

รายละเอียดของรายวิชา

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา มหาวิทยาลัยแม่โจ้ MAEJO UNIVERSITY
วิทยาเขต/คณะ/ภาควิชา มหาวิทยาลัยแม่โจ้ วิทยาเขตชุมพร MAEJO UNIVERSITY AT CHUMPHON

หมวดที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป

๑. รหัสและชื่อรายวิชา ศท013 สุขภาพเพื่อการดำรงชีวิต
๒. จำนวนหน่วยกิต บรรยาย-ปฏิบัติ-ศึกษาด้วยตนเอง 3 หน่วยกิต (1-4-4)
๓. หลักสูตรและประเภทของรายวิชา ศึกษาทั่วไป
๔. อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา ๔.๑ อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา อาจารย์เชษฐ ใจเพชร ๔.๒ อาจารย์ผู้สอน อาจารย์เชษฐ ใจเพชร
๕. ภาคการศึกษา / ชั้นปีที่เรียนภาค 1 ปีการศึกษา 2556 ชั้นปีที่เรียน 1 ตามแผนการศึกษาของหลักสูตรรัฐศาสตรบัณฑิต สาขาวิชารัฐศาสตร์
๖. รายวิชาที่ต้องเรียนมาก่อน (pre-requisite) (ถ้ามี) ไม่มี
๗. รายวิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน (co-requisites) (ถ้ามี) ไม่มี
๘. สถานที่เรียน ห้อง301 อาคาร 80 ปี
๙. วันที่จัดทำหรือปรับปรุงรายละเอียดของรายวิชาครั้งล่าสุด ไม่มีข้อมูล

หมวดที่ ๒ จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์

<p><b>๑. จุดมุ่งหมายของรายวิชา</b></p> <p>การที่นักศึกษาได้เรียนรู้วิชา ศท 013 สุขภาพเพื่อการดำรงชีวิต จะทำให้นักศึกษาเกิดความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวข้องกับสุขภาพอย่างถูกต้อง และนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้กับการดำรงชีวิตในแต่ละวันของนักศึกษา</p>
<p><b>๒. วัตถุประสงค์ในการพัฒนา/ปรับปรุงรายวิชา</b></p> <p>มีการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันและมีการปฏิบัติจริง</p>

### หมวดที่ ๓ ลักษณะและการดำเนินการ

<p><b>๑. คำอธิบายรายวิชา</b></p> <p>ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพ การบริหารจัดการสุขภาพ และการสร้างเสริมสุขภาพ โดยคำนึงถึงหลักการทางพลศึกษา สุขศึกษา นันทนาการ วิทยาศาสตร์การกีฬา และการสาธารณสุขเป็นสำคัญ ทั้งนี้เน้นถึงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โภชนาการกับสุขภาพ การป้องกันควบคุมและการจัดการความเครียด การทดสอบและประเมินความสมบูรณ์ของร่างกาย การปฐมพยาบาล และการป้องกันการบาดเจ็บจากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา สิ่งเสพติดให้โทษ เพศศึกษา อุบัติเหตุ การจราจร โรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อที่สำคัญ</p>											
<p><b>๒. จำนวนชั่วโมงที่ใช้ต่อภาคการศึกษา</b></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>บรรยาย</th> <th>สอนเสริม</th> <th>การฝึกปฏิบัติ/งานภาคสนาม/การฝึกงาน</th> <th>การศึกษาด้วยตนเอง</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>45</td> <td>-</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>				บรรยาย	สอนเสริม	การฝึกปฏิบัติ/งานภาคสนาม/การฝึกงาน	การศึกษาด้วยตนเอง	45	-		
บรรยาย	สอนเสริม	การฝึกปฏิบัติ/งานภาคสนาม/การฝึกงาน	การศึกษาด้วยตนเอง								
45	-										
<p><b>๓. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่อาจารย์ให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการแก่นักศึกษาเป็นรายบุคคล</b></p> <p>๓ ถึง ๕ ชั่วโมงต่อสัปดาห์</p>											

### หมวดที่ ๔ การพัฒนาผลการเรียนรู้ของนักศึกษา

การพัฒนาผลการเรียนรู้ในมาตรฐานผลการเรียนรู้แต่ละด้านที่มุ่งหวัง ซึ่งต้องสอดคล้องกับที่ระบุไว้ในรายละเอียดของหลักสูตร โดยมาตรฐานการเรียนรู้แต่ละด้าน ให้แสดงข้อมูลต่อไปนี้

- ๑ สรุปสั้นๆ เกี่ยวกับความรู้ หรือทักษะที่รายวิชามุ่งหวังที่จะพัฒนานักศึกษา
- ๒ คำอธิบายเกี่ยวกับวิธีการสอนที่จะใช้ในรายวิชาเพื่อพัฒนาความรู้ หรือทักษะในข้อ ๑
- ๓ วิธีการที่จะใช้วัดและประเมินผลการเรียนรู้ของนักศึกษาในรายวิชานี้เพื่อประเมินผลการเรียนรู้ในมาตรฐานการเรียนรู้แต่ละด้านที่เกี่ยวข้อง

<p><b>๑. คุณธรรม จริยธรรม</b></p> <p><b>๑.๑ คุณธรรม จริยธรรมที่ต้องพัฒนา</b> ปลูกฝังความมีวินัย ใฝ่รู้ ความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบและความมีน้ำใจ</p> <p><b>๑.๒ วิธีการสอนที่จะใช้พัฒนาการเรียนรู้</b> สอดแทรกกรณีศึกษาระหว่างการเรียนการสอนในรายวิชา เช่น การออกกำลังกายและนันทนาการในช่วงโม่งปฏิบัติ</p> <p><b>๑.๓ วิธีการประเมินผล</b> ประเมินจากการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักศึกษา และวิธีคิดการนำเสนอผลงาน</p>
<p><b>๒. ความรู้</b></p> <p><b>๒.๑ ความรู้ที่จะได้รับ</b> ความรู้/ความเข้าใจในเนื้อหาวิชา และการนำไปใช้ได้จริงเช่นในด้านการออกกำลังกาย การปฐมพยาบาลและมีความรู้ในด้านการดูแลรักษาสุขภาพ</p> <p><b>๒.๒ วิธีการสอน</b> มีการ บรรยาย ให้แบบฝึกหัด สอนเสริม ทำปฏิบัติการและเขียนรายงาน</p> <p><b>๒.๓ วิธีการประเมินผล</b> มีการทดสอบก่อนเรียนในต่างละบท</p>
<p><b>๓. ทักษะทางปัญญา</b></p> <p><b>๓.๑ ทักษะทางปัญญาที่ต้องพัฒนา</b> การนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้จริงและรู้การรักษาสภาพ</p> <p><b>๓.๒ วิธีการสอน</b> มีการบรรยายและการปฏิบัติจริง</p> <p><b>๓.๓ วิธีการประเมินผลทักษะทางปัญญาของนักศึกษา</b> การทดสอบท้ายชั่วโมงหลังการสอนและการนำเสนอผลงาน</p>
<p><b>๔. ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ</b></p> <p><b>๔.๑ ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบที่ต้องการพัฒนา</b></p>

<p>การทำงานเป็นกลุ่มและรับผิดชอบร่วมกัน</p> <p><b>๔.๒ วิธีการสอน</b> มอบหมายงานให้ทำงานเป็นกลุ่ม</p> <p><b>๔.๓ วิธีการประเมิน</b> ประเมินผลสัมฤทธิ์ของงานที่ได้รับมอบหมาย และการปฏิบัติ</p>
<p><b>๕. ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ</b></p> <p><b>๕.๑ ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศที่ต้องพัฒนา</b> ทักษะในการคำนวณน้ำหนักของตัวน้หนักศึกษาแล้วนำมาวิเคราะห์และจัดการข้อมูล</p> <p><b>๕.๒ วิธีการสอน</b> มอบหมายงานที่ต้องสืบค้น จัดการ และนำเสนอข้อมูล</p> <p><b>๕.๓ วิธีการประเมิน</b></p>

#### หมวดที่ ๕ แผนการสอนและการประเมินผล

๑. แผนการสอน				
ลำดับ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน * (ชั่วโมง)	กิจกรรมการเรียน การสอนและสื่อที่ใช้	ผู้สอน
1	แนวความคิดเกี่ยวกับสุขภาพและระบบสุขภาพแห่งชาติ	2	10%	อ. เชษฐ ใจเพชร
2	การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	1	20%	อ. เชษฐ ใจเพชร
3	โรคต่างๆที่สำคัญ	1	10%	อ. เชษฐ ใจเพชร
4	โภชนาการกับสุขภาพ	1	10%	อ. เชษฐ ใจเพชร
5	การทดสอบและประเมินความสมบูรณ์ของร่างกาย	2	20%	อ. เชษฐ ใจเพชร
6	การปฐมพยาบาลและการบาดเจ็บจากการกีฬา	2	10%	อ. เชษฐ ใจเพชร
7	ยาเสพติด	1	5%	อ. เชษฐ ใจเพชร
8	อุบัติเหตุจราจร	1	5%	อ. เชษฐ ใจเพชร

9	เพศศึกษา	1	10%	อ. เชษฐ ใจเพชร
<b>๒. แผนการประเมินผลการเรียนรู้</b>				

ระบบการประเมินผลการเรียน(อิงเกณฑ์ / อิงกลุ่ม)

เกรด	ระดับเกรด	ระดับคะแนน
A :ดีเยี่ยม	4.00	80... คะแนนขึ้นไป
B <sup>+</sup> :ดีมาก	3.50	79...ถึง...75...คะแนน
B :ดี	3.00	74...ถึง 60...คะแนน
C <sup>+</sup> :ปานกลาง	2.50	69...ถึง...65...คะแนน
C :พอใช้	2.00	64...ถึง 60...คะแนน
D <sup>+</sup> :ควรปรับปรุง	1.50	59...ถึง...55...คะแนน
D :แย่	1.00	54...ถึง...50...คะแนน
F :ตก	0	ต่ำกว่า...49...คะแนน

### หมวดที่ ๖ ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

<p><b>๑. ตำราและเอกสารหลัก</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- อภิชชาติ ไตรแสง เอกสารประกอบการสอน วิชา ศท013 สุขภาพเพื่อการดำรงชีวิต กันยายน 2549</li> <li>- ดวงพงศ์ พงศ์สยาม มานุษยวิทยาสุขภาพ.กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์ , 2552. 320หน้า</li> <li>- เชษฐ ใจเพชร เอกสารประกอบการสอน วิชา ศท013 สุขภาพเพื่อการดำรงชีวิต 2554</li> <li>- วารสารสุขภาพ และเว็บไซต์กระทรวงสาธารณสุข</li> </ul>
<p><b>๒. เอกสารและข้อมูลสำคัญ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- อภิชชาติ ไตรแสง เอกสารประกอบการสอน วิชา ศท013 สุขภาพเพื่อการดำรงชีวิต กันยายน 2549</li> <li>- เชษฐ ใจเพชร เอกสารประกอบการสอน วิชา ศท013 สุขภาพเพื่อการดำรงชีวิต 2554</li> </ul>
<p><b>๓. เอกสารและข้อมูลแนะนำ</b></p> <p>วารสารสุขภาพ และเว็บไซต์กระทรวงสาธารณสุข</p>

### หมวดที่ ๗ การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา

<p>๑. กลยุทธ์การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนักศึกษา</p> <p>ระบบการประเมินผลการเรียน อิงเกณฑ์/อิงกลุ่ม</p>
<p>๒. กลยุทธ์การประเมินการสอน</p> <p>วิธีการประเมินที่จะได้ข้อมูลการสอน และผลการเรียนของนักศึกษา</p>
<p>๓. การปรับปรุงการสอน</p> <p>การวิจัยในชั้นเรียน การประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาการเรียนการสอน</p>
<p>๔. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์รายวิชาของนักศึกษา</p> <p>ทวนเนื้อหาก่อนสอบ และงานที่มอบหมาย</p>
<p>๕. การดำเนินการทบทวนและการวางแผนปรับปรุงประสิทธิผลของรายวิชา</p> <p>จะต้องมาความทันสมัยและการปฏิบัติให้มาก</p>