

## หลักสูตรการจัดการศึกษาอาชีพเพื่อการมีงานทำ



หลักสูตร วิชา การนวดเพื่อสุขภาพ  
กลุ่มอาชีพพาณิชยกรรมและการบริการ  
จำนวน 35 ชั่วโมง

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอเมืองหนองคาย  
สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้จังหวัดหนองคาย  
กระทรวงศึกษาธิการ

## หนังสือรับรองหลักสูตร

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอเมืองหนองคาย ได้พัฒนาปรับปรุงและรวบรวมหลักสูตร  
วิชา การนวดเพื่อสุขภาพ จำนวน 35 ชั่วโมง เป็นกิจกรรมเพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนมีทักษะความรู้ และวิธีวิชาการ  
ช่าง ซึ่งเป็นหลักสูตรที่สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมของชุมชนและการตลาด สามารถพัฒนาเป็นอาชีพได้

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอเมืองหนองคาย ขอขอบคุณ ทุกท่านที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการ  
พัฒนาหลักสูตรในครั้งนี้ ซึ่งเป็นหลักสูตรที่ผ่านการเห็นชอบจากคณะกรรมการสถานศึกษาและอนุมัติโดย  
ผู้บริหารสถานศึกษา สามารถนำไปใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนวิชาชีพต่อไป

ลงชื่อ.....อรอุมา.....ผู้เสนอหลักสูตร

(นางสาวอรอุมา วาริรัตน์)

ครู กศน.ตำบล

ลงชื่อ..........ผู้อนุมัติหลักสูตร

(นางสาวรุปนา อินทร์มา)

ผู้อำนวยการ สกร.อำเภอเมืองหนองคาย

ลงชื่อ..........ผู้เห็นชอบหลักสูตร

(นายเจริญ สอนคำหาญ)

(ประธานกรรมการสถานศึกษา)

หลักสูตร วิชา การนวดเพื่อสุขภาพ  
กลุ่ม อาชีพพาณิชย์กรรมและการบริการ  
จำนวน 35 ชั่วโมง

**ความเป็นมา**

เนื่องจากการนวดเป็นแขนงหนึ่งของการแพทย์แผนไทย ซึ่งปัจจุบันนี้มีผู้นิยมและสนใจศึกษากันอย่างแพร่หลาย เพราะการนวดช่วยผ่อนคลายและบรรเทาอาการเจ็บปวดเมื่อยล้าจากการทำกิจกรรมในชีวิตประจำวัน การทำงาน ความเครียด ฯลฯ การนวดเป็นวิธีการที่สะดวกและเสียค่าใช้จ่ายน้อยมากสามารถทำด้วยตนเองและผู้อื่นได้ การนวดนอกจากจะเป็นการปฐมพยาบาล บรรเทาอาการเคล็ดขัดยอก ปวดบวมทั่วไปได้แล้ว การนวดยังมีประโยชน์อย่างมากต่อผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาโดยวิธีกายภาพบำบัด ถึงประโยชน์ของการนวดนี้ สามารถเผยแพร่ความรู้ไปสู่ประชาชนได้อีกด้วย การจัดอบรมการนวดแผนไทย นอกจากจะเป็นการเผยแพร่ความรู้และวิถีปฏิบัติที่ถูกต้องแก่ผู้เข้ารับการอบรมด้วยวิทยากรผู้เชี่ยวชาญ ยังเป็นการช่วยอนุรักษ์และส่งเสริมการแพทย์แผนไทย อันเป็นภูมิปัญญาของบรรพบุรุษที่สั่งสมมาแต่โบราณ ไม่ให้สูญหายไปอย่างน่าเสียดาย

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอเมืองหนองคาย จึงได้ดำเนินการจัดทำหลักสูตร การนวดเพื่อสุขภาพขึ้น เพื่อให้ประชาชนที่สนใจได้นำความรู้ไปใช้ในการประกอบอาชีพ เพื่อตอบสนองความต้องการของลูกค้า อีกทั้งเน้นให้ผู้เรียนได้มีความรู้เรื่องการประกอบอาชีพและการจัดการอาชีพอย่างมีคุณธรรมจริยธรรม

**หลักการของหลักสูตร**

1. เป็นหลักสูตรเพื่อส่งเสริมอาชีพและพัฒนาอาชีพที่สามารถสร้างรายได้ที่มั่นคง
  2. เป็นหลักสูตรที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติจริงมุ่งให้ผู้เรียนประกอบอาชีพได้จริง
- หลังจบหลักสูตร
3. เป็นหลักสูตรที่มีโครงสร้างยืดหยุ่นทั้งด้านสาระ เวลา และการจัดการเรียนรู้

**จุดหมาย**

เพื่อให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะดังนี้

1. สามารถตัดสินใจเลือกประกอบอาชีพได้สอดคล้องกับศักยภาพตนเองชุมชนสังคมและ

สิ่งแวดล้อมได้

2. มีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะการประกอบอาชีพนวดกดจุดเพื่อสุขภาพ
4. มีความรู้ความเข้าใจและทักษะการบริหารจัดการในอาชีพนวดกดจุดเพื่อสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพ
5. มีคุณธรรม จริยธรรม และจิตสำนึกความรับผิดชอบต่อตนเอง ผู้อื่น และสังคม
6. สามารถจัดทำโครงการประกอบอาชีพและนำไปสู่การปฏิบัติจริงได้

## กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายคือ ประชาชนกลุ่มเป้าหมายนอกระบบโรงเรียน

1. ผู้ที่ไม่มีอาชีพ
2. ผู้ที่มีอาชีพและต้องการพัฒนาอาชีพ
3. ผู้ที่ต้องการเปลี่ยนอาชีพ
4. ผู้มีพื้นฐานความรู้การนวดเพื่อสุขภาพ

## ระยะเวลา

จำนวน 35 ชั่วโมง

ทฤษฎี จำนวน 25 ชั่วโมง

ปฏิบัติ จำนวน 10 ชั่วโมง

## สื่อการเรียนรู้

1. เอกสารประกอบการเรียนรู้เรื่องความรู้เบื้องต้น การนวดเพื่อสุขภาพ
2. แผนภาพแสดงสรีระร่างกายของมนุษย์ประกอบการบรรยาย
3. เนื้อหาวิชา การนวดเพื่อสุขภาพ
4. ใบความรู้เรื่องการนวดเพื่อสุขภาพ
5. อุปกรณ์ประกอบการฝึกทักษะอาชีพ

## การวัดและประเมินผล

1. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
2. การประเมินผลระหว่างเรียนจากการปฏิบัติงานที่มีคุณภาพเพียงพอ ตามที่กำหนด  
ความสำเร็จของการปฏิบัติ

## การจบหลักสูตร

1. มีเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตามหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. มีผลการประเมินผ่านตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
3. มีผลงานผ่านการประเมินทดสอบที่มีคุณภาพตามหลักเกณฑ์



## เอกสารหลักฐานการศึกษา

1. หลักฐานการประเมินผล
2. วุฒิบัตรออกโดยศูนย์การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอ / เขต
3. ทะเบียนคุมวุฒิบัตร

การเทียบโอน -

### โครงสร้างหลักสูตร

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1. ช่องทางประกอบอาชีพการนวดแผนเพื่อสุขภาพ	1. ผู้เรียนบอกความสำคัญในการประกอบอาชีพการนวดแผนเพื่อสุขภาพ 2. ผู้เรียนมีความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการนวดแผนเพื่อสุขภาพ 3. ผู้เรียนสามารถบอกขั้นตอนการนวดแผนเพื่อสุขภาพ	1. ความสำคัญในการประกอบอาชีพการนวดแผนเพื่อสุขภาพ 2. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการนวดแผนเพื่อสุขภาพ 3. ขั้นตอนนวดแผนเพื่อสุขภาพ	- วิทยากรการบรรยาย - เอกสาร - อุปกรณ์ - สื่อการเรียนรู้ สื่อสิ่งพิมพ์ ได้แก่ ตำรานวดแผนโบราณ หนังสือนวดแผนไทย ฯลฯ - สื่ออิเล็กทรอนิกส์ได้แก่ เว็บไซต์เกี่ยวกับนวดแผนไทย	6	-
2. ความรู้เบื้องต้นและกายวิภาคศาสตร์เกี่ยวกับการนวดเพื่อสุขภาพ	1. ผู้เรียนสามารถบอกถึงประวัติและความสำคัญของการนวดได้ถูกต้อง 2. ผู้เรียนสามารถอธิบายความหมายของกายวิภาคศาสตร์และผลจากการนวดเพื่อสุขภาพ และบอกจุดอวัยวะที่เกี่ยวข้องกับร่างกายได้	1. ประวัติและความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการนวดเพื่อสุขภาพ 2. ความรู้เบื้องต้นและกายวิภาคศาสตร์เกี่ยวกับการนวดเพื่อสุขภาพ	- วิทยากรบรรยาย - แลกเปลี่ยนเรียนรู้ - สาธิต - ปฏิบัติจริง	6	3
3. การนวดเพื่อสุขภาพ	1. ผู้เรียนสามารถบอกตำแหน่งเขตสะท้อนของอวัยวะต่างๆ ได้ 2. ผู้เรียนสามารถปฏิบัติตาม	1. ประวัติและความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการนวดเพื่อสุขภาพ 2. ความรู้เบื้องต้นและ	- วิทยากรบรรยาย - แลกเปลี่ยนเรียนรู้ - สาธิต - ปฏิบัติจริง	11	7

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
	<p>ขั้นตอนการนวดเพื่อสุขภาพได้</p> <p>3. ผู้เรียนสามารถนวดตามวิธีการนวดเพื่อสุขภาพได้ถูกต้อง</p> <p>4. ผู้เรียนสามารถจัดเตรียมความพร้อมของผู้ให้บริการและรับบริการได้</p>	กายวิภาคศาสตร์เกี่ยวกับการนวดเพื่อสุขภาพ			
4.สรุป อภิปราย	<p>1.สรุป อภิปราย</p> <p>2.ประเมินความรู้ความเข้าใจ</p> <p>3.ซักถาม ตอบข้อสงสัย</p>	-	- แลกเปลี่ยนเรียนรู้	2	-