

หลักสูตรการศึกษาต่อเนื่อง
หลักสูตรการทำน้ำดื่มสมุนไพร จำนวน ๙ ชั่วโมง
ศูนย์การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอ.....



ประวัติความเป็นมา

สมุนไพร เป็นทรัพยากรธรรมชาติ คนส่วนใหญ่มักจะนึกถึงส่วนของพืชที่นำมาใช้เป็นยารักษาโรค แต่ในความจริงคือส่วนประกอบที่ได้จากพืช สัตว์ แร่ธาตุต่าง ๆ ที่นำมาใช้สำหรับทำเครื่องยา ตัวอย่างเช่น

สมุนไพรจากพืช ได้แก่ ผัก ผลไม้ต่าง ๆ เช่น ฝรั่ง กล้วย มะพร้าว ว่านหางจระเข้ ผักคะน้า ผักตำลึงส้ม แดงโม เป็นต้น

สมุนไพรจากสัตว์ ได้แก่ เขากวาง ดีหมี ตู๋ จิ้งจก ตุ๊กแก เป็นต้น

แร่ธาตุที่ใช้เป็นสมุนไพร ได้แก่ น้ำปูนใส เกลือแกง ดีเกลือ เป็นต้น

นอกจากนั้น ยังมีบางส่วนของสมุนไพรที่รับประทานไม่ได้ยังสามารถใช้ทำยาภายนอกได้ เช่น ช่วยป้องกัน ยุงกัด รักษาบาดแผล เป็นต้น

ดังนั้น น้ำสมุนไพรจึงเป็นน้ำดื่มที่ได้จากการใช้ส่วนประกอบต่าง ๆ ของพืช เช่น ผลไม้ ผัก/ธัญพืชต่าง ๆ นำมาแปรรูปให้เหมาะสมตามฤดูกาล การเตรียมน้ำสมุนไพรไว้ดื่มเองนั้น ราคาจะย่อมเยา สะอาด ปราศจากสารพิษ รสชาติจะถูกปากของแต่ละบุคคลได้ทั้งกลิ่นและรสชาติของสมุนไพรนั้น ๆ ร่างกายของคนเรามีส่วนประกอบของน้ำประมาณร้อยละ ๘๐ น้ำจึงมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตรองจากอากาศ ร่างกายต้องใช้น้ำไปช่วยให้ระบบต่าง ๆ ในร่างกายทำงานได้ตามปกติ น้ำในร่างกายจะมีการสูญเสียวันละประมาณ ๒-๓ ลิตร ถ้าเราไม่ดื่มน้ำเข้าไปชดเชย จะทำให้เกิดการกระหายน้ำ ฉะนั้นเราจึงต้องดื่มน้ำเข้าไปทดแทนเท่ากับที่เสียไป แต่ในบางครั้งความกระหายทำให้คนยังยึดติดในรสชาติ จึงมักหันไปดื่มน้ำที่ให้รสชาติ เช่น น้ำสมุนไพรซึ่งมีประโยชน์ทางยา มีคุณค่าทางอาหารและช่วยในการป้องกันโรค เป็นต้น โดยเฉพาะในช่วงอากาศร้อน เหงื่อออกมาก ดื่มน้ำสมุนไพรก็จะช่วยให้จิตใจชุ่มชื่น ทำให้รู้สึกสบาย เพราะน้ำสมุนไพรบางชนิดสามารถช่วยผ่อนคลายความร้อน ทำให้อุณหภูมิในร่างกายลดลง เช่น น้ำมะขาม ช่วยลดอาการกระหายน้ำ น้ำสมุนไพรบางชนิดช่วยบำรุงหัวใจเป็นยาเย็น ได้แก่ น้ำใบเตย น้ำใบบัวบก น้ำสมุนไพรบางชนิด มีคุณสมบัติช่วยย่อย ช่วยทำให้ธาตุปกติและฟอกเลือด ได้แก่ น้ำมะเขือเทศ เป็นต้น น้ำสมุนไพรเหล่านี้ เป็นได้ทั้งอาหารและให้คุณค่าทางยาได้บ้างเล็กน้อย ดังนั้นน้ำสมุนไพรจึงเปรียบเสมือนยาที่ช่วยบำรุง ปกป้อง รักษาสภาวะร่างกายให้เกิด สมดุลย์ทำให้สุขภาพดีในที่สุด

หลักการของหลักสูตร

๑. เป็นหลักสูตรที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจ ในเรื่องสมุนไพร
๒. เป็นหลักสูตรที่เน้นการบูรณาการเนื้อหาสาระ ภาควิชาปฏิบัติไปกับการปฏิบัติจริง
๓. เป็นหลักสูตรที่มีโครงสร้างยืดหยุ่นทั้งด้านเนื้อหา สาระ การจัดกระบวนการเรียนรู้การ

วัตถุประสงค์

๔. เป็นหลักสูตรที่ผู้เรียนสามารถนำความรู้ และทักษะไปใช้ในการประกอบอาชีพ

จุดมุ่งหมาย

๑. ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจ เกิดทักษะ สามารถทำหลักสูตร การทำน้ำดื่มสมุนไพรได้
๒. ผู้เรียนสามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน และเป็นช่องทางในการประกอบอาชีพ

กลุ่มเป้าหมาย

ประชาชนทั่วไป

ระยะเวลา ระยะเวลาการเรียนรู้ทั้งหมด จำนวน ๙ ชั่วโมง

ภาคทฤษฎี จำนวน ๓ ชั่วโมง

ภาคปฏิบัติ จำนวน ๖ ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร โครงสร้างหลักสูตร ประกอบด้วยเนื้อหา ๔ บท ดังนี้

บทที่ ๑ ความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรและการประโยชน์ของสมุนไพร

- ใบย่านาง
- ใบเตย
- ต้นวอเตอร์เคส
- บัวบก
- หญ้าปักกิ่ง
- ใบอ่อมแซบ (เบญจรงค์)
- ใบเสลดพังพอน
- ว่านกาบหอย

บทที่ ๒ วัสดุอุปกรณ์การทำน้ำดื่มสมุนไพร

๒.๑ วัสดุอุปกรณ์การทำน้ำดื่มสมุนไพร

บทที่ ๓ การทำน้ำดื่มสมุนไพร

๓.๑ การทำน้ำดื่มสมุนไพร

บทที่ ๔ ช่องทางการจำหน่ายการทำน้ำดื่มสมุนไพรฤทธิเย็น/การบรรจุขวด

- ๔.๑ ช่องทางการจำหน่ายการทำน้ำดื่มสมุนไพร
- ๔.๒ การกำหนดราคาจำหน่ายการทำน้ำดื่มสมุนไพร
- ๔.๓ การทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย
- ๔.๔ คุณธรรม จริยธรรม การประกอบอาชีพ การจำหน่าย การทำน้ำดื่มสมุนไพร

สื่อการเรียนรู้

- สื่อเอกสาร เรื่องการทำน้ำดื่มสมุนไพร
- ใบงาน
- ใบความรู้
- ศึกษาจากแหล่งเรียนรู้ในชุมชน
- ศึกษาจากวีซีดี เรื่องการทำน้ำดื่มสมุนไพร

การวัดผลประเมินผล

๑. ประเมินความรู้ความสามารถ ทักษะด้วยการสอบถาม ทดสอบ แสดงขั้นตอนและปฏิบัติจริง
๒. ประเมินจากชิ้นงาน

การจบหลักสูตร

๑. ต้องมีเวลาเรียนและการฝึกปฏิบัติไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐
๒. มีผลการประเมินผ่านตลอดหลักสูตร

เอกสารหลักฐานการศึกษาที่ได้รับหลังจากจบหลักสูตร

๑. หลักฐานการประเมินผล
๒. ทะเบียนคุมเกียรติบัตร
๓. เกียรติบัตร

โครงสร้างหลักสูตร รูปแบบกลุ่มสนใจ

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
			ทฤษฎี	ปฏิบัติ
เพื่อให้ผู้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการสานกระเป๋าสไตน์เยติจากเส้นพลาสติก	๑. วัสดุที่นำมาใช้สานกระเป๋าสไตน์เยติจากเส้นพลาสติก ๒. ประโยชน์ของกระเป๋าสไตน์เยติ จากเส้นพลาสติก	วิทยากรให้ความรู้ และดูตัวอย่างรูปแบบต่างๆ ของกระเป๋าสไตน์เยติจากเส้นพลาสติก	๒ ชั่วโมง	
๑. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถบอกวัสดุอุปกรณ์ ที่ใช้ในการสานกระเป๋าสไตน์เยติจากเส้นพลาสติก ๒. การเลือกอุปกรณ์ ที่ใช้ในการสานกระเป๋าสไตน์เยติจากเส้นพลาสติก	๑. วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ ในการสานกระเป๋าสไตน์เยติจากเส้นพลาสติก ๒. วัสดุที่ใช้ในการสานกระเป๋าสไตน์เยติจากเส้นพลาสติก	๑. วิทยากรบรรยายให้ความรู้เรื่องวัสดุและอุปกรณ์ที่ใช้ ในการทำกระเป๋าสไตน์เยติจากเส้นพลาสติก ๒. วิทยากรให้ความรู้เทคนิคการเลือกวัสดุที่ใช้ในการสานกระเป๋าสไตน์เยติจากเส้นพลาสติก	๑ ชั่วโมง	
เพื่อให้ผู้เรียนบอกขั้นตอนต่างๆ ของการสานกระเป๋าสไตน์เยติจากเส้นพลาสติก	๑. ขั้นตอนในการสานกระเป๋าสไตน์เยติจากเส้นพลาสติก ๒. ขั้นตอนในการสานกระเป๋าสไตน์เยติจากเส้นพลาสติก	๑. วิทยากรบรรยายพร้อมสาธิตและให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติจริงของขั้นตอนการสานกระเป๋าสไตน์เยติจากเส้นพลาสติก		๖ ชั่วโมง

นางสาว.....ผู้เสนอ

(นางนิธิต์ สันตวัสถ์)

ตำแหน่ง ครุ กศน.ตำบล

เจ้าหน้าที่งานบริการศึกษาต่อเมือง

பெரிய நகரம்

७३

๑-๒ รุกขวิทยา

ผู้อำนวยการ กศน.อำเภอหนอง

३

(นายสมเจตน์ ฐานานันท์)

ตำแหน่งผู้อำนวยการสำนักงานกศน.จังหวัดมุกดาหาร