

## ประมวลการสอน (Course Syllabus)

ชื่อวิชา	อาหารเพื่อสุขภาพ (Food for Health)		
รหัสวิชา	084101	จำนวนหน่วยกิต	3 (3-0-6)
วิชาบังคับก่อน	ไม่มี		
คณะเภสัชศาสตร์	วิชากลาง ภาควิชาชีวเภสัชศาสตร์เป็นผู้รับผิดชอบหลัก		
ภาคการศึกษา	[ <input checked="" type="checkbox"/> ] ต้น	[ <input type="checkbox"/> ] ปลาย	[ <input type="checkbox"/> ] ฤดูร้อน
ปีการศึกษา	2565		
ชื่อผู้ประสานงานวิชา	1) ภญ.รศ.ดร. นุศรา ปิยะพลรุ่งโรจน์ 2) ภก.ผศ.ดร. ปวีศ วงษ์ประยูร 3) ภญ.ผศ.ดร. ทศวรรณ จิตรวดีนกุล		

### อาจารย์ผู้สอน (ประจำ):

1	ภญ.ผศ.ดร.กัณฑ์รัตน์ ทิวถนอม	tewthanom_k@silpakorn.edu	208265
2	ภญ.รศ.ดร.ชุตินา ลิ้มมัทวาริทธิ์	chutima_lim@windowslive.com	
3	ภญ.ผศ.ดร.ทสมพร สุขวัฒนาสินธิ์	sukwattanasinit_t@silpakorn.edu	208280
4	ภญ.รศ.ดร.นุศรา ปิยะพลรุ่งโรจน์	piyapolrungron_n@silpakorn.edu	208309
5	ภญ.ผศ.ดร.บุญญาภา หวังวัฒนา	wangwattana_b@silpakorn.edu	208264
6	ภก.ผศ.ดร.ปวีศ วงษ์ประยูร	wongprayoon_p@silpakorn.edu	208315
7	ภก.ผศ.ดร.ภาณุพัฒน์ พุ่มพุกักษ์	poompruek_p@silpakorn.edu	208262
8	ภญ.รศ.ระพีพรรณ ฉลองสุข	chalongsuk_r@silpakorn.edu	208311
9	ภญ.รศ.ดร.อวยพร อภิรักษ์อร่ามวง	apirakaramwong_a@silpakorn.edu	208305
10	ภญ.ผศ.ดร.ปารณีย์ มีแต้ม	meetam_p@su.ac.th	208289
11	ภญ.อ.ดร.บุญนดา ภมรปฐมกุล	pamornpathomkul_b@su.ac.th	208291
12	ภญ.อ.ดร.สุภัทสร เพ็งนาม	pengnam_s@su.ac.th	208291

### อาจารย์พิเศษ:

นายสุธรรม จันทร์อ่อน เกษตรกรดีเด่นแห่งชาติ ปรชาษฐ์ชาวบ้านเศรษฐกิจพอเพียง ศูนย์การเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียง

ลักษณะวิชา 084 101 : หมวดวิชาศึกษาทั่วไป กลุ่มวิชาบังคับเลือก กลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์และคณิตศาสตร์

วิชาระดับ ปริญญาบัณฑิต สำหรับหลายหลักสูตร

จำนวนชั่วโมงที่สอนต่อสัปดาห์ 3 คาบ ต่อสัปดาห์ (1 คาบ เท่ากับ 50 นาที)

สถานที่ แบบ online ผ่าน e-learning

วัน-เวลา อังคาร เวลา 13.00-15.40 น.

### เนื้อหารายวิชา(Course description)

ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับความต้องการอาหารของร่างกาย องค์ประกอบอาหาร สุขลักษณะของอาหารกับสุขภาพ อาหารที่ไม่ได้สัดส่วนกับโรค อุปนิสัยการรับประทานอาหารกับสุขภาพ ปัญหาโภชนาการ โรคจากโภชนาการ จากการปนเปื้อน สารอนอมอาหารและบรรจุภัณฑ์ ความปลอดภัยด้านอาหารและการคุ้มครองผู้บริโภค

วัตถุประสงค์รายวิชา เมื่อนักศึกษาได้เรียนวิชานี้แล้วจะสามารถ

1. ตระหนักถึงความสำคัญของการรับประทานอาหารให้ถูกหลักโภชนาการ
2. ตระหนักถึงความปลอดภัยของอาหารที่เลือกบริโภค
3. อภิปรายข้อมูลข่าวสารเรื่องอาหารและผลต่อสุขภาพได้อย่างเหมาะสม โดยแสวงหาความรู้จากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือ
4. ตัดสินใจเลือกบริโภคอาหารได้อย่างรู้เท่าทันข้อมูลข่าวสาร บนพื้นฐานความรู้เรื่องอาหารและสุขภาพ ในมิติทางการแพทย์แผนปัจจุบัน การแพทย์ทางเลือก อิทธิพลทางสังคมและวัฒนธรรม

#### วิธีจัดการเรียนการสอน

1. VDO การบรรยายผ่านระบบ e-learning เพื่อใช้ทบทวนบทเรียนในภายหลังได้
2. การระดมสมองและการอภิปรายกรณีศึกษาในชั้นเรียนผ่านระบบออนไลน์
3. การเรียนรู้แบบแสวงหาความรู้ได้ด้วยตนเอง (Self-directed learning) โดยการทำแบบฝึกหัดใน e-learning
4. งานกิจกรรมสืบค้นข้อมูล

#### สื่อการเรียนการสอน

1. สื่อนำเสนอในรูปแบบ PowerPoint และ Video
2. E-learning ที่ <http://www.elearning.su.ac.th/> หรือ เข้าจาก SU web portal โดยกดเลือก SU-elearning และเลือกรายวิชา
  - 084101/SU115 บรรยาย : อาหารเพื่อสุขภาพ (FOOD FOR HEALTH)
  - 084101/SU115 สอบออนไลน์ : อาหารเพื่อสุขภาพ (FOOD FOR HEALTH)

จากนั้นกด enroll me หากมีปัญหาการเข้าใช้ e-learning ของรายวิชา ติดต่อเจ้าหน้าที่ศูนย์คอมพิวเตอร์ของแต่ละวิทยาเขต

#### การวัดผลการเรียน

1. การสอบข้อเขียน 2 ครั้ง ปรนัย 4 ตัวเลือกรวมเป็น **73.17%**
  - 1.1) สอบกลางภาค คิดเป็น 33.29%
  - 1.2) สอบปลายภาค คิดเป็น 39.88%
2. งานกลุ่ม/งานเดี่ยว/กิจกรรมในห้องเรียน **7.13%**
  - 2.1) งานมอบหมายในหัวข้อสอน ทำส่งในห้องเรียน หรือส่งเข้า e-learning ในเวลาที่กำหนด
3. งานกิจกรรมสืบค้นข้อมูล **20.00%**

ส่งงานที่ได้รับมอบหมายตรงเวลา ใส่ชื่อสมาชิกที่เข้าร่วมกิจกรรมในกลุ่มจริง **งด**ใส่ชื่อผู้ที่ขาดกิจกรรม

#### เกณฑ์การประเมินผล

คะแนน (ร้อยละ)	เกรด
ร้อยละ 75	A
70-74	B <sup>+</sup>
65-69	B
55-64	C <sup>+</sup>
50-54	C
45-49	D <sup>+</sup>
35-44	D
ต่ำกว่า 35	F

## การประเมินการสอน

ประเมินความพึงพอใจของนักศึกษาต่อการจัดการเรียนการสอนของรายวิชา โดยการตอบแบบสำรวจผ่านระบบลงทะเบียน on-line ของมหาวิทยาลัยเมื่อสิ้นสุดภาคการศึกษา และประเมินหัวข้อย่อยเมื่อจบการบรรยายในบางหัวข้อ

## รายชื่อหนังสือ ตำราและเอกสารประกอบการสอนและการค้นคว้าเพิ่มเติม (ตัวอย่าง)

1. สุณีย์ เตชะอารณกุล (บรรณาธิการ) ตำรา อาหารเพื่อสุขภาพ ฉบับพิมพ์ครั้งที่ 5 พ.ศ. 2561: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยศิลปากร
2. สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข <http://nutrition.anamai.moph.go.th/main.php?filename=index>
3. กระทรวงสาธารณสุข. กรมอนามัย. สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ. ข้อกำหนดด้านสุขาภิบาลอาหาร สำหรับร้านอาหาร [อินเทอร์เน็ต]. นนทบุรี: สำนัก; c2560 [เข้าถึงเมื่อ 20 มิถุนายน 2560]. เข้าถึงได้จาก: <http://foodsafety.moph.go.th/main.php?filename=restaurant>
4. สำนักคุณภาพและความปลอดภัยอาหาร. รายงานผู้บริโภคและแจ้งเตือนภัยด้านอาหาร ปีงบประมาณ 2555-2562, <http://bqsfdmsc.moph.go.th/bqsfdmscWeb/index.php/consumer-report-2555-2560/>
5. กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์. กระทรวงสาธารณสุข. ศูนย์ข้อมูลความปลอดภัยด้านอาหาร. ข้อมูลด้านความปลอดภัยของอาหาร. [http://webdb.dmsc.moph.go.th/ifc\\_food/inc\\_001\\_000.asp?counterSP=2](http://webdb.dmsc.moph.go.th/ifc_food/inc_001_000.asp?counterSP=2)
6. สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา - กระทรวงสาธารณสุข พระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. 2522 ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2562. [www.fda.moph.go.th/sites/food/law1/food\\_law.pdf](http://www.fda.moph.go.th/sites/food/law1/food_law.pdf)
7. วนิดา คุ่มอนวงศ์. กินดีตามธาตุ. กรุงเทพฯ :Health and Cuisine ปี 2550.
8. ฉัตรภา หัตถโกศล. อาหารต้านโรค. กรุงเทพมหานคร: สยาม เอ็ม แอนด์ บี พับลิชชิง; 2548.
9. สมาคมรังสีรักษาและมะเร็งวิทยาแห่งประเทศไทย, ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับโรคมะเร็ง. 2010. (21 พค. 2553) available from <http://thastro.org>
10. โกสินทร์ แจ่มเพชรรัตน์. ปฏิบัติการแปลงโฉม. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: ณ เพชรสำนักพิมพ์; 2548.
11. กฤษดา ศิรามพุช. Obesity ทำอย่างไรให้ห่างไกลจากโรคอ้วน. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ไกล้ม; 2548.
12. สุพัฒน์ อรรถธรรม Pocket K. ศูนย์ข้อมูลเทคโนโลยีชีวภาพและความปลอดภัยทางชีวภาพ KU/BIOTEC มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ปี 2545.<http://www.pbs.org/wgbh/harvest/>
13. Lack, G., Clinical risk assessment of GM foods. Toxicol Lett, 2002. 127(1-3): p. 337-40.
14. P. Coppens, M. Fernandes da Silva, S. Pettman, 2006. European regulations on nutraceuticals, dietary supplements and functional foods: A framework based on safety. Toxicology 221: 59-74.
15. K.M. Babu, M.A. McCormick, S.B. Bird, 2005. Pediatric Dietary Supplement Use—An Update . Clinical Pediatric Emergency Medicine, 6: 85-92.
16. B.H. Ashar, A.Rowland-Seymour, 2008. Advising Patients Who Use Dietary Supplements . The American Journal of Medicine, 121: 91-97.

กำหนดการเรียนการสอน 084101รายวิชาอาหารเพื่อสุขภาพ  
เรียนทุกวันอังคารเวลา 13.00-15.40 น. ผ่านระบบออนไลน์

## 1. แผนการสอน

ว/ด/ป	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวนคาบ	กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	อ.ผู้สอน	การวัดผล
5 ก.ค. 65	1. แนะนำรายวิชา	3	บรรยายประกอบสไลด์	นุศรา ปวีริศ	ไม่มีการวัดผล
12 ก.ค. 65	2. ความสัมพันธ์ อาหารและสุขภาพ	1	บรรยายประกอบสไลด์/ VDO	นุศรา	สอบ 2.16%
	3. อาหาร : ความหมายทางสังคมและวัฒนธรรม	2	บรรยาย งานมอบหมาย	ภาณุพัฒน์	สอบ 3.02% กิจกรรม 1.29%
19 ก.ค. 65	4. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับสารอาหารและบทบาทสำคัญ ต่อการทำงานของร่างกาย	3	บรรยายประกอบสไลด์	นุศรา	สอบ 6.49%
<b>ตรวจสอบหมายเลขกลุ่มในระบบ e-learning</b>					
26 ก.ค. 65	5. หลักโภชนาการ และ โภชนาการ สำหรับวัย ต่างๆ สตรีมีครรภ์และผู้ป่วยโรคเรื้อรัง	3	บรรยายประกอบสไลด์/ VDO	นุศรา	สอบ 6.49%
2 ส.ค. 65	6. อาหารต้านมะเร็งและประโยชน์ของการกินผักผลไม้ และธัญพืชต่างๆ	2	บรรยาย และกิจกรรมระบุส่วนประกอบที่มีสารต้าน มะเร็ง และชื่อสารต้านมะเร็งในส่วนประกอบแต่ละอย่าง จากรายการอาหารที่กำหนดให้	กรัณท์รัตน์	สอบ 3.46% กิจกรรม 0.86%
	7. แนะนำการทำกิจกรรมสืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับอาหาร และสุขภาพ	1	อธิบายหลักการสืบค้นข้อมูล ตารางงานและแจ้งเกณฑ์ การประเมินผล	ปวีริศ	ไม่มีการวัดผล
9 ส.ค. 65	8. สมุนไพรที่เป็นอาหาร	1.5	บรรยายและตอบคำถามท้ายคาบเรียนเป็นกิจกรรม รายบุคคลใน google form	ทสมพร	สอบ 2.59% กิจกรรม 0.65%
	9. กินอาหารตามธาตุ	1.5	บรรยายและทำแบบสอบถามหาธาตุเจ้าเรือนและ หา เมนูอาหารที่เหมาะสมกับตัวเอง (กิจกรรมรายบุคคล)	บุญญาภา	สอบ 2.59% กิจกรรม 0.65%
16 ส.ค. 65	10. ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพและความงาม	3	1. บรรยายประกอบสไลด์/ VDO 2. วิเคราะห์กรณีศึกษา โดยใช้ความรู้ที่ได้รับจากการฟัง บรรยาย	ชุติมา	สอบ 6.49%

ว/ด/ป	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวนคาบ	กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	อ.ผู้สอน	การวัดผล
<b>สอบกลางภาควันอังคารที่ 30 ส.ค. 65 เวลา 13.00-15.00 น. หัวข้อที่ 2-10 รวม 17 คาบ ยกเว้นหัวข้อที่ 7</b>					
6 ก.ย. 65	11. โรคอ้วน อาหารขยะและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดความอ้วน	3	บรรยายประกอบสไลด์/VDO	อวยพร	สอบ 6.49%
13 ก.ย. 65	12. อาหารปนเปื้อนเชื้อและสุขาภิบาลอาหาร	2	บรรยายประกอบสไลด์/VDO งานมอบหมาย	ปารณีย์	สอบ 3.89% กิจกรรม 0.43%
	13. พืชและสัตว์ที่มีสารพิษตามธรรมชาติ	1	บรรยายประกอบสไลด์/VDO	ปารณีย์	สอบ 2.16%
20 ก.ย. 65	14. อาหารดัดแปรพันธุกรรม	2	บรรยายประกอบสไลด์ งานมอบหมาย	สุภัสสร	สอบ 3.03% กิจกรรม 1.30%
	15. กิจกรรมอภิปรายข่าวสารด้านอาหารและสุขภาพ	1	กิจกรรมสืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับอาหารและสุขภาพ		ประเมินผลในชิ้นงาน มอบหมายตาม กำหนดส่งงาน
27 ก.ย. 65	16. วัตถุเจือปนอาหาร	3	1. บรรยายประกอบสไลด์/VDO 2. กิจกรรมมอบหมายหลังคาบเรียน (เดี่ยว)	ปวีศ	สอบ 4.54% กิจกรรม 1.95%
4 ต.ค. 65	17. สารเคมีปนเปื้อน/สารตกค้างในอาหาร	3	บรรยายประกอบสไลด์/VDO	บุณณา	สอบ 6.49%
11 ต.ค. 65	19. อาหารธรรมชาติและเกษตรอินทรีย์แบบภูมิปัญญาท้องถิ่น	3	บรรยายประกอบสไลด์/VDO	สุธรรม*	สอบ 6.49%
18 ต.ค. 65	20. งานคุ้มครองผู้บริโภคด้านอาหาร	3	1. บรรยายประกอบสไลด์ 2. วิเคราะห์กรณีศึกษาและแบบฝึกหัดให้เข้าไปทำใน e-learning ในช่วงเวลาที่กำหนด	ระพีพรรณ	สอบ 6.49%
<b>สอบปลายภาคอังคารที่ 1 พ.ย. 65 เวลา 13.00-15.00 น. เนื้อหาหัวข้อที่ 11-20 รวม 20 คาบ ยกเว้นหัวข้อ 15</b>					

\*อาจารย์พิเศษ

## ตาราง งานกิจกรรมสืบค้นข้อมูล รายวิชาอาหารเพื่อสุขภาพ ภาคต้น ปีการศึกษา 2565

เรื่อง	วันที่	รายละเอียด
แนะนำชิ้นงาน มอบหมาย	2 ส.ค. 65	มอบหมายงานในคลาส พร้อมอธิบาย - หลักการ ที่มาของชิ้นงาน (อธิบายเชื่อมโยง CLOs) - ลักษณะ รูปแบบงาน (แนะนำหลักการสืบค้นเบื้องต้น การติดต่ออาจารย์กรณีมีข้อสงสัย) - กำหนดการส่ง (มอบ timeline และตกลงทำความเข้าใจ) - มอบหมายหัวข้อ ตามกลุ่ม (ให้หัวข้อ พร้อมชื่อ อ.ที่ปรึกษา) - เกณฑ์การให้คะแนน (มอบ rubric ตกลงทำความเข้าใจ)
กิจกรรมอภิปราย ข่าวสารด้านอาหารและ สุขภาพ	20 ก.ย. 65	คาบ 15 สำหรับนศ.อภิปรายข้อมูลที่ได้สืบค้นร่วมกันภายในกลุ่มของตนเอง
ส่งงานมอบหมาย	4 ต.ค. 65	ส่งงานทาง e-learning เพียงหนึ่งไฟล์เท่านั้น
ประเมินสมาชิกกลุ่ม	4-18 ต.ค. 65	ประเมินการมีส่วนร่วมและความรับผิดชอบของสมาชิกในกลุ่มผ่านแบบฟอร์มออนไลน์

## เกณฑ์การให้คะแนน กิจกรรมสืบค้นข้อมูลข่าวสารเรื่องอาหารกับสุขภาพ

คะแนนรวม 40 คะแนน (คิดเป็น 20% ของคะแนนทั้งรายวิชา) แบ่งเป็น

**A. ประเมินโดยอาจารย์ (35 คะแนน)**

คะแนนทั้งหมด สามารถแบ่งเป็นประเด็นดังต่อไปนี้

- ความรับผิดชอบ (การส่งงาน ความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบในกลุ่ม) 11.5 คะแนน
- การอภิปรายอย่างเหมาะสม (ทักษะการอภิปราย การมีส่วนร่วมในกลุ่ม) 12.5 คะแนน
- การสืบค้นและชิ้นงาน (ทักษะการสืบค้น คุณภาพเนื้อหา) 16 คะแนน

**B. ประเมินโดยนักศึกษาด้วย google form (5 คะแนน)** (ความรับผิดชอบ และการมีส่วนร่วมในงานกลุ่ม) เนื่องจากนักศึกษา

ได้ปฏิบัติงานกลุ่มร่วมกันตลอด จึงมีโอกาประเมินสมาชิกในกลุ่มอย่างละเอียด **ผู้ที่ไม่เข้าทำประเมินภายในเวลาที่กำหนด**

**คะแนนส่วนนี้จะกลายเป็น 0 (ศูนย์) โดยอัตโนมัติ** เพราะแสดงถึงความไม่รับผิดชอบ และการไม่มีส่วนร่วมในกลุ่ม

## หมวดที่ 4 การพัฒนาผลการเรียนรู้ของนักศึกษา

## 1. ด้านคุณธรรม จริยธรรม : (2) ตรงต่อเวลาและมีความรับผิดชอบ

วิธีการสอน: กำหนดข้อปฏิบัติเรื่อง การเข้าห้องเรียน การส่งงานตรงเวลา ความรับผิดชอบในการทำงานกลุ่มและทำแบบฝึกหัดใน e-learning

การประเมินผล: ประเมินจากการส่งงานตรงเวลา และการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมกลุ่ม

## 2. ด้านความรู้ : (3) สามารถนำความรู้ไปใช้ในการดำเนินชีวิต พัฒนาสังคมและสืบสานภูมิปัญญาไทย

วิธีการสอน: ใช้เทคนิคการสอนหลายอย่างคือ บรรยายพร้อมยกตัวอย่าง มอบหมายงานให้ทำ มีการอภิปรายภายในกลุ่ม งานกลุ่มที่มอบหมาย เช่น .

ให้วิเคราะห์กรณีศึกษา โจทย์ปัญหาประเด็นทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับหัวข้อบรรยาย งานสืบค้นข้อมูลข่าวสารอาหารและสุขภาพ

การประเมินผล: การสอบ รายงานของกลุ่ม แบบฝึกหัดใน e-learning

## 3. ด้านทักษะทางปัญญา: (3) รู้จักวิเคราะห์และแก้ปัญหาต่าง ๆ โดยใช้ปัญญา

วิธีการสอน: กระตุ้นให้นักศึกษาคิดวิเคราะห์และอภิปรายภายในกลุ่ม จากสถานการณ์ต่างๆ

การประเมินผล: การสอบโดยใช้คำถามให้นักศึกษาคิดวิเคราะห์ ในงานสืบค้นข้อมูลข่าวสารอาหารและสุขภาพ

## 4. ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ: (4) มีความรับผิดชอบต่อตนเอง สังคม และสิ่งแวดล้อม

วิธีการสอน: จัดให้มีกิจกรรมกลุ่มฝึกความรับผิดชอบต่องานกลุ่ม

การประเมินผล: การส่งงานมอบหมาย

## 5. ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสารการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ: (1) มีความสามารถในการสื่อสารและใช้ภาษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

วิธีการสอน: มีการตั้งคำถามในชั้นเรียนในช่วงการบรรยายและมีการจัดกิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนาทักษะในการสื่อสารกับสมาชิกในกลุ่ม

การประเมินผล: สังเกตการณ์อภิปรายภายในกลุ่มและประเมินจากการใช้ภาษาในการเขียนรายงานของกลุ่ม

มาตรฐานผลการเรียนรู้ ตามกรอบมาตรฐาน คุณวุฒิ	1. คุณธรรม จริยธรรม						2. ความรู้			3. ทักษะทาง ปัญญา				4. ทักษะ ความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคลและ ความรับผิดชอบ				5. ทักษะการวิเคราะห์ เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยี สารสนเทศ			
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	
อาหารเพื่อสุขภาพ		○							●			●					○	●			

### ตอนที่ 3 (ไม่แก่นักศึกษา และ อ.พิเศษ)

เกณฑ์การให้คะแนน (Rubric) กิจกรรมสืบค้นข้อมูลข่าวสารเรื่องอาหารกับสุขภาพ

คะแนนรวม 40 คะแนน (คิดเป็น 20% ของคะแนนทั้งรายวิชา) แบ่งเป็น

**A. ประเมินโดยอาจารย์ (35 คะแนน)** โดยมีการเกณฑ์การให้คะแนน (rubric) แสดงดังตารางที่ 1

- ความรับผิดชอบ (การส่งงาน ความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบในกลุ่ม) 11.5 คะแนน
- การอภิปรายอย่างเหมาะสม (ทักษะการอภิปราย การมีส่วนร่วมในกลุ่ม) 12.5 คะแนน
- การสืบค้นและชิ้นงาน (ทักษะการสืบค้น คุณภาพเนื้อหา) 16 คะแนน

**B. ประเมินโดยนักศึกษาด้วย google form (5 คะแนน)** (ความรับผิดชอบ และการมีส่วนร่วมในงานกลุ่ม) เนื่องจากนักศึกษาได้ปฏิบัติงานกลุ่ม

ร่วมกันตลอด จึงมีโอกาสมติชนในกลุ่อย่างละเอียด **ผู้ที่ไม่เข้าทำประเมินภายในเวลาที่กำหนด คะแนนส่วนนี้จะกลายเป็น 0 (ศูนย์)**

**โดยอัตโนมัติ** เพราะแสดงถึงความไม่รับผิดชอบ ความไม่มีส่วนร่วมในกลุ่ม

คะแนนทั้งหมด สามารถแบ่งเป็นประเด็นดังต่อไปนี้



## ตารางที่ 1. ผลงาน ซึ่งแสดงถึงทักษะการสืบค้นและการอภิปรายภายในกลุ่ม 35 คะแนน

ความรับผิดชอบ (5 คะแนน)						
ประเด็นการให้คะแนน	0 คะแนน	2.5 คะแนน			5 คะแนน	
1. ความรับผิดชอบในการส่งงานมอบหมาย	ไม่ส่งงาน	ส่งงานช้ากว่ากำหนด			ส่งงานตรงตามเวลา	
ทักษะการสืบค้น (10 คะแนน)						
ประเด็นการให้คะแนน	0 คะแนน	1 คะแนน	2 คะแนน	3 คะแนน	4 คะแนน	5 คะแนน
2.1 ทักษะการสืบค้น (ปริมาณ) -เพียงพอ คือมีครบทุกประเด็นสำคัญ	ไม่แสดงแหล่งข้อมูลสืบค้น		แหล่งข้อมูลสืบค้นไม่เพียงพอ			แหล่งข้อมูลสืบค้นเพียงพอ
2.2 ทักษะการสืบค้น (คุณภาพ) สืบค้นจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือ และเหมาะสม (ตัวอย่างความไม่เหมาะสม เอาใจหยาบเป็นแหล่งข้อมูลหรือข้อมูลที่ใส่มาไม่ตรงกับเนื้อหาที่กล่าวถึง)	ไม่แสดงแหล่งข้อมูลสืบค้น	มีเพียงร้อยละ 10 ที่น่าเชื่อถือ/เหมาะสม	ร้อยละ 30 ที่น่าเชื่อถือ/เหมาะสม	ร้อยละ 60 น่าเชื่อถือ/เหมาะสม	ร้อยละ 80 น่าเชื่อถือ/เหมาะสม	ร้อยละ 100 น่าเชื่อถือ/เหมาะสม
ทักษะการอภิปราย (10 คะแนน)						
ประเด็นการให้คะแนน	0 คะแนน	1 คะแนน	2 คะแนน	3 คะแนน	4 คะแนน	5 คะแนน
3.1 ทักษะการอภิปราย (ส่วนความคิดเห็น) ประเมินจาก – เนื้อหาชิ้นงานแสดงให้เห็นถึงการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่ม ไม่ว่าจะมีความคิดเห็นในทิศทางเดียวกันหรือขัดแย้งกันก็ตาม	ไม่แสดงให้เห็นถึงการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่ม (เช่น ระบุในชิ้นงานว่า เห็นด้วย/ไม่เห็นด้วย โดยไม่มีการอธิบายถึงรายละเอียดของความคิดเห็นแต่ละบุคคล)	แสดงให้เห็นถึงการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่มอย่างเล็กน้อย	แสดงให้เห็นถึงการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่มอย่างปานกลาง		แสดงให้เห็นถึงการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่มอย่างมาก	

3.2 ทักษะการอภิปราย (ส่วนเหตุผล) ประเมินจาก - เนื้อหาชิ้นงานแสดงให้เห็นถึงการใช้ เหตุผลประกอบความคิดเห็นตามข้อ	ไม่แสดงเหตุผล ประกอบความ คิดเห็น	แสดงเหตุผล ประกอบความ คิดเห็นในระดับ พอใช้	แสดงเหตุผลประกอบความคิดเห็นใน ระดับดี	แสดงเหตุผลประกอบความคิดเห็นใน ระดับดีมาก
<b>การนำเสนอข้อมูล (10 คะแนน)</b>				
<b>ประเด็นการให้คะแนน</b>	<b>0 คะแนน</b>	<b>1 คะแนน</b>	<b>2 คะแนน</b>	<b>3 คะแนน</b>
4.1. ความซื่อสัตย์ในการนำเสนอข้อมูล การบิดเบือนข้อมูล เช่น เสนอเพียงด้านเดียว	ตรวจสอบพบว่ามีการบิดเบือน ข้อมูล		ไม่พบการบิดเบือนข้อมูล	
4.2. ความซื่อสัตย์ในการนำเสนอข้อมูล การลอกเลียนวรรณกรรม เช่นการตัดแปะข้อความ การลอกรายงานจากกลุ่มอื่น	เนื้อหาในรายงานเกินร้อยละ 50 ได้จากการลอกเลียน วรรณกรรม		ไม่พบการลอกเลียน วรรณกรรม	
4.3 ความสมบูรณ์ของเนื้อหา	เนื้อหาไม่เพียงพอและไม่ ถูกต้อง	เนื้อหาไม่เพียงพอหรือไม่ถูกต้อง		เนื้อหาปริมาณเหมาะสมและ ถูกต้อง
4.4 การเรียบเรียงเนื้อหาและการใช้ภาษา	การเรียบเรียงเนื้อหาและการใช้ภาษาไม่ดี		การเรียบเรียงเนื้อหาและการ ใช้ภาษาพอใช้	การเรียบเรียงเนื้อหาและการ ใช้ภาษาดี

การทบทวนเพื่อปรับปรุงวิธีสอนและระบบการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง

ไม่ทบทวน

ทบทวน โดย

ไม่แก้ไขปรับปรุง

แก้ไขปรับปรุง ดังนี้

การปรับปรุงการสอนจากผลการประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนให้เต็มตามศักยภาพ

ไม่มีการประเมินผลการสอน

มีการประเมินรายวิชาทางระบบเครือข่าย reg.su.ac.th

โดย  ไม่แก้ไขปรับปรุง

แก้ไขปรับปรุง ดังนี้

จากการประเมินรายวิชา ภาคการศึกษาต้น 2564 โดยนักศึกษาจำนวน 495 คนจากจำนวนที่ลงทะเบียน 488 คน (98.59%) พบว่าคะแนนความคิดเห็นเกี่ยวกับอาจารย์ผู้สอน คะแนนการประเมินตนเองของนักศึกษา คะแนนการพัฒนาผลการเรียนรู้จากการเรียนการสอน และคะแนนความเหมาะสมของสภาพแวดล้อมในห้องเรียนและวัสดุอุปกรณ์ประจำห้องเรียน มีค่าเฉลี่ยรวมทั้งหมด 4.19 จากคะแนนเต็ม 5

นักศึกษามีข้อวิพากษ์สำคัญ

การเรียนแบบออนไลน์มีปัญหาในการสื่อสารระหว่างผู้เรียนและผู้สอน

## การปรับปรุงรายวิชา

## 1. การปรับปรุงตามแผน

แผนการปรับปรุงสำหรับภาคการศึกษา/ปีการศึกษา	การปรับปรุงในปีการศึกษา 2565
1. ปรับปรุงเนื้อหาการเรียนการสอนให้ทันสมัย สื่อการเรียนรู้ที่ส่งเสริมผู้เรียนมากขึ้น 2. วางแผนแนวทางการสื่อสารกับนักศึกษาให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น  3. พิจารณาการสอนแบบ Live streaming เพิ่มขึ้น	1. ดำเนินการปรับปรุงทุกหัวข้อ 2. ดำเนินการปรับปรุงการประกาศบน elearning และช่องทางอื่น ๆ เช่น regsu, LINE Openchat 3. ผู้สอนพิจารณา live streaming ในบางหัวข้อ

มีการปรับปรุงการจัดการเรียนการสอนเพิ่มเติมจากแผน ดังนี้

- เปลี่ยนแปลงผู้สอนหัวข้อ “อาหารดัดแปรสุขภาพ” จาก ภก.ผศ.ดร.ปวีศ วงษ์ประยูร เป็น ภญ.อ.ดร.สุภัทสร เพ็ญนาม เปลี่ยนแปลงผู้สอนหัวข้อ “สารเคมีปนเปื้อน/สารตกค้างในอาหาร” จาก ภก.ผศ.ดร.ปฐินทร์ เจริญสุขไส เป็น ภญ.อ.ดร.บุณณดา ภูมิปฐมกุล
- ปรับปรุงงานมอบหมายหัวข้อ “อาหารปนเปื้อนเชื้อและสุขาภิบาลอาหาร”

โครงการหรือกิจกรรมที่สนับสนุนการพัฒนาหลักสูตรและการเรียนการสอน ซึ่งบุคคลองค์กรและชุมชนภายนอกมีส่วนร่วม

- มีหัวข้อ อาหารธรรมชาติและเกษตรอินทรีย์แบบภูมิปัญญาท้องถิ่น

การนำความรู้และประสบการณ์จากการบริการวิชาการและวิชาชีพมาใช้ในการพัฒนาการเรียนการสอน

- นำประสบการณ์ที่ให้คำปรึกษาแก่ผู้ป่วยที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการและอาหารเสริม ที่เภสัชศาลามาแก่นักศึกษาในชั้นเรียนฟัง

มีการนำประสบการณ์การให้บริการวิชาการในฐานะเภสัชกรที่สถานปฏิบัติการเภสัชชุมชน “เภสัชศาลา” ในเรื่อง การใช้วิตามินและเกลือแร่ โภชนาการของผู้ป่วยโรค ต่างๆ เช่น เบาหวาน ไขมันในเลือดสูง มาใช้ในการเรียนการสอน

การนำความรู้เกี่ยวกับงานด้านศิลปวัฒนธรรมมาใช้ในการจัดการเรียนการสอน

- มี 3 หัวข้อ 1) อาหาร : ความหมายทางสังคมและวัฒนธรรม 2) สมุนไพรที่เป็นอาหาร 3) กินอาหารตามธาตุ

2. สื่อที่สนับสนุนการใช้ - Computer & LCD projector & laser Pointer

- 4. การสอนนอกตาราง -ไม่มี
- 5. การสอบนอกตาราง -ไม่มี
- 6. การศึกษานอกสถานที่ -ไม่มี
- 7. การประเมินข้อสอบ -ไม่มี

8. คาบที่สอนโดยอาจารย์พิเศษ 3 คาบ นายสุธรรม จันทร์อ่อน หมอдинอาสาตีเด่น ปราชญ์ชาวบ้านเศรษฐกิจพอเพียงเกษตรกรดีเด่นแห่งชาติ ศูนย์การเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียง เลขที่ 54 หมู่ที่ 10 ต.ทุ่งขวาง อ.กำแพงแสน จ.นครปฐม

#### หมวดที่ 7 การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา

##### 1. กลยุทธ์การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนักศึกษา

การประเมินประสิทธิผลของรายวิชานี้โดยนักศึกษา ใช้ แบบประเมินรายวิชาส่วนผลการเรียนรู้

##### 2. กลยุทธ์การประเมินการสอน

- ผลการเรียนรู้ของนักศึกษามีการประเมินความรู้โดยการสอบข้อเขียนและประเมินผลการเรียนรู้อื่นๆ จากการทำกิจกรรม
- ผลการประเมินผู้สอนจากแบบประเมินรายวิชา

##### 3. การปรับปรุงการสอน

มีการประชุมกลุ่มผู้สอน เพื่อประเมินผลการจัดการเรียนการสอน ปัญหา และแนวทางแก้ไข ร่วมกับข้อเสนอแนะของนักศึกษา นำมาปรับปรุงการจัดการเรียนการสอน

##### 4. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนักศึกษาในรายวิชา

ตามกำหนดของคณะกรรมการทวนสอบผลสัมฤทธิ์

##### 5. การดำเนินการทบทวนและการวางแผนปรับปรุงประสิทธิผลของรายวิชา

จากผลการประเมิน และทวนสอบผลสัมฤทธิ์ประสิทธิผลรายวิชา ได้มีการวางแผนการปรับปรุงการสอน และรายละเอียดรายวิชา เพื่อให้เกิดคุณภาพมากขึ้น ดังนี้

- ปรับปรุงรายวิชาอย่างน้อยทุก 5 ปี