

แบบเสนอหลักสูตรประกาศนียบัตร (Non-Degree)

1. รายละเอียดหลักสูตร

1.1 ชื่อหน่วยงาน คณะศิลปศาสตร์

1.2 ชื่อหลักสูตร การประกอบอาหารสำหรับคนรักสุขภาพ

Culinary for a Healthy Lifestyle

1.3 ชื่อหน่วยงานหรือสถานประกอบการที่ร่วมการจัดการเรียนการสอน

- ไม่มี -

1.4 ชื่ออาจารย์ผู้รับผิดชอบหลักสูตร (ชื่อ เบอร์โทรศัพท์ และ e-mail)

ชื่อ-สกุล นางสาววรรณนิสา เกาพันธ์	ตำแหน่งทางวิชาการ อาจารย์
คณะศิลปศาสตร์	Email: wannisa.p@rmutsv.ac.th

โทรศัพท์ 081-8062904

ชื่อ-สกุล นางฉันทพร บุญศิริ	ตำแหน่งทางวิชาการ อาจารย์
คณะศิลปศาสตร์	Email: thanyaporn.s@rmutsv.ac.th

โทรศัพท์ 081-5568245

ชื่อ-สกุล นางสาวปัญญรัตน์ ลือขจร	ตำแหน่งทางวิชาการ อาจารย์
คณะศิลปศาสตร์	Email: panyarud.l@rmutsv.ac.th

โทรศัพท์ 095-0797007

ชื่อ-สกุล นางสาววนิดา บุรีภักดี	ตำแหน่งทางวิชาการ ผู้ช่วยศาสตราจารย์
คณะศิลปศาสตร์	Email: wanida.b@rmutsv.ac.th

โทรศัพท์ 086-9658706

1.5 วัตถุประสงค์ของหลักสูตร

- 1) ประยุกต์ใช้องค์ความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพตามหลักโภชนาการ
- 2) พัฒนาเมนูอาหารเพื่อสุขภาพจากวัตถุดิบท้องถิ่นและสมุนไพรไทย

1.6 ผลลัพธ์การเรียนรู้ของหลักสูตร

CLO1 จำแนกประเภทและรูปแบบอาหารเพื่อสุขภาพตามหลักโภชนาการ

CLO2 คัดเลือกวัตถุดิบที่เหมาะสมสำหรับเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ

CLO3 จัดทำเมนูอาหารเพื่อสุขภาพจากวัตถุดิบท้องถิ่นและสมุนไพรไทย

CLO4 ประกอบอาหารเพื่อสุขภาพจากวัตถุดิบท้องถิ่นและสมุนไพรไทย

2. แผนการรับนักศึกษา

- 2.1 จำนวนนักศึกษาต่อรุ่น 10 คน จำนวน 1 รุ่นต่อปี
- 2.2 ระยะเวลาในการจัดการศึกษา (ช่วงเวลาเริ่มต้นจนจบหลักสูตร) 1-2 สัปดาห์ (เสาร์ - อาทิตย์) ขึ้นกับ
คอร์สที่เลือกเรียน

2.3 จำนวนชั่วโมงในการดำเนินการ 77 ชม.

(ทฤษฎี 8 ชม., ปฏิบัติ 69 ชม.)

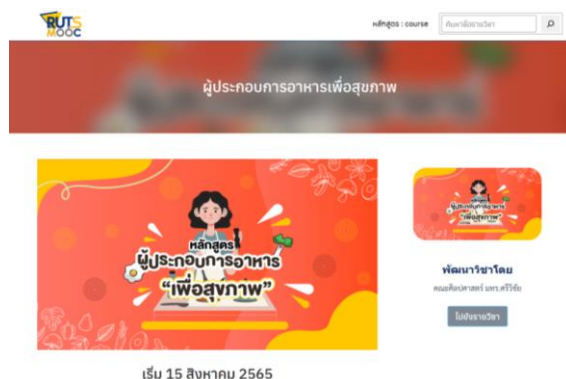
ระยะเวลาตลอดหลักสูตร 11 วัน (วัน/สัปดาห์/เดือน)

2.4 กลุ่มเป้าหมายที่เข้ารับการศึกษาคือ

- ☒ 2.4.1 ผู้เรียนที่สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่า หรือระดับ ปวช.
- ☐ 2.4.2 นักศึกษาชั้นปีที่ 3 หรือผู้สำเร็จการศึกษาระดับ ปวส.
- ☒ 2.4.3 ผู้ที่ทำงานแล้วและหรือต้องการเพิ่มพูนสมรรถนะ
- ☒ 2.4.4 ผู้สูงอายุหรือผู้ที่เกษียณแล้วต้องการจะประกอบอาชีพอื่นที่แตกต่างจากเดิม
- ☒ 2.4.5 อื่น ๆ ผู้ที่ต้องการดูแลสุขภาพ

คุณสมบัติของผู้เรียน

- ผู้เรียนที่สำเร็จการศึกษาระดับปวช.ทุกสาขาจะต้องผ่านการสอบเพื่อวัดความรู้ด้านอาหารขั้นพื้นฐาน โดยจะต้องผ่านเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ 70 หากไม่ผ่านเกณฑ์ที่หลักสูตรกำหนด ผู้เรียนจะต้องเรียนภาคทฤษฎีผ่าน RUTS MOOC ใน Premium Course หลักสูตรผู้ประกอบการอาหารเพื่อสุขภาพ (10 ชั่วโมง)
- ผู้เรียนที่ไม่มีประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการทำงานด้านอาหาร จะต้องสอบเพื่อวัดความรู้ด้านอาหารขั้นพื้นฐานและไม่ต้องเรียนภาคทฤษฎีผ่าน RUTS MOOC ใน Premium Course หลักสูตรผู้ประกอบการอาหารเพื่อสุขภาพ (10 ชั่วโมง)
- ในกรณีของผู้ที่ทำงานแล้วและมีประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการทำงานด้านอาหาร ไม่จำเป็นต้องสอบเพื่อวัดความรู้ด้านอาหารขั้นพื้นฐานและไม่ต้องเรียนภาคทฤษฎีผ่าน RUTS MOOC ใน Premium Course หลักสูตรผู้ประกอบการอาหารเพื่อสุขภาพ (10 ชั่วโมง)



ภาพที่ 1 หลักสูตรผู้ประกอบการอาหารเพื่อสุขภาพจาก RUTS MOOC ใน Premium Course

3. การออกแบบหลักสูตร

3.1 ระบุที่มาของการกำหนดแนวคิด เหตุผล และวัตถุประสงค์ของหลักสูตร

กระแสคนรักสุขภาพที่เติบโตอย่างต่อเนื่องในปัจจุบัน ส่งผลให้ธุรกิจที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพได้รับอานิสงส์และเติบโตตามไปด้วย ทำให้การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Wellness Tourism) กลายเป็นธุรกิจแห่งอนาคตที่กำลังมาแรงทั่วโลก โดย Global Wellness Institute (GWI) ประเมินว่าตลาดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของโลกมีแนวโน้มเติบโตจาก 4 ล้านล้านดอลลาร์สหรัฐในปี 2563 เป็น 11 ล้านล้านดอลลาร์สหรัฐในปี 2568 คิดเป็นอัตราการเติบโตเฉลี่ยสูงถึง 20.9% ต่อปีในช่วงปี 2563-2568 (เปมิกา จีรชีวีกุล, 2565)

การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ เป็นการท่องเที่ยวเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจและรับบริการที่ส่งเสริมสุขภาพกายและใจซึ่งมีรูปแบบที่หลากหลาย อาทิ การนวด การอบสมุนไพร แช่น้ำร้อน ทำสมาธิ หรือการปรับพฤติกรรมบริโภคอาหารและออกกำลังกายให้เหมาะสมกับสุขภาพของแต่ละคน (การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย, 2565) สำหรับประเทศไทยเป็นประเทศที่ได้รับความนิยมของกลุ่มนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพซึ่งแสดงถึงความเป็นเอกลักษณ์ของวัฒนธรรมและภูมิปัญญาของคนไทย โดยเฉพาะเรื่องอาหารท้องถิ่นที่จัดเป็นอาหารเพื่อสุขภาพและมีความสมดุลทางโภชนาการ (ปองปรารณ สุนทรเกสัช, 2561)

จากการศึกษาและเก็บข้อมูลพบว่า กลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มที่มีโรคประจำตัว และกลุ่มผู้บริโภคที่ต้องการมีสุขภาพดี เป็นกลุ่มเป้าหมายที่ให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพด้วยการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ กลุ่มผู้สูงอายุเป็นกลุ่มที่ต้องการการดูแลด้านโภชนาการเป็นพิเศษ เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและสุขภาพ การได้รับอาหารที่มีคุณภาพและสารอาหารเพียงพอจะช่วยเสริมสร้างสุขภาพ ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่าง ๆ และเพิ่มคุณภาพชีวิต การดูแลผู้สูงอายุให้ได้รับโภชนาการที่เหมาะสมจึงเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็น นอกจากนี้บุคลากรที่ประกอบอาชีพในกลุ่มธุรกิจที่เกี่ยวข้องกับอาหาร โภชนาการ และสุขภาพ เช่น โรงแรม ร้านอาหาร อุตสาหกรรมอาหาร ศูนย์สุขภาพ โรงพยาบาล และศูนย์ออกกำลังกายในอาคาร (Fitness) การมีความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพและการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ สามารถนำไปพัฒนาและต่อยอดธุรกิจอาหารเชิงสุขภาพได้อีกด้วย (ภัทภูมิ ชีจริญ และ พรพรม สุธาทร, 2564)

อาหารทางเลือกเพื่อสุขภาพที่ได้รับความนิยมในปัจจุบัน เช่น อาหารมังสวิรัต อาหารโปรตีนจากพืช อาหารเมดิเตอร์เรเนียน อาหารแมคโครไบโอติกส์ อาหารออร์แกนิก อาหารสมุนไพรและเครื่องเทศ อาหารเสริมภูมิคุ้มกัน อาหารคีโตเจนิค อาหารดัชนีน้ำตาล อาหารคลีน อาหารชีวจิต รวมถึงอาหารที่มีปริมาณน้ำตาลและแคลอรีต่ำ ในช่วงที่ผ่านมาเป็นกระแสการบริโภคที่ได้รับความนิยมอย่างมาก มีผู้ประกอบการหลายรายที่ประสบความสำเร็จจากธุรกิจร้านอาหารจากธรรมชาติในขณะเดียวกันมีการคาดการณ์แนวโน้มการเจริญเติบโตของมูลค่าตลาดอาหารและเครื่องดื่มสุขภาพทั่วโลกในปี 2570 ประมาณ 161,500 ล้านดอลลาร์สหรัฐ จากรายงานตลาดอาหารโลกในปี 2566 ระบุว่า ในปัจจุบันปัจจัยหลักที่ทำให้ผู้บริโภคหันมาให้ความสนใจกับอาหารสุขภาพ คือ เน้นเกี่ยวกับการควบคุมน้ำหนัก ได้รับสารอาหารที่มาจากธรรมชาติ มีโปรตีนสูง ปริมาณน้ำตาลน้อย ช่วยให้ระบบ

ขั้วถ่ายดีขึ้น มีคาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อน โดยมูลค่าตลาดอาหารที่เน้นวัตถุดิบที่มีคุณภาพสูงในปี 2566 เท่ากับ 88,300 ล้านบาท การพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารสุขภาพจึงมีความสำคัญต่อการตอบสนองต่อความต้องการของกลุ่มผู้บริโภคที่ใส่ใจสุขภาพเป็นอย่างมาก (ธนุพล วิรุฬหการุญ, 2565)

การวิเคราะห์กลุ่มเป้าหมาย (Targeting) พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มที่มีโรคประจำตัว และกลุ่มผู้บริโภคที่ต้องการมีสุขภาพดี เป็นกลุ่มเป้าหมายที่มีความสนใจและให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพด้วยการปรับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร รวมไปถึงกลุ่มธุรกิจที่เกี่ยวข้องกับอาหาร โภชนาการ และสุขภาพ เช่น โรงแรม ร้านอาหาร อุตสาหกรรมอาหาร ศูนย์สุขภาพ โรงพยาบาล ศูนย์ออกกำลังกายในอาคาร (Fitness) ที่ต้องการต่อยอดธุรกิจอาหารเชิงสุขภาพ และผู้เรียนที่ต้องการเก็บสะสมหน่วยกิตในหลักสูตรอาหารและโภชนาการ

การมีโภชนาการและสุขภาพที่ดีเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของประชากรทุกวัย การเรียนรู้เกี่ยวกับโภชนาการและอาหารสุขภาพจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างมาก การพัฒนาความรู้และทักษะในด้านนี้ไม่เพียงแต่ช่วยเสริมสร้างสุขภาพส่วนบุคคลเท่านั้น แต่ยังเป็นโอกาสในการสร้างอาชีพที่เกี่ยวข้องกับอุตสาหกรรมอาหารและสุขภาพ รวมถึงการพัฒนากำลังคนเพื่อสนับสนุนอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ จึงมีความจำเป็นที่จะต้องพัฒนาทักษะความรู้ทางด้านอาหารและโภชนาการ ซึ่งเป็นอุตสาหกรรมที่มีแนวโน้มการเติบโตสูงทั้งในระดับชาติและระดับสากล ให้มีศักยภาพความพร้อมเพื่อรองรับอุตสาหกรรมท่องเที่ยวชายฝั่งวิถีใหม่ต่อไป

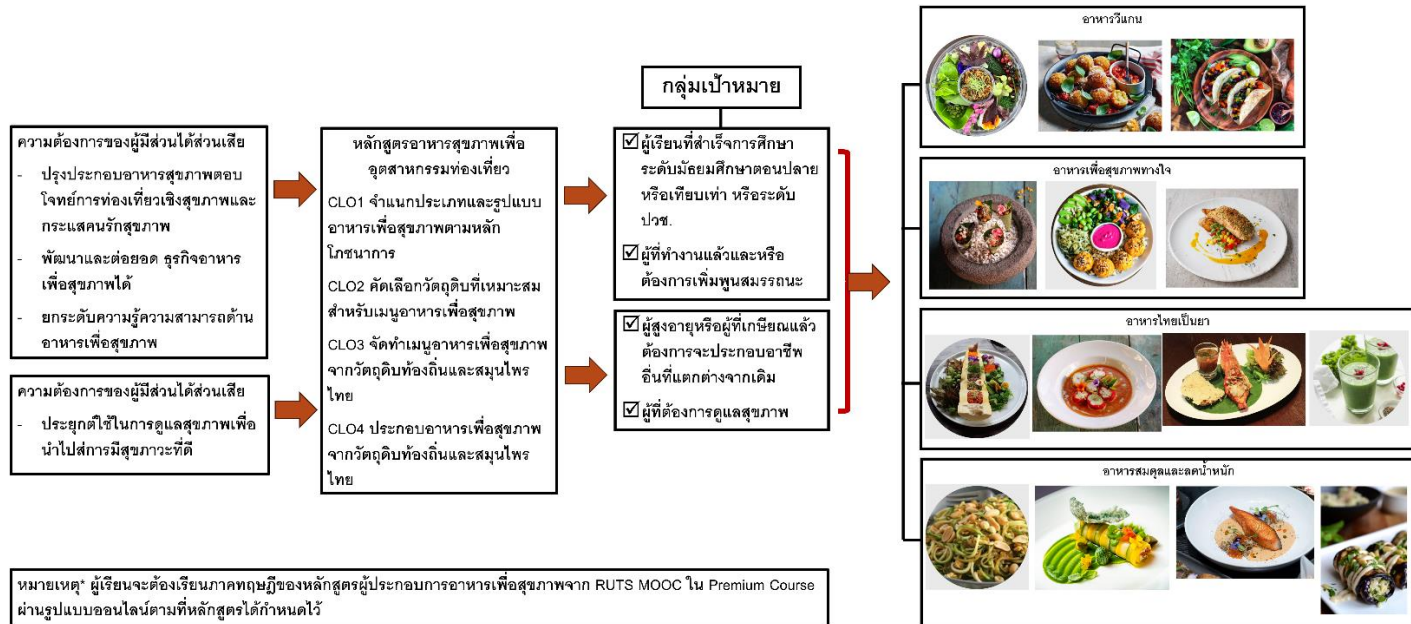
หลักสูตรอาหารสุขภาพเพื่ออุตสาหกรรมท่องเที่ยวจึงเป็นอีกช่องทางการเรียนรู้ที่สำคัญในการเพิ่มความรู้และทักษะทางด้านโภชนาการ รูปแบบอาหารทางเลือก วัตถุดิบที่เหมาะสมสำหรับเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ เพื่อนำไปสู่การมีภาวะโภชนาการที่ดี ช่วยส่งเสริมและสนับสนุนอุตสาหกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและอุตสาหกรรมท่องเที่ยวชายฝั่งวิถีใหม่อย่างยั่งยืน

3.2 วิธีการกำหนดคุณลักษณะของบัณฑิตที่พึงประสงค์

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวังเมื่อสำเร็จการศึกษา(สอดคล้องกับข้อกำหนดของโครงการ)

3.2.1 ผู้เรียนสามารถประยุกต์ใช้องค์ความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพตามหลักโภชนาการ

3.2.2 ผู้เรียนออกแบบเมนูอาหารเพื่อสุขภาพจากวัตถุดิบท้องถิ่นและสมุนไพรไทย



หมายเหตุ* เมนูปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

ภาพที่ 2 กระบวนการค้นหาความต้องการของสถานประกอบการ หรือ Skill mapping

ที่มาของข้อมูลและภาพประกอบ

Wellness Tourism การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ยูนิคอร์นใหม่เศรษฐกิจไทย “ยุคโควิด” ตฤพล วิรุฬหารุญ, 2565

<https://www.facebook.com/theplantbasedprojectph>

<https://www.thansettakij.com>

<https://www.pinterest.com>

<https://www.pinterest.com>

<https://www.ryt9.com>

<https://mgonline.com>

<https://nourishplate.com>

<https://www.instagram.com>

<https://mx.pinterest.com>

<https://www.colorful-concepts.eu>

<https://web.hungryhub.com>

3.3 ความร่วมมือระหว่างสถาบันอุดมศึกษากับสถานประกอบการและหน่วยงานราชการในการจัดทำหลักสูตร

ในการ up-skill และหรือ re-skill อย่างชัดเจน

-ไม่มี-

4. การจัดการเรียนการสอน

4.1 การกำหนดเนื้อหาสาระและโครงสร้างหลักสูตรที่สอดคล้องกับผลลัพธ์การเรียนรู้

รูปแบบอาหารทางเลือก อาหารมังสวิรัต อาหารโปรตีนจากพืช อาหารเมดิเตอร์เรเนียน อาหารแมคโครไบโอติกส์ อาหารออร์แกนิก อาหารสมุนไพรและเครื่องเทศ อาหารสร้างเสริมภูมิคุ้มกัน อาหารคีโตเจนิค อาหารดัชนีน้ำตาล อาหารคลีน อาหารชีวจิต การประกอบอาหารทางเลือกและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ

คอร์สเรียน	จำนวนชั่วโมง บรรยาย	จำนวนชั่วโมง ปฏิบัติการ
คอร์สเรียนที่ 1 Vegan for Good Health (อาหารวีแกน) - อาหารมังสวิรัต - อาหารโปรตีนจากพืช	2	12
คอร์สเรียนที่ 2 Well-Mental Eating (อาหารเพื่อสุขภาพทางใจ) - อาหารเมดิเตอร์เรเนียน - อาหารแมคโครไบโอติกส์ - อาหารออร์แกนิก (from farm to table)	2	19
คอร์สเรียนที่ 3 Thai Taste Therapy (อาหารไทยเป็นยา) - อาหารสมุนไพรและเครื่องเทศ - อาหารสร้างเสริมภูมิคุ้มกัน	2	12
คอร์สเรียนที่ 4 Balance and Circadian Diet (อาหารสมดุลและลดน้ำหนัก) - อาหารคีโตเจนิค - อาหารดัชนีน้ำตาล - อาหารคลีน - อาหารชีวจิต	2	26
รวม	8	69

หมายเหตุ

- ผู้เรียนจะต้องเรียนภาคทฤษฎีของหลักสูตรผู้ประกอบการอาหารเพื่อสุขภาพจาก RUTS MOOC ใน Premium Course ผ่านรูปแบบออนไลน์ตามที่หลักสูตรได้กำหนดไว้
- ผู้เรียนจะได้รับประกาศนียบัตรเมื่อผ่านเกณฑ์การประเมินผลสัมฤทธิ์ตามที่หลักสูตรกำหนดไว้ในแต่ละคอร์สเรียน
- ผู้เรียนสามารถเก็บสะสมเป็นธนาคารหน่วยกิตในรายวิชาที่กำหนดไว้เมื่อเรียนครบทั้ง 4 คอร์สเรียน

4.2 การจัดการเรียนการสอนที่ต้องร่วมมือกับสถานประกอบการอย่างเข้มข้น (ถ้ามี)

-ไม่มี-

4.3 รายวิชาที่มีความประสงค์สะสมหน่วยกิตในธนาคารหน่วยกิต (Credit Bank)

รายวิชา **01-113-412 อาหารทางเลือกเพื่อสุขภาพ** นี้เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตร (มคอ.2) หรือ (RUTS02) สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ (หลักสูตรปรับปรุง พ.ศ. 2565) คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

01-113-412 อาหารทางเลือกเพื่อสุขภาพ 3(2-3-4)

Alternative Food for Health

วิชาบังคับก่อน: -

Prerequisite: -

รูปแบบอาหารทางเลือก อาหารออร์แกนิก² อาหารสมุนไพรและเครื่องเทศ³ อาหารมังสวิรัต¹ อาหารโปรตีนจากพืช¹ อาหารคลีน⁴ อาหารชีวจิต⁴ อาหารแมคโครไบโอติกส์² อาหารเมดิเตอร์เรเนียน² อาหารคีโตเจนิค⁴ อาหารดัชนีน้ำตาล⁴ สารออกฤทธิ์ทางชีวภาพและสารพฤกษเคมีในอาหาร³ อาหารสร้างเสริมภูมิคุ้มกัน³ แนวโน้มอาหารเพื่อสุขภาพ การประกอบอาหารทางเลือกและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ ฝึกปฏิบัติที่สอดคล้องกับการบรรยายและเนื้อหาของวิชา

Alternative food pattern; organic food; herbs and spices food; vegetarian food; clean food; homeopathic food; macrobiotics food; Mediterranean food; ketogenic food; low glycemic index food; bioactive compounds and phytochemicals in food; immune-boosting food; health food trends; cooking alternative foods and healthy beverages; practice in topics related to lecture materials and course contents.

หมายเหตุ ตัวเลขท้ายข้อความระบุตามคอร์สเรียน

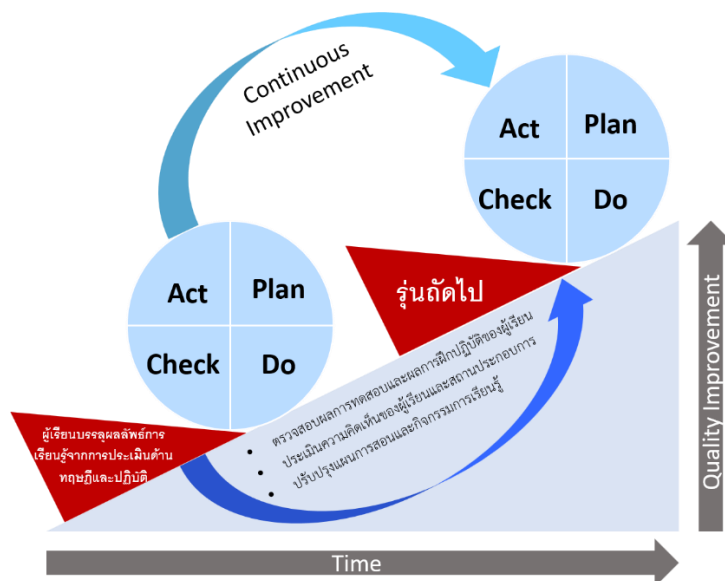
5. การประเมินและปรับปรุงกระบวนการดำเนินการของหลักสูตร

5.1 การปรับปรุงกระบวนการในระหว่างการจัดการเรียนการสอน

ผลลัพธ์การเรียนรู้	วิธีการประเมิน	เกณฑ์การผ่าน
CLO1 จำแนกประเภทและรูปแบบอาหารเพื่อสุขภาพตามหลักโภชนาการ	- นำเสนองานที่ได้รับมอบหมาย - การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน เช่น แสดงความคิดเห็น อภิปรายและโต้ตอบในชั้นเรียน - แบบทดสอบข้อเขียน (อัตนัย โดยการใช้กรณีศึกษา)	ผ่านเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ 70
CLO2 คัดเลือกวัตถุดิบที่เหมาะสมสำหรับเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ	- นำเสนองานที่ได้รับมอบหมาย - การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน เช่น แสดงความคิดเห็น อภิปรายและโต้ตอบในชั้นเรียน - ฝึกปฏิบัติเลือกใช้วัตถุดิบในการประกอบเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ	ผ่านเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ 70
CLO3 จัดทำเมนูอาหารเพื่อสุขภาพจากวัตถุดิบท้องถิ่นและสมุนไพรไทย	- นำเสนองานที่ได้รับมอบหมาย - การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน เช่น แสดงความคิดเห็น อภิปรายและโต้ตอบในชั้นเรียน - ออกแบบเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ - ประเมินจากผลงานของผู้เรียน	ผ่านเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ 70
CLO4 ประกอบอาหารเพื่อสุขภาพจากวัตถุดิบท้องถิ่นและสมุนไพรไทย	- นำเสนองานที่ได้รับมอบหมาย - การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน เช่น แสดงความคิดเห็น อภิปรายและโต้ตอบในชั้นเรียน - ประกอบเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ - ประเมินจากผลงานของผู้เรียน	ผ่านเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ 70

5.2 แผนการพัฒนาคุณภาพการจัดหลักสูตรอย่างต่อเนื่อง

Plan	- สำรวจและวิเคราะห์ผลการดำเนินงานของหลักสูตรที่ผ่านมา - กำหนดเป้าหมายและตัวชี้วัด - วางแผนการประชาสัมพันธ์หลักสูตรไปยังกลุ่มเป้าหมายตามที่หลักสูตรกำหนด โดยประชาสัมพันธ์ก่อนการจัดอบรมเป็นระยะเวลา 2 เดือน ผ่านช่องทางเว็บไซต์และเฟซบุ๊กของคณะศิลปศาสตร์ - วางแผนการจัดกิจกรรมของหลักสูตร - วางแผนดำเนินการปรับปรุงกิจกรรมในการดำเนินงาน 1) ปรับปรุงเนื้อหาการสอนและการอธิบายเทคนิคการทำอาหาร 2) จัดทำคู่มือหรือวิดีโอสาธิตเพื่อช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจได้ง่ายขึ้น 3) จัดกิจกรรมการทำอาหารแบบกลุ่มเพื่อให้ผู้เรียนได้ฝึกฝนและเรียนรู้ร่วมกัน
Do	- ปฏิบัติการตามแผนงานที่วางไว้ - บันทึกผลการเรียนรู้และความเข้าใจของผู้เรียน รวมถึงข้อเสนอแนะจากนักเรียนเกี่ยวกับวิธีการสอน
Check	- วิเคราะห์ผลการเรียนรู้และข้อเสนอแนะจากผู้เรียน ตรวจสอบว่าผู้เรียนเข้าใจและสามารถปฏิบัติตามได้หรือไม่ - สอบถามความคิดเห็นเพิ่มเติมจากผู้เรียนเกี่ยวกับความต้องการและสิ่งที่ควรปรับปรุง - ติดตามผลการดำเนินงานและเทียบกับเป้าหมาย - สรุปผลการดำเนินงานหลักสูตร
Act	- วิเคราะห์ผลสำเร็จของกิจกรรม - จัดทำแผนพัฒนากิจกรรมในการดำเนินงานให้ตอบวัตถุประสงค์ของหลักสูตร - ใช้ข้อมูลและข้อเสนอแนะที่ได้รับมาเพื่อปรับปรุงการเรียนการสอนอย่างต่อเนื่อง



ภาพที่ 3 วงจรการบริหารจัดการคุณภาพ (PDCA) และการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง (Continuous Improvement)

6. สรุปงบประมาณ

คอร์สที่ 1 Vegan for Good Health (อาหารวีแกน)

รายการ	จำนวนเงิน (บาท)
1. รายรับ	
- ค่าลงทะเบียน (10 คน x 4,500 บาท)	45,000
2. ค่าใช้จ่ายในการดำเนินการตามโครงการ	
2.1 ค่าตอบแทน (บุคลากรของรัฐ 1 คน x 14 ชม. x 600 บาท)	8,400
2.2 ค่าใช้สอย	
2.2.1 ค่าอาหารกลางวัน (10 คน x 100 บาท x 1 มื้อ x 2 วัน)	2,000
2.3 ค่าวัสดุ	25,600
รวมค่าใช้จ่ายทั้งสิ้น (ไม่เกินร้อยละ 80 ของรายได้)	36,000
จัดสรรเงินรายได้มหาวิทยาลัย/หน่วยงาน	
- จัดสรรรายได้มหาวิทยาลัย (ร้อยละ 10 ของรายได้)	4,500
- จัดสรรรายได้คณะฯ (ร้อยละ 10 ของรายได้)	4,500
- จัดสรรเป็นค่าใช้จ่ายในการดำเนินการตามโครงการ (ร้อยละ 80 ของรายได้)	36,000
ยอดจัดสรรเงินรายได้	45,000
จำนวนนักศึกษาน้อยที่สุดที่คุ้มทุน 10 คน	

อ้างอิงจากระเบียบมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย ว่าด้วยการบริการทางวิชาการที่ก่อให้เกิดรายได้ พ.ศ.2566

คอร์สที่ 2 Well-Mental Eating (อาหารเพื่อสุขภาพทางใจ)

รายการ	จำนวนเงิน (บาท)
1. รายรับ	
- ค่าลงทะเบียน (10 คน x 6,800 บาท)	68,000
2. ค่าใช้จ่ายในการดำเนินการตามโครงการ	
2.1 ค่าตอบแทน (บุคลากรของรัฐ 1 คน x 21 ชม. x 600 บาท)	12,600
2.2 ค่าใช้สอย	
2.2.1 ค่าอาหารกลางวัน (10 คน x 100 บาท x 1 มื้อ x 3 วัน)	3,000
2.3 ค่าวัสดุ	38,800
รวมค่าใช้จ่ายทั้งสิ้น (ไม่เกินร้อยละ 80 ของรายได้)	54,400
จัดสรรเงินรายได้มหาวิทยาลัย/หน่วยงาน	
- จัดสรรรายได้มหาวิทยาลัย (ร้อยละ 10 ของรายได้)	6,800
- จัดสรรรายได้คณะฯ (ร้อยละ 10 ของรายได้)	6,800
- จัดสรรเป็นค่าใช้จ่ายในการดำเนินการตามโครงการ (ร้อยละ 80 ของรายได้)	54,400
ยอดจัดสรรเงินรายได้	68,000
จำนวนนักเรียนน้อยที่สุดที่คุ้มทุน 10 คน	

อ้างอิงจากระเบียบมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย ว่าด้วยการบริการทางวิชาการที่ก่อให้เกิดรายได้ พ.ศ.2566

คอร์สที่ 3 Thai Taste Therapy (อาหารไทยเป็นยา)

รายการ	จำนวนเงิน (บาท)
1. รายรับ	
- ค่าลงทะเบียน (10 คน x 4,500 บาท)	45,000
2. ค่าใช้จ่ายในการดำเนินการตามโครงการ	
2.1 ค่าตอบแทน (บุคลากรของรัฐ 1 คน x 14 ชม. x 600 บาท)	8,400
2.2 ค่าใช้สอย	
2.2.1 ค่าอาหารกลางวัน (10 คน x 100 บาท x 1 มื้อ x 2 วัน)	2,000
2.3 ค่าวัสดุ	25,600
รวมค่าใช้จ่ายทั้งสิ้น (ไม่เกินร้อยละ 80 ของรายได้)	36,000
จัดสรรเงินรายได้มหาวิทยาลัย/หน่วยงาน	
- จัดสรรรายได้มหาวิทยาลัย (ร้อยละ 10 ของรายได้)	4,500
- จัดสรรรายได้คณะฯ (ร้อยละ 10 ของรายได้)	4,500
- จัดสรรเป็นค่าใช้จ่ายในการดำเนินการตามโครงการ (ร้อยละ 80 ของรายได้)	36,000
ยอดจัดสรรเงินรายได้	45,000
จำนวนนักเรียนน้อยที่สุดที่คุ้มทุน 10 คน	

อ้างอิงจากระเบียบมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย ว่าด้วยการบริการทางวิชาการที่ก่อให้เกิดรายได้ พ.ศ.2566

คอร์สที่ 4 Balance and Circadian Diet (อาหารสมดุลและลตน้ำหนักร)

รายการ	จำนวนเงิน (บาท)
1. รายรับ	
- ค่าลงทะเบียน (10 คน x 9,000 บาท)	90,000
2. ค่าใช้จ่ายในการดำเนินการตามโครงการ	
2.1 ค่าตอบแทน (บุคลากรของรัฐ 1 คน x 28 ชม. x 600 บาท)	16,800
2.2 ค่าใช้สอย	
2.2.1 ค่าอาหารกลางวัน (10 คน x 100 บาท x 1 มื้อ x 4 วัน)	4,000
2.3 ค่าวัสดุ	51,200
รวมค่าใช้จ่ายทั้งสิ้น (ไม่เกินร้อยละ 80 ของรายได้)	72,000
จัดสรรเงินรายได้สาขา/หน่วยงาน/มหาวิทยาลัย	
- จัดสรรรายได้มหาวิทยาลัย (ร้อยละ 10 ของรายได้)	9,000
- จัดสรรรายได้คณะฯ (ร้อยละ 10 ของรายได้)	9,000
- จัดสรรเป็นค่าใช้จ่ายในการดำเนินการตามโครงการ (ร้อยละ 80 ของรายได้)	72,000
ยอดจัดสรรเงินรายได้	90,000
จำนวนนักเรียนน้อยที่สุดที่คุ้มทุน 10 คน	

อ้างอิงจากระเบียบมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย ว่าด้วยการบริการทางวิชาการที่ก่อให้เกิดรายได้ พ.ศ.2566

หมายเหตุ ค่าลงทะเบียนเหมาจ่ายตลอดหลักสูตร 24,800 บาท

แบบสำรวจรายละเอียดการออกแบบหลักสูตร

1. เป้าประสงค์ของหลักสูตร

- 1) ประยุกต์ใช้องค์ความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพตามหลักโภชนาการ
- 2) พัฒนาเมนูอาหารเพื่อสุขภาพจากวัตถุดิบท้องถิ่นและสมุนไพรไทย

2. ระบุความคาดหวังความสามารถ (Competence) หรือสมรรถนะ (Competency) หรือทักษะ (Skill) และหรือผลลัพธ์การเรียนรู้ (Course Learning Outcomes)

- CLO1 จำแนกประเภทและรูปแบบอาหารเพื่อสุขภาพตามหลักโภชนาการ
- CLO2 คัดเลือกวัตถุดิบที่เหมาะสมสำหรับเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ
- CLO3 จัดทำเมนูอาหารเพื่อสุขภาพจากวัตถุดิบท้องถิ่นและสมุนไพรไทย
- CLO4 ประกอบอาหารเพื่อสุขภาพจากวัตถุดิบท้องถิ่นและสมุนไพรไทย

3. ผลลัพธ์การเรียนรู้ของผู้เข้าอบรม

พัฒนาการจากการเรียนรู้ของผลลัพธ์การเรียนรู้	Knowledge	Skills	Attitude
CLO1 จำแนกประเภทและรูปแบบอาหารเพื่อสุขภาพตามหลักโภชนาการ	- เข้าใจแนวคิดประเภทและรูปแบบอาหารเพื่อสุขภาพในอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว	- มีทักษะด้านความคิดสร้างสรรค์ จำแนกรายการอาหารตามประเภทรูปแบบอาหารทางเลือกเพื่อสุขภาพ	- ให้ความสำคัญต่อการเรียนรู้ให้มีความสำคัญต่อการเรียนรู้
CLO2 เลือกวัตถุดิบเพื่อเป็นส่วนประกอบของเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ	- รู้และเข้าใจวัตถุดิบและส่วนประกอบของเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ	- เลือกวัตถุดิบให้เหมาะสมกับเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ	- ตระหนักในการเลือกวัตถุดิบที่ดีและมีคุณภาพ
CLO3 จัดทำเมนูอาหารเพื่อสุขภาพตามหลักโภชนาการ	- เข้าใจอาหารออร์แกนิก อาหารสมุนไพร และเครื่องเทศ อาหารมังสวิรัต อาหารโปรตีนจากพืช อาหารคลีน อาหารชีวจิต อาหารแมคโครไบโอติกส์	- ออกแบบเมนูอาหารและฝึกปฏิบัติอาหารทางเลือกเพื่อสุขภาพ	- ให้ความสำคัญกับการประยุกต์ใช้รูปแบบอาหารเพื่อสุขภาพให้เหมาะสมกับสุขภาวะของบุคคล

พัฒนาการจากการเรียนรู้ของผลลัพธ์การเรียนรู้	Knowledge	Skills	Attitude
	อาหารเมดิเตอร์เรเนียน อาหารคีโตเจนิค อาหารดัชนีน้ำตาล อาหารสร้างเสริมภูมิคุ้มกัน		
CLO4 ประกอบอาหารเพื่อสุขภาพตามหลักโภชนาการ	- รู้และเข้าใจวัตถุดิบและส่วนประกอบของเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ อาหารออร์แกนิก อาหารสมุนไพรและเครื่องเทศ อาหารมังสวิรัต อาหารโปรตีนจากพืช อาหารคลีน อาหารชีวจิต อาหารแมคโครไบโอติกส์ อาหารเมดิเตอร์เรเนียน อาหารคีโตเจนิค อาหารดัชนีน้ำตาล อาหารสร้างเสริมภูมิคุ้มกัน	- ปรับปรุงประกอบอาหารเพื่อสุขภาพ	- คำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการ และความปลอดภัยของอาหาร แก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้

4. การพัฒนา CLOs ที่ระบุในข้อ 2. ผู้รับการอบรมจะต้องมีพัฒนาการอย่างไร

ผลลัพธ์การเรียนรู้	วิธีการจัดการเรียนการสอน	วิธีการประเมินผล	เกณฑ์การประเมิน
CLO1 จำแนกประเภทและรูปแบบอาหารเพื่อสุขภาพตามหลักโภชนาการ	- การบรรยาย/เอกสารประกอบการสอน - การสาธิต - การปฏิบัติ - การถามปากเปล่า - การสังเกต - ตรวจสอบ	- นำเสนองานที่ได้รับมอบหมาย - การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน เช่น แสดงความคิดเห็น อภิปรายและโต้ตอบในชั้นเรียน - แบบทดสอบข้อเขียน (อัตนัย โดยการใช้กรณีศึกษา)	ผ่านเกณฑ์ ไม่น้อยกว่าร้อยละ 70
CLO2 เลือกวัตถุดิบเพื่อเป็นส่วนประกอบของเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ	- การบรรยาย/เอกสารประกอบการสอน - การสาธิต - การปฏิบัติ - การถามปากเปล่า - การสังเกต - ตรวจสอบ	- นำเสนองานออกแบบเมนูอาหารทางเลือกเพื่อสุขภาพ - การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน เช่น แสดงความคิดเห็น อภิปรายและโต้ตอบในชั้นเรียน - ฝึกปฏิบัติเลือกใช้วัตถุดิบในการประกอบเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ	ผ่านเกณฑ์ ไม่น้อยกว่าร้อยละ 70
CLO3 จัดทำเมนูอาหารเพื่อสุขภาพตามหลักโภชนาการ	- การบรรยาย/เอกสารประกอบการสอน - การสาธิต - การปฏิบัติ - การถามปากเปล่า - การสังเกต - ตรวจสอบ	- นำเสนองานที่ได้รับมอบหมาย - การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน เช่น แสดงความคิดเห็น อภิปรายและโต้ตอบในชั้นเรียน - ออกแบบเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ - ประเมินจากผลงานของผู้เรียนโดยใช้แบบประเมินชิ้นงาน	ผ่านเกณฑ์ ไม่น้อยกว่าร้อยละ 70

ผลลัพธ์การเรียนรู้	วิธีการจัดการเรียนการสอน	วิธีการประเมินผล	เกณฑ์การประเมิน
CLO4 ประกอบอาหารเพื่อสุขภาพตามหลักโภชนาการ	- การบรรยาย/เอกสารประกอบการสอน - การสาธิต - การปฏิบัติ - การถามปากเปล่า - การสังเกต - ตรวจสอบ	- นำเสนองานที่ได้รับมอบหมาย - การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน เช่น แสดงความคิดเห็น อภิปรายและโต้ตอบในชั้นเรียน - ประกอบเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ - ประเมินจากผลงานของผู้เรียนโดยใช้แบบประเมินชิ้นงาน	ผ่านเกณฑ์ ไม่น้อยกว่าร้อยละ 70

5. ถ้าผู้ได้รับการเรียนไม่สามารถพัฒนาความสามารถในแต่ละชั้น หลักสูตรจะมีวิธีการพัฒนาปรับปรุงกระบวนการจัดการอบรมในชั้นถัดไปได้อย่างไร และการพัฒนาปรับปรุงกระบวนการที่ไม่สามารถทำให้ผู้เข้ารับการอบรมประสบผลสำเร็จตามที่ระบุ สำหรับรุ่นถัดไปอย่างไร

- ปรับปรุงกระบวนการจัดการเรียนการสอนของหลักสูตรให้ผู้เรียนสามารถเข้าใจและพัฒนาได้ง่ายขึ้น
- เพิ่มรูปแบบการประเมินผลผู้เรียนเพื่อให้สอดคล้องกับลักษณะผู้เรียน

2. ผลการวิเคราะห์หลักสูตรและผลการพิจารณา

ชื่อหลักสูตร อาหารสุขภาพเพื่ออุตสาหกรรมท่องเที่ยว

แผนดำเนินการใช้หลักสูตร เดือนธันวาคม ปีการศึกษา 2567

คณะกรรมการประจำคณะ/วิทยาลัย ให้ความเห็นชอบหลักสูตร ในคราวประชุม ครั้งที่ 2/2567

วันที่ 24 พฤษภาคม 2567

สภาวิชาการ ให้ความเห็นชอบหลักสูตร ในคราวประชุมครั้งที่ 7/2567

วันที่ 5 สิงหาคม 2567

สภามหาวิทยาลัย ให้ความเห็นชอบหลักสูตร ในคราวประชุมครั้งที่/.....

วันที่

ข้อเสนอแนะจากการพิจารณาของคณะกรรมการประจำคณะ/วิทยาลัย

ประเด็นข้อเสนอแนะ	แนวทางการปรับปรุงแก้ไข
1) ควรมีการประชาสัมพันธ์หลักสูตรโดยเน้นความโดดเด่นของหลักสูตร	1) วางแผนการประชาสัมพันธ์หลักสูตรให้ตรงกับกลุ่มเป้าหมายที่กำหนด
2) ตรวจสอบความถูกต้องของการเรียนเนื้อหาในหลักสูตร การใช้คำที่เหมาะสม	2) แก้ไขตามคำแนะนำจากผู้ทรงคุณวุฒิ

ลงชื่อ..... 

(รองศาสตราจารย์พัชรินทร์ ชั่งมะ)

รองคณบดีวิชาการและวิจัย

วันที่ 24 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2567

ลงชื่อ..... 

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์บุญฤทธิ์ โอนิ)

คณบดีคณะศิลปศาสตร์

วันที่ 24 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2567

ภาคผนวก

ระยะเวลาในการจัดอบรม

คอร์สเรียน	จำนวนวัน	วันเรียน	เวลาเรียน
Vegan for Good Health (อาหารวีแกน)	2 (6 เมนู)	เสาร์-อาทิตย์	08.30-16.30 น.
Well-Mental Eating (อาหารเพื่อสุขภาพทางใจ)	3 (9 เมนู)	เสาร์-อาทิตย์	08.30-16.30 น.
Thai Taste Therapy (อาหารไทยเป็นยา)	2 (6 เมนู)	เสาร์-อาทิตย์	08.30-16.30 น.
Balance and Circadian Diet (อาหารสมดุลและลน้าหนัก)	4 (12 เมนู)	เสาร์-อาทิตย์	08.30-16.30 น.

กลุ่มเป้าหมาย

1. ผู้ประกอบอาชีพอิสระ

สวัสดีค่ะ

รบกวนขอคำปรึกษาได้ไหมคะ

พอดีแนนสนใจเกี่ยวกับโภชนาการอาหาร และมีแพลนจะเปิดคอร์สเกี่ยวกับอาหารลดน้ำหนักค่ะ

ส่วนตัวแนนออกกำลังกายมา 8 ปี และดูแลสุขภาพ จึงอยากเรียนรู้พื้นฐานค่ะ

จ. 19:39 น.

เข้าคอร์ส non degree ค่ะ เร็วนี้จะมีเปิดอาหารเพื่อสุขภาพค่ะ

มีคอร์ส plant base, Thai taste therapy, mental health, diet balance and circadian ค่ะ

ต้องทำยังไงบ้างค่ะ

ตอนนี้กำลังรอมหาวิทยาลัย อนุมัติค่ะ ทางหลักสูตรจะแจ้งให้ทราบนะคะ คุณแนนมีกำหนดเวลาไว้ในใจมั๊ยคะ ว่าอยากเรียนช่วงไหน

อยากเรียนเร็วที่สุดค่ะ ปกติแนนทำออนไลน์ และทำธุรกิจแฟรนไชส์จัดเวลาได้ค่ะ

2. ร้านอาหาร SeaVerse Café & Restaurant



3. ราชา คีรี รีสอร์ท แอนด์ สปา นครศรีธรรมราช

