



กิจกรรมประจำชุดวิชา 10103 ทักษะชีวิต
ภาคการศึกษาที่ 2/2568
สาขาวิชาศิลปศาสตร์
(สำหรับนักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนแผนการศึกษา ก 1 เท่านั้น)

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

พฤศจิกายน 2568

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 โดยการนำคะแนนสอบปลายภาคของนักศึกษาเพียงอย่างเดียวมาเปรียบเทียบกับาคิดคะแนนสอบปลายภาครวมกับคะแนนกิจกรรม แล้วนำคะแนนส่วนที่มากกว่าไปใช้ในการตัดสินผลการสอบให้กับนักศึกษา ดังตัวอย่างต่อไปนี้

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

ตัวอย่างที่ 2 นักศึกษาได้คะแนนกิจกรรม 13 คะแนน และทำข้อสอบได้ 92 ข้อ (คิดเป็น 92×0.66666 เท่ากับ 61.33 คะแนน) นักศึกษาจะได้คะแนนกิจกรรมรวมกับคะแนนสอบปลายภาค $13 + 61.33$ เท่ากับ 74.33 คะแนน กรณีคิดคะแนนจากการสอบปลายภาคเพียงอย่างเดียว นักศึกษาจะได้ 92×0.83333 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 มีนาคม-30 เมษายน 2569
3. ให้จัดทำหน้าปกกิจกรรมโดยให้ใช้ปกที่แนบมานี้
4. ให้นักศึกษาส่งกิจกรรมที่ทำเสร็จเรียบร้อยแล้ว 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 หรือ www.stou.ac.th

3. เนื้อหากิจกรรม

กิจกรรมภาคปฏิบัติ

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

1. ในสังคมปัจจุบันมีการเข้าถึงสารสนเทศและความรู้ได้อย่างกว้างขวาง จนเกิดปรากฏการณ์ต่างๆ เกี่ยวกับสารสนเทศที่กลายเป็นปัญหาสังคม เช่น ข่าวบิดเบือน การให้ข้อมูลไม่ตรงกับความเป็นจริง ให้นักศึกษาประเมินสารสนเทศ และสื่อ จากข่าวด้านล่างต่อไปนี้ และพิจารณาว่าข่าวจากสารสนเทศด้านล่างมีความน่าเชื่อถือหรือไม่ เพราะเหตุใด (จำนวน 1 หน้ากระดาษ 10 คะแนน)

หน้าแรก > วาไรตี้ > ฟันขาวได้ในราคา 25 บาท ด้วยผงถ่านคาร์บอน จาก 7-11

ฟันขาวได้ในราคา 25 บาท ด้วยผงถ่านคาร์บอน จาก 7-11

อ่าน 100,741



รอยยิ้มสวย ฟันขาวสะอาดตา ย่อมดึงดูดและมีเสน่ห์น่าคุยด้วยมากกว่า คนที่ฟันมีคราบเหลืองไม่น่ามอง! หลายคนจึงเป็นกังวลเกี่ยวกับสีของฟัน ทั้งไม่กล้ายิ้ม ไม่กล้าทาลิปสติกเพราะจะยิ่งไปเน้นให้เห็นสีของฟันมากยิ่งขึ้น บางคนแก้ปัญหาด้วยการไปปรึกษาแพทย์เพื่อทำการฟอกสีฟันให้ขาวขึ้น แต่ว่าการฟอกสีฟันคุณภาพดีๆที่คลินิกก็อาจจะมีราคาแพงไปสำหรับบางคน...

ดังนั้น **Gangbeauty** จึงได้นำ เคล็ดลับที่ช่วยให้ฟันขาวขึ้นได้ง่ายๆ ขั้นตอนวิธีทำไม่ยุ่งยาก แลมาราคาประหยัดสุดๆ เพียงแค่ 25 บาทเท่านั้น นั่นก็คือการใช้ ผงถ่านCA-R-BON ที่หาซื้อได้ที่ 7-11 มาเป็นผงขัดฟันขาว จะมีวิธีการทำอย่างไรให้ฟันขาวขึ้นเรามาดูกันเลยคะ!

ส่วนประกอบที่สำคัญ

- ผงถ่านคาร์บอน
- แปรงสีฟัน



ขั้นตอนการทำ

- เทผงถ่าน ออกจากแคปซูลเพียง 1-2 แคปซูล
- บ้วนปากให้สะอาด
- ใช้น้ำแปรงสีฟันแตะที่ผงถ่าน แล้วนำมาแปรงฟันให้ทั่ว ทั้งใจ 2-5 นาที
- เสริ่งแล้วล้างออกให้สะอาด

ที่มา : <https://www.gangbeauty.com/FdUUEdVO1UA>

2. ในปัจจุบันปัญหาสิ่งแวดล้อมเป็นปัญหาที่ทั่วโลกตระหนักและให้ความสำคัญเป็นอย่างมาก ในฐานะที่นักศึกษาเป็นพลเมืองโลกที่มีส่วนสำคัญในการช่วยแก้ปัญหาด้านสิ่งแวดล้อมได้ ให้นักศึกษยกตัวอย่างการใช้ชีวิตประจำวันของนักศึกษาที่มีส่วนช่วยลดปัญหาสิ่งแวดล้อม พร้อมอธิบายว่าสามารถช่วยแก้ปัญหาสิ่งแวดล้อมได้อย่างไร (จำนวน 1 หน้ากระดาษ 10 คะแนน)

ปกกิจกรรม



กิจกรรมชุดวิชา 10103 ทักษะชีวิต

ภาคการศึกษาที่ 2/2568

(สำหรับนักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนแผนการศึกษา ก 1 เท่านั้น)

ชื่อนักศึกษา.....

เลขประจำตัว.....

ที่อยู่.....

.....

ข้าพเจ้าได้ตรวจทานการส่งเอกสารกิจกรรมแล้ว สิ่งที่ส่งมาในซอง มีดังนี้

- ☐ กิจกรรมภาคปฏิบัติประจำชุดวิชาทักษะชีวิต (รวมปก) จำนวน หน้า
- ☐ ไปรษณียบัตรที่เขียนที่อยู่และจำหน้าถึงตนเอง 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 มนุษย์สัมพันธ์และการสร้างความสัมพันธ์ภายในสังคม		
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