

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 การพัฒนาตนเองให้
เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง การคิดอย่างสร้างสรรค์ แนวคิดงานอดิเรกและการสร้างสรรค์ผลงานจากงาน
อดิเรกเพื่อส่งเสริมความสุขในชีวิต

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 ภาคการศึกษา/ปีการศึกษา

ภาคการศึกษาที่เปิดสอน : 1/2563

จำนวนผู้เรียน/กลุ่มเรียน : 380 คน /กลุ่ม จำนวน 1 กลุ่มเรียน

1.6 อาจารย์ที่รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน

อาจารย์ที่รับผิดชอบรายวิชา : ผศ.ดร.อรรณี คงสมบัติ

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

ผศ.ดร.ร้อยโทหญิงสายสิริ มีระเสน ผศ.ดร.กฤษณ์ ตันตนะรัตน์ ดร.ทักษณี มหาศิริพันธุ์

ผศ.ดร.นสพ.เกริกเกียรติ จินดา ผศ.ดร.กรรณิการ์ อรรถปัญญวนิช ผศ.ดร.ทิพย์ภาพร บัวเลิง

ผศ.ดร.หทัยรัตน์ เครือไวยวรรณ ดร.พณินันท์ 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 : 27 เมษายน 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/โครงการได้อย่างมีประสิทธิภาพและเหมาะสมกับสถานการณ์

CLO 3 มีความรู้ในสาระสำคัญของแนวคิดความสุขและองค์ประกอบพื้นฐานของการสร้างความสุขในการดำเนินชีวิต แนวคิดงานอดิเรกและการสร้างสรรค์ผลงานอดิเรก เพื่อส่งเสริมความสุขและการปรับตัวให้เข้ากับสังคม

CLO 4 ผู้เรียนมีทักษะการใช้ชีวิต รวมทั้งวางแผนการเรียนรู้ของตนเอง ประยุกต์ความรู้กับการสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ และการนำความรู้ไปใช้ในการดูแลตนเองและดำรงตนอย่างมีความสุข

CLO 5 สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นแสดงบทบาทในการเป็นผู้นำและผู้ตามได้อย่างเหมาะสมกับโอกาสและสถานการณ์ มีความรับผิดชอบในการพัฒนาตนเอง

2.3 ตารางความสัมพันธ์ของการจัดการการเรียนการสอน การวัดและการประเมินผลการเรียนรู้ที่คาดหวังกับรายวิชา (CLOs)

CLOs	วิธีการจัดการสอน/ประสบการณ์การเรียนรู้	วิธีการวัดผลลัพธ์การเรียนรู้
CLO1 : ปฏิบัติตนเป็นคนมีความรับผิดชอบ ตรงต่อเวลา มีจิตสาธารณะ และการแบ่งปัน	<ul style="list-style-type: none"> - การชี้แจงแนวทางในการประพฤติตนที่คาดหวัง และความสำคัญของการพัฒนาคุณธรรมและจริยธรรม - การทำกิจกรรมในชั้นเรียน และนอกชั้นเรียน - การทำกิจกรรมกลุ่มและการทำโครงการ - การทำโครงการความสุกกับงานอดิเรก 	<ul style="list-style-type: none"> - ประเมินผลจากเข้าชั้นเรียน การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในชั้นเรียน - ประเมินจากการส่งงาน การทำงานเป็นทีม การช่วยเหลืองานภายในกลุ่ม ภายในห้องเรียน - ประเมินผลจากการสังเกตการณ์ของผู้สอนและทีมผู้สอนต่อความกระตือรือร้นให้ความสนใจในการเรียน การถาม-ตอบ การแสดงความคิดเห็น แลกเปลี่ยนประสบการณ์ และ - ประเมินผลจากการสังเกตการทำงานเป็นทีม ระหว่างการทำกิจกรรมโครงการความสุกกับงานอดิเรก
CLO2 : มีทักษะในการฟัง การพูด การลงมือปฏิบัติ การนำเสนอ รายงาน/โครงการได้อย่างมีประสิทธิภาพและเหมาะสมกับสถานการณ์	<ul style="list-style-type: none"> - บรรยายในชั้นเรียนและถามตอบ - การสาธิตและฝึกปฏิบัติ - การทำกิจกรรมกลุ่มและการทำโครงการ - การนำเสนอและการอภิปรายโดยใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ที่เหมาะสม 	<ul style="list-style-type: none"> - ประเมินความสามารถในการสื่อสาร ทั้งการพูด การเขียน การนำเสนอ - ประเมินผลงานที่ส่ง จากความเหมาะสม ครบถ้วน และความครอบคลุมของเนื้อหา - ประเมินผลจากการสอบ และการนำเสนอโครงการ การจัดทำรายงานกลุ่ม
CLO3 : มีความรู้ในสาระสำคัญของ แนวคิด ความสุข และองค์ประกอบพื้นฐานของการสร้างความสุขในการดำเนินชีวิต แนวคิดงานอดิเรก และการสร้างสรรค์ผลงานอดิเรก เพื่อส่งเสริมความสุขและการปรับตัวให้เข้ากับสังคม	<ul style="list-style-type: none"> - การสอนภาคบรรยาย - ใช้การเรียนการสอนโดยโครงการเป็นฐาน - ใช้การเรียนการสอนแบบเน้นการทำงานเป็นทีม และใช้การเรียนการสอนแบบเน้นกิจกรรม - เปิดโอกาสให้นักศึกษากลุ่ม แสดงความคิดเห็นระหว่างผู้สอน กับนิสิต และระหว่างนิสิตกับนิสิตในชั้นเรียน 	<ul style="list-style-type: none"> - สอบกลางภาคหรือปลายภาค - ประเมินผลงานที่ส่ง - ประเมินการนำเสนอผลงาน และการจัดทำรายงานกลุ่ม และโครงการ - การสังเกตการพัฒนาทางความคิด ความกระตือรือร้นให้ความสนใจในการเรียน การถามตอบ การแสดงความคิดเห็น และการมีส่วนร่วมทำกิจกรรมในชั้นเรียน การส่งงานที่ได้รับมอบหมาย

2.3 ตารางความสัมพันธ์ของการจัดการการเรียนการสอน การวัดและการประเมินผลการเรียนรู้ที่คาดหวังกับรายวิชา (CLOs) ต่อ

CLOs	วิธีการจัดการสอน/ประสบการณ์การเรียนรู้	วิธีการวัดผลลัพธ์การเรียนรู้
CLO4 : ผู้เรียนมีทักษะการใช้ชีวิต รวมทั้งวางแผนการเรียนรู้ของตนเอง ประยุกต์ความรู้กับการสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ และการนำความรู้ไปใช้ในการดูแลตนเองและดำรงตนอย่างมีความสุข	<ul style="list-style-type: none"> - บรรยายในชั้นเรียนและถามตอบ - สร้างกิจกรรมให้นักเรียนคิดค้นว่าเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง - ใช้การเรียนการสอนแบบปัญหาเป็นฐาน 	<ul style="list-style-type: none"> - ประเมินความรับผิดชอบการมีส่วนร่วมของผู้เรียนในกิจกรรมการเรียนการสอนต่างๆ - ประเมินผลงานที่นิสิตได้รับมอบหมาย และวัดผลแบบเพื่อนประเมินเพื่อน โดยให้เพื่อนในกลุ่มประเมินพฤติกรรมการทำงาน
CLO5 : สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นแสดงบทบาทในการเป็นผู้นำ และผู้ตามได้อย่างเหมาะสมกับโอกาสและสถานการณ์ มีความรับผิดชอบในการพัฒนาดตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> - การสาธิตและการฝึกปฏิบัติ - ใช้การเรียนการสอนโดยโครงงานเป็นฐาน - การเรียนการสอนแบบเน้นทำงานเป็นทีม - ใช้การเรียนการสอนที่เน้นการเรียนรู้แบบร่วมมือ โดยส่งเสริมความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง และเพื่อนร่วมกลุ่ม 	<ul style="list-style-type: none"> - สังเกตพฤติกรรม ความสนใจเรียน การรับฟังความคิดเห็น การทำกิจกรรมกลุ่มในชั้นเรียน และการทำโครงงานสู่สาธารณะ - Formative assessment การนำเสนอผลงาน การจัดทำรายงานกลุ่ม - ผลสำเร็จของงานที่ได้รับมอบหมายในแต่ละกิจกรรม

2.4 แผนการสอน

ลำดับที่	เรื่อง/หัวข้อ	จำนวนชั่วโมง		
		จำนวนชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน/ สื่อที่ใช้	ผู้สอน
1	ชี้แจงการจัดการเรียนการสอน และบทนำสู่การเรียนการสอนรายวิชาความสุขกับงานอดิเรก แนวคิดเกี่ยวกับงานอดิเรกและความสุข แนวคิดของความสุข - ความหมาย หลักการ ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความสุข การพัฒนาให้เกิดความสุขในจิตใจ	2	<ul style="list-style-type: none"> - บรรยาย/ถามและตอบ - PowerPoint, VDO, Clip - กิจกรรมกลุ่ม 	ผศ.ดร.อรรชวี
		2		ดร.ทักษณี
2	งานผ้าปาเตลิน ปฏิบัติการ: งานผ้าปาเตลิน	4	<ul style="list-style-type: none"> - บรรยาย/สาธิต/ถามและตอบ - PowerPoint, VDO, Clip - กิจกรรมเดี่ยว 	ดร.ชนิษฐา
3	ความสุขกับเสียงเพลง ปฏิบัติการ: สร้างความสุขด้วยเสียงเพลง	4	<ul style="list-style-type: none"> - บรรยาย ยกตัวอย่างประกอบ - กิจกรรมกลุ่ม 	ผศ.ดร.กรรณิการ์

4	บันทึกความสุขผ่านเลนส์ ปฏิบัติการ บันทึกสุขผ่านเลนส์	4	- บรรยาย ยกตัวอย่างประกอบ - กิจกรรมกลุ่ม	ผศ.ดร.ทศย์รัตน์
5	ความสุขกับการบริโภค ปฏิบัติการ อิ่มทั้งกายอิ่มทั้งใจจากการ สร้างสรรค์	4	- บรรยาย ยกตัวอย่างประกอบ - กิจกรรมกลุ่ม/ VDO, Clip	ผศ.ดร.เกริกเกียรติ
6	ความคิดสร้างสรรค์/แนะนำโครงการ นิสิตปรึกษาแผนงานโครงการ	2 2	- บรรยาย ยกตัวอย่างประกอบ - กิจกรรมกลุ่มผ่าน google team	ผศ.ดร.อรรชวี
7	จิตตปัญญากับการสร้างความสุข	4	- บรรยาย/วีดิทัศน์ - นิสิตทำกิจกรรม	ดร.พฤตินันท์
8	สัปดาห์สอบกลางภาค			
9	โปสการ์ด การเดินทางของความคิดถึง จิตอาสาพาเพลิน	2 2	- บรรยาย ยกตัวอย่างประกอบ / กิจกรรม - บรรยาย ยกตัวอย่าง กิจกรรมกลุ่ม	ผศ.ดร.ทิพย์ภาพร ดร.ทักษณี
10	สร้างเสริมสุขภาพกายเพื่อความสุข นิสิตตรวจและจัดเตรียมอุปกรณ์สำหรับโครงการ	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	นิสิตเตรียมโครงการ	4	- นิสิตทำกิจกรรม	-
14	ปฏิบัติการนำเสนอโครงการ	2	- การทำกิจกรรมกลุ่มและการทำ โครงการและนำเสนอ clip VDO	staff
15	ประเมินความสุข และสรุปข้อคิดเห็นจากการ เรียนการสอน SDL	2 2	- ข้อคิดเห็นจากการเรียนการสอน	ผศ.ดร.อรรชวี

การเรียนการสอนจะผ่าน online ทั้งหมด การส่งงานจะเป็นงานกลุ่ม/เดี่ยว ผ่าน clip VDO

2.5 สื่อ ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

- Dusana Dorjee, (2014) Mind Brain and the path to happiness
- ทาล เบน ชาร์ฮาร์ (พรเลิศ อธิษฐ์ ผู้แปล) (2554) เปิดห้องเรียนวิชาความสุข กรุงเทพฯ สำนักพิมพ์วิไลร์น
- ดร.วรัญญา สะอาดเอี่ยม (แปล) รีเทิร์นนิส ศาสตร์แห่งความสุข (The Science of Happiness)
- นีวกลม (นามแฝง) (2555) ความสุขโดยสังเกต. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ : มติชน
- ยุทธนา อัจฉริยวิญญู. Four-tography : ในโลกสี่เหลี่ยมของยุทธนา อัจฉริยวิญญู. กรุงเทพฯ : แพรวสำนักพิมพ์,

- 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. สำนักพิมพ์พิสิทส์เซ็นเตอร์

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.อรรษวี คงสมบัติ

29/ เมษายน / 2563