



แนวการสอนและกิจกรรมการเรียนการสอน  
ภาคเรียนที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๕๗  
สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี  
รายวิชา HSC ๓๓๐๓ สุขภาพทางเลือก -Alternative Health-  
หน่วยกิต ๓(๓-๐-๖)  
ผู้สอน : อาจารย์วิทย์ญา ตันอารีย์  
ติดต่อ : ๐๘๘-๒๖๙-๑๕๕๘

คำอธิบายรายวิชา

แนวคิดเกี่ยวกับชีวิตกับธรรมชาติ หลักการและทฤษฎีด้านสุขภาพทางเลือก รูปแบบและศาสตร์ด้านสุขภาพทางเลือก การผสมผสานศาสตร์สุขภาพทางเลือกกับระบบบริการสุขภาพแผนปัจจุบัน วิถีธรรมชาติบำบัดการประเมินและวิเคราะห์สุขภาพทางเลือกในระบบสุขภาพ

จุดมุ่งหมายของรายวิชา

๑. มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของชีวิตกับธรรมชาติ
๒. อธิบายหลักการและทฤษฎีด้านสุขภาพทางเลือก
๓. อธิบายแนวทางการประยุกต์ใช้รูปแบบและศาสตร์ด้านสุขภาพทางเลือก

เนื้อหาและกิจกรรมการเรียนการสอน

ที่	วัน เดือน ปี	เนื้อหาการเรียน	กิจกรรม
๑	๘ ม.ค. ๕๘	แนะนำกระบวนการเรียนการสอน อธิบายปรับพื้นฐานความรู้ ความเข้าใจทาง สุขภาพ	แบบทดสอบความ เข้าใจความรู้ทาง สุขภาพก่อนการเรียน
๒	๑๕ ม.ค. ๕๘	ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับสุขภาพ	
๓	๒๒ ม.ค. ๕๘	ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ	
๔	๒๙ ม.ค. ๕๘	ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ (ต่อ)	ใบงาน
๕	๕ ก.พ. ๕๘	หลักการและทฤษฎีสุขภาพทางเลือก	
๖	๑๒ ก.พ. ๕๘	ธรรมมานามัย และ ดนตรีบำบัด	ใบงาน
๗	๑๙ ก.พ. ๕๘	สมาธิบำบัด	
๘	๒๖ กุมภาพันธ์ – ๖ มีนาคม ๒๕๕๘ สอบกลางภาคเรียน		

ที่	วัน เดือน ปี	เนื้อหาการเรียน	กิจกรรม
๙	๕ มีนาคม ๒๕๕๘ สอบกลางภาคเรียน		
๑๐	๑๒ มี.ค. ๕๘	หัวเราะบำบัด	ใบงาน
๑๑	๑๙ มี.ค. ๕๘	วาริบำบัด	
๑๒	๒๖ มี.ค. ๕๘	สุคนบำบัด และ โสมิโอฟาธิ	ใบงาน
๑๓	๒ เม.ย. ๕๘	พลังบำบัด	
๑๔	๙ เม.ย. ๕๘	เทคนิคการเลือกสุขภาพทางเลือกในรูปแบบอื่นๆ	ใบงาน
๑๕	๑๖ เม.ย. ๕๘	ศึกษาด้วยตนเอง	
๑๖	๒๓ เม.ย. ๕๘	การศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้องสุขภาพทางเลือก	
๑๗	๓๐ เมษายน - ๘ พ.ค. ๕๘ สอบปลายภาคเรียนที่ ๒ / ๒๕๕๗		

หมายเหตุ : กำหนดการหากมีการเปลี่ยนแปลงจะแจ้งให้ทราบเป็นครั้งๆ ไป

### วัสดุและอุปกรณ์

- เอกสารประกอบการสอน
- ชุดกีฬา ประกอบด้วย เสื้อ และกางเกงวอร์ม (ชายาว) รองเท้าผ้าใบ
- อุปกรณ์เครื่องเขียน เช่น ปากกา สมุด ฯ
- อุปกรณ์อื่นๆ ที่ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติงานเดี่ยวและงานกลุ่ม

### การวัดผลประเมินผล

#### การวัดผล

๑. คะแนนระหว่างภาคเรียน	จำนวน	๔๐ คะแนน
๑.๑ เข้าชั้นเรียน	จำนวน	๑๐ คะแนน
๑.๒ งานเดี่ยว	จำนวน	๑๐ คะแนน
๑.๓ งานกลุ่ม	จำนวน	๑๐ คะแนน
๑.๔ ใบงาน	จำนวน	๑๐ คะแนน
๒. คะแนนกลางภาคเรียน	จำนวน	๓๐ คะแนน
๓. คะแนนปลายภาคเรียน	จำนวน	๓๐ คะแนน

## การประเมินผล

คะแนนตั้งแต่	คะแนนขึ้นไป ๘๐	A
คะแนนระหว่าง	๗๕- คะแนน ๗๙	B+
คะแนนระหว่าง	๗๐ - ๗๔ คะแนน	B
คะแนนระหว่าง	๖๕- ๖๙คะแนน ๙	C+
คะแนนระหว่าง	๖๐ - ๖๔ คะแนน	C
คะแนนระหว่าง	๕๕ - ๕๙คะแนน ๙	D+
คะแนนระหว่าง	๕๐ - ๕๔ คะแนน	D
คะแนนต่ำกว่า	คะแนน ๕๐	F
หากนักศึกษาส่งงานไม่ครบ ผลการเรียนเป็น		I
นักศึกษาขาดสอบปลายภาคเรียน ผลการเรียนเป็น		M

## ข้อตกลงเบื้องต้นในการจัดการเรียนการสอน

### ๑ การเข้าชั้นเรียน .

๑.๑ นักศึกษาจะต้องลงลายมือชื่อเข้าเรียนทุกครั้ง ด้วยตนเอง หากพบว่ามี การปลอมแปลงลายมือชื่อ จะปรับตกในรายวิชานี้ทันที

๑.๒ จะจะมีสิทธิ์สอบ นักศึกษาต้องเข้าชั้นเรียนมากกว่าร้อยละ ๒ ดังนั้นต้องเข้าเรียนอย่างน้อย สัปดาห์ ๑๓

๑.๓ การลาป่วย ต้องมีใบรับรองแพทย์ หรือใบเสร็จจากสถานพยาบาลของรัฐ โดยให้นักศึกษาแนบนำมาส่งพร้อมใบลา หลังจากเข้าเรียนในคาบถัดไป ทั้งนี้กรณีที่นักศึกษาป่วยแต่ไม่ได้เข้ารับการรักษาพยาบาลในสถานพยาบาล ให้ถือว่าขาดเรียน

๑.๔ การลากิจ **จะต้องลาล่วงหน้า** หากส่งใบลาภายหลังให้ถือว่าขาดเรียน ทั้งนี้จะต้องเป็นกิจที่มีความจำเป็นเท่านั้นโดยอยู่ในดุลพินิจของอาจารย์ผู้สอน และนับตามผังเครือข่าย ไม่เกิน ๓ ลำดับผังเครือข่าย

๑.๕ การลาที่ไม่มีใบลา ให้ถือว่าขาดเรียน

๑.๖ การเข้าชั้นเรียนสาย ต้องไม่เกิน นาที หากเกินกว่านี้ จะหักคะแนนเข้าชั้นเรียน ๑๕ คะแนน ๑ ครั้ง ที่เข้าเรียนสาย จะหัก ๒ โดย โดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า

### ๒ การทำงานตามมอบหมาย .

๒. ๑การทำงานตามมอบหมายให้นักศึกษาดำเนินตามคำชี้แจงในใบงาน

๒. การส่งงานล่าช้า จะหักคะแนนตามคำชี้แจง ๒

๒. สงวนสิทธิ์การอ่านใบงานที่เขียนด้วยลายมือที่อ่านออกเท่านั้น ๓

๒.การคัดลอกงานของบุคคลอื่นมาส่ง หรือการคัดลอกงานของเพื่อน จะหัก ๔ คะแนนพร้อมทั้งบำเพ็ญประโยชน์ตามคำชี้แจงในใบงานนั้นๆ

### ๓. การแต่งกาย .

๓. ชุดนักศึกษาตามระเบียบของมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ๑
- ๓.๒ แต่งกายตามกระบวนกรเรียนการสอนที่กำหนดในแต่ละครั้ง

### เอกสารอ้างอิง

กลุ่มงานการแพทย์พื้นบ้านไทย. การแพทย์พื้นบ้านไทยภูมิปัญญาของแผ่นดิน. กรุงเทพมหานคร:

กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข. ๒๕๕๖.

โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์. หลักการพื้นฐานของสุขภาพองค์รวมในการบำบัดทางเลือกและสุขภาพ  
องค์รวม. กรุงเทพฯ: ๒๕๕๙.

เจ็ท็อบ วาทักกันเชรี. ธรรมชาติบำบัด. พิมพ์ครั้งที่ ๓. บริษัทแปลนพรีนธ์ตั้งจำกัด. กรุงเทพฯ: ๒๕๕๔.

ชมรมบริการวิชาการชาวเขา. กลุ่มชาติพันธุ์บนพื้นที่สูง การรักษา การเยียวยา ผู้คน ชุมชน

และสภาพแวดล้อม. สถาบันวิจัยชาวเขา กรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงแรงงานและ

สวัสดิการสังคม. กรุงเทพฯ: ๒๕๕๔.

รีดเดอร์ ไตเจสท์. บำบัดโรคด้วยการแพทย์ทางเลือก. พิมพ์ครั้งที่ ๒. บริษัทอมรินทร์พริ้นท์ตั้งแอนด์

พับลิชซิงจำกัด. กรุงเทพฯ: ๒๕๕๖.

สามารถ ใจเตี้ย . การดูแลเมื่อเจ็บป่วยโดยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นของประชาชนจังหวัดเชียงใหม่.

เชียงใหม่. มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่. ๒๕๕๘.

ตำราภาษาไทย เช่น การดูแลสุขภาพทางเลือก สุขภาพองค์รวม ธรรมชาติบำบัด

เว็บไซต์ที่เกี่ยวข้อง เช่น <http://www.dtam.moph.go.th/alternative>

- ตัวอย่างแบบการลา -

เขียนที่.....  
วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

เรื่อง ขออนุญาตลา กิจ ลาป่วย /

เรียน อาจารย์ประจำรายวิชา .....

ข้าพเจ้า ชื่อ (นาง/นางสาว/นาย).....นามสกุล.....  
รหัสประจำตัว.....หมู่เรียน.....มีความประสงค์จะขอลา.....  
เนื่องจาก (เหตุผล).....

เป็นระยะเวลา.....วัน ตั้งแต่วันที่.....เดือน.....พ.ศ..... ถึงวันที่.....เดือน.....พ.ศ.....  
โดยเมื่อครบตามระยะเวลาแล้วข้าพเจ้าจะมาเรียนตามปกติ และข้าพเจ้าขอรับรองว่าข้อความข้างต้น  
เป็นความจริงทุกประการ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ลงชื่อ).....นักศึกษา  
(.....)

ความเห็นของผู้ปกครอง หรือ อาจารย์ที่ปรึกษา

.....  
.....  
.....

(ลงชื่อ).....ที่ปรึกษา  
(.....)

ตำแหน่ง.....