**รายละเอียดของรายวิชา**

**หลักสูตรหมวดวิชาศึกษาทั่วไป**

**ชื่อสถาบันอุดมศึกษา** มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

**หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไป**

**1. รหัสและชื่อรายวิชา**

รหัสวิชา 9132204 สุขภาพและความงาม

Health and Aesthetics

**2.** **จำนวนหน่วยกิต** 3(3-0-6)

# 3. หลักสูตรและประเภทของรายวิชา

# หลักสูตรหมวดวิชาศึกษาทั่วไป

ประเภทวิชาศึกษาทั่วไปเลือก กลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์และคณิตศาสตร์

**4. อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน**

4.1 อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิลันธนา เลิศสถิตธนกร รองศาสตราจารย์ ดร. กิจจา จิตรภิรมย์

และ ดร.ภัสราวดี เผ่าจินดา

4.2 อาจารย์ผู้สอน

**คณาจารย์จากสาขาวิชาเทคนิคการแพทย์**

ผศ.ดร.ปิยะ วงศ์ญาณิน ผศ.ดร.นันทวดี เนียมนุ้ย อ.ดร.อฑิตยา โรจนสโรช

อ.พรพรรณ โพธิ์ไกร อ.ชญาภา พรหมเดชวัฒนา ผศ.ดร.พจมาน ผู้มีสัตย์

ดร.ภัสราวดี เผ่าจินดา

**คณาจารย์จากสาขาวิชาการแพทย์แผนไทย**

ผศ.ดร.ปิลันธนา เลิศสถิตธนกร อ.ชารินันท์ แจงกลาง อ.จตุพร พนัสโณทัย

อ. พิชญาภา อินทร์พรหม

**คณาจารย์จากสาขาวิชาอาชีวอนามัยและความปลอดภัย**

รศ.ดร.กิจจา จิตรภิรมย์ **อ.พิมพร พลดงนอก**

**คณาจารย์จากสาขาจุลชีววิทยา และสาขาวิชาวิศวกรรมพลังงาน**

ผศ.ดร.อรุณ ชาญชัยเชาว์วิวัฒน์ ผศ.ดร.ภณวิศิษฏ์ นาถรังสรรค์ อ.สถิตย์ พันวิไล

อ.ดร.รัชนู เมยดง

**5. ภาคการศึกษา / ชั้นปีที่เรียน**

ภาคการศึกษาที่ …2……/……2562

**6. รายวิชาที่ต้องเรียนมาก่อน (Pre-requisite)** ไม่มี

**7. รายวิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน (Co-requisites)** ไม่มี

**8. สถานที่เรียน** มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

**9. วันที่จัดทำหรือปรับปรุงรายละเอียดของรายวิชาครั้งล่าสุด**

วันที่....15.......เดือน.............ธันวาคม...................พ.ศ. ........2562........

**หมวดที่ 2 จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์**

**1. จุดมุ่งหมายของรายวิชา**

เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับปัจจัยด้านสุขภาพและความงาม ปัญหาสุขภาพที่พบบ่อยการป้องกัน การดูแลสุขภาพของตนเองส่งเสริมสุขภาพของตนเอง สามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันอย่างปลอดภัย

**2. วัตถุประสงค์ในการพัฒนา/ปรับปรุงรายวิชา**

2.1 เพื่อให้เป็นไปตามกรอบแนวคิดหมวดวิชาศึกษาทั่วไปที่สอดคล้องตามมาตรฐานคุณวุฒิ

ระดับอุดมศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2552

2.2 เพื่อให้เป็นไปตามมาตรฐานผลการเรียนรู้มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

2.3 เพื่อให้เนื้อหาการเรียนการสอนมีความทันสมัยและสามารถใช้ได้ในชีวิตประจำวัน  
2.4 เพื่อให้เนื้อหาสาระของรายวิชามีลักษณะเป็นการบูรณาการเพื่อเป็นความรู้พื้นฐาน

ของวิชาชีพในหลักสูตรนั้นๆ

**หมวดที่ 3 ลักษณะและการดำเนินการ**

1. คำอธิบายรายวิชา

ระบบและหน้าที่ของร่างกายมนุษย์ ปัญหาสุขภาพที่พบบ่อยในแต่ละช่วงวัย การดูแลป้องกัน การสร้างเสริมสุขภาพ ศาสตร์การชะลอวัยและฟื้นฟูสุขภาพ อาหาร ยาและผลิตภัณฑ์สุขภาพเพื่อความงามในชีวิตประจำวัน วิทยาการด้านสุขภาพและความงาม และเพศศึกษาน่ารู้ในวัยรุ่น

Human body systems and functions, common health problems in various age groups and prevention; health enhancement; anti-aging and regenerative science; food, drugs and health products for aesthetic in every use, health and aesthetic science; sex education in adolescence.

**2.** จำนวนชั่วโมงที่ใช้ต่อภาคการศึกษา

| **บรรยาย**  (ชั่วโมง) | **สอนเสริม**  (ชั่วโมง) | **การฝึกปฏิบัติงานภาคสนาม/การฝึกงาน**  (ชั่วโมง) | **การศึกษาด้วยตนเอง**  (ชั่วโมงต่อสัปดาห์) |
| --- | --- | --- | --- |
| 3 | ไม่มี | ไม่มี | 6 |

**3. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่อาจารย์ให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการแก่นักศึกษานักศึกษาเป็นรายบุคคล**

อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชาประกาศเวลาให้คำปรึกษาที่หน้าห้องทำงานโดยจัดเวลาให้คำปรึกษา

เป็นรายบุคคลหรือรายกลุ่ม 1 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ (เฉพาะรายที่ต้องการ)

หมวดที่ 4 การพัฒนาผลการเรียนรู้ของนักศึกษา

**1. คุณธรรม จริยธรรม**

**1.1 คุณธรรม จริยธรรมที่ต้องพัฒนา**

|  |  |
| --- | --- |
| ความรับผิดชอบของผลการเรียนรู้  ที่กำหนดในหลักสูตร | คุณธรรม จริยธรรมที่ต้องพัฒนาในรายวิชา |
| 1. มีคุณธรรม จริยธรรม ในการดำเนินชีวิต (ความรับผิดชอบรอง)  2. มีความซื่อสัตย์สุจริต (ความรับผิดชอบหลัก) 3. มีความฉลาดทางอารมณ์ (ความรับผิดชอบรอง)  4. มีจิตสำนึกสาธารณะ (ความรับผิดชอบรอง) | 1. ความมีระเบียบวินัย การเข้าชั้นเรียนตรงเวลา การแต่งกายตามระเบียบของมหาวิทยาลัย 2. ความซื่อสัตย์ สุจริตในการเรียน การทำงาน และการสอบ  3. ความรับผิดชอบในการทำงานกลุ่ม ให้รู้หน้าที่ของการเป็นผู้นำและเป็นสมาชิกกลุ่ม |

**1.2 วิธีการสอนที่จะใช้พัฒนาการเรียนรู้**

1. การสอดแทรกเรื่องคุณธรรมจริยธรรม   
 2. ปลูกฝังความมีระเบียบวินัย การเข้าชั้นเรียนตรงเวลา การแต่งกายตามระเบียบของมหาวิทยาลัย  
 3. ปลูกฝังความซื่อสัตย์ สุจริตในการเรียน การทำงาน และการสอบ   
 4. ฝึกความรับผิดชอบในการทำงานกลุ่ม ให้รู้หน้าที่ของการเป็นผู้นำและเป็นสมาชิกกลุ่ม

**1.3 วิธีการประเมินผล**

1. ประเมินจากการตรงเวลาในการเข้าชั้นเรียน การส่งงานตามกำหนดและจากการร่วมกิจกรรม  
 2. ประเมินจากการมีระเบียบวินัย และความพร้อมเพรียงในการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ  
 3. ประเมินจากความรับผิดชอบในหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย

4. สังเกตพฤติกรรมทางคุณธรรม จริยธรรม

**2. ความรู้**

**2.1 ความรู้ที่จะได้รับ**

|  |  |
| --- | --- |
| ความรับผิดชอบของผลการเรียนรู้  ที่กำหนดในหลักสูตร | ความรู้ที่จะได้รับในรายวิชา |
| 1. มีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาวิชา  (ความรับผิดชอบหลัก)  2. มีความรู้ความเข้าใจในความเป็นไทย ภาษาและวัฒนธรรมอาเซียน (ความรับผิดชอบรอง)  3. มีความสามารถนำความรู้ไปพัฒนาตนเอง (ความรับผิดชอบรอง) | ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ |

**2.2 วิธีการสอน**

1. การบรรยาย

2. การอภิปรายในชั้นเรียน

3. การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง

**2.3 วิธีการประเมินผล**

1. การสอบวัดความรูโดยใชขอสอบ

2. สังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน

3. การทดสอบย่อยหลังบทเรียน

**3. ทักษะทางปัญญา**

**3.1 ทักษะทางปัญญาที่ต้องพัฒนา**

|  |  |
| --- | --- |
| ความรับผิดชอบของผลการเรียนรู้  ที่กำหนดในหลักสูตร | ทักษะทางปัญญาที่ต้องพัฒนา |
| 1. มีทักษะการแสวงหาความรู้และติดตามการเปลี่ยนแปลงของบริบททางสังคมเพื่อพัฒนาตนเอง (ความรับผิดชอบหลัก)  2. มีทักษะการคิดวิเคราะห์ คิดสังเคราะห์ คิดอย่างมีเหตุผล คิดอย่างมีวิจารณญาณ และคิดแบบองค์รวม (ความรับผิดชอบรอง)  3. มีความสามารถแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์(ความรับผิดชอบรอง) | ทักษะด้านการคิด อย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา |

**3.2 วิธีการสอน**

1. การสอนแบบใช้ปญหาเป็นฐาน

2. กระตุ้นให้เกิดการอภิปรายกลุ่ม การติดตามข่าวสารสุขภาพ

3. การมอบหมายงาน

4. การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองเพื่อประยุกต์ใช้ความรู้มาจัดทำนิทรรศการความรู้ด้านสุขภาพ

**3.3 วิธีการประเมินผล**

1. การสอบกลางภาค ปลายภาค และการทดสอบย่อยภายในห้องเรียน

2. สังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน

3. ประเมินเนื้อหาจากงานกลุ่มที่นำเสนอหน้าชั้นเรียน

**4. ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ**

**4.1 ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบที่ต้องการพัฒนา**

|  |  |
| --- | --- |
| ความรับผิดชอบของผลการเรียนรู้  ที่กำหนดในหลักสูตร | ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและ  ความรับผิดชอบที่ต้องการพัฒนา |
| 1. มีความเข้าใจความแตกต่างด้านวัฒนธรรม และความต่างด้านกระบวนทัศน์  (ความรับผิดชอบรอง)  2. มีความรับผิดชอบต่อสังคม ประเทศชาติ พร้อมเป็นสมาชิกประชาคมอาเซียนและประชาคมโลก (ความรับผิดชอบรอง)  3. มีภาวะผู้นำ และความสามารถในการทำงานร่วมกัน (ความรับผิดชอบหลัก) | 1. ทักษะด้านความเข้าใจความต่างด้านวัฒนธรรม ต่างด้านกระบวนทัศน์  2. ทักษะด้านความร่วมมือ การทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ |

**4.2 วิธีการสอน**

1. การทํางานกลุ่ม

2. การมอบหมายงานกลุ่มโดยการจัดทำนิทรรศการนำเสนอหน้าชั้นเรียน

**4.3 วิธีการประเมิน**

1. ประเมินความสามารถในการทํางานกลุ่ม

2. ประเมินพฤติกรรมของนักศึกษาในการทํางานกลุ่ม

**5.ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ**

**5.1 ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศที่ต้องพัฒนา**

|  |  |
| --- | --- |
| ความรับผิดชอบของผลการเรียนรู้  ที่กำหนดในหลักสูตร | ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และ  การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศที่ต้องพัฒนา |
| 1. มีทักษะการสื่อสาร (ความรับผิดชอบรอง)  2. มีทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข  (ความรับผิดชอบรอง)  3. มีทักษะและสามารถใช้นวัตกรรมและเทค โนโลยีอย่างสร้างสรรค์และรู้เท่าทัน  (ความรับผิดชอบหลัก) | 1. อ่านออก  2. เขียนได้  3. คิดเลขเป็น  4. ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม |

**5.2 วิธีการสอน**

จัดกิจกรรมการเรียนรูที่สงเสริมใหผูเรียนไดใชเทคโนโลยีสารสนเทศและฝกทักษะการนำเสนอดวยการจัดทำนิทรรศการนำเสนอหน้าชั้นเรียน ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหารายวิชาในประเด็นที่น่าสนใจ

**5.3 วิธีการประเมิน**

การประเมินผลงานการจัดทำนิทรรศการนำเสนอหน้าชั้นเรียน ตามที่ได้รับมอบหมายงานในประเด็นเนื้อหาสาระและการใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม รวมถึงการสื่อสาร

**หมวดที่ 5 แผนการสอนและการประเมินผล**

1. **แผนการสอน**

| สัปดาห์ | หัวข้อ/รายละเอียด | ผลการเรียนรู้ | จำนวน ชั่วโมง | กิจกรรมการเรียนการสอน | สื่อ | วิธีการประเมินผล | ผู้เขียนบทเรียน |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | -แนะนำรายวิชา  -**บทนำ** |  |  |  |  |  |  |
| **2-3** | **บทที่ 1 โครงสร้างและหน้าที่อวัยวะสำคัญในร่างกาย**  **1.1 เซลล์**  -เซลล์ โครงสร้างและกระบวนการทำงานของเซลล์ วัฏจักรเซลล์  **1.2 อวัยวะและความเสื่อมสลายของเซลล์**  - ระบบของอวัยวะในร่างกายและหน้าที่  -การเสื่อมของเซลล์ |  | **6** | -แนะนำวิธีการเรียนการสอนการวัดและประเมินผล วินัยระเบียบการแต่งกาย  **- บรรยายเนื้อหา สอดแทรกประเด็นคุณธรรมจริยธรรม ที่เกี่ยวข้อง**  **-มอบหมายงานให้ไปค้นคว้าหาข้อมูล**  **- มอบหมายให้นักศึกษาอ่านบทความ เพื่อวิเคราะห์และนำเสนอ**  **-จัดกิจกรรมกลุ่มในการวิเคราะห์กรณีศึกษา** | เอกสารประกอบการบรรยาย  Power point | -สอบย่อย  -สอบกลางภาค  -การทำรายงานจากการศึกษา  -กิจกรรมกลุ่ม  -สังเกตพฤติกรรมการเข้าห้องเรียนและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมหรือการ  ทำรายงานกลุ่ม | **ผศ.ดร.อรุณ, อ.สถิตย์** |
| 4-5 | **บทที่ 2 ปัญหาสุขภาพที่พบบ่อยในแต่ละช่วงวัย และเพศศึกษาน่ารู้ในวัยรุ่น**  **2.1 ปัญหาสุขภาพในวัยรุ่น-วัยผู้ใหญ่**  -ปัญหาสุขภาพในผู้ใหญ่: Obesity, DM, Hypertension, Hyperlipidemia การแปลผลแล็บ  -ปัญหาสุขภาพในวัยรุ่น:  วัยรุ่นกับการคุมกำเนิด  การตั้งครรภ์ในวัยเรียน  -โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (syphilis, GC, HIV, Trichomonas)  **2.2 ปัญหาสุขภาพในวัยเด็กและโรคตามวัยอื่นๆ**  **-**ปัญหาสุขภาพในวัยเด็ก  : อาการไข้ โรคติดเชื้อ โรคฟันและเหงือก ปัญหาโภชนาการ  -โรคติดต่อที่พบบ่อย:  ไวรัสตับอักเสบ  ไข้เลือดออก  โรคเอดส์  -พิษภัยบุหรี่และสารเสพติด  - โรคตามวัยและโรคอื่นๆ |  | **6** | **-บรรยายเนื้อหา สอดแทรกประเด็นคุณธรรมจริยธรรม ที่เกี่ยวข้อง**  **-มอบหมายงานให้ไปค้นคว้าหาข้อมูล**  **- มอบหมายให้นักศึกษาอ่านบทความ เพื่อวิเคราะห์และนำเสนอ**  **-จัดกิจกรรมกลุ่มในการวิเคราะห์กรณีศึกษา** | เอกสารประกอบการบรรยาย  Power point | -สอบย่อย  -สอบกลางภาค  -การทำรายงานจากการศึกษา  -กิจกรรมกลุ่ม  -สังเกตพฤติกรรมการเข้าห้องเรียนและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมหรือการ  ทำรายงานกลุ่ม | **คณาจารย์สาขาวิชาเทคนิคการแพทย์** |
| 6-7 | **บทที่ 3 การสร้างเสริมสุขภาพและอาหาร**  **3.1 การสร้างเสริมสุขภาพ**  -การดูแลสุขภาพของตนเอง (สุขภาพกาย สุขภาพจิต)  -การส่งเสริมสุขภาพ (สุขภาพและการออกกำลังกาย การป้องกันโรค)  - การส่งเสริมสุขภาพจิต  - การพัฒนา EQ  - การสร้างสมาธิ  - การจัดการความเครียด  **3.2 อาหารและสุขภาพ**  -อาหาร สุขภาพ และความงาม(อาหารสุขภาพ อาหารป้องกันโรค อาหารเสริม วิตามิน,RDA, ฉลากอาหาร) |  | **6** | **-บรรยายเนื้อหา สอดแทรกประเด็นคุณธรรมจริยธรรม ที่เกี่ยวข้อง**  **-มอบหมายงานให้ไปค้นคว้าหาข้อมูล**  **- มอบหมายให้นักศึกษาอ่านบทความ เพื่อวิเคราะห์และนำเสนอ**  **-จัดกิจกรรมกลุ่มในการวิเคราะห์กรณีศึกษา** | เอกสารประกอบการบรรยาย  Power point | -สอบย่อย  -สอบกลางภาค  -การทำรายงานจากการศึกษา  -กิจกรรมกลุ่ม  -สังเกตพฤติกรรมการเข้าห้องเรียนและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมหรือการ  ทำรายงานกลุ่ม | ผศ.ดร.ปิลันธนา  ดร.ภัสราวดี  **อ.พิมพร** |
| 8 | **บทที่4 ยาในชีวิตประจำวัน**  -หลักการใช้ยา  -ประโยชน์และข้อควรระวังในการใช้ยา  - ยาสามัญประจำบ้านแผนปัจจุบันและแผนโบราณ |  | 3 | - **บรรยายเนื้อหา สอดแทรกประเด็นคุณธรรมจริยธรรมที่เกี่ยวข้องโดยใช้สื่อการสอนคือสไลด์ (พาวเวอร์พอยท์) และตัวอย่างยาจริง** | -เอกสารประกอบการบรรยาย  -Power point  - ตัวอย่างยาจริง | -สอบย่อย  -สอบปลายภาค  -การทำรายงานจากการค้นคว้า  -สังเกตพฤติกรรมการเข้าห้องเรียนและการมีส่วนร่วมในการเรียนการสอน | ผศ.ดร.ปิลันธนา  ดร.ภัสราวดี |
| 9 | **นำเสนอผลงานกลุ่ม** |  |  | การนำเสนอความรู้จัดทำนิทรรศการความรู้ด้านสุขภาพ และความงาม | **- สื่อต่างๆ ที่นำเสนอ** | **-ผลการนำเสนอและการจัดทำกิจกรรมฯ**  **-สังเกตพฤติกรรมการเข้าห้องเรียนและการมีส่วนร่วมในการร่วมกิจกรรม** | รศ.ดร.กิจจา  ผศ.ดร.ปิลันธนา  ดร.ภัสราวดี |
| 10 | **สอบกลางภาค** |  | **3** | บทที่ 1-4 |  |  | คณาจารย์ |
| 11 | **บทที่ 5 ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมและสุขภาพ**  -ปัญหาสิ่งแวดล้อมและอิทธิพลต่อสุขภาพของมนุษย์  -ปัญหาสิ่งแวดล้อมในเขตเมืองและเขตชนบท  1. ปัญหาสิ่งแวดล้อมในเขตเมืองและผลกระทบต่อสุขภาพ  - มลพิษทางอากาศ (Air Pollution)  -ของเสียในเมือง (Water Pollution)  - มลพิษทางน้ำ (Water Pollution)  - มลพิษทางเสียง (Noise Pollution)  2. ปัญหาสิ่งแวดล้อมในเขตชนบทและผลกระทบต่อสุขภาพ  - การปนเปื้อนของสารเคมีป้องกันและกำจัดศัตรูพืช ความต้องการด้านการชลประทาน แหล่งน้ำดื่ม น้ำใช้ น้ำเพื่อการเกษตรกรรม  -การขยายตัวของอุตสาหกรรมบางประเภท โดยเฉพาะอย่างยิ่งอุตสาหกรรมด้านการเกษตรปศุสัตว์  3. แนวทางควบคุมป้องกันปัญหาสิ่งแวดล้อม |  | **3** | **-บรรยายเนื้อหา สอดแทรกประเด็นคุณธรรมจริยธรรม ที่เกี่ยวข้อง**  **-มอบหมายงานให้ไปค้นคว้าหาข้อมูล**  **- มอบหมายให้นักศึกษาอ่านบทความ เพื่อวิเคราะห์และนำเสนอ**  **-จัดกิจกรรมกลุ่มในการวิเคราะห์กรณีศึกษา** | เอกสารประกอบการบรรยาย  Power point | -สอบย่อย  -สอบกลางภาค  -การทำรายงานจากการศึกษา  -กิจกรรมกลุ่ม  -สังเกตพฤติกรรมการเข้าห้องเรียนและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมหรือการ  ทำรายงานกลุ่ม | รศ.ดร.กิจจา  ผศ.ดร.พจมาน  ผศ.ดร.ภณวิสิฏฐ์ |
| **12-13** | **บทที่ 6 ศาสตร์การชะลอวัยและวิทยาการสุขภาพ**  **6.1 ความชรา**  -ทฤษฎีของความชรา (aging theory) ทฤษฎีการเสื่อมสลายของเซลล์ ทฤษฎีอนุมูลอิสระ ทฤษฎีฮอร์โมนทฤษฎีการควบคุมทางพันธุกรรม  -กระบวนการชราภาพ โรคที่เกิดจากอนุมูลอิสระ โรคที่เกิดจากความเสื่อมของร่างกายและความชรา  **6.2 ศาสตร์การชะลอวัย**  -วิทยาการต้านความชรา  (anti-aging, regenerative, macronutrient, micronutrient, growth hormone, Glutathione, Co-Q10)  -การชะลอความเสื่อมและความชราด้วยฮอร์โมน วิตามิน อาหารเสริม การดำเนินชีวิต การออกกำลังกายที่เหมาะสม และการรับประทานอาหารที่ถูกต้อง  -ความรู้เกี่ยวกับสเต็มเซลล์  -ประโยชน์และโทษของโบท๊อกซ์  -เลเซอร์กับความงาม  -คอลลาเจนกับการเสริมสุขภาพ |  | **6** | **-บรรยายเนื้อหา สอดแทรกประเด็นคุณธรรมจริยธรรม ที่เกี่ยวข้อง**  **-มอบหมายงานให้ไปค้นคว้าหาข้อมูล**  **- มอบหมายให้นักศึกษาอ่านบทความ เพื่อวิเคราะห์และนำเสนอ**  **-จัดกิจกรรมกลุ่มในการวิเคราะห์กรณีศึกษา** | เอกสารประกอบการบรรยาย  Power point | -สอบย่อย  -สอบกลางภาค  -การทำรายงานจากการศึกษา  -กิจกรรมกลุ่ม  -สังเกตพฤติกรรมการเข้าห้องเรียนและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมหรือการ  ทำรายงานกลุ่ม | **คณาจารย์สาขาวิชาเทคนิคการแพทย์** |
| **14** | บทที่ 7 เครื่องสำอาง  **-ประเภทของเครื่องสำอาง**  **- เครื่องสำอางจากสมุนไพร**  **-หลักการเลือกใช้เครื่องสำอาง** |  | 3 | - **บรรยายเนื้อหา สอดแทรกประเด็นคุณธรรมจริยธรรมที่เกี่ยวข้องโดยใช้สื่อการสอนคือสไลด์ (พาวเวอร์พอยท์) และตัวอย่างเครื่องสำอางจริง** | -เอกสารประกอบการบรรยาย  -Power point  - ตัวอย่างเครื่องสำอางจริง | -สอบย่อย  -สอบปลายภาค  -การทำรายงานจากการค้นคว้า  -สังเกตพฤติกรรมการเข้าห้องเรียนและการมีส่วนร่วมในการเรียนการสอน | **ผศ.ดร.ปิลันธนา**  ดร.ภัสราวดี |
| **15** | บทที่ 8 การนวดเพื่อสุขภาพเบื้องต้น  **-การนวดคลายเครียด**  **-การนวดบรรเทาอาการปวดเมื่อยแขน**  **-การนวดบรรเทาอาการปวดเมื่อยขา**  **-การนวดบรรเทาอาการเมื่อยหลัง** |  | 3 | - **บรรยายเนื้อหา พร้อมกับการฝึกปฏิบัติจริงคือการนวดตนเองตามผู้สอนที่มีความรู้ในศาสตร์การนวดเพื่อสุขภาพ** | -เอกสารประกอบการบรรยาย  -Model: การนวดตนเองโดย**ผู้สอนที่มีความรู้ในศาสตร์การนวดเพื่อสุขภาพ** | -สอบย่อย  -สอบปลายภาค  -สังเกตพฤติกรรมการเข้าห้องเรียนและการมีส่วนร่วมในการเรียนการสอน | **คณาจารย์สาขาวิชาการแพทย์แผนไทย** |
| **16** | สอบปลายภาค |  | 3 | **บทที่ 4-8** |  |  | **คณาจารย์** |

1. **แผนการประเมินผลการเรียนรู้**

| **ผลการเรียนรู้** | **วิธีการประเมินผลการเรียนรู้** | **สัปดาห์ที่ประเมิน** | **สัดส่วนของ การประเมินผล** |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. คุณธรรม จริยธรรม | การตรงต่อเวลาในการเข้าเรียน  ความซื่อสัตย์สุจริตในการทำข้อสอบ | ทุกสัปดาห์  10 และ 16 | 5  5 |
| 2 ความรู้ | **การทดสอบย่อยในชั่วโมง (Quiz)** | **ทุกสัปดาห์** | 10 |
| 3. ทักษะทางปัญญา | การสอบกลางภาค  การสอบปลายภาค | 10  16 | 25  25 |
| 4. ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ | **ประเมินจากการนำเสนอนิทรรศการหน้าชั้นเรียน ซึ่งเป็นกิจกรรมกลุ่ม** | 9 | 25 |
| 5. ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ | **ประเมินจากการนำเสนอนิทรรศการหน้าชั้นเรียน ซึ่งเป็นกิจกรรมกลุ่ม** | 9 | 5 |

##### หมวดที่ 6 ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

**1. ตำราและเอกสารหลัก**

คณาจารย์คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา. (2561). **เอกสารประกอบการสอน วิชาสุขภาพและความงาม**. http://sci.bsru.ac.th/sciweb/Download-Sub-HealthandBeauty61.php.

**2. เอกสารและข้อมูลสำคัญ**

2.1 ณัฐวุฒิ รักแคว้น. (2554). **ยาสามัญประจำบ้าน.** กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์อมรินทร์สุขภาพ.

2.2 พิมพร ลีลาพรพิสิฐ. (2544). **เครื่องสำอางสำหรับผิวหนัง ฉบับปรับปรุง.** พิมพ์ครั้งที่ 1. เชียงใหม่: คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

2.3สุรเกียรติ อาชานานุภาพ. (2553). **ตำราการตรวจรักษาโรคทั่วไป เล่ม 1**. **แนวทางการตรวจรักษาโรคและการใช้ยา.** กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.

2.4 ไพศาล สิทธิกรกุล และคณะ. (2546). **ชีววิทยา เล่ม 1**. กรุงเทพฯ: สมาคมวิทยาศาสตร์แห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์.

2.5 วิจิตร บุณยะโหตระ, **ศาสตร์ชะลอวัย,** 2553.

2.6 อรพินท์ ภูมิสุวรรณ, **เวชศาสตร์ชะลอวัย หัวใจแห่งอนาคต,** 2557

2.7 สมยศ กิตติมั่นคง, **ชะลอความชราด้วยโกรทฮอร์โมน,** 2550

**3. เอกสารและข้อมูลแนะนำ**

3.1 นำชัย ชีววิวรรธน์. (2551). **สเต็มเซลล์.** กรุงเทพฯ: สารคดี.

**หมวดที่ 7 การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา**

**1. กลยุทธ์การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนิสิตนักศึกษา**

การประเมินการสอนของอาจารย์โดยนิสิต และนำผลการประเมินมาวิเคราะห์เพื่อหาจุดอ่อนและจุดแข็งในการสอนของอาจารย์ผู้สอน เพื่อปรับปรุงการสอนให้เหมาะสม โดยอาจารย์แต่ละท่าน

**2. กลยุทธ์การประเมินการสอน**

1. การประเมินความพึงพอใจของนิสิตต่อคุณภาพการสอนของอาจารย์ และทรัพยากรสนับสนุนการเรียนการสอน

2. การสังเกตการณ์การสอนของผู้ร่วมทีมการสอน

**3. การปรับปรุงการสอน**

1. คณะมีการกำหนดกลไกและวิธีการปรับปรุงการสอน โดยการวิจัยในชั้นเรียน

2. การประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาการเรียนการสอน

**4. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนิสิตนักศึกษาในรายวิชา**

1. การทวนสอบโดยใช้แบบประเมินตนเองของนิสิตเพื่อทวนสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนตามมาตรฐานผลการเรียนรู้โดยพิจารณาความเหมาะสมของข้อสอบให้เป็นไปตามแผนการสอน

2.ทวนสอบจากคะแนน ข้อสอบ หรืองานที่มอบหมาย

**5. การดำเนินการทบทวนและการวางแผนปรับปรุงประสิทธิผลของรายวิชา**

กรรมการรายวิชารวบรวมข้อมูลจากการประเมินการเรียนการสอนของอาจารย์ การประเมินโดยนิสิต และข้อมูลจาก มคอ. 5 เพื่อวางแผนปรับปรุงรายวิชาต่อไป

**แผนที่แสดงการกระจายความรับผิดชอบ**

| **รายวิชา** | | **1.ด้าน**  **คุณธรรมจริยธรรม** | | | | **2.ด้านความรู้** | | | **3. ด้านทักษะปัญญา** | | | **4.ด้านทักษะความ**  **สัมพันธ์**  **ระหว่างบุคคลและ**  **ความรับผิดชอบ** | | | **5.ด้านทักษะ การวิเคราะห์ เชิงตัวเลข  การสื่อสารและการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ** | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| 9132204 | สุขภาพและความงาม | ○ | ● | ○ | ○ | ● | ○ | ○ | ● | ○ | ○ | ○ | ○ | ● | ○ | ○ | ● |