - การวัดและประเมินผล และคุณธรรมจริยธรรม - ประเมินความพึงพอใจ	1.เพื่อส่งเสริมให้มีร่างกายแข็งแรง สมบูรณ์ และพร้อมต่อการดำรงชีวิตประจำวัน 2.เพื่อป้องกันการเจ็บป่วยและลดความเสี่ยงจากโรคไม่ติดต่อเรื้อรังสร้างพฤติกรรมสุขภาพที่ดี เช่น การออกกำลังกาย การรับประทานอาหารที่เหมาะสม และการพักผ่อนอย่างเพียงพอ 3.เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันของร่างกายให้สามารถต้านทานโรคได้ดีขึ้น	- ความรู้กับสุขภาพกาย - ผลกระทบที่เกิดจากสุขภาพกาย	วิทยาการ บรรยายให้ ความรู้ และ แลกเปลี่ยน เรียนรู้	2 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง

สื่อการเรียนรู้

1. สื่อบุคคล ได้แก่ ปราชญ์, ภูมิปัญญา, ผู้รู้
2. แหล่งเรียนรู้ในท้องถิ่น/ สถานประกอบการ
3. สิ่งพิมพ์ ได้แก่ เอกสาร/ แผ่นพับ ใบความรู้
4. เว็บไซต์/ วีดีโอ/ ยูทูบ

การวัดและประเมินผล

1. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีและปฏิบัติงานระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
2. แบบประเมินผลการจัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง (แบบ พต.10)
3. แบบประเมินความพึงพอใจ (แบบ พต.12)
4. แบบประเมินคุณธรรม

เกณฑ์การจบหลักสูตร

1. มีเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตามหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. มีผลการประเมินผ่านตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
3. มีผลงานผ่านการประเมินทดสอบที่มีคุณภาพ
4. มีผลการประเมินคุณธรรมไม่น้อยกว่า 6 ข้อขึ้นไป

หมายเหตุ สถานศึกษาสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

กำหนดการจัดกิจกรรม

กิจกรรม อบรมให้ความรู้ “ส่งเสริมการเรียนรู้สูงวัยใส่ใจสุขภาพ”

วันที่ 18 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2569 เวลา 08:00-12:00 น.

สถานที่ ศูนย์ผู้สูงอายุตำบลห้วยร่วม ตำบล ห้วยร่วม อำเภอ ดงเจริญ จังหวัด พิจิตร

เวลา	กิจกรรม / เนื้อหา	ผู้รับผิดชอบ/ วิทยากร
08:00 – 08:30 น.	- รับลงทะเบียน - ชี้แจงรายละเอียดและวัตถุประสงค์ของกิจกรรม ให้กับผู้เข้ารับการอบรม	- นายฤทธิชัย พลมัน ครูศูนย์การเรียนรู้ - นางสาวประภาพร แก้วปรีชา ครูศูนย์การเรียนรู้
08:30 – 09:00 น.	- กล่าวรายงานกิจกรรมอบรมส่งเสริมการเรียนรู้สูงวัยใส่ใจสุขภาพ - ประธานเปิดกิจกรรมฯ พร้อมกล่าวให้โอวาทกับผู้เข้าร่วมกิจกรรม	- นายฤทธิชัย พลมัน ครูศูนย์การเรียนรู้ - นางสาวประภาพร แก้วปรีชา ครูศูนย์การเรียนรู้ - นายบรรจง จำรูญอิสระกุล ผอ.สกร.ระดับอำเภอดงเจริญ
09:00 – 11:00 น.	- อบรมให้ความรู้ เรื่อง “เรื่องการเรียนรู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงหลักธรรมเติมพลังชีวิตผู้สูงวัย	- ประธานชมรมผู้สูงอายุ ตำบลห้วยร่วม
11:00 – 12:00 น.	- แลกเปลี่ยนและสรุปองค์ความรู้ - การวัดและประเมินผล - ประเมินคุณธรรม - ประเมินผลความพึงพอใจ	- นายฤทธิชัย พลมัน ครูศูนย์การเรียนรู้ - นางสาวประภาพร แก้วปรีชา ครูศูนย์การเรียนรู้

หมายเหตุ : พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา 10:20 – 10:30 น.

การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง
หลักสูตร การปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน จำนวน 3 ชั่วโมง
ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคงเจริญ

ความเป็นมา

ในชีวิตประจำวัน บุคคลอาจประสบกับอุบัติเหตุหรือภาวะฉุกเฉินทางสุขภาพได้ตลอดเวลา เช่น การบาดเจ็บจากอุบัติเหตุ การหมดสติ การหยุดหายใจ หรือภาวะหัวใจหยุดเต้น ซึ่งหากไม่ได้รับการช่วยเหลืออย่างถูกต้องและทันเวลาที่ อาจส่งผลให้เกิดความพิการรุนแรงหรือเสียชีวิตได้ การปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน (Basic Life Support: BLS) จึงเป็นทักษะที่มีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับประชาชนทุกคน ไม่จำกัดเฉพาะบุคลากรทางการแพทย์เท่านั้น การมีความรู้และทักษะในการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน จะช่วยให้ผู้พบเหตุสามารถประเมินสถานการณ์เบื้องต้น ให้การช่วยเหลือผู้ประสบเหตุได้อย่างถูกต้องวิธี ลดความรุนแรงของการบาดเจ็บเพิ่มโอกาสในการรอดชีวิต และป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นก่อนนำส่งสถานพยาบาล นอกจากนี้ยังช่วยสร้างความมั่นใจในการตัดสินใจและการปฏิบัติเมื่อเผชิญเหตุฉุกเฉินจริง

การจัดการเรียนรู้หรือการฝึกอบรมเรื่องการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน จึงมีความจำเป็นและสอดคล้องกับการเสริมสร้างความปลอดภัยในชีวิตและสังคม ช่วยพัฒนาผู้เรียนให้มีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะที่สามารถนำไปใช้ได้จริง อันจะเป็นประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัว และสังคมโดยรวมในยามเกิดเหตุฉุกเฉินอย่างมีประสิทธิภาพและทันเวลาที่ ดังนั้นศูนย์การเรียนรู้ระดับตำบลวังจี้ จึงได้จัดกิจกรรม “การปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน” ขึ้น

หลักการของหลักสูตร

1. หลักสูตรมุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะที่จำเป็นในการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน เพื่อสามารถช่วยเหลือตนเองและผู้อื่นได้อย่างถูกต้องและปลอดภัยในสถานการณ์ฉุกเฉิน
2. หลักสูตรเน้นการเรียนรู้จากการปฏิบัติจริง (Learning by Doing) ควบคู่กับความรู้ทางทฤษฎี เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความชำนาญ มีความมั่นใจ และสามารถนำความรู้ไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน
3. หลักสูตรส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม และจิตสาธารณะ ปลูกฝังความรับผิดชอบ การมีน้ำใจ และการทำงานร่วมกับผู้อื่น เพื่อสร้างสังคมที่เอื้ออาทรและปลอดภัย

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจ และตระหนักถึงความสำคัญของการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน สามารถประเมินสถานการณ์ฉุกเฉินได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย
2. เพื่อให้ผู้เรียนมีทักษะในการปฏิบัติการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐานได้อย่างถูกต้องวิธี เช่น การช่วยเหลือผู้หมดสติ การกดหน้าอก และการช่วยหายใจ ตามหลักสากล
3. เพื่อปลูกฝังเจตคติที่ดี ความมีน้ำใจ และความรับผิดชอบต่อสังคม ให้ผู้เรียนสามารถนำความรู้และทักษะไปใช้ช่วยเหลือตนเองและผู้อื่นในสถานการณ์ฉุกเฉินได้อย่างเหมาะสม

เป้าหมาย

ประชาชนทั่วไป จำนวน 15 คน

ระยะเวลา

จำนวน 3 ชั่วโมง

- ทฤษฎี 1 ชั่วโมง

- ปฏิบัติ 2 ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1.	การปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน	<p>1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะพื้นฐานในการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพ สามารถประเมินสถานการณ์ฉุกเฉิน และให้การช่วยเหลือได้อย่างถูกต้องเหมาะสม</p> <p>2. เพื่อให้ผู้เรียนมีเจตคติที่ดี มีความรับผิดชอบ และมีจิตสาธารณะ ตระหนักถึงความสำคัญของการช่วยเหลือผู้อื่น และสามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน และสังคมได้อย่างปลอดภัย</p>	<p>การปฐมพยาบาลเป็นการช่วยเหลือเบื้องต้นแก่ผู้ประสบอุบัติเหตุหรือผู้ป่วยฉุกเฉินก่อนนำส่งสถานพยาบาล โดยเนื้อหาครอบคลุม ความหมาย และความสำคัญของการปฐมพยาบาล หลักความปลอดภัยของผู้ช่วยเหลือ การประเมินสถานการณ์และอาการของผู้ป่วย การแจ้งขอความช่วยเหลืออย่างถูกวิธี รวมถึงการปฐมพยาบาลในภาวะต่าง ๆ เช่น การหมดสติ เลือดออก บาดแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก กระดูกหัก การสำลัก และการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บอย่างเหมาะสม</p> <p>การช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน (Basic Life Support : BLS) เป็นกระบวนการช่วยชีวิตผู้ที่หยุดหายใจหรือหัวใจหยุดเต้น โดยเนื้อหา มุ่งเน้นความรู้และทักษะในการตรวจสอบการตอบสนอง การเปิดทางเดินหายใจ การช่วยหายใจ และการกดหน้าอกตามหลักสากล รวมถึงการใช้เครื่องกระตุ้นหัวใจ</p>	<p>1. ศึกษาความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน ความหมาย ความสำคัญ หลักความปลอดภัย และการประเมินสถานการณ์ฉุกเฉิน</p> <p>2. อธิบายและสาธิตขั้นตอนการปฐมพยาบาลในภาวะต่าง ๆ เช่น หมดสติ เลือดออก บาดแผล กระดูกหัก การสำลัก และการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บอย่างถูกวิธี</p> <p>3. ฝึกปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน (CPR) และการใช้เครื่องกระตุ้นหัวใจไฟฟ้าอัตโนมัติ (AED) จากสถานการณ์จำลอง เพื่อให้ผู้เรียนเกิดทักษะและความมั่นใจ</p> <p>4. จัดกิจกรรมกลุ่ม แลกเปลี่ยนความคิดเห็น</p>	1	2

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
			ไฟฟ้าอัตโนมัติ (AED) เบื้องต้น เพื่อเพิ่มโอกาสรอดชีวิตของผู้ป่วย และเสริมสร้างความมั่นใจให้ผู้เรียนสามารถนำความรู้ไปใช้ช่วยเหลือตนเองและผู้อื่นได้อย่างถูกต้องและปลอดภัยในสถานการณ์ฉุกเฉิน	วิเคราะห์กรณีศึกษา และอภิปรายแนวทางการช่วยเหลือผู้ป่วยในสถานการณ์ฉุกเฉิน 5.สรุปบทเรียน ทบทวนความรู้ และประเมินผลการเรียนรู้ทั้งด้านความรู้ ทักษะ และเจตคติ พร้อมให้ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้จริง		

สื่อการเรียนรู้

1. สื่อสิ่งพิมพ์ ได้แก่ หนังสือ ,เอกสาร , ใบความรู้
2. สื่อบุคคล/ภูมิปัญญา
3. สื่อเรียนรู้ หุ่นจำลองการช่วยชีวิต
4. สื่ออินเทอร์เน็ต

การวัดและประเมินผล

1. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีและปฏิบัติงานระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
2. แบบประเมินผลการจัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง (แบบ พต.10)
3. แบบประเมินความพึงพอใจ (แบบ พต.12)
4. แบบประเมินคุณธรรม

เกณฑ์การจบหลักสูตร

1. มีเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตามหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. มีผลการประเมินผ่านตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
3. มีผลงานผ่านการประเมินทดสอบที่มีคุณภาพ
4. มีผลการประเมินคุณธรรมไม่น้อยกว่า 6 ข้อขึ้นไป

หมายเหตุ สถานศึกษาสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

ตารางการจัดกิจกรรม

กิจกรรม การปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน

วันที่ 20 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2569 เวลา 08:30 – 16:00 น.

สถานที่ ห้องประชุม อบต.วังจี้ หมู่ที่ 2 ตำบลจี้ อำเภอดงเจริญ จังหวัดพิจิตร

เวลา	กิจกรรม / เนื้อหา	ผู้รับผิดชอบ/ วิทยากร
08:00 – 8:30 น.	- รับลงทะเบียน	- นายพรเทพ แก้วตา ศูนย์การเรียนรู้
08:30 – 09:00 น.	- ประธานเปิดโครงการฯ พร้อมกล่าวให้โอวาทกับ ผู้เข้าร่วมโครงการ	- นางสาวศศิรักร บุญมี ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล วังจี้ ปฏิบัติหน้าที่ นายกองค์การบริหารส่วนตำบล วังจี้
09:00 – 12:00 น.	- บรรยายเรื่อง การปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้น คืนชีพพื้นฐาน - ฝึกปฏิบัติ เรื่อง การปฐมพยาบาลและการช่วย ฟื้นคืนชีพพื้นฐาน	- นางสาวจิรวรรณ สอนสุรินทร์ พยาบาล วิชาชีพชำนาญการ

หมายเหตุ : พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา 10:20 – 10:30 น.