

แผนการเรียนรู้ของรายวิชา

รหัสวิชา 001228

ชื่อวิชา ความสุขกับงานอดิเรก

รายละเอียดของรายวิชา (Course Specification)

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา มหาวิทยาลัยนเรศวร

วิทยาเขต/คณะ/ภาควิชา กองบริการการศึกษา งานจัดการวิชาศึกษาทั่วไป

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของรายวิชา

1.1 รหัสและชื่อรายวิชา 001228 ชื่อวิชา ความสุขกับงานอดิเรก
Happiness with Hobbies

1.2 จำนวนหน่วยกิต 3 (2-2-5)

1.3 คำอธิบายรายวิชา

แนวคิดความสุข องค์ประกอบพื้นฐานของการสร้างความสุขในการดำเนินชีวิต การพัฒนาตนเองให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง การคิดอย่างสร้างสรรค์ แนวคิดงานอดิเรกและการสร้างสรรค์ผลงานจากงานอดิเรกเพื่อส่งเสริมความสุขในชีวิต

Concept of happiness, basic elements of happiness in life, development of self-efficacy, creativity thinking, concepts of hobby and created product from creativity thinking hobby for enhancing happiness of life

1.4 ประเภทของรายวิชา ☐ วิชาบังคับ ☒ ศึกษาทั่วไป ☐ เลือก กลุ่มภาษา

หลักสูตร [.....] ชั้นปีที่ [.....]

หลักสูตร [.....] ชั้นปีที่ [.....]

1.5 ภาควิชาการศึกษา/ปีการศึกษา

ภาควิชาการศึกษาที่เปิดสอน : 2/2563

จำนวนผู้เรียน/กลุ่มเรียน : 380 คน /กลุ่ม จำนวน 1 กลุ่มเรียน

1.6 อาจารย์ที่รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน

อาจารย์ที่รับผิดชอบรายวิชา : ผศ.ดร.อรรณี คงสมบัติ

อาจารย์ผู้สอน : ผศ.ดร.อรรณี คงสมบัติ ผศ.ดร.จันทร์จิรา วสุนทราวัฒน์

ผศ.ดร.ร้อยโทหญิงสายสิริ มีระเสน ผศ.ดร.หทัยรัตน์ เครือไวยวรรณ ผศ.ดร.กฤษณ์ ตันตนะรัตน์

ผศ.ดร.นสพ.เกริกเกียรติ จินดา ผศ.ดร.กรรณิการ์ อรรถปัญญานิษฐ์ ดร.ทักษิณี มหาศิริพันธุ์

ผศ.ดร.ทิพย์ภาพร บัวเลิง ผศ.ดร.วิลาวัลย์ ภูมิดอนมิ่ง ดร.พญณันท์ สุฤทธิ์ ดร.ชนิษฐา ศรีเมืองวงศ์

- 1.7 รายวิชาที่ต้องเรียนมาก่อน (Pre-requisite) (ถ้ามี) ☒ [ไม่มี] ☐ [มี ระบุ.....]
- 1.8 รายวิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน (Co-requisites) (ถ้ามี) ☒ [ไม่มี] ☐ [มี ระบุ.....]
- 1.9 สถานที่เรียน : อาคารปราบไตรจักร มหาวิทยาลัยนเรศวร
- 1.10 วันเดือนปีที่ปรับปรุงเนื้อหาสาระรายวิชา : 10 พฤศจิกายน 2563

หมวดที่ 2 รายละเอียดเนื้อหาและการจัดการเรียนการสอน

2.1 ELO ของหลักสูตร

ELO1 ปฏิบัติตนเป็นคนตรงต่อเวลา ที่มีความรับผิดชอบ แสดงออกที่มุ่งสู่ความสำเร็จ มีจิตสาธารณะ

ELO2 สร้างนิสัยให้มีทักษะทางด้านภาษาไทย ภาษาอังกฤษ เทคโนโลยีสารสนเทศ และมีความสามารถในการสื่อสาร

ELO3 สร้างนิสัยให้เป็นไปตามอัตลักษณ์ของมหาวิทยาลัย คือเป็นคนดี คนเก่ง มีวินัย ภูมิใจในชาติ ทั้งนี้เพื่อทำให้เกิดการปรับตัวให้เข้ากับสังคมอาเซียนและสังคมโลก

ELO4 สร้างนิสัยให้มีทักษะการใช้ชีวิต ปรับตัวอยู่ในสังคมที่ต่างวัฒนธรรมได้ การดูแลตนเอง และดำรงตนอย่างมีความสุข ดำเนินชีวิตบนพื้นฐานปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ELO5 สร้างนิสัยให้มีความสามารถในการทำงานเป็นทีม มีความเป็นผู้นำ มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตามศตวรรษที่ 21 และมีคุณลักษณะของการเป็นผู้ประกอบการ (Entrepreneurship)

2.2 CLOs ของรายวิชา

เมื่อสิ้นสุดการเรียนการสอนแล้ว นิสิตที่สำเร็จการศึกษาในรายวิชาจะสามารถ

CLO 1 ปฏิบัติตนเป็นคนมีความรับผิดชอบ ตรงต่อเวลา มีจิตสาธารณะ และการแบ่งปัน

CLO 2 มีทักษะในการฟัง การพูด การลงมือปฏิบัติ การนำเสนอรายงาน/โครงการได้

CLO 3 อธิบายสาระสำคัญของแนวคิดความสุขและองค์ประกอบพื้นฐานของการสร้างความสุขในการดำเนินชีวิต

CLO 4 มีทักษะการใช้ชีวิต รวมทั้งวางแผนการเรียนรู้ของตนเอง ประยุกต์ความรู้กับการสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ และการนำความรู้ไปใช้ในการดูแลตนเองและดำรงตนอย่างมีความสุข

CLO 5 ทำงานร่วมกับผู้อื่นแสดงบทบาทในการเป็นผู้นำและผู้ตามได้อย่างเหมาะสมกับโอกาสและสถานการณ์ มีความรับผิดชอบในการพัฒนานตนเอง

2.3 ตารางความสัมพันธ์ของการจัดการการเรียนการสอน การวัดและการประเมินผลการเรียนรู้ที่คาดหวังกับรายวิชา (CLOs)

CLOs	วิธีการจัดการสอน/ประสบการณ์การเรียนรู้	วิธีการวัดผลลัพธ์การเรียนรู้
CLO1 : ปฏิบัติตนเป็นคนมีความรับผิดชอบ ตรงต่อเวลา มีจิตสาธารณะ และการแบ่งปัน	- การชี้แจงแนวทางในการประพฤติตนที่คาดหวัง และความสำคัญของการพัฒนาคุณธรรมและจริยธรรม - การทำกิจกรรมในชั้นเรียน และนอกชั้นเรียน - การทำกิจกรรมกลุ่มและการทำโครงการ - การทำโครงการความสุกกับงานอดิเรก	- ประเมินผลจากเข้าชั้นเรียน การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในชั้นเรียน - ประเมินจากการส่งงาน การทำงานเป็นทีม การช่วยเหลืองานภายในกลุ่ม ภายในห้องเรียน - ประเมินผลจากการสังเกตการณ์ของผู้สอนและทีมผู้สอนต่อความกระตือรือร้นให้ความสนใจในการเรียน การถาม-ตอบ การแสดงความคิดเห็น แลกเปลี่ยนประสบการณ์ และ การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน - ประเมินผลจากการสังเกตการทำงานเป็นทีม ระหว่างการทำกิจกรรมโครงการความสุกกับงานอดิเรก
CLO2 : มีทักษะในการฟัง การพูด การลงมือปฏิบัติ การนำเสนอ รายงาน/โครงการได้อย่างมีประสิทธิภาพและเหมาะสมกับสถานการณ์	- บรรยายในชั้นเรียนและถามตอบ - การสาธิตและฝึกปฏิบัติ - การทำกิจกรรมกลุ่มและการทำโครงการ - การนำเสนอและการอภิปรายโดยใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ที่เหมาะสม	- ประเมินความสามารถในการสื่อสาร ทั้งการพูด การเขียน การนำเสนอ - ประเมินผลงานที่ส่ง จากความเหมาะสม ครบถ้วน และความครอบคลุมของเนื้อหา - ประเมินผลจากการสอบ และการนำเสนอโครงการ การจัดทำรายงานกลุ่ม
CLO3 : มีความรู้ในสาระสำคัญของ แนวคิด ความสุข และองค์ประกอบพื้นฐานของการสร้างความสุขในการดำเนินชีวิต	- การสอนภาคบรรยาย - ใช้การเรียนการสอนโดยโครงการเป็นฐาน - ใช้การเรียนการสอนแบบเน้นการทำงานเป็นทีม และใช้การเรียนการสอนแบบเน้นกิจกรรม - เปิดโอกาสให้นิสิตซักถาม แสดงความคิดเห็นระหว่างผู้สอน กับนิสิต และระหว่างนิสิตกับนิสิตในชั้นเรียน	- สอบกลางภาคหรือปลายภาค - ประเมินผลงานที่ส่ง - ประเมินการนำเสนอผลงาน และการจัดทำรายงานกลุ่ม และโครงการ - การสังเกตการพัฒนาทางความคิด ความกระตือรือร้นให้ความสนใจในการเรียน การถามตอบ การแสดงความคิดเห็น และการมีส่วนร่วมทำกิจกรรมในชั้นเรียน การส่งงานที่ได้รับมอบหมาย
CLO4 : ผู้เรียนมีทักษะการใช้ชีวิต รวมทั้งวางแผนการเรียนรู้ของตนเอง ประยุกต์ความรู้กับการสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ และการนำความรู้ไปใช้ในการดูแลตนเองและดำรงตนอย่างมีความสุข	- บรรยายในชั้นเรียนและถามตอบ - สร้างกิจกรรมให้นิสิตค้นคว้าเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง - ใช้การเรียนการสอนแบบปัญหาเป็นฐาน	- ประเมินความรับผิดชอบการมีส่วนร่วมของผู้เรียนในกิจกรรมการเรียนการสอนต่างๆ - ประเมินผลงานที่นิสิตได้รับมอบหมาย และวัดผลแบบเพื่อนประเมินเพื่อน โดยให้เพื่อนในกลุ่มประเมินพฤติกรรมการทำงาน

2.3 ตารางความสัมพันธ์ของการจัดการการเรียนการสอน การวัดและการประเมินผลการเรียนรู้ที่คาดหวังกับรายวิชา (CLOs) ต่อ

CLOs	วิธีการจัดการสอน/ประสบการณ์การเรียนรู้	วิธีการวัดผลลัพธ์การเรียนรู้
CLO5 : สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นแสดงบทบาทในการเป็นผู้นำและผู้ตามได้อย่างเหมาะสมกับโอกาสและสถานการณ์ มีความรับผิดชอบในการพัฒนาตนเอง	- การสาธิตและการฝึกปฏิบัติ - ใช้การเรียนการสอนโดยโครงงานเป็นฐาน - การเรียนการสอนแบบเน้นทำงานเป็นทีม - ใช้การเรียนการสอนที่เน้นการเรียนรู้แบบร่วมมือ โดยส่งเสริมความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง และเพื่อนร่วมกลุ่ม	- สังเกตพฤติกรรม ความสนใจเรียน การรับฟังความคิดเห็น การทำกิจกรรมกลุ่มในชั้นเรียน และการทำโครงงานสู่สาธารณะ - Formative assessment การนำเสนอผลงาน การจัดทำรายงานกลุ่ม - ผลสำเร็จของงานที่ได้รับมอบหมายในแต่ละกิจกรรม

2.4 แผนการสอน

สัปดาห์ที่	เรื่อง/หัวข้อ	จำนวนชั่วโมง		
		จำนวนชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน/ สื่อที่ใช้	ผู้สอน
1	ชี้แจงการจัดการเรียนการสอน และบทนำสู่การเรียนการสอนรายวิชาความสุกับงานอดิเรก แนวคิดเกี่ยวกับงานอดิเรกและความสุข แนวคิดของความสุข - ความหมาย หลักการ ทฤษฎีเกี่ยวกับความสุข การพัฒนาให้เกิดความสุขในจิตใจ	2	- บรรยาย/ถามและตอบ - PowerPoint, VDO, Clip - กิจกรรมกลุ่ม	ผศ.ดร.อรรณีวี
		2		ดร.ทักษณี
2	งานผ้าปาเตลิน ปฏิบัติการ: งานผ้าปาเตลิน	4	- บรรยาย/สาธิต/ถามและตอบ - PowerPoint, VDO, Clip - กิจกรรมเดี่ยว	ดร.ชนิษฐา
3	ความสุกับเสียงเพลง ปฏิบัติการ: สร้างความสุด้วยเสียงเพลง	4	- บรรยาย ยกตัวอย่างประกอบ - กิจกรรมกลุ่ม	ผศ.ดร.กรรณิการ์
4	บันทึกความสุผ่านเลนส์ ปฏิบัติการ บันทึกสุผ่านเลนส์	4	- บรรยาย ยกตัวอย่างประกอบ - กิจกรรมกลุ่ม	ผศ.ดร.หทัยรัตน์
5	ความสุกับการบริโภค ปฏิบัติการ อิ่มทั้งกายอิ่มทั้งใจจากการสร้างสรรค์	4	- บรรยาย ยกตัวอย่างประกอบ - กิจกรรมกลุ่ม/ VDO, Clip	ผศ.ดร.เกริกเกียรติ
6	ความคิดสร้างสรรค์/แนะนำโครงงาน นิสิตปรึกษาแผนงานโครงงาน	2	- บรรยาย ยกตัวอย่างประกอบ	ผศ.ดร.อรรณีวี
		2	- กิจกรรมกลุ่ม	

7	จิตตปัญญากับการสร้างความสุข	4	- บรรยาย/วีดิทัศน์ - นิสิตทำกิจกรรม	ดร.พณีนันท์
8	สัปดาห์สอบกลางภาค			
9	โปสการ์ด การเดินทางของความคิดถึง จิตอาสาพาเพลิน	2 2	- บรรยาย ยกตัวอย่างประกอบ / กิจกรรม - บรรยาย ยกตัวอย่าง กิจกรรมกลุ่ม	ผศ.ดร.ทิพย์ภาพร ดร.ทักษิณี
10	สร้างเสริมสุขภาพกายเพื่อความสุข นำเสนอความก้าวหน้าโครงการ	2 2	- บรรยาย วีดิทัศน์ - เอกสารประกอบการสอน	ผศ.ดร.กฤษณ์ ผศ.ดร.อรรชวี
11	การสร้างภาพสร้างความสุข ปฏิบัติการ: การสร้างภาพสร้างความสุข	4	- บรรยาย ยกตัวอย่างประกอบ - กิจกรรมกลุ่ม	ผศ.ดร.ร้อยโทหญิง สายศิริ
12	ความสุขจากการอ่าน ปฏิบัติการ: ความสุขจากการอ่าน	4	- บรรยาย ยกตัวอย่างประกอบ กิจกรรมกลุ่ม	ผศ.ดร.จันทร์จิรา -
13	Happy Green....สวนผักปลอดสาร นิสิตเตรียมโครงการ	2 2	- บรรยาย วีดิทัศน์ - นิสิตทำกิจกรรม	ผศ.ดร.วิลาวัณย์ -
14	นิสิตเตรียมโครงการ ปฏิบัติการนำเสนอโครงการ	2 2	- การทำกิจกรรมกลุ่ม - โครงการและนำเสนอ clip VDO	- staff
15	ประเมินความสุข และสรุปข้อคิดเห็นจากการ เรียนการสอน SDL	2 2	- ข้อคิดเห็นจากการเรียนการสอน	ผศ.ดร.อรรชวี

2.5 สื่อ ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

- Dusana Dorjee, (2014) Mind Brain and the path to happiness
- ทาล เบน ชาร์ฮาร์ (พรเลิศ อิฐฐ์ ผู้แปล) (2554) เปิดห้องเรียนวิชาความสุข กรุงเทพฯ สำนักพิมพ์วิไลเรียน
- ดร.วรัญญา สะอาดเอี่ยม (แปล) รีเห็นนิส ศาสตร์แห่งความสุข (The Science of Happiness)
- นีวกลม (นามแฝง) (2555) ความสุขโดยสังเกต. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ : มติชน
- ยุทธนา อัจฉริยวิญญู. Four-tography : ในโลกสี่เหลี่ยมของยุทธนา อัจฉริยวิญญู. กรุงเทพฯ : แพรวสำนักพิมพ์, 2546
- อาทิตย์ ฉิมพาลี. Packaging Design : การออกแบบบรรจุภัณฑ์. ปทุมธานี : ก.พล พิมพ์
- สันติพงษ์ คงรักษ์. 101 Ideas D.I.Y. vol. 3. จัดทำโดยนิตยสารแพรว. กรุงเทพฯ : อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง, 2548,
- นิตยสาร My Home <http://www.myhome-mag.com/>
นิตยสาร Postcard travel by budget. สำนักพิมพ์ฟิสิกส์เซ็นเตอร์

หมวดที่ 3 การประเมินผลรายวิชา

3.1 แผนการประเมินผลการเรียนรู้ (CLOs)

ผลการเรียนรู้ตาม CLOs	วิธีการประเมิน	สัปดาห์ที่ประเมิน	สัดส่วนการประเมินผล (เปอร์เซ็นต์)
1	การเข้าชั้นเรียน	ตลอดภาคการศึกษา	10 %
3, 4	สอบกลางภาค	8	10 %
1, 2, 3, 4, 5	- การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในชั้นเรียน - การมีส่วนร่วมในกิจกรรมนอกชั้นเรียน - การนำเสนอและส่งผลงาน	1-14	80 %
รวม			100%

3.2 การวัดและประเมินผล (ตารางเกรด)

เกรด	ช่วงเกรด
A	80+
B+	75 - 79
B	70 - 74
C+	65 - 69
C	60 - 64
D+	55 - 59
D	50 - 54
F	0 - 49

อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา

ลงชื่อ



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรรณี คงสมบัติ

10/พฤศจิกายน / 2563