

รายละเอียดโครงการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569

กรมส่งเสริมการเรียนรู้ กระทรวงศึกษาธิการ

ชื่อโครงการ โครงการรู้ทันสุขภาพเสริมสร้างพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อการดูแลตนเอง

หน่วยงาน...ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอวังทรายพูน.....
 ผู้รับผิดชอบ...นายจำนงค์ กันหา.....ตำแหน่ง...ครูศูนย์การเรียนรู้.....
 โทรศัพท์สำนักงาน...056695615.....มือถือ...0621087924.....e-Mail...arambox131220@hotmail.com.....

ความเชื่อมโยง/สอดคล้องกับ ยุทธศาสตร์ แผนงาน นโยบาย และภารกิจ

ความสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ แผนงาน นโยบายและข้อสั่งการ

พันธกิจ ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอวังทรายพูน

1.จัด ส่งเสริม และสนับสนุน กิจกรรมการเรียนรู้ตลอดชีวิต กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเองและการเรียนรู้เพื่อคุณวุฒิตามระดับ หรือการเรียนรู้รูปแบบอื่น ที่มีคุณภาพและมาตรฐาน เพื่อยกระดับการศึกษา พัฒนาทักษะที่เหมาะสมและสมรรถนะที่จำเป็นของประชาชนให้สามารถปรับตัวในการดำรงชีวิต พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงของโลกยุคใหม่

2.ผลิตและพัฒนาหลักสูตร โปรแกรมการเรียนรู้ สื่อและนวัตกรรมการเรียนรู้ วิธีการจัดการกระบวนการเรียนรู้ การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ที่มีคุณภาพและมาตรฐาน สอดคล้องกับรูปแบบการจัดการเรียนรู้และสถานการณ์การพัฒนาของประเทศ

3.ส่งเสริมการนำเทคโนโลยีดิจิทัลและนวัตกรรมที่ทันสมัยมาใช้ในการจัดและส่งเสริมการเรียนรู้ให้ประชาชนสามารถเรียนรู้ได้ทุกที่ และทุกเวลา

4.สร้างและประสานความร่วมมือเชิงรุกกับภาคีเครือข่าย ให้เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการเรียนรู้มีสิ่งอำนวยความสะดวกและแหล่งเรียนรู้รูปแบบต่าง ๆ เพื่อให้ผู้เรียนสามารถเข้าถึงการเรียนรู้ได้ทุกรูปแบบทุกที่และทุกเวลา

5.พัฒนาระบบบริหารจัดการภายในองค์กรให้มีความทันสมัย โดยยึดหลักธรรมาภิบาล เพื่อการส่งเสริมการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ

6.พัฒนาและยกระดับศักยภาพบุคลากรทุกประเภท ทุกระดับ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานและการส่งเสริมการเรียนรู้ที่มีคุณภาพ

แผนการส่งเสริมการเรียนรู้ของจังหวัดพิจิตร

ยุทธศาสตร์ที่ 1 พัฒนากระบวนการเรียนรู้ให้มีคุณภาพ

ยุทธศาสตร์ที่ 2 ส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาสมรรถนะสำหรับโลกยุคใหม่

ยุทธศาสตร์ที่ 3 ส่งเสริมการเรียนรู้แบบยั่งยืนโดยผ่านกระบวนการทางชุมชน

ยุทธศาสตร์ที่ 4 พัฒนาสภาพแวดล้อมและทรัพยากรเพื่อการเรียนรู้

ยุทธศาสตร์ที่ 5 พิจิตรเมืองงามแห่งการเรียนรู้เสริมสร้างด้วยคุณธรรมนำความรู้ พัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนทุกช่วงวัยสู่ความมั่นคงมั่งคั่งอย่างยั่งยืน

จุดเน้นการดำเนินงาน ของกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569

1.พลิกโฉมระบบการเรียนรู้สู่ความยืดหยุ่น เชื่อมโยง และไร้รอยต่อ

1.1 ยกระดับการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิต การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเองและการเรียนรู้เพื่อคุณวุฒิตามระดับ ให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตจริง และทักษะที่จำเป็น สร้างทางเลือกที่หลากหลายและยืดหยุ่น เชื่อมโยงรูปแบบการเรียนรู้อย่างเป็นระบบและไร้รอยต่อ

3.ส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะแห่งอนาคต สู่การเป็นพลเมืองที่เข้มแข็งและมีคุณภาพ

3.2 มุ่งสร้างทักษะที่หลากหลาย (Multi Skill) และความยืดหยุ่น (Resilience) ให้ประชาชน พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและโลกการทำงาน เช่น ทักษะการสื่อสารและการทำงานร่วมกัน ทักษะการเรียนรู้ตลอดชีวิตและการปรับตัว ทักษะด้านวัฒนธรรมและความคิดสร้างสรรค์

3.3 ปลุกฝังความเป็นพลเมืองคุณภาพ ผ่านการบูรณาการการเรียนรู้ด้านประวัติศาสตร์ หน้าที่พลเมือง ศิลธรรม ประชาธิปไตย และสถาบันหลักของชาติ ในบริบทที่ร่วมสมัย ควบคู่กับการปลุกฝังคุณธรรม จริยธรรม จิตสำนึกสาธารณะ และความเป็นพลเมืองดี เพื่อสร้างสังคมที่เข้มแข็งและอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

7.ปลูกพลังการอ่านและการรู้หนังสือเพื่อชีวิตที่ดีขึ้น

7.1 ส่งเสริมวัฒนธรรมการอ่านในทุกช่วงวัย ภายใต้แนวคิด “อ่านเปลี่ยนชีวิต” เพื่อเป็น เครื่องมือในการแก้ปัญหาชีวิต ต่อยอดองค์ความรู้ และพัฒนาคุณภาพชีวิต

จุดเน้นการดำเนินงาน ของกระทรวงศึกษาธิการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569

2.ลดภาระนักเรียนและผู้ปกครอง

2.1 เรียนได้ทุกที่ทุกเวลา (Anywhere Anytime) เรียนฟรี มีงานทำ “ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง” มีระบบหรือแพลตฟอร์มการเรียนรู้ โดยผู้เรียนไม่เสียค่าใช้จ่าย เพื่อเพิ่มความเสมอภาคทางการศึกษา และส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต

2.11 ส่งเสริมให้ผู้เรียนมีความสุข

มาตรฐานการศึกษาเพื่อการประกันคุณภาพภายในสถานศึกษา สังกัดกรมส่งเสริมการเรียนรู้

ด้านที่ 1 คุณภาพของผู้เรียนการเรียนรู้ตลอดชีวิต

1.1 ผู้เรียนการเรียนรู้ตลอดชีวิต มีคุณลักษณะเป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิต

ด้านที่ 2 คุณภาพการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิต

2.1 การจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิตมีความหลากหลายสอดคล้องกับความสนใจ ความถนัดของกลุ่มเป้าหมาย และการเปลี่ยนแปลงทางสังคม

2.2 สื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตมีความหลากหลายสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ วิธีการจัดการเรียนรู้ และความต้องการของผู้เรียน

2.3 แหล่งเรียนรู้ แหล่งส่งเสริมการอ่านและการเรียนรู้ที่มีคุณภาพ เข้าถึงง่ายเอื้อต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต

2.4 ครูและผู้จัดการเรียนรู้ตลอดชีวิตมีความสามารถในการกระตุ้น ชี้แนะ อำนวยความสะดวกให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต

2.5 ความพึงพอใจของผู้เรียนที่มีต่อการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิต

2.6 การสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ภายในชุมชน ท้องถิ่น

ด้านที่ 1 คุณภาพของผู้เรียนการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง

1.1 ผู้เรียนการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง มีคุณลักษณะเป็นไปตามเกณฑ์การจบหลักสูตรการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง

1.2 ผู้จบหลักสูตรการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง สามารถนำผลที่ได้รับจากการเรียนรู้ไปใช้ในการดำเนินชีวิต

ด้านที่ 2 คุณภาพการจัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง

2.1 หลักสูตรการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเองมีความสอดคล้องกับความถนัด ความสนใจ และความจำเป็นของกลุ่มเป้าหมาย

2.2 สื่อการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเองมีความสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของหลักสูตรการจัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง และความต้องการของผู้เรียน

2.3 ครูและผู้จัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเองมีศักยภาพในการจัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง

2.4 การวัดและประเมินผลการจัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเองมีความสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการจัดการเรียนรู้

2.5 ระบบแนะแนวการเรียนและการประกอบอาชีพที่สร้างโอกาสในการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง

2.6 ความพึงพอใจของผู้เรียนที่มีต่อการจัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง

ความสอดคล้องกับการกิจของหน่วยงานตามที่กฎหมายกำหนด

พระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ. 2566

มาตรา 6 ให้กรมมีหน้าที่จัด ส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ ดังต่อไปนี้

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

นอกจากการจัด ส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ตามวรรคหนึ่ง กรมอาจจัดส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ในรูปแบบอื่นที่จะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ประชาชนได้ ทั้งนี้ ตามประกาศที่รัฐมนตรี กำหนด ประกาศดังกล่าวให้ระบุเป้าหมาย แนวทาง และวิธีการไว้ด้วยการจัด ส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ตามวรรคหนึ่งและวรรคสองให้คำนึงถึงความหลากหลายและความต้องการของผู้เรียน และเปิดโอกาสให้ประชาชนทุกเพศทุกวัยมีโอกาสเรียนรู้และเข้าถึงแหล่งเรียนรู้ได้อย่างทั่วถึง เท่าเทียม และเป็นธรรมโดยไม่เลือกปฏิบัติ

1. หลักการและเหตุผล

การพัฒนาและเสริมสร้างทักษะชีวิตเป็นภูมิคุ้มกันชีวิตให้แก่เด็ก เยาวชนและประชาชนในสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงและเตรียมความพร้อมสำหรับการดำเนินชีวิตในอนาคตจึงเป็นภารกิจสำคัญของสถานศึกษาที่จะต้องจัดการเรียนการสอน โดยเสริมสร้างทักษะชีวิตให้มากที่สุดตามกรอบการจัดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตที่สอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาต่อเนื่อง ซึ่งเป็นกิจกรรมที่สถานศึกษาจัดการเรียนรู้ให้กับประชาชนเพื่อพัฒนาให้ประชาชนของประเทศชาติมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นมีศักยภาพในการศึกษา การประกอบอาชีพ การดูแลสุขภาพและการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องซึ่งเป็นคุณลักษณะอันพึงประสงค์ที่สอดคล้องกับทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ตามจุดมุ่งหมายของกระทรวงศึกษาธิการแผนการศึกษาแห่งชาติและยุทธศาสตร์ 20 ปี

ปัญหาสุขภาพเป็นปัญหาสำคัญที่มีผลต่อภาวะเศรษฐกิจและสังคมทั้งส่วนบุคคล ครอบครัว ชุมชน และประเทศชาติ ดังนั้นการส่งเสริมค่านิยมที่ถูกต้องด้านสุขภาพ จึงเป็นเรื่องสำคัญหากได้รับการปลูกฝังและเสริมสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้จะทำให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพที่ดี ตลอดจนแนวทางการควบคุมและป้องกันโรคที่จะก่อให้เกิดผลเสียต่อภาวะสุขภาพของประชาชน โดยตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม มีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมควบคุมโรคด้วย ดังนั้นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนจึงจำเป็นต้องเตรียมความพร้อมให้กับตนเองให้ได้รับความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพที่ดีทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ให้สามารถช่วยเหลือตัวเองและสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้เป็นปกติสุข

ศูนย์การเรียนรู้ระดับตำบลหนองปลาไหล มีความตระหนักและเห็นความสำคัญ จึงได้จัดทำโครงการรู้ทันสุขภาพเสริมสร้างพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อการดูแลตนเอง ขึ้น เพื่อให้ประชาชนได้มีความรู้ ความเข้าใจในด้านสุขภาพที่ดีและการดูแลสุขภาพตนเองเบื้องต้น พร้อมทั้งสามารถนำความรู้ทักษะต่างๆไปปรับใช้กับตนเองในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

2.วัตถุประสงค์

2.1 เพื่อประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจในด้านการรักษาสุขภาพที่ดี

2.2 เพิ่มทักษะและวิธีการดูแลสุขภาพตนเองเบื้องต้น พร้อมทั้งสามารถนำความรู้ทักษะต่างๆไปปรับใช้กับตนเองในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

3.กลุ่มเป้าหมาย/เป้าหมายและตัวชี้วัด

3.1 กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนทั่วไปตำบลหนองปลาไหล จำนวน 6 คน

3.2 เป้าหมายและตัวชี้วัดความสำเร็จ

เป้าหมาย	ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย
เชิงผลผลิต (Output)		
1) ผู้เข้าร่วมโครงการได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เรื่องความหมาย ความสำคัญ และวิธีการดูแลสุขภาพเบื้องต้น	1) ผู้เข้าร่วมโครงการ ร้อยละ 100 ของผู้เข้าร่วมโครงการได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ครบตามหลักสูตร 3 ชั่วโมง	ร้อยละ 100
2) ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพจิตและอารมณ์	2) ผู้เข้าร่วมโครงการอย่างน้อยไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 ของผู้เข้าร่วมโครงการผ่านการประเมินความรู้ตามเกณฑ์ที่กำหนด	ร้อยละ 80
เชิงผลลัพธ์ (Outcomes)		
1) ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิต	1) ผู้เข้าร่วมโครงการอย่างน้อยไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 ของผู้เข้าร่วมโครงการสามารถอธิบายการดูแลสุขภาพเบื้องต้นได้อย่างถูกต้อง	ร้อยละ 80
2) ผู้เข้าร่วมโครงการมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดี	2) ผู้เข้าร่วมโครงการอย่างน้อยไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 มีความพึงพอใจและแสดงความตั้งใจที่จะนำความรู้ไปใช้ในการดูแลรักษาสุขภาพเบื้องต้น	ร้อยละ 80

4. ระยะเวลาเริ่มต้นและสิ้นสุดโครงการ/สถานที่ในการจัดกิจกรรม

วันที่ดำเนินการ วันที่ 15 สิงหาคม พ.ศ. 2569 เวลา 09.00 – 12.00 น.

สถานที่ดำเนินการ อาคารเอนกประสงค์บ้านห้วยตัดไม้ หมู่ที่ 3 ตำบลหนองปลาไหล อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร

5. วิธีดำเนินการ

กิจกรรมหลัก	เป้าหมาย		พื้นที่ (ระยะเวลา)	แผนการใช้จ่ายงบประมาณ (บาท)				งบประมาณ รวม (บาท)
	เชิงปริมาณ (ประเภทเป้าหมาย)	เชิงคุณภาพ (ผลที่ได้รับ)		ไตรมาสที่ 1 (ต.ค.-ธ.ค.)	ไตรมาสที่ 2 (ม.ค.-มี.ค.)	ไตรมาสที่ 3 (เม.ย.-มิ.ย.)	ไตรมาสที่ 4 (ก.ค.-ก.ย.)	
1) ขั้ววางแผน(Plan) 1.1 สสำรวจสภาพปัญหาความต้องการ และวิเคราะห์ความต้องการ 1.2 เขียนโครงการเสนอขออนุมัติ 1.3 วางแผนการจัดประชุม 1.4 ประสานงานแจ้งกำหนดการประชุม 1.5 ประสานสถานที่ 1.6 จัดเตรียมเอกสารวัสดุอุปกรณ์	บุคลากร สกร.ระดับ อำเภอวังทรายพูน จำนวน 8 คน	บุคลากร สกร.ระดับ อำเภอวังทรายพูน มีความเข้าใจเกี่ยวกับ กระบวนการทำงาน และสามารถปฏิบัติใน แนวทางเดียวกันและ กำหนดกิจกรรม	-สกร.ระดับอำเภอ วังทรายพูน -วันที่ 5 สิงหาคม 2569	-	-	-	-	-
2) ขั้วดำเนินงาน(Do) ➡ จัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่อง -ความรู้ด้านสุขภาพ -การดูแลสุขภาพกาย -การดูแลสุขภาพจิตและอารมณ์ -ทักษะชีวิตเพื่อการดูแลตนเอง	ประชาชนทั่วไป จำนวน 6 คน	ผู้เข้าร่วมกิจกรรม มี ความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการดูแลรักษา สุขภาพ ตนเอง เบื้องต้น พร้อมทั้ง สามารถนำความรู้ไป ปรับใช้กับตนเองใน ชีวิตประจำวันได้อย่าง เหมาะสม	อาคารเอนกประสงค์ บ้านห้วยตัดไม้ หมู่ที่ 3 ต.หนองปลาไหล อ.วังทรายพูน จ.พิจิตร -วันที่ 15 ส.ค. 69 เวลา 09.00 – 12.00 น.	-	690 บาท	-	-	690 บาท

กิจกรรมหลัก	เป้าหมาย		พื้นที่ (ระยะเวลา)	แผนการใช้จ่ายงบประมาณ (บาท)				งบประมาณ รวม (บาท)
	เชิงปริมาณ (ประเภทเป้าหมาย)	เชิงคุณภาพ (ผลที่ได้รับ)		ไตรมาสที่ 1 (ต.ค.-ธ.ค.)	ไตรมาสที่ 2 (ม.ค.-มี.ค.)	ไตรมาสที่ 3 (เม.ย.-มิ.ย.)	ไตรมาสที่ 4 (ก.ค.-ก.ย.)	
3) ขั้นตรวจสอบ(Check) 3.1 ประเมินผลก่อนและหลังการเข้าร่วมโครงการ 3.2 ติดตามและประเมินผลระหว่าง การดำเนินโครงการ 3.3 รวบรวมข้อมูล ผลการประเมิน และข้อเสนอแนะ	1.คณะนิเทศ ระดับ อำเภอ จำนวน 2 คน 2.ประชาชนทั่วไป จำนวน 6 คน	ทราบระดับความรู้ ความเข้าใจ และ ผลสัมฤทธิ์ของ โครงการ เพื่อนำไปใช้ ปรับปรุงและ พัฒนาการดำเนินงาน ในอนาคต	อาคารเอนกประสงค์ บ้านห้วยตัดไม้ หมู่ที่ 3 ต.หนองปลาไหล อ.วังทรายพูน จ.พิจิตร -วันที่ 15 ส.ค. 69 เวลา 09.00 – 12.00 น.	-	-	-	-	-
4) ขั้นปรับปรุงแก้ไข(Action) 4.1 รวบรวมข้อมูลวิเคราะห์ข้อมูล สรุปและจัดทำรายงานการ ประเมินโครงการ 4.2 ประชุมคณะทำงานเพื่อนำข้อมูล จากการประเมินโครงการไปใช้ ปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาดำเนิน โครงการต่อไป	รายงานผลการดำเนิน โครงการ จำนวน 1 ฉบับ	มีรายงานผลการ ดำเนินงานและ ข้อเสนอแนะที่สามารถ นำไปใช้ในการปรับปรุง และพัฒนาโครงการ ต่อไป	สกร.ระดับอำเภอ วังทรายพูน	-	-	-	-	-
งบประมาณรวมทั้งสิ้น				-	690 บาท	-	-	690 บาท

6.วงเงินงบประมาณ (ประมาณการค่าใช้จ่าย)

ใช้เงินงบประมาณรายจ่ายประจำปี พ.ศ. 2569 แผนงาน:ยุทธศาสตร์พัฒนาคุณภาพการศึกษาและการเรียนรู้ ผลผลิตผู้รับบริการการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง งบดำเนินงาน กิจกรรมการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต รหัส 20334332005002000000 แหล่งของเงิน 6911200 จำนวน 690 บาท (-หกร้อยเก้าสิบบาทถ้วน-) รายละเอียดดังนี้

- | | | |
|--|----------|-----------|
| 1.ค่าอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม (จำนวน 6 คน X 1 มื้อ X 25 บาท X 1 วัน) | เป็นเงิน | 150.- บาท |
| 2.ค่าวัสดุสำนักงาน | เป็นเงิน | 540.- บาท |

รวมทั้งสิ้น 540.- บาท (-ห้าร้อยสี่สิบบาทถ้วน-)

หมายเหตุ ทุกรายการถ้วนเฉลี่ยจ่ายตามเท่าที่จ่ายจริง

7. เครือข่าย (ถ้ามี)

-ผู้ใหญ่บ้านห้วยตัดไม้ หมู่ที่ 3 ตำบลหนองปลาไหล อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร

8. โครงการที่เกี่ยวข้อง

-โครงการประกันคุณภาพภายในสถานศึกษา สกร.ระดับอำเภอวังทรายพูน

9. การติดตามและประเมินผลโครงการ (วิธีการ/เครื่องมือ)

ระยะการประเมินผล	วิธีการติดตามและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้
ก่อนดำเนินโครงการ	ประเมินความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการดูแลสุขภาพเบื้องต้น	แบบทดสอบก่อนการอบรม
ระหว่างดำเนินโครงการ การนำเสนอ	สังเกตการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม การแสดงออก การซักถาม และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้	แบบสังเกตพฤติกรรม
หลังเสร็จสิ้นโครงการ	1.ประเมินผลการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้ ทักษะ ความมั่นใจ พฤติกรรมของประชาชน 2.ประเมินความพึงพอใจและรับฟังข้อเสนอแนะจาก ผู้เข้าร่วมโครงการ	-แบบทดสอบหลังการอบรม -แบบประเมินความพึงพอใจ

10. การวิเคราะห์ความเสี่ยงของโครงการ

ความเสี่ยง	การบริหารความเสี่ยง
ประชาชน มีพื้นฐานความรู้และประสบการณ์ที่แตกต่างกัน ทำให้การเรียนรู้และการมีส่วนร่วมไม่เท่าเทียมกัน	จัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่หลากหลาย เช่น การบรรยาย การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและกิจกรรมกลุ่ม เพื่อสร้างความสนใจและการมีส่วนร่วมของผู้เรียนเป็นการปรับพื้นฐานด้านความรู้

กำหนดการ
โครงการรู้ทันสุขภาพเสริมสร้างพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อการดูแลตนเอง
วันที่ 15 เดือน สิงหาคม พ.ศ. 2569 เวลา 09.00 – 12.00 น.

ณ อาคารเอนกประสงค์บ้านห้วยตัดไม้ หมู่ที่ 3 ตำบลหนองปลาไหล อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร

เวลา	กิจกรรม/รายละเอียด	ผู้รับผิดชอบ
08.00 – 08.30 น.	-ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมกิจกรรม	นายจำนงค์ กันษา
08.30–09.00 น.	-พิธีเปิด โครงการรู้ทันสุขภาพเสริมสร้างพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อการดูแลตนเอง โดย นางสาวเคมีสรา บุษชา ผู้ใหญ่บ้านห้วยตัดไม้ เป็นประธาน -ทำแบบทดสอบก่อนอบรม	นายจำนงค์ กันษา
09.00–12.00 น.	 บรรยายให้ความรู้ในหัวข้อเรื่อง ดังต่อไปนี้ 1. ความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) 2. การดูแลสุขภาพกาย 3. การดูแลสุขภาพจิตและอารมณ์ 4. ทักษะชีวิตเพื่อการดูแลตนเอง 5. การอภิปราย แสดงความคิดเห็นและเสนอแนวทางการดูแลสุขภาพของตนเอง	นายจำนงค์ กันษา
12.00 น.	-ทำแบบทดสอบหลังอบรม -ทำแบบประเมินความพึงพอใจ -ปิดการอบรม	นายจำนงค์ กันษา

หมายเหตุ : 1. กำหนดการนี้อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
2. เวลา 10.00 – 10.15 น. พักรับประทานอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม

หลักสูตรฝึกอบรม โครงการรู้ทันสุขภาพเสริมสร้างพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อการดูแลตนเอง

แบบ พต.3

จำนวน 3 ชั่วโมง

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอวังทรายพูน

ความเป็นมา

การพัฒนาและเสริมสร้างทักษะชีวิตเป็นภูมิคุ้มกันชีวิตให้แก่เด็ก เยาวชนและประชาชนในสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงและเตรียมความพร้อมสำหรับการดำเนินชีวิตในอนาคตจึงเป็นภารกิจสำคัญของสถานศึกษาที่จะต้องจัดการเรียนการสอน โดยเสริมสร้างทักษะชีวิตให้มากที่สุดตามกรอบการจัดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตที่สอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาต่อเนื่อง ซึ่งเป็นกิจกรรมที่สถานศึกษาจัดการเรียนรู้ให้กับประชาชนเพื่อพัฒนาให้ประชาชนของประเทศชาติมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นมีศักยภาพในการศึกษา การประกอบอาชีพ การดูแลสุขภาพและการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องซึ่งเป็นคุณลักษณะอันพึงประสงค์ที่สอดคล้องกับทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ตามจุดมุ่งหมายของกระทรวงศึกษาธิการแผนการศึกษาแห่งชาติและยุทธศาสตร์ 20 ปี

ปัญหาสุขภาพเป็นปัญหาสำคัญที่มีผลต่อภาวะเศรษฐกิจและสังคมทั้งส่วนบุคคล ครอบครัว ชุมชน และประเทศชาติ ดังนั้นการส่งเสริมค่านิยมที่ถูกต้องด้านสุขภาพ จึงเป็นเรื่องสำคัญหากได้รับการปลูกฝังและเสริมสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้จะทำให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพที่ดี ตลอดจนแนวทางการควบคุมและป้องกันโรคที่จะก่อให้เกิดผลเสียต่อภาวะสุขภาพของประชาชน โดยตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม มีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมควบคุมโรคด้วย ดังนั้นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนจึงจำเป็นต้องเตรียมความพร้อมให้กับตนเองให้ได้รับความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพที่ดีทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ให้สามารถช่วยเหลือตัวเองและสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้เป็นปกติสุข

ศูนย์การเรียนรู้ระดับตำบลหนองปลาไหล มีความตระหนักและเห็นความสำคัญ จึงได้จัดทำโครงการรู้ทันสุขภาพเสริมสร้างพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อการดูแลตนเอง ขึ้น เพื่อให้ประชาชนได้มีความรู้ ความเข้าใจในด้านสุขภาพที่ดี และการดูแลสุขภาพตนเองเบื้องต้น พร้อมทั้งสามารถนำความรู้ทักษะต่างๆไปปรับใช้กับตนเองในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

หลักการของหลักสูตร

1. พัฒนาหลักสูตรที่ยึดหลักความสอดคล้องกับความต้องการและความจำเป็นของกลุ่มเป้าหมาย
2. จัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ
3. มุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีความรู้ ทักษะในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

จุดมุ่งหมาย

-ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจในการรักษาสุขภาพที่ดี

-เพิ่มทักษะและวิธีการดูแลสุขภาพตนเองเบื้องต้น พร้อมทั้งสามารถนำความรู้ทักษะต่างๆไปปรับใช้กับตนเอง

ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

เป้าหมาย

ประชาชนทั่วไปตำบลหนองปลาไหล จำนวน 6 คน

ระยะเวลา

ระยะเวลา จำนวน 3 ชั่วโมง

- ทฤษฎี 3 ชั่วโมง

- ปฏิบัติ – ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1.	การดูแลสุขภาพตนเองเบื้องต้น	1.เพื่อประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจในการรักษาสุขภาพที่ดี 2.เพิ่มทักษะและวิธีการดูแลสุขภาพตนเองเบื้องต้น พร้อมทั้งสามารถนำความรู้ทักษะต่างๆไปปรับใช้กับตนเองในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม	1.ความรู้รอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) 2.การดูแลสุขภาพกาย 3.การดูแลสุขภาพจิตและอารมณ์ 4.ทักษะชีวิตเพื่อการดูแลสุขภาพตนเอง	1.วิทยากรบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่อง -ความรู้รอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) -การดูแลสุขภาพกาย -การดูแลสุขภาพจิตและอารมณ์ -ทักษะชีวิตเพื่อการดูแลสุขภาพตนเอง 2. การอภิปรายแลกเปลี่ยนการเรียนรู้ร่วมกันแสดงความคิดเห็นและเสนอแนวทางวิธีการดูแลสุขภาพตนเองเบื้องต้น	3 ชั่วโมง	-

สื่อการเรียนรู้

-วีดิทัศน์เรื่อง วิธีการดูแลรักษาสุขภาพตนเองเบื้องต้น

การวัดผลประเมินผล

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

เกณฑ์การจบหลักสูตร

1.ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องการดูแลรักษาสุขภาพที่ดี พร้อมทั้งสามารถนำความรู้ทักษะต่างๆไปปรับใช้กับตนเองในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

- 2.ร้อยละ 80 ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมผ่านกระบวนการตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้
- 3.ร้อยละ 80 ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมในระดับ ดี ขึ้นไป