

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 2/2564

6. อาจารย์ที่รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน

- | | | |
|---|----------------------------------|-------------------------------|
| ✓ 6.1 ศ.ดร.วิทยา จันทรศิลา | ผู้รับผิดชอบรายวิชา | ติดต่อ โทร 055-962411 ต่อ 206 |
| 6.2 รศ.ดร.จิตติมา วรณศรี H10022 | ผู้สอน | คณะศึกษาศาสตร์ โทร 055-962446 |
| ✓ 6.3 นางศิริวรรณ กมลพัฒนะ | ผู้ช่วยสอน | กองกิจการนิสิต โทร 055-961212 |
| ✓ 6.4 นางพรธิดา บุญยะโรจน์ | ผู้ช่วยสอน | กองกิจการนิสิต โทร 055-961212 |
| ✓ 6.5 นางสาวธัญญารัตน์ อินทร์เมือง | ผู้ช่วยสอน | กองกิจการนิสิต โทร 055-961212 |
| ✓ 6.6 นางสาวพรพรรณ ประมวลวุฒิธร | ผู้ช่วยสอน | กองกิจการนิสิต โทร 055-961225 |
| ✓ 6.7 นางสาวเกษรินทร์ แก้วทรัพย์ | ผู้ช่วยสอน | กองกิจการนิสิต โทร 055-961215 |
| ✓ 6.8 นางสาวนงนญา โตสวัสดิ์ | ผู้ช่วยสอน | กองกิจการนิสิต โทร 055-968334 |
| ✓ 6.9 นายกัณฑ์วี 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 นายวัธนกร เหนียมพ่วง ✖ | ผู้ช่วยสอน | กองกิจการนิสิต โทร 055-961215 |
| ✓ 6.13 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 Microsoft Team / ห้องปราบไตรจักร 63

10. วันเดือนปีที่ปรับปรุงเนื้อหาสาระรายวิชา 15 ตุลาคม 2564

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. นิสิตสามารถจัดการชีวิตตนเอง ได้อย่างมีความสุข สมบูรณ์พร้อมในการดำเนินชีวิต อาทิ แรงบันดาลใจ สุขภาพจิต สุขภาพการเงิน

CLO 2 นิสิตสามารถออกแบบการดำเนินชีวิตของตนเองได้ ท่ามกลางสถานการณ์ต่าง ๆ

CLO 3 นิสิตสามารถปรับตัว ประยุกต์ และเท่าทันการเปลี่ยนแปลงในปัจจุบันและอนาคตได้

3. ตารางความสัมพันธ์ของการจัดการการเรียนการสอน การวัดและการประเมินผลการเรียนรู้ที่คาดหวังกับรายวิชา (CLOs)

CLOs	วิธีการจัดการเรียนการสอน	วิธีการวัดผลลัพธ์การเรียนรู้
CLO1 : นิสิตสามารถจัดการชีวิตตนเอง ได้อย่างมีความสุข สมบูรณ์พร้อมในการดำเนินชีวิต อาทิ แรงบันดาลใจ สุขภาพจิต สุขภาพการเงิน	- 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 23, 25 พ.ย.	แนะนำรายวิชา - คำอธิบายรายวิชา วิธีการเรียน การสอน - สร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้เรียน กับผู้สอน	2	2	- คลิปวิดีโอแนว ทางการดำเนินชีวิต จากบุคคลต้นแบบ	ศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา และคณะ
2 30 พ.ย., 2 ธ.ค.	แรงบันดาลใจจากศิษย์เก่า - วิธีการดำเนินชีวิต - ความสุข ความสำเร็จในชีวิต	2	2	- คลิปศิษย์เก่าที่ ประสบความสำเร็จ	ศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา รศ.ดร.จิตติมา วรรณศรี ดร.อนวัช มีเคลือบ
3 7, 9 ธ.ค.	ต้นแบบในการดำเนินชีวิต - บุคคลตัวอย่างจากหลายแวดวง	2	2	- บทความวิชาการ - ตัวแทนศิษย์เก่า	ศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา รศ.ดร.จิตติมา วรรณศรี ดร.อนวัช มีเคลือบ
4 14, 16 ธ.ค.	การจัดการการดำเนินชีวิต -การบริหารชีวิตส่วนตัว -การบริหารความสัมพันธ์ - การบริหารเวลา	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	ศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา รศ.ดร.จิตติมา วรรณศรี น.ส.พรพรรณ ประมวลวุฒิธรณ น.ส.เกษรินทร์ แก้วทรัพย์
5 21, 23 ธ.ค.	ชีวิตกับสุขภาพการเงิน - การเงิน การออม - การเรียนรู้การลงทุน	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT	ศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา รศ.ดร.จิตติมา วรรณศรี น.ส.พรพรรณ ประมวลวุฒิธรณ น.ส.เกษรินทร์ แก้วทรัพย์
6 28 ธ.ค.	ชีวิตกับสุขภาวะ - ปัญหา สาเหตุ และวิธีการจัดการ กับปัญหาหรือสถานการณ์ที่ทำให้ เกิดความเครียด - เรียนรู้ปัญหาด้วยปัญญา	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	ศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา รศ.ดร.จิตติมา วรรณศรี นางพรธิดา บุญยะโรจน์ นางสาวนณทยา ไตสวัสดิ์
7 4, 6 ม.ค.	ชีวิตกับสุขภาวะ - หน่วยงานให้ความช่วยเหลือของ มหาวิทยาลัยนเรศวร - กรณีตัวอย่าง	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	ศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา รศ.ดร.จิตติมา วรรณศรี นางพรธิดา บุญยะโรจน์ นางสาวนณทยา ไตสวัสดิ์
8	สอบกลางภาค	ไม่จัดสอบ			
9 18, 20 ม.ค.	การสื่อสารในตนเอง - การรู้จักตนเองอย่างแท้จริง - เทคนิควิธีการสื่อสารกับตนเอง	2	2	- คลิปวิดีโอ - บทความเพิ่มเติม	ศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา รศ.ดร.จิตติมา วรรณศรี น.ส.ธัญญารัตน์ อินทร์เมือง นายธรรมรงค์ สาริกุล

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง		กิจกรรมการเรียน การสอน / สื่อที่ใช้	ผู้สอน
		บรรยาย	ปฏิบัติ		
10 25, 27 ม.ค.	EGO กับการใช้ชีวิต - พลาณภาพของตัวตน EGO - มุมมอง EGO กับการใช้ชีวิต	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	ศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา รศ.ดร.จิตติมา วรรณศรี น.ส.ธัญญารัตน์ อินทร์เมือง นายธรรมรงค์ สาริกุล
11 1, 3 ก.พ.	นวัตกรรมกับการดำเนินชีวิต - แผนความคิดในการใช้ชีวิตตาม สถานการณ์ต่างๆ	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT	ศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา รศ.ดร.จิตติมา วรรณศรี นายกัณฑ์วี วิมุตติ
12 8, 10 ก.พ.	นวัตกรรมกับการดำเนินชีวิต(ต่อ) - นวัตกรรมที่เอื้อต่อการดำเนิน ชีวิตในปัจจุบัน และอนาคต	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	ศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา รศ.ดร.จิตติมา วรรณศรี นายกัณฑ์วี วิมุตติ
13 15, 17 ก.พ.	เทคนิคการสร้างความมั่นคงอย่าง ยั่งยืนในชีวิต - เรียนรู้เทคนิควิธีการในการสร้าง ชีวิตให้สมบูรณ์พูนสุข	2	2	- สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	ศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา รศ.ดร.จิตติมา วรรณศรี ว่าที่ ร.ต.อิสราณูวัฒน์ วินทะสมบัติ
14 22, 24 ก.พ.	ทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น - ความเข้าใจและการนำไปใช้ใน การดำเนินชีวิต	2	2	- สไลด์ PPT	ศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา รศ.ดร.จิตติมา วรรณศรี ว่าที่ ร.ต.อิสราณูวัฒน์ วินทะสมบัติ
15 1, 3 มี.ค.	ทักษะการนำเสนองาน - การออกแบบและการนำไปใช้ - โปรแกรมสำหรับงานนำเสนอ	2	2	- สไลด์ PPT	ศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา รศ.ดร.จิตติมา วรรณศรี นายวัชรกร เหนียมพวง
16 8, 10 มี.ค.	การดำเนินชีวิตในสถานการณ์ วิกฤตต่าง อย่างสมดุล - การเตรียมพร้อมและการรับมือ กับการเปลี่ยนแปลงในวิกฤตต่างๆ - สรุปสาระการเรียนรู้จัดทำเป็น แผนภาพ	2	2	- คลิปวิดีโอ - บทความเพิ่มเติม	ศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา รศ.ดร.จิตติมา วรรณศรี 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	1-7	40%
2	ใบงานนวัตกรรมกับการดำเนินชีวิต	11 - 12	15%
3	ใบงานการเรียนรู้ 2 หัวข้อ 1. การสื่อสารในตนเองและ EGO 2. การสร้างความมั่งคั่งในชีวิต 3. การดำเนินชีวิตในสถานการณ์วิกฤตต่าง 4. แผนภาพการดำเนินชีวิตอย่างสมดุล	9-10 13-14 16	45%
	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 
 (ศาสตราจารย์ ดร.วิทยา จันทร์ศิลา)
 19 ตุลาคม 2564