

รายละเอียดของรายวิชา

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา
คณะ/ภาควิชา คณะครุศาสตร์

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. รหัสและชื่อรายวิชา

5100116 อยู่ดี กินดี มีสุข
Well-being

2. จำนวนหน่วยกิต

3 (3-0-6)

3. หลักสูตรและประเภทของรายวิชา

ศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการดูแลและพัฒนาเด็กปฐมวัย

4. อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน

อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา	อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์
อาจารย์ผู้สอน	1. ผศ.ดร.จรรยาภรณ์ มาสวัสดิ์ 2. อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์ 3. อ.ดร.สิทธิพงศ์ สาธะวงค์ 4. อ.สาริศา โตะหะ

5. ภาคการศึกษา / ชั้นปีที่เรียน

2 / 2565

6. รายวิชาที่ต้องเรียนมาก่อน (pre-requisite) (ถ้ามี)

ไม่มี

7. รายวิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน (co-requisites) (ถ้ามี)

ไม่มี

8. สถานที่เรียน

กลุ่ม	ห้องเรียน วัน เวลา	อาจารย์ผู้สอน	สาขาที่สอน
1	[23-ซาร์ค ชั้น 4] พุธ 8:00 - 12:00		ภาษามลายู (2560)
2	[23-ซาร์ค ชั้น 4] จันทร์ 13:00 - 16:00		- (2564)
3	[23-ซาร์ค ชั้น 4] พฤหัส 9:00 - 12:00		การพัฒนาชุมชน (2560)

4			ภาษาอังกฤษ (2562)
5			ภาษาไทย (2560)
6			ภาษาจีน (2560)
7			- (2564)
8			- (2564)
9			- (2563)
10			เคมีเทคโนโลยีและนวัตกรรม (2564)
11			ฟิสิกส์อุตสาหกรรม (2564)
12			ชีววิทยาเทคโนโลยีและนวัตกรรม (2564)
13			วิทยาการคอมพิวเตอร์ (2560)
14			เทคโนโลยีสารสนเทศ (2560)
15			การจัดการธุรกิจระหว่างประเทศ (2563)
16			การจัดการ (2560)
17			การพัฒนาชุมชน (2560)
18			จุลชีววิทยาทางการแพทย์และอุตสาหกรรม (2564)
19			การจัดการ (2560)
20			ภาษาไทย (2560)
21			เทคโนโลยีพลังงานทดแทน (2561)
22			สัตวศาสตร์และธุรกิจปศุสัตว์ (2564)
23	[23-ซาร์ค ชั้น 4] อาทิตย์ 13:00 - 16:00		การดูแลและพัฒนาเด็กปฐมวัย (2563)
24			- (2563)
25			- (2563)
26			อิสลามศึกษา (2564)
27			- (2564)
28			การจัดการ (2560)

9. วันที่จัดทำหรือปรับปรุงรายละเอียดของรายวิชาครั้งล่าสุด

วันที่จัดทำ/ปรับปรุงรายละเอียดรายวิชา : 13 พ.ย. 65

หมวดที่ 2 จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์

1. จุดมุ่งหมายของรายวิชา

เพื่อให้นักศึกษามีความรู้ความเข้าใจวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีในชีวิตประจำวัน การเลือกบริโภคอาหารและสมุนไพรเพื่อสุขภาพ การอ่านฉลากอาหารและสิทธิผู้บริโภค การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพกายและจิต

2. วัตถุประสงค์ในการพัฒนา/ปรับปรุงรายวิชา

เพื่อให้ผู้เรียนมีผลลัพธ์การเรียนรู้รายวิชา คือ การดำเนินชีวิตในสังคมยุคใหม่และมีคุณภาพชีวิตที่ดี

หมวดที่ 3 ลักษณะและการดำเนินการ

1. คำอธิบายรายวิชา

การใช้วิทยาศาสตร์เทคโนโลยีในชีวิตประจำวัน ผลกระทบจากการใช้วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีต่อสิ่งแวดล้อม อาหารและคุณค่าทางโภชนาการ อาหารเฉพาะโรค การอ่านฉลากโภชนาการ ความรู้เรื่องยาเบื้องต้น สมุนไพรไทย สมุนไพรกับการดูแลสุขภาพ กฎหมายคุ้มครองผู้บริโภค การสร้างเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิต

2. จำนวนชั่วโมงที่ใช้ต่อภาคการศึกษา

ภาคทฤษฎี	ปฏิบัติ	ศึกษาด้วยตนเอง	กิจกรรมเพิ่มเติม
45	0	90	45 ชั่วโมงต่อภาคการศึกษา

3. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่อาจารย์ให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการแก่นักศึกษาเป็นรายบุคคล

1 ชั่วโมงต่อภาคการศึกษา

หมวดที่ 4 การพัฒนาผลการเรียนรู้ของนักศึกษา

1. ด้านคุณธรรม จริยธรรม

ผลการเรียนรู้	กลยุทธ์การสอน	กลยุทธ์การประเมินผล
1. มีความรับผิดชอบต่องานของตนเองและสังคม	- กำหนดกติกาในการเรียนการสอนร่วมกัน เช่น การเข้าชั้นเรียนตรงต่อเวลา การส่งงาน การแต่งกายตามระเบียบมหาวิทยาลัย - มอบหมายงานกลุ่มในห้องเรียนเพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้	- ประเมินพฤติกรรมการเข้าชั้นเรียน การส่งงาน และการแต่งกายตามระเบียบของมหาวิทยาลัย - ประเมินพฤติกรรมการทำงานกลุ่มโดยผู้สอน ผู้เรียน และสมาชิกกลุ่ม
2. มีความซื่อสัตย์สุจริต ขยัน อดทน มีระเบียบวินัย	- กำหนดกติกา เรื่องการแต่งกายและความซื่อสัตย์ร่วมกัน เช่น การส่งงาน การอ้างอิงข้อมูลจากผู้อื่น การทำชิ้นงานรายบุคคล	- ประเมินผลจากชิ้นงานที่มอบหมาย รูปแบบการอ้างอิง และพฤติกรรมการส่งงาน

3. เคารพสิทธิและรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น	- ส่งเสริมให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็นและรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นในระหว่างการเรียนหรือกระดานสนทนาของระบบ YRU e-learning	- ประเมินโดยการสังเกตพฤติกรรมระหว่างการเรียน และการทำงานกลุ่ม
4. มีจิตอาสา หรือมีจิตสำนึกสาธารณะ	- ส่งเสริมแนวคิดจิตอาสาในการทำชิ้นงานรายวิชา	- ประเมินผลจากชิ้นงานที่มอบหมาย และโดยการสังเกตพฤติกรรมระหว่างเรียน
5. มีความรัก ภูมิใจในความเป็นไทย ศิลปวัฒนธรรมไทย และเห็นคุณค่าภูมิปัญญาท้องถิ่น	- ส่งเสริมให้ศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่นเรื่องอาหารและการใช้ยาสมุนไพรในการทำชิ้นงาน	- ประเมินผลจากชิ้นงานที่มอบหมาย

2. ด้านความรู้

ผลการเรียนรู้	กลยุทธ์การสอน	กลยุทธ์การประเมินผล
1. มีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับหลักการและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง	<ul style="list-style-type: none"> - จัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่หลากหลาย เช่น การบรรยาย การเชิญวิทยากรมาให้ความรู้ การสาธิตและฝึกปฏิบัติวิเคราะห์ รวมทั้งการใช้สื่อประเภทต่าง ๆ เพื่อให้ผู้เรียนมีความเข้าใจแนวคิดในการพัฒนาสุขภาพกายและจิตของตนเอง - มอบหมายงานที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ศึกษาค้นคว้าหาความรู้หลักการ ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องด้วยตนเอง แล้วนำข้อมูลมาแลกเปลี่ยนเรียนรู้อภิปรายร่วมกันในระหว่างการเรียน 	<ul style="list-style-type: none"> - ประเมินผลจากชิ้นงานที่มอบหมาย - ประเมินพฤติกรรมระหว่างการเรียน การทำงานกลุ่ม และการฝึกปฏิบัติ - ประเมินผลด้วยแบบทดสอบปลายภาค
2. สามารถวิเคราะห์ความรู้อย่างเป็นระบบ	- มอบหมายงานที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้คิดวิเคราะห์ แก้ไขปัญหาเกี่ยวกับผลกระทบของวิทยาศาสตร์ที่มีต่อสิ่งแวดล้อม	- ประเมินผลจากชิ้นงานที่มอบหมาย - ประเมินพฤติกรรมระหว่างการทำงานกลุ่ม
3. สามารถนำความรู้ ไปประยุกต์ใช้ได้เหมาะสม	- จัดการเรียนการสอนที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้นำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี เช่น การสร้างเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิต การใช้ยาและสมุนไพรกับการดูแลสุขภาพ อาหารเฉพาะโรคสำหรับโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง	- ประเมินผลจากชิ้นงานที่มอบหมาย

4. สามารถบูรณาการความรู้กับศาสตร์ต่างๆ ไปใช้ได้อย่างเหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> - ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้บูรณาการความรู้กับศาสตร์ต่างๆ และนำไปประยุกต์ใช้เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีได้อย่างเหมาะสม เช่น อาหารและโภชนาการ ฉลากโภชนาการ กฎหมายคุ้มครองผู้บริโภค การดูแลสุขภาพ 	- ประเมินผลจากชิ้นงานที่มอบหมาย
---	---	---------------------------------

3. ด้านทักษะทางปัญญา

ผลการเรียนรู้	กลยุทธ์การสอน	กลยุทธ์การประเมินผล
1. วิเคราะห์ปัญหา ประเมินทางเลือกเสนอวิธีแก้ปัญหาและตัดสินใจได้อย่างเหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> - จัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้คิดวิเคราะห์จากตัวอย่างกรณีศึกษา - เพื่อหาแนวทางการแก้ไขปัญหาที่ถูกต้องโดยใช้ความรู้ตามหลักทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง 	<ul style="list-style-type: none"> - ประเมินผลจากชิ้นงานที่มอบหมาย - ประเมินผลด้วยแบบทดสอบปลายภาค
2. มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ เพื่อสร้างประโยชน์ต่อตนเองและสังคมได้	<ul style="list-style-type: none"> - จัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ออกแบบและจัดทำตัวอย่างรายการอาหาร โดยใช้พืชผักสมุนไพรในท้องถิ่นได้อย่างสร้างสรรค์และถูกต้องตามหลักวิชาการ 	- ประเมินผลจากชิ้นงานที่มอบหมาย
3. มีความสามารถในการประเมินความรู้ ความสามารถของตนเองและกำหนดเป้าหมายในการพัฒนาตนเองได้	<ul style="list-style-type: none"> - มอบหมายงานให้ผู้เรียนทุกคนได้วิเคราะห์ตนเอง กำหนดเป้าหมายในการพัฒนาตนเองโดยนำความรู้และหลักการทางวิชาการที่ได้รับไปประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาสุขภาพกาย การออกกำลังกาย อาหารและโภชนาการ การเลือกชื้อยาและสมุนไพร การดูแลสุขภาพจิต รวมทั้งอาหารที่เหมาะสมสำหรับวัยต่างๆ 	- ประเมินผลการพัฒนาตนเองและชิ้นงานที่มอบหมาย

4. ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ

ผลการเรียนรู้	กลยุทธ์การสอน	กลยุทธ์การประเมินผล
1. ความเป็นผู้นำ ผู้ตามและกล้าคิดกล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้อง	<ul style="list-style-type: none"> - ส่งเสริมให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็น กล้าแสดงออก - เข้าใจบทบาทความเป็นผู้นำและสมาชิกกลุ่ม 	<ul style="list-style-type: none"> - ประเมินโดยการสังเกตพฤติกรรมระหว่างการเรียนรู้ โดยผู้สอน ผู้เรียนและสมาชิกกลุ่ม
2. มีความสามารถในการปรับตัว ควบคุมอารมณ์ตนเองได้อย่างเหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> - ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นระหว่างการเรียนรู้ได้อย่างเหมาะสม - รวมถึงส่งเสริมให้ผู้เรียนปรับตัวตามบทบาทความเป็นผู้นำและสมาชิกกลุ่ม 	<ul style="list-style-type: none"> - ประเมินโดยการสังเกตพฤติกรรมระหว่างการเรียนรู้ โดยผู้สอน ผู้เรียนและสมาชิกกลุ่ม

<p>3. ปฏิบัติตนตามบทบาทหน้าที่ในการเป็นพลเมืองที่ดี และสามารถเป็นที่พึ่งของตนเองและสังคมได้</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ส่งเสริมให้ผู้เรียนมีความรับผิดชอบต่อบทบาทและหน้าที่ของผู้นำและสมาชิกกลุ่ม - ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในกลุ่มและระหว่างกลุ่ม - รวมถึงแสดงความคิดเห็นตามบทบาทในระหว่างเรียน - เพื่อเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตในสังคม เช่น - การดูแลตนเองเกี่ยวกับกฎหมายคุ้มครองผู้บริโภค 	<ul style="list-style-type: none"> - ประเมินโดยการสังเกตพฤติกรรมระหว่างการเรียน โดยผู้สอน ผู้เรียนและสมาชิกกลุ่ม
---	---	---

5. ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ

ผลการเรียนรู้	กลยุทธ์การสอน	กลยุทธ์การประเมินผล
<p>1. มีทักษะการใช้ภาษาในการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้พัฒนาทักษะการสื่อสารทั้งการฟัง การพูด และการเขียน 	<ul style="list-style-type: none"> - ประเมินโดยการสังเกตพฤติกรรมระหว่างการเรียน - ประเมินผลจากชิ้นงานที่มอบหมาย
<p>2. มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศได้อย่างเหมาะสม</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ศึกษาค้นคว้าข้อมูลและบทเรียนด้วยตนเอง - โดยเลือกใช้เทคโนโลยีสารสนเทศจากแหล่งต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม 	<ul style="list-style-type: none"> - ประเมินผลจากชิ้นงานที่มอบหมาย
<p>3. มีทักษะในการคิดวิเคราะห์เชิงคณิตศาสตร์และสถิติ เก็บรวบรวมข้อมูลและนำเสนอข้อมูล</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ศึกษาค้นคว้าข้อมูลด้วยตนเอง คิดวิเคราะห์ข้อมูลจากแหล่งต่าง ๆ และนำเสนอข้อมูลได้อย่างเหมาะสม 	<ul style="list-style-type: none"> - ประเมินโดยการสังเกตพฤติกรรมระหว่างการเรียน - ประเมินผลจากชิ้นงานที่มอบหมาย

หมวดที่ 5 แผนการสอนและการประเมินผล

1. แผนการสอน

ลำดับ ครั้งที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน	สื่อที่ใช้	ผู้สอน
1	<ul style="list-style-type: none"> - แนะนำรายวิชา วิธีการเรียน การวัดและประเมินผล - การวิเคราะห์ดัชนีมวลกาย - การวิเคราะห์เพื่อพัฒนาสุขภาพกายตนเอง 	3	<ul style="list-style-type: none"> - การแนะนำรายวิชาการอธิบาย อภิปราย - ชักถามพูดคุยกับผู้เรียน - กิจกรรมวิเคราะห์ตนเอง - หาค่า BMI และ WHR 	<ul style="list-style-type: none"> - YRU e-learning วิชาอยู่ดี กินดี มีสุข https://elearning.yru.ac.th/home/course/view.php?id=2580 - เอกสารประกอบการสอน - powerpoint 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผศ.ดร.จรรย์ภรณ์ มาสวัสดิ์ 2. อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์ 3. อ.ดร.สิทธิพงศ์ สาธะวงศ์ 4. อ.สาธิตา โตะหะ

2	<p>หน่วยที่ 1 การเสริมสร้างสุขภาพกายและสุขภาพจิต</p> <ul style="list-style-type: none"> - ความหมายของสุขภาพกาย - การวางแผนพัฒนาสุขภาพกาย - ความหมายของสุขภาพจิต - สาเหตุ อาการ การดูแลปัญหาจิตใจและอารมณ์ 	3	<ul style="list-style-type: none"> - นำเสนอสื่อการสอนการดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิต อภิปราย ชักถามกับผู้เรียน - กิจกรรมวิเคราะห์และวิธีการพัฒนาสุขภาพทางกาย - กิจกรรมวิเคราะห์ตนเอง (สุขภาพจิต ความเครียด) 	<ul style="list-style-type: none"> - YRU e-learning วิชาอยู่ดี กินดี มีสุข https://elearning.yru.ac.th/home/course/view.php?id=2580 - เอกสารประกอบการสอน - powerpoint - สื่อการสอน การดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิต 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผศ.ดร.จริยาภรณ์ มาสวัสดิ์ 2. อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์ 3. อ.ดร.สิทธิพงศ์ สาธะวงค์ 4. อ.สาริตา โตะหะ
3	<p>หน่วยที่ 2 อาหารสำหรับผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง</p> <ul style="list-style-type: none"> - แนวคิด สาเหตุ อาการ และการดูแลอาหารสำหรับผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน) 	3	<ul style="list-style-type: none"> - นำเสนอสื่อการสอนโรคไม่ติดต่อเรื้อรังและอาหารเฉพาะโรค อภิปราย ชักถามกับผู้เรียน 	<ul style="list-style-type: none"> - YRU e-learning วิชาอยู่ดี กินดี มีสุข https://elearning.yru.ac.th/home/course/view.php?id=2580 - เอกสารประกอบการสอน - powerpoint - สื่อการสอน โรคไม่ติดต่อเรื้อรังและอาหารเฉพาะโรค 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผศ.ดร.จริยาภรณ์ มาสวัสดิ์ 2. อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์ 3. อ.ดร.สิทธิพงศ์ สาธะวงค์ 4. อ.สาริตา โตะหะ
4	<p>หน่วยที่ 2 อาหารสำหรับผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (ต่อ)</p> <ul style="list-style-type: none"> - แนวคิด สาเหตุ อาการและการดูแลอาหารสำหรับผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (โรคหัวใจ โรคไต) 	3	<ul style="list-style-type: none"> - นำเสนอสื่อการสอนโรคไม่ติดต่อเรื้อรังและอาหารเฉพาะโรค อภิปราย ชักถามกับผู้เรียน - กิจกรรมจัดทำรายการอาหารเฉพาะโรคสำหรับผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง 	<ul style="list-style-type: none"> - YRU e-learning วิชาอยู่ดี กินดี มีสุข https://elearning.yru.ac.th/home/course/view.php?id=2580 - เอกสารประกอบการสอน - powerpoint - สื่อการสอน โรคไม่ติดต่อเรื้อรังและอาหารเฉพาะโรค 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผศ.ดร.จริยาภรณ์ มาสวัสดิ์ 2. อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์ 3. อ.ดร.สิทธิพงศ์ สาธะวงค์ 4. อ.สาริตา โตะหะ
5	<p>หน่วยที่ 3 การช่วยชีวิตเบื้องต้น (CPR) และการปฐมพยาบาล</p> <ul style="list-style-type: none"> - การช่วยชีวิตผู้พลัดหายใจเบื้องต้น (CPR) - การปฐมพยาบาล 	3	<ul style="list-style-type: none"> - เชิญวิทยากรให้ความรู้เรื่องการช่วยชีวิตเบื้องต้น (CPR) อภิปราย ชักถามกับผู้เรียน - กิจกรรมสรุปขั้นตอนการทำ CPR 	<ul style="list-style-type: none"> - YRU e-learning วิชาอยู่ดี กินดี มีสุข https://elearning.yru.ac.th/home/course/view.php?id=2580 - เอกสารประกอบการสอน - powerpoint - เอกสารประกอบการบรรยายและฝึกปฏิบัติของวิทยากร (ขั้นตอนการทำ CPR) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผศ.ดร.จริยาภรณ์ มาสวัสดิ์ 2. อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์ 3. อ.ดร.สิทธิพงศ์ สาธะวงค์ 4. อ.สาริตา โตะหะ

6	<p>หน่วยที่ 4 การใช้ยาและสมุนไพรในการดูแลสุขภาพ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ความหมายของ ยา สมุนไพร ผลิตภัณฑ์สมุนไพร - ประเภท ประโยชน์และความสำคัญ - - หลักการใช้ยาและสมุนไพรที่ถูกต้อง - - การประยุกต์ใช้สมุนไพรในอาหาร 	3	<ul style="list-style-type: none"> - นำเสนอสื่อการสอนหลักการใช้อย่างกรณศึกษาการใช้สมุนไพรในอาหาร อภิปราย ซักถามกับผู้เรียน - - กิจกรรมวิเคราะห์และแก้ไขปัญหากรณีตัวอย่าง เรื่อง การใช้ยาและสมุนไพรในอาหารท้องถิ่น 	<ul style="list-style-type: none"> - YRU e-learning วิชาอยู่ดี กินดี มีสุข https://elearning.yru.ac.th/home/course/view.php?id=2580 - - เอกสารประกอบการสอน - - powerpoint - สื่อการสอน หลักการใช้ยา - - ตัวอย่างการใช้สมุนไพรในอาหาร 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผศ.ดร.จริยาภรณ์ มาสวัสดิ์ 2. อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์ 3. อ.ดร.สิทธิพงศ์ สาธิตวงค์ 4. อ.สาริตา โตะหะ
7	<p>หน่วยที่ 5 วิทยาศาสตร์ในชีวิตประจำวัน</p> <ul style="list-style-type: none"> - ความเป็นมา ความสำคัญและแนวโน้มของการใช้วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีในชีวิตประจำวัน 	3	<ul style="list-style-type: none"> - ยกตัวอย่างการใช้วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ตั้งประเด็นอภิปราย ซักถามกับผู้เรียน - - กิจกรรมวิเคราะห์การใช้วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีในชีวิตประจำวัน 	<ul style="list-style-type: none"> - YRU e-learning วิชาอยู่ดี กินดี มีสุข https://elearning.yru.ac.th/home/course/view.php?id=2580 - - เอกสารประกอบการสอน - - powerpoint - สื่อการสอน วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีในชีวิตประจำวัน 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผศ.ดร.จริยาภรณ์ มาสวัสดิ์ 2. อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์ 3. อ.ดร.สิทธิพงศ์ สาธิตวงค์ 4. อ.สาริตา โตะหะ
8	<p>หน่วยที่ 5 วิทยาศาสตร์ในชีวิตประจำวัน (ต่อ)</p> <ul style="list-style-type: none"> - - ผลกระทบของการใช้วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่มีต่อสิ่งแวดล้อม 	3	<ul style="list-style-type: none"> - นำสื่อการสอนผลกระทบการใช้วิทยาศาสตร์ที่มีต่อสิ่งแวดล้อม กำหนดประเด็นอภิปราย ซักถามกับผู้เรียน - - กิจกรรมกลุ่มวิเคราะห์ผลกระทบการใช้วิทยาศาสตร์ที่มีต่อสิ่งแวดล้อม 	<ul style="list-style-type: none"> - YRU e-learning วิชาอยู่ดี กินดี มีสุข https://elearning.yru.ac.th/home/course/view.php?id=2580 - - เอกสารประกอบการสอน - - powerpoint - สื่อการสอน ผลกระทบของวิทยาศาสตร์ต่อสิ่งแวดล้อม 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผศ.ดร.จริยาภรณ์ มาสวัสดิ์ 2. อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์ 3. อ.ดร.สิทธิพงศ์ สาธิตวงค์ 4. อ.สาริตา โตะหะ
9	<p>หน่วยที่ 6 อาหารและคุณค่าทางโภชนาการ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ความหมายของอาหาร สารอาหาร - อาหาร 5 หมู่ 	3	<ul style="list-style-type: none"> - การบรรยาย นำเสนอสื่อการสอนเรื่องอาหาร อภิปราย ซักถามกับผู้เรียน - - กิจกรรมวิเคราะห์ประเภทของสารอาหาร 	<ul style="list-style-type: none"> - YRU e-learning วิชาอยู่ดี กินดี มีสุข https://elearning.yru.ac.th/home/course/view.php?id=2580 - - เอกสารประกอบการสอน - - powerpoint - สื่อการสอนเรื่องอาหาร 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผศ.ดร.จริยาภรณ์ มาสวัสดิ์ 2. อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์ 3. อ.ดร.สิทธิพงศ์ สาธิตวงค์ 4. อ.สาริตา โตะหะ

10	ติดตามและนำเสนอความก้าวหน้างานกลุ่ม โรคไม่ติดต่อเรื้อรังและอาหารเฉพาะโรค				
11	<p>หน่วยที่ 6</p> <p>อาหารและคุณค่าทางโภชนาการ (ต่อ)</p> <p>- อาหาร 5 หมู่ (ต่อ)</p> <p>- ธงโภชนาการ</p>	3	<p>- ยกตัวอย่าง ธงโภชนาการ อภิปราย ชักถามกับผู้เรียน</p> <p>- กิจกรรมกลุ่มวิเคราะห์ออกแบอาหารตามธงโภชนาการ</p>	<p>- YRU e-learning วิชาอยู่ดี กินดี มีสุข https://elearning.yru.ac.th/home/course/view.php?id=2580</p> <p>- เอกสารประกอบการสอน</p> <p>- powerpoint</p> <p>- สื่อการสอน ธงโภชนาการ</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผศ.ดร.จริยาภรณ์ มาสวัสดิ์ 2. อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์ 3. อ.ดร.สิทธิพงศ์ สาธะวงศ์ 4. อ.สาริตา โตะหะ
12	<p>หน่วยที่ 7</p> <p>ฉลากอาหารและฉลากโภชนาการ</p> <p>- ความหมาย ความสำคัญ ประเภทของฉลากอาหาร</p>	3	<p>- ยกตัวอย่าง ฉลากอาหาร อภิปราย ชักถามกับผู้เรียน</p> <p>- กิจกรรมวิเคราะห์คุณค่าอาหารจากฉลากโภชนาการ</p>	<p>- YRU e-learning วิชาอยู่ดี กินดี มีสุข https://elearning.yru.ac.th/home/course/view.php?id=2580</p> <p>- เอกสารประกอบการสอน</p> <p>- powerpoint</p> <p>- ตัวอย่าง ฉลากอาหาร</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผศ.ดร.จริยาภรณ์ มาสวัสดิ์ 2. อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์ 3. อ.ดร.สิทธิพงศ์ สาธะวงศ์ 4. อ.สาริตา โตะหะ
13	<p>หน่วยที่ 7</p> <p>ฉลากอาหารและฉลากโภชนาการ (ต่อ)</p> <p>- การอ่านฉลากโภชนาการกับการตัดสินใจเลือกบริโภคอาหาร</p>	3	<p>- ยกตัวอย่าง การอ่านฉลากอาหารสำหรับการเลือกบริโภคที่เหมาะสม อภิปราย ชักถามกับผู้เรียน</p> <p>- กิจกรรมกลุ่มออกแบบตัวอย่างฉลากอาหาร</p>	<p>- YRU e-learning วิชาอยู่ดี กินดี มีสุข https://elearning.yru.ac.th/home/course/view.php?id=2580</p> <p>- เอกสารประกอบการสอน</p> <p>- powerpoint</p> <p>- ตัวอย่าง ฉลากอาหาร</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผศ.ดร.จริยาภรณ์ มาสวัสดิ์ 2. อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์ 3. อ.ดร.สิทธิพงศ์ สาธะวงศ์ 4. อ.สาริตา โตะหะ
14	<p>หน่วยที่ 8</p> <p>สิทธิผู้บริโภคและกฎหมายผู้บริโภค</p> <p>- สิทธิผู้บริโภค</p> <p>- หน้าที่ของผู้บริโภค</p>	3	<p>- การบรรยาย ยกตัวอย่างกรณีศึกษาอภิปราย ชักถามกับผู้เรียน</p> <p>- กิจกรรมวิเคราะห์สิทธิผู้บริโภค</p>	<p>- YRU e-learning วิชาอยู่ดี กินดี มีสุข https://elearning.yru.ac.th/home/course/view.php?id=2580</p> <p>- เอกสารประกอบการสอน</p> <p>- powerpoint</p> <p>- ตัวอย่างกรณีศึกษา สิทธิผู้บริโภค</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผศ.ดร.จริยาภรณ์ มาสวัสดิ์ 2. อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์ 3. อ.ดร.สิทธิพงศ์ สาธะวงศ์ 4. อ.สาริตา โตะหะ

15	หน่วยที่ 8 สิทธิผู้บริโภคและกฎหมายผู้บริโภค (ต่อ) - พระราชบัญญัติอาหารและพระราชบัญญัติที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครองผู้บริโภค - กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับผู้บริโภค	3	- นำเสนอสื่อการสอนตัวอย่างการใช้กฎหมายเกี่ยวกับผู้บริโภค อภิปราย ซักถามกับผู้เรียน - กิจกรรมกลุ่มวิเคราะห์แนวทางการแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับผู้บริโภค	- YRU e-learning วิชาอยู่ที่ กินดี มีสุข https://elearning.yru.ac.th/home/course/view.php?id=2580 - เอกสารประกอบการสอน - powerpoint - สื่อการสอน การใช้กฎหมายผู้บริโภค	1. ผศ.ดร.จริยาภรณ์ มาสวัสดิ์ 2. อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์ 3. อ.ดร.สิทธิพงศ์ สาธะวงศ์ 4. อ.สาริตา โตะหะ
16	การนำเสนอผลงานกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังและอาหารเฉพาะโรค	3	- นำเสนอผลงาน อภิปราย และสรุปประเด็นร่วมกัน	- powerpoint - แผ่นพับ โปสเตอร์ เมนูอาหารตัวอย่างอาหาร - รายงาน	1. ผศ.ดร.จริยาภรณ์ มาสวัสดิ์ 2. อ.ดร.ปิยะรักษ์ ประดับเพชรรัตน์ 3. อ.ดร.สิทธิพงศ์ สาธะวงศ์ 4. อ.สาริตา โตะหะ
17, 18	สอบปลายภาค				

2. แผนการประเมินผลการเรียนรู้

กิจกรรมที่	ผลการเรียนรู้	วิธีการประเมิน	สัปดาห์ประเมิน	สัดส่วนของการประเมินผล
1	ด้านคุณธรรม จริยธรรม 1. มีความรับผิดชอบต่อนตนเองและสังคม 2. มีความซื่อสัตย์สุจริต ขยัน อดทน มีระเบียบวินัย 3. เคารพสิทธิและรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น 4. มีจิตอาสา หรือมีจิตสำนึกสาธารณะ 5. มีความรัก ภูมิใจในความเป็นไทย ศิลปวัฒนธรรมไทย และเห็นคุณค่าภูมิปัญญาท้องถิ่น	- ประเมินพฤติกรรมกรรมการเข้าชั้นเรียน การส่งงาน และการแต่งกายตามระเบียบของมหาวิทยาลัย - ประเมินพฤติกรรมกรรมการทำงานกลุ่ม โดยผู้สอน ผู้เรียน และสมาชิกกลุ่ม	ตลอดภาคการศึกษา	15
2	ด้านความรู้ 1. มีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับหลักการและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง 2. สามารถวิเคราะห์ความรู้อย่างเป็นระบบ 3. สามารถนำความรู้ ไปประยุกต์ใช้ได้ อย่างเหมาะสม 4. สามารถบูรณาการความรู้กับศาสตร์ต่าง ๆ ไปใช้ได้ อย่างเหมาะสม	- ประเมินผลจากชิ้นงานที่ได้รับมอบหมาย - ประเมินพฤติกรรมระหว่างการทำงานกลุ่ม และการฝึกปฏิบัติ - ประเมินผลจากการสอบปลายภาค	ตลอดภาคการศึกษา	25

3	ด้านทักษะทางปัญญา 1. วิเคราะห์ปัญหา ประเมินทางเลือกเสนอวิธีแก้ปัญหาและตัดสินใจได้อย่างเหมาะสม 2. มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ เพื่อสร้างประโยชน์ต่อตนเองและสังคมได้ 3. มีความสามารถในการประเมินความรู้ความสามารถของตนเองและกำหนดเป้าหมายในการพัฒนาตนเองได้	- ประเมินผลจากชิ้นงานที่ได้รับมอบหมาย - ประเมินผลจากการสอบปลายภาค	ตลอดภาคการศึกษา	25
4	ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ 1. ความเป็นผู้นำ ผู้ตามและกล้าคิดกล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้อง 2. มีความสามารถในการปรับตัว ควบคุมอารมณ์ตนเองได้อย่างเหมาะสม 3. ปฏิบัติตนตามบทบาทหน้าที่ในการเป็นพลเมืองที่ดี และสามารถเป็นที่พึ่งของตนเองและสังคมได้	- ประเมินผลจากชิ้นงานที่ได้รับมอบหมาย - ประเมินพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม โดยผู้สอน ผู้เรียน และสมาชิกกลุ่ม	ตลอดภาคการศึกษา	20
5	ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ 1. มีทักษะการใช้ภาษาในการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2. มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศได้อย่างเหมาะสม 3. มีทักษะในการคิดวิเคราะห์เชิงคณิตศาสตร์และสถิติ เก็บรวบรวมข้อมูลและนำเสนอข้อมูล	- ประเมินผลจากชิ้นงานที่ได้รับมอบหมาย	ตลอดภาคการศึกษา	15

หมวดที่ 6 ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

1. ตำราและเอกสารหลัก

เอกสารประกอบการสอน รายวิชา อยู่ดี กินดี มีสุข

2. เอกสารและข้อมูลสำคัญ

ไม่มี

3. เอกสารและข้อมูลแนะนำ

- ระบบออนไลน์ YRU E-learning วิชา อยู่ดี กินดี มีสุข กศ.บป. 2/2565 (<https://elearning.yru.ac.th/home/course/view.php?id=2580>)
- ชมนาด สิงห์ทันต์. (2561). อาหารบำบัดโรคหรืออาหารเฉพาะโรค ในเอกสารประกอบการสอนสาขาชีวเคมีและโภชนาการ (โภชนาการและโภชนบำบัด). พะเยา : คณะวิทยาศาสตร์การแพทย์ มหาวิทยาลัยพะเยา
- ประณีต ผ่องแผ้วและคณะ. (2539). โภชนาศาสตร์ชุมชน: ในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงภาวะเศรษฐกิจอย่างรวดเร็ว. กรุงเทพฯ ฯ : ลิฟวิ้ง ทรานส์มีเดีย.
- วุฒิพงศ์ ปรมัตถการ และอารี ปรมัตถการ. (2537). วิทยาศาสตร์การกีฬา. กรุงเทพฯ ฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- เสาวนีย์ จักรพิทักษ์. (2532). หลักโภชนาการปัจจุบัน. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ ฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- สุณี ธนาเลิศกุล. (2542). ไขปัญหาสุขภาพ: กินดีอยู่ดี. กรุงเทพฯ ฯ : ริดเดอร์ส ไตเจสท์ (ประเทศไทย).
- อนันต์ อัดชู. (2557). หลักการฝึกกีฬา. กรุงเทพฯ ฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- สำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค. (2562). สิทธิของผู้บริโภค. สืบค้นเมื่อวันที่ 23 เมษายน 2562, จากเว็บไซต์: http://www.ocpb.go.th/news_view.php?id=9764.

- สำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค. (2562). ข้อเสนอแนะสำหรับผู้บริโภค. สืบค้นเมื่อวันที่ 23 เมษายน 2562, จากเว็บไซต์: http://www.ocpb.go.th/news_view.php?id=36.
- สำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค. (2562). สคบ. คุ้มครองผู้บริโภค (ฉบับประชาชน). สืบค้นเมื่อวันที่ 23 เมษายน 2562, จากเว็บไซต์:http://www.ocpb.go.th/download/article/article_20171129110218.pdf.
- สำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค. (2562). พระราชบัญญัติคุ้มครองผู้บริโภค พ.ศ.2522. สืบค้นเมื่อวันที่ 23 เมษายน 2562, จากเว็บไซต์: http://www.ocpb.go.th/download/article/article_20180223100746.pdf.
- สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข. (2562). พระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ.2522. สืบค้นเมื่อวันที่ 23 เมษายน 2562, จากเว็บไซต์: http://taxclinic.mof.go.th/pdf/037COF62_CB0C_E8FC_560C_CB59D45039CE.pdf.
- สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา. (2562). พระราชบัญญัติยา (ฉบับที่ 5) พ.ศ. 2530. สืบค้นเมื่อวันที่ 23 เมษายน 2562, จากเว็บไซต์: http://vet.kku.ac.th/yaopdf/law60_5.pdf.

หมวดที่ 7 การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา

1. กลยุทธ์การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนักศึกษา

การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนักศึกษา ได้จัดกิจกรรมเพื่อนำแนวคิดและความคิดเห็นจากนักศึกษาได้ดังนี้

- การสนทนากลุ่มระหว่างผู้สอนและผู้เรียน
- แบบประเมินผู้สอนในระบบออนไลน์ ของกองบริการการศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา
- ข้อเสนอแนะผ่านระบบออนไลน์ที่ผู้สอนจัดทำขึ้นเพื่อใช้เป็นช่องทางการสื่อสารกับนักศึกษา

2. กลยุทธ์การประเมินการสอน

การประเมินการสอน โดย

- นักศึกษาประเมินผู้สอนในระบบออนไลน์ ของกองบริการการศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา

3. การปรับปรุงการสอน

การปรับปรุงการสอนโดยนำผลการประเมินประสิทธิผลของรายวิชาจากข้อ 1 และกลยุทธ์การประเมินการสอนจากข้อ 2 นำมาปรับปรุงการสอนดังนี้

- จัดกิจกรรมเพื่อระดมความคิดเห็นเพื่อปรับปรุงวิธีการจัดการเรียนการสอนและกิจกรรมรายวิชาให้เหมาะสม

4. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนักศึกษาในรายวิชา

4.1 การทวนสอบมาตรฐานผลการเรียนรู้ขณะนักศึกษายังไม่สำเร็จการศึกษา

2.1.1 การทวนสอบระดับรายวิชา

2.1.1.1 อาจารย์ประจำสัปดาห์สัมมนา สุ่มตรวจผลงานของนักศึกษา

เพื่อตรวจสอบความรู้และการมีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนรู้

2.1.1.2 อาจารย์ประจำวิชาเจาะจงสัมมนานักศึกษาเป็นรายบุคคล

เพื่อตรวจสอบความรู้และการมีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนรู้ ภูมินักศึกษามีผลการเรียนผิดปกติเป็นที่น่าสังเกต

2.1.2 การทวนสอบระดับหลักสูตร

2.1.2.1 ตั้งคณะกรรมการภายในและนอกหลักสูตร ตรวจสอบความถูกต้อง และเหมาะสมของข้อสอบ

2.1.2.2 ตั้งคณะกรรมการภายในหลักสูตร ตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสม

การประเมินผลการเรียนของนักศึกษา โดยตรวจข้อสอบ ผลงาน วิธีการให้คะแนนพฤติกรรม

4.2 การทวนสอบมาตรฐานผลการเรียนรู้หลังจากนักศึกษาสำเร็จการศึกษา

การสัมภาษณ์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และนำผลที่ได้มาปรับปรุงกระบวนการเรียนการสอน การประเมินคุณภาพของหลักสูตร ดำเนินการดังนี้

2.2.1 แต่งตั้งคณะกรรมการจากสาขาวิชาเพื่อดำเนินการทวนสอบ

2.2.2 ใช้เครื่องมือเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลดังต่อไปนี้

2.2.2.1 ภาวะการมีงานทำของบัณฑิต ประเมินจากบัณฑิตแต่ละรุ่นที่จบ การศึกษาในด้านของระยะเวลาในการหางานทำความคิดเห็นด้านคุณธรรมจริยธรรม ด้านความรู้ด้านทักษะทางปัญญา

ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และความรับผิดชอบด้านการสื่อสารและการใช้เทคโนโลยี

2.2.2.2 การสำรวจข้อมูลจากผู้ประกอบการ โดยการขอเข้าสัมภาษณ์หรือการส่ง แบบสอบถาม

เพื่อประเมินความพึงพอใจในบัณฑิตที่จบการศึกษา และเข้า ทำงานในสถานประกอบการนั้น ๆ ทุกปี

2.2.2.3 การประเมินจากบัณฑิตที่ไปประกอบอาชีพในแง่ของความพร้อม ความรู้ จากสาขาวิชาที่เรียน และความรู้ด้านอื่น ๆ ที่กำหนดในหลักสูตร ที่เกี่ยวข้องกับการประกอบอาชีพของบัณฑิต รวมทั้งเปิดโอกาสให้

เสนอข้อคิดเห็นในการปรับปรุงหลักสูตรให้ดียิ่งขึ้นด้วย

2.2.2.4 นำข้อมูลจากข้อ 2.2.2.1-2.2.2.3 มาวิเคราะห์ และเขียนรายงานสรุป

5. การดำเนินการทบทวนและการวางแผนปรับปรุงประสิทธิผลของรายวิชา

ที่มผู้สอนได้ประชุมเพื่อปรับรูปแบบกิจกรรมให้เหมาะกับนักศึกษาแต่ละกลุ่มอย่างสม่ำเสมอ

หมวดอื่นๆ

ไม่มี