

หลักสูตรการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ

กศน.ตำบลคันธุลี

ศูนย์การศึกษาอนุกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอท่าชนะ

๑.ความเป็นมา

การมีสุขภาพที่ดีเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานของมนุษย์ และเป็นจุดมุ่งหมายทางสังคมที่ยอมรับกันทั่วโลก การมีสุขภาพดีนั้นขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายอย่าง เช่น ครอบครัวยุทธศาสตร์ สิ่งแวดล้อม และคุณธรรมที่สำคัญ คือ ความรัก ความเอื้ออาทร ความเมตตา กรุณา ดังนั้น การที่จะพัฒนาให้ประชาชน มีสุขภาพดี หรือหัวใจสำคัญที่จะทำให้เกิดสุขภาพดีนั้น ประชาชนทุกคนต้องตระหนักว่าเป็นหน้าที่ ที่สำคัญของตนในการจัดการสุขภาพด้วยตนเอง และเมื่อดูแลตนเองได้ดีแล้วก็ควรจะหันมาดูแลคนรอบข้างที่ไม่สามารถดูแลตัวอย่างได้เต็มที่ คือ ผู้สูงอายุ ในขณะที่เดียวกันการที่จะนำไปสู่การพัฒนาสุขภาพที่ดีที่ยั่งยืนได้จะต้องมีการปรับเปลี่ยนรูปแบบการดำเนินชีวิตให้มีพฤติกรรมที่ถูกต้อง ให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมไทย และสังคมโลก

ในวัยสูงอายุนั้น ต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายสามารถชะลอลงได้ด้วยการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิต การออกกำลังกาย และการดูแลสุขภาพของตนเอง ในขณะที่ด้านจิตใจ สังคม และครอบครัว เพื่อนำไปสู่การมีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

๒.หลักการของหลักสูตร

การจัดการศึกษาเพื่อการพัฒนาอาชีพเพื่อการมีงานทำ กำหนดหลักการไว้ดังนี้

1. เป็นหลักสูตรที่เน้นการบูรณาการให้สอดคล้องกับศักยภาพด้านต่างๆ 5 ด้าน ได้แก่ ศักยภาพของทรัพยากรธรรมชาติในแต่ละพื้นที่ ศักยภาพของพื้นที่ตามลักษณะภูมิอากาศ ศักยภาพ ภูมิประเทศ และทำเลที่ตั้งของแต่ละประเทศ ศักยภาพของศิลปะ วัฒนธรรม ประเพณี และวิถีชีวิตของแต่ละพื้นที่และศักยภาพของทรัพยากรมนุษย์ในแต่ละพื้นที่
2. มุ่งพัฒนาคนให้ได้รับการศึกษาเพื่อพัฒนาอาชีพ มีจิตสำนึกความรับผิดชอบต่อตนเอง ผู้อื่น และสังคม
3. ส่งเสริมให้มีความร่วมมือในการดำเนินงานร่วมกับภาคีเครือข่าย
4. เน้นการฝึกปฏิบัติจริงเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจ และสามารถนำไปประกอบอาชีพให้เกิดรายได้และนำความรู้และประสบการณ์เข้าสู่หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน

๓.จุดมุ่งหมาย

เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ มีทักษะในการดูแลสุขภาพของตนเอง

๔. กลุ่มเป้าหมาย

ผู้สูงอายุ จำนวน ๑๐ คน

๕. ระยะเวลา

จำนวน ๕ ชั่วโมง

๖. โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๑	การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ	<p>๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้เกี่ยวกับสุขภาพร่างกายของตนเอง</p> <p>๒. เพื่อให้ผู้สูงได้รับการดูแลเอาใจใส่ตนเองได้ถูกต้อง</p> <p>๓. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่แข็งแรง</p>	<p>๑. หลักการเบื้องต้นในการดูแลสุขภาพ การตรวจสุขภาพเบื้องต้นด้วยแพทย์แผนไทย</p> <p>๒. หลักการดูแลสุขภาพด้านร่างกาย น้ำดื่มสมุนไพรเพื่อดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ</p>	<p>๑. การใช้สุขภาพเบื้องต้น</p> <p>๒. การทำเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ</p>	๒	๓

๗. สื่อการเรียนรู้

- ๑.เอกสาร/ใบความรู้
- ๒.วิทยากรผู้เชี่ยวชาญ
- ๓.วัสดุจริง

๘. การวัดและประเมินผล

- ๑.การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
- ๒.การประเมินผลงานระหว่างเรียนจากการปฏิบัติ ได้ผลงานที่มีคุณภาพ และจบหลักสูตร

๙. เงื่อนไขการจบหลักสูตร

- ๑. เวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐
- ๒. มีผลการประเมินตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
- ๓. มีผลงานที่มีคุณภาพ

๑๐. เอกสารหลักฐานการศึกษาที่จะได้รับหลังจากจบหลักสูตรหลักฐานการประเมินผล

- ๑. ทะเบียนคุณวุฒิปับตร

๑๑. การเทียบโอน

ผู้เรียนที่จบหลักสูตรนี้สามารถนำไปเทียบโอนผลการเรียนรู้กับหลักสูตรการศึกษานอกระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ในสาระการประกอบอาชีพวิชาเลือกที่สถานศึกษาได้จัดทำขึ้น

๑๒. ผู้จัดทำหลักสูตร

.....
(นางสาวอุไร ทองใส)
ครู กศน.ตำบลคันธุลี

๑๓. ผู้อนุมัติหลักสูตร

.....
(นายธรรมรัตน์ ชุมแดง)
ผู้อำนวยการ กศน.อำเภอท่าชนะ

