

หลักสูตรการศึกษาต่อเนื่อง หลักสูตร การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ จำนวน 3 ชั่วโมง ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอกาบเชิง

ความเป็นมา

ในระยะยี่สิบปีที่ผ่านมา ประชากรสูงอายุในประเทศไทยมี จำนวนและสัดส่วนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ในปี พ.ศ. ๒๕๖๔ ประเทศไทยจะเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ (Aged society) และคาดการณ์ว่าจะเข้าสู่สังคมสูงวัยแบบเต็มขั้น (Super Aged society) ในเวลาอีกไม่ถึง ๒๐ ปีข้างหน้า เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกายและจิตใจ มีข้อจำกัดในการทำหน้าที่ส่วนต่างๆของร่างกายในทางเสื่อมถอย การเรียนรู้เข้าใจวัย สูงอายุจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งในการเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกายและจิตใจในการเข้าสู่วัยสูงอายุ เกิดการเรียนรู้ เข้าใจ และยอมรับในข้อจำกัดของการสูงวัย อีกทั้งทำให้เกิดความเข้าใจ สามารถดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวและสังคมได้อย่างเหมาะสมยิ่งขึ้น ขณะเดียวกันจำนวนผู้สูงอายุติดบ้านที่มีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน และผู้สูงอายุติดเตียงที่ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ก็มีมากขึ้นตามไปด้วย ใครมีผู้สูงอายุที่ต้องดูแล ช่วยเหลือตัวเองได้น้อยยิ่งต้องให้ความสำคัญ และต้องเอาใจใส่สังเกตทั้งเรื่องสุขภาพร่างกายและสุขภาพใจ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี คนในครอบครัวต้องเข้าใจปัญหาต่างๆ ของผู้สูงอายุ รวมไปถึงการดูแลอย่างถูกต้องและเหมาะสม

หลักการของหลักสูตร

1. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้มีความรู้ความเข้าใจสำหรับการดูแลผู้สูงอายุ

จุดมุ่งหมาย

1. มีความรู้และทักษะในการดูแลผู้สูงอายุ
2. รู้จักการเลือกสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ

กลุ่มเป้าหมาย

1. ประชาชนทั่วไป
2. ผู้สูงอายุ

ระยะเวลา

จำนวน 3 ชั่วโมง

- ภาคทฤษฎี จำนวน 2 ชั่วโมง
- ภาคปฏิบัติ จำนวน 1 ชั่วโมง

การจัดกระบวนการเรียนรู้

- ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร / วิทยากร
- แลกเปลี่ยนเรียนรู้
- ฝึกปฏิบัติจริง

โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อเรื่อง	การจัด กระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1	เรื่อง การดูแลตนเองสำหรับผู้สูงอายุ	เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการรู้จักวิธีการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ	รู้จักวิธีการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ	1.ฟังบรรยายจากวิทยากร	1	
2	เรื่อง โภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ	เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการรู้จักโภชนาการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	รู้จักโภชนาการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	1.ฟังบรรยายจากวิทยากร	1	
3	เรื่อง การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ	เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการรู้จักวิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	รู้จักวิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	1.ฟังบรรยายจากวิทยากร 2.ให้ผู้เรียนลงมือปฏิบัติ		1

สื่อการเรียนรู้

1. ศึกษาจากวิทยากร

การวัดผลประเมินผล

1. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
2. การประเมินผลงานการปฏิบัติระหว่างเรียนความสำเร็จของการปฏิบัติและจบหลักสูตร

การจบหลักสูตร

1. มีเวลาเรียน ไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. มีผลการประเมินตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
3. มีผลงานการประเมินทดสอบที่มีคุณภาพตามหลักเกณฑ์

เอกสารหลักฐานการศึกษาที่จะได้รับหลังจากจบหลักสูตร

- . ประกาศนียบัตรการศึกษา ออกโดยศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภออากาบเชิง

เทียบโอน

-

คณะกรรมการจัดทำหลักสูตร

- | | |
|---------------------------|-----------------------|
| ๑. นายชเวงศักดิ์ นวลพุดชา | ตำแหน่ง ครู |
| ๒. นางวิมาน คำเลิศ | ตำแหน่ง ครูอาสาสมัครฯ |
| ๓. นางกชกร ราชภักดี | ตำแหน่ง ครู กศน.ตำบล |
| ๔. นางปัทมิตา เช่นชาย | ตำแหน่ง ครู ศรช. |

คณะกรรมการกลั่นกรองหลักสูตร

1. นางวิไลลักษณ์ ปิยะไพร

หมายเหตุ สถานศึกษาสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

ตามระเบียบกระทรวงศึกษาธิการ ว่าด้วยการจัดการศึกษาต่อเนื่อง พ.ศ.2554 ลงวันที่ 5 กรกฎาคม 2554 (ข้อ9) การจัดทำและพัฒนาหลักสูตร ให้ผู้อำนวยการสถานศึกษาสังกัดสำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย เป็นผู้อนุมัติหลักสูตร โดยความเห็นชอบจากคณะกรรมการสถานศึกษา

ลงชื่อ.....ผู้เสนอหลักสูตร

(นายเชวงศักดิ์ นวลพุดชา)

ครู

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติหลักสูตร

(นางนิตยา ภูพินนา)

ผู้อำนวยการศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอ กาบเชิง



แผนการจัดการเรียนรู้

วิทยาการ

หลักสูตร การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ จำนวน 3 ชั่วโมง

วันที่ เดือน พ.ศ.

เวลา ถึงเวลา

สถานที่จัด ณ

ชั่วโมง	วัน/เดือน/ปี	เวลา	รายละเอียดเนื้อหาตามหลักสูตร	วิธีการจัดการเรียนการสอน	วัสดุ/อุปกรณ์	การวัดผลประเมินผล
1		๐๙.๐๐-๑๐.๐๐ น.	อบรมให้ความรู้ เรื่อง การดูแลตนเองสำหรับผู้สูงอายุ	1. บรรยาย	1. วิทยาการ	1. ความสนใจ
2		๑๐.๐๐-๑๑.๐๐ น.	อบรมให้ความรู้ เรื่อง โภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ	1. บรรยาย	1. วิทยาการ	1. ความสนใจ
3		๑๑.๐๐-๑๒.๐๐ น.	อบรมให้ความรู้ เรื่อง การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ	1. บรรยาย 2. ฝึกปฏิบัติ	1. วิทยาการ	1. ความสนใจ

ผู้เสนอแผนการสอน

ผู้ตรวจแผนการสอน

ลงชื่อ

ลงชื่อ

(.....)

(.....)

วิทยาการ

ครู กศน.ตำบล

ผู้เห็นชอบแผนการสอน

ผู้อนุมัติแผนการสอน

ลงชื่อ

ลงชื่อ