



ประมวลการสอน
ภาคต้น ปีการศึกษา 2563

1. หน่วยงานที่รับผิดชอบ ฝ่ายวิชาบูรณาการ หมวดวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

2. รหัสวิชา 01999012 ชื่อวิชา (ไทย) สุขภาพเพื่อชีวิต
จำนวน 3(3-0-6) หน่วยกิต (อังกฤษ) Health for Life
จำนวนหมู่เรียนบรรยาย

หมู่ 1	วันจันทร์ , ศุกร์	เวลา 11.00 - 12.30 น.	ณ ห้อง ออนไลน์
หมู่ 2	วันจันทร์ , พุธ	เวลา 14.30 - 16.00 น.	ณ ห้อง ออนไลน์
หมู่ 3	วันอังคาร , พฤหัส	เวลา 13.00 - 14.30 น.	ณ ห้อง ออนไลน์
หมู่ 4	วันอังคาร , พฤหัส	เวลา 15.00 - 16.30 น.	ณ ห้อง ออนไลน์
หมู่ 300	วันเสาร์	เวลา 09.00 - 12.00 น.	ณ ห้อง ออนไลน์

3. ผู้สอน/คณะ

3.1 รศ.สุพัฒน์ อีระเวชเจริญชัย

โทร.081 513 4677 โทรสาร 02 942 8671 E-mail: feduspv@ku.ac.th

3.2 รศ.ดร.วรรณดา สุจริต โทร.081 488 1451 E-mail: fvetvas@ku.ac.th

3.3 ผศ.ประเสริฐศักดิ์ กายนาคา

โทร.094 324 9559 โทรสาร 02 942 8671 ID:Line ; prsert99

3.4 ผศ.พ.ต.หญิง ดร.ณัฐกฤตา ศิริโสภณ ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์

โทร.02 942 8671, 081 999 4182 E-mail: nuttakritta@gmail.com

3.5 ผศ.ดร.รัก ชุณหกาญจน์ ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์

โทร. 02 561 3480 กต 735 E-mail: fsocrck@ku.ac.th

3.6 อ.ดร.เอื้ออนุช ถนอมวงษ์ ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ E-mail: fsocant@ku.ac.th

3.7 อ.ดร.ชมชิต พรหมสิน ภาควิชาภูมิศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์

โทร. 0830501029 E-mail: fsoccci@ku.ac.th

3.8 ผศ.ดร.กัลพฤกษ์ พลศรี ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ โทร. 02 942 8671, 081 354 2327

E-mail: fedukrp@ku.ac.th

3.9 ผศ.ดร.สุจิตรา เจริญหิรัญยิ่งยศ ภาควิชาภูมิศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์

โทร. 086 665 3168 E-mail: fsocsjc@ku.ac.th

3.10 ผศ.ดร.ทิพวรรณ ดวงปัญญา ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะเกษตร โทร. 02 579 5514, 0988299113

E-mail: agrtwd@ku.ac.th

3.11 อ.ดร.สุขกมล ปัญญาจันทร์ ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะเกษตร โทร. 0819857377

E-mail: agrsmpc@ku.ac.th

3.12 ผศ.ดร.ญุเบศร์ นภัทรพิทยธร ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ โทร. 02 942 8671,
088 282 8451 E-mail: spsc_best@hotmail.com

3.13 อ.ดร.ธริศรา จิรเสถียรพร ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ โทร.02 942 8671, 081 423 8989
E-mail: tharisara89@gmail.com

3.14 อ.ดร.สุชาดา สกลกิจรุ่งโรจน์ ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ โทร. 081-4360709
E-mail: suchada.sa@ku.th

3.15 อ.ดร. ปองกมล สุรัตน์ ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ โทร. 02 561 3480 กต 735
E-mail:

4. การให้โอกาสนอกเวลาเรียนแก่นิสิตเข้าพบและให้คำแนะนำในด้านการเรียน

ในกรณีทีนิสิตต้องการคำแนะนำในด้านการเรียนให้นิสิตติดต่ออาจารย์ผู้ประสานงานหมู่ดังนี้

หมู่ 1, 2 ,3 , 4

ประธานรายวิชา: ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์ พลสร ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ โทร. 02 942 8671, 081
354 2327 E-mail: fedukrp@ku.ac.th, Kanlapruk@gmail.com ID: Line; Kanlapruk

หมู่ 300

อ.ดร.ธริศรา จิรเสถียรพร ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ โทร. 02 942 8671, 081 423 8989
E-mail: tharisara89@gmail.com

หรือติดต่อ

ประธานรายวิชา ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์ พลสร ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ อาคาร 3 ชั้น 1 ห้อง 106
โทร.02 942 8671, 081 354 2327 E-mail: fedukrp@ku.ac.th, Kanlapruk@gmail.com ID: Line; Kanlapruk

เลขานุการรายวิชา อ.ดร.ธริศรา จิรเสถียรพร ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ อาคาร 3 ชั้น 1 ห้อง 105
โทร.02 942 8671, 081 423 8989 E-mail: tharisara89@gmail.com

ผู้ช่วยเลขานุการรายวิชา นางชลธิชา ก่อเกิด ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ อาคาร 3 ชั้น 1
ห้อง 104 โทร.02 579 7149 กต 402, 02 942 8671 E-mail: chonticha4@hotmail.com

5. วัตถุประสงค์ของวิชา: เพื่อให้

1. ได้รับความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวทางการดูแลรักษาป้องกันและส่งเสริมสุขภาพทางกายและสุขภาพจิต
2. เกิดทักษะในการดูแลสุขภาพตนเอง
3. ได้รับความรู้ก้าวทันต่อความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ

6. เนื้อหารายวิชา (course description)

กลไกการกำเนิดและพัฒนามนุษย์บทบาททางเพศการดูแลส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิต การป้องกันภาวะการเสี่ยงของบุคคลวัยต่างๆสุขภาพผู้บริโภคลักษณะแวดล้อมกับสุขภาพปัจจัยทางครอบครัวที่ส่งผลต่อ สุขภาพ ความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์สุขภาพมีการศึกษานอกสถานที่

Fertilization and human development, sex roles, physical and mental health care promotion, human risk prevention, consumer health, environment and health, family factors influencing health, health science innovation, field trip.

7. หัวข้อวิชา (course outline)

1. บทนำ (1.5 ชั่วโมง)
2. มหัทศจรยแห่งชีวิต (3 ชั่วโมง)
 - 2.1 กำเนิดชีวิต
 - 2.1.1 การสร้างอสุจิและการตกไข่
 - 2.1.2 กลไกการปฏิสนธิ
 - 2.1.3 หน่วยชีวิตและการเจริญของลูกอ่อน
 - 2.1.4 ความสัมพันธ์ของลูกอ่อนในครรภ์มารดา
 - 2.2 การทำงานของระบบสืบพันธุ์และต่อมไร้ท่อ
 - 2.2.1 ความหมายและความสำคัญของการสืบพันธุ์
 - 2.2.2 ระบบสืบพันธุ์และการทำงาน
 - 2.2.3 ต่อมไร้ท่อที่เกี่ยวข้องกับระบบสืบพันธุ์
3. พัฒนาการแห่งชีวิต (6 ชั่วโมง)
 - 3.1 พัฒนาการแห่งชีวิต
 - 3.2 ปัจจัยที่มีผลต่อพัฒนาการที่สมบูรณ์
 - 3.3 พัฒนาการและการส่งเสริมสำหรับทารกในครรภ์-วัยเด็ก
 - 3.4 พัฒนาการและการส่งเสริมสำหรับวัยรุ่น-วัยชรา
4. การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ (6 ชั่วโมง)
 - 4.1 การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ
 - 4.1.1 อ. อาหารเพื่อสุขภาพ
 - 4.1.2 อ. การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
 - 4.1.3 อ. อารมณ์
 - 4.1.4 อ. อย่านอน
 - 4.2 สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ
5. ภาวะเสี่ยงทางสุขภาพและสวัสดิภาพ (3 ชั่วโมง)
 - 5.1 พฤติกรรมสุขภาพ (Health behaviors)
 - 5.1.1 การรับประทานอาหาร
 - 5.1.2 การออกกำลังกาย
 - 5.1.3 ภาวะอ้วน/โรคอ้วน
 - 5.2 พฤติกรรมเสี่ยง (Risk behaviors)
 - 5.2.1 การสูบบุหรี่
 - 5.2.2 การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - 5.2.3 การใช้สารเสพติด
 - 5.2.4 การมีเพศสัมพันธ์
 - 5.3 ประสบการณ์ความรุนแรง (Experience of violence)
 - 5.3.1 การทำร้ายร่างกายกัน และการถูกรังแก/ ถูกทำร้าย

6. การเตรียมพร้อมสู่สังคมผู้สูงอายุ (3 ชั่วโมง)
 - 6.1 ความหมาย ธรรมชาติ สถานการณ์ที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ พหุคูณพลัง
 - 6.2 ทฤษฎีผู้สูงอายุ
 - 6.3 ปัญหาสุขภาพในผู้สูงอายุ
 - 6.4 การประยุกต์องค์ความรู้และการเตรียมพร้อมกับสังคมอายุยืน
 - 6.5 เทคโนโลยีและนวัตกรรมในการดูแล ส่งเสริม ป้องกัน รักษาและฟื้นฟูสุขภาพของผู้สูงอายุ
7. การส่งเสริมสุขภาพจิต (3 ชั่วโมง)
 - 7.1 ลักษณะสุขภาพจิตที่ดี
 - 7.2 การปรับตัวและวุฒิภาวะทางอารมณ์
 - 7.3 ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพจิต
 - 7.4 การพัฒนาและส่งเสริมสุขภาพจิตที่สมบูรณ์
8. สุขภาพผู้บริโภคร (6 ชั่วโมง)
 - 8.1 สิทธิและหน้าที่ของผู้บริโภค
 - 8.2 การเลือกและรู้จักใช้ผลิตภัณฑ์บริการและแหล่งบริการทางการแพทย์และสาธารณสุขอย่างเหมาะสม
 - 8.3 การโฆษณากับผู้บริโภค
 - 8.4 การประกันสุขภาพและการประกันภัย
 - 8.5 กฎหมายคุ้มครองผู้บริโภค
9. สิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ (3 ชั่วโมง)
 - 9.1 สภาพของสิ่งแวดล้อมในปัจจุบันที่สัมพันธ์กับสุขภาพ
 - 9.2 การจัดการสิ่งแวดล้อมเพื่อสุขภาพ
 - 9.3 สิ่งแวดล้อมทางสังคมที่มีผลต่อสุขภาพ
 - 9.4 องค์กรและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมเพื่อสุขภาพ
10. ปัจจัยทางครอบครัวที่มีผลต่อสุขภาพ (6 ชั่วโมง)
 - 10.1 ครอบครัวกับคุณภาพชีวิต
 - 10.1.1 ครอบครัวเป็นแหล่งพัฒนาคุณภาพชีวิต
 - 10.1.2 ความสัมพันธ์ของคุณภาพชีวิตกับสุขภาพกายและสุขภาพจิต
 - 10.1.3 บทบาทและหน้าที่ของครอบครัวในการพัฒนาคุณภาพชีวิต
 - 10.2 วัฏจักรและการพัฒนาชีวิตครอบครัว
 - 10.2.1 การเกิดครอบครัว
 - 10.2.2 วัฏจักรชีวิตครอบครัวการป้องกันและแก้ไขปัญหาวิกฤตในครอบครัว
 - 10.3 ความสัมพันธ์ในครอบครัว
 - 10.3.1 ปัจจัยที่มีผลต่อการสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว
 - 10.3.2 ปัญหาที่บั่นทอนความสัมพันธ์ในครอบครัว
11. ความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ (3 ชั่วโมง)
 - 11.1 นวัตกรรมทางการแพทย์และสาธารณสุข
 - 11.2 ผลการวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ

12. บทสรุป (1.5 ชั่วโมง)

8. วิธีการสอน

1. การบรรยายออนไลน์
2. การอภิปราย
3. การวิเคราะห์ วิจัย
4. การศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมด้วยตนเอง
5. การเข้าร่วมกิจกรรม
6. เข้าร่วมกลุ่ม Facebook ตามหมู่เรียน ดังนี้
 - 6.1 หมู่เรียน 1 เข้ากลุ่ม: สุขภาพเพื่อชีวิต (01999012) ภาคต้น 63 หมู่ 1
 - 6.2 หมู่เรียน 2 เข้ากลุ่ม: สุขภาพเพื่อชีวิต (01999012) ภาคต้น 63 หมู่ 2
 - 6.3 หมู่เรียน 3 เข้ากลุ่ม: สุขภาพเพื่อชีวิต (01999012) ภาคต้น 63 หมู่ 3
 - 6.4 หมู่เรียน 4 เข้ากลุ่ม: สุขภาพเพื่อชีวิต (01999012) ภาคต้น 63 หมู่ 4
 - 6.5 หมู่เรียน 300 เข้ากลุ่ม: สุขภาพเพื่อชีวิต (01999012) ภาคต้น 63 หมู่ 300

9. สื่อการสอน

1. เอกสารประกอบการบรรยาย
2. วีดิทัศน์ภาพยนตร์ภาพนิ่ง
3. เครื่องฉายภาพโปรเจกต์และแผ่นใส
4. เทคโนโลยีสารสนเทศอื่น ๆ ตามความเหมาะสม

10. การวัดผลสัมฤทธิ์ในการเรียน

	จำนวนเปอร์เซ็นต์
10.1 ทดสอบโดยการรายงานและการนำเสนอในห้องเรียน	90
10.2 การศึกษาค้นคว้าและรายงาน	10
รวม	100

11. การประเมินผลการเรียน

อิงเกณฑ์และอิงกลุ่มตามเกณฑ์ของมหาวิทยาลัย

12. เอกสารอ่านประกอบ

ประเสริฐศักดิ์ กายนาค และคณะ. 2562. **สุขภาพเพื่อชีวิต**. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.

13. ตารางสอนรายวิชาสุขภาพเพื่อชีวิต ภาคต้น ปีการศึกษา 2563

หมู่ 1 จันทร์ และศุกร์ เวลา 11.00-12.30 น. ณ ห้องเรียน ออนไลน์ ผู้ประสานงานหมู่ ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์ พลศรี

สัปดาห์ที่	วัน/เดือน/ปี	เนื้อหา	ผู้สอน
1	จ. 13 ก.ค. 63 ศ. 17 ก.ค. 63	แนะนำการเรียนการสอนและบทบาทและอัตลักษณ์ มก. กำเนิดชีวิต	รศ.สุพัฒน์ อีร์เวชเจริญชัย รศ.ดร.วรรณดา/ผศ.ดร.ภูเบศร์/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์
2	จ. 20 ก.ค. 63 ศ. 24 ก.ค. 63	การทำงานของระบบสืบพันธุ์และต่อมไร้ท่อ พัฒนาการแห่งชีวิต	รศ.ดร.วรรณดา/ผศ.ดร.ภูเบศร์/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์ ผศ.ดร.รัก/ดร.ปองกมล/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์
3	จ. 27 ก.ค. 63 ศ. 31 ก.ค. 63	ปัจจัยที่มีผลต่อพัฒนาการ พัฒนาการและการส่งเสริมพัฒนาการ (ทารกภายในครรภ์-วัยเด็ก)	ผศ.ดร.รัก/ดร.ปองกมล/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์ ผศ.ดร.รัก/ดร.ปองกมล/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์
4	จ. 3 ส.ค. 63 ศ. 7 ส.ค. 63	พัฒนาการและการส่งเสริมพัฒนาการ (วัยรุ่น-ปัจฉิมวัย) ภาวะเสี่ยงทางสุขภาพและสวัสดิภาพ	ผศ.ดร.รัก/ดร.ปองกมล/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์ อ.ดร.ธริศรา จิรเสถียรพร
5	จ. 10 ส.ค. 63 ศ. 14 ส.ค. 63	ภาวะเสี่ยงทางสุขภาพและสวัสดิภาพ (ต่อ) การเตรียมพร้อมสู่สังคมผู้สูงอายุ	อ.ดร.ธริศรา จิรเสถียรพร ผศ.พ.ต.หญิง ดร.ณัฐกฤตา ศิริโสภณ
6	จ. 17 ส.ค. 63 ศ. 21 ส.ค. 63	การเตรียมพร้อมสู่สังคมผู้สูงอายุ (ต่อ) การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)	ผศ.พ.ต.หญิง ดร.ณัฐกฤตา ศิริโสภณ ผศ.ประเสริฐศักดิ์ กายนาคา
7	จ. 24 ส.ค. 63 ศ. 28 ส.ค. 63	การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ) การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)	ผศ.ประเสริฐศักดิ์ กายนาคา ผศ.ประเสริฐศักดิ์ กายนาคา
*นัดเพิ่ม 1.5 ชม.	วันเวลาเรียน ติดต่อผู้สอน	การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)	ผศ.ประเสริฐศักดิ์ กายนาคา
8	ส. 12,19 ก.ย. 63 อา 13 ก.ย. 63	โครงการสร้างเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	คณะกรรมการ
9	จ. 7 ก.ย. 63 ศ. 11 ก.ย. 63	การส่งเสริมสุขภาพจิต การส่งเสริมสุขภาพจิต (ต่อ)	อ.ดร.เอื้ออนุช/อ.ดร.สุชาดา อ.ดร.เอื้ออนุช/อ.ดร.สุชาดา
10	จ. 14 ก.ย. 63 ศ. 18 ก.ย. 63	สุขภาพผู้บริโภค (กำหนดส่งรายงาน) บริการสาธารณสุข	รศ.สุพัฒน์ อีร์เวชเจริญชัย รศ.สุพัฒน์ อีร์เวชเจริญชัย
11	จ. 21 ก.ย. 63 ศ. 25 ก.ย. 63	การประกันสุขภาพ การโฆษณากับผู้บริโภค	รศ.สุพัฒน์ อีร์เวชเจริญชัย รศ.สุพัฒน์ อีร์เวชเจริญชัย
12	จ. 28 ก.ย. 63 ศ. 2 ต.ค. 63	สิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ สิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ (ต่อ)	ดร.ชมชิต/ผศ.ดร.สุจิตรา ดร.ชมชิต/ผศ.ดร.สุจิตรา
13	จ. 5 ต.ค. 63 ศ. 9 ต.ค. 63	ครอบครัวกับคุณภาพชีวิต การพัฒนาชีวิตครอบครัว	อ.สุขกมล/ผศ.ดร.ทิพวรรณ/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์ อ.สุขกมล/ผศ.ดร.ทิพวรรณ/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์
14	จ. 12 ต.ค. 63 ศ. 16 ต.ค. 63	หยุดพระราชพิธีพระราชทานปริญญา หยุดพระราชพิธีพระราชทานปริญญา	- -
15	จ. 19 ต.ค. 63 ศ. 23 ต.ค. 63	การปรับตัวในชีวิตสมรสและความสัมพันธ์ในครอบครัว วันปิยมหาราช	อ.สุขกมล/ผศ.ดร.ทิพวรรณ/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์ -
16	จ. 26 ต.ค. 63 ศ. 30 ต.ค. 63	การปรับตัวในชีวิตสมรสและความสัมพันธ์ในครอบครัว (ต่อ) ความเจริญก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพ	อ.สุขกมล/ผศ.ดร.ทิพวรรณ/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์ รศ.สุพัฒน์ อีร์เวชเจริญชัย
17	จ. 2 พ.ย. 63 ศ. 6 พ.ย. 63	ความเจริญก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพ (ต่อ) บทสรุป	รศ.สุพัฒน์ อีร์เวชเจริญชัย รศ.สุพัฒน์ อีร์เวชเจริญชัย

หมู่ 2 จันทร์ และพุธ เวลา 14.30-16.00 น. ณ ห้องเรียน ออนไลน์ ผู้ประสานงานหมู่ ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์ พลศรี

สัปดาห์ที่	วัน/เดือน/ปี	เนื้อหา	ผู้สอน
1	จ. 13 ก.ค. 63 พ. 15 ก.ค. 63	แนะนำการเรียนการสอนและบทนำและอัตลักษณ์ มก. กำเนิดชีวิต	รศ.สุพัฒน์ อีร์เวชเจริญชัย รศ.ดร.วรรณดา/ดร.ภูเบศร์/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์
2	จ. 20 ก.ค. 63 พ. 22 ก.ค. 63	การทำงานของระบบสืบพันธุ์และต่อมไร้ท่อ พัฒนาการแห่งชีวิต	รศ.ดร.วรรณดา/ดร.ภูเบศร์/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์ ผศ.ดร.รัก/ดร.ปองกมล/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์
3	จ. 27 ก.ค. 63 พ. 29 ก.ค. 63	ปัจจัยที่มีผลต่อพัฒนาการ พัฒนาการและการส่งเสริมพัฒนาการ (ทารกภายในครรภ์-วัยเด็ก)	ผศ.ดร.รัก/ดร.ปองกมล/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์ ผศ.ดร.รัก/ดร.ปองกมล/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์
4	จ. 3 ส.ค. 63 พ. 5 ส.ค. 63	พัฒนาการและการส่งเสริมพัฒนาการ (วัยรุ่น-ปัจฉิมวัย) ภาวะเสี่ยงทางสุขภาพและสวัสดิภาพ	ผศ.ดร.รัก/ดร.ปองกมล/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์ อ.ดร.ธีรสร่า จิรเสถียรพร
5	จ. 10 ส.ค. 63 พ. 12 ส.ค. 63	ภาวะเสี่ยงทางสุขภาพและสวัสดิภาพ (ต่อ) วันแม่แห่งชาติ	อ.ดร.ธีรสร่า จิรเสถียรพร -
6	จ. 17 ส.ค. 63 พ. 19 ส.ค. 63	การเตรียมพร้อมสู่สังคมผู้สูงอายุ การเตรียมพร้อมสู่สังคมผู้สูงอายุ (ต่อ)	ผศ.พ.ต.หญิง ดร.ณัฐกฤตา ศิริโสภณ ผศ.พ.ต.หญิง ดร.ณัฐกฤตา ศิริโสภณ
7	จ. 24 ส.ค. 63 พ. 26 ส.ค. 63	การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)	ผศ.ประเสริฐศักดิ์ กายนาคา ผศ.ประเสริฐศักดิ์ กายนาคา
*นัดเพิ่ม 3.0 ชม.	วันเวลาเรียน ติดต่อผู้สอน	การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ) การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)	ผศ.ประเสริฐศักดิ์ กายนาคา ผศ.ประเสริฐศักดิ์ กายนาคา
8	ส. 12,19 ก.ย. 63 อา 13 ก.ย. 63	โครงการสร้างเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	คณะกรรมการ
9	จ. 7 ก.ย. 63 พ. 9 ก.ย. 63	การส่งเสริมสุขภาพจิต การส่งเสริมสุขภาพจิต (ต่อ)	อ.ดร.เอื้ออนุช/ อ.ดร.สุชาดา อ.ดร.เอื้ออนุช/ อ.ดร.สุชาดา
10	จ. 14 ก.ย. 63 พ. 16 ก.ย. 63	สุขภาพผู้บริโภค (กำหนดส่งรายงาน) บริการสาธารณสุข	รศ.สุพัฒน์ อีร์เวชเจริญชัย รศ.สุพัฒน์ อีร์เวชเจริญชัย
11	จ. 21 ก.ย. 63 พ. 23 ก.ย. 63	การประกันสุขภาพ การโฆษณากับผู้บริโภค	รศ.สุพัฒน์ อีร์เวชเจริญชัย รศ.สุพัฒน์ อีร์เวชเจริญชัย
12	จ. 28 ก.ย. 63 พ. 30 ก.ย. 63	สิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ สิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ (ต่อ)	ดร.ชมชิต/ผศ.ดร.สุจิตรา ดร.ชมชิต/ผศ.ดร.สุจิตรา
13	จ. 5 ต.ค. 63 พ. 7 ต.ค. 63	ครอบครัวกับคุณภาพชีวิต การพัฒนาชีวิตครอบครัว	อ.สุขกมล/ ผศ.ดร.ทิพวรรณ/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์ อ.สุขกมล/ ผศ.ดร.ทิพวรรณ/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์
14	จ. 12 ต.ค. 63 พ. 14 ต.ค. 63	หยุดพระราชพิธีพระราชทานปริญญา หยุดพระราชพิธีพระราชทานปริญญา	- -
15	จ. 19 ต.ค. 63 พ 21 ต.ค. 63	การปรับตัวในชีวิตสมรสและความสัมพันธ์ในครอบครัว การปรับตัวในชีวิตสมรสและความสัมพันธ์ในครอบครัว (ต่อ)	อ.สุขกมล/ ผศ.ดร.ทิพวรรณ/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์ อ.สุขกมล/ ผศ.ดร.ทิพวรรณ/ผศ.ดร.กัลพลฤกษ์
16	จ. 26 ต.ค. 63 พ. 28 ต.ค. 63	ความเจริญก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพ ความเจริญก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพ (ต่อ)	รศ.สุพัฒน์ อีร์เวชเจริญชัย รศ.สุพัฒน์ อีร์เวชเจริญชัย
17	จ. 2 พ.ย. 63 พ. 4 พ.ย. 63	บทสรุป	รศ.สุพัฒน์ อีร์เวชเจริญชัย

หมู่ 3 อังคาร และพฤหัสบดี เวลา 13.00-14.30 น. ณ ห้องเรียน ออนไลน์ ผู้ประสานงานหมู่ ผศ.ดร.กัลพฤกษ์ พลศรี

หมู่ 4 อังคาร และพฤหัสบดี เวลา 15.00-16.30 น. ณ ห้องเรียน ออนไลน์ ผู้ประสานงานหมู่ ผศ.ดร.กัลพฤกษ์ พลศรี

สัปดาห์ที่	วัน/เดือน/ปี	เนื้อหา	ผู้สอน
1	อ. 14 ก.ค. 63 พ. 16 ก.ค. 63	แนะนำการเรียนการสอนและบทบาทและอัตลักษณ์ มก. กำเนิดชีวิต	รศ.สุพัฒน์ อีร์เวจเจริญชัย รศ.ดร.วรรณดา/ดร.ญุเบศร์/ผศ.ดร.กัลพฤกษ์
2	อ. 21 ก.ค. 63 พ. 23 ก.ค. 63	การทำงานของระบบสืบพันธุ์และต่อมไร้ท่อ พัฒนาการแห่งชีวิต	รศ.ดร.วรรณดา/ดร.ญุเบศร์/ผศ.ดร.กัลพฤกษ์ ผศ.ดร.รัก/ดร.ปองกมล/ผศ.ดร.กัลพฤกษ์
3	อ. 28 ก.ย. 63 พ. 30 ก.ย. 63	วันเฉลิมพระชนมพรรษา ร.10 ปัจจัยที่มีผลต่อพัฒนาการ	- ผศ.ดร.รัก/ดร.ปองกมล/ผศ.ดร.กัลพฤกษ์
4	อ. 4 ส.ค. 63 พ. 6 ส.ค. 63	พัฒนาการและการส่งเสริมพัฒนาการ (ทารกภายในครรภ์-วัยเด็ก) พัฒนาการและการส่งเสริมพัฒนาการ (วัยรุ่น-ปัจฉิมวัย)	ผศ.ดร.รัก/ดร.ปองกมล/ผศ.ดร.กัลพฤกษ์ ผศ.ดร.รัก/ดร.ปองกมล/ผศ.ดร.กัลพฤกษ์
5	อ. 11 ส.ค. 63 พ. 13 ส.ค. 63	ภาวะเสี่ยงทางสุขภาพและสวัสดิภาพ ภาวะเสี่ยงทางสุขภาพและสวัสดิภาพ (ต่อ)	อ.ดร.ธริสรา จิรเสถียรพร อ.ดร.ธริสรา จิรเสถียรพร
6	อ. 18 ส.ค. 63 พ. 20 ส.ค. 63	การเตรียมพร้อมผู้สังคมผู้สูงอายุ การเตรียมพร้อมผู้สังคมผู้สูงอายุ (ต่อ)	ผศ.พ.ต.หญิง ดร.ณัฐกฤตา ศิริโสภณ ผศ.พ.ต.หญิง ดร.ณัฐกฤตา ศิริโสภณ
7	อ. 25 ส.ค. 63 พ. 27 ส.ค. 63	การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)	ผศ.ประเสริฐศักดิ์ กายนาคา ผศ.ประเสริฐศักดิ์ กายนาคา
*นัดเพิ่ม 3.0 ชม.	วันเวลาเรียน ติดต่อผู้สอน	การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ) การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)	ผศ.ประเสริฐศักดิ์ กายนาคา ผศ.ประเสริฐศักดิ์ กายนาคา
8	ส. 12,19 ก.ย. 63 อา 13 ก.ย. 63	โครงการสร้างเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	คณะกรรมการ
9	อ. 8 ก.ย. 63 พ. 10 ก.ย. 63	การส่งเสริมสุขภาพจิต การส่งเสริมสุขภาพจิต (ต่อ)	อ.ดร.เอื้ออนุช/อ.ดร.สุชาดา อ.ดร.เอื้ออนุช/อ.ดร.สุชาดา
10	อ. 15 ก.ย. 63 พ. 17 ก.ย. 63	สุขภาพผู้บริโภคร บริการสาธารณสุข (กำหนดส่งรายงาน)	รศ.สุพัฒน์ อีร์เวจเจริญชัย รศ.สุพัฒน์ อีร์เวจเจริญชัย
11	อ. 22 ก.ย. 63 พ. 24 ก.ย. 63	การประกันสุขภาพ การโฆษณากับผู้บริโภค	รศ.สุพัฒน์ อีร์เวจเจริญชัย รศ.สุพัฒน์ อีร์เวจเจริญชัย
12	อ. 29 ก.ย. 63 พ. 1 ต.ค. 63	สิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ สิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ (ต่อ)	ดร.ชมชิต/ผศ.ดร.สุจิตรา ดร.ชมชิต/ผศ.ดร.สุจิตรา
13	อ. 6 ต.ค. 63 พ. 8 ต.ค. 63	ครอบครัวกับคุณภาพชีวิต การพัฒนาชีวิตครอบครัว	ผศ.ดร.ทิพวรรณ/อ.สุขกมล/ผศ.ดร.กัลพฤกษ์ ผศ.ดร.ทิพวรรณ/อ.สุขกมล/ผศ.ดร.กัลพฤกษ์
14	อ. 13 ต.ค. 63 พ. 15 ต.ค. 63	หยุดวันพิธีพระราชทานปริญญาบัตร/วันที่ระลึกวันสวรรคต ร.9 หยุดวันพิธีพระราชทานปริญญาบัตร	- -
15	อ 20 ต.ค. 63 พ. 22 ต.ค. 63	การปรับตัวในชีวิตสมรสและความสัมพันธ์ในครอบครัว การปรับตัวในชีวิตสมรสและความสัมพันธ์ในครอบครัว (ต่อ)	ผศ.ดร.ทิพวรรณ/อ.สุขกมล/ผศ.ดร.กัลพฤกษ์ ผศ.ดร.ทิพวรรณ/อ.สุขกมล/ผศ.ดร.กัลพฤกษ์
16	อ. 27 ต.ค. 63 พ. 29 ต.ค. 63	ความเจริญก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพ ความเจริญก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพ (ต่อ)	รศ.สุพัฒน์ อีร์เวจเจริญชัย รศ.สุพัฒน์ อีร์เวจเจริญชัย
17	อ. 3 พ.ย. 63 พ. 5 พ.ย. 63	บทสรุป	รศ.สุพัฒน์ อีร์เวจเจริญชัย

ลำดับที่	วัน/เดือน/ปี	เนื้อหา	ผู้สอน
1	ส. 18 ก.ค. 63	แนะนำการเรียนการสอนและบทบาทและอัตลักษณ์ มก.	รศ.สุพัฒน์ อีระเวชเจริญชัย
2	ส. 25 ก.ค. 63	กำเนิดชีวิต การทำงานของระบบสืบพันธุ์และต่อมไร้ท่อ	รศ.ดร.วรรณดา / ผศ.ดร.กัลพฤกษ์
3	ส. 1 ส.ค. 63	พัฒนาการแห่งชีวิต ปัจจัยที่มีผลต่อพัฒนาการ	ผศ.ดร.รัก/ดร.ปองกมล/ผศ.ดร.กัลพฤกษ์
4	ส. 8 ส.ค. 63	พัฒนาการและการส่งเสริมพัฒนาการ (ทารกภายในครรภ์-วัยเด็ก) พัฒนาการและการส่งเสริมพัฒนาการ (วัยรุ่น-ปัจฉิมวัย)	ผศ.ดร.รัก/ดร.ปองกมล/ผศ.ดร.กัลพฤกษ์
5	ส 15 ส.ค. 63	ภาวะเสี่ยงทางสุขภาพและสวัสดิภาพ ภาวะเสี่ยงทางสุขภาพและสวัสดิภาพ(ต่อ)	อ.ดร.ฉวีสร่า จิรเสถียรพร
6	ส. 22 ส.ค. 63	การเตรียมพร้อมสู่สังคมผู้สูงอายุ การเตรียมพร้อมสู่สังคมผู้สูงอายุ (ต่อ)	ผศ.พ.ต.หญิง ดร.ณัฐกฤตา ศิริโสภณ
*นัด เพิ่ม 6.0 ช.ม.	วันเวลาเรียน ติดต่อผู้สอน	การส่งเสริมสุขภาพตามหลักการทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ แนวคิดเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพ	ผศ.ประเสริฐศักดิ์ กายนาคา ผศ.ประเสริฐศักดิ์ กายนาคา
7	ส. 12,19 ก.ย. 63 อา 13 ก.ย. 63	โครงการสร้างเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	คณะกรรมการ
8	ส. 12 ก.ย. 63	การส่งเสริมสุขภาพจิต (<i>กำหนดส่งรายงาน</i>)	อ.ดร.เอื้ออนุช/ อ.ดร.สุชาดา
9	ส. 19 ก.ย. 63	ครอบครัวกับคุณภาพชีวิต การพัฒนาชีวิตครอบครัว	ผศ.ดร.ทิพวรรณ/อ.สุขกมล/ผศ.ดร.กัลพฤกษ์
10	ส. 26 ก.ย. 63	การปรับตัวในชีวิตสมรสและความสัมพันธ์ในครอบครัว	ผศ.ดร.ทิพวรรณ/อ.สุขกมล/ผศ.ดร.กัลพฤกษ์
11	ส. 3 ต.ค. 63	สิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ	ดร.ชมชิต/ผศ.ดร.สุจิตรา
12	ส. 17 ต.ค. 63	สุขภาพผู้บริโภค บริการสาธารณสุข	รศ.สุพัฒน์ อีระเวชเจริญชัย
13	ส.24 ต.ค. 63	การประกันสุขภาพ การโฆษณากับผู้บริโภค	รศ.สุพัฒน์ อีระเวชเจริญชัย
14	ส. 31 ต.ค. 63		
15	ส. 7 พ.ย. 63	ความเจริญก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพและบทสรุป	รศ.สุพัฒน์ อีระเวชเจริญชัย

14. คำแนะนำในการเรียนรายวิชาสุขภาพเพื่อชีวิต

แนวปฏิบัติของนิสิตในการเรียน

ก. การเข้าเรียน รายงานและการนำเสนอในห้องเรียน (น้ำหนักการประเมินร้อยละ 90)

นิสิตต้องเข้าชั้นเรียนตามหมู่ที่ลงทะเบียนและตามตารางเรียนที่กำหนด อาจารย์ผู้สอนจะประเมินการเข้าชั้นเรียนของนิสิต เป็นคะแนนความสนใจเข้าชั้นเรียน และมีกิจกรรมหรือรายงาน เพื่อนำเสนอในห้องเรียนโดยคิดการประเมินตามจำนวนชั่วโมงเรียน 45 ชั่วโมง ชั่วโมงละ 2 คะแนน รวม 90 คะแนน

ข. การเข้าร่วมกิจกรรม (น้ำหนักการประเมิน ร้อยละ 10)

นิสิตทุกคนจะต้องเข้าร่วมกิจกรรมตามที่รายวิชากำหนด สำหรับกิจกรรมในภาคการศึกษานี้ จัดขึ้นในเสาร์ที่ 12,19 ก.ย. 63 และวันอาทิตย์ 13 ก.ย. 63 แบบออนไลน์ แต่งกายด้วยเสื้อสีขาว หรือเสื้อ Fresh ของมหาวิทยาลัย ทางกองขาย วาสีสุขภาพและสวมรองเท้าสำหรับออกกำลังกาย ส่วนรายละเอียดเพิ่มเติมและการจัดกลุ่ม ประธานรายวิชาจะแจ้งให้ทราบอีกครั้ง

ลงนาม.....

(ผศ.ดร.กัลพฤกษ์ พลศร)

ประธานรายวิชา 01999012 สุขภาพเพื่อชีวิต

วันที่ 13 กรกฎาคม 2563

อัตลักษณ์ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ สำนักดี มุ่งมั่น สร้างสรรค์ สามัคคี

นิสิตต้องแต่งกายให้ถูกต้องตามประกาศ

สภามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ลงวันที่ 3 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553 เรื่องข้อบังคับว่าด้วยเครื่องแต่งกายของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ พ.ศ. 2553 จึงจะมีสิทธิเข้าห้องเรียนและเข้าห้องสอบ