



ประมวลรายวิชา

สาขาวิชา วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีอาหาร คณะอุตสาหกรรมเกษตรและชีวภาพ
มหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง
ภาคการศึกษาต้น ปีการศึกษา 2566

1. หลักสูตร: ชื่อหลักสูตร เทคโนโลยีเครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร
2. รายวิชา: 1202466 ศาสตร์แห่งอายุวัฒนะ (Rejuvenation Science) 3(3-0-6)
3. บुरพวิชา: ไม่มี
4. บรรยาย: กลุ่ม P101 วันพุธ เวลา 9.00-12.00 น. ห้องเรียน TCD 212
5. ปฏิบัติ: ไม่มี
6. ผู้จัดการรายวิชา: ดร. จารุรัตน์ ปัญโญ
7. อาจารย์ผู้สอน: ดร. จารุรัตน์ ปัญโญ
8. ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง (Expected Learning Outcomes; ELOs) จากหลักสูตรเทคโนโลยีเครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร สู่รายวิชามุ่งดังนี้
 1. ด้านคุณธรรม จริยธรรม
 - 1.1 มีความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบ มีวินัย และปฏิบัติตามจรรยาบรรณในการประกอบอาชีพ
 2. ด้านความรู้
 - 2.1 สามารถอธิบายวัตถุดิบ สารธรรมชาติที่ใช้ในการผลิต และสารออกฤทธิ์ทางชีวภาพในผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร
 - 2.2 สามารถเลือกใช้เทคโนโลยีและมีทักษะการผลิตผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารให้มีคุณภาพตามมาตรฐานและปลอดภัย
 - 2.3 สามารถอธิบายหลักการและทฤษฎีและมีทักษะพื้นฐานการเป็นผู้ประกอบการด้านผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร
 3. ด้านทักษะทางปัญญา
 - 3.1 สามารถวิเคราะห์และประเมินลักษณะคุณภาพ ประสิทธิภาพ และความปลอดภัย ให้เป็นไปตามข้อกำหนดและกฎหมายของผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร
 - 3.2 สามารถคิดวิเคราะห์ สร้างสรรค์และพัฒนาผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารบนพื้นฐานของการประยุกต์ใช้ทรัพยากรธรรมชาติและภูมิปัญญาท้องถิ่นที่สอดคล้องกับความต้องการของตลาด
 4. ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ
 - 4.1 สามารถสื่อสารทั้งการพูด ฟัง อ่าน เขียนภาษาไทยและภาษาสากล และสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้
 5. ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลขการสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ
 - 5.1 สามารถสืบค้นและแสวงหาความรู้ทางเทคโนโลยีด้วยตนเองรวมถึงการประยุกต์ใช้ทักษะทางคอมพิวเตอร์และเสนอแนะแนวทางการแก้ปัญหาได้

9. คำอธิบายรายวิชา (Course Description)

การไชยา ฮอโมน ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร สารต้านอนุมูลอิสระ และการปฏิบัติตน เช่น การออกกำลังกาย การรับประทาน อาหาร การนั่งสมาธิ เพื่อการชะลอความชรา

Use of drugs, hormones, food supplements, antioxidants and self practice such as exercise, eating, meditation for antiaging

หลักสูตร วท.บ. เทคโนโลยีเครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร หลักสูตร พ.ศ. 2563

ปรัชญาของหลักสูตร ผลิตบัณฑิตที่มีความรู้ความสามารถในการผลิตเครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่ทันสมัย ได้มาตรฐาน ใส่ใจความปลอดภัยของผู้บริโภค และมีทักษะการปฏิบัติการเชิงบูรณาการภูมิปัญญาท้องถิ่นในการพัฒนาผลิตภัณฑ์อย่างสร้างสรรค์

10. ผลการเรียนรู้ของรายวิชา (Course learning outcomes; CLOs)

ผลการเรียนรู้ของรายวิชา (Course learning outcomes; CLOs)	ELOs หลักสูตร
1. แสดงความรับผิดชอบและมีวินัย	1.1
2. อธิบายชนิดและประโยชน์ของสารต้านอนุมูลอิสระจากธรรมชาติได้	2.1
3. อธิบายสารออกฤทธิ์ทางชีวภาพในผลิตภัณฑ์เสริมอาหารได้	2.1
4. วิเคราะห์การใช้ยาอายุวัฒนะได้ถูกต้องและปลอดภัย	3.1
5. วิเคราะห์ประสิทธิภาพและความปลอดภัยในการใช้ฮอร์โมนได้	3.1
6. สืบค้นเอกสารเกี่ยวกับการปฏิบัติตนเพื่อการชะลอความชราได้	5.1

11. แผนการสอน/การเรียนรู้ (Teaching and Learning Schedule)

การสอนบรรยาย

วัน เดือน ปี	จำนวน ชั่วโมง	หัวข้อ/รายละเอียด	CLOs	กิจกรรมการเรียนการสอน และสื่อที่ใช้	ผู้สอน
28 มิ.ย. 66	3	บทที่ 1 บทนำศาสตร์แห่งอายุวัฒนะ - ความหมายของศาสตร์แห่งอายุวัฒนะ - ปัจจัยที่ทำให้มีอายุวัฒนะ	1	- อธิบายกฎ ระเบียบ และการยกตัวอย่างพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของการเรียนในห้องเรียน - วิเคราะห์พฤติกรรมของตนเอง (Active learning) - บรรยายใช้สื่อ PowerPoint - ชักถามและอภิปราย	อ.ดร.จรรุรัตน์ ปัญญา
5 ก.ค. 66 12 ก.ค. 66	6	บทที่ 2 หลักการใช้ยาเพื่ออายุวัฒนะ - หลักพื้นฐานในการใช้ยา - ยาอายุวัฒนะแผนปัจจุบัน - ตำรับยาสมุนไพรอายุวัฒนะ	1, 4	- บรรยายใช้สื่อ PowerPoint - ยกตัวอย่างกรณีศึกษาให้นิสิตฝึกวิเคราะห์การใช้ยาอายุวัฒนะให้ถูกต้องและปลอดภัย (Active learning) - ชักถามและอภิปราย - ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง (ทดสอบย่อย)	อ.ดร.จรรุรัตน์ ปัญญา
19 ก.ค. 66 26 ก.ค. 66	6	บทที่ 3 การใช้ฮอร์โมน - ฮอร์โมนชนิดต่างๆ - หลักการใช้ฮอร์โมนเพื่อการชะลอความชรา	1, 5	- บรรยายใช้สื่อ PowerPoint - สื่อวิดีโอเรื่อง การรักษาตุลยภาพของร่างกายด้วยฮอร์โมน (YouTube) - ยกตัวอย่างกรณีศึกษาให้นิสิตฝึกวิเคราะห์ความสมดุลของฮอร์โมนต่อร่างกาย (Active learning) - ชักถามและอภิปราย - ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง (ทดสอบย่อย)	อ.ดร.จรรุรัตน์ ปัญญา

หลักสูตร วท.บ. เทคโนโลยีเครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร หลักสูตร พ.ศ. 2563

ปรัชญาของหลักสูตร ผลิตบัณฑิตที่มีความรู้ความสามารถในการผลิตเครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่นำสมัย ได้มาตรฐาน ใส่ใจความปลอดภัยของผู้บริโภค และมีทักษะการปฏิบัติการเชิงบูรณาการภูมิปัญญาท้องถิ่นในการพัฒนาผลิตภัณฑ์อย่างสร้างสรรค์

วัน เดือน ปี	จำนวน ชั่วโมง	หัวข้อ/รายละเอียด	CLOs	กิจกรรมการเรียนการสอน และสื่อที่ใช้	ผู้สอน
2 ส.ค. 66 จดหมายนอก ตาราง 9 ส.ค. 66	6	บทที่ 4 สารต้านอนุมูลอิสระ - ชนิดของสารต้านอนุมูลอิสระ - กลไกการทำงานของสารต้านอนุมูลอิสระ - สารต้านอนุมูลอิสระจากธรรมชาติ	1, 2	- บรรยายใช้สื่อ PowerPoint - ชักถามและอภิปราย - ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง (ทดสอบย่อย)	อ.ดร.จรรุรัตน์ ปัญญา
สอบย่อย (18.67%)					
16 ส.ค. 66 23 ส.ค. 66	6	บทที่ 5 ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร - ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่มีส่วนประกอบของสารช่วยชะลอความชรา	1, 3	- บรรยายใช้สื่อ PowerPoint - มอบหมายงาน (นำเสนอหน้าชั้นเรียน) - ชักถามและอภิปราย - ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง (ทดสอบย่อย)	อ.ดร.จรรุรัตน์ ปัญญา
30 ส.ค. 66 6 ก.ย. 66	6	บทที่ 6 การรับประทานอาหารเพื่อชะลอความชรา - อาหารเพื่อสุขภาพ - หลักการรับประทานอาหารเพื่อชะลอความชรา	1, 6	- บรรยายใช้สื่อ PowerPoint - ให้นิทัศวิเคราะห์การรับประทานอาหารของตนเอง (Active learning) - ชักถามและอภิปราย - ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง (ทดสอบย่อย)	อ.ดร.จรรุรัตน์ ปัญญา
13 ก.ย. 66 20 ก.ย. 66	6	บทที่ 7 การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ - การออกกำลังกายแบบแอโรบิก - การออกกำลังกายแบบมีแรงต้าน - การออกกำลังกายแบบยืดคลายกล้ามเนื้อ - การออกกำลังกายแบบฝึกการทรงตัว	1, 6	- บรรยายใช้สื่อ PowerPoint - ชักถามและอภิปราย - มอบหมายงานเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อชะลอความชรา (นำเสนอหน้าชั้นเรียน) - ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง (ทดสอบย่อย)	อ.ดร.จรรุรัตน์ ปัญญา
27 ก.ย. 66 4 ต.ค. 66	6	บทที่ 8 สมุนไพรบำบัด - พื้นฐานเรื่องสมุนไพร - สรีรวิทยาของการทำสมาธิ - ชนิดของการทำสมาธิ - การนั่งสมาธิ	1, 6	- บรรยายใช้สื่อ PowerPoint - สื่อวิดีโอเรื่อง วิธีฝึกสมาธิเบื้องต้น การนั่งสมาธิ (YouTube) - ฝึกปฏิบัติการทำสมาธิ - ชักถามและอภิปราย - ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง (ทดสอบย่อย)	อ.ดร.จรรุรัตน์ ปัญญา
17-18	สอบปลายภาค (21.33%)				

*เนื้อหาการเรียนการสอนบางส่วนได้บูรณาการจากโครงการวิจัยเรื่อง.....(ถ้ามี).....

หลักสูตร วท.บ. เทคโนโลยีเครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร หลักสูตร พ.ศ. 2563

ปรัชญาของหลักสูตร ผลิตบัณฑิตที่มีความรู้ความสามารถในการผลิตเครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่ทันสมัย ได้มาตรฐาน ใส่ใจความปลอดภัยของผู้บริโภค และมีทักษะการปฏิบัติการเชิงบูรณาการภูมิปัญญาท้องถิ่นในการพัฒนาผลิตภัณฑ์อย่างสร้างสรรค์

12. กิจกรรมการเรียนการสอน (Teaching learning activity) และวิธีการประเมิน (Assessment) ที่สอดคล้องกับผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวังของรายวิชา (Course learning outcomes; CLOs)

CLOs รายวิชา	กิจกรรมการเรียนการสอน (Teaching learning activity)	วิธีการประเมิน (Assessment)	ช่วงเวลาที่ประเมิน	สัดส่วนของคะแนนที่ประเมิน
1	- อธิบายกฎ ระเบียบ และการยกตัวอย่างพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของการเรียนในห้องเรียน - การเปิดโอกาสให้ผู้สอนและผู้เรียนได้การสะท้อนความคิดเห็นด้านคุณธรรมและจริยธรรมด้านต่าง ๆ - การเรียนรู้จากจากพฤติกรรมของผู้สอนด้านคุณธรรมและจริยธรรมด้านต่าง ๆ	- การสังเกตพฤติกรรม การแสดงออกของผู้เรียน เช่น การเข้าชั้นเรียน การตรงเวลา ความสนใจเรียน การตรงต่อเวลา และการแต่งกายถูกระเบียบ การซักถาม - ความรับผิดชอบต่อตนเอง - ความสามารถในการทำงานเป็นกลุ่ม	สัปดาห์ที่ 1-15	10%
2,3,4,5,6	- การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง - มอบหมายงาน	- การทดสอบย่อย - การบ้าน/รายงาน - การนำเสนอหน้าชั้นเรียน	สัปดาห์ที่ 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15 สัปดาห์ที่ 1, 10 สัปดาห์ที่ 9, 13	28% 10% 12%
2,4,5	การบรรยาย การอภิปรายและการแก้ไขปัญหาในชั้นเรียน	การสอบออนไลน์	สัปดาห์ที่ 8 (เนื้อหาบทที่ 1-4)	18.67%
3,6	การบรรยาย การอภิปรายและการแก้ไขปัญหาในชั้นเรียน	การสอบปลายภาค	สัปดาห์ที่ 17 (เนื้อหาบทที่ 5-8)	21.33%
รวม				100%

13. เกณฑ์การประเมิน

กำหนดเป็นช่วงคะแนน (Fix Rate) การตัดเกรดแบบ 8 เกรด

A	≥ 80 %	B	70-74.99 %	C	60-64.99 %	D	50-54.99 %
B ⁺	75-79.99 %	C ⁺	65-69.99 %	D ⁺	55-59.99 %	F	< 50 %

หมายเหตุ นิสิตสามารถอุทธรณ์ร้องทุกข์เรื่องการประเมินผลคะแนน และการตัดเกรดได้ โดยการแจ้งและยื่นคำร้องผ่านทางนักวิชาการศึกษา คณะอุตสาหกรรมเกษตรและชีวภาพ

14. เอกสารอ่านประกอบ

กองการแพทย์ทางเลือก (2019). ตำราวิชาการ อาหารเพื่อสุขภาพ. สืบค้นเมื่อ 13 พฤษภาคม 2563 จาก thaicam.go.th.

ธวัชชัย ฤกษ์ประกรกิจ, สมจิตร ห่องบุตรศรี และผ่องพรรณ ฤกษ์ประกรกิจ. (2552). สมาริบำบัดทางจิตเวชศาสตร์และสุขภาพจิต. ขอนแก่น : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ชัยลักษณ์ ทอนราช, วีระเดช พิศประเสริฐ และสายสมร พลดงนอก (2558). อาหารเพื่อสุขภาพ. ขอนแก่น : โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา.

นราภรณ์ ชันบุตร ม.ป.ป. บทที่ 2 การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. สืบค้นเมื่อ 13 พฤษภาคม 2563 จาก www.libarts.mju.ac.th.

ปณัฐรา ไชยมุติ. ม.ป.ป. บทนำเรื่องอนุมูลอิสระ. สืบค้นเมื่อ 13 พฤษภาคม 2563 จาก kb.psu.ac.th.


พิชิต ภูติจันทร์ (2547). วิทยาศาสตร์การกีฬา. กรุงเทพฯ : โอ.เอส.พรีนติ้ง เฮาส์.

ม.ป.ป. ฮอร์โมน. สืบค้นเมื่อ 13 พฤษภาคม 2563 จาก www.ipesp.ac.th.

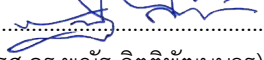
หลักสูตร วท.บ. เทคโนโลยีเครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร หลักสูตร พ.ศ. 2563

ปรัชญาของหลักสูตร ผลิตบัณฑิตที่มีความรู้ความสามารถในการผลิตเครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่นำสมัย ได้มาตรฐาน ใส่ใจความปลอดภัยของผู้บริโภค และมีทักษะการปฏิบัติการเชิงบูรณาการภูมิปัญญาท้องถิ่นในการพัฒนาผลิตภัณฑ์อย่างสร้างสรรค์

สมนึก นิลบุหงา (2558). **หมอบ้าน**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ลงชื่อ 
(อ.ดร. จารุรัตน์ ปัญโญ)
ผู้จัดการรายวิชา

วันที่ 2 มิถุนายน 2566

ลงชื่อ 
(รศ.ดร.พนัญฐ์ กิตติพัฒน์บวร)

ประธานสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีอาหาร

วันที่...24 มิถุนายน 2566

เอกสารแนบ

เกณฑ์การให้คะแนนการนำเสนอหน้าชั้นเรียน

เกณฑ์การประเมิน	คะแนนที่ได้		
	3	2	1
การถ่ายทอดเนื้อหา (3 คะแนน)	- คล่องแคล่วไม่ติดขัด ทำให้ เข้าใจประเด็นได้ง่ายและเร็ว - การพูดมีการเว้นจังหวะ และ การเน้นคำ หรือเน้น สาระสำคัญอย่างเหมาะสม เพื่อให้ผู้ฟังติดตามการนำเสนอ - ความเร็วในการพูดอยู่ใน ระดับเหมาะสม - เนื้อหาในการถ่ายทอดถูกต้อง ตามหลักวิชาการ	- คล่องแคล่วไม่ติดขัด ทำให้ เข้าใจประเด็นได้ง่าย หยุดชะงักบ้างเป็นบางจังหวะ - การพูดมีการเว้นจังหวะ แต่ ไม่สม่ำเสมอ - เนื้อหาในการถ่ายทอดถูกต้อง ตามหลักวิชาการ	- ติดขัดหลายครั้ง หรือใช้คำ “เอ่อ” “อ่า” บ่อยครั้ง - พูดเร็วจนจับใจความไม่ได้ หรือพูดซ้ำจนเกินไป - เนื้อหาในการถ่ายทอด ผิดพลาดเล็กน้อย
การสบสายตา (3 คะแนน)	สบสายตากับผู้ฟังอยู่ตลอดเพื่อ ดึงดูดให้ผู้ฟังสนใจในเนื้อหาที่ ถ่ายทอด	สบสายตากับผู้ฟังพอสมควร	สบสายตากับผู้ฟังน้อยครั้งมาก
การใช้น้ำเสียง (3 คะแนน)	- น้ำเสียงเต็มเปี่ยมด้วยความ มั่นใจ - ความดังของเสียงเหมาะสม	- น้ำเสียงสั่นเครือบ้าง - ความดังของเสียงเหมาะสม	- น้ำเสียงสั่นเครือ - ใช้น้ำเสียงดังบ้างเบาบ้าง สลับกันไป
การใช้ภาษากายในการสื่อสาร (3 คะแนน)	ใช้ภาษากายอย่างคล่องแคล่ว เช่น ยกมือ ผายมือ เพื่อดึงดูดให้ ผู้ฟังรู้สึกสนใจในสิ่งที่อธิบาย	ใช้ภาษากายในการสื่อสาร พอสมควร	มีการใช้ภาษากายน้อยครั้งใน การสื่อสาร
สื่อที่ใช้ในการนำเสนอ (3 คะแนน)	- สื่อที่ใช้มีความน่าสนใจ ดึงดูด ผู้ฟัง - สื่อมีความถูกต้องตามหลัก วิชาการ	- สื่อที่ใช้มีความน่าสนใจ พอสมควร - สื่อมีความถูกต้องตามหลัก วิชาการ	- สื่อที่ใช้มีความน่าสนใจน้อย - สื่อมีความผิดพลาดเล็กน้อย

หลักสูตร วท.บ. เทคโนโลยีเครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร หลักสูตร พ.ศ. 2563

ปรัชญาของหลักสูตร ผลิตบัณฑิตที่มีความรู้ความสามารถในการผลิตเครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่ทันสมัย ได้มาตรฐาน ใส่ใจความปลอดภัย
ของผู้บริโภค และมีทักษะการปฏิบัติการเชิงบูรณาการภูมิปัญญาท้องถิ่นในการพัฒนาผลิตภัณฑ์อย่างสร้างสรรค์