

หลักสูตรฝึกอบรมโครงการศึกษาเรียนรู้การใช้สมุนไพรเพื่อการดูแลสุขภาพ จำนวน 3 ชั่วโมง (กลุ่มที่ 11)

ความเป็นมา

การจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต มีความสำคัญต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนและการพัฒนาคุณภาพของประชาชนกลุ่มเป้าหมาย เป็นการจัดการกระบวนการเรียนรู้เพื่อสร้างเสริมความรู้ความสามารถของบุคคล เพื่อให้สามารถจัดการกับตนเองและสิ่งแวดล้อม เพื่อให้มีความสุขตามสภาพและความสงบสุข ความปลอดภัยในสังคม การจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต เป็นการให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนให้มีความรู้ เจตคติและทักษะที่จำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมปัจจุบันได้อย่างมีความสุข เพื่อให้บุคคลสามารถเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเตรียมความพร้อมกับการปรับตัวในอนาคต เช่น สุขภาพกายและใจ ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน คุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่ดี เป็นต้น

ปัจจุบัน มีการนำสมุนไพรทั้งที่เป็นสมุนไพรเดี่ยวและชนิดที่ปรุงเป็นตำรับยา มาใช้รักษาอาการเจ็บป่วยขั้นพื้นฐานเพื่อทดแทนยาแผนปัจจุบันอย่างได้ผลลัพท์งานที่ดีอีกทั้ง ยังครอบคลุม อาการเจ็บป่วยได้หลาย ๆ ระบบ เช่น ระบบทางเดินอาหาร ระบบทางเดินหายใจ ระบบผิวหนัง และระบบทางเดินปัสสาวะ เป็นต้น สืบเนื่องจากประเทศไทยมีการปลูกพืชสมุนไพรหลากหลายชนิดในทุก ๆ เขตพื้นที่ สมุนไพรบางชนิดหาได้ง่ายและราคาถูก อีกทั้งยังผ่านการศึกษาค้นคว้าและวิจัย เพื่อรองรับองค์ความรู้อย่างจริงจังว่า ให้ผลลัพท์ที่ดีในส่วนของการรักษาอาการ เจ็บป่วย นำมาใช้ได้ง่ายและมีความปลอดภัยต่อสุขภาพประชาชน ซึ่งนับว่าเป็นการส่งเสริมภูมิปัญญาท้องถิ่น นับเป็นการนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้อย่างแท้จริง

ภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์พื้นบ้าน เป็นส่วนสำคัญที่ทำให้คนไทยตั้งแต่บรรพบุรุษ มีสุขภาพที่แข็งแรงสมบูรณ์ และสามารถต่อสู้กับโรคร้ายต่างๆ ได้ แต่ในปัจจุบันภูมิปัญญาการแพทย์อันมีค่าเหล่านี้ได้ลาลับหายไปกับกาลเวลา ประชาชนต้องพึ่งหมอยาและโรงพยาบาลมากขึ้น ขาดการดูแลสุขภาพ โดยการพึ่งพาตนเอง การแพทย์แผนไทยเป็นหนทางหนึ่งที่จะช่วยเสริมสร้างสุขภาพให้กับคนในชุมชนได้ แบบปฐมภูมิ มีความสอดคล้องกับวิถีชีวิตของคนในสังคมไทย ประชาชนสามารถพึ่งพาตนเองได้มากขึ้น

หลักการของหลักสูตร

เป็นหลักสูตรที่ให้ความรู้ ความเข้าใจและตระหนักถึงสุขภาพดีด้วยสมุนไพรไทย

จุดมุ่งหมาย

- 1 เพื่อให้กลุ่มเป้าหมาย มีความรู้ในสุขภาพดีด้วยสมุนไพรไทย
- 2 ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรม ร้อยละ 80 อยู่ในระดับดี ขึ้นไป

เป้าหมาย

ประชาชนทั่วไปที่สนใจ

1. กลุ่มผู้ไม่มีอาชีพและมีความสนใจที่ศึกษาเรียนรู้การใช้สมุนไพรเพื่อการดูแลสุขภาพ
2. กลุ่มศึกษาเรียนรู้การใช้สมุนไพรเพื่อการดูแลสุขภาพ

ระยะเวลา วันที่ 4 มีนาคม 2569 จำนวน 3 ชั่วโมง

ภาคทฤษฎี จำนวน 3 ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัด กระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1. โครงการ ศึกษาเรียนรู้การใช้ สมุนไพรเพื่อ การดูแลสุขภาพ (กลุ่มที่ 11)	1. เพื่อส่งเสริมการใช้ สมุนไพรในการดูแล สุขภาพ	1. โครงการศึกษาเรียนรู้การใช้ สมุนไพรเพื่อ การดูแลสุขภาพ เพื่อให้ประชาชนมีทักษะมี ความรู้และเข้าใจเรื่องการทำ สมุนไพรที่ก่อให้เกิด กระบวนการเรียนรู้ ร่วม ระหว่างชุมชนในสังคม ร่วม คิด ร่วมทำ ร่วมปฏิบัติ	วิทยากรนำเสนอข้อมูล ความสำคัญ ความเป็นมา ใน ศึกษาเรียนรู้การใช้ สมุนไพรเพื่อ การดูแล สุขภาพเพื่อให้ประชาชนมี ทักษะมีความรู้และเข้าใจ เรื่องการทำสมุนไพรที่ ก่อให้เกิดกระบวนการ เรียนรู้	1 ชม.	-
2. โครงการ ศึกษาเรียนรู้การใช้ สมุนไพรเพื่อ การดูแลสุขภาพ (กลุ่มที่ 11)	2. เพื่อให้ประชาชนที่เข้า รับการอบรมมีการ อนุรักษ์พืชสมุนไพร พื้นบ้านสำหรับใช้ในการ รักษาโรค 3. เพื่อส่งเสริมให้ ประชาชนที่รับการอบรม พื้นฟูภูมิปัญญาและองค์ ความรู้ในการนำสมุนไพร มาใช้ ให้เกิดประโยชน์ มากที่สุด	2. ส่งเสริมให้ประชาชนใน ชุมชนตำบลรู้จักและใช้ สมุนไพรในครัวเรือน ในการ รักษาโรคเบื้องต้น และ สามารถ นำความรู้ความ เข้าใจในเรื่องสมุนไพรและ เพื่อรณรงค์ให้ประชาชนใน ชุมชนปลูกสมุนไพรใช้ใน ท้องถิ่นในการดูแลสุขภาพ	วิทยากรอธิบายเนื้อหา ส่งเสริมการใช้สมุนไพรใน การดูแลสุขภาพเพื่อให้ ประชาชนที่เข้ารับการ อบรมมีการอนุรักษ์พืช สมุนไพรพื้นบ้านสำหรับใช้ ในการรักษาโรคและ ส่งเสริมให้ประชาชนที่รับ การอบรมพื้นฟูภูมิปัญญา และองค์ความรู้ในการนำ สมุนไพรมาใช้ ให้เกิด ประโยชน์มากที่สุด	2 ชม.	

สื่อการเรียนรู้

1. สื่ออินเทอร์เน็ต
2. วิทยากร
3. แหล่งเรียนรู้/ภูมิปัญญาท้องถิ่น
4. เอกสารประกอบการเรียนรู้

การวัดผลประเมินผล

1. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
2. ประเมินจากรายงานสรุปผลการดำเนินโครงการฯ

เกณฑ์การจบหลักสูตร

1. เวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. ผ่านการประเมินทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

หมายเหตุ หน่วยจัดการเรียนรู้สามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

แบบเขียนโครงการฝึกอบรม

1. ชื่อโครงการ โครงการศึกษาเรียนรู้การใช้สมุนไพรเพื่อการดูแลสุขภาพ (กลุ่มที่ 11)
2. . ความสอดคล้องกับจุดเน้นการดำเนินงานของกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569

- ด้านที่ 2 การสร้างโอกาสเข้าถึงการเรียนรู้

ข้อที่ 2.3 สร้างโอกาสให้คนทุกช่วงวัยเข้าถึงการศึกษาได้อย่างเท่าเทียมและมีคุณภาพ พร้อมพัฒนาทักษะด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี การคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล และทักษะจำเป็นแห่งอนาคต (Future Skill)

- สอดคล้องกับพันธกิจของ สกร.ระดับอำเภอ ข้อที่ 1 จัด ส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ตลอดชีวิต การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง และการเรียนรู้เพื่อคุณวุฒิตามระดับ ที่มีคุณภาพ เพื่อพัฒนาทักษะการเรียนรู้ และยกระดับการศึกษาของประชาชน ให้สามารถปรับตัวในการดำรงชีวิตได้อย่างเหมาะสม และมีสมรรถนะพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงของโลกยุคใหม่

3. หลักการและเหตุผล

การใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพ เป็นหนึ่งในภูมิปัญญาไทยที่สืบทอดกันมา ซึ่งมีหลักฐานทางประวัติศาสตร์ ที่ระบุถึงการใช้พืชพรรณสมุนไพรตั้งแต่สมัยพุทธกาล การนำสมุนไพรมาใช้ได้ทั้งในแง่การนำมารับประทานเป็นอาหาร เช่น การรับประทานพืชผัก หรือนำมาประกอบเป็นอาหาร นอกจากนั้นยังนำมาใช้เป็นยารักษาโรคเวลาเกิดอาการเจ็บป่วย พืชสมุนไพรเป็นสิ่งที่อยู่คู่คนไทยมานับพันปีแต่เมื่อการแพทย์แผนปัจจุบันเริ่มเข้ามามีบทบาทในบ้านเรา ทำให้สรรพคุณและคุณค่าของสมุนไพรไทยอันเป็นที่เรียกได้ว่า “ภูมิปัญญาไทยโบราณ” ก็เริ่มถูกบดบังลงไปเรื่อย ๆ และถูกทอดทิ้งไปมากที่สุด แต่ความเป็นจริงแล้วคนส่วนใหญ่ก็พอรู้กันบ้างแล้วว่าสมุนไพรไทยเป็นสิ่งที่มีความค่าใช้ประโยชน์ได้จริง และใช้ได้อย่างกว้างขวางแต่เป็นเพราะเราใช้วิธีการรักษาโรค แผนใหม่มานานมากจนวิชาการแพทย์แผนโบราณที่มีสมุนไพรเป็นยาหลักถูกลืมจนต่อไม่ติด ทำให้เยาวชนรุ่นหลัง ๆ รู้จักสมุนไพรไทยได้น้อยมากและแทบจะไม่มีรู้จักเลยทั้ง ๆ ที่สมุนไพรเหล่านั้นอยู่ใกล้ ๆ ตัวเรานี่เอง เพื่อเป็นการส่งเสริมให้ประชาชนในชุมชนตำบลบึงกุ่มรู้จักและใช้สมุนไพรในครัวเรือน ในการรักษาโรคเบื้องต้น และสามารถ นำความรู้ความเข้าใจในเรื่องสมุนไพรและ เพื่อรณรงค์ให้ประชาชนในชุมชนปลูกสมุนไพรใช้ในท้องถิ่นในการดูแลสุขภาพ

ศูนย์การเรียนรู้ระดับตำบลนิคมทุ่งโพธิ์ทะเล จึงได้จัดโครงการศึกษาเรียนรู้การใช้สมุนไพรเพื่อการดูแลสุขภาพ เพื่อให้ประชาชนมีทักษะมีความรู้และเข้าใจเรื่องการทำสมุนไพรที่ก่อให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ร่วมระหว่างชุมชนในสังคม ร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมปฏิบัติในชุมชนต่อไป

4. วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพ
2. เพื่อให้ประชาชนที่เข้ารับการอบรมมีการอนุรักษ์พืชสมุนไพรพื้นบ้านสำหรับใช้ในการรักษาโรค
3. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนที่รับการอบรมฟื้นฟูภูมิปัญญาและองค์ความรู้ในการนำสมุนไพรมาใช้ ให้เกิดประโยชน์มากที่สุด

5. เป้าหมาย

เชิงปริมาณ

- ประชาชนตำบลนิคมทุ่งโพธิ์ทะเล จำนวน 6 คน อำเภอเมืองกำแพงเพชร (กลุ่มที่ 11)

เชิงคุณภาพ

- ประชาชนทั่วไปในตำบลนิคมทุ่งโพธิ์ทะเล ได้รับความรู้ในการใช้การสมุนไพรเพื่อดูแลสุขภาพ ได้อย่าง ถูกต้องเหมาะสม

6. ขั้นตอนการดำเนินงาน

กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	เป้าหมาย	พื้นที่ดำเนินการ	ระยะเวลา	งบ ประมาณ
1. รับสมัคร ประชาชนที่สนใจ สมัครเข้าร่วม โครงการศึกษา เรียนรู้การใช้ สมุนไพรรักษา ดูแลสุขภาพ (กลุ่มที่ 11)	เพื่อตรวจสอบ ยืนยันความ ต้องการของ กลุ่มเป้าหมายและ ทราบจำนวน ผู้สนใจในการเข้า ร่วมโครงการฯ	ประชาชนตำบล นิคมทุ่งโพธิ์ทะเล จำนวน 6 คน	6 คน	พื้นที่ตำบลนิคมทุ่ง โพธิ์ทะเล	14-15 กุมภาพันธ์ 2569	-
2. ประสานงาน ผู้เข้าร่วมโครงการฯ เพื่อจัดทำ แผนปฏิบัติงานตาม โครงการฯ	เพื่อจัดทำ โครงการฯ เสนอ สกร.ระดับอำเภอ เมืองกำแพงเพชร	ประชาชนตำบล นิคมทุ่งโพธิ์ทะเล จำนวน 6คน	6 คน	ณ บ้านหนังสือชุมชน บ้านเลขที่ 248/1 หมู่ที่ 1 ต.นิคมทุ่ง โพธิ์ทะเล อ.เมือง จ.กำแพงเพชร	16-17 กุมภาพันธ์ 2569	-
3. ขออนุมัติ โครงการศึกษา เรียนรู้การใช้ สมุนไพรรักษา ดูแลสุขภาพ (กลุ่มที่ 11)	เพื่อจัดเตรียม โครงการศึกษา เรียนรู้การบริหาร จัดการ ศึกษาเรียนรู้การใช้ สมุนไพรรักษา ดูแลสุขภาพ	ครู สกร.	1 คน	สกร.ระดับอำเภอ เมืองกำแพงเพชร	27-28 กุมภาพันธ์ 2569	-
4. ดำเนินกิจกรรม ตามโครงการศึกษา เรียนรู้การใช้ สมุนไพรรักษา ดูแลสุขภาพ (กลุ่มที่ 11)	เพื่อจัดกิจกรรม โครงการฯ ตาม ตารางที่กำหนดไว้	ประชาชนตำบล นิคมทุ่งโพธิ์ทะเล จำนวน 6คน	6 คน	ณ บ้านหนังสือชุมชน บ้านเลขที่ 248/1 หมู่ที่ 1 ต.นิคมทุ่ง โพธิ์ทะเล อ.เมือง จ.กำแพงเพชร	4 มีนาคม 2569	690.- บาท
5. นิเทศติดตาม และประเมินผล	เพื่อทราบปัญหา อุปสรรคความ คืบหน้า การดำเนินงาน และแนวทางแก้ไข	ครู สกร.	1 คน	ณ บ้านหนังสือชุมชน บ้านเลขที่ 248/1 หมู่ที่ 1 ต.นิคมทุ่ง โพธิ์ทะเล อ.เมือง จ.กำแพงเพชร	4 มีนาคม 2569	-
6. สรุปผลการ ดำเนินงานและ รายงานผล	เพื่อนำข้อมูล ผล การดำเนินงานและ เสนอรายงานต่อ ผู้บริหาร	ครู สกร.	1 คน	สกร.ระดับอำเภอ เมืองกำแพงเพชร	มีนาคม 2569	-

7. งบประมาณ

แผนการใช้จ่ายงบประมาณ โครงการ/กิจกรรม ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569 แผนงาน ยุทธศาสตร์ พัฒนาคุณภาพการศึกษาและการเรียนรู้ ผลผลิตผู้รับบริการการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเองดำเนินงาน เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง **ด้านการพัฒนาทักษะชีวิต** รหัสงบประมาณ 20334332005002000000กิจกรรมหลัก 20334690003200000 แหล่งของเงิน 6911200 จำนวนเงิน 690.- บาท (หกร้อยเก้าสิบบาทถ้วน) รายละเอียดดังนี้

ตำบลนิคมทุ่งโพธิ์ทะเล (กลุ่มที่ 11)

1.ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน 1 คน จำนวน 3 ชั่วโมง ละ 230-บาท เป็นเงิน 690.-บาท

รวมทั้งสิ้นเป็นเงิน 690.- บาท (หกร้อยเก้าสิบบาทถ้วน)

8. แผนการใช้จ่ายงบประมาณ

กิจกรรมหลัก	ไตรมาสที่ 1	ไตรมาสที่ 2	ไตรมาสที่ 3	ไตรมาสที่ 4
ดำเนินการจัดโครงการศึกษาเรียนรู้ การใช้สมุนไพรเพื่อการดูแลสุขภาพ (กลุ่มที่ 11)	-	690.- บาท	-	-

9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

นางสาวสุรียรัตน์ แดงแย้ม ครู ศกร.

10. เครือข่าย/ผู้เกี่ยวข้องและความร่วมมือ

1. ผู้นำชุมชน
2. โรงพยาบาลทุ่งโพธิ์ทะเล
3. เทศบาลตำบลนิคมทุ่งโพธิ์ทะเล

11. โครงการที่เกี่ยวข้อง

1. งานจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาตนเอง
2. โครงการประกันคุณภาพภายในสถานศึกษา

12. ผลลัพธ์ (Outcome)

ผู้เข้าร่วมโครงการศึกษาเรียนรู้การใช้สมุนไพรเพื่อการดูแลสุขภาพ (กลุ่มที่ 11)

13. ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

13.1 ตัวชี้วัดผลผลิต(Output) ร้อยละ 80 ของผู้เข้าร่วมโครงการฯ มีความรู้ความเข้าใจในการศึกษาเรียนรู้การ

พิมพ์ผ้าด้วยใบไม้(Eco-print)มากขึ้น

13.2 ตัวชี้วัดผลลัพธ์(Outcome) ร้อยละ 80 ของผู้เข้าร่วมโครงการฯ มีความพึงพอใจโครงการศึกษาเรียนรู้การใช้สมุนไพรเพื่อการดูแลสุขภาพ

14. การติดตามและประเมินโครงการ

รายงานสรุปผลการดำเนินการจัดโครงการศึกษาเรียนรู้การใช้สมุนไพรเพื่อการดูแลสุขภาพ (กลุ่มที่ 11)

ตารางกำหนดการโครงการศึกษาเรียนรู้การใช้สมุนไพรเพื่อการดูแลสุขภาพ

วันที่ 4 มีนาคม 2569

ณ บ้านหนังสือชุมชน บ้านเลขที่ 248/1 หมู่ที่ 1 ต.นิคมทุ่งโพธิ์ทะเล อ.เมือง จ.กำแพงเพชร (กลุ่มที่ 11)

วันที่	เวลา	เนื้อหากิจกรรม	หมายเหตุ
4 มีนาคม 2569	08.30 - 09.00 น.	ลงทะเบียนเข้าร่วมโครงการฯ	
	09.00 - 12.00 น.	รับฟังการบรรยายและปฏิบัติจากวิทยากร เรื่อง สุขภาพดีด้วยสมุนไพรไทย	

หมายเหตุ : ตารางนี้อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม