

แผนการจัดการเรียนการสอนของรายวิชา (มคอ.3)

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. รหัสและชื่อวิชา

0042008 ทักษะชีวิต (Life Skills)

2. จำนวนหน่วยกิต

2 หน่วยกิต (2-0-4)

3. หลักสูตรและประเภทของรายวิชา

ปริญญาตรี หมวดวิชาศึกษาทั่วไป กลุ่มคุณภาพชีวิตและสิ่งแวดล้อม (วิชาเลือก)

4. อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน

4.1 อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา

อ.ดร.วันทกาญจน์ สีมาโรฤทธิ์ การ์ด

4.2 อาจารย์ผู้สอน

- 1) รศ.ดร.ภมรพรรณ ยุระยาตร์
- 2) ผศ.ดร.วิไลลักษณ์ อุ่นจิตร
- 3) อ.ดร.วันทกาญจน์ สีมาโรฤทธิ์ การ์ด
- 4) อ.ดร.อารีย์รัตน์ โนนสุวรรณ
- 5) ผศ.ดร.พรทิพย์ อติชาติ
- 6) ผศ.ดร.สุภลักษณ์ อรรถรังสรรค์
- 7) รศ.ดร.กัญญารัตน์ โคจร
- 8) ผศ.ดร.กันยารัตน์ สอนสุภาพ
- 9) ผศ.ดร.ฐิติวรดา พลเยี่ยม
- 10) อ.ดร.บวรพจน์ ชมภูษ
- 11) ผศ.ดร.สุดารัตน์ ถนนแก้ว

5. ภาคการศึกษา/ ชั้นปีที่เรียน

ภาคการศึกษาที่ 2/2567 ชั้นปีที่ 1-4

6. รายวิชาที่ต้องเรียนมาก่อน

ไม่มี

7. รายวิชาที่ต้องเรียนควบคู่กัน

ไม่มี

8. สถานที่เรียน

มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

9. วันที่จัดทำหรือปรับปรุงรายละเอียดของรายวิชาครั้งล่าสุด

หมวดที่ 2 จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์

1. จุดมุ่งหมายของรายวิชา

1.1 แผนที่แสดงการกระจายความรับผิดชอบมาตรฐานผลการเรียนรู้จากหลักสูตรสู่รายวิชา (Curriculum mapping) ตามมคอ.2 หมวดที่ 4 ข้อ 3.1

รายวิชา	1. ความรู้							2. ทักษะ								3. จริยธรรม			4. ลักษณะบุคคล				
	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	2.1	2.2	2.3	2.4	2.5	2.6	2.7	2.8	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	4.3	4.4	
0042 008 ทักษะชีวิต Life Skills			●			●		●			○	●			●	●	●	●	●				

1.2 ผลลัพธ์การเรียนรู้ของหลักสูตรและผลลัพธ์การเรียนรู้ระดับรายวิชา

ผลลัพธ์การเรียนรู้ของหลักสูตร (PLOs)	ผลลัพธ์การเรียนรู้ 4 ด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ระดับรายวิชา (CLOs)	
PLO1 1.3 มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ (TQF 1.3)	ความรู้ K11.1.3 - นิสิตมีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับตนเองทั้งด้านร่างกายและจิตใจ	CLO1 บอกความสำคัญ และองค์ประกอบ ของทักษะในศตวรรษที่ 21 และใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม Clo 2 - นิสิตบอกความสำคัญของสุขภาพจิตสร้างภูมิคุ้มกันทางใจได้ และจัดการอารมณ์กับความเครียดได้ Clo 3 - สามารถจัดการกับความรักได้ถูกวิธี และใช้ความคิดและการตัดสินใจได้ในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ Clo 4 - สามารถเผชิญและการแก้ไขปัญหาชีวิตได้อย่างสร้างสรรค์ มีและนำทักษะทางสังคมไปใช้ใน ชีวิตได้ดี Clo 5 - สามารถบอกวิธีการพัฒนาทักษะชีวิตใน ยุคที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้	
	2.1 ทักษะการคิดอย่างมีเหตุผล คิดวิเคราะห์ อย่างมีระบบและคิดอย่างเป็นองค์รวม (TQF 2.1)	ทักษะ S12.1.1 - นิสิตมีทักษะการคิดอย่างมีเหตุผล คิดวิเคราะห์อย่างมีระบบและคิดอย่างเป็นองค์รวม	Clo 1 - สามารถบูรณาการการคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล และคิดวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหาและแก้ไขอย่างมีระบบได้อย่างถูกต้อง Clo 2 - สามารถนำความรู้ไปใช้ในการวางแผนพัฒนาทักษะในศตวรรษที่ 21 ที่จำเป็นในชีวิตได้อย่างเหมาะสม
		S32.5 - ทักษะความร่วมมือ สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่น (TQF 2.5)	CLO3

3.1 มีความซื่อสัตย์สุจริต (TQF 3.1)		Clo 1 – สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้และแสดงความคิดเห็นได้อย่างสร้างสรรค์และอย่างมีประสิทธิภาพ Clo 2 - ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมได้อย่างเหมาะสมและสำเร็จลุล่วง
4.1 เข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถบริหารจัดการทางอารมณ์ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี (TQF 1.1)	จริยธรรม E1 Plo 3.1.1 – มีความซื่อสัตย์สุจริต 3.1.3 - มีจริยธรรม สำนึก สาธารณะและเป็นพลเมือง	CLO4 Clo 1 – รับผิดชอบต่อการเรียน และส่งงานและรายงานที่มอบหมายได้ตรงต่อเวลา Clo 1 - นิสิตมีจริยธรรม มีจิตสาธารณะ เป็นพลเมืองที่เข้มแข็ง มีความซื่อสัตย์สุจริตต่อตนเองและผู้อื่น
	ลักษณะบุคคล C1 4.1.1 - เข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถบริหารจัดการทางอารมณ์ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี	CLO5 Clo 1- นิสิตสามารถวิเคราะห์ตนเอง ทำความเข้าใจตนเอง และเข้าใจผู้อื่น สามารถนำความรู้ไปปรับใช้กับลักษณะบุคลิกภาพของตนเอง Clo 2 - นิสิตสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนและผู้อื่นได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

2. วัตถุประสงค์ในการพัฒนา/ปรับปรุงรายวิชา

เพื่อสร้างให้นิสิตสามารถดูแลตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม และสิ่งแวดล้อมให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี

หมวดที่ 3 ลักษณะและการดำเนินการ

1. คำอธิบายรายวิชา

ความหมาย ความสำคัญและองค์ประกอบของทักษะชีวิตในศตวรรษที่ 21 ทักษะการคิดและการตัดสินใจ การคิดสร้างสรรค์ การคิดเชิงบวก การคิดวิเคราะห์ ความฉลาดทางอารมณ์ การพัฒนาทักษะชีวิต เพื่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ทฤษฎีสามเหลี่ยมแห่งความรัก การวางตัวด้านความรัก การเลือกคู่ครอง การสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ การเผชิญและจัดการความผิดหวัง ความสามารถในการแก้ไขปัญหาชีวิตได้อย่างสร้างสรรค์

Definition, importance, and components of the 21st century life skills; thinking and decision making skills; creativity; positive thinking; critical thinking; emotional quotient; life skill development for interpersonal relationships; Triangular Theory of Love; positioning oneself in a romantic relationship; spouse selection; resilience quotient; facing and coping with disappointments; constructive life problem-solving abilities

2. จำนวนชั่วโมงที่ใช้ต่อภาคการศึกษา

บรรยาย	การฝึกปฏิบัติ/การฝึกงาน	การศึกษาด้วยตนเอง	สอนเสริม
บรรยาย 30 ชั่วโมงต่อภาคการศึกษา	ไม่มีการฝึกปฏิบัติ	การศึกษาด้วยตนเอง 4 ชั่วโมงต่อสัปดาห์	สอนเสริมตามความต้องการของนิสิต

3. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่อาจารย์ให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการแก่นิสิตเป็นรายบุคคล

อาจารย์ประจำวิชาจัดเวลาให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล หรือ รายกลุ่มตามความต้องการ 1 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ (เฉพาะรายที่ต้องการ)

หมวดที่ 4 การพัฒนาการเรียนรู้ของนิสิต

1.1 ผลลัพธ์การเรียนรู้ระดับรายวิชา

1. ความรู้		
ความรู้ที่ต้องได้รับ	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
1.3 มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ (TQF 1.3)		
<p>Plo 1.1.3 – นิสิตมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองทั้งด้านร่างกายและจิตใจ</p> <p>Clo 1 – บอกความสำคัญ และองค์ประกอบ ของทักษะในศตวรรษที่ 21 และใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสมได้อย่างถูกต้องเหมาะสม</p> <p>Clo 2 – นิสิตบอกความสำคัญของสุขภาพจิตสร้างภูมิคุ้มกันทางใจได้ และจัดการอารมณ์กับความเครียดได้</p> <p>Clo 3 – สามารถจัดการกับความรักได้ถูกวิธี และใช้ความคิดและการตัดสินใจได้ในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ</p> <p>Clo 4 – สามารถเผชิญและการแก้ไขปัญหาชีวิตได้อย่างสร้างสรรค์ มีและนำทักษะทางสังคมไปใช้ในชีวิตได้ดี</p>	<ul style="list-style-type: none"> - การบรรยาย แบบ Active Lecture - การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง - วิดีทัศน์ประกอบการเรียน - การทำรายงานกลุ่ม - การอภิปรายในชั้นเรียน/การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน - การสอนที่เน้นกระบวนการคิด - การสอนที่เน้นประสบการณ์ - การสอนที่เน้นการใช้ปัญหาและการแก้ไขปัญหา 	<ul style="list-style-type: none"> - ประเมินการสอบกลางภาค/สอบปลายภาค - ประเมินจากการสอบย่อย - ประเมินจากการมอบหมายรายงานกลุ่ม - ประเมินจากใบงานท้ายคาบ - ประเมินจากการมีส่วนร่วมในชั้นเรียน - ประเมินจากการแสดงพฤติกรรม การความเห็นและการแสดงออกในชั้นเรียนได้ถูกต้องและมีเหตุผล

Clo 5 – สามารถบอกวิธีการพัฒนาทักษะชีวิตในยุคที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้		
2. ทักษะ		
ทักษะที่ต้องพัฒนา	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
2.1 ทักษะการคิดอย่างมีเหตุผล คิดวิเคราะห์อย่างมีระบบและคิดอย่างเป็นองค์รวม (TQF 2.1)		
<p>Plo 2.1.1 - นิสิตมีทักษะการคิดอย่างมีเหตุผล คิดวิเคราะห์อย่างมีระบบและคิดอย่างเป็นองค์รวม</p> <p>Clo 1 - สามารถบูรณาการคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล และคิดวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหาและแก้ไขอย่างมีระบบได้อย่างถูกต้อง</p> <p>Clo 2 – สามารถนำความรู้ไปใช้ในการวางแผนพัฒนาทักษะในศตวรรษที่ 21 ที่จำเป็นในชีวิตได้อย่างเหมาะสม</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ผู้สอนนำเสนอความรู้แบบ Active Lecture ประกอบเทคนิคการถาม-ตอบ - การสรุปจากคลิปวิดีโอ - การแสดงทัศนะ และการอภิปรายกลุ่ม (Group Discussion) - ผู้สอนส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดทักษะการเรียนรู้ - แบบกลุ่มร่วมมือ (Collaboration) เพื่อวิเคราะห์ห่องค์ประกอบของทักษะในศตวรรษที่ 21 - การระดมสมอง (Brainstorming) ลงในโปรแกรมคอมพิวเตอร์ที่ผู้เรียนถนัด เช่น Microsoft Power Point, Infographic, การนำเสนอผ่านโปรแกรม Prezi ออนไลน์ หรือนำเสนอด้วยวิธีการอื่นๆ - ผู้สอนกำหนดให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มได้นำเสนอผล การวิเคราะห์ห่องค์ประกอบของทักษะในศตวรรษที่ 21 ด้วยวิธีการพูดนำเสนอหน้าชั้นเรียนประกอบสื่อสมัยใหม่ - ผู้เรียนเขียนสะท้อนผลการเรียนรู้ 	<ul style="list-style-type: none"> - ประเมินจากการทดสอบ - ประเมินจากการมอบหมายรายงาน - ประเมินจากใบงาน - ประเมินจากการมีส่วนร่วมในชั้นเรียน - ประเมินจากการแสดงพฤติกรรม การแสดงออกในชั้นเรียนได้ถูกต้อง
2.5 - ทักษะความร่วมมือ สามารถทำงานร่วมมือกับผู้อื่น (TQF 2.5)		

<p>Plo 2.5.1 - มีทักษะความร่วมมือ สามารถทำงานร่วมมือกับผู้อื่น</p> <p>Clo 1 - สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ และแสดงความคิดเห็นได้อย่างสร้างสรรค์ และอย่างมีประสิทธิภาพ</p> <p>Clo 2 - ให้ความร่วมมือในการทำ กิจกรรมได้อย่างเหมาะสมและสำเร็จลุล่วง</p>	<ul style="list-style-type: none"> -ผู้สอนนำเสนอความรู้แบบ Active Lecture ประกอบเทคนิคการถาม-ตอบ - การสรุปจากคลิปวิดีโอ - การแสดงทัศนะ และการอภิปราย กลุ่ม (Group Discussion) - ผู้สอนส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดทักษะ การเรียนรู้ -มีใบมอบหมายรายงาน โดยมี รายละเอียดของรายงานที่ชัดเจน 	<ul style="list-style-type: none"> -ประเมินจากสัดส่วนของการมีส่วนร่วม ในการทำรายงานกลุ่ม -ประเมินจากการมอบหมายรายงาน -ประเมินจากใบงาน -ประเมินจากการมีส่วนร่วมในชั้นเรียน -ประเมินจากการแสดงพฤติกรรม การแสดงออกในชั้นเรียนได้อย่างมีเหตุผล
<p>3. คุณธรรม</p>		
<p>คุณธรรม จริยธรรมที่ต้องพัฒนา</p>	<p>วิธีการสอน</p>	<p>วิธีการประเมินผล</p>
<p>3.1 มีความซื่อสัตย์สุจริต (TQF 3.1)</p>		
<p>Plo 3.1.1 - มีความซื่อสัตย์สุจริต</p> <p>Clo 1 - นิสิตมีคุณธรรม จริยธรรม ไม่ ลอกงานหรือรายงานผู้อื่นโดยไม่อ้างอิง</p>	<ul style="list-style-type: none"> - สอดแทรกในกิจกรรมการเรียน การสอน - ผู้สอนเป็นต้นแบบด้านคุณธรรม จริยธรรม - มอบเป็นกิจกรรมในใบงานเดี่ยว และการทำงานกลุ่ม - การสรุปจากคลิปวิดีโอ 	<ul style="list-style-type: none"> - ประเมินจากการปฏิบัติกิจกรรม เช่น ความรับผิดชอบงานที่ได้รับ มอบหมาย การไม่คัดลอกผลงาน และข้อสอบของผู้อื่น - ประเมินจากการเข้าชั้นเรียน และ ส่งงานตรงต่อเวลา - ประเมินจากการมีส่วนร่วมใน กิจกรรมการเรียนการสอนในชั้นเรียน
<p>Plo 3.1.2 - มีความรับผิดชอบและตรง ต่อเวลา</p> <p>Clo 1 - รับผิดชอบต่อการเรียน และส่ง งานและรายงานที่มอบหมายได้ตรงต่อ เวลา</p>	<ul style="list-style-type: none"> -ดูพฤติกรรมที่เขาเรียนตรงต่อเวลา -การส่งงานและรายงานตรงเวลา 	<ul style="list-style-type: none"> -ประเมินจากการเข้าชั้นเรียน และส่ง งานตรงต่อเวลา - ประเมินจากการมีส่วนร่วมใน กิจกรรมการเรียนการสอนในชั้นเรียน
<p>Plo 3.1.3 - มีจริยธรรม สำนึก สาธารณะและเป็นพลเมือง</p> <p>Clo 1 - นิสิตมีจริยธรรม มีจิตสาธารณะ จริยธรรม</p>	<ul style="list-style-type: none"> -จัดการเรียนโดยให้ผู้เรียนได้มีส่วน ร่วมในการแสดงความคิดเห็นเรื่อง จริยธรรม 	<ul style="list-style-type: none"> -ประเมินจากใบงานและรายงานกลุ่ม

เป็นพลเมืองที่เข้มแข็ง มีความซื่อสัตย์ สุจริตต่อตนเองและผู้อื่น	- การสรุปจากคลิปวิดีโอ	- ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการ แสดงความคิดเห็นต่อการนำเสนอใน ห้องเรียน
4. ลักษณะบุคคล		
ลักษณะบุคคลที่ต้องพัฒนา	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
4.1 เข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถบริหารจัดการทางอารมณ์ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี (TQF 1.1)		
Plo 4.1.1 - เข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถบริหารจัดการทางอารมณ์ มี มนุษยสัมพันธ์ที่ดี	- การบรรยาย - ส่งเสริมแนะนำกฎ กติกา มารยาทใน การมีมนุษยสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้น การทำงานร่วมกับผู้อื่นในฐานะผู้นำ ผู้ ตามได้อย่างมีประสิทธิภาพ - มอบหมายงานกลุ่ม โดยเน้น ความสำคัญการแบ่งหน้าที่ความ รับผิดชอบ	- ประเมินจากการนำเสนอหน้าชั้นเรียน - ประเมินจากแนวคิดความเป็นผู้นำ และ ผู้ตาม - ประเมินพฤติกรรมกรรมการระดมสมอง - ประเมินจากผลงานการอภิปราย ใช้แบบประเมินจากเพื่อนร่วมชั้น เรียน - ประเมินจากการทำรายงานกลุ่ม
Clo 1- นิสิตสามารถวิเคราะห์ตนเอง ทำ ความเข้าใจตนเอง และเข้าใจผู้อื่น สามารถนำความรู้ไปปรับใช้กับลักษณะ บุคลิกภาพของตนเอง	- ส่งเสริมให้นิสิตมีความกล้า แสดงออกในหัวข้อที่มีการอภิปรายใน ชั้นเรียน	
Clo 2 - นิสิตสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน และผู้อื่นได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม		

หมวดที่ 5 แผนการสอนและการประเมินผล

1. แผนการสอน

ครั้งที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนรู้/วิธีสอน/สื่อการสอนที่ ใช้	ผู้สอน
1	- แนะนำรายวิชา	2	ผู้สอนชี้แจงถึงกฎ ระเบียบ และกติกา การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เนื้อหาวิชา รวมถึงวิธีการวัดและการประเมินผลการ เรียนรู้	ทีมผู้สอนรายวิชา ทักษะชีวิต
2	บทที่ 1 ความหมาย ความสำคัญ และองค์ประกอบของ ทักษะในศตวรรษที่ 21 1.1 ที่มาของทักษะ		- ผู้สอนนำเสนอความรู้แบบ Active Lecture ประกอบเทคนิคการถาม-ตอบ - การดูคลิปวิดีโอ - ผู้สอนส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดทักษะการ เรียนรู้ ด้วยการจัดกิจกรรมแบบกลุ่ม	ทีมผู้สอนรายวิชา ทักษะชีวิต

	<p>ในศตวรรษที่ 21</p> <p>1.2 ความหมายของทักษะในศตวรรษที่ 21</p> <p>1.3 ความสำคัญของทักษะในศตวรรษที่ 21</p> <p>1.4 องค์ประกอบของทักษะในศตวรรษที่ 21</p>		<p>ร่วมมือ (Collaboration) เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบของทักษะในศตวรรษที่ 21</p> <ul style="list-style-type: none"> - การระดมสมอง (Brainstorming) ลงในโปรแกรมคอมพิวเตอร์ที่ผู้เรียนถนัด เช่น Microsoft Power Point, Infographic, การนำเสนอผ่านโปรแกรม Prezi ออนไลน์ หรือนำเสนอด้วยวิธีการอื่นๆ - ผู้สอนกำหนดให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มได้นำเสนอผล การวิเคราะห์องค์ประกอบของทักษะในศตวรรษที่ 21 ด้วยวิธีการพูดนำเสนอหน้าชั้นเรียนประกอบสื่อสมัยใหม่ - ผู้เรียนเขียนสะท้อนผลการเรียนรู้ (Reflection) - ผู้เรียนทำแบบทดสอบย่อยเก็บคะแนน 	
3	<p>บทที่ 2 ความฉลาดทางดิจิทัลและการใช้เทคโนโลยีเหมาะสม</p> <p>2.1 ความเป็นพลเมืองดิจิทัล (Digital Citizenship) คืออะไร</p> <p>2.2 การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศอย่างปลอดภัย</p>		<ul style="list-style-type: none"> - การบรรยาย - วิเคราะห์สถานการณ์ - การอภิปรายกลุ่ม (Group Discussion) - กรณีศึกษาจากวิดีโอที่ศัน ข่าวและสถานการณ์จริง - การระดมสมอง (Brain storming) 	<p>ทีมผู้สอนรายวิชาทักษะชีวิต</p>
4	<p>บทที่ 3 สุขภาพจิตและการสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ</p> <p>3.1 ความหมายของสุขภาพจิต ลักษณะผู้มีสุขภาพจิตที่ดี และปัญหาสุขภาพจิต (โรคซึมเศร้า)</p> <p>3.2 ความหมายและความสำคัญของภูมิคุ้มกันทางใจ</p> <p>3.3 องค์ประกอบของภูมิคุ้มกันทางใจ</p> <p>3.4 หลักการของภูมิคุ้มกันทางใจ</p>		<ul style="list-style-type: none"> - การบรรยาย - อภิปรายซักถาม - กรณีศึกษาจากวิดีโอที่ศัน ข่าวและสถานการณ์จริง ในชีวิตประจำวัน - บทบาทสมมติ - สถานการณ์จำลอง - ใบงาน 	<p>ทีมผู้สอนรายวิชาทักษะชีวิต</p>

	<p>3.5 ลักษณะของบุคคลที่มี ภูมิคุ้มกันทางใจ</p> <p>3.6 ปัจจัยส่งเสริมการสร้าง ทักษะภูมิคุ้มกันทางใจ</p>			
5	<p>บทที่ 4 การจัดการอารมณ์กับ ความเครียด</p> <p>4.1. การจัดการกับอารมณ์</p> <ul style="list-style-type: none"> - ความหมายของอารมณ์ - องค์ประกอบของอารมณ์ - ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับ อารมณ์ - การจัดการกับอารมณ์ <p>4.2 การจัดการกับความเครียด</p> <ul style="list-style-type: none"> - ความหมายของความเครียด - สาเหตุของความเครียด - อาการและการแสดงออกของ บุคคลที่มีความเครียด - วิธีจัดการกับความเครียด 		<ul style="list-style-type: none"> - การบรรยาย - กิจกรรมการเรียนรู้ - ฝึกทักษะการจัดการความเครียดใน สถานการณ์ต่างๆ - การอภิปรายกลุ่ม (Group Discussion) - การระดมสมอง (Brainstorming) - ใบงาน 	<p>ทีมผู้สอนรายวิชา ทักษะชีวิต</p>
6	<p>บทที่ 5 ทักษะการจัดการกับ ความรัก</p> <p>5.1. ความรักคืออะไร</p> <p>5.2. องค์ประกอบของความ รัก</p> <p>5.3. ประเภทของความรัก</p> <p>5.4. วรรณคดีรัก</p> <p>5.5 การจัดการกับความรัก</p>		<ul style="list-style-type: none"> - การบรรยาย - วิดีทัศน์ประกอบการสอน - อภิปรายซักถาม - บทบาทสมมติ - สถานการณ์จำลอง - ฝึกวิเคราะห์จากสถานการณ์จริง - ใบงาน 	<p>ทีมผู้สอนรายวิชา ทักษะชีวิต</p>
7	สอบกลางภาค			
8	<p>บทที่ 6 ทักษะการคิดและการ ตัดสินใจ</p> <p>6.1 ความหมายและ ความสำคัญของการคิด</p>		<ul style="list-style-type: none"> - การบรรยาย - วิดีทัศน์ประกอบการสอน - อภิปรายซักถาม - ฝึกทักษะการคิดและการตัดสินใจ 	<p>ทีมผู้สอนรายวิชา ทักษะชีวิต</p>

	<p>6.2 ประเภทและขอบข่ายของการคิด</p> <p>6.3 ทักษะการคิดและระดับทักษะการคิด</p> <p>6.4 ความหมายและความสำคัญของการตัดสินใจ</p> <p>6.5 ประเภทและรูปแบบการตัดสินใจ</p> <p>6.6 หลักการตัดสินใจ</p> <p>6.7 การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ</p> <p>6.8 การคิดแก้ปัญหาและตัดสินใจ</p> <p>6.9 ขั้นตอนการตัดสินใจ ที่ควรใช้เมื่อเจอสถานการณ์ที่สำคัญ</p>		<p>- แบบทดสอบ</p> <p>- ใบงาน</p>	
9	<p>บทที่ 7 ทักษะการบูรณาการการคิดในชีวิตประจำวัน</p> <p>7.1 ความคิดสร้างสรรค์</p> <p>7.2 การคิดเชิงบวก</p> <p>7.3 การคิดวิเคราะห์</p> <p>7.4 การประยุกต์ใช้การคิดในชีวิตประจำวัน</p>		<p>- การบรรยาย</p> <p>- ด้วยวิธี Active Lecture</p> <p>- วิธีทัศน์ประกอบการสอน</p> <p>- วิเคราะห์สถานการณ์</p> <p>- ออกแบบแนวทางการพัฒนาการคิดสร้างสรรค์ในสถานการณ์ต่าง ๆ</p> <p>- ใบงาน</p>	<p>ทีมผู้สอนรายวิชา</p> <p>ทักษะชีวิต</p>

10	<p>บทที่ 8 การเผชิญและการแก้ไขปัญหาชีวิตได้อย่างสร้างสรรค์</p> <p>8.1 ความหมายและความสำคัญของการเผชิญและการจัดการความผิดหวัง</p>		<p>กิจกรรมนำเข้าสู่บทเรียน</p> <p>- การตั้งคำถาม และสะท้อนความคิดจากประสบการณ์/ปรากฏการณ์สังคม</p> <p>- วิธีทัศน์และการยกตัวอย่างสถานการณ์ปัญหาและผลกระทบต่อสุขภาพของบุคคล ครอบครัวและสังคม ที่เกิดจากการตัดสินใจแก้ไขปัญหาด้วยวิธีการที่ไม่เหมาะสม</p>	<p>ทีมผู้สอนรายวิชา</p> <p>ทักษะชีวิต</p>
----	---	--	--	---

	<p>8.2 หลักปฏิบัติในการเผชิญกับความผิดหวัง</p> <p>8.3 เทคนิคการจัดการความผิดหวัง</p> <p>8.4 ความหมาย แนวคิดและความสำคัญของการแก้ไขปัญหาชีวิตได้อย่างสร้างสรรค์</p> <p>8.5 หลักการและแนวคิดของการแก้ไขปัญหาชีวิตอย่างสร้างสรรค์</p> <p>8.6 กระบวนการพัฒนาความสามารถในการแก้ไขปัญหาชีวิตอย่างสร้างสรรค์</p>		<p>- สรุปความคิดรวบยอดและเชื่อมโยงสู่บทเรียน</p> <p>การเข้าสู่บทเรียน</p> <p>- บรรยายประกอบสื่อ Power point</p> <p>กระบวนการสร้างความคิดรวบยอด</p> <p>- สถานการณ์สมมติ</p>	
11	<p>บทที่ 9 ทักษะทางสังคม</p> <p>9.1 วิธีการสร้างมนุษยสัมพันธ์</p> <p>9.2 ทักษะในการติดต่อสื่อสาร</p> <p>9.3 ทักษะในการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี</p> <p>9.4 การเจรจาต่อรองในชีวิตประจำวัน</p> <p>9.5 คุณธรรมและจริยธรรมในการดำเนินชีวิต</p>		<p>- การบรรยาย</p> <p>- อภิปรายซักถาม</p> <p>- กรณีศึกษาจากวีดิทัศน์ ข่าวและสถานการณ์จริง</p> <p>ในชีวิตประจำวัน</p> <p>-กิจกรรมระหว่างเรียน</p> <p>-ใบงาน</p>	<p>ทีมผู้สอนรายวิชา</p> <p>ทักษะชีวิต</p>
12	<p>บทที่ 10 การพัฒนาทักษะชีวิต</p> <p>10.1 ความหมายของทักษะชีวิต</p> <p>10.2 ความสำคัญของทักษะชีวิต</p> <p>10.3 องค์ประกอบของการพัฒนาทักษะชีวิต</p>		<p>- การบรรยาย</p> <p>- วีดิทัศน์ประกอบการสอน</p> <p>- การเรียนรู้จากการฝึกปฏิบัติจริง</p> <p>- กำหนดกิจกรรมหลักหรือภาระงาน</p> <p>- การประยุกต์ใช้ความรู้ ทักษะที่ซับซ้อนหรือนำไปใช้ในิจจริงได้</p> <p>-ใบงาน</p>	<p>ทีมผู้สอนรายวิชา</p> <p>ทักษะชีวิต</p>
13-14	<p>นำเสนอผลงาน/ชิ้นงาน/โครงการ</p>		<p>- การนำเสนอผลงาน/ชิ้นงาน/โครงการหน้าชั้นเรียน</p>	<p>ทีมผู้สอนรายวิชา</p> <p>ทักษะชีวิต</p>

	- การประเมินหลังการเรียนการสอน		- การวิพากษ์ผลงาน/ชิ้นงาน/โครงงานหน้าชั้นเรียน - การสะท้อนผล - การประเมินผลหลังเรียน	
15	สอบปลายภาค			

2. แผนการประเมินผลการเรียนรู้

2.1 การวัดผล

ลำดับ	กิจกรรม	ผลการเรียนรู้	วิธีการประเมิน	สัดส่วนที่ประเมิน	สัดส่วนของการประเมินผล (%)
1	- เข้าชั้นเรียน	Plo 3.1.2 - มีความรับผิดชอบและตรงต่อเวลา Clo 1 – รับผิดชอบต่อการเรียน เข้าเรียนตรงเวลา และส่งงานและรายงานที่มอบหมายได้ตรงต่อเวลา	-ประเมินจากพฤติกรรมการเข้าเรียนตรงเวลา	ตลอดการศึกษา	10
2	ใบงาน/กิจกรรมท้ายคาบ	Plo 1.1.3 – นิสิตมีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับตนเอง ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ Clo 1 – บอกความสำคัญ และองค์ประกอบ ของทักษะในศตวรรษที่ 21 และใช้เทคโนโลยีเหมาะสมได้อย่างถูกต้องเหมาะสม Clo 2 – นิสิตบอกความสำคัญของสุขภาพจิตสร้างภูมิคุ้มกันทางใจได้ และจัดการอารมณ์กับความเครียดได้ Clo 3 – สามารถจัดการกับความรักได้ถูกวิธี และใช้ความคิดและการตัดสินใจได้ในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ Clo 4 – สามารถเผชิญและการแก้ไขปัญหาชีวิตได้อย่างสร้างสรรค์ มีและนำทักษะทางสังคมไปใช้ในชีวิตได้ดี Clo 5 – สามารถบอกวิธีการพัฒนาทักษะชีวิตในยุคมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้	- ประเมินจากการทดสอบย่อย - ประเมินจากใบงานท้ายคาบ - ประเมินจากการมีส่วนร่วมในชั้นเรียน - ประเมินจากการแสดงพฤติกรรมการแสดงความเห็นและการแสดงออกในชั้นเรียนได้ถูกต้องและมีเหตุผล	ตลอดการศึกษา	20

		<p>Plo 2.1.1 - นิสิตมีทักษะการคิดอย่างมีเหตุผล คิดวิเคราะห์อย่างมีระบบและคิดอย่างเป็นองค์รวม</p> <p>Clo 1 - สามารถบูรณาการความคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล และคิดวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหาและแก้ไขอย่างมีระบบได้อย่างถูกต้อง</p> <p>Clo 2 – สามารถนำความรู้ไปใช้ในการวางแผนพัฒนาทักษะในศตวรรษที่ 21 ที่จำเป็นในชีวิตได้อย่างเหมาะสม</p> <p>Plo 4.1.1 - เข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถบริหารจัดการทางอารมณ์ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี</p> <p>Clo 1- นิสิตสามารถวิเคราะห์ตนเอง ทำความเข้าใจตนเอง และเข้าใจผู้อื่น สามารถนำความรู้ไปปรับใช้กับลักษณะบุคลิกภาพของตนเอง</p> <p>Clo 2 - นิสิตสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนและผู้อื่นได้อย่างไร ถูกต้องและเหมาะสม</p>			
3	สอบกลางภาค สอบปลายภาค	<p>Plo 1.1.3 – นิสิตมีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับตนเอง ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ</p> <p>Clo 1 – บอกความสำคัญ และองค์ ประกอบ ของทักษะในศตวรรษที่ 21 และใช้เทคโนโลยีเหมาะสมได้อย่างถูกต้องเหมาะสม</p>	<p>ข้อสอบแบบปรนัย 5 ตัวเลือก</p> <p>เนื้อหาครอบคลุมทั้ง 10 บท</p> <p>โดยการออกข้อสอบแบบการนำไปใช้</p> <p>ส่วนข้อสอบความจำประมาณร้อยละ 10</p>	7 ,15	50

		<p>Clอ 2 – นิสิตบอกความสำคัญของสุขภาพจิตสร้างภูมิคุ้มกันทางใจได้ และจัดการอารมณ์กับความเครียดได้</p> <p>Clอ 3 – สามารถจัดการกับความรักได้ถูกวิธี และใช้ความคิดและการตัดสินใจได้ในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ</p> <p>Clอ 4 – สามารถเผชิญและการแก้ไขปัญหาชีวิตได้อย่างสร้างสรรค์ มีและนำทักษะทางสังคมไปใช้ในชีวิตได้ดี</p> <p>Clอ 5 – สามารถบอกวิธีการพัฒนาทักษะชีวิตในยุคมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้</p>			
4	รายงานกลุ่ม	<p>Plo 2.5.1 - มีทักษะความร่วมมือ สามารถทำงานร่วมมือกับผู้อื่น</p> <p>Clอ 1 – สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้และแสดงความคิดเห็นได้อย่างสร้างสรรค์และอย่างมีประสิทธิภาพ</p> <p>Clอ 2 – ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมได้อย่างเหมาะสมและสำเร็จลุล่วง</p> <p>Plo 3.1.1 – มีความซื่อสัตย์สุจริต</p> <p>Clอ 1 - นิสิตมีคุณธรรม จริยธรรม ไม่ลอกงานหรือรายงาน</p> <p>Plo 3.1.2 - มีความรับผิดชอบและตรงต่อเวลา</p> <p>Clอ 1 – รับผิดชอบต่อการเรียน และส่งงานและรายงานที่มอบหมายได้ตรงต่อเวลา</p>	<p>- มีใบมอบหมายรายงานกลุ่มที่กำหนดรายละเอียดของเนื้อหารายงาน การส่งรายงานที่ชัดเจนกำหนดไว้</p> <p>- ประเมินจากเล่มรายงานฉบับสมบูรณ์ หรือคลิปวิดีโอ</p>	13,14	20

2.2 การประเมินผล

ระดับคะแนน	ช่วงระดับคะแนน
A	80->>
B+	75-79.99
B	70-74.99
C+	65-69.99
C	60-64.99
D+	55-59.99
D	50-54.99
F	0-49.99

2.3 แนวทางการอุทธรณ์ผลการประเมิน (เกรด)

1. กรณีสงสัยในการคะแนน
2. กรณีมีเหตุสุดวิสัย สามารถตรวจสอบได้

หมวดที่ 6 ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

1. ตำราและเอกสารที่ใช้ในการเรียนการสอน

1. ตำราและเอกสารหลักที่ใช้ในการเรียนการสอน
- เอกสารประกอบการสอนรายวิชาทักษะชีวิต (0042 008)
2. เอกสารและข้อมูลสำคัญที่นิสิตจำเป็นต้องศึกษาเพิ่มเติม
- หนังสือ/ตำรา/บทความ/งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
3. เอกสารและข้อมูลแนะนำที่นิสิตควรศึกษาเพิ่มเติม
- แหล่งข้อมูลออนไลน์

หมวดที่ 7 การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา

1. กลยุทธ์การประเมินรายวิชา

1. กลยุทธ์การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนิสิต
- การประเมินการจัดการเรียนการสอนในระบบทะเบียนมหาวิทยาลัย
2. กลยุทธ์การประเมินการสอน

- การทวนสอบในรายวิชา และจากการประเมินการจัดการเรียนการสอนโดยนิสิต
3. การปรับปรุงการสอน
- การนำข้อเสนอแนะของนิสิตและอาจารย์ในรายวิชาในปีการศึกษาที่ผ่านมา เพื่อนำมาปรับปรุงการจัดการเรียนการสอน และเมื่อสิ้นสุดปีการศึกษานี้
4. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนิสิตในรายวิชา
- การทวนสอบคะแนนและการจัดกิจกรรมโดยอาจารย์ผู้สอนและผู้ทรงคุณวุฒิของสำนักศึกษาทั่วไป
- การทวนสอบตามผลลัพธ์ทางการเรียนรู้ของนิสิต (Learning Outcome)
5. การดำเนินการทบทวนและการวางแผนปรับปรุงประสิทธิผลของรายวิชา
- นำผลจากข้อที่ 1-4 มาวางแผน โดยปรับปรุง มคอ. 3 ก่อนที่จะทำการเรียนการสอนในปีการศึกษาถัดไป
- นำข้อเสนอแผนการปรับปรุงสำหรับปีการศึกษาถัดไปจาก มคอ. 5 หมวด 6 มาวางแผนปรับปรุง

2. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนิสิตในรายวิชา

ตัวอย่าง : ในระหว่างกระบวนการสอนรายวิชา เปิดโอกาสให้นิสิตสะท้อน (feedback) และมีการทวนสอบผลสัมฤทธิ์ในรายหัวข้อตามที่คาดหวังจากการเรียนรู้ในรายวิชา อาจได้จากการสอบถามนิสิตหรือการสุ่มตรวจผลงานของนิสิต รวมถึงพิจารณาจากผลการทดสอบย่อยและหลังจากการออกผลการเรียนรายวิชาหรือการวิเคราะห์ข้อสอบ