

## หลักสูตรการนวดเพื่อสุขภาพ (อพ 3011)

จำนวน 25 ชั่วโมง

### กลุ่มอาชีพพาณิชยกรรมและบริการ

#### ความเป็นมา

การจัดการศึกษาอาชีพในปัจจุบันมีความสำคัญมาก เพราะเป็นการพัฒนาประชากรของประเทศให้ มีความรู้ ความสามารถและทักษะในการประกอบอาชีพ เป็นการแก้ปัญหาการว่างงานและส่งเสริมความเข้มแข็งให้แก่เศรษฐกิจชุมชน จากสภาพสังคมปัจจุบันได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ เช่นด้านเศรษฐกิจ การเมือง สังคมและสิ่งแวดล้อมเป็นอย่างมาก ประชากรมนุษย์เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ แต่ทรัพยากรธรรมชาติถูกใช้ไปอย่างรวดเร็ว และไม่เพียงพอกับจำนวนประชากรที่เพิ่มขึ้น มนุษย์จึงประสบปัญหาต่าง ๆ ตามมามากมาย โดยเฉพาะด้านการดำรงชีพและชีวิตความเป็นอยู่ของมนุษย์ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีสิ่งที่ยังมีมนุษย์เราจะต้องสร้างสิ่งทดแทนเพื่อการอยู่รอดโดยวิธีการต่าง ๆ การนวดแผนไทย เป็นทั้งศาสตร์และศิลปะที่มีมาตั้งแต่โบราณกาลเกิดขึ้นจากสัญชาตญาณเบื้องต้นของการอยู่รอดเมื่อมีอาการปวดเมื่อยและเจ็บป่วย ตนเองหรือผู้อื่นใกล้เคียงมักจะลูบไล้บิบนวดบริเวณดังกล่าวทำให้อาการปวดเมื่อยคลายลงทีแรกก็เป็นไปโดยไม่ได้ตั้งใจ ต่อมาเริ่มสังเกตเห็นผลของการบิบนวดในบางจุดหรือบางวิธีที่ได้ผลจึงเก็บไว้เป็นประจำจนกระทั่งกลายเป็น ความรู้ที่สืบทอดกันต่อ ๆ มาหลายคน การนวดจึงกลายมาเป็นศาสตร์แขนงหนึ่งที่มีบทบาทบำบัดรักษาอาการหรือโรคร้ายบางอย่าง

การนวดแผนไทยเป็นศาสตร์และศิลปะประจำชาติซึ่งมีบทบาท ในการแก้ไขปัญห ความเจ็บปวดต่าง ๆ ของคนไทย ตั้งแต่ในอดีตจนถึงปัจจุบัน การดำเนินการฟื้นฟู การนวดแผนไทยที่ผ่านมากในภาคประชาชน และภาครัฐ ได้ทำให้การนวดไทย เป็นที่ยอมรับของสังคม การแพทย์แผนไทย ที่มีบทบาทในการสร้างเสริมสุขภาพ และบำบัดรักษาอาการป่วยของประชาชนมากยิ่งขึ้น ด้วยเห็นความสำคัญนี้ ทำให้ผู้สอนจัดทำหลักสูตรวิชาชีพแพทย์แผนไทย ประเภทการนวดศรีษะ และนวดใบหน้า กจุดคลายเครียด สำหรับการอบรม และการถ่ายทอดความรู้ในสถาบัน เพื่อให้เป็นมาตรฐานในการเรียน การสอน การประเมินผล และการทดสอบ ความรู้ความสามารถ ซึ่งผู้เรียน สามารถนำไปประกอบอาชีพ พร้อมทั้งสร้างรายได้อาชีพการนวดเพื่อสุขภาพจึงเป็นอาชีพหนึ่งที่มีความสำคัญในชุมชนและเป็นอาชีพหนึ่งที่สามารถสร้างรายได้ให้กับบุคคลและครอบครัวได้อย่างมั่นคง หลักสูตรอาชีพการนวดเพื่อสุขภาพนี้ จึงเป็นทางเลือกหนึ่งในการเลือกเรียนอาชีพในกลุ่มพาณิชยกรรม

#### หลักการของหลักสูตร

1. เป็นหลักสูตรที่เน้นการจัดการศึกษาอาชีพเพื่อการมีงานทำ ที่เน้นการบูรณาการเนื้อหาสาระภาคทฤษฎีควบคู่ไปกับการฝึกปฏิบัติจริง ผู้เรียนสามารถนำความรู้และทักษะไปประกอบอาชีพได้จริงอย่างมีคุณภาพและมีคุณธรรมจริยธรรม
2. เป็นหลักสูตรที่เน้นการใช้ศักยภาพ 5 ด้านในการประกอบอาชีพ ได้แก่ ศักยภาพด้านทรัพยากร ภูมิอากาศ ภูมิประเทศและทำเลที่ตั้ง ศิลปวัฒนธรรมประเพณีและวิถีชีวิตและด้านทรัพยากรมนุษย์

## จุดหมาย

1. มีความรู้และทักษะในการประกอบอาชีพ และสามารถสร้างรายได้
2. ตัดสินใจประกอบอาชีพให้สอดคล้องกับศักยภาพของตนเอง ชุมชน สังคม และสิ่งแวดล้อมอย่างมี

## คุณธรรมจริยธรรม

3. มีเจตคติที่ดีในการประกอบอาชีพ
4. มีความรู้ความเข้าใจและฝึกทักษะการบริหารจัดการในอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ

## กลุ่มเป้าหมาย

1. ผู้ที่ไม่มีอาชีพ
2. ผู้ที่มีอาชีพและต้องการพัฒนาอาชีพ
3. ผู้ที่ต้องการทำเป็นอาชีพเสริม

## ระยะเวลา

จำนวน	25	ชั่วโมง
ภาคทฤษฎี	5	ชั่วโมง
ภาคปฏิบัติ	20	ชั่วโมง

## โครงสร้างหลักสูตร

### เรื่องที่ 1 ช่องทางการประกอบอาชีพการนวดเพื่อสุขภาพ จำนวน 3 ชั่วโมง

- 1.1 ความสำคัญและลักษณะทั่วไปของการประกอบอาชีพการนวดเพื่อสุขภาพ
- 1.2 ความเป็นไปได้ในการเลือกประกอบอาชีพการนวดเพื่อสุขภาพ วิธีการนวดพื้นฐาน
- 1.3 ทิศทางพัฒนาการประกอบอาชีพการนวดเพื่อสุขภาพ
- 1.4 ประโยชน์ของการประกอบอาชีพการนวดเพื่อสุขภาพ

### เรื่องที่ 2 ทักษะการประกอบอาชีพการนวดเพื่อสุขภาพ จำนวน 20 ชั่วโมง

ขั้นตอนการเรียนรู้และฝึกปฏิบัติการนวดเพื่อสุขภาพ ดังนี้

1. การนวดศีรษะ นวดใบหน้า กดจุดคลายเครียด จำนวน 20 ชั่วโมง
  - 1.1 ความรู้ทั่วไปการนวดศีรษะ จำนวน 5 ชั่วโมง
  - 1.2 เรียนรู้เกี่ยวกับเทคนิคการนวดศีรษะ และ คอ บ่า ไหล่ จำนวน 1 ชั่วโมง
  - 1.3 ความรู้ทั่วไปการนวดหน้า จำนวน 6 ชั่วโมง

- |     |                                     |                 |
|-----|-------------------------------------|-----------------|
| 1.4 | เรียนรู้เกี่ยวกับเทคนิคการนวดใบหน้า | จำนวน 1 ชั่วโมง |
| 1.5 | ความรู้ทั่วไปการกดจุดคลายเครียด     | จำนวน 6 ชั่วโมง |
| 1.6 | เรียนรู้เกี่ยวกับเทคนิคการนวดใบหน้า | จำนวน 1 ชั่วโมง |

**เรื่องที่ 3 การบริหารจัดการในการประกอบอาชีพนวดเพื่อสุขภาพ** จำนวน 2 ชั่วโมง

1. กำหนดราคาในการให้บริการนวดเพื่อสุขภาพ
2. ปัจจัยความเสี่ยงที่จะเกิดขึ้นและแนวทางในการจัดการความเสี่ยงในการประกอบธุรกิจการนวดเพื่อสุขภาพ
3. ศึกษาข้อมูลการตลาดและวิเคราะห์ความต้องการของตลาด
4. กำหนดเป้าหมายและแผนการตลาดของธุรกิจเพื่อสุขภาพ
5. วางแผนการลงทุนในธุรกิจการส่งเสริมการให้บริการนวดเพื่อสุขภาพ

**การจัดกระบวนการเรียนรู้**

1. ศึกษาภาคทฤษฎีจากเอกสารและจากวิทยากรผู้สอน
2. ฝึกปฏิบัติการนวดตามขั้นตอนในหลักสูตร
3. การสาธิต

**สื่อการเรียนรู้**

1. คู่มือการนวดศีรษะและนวดกดจุดคลายเครียด

**การวัดและประเมินผล**

1. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
2. การประเมินผลงานระหว่างเรียนจากการปฏิบัติ ได้ผลผลิตที่มีคุณภาพ
3. การประเมินความพึงพอใจของผู้เรียน

**การจบหลักสูตร**

1. มีเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตามหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. มีผลงานผ่านการประเมินทดสอบที่มีคุณภาพ
3. ผลผลิตที่มีคุณภาพ

**เอกสารหลักฐานการศึกษา**

1. หลักฐานการประเมินผล
2. ทะเบียนคุมวุฒิบัตร
3. วุฒิบัตรการศึกษา ออกโดยสถานศึกษา
4. แบบประเมินความพึงพอใจ

**การเทียบโอน**

ผู้เรียนที่จบหลักสูตรนี้สามารถนำไปเทียบโอนผลการเรียนรู้กับหลักสูตรการศึกษานอกระบบระดับการ  
ศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ในสาระการประกอบอาชีพวิชาเลือกที่สถานศึกษาได้จัดทำขึ้น

**รายละเอียดโครงสร้างหลักสูตรการประกอบอาชีพ หลักสูตรการนวดเพื่อสุขภาพ**  
**จำนวน 25 ชั่วโมง กลุ่มอาชีพพาณิชยกรรมและบริการ**

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
<b>1.ช่องทางการประกอบอาชีพ นวดเพื่อสุขภาพ</b>	บอกความสำคัญของการประกอบอาชีพนวดเพื่อสุขภาพ วิเคราะห์ความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพ นวดเพื่อสุขภาพ (การตลาด ประเภทการบริการ ความต้องการของผู้รับบริการ ) บอกแหล่งการเรียนรู้ / ภูมิปัญญาที่เกี่ยวข้องกับอาชีพนวดเพื่อสุขภาพ (ภูมิปัญญาท้องถิ่น/สถานประกอบการของภาครัฐและภาคเอกชน) ตัดสินใจในการเลือกประกอบอาชีพ นวดเพื่อสุขภาพ	1. ความสำคัญของการประกอบอาชีพนวดเพื่อสุขภาพ 2. ความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพ นวดเพื่อสุขภาพ (การตลาด ประเภทการบริการ ความต้องการของผู้รับบริการ ) 3. แหล่งการเรียนรู้ / ภูมิปัญญาที่เกี่ยวข้องกับอาชีพนวดเพื่อสุขภาพ (ภูมิปัญญาท้องถิ่น/สถานประกอบการของภาครัฐและภาคเอกชน) 4. การตัดสินใจในการเลือกประกอบอาชีพนวดเพื่อสุขภาพ	1. ศึกษาข้อมูลเอกสาร สื่อ อิเล็กทรอนิกส์ เพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์และใช้ในการประกอบอาชีพที่มีความเป็นไปได้ วิเคราะห์อาชีพที่จะสามารถเลือกประกอบอาชีพ การตัดสินใจในการเลือกประกอบอาชีพนวดเพื่อสุขภาพ	3	-
<b>2 ทักษะการประกอบอาชีพ การนวดเพื่อสุขภาพ ได้แก่</b>	1.เพื่อเรียนรู้และฝึกปฏิบัติการนวดเพื่อสุขภาพ ดังนี้ 1.1 การนวดศีรษะ นวดใบหน้า กอดจุดคลายเครียด 1.1.1ความรู้ทั่วไปการนวดศีรษะ	1. ความรู้ทั่วไป การนวดศีรษะ และนวดหน้ากดจุดคลายเครียด การเดินของเส้น ประเภทของจุดความสัมพันธ์ จุดโรค จุดแก้ตามเส้น วิธีการกดจุด และการลงน้ำหนักมือ -เรียนรู้เกี่ยวกับจริยธรรมและวิชาชีพของการนวด	ศึกษาเอกสารเกี่ยวกับการนวดเพื่อสุขภาพ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ 2. แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในกลุ่มของผู้เรียนการนวดเพื่อสุขภาพ 3. จัดบันทึกผลการเรียนรู้	-	20

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
การนวดศีรษะ และนวดหน้า กอด จุดคลายเครียด	<p>1.2 เรียนรู้เกี่ยวกับเทคนิคการนวดศีรษะ และ คอ บ่า ไหล่</p> <p>1.3 ความรู้ทั่วไปการนวดหน้า</p> <p>1.4 เรียนรู้เกี่ยวกับเทคนิคการนวดใบหน้า</p> <p>1.5 ความรู้ทั่วไปการกอดจุดคลายเครียด</p> <p>1.6 เรียนรู้เกี่ยวกับเทคนิคการนวดใบหน้า</p>	<p>2. เรียนรู้เกี่ยวกับเทคนิคการนวดศีรษะ คอ บ่า ไหล่ ว่าแต่ละจุดบนศีรษะ มีขั้นตอนอะไร แล้วสามารถกระทบกับจุดต่าง ๆ ที่รักษาคอนไซ์ได้ เช่น ปวดไมเกรน (ลมปะกัง) ฯลฯ ผู้ที่มีอาการสับกวม ไหล่ติด ก็สามารถรักษาได้</p> <p>3. เรียนรู้เกี่ยวกับเทคนิค การนวดใบหน้า กอดจุดคลายเครียด</p> <p>- การกอดจุดใบหน้าสามารถสะท้อนไปยังอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายได้ เช่น จุดหน้าผาก จะสะท้อนถึงจุดสมอง ฯลฯ</p>	4. ดำเนินการวัดและประเมินผลตามที่หลักสูตรกำหนด		
<b>3.การบริหารจัดการในการประกอบอาชีพนวดเพื่อสุขภาพ</b>	<p>1.บอกวิธีการประชาสัมพันธ์และจัดทำฐานข้อมูลของผู้รับบริการได้</p> <p>2.สามารถกำหนดราคาในการให้บริการนวดเพื่อสุขภาพ</p> <p>3.วิเคราะห์ความเสี่ยงที่จะเกิดขึ้นและมีแนวทางในการจัดการความเสี่ยง ในการประกอบธุรกิจการนวดเพื่อสุขภาพ ได้</p> <p>4.วิเคราะห์ข้อมูลการตลาดและวิเคราะห์ความต้องการของตลาดได้</p>	<p><b>การบริหารจัดการอาชีพนวดเพื่อสุขภาพ</b></p> <p>1.การประชาสัมพันธ์และจัดทำฐานข้อมูลของผู้รับบริการ</p> <p>2. กำหนดราคาในการให้บริการนวดเพื่อสุขภาพ</p> <p>3. ศึกษาวิเคราะห์ปัจจัยความเสี่ยงที่จะเกิดขึ้น และมีแนวทางในการจัดการความเสี่ยง ในการประกอบธุรกิจการนวดเพื่อสุขภาพ</p> <p>4.ศึกษาข้อมูลการตลาดและวิเคราะห์ความต้องการของตลาด</p>	<p>1.ศึกษาและสำรวจแหล่งวัสดุอุปกรณ์ และการให้บริการ</p> <p>2.ศึกษาความเสี่ยงที่เกิดขึ้นและมีแนวทางในการจัดการความเสี่ยง</p> <p>3. การบริหารจัดการการตลาด</p> <p>4.กำหนดทิศทาง เป้าหมายและแผนการจัดการตลาดที่เกี่ยวข้องกับการนวดเพื่อสุขภาพ</p>	2	-

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		5.กำหนดเป้าหมายและแผนการตลาดของธุรกิจ เพื่อสุขภาพ 6.วางแผนการลงทุนในธุรกิจการส่งเสริมการให้ บริการนวดเพื่อสุขภาพ			
			รวม	5	20