

แผนการเรียนรู้ของรายวิชา

รหัสวิชา	001236
ชื่อวิชา	การจัดการการดำเนินชีวิต (Living Management)

รายละเอียดของรายวิชา (Course Specification)

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา มหาวิทยาลัยนเรศวร
วิทยาเขต/คณะ/ภาควิชา งานจัดการวิชาศึกษาทั่วไป กองบริการการศึกษา

หมวดที่1 ข้อมูลทั่วไปของรายวิชา

1. รหัสและชื่อรายวิชา 001236 ชื่อวิชา การจัดการการดำเนินชีวิต
Living Management

2. จำนวนหน่วยกิต 3 (2-2-5)

3. คำอธิบายรายวิชา

ความรู้และทักษะ เกี่ยวกับบทบาท หน้าที่ และความรับผิดชอบของบุคคลในครอบครัวและสังคม การปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก การติดต่อสื่อสาร การจัดการความขัดแย้ง วิธีการคิดการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ การสร้างแรงบันดาลใจ การดำเนินชีวิตตามหลักคุณธรรมจริยธรรม การดำเนินชีวิตท่ามกลางการเปลี่ยนแปลง

The students will gain knowledge and skills about the roles and responsibilities of individuals in the family and society. Adaptation to changes in the global society, communication, conflict management, creative thinking methods for problem solving, inspiration building, living life according to morals and ethics and lifestyle in the midst of change.

4. ประเภทของรายวิชา ศึกษาทั่วไป

5. ภาคการศึกษา/ปีการศึกษา 2/2565

6. อาจารย์ที่รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน

6.1 รศ.ดร.ธีรศักดิ์ อุปไมยอติชัย	ผู้รับผิดชอบรายวิชา	คณะศึกษาศาสตร์	โทร 055-962432
6.2 ดร.จากรุวรรณ แดงบุบผา	ผู้สอน	คณะบริหารธุรกิจ	โทร 055-961222
6.3 นางศิริวรรณ กมลพัฒนะ	ผู้ช่วยสอน	กองกิจการนิสิต	โทร 055-961212
6.4 นางพรธิดา บุญยะโรจน์	ผู้ช่วยสอน	กองกิจการนิสิต	โทร 055-961211
6.5 นางสาวธัญญารัตน์ อินทร์เมือง	ผู้ช่วยสอน	กองกิจการนิสิต	โทร 055-961150
6.6 นางสาวพรพรรณ ประมวลวุฒิธรณ	ผู้ช่วยสอน	กองกิจการนิสิต	โทร 055-961225
6.7 นางสาวเกษรินทร์ แก้วทรัพย์	ผู้ช่วยสอน	กองกิจการนิสิต	โทร 055-961215
6.8 นางสาวนณทยา โตสวัสดิ์	ผู้ช่วยสอน	กองกิจการนิสิต	โทร 055-968334
6.9 นายกัณฑ์กวี วิมุติ	ผู้ช่วยสอน	กองกิจการนิสิต	โทร 055-961210
6.10 ว่าที่ ร.ต.อิสราณวัฒน์ วินทะสมบัติ	ผู้ช่วยสอน	กองกิจการนิสิต	โทร 055-961225
6.11 นายธรรมรงค์ สาริกุล	ผู้ช่วยสอน	กองกิจการนิสิต	โทร 055-961225
6.12 ดร.อนวัช มีเคลือบ	ผู้ช่วยสอนและผู้ประสานงานรายวิชา		โทร 055-961222

7. รายวิชาที่ต้องเรียนมาก่อน (Pre-requisite) (ถ้ามี) / [ไม่มี] [มี ระบุ.....]

8. รายวิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน (Co-requisites) (ถ้ามี) / [ไม่มี] [มี ระบุ.....]

9. สถานที่เรียน ห้องปราบไตรจักร 63

10. วันเดือนปีที่ปรับปรุงเนื้อหาสาระรายวิชา 8 พฤศจิกายน 2565

หมวดที่ 2 รายละเอียดเนื้อหาและการจัดการเรียนการสอน

1. ELO ของหลักสูตร

ELO 01 ปฏิบัติตนเป็นคนตรงต่อเวลา ที่มีความรับผิดชอบ แสดงออกที่มุ่งสู่ความสำเร็จ มีจิตสาธารณะ

ELO 02 สร้างนิสิตให้มีทักษะทางด้านภาษาไทย ภาษาอังกฤษ เทคโนโลยีสารสนเทศ และมีความสามารถในการสื่อสาร

ELO 03 สร้างนิสิตให้รอบรู้ทั้งด้านมนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และวิทยาศาสตร์ รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์โลก ทำให้รักโลก รักธรรมชาติ รักสิ่งแวดล้อม และสามารถอยู่รอดในการเปลี่ยนแปลงในอนาคต ทั้งนี้เพื่อทำให้เกิดการปรับตัวให้เข้ากับสังคมอาเซียนและสังคมโลก

ELO 04 สร้างนิสิตให้มีทักษะการใช้ชีวิต ปรับตัวอยู่ในสังคมที่ต่างวัฒนธรรมได้ การดูแลตนเอง และดำรงตนอย่างมีความสุข ดำเนินชีวิตบนพื้นฐานปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

2. CLO ของรายวิชา

เมื่อสิ้นสุดการเรียนการสอนแล้วนิสิตสามารถ

CLO 1. นิสิตสามารถมีการจัดการชีวิตตนเอง ได้อย่างมีความสุข สมบูรณ์พร้อมในการดำเนินชีวิต อาทิ แรงบันดาลใจ สุขภาพจิต สุขภาพการเงิน ความหลากหลายในสังคม

CLO 2 นิสิตสามารถออกแบบการดำเนินชีวิตของตนเองได้ ท่ามกลางสถานการณ์ต่าง ๆ

CLO 3 นิสิตสามารถปรับตัว ประยุกต์ และเท่าทันการเปลี่ยนแปลงในปัจจุบันและอนาคตได้

3. ตารางความสัมพันธ์ของการจัดการเรียนการสอน การวัดและการประเมินผลการเรียนรู้ที่คาดหวังกับรายวิชา (CLOs)

CLOs	วิธีการจัดการเรียนการสอน	วิธีการวัดผลลัพธ์การเรียนรู้
CLO1 : นิสิตสามารถมีการจัดการชีวิตตนเอง ได้อย่างมีความสุข สมบูรณ์พร้อมในการดำเนินชีวิต อาทิ แรงบันดาลใจ สุขภาพจิต สุขภาพการเงิน ความหลากหลายในสังคม	- การบรรยายพร้อมสไลด์เนื้อหา - การใช้คลิปทางเว็บไซต์ต่างๆ - การมอบหมายงาน - การถาม-ตอบ ผ่าน Google Form	- ใบงานรายหัวข้อ - แบบสรุปการเรียนรู้ - แผนภาพการดำเนินชีวิตอย่างสมดุล
CLO2 : นิสิตสามารถออกแบบการดำเนินชีวิตได้ ท่ามกลางสถานการณ์ต่าง ๆ		
CLO3 : นิสิตสามารถปรับตัว ประยุกต์ และเท่าทันการเปลี่ยนแปลงในปัจจุบันและอนาคตได้		

5.แผนการสอน

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง		กิจกรรมการเรียน การสอน / สื่อที่ใช้	ผู้สอน
		บรรยาย	ปฏิบัติ		
1 22, 24 พ.ย.	แนะนำรายวิชา - คำอธิบายรายวิชา วิธีการเรียน การสอน - สร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้เรียน กับผู้สอน	2	2	- คลิปวิดีโอแนวทางการดำเนินชีวิต จากบุคคลต้นแบบ	ทุกคน
2 29 พ.ย., 1 ธ.ค.	แรงบันดาลใจจากศิษย์เก่า - วิธีการดำเนินชีวิต - ความสุข ความสำเร็จในชีวิต	2	2	- คลิปศิษย์เก่าที่ประสบความสำเร็จ	ดร.อนวัช มีเคลือบ
3 6, 8 ธ.ค.	ต้นแบบในการดำเนินชีวิต - บุคคลตัวอย่างจากหลายแวดวง	2	2	- บทความวิชาการ - ตัวแทนศิษย์เก่า	ดร.อนวัช มีเคลือบ
4 13, 15 ธ.ค.	การจัดการการดำเนินชีวิต -การบริหารชีวิตส่วนตัว -การบริหารความสัมพันธ์ - การบริหารเวลา	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	น.ส.พรพรรณ ประมวลวุฒิธรณ น.ส.เกษรินทร์ แก้วทรัพย์
5 20, 22 ธ.ค.	ชีวิตกับสุขภาพการเงิน - การเงิน การออม - การเรียนรู้การลงทุน	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT	น.ส.พรพรรณ ประมวลวุฒิธรณ น.ส.เกษรินทร์ แก้วทรัพย์
6 27, 29 ธ.ค.	ชีวิตกับสุขภาพ - ปัญหา สาเหตุ และวิธีการจัดการ กับปัญหาหรือสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด - หน่วยงานให้ความช่วยเหลือของมหาวิทยาลัยนครสวรรค์	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	นางพรธิดา บุญยะโรจน์ นางสาวนรยา โตสวัสดิ์
7 3, 5 ม.ค.	ชีวิตกับความหลากหลายในสังคม - บริบทสังคมที่มีความหลากหลาย มีวัฒนธรรม กระแส - การดำเนินชีวิตอยู่กับความหลากหลายอย่างสมดุล	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT	ดร.จากรุวรรณ แดงบุปผา
8	สอบกลางภาค	ไม่จัดสอบ			
9 17, 19 ม.ค.	ชีวิตกับคุณธรรมจริยธรรม - หลักการดำเนินชีวิตด้วยคุณธรรม - กิจกรรมเพิ่มพูนคุณภาพชีวิต	2	2	- สไลด์ PPT - คลิปวิดีโอ	รศ.ดร.ธีรศักดิ์ อุปไมยอริชัย

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง		กิจกรรมการเรียน การสอน / สื่อที่ใช้	ผู้สอน
		บรรยาย	ปฏิบัติ		
10 24, 26 ม.ค.	การสื่อสารในตนเอง - การรู้จักตนเองอย่างแท้จริง - เทคนิควิธีการสื่อสารกับตนเอง	2	2	- คลิปวิดีโอ - บทความเพิ่มเติม	น.ส.ธัญญารัตน์ อินทร์เมือง นายธรรมรงค์ สาริกุล
11 31 ม.ค., 2 ก.พ.	EGO กับการใช้ชีวิต - พลาแนภาพของตัวตน EGO - มุมมอง EGO กับการใช้ชีวิต	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	น.ส.ธัญญารัตน์ อินทร์เมือง นายธรรมรงค์ สาริกุล
12 7, 9 ก.พ.	นวัตกรรมกับการดำเนินชีวิต - แผนความคิดในการใช้ชีวิตตาม สถานการณ์ต่างๆ	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT	นายกัณฑ์วี ภูมิ
13 14, 16 ก.พ.	นวัตกรรมกับการดำเนินชีวิต (ต่อ) - นวัตกรรมที่เอื้อต่อการดำเนิน ชีวิตในปัจจุบัน และอนาคต	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	นายกัณฑ์วี ภูมิ
14 21, 23 ก.พ.	เทคนิคการสร้างความมั่นคงอย่าง ยั่งยืนในชีวิต - เรียนรู้เทคนิควิธีการในการสร้าง ชีวิตให้สมบูรณ์พูนสุข	2	2	- สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	ว่าที่ ร.ต.อิสราณวัฒน์ วินทะสมบัติ
15 28 ก.พ., 2 มี.ค.	ทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น - ความเข้าใจและการนำไปใช้ใน การดำเนินชีวิต	2	2	- สไลด์ PPT	ว่าที่ ร.ต.อิสราณวัฒน์ วินทะสมบัติ
16 7, 9 มี.ค.	การดำเนินชีวิตในสถานการณ์ วิกฤตต่าง อย่างสมดุล - การเตรียมพร้อมและการรับมือ กับการเปลี่ยนแปลงในวิกฤตต่างๆ - สรุปสาระการเรียนรู้จัดทำเป็น แผนภาพ	2	2	- คลิปวิดีโอ - บทความเพิ่มเติม	ดร.อนวัช มีเคลือบ
17-18	สอบปลายภาค	ไม่จัดสอบ			

6. สื่อ ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

1. คลิปวิดีโอจากเว็บไซต์ต่างๆ ที่เป็นประโยชน์และสอดคล้องกับในแต่ละหัวข้อการเรียน
2. บทความวิชาการ บทความออนไลน์ต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ในการอ่านเสริมเนื้อหาวิชา
3. สไลด์นำเสนอ PPT บรรยายเนื้อหาแนวคิด ทฤษฎี และประเด็นที่เกี่ยวข้อง

หมวดที่ 3 การประเมินผลรายวิชา

3.1 แผนการประเมินผลการเรียนรู้ (CLO)

ผลการเรียนรู้ตาม CLO	วิธีการประเมินผลนิสิต	สัปดาห์ที่ประเมิน	สัดส่วนของการประเมินผล
1	ใบงานการเรียนรู้ 4 หัวข้อ 1. แรงบันดาลใจและบุคคลต้นแบบ 2. การจัดการการดำเนินชีวิต 3. ชีวิตกับสุขภาพการเงิน 4. ชีวิตกับสุขภาพ 5. ชีวิตกับความหลากหลายในสังคม	1-7	50%
2	ใบงานนวัตกรรมกับการดำเนินชีวิต	12-13	10%
3	ใบงานการเรียนรู้ 2 หัวข้อ 1. การสื่อสารในตนเองและ EGO 2. การสร้างความมั่งคั่งในชีวิต 3. การดำเนินชีวิตในสถานการณ์วิกฤตต่าง 4. แผนภาพการดำเนินชีวิตอย่างสมดุล	9-11, 14-16	40%
	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
S*	≥70%
I	Incomplete
U	Unsatisfied

อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา

ลงชื่อ
(รองศาสตราจารย์ ดร.ธีรศักดิ์ อุปไมยอริชัย)

8 พฤศจิกายน 2565

