



บุคลากร

ภาควิชาการศึกษา

Education Department Booklet

ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีที่ 1 ฉบับที่ 2 (กันยายน - ตุลาคม 2552)

High light

คนเก่งของเรา :

ทำความรู้จักกับนิสิตคนเก่งของคณะศึกษาศาสตร์

3

บทความพิเศษ

6

มองโลกในแง่ดีกันเถอะ

8

เคล็ดลับ 50
ข้อในการทำวิทยานิพนธ์

9

จิตตปัญญาปฐมนิเทศ

10

บทบรรณาธิการ

สวัสดีท่านผู้อ่านที่เคารพทุกท่าน จุลสารภาควิชาการศึกษา ได้จัดทำขึ้นเป็นฉบับที่ 2 แล้ว และเช่นเคย จุลสารฉบับนี้ก็ยังอัดแน่นไปด้วยสารประโยชน์ที่น่าติดตาม ทั้งบทความตอนที่ 2 (ตอนจบ) ในเรื่อง “การพัฒนาการเรียนรู้ด้วยการออกแบบการเรียนรู้โดยใช้กระบวนการ **Backward Design**” ของ รองศาสตราจารย์ ดร.วารินทร์ แก้วอุไร หัวหน้าภาควิชาการ ที่จะทำให้ท่านผู้อ่านได้เพิ่มพูนความรู้สำหรับออกแบบการจัดการเรียนรู้ ในยุคปฏิรูปการศึกษาได้อย่างสมบูรณ์แบบ อีกทั้งบทความเรื่อง จิตตปัญญาปฐมนิเทศที่เรียงร้อยเรื่องราว โดย ดร.กฤษณ์ เสวกพันธ์ ได้ถ่ายทอดประสบการณ์จากการจัดกิจกรรมปฐมนิเทศสำหรับนิสิตใหม่ของคณะศึกษาศาสตร์ผ่าน กิจกรรมจิตตปัญญาได้อย่างน่าติดตาม

Highlight ของฉบับนี้จะเป็นการทำความรู้จักกับ นายวาทัญญู เหล่าทอง นิสิตคนเก่งของคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีและแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิตอยู่ภายในคณะศึกษาศาสตร์ ของนิสิตทุกคน และในสภาวะการณ์ของบ้านเมืองที่ดูเหมือนมีความไม่ลงตัวของในหลายๆ เหตุการณ์ คงจะทำให้เราๆ ท่านๆ เกิดความเครียดขึ้นมาโดยไม่รู้ตัว จุลสารฉบับนี้จึงอยากเชิญชวนให้ท่านผู้อ่านทุกท่านมาลองโลกในแง่ดีกันเถอะ โดยทดสอบง่ายๆ ด้วยแบบวัดการมองโลกในแง่ดี แล้วท่านจะได้ทราบว่าท่านมีความสุขในระดับใดท่ามกลางสังคมในปัจจุบัน

ทางกองบรรณาธิการหวังว่าท่านผู้อ่านจะได้รับทั้งความรู้และความบันเทิงจากจุลสารฉบับนี้อย่างเต็มเปี่ยม



กองบรรณาธิการ

จุลสารภาควิชาการศึกษา

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

ปีที่ 1 ฉบับที่ 2 (กันยายน - ตุลาคม 2552)

ผู้จัดพิมพ์ ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ดร.วารินทร์ แก้วอุไร

บรรณาธิการ

ดร.อังคณา อ่อนธานี

กองบรรณาธิการ

ดร.อ้อมธจิต แปนศรี

ดร.สุรียพร แก้วเมืองมูล

อ.วิเชียร อารังโสติสสกุล

อ.ชนัดดา ภูหงษ์ทอง

การเผยแพร่

เผยแพร่ไปยังสำนักหอสมุด/ห้องสมุดคณะต่างๆ ในมหาวิทยาลัยนเรศวร คณะศึกษาศาสตร์/ครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยต่างๆ นิสิตคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร และผู้ที่สนใจทั่วไป

สนใจนำบทความเผยแพร่ในจุลสาร
ภาควิชาการศึกษา หรือประชาสัมพันธ์

ข้อมูลต่าง ๆ ติดต่อได้ที่

ดร.อังคณา อ่อนธานี

e-mail angkanao@nu.ac.th

ข้อมูลการติดต่อ

ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยนเรศวร ตำบลท่าโพธิ์
อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก 65000

คนเก่งของเรา



นายวาทัญญู เหล่าทอง (บี)

สาขาวิชาคอมพิวเตอร์ศึกษา ชั้นปีที่ 4
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

ทำความรู้จักกับบี

สวัสดีครับ ผมนายวาทัญญู เหล่าทอง ชื่อเล่น บี นิสิตคณะศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาคอมพิวเตอร์ศึกษา ชั้นปีที่ 4 ก่อนอื่นต้องขอขอบคุณภาควิชาการศึกษานะครับ ที่ได้ให้โอกาสบีและเล็งเห็นให้เป็นตัวแทนของนิสิตที่เป็นแบบอย่างแก่รุ่นน้อง เพื่อสัมภาษณ์ลงจุลสารของภาควิชาการศึกษานะครับ

ผมขอแทนตัวเองว่าบีแล้วกันนะครับ บีเกิดเมื่อวันที่ 21 สิงหาคม 2531 ปัจจุบันอายุ 21 ปี ภูมิลำเนาอยู่ที่อำเภอลองขลุง จังหวัดกำแพงเพชร มีพี่น้องด้วยกัน 2 คน โดยบีเป็นพี่ชายคนโต แล้วมีน้องชายอีกหนึ่งคนซึ่งอายุห่างกัน 7 ปี บีเป็นเด็กที่เกิดมาในครอบครัวที่คุณพ่อเป็นครูและคุณแม่เป็นแม่บ้านธรรมดา ตอนเด็กๆบีก็ใช้ชีวิตเหมือน เด็กปกติทั่วไปครับ แต่จะเป็นเด็กที่ขี้อายมาก ๆ คนหนึ่ง บีเป็นคนที่จะเรียกได้ว่าเป็นคนที่จะได้รับโอกาสดีๆ จากผู้อื่นอยู่เสมอๆ ไม่ว่าจะเป็นการได้รับโอกาสในระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษาให้เป็นตัวแทนนักเรียนในการนำร้องเพลงชาติและสวดมนต์เป็นประจำทุกวัน และยังได้รับเลือกจากเพื่อนๆให้เป็นหัวหน้าห้องอีก บีเป็นหัวหน้าห้องตั้งแต่ ป.4 จนถึง ม.6 รวมแล้วก็ 9 ปี ทั้งๆ ที่ก็ย้ายโรงเรียน เจอเพื่อนใหม่ๆ แต่เพื่อนๆ เราก็กินให้โอกาสเราอยู่เสมอ นั่นคือเหตุผลหนึ่งที่ทำให้บีเอง มีความเป็นผู้นำมาตั้งแต่เด็กๆ แล้วโอกาสนั้นก็ทำให้เราได้กล้าที่จะแสดงออกมากขึ้น กล้าที่พบปะผู้คนมากขึ้นและบียังทำกิจกรรมในโรงเรียน เช่น แข่งขันทักษะทางด้านวิชาการต่างๆ มากมายจนเป็นที่รู้จักของเพื่อนๆ และคุณครูในโรงเรียนทุกคน พูดถึงเรื่องการเรียน บีก็จะเป็นนักเรียนที่ค่อนข้างเป็นความหวังของคุณครูระดับต้นๆ ของโรงเรียนครับ ก็เป็นสิ่งที่น่าภูมิใจอีกอย่างหนึ่ง

ลักษณะนิสัยของบีเป็นคนที่ชอบสนุกสนาน ร่าเริง เฮฮา เข้ากับผู้อื่นได้ง่ายครับ บีจะเป็นคนที่รักครอบครัวและคนใกล้ชิดทุกคน แต่ข้อเสียก็เป็นที่อารมณ์ร้อนครับ จนบางครั้งทำให้ตัวเองทำอะไรผิดพลาดในชีวิตหลายๆ อย่าง เพราะการใจร้อนหรืออารมณ์ร้อนจะทำให้การตัดสินใจด้อยประสิทธิภาพลง

ความสามารถพิเศษ



บีเป็นคนที่ชอบการร้องเพลงลูกทุ่งมากๆมันเป็นความรู้สึกที่ดีครับเวลาเราร้องเพลงแล้วมีคนปรบมือเป็นกำลังใจทำให้บีมีความสุขในการร้องเพลงมากๆ บีรักการร้องเพลงอาจจะเพราะว่าคุณพ่อของบีเป็นนักดนตรีและนักร้องด้วยตอนเด็กๆก็ได้มีโอกาสได้ร้องเพลงกับคุณพ่อ แบบว่าคุณพ่อเล่นกีตาร์ลูกร้องเพลงประมาณนี้ ทำให้บีมีเลือดคิดป็นในตัวเองอยู่บ้างจากความสามารถพิเศษที่มี ทำให้บีเริ่มที่จะขึ้นเวทีประกวดร้องเพลงลูกทุ่งตามเวทีต่างๆมากขึ้นครับ เริ่มต้นตั้งแต่เวทีระดับโรงเรียน มหาวิทยาลัย ตำบล อำเภอ จังหวัด จนถึงระดับประเทศ เช่น รายการ The Star ปี 4 ก็เคยเข้าร่วมประกวดเช่นกัน ตอนนั้นได้เข้าสู่อันดับสองของภาคเหนือ ก็เป็นประสบการณ์ดีๆ

บีคิดว่าความเป็นร้องเพลงของบีสร้างความภาคภูมิใจให้กับพ่อแม่เป็นอย่างมาก เพราะว่า การร้องเพลงของบีนั้นทำให้คนเกือบทั้งอำเภอรู้จักลูกที่ชื่อ "บี" คนนี้ และการประกวดร้องเพลงของบี สามารถช่วยเหลือทางบ้านได้ เช่น ได้เงินรางวัลมาก็ให้พ่อแม่ใช้บ้างบางครั้งไปประกวดได้เป็นเครื่องใช้ไฟฟ้าต่าง ๆ เช่น ที่วี เครื่องเล่น VCD เครื่องทำน้ำร้อน ปัจจุบันทีวีที่ใช้อยู่ที่หอขณะนี้ก็ได้มาจากการประกวดร้องเพลงครับ และเมื่อใดที่เราร้องเพลงก็จะมีพ่อแม่และญาติพี่น้องคอยให้กำลังใจเสมอ ทุกเวทีที่ขึ้นประกวดบีจะไม่หวั่นจะชนะหรือได้รางวัล แต่หวังแค่ทำให้พ่อแม่เราภูมิใจในความสามารถของตัวเองเราก็พอแล้ว

การใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย

ตั้งแต่ปีเริ่มเข้ามาเรียนมหาวิทยาลัยนเรศวร เมื่อปี พ.ศ.2549 ปีต้องปรับตัวการใช้ชีวิตใหม่ ปรับเข้ากับสิ่งแวดล้อมทั้งเพื่อนทั้งรูปแบบการเรียน ซึ่งตอนอยู่ปี 1 เป็นอะไรที่เราว่าเราขยันมาก ไม่ว่าจะขยันเรียน ขยันทำการบ้าน ขยันอ่านหนังสือ ขยันทุกอย่าง มีความกระตือรือร้นมาก ๆ คือช่วงแรกปีจะเน้นเรื่องการเรียนมาอันดับแรก ยังไม่สนใจที่กิจกรรมเท่าไร ทำให้ผลการเรียนออกมาอยู่ในระดับสูงพอสมควร จากนั้นพอขึ้นปี 2 อยากเข้าไปสัมผัสการทำกิจกรรมบ้างก็เริ่มจากการไปค่ายต่างๆ ของชมรมส่วนกลางครับ รู้สึกว่าสนุกดี ก็เลยสนใจที่อยากทำกิจกรรมบ้าง ต่อมาเลยเข้ามาทำงานในส่วนของสโมสรนิสิต แต่ก็ไม่ได้ลงมาทำอะไรเต็มตัวเท่าไร เพราะยังห่วงเรื่องเรียนอยู่นิดๆ แต่ก็ทำให้ประสบการณ์การทำกิจกรรมไปบ้าง จนขึ้นปี 3 ปีและเพื่อนๆ ตัดสินใจที่จะลงสมัครเลือกตั้งเป็นประธานสโมสรนิสิตคณะกัน แล้วผลการเลือกตั้งออกมาปรากฏว่า ปีได้เป็นประธานสโมสรนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ ประจำปีการศึกษา 2551 นี่คือการอันใหญ่หลวงของปีซึ่งเป็นคนที่จะทำกิจกรรมเป็น แต่ไม่ถึงกับเก่งแต่มีเพื่อนๆ ทีมงานทุกคนครับ ช่วยๆ กันทำให้เราได้เรียนรู้เกี่ยวกับประสบการณ์การไปเรื่อยๆ เพราะถ้าเราไม่เริ่มต้นที่เรียนรู้เราก็จะไม่ได้เรียนรู้สักที ประสบการณ์ก็จะไม่เกิด งานทุกอย่าง โครงการทุกโครงการ ถ้างานนั้นไม่มีปัญหาคืองานที่ไม่น่าทำเพราะว่ายังมีปัญหาเราจะได้ประสบการณ์เพิ่มมากขึ้น

แล้วการเป็นประธานสโมสรทำให้เราได้รู้จักคนมากขึ้น เพราะเราจะทำกิจกรรมไม่ใช่แค่เพียงภายในคณะอย่างเดียว เรายังมีส่วนร่วมกับทุกคณะในกิจกรรมของมหาวิทยาลัย รวมถึงทำกิจกรรมกับมหาวิทยาลัยอื่นๆ ทั่วประเทศอีกมากมาย ประสบการณ์ตรงนั้น ปีคิดว่ามันสามารถนำไปใช้ในชีวิตได้จริงๆ ครับเมื่อเราไปทำงานจริงๆ แต่การทำกิจกรรมตรงนั้น มันเริ่มจะมีผลกระทบต่อการเรียนของปี ปัญหาคือการแบ่งเวลาเรียนกับการทำกิจกรรมเป็นปัญหาหลัก ยอมรับในความคิดของปีเอง คิดว่าทำได้ แบ่งได้อยู่แล้ว แต่พอถึงเวลาจริงๆ กลับบริหารเวลาจัดการตัวเองไม่ได้ แต่ก็พยายามทำให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้ ผลการเรียนอาจจะตกไปบ้าง แต่ปีคิดว่าถ้าแลกกับประสบการณ์ก็โอเค แต่จะให้ดีกว่านั้น ถ้าเราบริหารเวลาได้จะยิ่งดีกว่านี้แน่นอน การแบ่งเวลาหรือบริหารเวลาจะเป็นปัญหากับคนที่ทำกิจกรรมเสียส่วนมาก อย่างไรก็ตาม หน้าที่หลักเราคือเรียนหนังสือครับ เราควรที่จะเลือกเรียนไว้ก่อน ส่วนกิจกรรมทำได้ครับ แต่ก็ต้องบริหารเวลาให้เป็น การเป็นนิสิตที่ทำกิจกรรมของปี ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมที่เป็นส่วนตัว หรือกิจกรรมเพื่อส่วนรวม ทำให้ปีได้รับโอกาสต่างๆ มากมายจากมหาวิทยาลัยแห่งนี้ ดังนี้ครับ

ส่วนหนึ่งของผลงานและความประทับใจที่ได้จากมหาวิทยาลัยนเรศวร

พ.ศ. 2549 เข้ารอบ 4 คนสุดท้าย ประกวด Freshy Boy & Girl 2006 (ดาว-เดือนมหาวิทยาลัย)

พ.ศ.2549 ได้รับรางวัลชนะเลิศ และ Popular Vote การประกวดร้องเพลงลูกทุ่ง (ประเภทขับร้องเดี่ยว) โครงการ NU VOICE MUSIC CONTEST ครั้งที่ 11

พ.ศ.2550 ได้รับเลือกเป็นพิธีกรโครงการการแต่งกายชุดนิสิตถูกระเบียบของกองกิจการนิสิตมหาวิทยาลัยนเรศวร

พ.ศ.2551 นิสิตดีเด่น “ด้านกิจกรรมเสริมหลักสูตร” มหาวิทยาลัยนเรศวร ประจำปี 2550

พ.ศ.2551 ดำรงตำแหน่งประธานสโมสรนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ ประจำปีการศึกษา 2551

พ.ศ.2551 เป็นนักร้องนาง “48 ชั่วโมงโชว์” ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 การประกวดร้องเพลงลูกทุ่งพร้อมแดนซ์เซอร์ โครงการลอยกระทง “รักษโลก รักษาไทย ใส่ใจสิ่งแวดล้อม” ประจำปี 2551

พ.ศ.2551 ได้รับรางวัลชนะเลิศการประกวดร้องเพลงลูกทุ่ง (ประเภทขับร้องเดี่ยว) โครงการ NU VOICE MUSIC CONTEST ครั้งที่ 13 ประจำปีการศึกษา 2551

ครองแชมป์สมัยที่สอง

พ.ศ.2552 ได้รับโอกาสจากมหาวิทยาลัยนเรศวร ไปศึกษาดูงานด้านกิจการนิสิตของ **Ateneo de Manila University** และ **The University of the Philippines Manila** ณ ประเทศฟิลิปปินส์ เมื่อวันที่ 11-14 มกราคม 2552

พ.ศ.2552 ดำรงตำแหน่งเป็นอุปนายกองค์การนิสิตฝ่ายกิจกรรม มหาวิทยาลัยนเรศวร ประจำปีการศึกษา 2552

พ.ศ.2552 นิสิตดีเด่น “ด้านกิจกรรมเสริมหลักสูตร” มหาวิทยาลัยนเรศวร ประจำปี 2551 และ นิสิตดีเด่น “ความประพฤติ” มหาวิทยาลัยนเรศวร ประจำปี 2551

พ.ศ.2552 ได้รับทุนการศึกษา จากการสอบชิงทุนโครงการสหกิจศึกษา (Co-Operative Education) จากคณะศึกษาศาสตร์ ไปฝึกประสบการณ์วิชาชีพ 4 เดือน ณ ประเทศนิวซีแลนด์ ในปีการศึกษา 2553

สิ่งที่อยากฝากกับพี่ ๆ น้อง ๆ คณะศึกษาศาสตร์ทุกคน

สุดท้ายครับ ปิอยากจะบอกว่าขณะนี้ตอนนี เราได้เข้ามาใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยแล้ว เราต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับสังคมมหาวิทยาลัยให้ได้ อย่าลืมหน้าที่หลักของเรานั้นคือการเรียนหนังสือ เพราะถึงเวลาที่เกรดแย่แล้ว ไม่มีใครช่วยเราได้ แต่คิดว่าในชีวิตมหาวิทยาลัย 4 ถึง 6 ปีนี้ เราสามารถเก็บเกี่ยวประสบการณ์อะไรไปได้เยอะมาก เพราะฉะนั้นอยากแนะนำให้ทุกคนหากิจกรรมทำ อาจจะเป็นกิจกรรมที่เป็นประโยชน์เพื่อส่วนรวมหรือกิจกรรมส่วนตัวก็ได้ แล้วกิจกรรมจะทำให้เราได้รับโอกาสและประสบการณ์หลาย ๆ อย่าง อย่างที่เราไม่คาดคิด ปิอยากบอกทุกคนว่า กิจกรรมกับการเรียนมันต้องเป็นของคู่กันประสบการณ์ที่ได้ทุกคนสามารถเอาไปใช้ได้จริงๆ

เช่นครั้งหนึ่งของปิเอง ไม่คิดว่าการมาเรียนที่มหาวิทยาลัยแห่งนี้จะทำให้ปีได้รับโอกาสดังกล่าวตั้งมากมายแต่เป็นเพราะการตัดสินใจของตัวเราก่อนที่จะเลือกเส้นทางไหนในการเดินในมหาวิทยาลัยแห่งนี้ บางคนตัดสินใจที่จะเดินทางบนเส้นทางถูกก็ประสบความสำเร็จและได้รับโอกาสที่ดีอย่างไม่คาดคิด บางคนตัดสินใจที่จะเลือกเดินเส้นทางที่ผิดก็หมายความว่า คุณต้องยอมรับกับการตัดสินใจของคุณที่เลือกเส้นทางนี้ เพราะคุณทำตัวเองมีหลายคนเข้ามาในมหาวิทยาลัยแล้วหลงระเหิดเที่ยวเตร่ จนถูกรั้วรั้วไปก็เยอะ เฉพาะฉะนั้นนอกจากเราทำเพื่อตัวเองแล้ว เราต้องคิดถึงเบื้องหลังของเรานั้นก็คือพ่อแม่ของเราด้วย เพราะท่านรอดูความสำเร็จของเราอยู่ครับ วันหนึ่งที่เราประสบความสำเร็จในชีวิต วันนั้นเป็นวันที่พ่อแม่เราภูมิใจในตัวที่สุดเช่นกัน

แล้วพี่ๆน้องๆคนใดมีปัญหาในการเรียนหรือการทำกิจกรรมอยากขอคำปรึกษา ปีสามารถให้คำปรึกษาได้ ติดต่อได้ที่ e-mail (msn chat) : totobe_dodee@hotmail.com และ <http://totobe-dodee.hi5.com>

วทัญญู เหล่าทอง





การพัฒนาการเรียนรู้ด้วยการออกแบบการเรียนรู้
โดยใช้กระบวนการ Backward Design (ตอนที่ 2)

รศ. ดร. วารินทร์ แก้วอุไร

ตัวอย่างการออกแบบหน่วยการเรียนรู้โดยใช้กระบวนการ

Backward Design หน่วยโภชนาการ

1. ระบุผลลัพธ์ที่ต้องการให้เกิดขึ้นในตัวผู้เรียน
กำหนดเป้าหมาย

มาตรฐานที่ 6 นักเรียนเข้าใจความคิดรวบยอด
ของการโภชนาการและการควบคุมอาหาร

G

6a นักเรียนใช้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโภชนาการ
เพื่อวางแผนโภชนาการของตน

6c เพื่อเข้าใจความแตกต่างในการกินของแต่ละ
บุคคล และวิธีการพัฒนาปรับปรุงตนเอง

Q

คำถามสำคัญที่ควรนำไปใช้

1. การกินที่ทำให้สุขภาพดีเป็นอย่างไร
2. คุณเป็นคนที่ยากต่อการมีสุขภาพดีหรือไม่
3. อาหารแบบใดที่ดีสำหรับคนหนึ่งแต่ไม่ดีกับคนหนึ่ง
4. คนมีปัญหาสุขภาพที่มีสาเหตุมาจากมีการ
โภชนาการไม่ดี แม้ว่าได้รับข้อมูลข่าวสารอย่างมากมาย

U

ความเข้าใจที่คงทนที่ควรจะต้องเกิดกับผู้เรียน
เด็กจะต้องเข้าใจ

1. การกินอาหารที่สมดุลจะส่งผลต่อสุขภาพกายและ
สุขภาพจิต
2. The USDA food pyramid จะแสดง
ความสัมพันธ์เกี่ยวกับเรื่องของโภชนาการ
3. ความต้องการอาหารขึ้นอยู่กับความแตกต่าง
ระหว่างบุคคล เช่น น้ำหนัก อายุ กิจกรรม และสุขภาพ
โดยรวม
4. การมีสุขภาพดีขึ้นอยู่กับความต้องการของแต่ละ
บุคคลที่จะสนองตอบต่อการมีโภชนาการที่ดี แม้ว่าจะขัดกับ
นิสัยความเคยชิน

K

ความรู้ที่นักเรียนควรจะได้รับ

1. คำสำคัญของหน่วยนี้ เช่น โปรตีน แคลอรี
2. ประเภทของสารอาหาร , คุณค่าทางโภชนาการ
3. มาตรฐานสารอาหาร USDA
4. ความต้องการอาหารของแต่ละบุคคล
5. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความต้องการของแต่ละบุคคล ,

ภาวะขาดสารอาหาร

S ทักษะที่นักเรียนจะได้รับ

1. การอ่านและการตีความจากข้อมูล สารอาหารจาก
ฉลากต่าง ๆ
2. การวิเคราะห์คุณค่าอาหาร
3. วางแผนทางโภชนาการให้กับตนเองและคนอื่น

ขั้นตอนที่ 2 กำหนดหลักฐานและวิธีวัดประเมินผลการเรียนรู้

(Determine Acceptable Evidence) เป็นการระบุถึงเครื่องมือ
และวิธีการวัดประเมินผล โดยเน้นการวัดจากพฤติกรรม
การเรียนรู้รวบยอด (Performance Assessment) ภาระงานที่
ปฏิบัติผ่านการกระทำที่สามารถพิสูจน์ได้ โดยมีเกณฑ์ใน
การพิจารณาตัดสิน เพื่อประเมินว่าผู้เรียนสามารถแสดง
พฤติกรรมการเรียนรู้ที่เป็น ผลมาจากการมีความรู้ความเข้าใจ
ตามเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้ในเป้าหมาย การกำหนดหลักฐาน
ของการเรียนรู้ที่เกิดกับผู้เรียนนั้น โดยต้องเป็นหลักฐานที่
บ่งชี้ได้ว่า ผู้เรียนบรรลุเป้าหมายตามมาตรฐานการเรียนรู้ที่
กำหนดไว้ด้วยวิธีการประเมินอย่างหลากหลาย และมีความ
ต่อเนื่องจนจบสิ้นกระบวนการเรียนรู้ที่จัดขึ้น และหลักฐาน
การประเมินต้องมีความเที่ยงตรง เชื่อต่อการเรียนรู้ตาม
สภาพจริงของผู้เรียน ผู้สอนจึงควรตรวจสอบหลักฐาน
การเรียนรู้กับวิธีการวัดประเมินผลว่ามีความสอดคล้อง
สัมพันธ์กันหรือไม่

ขั้นตอนที่ 3 วางแผนการจัดกิจกรรมและเสริมสร้างประสบการณ์การเรียนรู้ เพื่อให้ผู้เรียนบรรลุเป้าหมายการเรียนรู้ และมีหลักฐานที่เป็นรูปธรรมชัดเจนผู้สอนควรวางแผนการเรียนการสอน ตามประเด็นต่อไปนี้

- 1) ผู้เรียนจำเป็นต้องมีความรู้และทักษะพื้นฐานอะไรบ้างจึงจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจหรือมีความสามารถบรรลุเป้าหมายที่กำหนด
- 2) ผู้สอนจำเป็นต้องจัดกิจกรรมอะไรบ้างจึงจะช่วยพัฒนาผู้เรียนไปสู่เป้าหมายดังกล่าว ผู้สอนควรใช้สื่อการสอนอะไรบ้างที่จะช่วยกระตุ้นผู้เรียนและเหมาะสมกับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ข้างต้น
- 3) การกำหนดขอบข่ายสาระการเรียนรู้ รูปแบบกิจกรรมและสื่อการเรียนรู้ มีความสอดคล้องกันหรือไม่ จะช่วยส่งผลต่อการวัดประเมินผลได้ชัดเจนหรือไม่
- 4) อะไรคือสิ่งที่ครูจัดให้เด็กเรียนรู้เพื่อให้ผู้เรียนสามารถประสบความสำเร็จตามผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง จะออกแบบอย่างไร

กระบวนการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ มีหลักที่ Wiggins, Grant และ McTighe, Jay เสนอแนะดังนี้

- W คือ อะไรคือเป้าหมาย
H คือ กระตุ้นความสนใจของเด็ก
E คือ วิธีใดและเครื่องมือใดช่วยให้เด็กเกิดการเรียนรู้
R คือ ให้โอกาสเด็กได้ทบทวนเกิดการเรียนรู้และทำงาน
E คือ ให้เด็กมีส่วนร่วมในการประเมินงานของพวกเขา
T คือ คำนึงถึงแตกต่างระหว่างบุคคล
O คือ กำหนดข้อตกลงร่วมกันเพื่อให้เกิดการเรียนรู้



เอกสารอ้างอิง

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

Wiggins, Grant and McTighe, Jay. (2005) **Understanding by Design.** Expanded 2 Editions. Ohio: Pearson



มองโลกในแง่ดีกันเถอะ

รายบริสุทธิ์

ความสุข!!! เป็นเรื่องหนึ่งที่แรงติดอันดับ 1 ใน 10 ของหัวเรื่องร้อนๆ ในช่วงทศวรรษนี้ Aristotle เป็นนักปรัชญาท่านหนึ่งที่เคยเปรยเรื่องความสุขเอาไว้ในยุคแรกๆ เขาเชื่อว่า เบื้องหลังการกระทำของมนุษย์ทุกคนในท้ายที่สุดแล้วก็เพื่อความสุขนั่นเอง หากความเชื่อนี้มีมาแต่ดั้งเดิมจริงทำไมเล่า...คำตอบของหนทางอันนำไปสู่ความสุขนั้น จึงใช้เวลาในการค้นหามานับศตวรรษ จริงหรือไม่ที่มนุษย์เรายังต้องแสวงหาความสุขด้วยวิธีการต่างๆ นานา ต่อไปไม่มีวันจบสิ้น? องค์สัมมาสัมพุทธเจ้าได้ค้นพบคำตอบของความสุขมาก่อนที่ Aristotle จะเกิดในโลกใบนี้เสียอีก ไม่ต้องกล่าวถึงขั้นทำวิปัสสนาจนบรรลุอรหัตต์กันให้ปวดหัวหรอก แต่เพียงแค่ว่า “คิดดี พูดดี ทำดี” ก็จะมีสุขได้เช่นกัน จากคำสอนนี้เอง ฝรั่งเศสเขาก็เอาไปเปลี่ยนคำพูดใหม่ให้ดูสวยหรูขึ้นมาและตกลงกันได้ที่คำว่า “positive thinking” แต่คนไทยยัง ตกลงกันไม่ได้ว่าจะเรียกว่าอย่างไรดี ที่เราชินหูก็เช่น “การมองโลกในแง่ดี” “การคิดเชิงบวก” นั่นเอง นอกจากนี้ฝรั่งเขายังเอาไปทำวิจัยและสกัดความรู้ออกมาจนกลายเป็นแนวคิดทฤษฎี งานวิจัยหลายชิ้นพบว่า การมองโลกในแง่ดีมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความสุข พูดเป็นภาษาบ้านเราก็คือ ถ้าเรายิ่งมองโลกในแง่ดีมากเท่าใด ก็จะมีความสุขมากขึ้นด้วย แต่ถ้ามองโลกในแง่ดีน้อยลง ก็จะมีความสุขน้อยลงด้วย

แล้วจะรู้ได้อย่างไรว่าเราเป็นผู้มองโลกในแง่ดีหรือไม่? แบบทดสอบต่อไปนี้อาจจะพอช่วยเหลืท่านได้ในเบื้องต้น แต่ถ้าท่านมีเวลา ขอแนะนำให้ลองทำแบบทดสอบฉบับสมบูรณ์ ที่เขาใช้วัดการมองโลกในแง่ดีกันเป็นจริงเป็นจัง เพราะน่าจะมีคามเที่ยงและความตรงมากกว่า



แบบทดสอบต่อไปนี้ขอให้อ่านตาม **ความรู้สึกที่แท้จริงให้มากที่สุด** โดยให้ระบุหมายเลขแทนคำตอบต่างๆ ลงใน [] ดังนี้

ระบุ 5 ถ้าท่านรู้สึกอย่างนั้นเสมอหรือบ่อยๆ

ระบุ 4 ถ้าท่านรู้สึกปกติธรรมดากับสถานการณ์นั้น

ระบุ 3 ถ้าท่านรู้สึกบ้างเป็นบางครั้งกับสถานการณ์นั้น

ระบุ 2 ถ้าท่านไม่ค่อยรู้สึกอย่างนั้น หรือนานๆ ครั้งจะรู้สึกอย่างนั้นสักที

ระบุ 1 ถ้าท่านไม่รู้สึกอย่างนั้นเลยกับสถานการณ์นั้น



มาเริ่มต้นสำรวจตัวเอง...กันเลย

1. ถ้าคุณเจอปัญหาหรืออุปสรรคในงานของคุณ คุณสามารถทำวิกฤตให้เป็นโอกาสขึ้นมาได้ []
2. คุณมักจะชื่นชมบุคคลต่างๆ ที่คุณพบ []
3. ในปีหน้า คุณคิดว่าคุณจะมีความเป็นอยู่ที่ดีกว่าปัจจุบัน []
4. คุณมักจะหยุดชื่นชมสิ่งต่างๆ อยู่บ่อยครั้ง []

ติดตาม ข้อ 5 ถึง ข้อ 13 พร้อมเฉลย ที่หน้า 11



เคล็ดลับ 50 ข้อในการทำวิทยานิพนธ์

ดร.อังคณา อ่อนธานี

ในการเรียนระดับบัณฑิตศึกษา สิ่งหนึ่งที่ดูเหมือนเป็นไปไม่ได้ไม่ยากสำหรับผู้เรียนมากที่สุด คงจะหนีไม่พ้นเรื่องการทำวิทยานิพนธ์ ไม่ว่าการเรียนในระดับปริญญาโทหรือปริญญาเอก การทำวิทยานิพนธ์นั้นเป็นกำแพงด่านที่สำคัญที่สุด ซึ่งผู้เรียนจะต้องข้ามผ่านไปให้ได้ ผู้เขียนจึงขอแนะนำ เคล็ดลับ 50 ข้อในการทำวิทยานิพนธ์มาเสนอ เพื่อให้ท่านผู้อ่านนำไปปรับใช้กับการดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ของท่าน เคล็ดลับเหล่านี้ ถ้าท่านนำไปติดไว้ที่โต๊ะหนังสือแล้วหมั่นอ่านและตรวจตราบ่อยๆ อาจจะช่วยเป็นกำลังใจให้ท่านทำวิทยานิพนธ์ได้อย่างมีความสุข มาเริ่มดูเคล็ดลับทั้ง 50 ข้อกันเลย

1. อย่าตื่นตระหนกตกใจบ่อยเกินไป
2. เวลาเขียนให้ใช้กระดาษหน้าเดียว
3. ผูกไมตรีกับบรรณารักษ์ให้ดี โดยเฉพาะกับผู้บริหารยืมหนังสือระหว่างห้องสมุด
4. อย่าลืมนำ อาจารย์คณบดีวิทยานิพนธ์เก่งๆ มักไม่ค่อยว่าง ถ้าอาจารย์ว่าง...(จงเปลี่ยนอาจารย์ที่ปรึกษา !!!!!!!)
5. ตรวจดูสิว่า คุณทำงานได้ดีที่สุดอย่างไร
6. อ่านระเบียบข้อบังคับในการได้รับปริญญา
7. หาสถานที่สักสองสามแห่ง ที่คุณจะไปแอบทำงานเมื่อไหร่ก็ได้
8. อ่านวิทยานิพนธ์ในสาขาของคุณสัก 2-3 เล่ม
9. อย่าลืมนำเงินค่าพิมพ์กับค่าเย็บปกไว้ด้วย
10. วางแผนล่วงหน้า
11. อย่าคิดว่า ซีร็อกซ์ ก็อบบีไฟล์จากอินเทอร์เน็ต กับ "อ่าน" นั้นเหมือนกัน
12. จงเขียนให้ตรงตามหัวข้อที่วางไว้
13. จดรายชื่อหนังสือต่างๆ ไว้ในรายชื่อหนังสืออ้างอิงให้เรียบร้อยเสียตั้งแต่แรก
14. ควรมีคอมพิวเตอร์เป็นของตนเอง หรือหาคนช่วยพิมพ์เก่งๆ
15. อย่าคิดว่าทุกสิ่งทุกอย่าง จะลงตัวสมบูรณ์แบบ.....
16.อ้อ ! อย่าลืมนำวิทยานิพนธ์ของท่านที่ปรึกษาคุณด้วย
17. จำไว้ว่า ความคิดต่างๆ จะแปรเปลี่ยนไปภายใน 3 ปี ดังนั้นงานวิจัยที่เขียนไว้ก่อนหน้านี้อาจไม่เป็นจริงเสียแล้ว
18. เขียนคำนำให้ตัวเองอันดับแรก แล้วจึงเขียนคำนำแก่ผู้อ่านลำดับสุดท้าย
19. อธิบายรูปแบบการพิมพ์เป็นลายลักษณ์อักษร แก่คนพิมพ์ของคุณ

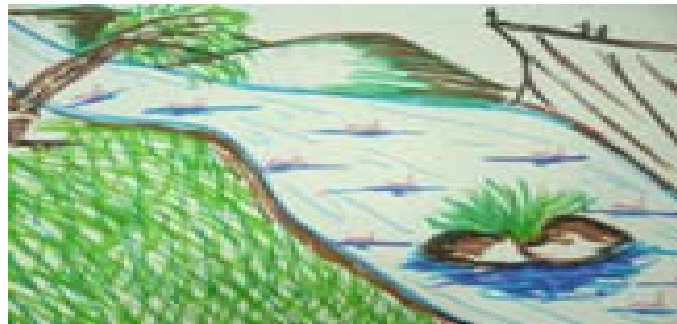
20. อย่างลัวที่จะบอกว่าคุณมีจุดแข็งอะไร และจุดอ่อนของคนอื่นเป็นอย่างไร
21. จงจดรายละเอียดหนังสืออ้างอิงให้ครบถ้วน
22. หากคนมาช่วยอ่าน ให้คำแนะนำวิธีเขียนของคุณเสียตั้งแต่ต้นมือ
23. วางแผนระยะสั้นๆ ให้ตัวเอง....
24.ถ้าทำงานไม่สำเร็จ จงหาสาเหตุว่าทำไม ???????
25. ให้เวลากับการเขียน มาก....มาก...มาก...
26. ย้อนกลับมาอ่านงานเขียนของตนเป็นระยะๆ
27. ทำฟุตโน้ตเสียตั้งแต่แรกๆ ทำไว้มากๆ ก็ไม่เป็นไร เอาออกง่าย ! หาใส่ยาก !
28. งานทุกชิ้นที่ทำ ให้ถามว่า มีค่าพอจะทำหรือไม่
29. อย่าเสียเวลาในการอ่าน จงอ่านอย่างทะลุปรุโปร่ง
30. ต้องรู้ตั้งแต่ต้น เกี่ยวกับความยาว วิธีการและวันเวลาที่ส่งวิทยานิพนธ์
31. คุยกับผู้คนต่างๆ เกี่ยวกับงานวิจัยของเรา
32. อย่า เสียเวลาในการคิด
33. ให้เขียนเว้นบรรทัด
34. ให้คิดว่า การเขียนเป็นคูปองแลกอาหาร ไม่เขียนไม่ได้กิน
35. จงเขียนต่อไป !!!!!
36. อย่าคิดว่า ถ้าอ่านหนังสืออีกเล่มแล้วจะแก้ปัญหาได้....
37. อย่าใช้การอ่านเป็นข้อแก้ตัวของการไม่ลงมือเขียน
38. เขียนแบบวิจารณ์....ประเมิน...วิเคราะห์.... อย่าเพียงแต่อธิบาย
39. ชื่อพจนานุกรม (ทั้งไทยและอังกฤษ)...วางไว้ข้างๆ
40. หากคนพิมพ์ที่เคยพิมพ์วิทยานิพนธ์มาก่อน
41. ใช้งานวิจัยเป็นสื่อในการพูดคุยติดต่อกับผู้คนต่างๆ
42. การเขียนอ้างอิง "คำต่อคำ" ก็ไม่ได้หมายความว่า ความคิดนั้นจะถูกต้อง
43.และถ้าเขียนเองได้ ส่วนใหญ่จะดีกว่า
44. ให้ใช้บัตรคำ ในการทำรายการอ้างอิงต่างๆ นานา
45. อย่างลัวที่จะใช้จินตนาการ
46. ให้แน่ใจว่า หนังสืออ้างอิงของเราครอบคลุมและครบถ้วน
47. ตั้งชื่อ ตาราง แผนภูมิ แผนภาพต่างๆ ให้เหมาะสม
48. ถ้าหยุดเขียนไว้ชั่วคราว ให้จดแนวคิดที่ค้างไว้เพื่อต่อติดได้ง่าย
49. จัดทำข้อมูลต่างๆ ให้เป็นระบบและมีประสิทธิภาพจะได้ไม่เสียเวลา
50. ทำวิทยานิพนธ์ให้เสร็จ มิฉะนั้นจะเจ็บปวดไปตลอดชีวิต !

จิตตปัญญาปฐมนิเทศ



วันพฤหัสบดีที่ 4 มิถุนายน พ.ศ. 2552 เป็นวันปฐมนิเทศ นิสิตใหม่ของคณะศึกษาศาสตร์ในช่วงเช้า คณบดีคณะศึกษาศาสตร์ ประธานในพิธีเปิดได้กล่าวต้อนรับนิสิตใหม่ และบรรยายเรื่อง เรือน้อย่างไรให้มีความสุข และบอกเล่าเรื่องราวของชีวิตครู แนวทางการเติบโตของวิชาชีพครูในอนาคต มีการแนะนำ ผู้บริหารคณะ คณาจารย์ให้กับนิสิตใหม่ได้รู้จัก ต่อมาในช่วงสาย นิสิตเปลี่ยนมาใส่ชุดวอร์ม กิจกรรมสายธารแห่งอนาคตสำหรับ นิสิตชั้นปีที่ 1 ถูกกำหนดขึ้นภายใต้หัวข้อภาพแห่งความฝัน ของการเป็นนิสิตครูนับตั้งแต่วันที่ตนเองเริ่มเข้าศึกษาใน มหาวิทยาลัยนเรศวร จวบจนกระทั่งสำเร็จการศึกษา รวมระยะเวลา 5 ปี ซึ่งเป็นกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา กิจกรรมที่ให้ความสำคัญกับความมีตัวตนอยู่ และเข้าถึงหัวใจ ของนิสิตอย่างแท้จริง นิสิตสร้างความสัมพันธ์กันเบื้องต้นด้วย กิจกรรมการเรียงชื่อเล่นในแถวของตนเองตามลำดับพยัญชนะ และสระ พวกเขาได้รู้จักกันทั้งชื่อของฉันและชื่อของเธอ ใครอยู่ หน้า ใครอยู่หลัง ใครชื่อแปลก และใครชื่อเหมือนกัน ถ้าฉันชื่อ เหมือนกับเธอ จะทำอย่างไรดี ต้องตัดสินใจประเมิน มันมีความหมายอยู่ในที่ กิจกรรมต่อมานิสิตได้เรียนรู้ถึงการมีอยู่ ของกันและกัน พื้นที่ของเธอ พื้นที่ของฉัน กิจกรรมนี้นิสิตจะถูก กำหนดให้เดินไปรอบห้องตรงไหนเลือกเอง ต่างคนต่างเดินใน รอบที่หนึ่ง รอบที่สองนิสิตจะต้องสบตาคนที่ตนเองเดินผ่านรอบ ที่สามสบตาและยิ้มให้ รอบที่สี่สบตา ยิ้ม และสัมผัสกับคนที่ตนเอง เดินผ่าน นิสิตได้สะท้อนแนวคิดถึงการจำลองพัฒนาการแห่ง สัมพันธภาพระหว่างบุคคลที่พวกเขาจะได้พบในการใช้ชีวิตเป็น นิสิตปีที่ 1 กิจกรรมต่อมานิสิตได้รับกระดาษคนละ 1 แผ่น โดยมี รุ่นพี่คอยให้ความช่วยเหลือดูแลน้องตลอดกิจกรรม

ในช่วงเวลาหนึ่งนิสิตนั่งล้อมวงกันโดยประมาณ 5 คน ร่วมกันแบ่งปันใช้สี 1 กล่องรังสรรค์ภาพสายธารแห่งอนาคต ตามจินตนาการที่เื่อมด้วยสองแขนและหนึ่งแรงใจถึงได้



ภาพเล่าเรื่องราวสะท้อนความคิดของนิสิต มีทั้งที่เปรียบตนเองเหมือนสายน้ำที่คอยหล่อเลี้ยง อุ่มชูลูกศิษย์ในอนาคต “นั่นคือความหวังของวันที่ดีกว่า ของเด็กๆ, ฉันจะหล่อหลอมคนให้เป็นมนุษย์, สายธารของ ฉันจะไหลขึ้นดอย ฉันจะไปเป็นครูดอย ปณิธานความตั้งใจ ได้รับการถ่ายทอดออกมาเป็นตัวหนังสือ ที่แม้ว่าวันนี้ไม่ อาจมีสิ่งใดมาตีตรารับรองได้ถึงความเป็นจริงในอนาคต แต่นั่นก็มีใช้สิ่งสำคัญไปว่าการมีอยู่ของความคิดแห่ง จิตได้สำนึกถึงดงามของเหล่า “ว่าที่ครู” ตัวหนังสือ ถักถอร้อยเรียงเป็นประโยคที่ปลดแอกความเชื่อเดิมๆ ของคนรุ่นหลัง ความเชื่อว่าเด็กสมัยนี้หาสาระในตัวได้ยาก เด็กสมัยนี้ฝากอนาคตแห่งแผ่นดินไทยไว้หรือ เด็กสมัย นี้..... “เป็นครู คือให้ร่มเงาแก่เด็ก, ครูสอนความรู้ ครู สอนความดี ครูสอนการใช้ชีวิตในสังคม, สายธารไม่มี วันสิ้นสุด เหมือนชีวิตครู เป็นครูก็ไม่มีวันสุดสิ้น, ผมอยาก ได้ยินคำว่า สวัสดีครับคุณครู,

โอ้วว่าดอกดาวเรืองงามเฟื่องฟู

วิชาชีพโรจน์รุ่งสมมุ่งหมาย

ค่าของครูสอนเด็กมากมาย

เกียรติกำจายเหลือองสะพรั่งทั้งแผ่นดิน,

ฉันยังเป็นนิสิตที่อ่อนด้อย ยังคงต้องแสวงหา พาดตัวเองไปสู่ทางฝัน และอีกมากมายหลายประโยคที่ แม้จะไม่รู้รูปภาษาสุนทรภู่ แต่ก็บ่งบอกถึงความเป็น คนดีของพวกเขา การว่ายน้ทวนกระแส สือออกมา ด้วยสี้นของความรู้สึก



ท้าทาย และร้อนแรง “ปี 1 พบอุปสรรค เหมือนหญ้าแห้งตายอยู่ริมธาร, คงลำบากมาก แต่ไม่เป็นไร สู้ๆ, ในอีกมุมหนึ่งนิสัยแสดงความกังวลใจ ในด้านการปรับตัวให้เข้ากับ “ความใหม่” สถานที่, เพื่อน, พี่, สังคม, ระบบการเรียน และที่สำคัญคือจากนี้ไปพวกเขามีได้มีพ่อ แม่ ผู้ปกครองให้เห็นหน้าทุกวัน ความรู้สึกไม่มั่นคง ไม่ปลอดภัยเกิดขึ้น ภาพของสายธารที่เขียวกราก ไร่นา และจากนี้ไปคงเหงา ไม่เจอพ่อ แม่ทุกวันแล้ว.....” บางคนเขาก็เปรียบสายน้ำของเขาเหมือนการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน สายน้ำคือแหล่งสะสมประสบการณ์ชีวิต “สายน้ำของฉันเปรียบเหมือนกับการใช้ชีวิตร่วมกันของคน, ฉันเป็นต้นไม้ที่มีสายน้ำเป็นอาจารย์คอยพุงความเจริญเติบโต, สายน้ำไม่ไหลย้อนกลับ ก่อนทำต้องคิด, ชีวิตบางครั้งต้องหยุดเพื่อคิด และก้าวต่อไปอย่างมีสติ, สำหรับผมไม่ใช่อุปสรรค แต่เป็นประสบการณ์. สายธารแห่งอนาคตของนิสิต มีทั้งมุมมองในเชิงวิชาชีพ มุมมองการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย มุมมองแห่งอุปสรรค มุมมองแห่งความฝัน มุมมองที่เป็นจริง และมุมมองเสมือนจริง นี่ล้วนเป็นกระจกสะท้อนสำนึกที่มีอยู่ของพวกเขา

นับจากเวลานี้ไป “หน้าที่” จะเกิดขึ้น พวกเขาจะร่วมกันเรียนรู้ในสิ่งที่คาดหวัง และไม่คาดหวังจะพบกับความสุข และความทุกข์ เพื่อความเข้าใจ ความตระหนัก พาดตนเองไปสู่ความเชื่อ และศรัทธาที่มีต่อตนเอง ต่อวิชาชีพครู สายธารแห่งอนาคตจะไม่ไหลไหล หากแต่จะมีแรงกระเพื่อมของผิวน้ำที่ทำให้ทุกชีวิตดำเนินไปอย่างมีความหมาย ทุกชีวิตที่ใช้คำเรียกตนเอง “ว่าที่ครู” จะกลายเป็นครูที่สมบูรณ์ตามแบบของเขา และทุกชีวิตก็จะเป็นความภาคภูมิใจแห่งศึกษาศาสตร์

มองโลกในแง่ดีกันเถอะ (ต่อจากหน้า 8)

5. ถ้าคุณถูกวิพากษ์วิจารณ์จากผู้อื่น คุณสามารถแยกความแตกต่างได้ว่าคำวิจารณ์นั้นมีเจตนาดีหรือไม่ดี []
6. คุณคิดว่าการที่ได้รับคำวิพากษ์วิจารณ์นั้นย่อมดีกว่าการถูกเพิกเฉยหรือไม่ได้สนใจจากผู้อื่น []
7. คุณมักจะให้คำชื่นชมกับแฟนหรือเพื่อนสนิทของคุณมากกว่าการให้คำวิจารณ์ []
8. คุณเชื่อว่า ชาติพันธุ์ของมนุษย์จะอยู่รอดต่อไปจนถึงศตวรรษที่ 22 []
9. คุณคิดว่า คุณเป็นคนหนึ่งที่มีความสุข []
10. เชื่อไหมว่า จิตใจที่คิดทางบวก จะส่งผลทางบวกต่อสุขภาพกายของคุณด้วย []
11. การมองตัวเองอย่างมีอารมณ์ขัน จะช่วยให้คุณรู้สึกสบายใจขึ้นไหม []
12. ถ้าให้คุณเขียนชื่อคนโปรดของคุณ 10 คน คุณคิดว่าอาจเขียนได้มากกว่านี้ []
13. เมื่อนึกถึง 2 เดือนที่ผ่านมา คุณมีแนวโน้มที่จะนึกถึงเรื่องความสำเร็จก่อนเรื่องความล้มเหลว []

รวมคะแนนทั้งหมด []

เมื่อรวมคะแนนแล้ว ลองดูว่าคะแนนรวมของคุณจะบ่งบอกว่าคุณเป็นคนมองโลกในแง่ดีระดับใด ถ้าคะแนนรวมมากกว่า 56 คะแนน ภาษาวัยรุ่นเรียกว่า ช้นเทพ คุณคือสุดยอดของคนที่มีโลกในแง่ดีมากที่สุดคนหนึ่ง

51 – 55 คะแนน: เยี่ยมไปเลย พุดได้คำเดียวว่า คุณเป็นนักคิดทางบวกของแท้แน่นอน

46 – 50 คะแนน: ดีจัง คุณเป็นคนมองโลกในแง่ดีคนหนึ่งนะ แต่ไม่ใช่ตลอดเวลาที่คุณเป็นอย่างนั้น ความคิดทางบวกของคุณเกิดขึ้นในบางครั้งเท่านั้น

41 – 45 คะแนน: คุณเป็นคนมองโลกในแง่ดีปานกลาง การมองโลกทั้งด้านดีและด้านลบของคุณมีมากพอๆกัน

คะแนนรวมต่ำกว่า 40 คะแนน: คุณมีแนวโน้มที่จะเป็นคนมองโลกในแง่ร้ายไปสักหน่อย แต่ไม่ต้องกังวล เพราะคุณสามารถพัฒนาความคิดของคุณให้ดีขึ้นได้ ลองฝึกดู แล้วสักวันคุณจะเห็นว่าโลกของเราจะสวยงามจริงๆ

Education Department 's ACTIVITY

ภาควิชาการศึกษา จัดนิทรรศการเข้าร่วมในงานสัปดาห์วิทยาศาสตร์แห่งชาติประจำปี 2552 ในวันที่ 17-19 สิงหาคม 2552 ณ คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร นำโดย ดร.สิรินภา กิจเกื้อกูล ดร.สุรียพร แก้วเมืองมูล อ.สภนธ์ชัย ชะนุพันธ์ พร้อมด้วย นิสิตหลักสูตรคณาน คณะศึกษาศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ภายในนิทรรศการจะเป็นการนำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับ **Hollywood Science** การจัดกิจกรรมของภาควิชาการศึกษาในครั้งนี้ได้รับความสนใจจากผู้เข้าชมงานสัปดาห์วิทยาศาสตร์เป็นจำนวนมาก



ในวันพฤหัสบดี ที่ 27 สิงหาคม 2552 อ.กฤษณา วรรณกลาง และ อ.วิเชียร ชำรงโสติดิสกุล นำนิสิตปริญญาตรี สาขาวิชาคอมพิวเตอร์ศึกษา ชั้นปีที่ 4 ศึกษาดูงานการจัดการศึกษาแบบเรียนร่วม ณ โรงเรียนเทศบาลท่าอิฐ อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์ ในการศึกษาดูงานครั้งนี้ นิสิตได้รับฟังการบรรยายสรุปเกี่ยวกับการบริหารจัดการศึกษาแบบเรียนร่วมโดยตรงจากผู้อำนวยการโรงเรียน จากนั้นได้เข้าเยี่ยมชมชมศูนย์การดำเนินงานที่สนับสนุนการจัดการศึกษาแบบเรียนร่วมซึ่งมีด้วยกันทั้งหมด 3 ศูนย์ คือ Exploring center , GTX center, ศูนย์ฟ้าใส (ห้องเรียนคณาน) นอกจากนี้ นิสิตยังได้มีโอกาสเข้าสังเกตการณ์เรียนการสอนสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางด้านต่างๆในชั้นเรียนเป็นรายบุคคล มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับคุณครูผู้สอนและได้พูดคุยทำความคุ้นเคยกับนักเรียนดังกล่าว ผลการประเมินการดูงานของนิสิตพบว่า นิสิตส่วนใหญ่เข้าใจและเห็นความสำคัญของการจัดการศึกษาแบบเรียนร่วมมากขึ้น รวมทั้งตระหนักถึงความสำคัญในเรื่องการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนมากขึ้นเพราะเป็นจุดสำคัญที่จะทำให้ครูได้เข้าใจและสามารถให้ความช่วยเหลือให้นักเรียนได้ถูกต้อง

