



รายละเอียดของรายวิชา
(มคอ.3)

5071606 หลักการกำหนดอาหาร
(Principle of Dietetics)

ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2560
โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

รายละเอียดของรายวิชา

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา	มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
วิทยาเขต/คณะ/ภาควิชา	หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการกำหนดและการประกอบอาหาร โรงเรียนการเรือน

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. รหัสและชื่อรายวิชา

5071606 หลักการกำหนดอาหาร
(Principle of Dietetics)

2. จำนวนหน่วยกิต

3(2-2-5) หน่วยกิต

3. หลักสูตรและประเภทของรายวิชา

3.1 หลักสูตร

หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการกำหนดและการประกอบอาหาร

3.2 ประเภทของรายวิชา

หมวดวิชาเฉพาะ

4. อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน

อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา: ดร. ยศพร พลายไธ

อาจารย์ผู้สอน

1. ดร. ยศพร พลายไธ

สาขาวิชาการกำหนดและการประกอบอาหาร
ชั้น 4 อาคารเฉลิมพระเกียรติ 50 พรรษา วชิราลงกรณ
ศูนย์วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ถนนสิรินธร
E-mail: yossaphorn@hotmail.com
เบอร์โทรศัพท์ 02-4239400

2. อ. ยศสินี หัวดวง

สาขาวิชาโภชนาการและการประกอบอาหาร
ชั้น 4 อาคารเฉลิมพระเกียรติ 50 พรรษา วชิราลงกรณ
ศูนย์วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ถนนสิรินธร
E-mail: yotsinee-d@hotmail.com
เบอร์โทรศัพท์ 02-4239400

5. ภาคการศึกษา/ชั้นปีที่เรียน

ภาคการศึกษาที่ 2 / ชั้นปีที่ 1

6. รายวิชาที่ต้องเรียนมาก่อน (Pre-requisite) (ถ้ามี)

ไม่มี

7. รายวิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน (Co-requisites) (ถ้ามี)

ไม่มี

8. สถานที่เรียน

ศูนย์วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ถนนสีรินธร มหาวิทยาลัยสวนดุสิต กรุงเทพมหานคร

9. วันที่จัดทำหรือปรับปรุงรายละเอียดของรายวิชาครั้งล่าสุด

15 ธันวาคม 2560

หมวดที่ 2 จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์

1. จุดมุ่งหมายของรายวิชา

1.1 นักศึกษามีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาทของนักโภชนาการและนักกำหนดอาหาร

1.2 นักศึกษามีความรู้และความเข้าใจเรื่องการกำหนดอาหารทั้งในภาวะปกติและภาวะเจ็บป่วยได้

1.3 นักศึกษาสามารถคำนวณส่วนที่กินได้ โดยใช้ตารางแสดงปริมาณสารอาหาร รายการอาหาร แลกเปลี่ยนและโปรแกรมคำนวณคุณค่าทางโภชนาการ

1.4 นักศึกษาสามารถกำหนดรายการอาหารได้ โดยใช้ตารางแสดงปริมาณสารอาหาร รายการอาหาร แลกเปลี่ยนและโปรแกรมคำนวณคุณค่าทางโภชนาการ

1.5 นักศึกษาสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ มีภาวะความเป็นผู้นำ สามารถนำเทคโนโลยีมาประยุกต์ใช้กับการเรียนได้

2. วัตถุประสงค์ในการพัฒนา/ปรับปรุงรายวิชา

ไม่มี

หมวดที่ 3 ลักษณะและการดำเนินการ

1. คำอธิบายรายวิชา

บทบาทของนักโภชนาการและนักกำหนดอาหาร หลักการกำหนดอาหาร ความรู้เบื้องต้นในการกำหนดอาหารทั้งในภาวะปกติและภาวะเจ็บป่วย พีระมิดอาหาร ธงโภชนาการ และตารางแสดงปริมาณ

สารอาหารทั้งของไทยและประเทศต่างๆ การคำนวณส่วนที่กินได้ โปรแกรมการคำนวณคุณค่าทางโภชนาการ รายการอาหารแลกเปลี่ยน การใช้รายการอาหารแลกเปลี่ยนเพื่อกำหนดรายการอาหาร

Roles of nutritionists and dietetics, principle of dietetics, basic knowledge of dietetics in normal and unwell conditions, food pyramid, nutrition flag, and food composition tables, edible portion, dietary calculation program, food exchange list, use of food exchange list for menu planning

2. จำนวนชั่วโมงที่ใช้ต่อภาคการศึกษา

บรรยาย	สอนเสริม	การฝึกปฏิบัติ/งานภาคสนาม/การฝึกงาน	การศึกษาด้วยตนเอง
30 ชั่วโมงต่อภาคการศึกษา	ไม่มี	ฝึกปฏิบัติ 30 ชั่วโมง	75 ชั่วโมงต่อภาคการศึกษา

3. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่อาจารย์ให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการแก่นักศึกษาเป็นรายบุคคล

อาจารย์จัดเวลาให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล หรือรายกลุ่มตามความต้องการ 2 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ หรือเฉพาะรายที่ต้องการคำปรึกษา โดยสามารถติดต่อได้ทาง อีเมลล์ และโทรศัพท์

หมวดที่ 4 การพัฒนาการเรียนรู้ของนักศึกษา

1. ด้านคุณธรรม จริยธรรม

1.1 ผลการเรียนรู้ด้านคุณธรรม จริยธรรม

ผู้เรียนต้องมีคุณธรรม จริยธรรม เพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างราบรื่นและมีความสุข ดังนั้นมาตรฐานด้านคุณธรรม จริยธรรมต้องครอบคลุม

- 1) มีจิตสำนึกและตระหนักในการปฏิบัติตามจรรยาบรรณวิชาชีพ
- 2) มีวินัย ตรงต่อเวลาและมีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมเคารพกฎระเบียบและข้อบังคับ

ต่างๆ ขององค์กรและสังคม

- 3) ตระหนักในคุณค่าของคุณธรรม จริยธรรมและความซื่อสัตย์สุจริต
- 4) เคารพสิทธิและยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
- 5) มีจิตสาธารณะ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่

1.2 กลยุทธ์การสอนที่ใช้พัฒนาการเรียนรู้ด้านคุณธรรมจริยธรรม

- 1) สอดแทรกคุณธรรมจริยธรรมและจรรยาบรรณวิชาชีพในเนื้อหา วิชาเรียน
- 2) เป็นแบบอย่างที่ดีของอาจารย์

1.3 กลยุทธ์การประเมินผลการเรียนรู้ด้านคุณธรรม จริยธรรม

- 1) ประเมินโดยอาจารย์จากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกตามปกติของนักศึกษา

2. ด้านความรู้

2.1 ผลการเรียนรู้ด้านความรู้

ผู้เรียนต้องมีความรู้ ความเข้าใจและทักษะในศาสตร์ด้านโภชนาการ โภชนบำบัด การกำหนดและการประกอบอาหาร สามารถประยุกต์ใช้ความรู้และทักษะความชำนาญในการประกอบวิชาชีพได้ ดังนั้น มาตรฐานความรู้ต้องครอบคลุม

1) มีความรู้ ความเข้าใจ ในหลักการ แนวคิด ทฤษฎีและเนื้อหาสาระสำคัญของรายวิชาที่เกี่ยวข้องเพื่อสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการประกอบวิชาชีพ

2) มีทักษะ และความชำนาญในงานด้านวิชาชีพ

3) สามารถนำความรู้มาประยุกต์ใช้ในบริบททางวิชาการและวิชาชีพ

4) สามารถศึกษา ค้นคว้า และพัฒนาความรู้ของตนเองได้ และสามารถบูรณาการความรู้ในศาสตร์ต่างๆที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้เป็นประโยชน์ในวิชาชีพได้

2.2 กลยุทธ์การสอนที่ใช้พัฒนาการเรียนรู้ด้านความรู้

1) ให้ภาพรวมของความรู้ก่อนเข้าสู่บทเรียน การสรุปย้าความรู้ใหม่หลังบทเรียนพร้อมกับเชื่อมโยงความรู้ใหม่กับความรู้เดิม การเชื่อมโยงความรู้จากวิชาหนึ่งไปสู่อีกวิชาหนึ่งในระดับที่สูงขึ้น

2) ใช้การสอนหลายรูปแบบตามลักษณะของเนื้อหาสาระ ได้แก่ การบรรยาย การทบทวน การฝึกปฏิบัติการ และเทคนิคการสอนอื่นๆ ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ เช่น การเรียนแบบร่วมมือ การเรียนแบบใช้ปัญหาเป็นฐาน การเรียนโดยการค้นคว้าด้วยตนเอง

3) ถาม-ตอบปัญหาทางวิชาการในห้องเรียน

2.3 กลยุทธ์การประเมินผลการเรียนรู้ด้านความรู้

1) ประเมินจากผลงานระหว่างภาค เช่น คำถามทบทวน แบบฝึกหัด รายงาน การนำเสนอรายงานการค้นคว้าหน้าชั้น และการฝึกปฏิบัติ

2) ประเมินจากการสอบข้อเขียน การสอบปฏิบัติ

3. ด้านทักษะทางปัญญา

3.1 ผลการเรียนรู้ด้านทักษะทางปัญญา

ผู้เรียนต้องมีทักษะในการคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ สามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นได้ในการประกอบวิชาชีพ ดังนั้น มาตรฐานทักษะทางปัญญาต้องครอบคลุม

1) สามารถคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบเพื่อค้นหาข้อเท็จจริงหรือต้นเหตุของปัญหาและเสนอแนวทางการแก้ไขได้อย่างสร้างสรรค์

2) สามารถทำความเข้าใจและประเมินข้อมูล ค้นหาแนวคิดและหลักฐานใหม่ๆ จากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย และใช้ข้อสรุปที่ได้ในการพัฒนางานในวิชาชีพ

3) สามารถถ่ายทอดและแลกเปลี่ยนความรู้กับผู้อื่น

3.2 กลยุทธ์การสอนที่ใช้ในการพัฒนาการเรียนรู้ด้านทักษะทางปัญญา

1) การแนะนำและฝึกกระบวนการคิดอย่างสร้างสรรค์เมื่อเริ่มเข้าศึกษา เริ่มจากโจทย์ที่ง่าย และเพิ่มความยากตามระดับชั้นเรียนที่สูงขึ้นในรายวิชาที่เหมาะสม

2) การมอบหมายงานการแก้ปัญหาจากโจทย์ปัญหาและกรณีศึกษาหรือสถานการณ์จำลอง

- 4) การสอนแบบเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญที่เปิดโอกาสให้มีการอภิปรายแสดงความคิดเห็นได้มากขึ้น

3.3 กลยุทธ์การประเมินผลการเรียนรู้ด้านทักษะทางปัญญา

- 1) ประเมินจากผลงานการแก้ไขปัญหาที่ได้รับมอบหมาย
- 2) ประเมินโดยการสอบข้อเขียนด้วยโจทย์ที่ต้องใช้ทักษะทางปัญญา

4. ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ

4.1 ผลการเรียนรู้ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างตัวบุคคลและความรับผิดชอบ

ผู้เรียนต้องมีทักษะในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุขดังนั้น มาตรฐานทักษะด้านความสัมพันธ์ระหว่างตัวบุคคลและความรับผิดชอบต้องครอบคลุม

- 1) รับผิดชอบในงานที่ได้รับมอบหมายทั้งงานรายบุคคลและงานกลุ่ม
- 2) สามารถปรับตัวและทำงานร่วมกับผู้อื่นทั้งในฐานะผู้นำและสมาชิกกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- 3) สามารถวางตัวและแสดงความคิดเห็นได้อย่างเหมาะสมกับบทบาท หน้าที่และความรับผิดชอบ
- 4) มีบุคลิกภาพที่ดีและมีมนุษยสัมพันธ์
- 5) สามารถวางแผนและรับผิดชอบในการเรียนรู้และพัฒนาตนเองและวิชาชีพอย่างต่อเนื่อง

4.2 กลยุทธ์การสอนที่ใช้ในการพัฒนาการเรียนรู้ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ

1) ใช้การสอนแบบกลุ่มร่วมมือ ซึ่งต้องแนะนำกฎ กติกา และมารยาท บทบาทความรับผิดชอบของแต่ละคนในการเรียนรู้ร่วมกัน

- 2) มอบหมายการทำงานแบบกลุ่มย่อยที่สลับหมุนเวียนสมาชิกกลุ่มและตำแหน่งหน้าที่ในกลุ่ม

4.3 กลยุทธ์การประเมินผลการเรียนรู้ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ

- 1) สังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน

5. ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ

5.1 ผลการเรียนรู้ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ

ผู้เรียนต้องมีทักษะในการสืบค้นและวิเคราะห์ข้อมูล รวมทั้งทักษะในการสื่อสาร และการนำเสนอ สามารถประยุกต์ใช้เทคโนโลยีต่างๆ ในการสร้างสรรค์ผลงานได้อย่างเหมาะสม ดังนั้น มาตรฐานทักษะด้านการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศต้องครอบคลุม

1) สามารถนำเทคนิคทางสถิติหรือคณิตศาสตร์ เทคโนโลยีสารสนเทศ และเทคโนโลยีอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง มาประยุกต์ใช้ในการสืบค้น วิเคราะห์ข้อมูล แปลความหมายและเสนอแนวทางในการพัฒนางานหรือแก้ไขปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์

2) สามารถสื่อสาร สามารถสรุปประเด็นจากสิ่งที่ได้เห็นและฟัง ถ่ายทอด และนำเสนอข้อมูลได้อย่างสร้างสรรค์และมีประสิทธิภาพ

3) สามารถติดตามความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี นวัตกรรมและสถานการณ์โลก โดยใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ

5.2 กลยุทธ์การสอนที่ใช้ในการพัฒนาการเรียนรู้ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลขการสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ

- 1) มอบหมายงานที่ต้องใช้ทักษะในการวิเคราะห์ หรือคำนวณในทุกรายวิชาที่ต้องฝึกทักษะ โดยผู้สอนต้องแนะนำวิธีการ ติดตามตรวจสอบงาน และตรวจแก้พร้อมให้คำแนะนำ
- 2) มอบหมายงานที่ต้องมีการเรียบเรียงนำเสนอเป็นภาษาเขียนและที่ต้องมีการนำเสนอด้วยวาจาทั้งแบบปากเปล่าและใช้สื่อประกอบการนำเสนอ
- 3) มอบหมายงานที่ต้องมีการสืบค้นข้อมูลโดยใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ
- 4) จัดรายวิชาให้นักศึกษาสืบค้นข้อมูล เรียบเรียงเป็นรายงานและนำเสนอด้วยสื่ออิเล็กทรอนิกส์

5.3 กลยุทธ์การประเมินผลการเรียนรู้ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ

- 1) ประเมินจากผลงานกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสืบค้นข้อมูลด้วยเทคโนโลยีสารสนเทศที่มอบหมายแต่ละบุคคล
- 2) ประเมินจากการสอบข้อเขียนในการแก้โจทย์ปัญหาเชิงตัวเลขที่ไม่เคยพบมาก่อน

หมวดที่ 5 แผนการสอนและการประเมินผล

1. แผนการสอน

ลำดับที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวนชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน และสื่อที่ใช้	ผู้สอน
1	<ul style="list-style-type: none"> - แนะนำรายละเอียดวิชา วัตถุประสงค์ แนวการสอน การวัดผลและการประเมินผล - บทบาทของนักโภชนาการและนักกำหนดอาหาร - หลักการกำหนดอาหาร <ul style="list-style-type: none"> ▪ การกระจายส่วนอาหาร ▪ การกระจายมื้ออาหาร 	4	<p>กิจกรรมการเรียนการสอน</p> <ul style="list-style-type: none"> - อาจารย์ประจำวิชา แนะนำตนเองและผู้สอน ช่องทางการติดต่ออาจารย์ผู้สอน อธิบายรายละเอียดเนื้อหาวิชา จุดประสงค์และเป้าหมายของรายวิชา เกณฑ์การวัดผลและประเมินผล แนะนำ หนังสือ และ website - สุ่มซักถามนักศึกษาเกี่ยวกับ เนื้อหาวิชาเพื่อนำเข้าสู่เรียน - อาจารย์บรรยายประกอบสื่อการสอน ตามหัวข้อ โดยใช้ PowerPoint ร่วมกับ เอกสารประกอบการสอน - เปิดโอกาสให้นักศึกษาคำถาม – ตอบคำถาม และแลกเปลี่ยนความคิดเห็น - อาจารย์สรุปประเด็นสำคัญ และตอบข้อซักถาม - มอบหมายให้นักศึกษาแต่ละคนทำ คำถามทบทวนส่งท้ายชั่วโมง <p>สื่อที่ใช้</p>	อ.ดร.ยศพร อ.ยศสินี

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน และสื่อที่ใช้	ผู้สอน
			<ul style="list-style-type: none"> - เอกสารประกอบการเรียนวิชา หลักการกำหนดอาหาร - PowerPoint หัวข้อบทบาทและ ความสำคัญของนักโภชนาการและนัก กำหนดอาหาร หน้าที่ของนักโภชนาการ และนักกำหนดอาหาร ความต้องการพลังงานและสารอาหาร ของร่างกาย และหลักการกำหนด อาหาร - คำถามทบทวน 	
2	<ul style="list-style-type: none"> - ความรู้เบื้องต้นในการกำหนดอาหารทั้งใน ภาวะปกติและภาวะเจ็บป่วย - พีระมิดอาหาร - ธงโภชนาการ 	4	<p>กิจกรรมการเรียนการสอน</p> <ul style="list-style-type: none"> - สุ่มซักถามนักศึกษาเกี่ยวกับ เนื้อหาวิชาเพื่อนำเข้าสู่บทเรียน - อาจารย์บรรยายประกอบสื่อการสอน ตามหัวข้อ โดยใช้ PowerPoint ร่วมกับ เอกสารประกอบการสอน - เปิดโอกาสให้นักศึกษาตั้งคำถาม – ตอบคำถาม และแลกเปลี่ยนความ คิดเห็น - อาจารย์สรุปประเด็นสำคัญ และตอบ ข้อซักถาม - มอบหมายให้นักศึกษาแต่ละคนทำ คำถามทบทวนส่งท้ายชั่วโมง <p>สื่อที่ใช้</p> <ul style="list-style-type: none"> - เอกสารประกอบการเรียนวิชา หลักการกำหนดอาหาร - PowerPoint หัวข้อความรู้เบื้องต้นใน การกำหนดอาหารทั้งในภาวะปกติและ ภาวะเจ็บป่วย พีระมิดอาหาร และธง โภชนาการ - คำถามทบทวน 	อ.ดร.ยศพร อ.ยศสินี
3	<ul style="list-style-type: none"> - รายการอาหารแลกเปลี่ยน - การคำนวณส่วนที่กินได้ (edible portion) 	4	<p>กิจกรรมการเรียนการสอน</p> <ul style="list-style-type: none"> - สุ่มซักถามนักศึกษาเกี่ยวกับ เนื้อหาวิชาเพื่อนำเข้าสู่บทเรียน - อาจารย์บรรยายประกอบสื่อการสอน ตามหัวข้อ โดยใช้ PowerPoint ร่วมกับ เอกสารประกอบการสอน และ แบบจำลองรายการอาหารแลกเปลี่ยน - เปิดโอกาสให้นักศึกษาตั้งคำถาม – 	อ.ดร.ยศพร อ.ยศสินี

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน และสื่อที่ใช้	ผู้สอน
			<p>ตอบคำถาม และแลกเปลี่ยนความคิดเห็น</p> <ul style="list-style-type: none"> - อาจารย์สรุปรประเด็นสำคัญ และตอบข้อซักถาม - มอบหมายให้นักศึกษาแต่ละคนทำคำถาม <p>ทบทวนส่งท้ายชั่วโมง</p> <p>สื่อที่ใช้</p> <ul style="list-style-type: none"> - เอกสารประกอบการเรียนวิชาหลักการกำหนดอาหาร - PowerPoint หัวข้อรายการอาหารแลกเปลี่ยน และการคำนวณส่วนที่กินได้ - คำถามทบทวน - แบบจำลองรายการอาหารแลกเปลี่ยน 	
4	- ฝึกปฏิบัติการคำนวณส่วนที่กินได้ (edible portion) โดยใช้รายการอาหารแลกเปลี่ยน	4	<p>กิจกรรมการเรียนการสอน</p> <ul style="list-style-type: none"> - อาจารย์จัดการเรียนการสอนแบบ Active learning โดยให้นักศึกษาแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3 คน เพื่อฝึกปฏิบัติการคำนวณส่วนที่กินได้ (edible portion) โดยใช้รายการอาหารแลกเปลี่ยนตามโจทย์ที่อาจารย์กำหนด - หลังเสร็จสิ้นการฝึกปฏิบัติ ให้นักศึกษาถ่ายภาพ เพื่อนำไปใช้ในการทำรายงาน - เปิดโอกาสให้นักศึกษาตั้งคำถาม – ตอบคำถาม และแลกเปลี่ยนความคิดเห็น - อาจารย์สรุปรประเด็นสำคัญ และตอบข้อซักถาม <p>สื่อที่ใช้</p> <ul style="list-style-type: none"> - เอกสารประกอบการเรียนวิชาหลักการกำหนดอาหาร - แบบจำลองรายการอาหารแลกเปลี่ยน 	อ.ดร.ยศพร อ.ยศสินี
5	- ฝึกปฏิบัติอาหารคาวและอาหารหวานสำหรับบุคคลในภาวะปกติ	4	<p>กิจกรรมการเรียนการสอน</p> <ul style="list-style-type: none"> - อาจารย์จัดการเรียนการสอนแบบ Active learning โดยอาจารย์สาธิตขั้นตอนและวิธีการปรุงประกอบอาหารอาหารคาวและอาหารหวานสำหรับ 	อ.ดร.ยศพร อ.ยศสินี

ลำดับที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวนชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน และสื่อที่ใช้	ผู้สอน
			<p>บุคคลในภาวะปกติโดยใช้รายการอาหารแลกเปลี่ยน</p> <ul style="list-style-type: none"> - อาจารย์ให้นักศึกษาแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3 คน เพื่อฝึกปฏิบัติการประกอบอาหารคาวและอาหารหวานสำหรับบุคคลในภาวะปกติ - หลังเสร็จสิ้นการฝึกปฏิบัติ ให้นักศึกษาถ่ายภาพ เพื่อนำไปใช้ในการทำรายงาน - เปิดโอกาสให้นักศึกษาตั้งคำถาม – ตอบคำถาม และแลกเปลี่ยนความคิดเห็น - อาจารย์สรุปประเด็นสำคัญ และตอบข้อซักถาม <p>สื่อที่ใช้</p> <ul style="list-style-type: none"> - เอกสารประกอบการเรียนวิชาหลักการกำหนดอาหาร - วัตถุดิบ และอุปกรณ์สำหรับฝึกปฏิบัติอาหาร 	
6-7	- ฝึกปฏิบัติอาหารคาวและอาหารหวานสำหรับบุคคลในภาวะปกติ	4	<p>กิจกรรมการเรียนการสอน</p> <ul style="list-style-type: none"> - อาจารย์จัดการเรียนการสอนแบบ Active learning โดยให้นักศึกษาแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3 คน เพื่อคิดรายการอาหารคาวและอาหารหวานสำหรับบุคคลในภาวะปกติโดยใช้การกระจายส่วนรายการอาหารแลกเปลี่ยนตามที่โจทย์อาจารย์กำหนดให้ - ให้นักศึกษาฝึกปฏิบัติการประกอบอาหารคาวและอาหารหวานสำหรับบุคคลในภาวะปกติตามรายการอาหารที่แต่ละกลุ่มกำหนด - หลังเสร็จสิ้นการฝึกปฏิบัติ ให้นักศึกษาถ่ายภาพ เพื่อนำไปใช้ในการทำรายงาน - เปิดโอกาสให้นักศึกษาตั้งคำถาม – ตอบคำถาม และแลกเปลี่ยนความคิดเห็น - อาจารย์สรุปประเด็นสำคัญ และตอบข้อซักถาม 	อ.ดร.ยศพร อ.ยศสินี

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน และสื่อที่ใช้	ผู้สอน
			สื่อที่ใช้ - เอกสารประกอบการเรียนวิชา หลักการกำหนดอาหาร - วัตถุดิบ และอุปกรณ์สำหรับฝึกปฏิบัติ อาหาร	
8	- ฝึกปฏิบัติอาหารคาวและอาหารหวาน สำหรับบุคคลในภาวะเจ็บป่วย	4	กิจกรรมการเรียนการสอน - อาจารย์จัดการเรียนการสอนแบบ Active learning โดยอาจารย์สาธิต ขั้นตอนและวิธีการปรุงประกอบอาหาร อาหารคาวและอาหารหวานสำหรับ บุคคลในภาวะเจ็บป่วยโดยใช้รายการ อาหารแลกเปลี่ยน - อาจารย์ให้นักศึกษาแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3 คน เพื่อฝึกปฏิบัติการประกอบอาหาร คาวและอาหารหวานสำหรับบุคคลใน ภาวะเจ็บป่วย - หลังเสร็จสิ้นการฝึกปฏิบัติ ให้ นักศึกษาถ่ายภาพ เพื่อนำไปใช้ในการ ทำรายงาน - เปิดโอกาสให้นักศึกษาคำถาม – ตอบคำถาม และแลกเปลี่ยนความ คิดเห็น - อาจารย์สรุปประเด็นสำคัญ และตอบ ข้อซักถาม สื่อที่ใช้ - เอกสารประกอบการเรียนวิชา หลักการกำหนดอาหาร - วัตถุดิบ และอุปกรณ์สำหรับฝึกปฏิบัติ อาหาร	อ.ดร.ยศพร อ.ยศสินี
9-10	- ฝึกปฏิบัติอาหารคาวและอาหารหวาน สำหรับบุคคลในภาวะเจ็บป่วย	4	กิจกรรมการเรียนการสอน - อาจารย์จัดการเรียนการสอนแบบ Active learning โดยให้นักศึกษา แบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3 คน เพื่อคิดรายการ อาหารคาวและอาหารหวานสำหรับ บุคคลในภาวะเจ็บป่วย โดยใช้การ กระจายส่วนรายการอาหารแลกเปลี่ยน ตามโจทย์ที่อาจารย์กำหนดให้ - นักศึกษาฝึกปฏิบัติการประกอบ อาหารคาวและอาหารหวานสำหรับ	อ.ดร.ยศพร อ.ยศสินี

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน และสื่อที่ใช้	ผู้สอน
			<p>บุคคลในภาวะเจ็บป่วยตามรายการอาหารที่แต่ละกลุ่มกำหนด</p> <ul style="list-style-type: none"> - หลังเสร็จสิ้นการฝึกปฏิบัติ ให้นักศึกษาถ่ายภาพ เพื่อนำไปใช้ในการทำรายงาน - เปิดโอกาสให้นักศึกษาคำถาม – ตอบคำถาม และแลกเปลี่ยนความคิดเห็น - อาจารย์สรุปประเด็นสำคัญ และตอบข้อซักถาม <p>สื่อที่ใช้</p> <ul style="list-style-type: none"> - เอกสารประกอบการเรียนวิชา หลักการกำหนดอาหาร - วัสดุฝึก และอุปกรณ์สำหรับฝึกปฏิบัติอาหาร 	
11	<p>- การคำนวณคุณค่าทางโภชนาการโดยใช้ตารางแสดงปริมาณสารอาหาร (Food table) และโปรแกรมการคำนวณคุณค่าทางโภชนาการ : ThaiNutriSurvey</p>	4	<p>กิจกรรมการเรียนการสอน</p> <ul style="list-style-type: none"> - สุ่มซักถามนักศึกษาเกี่ยวกับเนื้อหาวิชาเพื่อนำเข้าสู่เรียน - อาจารย์บรรยายประกอบสื่อการสอนตามหัวข้อ โดยใช้ PowerPoint ร่วมกับเอกสารประกอบการสอน - อาจารย์จัดการเรียนการสอนแบบ Active learning โดยให้นักศึกษาฝึกปฏิบัติคำนวณคุณค่าทางโภชนาการโดยใช้ตารางแสดงปริมาณสารอาหาร (Food table) และโปรแกรมการคำนวณคุณค่าทางโภชนาการ : ThaiNutriSurvey - เปิดโอกาสให้นักศึกษาคำถาม – ตอบคำถาม และแลกเปลี่ยนความคิดเห็น - อาจารย์สรุปประเด็นสำคัญ และตอบข้อซักถาม - มอบหมายให้นักศึกษาแต่ละคนทำคำถามทบทวนส่งในสัปดาห์ที่ 12 <p>สื่อที่ใช้</p> <ul style="list-style-type: none"> - เอกสารประกอบการเรียนวิชา หลักการกำหนดอาหาร - PowerPoint หัวข้อการคำนวณ 	อ.ดร.ยศพร อ.ยศสินี

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน และสื่อที่ใช้	ผู้สอน
			คุณค่าทางโภชนาการ - คำถามทบทวน - ตารางแสดงปริมาณสารอาหาร (Food table) - โปรแกรมการคำนวณคุณค่าทางโภชนาการ : ThaiNutriSurvey	
12	- การคำนวณคุณค่าทางโภชนาการโดยใช้ตารางแสดงปริมาณสารอาหาร (Food table) และโปรแกรมการคำนวณคุณค่าทางโภชนาการ : INMUCAL-N	4	กิจกรรมการเรียนการสอน - สุ่มซักถามนักศึกษาเกี่ยวกับเนื้อหาวิชาเพื่อนำเข้าสู่เรียน - อาจารย์บรรยายประกอบสื่อการสอนตามหัวข้อ โดยใช้ PowerPoint ร่วมกับเอกสารประกอบการสอน - อาจารย์จัดการเรียนการสอนแบบ Active learning โดยให้นักศึกษาฝึกปฏิบัติคำนวณคุณค่าทางโภชนาการโดยใช้โปรแกรมการคำนวณคุณค่าทางโภชนาการ : INMUCAL-N - เปิดโอกาสให้นักศึกษาตั้งคำถาม – ตอบคำถาม และแลกเปลี่ยนความคิดเห็น - อาจารย์สรุปประเด็นสำคัญ และตอบข้อซักถาม - มอบหมายให้นักศึกษาแต่ละคนทำคำถามทบทวนส่งในสัปดาห์ที่ 13 สื่อที่ใช้ - เอกสารประกอบการเรียนวิชาหลักการกำหนดอาหาร - PowerPoint หัวข้อการคำนวณคุณค่าทางโภชนาการ - คำถามทบทวน - โปรแกรมการคำนวณคุณค่าทางโภชนาการ : INMUCAL-N	อ.ดร.ยศพร อ.ยศสินี
13	- การคำนวณความต้องการพลังงานและสารอาหารของบุคคลในภาวะปกติ - การจัดรายการอาหารที่เหมาะสมสำหรับบุคคลในภาวะปกติโดยใช้รายการอาหารแลกเปลี่ยน - ฝึกปฏิบัติอาหารที่เหมาะสมสำหรับบุคคลในภาวะปกติ		กิจกรรมการเรียนการสอน - สุ่มซักถามนักศึกษาเกี่ยวกับเนื้อหาวิชาเพื่อนำเข้าสู่เรียน - อาจารย์บรรยายประกอบสื่อการสอนตามหัวข้อ โดยใช้ PowerPoint ร่วมกับเอกสารประกอบการสอน - อาจารย์จัดการเรียนการสอนแบบ Active learning โดยให้นักศึกษา	อ.ดร.ยศพร อ.ยศสินี

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน และสื่อที่ใช้	ผู้สอน
			<p>แบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3 คน เพื่อคำนวณความต้องการพลังงานและสารอาหารของบุคคลในภาวะปกติ จัดรายการอาหารที่เหมาะสมสำหรับบุคคลในภาวะปกติโดยใช้รายการอาหารแลกเปลี่ยนและฝึกปฏิบัติการประกอบอาหารสำหรับบุคคลในภาวะปกติตามรายการอาหารที่แต่ละกลุ่มกำหนด</p> <ul style="list-style-type: none"> - หลังเสร็จสิ้นการฝึกปฏิบัติ ให้นักศึกษาถ่ายภาพ เพื่อนำไปใช้ในการทำรายงาน - เปิดโอกาสให้นักศึกษาคำถาม – ตอบคำถาม และแลกเปลี่ยนความคิดเห็น - อาจารย์สรุปประเด็นสำคัญ และตอบข้อซักถาม <p>สื่อที่ใช้</p> <ul style="list-style-type: none"> - เอกสารประกอบการเรียนวิชา หลักการกำหนดอาหาร - PowerPoint หัวข้อการคำนวณความต้องการพลังงานและสารอาหารของบุคคลในภาวะปกติ <p>การจัดรายการอาหารที่เหมาะสมสำหรับบุคคลในภาวะปกติโดยใช้รายการอาหารแลกเปลี่ยน</p> <ul style="list-style-type: none"> - คำถามทบทวน 	
14	<ul style="list-style-type: none"> - การคำนวณความต้องการพลังงานและสารอาหารของบุคคลในภาวะเจ็บป่วย - การจัดรายการอาหารที่เหมาะสมสำหรับบุคคลในภาวะเจ็บป่วยโดยใช้รายการอาหารแลกเปลี่ยน - ฝึกปฏิบัติอาหารที่เหมาะสมสำหรับบุคคลในภาวะเจ็บป่วย 	4	<p>กิจกรรมการเรียนการสอน</p> <ul style="list-style-type: none"> - สุ่มซักถามนักศึกษาเกี่ยวกับเนื้อหาวิชาเพื่อนำเข้าสู่บทเรียน - อาจารย์บรรยายประกอบสื่อการสอนตามหัวข้อ โดยใช้ PowerPoint ร่วมกับเอกสารประกอบการสอน - อาจารย์จัดการเรียนการสอนแบบ Active learning โดยให้นักศึกษาแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3 คน เพื่อคำนวณความต้องการพลังงานและสารอาหารของบุคคลในภาวะเจ็บป่วย จัดรายการอาหารที่เหมาะสมสำหรับบุคคลในภาวะเจ็บป่วยใช้รายการอาหารแลกเปลี่ยน 	อ.ดร.ยศพร อ.ยศสินี

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน และสื่อที่ใช้	ผู้สอน
			<p>และฝึกปฏิบัติการประกอบอาหารสำหรับบุคคลในภาวะเจ็บป่วยตามรายการอาหารที่แต่ละกลุ่มกำหนด</p> <ul style="list-style-type: none"> - หลังเสร็จสิ้นการฝึกปฏิบัติ ให้นักศึกษาถ่ายภาพ เพื่อนำไปใช้ในการทำรายงาน - เปิดโอกาสให้นักศึกษาตั้งคำถาม – ตอบคำถาม และแลกเปลี่ยนความคิดเห็น - อาจารย์สรุปประเด็นสำคัญ และตอบข้อซักถาม <p>สื่อที่ใช้</p> <ul style="list-style-type: none"> - เอกสารประกอบการเรียนวิชาหลักการกำหนดอาหาร - PowerPoint หัวข้อการคำนวณความต้องการพลังงานและสารอาหารของบุคคลในภาวะเจ็บป่วย การจัดรายการอาหารที่เหมาะสมสำหรับบุคคลในภาวะเจ็บป่วยโดยใช้รายการอาหารแลกเปลี่ยน - คำถามทบทวน 	
15	- ศึกษานำเสนอรายงานการฝึกปฏิบัติการกำหนดและการจัดอาหารของบุคคลในภาวะปกติและภาวะเจ็บป่วย	4	<p>กิจกรรมการเรียนการสอน</p> <ul style="list-style-type: none"> - ศึกษานำเสนอรายงานการฝึกปฏิบัติการกำหนดและการจัดอาหารของบุคคลในภาวะปกติและภาวะเจ็บป่วย - อาจารย์สรุปผลการนำเสนอรายงาน - อาจารย์ประเมินผลจากความเหมาะสมในการเลือกใช้วัตถุดิบ สัดส่วนที่กินได้สอดคล้องกับพลังงานและสารอาหารที่ได้รับ ลำดับ ขั้นตอน และระยะเวลาในการนำเสนอ โดยใช้แบบฟอร์มการประเมินผล <p>สื่อที่ใช้</p> <ul style="list-style-type: none"> - เครื่องฉาย (Visualized) และโปรแกรมนำเสนอ (Power point) 	อ.ดร.ยศพร อ.ยศสินี

2. แผนการประเมินผลการเรียนรู้

ผลการเรียนรู้	รายละเอียด	วิธีการประเมิน	สัปดาห์ที่ประเมิน	สัดส่วนของการประเมินผล
คุณธรรมและจริยธรรม	มีวินัย ตรงต่อเวลาและมีความรับผิดชอบต่อนตนเองและสังคมเคารพกฎระเบียบและข้อบังคับต่างๆ ขององค์กรและสังคม	- ประเมินจากการสังเกตพฤติกรรม การแสดงออกตามปกติของนักศึกษา ได้แก่ การมีวินัย ตรงต่อเวลาและมีความรับผิดชอบต่อนตนเองในการเข้าชั้นเรียนและการส่งงาน การมีส่วนร่วม และนำเสนอความคิดเห็นในชั้นเรียน	1-15	5%
ความรู้	สามารถนำความรู้มาประยุกต์ใช้ในบริบททางวิชาการและวิชาชีพ	- ประเมินจากการตอบคำถาม ทบทวน และแบบฝึกหัด - ประเมินจากรายงาน - ประเมินจากการฝึกปฏิบัติ อาหาร - ประเมินจากการสอบข้อเขียน	1-3,11-14 15 4,5,10,13,14 16	10% 10% 25% 15%
ทักษะปัญญา	สามารถถ่ายทอดและแลกเปลี่ยนความรู้กับผู้อื่น	- ประเมินจากผลงานการแก้ไขปัญหาที่ได้รับมอบหมายจากการตอบคำถามทบทวน และแบบฝึกหัด - ประเมินโดยการสอบข้อเขียนด้วยโจทย์ที่ต้องใช้ทักษะทางปัญญา	1-3,11-14 16	10% 15%
ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ	สามารถปรับตัวและทำงานร่วมกับผู้อื่นทั้งในฐานะผู้นำและสมาชิกกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพ	- สังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน โดยสังเกตความรับผิดชอบในงานที่ได้รับมอบหมายเป็นกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพ	1-15	5%
ทักษะวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสารและการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ	สามารถสื่อสาร สามารถสรุปประเด็นจากสิ่งที่ได้เห็นและฟัง ถ่ายทอดและนำเสนอข้อมูลได้อย่างสร้างสรรค์และมีประสิทธิภาพ	- ประเมินจากประเมินจากการนำเสนอรายงานหน้าชั้นเรียน	15	5%

3. การประเมินผล

3.1 ประเมินผลระหว่างภาค ร้อยละ 70 แบ่งออกตามกิจกรรมและเนื้อหา ดังนี้

- ความตรงต่อเวลาในการเข้าชั้นเรียนและการส่งงาน ร้อยละ 5
- การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน และนำเสนอความคิดเห็นในชั้นเรียน ร้อยละ 5
- คำถามทบทวน และแบบฝึกหัด ร้อยละ 20
- รายงานและการนำเสนอรายงาน ร้อยละ 15
- การฝึกปฏิบัติอาหาร ร้อยละ 25

3.2 ประเมินผลปลายภาค ร้อยละ 30

- สอบทฤษฎี

ร้อยละ 30

3.3 เกณฑ์การประเมินให้ระดับผลการเรียนตามช่วงคะแนน ดังนี้

ระดับผลการเรียน	ช่วงคะแนน	ระดับผลการเรียน	ช่วงคะแนน
A	90-100	C	60-69
B+	85-89	D+	55-59
B	75-84	D	50-54
C+	70-74	F	ต่ำกว่า 50

หมายเหตุ นักศึกษาต้องมีเวลาเรียนและเข้าร่วมกิจกรรมไม่ต่ำกว่า 80 % (ยกเว้นกรณีมีเหตุจำเป็น)

หมวดที่ 6 ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

1. เอกสารและตำราหลัก

เอกสารประกอบการสอนวิชาหลักการกำหนดอาหาร

2. เอกสารและข้อมูลสำคัญ

ชมรมนักกำหนดอาหาร. (2544).รายการอาหารแลกเปลี่ยนไทย. การอบรมโภชนาการและโภชนบำบัด สำหรับผู้สอนวิชาโภชนบำบัด. 9-11 พฤษภาคม 2544. ศูนย์การแพทย์สิริกิติ์คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี

3. เอกสารและข้อมูลแนะนำ

www.nutritionthailand.or.th

www.pednutrition.org

www.nu.mahidol.ac.th

www.eatright.org

www.who.int

nutrition.anamai.moph.go.th

หมวดที่ 7 การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา

1. การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนักศึกษา

ผู้เรียนประเมินประสิทธิผลของรายวิชา ซึ่งรวมถึงวิธีการสอน การจัดกิจกรรมทั้งในและนอกห้องเรียน สิ่งสนับสนุนการเรียนการสอน ซึ่งมีผลกระทบต่อการเรียนรู้ และผลการเรียนรู้ที่ได้รับ และเสนอแนะเพื่อการปรับปรุงรายวิชาตามแบบฟอร์มการประเมินผลรายวิชา

2. การประเมินการสอน

คณะกรรมการที่แต่งตั้งโดยหลักสูตร/คณะฯ ทำหน้าที่ประเมินการสอน จากการสุ่มการสังเกตการณ์สอน และการสุ่มสัมภาษณ์ผู้เรียน ตลอดจนการนำข้อมูลจากผลการประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยผู้เรียน มาวิเคราะห์

3. การปรับปรุงการสอน

ต่อเนื่องจากการประเมินการสอน (ข้อที่ 2) อาจารย์ผู้สอนจัดทำรายงานผลการดำเนินงานของรายวิชา (มคอ.5) โดยละเอียด ระบุปัญหาในการจัดการเรียนการสอน (ถ้ามี) และแนวการแก้ไข หรือแนวทางในการปรับปรุงรายวิชา เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนการจัดการเรียนการสอนในรายวิชานั้นๆ ในภาคการศึกษาถัดไป โดยระบุรายละเอียดอยู่ในรายละเอียดของรายวิชา (มคอ.3)

4. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนักศึกษาในรายวิชา

คณะกรรมการแต่งตั้งโดยหลักสูตร/คณะฯ ทำหน้าที่ทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ ของผู้เรียน โดยทวนสอบการวัดและประเมินผลจากการสุ่มตรวจผลงานของผู้เรียน ข้อสอบและการให้คะแนนของผู้สอน ความสอดคล้องกับเกณฑ์การประเมินผลที่ระบุไว้ในรายละเอียดรายวิชา และทวนสอบผลสัมฤทธิ์ตามมาตรฐานผลการเรียนรู้จากการสัมภาษณ์ผู้เรียนหรือสนทนากลุ่มผู้เรียน

5. การดำเนินการทบทวนและการวางแผนปรับปรุงประสิทธิผลของรายวิชา

จากผลการประเมินการสอนและทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของผู้เรียนในรายวิชา นำไปวางแผนการจัดการเรียนการสอน เพื่อให้เกิดคุณภาพมากขึ้น โดยอาจารย์ผู้สอนเป็นผู้รับผิดชอบในการทบทวนเนื้อหาที่สอน วิธีการสอน และกิจกรรมการเรียน สื่อการสอน การออกข้อสอบ การวัดประเมินผล