



แผนการเรียนรู้ของรายวิชา

รหัสวิชา
ชื่อวิชา

002310
ทักษะชีวิต
Life Skills

รายละเอียดของรายวิชา (Course Specification)

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา มหาวิทยาลัยนเรศวร
 วิทยาเขต/คณะ/ภาควิชา กองบริการการศึกษา งานจัดการวิชาศึกษาทั่วไป

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของรายวิชา

1.1 รหัสและชื่อรายวิชา 002310 ชื่อวิชา ทักษะชีวิต (Life Skills)

1.2 จำนวนหน่วยกิต 3 (2-2-5)

1.3 คำอธิบายรายวิชา

ความรู้เกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ และความรับผิดชอบต่อครอบครัว และสังคม การปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลงของสังคม ทักษะชีวิตและอาชีพการงานในศตวรรษที่ 21 ทักษะในการยืดหยุ่น และการปรับตัว ทักษะการคิดสร้างสรรค์และการกำหนดทิศทางชีวิตของตนเอง ทักษะการสร้างปฏิสัมพันธ์ในสังคมและในสังคมข้ามวัฒนธรรม ทักษะการเพิ่มผลผลิตและรับผิดชอบต่อผลผลิต และทักษะการสร้างภาวะผู้นำและการรับผิดชอบต่อหน้าที่

Knowledge relating to roles, duties, and responsibilities of an individual both as a member of a family and a member of a society which include an adaptation to changes in a society, life and career skills 21st century; flexibility and adaptability skills; creative thinking and self-direction skills; intra-social and cross-cultural interaction skills; productivity and accountability skills; leadership and responsibility skills.

1.4 ประเภทของรายวิชา ☐ วิชาบังคับ ☒ ศึกษาทั่วไป ☐ เลือก กลุ่มภาษา

หลักสูตร [.....] ชั้นปีที่ [.....]

หลักสูตร [.....] ชั้นปีที่ [.....]

1.5 ภาควิชาการศึกษา/ปีการศึกษา

ภาควิชาการศึกษาที่เปิดสอน : 1/2568

จำนวนผู้เรียน/กลุ่มเรียน : 370 คน /กลุ่ม จำนวน 3 กลุ่มเรียน

1.6 อาจารย์ที่รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน

อาจารย์ที่รับผิดชอบรายวิชา : ผศ.ดร.ทวีศักดิ์ สว่างเมฆ

อาจารย์ผู้สอน : ศ.ดร.ปกรณ์ ประจันบาน

ผศ.ดร.อนุชา กอนพ่วง

ผศ.ดร.ทวีศักดิ์ สว่างเมฆ

ผศ.ดร.สุริย์พร สว่างเมฆ

ผศ.ดร.ณัฐกานต์ ประจันบาน

ดร.ญาดา ม่วงแก้ว

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 : 1 มิถุนายน 2568

หมวดที่ 2 รายละเอียดเนื้อหาและการจัดการเรียนการสอน

2.1 PLO ของหลักสูตร

PLO1 ปฏิบัติตนเป็นคนตรงต่อเวลา มีจิตสาธารณะ

PLO2 ให้มีความรู้เพื่อนำไปพัฒนาทักษะการใช้ชีวิต การดูแลตนเอง และดำรงตนอย่างมีความสุข ดำเนินชีวิตบนพื้นฐานปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

PLO3 วิเคราะห์ สังเคราะห์ นำความรอบรู้ทั้งด้านมนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และวิทยาศาสตร์ ไปใช้ให้เกิดการรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์โลก ทำให้รักโลก รักธรรมชาติ รักสิ่งแวดล้อม และสามารถอยู่รอดในการเปลี่ยนแปลงในอนาคต ทั้งนี้เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์จริง ทำให้เกิดการปรับตัวให้เข้ากับสังคมไทย สังคมอาเซียน และสังคมโลก

PLO4 แสดงออกถึงความสามารถในการทำงานเป็นทีม มีความเป็นผู้นำ และมีมนุษยสัมพันธ์

PLO5 แสดงออกถึงความสามารถในการสื่อสาร วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุปประเด็นเนื้อหา ทั้งการพูด การเขียน และการนำเสนอ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.2 CLOs ของรายวิชา

เมื่อสิ้นสุดการเรียนการสอนแล้ว นิสิตที่สำเร็จการศึกษาในรายวิชาจะสามารถ

CLO 1 ปฏิบัติตนเป็นคนตรงต่อเวลา มีความรับผิดชอบ แสดงออกที่มุ่งสู่ความสำเร็จ มีจิตสาธารณะ มีภาวะผู้นำ

CLO 2 ให้มีความรู้เพื่อนำไปพัฒนาทักษะการใช้ชีวิต การดูแลตนเอง และดำรงตนอย่างมีความสุข ดำเนินชีวิตบนพื้นฐานปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

CLO 3 วิเคราะห์ สังเคราะห์ นำความรอบรู้ทั้งด้านมนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และวิทยาศาสตร์ ไปใช้ให้เกิดการรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์โลก ทำให้รักโลก รักธรรมชาติ รักสิ่งแวดล้อม และสามารถอยู่รอดในการเปลี่ยนแปลงในอนาคต ทั้งนี้เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์จริง ทำให้เกิดการปรับตัวให้เข้ากับสังคมไทย สังคมอาเซียน และสังคมโลก

CLO 4 แสดงออกถึงความสามารถในการทำงานเป็นทีม มีความเป็นผู้นำ และมีมนุษยสัมพันธ์

CLO 5 แสดงออกถึงความสามารถในการสื่อสาร วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุปประเด็นเนื้อหา ทั้งการพูด การเขียน และการนำเสนอได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.3 ตารางความสัมพันธ์ของการจัดการเรียนการสอน การวัดและการประเมินผลการเรียนรู้ที่คาดหวังกับรายวิชา (CLOs)

CLOs	วิธีการจัดการสอน/ ประสบการณ์การเรียนรู้	วิธีการวัดผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้
CLO1 : ปฏิบัติตนเป็นคนตรงต่อเวลา มีความรับผิดชอบ แสดงออกที่มุ่งสู่ความสำเร็จ มีจิตสาธารณะ มีภาวะผู้นำ	- การบรรยาย - การทำกิจกรรมในชั้นเรียน และนอกชั้นเรียน - การนำเสนอผลงาน - การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน - การทำโครงการเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต	- ประเมินผลจากเข้าชั้นเรียน การส่งงาน การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในชั้นเรียน และการแต่งกาย - ประเมินจากการส่งงาน ความรับผิดชอบต่องานการทำงานเป็นทีม การช่วยเหลืองานภายในกลุ่ม ภายในห้องเรียน - ประเมินผลจากการสังเกตการณ์ของผู้สอน ต่อความกระตือรือร้นให้ความสนใจในการเรียน การถาม-ตอบ การแสดงความคิดเห็น แลกเปลี่ยนประสบการณ์ และการมีส่วนร่วมในชั้นเรียน

2.3 ตารางความสัมพันธ์ของการจัดการการเรียนการสอน การวัดและการประเมินผลการเรียนรู้ที่คาดหวังกับรายวิชา (CLOs) (ต่อ)

CLOs	วิธีการจัดการสอน/ ประสบการณ์การเรียนรู้	วิธีการวัดผลลัพธ์การเรียนรู้
		- ประเมินผลจากการสังเกตของทีมผู้สอนต่อการทำงานเป็นทีม ระหว่างการทำกิจกรรมโครงการทักษะชีวิต
CLO2 : ให้ความรู้เพื่อนำไปพัฒนาทักษะการใช้ชีวิต การดูแลตนเอง และดำรงตนอย่างมีความสุข ดำเนินชีวิตบนพื้นฐานปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	- บรรยายในชั้นเรียนและถามตอบ - การสาธิตและฝึกปฏิบัติ - ใช้การสอนแบบปัญหาเป็นฐาน - ใช้การสอนโดยโครงงานเป็นฐาน (The Zero Project from Passions to be Mission) - การเรียนการสอนแบบเป็นทีม	- ประเมินความรู้และทักษะจากการทดสอบแบบข้อเขียน สอบปฏิบัติ สอบปากเปล่า และสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ - ประเมินผลงานที่ส่ง จากความเหมาะสม ครบถ้วน และความครอบคลุมของเนื้อหา - ประเมินผลจากการสอบกลางภาค และสอบปลายภาค การนำเสนอโครงการทักษะชีวิต
CLO3 : วิเคราะห์ สังเคราะห์ นำ ความ รอบรู้ ทั้ง ด้านมนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และวิทยาศาสตร์ ไปใช้ให้เกิดการรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์โลก ทำให้รักโลก รักธรรมชาติ รักสิ่งแวดล้อม และสามารถอยู่รอดในการเปลี่ยนแปลงในอนาคต ทั้งนี้เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์จริง ทำให้เกิดการปรับตัวให้เข้ากับสังคมไทย สังคมอาเซียน และสังคมโลก	- การสอนภาคบรรยายแบบปัญหาเป็นฐาน - ใช้การเรียนการสอนโดยโครงงานเป็นฐาน (กิจกรรมโครงการทักษะชีวิต) - ใช้การเรียนการสอนแบบเน้นการทำงานเป็นทีม และใช้การเรียนการสอนแบบเน้นกิจกรรม - เปิดโอกาสให้นิสิตซักถาม เปิดประเด็น เพื่อแสดงความคิดเห็นระหว่างผู้สอน กับนิสิต และระหว่างนิสิตกับนิสิตในชั้นเรียน	- ประเมินความรู้และทักษะโดยการทดสอบแบบข้อเขียน สอบปฏิบัติ สอบปากเปล่า ประเมินกระบวนการทำงานเป็นทีม และสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ - ประเมินผลจากการสังเกตการณ์ของผู้สอน ต่อความกระตือรือร้นให้ความสนใจในการเรียน การถามตอบ การแสดงความคิดเห็น และการมีส่วนร่วมทำกิจกรรมในชั้นเรียน การส่งงานที่ได้รับมอบหมาย - ประเมินผลจากการถามตอบในชั้นเรียน จากการแสดงความคิดเห็น และสะท้อนสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ โดยรวมกิจกรรมโครงการทักษะชีวิต
CLO4 : แสดงออกถึงความสามารถในการทำงานเป็นทีม มีความเป็นผู้นำ และมีมนุษยสัมพันธ์	- ใช้การเรียนการสอนที่เน้นการเรียนรู้แบบร่วมมือ โดยส่งเสริมความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง และเพื่อนร่วมกลุ่ม - ให้นิสิตค้นคว้าเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง - ใช้การเรียนการสอนแบบเน้นการทำงานเป็นทีม	- ประเมินความรับผิดชอบการมีส่วนร่วมของผู้เรียนในกิจกรรมการเรียนการสอนต่างๆ - ประเมินผลงานที่นิสิตได้รับมอบหมาย และวัดผลแบบเพื่อนประเมินเพื่อน โดยให้เพื่อนในกลุ่มประเมินพฤติกรรมการทำงาน
CLO5 : แสดงออกถึงความสามารถในการสื่อสาร วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุปประเด็นเนื้อหา ทั้งการพูด การเขียน และการนำเสนอได้อย่างมีประสิทธิภาพ	- บรรยายในชั้นเรียนและถามตอบ - การสาธิตและการฝึกปฏิบัติ - ใช้การเรียนการสอนแบบปัญหาเป็นฐาน - ใช้การเรียนการสอนโดยโครงงานเป็นฐาน (โครงการเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต) - การเรียนการสอนแบบเน้นการทำงานเป็นทีม	- ประเมินความสามารถในการสื่อสาร ทั้งการพูด การเขียน การนำเสนอ จากผลงานที่ได้รับมอบหมาย - การสังเกตพฤติกรรม การสื่อสาร (การส่งต่อ และการรับข้อมูล) ระหว่างการทำกิจกรรมร่วมกันในชั้นเรียน และนอกชั้นเรียน

2.4 แผนการสอน

ลำดับ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน (ชม.)		กิจกรรมการเรียนรู้ สอน/สื่อที่ใช้	ผู้สอน
		บรรยาย	ปฏิบัติ		
1	- Introduction: แนะนำ รายวิชา อาจารย์ผู้สอน และผู้ช่วยสอน - กิจกรรมสำรวจบุคคล (Student Persona 1)	2	2	- บรรยาย - ถามและตอบ - PowerPoint, VDO, Clip - กิจกรรมเดี่ยว	ผศ.ดร.ทวิศักดิ์ สว่างเมฆ และคณะ
2	- กิจกรรมสำรวจบุคคล (Student Persona 2) - การแบ่งกลุ่มมอบหมายงาน	2	2	- บรรยาย - ถามและตอบ - PowerPoint, VDO, Clip - กิจกรรมเดี่ยว: google form - กิจกรรมกลุ่มและการนำเสนอ	ผศ.ดร.ทวิศักดิ์ สว่างเมฆ และคณะ
3 - 4	- Life skills 21 Century life skills 21 Century phenomena requirements - กิจกรรมกลุ่มการนำเสนอ	4	4	- บรรยาย - ถามและตอบ - PowerPoint, VDO, Clip - กิจกรรมเดี่ยว - กิจกรรมกลุ่มและการนำเสนอ	ผศ.ดร.ทวิศักดิ์ สว่างเมฆ และคณะ
5	- Passion & Inspiration - กิจกรรมรายบุคคล - กิจกรรมกลุ่มการนำเสนอ	2	2	- บรรยาย - ถามและตอบ - PowerPoint, VDO, Clip - กิจกรรมเดี่ยว - กิจกรรมกลุ่มและการนำเสนอ	ผศ.ดร.ทวิศักดิ์ สว่างเมฆ และคณะ
6	- Passion & Inspiration from the Idols - เรียนรู้โครงการตัวอย่างจาก รุ่นพี่ - การดำเนินงานกิจกรรม The Idols	2	2	- บรรยาย - ถามและตอบ - PowerPoint, VDO, Clip - ดำเนินงานกิจกรรม The Idols - กิจกรรมกลุ่มและการนำเสนอ	ผศ.ดร.ทวิศักดิ์ สว่างเมฆ และคณะ
7	- การดำเนินงานกิจกรรม The Idols	2	2	- ดำเนินงานกิจกรรม The Idols	ผศ.ดร.ทวิศักดิ์ สว่างเมฆ และคณะ
8	สอบกลางภาคเรียน				
9	- โครงการ The Zero Project from Passions to be Mission - กิจกรรมกลุ่ม	2	2	- บรรยาย - ถามและตอบ - PowerPoint, VDO, Clip - ดำเนินงานกิจกรรม The Idols - กิจกรรมกลุ่มและการนำเสนอ - ถาม-ตอบปัญหาในประเด็น ภาวะผู้นำ	ผศ.ดร.ทวิศักดิ์ สว่างเมฆ และคณะ

2.4 แผนการสอน (ต่อ)

ลำดับ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน (ชม.)		กิจกรรมการเรียนรู้ สอน/สื่อที่ใช้	ผู้สอน
		บรรยาย	ปฏิบัติ		
10 - 11	การดำเนินงาน โครงการงาน The Zero Projects Passion to be Mission	4	4	ดำเนินงาน โครงการงาน The Zero Projects Passion to be Mission	ผศ.ดร.ทวีศักดิ์ สว่างเมฆ และคณะ
12	นำเสนอความก้าวหน้า/ปัญหา อุปสรรค โครงการงาน The Zero Projects from Passion to be Mission	2	2	กิจกรรมกลุ่ม และการ นำเสนอ	ผศ.ดร.ทวีศักดิ์ สว่างเมฆ และคณะ
13 -14	การดำเนินงาน โครงการงาน The Zero Projects Passion to be Mission (ต่อ)	4	4	ดำเนินงาน โครงการงาน The Zero Projects Passion to be Mission	ผศ.ดร.ทวีศักดิ์ สว่างเมฆ และคณะ
15	-นำเสนอโครงการงาน The Zero Projects from Passion to be Mission (จัดนิทรรศการ ร่วมใน โครงการ GE App) - สรุปโครงการ The Zero Projects from Passion to be Mission	2	2	- กิจกรรมกลุ่ม และการ นำเสนอ - กิจกรรมกลุ่ม และการ นำเสนอบรรยาย, PowerPoint, VDO, Clip	ผศ.ดร.ทวีศักดิ์ สว่างเมฆ และคณะ
16	- Conclusion : สรุปรายวิชา ทักษะชีวิต และการทบทวน เนื้อหา (Tutorial) - ตรวจสอบการส่งงานและเวลา เข้าชั้นเรียน	2	2	- สรุปรายวิชาทักษะชีวิต - การทบทวนเนื้อหา (Tutorial) - ถามและตอบ	ผศ.ดร.ทวีศักดิ์ สว่างเมฆ และคณะ
17 - 18	สอบปลายภาคเรียน				

2.5 สื่อ ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

กาญจนา เกรียงชัย. (2558). **ทักษะชีวิตในศตวรรษที่ 21**. พิษณุโลก. มหาวิทยาลัยนเรศวร.

ชาญณรงค์ พรุ่งโรจน์. (2546). **ความคิดสร้างสรรค์**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.

เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2545). **การคิดเชิงสร้างสรรค์**. กรุงเทพฯ : ชัคเชส มีเดีย.

ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา. (2545). **ความคิดสร้างสรรค์ : พรสวรรค์ที่พัฒนาได้**. กรุงเทพฯ :
บริษัทการพิมพ์.

อารีย์ พันธมณี. (2545). **ฝึกคิดให้เป็น คิดให้สร้างสรรค์**. กรุงเทพฯ : ไยไหม ศรีเอทีพี กรุ๊ป จำกัด.

วรพจน์ วงศ์กิจรุ่งเรือง และ อธิป จิตตฤกษ์. (2562). **ทักษะแห่งอนาคตใหม่: การศึกษาเพื่อ
ศตวรรษที่ 21** กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ book scape.

หมวดที่ 3 การประเมินผลรายวิชา

3.1 แผนการประเมินผลการเรียนรู้ (CLOs)

ผลการเรียนรู้ตาม CLOs	วิธีการประเมินผลนิสิต	สัปดาห์ที่ประเมิน	สัดส่วนของการประเมินผล
1, 2	- ความรับผิดชอบ ความตรงต่อเวลาในการเข้าชั้นเรียนและการส่งงาน - การทำงานกลุ่มและทีม - การเข้าชั้นเรียน	1 - 16	80%
1, 2, 3, 4, 5	- การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในชั้นเรียน - การมีส่วนร่วมในกิจกรรมนอกชั้นเรียน - การนำเสนอและส่งผลงาน	2-15	
1, 2, 3	2. สอบกลางภาค	8	10 %
1, 2, 3	3. สอบปลายภาค	17 -18	10 %
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.ทวีศักดิ์ สว่างเมฆ

1 / มิถุนายน / 2568