มหาวิทยาลัยนเรศวร

Naresuan University

รายละเอียดของรายวิชาและแผนการจัดการเรียนการสอน

Course Specifications and Syllabus

ปรัชญาการศึกษา (Philosophy of Education) มหาวิทยาลัยนเรศวร

การศึกษาเพื่อความเป็นไท

ปรัชญาการศึกษา คณะสหเวชศาสตร์ ม.นเรศวร

จัดการศึกษาที่มุ่งผลลัพธ์การเรียนรู้ของหลักสูตร มีมาตรฐานวิชาชีพ และพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อสร้างบุคลากรทางด้านสหเวชศาสตร์รองรับการเปลี่ยนแปลงในโลกอนาคต

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของรายวิชา
Section 1 General Information of the Course

1. รหัสและชื่อรายวิชา (Course Code and Course Title)

002406 ชีวิตและสุขภาพ

002406 Life and health

2. สังกัดของรายวิชา

☑ คณะสหเวชศาสตร์

3. จำนวนหน่วยกิต (Credits) ☑ 3(2-2-5) ☐ 3(3-0-6) ☐ 1(0-2-1)
☐ อื่น ๆ (ระบุ) .....

4. คำอธิบายรายวิชา/Course Description

ชีวิตและพฤติกรรมสุขภาพ การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพของแต่ละช่วงวัย รวมถึงการประยุกต์ใช้ความรู้และทักษะ เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างต่อเนื่อง

Life and health behavior, health care, and promotion for each age group including the implementation of the health knowledge and skills for continuous improvement of the quality of life for oneself and others

5. กลุ่มวิชาตามหมวดวิชาศึกษาทั่วไป ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2567
Categories of General Education Courses (Revised Version 2567 BE)

☐ กลุ่มภาษาและการสื่อสาร (Language and Communication)
☐ กลุ่มความรู้เพื่อการใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพ (Knowledge for Quality Living)
☐ กลุ่มการพัฒนาทักษะและลักษณะบุคคล (Skills and Character Development)
☑ กลุ่มการพัฒนาสุขภาพกายและจิต (Physical and Mental Development)
☐ กลุ่มการเป็นพลเมืองไทยและพลโลกเพื่อสังคมที่ยั่งยืน (Thai and Global Citizenship for Sustainability)

6. ภาคการศึกษา/ปีการศึกษา (Semester/Academic Year)

☐ ภาคเรียนต้น (First Semester)
☑ ภาคเรียนปลาย (Second Semester)
☐ ภาคเรียนฤดูร้อน (Summer Semester)
ปีการศึกษา/Academic year 2569

7. อาจารย์ผู้ประสานงานรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน (Course Coordinator and Instructors)

ชื่อ - นามสกุล	ตำแหน่ง	ติดต่อ
1. รองศาสตราจารย์ ดร. กภ.วรุณนภา ศรีโสภาพ	ผู้รับผิดชอบรายวิชา	ติดต่อ e-mail และ MS Team: waroonapas@nu.ac.th
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กภ.จุฑาลักษณ์ กองสุข	ผู้ประสานงานรายวิชา	jutalukk@nu.ac.th

ชื่อ - นามสกุล	ตำแหน่ง	ติดต่อ
1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กภ.จุฑาลักษณ์ กองสุข	ผู้สอน	jutalukk@nu.ac.th
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กิตติศักดิ์ แถวนาชม	ผู้สอน	kittisakt@nu.ac.th
3. อาจารย์ กภ.กวินทรา สิทธิไกรพงษ์	ผู้สอน	kawintras@nu.ac.th
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กนกวรรณ เดมีย์กุล	ผู้สอน	kanokwansa@nu.ac.th
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภก. วรวุฒิ เกรียงไกร	ผู้สอน	worawutkr@nu.ac.th
6. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรธเนศ สีนาค	ผู้สอน	pornthanates@nu.ac.th
7. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยอดหทัย ทองศรี	ผู้สอน	yordhathait@nu.ac.th
9. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาชื่น โพทัพ	ผู้สอน	pachuenp@nu.ac.th
10. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เชาวนี ล่องชูผล	ผู้สอน	chaowaneel@nu.ac.th
1. รองศาสตราจารย์ ดร. กภ.วรุณนภา ศรีโสภาพ	ผู้ช่วยสอน	waroonapas@nu.ac.th
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กภ.จุฑาลักษณ์ กองสุข	ผู้ช่วยสอน	jutalukk@nu.ac.th
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มณฑาทิพย์ ภูมิวณิชชา	ผู้ช่วยสอน	montatippo@nu.ac.th
4. อาจารย์ ดร.มันทนา วาดไธสง	ผู้ช่วยสอน	munthanaw@nu.ac.th
5. อาจารย์ กภ.โอฬาร อิสริยะพันธุ์	ผู้ช่วยสอน	paraveem@nu.ac.th
6. อาจารย์ กภ.กวินทรา สิทธิไกรพงษ์	ผู้ช่วยสอน	kawintras@nu.ac.th
1. น.ส.นิภาวรรณ ทาบุรี	วิทยากรภายนอก	
2. นายณัฐกานต์ จันทร์ทิศ	วิทยากรภายนอก	
3. คุณนวินดา พรมรักษา	วิทยากรภายนอก	
4. นายเกรียงไกร กันทาทำ	วิทยากรภายนอก	
5. นายฐาปนินทร์ นวลจีน	วิทยากรภายนอก	
6. ว่าที่ร้อยโท ธนสาร สิกขีธรรมากร	วิทยากรภายนอก	thanasann@nu.ac.th
7. ว่าที่ร้อยตรี ธนกฤต รสแก้ว	วิทยากรภายนอก	thanasann@nu.ac.th
8. อาจารย์ทัศนชัย ชูราศรี	วิทยากรภายนอก	thanasann@nu.ac.th
9. อาจารย์ปัณรส หาญเจริญพนา	วิทยากรภายนอก	thanasann@nu.ac.th
10. อาจารย์กาญจนา เครือแก้ว	วิทยากรภายนอก	thanasann@nu.ac.th

8. **วัน เวลาเรียน (Class Schedule – Day/Time)** เรียนทุกวันอังคาร เวลา 13.00-14.50 น. และ ทุกวันพฤหัสบดี เวลา 13.00-14.50 น.
9. **สถานที่เรียน (Classroom - Include room number and building.)** ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักรและอาคารอเนกประสงค์ กองกิจการนิสิต
10. **วันเดือนปีที่ปรับปรุงเนื้อหาสาระรายวิชา (Date of course modifications)** 21/09/2569

หมวดที่ 2 รายละเอียดเนื้อหาและกิจกรรมการเรียนการสอน
Section 2 Course Content and Teaching and Learning Activities

1. ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวังของหมวดวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยนเรศวร (Expected Learning Outcomes (ELOs) of Naresuan University's General Education Courses)
เมื่อศึกษารายวิชาต่าง ๆ ในหมวดวิชาศึกษาทั่วไปแล้ว นิสิตสามารถ:
Upon completing general education courses, the students will be able to:

ELOs	รายละเอียด ELOs
ELO1	อธิบายเนื้อหา แนวคิด และหลักการในรายวิชาที่เรียนและประยุกต์หรือเชื่อมโยงความรู้นั้น กับการทำงานและชีวิตประจำวันได้ Explain the content, concepts, and principles in the courses studied and apply or connect that knowledge to work and everyday life.
ELO2	คิดวิเคราะห์และวิพากษ์อย่างมีเหตุผลและมีวิจารณญาณ ประมวลและประเมินข้อมูลและสารสนเทศจากสื่อต่าง ๆ ได้อย่างสมเหตุสมผล และใช้ทักษะเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต Think analytically and critically with reason and discernment, synthesize and evaluate information and data from various media appropriately, and use skills for lifelong learning.
ELO3	ใช้ภาษาในการสื่อสาร ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ หรืออาจรวมถึงภาษาอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ และใช้ภาษา สื่อ และเทคโนโลยีที่เหมาะสม เพื่อการใช้ชีวิต และเพื่อการแสวงหาความรู้ใหม่ได้ด้วยตนเอง Use language for communication effectively, both Thai and English, and possibly other languages, and appropriate language, media, and technology for living and for independently seeking new knowledge.
ELO4	ทำงานเป็นทีม แสดงออกซึ่งความเป็นผู้นำและผู้ตามได้อย่างเหมาะสม แก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม แสดงออกซึ่งความคิดสร้างสรรค์ และความสามารถในการปรับตัว Work as a team, demonstrate appropriate leadership and followership, solve problems appropriately, show creativity, adaptability.
ELO5	แสดงออกซึ่งคุณธรรมจริยธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต จิตสาธารณะ ความมีวินัย ความรับผิดชอบ ปฏิบัติตามกฎหมาย และเคารพสิทธิ์เสรีภาพของผู้อื่น Demonstrate ethical conduct, honesty, public-mindedness, discipline, responsibility, compliance with the law, and respect for the rights and freedoms of others.
ELO6	แสดงออกถึงความเป็นพลเมืองที่ดีของประเทศและของโลก ความเข้าใจสภาวการณ์ของประเทศและของโลก ความภูมิใจในชาติ และความเข้าใจและการยอมรับความหลากหลายในสังคมไทยและสังคมโลก Demonstrate good citizenship at both national and global levels, understand the national and global situation, show pride in the nation, and understand and accept diversity in Thai society and the global community.
ELO7	ปฏิบัติตนให้มีความเข้มแข็งทั้งร่างกายและจิตใจ Conduct oneself to maintain physical and mental strength.

2. ผลลัพธ์การเรียนรู้รายวิชาและความสอดคล้องกับผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวังของหมวดวิชาศึกษาทั่วไป

Course Learning Outcome (CLOs) and their alignment with GE Expected Learning Outcomes (ELOs)

	ผลลัพธ์การเรียนรู้รายวิชา **Course Learning Outcome (CLOs)**	**ELO**	**ความสอดคล้องกับทักษะเชิงผู้ประกอบการของมหาวิทยาลัยนเรศวร**[1] **Alignment with domains of NU's entrepreneurial mindset**
1.	ปฏิบัติตนเป็นคนตรงต่อเวลา มีความรับผิดชอบ	5	การบริหารเวลา
2.	อธิบายความรู้ทางด้านพฤติกรรมสุขภาพ การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพของแต่ละช่วงวัยได้	1	การคิดเชิงวิเคราะห์
3.	แสดงออกซึ่งการเชื่อมโยงความรู้ที่เรียนไปประยุกต์ใช้ในการดูแลตนเองในชีวิตประจำวันได้	7	การคิดเชิงวิเคราะห์
4.	แสดงออกซึ่งการทำงานเป็นทีม และมีความเป็นผู้นำ	4	ความเป็นผู้นำ การทำงานเป็นทีม
5.	สังเคราะห์ เนื้อหาทางด้านพฤติกรรมสุขภาพ การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพของแต่ละช่วงวัย และใช้เทคโนโลยีในการนำเสนอได้	2	การแก้ปัญหา การสื่อสารและการนำเสนอ

[1] ทักษะเชิงผู้ประกอบการของมหาวิทยาลัยนเรศวร (NU's Entrepreneurial mindset domains): การแก้ปัญหา (Problem solving), การคิดเชิงวิเคราะห์ (Analytical Thinking), การทำงานเป็นทีมและการร่วมมือกัน (Teamworking and collaboration), ความรับผิดชอบ (Responsibility), การสื่อสาร การนำเสนอ (Communication and/or presentation), การโน้มน้าวใจ และ/หรือการเจรจาต่อรอง (persuasion, and/or negotiation), การจัดการเวลา (Time management), การสร้างสรรค์และการสร้างนวัตกรรม (Creativity and innovation), ความรู้เทคโนโลยีและดิจิทัล (Technology and digital literacy), ความรู้เรื่องการเงินและการจัดการ (Finance and management literacy), การวางแผน (Planning), ความเป็นผู้นำ (Leadership)

3. ผลลัพธ์การเรียนรู้ของรายวิชา และความสอดคล้องกับผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง (Expected Learning Outcomes – ELOs) หมวดวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยนเรศวร

CLO	ผลลัพธ์การเรียนรู้ของรายวิชา Course Learning Outcomes (CLOs)	โดเมนการเรียนรู้[2] และระดับ Learning Domain and Level	กิจกรรมการเรียนการสอน Teaching & Learning Activities[3]	วิธีการประเมิน Assessment Methods[4]
1	ปฏิบัติตนเป็นคนตรงต่อเวลา มีความรับผิดชอบ	Psychomotor-Precision	- การเข้าชั้นเรียน - การมอบหมายงาน	- ประเมินการเข้าชั้นเรียน การตรงต่อเวลา - ประเมินความตรงต่อเวลาในการส่งงานที่ได้รับมอบหมาย
2	อธิบายความรู้ทางด้านพฤติกรรมสุขภาพ การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพของแต่ละช่วงวัยได้	Cognitive-Understand	- บรรยาย และยกตัวอย่างประกอบ - การฝึกปฏิบัติ	- การสอบข้อเขียน - การซักถาม
3	แสดงออกซึ่งการเชื่อมโยงความรู้ที่เรียนไปประยุกต์ใช้ในการดูแลตนเองในชีวิตประจำวันได้	Affective-Responding	- การมอบหมายงาน	- การประเมินงานที่มอบหมาย
4	แสดงออกซึ่งการทำงานเป็นทีม และมีความเป็นผู้นำ	Affective-Responding	- การมอบหมายงาน - งานกลุ่ม	- ประเมินพฤติกรรมการมีส่วนร่วมในการทำงานร่วมกับผู้อื่น
5	สังเคราะห์ เนื้อหาทางด้านพฤติกรรมสุขภาพ การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพของแต่ละช่วงวัย และใช้เทคโนโลยีในการนำเสนอได้	Cognitive-Apply	- การมอบหมายงาน	- การประเมินงานที่มอบหมาย

[2] โดเมนการเรียนรู้และระดับ (Learning Domains and Levels)
Cognitive Domain – remember, understand, apply, analyze, evaluate, create
Psychomotor Domain – imitation, manipulation, precision, articulation, naturalization
Affective Domain – receiving, responding, valuing, organizing, characterizing

[3] เช่น การบรรยาย การทำงานกลุ่ม การทำกิจกรรมฝึกปฏิบัติ การใช้กรณีศึกษา การจำลองสถานการณ์จริง การเล่นบทบาทสมมุติ การใช้ห้องเรียนกลับด้าน การลงพื้นที่หรือการฝึกภาคสนาม การทำกิจกรรมโดยใช้เทคโนโลยีช่วย เช่น การทดสอบออนไลน์
Such as lecturers, group work, hands-on activities e.g. experiments, cases studies e.g. problem-based learning, simulation and role-playing, mock trials, flipped classroom – in-class activities, field trips, technology-enhanced learning (using digital and resources e.g. online quizzes)

[4] เช่น การทดสอบย่อย การสอบ การมีส่วนร่วมในการอภิปรายกลุ่ม โครงงาน รายงานการค้นคว้า แฟ้มสะสมงาน การนำเสนอ การเขียนสะท้อนคิด การประเมินโดยเพื่อน การทดสอบการปฏิบัติ
Such as quizzes, exams, participation in class discussion, projects, term-paper, portfolios, presentation, reflective essays, peer review, practice exam

4. แผนการสอน (Course Plan)

ครั้งที่ No	หัวข้อที่สอน Topic	สถานที่เรียน Location	ความสอดคล้องกับ CLO (Alignment with CLO)	กิจกรรมการเรียนการสอน Teaching & Learning Activities	วิธีการประเมิน[5] Assessment Methods	ผู้รับผิดชอบสอน
1 อังคาร 17 พ.ย. 69 (13.00-14.50)	แนะนำกระบวนรายวิชา/ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง/(ช่วงเพิ่ม-ถอนรายวิชา) LEC 1: บทนำสู่ชีวิตและสุขภาพ	ศึกษาวิดีโอใน Microsoft teams ไม่มีเรียนในห้องเรียน	1-3, 5	การบรรยาย อภิปราย สาธิต และยกตัวอย่างประกอบ	Assignment/ Report	รศ.ดร.วรุณนภา ผศ.ดร.กภ.จุฑาลักษณ์
2 พฤหัสบดี 19 พ.ย. 69 (13.00-14.50)	LEC 2: ประเมินสมรรถภาพทางกาย	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 5	บรรยาย สาธิต และยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.กภ.จุฑาลักษณ์
3 อังคาร 24 พ.ย. 69 (13.00-14.50)	ACTIVITY 1: ประเมินสมรรถภาพทางกาย	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-5	ฝึกปฏิบัติ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.กภ.จุฑาลักษณ์ อ. กภ.กวินทรา อ. กภ.โอฬาร รศ.ดร.กภ.วรุณนภา
4 พฤหัสบดี 26 พ.ย. 69 (13.00-14.50)	LEC 3: การตรวจร่างกายเพื่อการป้องกันและการดูแลสุขภาพ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 5	บรรยาย สาธิต และยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.กิตติศักดิ์
5 อังคาร 1 ธ.ค. 69 (13.00-14.50)	LEC 4: การประเมินร่างกายตนเองเบื้องต้น และท่าทางในอิริยาบถต่าง ๆ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 5	บรรยาย สาธิต และยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	อ.กภ.กวินทรา
6	LEC 5: การตรวจร่างกายเบื้องต้นในผู้สูงอายุ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 5	บรรยาย สาธิต และ	Assignment/	ผศ.ดร.กนกวรรณ

[5] ควรเป็นส่วนหนึ่งของน้ำหนักคะแนน (This part of assessment should account for the overall assessment weight.)

ครั้งที่ No	หัวข้อที่สอน Topic	สถานที่เรียน Location	ความสอดคล้องกับ CLO (Alignment with CLO)	กิจกรรมการเรียนการสอน Teaching & Learning Activities	วิธีการประเมิน[5] Assessment Methods	ผู้รับผิดชอบสอน
พฤหัสบดี 3 ธ.ค. 69 (13.00-14.50)				ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Report Examination/ Quiz	
7 อังคาร 8 ธ.ค. 69 (13.00-14.50)	ACTIVITY 3: ฝึกปฏิบัติการประเมินสุขภาพกาย และการปรับปรุงท่าทางในอิริยาบถต่าง ๆ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-5	ฝึกปฏิบัติ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	**อ.กภ.กวินทรา** ผศ.ดร.กภ.จุฑาลักษณ์ รศ.ดร.กภ.วรุณนภา อ.กภ.โอฬาร
พฤหัสบดี 10 ธ.ค. 69 หยุดวันรัฐธรรมนูญ						
8 อังคาร 15 ธ.ค. 69 (13.00-14.50)	LEC 6: การประยุกต์ใช้เทคโนโลยีเพื่อการดูแลสุขภาพ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 5	บรรยาย สาธิต และยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	**ผศ.ดร.กิตติศักดิ์**
9 พฤหัสบดี 17 ธ.ค. 69 (13.00-14.50)	ACTIVITY 4: การตรวจการทำงานของระบบหัวใจและหลอดเลือดโดยการประเมินสัญญาณชีพในผู้สูงอายุ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-5	ฝึกปฏิบัติ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	**ผศ.ดร.กนกวรรณ** ผศ.ดร.มณฑาทิพย์ ดร.มันทนา รศ.ดร.กภ.วรุณนภา
10 อังคาร 22 ธ.ค. 69 (13.00-14.50)	LEC 7: อาหารและน้ำและสุขภาพที่ดี	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 5	บรรยาย สาธิต และยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	**ผศ.ดร.กิตติศักดิ์**
11 พฤหัสบดี 24 ธ.ค. 69	LEC 8: ภัยสังคมในวัยรุ่น	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 5	บรรยาย สาธิต และยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	**ผศ.พรธเนศ**

ครั้งที่ No	หัวข้อที่สอน Topic	สถานที่เรียน Location	ความสอดคล้องกับ CLO (Alignment with CLO)	กิจกรรมการเรียนการสอน Teaching & Learning Activities	วิธีการประเมิน[5] Assessment Methods	ผู้รับผิดชอบสอน
(13.00-14.50)						
12 อังคาร 29 ธ.ค. 69 (13.00-14.50)	LEC 9: นันทนาการ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-5	ฝึกปฏิบัติ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.กภ.จุฑาลักษณ์
31 ธ.ค. 69 หยุดวันส่งท้ายปีเก่า						
13 อังคาร 5 ม.ค. 70 (13.00-14.50)	ACTIVITY 5: นันทนาการ	ไม่มีเรียนในห้องเรียน	1-5	บรรยาย สาธิต และยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.กภ.จุฑาลักษณ์
14 พฤหัสบดี 7 ม.ค. 70 (13.00-14.50)	ACTIVITY 6: โปรแกรมดูแลสุขภาพออนไลน์	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 5	บรรยาย สาธิต และยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.กิตติศักดิ์
15	สัปดาห์สอบกลางภาค 9-17 ม.ค. 2570	รอ กบศ แจ้งห้องสอบทาง REG				
16 อังคาร 19 ม.ค. 70 (13.00-14.50)	LEC 10: สิทธิการรักษาพยาบาล	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 5	บรรยาย สาธิต และยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.พาชื่น
17 พฤหัสบดี 21 ม.ค. 70 (13.00-14.50)	ACTIVITY 7: การป้องกันตนเองจากภัยสังคม (1) : เทควันโด	อาคารอเนกประสงค์ มน กองกิจการนิสิต	1-5	ฝึกปฏิบัติ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ว่าที่ร้อยโท ธนสาร สิกขีธรรมากร ว่าที่ร้อยตรี ธนกฤต รสแก้ว อาจารย์ทัศนชัย ชูราศรี อาจารย์ปัณรส หาญเจริญพนา อาจารย์กาญจนา เครือแก้ว

ครั้งที่ No	หัวข้อที่สอน Topic	สถานที่เรียน Location	ความสอดคล้องกับ CLO (Alignment with CLO)	กิจกรรมการเรียนการสอน Teaching & Learning Activities	วิธีการประเมิน[5] Assessment Methods	ผู้รับผิดชอบสอน
18 อังคาร 26 ม.ค. 70 (13.00-14.50)	LEC 11: ภัยธรรมชาติและอุบัติเหตุ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 5	บรรยาย สาธิต และยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.กภ.จุฑาลักษณ์
19 พฤหัสบดี 28 ม.ค. 70 (13.00-14.50)	ACTIVITY 8: การป้องกันตนเองจากภัยสังคม (2) : ฮับกิโด	อาคารอเนกประสงค์ มน กองกิจการนิสิต	1-5	ฝึกปฏิบัติ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ว่าที่ร้อยโท ธนสาร สิกขีธรรมากร ว่าที่ร้อยตรี ธนกฤต รสแก้ว อาจารย์ทัศนชัย ชูราศรี อาจารย์ปัณรส หาญเจริญพนา อาจารย์กาญจนา เครือแก้ว
20 อังคาร 2 ก.พ. 70 (13.00-14.50)	LEC 12: การออกกำลังกายเพื่อสร้างเสริมสุขภาพ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 5	บรรยาย สาธิต และยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	อ.กภ.กวินทรา
21 พฤหัสบดี 4 ก.พ. 70 (13.00-14.50)	LEC 13: ยาและผลิตภัณฑ์ที่เป็นปัญหาในวัยต่าง ๆ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 5	บรรยาย สาธิต และยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.ภก.วรวุฒิ เกรียงไกร
22 อังคาร 9 ก.พ. 70 (13.00-14.50)	LEC 14: โรคระบาดใหม่ที่น่าสนใจในปัจจุบัน	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 5	บรรยาย สาธิต และยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.ยอดหทัย
23 พฤหัสบดี 11 ก.พ. 70 (13.00-14.50)	LEC 15: การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 5	ฝึกปฏิบัติ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ทีมวิทยากร CPR รพ. พิษณุเวช

ครั้งที่ No	หัวข้อที่สอน Topic	สถานที่เรียน Location	ความสอดคล้องกับ CLO (Alignment with CLO)	กิจกรรมการเรียนการสอน Teaching & Learning Activities	วิธีการประเมิน[5] Assessment Methods	ผู้รับผิดชอบสอน
24 อังคาร 16 ก.พ. 70 (13.00-14.50)	ACTIVITY 9: การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-5	ฝึกปฏิบัติ 15.00-16.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.กภ.จุฑาลักษณ์/ ทีมวิทยากร CPR รพ. พิษณุเวช
25 พฤหัสบดี 18 ก.พ. 70 (13.00-14.50)	ACTIVITY 10: การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-5	ฝึกปฏิบัติ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.กภ.จุฑาลักษณ์/ ทีมวิทยากร CPR รพ. พิษณุเวช
26 อังคาร 23 ก.พ. 70 (13.00-14.50)	LEC 16: สุขภาพใจ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 5	บรรยาย สาธิต และยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.เชาวนี รศ.ดร.กภ.วรุณนภา ผศ. ดร. กภ.จุฑาลักษณ์
27 พฤหัสบดี 25 ก.พ. 70 (13.00-14.50)	ACTIVITY 11: สอนเสริมตามความต้องการของนิสิต					
28 อังคาร 2 มี.ค. 70 (13.00-14.50)	ACTIVITY 12: สอนเสริมตามความต้องการของนิสิต					
29 พฤหัสบดี 4 มี.ค. 70 (13.00-14.50)	ACTIVITY 13: สอนเสริมตามความต้องการของนิสิต					

ครั้งที่ No	หัวข้อที่สอน Topic	สถานที่เรียน Location	ความสอดคล้องกับ CLO (Alignment with CLO)	กิจกรรมการเรียนการสอน Teaching & Learning Activities	วิธีการประเมิน[5] Assessment Methods	ผู้รับผิดชอบสอน
30 **10-25 ต.ค. 69**	**สอบปลายภาค 6-21 มี.ค.**	**รอ กบศ.ระบุห้องสอบทาง REG**	1-3		1. สอบบรรยาย 2. การเข้าห้องสอบตรงตามเวลา การแต่งกายถูกระเบียบ และการไม่ทุจริตในการทำการสอบ	**รศ.ดร.กภ.วรุณนภา** **ผ.ศ.จุฑาลักษณ์**
รวมจำนวนชั่วโมง (ไม่นับชั่วโมงสอบภาคบรรยายและปฏิบัติ) (บรรยาย:ปฏิบัติการ)	**45 ชม (15 :30 ชม)**					

5. หนังสือ ตำรา สื่อ ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน (Coursebook/Textbook/Learning Resources) [ระบุ/specify]

- สุวรรณแสง โมไนยพงศ์ คู่มือตรวจผู้ป่วยนอก พิมพ์ครั้งที่ 13 กรุงเทพ: วี.เจ.พริ้นติ้ง, 2550.
- สมพงษ์ บัวแย้ม เคล็ดลับการดูแลสุขภาพ กินดีไม่มีโรค กรุงเทพ: วรวุฒิการพิมพ์, 2554.
- ปัจจุบัน เหมหงษา การดูแลสุขภาพแบบธรรมชาติ กรุงเทพ: สำนักงานคณะกรรมการสาธารณสุขมูลฐาน, 2541.
- วิโรจน์ อารีย์กุล การดูแลสุขภาพและการให้คำแนะนำวัยรุ่น พิมพ์ครั้งที่1 กรุงเทพ: วิทยาลัยแพทยศาสตร์พระมงกุฎเกล้า, 2553.
- พรพิมล ศิริกุล เคล็ดลับสุขภาพดี ไม่มีวันป่วย กรุงเทพ: เก็ทไอเดีย, 2555.
- สุรจิต สุนทรธรรม ระบบหลักประกันสุขภาพไทย พิมพ์ครั้งที่ 1 กรุงเทพ: สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ, 2555.
- American Heart Association. (2010). Highlights of the 2010 American Heart Association Guideline for CPR and ECC. (Cited on 4 February, 2013) from http://www.heart.org/idc/groups/heartpublic/@wcm/@ecc/documents/downloadable/ucm_317350.pdf
- Chernecky CC., Barbara J. Berger BJ., Laboratory tests and diagnostic procedures, 5th ed. Missouri: Elsevier, 2008.
- Bishop ML., Fody EP., Schoeff LE. Clinical chemistry: techniques, principles, correlations" 6th ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, 2010.
- การยศาสตร์ สารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน โดยพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เล่ม 32 http://kanchanapisek.or.th/kp6/sub/book/book.php?book=32&chap=7&page=chap7.htm
- สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ. คู่มือหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ ปีงบประมาณ 2557. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: อรุณการพิมพ์; ต.ค.2556.
- สิทธิโชค ศรีเจริญ. ความรู้ไปเกี่ยวกับการประกันภัย. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ประชุมทองพริ้นติ้งกรุ๊ป; 2540.
- มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. เอกสารการสอนชุดวิชา การประกันชีวิตและการวินาศภัย กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์หาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช; 2542.
- http://iseeinsure.weebly.com
- http://www.oic.or.th
- www.sso.go.th

หมวดที่ 3 การประเมินผลผู้เรียน
Section 3 Student Assessment

1. แผนการประเมินผลการเรียนรู้ (Learning Assessment Plan)

1.1 วิธีการประเมินผลผู้เรียน (Assessment Methods)

ลำดับ	วิธีการประเมินผลผู้เรียน[6] Assessment Methods	สัปดาห์ที่ประเมิน Week	ความสอดคล้องกับCLO Alignment with CLO	สัดส่วนของการประเมินผล Weight
1	จิตพิสัย การเข้าชั้นเรียน วัดจากการส่ง Quiz ส่งงานที่มอบหมาย	1-30	1	10%
2	รายงานปฏิบัติการ/งานที่ได้รับมอบหมาย	1-30	2-5	42%
3	การสอบกลางภาค (LEC: 1- 8)	15	2	22%
4	การสอบปลายภาค (LEC: 9- 16)	30	2	26%
รวม				**100%**

1.2 รายละเอียดวิธีการประเมินผลผู้เรียนที่สอดคล้องกับ CLOs/ELOs และน้ำหนักคะแนน
Details of assessment methods aligned with CLOs/ELOs and scoring weights

ผลลัพธ์การเรียนรู้รายวิชา* CLOs*	CLO1	CLO2	CLO3	CLO4	CLO5	รวม Total
ความสอดคล้องกับ ELOs Alignment with ELOs / วิธีการวัดผล Assessment Methods	ELO5	ELO1	ELO7	ELO4	ELO6	
1. จิตพิสัย การเข้าชั้นเรียน วัดจากการส่ง Quiz ส่งงานที่มอบหมาย (10%)	10					10
2.รายงานปฏิบัติการ/งานที่ได้รับมอบหมาย (38%)		11	15	4	12	42
3. การสอบกลางภาค (LEC: 1- 8) (22%)		22				22
4.การสอบปลายภาค (LEC: 9- 16) (30%)		26				26
Total	10	59	15	4	12	100

ตารางสรุปหัวข้อการสอบ (ข้อสอบปรนัย) ของ 002406 ชีวิตและสุขภาพ

บรรยาย กลางภาค (44 ข้อ 22 คะแนน)

ลำดับ	หัวข้อ	สัดส่วนคะแนน	จำนวนข้อสอบ (ข้อ)
1.	บทนำสู่ชีวิตและสุขภาพ	2	4
2.	ประเมินสมรรถภาพทางกาย	2	4

[6] เช่น การสอบกลางภาค การสอบปลายภาค การทดสอบย่อย การทำแบบฝึกหัดหรืองานมอบหมาย โครงงาน การเขียนรายงาน การเข้าชั้นเรียน การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอน เป็นต้น (e.g. mid-term exam, final exam, quiz, exercises or assignments, projects, term paper, attendance, participation, etc.)

3.	การตรวจร่างกายเพื่อการป้องกันและการดูแลสุขภาพ	5	10
4.	การประเมินร่างกายตนเองเบื้องต้น และท่าทางในอิริยาบถต่างๆ	5	10
5.	การตรวจร่างกายเบื้องต้นในผู้สูงอายุ	3	6
6.	อาหารน้ำและสุขภาพที่ดี	5	10

Activity/งานที่ได้รับมอบหมาย กลางภาค (19 คะแนน)

ลำดับ	หัวข้อ	สัดส่วนคะแนน
1.	ประเมินสมรรถภาพทางกาย	3
2.	ฝึกปฏิบัติการประเมินสุขภาพกาย และการปรับปรุงท่าทางในอิริยาบถต่าง ๆ	4
3	การตรวจการทำงานของระบบหัวใจและหลอดเลือดโดยการประเมินสัญญาณชีพในผู้สูงอายุ	3
4.	กิจกรรมนันทนาการ 1	4
5.	กิจกรรมนันทนาการ 2	5

ตารางสรุปหัวข้อการสอบ (ข้อสอบปรนัย) ของ 002406 ชีวิตและสุขภาพ

บรรยาย ปลายภาค (52 ข้อ 26 คะแนน)

ลำดับ	หัวข้อ	สัดส่วนคะแนน	จำนวนข้อสอบ (ข้อ)
1.	ยาและผลิตภัณฑ์ที่เป็นปัญหาในวัยต่างๆ	3	6
2.	ภัยสังคมในวัยรุ่น	3	6
3.	การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน	5	10
4.	โรคระบาดใหม่ที่น่าสนใจในปัจจุบัน	4	8
5.	สิทธิการรักษาพยาบาล	4	8
6.	การออกกำลังกายเพื่อสร้างเสริมสุขภาพ	4	8
7.	สุขภาพใจ	3	6

Activity/งานที่ได้รับมอบหมาย ปลายภาค (23 คะแนน)

ลำดับ	หัวข้อ	สัดส่วนคะแนน
1.	การป้องกันตนเองจากภัยสังคม (1) : เทควันโด	4
2.	การป้องกันตนเองจากภัยสังคม (2) : ฮับกิโด	
3.	โปรแกรมดูแลสุขภาพออนไลน์	4
4.	การประยุกต์ใช้เทคโนโลยีเพื่อการดูแลสุขภาพ	3
5.	การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน	4
6.	ภัยธรรมชาติและอุบัติเหตุ	4
7.	Infographics การดูชีวิตและสุขภาพ จากความรู้ที่ได้ในรายวิชา	4

หมายเหตุ Assignment การจัดทำ Infographics นั้นจะให้นิสิตออกแบบโปสเตอร์บูรณาการความรู้ และสิ่งที่ได้รับจากเนื้อหาการเรียน (รวมคาบที่เป็นกิจกรรมด้วย) อย่างน้อย 8 บทเรียนที่นิสิตจะนำไปใช้ในชีวิตของนิสิต (นิสิตเลือกได้เองตามความต้องการของนิสิต ตั้งแต่คาบแรกจนถึงคาบสุดท้าย) ส่งได้ตั้งแต่วันนี้ถึง ภายใน **25 กุมภาพันธ์ 2570** **ก่อนเที่ยงคืนตามเวลาประเทศไทย** ส่งที่ MS Team

กำหนดให้ตั้งชื่อไฟล์เป็น รหัสนิสิต_นามสกุล (ภาษาไทย) และขนาดโปสเตอร์ (หน้าเดียว) 3456x4608 พิกเซล ส่งในรูปแบบ pdf ทั้งนี้เนื่องจากข้อจำกัดในการส่งไฟล์ **ขอให้นิสิตอัปโหลดไฟล์ลงใน google drive ของนิสิต แล้ว copy link หรือแชร์ link จาก Canva เพื่อนำมา share ลงใน assignment (ไม่ให้อัปโหลดไฟล์ในลง assignment โดยตรง)** หากมีข้อสงสัยเพิ่มเติมสามารถสอบถามได้ที่ผู้รับผิดชอบรายวิชา

2. การประเมินผลรายวิชา (Course Evaluation)

- เกณฑ์การประเมินผล : อิงเกณฑ์เกรดเรียงลำดับ A B+ B C+ C D+ D F (ตารางเกรด)
- นิสิตที่มาสอบสายเกินกว่าเวลาที่กำหนดหรือขาดสอบต้องแสดงหลักฐานในเหตุสุดวิสัย หากไม่มีเหตุสุดวิสัยจะถือว่าขาดสอบโดยไม่อนุญาตให้เข้าสอบและจะไม่ได้รับคะแนนสอบครั้งนั้นๆ

เกรด Grade	ช่วงเกรด Grade Intervals
A	80+
B+	75 - 79
B	70 - 74
C+	65 - 69
C	60 - 64
D+	55 - 59
D	50 - 54
F	0 - 49

วรุณนภา ศรีโสภาพ (ลงชื่อ/Signature)

(รองศาสตราจารย์ ดร.วรุณนภา ศรีโสภาพ) (ชื่อ/Name)

ผู้รับผิดชอบรายวิชา/Instructor or Course Co-Ordinator)

วันที่รายงาน / Date of Report 21 กันยายน 2569