

## ประมวลการสอน (Course Syllabus)

ชื่อวิชา	อาหารเพื่อสุขภาพ (Food for Health)		
รหัสวิชา	084101	จำนวนหน่วยกิต	3 (3-0-6)
วิชาบังคับก่อน	ไม่มี		
คณะเภสัชศาสตร์	วิทยาศาสตร์สุขภาพ		
ภาคการศึกษา	[ ] ต้น	[ <input checked="" type="checkbox"/> ] ปลาย	[ ] ฤดูร้อน
ปีการศึกษา	2566		
ชื่อผู้ประสานงานวิชา	1) รศ.ดร.ภญ.อวยพร อภิรักษ์อร่ามวง 2) อ.ดร.ภญ.สุภัทสร เพ็ญนาม		

## ชื่อผู้สอน

1	ผศ.ดร.ภญ. กรัณธ์รัตน์ ทิวถนอม	tewthanom_k@silpakorn.edu	208265
2	รศ.ดร.ภญ. ชุตินา ลิมมัทวาริรัตน์	limmatvapirat_c@silpakorn.edu	Line: chutima.lim
3	ผศ.ดร.ภญ. ทสมาพร สุขวัฒนาสินิทธิ์	sukwattanasinit_t@silpakorn.edu	208280
4	รศ.ดร.ภญ. นุศรา ปิยะพลรุ่งโรจน์	piyapolrunroj_n@silpakorn.edu	208309
5	ผศ.ดร.ภญ. บุญญาภา หวังวัฒนา	wangwattana_b@silpakorn.edu	208264
6	ผศ.ดร.ภก. ปวีศ วงษ์ประยูร	wongprayoon_p@silpakorn.edu	208315
7	ผศ.ดร.ภก. ภาณุพัฒน์ พุ่มพุกษ์	poompruek_p@silpakorn.edu	208262
8	รศ.ภญ. ระพีพรรณ ฉลองสุข	chalongsuk_r@silpakorn.edu	208311
9	รศ.ดร.ภญ. อวยพร อภิรักษ์อร่ามวง	apirakaramwong_a@silpakorn.edu	208305
10	ผศ.ดร.ภญ. บุณณดา ภมรปฐมกุล	pamornpathomkul_b@su.ac.th	208291
11	อ.ดร.ภญ. สุภัทสร เพ็ญนาม	pengnam_s@su.ac.th	208291
12	อ.ดร.ภก. ไชยกาญจน์ พรพิชมรงค์	pornpitchanaron_c@su.ac.th	

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.

## เนื้อหาวิชา(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 (Old version) และเลือกรายวิชา จากนั้นกด enroll me หากมีปัญหากการเข้าใช้ e-learning ของรายวิชา ติดต่อเจ้าหน้าที่ศูนย์คอมพิวเตอร์ของแต่ละวิทยาเขต

การวัดผลการเรียน

1. การสอบข้อเขียน 2 ครั้ง ปรนัย 4 ตัวเลือกรวมเป็น **73.30%**
  - 1.1) สอบกลางภาค คิดเป็น 39.78%
  - 1.2) สอบปลายภาค คิดเป็น 33.52%
2. งานกลุ่ม/งานเดี่ยว/กิจกรรมในห้องเรียน **6.70%**
  - 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 คุ่มอนวงค์. 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: สำนักพิมพ์ไกล้มหอ; 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 เพื่อให้บรรลุ CLO1 ดังแสดงในตาราง

ว/ด/ป	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวนคาบ	กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	อ.ผู้สอน	การวัดผล
28 พ.ย. 66	1. แนะนำรายวิชา		บรรยายประกอบสไลด์ ซักถามในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับรายวิชา	อวยพร สุภัสสร	ไม่มีการวัดผล
5 ธ.ค. 66 ชุดเขย เสาร์ 2 ธ.ค. 66	2. ความสัมพันธ์ อาหารและสุขภาพ	1	บรรยายประกอบสไลด์ / VDO	นุศรา	สอบ 2.16%
	3. อาหาร : ความหมายทางสังคมและวัฒนธรรม	2	บรรยาย / VDO อภิปรายและสรุปความเห็นของกลุ่มในประเด็นที่กำหนด	ภาณุพัฒน์	สอบ 3.03% กิจกรรม 1.29%
12 ธ.ค. 66	4. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับสารอาหารและบทบาทสำคัญ ต่อการทำงานของร่างกาย	3	บรรยายประกอบสไลด์ / VDO	นุศรา	สอบ 6.48%
19 ธ.ค. 66	5. หลักโภชนาการ และ โภชนาการ สำหรับวัย ต่างๆ สตรีมีครรภ์และผู้ป่วยโรคเรื้อรัง	3	บรรยายประกอบสไลด์ / VDO	นุศรา	สอบ 6.49%
<b>19 ธ.ค. 66 เปิด e-learning ตรวจสอบหมายเลขกลุ่ม</b>					
26 ธ.ค. 66	6. ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพและความงาม	3	1. บรรยายประกอบสไลด์ / VDO 2. วิเคราะห์กรณีศึกษา โดยใช้ความรู้ที่ได้รับจากการฟัง บรรยาย	ชุตินา	สอบ 6.49%
2 ม.ค. 67 ชุดเขย	7. สมุนไพรที่เป็นอาหาร	1.5	บรรยาย / VDO และตอบคำถามท้ายคาบเรียนเป็นกิจกรรม รายบุคคลใน google form	ทสมพร	สอบ 2.59% กิจกรรม 0.65%

ว/ด/ป	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวนคาบ	กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	ผู้สอน	การวัดผล
เสาร์ 13 ม.ค. 66	8. กินอาหารตามธาตุ	1.5	บรรยาย / VDO และทำแบบสอบถามธาตุเจ้าเรือนและหาเมนูอาหารที่เหมาะสมกับตัวเอง (กิจกรรมรายบุคคล)	บุญญาภา	สอบ 2.59% กิจกรรม 0.65%
9 ม.ค. 67	9. โรควุ้น อาหารขยะและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดความอ้วน	3	1. บรรยายประกอบสไลด์ / VDO	อวยพร	สอบ 6.49%
16 ม.ค. 67	10. อาหารต้านมะเร็งและประโยชน์ของการกินผักผลไม้และธัญพืชต่างๆ	2	1. บรรยายประกอบสไลด์ / VDO 2. ระบุส่วนประกอบที่มีสารต้านมะเร็ง และชื่อสารต้านมะเร็งในส่วนประกอบแต่ละอย่าง จากรายการอาหารที่กำหนดให้	กรัณธ์รัตน์	สอบ 3.46% กิจกรรม 0.86%
	11. แนะนำการทำกิจกรรมสืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับอาหารและสุขภาพ	1	อธิบายหลักการสืบค้นข้อมูล ตารางงานและแจ้งเกณฑ์การประเมินผล (สดผ่าน zoom)	ปวีริศ	ไม่มีผลการวัดผล
<b>30 ม.ค. 67</b>					
<b>สอบกลางภาควันอังคาร เวลา 13.00-15.00 น. หัวข้อที่ 2-11 รวม 20 คาบ ยกเว้นหัวข้อที่ 10</b>					
6 ก.พ. 67	12. อาหารปนเปื้อนเชื้อและสุขาภิบาลอาหาร	2	1. บรรยายประกอบสไลด์ / VDO	ไชยกาญจน์	สอบ 4.32%
	13. พืชและสัตว์ที่มีสารพิษตามธรรมชาติ	1	1. บรรยายประกอบสไลด์ / VDO	ไชยกาญจน์	สอบ 2.16%
13 ก.พ. 67	14. อาหารดัดแปรพันธุกรรม	2	บรรยายประกอบสไลด์ มีงานกลุ่ม: ตอบคำถามเชิงอภิปรายว่า “นักศึกษาจะเลือกซื้อและ/หรือบริโภคอาหารดัดแปรพันธุกรรมที่มีขายในท้องตลาดหรือไม่ เพราะเหตุใด”	สุภัทสร	สอบ 3.03% กิจกรรม 1.30%
	15. กิจกรรมอภิปรายข่าวสารด้านอาหารและสุขภาพ	1	กิจกรรมมอบหมาย		ไม่มีผลการวัดผล
20 ก.พ. 67	16. วัตถุเจือปนอาหาร	3	1. บรรยายประกอบสไลด์ / VDO 2. กิจกรรมมอบหมายหลังคาบเรียน (เดี่ยว)	สุภัทสร	สอบ 4.54% กิจกรรม 1.94%
27 ก.พ. 67	17. สารเคมีปนเปื้อน/สารตกค้างในอาหาร	3	1. บรรยายประกอบสไลด์ / VDO	บุญณดา	สอบ 6.49%
5 มี.ค. 67	19. อาหารธรรมชาติและเกษตรอินทรีย์แบบภูมิปัญญาท้องถิ่น	3	1. บรรยายประกอบสไลด์ / VDO	สุธรรม*	สอบ 6.49%
12 มี.ค. 67	20. งานคุ้มครองผู้บริโภคด้านอาหาร	3	1. บรรยายประกอบสไลด์ / VDO	ระพีพรรณ	สอบ 6.49%

ว/ด/ป	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวนคาบ	กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	อ.ผู้สอน	การวัดผล
			2. วิเคราะห์กรณีศึกษาและแบบฝึกหัดให้เข้าไปทำใน e-learning ในช่วงเวลาที่กำหนด		
26 มี.ค. 67 สอบปลายภาควันอังคาร 13.00-15.00 น. เนื้อหาหัวข้อที่ 12-20 รวม 17 คาบ ยกเว้นหัวข้อ 15					

\*อาจารย์พิเศษ

## ตาราง งานกิจกรรมสืบค้นข้อมูล รายวิชาอาหารเพื่อสุขภาพ ภาคต้น ปีการศึกษา 2566

เรื่อง	วันที่	รายละเอียด
แนะนำชิ้นงาน มอบหมาย	9 ม.ค. 67	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	13 ก.พ. 67	คาบ 15 สำหรับนศ.อภิปรายข้อมูลที่ได้สืบค้นร่วมกันภายในกลุ่มของตนเอง
ส่งงานมอบหมาย	27 ก.พ. 67	ส่งงานทาง e-learning เพียงหนึ่งไฟล์เท่านั้น

## เกณฑ์การให้คะแนน (Rubric) กิจกรรมสืบค้นข้อมูลข่าวสารเรื่องอาหารกับสุขภาพ

**ประเมินโดยอาจารย์ (35 คะแนน คิดเป็น 20% ของคะแนนทั้งรายวิชา)**

คะแนนทั้งหมด สามารถแบ่งเป็นประเด็นดังต่อไปนี้

- ความรับผิดชอบ (การส่งงานตรงเวลา) 5 คะแนน
- การอภิปรายอย่างเหมาะสม (ทักษะการอภิปราย การมีส่วนร่วมในกลุ่ม) 10 คะแนน
- การสืบค้นและนำเสนอชิ้นงาน (ทักษะการสืบค้น คุณภาพชิ้นงาน) 20 คะแนน

ตาราง ผลงานซึ่งแสดงถึงทักษะการสืบค้นและการอภิปรายภายในกลุ่ม 35 คะแนน

ความรับผิดชอบ (5 คะแนน)						
ประเด็นการให้คะแนน	0 คะแนน	2.5 คะแนน			5 คะแนน	
1. ความรับผิดชอบในการส่งงานมอบหมาย	ไม่ส่งงาน	ส่งงานช้ากว่ากำหนด แต่ไม่เกิน 2 สัปดาห์			ส่งงานตรงตามเวลา	
ทักษะการสืบค้น (10 คะแนน)						
ประเด็นการให้คะแนน	0 คะแนน	1 คะแนน	2 คะแนน	3 คะแนน	4 คะแนน	5 คะแนน
2.1 ทักษะการสืบค้น (ปริมาณ) -เพียงพอ คือมีครบทุกประเด็นสำคัญ	ไม่แสดง แหล่งข้อมูลสืบค้น		แหล่งข้อมูลสืบค้นไม่เพียงพอ			แหล่งข้อมูลสืบค้น เพียงพอ
2.2 ทักษะการสืบค้น (คุณภาพ) สืบค้นจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือ และเหมาะสม (ตัวอย่างความไม่เหมาะสม เอาใจหยาบเป็นแหล่งข้อมูล หรือข้อมูลที่ใส่มาไม่ตรงกับเนื้อหาที่กล่าวถึง)	ไม่แสดง แหล่งข้อมูลสืบค้น	มีเพียงร้อยละ 10 ที่น่าเชื่อถือ/ เหมาะสม	ร้อยละ 30 ที่ น่าเชื่อถือ/ 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 – เนื้อหาชิ้นงานแสดงให้เห็นถึงการ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่ม ไม่ว่าจะเป็ นความคิดเห็นในทิศทางเดียวกันหรือขัดแย้งกันก็ตาม	ไม่แสดงให้เห็นถึง การแลกเปลี่ยน ความคิดเห็น ภายในกลุ่ม (เช่น ระบุในชิ้นงาน ว่า เห็นด้วย/ไม่เห็น ด้วย โดยไม่มีการ อธิบายถึง รายละเอียดของ ความคิดเห็นแต่ละ บุคคล)	แสดงให้เห็นถึงการ แลกเปลี่ยนความ คิดเห็นภายในกลุ่ม อย่างเล็กน้อย	แสดงให้เห็นถึงการแลกเปลี่ยนความ คิดเห็นภายในกลุ่มอย่างปานกลาง	แสดงให้เห็นถึงการแลกเปลี่ยนความ คิดเห็นภายในกลุ่มอย่างมาก		



3.2 ทักษะการอภิปราย (ส่วนเหตุผล) ประเมินจาก – เนื้อหาชิ้นงานแสดงให้เห็นถึงการใช้ เหตุผลประกอบความคิดเห็นตามข้อ	ไม่แสดงผล ประกอบความ คิดเห็น	แสดงผล ประกอบความ คิดเห็นในระดับ พอใช้	แสดงผลประกอบความคิดเห็นใน ระดับดี	แสดงผลประกอบความคิดเห็นใน 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

## 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 มีกิจกรรมเพื่อสังคม เช่น กิจกรรมสำรวจสุขลักษณะของร้านอาหารในมหาวิทยาลัย

การประเมินผล: และประเมินจากรายงานของกิจกรรมกลุ่มสำรวจสุขลักษณะของร้านอาหาร

## 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)**

การทบทวนเพื่อปรับปรุงวิธีสอนและระบบการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง

ไม่ทบทวน

ทบทวน โดย

ไม่แก้ไขปรับปรุง

แก้ไขปรับปรุง ดังนี้

การปรับปรุงการสอนจากผลการประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนให้เต็มตามศักยภาพ

ไม่มีการประเมินผลการสอน

มีการประเมินรายวิชาทางระบบเครือข่าย reg.su.ac.th

โดย  ไม่แก้ไขปรับปรุง

แก้ไขปรับปรุง ดังนี้

ผลประเมินรายวิชา 084101 ภาคปลาย ปีการศึกษา 2565

## ผลการประเมินการสอนของอาจารย์โดยนักศึกษา

รายวิชา : 084101 : อาหารเพื่อสุขภาพ  
 ภาคการศึกษาที่ : 2/2565  
 ผู้สอน :  
 จำนวนนักศึกษาที่ลงทะเบียน : 146  
 จำนวนนักศึกษาที่กรอกแบบประเมิน : 123 (84.25%)  
 คะแนนเฉลี่ยสะสม :  
 < 2.00 = 4 (3.25%)  
 2.00 - 2.74 = 64 (52.03%)  
 2.75 - 3.24 = 39 (31.71%)  
 3.25 - 4.00 = 16 (13.01%)

ระดับการประเมิน : 5 = มากที่สุด 4 = มาก 3 = ปานกลาง 2 = น้อย 1 = น้อยที่สุด															
No.	รายการ	5	%	4	%	3	%	2	%	1	%	Mean	SD		
<b>ส่วนที่ 1 ความคิดเห็นเกี่ยวกับอาจารย์ผู้สอน</b>															
1	อาจารย์มีแผนการสอน ชัดเจนรัดกุมประสงค์ เกณฑ์การวัดผลและประเมินผลที่ชัดเจนและเหมาะสม	53	43.09	49	39.84	20	16.26	0	0.00	1	0.81	4.24	0.78		
2	อาจารย์สอนครบถ้วนตามแผนการสอน	53	43.09	52	42.28	16	13.01	0	0.00	2	1.63	4.25	0.81		
3	อาจารย์มีสื่อและเอกสารประกอบการสอนมีความเหมาะสมและทันสมัย	47	38.21	55	44.72	20	16.26	0	0.00	1	0.81	4.20	0.76		
4	อาจารย์มีความตรงต่อเวลาในการสอน	49	39.84	55	44.72	18	14.63	0	0.00	1	0.81	4.23	0.76		
5	อาจารย์มีการเตรียมการสอน ความตั้งใจในการสอน	58	47.15	43	34.96	21	17.07	0	0.00	1	0.81	4.28	0.80		
6	อาจารย์สามารถอธิบาย/สรุปเนื้อหาสำคัญของบทเรียนได้ชัดเจน และสำคัญเนื้อหาเป็นขั้นตอน	49	39.84	52	42.28	19	15.45	2	1.63	1	0.81	4.19	0.81		
7	อาจารย์มีวิธีการสอนเหมาะสมกระตุ้นความสนใจเรียนรู้และการคิดวิเคราะห์	41	33.33	58	47.15	23	18.70	0	0.00	1	0.81	4.12	0.76		
8	อาจารย์เปิดโอกาสให้นักศึกษาซักถาม อภิปรายแลกเปลี่ยน เรียนรู้และรับฟังความคิดเห็นของนักศึกษา	46	37.40	57	46.34	18	14.63	1	0.81	1	0.81	4.19	0.77		
9	อาจารย์ส่งเสริมให้นักศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมด้วยตนเองมีการแนะนำเอกสารหนังสือหรือแหล่งข้อมูลอื่น ๆ	48	39.02	56	45.53	16	13.01	2	1.63	1	0.81	4.20	0.79		
<b>รวม</b>		<b>444</b>	<b>40.11</b>	<b>477</b>	<b>43.09</b>	<b>171</b>	<b>15.45</b>	<b>5</b>	<b>0.45</b>	<b>10</b>	<b>0.90</b>	<b>4.21</b>	<b>0.78</b>		
<b>ส่วนที่ 2 นักศึกษาประเมินตนเอง</b>															
1	นักศึกษาเข้าเรียนตรงเวลาและสม่ำเสมอ	42	34.15	51	41.46	26	21.14	3	2.44	1	0.81	4.06	0.85		
2	นักศึกษามีส่วนร่วมในการซักถามและอภิปรายในชั้นเรียน	40	32.52	44	35.77	31	25.20	7	5.69	1	0.81	3.93	0.94		
3	นักศึกษามีการทบทวนและศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง	46	37.40	51	41.46	22	17.89	3	2.44	1	0.81	4.12	0.85		
4	นักศึกษามีความรู้ความเข้าใจในจุดมุ่งหมายและเนื้อหาของรายวิชา	48	39.02	49	39.84	23	18.70	2	1.63	1	0.81	4.15	0.84		
<b>รวม</b>		<b>176</b>	<b>35.77</b>	<b>195</b>	<b>39.63</b>	<b>102</b>	<b>20.73</b>	<b>15</b>	<b>3.05</b>	<b>4</b>	<b>0.81</b>	<b>4.07</b>	<b>0.87</b>		
<b>ส่วนที่ 3 การพัฒนาการเรียนรู้จากการเรียนการสอนวิชานี้</b>															
1	นักศึกษาได้รับการพัฒนาด้านคุณธรรม จริยธรรม (เช่น ความมีวินัย ซื่อสัตย์ เรื่อเพื่อพ่อแม่ มีความรับผิดชอบต่อตนเองและส่วนรวม)	50	40.65	50	40.65	20	16.26	2	1.63	1	0.81	4.19	0.82		
2	นักศึกษาได้รับการพัฒนาด้านความรู้	51	41.46	54	43.90	16	13.01	1	0.81	1	0.81	4.24	0.77		
3	นักศึกษาได้รับการพัฒนาด้านทักษะทางปัญญา (เช่น การคิดวิเคราะห์ อย่างเป็นระบบ การแก้ไขปัญหาเป็นขั้นตอน)	50	40.65	55	44.72	17	13.82	0	0.00	1	0.81	4.24	0.75		
4	นักศึกษาได้รับการพัฒนาทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ (เช่น มีกิจกรรมหรือการทำงานร่วมกัน)	52	42.28	49	39.84	20	16.26	1	0.81	1	0.81	4.22	0.81		
5	นักศึกษาได้รับการพัฒนาทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสารและการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ (เช่น การใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์)	41	33.33	62	50.41	18	14.63	1	0.81	1	0.81	4.15	0.75		
6	นักศึกษาได้รับการพัฒนาทักษะที่สคัญ ปานผลการเรียนไปใช้ปฏิบัติงานอย่างมีคุณภาพ มีประสิทธิภาพและปลอดภัย	48	39.02	55	44.72	18	14.63	1	0.81	1	0.81	4.20	0.78		
<b>รวม</b>		<b>292</b>	<b>39.57</b>	<b>325</b>	<b>44.04</b>	<b>109</b>	<b>14.77</b>	<b>6</b>	<b>0.81</b>	<b>6</b>	<b>0.81</b>	<b>4.21</b>	<b>0.78</b>		
<b>ระดับการประเมิน : 5 = มากที่สุด 4 = มาก 3 = ปานกลาง 2 = น้อย 1 = น้อยที่สุด 0 = ไม่ใช้ในรายวิชานี้</b>															
No.	รายการ	5	%	4	%	3	%	2	%	1	%	0	%	Mean	SD
<b>ส่วนที่ 4 ความเหมาะสมของสภาพแวดล้อมในห้องเรียนและวัสดุอุปกรณ์ประจำห้องเรียน</b>															
1	สภาพแวดล้อมของห้องเรียนหรือสถานที่เรียน (เช่น ขนาดของห้อง เสียงรบกวน แสงสว่าง)	38	30.89	48	39.02	22	17.89	2	1.63	0	0.00	13	10.57	3.67	0.85
2	วัสดุอุปกรณ์ประจำห้องเรียน	42	34.15	41	33.33	24	19.51	2	1.63	0	0.00	14	11.38	3.66	0.89
3	เครื่องมือ วัสดุ/ครุภัณฑ์ ประกอบการเรียนการสอน	40	32.52	44	35.77	24	19.51	3	2.44	0	0.00	12	9.76	3.69	0.87
4	เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร และอุปกรณ์คอมพิวเตอร์ที่ใช้ในการเรียนการสอน	43	34.96	41	33.33	26	21.14	3	2.44	1	0.81	9	7.32	3.77	0.90
<b>รวม</b>		<b>163</b>	<b>33.13</b>	<b>174</b>	<b>35.37</b>	<b>96</b>	<b>19.51</b>	<b>10</b>	<b>2.03</b>	<b>1</b>	<b>0.20</b>	<b>48</b>	<b>9.76</b>	<b>3.70</b>	<b>0.87</b>
<b>รวมทั้งหมด</b>		<b>1075</b>	<b>38.00</b>	<b>1171</b>	<b>41.39</b>	<b>478</b>	<b>16.90</b>	<b>36</b>	<b>1.27</b>	<b>21</b>	<b>0.74</b>	<b>48</b>	<b>1.70</b>	<b>4.10</b>	<b>0.80</b>

## ส่วนที่ 5 ข้อเสนอแนะ

## 1. ข้อเสนอแนะ

- 
- ไม่มีครับ
- -(2)
- สไลด์อาจารย์ไม่ดึงดูดใจหน้าเรียนเลยคะ
- ต้องแจ้งเดือนเมษายนครับ

การปรับปรุงรายวิชา (จากเทอมต้น ปีการศึกษา 2565)

1. การปรับปรุงตามแผน

แผนการปรับปรุงสำหรับภาคการศึกษาปลาย/ปีการศึกษา 2566	การปรับปรุงในเทอมปลาย 2566
1. ปรับปรุงเนื้อหาและสื่อการเรียนการสอนให้ทันสมัย สื่อการเรียนรู้ที่ส่งเสริมผู้เรียนมากขึ้น 2. วางแผนแนวทางการสื่อสาร และแจ้งเตือนกำหนดการต่าง ๆ กับนักศึกษาให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น	

2. มีการปรับปรุงการจัดการเรียนการสอนเพิ่มเติมจากแผน ดังนี้
  - 2.1 ปรับลดกิจกรรมในชั้นเรียน

โครงการหรือกิจกรรมที่สนับสนุนการพัฒนาหลักสูตรและการเรียนการสอน ซึ่งบุคคลองค์กรและชุมชนภายนอกมีส่วนร่วม

- มีหัวข้อ อาหารธรรมชาติและเกษตรอินทรีย์แบบภูมิปัญญาท้องถิ่น

การนำความรู้และประสบการณ์จากการบริการวิชาการและวิชาชีพมาใช้ในการพัฒนาการเรียนการสอน

- นำประสบการณ์ที่ให้คำปรึกษาแก่ผู้ป่วยที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการและอาหารเสริม ที่เกสัชศาลามาเล่าให้นักศึกษาในชั้นเรียนฟัง

มีการนำประสบการณ์การให้บริการวิชาการในฐานะเกสักรที่สถานปฏิบัติการเกสัชชุมชน “เกสัชศาลา” ในเรื่อง การใช้วิตามินและเกลือแร่ โภชนาการของผู้ป่วยโรค ต่างๆ เช่น เบาหวาน ไขมันในเลือดสูง มาใช้ในการเรียนการสอน

การนำความรู้เกี่ยวกับงานด้านศิลปวัฒนธรรมมาใช้ในการจัดการเรียนการสอน

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

2. โสตทัศนูปกรณ์ที่ใช้ - Computer & LCD projector & laser Pointer

4. การสอนนอกตาราง -ไม่มี

5. การสอนนอกตาราง -ไม่มี

6. การศึกษานอกสถานที่ -ไม่มี

7. การประเมินข้อสอบ -ไม่มี

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

#### หมวดที่ 7 การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา

1. กลยุทธ์การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนักศึกษา

การประเมินประสิทธิผลของรายวิชานี้โดยนักศึกษา ใช้ แบบประเมินรายวิชาส่วนผลการเรียนรู้

2. กลยุทธ์การประเมินการสอน

- ผลการเรียนรู้ของนักศึกษาที่มีการประเมินความรู้โดยการสอบข้อเขียนและประเมินผลการเรียนรู้อื่นๆ จากการทำกิจกรรม
- ผลการประเมินผู้สอนจากแบบประเมินรายวิชา

3. การปรับปรุงการสอน

มีการประชุมกลุ่มผู้สอน เพื่อประเมินผลการจัดการเรียนการสอน ปัญหา และแนวทางแก้ไข ร่วมกับข้อเสนอแนะของนักศึกษา นำมาปรับปรุงการจัดการเรียนการสอน

4. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนักศึกษาในรายวิชา

ตามกำหนดของคณะกรรมการทวนสอบผลสัมฤทธิ์

5. การดำเนินการทบทวนและการวางแผนปรับปรุงประสิทธิผลของรายวิชา

จากผลการประเมิน และทวนสอบผลสัมฤทธิ์ประสิทธิผลรายวิชา ได้มีการวางแผนการปรับปรุงการสอน และรายละเอียดรายวิชา เพื่อให้เกิดคุณภาพมากขึ้น ดังนี้

- ปรับปรุงรายวิชาอย่างน้อยทุก 5 ปี