



คณะสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

Allied Health Sciences, Naresuan University

รายละเอียดของรายวิชาและแผนการจัดการเรียนการสอน

Course Specifications and Syllabus

ปรัชญาการศึกษา (Philosophy of Education) มหาวิทยาลัยนเรศวร

การศึกษาทำให้บุคคลมีความรู้ พ้นจากอวิชชา (ความไม่รู้) มีความเข้มแข็งทางกายและใจ มีคุณธรรมจริยธรรม มีสำนึกสาธารณะ ภูมิใจในชาติและโอภาปราศรัยความหลากหลาย และเป็นพลเมืองที่มีความรับผิดชอบต่อประเทศและต่อโลก

ปรัชญาการศึกษา คณะสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

จัดการศึกษาที่มุ่งผลลัพธ์การเรียนรู้ของหลักสูตร มีมาตรฐานวิชาชีพ และพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อสร้างบุคลากรทางด้านสหเวชศาสตร์รองรับการเปลี่ยนแปลงในโลกอนาคต

รหัสวิชา 002406

ชื่อวิชา ชีวิตและสุขภาพ

Life and Health

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของรายวิชา

Section 1 General Information of the Course

1. รหัสและชื่อรายวิชา (Course Code and Course Title)

002406 ชีวิตและสุขภาพ

002406 Life and health

2. สังกัดรายวิชา

☒ คณะสหเวชศาสตร์

☐ มหาวิทยาลัย (งานจัดการวิชาศึกษาทั่วไป กองบริการการศึกษา)

3. จำนวนหน่วยกิต (Credits) ☒ 3(2-2-5) ☐ 3(3-0-6) ☐ 1(0-2-1)

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

☐ กลุ่มภาษาและการสื่อสาร (ภาษาอังกฤษและภาษาไทย)

☐ กลุ่มความรู้เพื่อการใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพ

☐ กลุ่มการพัฒนาทักษะและลักษณะบุคคล

☒ กลุ่มการพัฒนาสุขภาพกายและจิต

☐ กลุ่มการเป็นพลเมืองไทยและพลโลกเพื่อสังคมที่ยั่งยืน

6. ภาคการศึกษา/ปีการศึกษา (Semester/Academic Year)

☒ ภาคเรียนต้น ☐ ภาคเรียนปลาย ☐ ภาคเรียนฤดูร้อน ปีการศึกษา 2568

7. อาจารย์ที่รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน (Instructors)

ชื่อ - นามสกุล	ตำแหน่ง	ติดต่อ
1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กนก จุฑาลักษณ์ กองสุข	ผู้รับผิดชอบรายวิชา	ติดต่อ e-mail และ MS Team: jutalukk@nu.ac.th
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาชื่น โพทัพ	ผู้ประสานงานรายวิชา	ติดต่อ e-mail และ MS Team: pachuenp@nu.ac.th
1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กนก จุฑาลักษณ์ กองสุข	ผู้สอน	ติดต่อ e-mail: jutalukk@nu.ac.th
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กิตติศักดิ์ แก้วนาชม	ผู้สอน	ติดต่อ e-mail: kittisakt@nu.ac.th
3. อาจารย์ กนก.กวินทรา สิทธิไกรพงษ์	ผู้สอน	ติดต่อ e-mail: kawintras@nu.ac.th

ชื่อ - นามสกุล	ตำแหน่ง	ติดต่อ
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กนกวรรณ เดมีย์กุล	ผู้สอน	ติดต่อ e-mail: kanokwansa@nu.ac.th
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภก. วรวุฒิ เกรียงไกร	ผู้สอน	ติดต่อ e-mail: worawutkr@nu.ac.th
6. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรธเนศ สีนาค	ผู้สอน	ติดต่อ e-mail: pornthanates@nu.ac.th
7. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยอหดทัย ทองศรี	ผู้สอน	ติดต่อ e-mail: yordhathait@nu.ac.th
9. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาชื่น โพทัพ	ผู้สอน	ติดต่อ e-mail: pachuenp@nu.ac.th
10. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เชาวนี ล่องชุมพล	ผู้สอน	ติดต่อ e-mail: chaowaneel@nu.ac.th
11. อาจารย์กรกช แจ่มจันทร์	ผู้สอน	ติดต่อ e-mail: korakot.chamchan@crc.ac.th
1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภก.จุฬาลักษณ์ กองสุข	ผู้ช่วยสอน	ติดต่อ e-mail: jutalukk@nu.ac.th
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มณฑาทิพย์ ภูมิวนิชชา	ผู้ช่วยสอน	ติดต่อ e-mail: montatippo@nu.ac.th
3. อาจารย์ ดร.มันทนา วาดโรสง	ผู้ช่วยสอน	ติดต่อ e-mail: munthanaw@nu.ac.th
4. อาจารย์ ภก.ปารวี มุสิกรัตน์	ผู้ช่วยสอน	ติดต่อ e-mail: paraveem@nu.ac.th
5. อาจารย์ ภก.ฉัตรสุดา ศรีบุรี	ผู้ช่วยสอน	ติดต่อ e-mail: chatsudas@nu.ac.th
6. อาจารย์ ภก.กวินทรา สิทธิไกรพงษ์	ผู้สอน	ติดต่อ e-mail: kawintras@nu.ac.th
7. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ดวงพร ปิยะคง	ผู้ช่วยสอน CPR	ติดต่อ e-mail: -
8. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทยุตา อินทร์แก้ว	ผู้ช่วยสอน CPR	ติดต่อ e-mail: -
9. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธิดารัตน์ คำบุญ	ผู้ช่วยสอน CPR	ติดต่อ e-mail: -
10. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อินทิรา ปากันทะ	ผู้ช่วยสอน CPR	ติดต่อ e-mail: -
11. อาจารย์ ดร. แสงเดือน อภิรัตน์วงศ์	ผู้ช่วยสอน CPR	ติดต่อ e-mail: -
1. ว่าที่ร้อยโท ธนสาร สิกขิธรรมากร	วิทยากรภายนอก	ติดต่อ e-mail: thanasann@nu.ac.th
2. ว่าที่ร้อยตรี ธนกฤต รสแก้ว	วิทยากรภายนอก	ติดต่อ e-mail: thanasann@nu.ac.th
3. อาจารย์ทัศนชัย ชูราศรี	วิทยากรภายนอก	ติดต่อ e-mail: thanasann@nu.ac.th
4. อาจารย์ปณรต หาญเจริญพนา	วิทยากรภายนอก	ติดต่อ e-mail: thanasann@nu.ac.th
5. อาจารย์กาญจนา เครือแก้ว	วิทยากรภายนอก	ติดต่อ e-mail: thanasann@nu.ac.th
6. อาจารย์กชกร แจ่มจันทร์	วิทยากรภายนอก	ติดต่อ e-mail: korakot.chamchan@crc.ac.th

8. วัน เวลาเรียน เรียนทุกวันอังคาร เวลา 13.00-14.50 น. และ ทุกวันพฤหัสบดี เวลา 13.00-14.50 น.

9. สถานที่เรียน (Classroom) ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร และอาคารโดม มน กองกิจการนิสิต

10. วันเดือนปีที่ปรับปรุงเนื้อหาสาระรายวิชา (Date of course modifications) 13/06/2568

หมวดที่ 2 รายละเอียดเนื้อหาและกิจกรรมการเรียนการสอน

Section 2 Course Content and Teaching and Learning Activities

1. ผลลัพธ์การเรียนรู้

1.1 ผลลัพธ์การเรียนรู้ตามมาตรฐานคุณวุฒิอุดมศึกษา 2565

ด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ (โดยสรุป)
1. ความรู้ (knowledge)	ความรู้ที่จำเป็นและเพียงพอต่อการนำไปต่อยอดความรู้ ปรับใช้ความรู้ เพื่อการพัฒนางาน
2. ทักษะ (skills)	1. ทักษะการเรียนรู้ การเรียนรู้ด้วยตนเองในการปฏิบัติ 2. ด้านดิจิทัล
3. จริยธรรม (ethics)	1. การกระทำที่เป็นไปตามกฎกติกา และเกิดประโยชน์ต่อสังคม 2. การหลีกเลี่ยงการกระทำสิ่งที่ผิดกฎกติกาของสังคม และไม่ทำผิดกฎหมาย
4. ลักษณะบุคคล (character)	1. ลักษณะบุคคลทั่วไป (เช่น บุคลิกที่น่าเชื่อถือ เป็นมิตร มีเสน่ห์ เป็นผู้นำ นิยมนำความรู้ไปเรียน กล้าแสดงออก กล้าตัดสินใจ รักการทำงานเป็นทีม คิดอย่างมีวิจารณญาณ ฯลฯ) 2. ลักษณะบุคคลตามวิชาชีพ หรือตามศาสตร์ที่เกี่ยวข้อง

1.2 ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง (Expected Learning Outcomes – ELOs) หมวดวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยนเรศวร

ELOs	รายละเอียด ELOs	ผลลัพธ์การเรียนรู้ตามมาตรฐาน คุณวุฒิอุดมศึกษา 2565
ELO1	สามารถอธิบายเนื้อหา แนวคิด และหลักการในรายวิชาที่เรียนและสามารถประยุกต์หรือเชื่อมโยง ความรู้ นั้น กับการทำงานและชีวิตประจำวันได้	- ความรู้ (knowledge) - ทักษะ (skills)
ELO2	สามารถคิดวิเคราะห์และวิพากษ์อย่างมีเหตุผลและมีวิจารณ์ญาณ สามารถประมวลและประเมินข้อมูล และสารสนเทศจากสื่อต่าง ๆ ได้อย่างสมเหตุสมผล และสามารถใช้ทักษะเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต	- ทักษะ (skills) - ลักษณะบุคคล (character)
ELO3	สามารถใช้ภาษาในการสื่อสาร ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ หรืออาจรวมถึงภาษาอื่นได้อย่างมี ประสิทธิภาพ และสามารถใช้ภาษา สื่อ และเทคโนโลยีที่เหมาะสม เพื่อการใช้ชีวิต และเพื่อการ แสวงหาความรู้ใหม่ได้ด้วยตนเอง	- ทักษะ (skills) - ลักษณะบุคคล (character)
ELO4	สามารถทำงานเป็นทีม แสดงออกซึ่งความเป็นผู้นำและผู้ตามได้อย่างเหมาะสม สามารถแก้ปัญหาได้ อย่างเหมาะสม แสดงออกซึ่งความคิดสร้างสรรค์ และความสามารถในการปรับตัว	- ทักษะ (skills) - ลักษณะบุคคล (character)
ELO5	แสดงออกซึ่งคุณธรรมจริยธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต จิตสาธารณะ ความมีวินัย ความรับผิดชอบ ปฏิบัติตาม กฎหมาย และเคารพสิทธิเสรีภาพของผู้อื่น	- จริยธรรม (ethics) - ลักษณะบุคคล (character)
ELO6	แสดงออกถึงความเป็นพลเมืองที่ดีของประเทศและของโลก ความเข้าใจสภาพการณ์ของประเทศและ ของโลก ความภูมิใจในชาติ และความเข้าใจและการยอมรับความหลากหลายในสังคมไทยและสังคม โลก	- จริยธรรม (ethics) - ลักษณะบุคคล (character)
ELO7	สามารถปฏิบัติตนให้มีความเข้มแข็งทั้งร่างกายและจิตใจ	- ลักษณะบุคคล (character) - ความรู้ (knowledge)

2. ผลลัพธ์การเรียนรู้ของรายวิชา¹ และความสอดคล้องกับผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง (Expected Learning Outcomes – ELOs) หมวดวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัย
นเรศวร

CLO	ผลลัพธ์การเรียนรู้ของรายวิชา Course Learning Outcomes (CLOs)	กิจกรรมการเรียนการสอน Teaching & Learning Activities	วิธีการประเมิน Assessment Methods	ความสอดคล้อง กับผลลัพธ์การเรียนรู้ที่ คาดหวัง หมวดวิชาศึกษาทั่วไป Alignment with ELOs
1	ปฏิบัติตนเป็นคนตรงต่อเวลา มีจิตสาธารณะ (GLOs)	- การเข้าชั้นเรียน - การมอบหมายงาน	- ประเมินการเข้าชั้นเรียน การตรงต่อเวลา - ประเมินความตรงต่อเวลาในการส่งงานที่ได้รับมอบหมาย	5
2	อธิบายความรู้เพื่อนำไปพัฒนาการทำงานและ ชีวิตประจำวัน (SSLOs)	- บรรยาย และยกตัวอย่าง ประกอบ - การฝึกปฏิบัติ	- การสอบบรรยาย - การซักถาม	1
3	แสดงออกซึ่งการเชื่อมโยงความรู้ที่เรียนไปประยุกต์ใช้ในการ การดูแลตนเองในชีวิตประจำวันได้ (GLOs)	- การมอบหมายงาน	- การประเมินงานที่มอบหมาย	7
4	แสดงออกซึ่งการทำงานเป็นทีม และมีความเป็นผู้นำ (GLOs)	- การมอบหมายงาน - งานกลุ่ม	- ประเมินพฤติกรรมที่มีส่วนร่วมในการทำงานร่วมกับผู้อื่น	4
5	แสดงออกถึงมีมนุษยสัมพันธ์ และการยอมรับความ หลากหลายทางความคิดของผู้อื่นได้ (GLOs)	- การมอบหมายงาน - งานกลุ่ม	- ประเมินพฤติกรรมที่มีมนุษยสัมพันธ์ และการยอมรับ ความหลากหลายทางความคิดของผู้อื่น	6
6	วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุปประเด็นเนื้อหา และใช้ เทคโนโลยีในการนำเสนอได้ (GLOs)	- การมอบหมายงาน	- การประเมินงานที่มอบหมาย	2
7	สื่อสารกับผู้อื่นโดยใช้เทคโนโลยีในการนำเสนอได้ (GLOs)	- การมอบหมายงาน	- การประเมินงานที่มอบหมาย	3

¹ ควรใช้คำกริยาที่แสดงผลลัพธ์เชิงพฤติกรรมตาม Bloom's Taxonomy (It is recommended that action verbs showing students' expected behavioral outcomes based on Bloom's Taxonomy be used.)

3. แผนการสอน (Course Plan)

ครั้งที่ No	หัวข้อที่สอน Topic	สถานที่เรียน Location	ความ สอดคล้องกับ CLO (Alignment with CLO)	กิจกรรมการ เรียนการสอน Teaching & Learning Activities	วิธีการ ประเมิน ² Assessment Methods	ผู้รับผิดชอบสอน
1. อังคาร 24 มิ.ย. 68 (13.00-14.50)	แนะนำกระบวนรายวิชา/ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง/(ช่วง เพิ่ม-ถอนรายวิชา) LEC 1: บทนำสู่ชีวิตและสุขภาพ	ศึกษาวิดีโอใน Microsoft teams ไม่มีเรียนในห้องเรียน	1-3, 6-7	การบรรยาย อภิปราย สาธิต และ ยกตัวอย่างประกอบ	Assignment/ Report	อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา ผศ.ดร.ภก.จุฑาลักษณ์
2. พฤ 26 มิ.ย. 68 (13.00-14.50)	LEC 2: ประเมินสมรรถภาพทางกาย	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 6-7	บรรยาย สาธิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.ภก.จุฑาลักษณ์
3. อังคาร 1 ก.ค. 68 (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.ภก.จุฑาลักษณ์ อ. ภก.กวินทรา อ. ภก.ปารวี อ.ภก.ฉัตรสุตา
4. พฤ 3 ก.ค. 68 (13.00-14.50)	LEC 3: การตรวจร่างกายเพื่อการป้องกันและการดูแลสุขภาพ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 6-7	บรรยาย สาธิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.กิตติศักดิ์

² ควรเป็นส่วนหนึ่งของน้ำหนักคะแนน (This part of assessment should account for the overall assessment weight.)

ครั้งที่ No	หัวข้อที่สอน Topic	สถานที่เรียน Location	ความ สอดคล้องกับ CLO (Alignment with CLO)	กิจกรรมการ เรียนการสอน Teaching & Learning Activities	วิธีการ ประเมิน ² Assessment Methods	ผู้รับผิดชอบสอน
5. อังคาร 8 ก.ค. 68 (13.00-14.50)	LEC 4: การประเมินร่างกายตนเองเบื้องต้น และท่าทาง ในอิริยาบถต่าง ๆ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 6-7	บรรยาย สาคิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	อ.ภก.กวิณทรา
พฤ 10 ก.ค. 68 (13.00-14.50)	วันหยุด วันอาสาฬหบูชา					
6. อังคาร 15 ก.ค. 68 (13.00-14.50)	ACTIVITY 2: ฝึกปฏิบัติการประเมินสุขภาพกาย และ การปรับปรุงท่าทางในอิริยาบถต่าง ๆ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-5	ฝึกปฏิบัติ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	อ.ภก.กวิณทรา ผศ.ดร.ภก.จุฑาลักษณ์ อ.ภก.ฉัตรสุตา อ.ภก.ปารวี
7. พฤ 17 ก.ค. 68 (13.00-14.50)	LEC 5: นันทนาการ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 6-7	บรรยาย สาคิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.ภก.จุฑาลักษณ์
8. อังคาร 22 ก.ค. 68 (13.00-14.50)	LEC 6: การตรวจร่างกายเบื้องต้นในผู้สูงอายุ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 6-7	บรรยาย สาคิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.กนกวรรณ

ครั้งที่ No	หัวข้อที่สอน Topic	สถานที่เรียน Location	ความ สอดคล้องกับ CLO (Alignment with CLO)	กิจกรรมการ เรียนการสอน Teaching & Learning Activities	วิธีการ ประเมิน ² Assessment Methods	ผู้รับผิดชอบสอน
9. พฤ 24 ก.ค. 68 (13.00-14.50)	ACTIVITY 3: การตรวจการทำงานของระบบหัวใจและ หลอดเลือดโดยการประเมินสัญญาณชีพในผู้สูงอายุ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-5	ฝึกปฏิบัติ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.กนกวรรณ ผศ.ดร.มนฑาทิพย์ ดร.มันทนา อ.กภ.ปารวี
10. อังคาร 29 ก.ค. 68 (13.00-14.50)	LEC 7: การประยุกต์ใช้เทคโนโลยีเพื่อการดูแลสุขภาพ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 6-7	บรรยาย สาธิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.กิตติศักดิ์
11. พฤ 31 ก.ค. 68 (13.00-14.50)	LEC 8: อาหารและน้ำและสุขภาพที่ดี	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 6-7	บรรยาย สาธิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.กิตติศักดิ์
12. อังคาร 5 ส.ค. 68 (13.00-14.50)	ACTIVITY 4: นันทนาการ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-5	ฝึกปฏิบัติ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.กภ.จุฑาลักษณ์
13. 9-17 ส.ค. 68	สอบบรรยายกลางภาค	ติดตามกบศ กำหนด	1-3	จัดตามกบศ กำหนด	1. สอบบรรยาย 2. การเข้าห้องสอบ ตรงตามเวลา การ แต่งกายถูกระเบียบ และการไม่ทุจริตใน การทำการสอบ	ผศ.ดร.กภ.จุฑาลักษณ์

ครั้งที่ No	หัวข้อที่สอน Topic	สถานที่เรียน Location	ความ สอดคล้องกับ CLO (Alignment with CLO)	กิจกรรมการ เรียนการสอน Teaching & Learning Activities	วิธีการ ประเมิน ² Assessment Methods	ผู้รับผิดชอบสอน
14. อังคาร 19 ส.ค. 68 (13.00-14.50)	ACTIVITY 5: การป้องกันตนเองจากภัยสังคม (1) : เทควันโด	อาคารอเนกประสงค์ มน กองกิจการ นิสิต	1-5	ฝึกปฏิบัติ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ว่าที่ร้อยโท ธนสาร ลิกขิธรรมากร ว่าที่ร้อยตรี ธนกฤต รสแก้ว อาจารย์ทัศนชัย ชูราศรี อาจารย์ปิ่นรส หาญเจริญพนา อาจารย์กาญจนา เครือแก้ว
15. พฤ 21 ส.ค. 68 (13.00-14.50)	LEC 9: ภัยสังคมในวัยรุ่น	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 6-7	บรรยาย สาธิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.พรธเนศ
16. อังคาร 26 ส.ค. 68 (13.00-14.50)	ACTIVITY 6: การป้องกันตนเองจากภัยสังคม (2) : ฮักกีโด	อาคารอเนกประสงค์ มน กองกิจการ นิสิต	1-5	ฝึกปฏิบัติ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ว่าที่ร้อยโท ธนสาร ลิกขิธรรมากร ว่าที่ร้อยตรี ธนกฤต รสแก้ว อาจารย์ทัศนชัย ชูราศรี อาจารย์ปิ่นรส หาญเจริญพนา อาจารย์กาญจนา เครือแก้ว
17. พฤ 28 ส.ค. 68 (13.00-14.50)	ACTIVITY 7: โปรแกรมดูแลสุขภาพออนไลน์	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 6-7	บรรยาย สาธิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.กิตติศักดิ์
18. อังคาร 2 ก.ย. 68 (13.00-14.50)	LEC 10: ยาและผลิตภัณฑ์ที่เป็นปัญหาในวัยต่าง ๆ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 6-7	บรรยาย สาธิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.ภก.วรวิทย์ เกรียงไกร

ครั้งที่ No	หัวข้อที่สอน Topic	สถานที่เรียน Location	ความ สอดคล้องกับ CLO (Alignment with CLO)	กิจกรรมการ เรียนการสอน Teaching & Learning Activities	วิธีการ ประเมิน ² Assessment Methods	ผู้รับผิดชอบสอน
19. พฤ 4 ก.ย. 68 (13.00-14.50)	LEC 11: โรคระบาดใหม่ที่น่าสนใจในปัจจุบัน	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 6-7	บรรยาย สาคิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.ยอดหทัย
20. อังคาร 9 ก.ย. 68 (13.00-14.50)	ACTIVITY 8: สอนเสริมตามความต้องการของนิสิต	ไม่มีเรียนในห้องเรียน	1-5	บรรยาย สาคิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.ภก.จุฑาลักษณ์
21. พฤ 11 ก.ย. 68 (13.00-14.50)	LEC 12: ภัยธรรมชาติและอุบัติเหตุ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 6-7	บรรยาย สาคิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.ภก.จุฑาลักษณ์
22. อังคาร 16 ก.ย. 68 (13.00-14.50)	LEC 13: การออกกำลังกายเพื่อสร้างเสริมสุขภาพ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 6-7	บรรยาย สาคิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	อ.ภก.กวิณทรา
23. พฤ 18 ก.ย. 68 (13.00-14.50)	LEC 14: สิทธิการรักษาพยาบาล	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 6-7	บรรยาย สาคิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.พาชื่น

ครั้งที่ No	หัวข้อที่สอน Topic	สถานที่เรียน Location	ความ สอดคล้องกับ CLO (Alignment with CLO)	กิจกรรมการ เรียนการสอน Teaching & Learning Activities	วิธีการ ประเมิน ² Assessment Methods	ผู้รับผิดชอบสอน
24. อังคาร 23 ก.ย. 68 (13.00-14.50)	LEC 15: การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 6-7	ฝึกปฏิบัติ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	อาจารย์กษกร แจ่มจันทร์
25. พฤ 25 ก.ย. 68 (13.00-14.50)	ACTIVITY 9: การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-5	ฝึกปฏิบัติ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.ภก.จุฑาลักษณ์/ ผศ.ดร. ดวงพร ผศ.ดร. ทยุตา ผศ.ดร. ธิติรัตน์ ผศ.ดร. อินทิรา อาจารย์ ดร.แสงเดือน
26. อังคาร 30 ก.ย. 68 (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.ภก.จุฑาลักษณ์/ ผศ.ดร. ดวงพร ผศ.ดร. ทยุตา ผศ.ดร. ธิติรัตน์ ผศ.ดร. อินทิรา อาจารย์ ดร.แสงเดือน
27. พฤ 2 ต.ค. 68 (13.00-14.50)	LEC 16: สุขภาพใจ	ห้องปราบ 62 อาคารปราบไตรจักร	1-3, 6-7	บรรยาย สานิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.เชาวนี ผศ. ดร. ภก.จุฑาลักษณ์ ผศ.ดร.พาชื่น

ครั้งที่ No	หัวข้อที่สอน Topic	สถานที่เรียน Location	ความ สอดคล้องกับ CLO (Alignment with CLO)	กิจกรรมการ เรียนการสอน Teaching & Learning Activities	วิธีการ ประเมิน ² Assessment Methods	ผู้รับผิดชอบสอน
28. อังคาร 7 ต.ค. 68 (13.00-14.50)	ACTIVITY 11: สอนเสริมตามความต้องการของนิสิต	ไม่มีเรียนในห้องเรียน	1-5	บรรยาย สาคิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.ภก.จุฑาลักษณ์
29. พฤ 9 ต.ค. 68 (13.00-14.50)	ACTIVITY 12: สอนเสริมตามความต้องการของนิสิต	ไม่มีเรียนในห้องเรียน	1-5	บรรยาย สาคิต และ ยกตัวอย่างประกอบ 13.00-14.50 น. (2 ชม.)	Assignment/ Report Examination/ Quiz	ผศ.ดร.ภก.จุฑาลักษณ์
30. 11-26 ต.ค. 68	สอบบรรยายปลายภาค	ติดตามกบศ กำหนด	1-3	จัดตามกบศ กำหนด	1. สอบบรรยาย 2. การเข้าห้องสอบ ตรงตามเวลา การ แต่งกายถูกระเบียบ และการไม่ทุจริตใน การทำการสอบ	ผศ.ดร.ภก.จุฑาลักษณ์
รวมจำนวนชั่วโมง (ไม่นับชั่วโมงสอบภาคบรรยายและปฏิบัติ) (บรรยาย:ปฏิบัติการ)	45 ชม (15 :30 ชม)					

4. หนังสือ ตำรา สื่อ ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน (Coursebook/Textbook/Learning Resources)

[ระบุ/specify]

- สุวรรณแสง โมโนยพงศ์ คู่มือตรวจผู้ป่วยนอก พิมพ์ครั้งที่ 13 กรุงเทพฯ: วี.เจ.พรินต์ติ้ง, 2550.
- สมพงษ์ บัวแย้ม เคล็ดลับการดูแลสุขภาพ กินดีไม่มีโรค กรุงเทพฯ: วรวิดิการพิมพ์, 2554.
- ปัจจุบัน เหมหงษา การดูแลสุขภาพแบบธรรมชาติ กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการสาธารณสุขมูลฐาน, 2541.
- วิโรจน์ อารีย์กุล การดูแลสุขภาพและการให้คำแนะนำวัยรุ่น พิมพ์ครั้งที่ 1 กรุงเทพฯ: วิทยาลัยแพทยศาสตร์พระมงกุฎเกล้า, 2553.
- พรพิมล ศิริกุล เคล็ดลับสุขภาพดี ไม่มีวันป่วย กรุงเทพฯ: เก็ทไอเดีย, 2555.
- สุรจิต สุนทรธรรม ระบบหลักประกันสุขภาพไทย พิมพ์ครั้งที่ 1 กรุงเทพฯ: 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: ประชุมทองพรินต์ติ้งกรุ๊ป; 2540.
- มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. เอกสารการสอนชุดวิชา การประกันชีวิตและการวินาศภัย กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช; 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)

CLO	วิธีการประเมินผลนิสิต ³	ครั้งที่ประเมิน	สัดส่วนของการประเมินผล
1	จิตพิสัย การเข้าชั้นเรียน วัดจากการส่ง Quiz ส่งงานที่มอบหมาย	1-30	10%
2-7	รายงานปฏิบัติการ/งานที่ได้รับมอบหมาย	1-30	38%
2	การสอบกลางภาค (LEC: 1- 8)	15	22%
2	การสอบปลายภาค (LEC: 9- 16)	30	30%
	รวม		100%

วิธีการประเมิน	น้ำหนักคะแนน							รวม
	ELO 5	ELO 1	ELO 7	ELO 4	ELO 6	ELO 2	ELO 3	
	CLO 1 10% (ผ่าน 5 %)	CLO 2 56% (ผ่าน 28 %)	CLO 3 15% (ผ่าน 8 %)	CLO 4 4% (ผ่าน 2 %)	CLO 5 4% (ผ่าน 2 %)	CLO 6 4% (ผ่าน 2 %)	CLO 7 4% (ผ่าน 2 %)	
1. จิตพิสัย การเข้าชั้นเรียน วัดจากการส่ง Quiz ส่งงานที่ มอบหมาย (10%)	10							10
2. รายงานปฏิบัติการ/งานที่ ได้รับมอบหมาย (38%)		7	15	4	4	4	4	38
3. การสอบกลางภาค (LEC: 1- 8) (22%)		22						22
4. การสอบปลายภาค (LEC: 9- 16) (30%)		30						30
รวม	10	56	15	4	4	4	4	100

³ เช่น การสอบกลางภาค การสอบปลายภาค การทดสอบย่อย การทำแบบฝึกหัดหรืองานมอบหมาย โครงการ การเขียนรายงาน การเข้าชั้นเรียน การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอน เป็นต้น (e.g. mid-term exam, final exam, quiz, exercises or assignments, projects, term paper, attendance, participation, etc.)

ตารางสรุปหัวข้อการสอบ (ข้อสอบปรนัย) ของ 002406 ชีวิตและสุขภาพ

บรรยาย กลางภาค (44 ข้อ 22 คะแนน)

ลำดับ	หัวข้อ	สัดส่วนคะแนน	จำนวนข้อสอบ (ข้อ)
1.	บทนำสู่ชีวิตและสุขภาพ	2	4
2.	ประเมินสมรรถภาพทางกาย	2	4
3.	การตรวจร่างกายเพื่อการป้องกันและการดูแลสุขภาพ	5	10
4.	การประเมินร่างกายตนเองเบื้องต้น และทำทางในอิริยาบถต่าง ๆ	5	10
5.	การตรวจร่างกายเบื้องต้นในผู้สูงอายุ	3	6
6.	อาหารน้ำและสุขภาพที่ดี	5	10

Activity/งานที่ได้รับมอบหมาย กลางภาค (19 คะแนน)

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

ตารางสรุปหัวข้อการสอบ (ข้อสอบปรนัย) ของ 002406 ชีวิตและสุขภาพ

บรรยาย ปลายภาค (60 ข้อ 30 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.	ภัยธรรมชาติและอุบัติเหตุ	4	8
8.	สุขภาพใจ	3	6

Activity/งานที่ได้รับมอบหมาย ปลายภาค (19 คะแนน)

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

หมายเหตุ Assignment การจัดทำ Infographics นั้นจะให้ นิสิตออกแบบโปสเตอร์บูรณาการความรู้ และสิ่งที่ได้รับจากเนื้อหาการเรียน (รวมคาบที่เป็นกิจกรรมด้วย) อย่างน้อย 8 บทเรียนที่นิสิตจะนำไปใช้ในชีวิตของนิสิต (นิสิตเลือกได้เองตามความต้องการของนิสิตตั้งแต่ คาบแรกจนถึงคาบสุดท้าย) ส่งภายใน **18 ตุลาคม 2568 ก่อนเที่ยงคืนตามเวลาประเทศไทย** โดยนิสิตสามารถส่งที่ View assignment: "Infographics" ใน MS Team

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

2. การประเมินผลรายวิชา (Course Evaluation)

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

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

(ลงชื่อ/Signature)

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จุฑาลักษณ์ กองสุข) (ชื่อ/Name)

ผู้รับผิดชอบรายวิชา/Instructor or Course Co-Ordinator)

วันที่รายงาน / Date of Report 13 มิถุนายน 2568