

COURSE OUTLINE

- 1.รหัสและชื่อรายวิชา : LCCS568 : YOGA HEALTH AYUVEDIC 3(3 -0 -0)
ภาวธ๕๖๘ : โยคะ สุขภาพ อายุรเวช 3(3 -0 -0)
2. หลักสูตรและประเภทของรายวิชา : หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวัฒนธรรมศึกษาเป็นรายวิชาในหมวดวิชาเลือก
3. วัตถุประสงค์ของรายวิชา
4. อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา :
5. แผนการสอน :

สัปดาห์ที่ /ครั้งที่	หัวข้อ	จำนวนชั่วโมง			อาจารย์ผู้สอน
		บรรยาย	ปฏิบัติ	ศึกษาด้วยตัวเอง	
1	ประวัติโยคะ	3	0	6	รศ.ดร. โสภนา ศรีจำปา
2	ประเภทของโยคะและลักษณะของโยคะแต่ละประเภท	3	0	6	รศ.ดร. โสภนา ศรีจำปา
3	ปรัชญาโยคะ	3	0	6	รศ.ดร. โสภนา ศรีจำปา
4	การเผยแพร่ปรัชญาโยคะในประเทศตะวันตกและประเทศไทย	3	0	6	รศ.ดร. โสภนา ศรีจำปา
5	แนวคิดเรื่องจิตวิญญาณของอินเดีย	3	0	6	รศ.ดร. โสภนา ศรีจำปา
6	ปรัชญาเกี่ยวกับกายและจิตวิญญาณของอินเดีย	3	0	6	รศ.ดร. โสภนา ศรีจำปา
7	การดูแลรักษากายและใจ	3	0	6	รศ.ดร. โสภนา ศรีจำปา
8	การทำสมาธิในชีวิตประจำวัน	3	0	6	รศ.ดร. โสภนา ศรีจำปา
9	ประวัติและคัมภีร์อายุรเวช	3	0	6	รศ.ดร. โสภนา ศรีจำปา
10	หลักการเบื้องต้นของอายุรเวช	3	0	6	รศ.ดร. โสภนา ศรีจำปา
11	ประเภทของอายุรเวช	3	0	6	รศ.ดร. โสภนา ศรีจำปา
12	ความสำคัญของอายุรเวชกับคนอินเดีย	3	0	6	รศ.ดร. โสภนา ศรีจำปา
13	อายุรเวชในชีวิตประจำวัน	3	0	6	รศ.ดร. โสภนา ศรีจำปา
14	คุณค่าทางวิทยาศาสตร์ของอายุรเวช	3	0	6	รศ.ดร. โสภนา ศรีจำปา
15	ธุรกิจสปาอายุรเวชและความสนใจในอายุรเวชของนานาชาติ	3	0	6	รศ.ดร. โสภนา ศรีจำปา

6. เอกสารประกอบการเรียนการสอน :
 - Chaturvedi, B. K. (2002). Mystic Saints of India :9 Tulsidas. Delhi: Books for all.
 - Chauhan, P. (2000). Eternal Heath the essence of Ayurveda. Haryana: Jiva Institute.
 - Dange, S. (2005). Vedic beliefs and practices through Arthavada. New Delhi: Aryan Books International.
 - Davis, R. E. (1996). An easy guide to ayurveda the natural way to wholeness. Georgia: GSA
 - Gupta, K. R. L. (2006). Hindu-anatomy, physiology, therapeutics, History of medicine and practice of physic. Delhi: Indian Books Center.
 - Indian Medical Science Series 9. (1998). Ayurveda or Hindu system of medical science. Delhi: Sri Satguru.
 - Javalgekar, R.R. (2005). The yoga science for everyone. New Delhi: Chaukhambha.

- Lad, V. (2005). Ayurveda the science of self-healing: a practical guide. Motilal Banarsidass:Delhi.
- Sandhu, A.S. & A.P. Singh. (2005). A dictionary of medicinal plants. New Delhi: Black & White.
- Sheikh K. & George, A. (2010). Health providers in India on the frontline of change. New Delhi: Routledge.
- Singhal, V. (2007). Vedic mathematics for all ages A beginners guide. Delhi: Motilal Banarsidass.
- Valiathan, M.S. (2007). The legacy of susruta. Hyderabad: Orient Longman.
- Vaidya, B.L. (2002). Understanding Ayurveda. Jaipur: Scheme.
- Vidyanath, R. & Nishteswar, K. (2006). A hand book of history of Ayurveda. Orientl: Varanasi.