

หลักสูตรการศึกษาเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง

หลักสูตรโครงการพัฒนาสังคมและชุมชน “การเป็นพลเมืองดีตามแนววิถีประชาธิปไตยและชุมชนเข้มแข็ง”

จำนวน 6 ชั่วโมง

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอ.....

สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดเพชรบูรณ์

ความเป็นมา

ตามนโยบายและจุดเน้นการดำเนินงานของกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568 รัฐบาลให้ความสำคัญกับการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชน โดยเฉพาะ กลุ่มผู้สูงวัยที่เป็นกำลังสำคัญของครอบครัวและสังคม นโยบายหลักมุ่งเน้นไปที่ การพัฒนาศักยภาพผู้สูงวัย ให้สามารถเรียนรู้และปรับตัวต่อสังคมที่เปลี่ยนแปลง การสร้างโอกาสทางเศรษฐกิจ ผ่านการฝึกอบรมอาชีพ และการเข้าถึงตลาดแรงงานที่เหมาะสม การส่งเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิต โดยให้ความรู้ด้านโภชนาการ การออกกำลังกาย และการดูแลสุขภาพจิต การสนับสนุนเครือข่ายการเรียนรู้ในชุมชน เพื่อให้เกิดการ แลกเปลี่ยนความรู้และการช่วยเหลือกัน ด้านการสร้างเครือข่ายความร่วมมือในการสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ “จับมือไว้ แล้วไปด้วยกัน” ส่งเสริมความร่วมมือระหว่างหน่วยงานภายในและภายนอก กระทรวงศึกษาธิการ อาทิ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น องค์กรเอกชน องค์กรระหว่างประเทศ ในการจัด ส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ให้กับประชาชน เพื่อสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ ข้อเสนอแนะและแนวปฏิบัติของรัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการ (พล.ต.อ.เพิ่มพูน ชิดชอบ) ให้ยึดหลักธรรมาภิบาลในการปฏิบัติงาน และดำเนินการป้องกันและปราบปรามการทุจริต อย่างเคร่งครัด เช่น การสอบ การบรรจุ แต่งตั้งโยกย้าย (ห้ามซื้อ-ขายตำแหน่ง) ห้ามทุจริตการจัดซื้อจัดจ้างวัสดุครุภัณฑ์ ชุดนักเรียน อาหารกลางวัน ฯลฯ

ปัจจุบันสังคมไทยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มรูปแบบ ส่งผลให้มีจำนวนผู้สูงวัยเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ซึ่งนำมาซึ่งความท้าทายหลายด้าน ทั้งเรื่องสุขภาพ รายได้ และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ผู้สูงวัยหลายคนยังมีศักยภาพในการทำงานและต้องการพึ่งพาตนเอง แต่ขาดโอกาสและการสนับสนุนที่เหมาะสม

เพื่อให้ผู้สูงวัยสามารถดูแลสุขภาพของตนเอง มีความสุข และสามารถสร้างรายได้เสริมได้ โครงการ "เสริมพลังผู้สูงวัย ใส่ใจสุขภาพ สร้างอาชีพอย่างยั่งยืน" จึงถูกจัดทำขึ้นโดยมุ่งเน้นให้ผู้สูงวัยมีสุขภาพที่ดี มีความรู้ และทักษะในการประกอบอาชีพที่เหมาะสม ตลอดจนสร้างสังคมที่เอื้อต่อการใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่าและยั่งยืน

หลักการของหลักสูตร

หลักสูตรนี้ออกแบบมาเพื่อให้ผู้สูงวัยสามารถเสริมสร้างศักยภาพของตนเองทั้งในด้านสุขภาพและ อาชีพ โดยอิงหลักการสำคัญดังต่อไปนี้

- การส่งเสริมสุขภาพ - เน้นการดูแลสุขภาพทั้งกายและใจ เพื่อให้ผู้สูงวัยมีคุณภาพชีวิตที่ดี
- การเรียนรู้ตลอดชีวิต - เปิดโอกาสให้ผู้สูงวัยได้เรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง
- การสร้างอาชีพอย่างยั่งยืน - สนับสนุนการประกอบอาชีพที่เหมาะสมกับวัยและความสามารถ
- การพึ่งพาตนเองและพึ่งพากันในชุมชน - ส่งเสริมให้เกิดเครือข่ายการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในสังคม

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้ผู้สูงวัยมีสุขภาพแข็งแรงทั้งกายและจิตใจ
2. เพื่อสร้างโอกาสทางอาชีพและเพิ่มรายได้ให้กับผู้สูงวัย
3. เพื่อให้เกิดการรวมกลุ่มและสร้างเครือข่ายช่วยเหลือกันในชุมชน
4. เพื่อให้ผู้สูงวัยสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีศักดิ์ศรีและเป็นอิสระ

เป้าหมาย

ประชาชนทั่วไปและผู้สูงอายุ

ระยะเวลา

ระยะเวลาการเรียนรู้ของหลักสูตร จำนวน 6 ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1		เพื่อสร้างความตระหนักการเป็นพลเมืองที่ดีตามแนววิถีประชาธิปไตย และเพื่อส่งเสริมอาชีพให้กับชุมชน	1.ให้ความรู้การเป็นพลเมืองที่ดีตามแนววิถีประชาธิปไตย 2.การฝึกอาชีพ	บรรยาย/สาธิต/ ปฏิบัติ	30 นาที	1 ชั่วโมง

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์ การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
			3. การดูแล สุขภาพจิตและ การจัดการ ความเครียด			
2	การพัฒนาอาชีพ และการ สร้าง รายได้ เพื่อสร้าง โอกาส ทางอาชีพและ เพิ่ม รายได้	เพื่อสร้าง โอกาส ทาง อาชีพและ เพิ่ม รายได้ให้กับผู้ สูงวัย	1. การ ฝึกอบรม ทักษะอาชีพ 2. การตลาด และการ จัดการ ธุรกิจ ขนาดเล็ก	บรรยาย/สาธิต/ ปฏิบัติ	30 นาที	3 ชั่วโมง
3	การสร้างเครือข่าย และการ พัฒนา ชุมชน	เพื่อให้เกิดการ รวมกลุ่มและ สร้าง เครือข่าย ช่วยเหลือกัน ใน ชุมชน	1. การ รวมกลุ่มเพื่อ ทำ กิจกรรม ร่วมกัน 2. การตั้ง ชมรมผู้สูงวัย เพื่อ พัฒนา อาชีพและ สุขภาพ	บรรยาย/สาธิต/ ปฏิบัติ	1 ชั่วโมง	

สื่อการเรียนรู้

1. สื่อบุคคล/วิทยากร
2. เอกสารประกอบการเรียนรู้/ใบความรู้
3. สื่อออนไลน์

การวัดผลประเมินผล

1. สังเกตจากพฤติกรรมการมีส่วนร่วม การซักถาม และการบันทึกผลการเรียนรู้
2. แบบประเมินความพึงพอใจ (แบบ กศ.ตน. 10)
3. แบบติดตามผู้เรียน (แบบ กศ.ตน. 22) (แบบ กศ.ตน. 26 (1),(2))

เกณฑ์การจบหลักสูตร

1. มีเวลาเรียน ไม่น้อยกว่าร้อยละ 100
2. มีผลการประเมินตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 100 หลักฐานการผ่านการอบรม/การจบหลักสูตร
 - 2.1 หลักฐานการประเมินผล (แบบ กศ.ตน.9)
 - 2.2 ทะเบียนคุณวุฒิมัธยมศึกษา
3. ใบสำคัญผู้ผ่านการฝึกอบรม (แบบ กศ.ตน.11)

ลงชื่อ

()

ครู กศน.ตำบล

ผู้เขียนหลักสูตร

ลงชื่อ

()

หัวหน้างานจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง

ผู้เห็นชอบหลักสูตร

ลงชื่อ

()

ผู้อนุมัติหลักสูตร

ผู้อำนวยการศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอ.....

คณะผู้จัดทำ

ที่ปรึกษา

- | | | |
|------------------------|------------|--|
| 1. ว่าที่พันตรี ดำริห์ | ติยะวัฒน์ | ผู้อำนวยการ สนง.สกร.ประจำจังหวัดเพชรบูรณ์ |
| 2. นางสาวนัทธมน | สกุลณมรรคา | รองผู้อำนวยการ สนง.สกร.ประจำจังหวัดเพชรบูรณ์ |
| 3. นางสุกัญญา | กาโณน | ผู้อำนวยการ สกร.ระดับอำเภอบึงสามพัน |

คณะทำงาน

- | | | |
|---------------------|-----------------|----------------------------------|
| 1. นางสาวสุภาพรรณ | โอบอ้อม | ครู |
| 2. นางสาวนิสาชล | แก้วมูลเมือง | บรรณารักษ์ปฏิบัติการ |
| 3. นายสุรรัตน์ | บัวศรี | ครู อาสาสมัครการศึกษาออกโรงเรียน |
| 4. นายโกศล | นามโคตรศรี | ครู อาสาสมัครการศึกษาออกโรงเรียน |
| 5. นางสาวเกวรินทร์ | กลิ่นหวาน | ครู กศน.ตำบล |
| 6. นางกาหลง | ชาวกลีบ | ครู กศน.ตำบล |
| 7. นางสาวกรวิการ์ | คะเชนรัมย์ | ครู กศน.ตำบล |
| 8. นางสาวสิริลักษณ์ | บุญศิริวงศ์ | ครู กศน.ตำบล |
| 9. นางสาวบุญนทริกา | ภุมมา | ครู กศน.ตำบล |
| 10. นางมัทนา | ทรงงาม | ครู กศน.ตำบล |
| 11. นางสาวศศิวิมล | แก้วดวงตา | ครู กศน.ตำบล |
| 12. นางสาวชนมน | แจ้จ้ออารี | ครู กศน.ตำบล |
| 13. นางสุกัญญา | แลบุตร | ครู ศรช. |
| 14. นางสาวชนัญชิตา | กาโณน | ครู ศรช. |
| 15. นางสาวอุษา | กิ่งสีเสียด | บรรณารักษ์ |
| 16. นางสาวเปรมฤดี | อัครโสภณศิริกุล | นักวิชาการศึกษา |

ผู้จัดทำหลักสูตร

นางมัทนา ทรงงาม

ครู กศน.ตำบล