

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 1/2563

6. อาจารย์ที่รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน

6.1 รศ.ดร.วิทยา จันทศิริลา	ผู้รับผิดชอบรายวิชา	ติดต่อ โทร 055-962411 ต่อ 206
6.2 ผศ.ทัศนะ ศรีปัตตา	ผู้สอน	ติดต่อ โทร 055-962411 ต่อ 206
6.3 นางศิริวรรณ กมลพัฒนะ	ผู้ช่วยสอน	กองกิจการนิสิต โทร 055-961212
6.4 นางพรธิดา บุญยะโรจน์	ผู้ช่วยสอน	กองกิจการนิสิต โทร 055-961212
6.5 นางสาวธัญญรัตน์ อินทร์เมือง	ผู้ช่วยสอน	กองกิจการนิสิต โทร 055-961212
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 นายกัณต์กวี 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 ตามอัธยาศัย ใช้รูปแบบการเรียนการสอนแบบออนไลน์

10. วันเดือนปีที่ปรับปรุงเนื้อหาสาระรายวิชา 21 เมษายน 2563

หมวดที่ 2 รายละเอียดเนื้อหาและการจัดการเรียนการสอน

1. ELO ของหลักสูตร

ELO 01 ปฏิบัติตนเป็นคนตรงต่อเวลา ที่มีความรับผิดชอบ แสดงออกที่มุ่งสู่ความสำเร็จ มีจิตสาธารณะ

ELO 02 สร้างนิสัยให้มีทักษะทางด้านภาษาไทย ภาษาอังกฤษ เทคโนโลยีสารสนเทศ และมีความสามารถในการสื่อสาร

ELO 03 สร้างนิสัยให้รอบรู้ทั้งด้านมนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และวิทยาศาสตร์ รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์โลก ทำให้รักโลก รักธรรมชาติ รักสิ่งแวดล้อม และสามารถอยู่รอดในการเปลี่ยนแปลงในอนาคต ทั้งนี้เพื่อให้เกิดการปรับตัวให้เข้ากับสังคมอาเซียนและสังคมโลก

ELO 04 สร้างนิสัยให้มีทักษะการใช้ชีวิต ปรับตัวอยู่ในสังคมที่ต่างวัฒนธรรมได้ การดูแลตนเอง และดำรงตนอย่างมีความสุข ดำเนินชีวิตบนพื้นฐานปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

2. CLO ของรายวิชา

เมื่อสิ้นสุดการเรียนการสอนแล้วนิสิตสามารถ

CLO 1. นิสิตสามารถมีการจัดการชีวิตตนเอง ได้อย่างมีความสุข สมบูรณ์พร้อมในการดำเนินชีวิต อาทิ

แรงบันดาลใจ สุขภาพจิต สุขภาพการเงิน

CLO 2 นิสิตสามารถออกแบบการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงได้

CLO 3 นิสิตสามารถปรับตัว ประยุกต์ และเท่าทันการเปลี่ยนแปลงในปัจจุบันและอนาคตได้

3. ตารางความสัมพันธ์ของการจัดการการเรียนการสอน การวัดและการประเมินผลการเรียนรู้ที่คาดหวังกับรายวิชา (CLOs)

CLOs	วิธีการจัดการเรียนการสอน	วิธีการวัดผลลัพธ์การเรียนรู้
CLO1 : นิสิตสามารถมีการจัดการชีวิตตนเอง ได้อย่างมีความสุข สมบูรณ์พร้อมในการดำเนินชีวิต อาทิ แรงบันดาลใจ สุขภาพจิต สุขภาพการเงิน	- การบรรยายผ่านช่องทางออนไลน์ (LIVE) พร้อมสไลด์เนื้อหา - การใช้คลิปทางเว็บไซต์ต่างๆ - การจัดทำคลิปวิดีโอโดยผู้สอน	- ใบงานรายหัวข้อ - แบบสรุปการเรียนรู้
CLO2 : นิสิตสามารถออกแบบการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงได้	- การมอบหมายงาน - การถาม-ตอบ ผ่าน Google Form	
CLO3 : นิสิตสามารถปรับตัว ประยุกต์ และเท่าทันการเปลี่ยนแปลงในปัจจุบันและอนาคตได้		

5.แผนการสอน

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง		กิจกรรมการเรียนรู้ การสอน / สื่อที่ใช้	ผู้สอน
		บรรยาย	ปฏิบัติ		
1	แนะนำรายวิชา - คำอธิบายรายวิชา วิธีการเรียน การสอน - สร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้เรียน กับผู้สอน	2	2	- คลิปวิดีโอแนะนำ	รศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา และคณะ
2	แรงบันดาลใจจากศิษย์เก่า - วิธีการดำเนินชีวิต - ความสุข ความสำเร็จในชีวิต	2	2	- คลิปศิษย์เก่าที่ ประสบความสำเร็จ	รศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา ผศ.ทัศนะ ศรีปัตตา ดร.อนวัช มีเคลือบ
3	ต้นแบบในการดำเนินชีวิต - บุคคลตัวอย่างจากหลายแวดวง -	2	2	- บทความวิชาการ	รศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา ผศ.ทัศนะ ศรีปัตตา ดร.อนวัช มีเคลือบ
4	การจัดการการดำเนินชีวิต -การบริหารชีวิตส่วนตัว -การบริหารความสัมพันธ์	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	รศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา ผศ.ทัศนะ ศรีปัตตา น.ส.พรพรรณ ประมวลวุฒิธรณ น.ส.เกษรินทร์ แก้วทรัพย์
5	การจัดการการดำเนินชีวิต - การบริหารเวลา	2	2	- คลิปวิดีโอ - Live โดยผู้สอน	รศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา ผศ.ทัศนะ ศรีปัตตา น.ส.พรพรรณ ประมวลวุฒิธรณ น.ส.เกษรินทร์ แก้วทรัพย์
6	ชีวิตกับสุขภาพการเงิน - การเงิน การออม - การเรียนรู้การลงทุน	2	2	- คลิปวิดีโอ - Live โดยผู้สอน	รศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา ผศ.ทัศนะ ศรีปัตตา น.ส.พรพรรณ ประมวลวุฒิธรณ น.ส.เกษรินทร์ แก้วทรัพย์
7	เทคนิคการวางแผนทางการเงิน ในยุคดิจิทัล - การเรียนรู้จากสถาบันทาง การเงินชั้นนำของประเทศ	2	2	- สื่อออนไลน์จาก K Bank	รศ.ดร.วิทยา จันทร์ศิลา ผศ.ทัศนะ ศรีปัตตา ดร.อนวัช มีเคลือบ
8	สอบกลางภาค	ไม่จัดสอบ			

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง		กิจกรรมการเรียนรู้ การสอน / สื่อที่ใช้	ผู้สอน
		บรรยาย	ปฏิบัติ		
9	ชีวิตกับสุขภาวะ - ปัญหา สาเหตุ และวิธีการจัดการ กับปัญหาหรือสถานการณ์ที่ทำให้ เกิดความเครียด - เรียนรู้ปัญหาด้วยปัญญา	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	รศ.ดร.วิทยา จันทศิริลา ผศ.ทศนะ ศรีปัตตา นางพรธิดา บุญยะโรจน์ นางสาวนณทยา โตสวัสดิ์
10	ชีวิตกับสุขภาวะ - หน่วยงานให้ความช่วยเหลือของ มหาวิทยาลัยนเรศวร - กรณีตัวอย่าง	2	2	- เอกสารออนไลน์ - Live โดยบุคลากร ที่รับผิดชอบ	รศ.ดร.วิทยา จันทศิริลา ผศ.ทศนะ ศรีปัตตา นางพรธิดา บุญยะโรจน์ นางสาวนณทยา โตสวัสดิ์
11	การสื่อสารในตนเอง - การรู้จักตนเองอย่างแท้จริง - เทคนิควิธีการสื่อสารกับตนเอง	2	2	- คลิปวิดีโอ - Live โดยผู้สอน - บทความเพิ่มเติม	รศ.ดร.วิทยา จันทศิริลา ผศ.ทศนะ ศรีปัตตา น.ส.ธัญญารัตน์ อินทร์เมือง นายธรรมรงค์ สาริกุล
12	EGO กับการใช้ชีวิต - พลังภาพของตัวตน EGO - มุมมอง EGO กับการใช้ชีวิต	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	รศ.ดร.วิทยา จันทศิริลา ผศ.ทศนะ ศรีปัตตา น.ส.ธัญญารัตน์ อินทร์เมือง นายธรรมรงค์ สาริกุล
13	ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง - ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง - การน้อมนำไปสู่การปฏิบัติ	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	รศ.ดร.วิทยา จันทศิริลา ผศ.ทศนะ ศรีปัตตา นายกัณต์กวี วิมุติ
14	การออกแบบชีวิตแบบพอเพียง - การนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน - แนวทางการใช้ชีวิตอย่างพอเพียง	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	รศ.ดร.วิทยา จันทศิริลา ผศ.ทศนะ ศรีปัตตา นายกัณต์กวี วิมุติ
15	เทคนิคการสร้างความมั่งคั่งอย่าง ยั่งยืนในชีวิต. - เรียนรู้เทคนิควิธีการในการสร้าง ชีวิตให้สมบูรณ์พูนสุข	2	2	- Live โดยผู้สอน - สไลด์ PPT - บทความเพิ่มเติม	รศ.ดร.วิทยา จันทศิริลา ผศ.ทศนะ ศรีปัตตา ว่าที่ ร.ต.อิสราณวัฒน์ วินทะสมบัติ
16	กรณีศึกษา บุคคลตัวอย่างในการ สร้างความมั่งคั่ง ยั่งยืน - บุคคลต้นแบบในการเรียนรู้	2	2	- คลิปวิดีโอ - สไลด์ PPT	รศ.ดร.วิทยา จันทศิริลา ผศ.ทศนะ ศรีปัตตา ว่าที่ ร.ต.อิสราณวัฒน์ วินทะสมบัติ

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง		กิจกรรมการเรียนรู้ การสอน / สื่อที่ใช้	ผู้สอน
		บรรยาย	ปฏิบัติ		
17 - 18	สอบปลายภาค	ไม่จัดสอบ			

6. สื่อ ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

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

หมวดที่ 3 การประเมินผลรายวิชา

3.1 แผนการประเมินผลการเรียนรู้ (CLO)

ผลการเรียนรู้ตาม CLO	วิธีการประเมินผลนิสิต	สัปดาห์ที่ ประเมิน	สัดส่วนของการ ประเมินผล
1	ใบงานการเรียนรู้ 4 หัวข้อ 1. แร้งบันดาลใจและบุคคลต้นแบบ 2. การจัดการการดำเนินชีวิต 3. ชีวิตกับสุขภาพการเงิน 4. ชีวิตกับสุขภาวะ	1-10	55%
2	ใบงานปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและการ ออกแบบชีวิต	13-14	15%
3	ใบงานการเรียนรู้ 2 หัวข้อ 1. การสื่อสารในตนเองและ EGO 2. การสร้างความมั่งคั่งในชีวิต	11-12 และ 15-16	30%
	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*	$\geq 70\%$
I	Incomplete
U	Unsatisfied

อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา

ลงชื่อ

(รองศาสตราจารย์ ดร.วิทยา จันทร์ศิลา)

22 เมษายน 2563