รายละเอียดของรายวิชา

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา มหาวิทยาลัยศิลปากร
วิทยาเขต/คณะ/ภาควิชา สนามจันทร์ / คณะ เภสัชศาสตร์ / สาขาชีวการแพทย์และสารสนเทศศาสตร์ทางสุขภาพ เป็นผู้รับผิดชอบหลัก

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.อวยพร อภิรักษ์อร่ามวง
   2) ผศ.ดร.ภญ.สุภัสสร เพ็งนาม

อาจารย์ผู้สอน (ประจำ):

1	ผศ.ดร.ภญ. กรัณฑ์รัตน์ทิวถนอม	tewthanom_k@silpakorn.edu	208265
2	รศ.ดร.ภญ. ชุติมา ลิ้มมัทวาภิรัติ์	limmatvapirat_c@silpakorn.edu	Line: chutima.lim
3	ผศ.ดร.ภญ. ทสมาพร สุขวัฒนาสินิทธิ์	sukwattanasinit_t@silpakorn.edu	208280
4	รศ.ดร.ภญ. นุศรา ปิยะพลรุ่งโรจน์	piyapolrungroj_n@silpakorn.edu	208309
5	ผศ.ดร.ภญ. บุญญาภา หวังวัฒนา	wangwattana_b@silpakorn.edu	208264
6	ผศ.ดร.ภก. ปวริศ วงษ์ประยูร	wongprayoon_p@silpakorn.edu	208315
7	ผศ.ดร.ภก. ภาณุพัฒน์ พุ่มพฤกษ์	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. ธีรดา แต้โสตถิกุล	taesotikul_t@su.ac.th	208292
11	อ.ดร.ภก. ภูวมินทร์ สุริยาอัมพร	suriyaamporn_p@su.ac.th	208266

อาจารย์พิเศษ:

นายสุธรรม จันทร์อ่อน เกษตรกรดีเด่นแห่งชาติ ปราชญ์ชาวบ้านเศรษฐกิจพอเพียง ศูนย์การเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียง เลขที่ 54 หมู่ที่ 10 ต.ทุ่งขวาง อ.กำแพงแสน จ.นครปฐม)

ภญ.ภาคินี จิวัฒนไพบูลย์ กรรมการผู้จัดการบริษัท ซองเดอร์ ไทยออร์กานิคฟูด จำกัด

5. **ภาคการศึกษา/ชั้นปีที่เรียน**
   ภาคการศึกษาต้น ของทุกชั้นปีของหลักสูตรปรับปรุง 2566 สำหรับ ภาคปลาย ปีการศึกษา 2567
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: 5 ตุลาคม 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 จากการปนเปื้อนสารถนอมอาหารและบรรจุภัณฑ์ ความปลอดภัยด้านอาหารและการคุ้มครองผู้บริโภค

2. จำนวนชั่วโมงที่ใช้ต่อสัปดาห์

จำนวนชั่วโมงบรรยาย และกิจกรรมในห้องเรียน	3 คาบ
จำนวนชั่วโมงการศึกษาด้วยตนเอง	6 คาบ

3. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่จะให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการ: เฉลี่ย 1 ชั่วโมงต่อสัปดาห์

การจัดการเรียนการสอนจะแบ่งเป็น 2 ส่วน ประกอบด้วย

1. การบรรยายประกอบสไลด์และวิดิทัศน์ (VDO) และการทำกิจกรรมเป็นกลุ่มย่อยลักษณะต่างๆในห้องเรียน เช่น อภิปรายกรณีศึกษา การประเมินตนเองโดยใช้เครื่องมือที่กำหนดให้ การวิเคราะห์ข้อมูลรายการอาหารที่ชอบกินเป็นประจำ เพื่อให้บรรลุ CLO ดังแสดงในตารางแผนการสอน
2. มอบหมายงาน: การสืบค้นข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับอาหารและสุขภาพ

หมวดที่ 4 การพัฒนานักศึกษาตามผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง

ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวังของรายวิชา (CLOs)	**ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวังของหลักสูตร (PLOs) ที่รายวิชารับผิดชอบ**	**กลยุทธ์การสอนตาม CLOs**	**กลยุทธ์สำหรับวิธีการวัดและประเมินผลตาม CLOs**
CLO1 ปฏิบัติงานกลุ่มที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จตามกรอบเวลาที่กำหนด ด้วยความรับผิดชอบและความซื่อสัตย์	PLO3 ปฏิบัติงานที่ได้รับมอบหมาย ด้วยความรับผิดชอบ และ ซื่อสัตย์สุจริต รวมถึงทำงานร่วมกับผู้อื่น สังคม และชุมชน	งานมอบหมาย: การสืบค้นข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับอาหารและสุขภาพ	ประเมินจากการส่งงานและเนื้อหาของงาน
CLO2 เลือกรับประทานอาหารอย่างเหมาะสมโดยคำนึงถึงหลักโภชนาการ และความปลอดภัยเพื่อสุขภาพที่ดี	PLO4 อธิบายแนวคิดเชิงธุรกิจและแสวงหาความรู้ในการบริหารจัดการเพื่อนำไปใช้พัฒนาตนเอง	1. บรรยายและฝึกทำแบบฝึกหัด 2. กิจกรรรมกลุ่มอภิปรายกรณีศึกษา	1. สอบข้อเขียน 2. ผลงานกิจกรรมลักษณะต่างๆที่มีทั้งในและนอกห้องเรียน
CLO3 สืบค้นข้อมูลด้านอาหารและสุขภาพจากแหล่งข้อมูลที่เหมาะสมได้		งานมอบหมาย: การสืบค้นข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับอาหารและสุขภาพ	1. การมีส่วนร่วมในการอภิปรายอย่างมีเหตุผล 2. ทักษะการสืบค้น การสรุปข้อมูลสำคัญได้อย่างเหมาะสม
CLO4 อภิปรายข่าวสารด้านอาหารและสุขภาพอย่างมีเหตุผล			
CLO5 อธิบายแนวคิดเชิงธุรกิจด้านอาหารและสุขภาพ		บรรยาย และตั้งคำถามในชั้นเรียน	1. สอบข้อเขียน 2. การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน

หมวดที่ 5 แผนการสอนและการประเมินผล
เรียนทุกวันอังคารเวลา 13.00-15.40

1. แผนการสอน เพื่อให้บรรลุผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

ว/ด/ป	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวนคาบ	CLO	กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	อ.ผู้สอน	การวัดผล
26 พ.ย. 67	1. แนะนำรายวิชา		-	บรรยายประกอบสไลด์ ซักถามในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับรายวิชา	อวยพร สุภัสสร	ไม่มีการวัดผล
3 ธ.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%
7 ธ.ค. 67 ชดเชย	4. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับสารอาหารและบทบาทสำคัญต่อการทำงานของร่างกาย	3	CLO2	บรรยายประกอบสไลด์	นุศรา	สอบ 6.0%
17 ธ.ค. 67	5. หลักโภชนาการ และ โภชนาการสำหรับวัย ต่างๆ สตรีมีครรภ์และผู้ป่วยโรคเรื้อรัง	3	CLO2	บรรยายประกอบสไลด์/ VDO	นุศรา	สอบ 6.0%
24 ธ.ค. 67 ตรวจสอบหมายเลขกลุ่มจากประกาศใน e-learning						
24 ธ.ค. 67	6. ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพและความงาม	3	CLO2, 5	1. บรรยายประกอบสไลด์/ VDO 2. วิเคราะห์กรณีศึกษา โดยใช้ความรู้ที่ได้รับจากการฟังบรรยาย	ชุติมา	สอบ 6.0%
11 ม.ค. 68 ชดเชย	7. สมุนไพรที่เป็นอาหาร	1.5	CLO2	บรรยายและตอบคำถามท้ายคาบเรียนเป็นกิจกรรมรายบุคคลใน google form	ทสมาพร	สอบ 2.4% กิจกรรม 0.6%
	8. กินอาหารตามธาตุ	1.5	CLO2	บรรยายและทำแบบสอบถามหาธาตุเจ้าเรือนและ หาเมนูอาหารที่เหมาะสมกับตัวเอง (กิจกรรมรายบุคคล)	บุญญาภา	สอบ 2.4% กิจกรรม 0.6%
7 ม.ค. 68	9. โรคอ้วน อาหารขยะและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดความอ้วน	3	CLO2, 5	1. บรรยายประกอบสไลด์/VDO	อวยพร	สอบ 6.0%

ว/ด/ป	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวนคาบ	CLO	กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	อ.ผู้สอน	การวัดผล
14 ม.ค.68	10. อาหารต้านมะเร็งและประโยชน์ของการกินผักผลไม้และธัญญพืชต่างๆ	2	CLO2	ระบุส่วนประกอบที่มีสารต้านมะเร็ง และชื่อสารต้านมะเร็งในส่วนประกอบแต่ละอย่าง จากรายการอาหารที่กำหนดให้	กรัณฑ์รัตน์	สอบ 2.8% กิจกรรม 1.2%
	11. แนะนำการทำกิจกรรมสืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับอาหารและสุขภาพ	**1**	**CLO1, 3, 4**	**อธิบายหลักการสืบค้นข้อมูล ตารางงานและแจ้งเกณฑ์การประเมินผล**	ปวริศ	ไม่มีการวัดผล
สอบกลางภาคออนไลน์ผ่านระบบ e-learning 21 ม.ค. 68 วันอังคาร เวลา 13.00-15.00 น. หัวข้อที่ 2-10 รวม 20 คาบ ยกเว้นหัวข้อที่ 11						
28 ม.ค.68	12. อาหารปนเปื้อนเชื้อและสุขาภิบาลอาหาร	2	CLO2	1. บรรยายประกอบสไลด์/VDO	ธีรดา	สอบ 4.0%
	13. พืชและสัตว์ที่มีสารพิษตามธรรมชาติ	1	CLO2	1. บรรยายประกอบสไลด์/VDO	ธีรดา	สอบ 2.0%
4 ก.พ. 68	14. อาหารดัดแปรพันธุกรรม	2	CLO2	บรรยายประกอบสไลด์	ธีรดา	สอบ 4.0 %
	15. กิจกรรมอภิปรายข่าวสารด้านอาหารและสุขภาพ	**1**		**กิจกรรมมอบหมาย**	นักศึกษาอภิปรายร่วมกัน	ไม่มีการวัดผล
11 ก.พ. 68	**16. แนวคิดเชิงธุรกิจด้านอาหารและสุขภาพ**	**3**	CLO5	**บรรยายประกอบสไลด์**	ภญ.ภาคินี จิวัฒนไพบูลย์*	สอบ 4.8% การมีส่วนร่วม 1.2%
18 ก.พ. 68	17. วัตถุเจือปนอาหาร	3	CLO2	1. บรรยายประกอบสไลด์/VDO	ภูวมินทร์	สอบ 6.0%
25 ก.พ. 68	18. สารเคมีปนเปื้อน/สารตกค้างในอาหาร	3	CLO2	1. บรรยายประกอบสไลด์/VDO	ภูวมินทร์	สอบ 6.0%
4 มี.ค. 68	19. อาหารธรรมชาติและเกษตรอินทรีย์แบบภูมิปัญญาท้องถิ่น	3	CLO2, 5	1. บรรยายประกอบสไลด์/VDO	นายสุธรรม จันทร์อ่อน*	สอบ 6.0%
11 มี.ค. 68	20. งานคุ้มครองผู้บริโภคด้านอาหาร	3	CLO2	1. บรรยายประกอบสไลด์	ระพีพรรณ	สอบ 6.0%

ว/ด/ป	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวนคาบ	CLO	กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	อ.ผู้สอน	การวัดผล
				2. วิเคราะห์กรณีศึกษาและแบบฝึกหัดให้เข้าไปทำใน e-learning ในช่วงเวลาที่กำหนด		
สอบปลายภาคออนไลน์ผ่านระบบ e-learning วันอังคาร 18 มี.ค. 68 เวลา 13.00-15.00 น. เนื้อหาหัวข้อที่ 12-20 รวม 17 คาบ ยกเว้นหัวข้อ 15						

***อาจารย์พิเศษ**

การวัดผลการเรียน

1. การสอบข้อเขียน 2 ครั้ง ปรนัย 4 ตัวเลือกรวมเป็น **76.40**%
   - *1.1) สอบกลางภาค คิดเป็น* *36.40%*
   - *1.2) สอบปลายภาคคิดเป็น* *40.00%*
2. งานกลุ่ม/งานเดี่ยว/กิจกรรมในห้องเรียน **3.60**%
   - *2.1) งานมอบหมายในหัวข้อสอน ทำส่งในห้องเรียน หรือส่งเข้า e-learning ในเวลาที่กำหนด*
3. งานกิจกรรมสืบค้นข้อมูล **20.00**%

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 ภาคปลาย ปีการศึกษา 2567

เรื่อง	วันที่	รายละเอียด
แนะนำชิ้นงาน มอบหมาย	14 ม.ค. 68	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 ข่าวสารด้านอาหารและสุขภาพ	4 ก.พ. 68	คาบ 15 สำหรับนศ.อภิปรายข้อมูลที่ได้สืบค้นร่วมกันภายในกลุ่มของตนเอง
ส่งงานมอบหมาย	25 ก.พ. 68	ส่งงานทาง e-learning เพียงหนึ่งไฟล์เท่านั้น

เกณฑ์การให้คะแนน (Rubric) กิจกรรมสืบค้นข้อมูลข่าวสารเรื่องอาหารกับสุขภาพ

<u>ประเมินโดยอาจารย์ (35 คะแนน คิดเป็น 20% ของคะแนนทั้งรายวิชา)</u>

คะแนนทั้งหมด สามารถแบ่งเป็นประเด็นดังต่อไปนี้

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

หมวดที่ 6 ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

ตำรา เวบไซด์และเอกสารที่ใช้ประกอบการเรียนการสอน (ตัวอย่าง)

1. สุนีย์ เตชะอาภรณ์กุล (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://foodsan.anamai.moph.go.th/main.php?filename=resturant
4. สำนักคุณภาพและความปลอดภัยอาหาร. รายงานผู้บริโภคและแจ้งเตือนภัยด้านอาหาร ปีงบประมาณ 2555-2562, http://bqsf.dmsc.moph.go.th/bqsfWeb/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 - กระทรวงสาธรณสุข พระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. 2522 ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2562. www.fda.moph.go.th/sites/food/law1/food_law.pdf

และอื่นๆ ตามที่ผู้สอนกำหนด