

มหาวิทยาลัยนเรศวร

Naresuan University

รายละเอียดของรายวิชาและแผนการจัดการเรียนการสอน

Course Specifications and Syllabus

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของรายวิชา

Section 1 General Information of the Course

1. รหัสและชื่อรายวิชา (Course Code and Course Title)

ภาษาไทย...ความสุขกับงานอดิเรก.....

English ...Happiness with Hobbies.....

2. สังกัดรายวิชา

คณะ.....

มหาวิทยาลัย (งานจัดการวิชาศึกษาทั่วไป กองบริการการศึกษา)

3. จำนวนหน่วยกิต (Credits)  3(2-2-5)  3(3-0-6)  1(0-2-1)

4. คำอธิบายรายวิชา/Course Description

ภาษาไทย แนวคิดความสุข องค์ประกอบพื้นฐานของการสร้างความสุขในการดำเนินชีวิต การคิดอย่างสร้างสรรค์ การสร้างสรรค์ผลงานจากงานอดิเรกเพื่อส่งเสริมความสุขในชีวิตและสังคม

English Concepts of happiness; basic elements of happiness in life; creative thinking; creation of works from hobbies to promote life and social happiness

5. กลุ่มวิชาตามหมวดวิชาศึกษาทั่วไป ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2567

กลุ่มภาษาและการสื่อสาร (ภาษาอังกฤษและภาษาไทย)

กลุ่มความรู้เพื่อการใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพ

กลุ่มการพัฒนาทักษะและลักษณะบุคคล

กลุ่มการพัฒนาสุขภาพกายและจิต

กลุ่มการเป็นพลเมืองไทยและพลโลกเพื่อสังคมที่ยั่งยืน

6. ภาคการศึกษา/ปีการศึกษา (Semester/Academic Year)

ภาคเรียนต้น

ภาคเรียนปลาย

ภาคเรียนฤดูร้อน

ปีการศึกษา.....2568...

## 7. อาจารย์ที่รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน (Instructors)

ลำดับ	ชื่อ - สกุล	ตำแหน่ง	ช่องทางการติดต่อ	
			ห้องทำงาน	โทร.
1	จิตติกาญจน์ วงศ์สุคติเวช	ผู้ประสานงานรายวิชา	งานจัดการวิชา ศึกษาทั่วไป	8330
1	รศ.ดร.อรรระวี คงสมบัติ	ผู้รับผิดชอบรายวิชา/ ผู้สอน	MD 421	4654
2	รศ.ดร.วิลาวัลย์ ภูมิดอนมิ่ง	ผู้สอน		
3	ผศ.ดร.กฤษณ์ ตันตนะรัตน์	ผู้สอน		
4	ผศ.ดร.นสพ.เกริกเกียรติ จินดา	ผู้สอน		
5	ผศ.ดร.กรรณิการ์ อรรถปิ่นยวนิช	ผู้สอน		
6	ผศ.ดร.ทิพย์ภาพร บัวเล็ง	ผู้สอน		
7	ดร.ทักษณี มหาศิริพันธุ์	ผู้สอน		
8	ดร.ยุทธพงษ์ ทองพบ	ผู้สอน		
9	ดร.หทัยชนก อิมเพ็ง	ผู้สอน		
10	ผศ.ดร.ลัดดาวรรณ ละเลิศ	ผู้สอน		
11	อ.นัฐการณ์ สีจ๊ะ	ผู้สอน		
1	นางสาวลัทธนาวรรณ	ผู้ช่วยสอน		
2	นางสาววิศรา ทรัพย์พันธุ์	ผู้ช่วยสอน		
3	นางสาวณัฐนิช ผลสมบัติ	ผู้ช่วยสอน		
4	นางสาวปวีณา เวชประสิทธิ์	ผู้ช่วยสอน		
5.	นางสาวนางสาวอรรณพ มุลเงิน	ผู้ช่วยสอน		

8. วัน เวลาเรียน...อังคาร 08.00-09.50 น. พฤหัสบดี 10.00-11.50 น. ....

9. สถานที่เรียน ห้อง...53... ชั้น.....3.. อาคาร.....ปราบไตรจักร.....

10. วันเดือนปีที่ปรับปรุงเนื้อหาสาระรายวิชา วันที่ 23 ตุลาคม 2568

## หมวดที่ 2 รายละเอียดเนื้อหาและกิจกรรมการเรียนการสอน

### Section 2 Course Content and Teaching and Learning Activities

#### 1. ผลลัพธ์การเรียนรู้

##### 1.1 ผลลัพธ์การเรียนรู้ตามมาตรฐานคุณวุฒิอุดมศึกษา 2565

ด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ (โดยสรุป)
1. ความรู้ (knowledge)	ความรู้ที่จำเป็นและเพียงพอต่อการนำไปต่อยอดความรู้ ปรับใช้ความรู้ เพื่อการพัฒนางาน
2. ทักษะ (skills)	1. ทักษะการเรียนรู้ การเรียนรู้ด้วยตนเองในการปฏิบัติ 2. ด้านดิจิทัล
3. จริยธรรม (ethics)	1. การกระทำที่เป็นไปตามกฎกติกา และเกิดประโยชน์ต่อสังคม 2. การหลีกเลี่ยงการกระทำสิ่งที่ไม่ดีกฎกติกาของสังคม และไม่ทำผิดกฎหมาย
4. ลักษณะบุคคล (character)	1. ลักษณะบุคคลทั่วไป (เช่น บุคลิกที่น่าเชื่อถือ เป็นมิตร มีเสน่ห์ เป็นผู้นำ นิสัยใฝ่รู้ใฝ่เรียน กล้าแสดงออก กล้าตัดสินใจ รักการทำงานเป็นทีม คิดอย่างมีวิจารณญาณ ฯลฯ) 2. ลักษณะบุคคลตามวิชาชีพ หรือตามศาสตร์ที่เกี่ยวข้อง

##### 1.2 ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง (Expected Learning Outcomes – ELOs) หมวดวิชาชีพศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยนเรศวร

ELOs	รายละเอียด ELOs	ผลลัพธ์การเรียนรู้ตามมาตรฐานคุณวุฒิอุดมศึกษา 2565
ELO1	สามารถอธิบายเนื้อหา แนวคิด และหลักการในรายวิชาที่เรียนและสามารถประยุกต์หรือเชื่อมโยงความรู้นั้น กับการทำงานและชีวิตประจำวันได้	- ความรู้ (knowledge) - ทักษะ (skills)
ELO2	สามารถคิดวิเคราะห์และวิพากษ์อย่างมีเหตุผลและมีวิจารณญาณ สามารถประมวลและประเมินข้อมูลและสารสนเทศจากสื่อต่าง ๆ ได้อย่างสมเหตุสมผล และสามารถใช้ทักษะเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต	- ทักษะ (skills) - ลักษณะบุคคล (character)
ELO3	สามารถใช้ภาษาในการสื่อสาร ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ หรืออาจรวมถึงภาษาอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถใช้ภาษา สื่อ และเทคโนโลยีที่เหมาะสม เพื่อการใช้ชีวิต และเพื่อการแสวงหาความรู้ใหม่ได้ด้วยตนเอง	- ทักษะ (skills) - ลักษณะบุคคล (character)
ELO4	สามารถทำงานเป็นทีม แสดงออกซึ่งความเป็นผู้นำและผู้ตามได้อย่างเหมาะสม สามารถแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม แสดงออกซึ่งความคิดสร้างสรรค์ และความสามารถในการปรับตัว	- ทักษะ (skills) - ลักษณะบุคคล (character)
ELO5	แสดงออกซึ่งคุณธรรมจริยธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต จิตสาธารณะ ความมีวินัย ความรับผิดชอบ ปฏิบัติตามกฎหมาย และเคารพสิทธิ์เสรีภาพของผู้อื่น	- จริยธรรม (ethics) - ลักษณะบุคคล (character)

ELOs	รายละเอียด ELOs	ผลลัพธ์การเรียนรู้ตามมาตรฐาน คุณวุฒิอุดมศึกษา 2565
ELO6	แสดงออกถึงความเป็นพลเมืองที่ดีของประเทศและของโลก ความเข้าใจ สภาวการณ์ของประเทศและของโลก ความภูมิใจในชาติ และความเข้าใจและ การยอมรับความหลากหลายในสังคมไทยและสังคมโลก	- จริยธรรม (ethics) - ลักษณะบุคคล (character)
ELO7	สามารถปฏิบัติตนให้มีความเข้มแข็งทั้งร่างกายและจิตใจ	- ลักษณะบุคคล (character) - ความรู้ (knowledge)

2. ผลลัพธ์การเรียนรู้ของรายวิชา<sup>1</sup> และความสอดคล้องกับผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง (Expected Learning Outcomes – ELOs) หมวดวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยนเรศวร

CLO	ผลลัพธ์การเรียนรู้ของรายวิชา Course Learning Outcomes (CLOs)	กิจกรรมการเรียนการสอน Teaching & Learning Activities	วิธีการประเมิน Assessment Methods	ความสอดคล้อง กับผลลัพธ์การเรียนรู้ ที่คาดหวัง หมวดวิชาศึกษา ทั่วไป Alignment with ELOs
1	อธิบายแนวคิดและทักษะที่สำคัญของงานอดิเรกที่ ส่งเสริมความสุข	- บรรยาย	สอบ	1
2	สามารถวางแผนและดำเนินโครงการที่เกี่ยวกับงาน อดิเรกอย่างเป็นระบบ โดยใช้กระบวนการคิดวิเคราะห์ อย่างมีเหตุผล	- บรรยาย - กิจกรรมกลุ่ม/เดี่ยว	- รายงาน แผนงาน/โครงการ	2
3	สามารถสื่อสาร และใช้เทคโนโลยีในการนำเสนองาน/ โครงการได้	- กิจกรรมกลุ่ม - กิจกรรมเดี่ยว	- การนำเสนอ งาน/กิจกรรม	3
4	สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมกับโอกาส และสถานการณ์	- กิจกรรมกลุ่ม	- Group project evaluation	4
5	แสดงออกซึ่งความรับผิดชอบ ตรงต่อเวลา มีจิต สาธารณะ และการแบ่งปัน	- กิจกรรมกลุ่ม - กิจกรรมเดี่ยว	- การส่งงาน - การเข้าชั้นเรียน	5
6	รับฟังความคิดเห็นและยอมรับความหลากหลาย	- กิจกรรมกลุ่ม	Group project evaluation	6

<sup>1</sup> ควรใช้คำกริยาที่แสดงผลลัพธ์เชิงพฤติกรรมตาม Bloom's Taxonomy (It is recommended that action verbs showing students' expected behavioral outcomes based on Bloom's Taxonomy be used.)

CLO	ผลลัพธ์การเรียนรู้ของรายวิชา Course Learning Outcomes (CLOs)	กิจกรรมการเรียนการสอน Teaching & Learning Activities	วิธีการประเมิน Assessment Methods	ความสอดคล้อง กับผลลัพธ์การเรียนรู้ ที่คาดหวัง หมวดวิชาศึกษา ทั่วไป Alignment with ELOs
7	สามารถเลือกและมีส่วนร่วมในกิจกรรมหรืองานอดิเรกที่ส่งเสริมความเข้มแข็งทั้งทางกายและจิตใจอย่างเหมาะสมกับตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> <li>- กิจกรรมกลุ่ม</li> <li>- กิจกรรมเดี่ยว</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การส่งงาน</li> <li>- สังเกตพฤติกรรม</li> </ul>	7

### 3. แผนการสอน (Course Plan)

สัปดาห์ ที่ Week	หัวข้อที่สอน Topic	ผลลัพธ์การเรียนรู้ราย บทเรียน (ถ้ามี) Lesson Learning Outcome (LLO) (if available)	ความ สอดคล้องกับ CLO (Alignment with CLO)	กิจกรรมการเรียนการ สอน Teaching & Learning Activities	วิธีการประเมิน Assessment Methods	ผู้สอน	หมายเหตุ/แหล่งเรียนรู้ เพิ่มเติม (ถ้ามี) Notes/ Supplementary Sources of Learning (if available)
1	ชี้แจงการจัดการเรียนการสอน และบท นำสู่การเรียนการสอนรายวิชาความ สุขกับงานอดิเรก - แนวคิดเกี่ยวกับงานอดิเรกและ ความสุข - แนวคิดของความสุข	-	1	- บรรยาย/ถามและตอบ	สอบ	รศ.ดร.อรรณี ดร.ทักษิณี	
2	Happy Green...สวนผักปลอดสาร ปฏิบัติการ: Happy Green...สวนผัก ปลอดสาร	-	3,4,5,6,7	-บรรยาย - กิจกรรมกลุ่ม/เดี่ยว	- การนำเสนองาน/กิจกรรม - การส่งงาน - การเข้าชั้นเรียน - สังเกตพฤติกรรม - Group project evaluation	รศ.ดร.วิลาวัลย์ รศ.ดร.อรรณี	
3	โปสการ์ด การเดินทางของความคิดถึง ปฏิบัติการโปสการ์ด การเดินทางของ ความคิดถึง	-	3,5,7	- บรรยาย - กิจกรรมเดี่ยว	- การนำเสนองาน/กิจกรรม - การส่งงาน - การเข้าชั้นเรียน	ผศ.ดร.ทิพย์ภาพร	
4	ความสุขกับตัวหนังสือ ปฏิบัติการ: ความสุขกับตัวหนังสือ	-	3,4,5,6,7	- บรรยาย - กิจกรรมกลุ่ม	- การนำเสนองาน/กิจกรรม - Group project evaluation	ดร.หทัยชนก	
5	ความสุขจากภาพ ปฏิบัติการความสุขจากภาพ	-	3,4,5,6,7	- บรรยาย - กิจกรรมกลุ่ม	- การส่งงาน - การเข้าชั้นเรียน - สังเกตพฤติกรรม	ดร.ยุทธิพงษ์	
6	แนะนำโครงงาน จิตอาสาพาเพลิน	-	3,4,5,6, 2	- กิจกรรม/นำเสนองาน - กิจกรรมกลุ่ม	- รายงานแผนงาน/โครงงาน - การส่งงาน - การเข้าชั้นเรียน - สังเกตพฤติกรรม	รศ.ดร.อรรณี	

สัปดาห์ ที่ Week	หัวข้อที่สอน Topic	ผลลัพธ์การเรียนรู้ราย บทเรียน (ถ้ามี) Lesson Learning Outcome (LLO) (if available)	ความ สอดคล้องกับ CLO (Alignment with CLO)	กิจกรรมการเรียนการ สอน Teaching & Learning Activities	วิธีการประเมิน Assessment Methods	ผู้สอน	หมายเหตุ/แหล่งเรียนรู้ เพิ่มเติม (ถ้ามี) Notes/ Supplementary Sources of Learning (if available)
7	งานผ้าปาเตลิน ปฏิบัติการ งานผ้าปาเตลิน	-	3,5,7	- บรรยาย - กิจกรรมเดี่ยว	- การนำเสนองาน/กิจกรรม - การส่งงาน - การเข้าชั้นเรียน - Group project evaluation	ดร.ชนิษฐา อ พิเศษ หรือ บุคคลภายนอก	
8	สอบกลางภาค						
9	ความสุขกับการบริโภค ปฏิบัติการ อิ่มทั้งกายอิ่มทั้งใจจากการ สร้างสรรค์	-	1, 3,4,5,6,7	- บรรยาย - กิจกรรมกลุ่ม	- สอบ - การนำเสนองาน/กิจกรรม - การส่งงาน - การเข้าชั้นเรียน - Group project evaluation	ผศ.ดร.เกริกเกียรติ	
10	ความสุขกับการปั่น	-	3,4,5,6,7	- บรรยาย/ถามและตอบ - กิจกรรมกลุ่ม	- การส่งงาน - การเข้าชั้นเรียน - Group project evaluation	ดร.ทักษณี อ.นัฐการณ์ รศ.ดร.อรรณี	
11	นำเสนอแผนงานโครงการ	-	2,3,4,5,6	- กิจกรรมกลุ่ม	- รายงานแผนงาน/โครงการ - การเข้าชั้นเรียน - Group project evaluation	รศ.ดร.อรรณี	
12	ความสุขกับเสียงเพลง ปฏิบัติการ: สร้างความสุขด้วยเสียงเพลง	-	3,4,5,6,7	- บรรยาย/ถามและตอบ - Clip VDO - กิจกรรมกลุ่ม	- การนำเสนองาน/กิจกรรม - การส่งงาน - การเข้าชั้นเรียน - Group project evaluation	ผศ.ดร.กรรณิการ์	
13	ความสุขกับการเขียน Blog	-	3,4,5,6,7	- บรรยาย	- การนำเสนองาน/กิจกรรม	ผศ.ดร.ลัดดาวรรณ	

สัปดาห์ ที่ Week	หัวข้อที่สอน Topic	ผลลัพธ์การเรียนรู้ราย บทเรียน (ถ้ามี) Lesson Learning Outcome (LLO) (if available)	ความ สอดคล้องกับ CLO (Alignment with CLO)	กิจกรรมการเรียนการ สอน Teaching & Learning Activities	วิธีการประเมิน Assessment Methods	ผู้สอน	หมายเหตุ/แหล่งเรียนรู้ เพิ่มเติม (ถ้ามี) Notes/ Supplementary Sources of Learning (if available)
	ปฏิบัติการ: ความสุขกับการเขียน Blog			- กิจกรรมกลุ่ม	- การส่งงาน - การเข้าชั้นเรียน - Group project evaluation		
14	สร้างเสริมสุขภาพกายเพื่อความสุข ปฏิบัติการ: สร้างเสริมสุขภาพกายเพื่อ ความสุข	-	3,4,5,6,7	- บรรยาย/ถามและตอบ - Clip VDO - กิจกรรมกลุ่ม	- การนำเสนองาน/กิจกรรม - การส่งงาน - การเข้าชั้นเรียน - Group project evaluation	ผศ.ดร.กฤษณ์ รศ.ดร.อรรณี	
15	นิสิตเตรียมโครงงาน	-	-	-	-	-	
16	ปฏิบัติการนำเสนอโครงงาน	-	2,3,4,5,6	- กิจกรรมกลุ่ม	- รายงานแผนงาน/โครงงาน - การนำเสนองาน/กิจกรรม - การส่งงาน - การเข้าชั้นเรียน - Group project evaluation	คณาจารย์	
17 - 18	สอบปลายภาค			-	-	-	-

4. หนังสือ ตำรา สื่อ ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน (Coursebook/Textbook/Learning Resources)  
[ระบุ/specify]

- Dusana Dorjee, (2014) Mind Brain and the path to happiness
- ทาล เบน ชาร์ฮาร์ (พรเลิศ อธิฐฐ์ ผู้แปล) (2554) เปิดห้องเรียนวิชาความสุข กรุงเทพฯ สำนักพิมพ์วิเลิร์น
- ดร.วรัญญา สะอาดเอี่ยม (แปล) รีเทิร์นนิส ศาสตร์แห่งความสุข (The Science of Happiness)
- นีวกลม (นามแฝง) (2555) ความสุขโดยสังเกต. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ : มติชน
- สันติพงษ์ คงรักษ์. 101 Ideas D.I.Y. vol. 3. จัดทำโดยนิตยสารแพรว. กรุงเทพฯ : อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง, 2548,
- นิตยสาร Postcard travel by budget. สำนักพิมพ์ฟิลิกส์เซ็นเตอร์
- สื่อ online ต่าง ๆ

หมวดที่ 3 การประเมินผลผู้เรียน  
Section 3 Student Assessment

1. แผนการประเมินผลการเรียนรู้ (Learning Assessment Plan)

CLO	วิธีการประเมินผลผู้เรียน Assessment Methods	สัปดาห์ที่ประเมิน Week	สัดส่วนของการประเมินผล Weight
1	[สอบกลางภาค/mid-term exam]	1, 9	10%
2	- รายงานแผนงาน/โครงการ	6,11,16	20%
3	- การนำเสนองาน/กิจกรรม	2-5, 7, 10-14, 16	40%
4	- Group project evaluation	2,4,5,9,10-14,16	10%
5	- การเข้าชั้นเรียน/Attendance]	2-15	10%
6	- Group project evaluation	2,4,5,9,10-14,16	5%
7	- การส่งงาน - สังเกตพฤติกรรม	2-5, 7, 9-10, 12-14	5%
	รวม		100%

2. การประเมินผลรายวิชา (Course Evaluation)

เกรด Grade	ช่วงเกรด Grade Intervals
A	80+
B+	75 - 79
B	70 - 74
C+	65 - 69
C	60 - 64
D+	55 - 59
D	50 - 54
F	0 - 49



(ลงชื่อ/Signature)

(.....)

(ชื่อ/Name)

ผู้รับผิดชอบรายวิชา/Instructor or Course Co-Ordinator)

วันที่รายงาน / Date of Report .....23 ต.ค. 2568.....