



ประมวลการสอนรายวิชา

1. รหัสและชื่อรายวิชา

801101 ความรอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมศาสตร์ (Health Literacy and Behavioral Science)

2. จำนวนหน่วยกิต (ระบบไตรภาค)

3 หน่วยกิต 3 (3-0-6)

3. หลักสูตรและประเภทของรายวิชา

หลักสูตร วิทยาศาสตร์บัณฑิต ประเภทรายวิชา กลุ่มวิชาวิชาชีพสาธารณสุข

4. อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน

ผู้รับผิดชอบรายวิชา ผศ. ดร. ขนิษฐา มีวาสนา

ผู้ร่วมสอน อ.นลิน สิทธิธรรณ

5. ภาคการศึกษา/ชั้นปีที่เรียน

ภาคการศึกษาที่ 1 / นักศึกษาชั้นปีที่ 1

6. รายวิชาที่ต้องเรียนมาก่อน (pre-requisite) (ถ้ามี)

ไม่มี

7. รายวิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน (co-requisites) (ถ้ามี)

ไม่มี

8. วันเวลา/สถานที่เรียน

วันอังคาร 8.00-11.00 น.

ห้อง B3103 อาคารเรียนรวม 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

9. วันที่จัดทำหรือปรับปรุงรายละเอียดของรายวิชาครั้งล่าสุด

19 กรกฎาคม พ.ศ. 2562

10. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวังของรายวิชา

- 1) สามารถอธิบายความหมาย วัตถุประสงค์ ความเป็นมา ขอบเขตและเนื้อเรื่อง ความสำคัญของความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมศาสตร์
- 2) สามารถอธิบายพื้นฐานของบุคคล เกี่ยวกับพฤติกรรม องค์ประกอบที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและความต้องการของมนุษย์
- 3) สามารถอธิบายการเปลี่ยนแปลง ค่านิยม ความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติตนเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ
- 4) สามารถสรุปหลักการและวิธีการต่างๆ ในการสร้างสื่อและนำมาใช้ประกอบการให้สุศึกษาได้

11. คำอธิบายรายวิชา

ความรู้รอบรู้ด้านสุขภาพ ศึกษาหลักและวิธีการในการสร้างเสริมสุขภาพ การดูแลและสนับสนุนพฤติกรรมบุคคลทั้งวัยเด็ก

และผู้สูงอายุให้ได้รับความสุขสบายในการดำรงชีวิตประจำวัน สภาพสังคม และสิ่งแวดล้อม เพื่อเสริมสร้างให้บุคคล ครอบครัว และชุมชน มีสุขภาพ และมามีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเอง ให้เหมาะสม รวมไปถึง การปรับสิ่งแวดล้อม ให้เอื้อต่อการมีสุขภาพที่ดี

12. แผนการสอนรายสัปดาห์

ลำดับ ที่	หน่วย บท และหัวข้อ	จำนวนชั่วโมง (วันที่)	ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง (รายสัปดาห์)	สาขาวิชา/ อาจารย์ผู้สอน
1	บทนำ ความรู้พื้นฐาน เกี่ยวกับความรู้ด้าน สุขภาพ และพฤติกรรม ศาสตร์	3 23 ก.ค. 2562	1. อธิบายแนวคิดหลักของความรู้ด้านสุข ศึกษาได้อย่างถูกต้อง 2. อธิบายวัตถุประสงค์ของศึกษาพฤติกรรม ศาสตร์	ผศ. ดร. ชนิษฐา มีวาสนา และ คณาจารย์จาก สำนักวิชาฯ
2	ความรู้ด้านสุขภาพ	3 30 ก.ค. 2562	1. อธิบายความหมายและความสำคัญของความ รู้ด้านสุขภาพ 2. อธิบายการนำความรู้ด้านสุขภาพมาส่งเสริม สุขภาพของตนเองได้	อ.นลิน สิทธิธรรณ์ และ คณาจารย์จาก สำนักวิชาฯ
3	พฤติกรรมศาสตร์ และการ วิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพ	3 6 ส.ค. 2562	1. อธิบายความหมายและความสำคัญของ การศึกษาพฤติกรรม 2. อธิบายองค์ประกอบที่มีผลต่อพฤติกรรม สุขภาพ 3. อธิบายการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ	ผศ.ดร.ชนิษฐา มีวาสนา
4	การทำโครงการสร้างเสริม สุขภาพ	3 13 ส.ค. 2562	1. อธิบายองค์ประกอบเบื้องต้นในการจัดทำ โครงการ 2. อธิบาย และยกตัวอย่างวิธีการสร้างเสริม สุขภาพของตนเองและคนรอบข้าง	ผศ.ดร.ชนิษฐา มีวาสนา
5	อาหารส่งเสริมสุขภาพ	3 20 ส.ค. 2562	1. อธิบายการเลือกอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย 2. ยกตัวอย่างปัญหาสุขภาพที่เกิดจากพฤติกรรม การบริโภค	อาจารย์นลิน
6	การพักผ่อนและการนอน หลับ	3 27 ส.ค. 2562	1. อธิบายประโยชน์จากการพักผ่อนนอนหลับ อย่างเพียงพอ 2. อธิบายปัญหาสุขภาพที่เกิดขึ้นหากนอนพักผ่อน ไม่เพียงพอ	ผศ.นพ.สรารัฐ
สอบกลางภาค 6 ก.ย. 62 เวลา 15.00-17.00 น.				
8	การสร้างเสริมสุขภาพวัย ทารก และวัยเด็ก	3 10 ก.ย. 2562	1. อธิบายแนวทางการสร้างเสริมสุขภาพวัยทารก และวัยเด็ก 2. ยกตัวอย่างปัญหาสุขภาพวัยทารกและวัยเด็ก	ผศ. ดร.ชนิษฐา

9	การสร้างเสริมสุขภาพวัยรุ่น	3 17 ก.ย. 2562	1. อธิบายแนวทางการสร้างเสริมสุขภาพวัยรุ่น 2. ยกตัวอย่างปัญหาสุขภาพในวัยรุ่น	ผศ. ดร.ชนิษฐา
10	สุขภาวะทางใจ การปรับตัว คุณภาพชีวิต	3 24 ก.ย. 2562	1. อธิบายความหมายของสุขภาวะทางใจ การ ป ร ั บ ั ต ั ว คุ ณ ภา พ ชี วิ ต 2. อธิบายวิธีการปรับตัวเมื่อพบการเปลี่ยนแปลง	อ.นพ.นิวัฒน์ชัย
11	การสร้างเสริมสุขภาพวัย ผู้ใหญ่และวัยสูงอายุ	3 1 ต.ค. 2562	1. อธิบายแนวทางการสร้างเสริมสุขภาพผู้ใหญ่ และวัยสูงอายุ 2. ยกตัวอย่างปัญหาสุขภาพในวัยผู้ใหญ่และวัย สูงอายุ	อาจารย์นลิน
12	การนำเสนอ/รายงานผล โครงการส่งเสริมสุขภาพ	3 8 ต.ค. 2562	1. สามารถนำเสนอโครงการส่งเสริมสุขภาพที่ได้ จัดทำ 2. สามารถอธิบายผลสรุปจากการทำโครงการได้	อาจารย์นลิน และ ผศ.ดร. ชนิษฐา
สอบปลายภาค 22 ต.ค. 2562 เวลา 13.00-16.00 น.				

13. แผนการประเมินผลการเรียนรู้				
กิจกรรม	ผลการเรียนรู้	วิธีการประเมิน	สัปดาห์ที่ประเมิน	สัดส่วนของ การประเมิน
ภาคบรรยาย	ตามผลการ เรียนรู้ที่คาดหวัง ในหัวข้อที่ 10	- ความมีระเบียบวินัย การเข้าชั้น เรียนครบทุกครั้ง และตรงต่อเวลา	1-12	10 %
		- การสอบกลางภาค	1-5	40 %
		- การสอบประจำภาค	6, 8-12	40 %
		- การมอบหมายให้ค้นคว้า หรือทำ รายงาน	2, 10-12	10%

14. ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

1. ตำราและเอกสารหลัก

- เฉลิมพล ต้นสกุล. พฤติกรรมศาสตร์สาธารณสุข. ห้างหุ้นส่วนสามัญนิติบุคคล สหประชาพาณิชย์. พิมพ์ครั้งที่3 2543
- เบญจจา ยอดดำเนิน-แอ๊ดติงส์ . พฤติกรรมสุขภาพ : ปัญหา ตัวกำหนด และทิศทาง . สถาบันวิจัยประชากร
มหาวิทยาลัยมหิดล. พิมพ์ครั้งที่ 1 พ.ศ 2542
- พญ. จันทร์เพ็ญ ชูประภาวรณ. สถานะสุขภาพคนไทย. โครงการสำนักพิมพ์สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข .พิมพ์ ครั้ง1 .
พ.ศ 2543
- Turner, C.E. School health and health education. (sixth ed.) Saint Louis : the C.V.Mosby
company,1990.
- Schwitzgebel, R.K & Kolb,D.A. Changing human behavior. Tokyo : McGraw-Hill Kogohusha, Ltd.,1994
- Knutson,Andie L.The individual, siciety,and health behavior.New York: Russell sage Foundation,
1998.
- Randall R. Cottrell . Principles ans Foundations of Health Promotion and Education . Benjamin

Cummings. CA. 2nd ed . 2001

2. เอกสารและข้อมูลสำคัญ

- เอกสารประกอบการสอนรายสัปดาห์ และสื่อ Microsoft Power Point แผ่นภาพประกอบและวีดิทัศน์