

โรงเรียนผู้สูงอายุ



โรงเรียนผู้สูงอายุคืออะไร

- โรงเรียนผู้สูงอายุ เป็นรูปแบบหนึ่งในการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต การจัดการศึกษา การพัฒนาทักษะ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ จะเป็นเรื่องสำหรับผู้สูงอายุสนใจและมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต ช่วยเพิ่มพูนความรู้ ทักษะชีวิตที่จำเป็น



กรอบแนวคิดโรงเรียนผู้สูงอายุ

“ ผู้สูงอายุมีคุณค่าและมีศักยภาพ ควรได้รับการส่งเสริม สนับสนุนให้มีส่วนร่วมทำประโยชน์ให้สังคม และส่งเสริมการเรียนรู้ให้ผู้สูงอายุโดยเชื่อมโยงกับประสบการณ์ของผู้สูงอายุ สารการเรียนรู้จะต้องทำให้ผู้สูงอายุสามารถนำไปใช้ได้จริงในชีวิตปัจจุบัน เพิ่มโอกาสในการรวมกลุ่มในลักษณะเครือข่ายหรือชุมชน ”

“ ร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมสร้าง ”



ตัวแบบ (Model) โรงเรียนผู้สูงอายุ



วัตถุประสงค์ของโรงเรียนผู้สูงอายุ

1. เพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ
2. เพื่อส่งเสริมการพัฒนาตนเอง การดูแล คุ้มครอง และพิทักษ์สิทธิผู้สูงอายุ
3. เพื่อเสริมสร้างสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุทั้งด้านร่างกายและจิตใจ
4. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสร้างสรรค์ประโยชน์แก่ชุมชนและสังคม
5. เพื่อเสริมสร้างศักยภาพ คุณค่าภูมิปัญญาผู้สูงอายุให้เป็นที่ประจักษ์และยอมรับ
6. เพื่อส่งเสริมภูมิปัญญาและวัฒนธรรมท้องถิ่นให้ดำรงสืบทอดต่อไป



ประโยชน์ที่ได้รับ



ประโยชน์ที่ได้รับ

ต่อชุมชนและสังคม

เป็นพื้นที่เรียนรู้และถ่ายทอดประสบการณ์ ภูมิปัญญาและ
วัฒนธรรมท้องถิ่น ให้ดำรงสืบทอดเป็นเอกลักษณ์ของชุมชน

เป็น “เวที” ที่เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการ
ทำประโยชน์ต่อชุมชนและสังคม

ขั้นตอนการดำเนินงาน

1

ประชุมประชาคมเพื่อสร้างความ
เข้าใจและความร่วมมือจากพื้นที่

2

คัดเลือก และแต่งตั้งคณะทำงาน
ขับเคลื่อนการดำเนินงาน
โรงเรียนผู้สูงอายุ

3

จัดทำแผนขั้นตอนในการ
ดำเนินงาน

6

ติดตามและประเมินผล
การดำเนินงาน

5

ขับเคลื่อนการดำเนินงาน

4

จัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ



โครงสร้างโรงเรียนผู้สูงอายุ

ที่ปรึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุ

ครูใหญ่ หรือประธาน หรือผู้อำนวยการโรงเรียนผู้สูงอายุ

คณะกรรมการและแกนนำร่วมขับเคลื่อน

ทีมวิทยากรจิตอาสา



การบริหารจัดการ ด้วยหลัก 5 ก

กลุ่ม

กรรมการ

กติกาหรือ
ข้อตกลง
ร่วมกัน

กิจกรรม

กองทุน



ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

มีผู้นำการ
เปลี่ยนแปลง

มีเป้าหมายชัดเจน
และมีการจัดกิจกรรม
อย่างต่อเนื่อง

มีส่วนร่วม

มีเครือข่ายทาง
สังคมที่เข้มแข็ง

มีการเรียนรู้และ
พัฒนาการดำเนินงาน
อย่างต่อเนื่อง

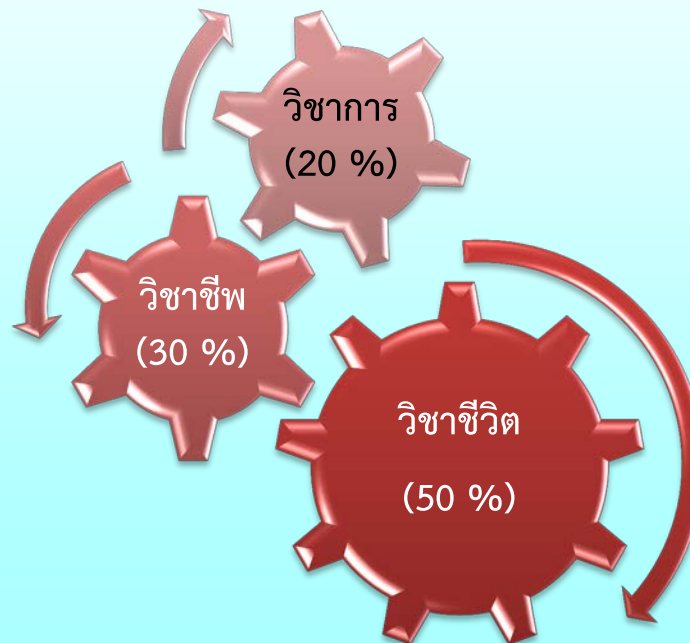
มีองค์กรปกครองส่วน
ท้องถิ่นหนุนเสริม



กรอบหลักสูตรการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

ชื่อหลักสูตร : หลักสูตรการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
(โรงเรียนผู้สูงอายุ)

- กรอบหลักสูตรการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 3 กลุ่มวิชา คือ



กรอบหลักสูตรการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

จำนวนชั่วโมงที่เรียนตลอดหลักสูตร

- ระยะเวลาเรียน 3 เดือน เรียนสัปดาห์ละ 1 วัน ๆ ละ 4 ชั่วโมง
- เรียนไม่น้อยกว่า 48 ชั่วโมง แบ่งเป็นภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ
- ผู้เรียนไม่ควรเกินห้องละ 25 คน



กรอบหลักสูตรการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

การประเมินผล

ใช้แบบทดสอบ ดูผลงาน วัดความพึงพอใจของผู้เรียน และไม่น้อยกว่า ร้อยละ 50

ผลที่คาดหวัง

ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีอยู่อย่างมีศักดิ์ศรี มีศักยภาพ พึ่งตนเอง ได้นานที่สุด

หมายเหตุ : สามารถนำหลักสูตรไปปรับใช้ตามความเหมาะสมของพื้นที่



หลักสูตรการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ (โรงเรียนผู้สูงอายุ)

กลุ่มวิชาชีวิต (50 %)

หมวดวิชา	หัวข้อวิชา
หมวดวิชาสังคม	<ul style="list-style-type: none">● การใช้ชีวิตในวัยสูงอายุ● การเสวนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างผู้เรียน
หมวดวิชาชีวิตและสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none">● สุขภาพกาย (3 อ)<ul style="list-style-type: none">- อาหารและโภชนาการ- การออกกำลังกาย (เน้นการออกกำลังกายด้วยตนเอง)- อารมณ์● การดูแลสุขภาพช่องปากสุขภาพใจ<ul style="list-style-type: none">- ผู้สูงวัยอย่าให้เครียด

หลักสูตรการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ (โรงเรียนผู้สูงอายุ)

กลุ่มวิชาชีวิต (50 %)

หมวดวิชา	หัวข้อวิชา
หมวดวิชาสภาพแวดล้อม	<ul style="list-style-type: none">● การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและที่พักอาศัยในวัยผู้สูงอายุ
หมวดวิชาวัฒนธรรมและภูมิปัญญา	<ul style="list-style-type: none">● การนำหลักศาสนามาใช้ในชีวิตประจำวัน● การทำสมาธิวิปัสสนา● การถ่ายทอดภูมิปัญญาผู้สูงอายุ



หลักสูตรการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ (โรงเรียนผู้สูงอายุ)

กลุ่มวิชาชีวิต (50 %)

หมวดวิชา	หัวข้อวิชา
กิจกรรมนันทนาการ (เลือกเสรี)	<ul style="list-style-type: none">● กิจกรรมเข้าจังหวะ● ดนตรี / ร้องเพลง● การออกกำลังกาย● การนวดแผนไทย / ธรรมชาติบำบัด



หลักสูตรการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ (โรงเรียนผู้สูงอายุ)

กลุ่มวิชาชีพ (30 %)

หมวดวิชา	หัวข้อวิชา
หมวดวิชาเศรษฐกิจ	<ul style="list-style-type: none">• การฝึกอาชีพเพื่อเพิ่มรายได้ ลดรายจ่าย• การจัดทำบัญชีครัวเรือน• เศรษฐกิจพอเพียง• งานฝีมือต่างๆ



หลักสูตรการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ (โรงเรียนผู้สูงอายุ)

กลุ่มวิชาการ (20 %)

หมวดวิชา	หัวข้อวิชา
หมวดวิชาสังคม	<ul style="list-style-type: none">• กฎหมายและสิทธิประโยชน์ของผู้สูงอายุ• จิตอาสาเพื่อชีวิตและสังคม• การใช้คอมพิวเตอร์เพื่อการสื่อสาร
หมวดวิชาเศรษฐกิจ	<ul style="list-style-type: none">• การออมในวัยสูงอายุ
หมวดวิชาสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none">• โรคเรื้อรังและพบมากในวัยสูงอายุ• ข้อควรระวังในการใช้ยา(หลักเบื้องต้น)



ขอบคุณครับ

