



## กิจกรรมประจำชุดวิชา 10103 ทักษะชีวิต

ภาคการศึกษาที่ 1/2567

สาขาวิชาศิลปศาสตร์

### คำนำ

การเรียนการสอนของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช มุ่งให้นักศึกษาและผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในกระบวนการศึกษาอย่างครบวงจร ตั้งแต่ก่อนเรียน ระหว่างเรียน และหลังจากเรียนเสร็จสิ้นไปแล้ว โดยจัดระบบการประเมินครบส่วนทั้งการประเมินก่อนเรียน ระหว่างเรียน และประเมินผลสุดท้าย

การประเมินกิจกรรม เป็นส่วนหนึ่งของการวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนการสอบ จึงกำหนดให้นักศึกษาและผู้เรียนทำกิจกรรมภาคปฏิบัติตามที่กำหนดให้โดยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. ให้สามารถสรุปหรือประมวลเนื้อหาสาระของเอกสารการสอนทั้งชุดวิชาหรือกลุ่มเนื้อหา กลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง
2. ประยุกต์ความรู้จากเอกสารการสอนเพื่อจัดทำโครงการพัฒนางานอย่างใดอย่างหนึ่งที่นักศึกษาทำ
3. พัฒนาระบบ โครงการ ชิ้นงาน ฯลฯ ตามกระบวนการหรือขั้นตอนที่แสดงไว้ในหน่วยใดหน่วยหนึ่งของเอกสารการสอน

4. คิด วิเคราะห์ นำเสนอข้อมูลและความคิดในเชิงสร้างสรรค์

นอกจากนี้การทำกิจกรรมประจำชุดวิชายังทำให้นักศึกษาได้ศึกษาเอกสารการสอนตั้งแต่ต้นภาคการศึกษาและจากการวิจัยพบว่านักศึกษาที่ทำกิจกรรมจะมีโอกาสสอบผ่านในปลายภาคมากกว่านักศึกษาที่ไม่ทำกิจกรรม

คณะกรรมการบริหารชุดวิชาทักษะชีวิตจึงมอบหมายกิจกรรมให้นักศึกษาทำ และขอให้ทุกท่านประสบความสำเร็จในการศึกษาชุดวิชานี้ และสามารถนำความรู้ไปเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต และการทำงานสืบไป

คณะกรรมการบริหารชุดวิชาทักษะชีวิต

เมษายน 2567

## 1. การประเมินผล

เกณฑ์การให้คะแนนกิจกรรมจะพิจารณาจากการตอบที่ตรงประเด็นคำถาม การครอบคลุม ประเด็นหลักที่ถาม ความถูกต้องของคำตอบ ความชัดเจนของการนำเสนอ

มหาวิทยาลัยไม่บังคับให้นักศึกษาทุกคนต้องทำกิจกรรม นักศึกษาอาจเลือกทำหรือไม่ทำก็ได้ โดยการประเมินปลายภาคสำหรับชุดวิชานี้ แบ่งออกเป็น 2 กรณี

กรณีที่ 1 นักศึกษาทำกิจกรรม มหาวิทยาลัยจะแบ่งคะแนนออกเป็น 2 ส่วน ส่วนแรกจากคะแนนสอบปลายภาคคิดร้อยละ 80 และส่วนที่สองจากคะแนนกิจกรรมร้อยละ 20 และคะแนนกิจกรรมจะนำไปใช้ทั้งการประเมินผลสอบไล่และสอบซ่อม นักศึกษาที่มีได้ส่งกิจกรรมในการสอบไล่จะส่งกิจกรรมเพื่อเป็นคะแนนกิจกรรมในการสอบซ่อมไม่ได้

กรณีที่ 2 นักศึกษาไม่ทำกิจกรรม มหาวิทยาลัยจะประเมินผลจากการสอบปลายภาคเพียงอย่างเดียว ในการประเมินผลปลายภาค นักศึกษากลุ่มที่ทำกิจกรรมและไม่ทำกิจกรรมจะต้องประเมินผลโดยใช้ข้อสอบฉบับเดียวกัน นักศึกษากลุ่มที่ทำกิจกรรมมีคะแนนเต็ม 80 คะแนน ส่วนนักศึกษากลุ่มที่ไม่ทำกิจกรรมจะมีคะแนนเต็ม 100 คะแนน สำหรับนักศึกษาที่ทำกิจกรรมมหาวิทยาลัยจะพิจารณาให้นักศึกษาได้ประโยชน์สูงสุด โดยการนำคะแนนสอบปลายภาคของนักศึกษาเพียงอย่างเดียวมาเปรียบเทียบกับความคิดคะแนนสอบปลายภาครวมกับคะแนนกิจกรรม แล้วนำคะแนนส่วนที่มากกว่าไปใช้ในการตัดสินผลการสอบให้กับนักศึกษา ดังตัวอย่างต่อไปนี้

**ตัวอย่างที่ 1** นักศึกษาได้คะแนนกิจกรรม 18 คะแนน และทำข้อสอบได้ 70 ข้อ (คิดเป็น  $70 \times 0.66666$  เท่ากับ 46.67 คะแนน) นักศึกษาจะได้คะแนนกิจกรรมรวมกับคะแนนสอบปลายภาค  $18 + 46.67$  เท่ากับ 64.67 คะแนน กรณีคิดคะแนนจากการสอบปลายภาคเพียงอย่างเดียว นักศึกษาจะได้  $70 \times 0.83333$  เท่ากับ 58.33 คะแนน มหาวิทยาลัยจะเลือกให้นักศึกษาได้คะแนน 64.67 คะแนน

**ตัวอย่างที่ 2** นักศึกษาได้คะแนนกิจกรรม 13 คะแนน และทำข้อสอบได้ 92 ข้อ (คิดเป็น  $92 \times 0.66666$  เท่ากับ 61.33 คะแนน) นักศึกษาจะได้คะแนนกิจกรรมรวมกับคะแนนสอบปลายภาค  $13 + 61.33$  เท่ากับ 74.33 คะแนน กรณีคิดคะแนนจากการสอบปลายภาคเพียงอย่างเดียว นักศึกษาจะได้  $92 \times 0.83333$  เท่ากับ 76.67 คะแนน มหาวิทยาลัยจะเลือกให้นักศึกษาได้ 76.67 คะแนน

## 2. การส่งกิจกรรมประจำชุดวิชา

ให้นักศึกษาดำเนินการดังนี้

1. ให้นักศึกษาส่งกิจกรรมประจำชุดวิชาได้ 2 ช่องทาง ดังนี้
  - 1) ระบบออนไลน์ที่ <https://eduapp.stou.ac.th/practice/>
  - 2) ส่งทางไปรษณีย์ โดยนักศึกษาส่งกิจกรรมประจำชุดวิชาฉบับจริงไปยังมหาวิทยาลัยโดยไม่ต้องลอกใหม่ และสำเนากิจกรรมที่ทำเสร็จแล้วไว้ 1 ชุด ไว้เป็นหลักฐาน
2. กำหนดส่งกิจกรรมประจำชุดวิชาภายในวันที่ **15 กันยายน – 30 ตุลาคม 2566**
3. ให้จัดทำหน้าปกกิจกรรมโดยให้**ใช้ปกที่แนบมานี้**
4. ให้นักศึกษา**ส่งกิจกรรมที่ทำเสร็จเรียบร้อยแล้ว** ณ สำนักบริการการศึกษามหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช หรือส่งทางไปรษณีย์ลงทะเบียน โดยเจ้าหน้าที่ของดังนี้

ศูนย์บริการการสอนทางไปรษณีย์

สำนักบริการการศึกษา

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด

จังหวัดนนทบุรี 11120

**(กิจกรรมประจำชุดวิชา 10103 ทักษะชีวิต สาขาวิชาศิลปศาสตร์)**

ในกรณีที่ส่งทางไปรษณีย์ให้เก็บสลิปหรือต้นข้าวการส่ง และถ่ายเอกสารกิจกรรมที่ส่งไปมหาวิทยาลัยไว้เป็นหลักฐาน ในการส่งกิจกรรมทุกชิ้น นักศึกษาจะต้องจัดทำหน้าปกกิจกรรม โดยใช้เอกสารที่จัดไว้ในหน้า 5 **ไม่ต้องจัดทำขึ้นใหม่**

5. นักศึกษาสามารถตรวจสอบว่าสำนักบริการการศึกษาได้รับกิจกรรมที่นักศึกษาส่งไปแล้วหรือยัง โดยโทรศัพท์ติดต่อสำนักบริการการศึกษา หมายเลข 0-2504-7623, 0-2504-7626 และ 0-2504-7628 หรือ โทรศัพท์ติดต่อศูนย์สารสนเทศ หมายเลข 0-2504-7788 โทรสาร 0-2503-3547 E-mail: [ic.proffice@stou.ac.th](mailto:ic.proffice@stou.ac.th) หรือ [www.stou.ac.th](http://www.stou.ac.th)

### 3. เนื้อหากิจกรรม

#### กิจกรรมภาคปฏิบัติ

ให้นักศึกษาตอบคำถามต่อไปนี้ โดยเขียนด้วยลายมือตนเอง เป็นลายมือที่อ่านง่าย 2 ข้อ  
ข้อละ 10 คะแนน ความยาวข้อละไม่เกิน 1 หน้ากระดาษ A4 แยกคำตอบข้อละแผ่น

1. ท่ามกลางสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด 19 มีผู้คนมากมายตกอยู่ในภาวะความเครียด และอาจเป็นโรคซึมเศร้า ท่านมีวิธีจัดการความเครียดของตนเอง และคนรอบข้างอย่างไร (จำนวน 1 หน้ากระดาษ 10 คะแนน)
2. ท่านมีหลักการจัดการตนเอง เวลาและการเงินในการดำเนินชีวิตปัจจุบันและในระยะเวลา 10 ปีข้างหน้าอย่างไร จงอธิบาย ยกตัวอย่างแผนการจัดการ และบอกประโยชน์ที่ได้รับจากการวางแผนจัดการดังกล่าว (จำนวน 1 หน้ากระดาษ 10 คะแนน)

ปกกิจกรรม



กิจกรรมชุดวิชา 10103 ทักษะชีวิต  
ภาคการศึกษาที่ 1/2567

ชื่อนักศึกษา.....

เลขประจำตัว.....

ที่อยู่.....

.....

ข้าพเจ้าได้ตรวจทานการส่งเอกสารกิจกรรมแล้ว สิ่งที่ส่งมาในซอง มีดังนี้

- |                          |                                                 |                  |
|--------------------------|-------------------------------------------------|------------------|
| <input type="checkbox"/> | กิจกรรมภาคปฏิบัติประจำชุดวิชาทักษะชีวิต (รวมปก) | จำนวน ..... หน้า |
| <input type="checkbox"/> | ไปรษณียบัตรที่เขียนที่อยู่และจำนำถึงตนเอง       | จำนวน 1 แผ่น     |

ข้าพเจ้าขอยอมรับการตัดสินผลคะแนนภาคปฏิบัติ  
จากผู้ประเมินเป็นที่สุด

ลงชื่อ.....

(.....)

### แบบประเมินเอกสารการสอนชุดวิชา 10103 ทักษะชีวิต

#### คำชี้แจง

1. แบบประเมินฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินเอกสารการสอนชุดวิชาระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ข้อมูลที่ได้จะใช้ประโยชน์ในการปรับปรุงเอกสารการสอนชุดวิชาและกิจกรรมการเรียนการสอน คำตอบของท่านจะเก็บไว้เป็นความลับและนำมาสรุปในภาพรวม จึงขอให้ท่านตอบให้ครบทุกข้อ
2. โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับข้อเท็จจริงหรือความคิดเห็นของท่านเกี่ยวกับชุดวิชาที่ศึกษา และเติมข้อความในช่องว่างที่เว้นไว้
3. แบบประเมินแบ่งเป็น 2 ตอน  
ตอนที่ 1 ความคิดเห็นเกี่ยวกับเอกสารการสอนและกิจกรรมการเรียนการสอน  
ตอนที่ 2 ความเข้าใจในเนื้อหาวิชา

#### ตอนที่ 1 ความคิดเห็นเกี่ยวกับเอกสารการสอนและกิจกรรมการเรียนการสอน

| รายการประเมิน                                                    | ระดับความคิดเห็น |     |         |      |            |
|------------------------------------------------------------------|------------------|-----|---------|------|------------|
|                                                                  | มากที่สุด        | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยที่สุด |
|                                                                  | 5                | 4   | 3       | 2    | 1          |
| 1. เอกสารการสอนมีเนื้อหาสาระชัดเจน อ่านเข้าใจได้ง่าย             |                  |     |         |      |            |
| 2. กิจกรรมท้ายเรื่องกระตุ้นการคิดวิเคราะห์และการแก้ปัญหา         |                  |     |         |      |            |
| 3. แบบประเมินผลตนเองก่อน-หลังเรียนช่วยให้เข้าใจเนื้อหา           |                  |     |         |      |            |
| 4. วิธีศึกษาของชุดวิชาช่วยให้เข้าใจเนื้อหาวิชาที่ศึกษา           |                  |     |         |      |            |
| 5. การจัดลำดับเนื้อหาวิชาเอื้อต่อการเรียนรู้                     |                  |     |         |      |            |
| 6. ทำแบบประเมินตนเองและทำกิจกรรมท้ายเรื่องก่อนตรวจคำตอบกับแนวตอบ |                  |     |         |      |            |
| 7. ได้รับความรู้เพิ่มขึ้นจากการศึกษาชุดวิชานี้                   |                  |     |         |      |            |
| 8. สามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ได้                               |                  |     |         |      |            |
| 9. ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับชุดวิชากับผู้อื่น               |                  |     |         |      |            |
| 10. ได้ใช้เทคโนโลยีในการศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติม                    |                  |     |         |      |            |
| 11. สื่อประกอบการเรียนการสอนทันสมัย สอดคล้องกับเรื่องที่เรียน    |                  |     |         |      |            |
| 12. ความพึงพอใจที่มีต่อชุดวิชานี้โดยภาพรวม                       |                  |     |         |      |            |

## ตอนที่ 2 ความเข้าใจในเนื้อหาของเอกสารการสอน

| เนื้อหาหน่วยการสอน                                                  | เข้าใจ | ไม่เข้าใจ |
|---------------------------------------------------------------------|--------|-----------|
| หน่วยที่ 1 ทักษะการคิด                                              |        |           |
| หน่วยที่ 2 การใช้เหตุผล                                             |        |           |
| หน่วยที่ 3 การแสวงหาความรู้ และการเรียนรู้                          |        |           |
| หน่วยที่ 4 ความฉลาดรู้เรื่องสารสนเทศ สื่อและดิจิทัล                 |        |           |
| หน่วยที่ 5 บุคลิกภาพ มนุษยสัมพันธ์และการสร้างความสัมพันธ์ภายในสังคม |        |           |
| หน่วยที่ 6 การจัดการอารมณ์ ความเครียดและปัญหาทางอารมณ์              |        |           |
| หน่วยที่ 7 การจัดการข้ามวัฒนธรรม                                    |        |           |
| หน่วยที่ 8 ชีวิตครอบครัว                                            |        |           |
| หน่วยที่ 9 สมรรถนะในการประกอบอาชีพ                                  |        |           |
| หน่วยที่ 10 ทักษะการทำงานในศตวรรษที่ 21                             |        |           |
| หน่วยที่ 11 การบริหารตนเองด้านการเงินและเวลาความสุข                 |        |           |
| หน่วยที่ 12 การใช้ภาษาเพื่อการสื่อสาร                               |        |           |
| หน่วยที่ 13 การเจรจาต่อรองในชีวิตประจำวัน                           |        |           |
| หน่วยที่ 14 คุณธรรม จริยธรรม มารยาท และความรู้ด้านความเป็นพลเมือง   |        |           |
| หน่วยที่ 15 ทักษะชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม                               |        |           |

จุดเด่นของการเรียนการสอนชุดวิชานี้.....

.....

.....

จุดที่ควรพัฒนา.....

.....

.....

ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือตอบแบบประเมิน

ขอความร่วมมือตอบแบบประเมินนี้และจัดส่งไปพร้อมกับกิจกรรมประจำชุดวิชา