

รายละเอียดของรายวิชา

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา มหาวิทยาลัยศิลปากร
 วิทยาเขต/คณะ/ภาควิชา สนามจันทร์ / คณะ เกษศาสตร์ / ภาควิชาชีวเภสัชศาสตร์

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. รหัสและชื่อรายวิชา

SU105 อาหารเพื่อสุขภาพ (Food for Health)

2. จำนวนหน่วยกิต

3 (3-0-6)

3. หลักสูตรและประเภทของรายวิชา

หลักสูตรปริญญาบัณฑิต หลายหลักสูตร

เป็นวิชา เลือก ในหมวดวิชาศึกษาทั่วไป (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2566) กลุ่มวิชาทักษะสังคมและชีวิต

4. อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา

- 1) รศ.ดร.ภญ. นุศรา ปิยะพลรุ่งโรจน์
- 2) ผศ.ดร.ภก. ปวีศ วังษ์ประยูร
- 3) อ.ดร.ภญ. วราภรณ์ ศกศวัตเมฆินทร์

อาจารย์ผู้สอน (ประจำ):

1	ผศ.ดร.ภญ. กรัณท์รัตน์ ทิวถนอม	tewthanom_k@silpakorn.edu	208265
2	รศ.ดร.ภญ. ชุตินา ลิ้มมัทวาทิรัตน์	limmatvapirat_c@silpakorn.edu	Line: chutima.lim
3	ผศ.ดร.ภญ. ทสมาพร สุขวัฒนาสินี	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 วังษ์ประยูร	wongprayoon_p@silpakorn.edu	208315
7	ผศ.ดร.ภก. ภาณุพัฒน์ พุ่มพฤษ	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. บุญนดา ภมรปฐมกุล	pamornpathomkul_b@su.ac.th	208291
11	อ.ดร.ภญ. สุภััสสร เพ็งนาม	pengnam_s@su.ac.th	208291
12	อ.ดร.ภก. ไชยกาญจน์ พรพิชณรงค์	pornpitchanaron_c@su.ac.th	208267

อาจารย์พิเศษ:

นายสุธรรม จันทร์อ่อน เกษตรกรดีเด่นแห่งชาติ ปรชาญ์ชาวบ้านเศรษฐกิจพอเพียง ศูนย์การเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียง เลขที่ 54 หมู่ที่ 10 ต.ทุ่งขวาง อ.กำแพงแสน จ.นครปฐม)
 ภญ.ภาคินี จิววัฒนไพบูลย์ กรรมการผู้จัดการบริษัท ซองเดอร์ ไทยออร์แกนิกฟูด จำกัด

5. ภาคการศึกษา/ชั้นปีที่เรียน

ภาคการศึกษาต้น ของทุกชั้นปีของหลักสูตรปรับปรุง 2566

6. รายวิชาบังคับก่อน (Pre-requisite) ไม่มี

7. รายวิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน (Co-requisites) ไม่มี

8. สถานที่เรียน เรียนแบบ online ผ่าน e-learning (old version) โดยกดเลือก SU-elearning ในหน้า SU web portal และเลือกรายวิชา จากนั้นกด enroll me หากมีปัญหาการเข้าใช้ e-learning ของรายวิชา ติดต่อเจ้าหน้าที่ศูนย์คอมพิวเตอร์ของแต่ละวิทยาเขต

9. วันที่จัดทำหรือปรับปรุงรายละเอียดของรายวิชาครั้งล่าสุด: 7 มิถุนายน 2567

หมวดที่ 2 จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์

1. จุดมุ่งหมายของรายวิชา

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

2. วัตถุประสงค์ในการพัฒนา/ปรับปรุงรายวิชา

เพื่อให้สอดคล้องกับการจัดการศึกษาหมวดวิชาศึกษาทั่วไป ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566

หมวดที่ 3 ลักษณะและการดำเนินการ

1. คำอธิบายรายวิชา

ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับความต้องการอาหารของร่างกาย องค์ประกอบอาหาร สุขลักษณะของอาหารกับสุขภาพ อาหารที่ไม่ได้สัดส่วนกับโรค อุปนิสัยการรับประทานอาหารกับสุขภาพ ปัญหาโภชนาการ โรคจากโภชนาการ จากการปนเปื้อน สารถนอมอาหารและบรรจุภัณฑ์ ความปลอดภัยด้านอาหารและการคุ้มครองผู้บริโภค

2. จำนวนชั่วโมงที่ใช้ต่อสัปดาห์

จำนวนชั่วโมงบรรยาย และกิจกรรมในห้องเรียน	3 คาบ
จำนวนชั่วโมงการศึกษด้วยตนเอง	6 คาบ

3. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่จะให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการ: เฉลี่ย 1 ชั่วโมงต่อสัปดาห์

การจัดการเรียนการสอนจะแบ่งเป็น 2 ส่วน ประกอบด้วย

1. การบรรยายประกอบสไลด์และวิดีโอ (VDO) และการทำกิจกรรมเป็นกลุ่มย่อยลักษณะต่างๆในห้องเรียน เช่น อภิปรายกรณีศึกษา การประเมินตนเองโดยใช้เครื่องมือที่กำหนดให้ การวิเคราะห์ข้อมูลรายการอาหารที่ชอปปิงเป็นประจำ เพื่อให้บรรลุ CLO1 และ CLO2 ดังแสดงในตารางแผนการสอน

2. มอบหมายงาน: การสืบค้นข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับอาหารและสุขภาพ

หมวดที่ 4 การพัฒนานักศึกษาตามผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง

ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่ คาดหวัง ของรายวิชา (CLOs)	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง ของหลักสูตร (PLOs) ที่รายวิชารับผิดชอบ	กลยุทธ์การสอน ตาม CLOs	กลยุทธ์สำหรับวิธีการวัดและ ประเมินผล ตาม CLOs
CLO1 ปฏิบัติงานกลุ่มที่ได้รับ มอบหมายให้สำเร็จตามกรอบ เวลาที่กำหนด ด้วยความ รับผิดชอบและความซื่อสัตย์	PLO3 ปฏิบัติงานที่ได้รับมอบหมาย ด้วยความรับผิดชอบและ ซื่อสัตย์ สุจริต รวมถึงทำงานร่วมกับผู้อื่น สังคม และชุมชน	งานมอบหมาย: การสืบค้น ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับอาหาร และสุขภาพ	ประเมินจากการส่งงานและเนื้อหาของ งาน
CLO2 เลือกรับประทานอาหาร อย่างเหมาะสมโดยคำนึงถึงหลัก โภชนาการ และความปลอดภัย เพื่อสุขภาพที่ดี	PLO4 อธิบายแนวคิดเชิงธุรกิจและ แสวงหาความรู้ในการบริหาร จัดการเพื่อนำไปใช้พัฒนาตนเอง	1. บรรยายและฝึกทำแบบฝึกหัด 2. กิจกรรมกลุ่มอภิปราย กรณีศึกษา	1. สอบข้อเขียน 2. ผลงานกิจกรรมลักษณะต่างๆที่มีทั้ง ในและนอกห้องเรียน
CLO3 สืบค้นข้อมูลด้านอาหาร และสุขภาพจากแหล่งข้อมูล ที่เหมาะสมได้		งานมอบหมาย: การสืบค้น ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับอาหาร และสุขภาพ	1. การมีส่วนร่วมในการอภิปราย อย่างมีเหตุผล 2. ทักษะการสืบค้น การสรุปข้อมูล สำคัญได้อย่างเหมาะสม
CLO4 อภิปรายข่าวสารด้าน อาหารและสุขภาพอย่างมีเหตุผล			
CLO5 อธิบายแนวคิดเชิงธุรกิจ ด้านอาหารและสุขภาพ		บรรยาย	สอบข้อเขียน

หมวดที่ 5 แผนการสอนและการประเมินผล
เรียนทุกวันอังคารเวลา 13.00-15.40 น.

1. แผนการสอน เพื่อให้บรรลุผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

ว/ด/ป	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวนคาบ	CLO	กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	อ.ผู้สอน	การวัดผล
2 ก.ค. 67	1. แนะนำรายวิชา		-	บรรยายประกอบสไลด์ ซักถามในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับรายวิชา	นุศรา ปวีริศ วรภรณ์	ไม่มีการวัดผล
9 ก.ค. 67	2. ความสัมพันธ์ อาหารและสุขภาพ	1	CLO2	บรรยายประกอบสไลด์/ VDO	นุศรา	สอบ 2.0%
	3. อาหาร : ความหมายทางสังคมและวัฒนธรรม	2	CLO2	บรรยาย อภิปรายและสรุปความเห็นของกลุ่มในประเด็นที่กำหนด	ภาณุพัฒน์	สอบ 2.8% กิจกรรม 1.2%
16 ก.ค. 67	4. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับสารอาหารและบทบาทสำคัญ ต่อการทำงานของร่างกาย	3	CLO2	บรรยายประกอบสไลด์	นุศรา	สอบ 6.0%
23 ก.ค. 67	5. หลักโภชนาการ และ โภชนาการ สำหรับวัยต่างๆ สตรีมีครรภ์และผู้ป่วยโรคเรื้อรัง	3	CLO2	บรรยายประกอบสไลด์/ VDO	นุศรา	สอบ 6.0%
30 ก.ค. 67 ตรวจสอบหมายเลขกลุ่มจากประกาศใน e-learning						
30 ก.ค. 67	6. สมุนไพรที่เป็นอาหาร	1.5	CLO2	บรรยายและตอบคำถามท้ายคาบเรียนเป็นกิจกรรม รายบุคคลใน google form	ทสมพร	สอบ 2.4% กิจกรรม 0.6%
	7. กินอาหารตามธาตุ	1.5	CLO2	บรรยายและทำแบบสอบถามหาธาตุเจ้าเรือนและ หา เมนูอาหารที่เหมาะสมกับตัวเอง (กิจกรรมรายบุคคล)	บุญญาภา	สอบ 2.4% กิจกรรม 0.6%
6 ส.ค. 67	8. อาหารต้านมะเร็งและประโยชน์ของการกินผักผลไม้ และธัญพืชต่างๆ	2	CLO2	ระบุส่วนประกอบที่มีสารต้านมะเร็ง และชื่อสารต้าน มะเร็งในส่วนประกอบแต่ละอย่าง จากรายการอาหารที่ กำหนดให้	กัณฑ์รัตน์	สอบ 2.8% กิจกรรม 1.2%
	9. แนะนำการทำกิจกรรมสืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับอาหาร และสุขภาพ	1	CLO1, 3, 4	อธิบายหลักการสืบค้นข้อมูล ตารางงานและแจ้งเกณฑ์ การประเมินผล	ปวีริศ	ไม่มีการวัดผล
13 ส.ค. 67	10. ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพและความงาม	3	CLO2, 5	1. บรรยายประกอบสไลด์/ VDO	ชุติมา	สอบ 6.0%

ว/ด/ป	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวนคาบ	CLO	กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	อ.ผู้สอน	การวัดผล
				2. วิเคราะห์กรณีศึกษา โดยใช้ความรู้ที่ได้รับจากการฟังบรรยาย		
20 ส.ค. 67	11. โรควุ้น อาหารขยะและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดความอ้วน	3	CLO2, 5	1. บรรยายประกอบสไลด์/VDO	อวยพร	สอบ 6.0%
สอบกลางภาคออนไลน์ผ่านระบบ e-learning 27 ส.ค. 67 วันอังคาร เวลา 13.00-15.00 น. หัวข้อที่ 2-11 รวม 20 คาบ ยกเว้นหัวข้อที่ 9						
3 ก.ย. 67	12. อาหารปนเปื้อนเชื้อและสุขาภิบาลอาหาร	2	CLO2	1. บรรยายประกอบสไลด์/VDO	ไชยกาญจน์	สอบ 4.0%
	13. พืชและสัตว์ที่มีสารพิษตามธรรมชาติ	1	CLO2	1. บรรยายประกอบสไลด์/VDO	ไชยกาญจน์	สอบ 2.0%
10 ก.ย. 67	14. อาหารดัดแปรพันธุกรรม	2	CLO2	บรรยายประกอบสไลด์ มีงานกลุ่ม: ตอบคำถามเชิงอภิปรายว่า “นักศึกษาจะเลือกซื้อและ/หรือบริโภคอาหารดัดแปรพันธุกรรมที่มีขายในท้องตลาดหรือไม่ เพราะเหตุใด”	สุภัตสร	สอบ 2.8% กิจกรรม 1.2%
	15. กิจกรรมอภิปรายข่าวสารด้านอาหารและสุขภาพ	1		กิจกรรมมอบหมาย	นักศึกษา อภิปราย ร่วมกัน	ไม่มีการวัดผล
17 ก.ย. 67 onsite	16. แนวคิดเชิงธุรกิจด้านอาหารและสุขภาพ	3	CLO5	บรรยายประกอบสไลด์ สอดแทรกประสบการณ์การทำงานจริง	ภญ.ภาคินี จิวัฒน์ไพบูลย์*	สอบ 6.0%
24 ก.ย. 67	17. วัตถุเจือปนอาหาร	3	CLO2	1. บรรยายประกอบสไลด์/VDO 2. กิจกรรมมอบหมายหลังคาบเรียน (เดี่ยว)	สุภัตสร	สอบ 4.8% กิจกรรม 1.2%
1 ต.ค. 67	18. สารเคมีปนเปื้อน/สารตกค้างในอาหาร	3	CLO2	1. บรรยายประกอบสไลด์/VDO	บุญธดา	สอบ 6.0%

ว/ด/ป	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวนคาบ	CLO	กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	อ.ผู้สอน	การวัดผล
8 ต.ค. 67	19. อาหารธรรมชาติและเกษตรอินทรีย์แบบภูมิปัญญาท้องถิ่น	3	CLO2, 5	1. บรรยายประกอบสไลด์/VDO	นายสุธรรม จันทร์อ่อน*	สอบ 6.0%
15 ต.ค. 67	20. งานคุ้มครองผู้บริโภคด้านอาหาร	3	CLO2	1. บรรยายประกอบสไลด์ 2. วิเคราะห์กรณีศึกษาและแบบฝึกหัดให้เข้าไปทำใน e-learning ในช่วงเวลาที่กำหนด	ระพีพรรณ	สอบ 6.0%
สอบปลายภาคออนไลน์ผ่านระบบ e-learning วันอังคาร 22 ต.ค. 67 เวลา 13.00-15.00 น. เนื้อหาหัวข้อที่ 12-20 รวม 20 คาบ ยกเว้นหัวข้อที่ 15						

*อาจารย์พิเศษ

การวัดผลการเรียน

1. การสอบข้อเขียน 2 ครั้ง ปรนัย 4 ตัวเลือกรวมเป็น **74.0%**
 - 1.1) สอบกลางภาค คิดเป็น 36.4%
 - 1.2) สอบปลายภาคคิดเป็น 37.6%
2. งานกลุ่ม/งานเดี่ยว/กิจกรรมในห้องเรียน **6.0%**
 - 2.1) งานมอบหมายในหัวข้อสอน ทำส่งในห้องเรียน หรือส่งเข้า e-learning ในเวลาที่กำหนด
3. งานกิจกรรมสืบค้นข้อมูล **20.0%**

เกณฑ์การประเมินผล

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

ตารางงานกิจกรรมสืบค้นข้อมูล รายวิชาอาหารเพื่อสุขภาพ ภาคต้น ปีการศึกษา 2567

เรื่อง	วันที่	รายละเอียด
แนะนำชิ้นงาน มอบหมาย	6 ส.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	10 ก.ย. 67	คาบ 15 นศ.อภิปรายข้อมูลที่สืบค้นร่วมกันภายในกลุ่มของตนเอง
ส่งงานมอบหมาย	8 ต.ค. 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

หมวดที่ 6 ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

ตำรา เว็บไซต์และเอกสารที่ใช้ประกอบการเรียนการสอน (ตัวอย่าง)

1. สุนีย์ เตชะอาภรณ์กุล (บรรณาธิการ) ตำรา อาหารเพื่อสุขภาพ ฉบับพิมพ์ครั้งที่ 5 พ.ศ. 2561: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย ศิลปาคร
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.anamai.moph.go.th/main.php?filename=restaurant>
4. สำนักคุณภาพและความปลอดภัยอาหาร. รายงานผู้บริโภคและแจ้งเตือนภัยด้านอาหาร ปีงบประมาณ 2555-2562,
<http://bqsfdmsc.moph.go.th/bqsfdWeb/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
6. สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา - กระทรวงสาธารณสุข พระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. 2522 ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2562. www.fda.moph.go.th/sites/food/law1/food_law.pdf

และอื่นๆ ตามที่ผู้สอนกำหนด

