

หลักสูตรการทำลูกประคบ จำนวน 5 ชั่วโมง ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอลานกระบือ

ความเป็นมา

จากข้อมูลผลการสำรวจความต้องการฝึกอาชีพของประชาชนในอำเภอลานกระบือ ทำให้ทราบความต้องการของผู้รับบริการ “ลูกประคบ” เป็นอีกหนึ่งหลักสูตรที่ประชาชนให้ความสนใจ ประกอบกับนโยบายของรัฐบาลที่มุ่งส่งเสริมการจัดการเรียนวิชาชีพพระยะสัน (โครงการศูนย์ฝึกอาชีพชุมชน) ให้กับประชาชนที่สอดคล้องกับความต้องการของตลาดแรงงาน บริบทของพื้นที่จัด การศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิต และการพัฒนาทักษะชีวิตในการเตรียมความพร้อมรับมือกับการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม ธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม และการเข้าสู่สังคมเศรษฐกิจที่ขับเคลื่อนด้วยนวัตกรรม (Thailand 4.0) ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอลานกระบือ ได้จัดทำหลักสูตรการทำลูกประคบ จำนวน 5 ชั่วโมง เพื่อใช้จัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับสภาพพื้นที่และความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย

การประคบสมุนไพร คือ การใช้สมุนไพรมาห่อด้วยผ้าเป็นลูก เรียกว่า ลูกประคบ (Herbal Bag) นำลูกประคบไปนึ่งให้ร้อนแล้วนำมาประคบบริเวณที่ปวด หรือเคล็ด ชัดยอก จะช่วยบรรเทาอาการปวดเคล็ด , ชัดยอกได้ สมุนไพรที่ใช้ทำลูกประคบส่วนใหญ่เป็นสมุนไพรที่มีน้ำมันหอมระเหย เมื่อนึ่งร้อนแล้วน้ำมันระเหยซึ่งเป็นตัวยาก็จะออกมากับไอน้ำและความชื้น เมื่อประคบตัวยาก็จะซึมเข้าไปในผิวหนังช่วยรักษาอาการเคล็ด ชัดยอก และอาการปวด นอกจากนั้นแล้ว ความร้อนจากลูกประคบจะช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของโลหิตดีขึ้น ช่วยให้ตัวยาก็ซึมผ่านผิวหนัง ได้ดีขึ้น ทั้งกลิ่นจากน้ำมันหอมระเหยยังช่วยให้เกิดความสดชื่นด้วย ลูกประคบมีทั้งแบบสมุนไพรสด และแบบสมุนไพรแห้ง สมุนไพรไทยต่างก็ได้รับการยอมรับถึงสรรพคุณด้านการรักษาทั้งในและต่างประเทศ ปัจจุบัน ได้มีการพัฒนาลูกประคบไทยยกระดับให้เป็นที่ยอมรับสู่สากลมากขึ้น ด้วยการคิดค้นสูตรต่างๆ และปรับรูปลักษณะให้มีความหลากหลาย ทั้งในรูปแบบดั้งเดิมและในรูปแบบถุงอบสมุนไพร มีการออกแบบรูปลักษณะให้เหมาะสมและทันสมัยเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้บริโภค ผู้ที่สนใจสามารถศึกษา/ฝึกทักษะ และนำความรู้ไปใช้ในการดำเนินชีวิตหรือประกอบอาชีพเสริมได้อีกทางหนึ่ง

หลักการของหลักสูตร

1. เป็นหลักสูตรท้องถิ่นที่เปิดโอกาสให้ผู้รู้หรือภูมิปัญญาในท้องถิ่น เข้ามามีส่วนร่วมเป็นวิทยากรจัดการเรียนการสอน และส่งเสริมให้หน่วยงานภาคีเครือข่ายบูรณาการความร่วมมือจัดกิจกรรมกับสถานศึกษา
2. เป็นหลักสูตรที่ส่งเสริมให้ผู้ด้อย พลาด ขาดโอกาสให้ได้รับการพัฒนาสมรรถนะและทักษะในการประกอบอาชีพ มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีรายได้ ตลอดจนนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในการดำรงชีวิต
3. เป็นหลักสูตรที่มุ่งเน้นให้ผู้ผ่านการฝึกอาชีพได้รับความรู้นำไปประกอบอาชีพ สร้างอาชีพ พัฒนาอาชีพเพิ่มรายได้ มีคุณภาพชีวิตที่ดี ต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่น สร้างมูลค่าเพิ่ม และพัฒนาสู่วิสาหกิจชุมชน

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจและเกิดทักษะในการทำลูกประคบ
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิต หรือประกอบอาชีพเพื่อสร้างรายได้ให้กับตนเองและครอบครัว

กลุ่มเป้าหมาย

1. ประชาชนทั่วไปที่อยู่ในกลุ่มวัยแรงงาน กลุ่มผู้พิการ หรือกลุ่มเป้าหมายตามนโยบายของรัฐบาล เช่น กลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มเยาวชนนอกระบบ กลุ่มเป้าหมายในเรือนจำ และผู้ถือบัตรสวัสดิการแห่งรัฐ ฯลฯ
2. ผู้ที่ไม่มีอาชีพ ผู้ที่มีอาชีพและต้องการพัฒนาอาชีพ

ระยะเวลา จำนวน 5 ชั่วโมง

1. ภาคทฤษฎี 1 ชั่วโมง
2. ภาคปฏิบัติ 4 ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตรการทำลูกประคบ จำนวน 5 ชั่วโมง

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1	ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับสมุนไพร	- บอกประเภทและสรรพคุณของสมุนไพรได้	1. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับสมุนไพร 1.1 ประเภทสมุนไพรและสรรพคุณ 1.2 การเลือกใช้สมุนไพร	1. ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร สื่อต่างๆ 2. วิทยากรบรรยายเกี่ยวกับสมุนไพรและการเลือกใช้	30 นาที	
2	การทำลูกประคบ	1. มีความรู้ ความเข้าใจการทำลูกประคบ 2. บอกวัตถุดิบและอุปกรณ์การทำลูกประคบได้ 3. สามารถอธิบายและแสดงขั้นตอนการทำลูกประคบได้ - ลูกประคบแบบสด - ลูกประคบแบบแห้ง 4. สามารถบรรจุภัณฑ์ลูกประคบได้อย่างเหมาะสมสวยงาม	1. การเตรียมวัตถุดิบและอุปกรณ์ทำลูกประคบ 2. การทำลูกประคบ 2.1 การทำลูกประคบแบบสด 2.2 การทำลูกประคบแบบแห้ง 3. การบรรจุภัณฑ์	1. วิทยากรบรรยายและสาธิตการเตรียมวัตถุดิบ/อุปกรณ์ทำลูกประคบ 2. วิทยากรบรรยายและสาธิตขั้นตอนการทำลูกประคบ ทั้งสดและแห้งและสาธิตการบรรจุภัณฑ์ลูกประคบ 3. จัดให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติการทำลูกประคบ ทั้งสดและแห้ง 4. ประเมินผลการฝึกทักษะปฏิบัติ	30 นาที	4 ชม.

สื่อและแหล่งเรียนรู้

1. สื่อสิ่งพิมพ์ เช่น หนังสือ ใบความรู้ แผ่นพับ
2. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ สื่อออนไลน์
3. สื่อบุคคล เช่น ผู้รู้ ภูมิปัญญา
4. แหล่งเรียนรู้ในชุมชน/สถานประกอบการ

การวัดผลและประเมินผล

- การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีและปฏิบัติจากการสอบถาม แบบทดสอบ การสังเกต ระหว่างเรียนและจบหลักสูตร

เกณฑ์การจบหลักสูตร

1. มีเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตามหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. มีผลการประเมินผ่านตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
3. มีชิ้นงาน/ผลงาน ผ่านเกณฑ์การประเมินตามมาตรฐานและคุณภาพ

เอกสารหลักฐานการศึกษา

วุฒิบัตรออกโดยสถานศึกษา

การเทียบโอน

-