

## รายละเอียดโครงการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569

## กรมส่งเสริมการเรียนรู้ กระทรวงศึกษาธิการ

ชื่อโครงการ โครงการพัฒนาทักษะชีวิตการดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5)  
ประจำปีงบประมาณ 2569

หน่วยงาน...ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอนางมูลนาถ.....  
ผู้รับผิดชอบ...ว่าที่ร้อยตรีหญิงสวาทวีรี โพธิ์เย็น.....ตำแหน่ง...ครูศูนย์การเรียนรู้.....  
โทรศัพท์สำนักงาน...056-633579.....มือถือ...064-4196953.....e-Mail...Sawitreephoyen5736@gmail.com.....

o ฉบับขออนุมัติโครงการ

o ฉบับขออนุมัติปรับแก้ไขรายละเอียดโครงการ ครั้งที่.....

## S1 : ความเชื่อมโยง/สอดคล้องกับ ยุทธศาสตร์ แผนงาน นโยบาย และภารกิจ

ความสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ แผนงาน นโยบายและข้อสั่งการ

\* ต้องมีความสอดคล้องอย่างน้อย 1 ข้อ

o แผนส่งเสริมการเรียนรู้ของจังหวัด

แผนงาน : ยุทธศาสตร์สร้างความเสมอภาคทางการศึกษาโครงการสนับสนุนค่าใช้จ่ายในการจัดการศึกษาตั้งแต่ระดับอนุบาล  
จนจบการศึกษาขั้นพื้นฐาน กิจกรรมจัดการศึกษานอกระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน

o จุดเน้นการดำเนินงาน ของกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569

2. ขับเคลื่อนการเรียนรู้สู่อาชีพที่มั่นคง สร้างรายได้จริง และการพึ่งพาตนเองที่ยั่งยืนที่ยั่งยืน

2.2 ส่งเสริมแนวทาง "Learn to Earn" ควบคู่กับการ Upskill / Reskill / Newskill เพื่อให้ ผู้เรียนสร้างรายได้ทั้งใน  
ระหว่างเรียนและหลังจบการศึกษา

2.3 ส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อสร้างผู้ประกอบการใหม่ สร้างโอกาสทางธุรกิจในชุมชน และการต่อยอดผลิตภัณฑ์ท้องถิ่นให้มี  
มูลค่าเพิ่ม

2.4 พัฒนาทักษะและอาชีพใหม่ให้กลุ่มวัยเกษียณ เตรียมความพร้อมรองรับสังคมสูงวัยสามารถสร้างรายได้ พึ่งพาตนเองได้  
และลดภาระพึ่งพิงทางสังคม

8. เสริมสร้างความร่วมมือและการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน

8.1 พัฒนากลไกความร่วมมือกับชุมชนและภาคีเครือข่าย ร่วมออกแบบและจัดการเรียนรู้เชิงรุกที่สะท้อนความต้องการ  
และอัตลักษณ์ของพื้นที่อย่างแท้จริง

o แผนอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง (ถ้ามี)

.....

o ข้อสั่งการอื่น (ถ้ามี)

.....

ความสอดคล้องกับภารกิจของหน่วยงานตามที่กฎหมายกำหนด

\* ต้องมีความสอดคล้องอย่างน้อย 1 ข้อ

o พระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ. 2566

มาตรา ๕ การส่งเสริมการเรียนรู้ตามพระราชบัญญัตินี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาบุคคลให้มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกายจิตใจ  
อารมณ์ สังคมและสติปัญญา เป็นคนดี มีวินัย รู้จักสิทธิควบคู่กับหน้าที่และความรับผิดชอบ ภูมิใจและตระหนักในความสำคัญของชาติ  
ศาสนา พระมหากษัตริย์ และการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข รู้จักรักษาประโยชน์ส่วนรวมและ  
ของประเทศชาติ รู้จักความพอเพียง มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ใฝ่เรียนรู้ มีความรอบรู้ รอบคอบระมัดระวัง มีคุณธรรม และมีความ  
ซื่อสัตย์สุจริต รวมทั้งมีสำนึกในความรับผิดชอบต่อตนเองครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ มีความเป็นพลเมืองที่สามารถอยู่

ร่วมกับผู้อื่นในสังคมไทยและสังคมโลกได้อย่างผาสุก กับเพื่อให้บุคคลมีทักษะการเรียนรู้ ทักษะอาชีพ และทักษะชีวิตที่สอดคล้องและเท่าทันพัฒนาการของโลก และมีโอกาสพัฒนาหรือเพิ่มพูนทักษะของตนให้สูงขึ้นหรือปรับเปลี่ยนทักษะของตนตามความถนัดหรือความจำเป็น

มาตรา ๖ ให้กรมมีหน้าที่จัด ส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ ดังต่อไปนี้

- (๑) การเรียนรู้ตลอดชีวิต
- (๒) การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง
- (๓) การเรียนรู้เพื่อคุณวุฒิตามระดับ

นอกจากการจัด ส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ตามวรรคหนึ่ง กรมอาจจัดส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ในรูปแบบอื่นที่จะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ประชาชนได้ ทั้งนี้ ตามประกาศที่รัฐมนตรีกำหนด ประกาศดังกล่าวให้ระบุเป้าหมาย แนวทาง และวิธีการไว้ด้วย

การจัด ส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ตามวรรคหนึ่งและวรรคสองให้คำนึงถึงความหลากหลาย และความต้องการของผู้เรียน และเปิดโอกาสให้ประชาชนทุกเพศทุกวัยมีโอกาสเรียนรู้และเข้าถึงแหล่งเรียนรู้ได้อย่างทั่วถึง เท่าเทียม และเป็นธรรมโดยไม่เลือกปฏิบัติ

มาตรา ๙ การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเองมีเป้าหมายเพื่อพัฒนาศักยภาพ ทักษะ และความเชี่ยวชาญเฉพาะด้านตามความถนัดของตน การประกอบอาชีพ การพัฒนาอาชีพ การยกระดับคุณภาพชีวิตของตน ครอบครัว ชุมชน หรือสังคม หรือเพื่อประโยชน์แห่งความรอบรู้ของตน โดยอาจได้รับการรับรองคุณวุฒิตามความเหมาะสมในการจัดการเรียนรู้ตามวรรคหนึ่ง ให้มีระบบแนะแนวการเรียนและการประกอบอาชีพเพื่อให้ผู้เรียนมีโอกาสได้ทราบล่วงหน้าหรือวางแผนให้สอดคล้องกับความถนัดของตนด้วย

๐ กฎหมายอื่น เช่น ระเบียบ ประกาศ คำสั่ง (ถ้ามี)

## S2 : สรุปเนื้อหาสำคัญของโครงการ

### 1. หลักการและเหตุผล

การดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5) ปัจจุบันปัญหาหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็กไม่เกิน 2.5 ไมครอน (PM 2.5) ได้ทวีความรุนแรงและเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในหลายพื้นที่ของประเทศ ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชนในทุกช่วงวัย โดยเฉพาะกลุ่มเด็ก ผู้สูงอายุ และผู้ที่มีโรคประจำตัว ฝุ่นละอองขนาดเล็กสามารถเข้าสู่ระบบทางเดินหายใจและกระแสเลือด ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพทั้งในระยะสั้นและระยะยาว เช่น โรคระบบทางเดินหายใจ โรคหัวใจ และโรคเรื้อรังอื่น ๆ ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ (สกร.) ในฐานะหน่วยงานที่มีบทบาทในการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิตให้แก่ประชาชน ตระหนักถึงความสำคัญของการเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านการดูแลสุขภาพและการป้องกันตนเองจากภัยสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะปัญหา PM 2.5 ซึ่งเป็นปัญหาใกล้ตัวและส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของชุมชนอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ดังนั้น จึงจัดทำโครงการพัฒนาทักษะชีวิตการดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5) เพื่อให้ผู้เรียนและประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับสาเหตุ ผลกระทบ และแนวทางการป้องกันตนเองอย่างถูกวิธี สามารถประเมินความเสี่ยง ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดำเนินชีวิต และนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม อันจะนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดี ลดความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพ และสร้างความเข้มแข็งให้แก่ชุมชนในการดูแลตนเองและสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืน

จากนโยบายและความต้องการของกลุ่มเป้าหมายดังกล่าวข้างต้น ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอบางมูลนาก จึงจัดทำโครงการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตนี้ขึ้น

### 2. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับสาเหตุ ผลกระทบ และอันตรายของหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5) ที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ
2. เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในการดูแลและป้องกันตนเองจากฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5) อย่างถูกต้องและเหมาะสม

3. เพื่อส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถประเมินความเสี่ยงด้านสุขภาพ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกับสถานการณ์หมอกควันและฝุ่นละออง

4. เพื่อเสริมสร้างความตระหนักและจิตสำนึกในการดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัว และชุมชนจากผลกระทบของฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5)

5. เพื่อสนับสนุนการมีส่วนร่วมของชุมชนในการเฝ้าระวัง ป้องกัน และลดผลกระทบด้านสุขภาพจากปัญหาหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็กอย่างยั่งยืน

### 3. กลุ่มเป้าหมาย/เป้าหมายและตัวชี้วัด ระบุผลที่จะได้จากการดำเนินโครงการโดยตรงเมื่อสิ้นสุดโครงการ

#### 3.1 กลุ่มเป้าหมาย

1) .....ประชาชนทั่วไป.....จำนวน .....120.....คน.....

#### 3.2 เป้าหมายและตัวชี้วัดความสำเร็จ

**เชิงผลผลิต (Output) :** ระบุผลที่จะเกิดขึ้นหลังจากที่การดำเนินโครงการสิ้นสุด สามารถวัดและประเมินผลได้

**เชิงผลลัพธ์ (Outcomes) :** ระบุผลประโยชน์ที่ได้รับจากผลผลิต (Output) ซึ่งอาจจะเป็นผลต่อเนืองที่เกิดขึ้นหลังจากเสร็จสิ้นโครงการไปช่วงระยะเวลาหนึ่งแล้ว ซึ่งเป็นปลายทางสุดท้ายที่ต้องการให้บรรลุจากการดำเนินโครงการ และ ต้องสอดคล้องกับวัตถุประสงค์

เป้าหมาย	ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย
<b>เชิงผลผลิต (Output)</b>		
1) ประชาชนทั่วไป จำนวน 120 คน	1) ร้อยละ 100 ของจำนวนกลุ่มเป้าหมายได้เข้าร่วมกิจกรรมตามความต้องการ	120 คน
<b>เชิงผลลัพธ์ (Outcomes)</b>		
- ร้อยละ 100 ของกลุ่มเป้าหมายมีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5) รวมถึงผลกระทบต่อสุขภาพเพิ่มขึ้น - ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมายมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในระดับดีขึ้น		

### 4. ระยะเวลาเริ่มต้นและสิ้นสุดโครงการ

วันที่ 21-22 มกราคม พ.ศ. 2569

### S3 : กิจกรรมและงบประมาณ

5. **วิธีดำเนินการ** ระบุกิจกรรมหลักและงบประมาณ โดยต้องสะท้อนความเป็นไปได้ในการส่งผลกระทบต่อความสำเร็จของโครงการ ขั้นตอนของกิจกรรมต้องมีความสมเหตุสมผลและสอดคล้องกัน ตลอดจนงบประมาณที่คาดว่าจะใช้ในการดำเนินกิจกรรมต้องมีความเหมาะสมและคุ้มค่า

กิจกรรมหลัก	เป้าหมาย		พื้นที่ (ระยะเวลา)	แผนการใช้จ่ายงบประมาณ (บาท)				งบประมาณ รวม (บาท)
	เชิงปริมาณ (ประเภทเป้าหมาย)	เชิงคุณภาพ (ผลที่ได้รับ)		Q1 (ตค-ธค)	Q2 (มค-มีค)	Q3 (เมย-มิย)	Q4 (กค-กย)	
1) โครงการพัฒนาทักษะชีวิต การดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5)	1. ประชาชนทั่วไป 120 คน แบ่งเป็น 3 โซน	1. ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับ หมอกควันและฝุ่นละออง ขนาดเล็ก (PM 2.5) รวมถึง ผลกระทบต่อสุขภาพ	ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับ อำเภอบางมูลนาก	-	13,455.-	-	-	13,455.-
2 โครงการพัฒนาทักษะชีวิตการดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5) (ศกร.ระดับตำบลบางมูลนาก, ศกร.ระดับตำบลเนินมะกอก ,ศกร.ระดับตำบลห่อไกร)	โซนที่ 1 มี 3 ตำบล 40 คน - ตำบลบางมูลนาก - ตำบลเนินมะกอก - ตำบลห่อไกร	2. ผู้เข้าร่วมโครงการมีทักษะชีวิตในการดูแล ป้องกัน และลดความเสี่ยงด้านสุขภาพจาก ฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5) ได้อย่างเหมาะสม	ศูนย์การเรียนรู้ระดับตำบลบางไผ่  และ ศูนย์การเรียนรู้ระดับตำบลวังกรด					
3.โครงการพัฒนาทักษะชีวิต การดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5) (ศกร.ระดับตำบลบางไผ่,ศกร.ระดับตำบลลำประดา,ศกร.ระดับตำบลภูมี)	โซนที่ 2 มี 3 ตำบล 40 คน - ตำบลบางไผ่ - ตำบลภูมี - ตำบลลำประดา	3. ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวัน และปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การดำรงชีวิตให้ปลอดภัยจาก สถานการณ์หมอกควันและฝุ่นละออง						
		4. ผู้เข้าร่วมโครงการมีความตระหนักและความรับผิดชอบ ในการดูแลสุขภาพของตนเอง						

<p>4. โครงการพัฒนาทักษะชีวิต การดูแลสุขภาพให้ปลอดภัย จากหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5) (ศกร.ระดับตำบลวังกรด, ศกร.ระดับ ตำบลวังสำโรง, ศกร.ระดับ ตำบลวังตะกู,ศกร.ระดับตำบล ห้วยเขน)</p>	<p>โชนที่ 3 มี 4 ตำบล 40 คน</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ตำบลวังกรด</li> <li>- ตำบลวังสำโรง</li> <li>- ตำบลวังตะกู</li> <li>- ตำบลห้วยเขน</li> </ul>	<p>ครอบครัวและคนในชุมชน และชุมชน มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และ ร่วมกันเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพ ที่เกิดจากหมอกควันและฝุ่น ละอองขนาดเล็ก (PM 2.5)</p> <p>5. เกิดเครือข่ายความร่วมมือ ด้านการดูแลสุขภาพและ สิ่งแวดล้อมในระดับชุมชน ส่งผลให้คุณภาพชีวิต ของประชาชนดีขึ้นอย่างยั่งยืน</p>						
<b>งบประมาณรวมทั้งสิ้น</b>				-	13,455.-	-	-	13,455.-

\* ระบุกิจกรรมให้ครบทั้งกระบวนการ ทั้งที่ใช้งบประมาณ และไม่ใช้งบประมาณ

## 6. งบประมาณ (ประมาณการค่าใช้จ่าย)

ใช้เงินงบประมาณรายจ่ายประจำปี พ.ศ. 2569 จากแผนงาน : ยุทธศาสตร์พัฒนาคุณภาพการศึกษาและการเรียนรู้ ผลผลิต ผู้รับบริการการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง งบดำเนินงานการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต รหัส 20334332005002000000 แหล่งที่มาของเงิน 6911200 จำนวน 13,455.บาท  
(-หนึ่งหมื่นสามพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน-) รายละเอียดดังนี้

### 1. โครงการพัฒนาทักษะชีวิตการดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5)

- ค่าป้ายไวนิล จำนวน 2 ผืนๆ ละ 300 บาท	เป็นเงิน	600.- บาท
- ค่าวัสดุสำนักงาน	เป็นเงิน	3,555.- บาท
	รวมเป็นเงิน	2,335.- บาท

### 2. โชนที่ 1 มี 3 ตำบล ตำบลบางมุลาก ตำบลเนินมะกอก ตำบลทอไกร (วันที่ 21 มกราคม 2569)

- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 40 คน x 70 บาท x 1 มื้อ	เป็นเงิน	2,800.- บาท
- ค่าวิทยากร จำนวน 1 คน x 2 ชั่วโมงๆ ละ 150 บาท	เป็นเงิน	300.- บาท
	รวมเป็นเงิน	3,100.- บาท

### 3. โชนที่ 2 มี 3 ตำบล ตำบลบางไผ่ ตำบลลำประดา ตำบลภูมิ (วันที่ 22 มกราคม 2569 )

- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 40 คน x 70 บาท x 1 มื้อ	เป็นเงิน	2,800.- บาท
- ค่าวิทยากร จำนวน 1 คน x 2 ชั่วโมงๆ ละ 150 บาท	เป็นเงิน	300.- บาท
	รวมเป็นเงิน	3,100.- บาท

### 4. โชนที่ 3 มี 4 ตำบล ตำบลวังกรด ตำบลวังสำโรง ตำบลวังตะกู ตำบลห้วยเขน (วันที่ 22 มกราคม 2569 )

- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 40 คน x 70 บาท x 1 มื้อ	เป็นเงิน	2,800.- บาท
- ค่าวิทยากร จำนวน 1 คน x 2 ชั่วโมงๆ ละ 150 บาท	เป็นเงิน	300.- บาท
	รวมเป็นเงิน	3,100.- บาท

รวมทั้งสิ้น 13,455.- บาท (หนึ่งหมื่นสามพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)

## 7. เครือข่าย (ถ้ามี) \*หน่วยงาน/องค์กรที่มีส่วนร่วมในการดำเนินโครงการ (ไม่ใช่หน่วยงานในสังกัดกรมส่งเสริมการเรียนรู้)

7.1 .....  
7.2 .....

## 8. โครงการที่เกี่ยวข้อง (ถ้ามี) \*โครงการที่มีความเกี่ยวข้องภายใต้แผนงานเดียวกัน

8.1 โครงการพัฒนาทักษะชีวิตการดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5)

## 9. การติดตามและประเมินผลโครงการ (วิธีการ/เครื่องมือ)

- ประเมินความพึงพอใจ
- สรุปโครงการ

## 10. การวิเคราะห์ความเสี่ยงของโครงการ ระบุปัจจัยที่จะทำให้เกิดความเสี่ยงที่โครงการจะดำเนินการไม่ได้ หรือ ดำเนินการแล้วไม่บรรลุผลตามเป้าหมาย/ตัวชี้วัด และการบริหารจัดการ/แก้ไขความเสี่ยงที่คาดว่าจะเกิดขึ้น

ความเสี่ยง	การบริหารความเสี่ยง
งบประมาณที่ได้รับจัดสรรมีจำนวนไม่เพียงพอถ้าเปรียบเทียบกับสัดส่วนของประชากร	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วางแผนการใช้งบประมาณอย่างรอบคอบ และใช้ทรัพยากรในชุมชนอย่างคุ้มค่า</li> <li>- กำหนดแผนปฏิบัติงานที่ชัดเจน และจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับช่วงเวลา</li> </ul>

**กำหนดการ**  
**การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต**  
**โครงการพัฒนาทักษะชีวิตการดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM ๒.๕) (โซนที่ ๑)**  
**ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอบางมูลนาก สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดพิจิตร**  
**วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๖๙**  
**ณ ศกร.ระดับตำบลบางมูลนาก ศกร.ระดับตำบลเนินมะกอก ศกร.ระดับตำบลห่อไกร**  
**อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร**

\*\*\*\*\*

วัน/เวลา	รายการ	ผู้รับผิดชอบ
๐๘.๐๐-๐๘.๓๐ น.	- ลงทะเบียน	ครู ศกร.
๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.	- พิธีเปิดโครงการ	นางสาวนภัทสรณ อุฤทธิ์ ผู้อำนวยการ ศกร.ระดับอำเภอบางมูลนาก
๐๙.๐๐-๑๑.๐๐ น.	- วิทยากรบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับ ของโครงการพัฒนาทักษะชีวิต การดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควัน และฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM ๒.๕)	วิทยากร
๑๑.๐๐-๑๔.๐๐ น	- สรุปลงข้อความรู้ - ประเมินความพึงพอใจ, ติดตามประเมินผล	ครู ศกร.
๑๔.๓๐-๑๕.๐๐ น	- พิธีปิดโครงการ	นางสาวนภัทสรณ อุฤทธิ์ ผู้อำนวยการ ศกร.ระดับอำเภอบางมูลนาก

หมายเหตุ กำหนดการนี้อาจเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

**กำหนดการ**  
**การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต**  
**โครงการพัฒนาทักษะชีวิตการดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM ๒.๕) (โซนที่ ๒)**  
**ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอบางมูลนาก สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดพิจิตร**  
**วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๖๙**  
**ณ ศกร.ระดับตำบลบางไผ่ ศกร.ระดับตำบลลำประดา ศกร.ระดับตำบลภูมิ**  
**อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร**

\*\*\*\*\*

วัน/เวลา	รายการ	ผู้รับผิดชอบ
๐๘.๐๐-๐๘.๓๐ น.	- ลงทะเบียน	ครู ศกร.
๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.	- พิธีเปิดโครงการ	นางสาวนภัสวรรณ อุฤทธิ์ ผู้อำนวยการ ศกร.ระดับอำเภอบางมูลนาก
๐๙.๐๐-๑๑.๐๐ น.	- วิทยากรบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับ ของโครงการพัฒนาทักษะชีวิต การดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควัน และฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM ๒.๕)	วิทยากร
๑๑.๐๐-๑๔.๐๐ น.	- สรุปลงข้อความรู้ - ประเมินความพึงพอใจ, ติดตามประเมินผล	ครู ศกร.
๑๔.๓๐-๑๕.๐๐ น.	- พิธีปิดโครงการ	นางสาวนภัสวรรณ อุฤทธิ์ ผู้อำนวยการ ศกร.ระดับอำเภอบางมูลนาก

หมายเหตุ กำหนดการนี้อาจเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

**กำหนดการ**  
**การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต**  
**โครงการพัฒนาทักษะชีวิตการดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM ๒.๕) (โซนที่ ๓)**  
**ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอบางมูลนาก สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดพิจิตร**  
**วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๖๙**  
**ณ ศกร.ระดับตำบลวังกรด ศกร.ระดับตำบลวังสำโรง ศกร.ระดับตำบลวังตะกู ศกร.ระดับตำบลห้วยเขน**  
**อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร**

\*\*\*\*\*

วัน/เวลา	รายการ	ผู้รับผิดชอบ
๐๘.๐๐-๐๘.๓๐ น.	- ลงทะเบียน	ครู ศกร.
๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.	- พิธีเปิดโครงการ	นางสาวนภัสวรรณ อุฤทธิ์ ผู้อำนวยการ ศกร.ระดับอำเภอบางมูลนาก
๐๙.๐๐-๑๑.๐๐ น.	- วิทยากรบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับ ของโครงการพัฒนาทักษะชีวิต การดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควัน และฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM ๒.๕)	วิทยากร
๑๑.๐๐-๑๔.๐๐ น.	- สรุปลงข้อคิดความรู้ - ประเมินความพึงพอใจ, ติดตามประเมินผล	ครู ศกร.
๑๔.๓๐-๑๕.๐๐ น.	- พิธีปิดโครงการ	นางสาวนภัสวรรณ อุฤทธิ์ ผู้อำนวยการ ศกร.ระดับอำเภอบางมูลนาก

หมายเหตุ กำหนดการนี้อาจเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

หลักสูตรการศึกษาต่อเนื่อง  
โครงการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต ประจำปี ๒๕๖๔  
หลักสูตร การดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM ๒.๕)  
จำนวน ๖ ชั่วโมง

## ความเป็นมา

การดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM ๒.๕) ปัจจุบันปัญหาหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็กไม่เกิน ๒.๕ ไมครอน (PM ๒.๕) ได้ทวีความรุนแรงและเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในหลายพื้นที่ของประเทศ ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชนในทุกช่วงวัย โดยเฉพาะกลุ่มเด็ก ผู้สูงอายุ และผู้ที่มีโรคประจำตัว ฝุ่นละอองขนาดเล็กสามารถเข้าสู่ระบบทางเดินหายใจและกระแสเลือด ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพทั้งในระยะสั้นและระยะยาว เช่น โรคระบบทางเดินหายใจ โรคหัวใจ และโรคเรื้อรังอื่น ๆ ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ (สกร.) ในฐานะหน่วยงานที่มีบทบาทในการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิตให้แก่ประชาชน ตระหนักถึงความสำคัญของการเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านการดูแลสุขภาพและการป้องกันตนเองจากภัยสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะปัญหา PM ๒.๕ ซึ่งเป็นปัญหาใกล้ตัวและส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของชุมชนอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ดังนั้น จึงจัดทำโครงการพัฒนาทักษะชีวิตการดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยจากหมอกควันและฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM ๒.๕) เพื่อให้ผู้เรียนและประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับสาเหตุ ผลกระทบและแนวทางการป้องกันตนเองอย่างถูกวิธี สามารถประเมินความเสี่ยง ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การดำเนินชีวิต และนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม อันจะนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดี ลดความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพ และสร้างความเข้มแข็งให้แก่ชุมชนในการดูแลตนเองและสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืน จากนโยบายและความต้องการของกลุ่มเป้าหมายดังกล่าวข้างต้น ด้วยเหตุนี้ การสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับผลกระทบของฝุ่นละออง PM ๒.๕ และวิธีการป้องกันตนเองจากมลพิษทางอากาศจึงเป็นเรื่องที่จำเป็น หลักสูตรกิจกรรมป้องกันและดูแลสุขภาพปลอดภัยจากฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM ๒.๕ จึงถูกพัฒนาขึ้นเพื่อให้ความรู้แก่ประชาชนในการป้องกันและลดผลกระทบจากฝุ่นละออง ผ่านการเรียนรู้ที่เน้นการปฏิบัติจริง เช่น วิธีการใช้หน้ากากอนามัยที่ถูกต้อง การติดตามค่าฝุ่นละอองผ่านแอปพลิเคชันหรือเว็บไซต์ที่เชื่อถือได้ การใช้เครื่องฟอกอากาศ และการปรับพฤติกรรมเพื่อลดความเสี่ยงต่อสุขภาพ

นอกจากนี้ หลักสูตรนี้ยังมุ่งเน้นให้ประชาชนมีบทบาทในการช่วยลดปัญหามลพิษทางอากาศในระยะยาว เช่น การลดการใช้รถยนต์ส่วนตัว การปลูกต้นไม้เพื่อช่วยดูดซับฝุ่นละออง และการหลีกเลี่ยงการเผาไหม้ในที่โล่งแจ้ง การดำเนินหลักสูตรนี้ไม่เพียงแต่ช่วยให้ประชาชนสามารถดูแลสุขภาพของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่ยังส่งเสริมให้เกิดความตระหนักรู้และสร้างจิตสำนึกในการดูแลสิ่งแวดล้อมร่วมกัน เพื่อให้ประเทศไทยมีคุณภาพอากาศที่ดีขึ้น และประชาชนมีสุขภาพที่แข็งแรงในระยะยาว

## หลักการของหลักสูตร

- ส่งเสริมให้ประชาชนตระหนักถึงอันตรายของฝุ่น PM ๒.๕ และมีความสามารถในการป้องกันตนเองได้อย่างเหมาะสม
- ให้ความรู้เกี่ยวกับผลกระทบของ PM ๒.๕ ต่อสุขภาพทั้งในระยะสั้นและระยะยาว
- มุ่งเน้นให้ประชาชนมีความรู้และทักษะที่สามารถใช้ได้ในระยะยาวเพื่อลดผลกระทบจาก PM ๒.๕ อย่างต่อเนื่อง

## จุดมุ่งหมายของหลักสูตร

1. เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจถึงแหล่งกำเนิดของฝุ่น PM ๒.๕ และผลกระทบต่อสุขภาพในระยะสั้นและระยะยาว
2. เพื่อสร้างความรู้ตระหนักรู้เกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อระดับมลพิษทางอากาศและแนวทางลดปริมาณฝุ่น

## เป้าหมาย

### เชิงปริมาณ

กลุ่มเป้าหมายประชาชนทั่วไป จำนวน ๑๒๐ คน ในพื้นที่อำเภอบางมูลนาก จำนวน ๑๐ ตำบล

### เชิงคุณภาพ

ประชาชนทั่วไปตระหนักถึงอันตรายของฝุ่น PM ๒.๕ และมีความสามารถในการป้องกันตนเองได้อย่างเหมาะสม ประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน สามารถดำเนินชีวิตอยู่ได้อย่างปลอดภัยและพึ่งพาตนเองได้

## ระยะเวลา จำนวน ๖ ชั่วโมง

๑. ทฤษฎี ๒ ชั่วโมง
๒. ปฏิบัติ ๔ ชั่วโมง

## สื่อการเรียนรู้

ใบความรู้

## แหล่งเรียนรู้

-

## การวัดผลประเมินผล

แบบประเมินความพึงพอใจ

รายละเอียดโครงสร้าง

กิจกรรมป้องกันและดูแลสุขภาพ ปลอดภัยจากฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM ๒.๕ จำนวน ๕ ชั่วโมง

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๑	จัดกิจกรรมให้ ความรู้เกี่ยวกับ เรื่อง ๑. ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับฝุ่นละออง PM ๒.๕ นิยามและความหมายของฝุ่นละอองขนาดเล็ก - สาเหตุของการเพิ่มขึ้นของค่าฝุ่นละออง: การระบุสาเหตุของการเพิ่มขึ้นของค่าฝุ่นละอองในพื้นที่. - ผลกระทบต่อสุขภาพ: การอธิบายผลกระทบต่อสุขภาพที่เกิดจากฝุ่นละอองขนาดเล็ก	เพื่อส่งเสริมให้ประชาชน มีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับ ๑. เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจถึงแหล่งกำเนิดของฝุ่น PM ๒.๕ และผลกระทบต่อสุขภาพในระยะสั้นและระยะยาว	๑. ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับฝุ่นละออง PM ๒.๕ นิยามและความหมายของฝุ่นละอองขนาดเล็ก - สาเหตุของการเพิ่มขึ้นของค่าฝุ่นละออง: การระบุสาเหตุของการเพิ่มขึ้นของค่าฝุ่นละอองในพื้นที่. - ผลกระทบต่อสุขภาพ: การอธิบายผลกระทบต่อสุขภาพที่เกิดจากฝุ่นละอองขนาดเล็ก ๒. แนวทางการ ป้องกันวิธีการป้องกัน: การสอนวิธีการป้องกันตนเอง เช่น การใช้หน้ากาก, หลีกเลี่ยงการออกนอกบ้าน, และ การใช้เครื่องฟอกอากาศ.	จัดกิจกรรมให้ ความรู้เกี่ยวกับ เรื่อง ๑. ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับฝุ่นละออง PM ๒.๕ นิยามและความหมายของฝุ่นละอองขนาดเล็ก - สาเหตุของการเพิ่มขึ้นของค่าฝุ่นละออง: การระบุสาเหตุของการเพิ่มขึ้นของค่าฝุ่นละอองในพื้นที่. - ผลกระทบต่อสุขภาพ: การอธิบายผลกระทบต่อสุขภาพที่เกิดจากฝุ่นละอองขนาดเล็ก	๑	๒
๒	กิจกรรมป้องกันและดูแลสุขภาพ ปลอดภัยจากฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM ๒.๕	๒. เพื่อสร้างความตระหนักรู้เกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อระดับมลพิษทางอากาศและแนวทางลดปริมาณฝุ่น	- ร่วมมือกับชุมชนและเครือข่ายผู้ประกอบการในการลดการเกิดมลพิษที่ต้นทาง เช่น การงดเผาขยะหรือการเผาเพื่อเตรียมพื้นที่ทางการเกษตร - ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของชุมชนในการจัดการปัญหาฝุ่นละออง เช่น การจัดกิจกรรมร่วมกันระหว่างสถานศึกษากับชุมชน	วิทยากรดำเนินการแนะนำแนวทางการ ป้องกันวิธีการป้องกัน: การสอนวิธีการป้องกันตนเอง เช่น การใช้หน้ากาก, หลีกเลี่ยงการออกนอกบ้าน, และ การใช้เครื่องฟอกอากาศ.	๑	๒