

รายละเอียดของรายวิชา มคอ. 3

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา
คณะ/ภาควิชา/สาขาวิชา

มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์
คณะศิลปศาสตร์

หมวดที่ 1 ข้อมูลโดยทั่วไป

1. รหัสและชื่อรายวิชา

11-044-102

สุขภาพดี วิถีเลิศ (หมวดวิชาศึกษาทั่วไป พ.ศ.2567)
Good Health Good Life

2. จำนวนหน่วยกิต

3.0 (2-2-5)

จำนวนหน่วยกิต (บรรยาย-ปฏิบัติ-ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง)

3. หลักสูตรและประเภทของรายวิชา

พ.บ. แพทยศาสตรบัณฑิต
ศศ.บ. ภาษาอังกฤษ
ศศ.บ. ภาษาต่างประเทศเพื่อธุรกิจบริการ
วท.บ. เกษตรศาสตร์
วศ.บ. วิศวกรรมศาสตร์
กศ.บ. สาขาวิชาวิทยาศาสตร์

4. อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน

4.1 ผศ.เดชดนัย จุ้ยชุม

อาจารย์ผู้สอน

4.2 อาจารย์ ดร.นวลปราง อรุณจิต

อาจารย์ผู้สอน

4.3 อ.ชนิตา พรหมทองดี

ผู้รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน

4.4 ผศ.ดร.กร ทักษพัฒน์กุล

อาจารย์ผู้สอน

4.5 อ.อรรณี เปาะสา

ผู้รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน

5. ภาคการศึกษา/ชั้นปีที่เรียน

ปีการศึกษา 2568/ภาคการศึกษาต้น ชั้นปีที่ 1

6. รายวิชาที่ต้องเรียนมาก่อน (Pre-requisite)

ไม่มี

7. รายวิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน (Co-requisites)

ไม่มี

8. สถานที่เรียน

LA507 LA410 และโรงยิมเนเซียม

9. วันที่จัดทำหรือปรับปรุงรายละเอียดของรายวิชาครั้งล่าสุด

25/05/2569

หมวดที่ 2 จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์

1. จุดมุ่งหมายของรายวิชา

1. เพื่อให้ นักศึกษามีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิด ทฤษฎี และหลักการด้านสุขภาพองค์รวมที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม
2. เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาสามารถประเมินภาวะสุขภาพและสมรรถภาพทางกายของตนเอง รวมทั้งวางแผนพัฒนาสุขภาพได้อย่างถูกต้อง
3. เพื่อพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมด้านการออกกำลังกาย โภชนาการ การป้องกันโรค การจัดการความเครียด และการดูแลสุขภาพจิต
4. เพื่อให้ นักศึกษามีทักษะในการใช้สารสนเทศด้านสุขภาพ วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพ และสามารถตัดสินใจเลือกแนวทางการดำเนินชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพได้

2. วัตถุประสงค์ในการพัฒนา/ปรับปรุงรายวิชา

1. อธิบายแนวคิด ทฤษฎี และองค์ประกอบของสุขภาพองค์รวมได้
2. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพและคุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว และสังคมได้
3. ทดสอบ ประเมิน และแปลผลความสมบูรณ์ของร่างกายและสมรรถภาพทางกายเบื้องต้นได้
4. วางแผนและปฏิบัติการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพให้เหมาะสมกับวัยและสภาพร่างกายของตนเองได้
5. เลือกบริโภคอาหารและวางแผนโภชนาการเพื่อส่งเสริมสุขภาพได้อย่างเหมาะสม
6. ประยุกต์ใช้วิธีการจัดการความเครียดและการฝึกจิตใจเพื่อส่งเสริมสุขภาพทางกายและจิตใจได้
7. สืบค้น วิเคราะห์ และใช้สารสนเทศด้านสุขภาพจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือได้อย่างเหมาะสม
8. ออกแบบและปรับเปลี่ยนวิถีการดำเนินชีวิตเพื่อสร้างเสริมสุขภาพและลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคได้

หมวดที่ 3 ลักษณะและการดำเนินการ

1. คำอธิบายของรายวิชา

แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับสุขภาพ สุขภาพองค์รวม การสร้างเสริมสุขภาพ การทดสอบและประเมินความสมบูรณ์ของร่างกาย การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โภชนาการเพื่อสุขภาพ การสร้างภูมิคุ้มกันโรค สุขภาพและสิ่งแวดล้อม สุขภาวะทางกาย การจัดการความเครียด การฝึกจิตใจให้สงบ สารสนเทศด้านสุขภาพ การปรับเปลี่ยนวิถีการดำเนินชีวิต

Concepts and theories about health; holistic health; health promotion; physical fitness testing and assessment; exercise for health; healthy nutrition; immunization; health and environment; physical well-being; stress management; practice meditation; health information; lifestyle changes

2. จำนวนชั่วโมงที่ใช้ต่อภาคการศึกษา

หน่วยกิต	จำนวนชั่วโมงต่อภาคการศึกษา			
	บรรยาย	การฝึกปฏิบัติ	การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง	สอนเสริม
3.0 (2-2-5)	30.00	30.00	75.00	0.00

3. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่อาจารย์ให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการแก่นักศึกษาเป็นรายบุคคล

อาจารย์ผู้สอน	วัน-เวลา ให้คำปรึกษา	สถานที่หรือหมายเลขห้องผู้สอน	หมายเลขโทรศัพท์ผู้สอน	ที่อยู่ของ E-mail ผู้สอน	รวมจำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ ที่ให้คำปรึกษา
ผศ.เดชดนัย จุ้ยชุม	วันพุธ 16.00-17.00	ห้องพักอาจารย์สาขาสังคม คณะศิลปศาสตร์	-	Detdanai.j@pnu.ac.th	1.00
อาจารย์ ดร.นวลปราง อรุณจิต	วันพุธ 16.00-17.00	ห้องพักอาจารย์สาขาสังคม คณะศิลปศาสตร์	-	Nualprang.a@pnu.ac.th	1.00
อ.ชนิตา พรหมทองดี	วันพุธ 16.00-17.00	ห้องพักอาจารย์สาขาพลศึกษา คณะศิลปศาสตร์	-	Chanita.p@pnu.ac.th	1.00
ผศ.ดร.กร ทักษะพัฒนกุล	วันพุธ 16.00-17.00	ห้องพักอาจารย์ คณะวิทยาศาสตร์	-	Korn.k@pnu.ac.th	1.00
อ.อรรณี เปาะสา	วันพุธ 16.00-17.00	ห้องพักอาจารย์สาขาพลศึกษา คณะศิลปศาสตร์	-	Ardee.p@pnu.ac.th	1.00

หมวดที่ 4 การพัฒนาการเรียนรู้ของนักศึกษา

1. ด้านคุณธรรม จริยธรรม

1.1 ปฏิบัติตนในการสร้างเสริมสุขภาพด้วยความรับผิดชอบ มีวินัย และยึดหลักคุณธรรม จริยธรรมในการดำเนินชีวิตได้	1.2	1.3

2. ด้านความรู้

2.1 อธิบายหลักการและวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพองค์รวม เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตได้.	2.2	2.3

3. ด้านทักษะทางปัญญา

3.1 วิเคราะห์และประเมินปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพ เพื่อนำไปสู่การวางแผนและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมได้	3.2	3.3

4. ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ

4.1 ทำงานร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความรับผิดชอบ เคารพความคิดเห็นที่แตกต่าง และมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพได้	4.2	4.3

5. ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ

5.1 วิเคราะห์ข้อมูลสุขภาพ สื่อสารผลการวิเคราะห์ และใช้เทคโนโลยีสารสนเทศเพื่อการส่งเสริมสุขภาพได้	5.2	5.3

หมวดที่ 5 แผนการสอนและการประเมินผล

1. แผนการสอน (จัดทำแผนการสอนไม่น้อยกว่า 15 สัปดาห์)

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	ชั่วโมงสอนต่อสัปดาห์		วัตถุประสงค์การเรียนรู้ /กิจกรรมการสอน	สื่อที่ใช้ในการสอน	อาจารย์ผู้สอน
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ			
1-2.	ปฐมนิเทศรายวิชา หน่วยที่ 1 สุขภาพและสุขภาพองค์รวม การสร้างเสริมสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ	4.00	4.00	วัตถุประสงค์การเรียนรู้ 1.อธิบายความหมายของสุขภาพและสุขภาพองค์รวม รวมทั้งองค์ประกอบของสุขภาพ 4 มิติได้ถูกต้อง (K) 2.แสดงความตระหนักต่อความสำคัญของการดูแลสุขภาพ (A) 3.ประเมินสุขภาพองค์รวมเบื้องต้นของตนเองได้ (P) กิจกรรมการสอน 1.แนะนำรายวิชา ชี้แจงผลลัพธ์การเรียนรู้ วิธีวัดผล และข้อตกลงร่วมกัน 2.ความหมายของสุขภาพตามแนวคิดองค์การอนามัยโลก (WHO) และแนวคิดสุขภาพองค์รวม 3.ออกแบบแผนพัฒนาสุขภาพตนเอง 1 สัปดาห์ (SMART Goal) 3.นำเสนอผลงานและสะท้อนผลการเรียนรู้ (Reflection)	1.PowerPoint เรื่อง ความหมายของสุขภาพและสุขภาพองค์รวม 2.Kahoot หรือ Quizizz	อ.ชนิตา พรหมทองดี
3-4.	หน่วยที่ 2 สุขภาวะทางกายและคุณภาพชีวิต (การทดสอบและประเมินความสมบูรณ์ของร่างกาย)โภชนาการเพื่อสุขภาพ	4.00	4.00	วัตถุประสงค์การเรียนรู้ 1.อธิบายองค์ประกอบของสุขภาวะทางกายและหลักการประเมินความสมบูรณ์ของร่างกายได้ถูกต้อง (K) 2.แสดงความตระหนักถึงความสำคัญของการประเมินสมรรถภาพทางกาย (A) 3.ปฏิบัติการทดสอบสมรรถภาพทางกายเบื้องต้น และแปลผลการประเมินสุขภาพของตนเองได้ (P) กิจกรรมการสอน 1.บรรยายเรื่องสุขภาวะทางกาย ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต และองค์ประกอบของสมรรถภาพทางกาย 2.ประเมินสุขภาพ เช่น BMI, รอบเอว, ความดันโลหิต, อัตราการเต้นหัวใจ	1.PowerPoint เรื่องสุขภาวะทางกายและคุณภาพชีวิต 2.ใบงานบันทึกผลการทดสอบและการแปลผล 3.เครื่องชั่งน้ำหนักและเครื่องวัดส่วนสูงสายวัดรอบเอว	อ.ชนิตา พรหมทองดี

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	ชั่วโมงสอนต่อสัปดาห์		วัตถุประสงค์การเรียนรู้ /กิจกรรมการสอน	สื่อที่ใช้ในการสอน	อาจารย์ผู้สอน
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ			
5.	หน่วยที่ 3 โภชนาการเพื่อสุขภาพ	2.00	2.00	วัตถุประสงค์การเรียนรู้ 1.อธิบายหลักโภชนาการเพื่อสุขภาพ สารอาหาร 5 หมู่ และแนวทางการบริโภคอาหารที่เหมาะสมได้ถูกต้อง (K) 2.แสดงความตระหนักและเห็นความสำคัญของการเลือกรับประทานอาหารที่ส่งเสริมสุขภาพ (A) 3.วิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของตนเองและวางแผนการรับประทานอาหารที่เหมาะสมได้ (P) กิจกรรมการสอน 1.บรรยายเรื่องสารอาหาร 5 หมู่ ธงโภชนาการ และหลักการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ 2.วิเคราะห์เมนูอาหารและออกแบบอาหารสุขภาพ	1.PowerPoint เรื่องโภชนาการเพื่อสุขภาพ 2.ธงโภชนาการและคู่มืออาหารสุขภาพ 3.ตัวอย่างฉลากโภชนาการจากผลิตภัณฑ์อาหาร 4.ใบงานบันทึกและวิเคราะห์การบริโภคอาหาร	อ.ชนิดา พรหมทองดี
6-7.	หน่วยที่ 4 สารสนเทศด้านสุขภาพและการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพ	4.00	4.00	วัตถุประสงค์การเรียนรู้ 1.อธิบายความหมาย ความสำคัญของสารสนเทศด้านสุขภาพ และหลักการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพได้ถูกต้อง (K) 2.แสดงความตระหนักถึงความสำคัญของการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลและสื่อสุขภาพก่อนนำไปใช้หรือเผยแพร่ (A) 3.วิเคราะห์และประเมินความน่าเชื่อถือของข้อมูลสุขภาพจากสื่อต่าง ๆ พร้อมให้เหตุผลประกอบได้ (P) กิจกรรมการสอน 1.บรรยายเรื่องสารสนเทศด้านสุขภาพ การรู้เท่าทันสื่อสุขภาพ (Health Literacy) หลักการตรวจสอบแหล่งข้อมูลสุขภาพ วิเคราะห์ข่าวปลอมและข้อมูลบิดเบือน 2.นำเสนอหน้าชั้นเรียน	1.PowerPoint เรื่องสารสนเทศด้านสุขภาพและการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพ 2.ใบงานวิเคราะห์ความน่าเชื่อถือของข้อมูลสุขภาพ 3.โปรแกรม Canva หรือ PowerPoint สำหรับสร้าง Infographic	ผศ.เดชดนัย จุ้ยชุม

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	ชั่วโมงสอนต่อสัปดาห์		วัตถุประสงค์การเรียนรู้ /กิจกรรมการสอน	สื่อที่ใช้ในการสอน	อาจารย์ผู้สอน
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ			
8-9.	หน่วยที่ 5 การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยศิลปะและดนตรี	4.00	4.00	วัตถุประสงค์การเรียนรู้ 1.อธิบายความสำคัญและประโยชน์ของศิลปะและดนตรีที่มีต่อสุขภาพกาย จิตใจ อารมณ์ และคุณภาพชีวิตได้ (K) 2.แสดงความตระหนักและเห็นคุณค่าของการใช้ศิลปะและดนตรีในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการจัดการอารมณ์ของตนเอง (A) 3.สร้างสรรค์ผลงานศิลปะหรือกิจกรรมดนตรีที่สะท้อนการส่งเสริมคุณภาพชีวิต พร้อมอธิบายแนวคิดของผลงานได้ (P) กิจกรรมการสอน 1.บรรยายเรื่อง ความหมายของคุณภาพชีวิต บทบาทของศิลปะและดนตรีต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิต ศิลปะและดนตรีกับการลดความเครียดและการสร้างความสุข ตัวอย่างการประยุกต์ใช้ศิลปะและดนตรีในชีวิตประจำวัน 2.ปฏิบัติกิจกรรมภาพวาด/กิจกรรมดนตรีบำบัดหรือร้องเพลงกลุ่ม	1.PowerPoint เรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยศิลปะและดนตรี 2.คลิปวิดีโอเกี่ยวกับศิลปะ ดนตรี และสุขภาพ 3.เพลงตัวอย่าง 4.กระดาษ A4 / ฟลิปชาร์ต สี อุปกรณ์วาดภาพ	อาจารย์ ดร.นวลปราง อรุณจิต
10.	สัปดาห์สอบกลางภาค	0.00	0.00			
11-14.	หน่วยที่ 6 - ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการออกกำลังกาย -Basic Fitness Exercise for Health -การทดสอบและประเมินผลสมรรถภาพ	8.00	8.00	วัตถุประสงค์การเรียนรู้ 1.อธิบายหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประเภทของการออกกำลังกายและองค์ประกอบของสมรรถภาพทางกายได้ถูกต้อง (K) 2.แสดงความตระหนักและเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอต่อการส่งเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิต (A) 3.ปฏิบัติทดสอบสมรรถภาพทางกายเบื้องต้น วิเคราะห์ผล และออกแบบโปรแกรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับตนเองได้ (P) กิจกรรมการสอน 1.บรรยายความหมายและประโยชน์ของการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ หลัก FITT Principle (Frequency, Intensity, Time, Type) ประเภทของการออกกำลังกาย การอบอุ่นร่างกายและการผ่อนคลายร่างกาย ข้อควรระวังและความปลอดภัยในการออกกำลังกาย 2.ปฏิบัติทดสอบสมรรถภาพทางกาย 3.จัดทำโปรแกรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของตนเอง 1 สัปดาห์ โดยใช้หลัก FITT	1.PowerPoint 2.เครื่องชั่งน้ำหนักและเครื่องวัดส่วนสูง สายวัดรอบเอว 3.แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	อ.อรรณี เปาะสา

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	ชั่วโมงสอนต่อสัปดาห์		วัตถุประสงค์การเรียนรู้ /กิจกรรมการสอน	สื่อที่ใช้ในการสอน	อาจารย์ผู้สอน
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ			
15-16.	หน่วยที่ 7 การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา-บันจี้จลัด	4.00	4.00	วัตถุประสงค์การเรียนรู้ 1.อธิบายประวัติ ความสำคัญ กติกา มารยาท และประโยชน์ของกีฬาบันจี้จลัดได้ถูกต้อง (K) 2.แสดงความมีวินัย ความรับผิดชอบ และเห็นคุณค่าของการเล่นกีฬาบันจี้จลัดในการพัฒนาสุขภาพ (A) 3.ปฏิบัติทักษะพื้นฐานของกีฬาบันจี้จลัด (P) กิจกรรมการสอน 1.บรรยายกีฬาบันจี้จลัด 2.ฝึกปฏิบัติทักษะพื้นฐานบันจี้จลัด	1.PowerPoint เรื่องกีฬาบันจี้จลัด 2.วิดีโอการแข่งขันและทักษะพื้นฐานบันจี้จลัด 3.เอกสารประกอบการเรียนเกี่ยวกับกติกาและมารยาทนักกีฬา 4.ใบประเมินทักษะปฏิบัติ	ผศ.ดร.กร ทักษพัฒกุล
16						
ผลรวมของการบันทึกชั่วโมงการสอน		30	30			

2. แผนการประเมินผลการเรียนรู้

	การเรียนรู้ด้าน	ผลการเรียนรู้	วิธีการประเมิน	สัปดาห์ที่ประเมิน	สัดส่วนของการประเมินผล
รวม					0%

สัดส่วนคะแนน

รายละเอียด	คุณธรรมจริยธรรม	ความรู้	ทักษะปัญญา	ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ	ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยี	ด้านทักษะการปฏิบัติทางวิชาชีพ	ด้านทักษะในการบูรณาการความรู้ทาง การแพทย์ เข้ากับวิถีชีวิต ภายใต้บริบทพหุวัฒนธรรม	รวม
1.คะแนนตลอดการศึกษา	5%	60%	20%	5%	10%			100%
รวม	5%	60%	20%	5%	10%			100%

หมวดที่ 6 ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

1. ตำราและเอกสารหลัก

เอกสารประกอบการสอน รายวิชาสุขภาพดี วิถีเลิศ (Good Health Good Life) รหัสวิชา 11-044-102 การเตรียมความพร้อมก่อนใช้ชีวิตคู่. (2564). กรุงเทพมหานคร: สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.

ขวัญเมือง แก้วดาเกิง. (2563). ความรอบรู้ด้านสุขภาพ: เข้าถึง เข้าใจ และการนำไปใช้. กรุงเทพฯ: อมรินทร์.เจริญ กระบวนรัตน์. (2552). การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

เกษแก้ว เสี่ยงเพราะ. (2561). สุขศึกษาและพหุกิจกรรมสุขภาพ (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สนธยา สีละมาต, & ดุจดเดือน สีละมาต. (2551). การฝึกด้วยน้ำหนัก. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุนีย์ สหัสโพธิ์ และคณะ. (2562). โภชนาการพื้นฐาน. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

มูลนิธิผู้หญิง. (2547). คู่มือวัยรุ่น. กรุงเทพมหานคร: รุ่งแสงการพิมพ์.

2. เอกสารและข้อมูลสำคัญ

<http://www.thaihealth.or.th/>
<http://hss.moph.go.th/index2.php>
<http://thaisportsmed.org/>

3. เอกสารและข้อมูลแนะนำ

<http://www.sat.or.th/index.php/en/>
<http://resource.thaihealth.or.th/article-research>
<http://www.sportscience.or.th/th/>
<http://www.hed.go.th/>
<http://www.hblcenter.net/frontend/theme-4/>

หมวดที่ 7 การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา

1. กลยุทธ์การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนักศึกษา

- 1.แบบประเมินผลการสอนของอาจารย์ผู้สอนโดยนักศึกษาในระบบที่มหาวิทยาลัยกำหนด
- 2.แบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาต่อเนื้อหา กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อการสอน และการวัดผลประเมินผลของรายวิชา
- 3.การสนทนากลุ่ม (Focus Group) หรือการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างผู้สอนและนักศึกษาเกี่ยวกับปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการพัฒนารายวิชา
- 4.การรวบรวมข้อเสนอแนะจากนักศึกษาเพื่อนำไปปรับปรุงเนื้อหา วิธีการสอน สื่อการเรียนรู้ และการวัดผลประเมินผลให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

2. กลยุทธ์การประเมินการสอน

- 1.ประเมินผลการสอนจากผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาให้สอดคล้องกับผลลัพธ์การเรียนรู้ของรายวิชา
- 2.ประเมินจากผลงาน การปฏิบัติกิจกรรม และการมีส่วนร่วมของนักศึกษาระหว่างการเรียนการสอน
- 3.นำผลการประเมินและข้อเสนอแนะมาวิเคราะห์เพื่อปรับปรุงการจัดการเรียนการสอนในภาคการศึกษาถัดไป

3. การปรับปรุงการสอน

- 1.นำผลการประเมินการสอนของนักศึกษา ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และข้อเสนอแนะต่าง ๆ มาวิเคราะห์เพื่อปรับปรุงเนื้อหา กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อการสอน และวิธีการวัดผลประเมินผลให้สอดคล้องกับผลลัพธ์การเรียนรู้ของรายวิชา และส่งเสริมการเรียนรู้เชิงรุกของผู้เรียนมากยิ่งขึ้น

4. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนักศึกษาในรายวิชา

- 1.ทวนสอบผลสัมฤทธิ์ของนักศึกษาโดยตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างผลลัพธ์การเรียนรู้ วิธีการสอน และวิธีการวัดประเมินผล พิจารณาจากข้อสอบ ใบงาน รายงาน การปฏิบัติกิจกรรม และชิ้นงานของนักศึกษา พร้อมทั้งสุ่มตรวจผลการประเมินและนำผลการทวนสอบไปใช้ในการปรับปรุงคุณภาพการจัดการเรียนการสอนต่อไป

5. การดำเนินการทบทวนและการวางแผนปรับปรุงประสิทธิผลของรายวิชา

- 1.นำผลการประเมินรายวิชา ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา และข้อเสนอแนะจากผู้เกี่ยวข้องมาทบทวนความสอดคล้องของผลลัพธ์การเรียนรู้ เนื้อหา กิจกรรมการเรียนการสอน และการวัดผลประเมินผล พร้อมวางแผนปรับปรุงรายวิชา สื่อการสอน และกิจกรรมการเรียนรู้ให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น