

โครงสร้างรายวิชาแนะแนว ม. 1 เวลาเรียน 40 ชั่วโมง

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|-------------------|--|---|----------------|
| 1 | สู่การเปลี่ยนแปลง | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายความแตกต่างระหว่าง การเรียนในระดับชั้นประถมศึกษา และมัธยมศึกษาตอนต้นได้ (K) 2. เข้าใจเกี่ยวกับรายวิชาต่าง ๆ เพื่อวางแผนการเรียนรู้ของตนเอง ให้สอดคล้องกับการเรียนรู้ ในระดับชั้นมัธยมศึกษาได้ (K, S) 3. มีทัศนคติที่ดีต่อการปรับตัวและการเรียนรู้ในระดับมัธยมศึกษา (A) | เมื่อก้าวเข้าสู่การเรียนในระดับที่สูงขึ้น ผู้เรียนจะต้องปรับตัวกับการเรียนที่ เปลี่ยนไป ทั้งจำนวนวิชาที่มากขึ้น เนื้อหาที่ ยากขึ้น และความคาดหวังที่สูงขึ้นทั้งจาก บุคคลอื่นและตนเอง ต้องมีความรับผิดชอบ ต่อตนเอง การบริหารเวลา และการ ตั้งเป้าหมายในการเรียนจึงมีความสำคัญ อย่างยิ่ง ใช้ทุกประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้เป็น โอกาสในการพัฒนาตนเอง หากเราพยายาม เชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง และเรียนรู้ ร่วมกับเพื่อนอย่างมีความสุข การเรียนใน ระดับมัธยมต้น จะเป็นช่วงเวลาที่คุ้มค่าและ สร้างรากฐานสู่อนาคตที่ดี | 3 |
| 2 | ตัวตนของฉัน | สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม ผลการเรียนรู้ 1. ระบุเอกลักษณ์ ข้อดี และ ข้อเสียของตนเองได้ (K) 2. วิเคราะห์ถึงผลที่ตามมาจาก ข้อเสียของตนเองได้ (K, S) 3. สืบค้นและนำเสนอแนวทางการ พัฒนาเอกลักษณ์ของตนเองเพื่อ อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (S, A) 4. ตระหนักถึงความสำคัญของการยอมรับเอกลักษณ์ ข้อดี และ ข้อเสียของตนเองได้ (A) | การรู้จักเอกลักษณ์ และการเข้าใจว่า ตนเองมี ลักษณะนิสัย ความคิด ความสามารถ และความสนใจที่แตกต่างจาก ผู้อื่น เป็นสิ่งที่เราควรภาคภูมิใจ เพราะทุกคนมีคุณค่าและจุดเด่นในแบบของตนเอง เมื่อเรารู้จักตนเองดีแล้ว เราจะสามารถ พัฒนาและใช้ศักยภาพของตนให้เกิด ประโยชน์ได้มากที่สุด การกล้าลองสิ่งใหม่ ๆ เปิดใจเรียนรู้ และไม่ยอมแพ้ต่อความ ผิดพลาด คือ หนทางของการเติบโตอย่าง มั่นคง คนที่รู้จักและพัฒนาตนเองได้ดีจะ สามารถใช้ชีวิตอย่างมีเป้าหมายและสร้าง ความสุขให้กับตนเองและผู้อื่นได้อย่างยั่งยืน | 1 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|----------------------|--|--|-------------------|
| 3 | ใจที่ชอบกับงานที่ใช้ | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายคุณค่าทางอาชีพที่ตนเองสนใจได้ (K) 2. ยกตัวอย่างคุณค่าทางอาชีพที่สอดคล้องกับอาชีพต่าง ๆ ได้ (S) 3. พัฒนาตนเองให้มีคุณค่าทางอาชีพตามอาชีพที่ตนเองสนใจอย่างเป็นเหตุเป็นผลได้ (S) 4. รับฟัง ยอมรับ และเคารพความคิดเห็นที่แตกต่างในอาชีพต่าง ๆ ได้ (A) | การรู้จักคุณค่าของอาชีพจะช่วยในการพัฒนาทักษะชีวิตและการอยู่ร่วมกับผู้อื่น อาชีพที่มีคุณค่าควรเป็นอาชีพที่ตอบสนองทั้งด้านจิตใจ สังคม และจริยธรรม เมื่อเข้าใจคุณค่าของอาชีพ จะสามารถวางแผนการเรียน การฝึกฝน และการพัฒนาตนเองได้ถูกต้อง ดังนั้น การเรียนรู้อาชีพอย่างเข้าใจจึงเป็นรากฐานของการเติบโตทั้งทางวิชาชีพและชีวิตส่วนตัวของบุคคลนั้น | 1 |
| 4 | แบบนี้ที่ฉันถนัด | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายวิธีการตรวจสอบความถนัดของตนเองได้ (K) 2. ระบุความสามารถ คุณลักษณะพิเศษ หรือความถนัดของตนเองได้ (S) 3. วางแผนพัฒนาอาชีพที่เหมาะสมกับความถนัดของตนเองเพื่อประกอบอาชีพที่เหมาะสมในอนาคตได้ (S, A) | ความถนัด ความสามารถ หรือคุณลักษณะพิเศษที่แต่ละคนมีซึ่งเมื่อได้รับการพัฒนาอย่างเหมาะสม จะเป็นพื้นฐานสำคัญในการเลือกและต่อยอดสายอาชีพตามศักยภาพของตน การค้นพบความถนัดของตนเองมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนรู้จักตัวเองดีขึ้น เห็นถึงทักษะพิเศษหรือความชื่นชอบเฉพาะทางที่สามารถพัฒนาให้เป็นความสามารถหลักในอนาคต ซึ่งจะส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพอย่างมีทิศทางและเหมาะสมกับบุคลิกลักษณะของแต่ละบุคคล | 3 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|-----------------------------|---|--|----------------|
| 5 | ความสัมพันธ์ | สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายการเชื่อมโยงของระบบนิเวศความสัมพันธ์ของมนุษย์รอบตนเองได้ (K) 2. พัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลรอบข้างที่อยู่ในระบบนิเวศแห่งความสัมพันธ์ของตนเองได้ (S) 3. แสดงออกถึงการเห็นความสำคัญของระบบนิเวศแห่งความสัมพันธ์ได้ (A) | การที่มนุษย์มีความเชื่อมโยงและพึ่งพาอาศัยกันในสังคมเปรียบเสมือนระบบธรรมชาติที่ต้องมีความสมดุลจึงจะอยู่ร่วมกันได้อย่างราบรื่น ความสัมพันธ์แบ่งเป็น 3 ระดับตามความใกล้ชิด ในแต่ละระดับความสัมพันธ์ต้องอาศัยการสื่อสารอย่างเหมาะสม และการมีมารยาททางสังคมเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ช่วยพัฒนาและรักษาความสัมพันธ์เหล่านี้ให้ยั่งยืน ความสัมพันธ์ที่ดีส่งผลให้เกิดความมั่นคงทางอารมณ์ การเรียนรู้ร่วมกัน และสร้างสังคมที่น่าอยู่สำหรับทุกคน | 2 |
| 6 | เธอกับฉันแตกต่างอย่างเข้าใจ | สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม ผลการเรียนรู้ 1. ระบุความแตกต่างระหว่างตนเองและผู้อื่นได้ (K) 2. นำเสนอแนวทางการจัดการตนเองเพื่อให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นที่มีความแตกต่างจากตนเองได้ (S) 3. ยอมรับความแตกต่างระหว่างตนและผู้อื่นได้ (A) | การเข้าใจและเคารพในความแตกต่างของแต่ละบุคคลเป็นสิ่งที่สำคัญในยุคปัจจุบันที่เราควรปฏิบัติ เพราะไม่เพียงแต่ช่วยให้เราอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ยังส่งเสริมให้เรารู้จักตัวเอง และรู้จักเห็นคุณค่าของผู้อื่นมากยิ่งขึ้น การยอมรับในความหลากหลาย ไม่ตัดสินหรือเปรียบเทียบ ล้วนเป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างมิตรภาพ ความเข้าใจ และสังคมที่เต็มไปด้วยความเคารพซึ่งกันและกัน | 2 |
| 7 | ทักษะชีวิตที่ดีตัว | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายเกี่ยวกับข้อดีของการมีทักษะแต่ละอย่างได้ (K) | ทักษะชีวิตไม่ใช่เพียงเรื่องของการทำงานหรืออดในชีวิตประจำวัน แต่คือรากฐานของการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ในขณะที่โลกเปลี่ยนแปลงรวดเร็ว การคิดอย่างเป็นระบบ การควบคุมอารมณ์ การปรับตัวกับความหลากหลาย | 1 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|----------------------------|--|--|-------------------|
| | | <p>2. ยกตัวอย่างสถานการณ์ในชีวิตประจำวันที่ต้องใช้ทักษะชีวิตได้ (K)</p> <p>3. ใช้ทักษะชีวิตแต่ละอย่างในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม (S)</p> <p>4. มุ่งมั่นที่จะพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องผ่านการฝึกฝนทักษะชีวิต และมีความรับผิดชอบ มีระเบียบวินัย และพร้อมปรับตัวเมื่อเผชิญกับปัญหาหรือความเปลี่ยนแปลง (A)</p> | <p>หลาย และการรู้เท่าทันสถานการณ์รอบตัว ล้วนเป็นหัวใจของทักษะชีวิตยุคใหม่ ทักษะเหล่านี้ช่วยให้เราตัดสินใจอย่างมีสติ ไม่ถูกแรงกดดันจากสังคมหรือเทคโนโลยี ผู้ที่มีทักษะชีวิตจึงไม่เพียงอยู่รอด แต่ยังสามารถมีเป้าหมายอย่างมีความสุข และสร้างความหมายให้กับชีวิตตนเองและผู้อื่นได้อย่างยั่งยืน</p> | |
| 8 | หัวใจของเพื่อน หัวใจของเรา | <p>สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม ผลการเรียนรู้</p> <p>1. อธิบายถึงความสำคัญของการมีเพื่อนได้ (K)</p> <p>2. นำเสนอแนวทางการพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนได้ (S)</p> <p>3. แสดงออกถึงความสำคัญของการมีเพื่อนและการรักษาความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันได้ (A)</p> | <p>ความสัมพันธ์ของเพื่อนเป็นสิ่งสำคัญในช่วงวัยเรียน โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่นที่เริ่มแสวงหาการยอมรับจากคนรอบข้าง การมีเพื่อนที่ดีช่วยให้เรารู้สึกมั่นคงทางอารมณ์ กล้าคิด กล้าทำ และมีแรงจูงใจในการพัฒนาตนเอง มิตรภาพที่ดีจะต้องเกิดจากความจริงใจ การไว้ใจ การเคารพซึ่งกันและกันทั้งด้านสิทธิส่วนตัวหรือความคิดเห็น และสามารถให้อภัยเมื่อเกิดปัญหาได้ รวมทั้งการตั้งขอบเขตในความสัมพันธ์ความสัมพันธ์จะดีได้หากเรารู้จักรับฟังและใส่ใจกัน เพราะเพื่อนที่ดีไม่เพียงแต่ทำให้เรายิ้ม แต่ยังอยู่ข้างเราทั้งในวันที่สุขและวันที่ทุกข์ด้วย</p> | 1 |
| 9 | สอบสนามไหนก็ไม่กังวล | <p>สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้</p> | <p>การสอบเป็นกระบวนการประเมินผลการเรียนรู้ผู้เรียน เพื่อวัดความเข้าใจเนื้อหาหรือ</p> | 2 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|--------------------------------|--|---|----------------|
| | | <ol style="list-style-type: none"> อธิบายความสำคัญของการสอบได้ (K) ระบุแนวทางการปฏิบัติตนในช่วงก่อนสอบ ขณะสอบ และหลังสอบได้ (S) ทัศนคติที่ดีต่อการสอบและเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง (A) | <p>ทักษะที่เรียนมา การสอบจะช่วยให้ผู้เรียนรู้จุดแข็ง จุดอ่อนของตนเอง และสามารถพัฒนาต่อไปได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ยังฝึกให้ผู้เรียนมีวินัย ความรับผิดชอบ และรู้จักวางแผนในการเรียน การสอบจะมีประโยชน์มากที่สุด เมื่อผู้เรียนเตรียมตัวอย่างเหมาะสม และเรียนรู้จากผลสอบที่ได้เพื่อนำไปปรับปรุงพฤติกรรมการณ์การเรียนรู้ในอนาคตของตนเองต่อไป</p> | |
| 10 | เช็กอินความรู้ ดูพัฒนาการ | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ <ol style="list-style-type: none"> วิเคราะห์ผลการเรียนของตนเองและระบุวิชาที่ทำได้ดีหรือควรปรับปรุงได้ (K, S) เขียนแผนพัฒนาการเรียนของตนเองในวิชาที่ต้องการปรับปรุงได้อย่างเหมาะสม และนำไปปฏิบัติได้จริง (S) เห็นคุณค่าในการพัฒนาตนเอง มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้ และการวางแผนอนาคตของตนเองได้ (A) | <p>การประเมินผลการเรียนเป็นอีกหนึ่งกระบวนการที่ช่วยให้ผู้เรียนได้รู้จักตัวเองมากขึ้น ทั้งด้านความรู้ ความสามารถ ทักษะ และทัศนคติที่มีต่อการเรียน การประเมินที่ดีควรมีความหลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นการสอบ การสังเกต หรือการตรวจจากการปฏิบัติงานจริง เพื่อสะท้อนกระบวนการเรียนรู้ ไม่ใช่สะท้อนแค่ผลลัพธ์ปลายทาง เป้าหมายของการประเมิน คือ การส่งเสริมให้ผู้เรียนเห็นจุดแข็ง จุดที่ควรพัฒนา และมีแนวทางในการเรียนรู้ต่อไปอย่างมีเป้าหมาย</p> | 2 |
| 11 | พฤติกรรม นักเรียน คุณภาพ | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ <ol style="list-style-type: none"> อธิบายลักษณะพฤติกรรมการณ์เรียนที่เหมาะสมได้ (K) วิเคราะห์พฤติกรรมการณ์เรียนของตนเองและระบุแนวทางการ | <p>พฤติกรรมการณ์เรียนที่ดีไม่ใช่เพียงแค่การตั้งใจเรียน แต่ยังรวมถึงการมีทัศนคติที่เหมาะสมต่อการเรียนรู้ รู้จักจัดการตนเองใช้เวลาอย่างมีคุณค่า และเรียนรู้้อย่างรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น ผู้เรียนที่มีพฤติกรรมการณ์เรียนที่ดีมักแสดงออกด้วยการ</p> | 3 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|---------------------|--|---|----------------|
| | | <p>ปรับพฤติกรรมได้การเรียนรู้ (S)</p> <p>3. แสดงออกถึงความร่วมมือและการมีส่วนร่วมในการเรียนได้อย่างเหมาะสม (A)</p> | <p>มีความพยายามกล้าปรับปรุงข้อบกพร่องของตนเอง และสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสร้างสรรค์ พฤติกรรมการเรียนที่ดีจึงเป็นรากฐานที่มั่นคงไม่เพียงต่อความสำเร็จทางการศึกษา แต่ยังส่งผลต่อทัศนคติ คุณ - ลักษณะของผู้เรียน และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีคุณภาพ</p> | |
| 12 | ค้นหาที่ไหนดี | <p>สมรรถนะด้านการศึกษา</p> <p>ผลการเรียนรู้</p> <p>1. อธิบายประโยชน์และบริการต่าง ๆ ของห้องสมุดได้อย่างถูกต้อง (K)</p> <p>2. อธิบายความสำคัญของการศึกษาค้นคว้าจากอินเทอร์เน็ตได้ (K)</p> <p>3. ระบุแหล่งเรียนรู้ทางการศึกษาจากอินเทอร์เน็ตได้ (S)</p> <p>4. แสดงพฤติกรรมที่สะท้อนถึงจริยธรรมในการใช้ข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต (S ,A)</p> | <p>การค้นหาเป็นกระบวนการพัฒนาตนเองอย่างรอบด้าน ห้องสมุดและอินเทอร์เน็ตต่างเป็นแหล่งเรียนรู้ที่ทรงคุณค่า และยังช่วยฝึกทักษะชีวิตที่จำเป็นในศตวรรษที่ 21 การค้นคว้าในห้องสมุดช่วยฝึกสมาธิ และควมมีวินัย ส่วนอินเทอร์เน็ตเปิดโอกาสให้เรียนรู้แบบไม่จำกัดเวลาและสถานที่ ทำทหายด้วยความหลากหลายของข้อมูลที่ต้องจัดการอย่างมีระบบและสังเคราะห์เนื้อหาอย่างสร้างสรรค์ การใช้ห้องสมุดและอินเทอร์เน็ตควบคู่กันอย่างฉลาด ทำให้ผู้เรียนกลายเป็นนักคิด นักวิเคราะห์ และนักสร้างสรรค์ที่พร้อมรับมือกับการเรียนรู้ตลอดชีวิตได้อย่างมั่นใจ</p> | 3 |
| 13 | เท่าทันสังคมออนไลน์ | <p>สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม</p> <p>ผลการเรียนรู้</p> <p>1. บอกแนวทางการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างสร้างสรรค์ (K)</p> <p>2. ออกแบบการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างสร้างสรรค์ (S)</p> | <p>สื่อสังคมออนไลน์ไม่เพียงแต่เป็นเครื่องมือในการสื่อสาร แต่ยังเป็นกระจกสะท้อนความคิด ความเชื่อ และตัวตนของผู้ใช้ หากเราใช้โดยไม่รู้เท่าทัน สื่อเหล่านั้นก็อาจกลายเป็นกับดักทางอารมณ์ ความคิด หรือแม้แต่มูลค่าของตัวเอง การเท่าทันสื่อจึงไม่ใช่แค่การรู้เท่าทันข่าวปลอมที่มีในทุกวัน แต่คือ</p> | 2 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|---------------|---|---|-------------------|
| | | 3. แสดงออกถึงการเลือกใช้แหล่งข้อมูลจากสื่อสังคมออนไลน์อย่างสร้างสรรค์ (A) | การที่เรารู้เท่าทันตนเอง ว่าเรากำลัง “เสพ” สื่อ หรือ “สร้าง” ตัวตนในสื่ออย่างไร เราควรใช้สื่อออนไลน์อย่างมีสติ รู้จักคิด และมีจริยธรรม เรียนรู้ถึงภัยจากสังคมออนไลน์ที่สามารถจะมาถึงตัวเราได้ หากเราไม่ระมัดระวังตนเองให้ดี | |
| 14 | เวลาไม่เคยพอ | สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายหลักการสั้น ๆ ของการบริหารเวลาได้ (K) 2. ระบุวิธีการบริหารเวลาของตนเองเพื่อพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น (K, S) 3. นำเสนอแนวทางการบริหารจัดการเวลาได้อย่างสมดุล (S) 4. ตระหนักถึงความสำคัญในการใช้เวลาทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้ (A) | การบริหารเวลาไม่ใช่แค่การจัดกิจกรรมในแต่ละวัน แต่คือการวางรากฐานสู่ความสำเร็จในอนาคต หากเรารู้จักตั้งเป้าหมายและวางแผนจะทำให้เราก้าวหน้าอย่างมีทิศทาง การรู้ว่าอะไรสำคัญ และควรทำอะไรก่อน-หลัง เป็นทักษะที่เราต้องฝึกฝน การบริหารเวลาจึงเป็นเครื่องมือสำคัญที่จะทำให้เราใช้ชีวิตอย่างมีเป้าหมาย มีคุณค่า การฝึกวางแผนเวลาของตนเองตั้งแต่วัยเรียนจะช่วยให้เราโตไปอย่างมีคุณภาพและรู้เป้าหมายในชีวิตอย่างชัดเจน ไม่หลงทางและพร้อมเผชิญกับทุกความท้าทายที่รออยู่ข้างหน้า | 1 |
| 15 | ทำไมต้องทำงาน | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายมิติของการทำงาน และคุณค่าของงานในด้านต่าง ๆ ได้ (K) 2. ระบุอาชีพที่สอดคล้องกับคุณค่าที่ตนเองยึดถือได้ (K) 3. วิเคราะห์และเชื่อมโยงมิติของการทำงานกับอาชีพในชีวิตจริงได้ (S) | การทำงานไม่ใช่เพียงแค่ภาระหน้าที่แต่เป็นโอกาสในการเรียนรู้ พัฒนา และสร้างคุณค่าทั้งต่อตนเองและผู้อื่น มิติของการทำงานมีหลายด้าน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคมความรู้ และคุณธรรม ซึ่งแต่ละมิติส่งผลต่องานที่เราทำ การเห็นคุณค่าของงานช่วยให้เราทำงานด้วยความเต็มใจ ไม่ท้อถอยเมื่อเผชิญปัญหา และสามารถพัฒนาทักษะชีวิตให้เติบโตยิ่งขึ้น งานทุกงานแม้จะงานเล็กหรือใหญ่แค่ไหน ถ้าเราทำด้วยความ | 1 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|------------|---|--|-------------------|
| | | 4. เห็นความสำคัญของการทำงานที่มีคุณค่า และมีทัศนคติที่ดีต่อการทำงานทุกประเภท (A) | ตั้งใจ ก็มีความสำคัญและสามารถส่งต่อสิ่งดี ๆ ให้กับผู้อื่นและสังคมได้อย่างน่าภาคภูมิใจ | |
| 16 | สำรวจอาชีพ | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. บอกลักษณะและตัวอย่างอาชีพในท้องถิ่นได้ (K) 2. วางแผนและลงมือสำรวจอาชีพในท้องถิ่นโดยใช้วิธีสัมภาษณ์และสังเกตได้ (S) 3. ภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าของอาชีพในท้องถิ่น พร้อมเปิดใจรับฟังและเคารพประสบการณ์การทำงานของผู้อื่นในชุมชน (A) | อาชีพในท้องถิ่นไม่ได้มีแค่เรื่องงาน แต่ยังสะท้อนถึงวิถีชีวิตและความเปลี่ยนแปลงของท้องถิ่นหรือชุมชนด้วย เมื่อเราได้ศึกษาหรือสำรวจอาชีพเหล่านั้น จะเห็นว่าอาชีพบางอย่างหายไป บางอย่างกลับมา หรือมีอาชีพใหม่เกิดขึ้น เพราะเทคโนโลยีหรือความต้องการของคนเปลี่ยนไป การเรียนรู้อาชีพในชุมชนจึงไม่ใช่แค่เรื่องอดีต แต่เป็นโอกาสให้เราคิดต่อยอด ปรับให้เข้ากับยุคสมัย และบางครั้งก็ช่วยให้เราค้นพบเส้นทางของตัวเองในอนาคต จากสิ่งเล็ก ๆ ที่เริ่มต้นใกล้บ้านเรา | 3 |
| 17 | ฝันของฉัน | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายความสำคัญและประโยชน์ของการวางแผนชีวิตได้ (K) 2. ระบุขั้นตอนการวางแผนชีวิตอย่างเป็นระบบ (K) 3. วางแผนชีวิตในรูปแบบของแผนที่ชีวิตอย่างมีเป้าหมายและทิศทางที่เหมาะสมได้ (S) 4. เห็นคุณค่าของการวางแผนและมุ่งมั่นในการพัฒนาตนเองเพื่อไปสู่เป้าหมายชีวิตตั้งแต่ | การเตรียมตัวให้พร้อมสำหรับอนาคตที่ไม่แน่นอน ต้องรู้จักการวางแผนล่วงหน้า เพราะเป็นก้าวแรกของความสำเร็จ การเตรียมตัวที่ดีต้องเริ่มจากการรู้จักตัวเอง ทั้งความถนัด ความสนใจ และจุดที่ต้องพัฒนา เพื่อจะได้เลือกเส้นทางการเรียนและอาชีพให้เหมาะสมกับตนเอง แผนที่ชีวิตมีไว้ให้เราเห็นทางเลือก และกล้าตัดสินใจเลือกทางที่ใช่ การมีเป้าหมายชัดเจนจะช่วยให้เราไม่เสียเวลาไปกับสิ่งที่ไม่สำคัญ และการมีทักษะวางแผนที่ดีจะช่วยให้เรารับมือกับปัญหาและปรับแผนต่าง ๆ เพื่อนำตนเองไปสู่เป้าหมายได้สำเร็จ | 2 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|----------------------------|---|---|----------------|
| | | ช่วงวัยเรียน (A) | | |
| 18 | Lifelong Learning | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ <ol style="list-style-type: none"> อธิบายความสำคัญของการเรียนรู้ตลอดชีวิตได้อย่างถูกต้อง (K) ยกตัวอย่างสถานการณ์ในชีวิตประจำวันที่สะท้อนแนวคิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต (K) วางแผนการเรียนรู้ของตนเองในระยะสั้นและระยะยาวเพื่อพัฒนาตนเองได้ (S) วิเคราะห์ปัญหาและวิธีการเรียนรู้เพื่อปรับตัวกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ (S) เห็นคุณค่า มีทัศนคติเชิงบวก มุ่งมั่น และตั้งใจที่จะเรียนรู้เพิ่มเติมนอกเวลาเรียนได้ (A) | <p>ในโลกยุคดิจิทัลการเรียนรู้ตลอดชีวิตไม่ใช่ทางเลือก แต่เป็นสิ่งจำเป็น เพราะความรู้และเทคโนโลยีเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา สิ่งที่เราเรียนวันนี้อาจล้าสมัยในวันพรุ่งนี้ คนที่หยุดเรียนรู้จะตามโลกไม่ทัน การเรียนรู้ตลอดชีวิตจึงเป็นการเปิดใจรับสิ่งใหม่ ฝึกใช้เทคโนโลยีให้เป็น ค้นคว้าด้วยตนเอง และรู้จักเรียนรู้จากหลายช่องทาง ผู้ที่เรียนรู้อย่างต่อเนื่องจะมีความพร้อมในการปรับตัว มีความคิดทันสมัย และอยู่รอดได้ในโลกที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว</p> | 2 |
| 19 | AI เพื่อนเรียนรู้ในยุคใหม่ | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ <ol style="list-style-type: none"> อธิบายบทบาทของ AI ในการเรียนรู้ยุคปัจจุบันได้ (K) ใช้ AI ในการเรียนรู้เรื่องต่าง ๆ อย่างมีจริยธรรมที่ดีได้ (S, A) ใช้ AI ด้วยจริยธรรม เคารพลิขสิทธิ์ และอ้างอิงแหล่งที่มาเมื่อจำเป็นได้ (S, A) | <p>AI หรือปัญญาประดิษฐ์เป็นเทคโนโลยีที่ช่วยให้การเรียนรู้ของเราสะดวกและมีประสิทธิภาพมากขึ้น เราสามารถใช้ AI ทำได้หลายอย่าง เพียงแต่เราต้องใช้ AI ให้ถูกต้อง ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญมาก เพราะถ้าใช้เพียงเพื่อคัดลอกคำตอบ เราจะได้ไม่เรียนรู้อะไรเลย วิธีทำให้ AI ช่วยได้ดีที่สุดคือการตั้งคำถามที่ชัดเจนและมีรายละเอียด และต้องใช้ AI อย่างมีจริยธรรม และรับผิดชอบ เพียงเท่านั้น AI จะกลายเป็นเพื่อนคู่คิดที่ช่วยให้เรา</p> | 3 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|---|--|--|-------------------|
| | | 4. เห็นคุณค่าของการใช้ AI เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ ไม่ใช่เพื่อหลีกเลี่ยงการทำงาน (A) | เรียนเก่งขึ้นและมีความพร้อมในหลาย ๆ ด้านสำหรับอนาคต | |
| 20 | เปลี่ยนแปลงอย่างมั่นใจก้าวไปอย่างมั่นคง | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายแนวทางการวางแผนพัฒนาตนเองทั้ง 4 ด้านได้ (K) 2. กำหนดเป้าหมายและแนวทางปรับปรุงพฤติกรรมที่เหมาะสมได้ (S) 3. เห็นความสำคัญของการเตรียมตัวและพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น (A) 4. เห็นความสำคัญของการเตรียมตัวและพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น (A) | การเปลี่ยนผ่านทางการศึกษาเป็นโอกาสทองในการพัฒนาตนเอง เราควรใช้โอกาสนี้ในการสร้างนิสัยที่ดี รวมทั้งการวางแผนชีวิต การควบคุมอารมณ์ การตั้งเป้าหมายใหม่ และความท้าทายใหม่ ๆ อาจทำให้รู้สึกกดดัน แต่หากมองในมุมบวกและพร้อมเรียนรู้ เราจะเติบโตทั้งในด้านการเรียนทักษะชีวิต และความสัมพันธ์กับผู้อื่น ก้าวนี้จึงไม่ใช่แค่การเปลี่ยนผ่านชั้นเรียน แต่คือการเปลี่ยนแปลงตนเองให้ดีขึ้นและเติบโตมากยิ่งขึ้น | 2 |

โครงสร้างรายวิชาแนวนว ม. 2

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|--------------------------------|---|--|-------------------|
| 1 | คุณค่าของการเรียนรู้ | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ 1. ระบุทักษะและสมรรถนะที่เกิดจากการเรียนรู้ในแต่ละกลุ่มสาระได้ (K) 2. เชื่อมโยงความรู้จากห้องเรียนกับสถานการณ์จริงเพื่อแก้ปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้ (S) 3. เห็นคุณค่าและความสำคัญของการเรียนรู้เพื่อนำไปปรับใช้ในชีวิตจริง (A) | การเรียนรู้ไม่ได้จำกัดแค่ในห้องเรียนหรือเนื้อหาจากตำราเท่านั้น แต่เป็นกระบวนการที่ช่วยพัฒนาความคิด ทักษะ และทัศนคติ ให้ผู้เรียนเติบโตอย่างรอบด้าน ไม่ว่าจะเป็นการคิดวิเคราะห์ การแก้ปัญหา การสื่อสาร การทำงานร่วมกับผู้อื่น หรือการใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสม การเรียนในแต่ละกลุ่มสาระล้วนมีบทบาทในการสร้างสมรรถนะที่สำคัญ เช่น การเรียนคณิตศาสตร์ช่วยฝึกตรรกะ การเรียนภาษาไทยส่งเสริมการสื่อสาร หรือการเรียนรู้สังคมศึกษาเพื่อเข้าใจตนเองและผู้อื่นอย่างมีความรับผิดชอบ การเรียนรู้ที่มีคุณค่าจึงไม่ใช่เพียงเรื่องของสอบผ่าน แต่คือพื้นฐานของการใช้ชีวิตอย่างมีเป้าหมาย มีคุณภาพ และมีความสุข | 2 |
| 2 | วางแผนการเรียนรู้สู่ความสำเร็จ | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ 1. ระบุประเภทของเป้าหมายและหลักการตั้งเป้าหมายแบบ SMART ได้ (K) 2. วางแผนการเรียนรู้เป็นขั้นตอนชัดเจนและสามารถปฏิบัติได้จริง (S) 3. ตระหนักถึงความสำคัญของการตั้งเป้าหมายและการวางแผนเพื่ออนาคต (A) | เป้าหมายเป็นความตั้งมั่นที่บุคคลต้องการบรรลุ หรือไปให้ถึงภายในระยะเวลาที่กำหนด เป็นแรงจูงใจภายในที่ช่วยให้เกิดการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างมีทิศทาง ซึ่งเป้าหมายที่ดีจะทำให้เกิดพลังแห่งความหวัง ความมุ่งมั่น และการไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคต่างๆ หากมีเป้าหมายทางการเรียนจะช่วยให้รู้ว่าตนเองต้องเรียนอะไร เพื่ออะไร และทำอย่างไรจึงจะเกิดผลลัพธ์ตามที่คาดหวังไว้ | 3 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|--------------------|--|--|-------------------|
| 3 | ตัวฉันหัวใจฉัน | สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายความสำคัญของการรู้จักและยอมรับตนเองในด้านต่าง ๆ ได้ (K) 2. ตั้งเป้าหมายการพัฒนาตนเองและวางแผนการปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม (S) 3. รู้จักและยอมรับตนเองในด้านต่าง รวมทั้งแสดงความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเองพร้อมมองตนเองและผู้อื่นในแง่บวกเสมอได้ (A) | เราทุกคนมีความคิด ความเชื่อ และความรู้สึกที่มีต่อตนเองในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของความสามารถ บุคลิกภาพ คุณค่า ความสัมพันธ์กับผู้อื่น เป็นเหมือนภาพในใจที่มองเห็นว่าตัวเราเป็นใคร มีความสำคัญแค่ไหน และเหมาะกับสิ่งใดบ้าง นอกจากนี้การยอมรับในคุณค่าของตนเองยังช่วยเสริมความมั่นใจและความสุขในการดำเนินชีวิต เมื่อมีทัศนคติที่ดีต่อตนเองก็จะส่งผลต่อความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น และทำให้ก้าวไปสู่เป้าหมายในชีวิตได้อย่างมั่นคง | 2 |
| 4 | เรียนดีเพราะมีเวลา | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ 1. วิเคราะห์และแยกแยะความสำคัญของเวลาในการทำกิจกรรมและการดำเนินชีวิตประจำวันได้ (K) 2. ออกแบบตารางเวลาใน 1 วัน ได้อย่างเหมาะสมกับชีวิตประจำวัน (S) 3. ตระหนักถึงคุณค่าและความสำคัญของเวลา (A) | การเรียนให้ประสบความสำเร็จไม่ได้ขึ้นอยู่กับเพียงแค่ความเก่งหรือความพยายามเท่านั้น แต่สิ่งสำคัญคือการรู้จักจัดการเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ หากผู้เรียนใช้เวลาอย่างเหมาะสม รู้จักวางแผนและลำดับความสำคัญจะช่วยให้การเรียนมีประสิทธิภาพมากขึ้น การจัดสรรเวลาอย่างสมดุลยังช่วยให้ผู้เรียนมีเวลาพักผ่อนและทำกิจกรรมที่ชื่นชอบไปพร้อมกันได้ การรู้จักคุณค่าของเวลาจึงเป็นทักษะสำคัญที่จะทำให้ผู้เรียนก้าวสู่ความสำเร็จได้อย่างมั่นคง | 3 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|-------------------------------|--|---|-------------------|
| 5 | ตัดสินใจ เป็นเห็น อนาคต | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายการตัดสินใจและความสำคัญต่อการเรียนและชีวิตประจำวันได้ (K) 2. ระบุขั้นตอนของวงจรการตัดสินใจที่ใช้ในสถานการณ์ต่างๆ ในชีวิตประจำวัน (K) 3. เลือกทางเลือกที่เหมาะสมพร้อมให้เหตุผลประกอบได้อย่างมีเหตุผล (S) 4. เห็นความสำคัญของการตัดสินใจอย่างยุติธรรมทั้งต่อตนเองและผู้อื่น (A) | ทักษะการตัดสินใจเป็นพื้นฐานสำคัญของการใช้ชีวิตประจำวัน เพราะทุกการตัดสินใจล้วนส่งผลกระทบต่ออนาคต การตัดสินใจโดยมีเหตุผลรองรับอย่างเหมาะสมช่วยลดความเสี่ยงจากความผิดพลาดที่เกิดขึ้น การตัดสินใจที่เหมาะสมจะช่วยเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง ผู้ที่ใช้เหตุผลในการตัดสินใจจะสามารถรับมือกับข้อต่อผลลัพธ์ได้อย่างมั่นใจ เมื่อเผชิญกับปัญหาหรือเหตุการณ์ที่ยากลำบากก็สามารถเลือกทางเลือกที่เหมาะสมได้อย่างมั่นคง | 3 |
| 6 | เป้าหมายมี ไว้พุ่งชน | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายการใช้โมเดล WOOP เพื่อกำหนดและวางแผนสู่ความสำเร็จได้ (K) 2. สามารถออกแบบเป้าหมายระยะสั้นวางแผนและปฏิบัติตามขั้นตอนของ WOOP จนเกิดผลลัพธ์ได้ (S) 3. ภาคภูมิใจในความสำเร็จที่ได้มาจากความพยายามของตนเอง และพร้อมนำไปต่อยอดสู่เป้าหมายใหม่ในอนาคต (A) | การมีเป้าหมายเป็นสิ่งสำคัญต่อการดำเนินชีวิต เนื่องจากเป้าหมายเปรียบเสมือนเข็มทิศที่ชี้นำทิศทางในการก้าวเดิน หากขาดเป้าหมายการใช้ชีวิตอาจดำเนินไปอย่างไร้ทิศทางและสิ้นเปลืองเวลาไปกับสิ่งที่ไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ การกำหนดเป้าหมายที่ดีควรก่อให้เกิดแรงจูงใจในการลงมือทำ การมีเป้าหมายช่วยให้เห็นความก้าวหน้าสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง และยังเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่นำไปสู่การพัฒนาศักยภาพของตนเองได้อย่างต่อเนื่อง | 2 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|---|---|---|-------------------|
| 7 | ใครเข้าหา เราเขา บริสุทธิ์ใจ ไหม | สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม ผลการเรียนรู้ 1. จำแนกรูปแบบของการคุกคามทางเพศได้ (K) 2. วิเคราะห์สถานการณ์และตัดสินใจเลือกวิธีรับมือที่เหมาะสมได้ (S) 3. เห็นคุณค่าของการสื่อสารอย่างตรงไปตรงมาและการขอความช่วยเหลือเพื่อความปลอดภัย (A) | <p>ในชีวิตประจำวันเรามักพบเจอผู้คนหลากหลายที่เข้ามาทำความรู้จักหรือใกล้ชิดกับเรา แม้บางครั้งบุคคลเหล่านั้นจะมีความปรารถนาดีและจริงใจ แต่ก็ไม่อาจปฏิเสธได้ว่าอาจมีบางคนแฝงเจตนาที่ไม่บริสุทธิ์ใจเข้ามาด้วย ไม่ว่าจะเป็นการหวังผลประโยชน์ส่วนตัว การหลอกลวง การเอาใจเอาเปรียบ หรือแม้กระทั่งการล่วงละเมิดในรูปแบบต่างๆ สิ่งเหล่านี้ล้วนถือเป็นภัยคุกคามที่อาจส่งผลกระทบต่อทั้งร่างกาย จิตใจ และอนาคตของเรา การเรียนรู้ที่จะสังเกตและแยกแยะความจริงใจจากผู้คนรอบตัว จึงเป็นเกราะป้องกันสำคัญที่ช่วยลดความเสี่ยงจากการตกเป็นเหยื่อและทำให้เราสามารถเลือกคบหาผู้ที่มีคุณค่าและปลอดภัยต่อชีวิตได้อย่างเหมาะสม</p> | 1 |
| 8 | ทักษะที่ใช้ อาชีพที่ ชอบ | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ ผลลัพธ์การเรียนรู้ 1. ระบุทักษะสำคัญที่จำเป็นต่ออาชีพที่ตนเองใฝ่ฝันได้ (K) 2. วิเคราะห์และอธิบายทักษะที่สำคัญของอาชีพได้อย่างชัดเจน (S) 3. เห็นคุณค่าและความสำคัญของการเลือกอาชีพที่สอดคล้องกับความถนัดและความสนใจ (A) | <p>ทุกคนล้วนมีความฝันและเส้นทางในอนาคตที่แตกต่างกัน บางคนอาจใฝ่ฝันที่จะเป็นแพทย์ ครู วิศวกร ศิลปิน หรือนักกีฬา ซึ่งแต่ละอาชีพต่างต้องอาศัยความรู้ ความสามารถ และทักษะเฉพาะทาง อาชีพจึงเปรียบเสมือนประตูสำคัญที่จะนำไปสู่ความฝันและความสำเร็จในชีวิต การเลือกอาชีพที่สอดคล้องกับความถนัดและความสนใจจะช่วยให้บุคคลมีความสุขและมีแรงบันดาลใจในการทำงาน การรู้จักและเข้าใจอาชีพยังช่วยให้สามารถวางแผนการเรียนและการดำเนินชีวิตได้อย่างมีทิศทาง</p> | 1 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|--|--|---|-------------------|
| 9 | ฉันเชื่อมั่น ว่าฉันทำได้ | สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม ผลการเรียนรู้ 1. เข้าใจข้อดีข้อจำกัดของแต่ละมุมมอง และผลกระทบต่อการตัดสินใจ (K) 2. วิเคราะห์สถานการณ์ใน ชีวิตประจำวันและแยกแยะได้ว่าตนเอง ใช้มุมมองแบบใด (S) 3. เห็นคุณค่าของการพึ่งตนเองและ ตระหนักว่าความพยายามเป็นปัจจัย สำคัญของความสำเร็จ (A) | ในชีวิตของคนเราบางคนเชื่อว่า ความสำเร็จเกิดจากการพึ่งพาตนเอง ใช้ ความพยายามและการตัดสินใจของ ตัวเอง ขณะที่บางคนกลับมองว่า ความสำเร็จขึ้นอยู่กับ การพึ่งพาปัจจัย ภายนอก เช่น โชคชะตา สิ่งแวดล้อม หรือผู้อื่น ความคิดที่ต่างกันนี้สะท้อนให้ เห็นทัศนคติที่แตกต่างระหว่างการยืน หยัดด้วยตนเองหรือการฝากความหวังไว้ กับสิ่งภายนอก การเข้าใจทั้งสอง แนวทางจะช่วยให้รู้จักมองตัวเองได้ ชัดเจนขึ้น เลือกวิธีพึ่งพาที่เหมาะสม และกำหนดเส้นทางชีวิตได้อย่างมั่นใจ มากขึ้น | 1 |
| 10 | ฉันบอก ความ ต้องการฉัน ได้อย่าง มั่นใจ | สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม ผลการเรียนรู้ 1. รู้จักแนวทางการแสดงออกอย่าง มั่นใจที่เหมาะสมและสุภาพ (K) 2. เลือกวิธีการแสดงออกที่เหมาะสมต่อ สถานการณ์ต่าง ๆ ได้ (S) 3. เห็นคุณค่าของการสื่อสารอย่าง เหมาะสมและจริงใจ (A) | ในชีวิตประจำวันมนุษย์ย่อมมี ความคิด ความรู้สึก และความต้องการที่ แตกต่างกัน การกล้าแสดงออกอย่าง เหมาะสมจึงเป็นทักษะสำคัญต่อการอยู่ ร่วมกันในสังคม หลายครั้งบางคนอาจ เลือกที่จะเงียบเพราะเกรงใจหรือกลัว ผู้อื่นไม่พอใจ ขณะที่บางคนอาจ แสดงออกอย่างรุนแรงจนกระทบต่อ ความสัมพันธ์ การบอกความต้องการ ของตนเองอย่างมั่นใจจึงเป็นการสื่อสาร ตรงไปตรงมา ชัดเจน และเคารพสิทธิ ของผู้อื่นจะช่วยลดความเข้าใจผิดและ ความขัดแย้ง อีกทั้งยังเอื้อต่อการสร้าง สัมพันธภาพที่ดีและได้รับการยอมรับ จากสังคมมากขึ้น | 1 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|---------------------------------|--|---|-------------------|
| 11 | การ ประเมินผล การเรียนรู้ | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ 1. เข้าใจขั้นตอนการวิเคราะห์ผลการ เรียนและการวางแผนในการพัฒนา ตนเอง (K) 2. วางแผนและกำหนดวิธีการพัฒนา ตนเองให้เหมาะสมกับรายวิชาและความ ถนัดของตนเองได้ (S) 3. ตระหนักในหน้าที่ทางการเรียน และ ใส่ใจต่อการพัฒนาตนเอง (A) | การเรียนรู้ในแต่ละวิชามักประกอบด้วย ทั้งจุดแข็งที่ผู้เรียนสามารถทำได้ดีและจุด ที่ยังจำเป็นต้องปรับปรุง การประเมินผล การเรียนจึงเป็นกระบวนการสำคัญที่ ช่วยให้ผู้เรียนมองเห็นพัฒนาการของ ตนเองได้อย่างชัดเจน การวิเคราะห์ผล การเรียนไม่เพียงช่วยให้สามารถวางแผน แก้ไขปัญหาได้อย่างตรงจุด แต่ยังมีส่วน ช่วยสร้างแรงจูงใจและความรับผิดชอบ ในการเรียน เมื่อผู้เรียนพัฒนาตนเอง อย่างต่อเนื่อง ก็จะสามารถกำหนด เป้าหมายที่ชัดเจนและก้าวสู่ความสำเร็จ ได้อย่างมั่นคง | 1 |
| 12 | อาชีพหน้า พืด | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. ระบุลักษณะและบทบาทของอาชีพ ยุคดิจิทัลที่สำคัญได้ (K) 2. วิเคราะห์ข้อดี ข้อเสีย และโอกาสของ อาชีพดิจิทัลได้ (S) 3. เห็นคุณค่าของการเตรียมพร้อมเพื่อ ก้าวสู่อาชีพในอนาคต (A) | ในโลกยุคดิจิทัลปัจจุบัน เทคโนโลยี และสื่อสังคมออนไลน์ได้กลายเป็นส่วน หนึ่งของการดำเนินชีวิตประจำวัน อีกทั้ง ยังเปิดโอกาสให้เกิดอาชีพใหม่ที่ หลากหลายและน่าสนใจ ไม่ว่าจะเป็น Youtuber Tik Tok Creator Influencer อาชีพเหล่านี้สะท้อนให้เห็นว่าการ ทำงานในยุคใหม่ที่ไม่จำกัดอยู่เพียงใน ห้องทำงาน แต่สามารถเกิดขึ้นได้ทุกที่ที่ มีการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต การเรียนรู้ เกี่ยวกับอาชีพดิจิทัลจึงช่วยให้ผู้เรียน มองเห็นโอกาส ความท้าทาย และ เตรียมความพร้อมที่จะพัฒนาทักษะของ ตนเองเพื่อก้าวทันการเปลี่ยนแปลงใน สังคมยุคใหม่ | 4 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|---|--|---|-------------------|
| 13 | ความเก่ง ของฉันทันเป็น ประโยชน์ เพื่อสังคม | สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม ผลการเรียนรู้ 1. รู้จักแนวทางการใช้ความสามารถของ ตนให้เกิดประโยชน์ต่อส่วนรวม (K) 2. พัฒนาทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น และการประยุกต์ใช้ความสามารถเพื่อ ประโยชน์ส่วนรวม (S) 3. ภาคภูมิใจในตนเองเมื่อสามารถใช้ ความสามารถของตนเองเพื่อช่วยเหลือ ผู้อื่น (A) | การทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์เป็น การนำความสามารถของตนไปช่วยเหลือ สังคมโดยไม่หวังผลตอบแทน ซึ่ง นอกจากจะทำให้เกิดประโยชน์ต่อ ส่วนรวมแล้ว ยังช่วยพัฒนาทักษะชีวิต สร้างจิตสำนึกความรับผิดชอบ และ ปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมแก่ผู้ปฏิบัติ การเข้าร่วมกิจกรรมลักษณะนี้ไม่เพียงทำ ให้บุคคลเห็นคุณค่าของการเป็นผู้ให้ แต่ ยังช่วยเสริมสร้างแรงบันดาลใจ ความ ภาคภูมิใจ และการพัฒนาตนเองเพื่อ เติบโตเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพของสังคม ในอนาคต | 1 |
| 14 | อยู่ร่วมกัน อย่างมีน้ำใจ | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. ระบุสถานการณ์ที่แสดงถึงความ เข้าอกเข้าใจในการอยู่ร่วมกันได้ (K) 2. เลือกรูปวิธีการพูดหรือการแสดงออกที่ สะท้อนความเข้าอกเข้าใจในสถานการณ์ จริงได้ (S) 3. มีความพร้อมที่จะปรับพฤติกรรม อยู่ร่วมกันอย่างสร้างสรรค์ (A) | การอยู่ร่วมกันในสังคมต้องอาศัย ความเข้าใจและน้ำใจ น้ำใจจึงเป็นการ นึกถึงผู้อื่นพร้อมช่วยเหลือ แบ่งปัน และ ให้อภัย ซึ่งจะทำให้ความสัมพันธ์ระหว่าง เพื่อน ครอบครัว และคนรอบข้างแน่น แฟ้นและอบอุ่นยิ่งขึ้น ตรงกันข้าม หาก ขาดน้ำใจอาจก่อให้เกิดความขัดแย้งและ ความไม่พอใจ ความเข้าอกเข้าใจจึงเป็น หัวใจสำคัญของการมีน้ำใจเพราะช่วยให้ เราเห็นคุณค่าและตระหนักถึงความรู้สึก ของผู้อื่น เมื่อทุกคนมีน้ำใจ บรรยากาศ ห้องเรียนและสังคมก็จะเต็มไปด้วย ความสุขและความสามัคคี | 1 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|----------------------------|---|---|-------------------|
| 15 | แหล่งการเรียนรู้ที่น่าสนใจ | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ 1. จำแนกประเภทของแหล่งเรียนรู้ได้อย่างถูกต้อง (K) 2. เลือกใช้เทคโนโลยีดิจิทัลในการค้นหาข้อมูลและนำไปประยุกต์ใช้ได้ถูกต้อง (S) 3. มีทัศนคติที่ดีต่อการใช้สื่อเทคโนโลยีและแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ เพื่อพัฒนาตนเอง (A) | แหล่งเรียนรู้เป็นองค์ประกอบสำคัญที่ช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนได้รับความรู้ ความเข้าใจ และพัฒนาทักษะที่หลากหลาย โดยมีได้จำกัดเพียงการเรียนรู้ภายในห้องเรียนเท่านั้น แต่รวมถึงแหล่งเรียนรู้ภายนอกโรงเรียน ตลอดจนสื่อและเทคโนโลยีที่สามารถเข้าถึงได้ง่ายในชีวิตประจำวัน การเลือกใช้แหล่งเรียนรู้ที่เหมาะสมย่อมเอื้อต่อการพัฒนาตนเอง ส่งเสริมทัศนคติที่ดีต่อการเรียนรู้ และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตและการทำงานในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ | 2 |
| 16 | แก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. เข้าใจความแตกต่างระหว่างการแก้ปัญหาแบบเดิมกับการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ (K) 2. วิเคราะห์ข้อดีและข้อเสียของแต่ละวิธีแก้ปัญหาได้ (S) 3. มองปัญหาเป็นโอกาสในการเรียนรู้และพัฒนาตนเอง (A) | การแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์เป็นกระบวนการคิดที่มุ่งหาวิธีการใหม่และแนวทางที่หลากหลายในการจัดการกับปัญหาโดยไม่ยึดติดกับวิธีการเดิม การใช้ความคิดสร้างสรรค์ช่วยให้สามารถมองปัญหาได้หลายมิติ และเพิ่มโอกาสในการค้นพบคำตอบที่เหมาะสมมากขึ้น การฝึกฝนการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์อย่างต่อเนื่องจะช่วยพัฒนาทักษะในการเผชิญปัญหาด้วยความมั่นใจ สามารถเลือกแนวทางที่เหมาะสมที่สุด และนำไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการเรียน การทำงาน และการดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ | 3 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|------------------------------|--|---|-------------------|
| 17 | คนต้นแบบ ด้านการ เรียน | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ 1. ระบุคุณลักษณะเด่นและพฤติกรรม ของบุคคลต้นแบบที่ควรนำมาเป็น แบบอย่างได้ (K) 2. นำคุณลักษณะหรือพฤติกรรมที่ เหมาะสมไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ (S) 3. ภาคภูมิใจในตัวเองและเปิดใจยอมรับ และเรียนรู้จากผู้อื่น (A) | คนต้นแบบเป็นบุคคลที่มีพฤติกรรม ความคิดหรือผลงานที่น่ายกย่อง สามารถเป็นแรงบันดาลใจและเป็น แบบอย่างที่ดีให้ผู้อื่นได้การมีคนต้นแบบ ช่วยให้ผู้เรียนเห็นเป้าหมายชีวิตที่ชัดเจน เกิดแรงผลักดันเมื่อเผชิญอุปสรรค และ สร้างทัศนคติเชิงบวกในการเรียนรู้ การ เรียนรู้จากคนต้นแบบไม่ใช่เพียงการชื่น ชมแต่เป็นการสังเกต วิเคราะห์ และนำ คุณลักษณะที่ดีมาปรับใช้ให้เหมาะสมกับ ตนเองเพื่อพัฒนาตนเองให้ก้าวไปสู่ ความสำเร็จและเป็นกำลังสำคัญของ สังคมในอนาคต | 2 |
| 18 | หัวใจ นักปราชญ์ | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. ระบุวิธีนำหลักการไปใช้ใน ชีวิตประจำวันและการเรียนรู้ได้ (K) 2. ใช้ทักษะการคิดวิเคราะห์และ ไตร่ตรองอย่างมีเหตุผลได้ (S) 3. เห็นคุณค่าของการเรียนรู้ทั้งจากครู เพื่อน และประสบการณ์รอบตัว (A) | การเรียนรู้ที่มีคุณภาพไม่ได้เกิดขึ้นจาก การฟังเพียงอย่างเดียว แต่ต้องอาศัย กระบวนการหลายขั้นตอนร่วมกัน หัวใจ นักปราชญ์หรือหลัก สุ จี ปุ ลิ เป็น แนวทางที่ช่วยให้ผู้เรียนพัฒนาตนเองได้ ครบทั้งการฟัง การคิด การถาม และการ เขียน การฝึกใช้หลักการนี้ไม่เพียงช่วยให้ ผู้เรียนเข้าใจบทเรียนได้ลึกซึ้งขึ้น แต่ยัง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวัน เพื่อแก้ปัญหา พัฒนา ความคิด และสร้างความรู้ที่มั่นคงใน ตนเอง อันเป็นพื้นฐานสำคัญของการ เติบโตเป็นผู้มีปัญญาในอนาคต | 1 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|--|--|---|-------------------|
| 19 | ความเครียด จัดการได้ | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. เข้าใจวิธีการจัดการเวลา การพักผ่อน และการดูแลตนเองเพื่อสร้างสมดุลได้ (K) 2. ใช้ทักษะการจัดการความเครียดและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ (S) 3. เห็นคุณค่าของการมีสมดุลระหว่างชีวิตกับการทำงานและการเรียน (A) | การสร้างสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงานเป็นสิ่งสำคัญต่อการพัฒนาตนเอง ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และการเรียนรู้ หากชีวิตขาดความสมดุลอาจก่อให้เกิดความเครียด ส่งผลให้การเรียนและการทำงานไม่มีประสิทธิภาพ การเรียนรู้ที่จะจัดการเวลา พักผ่อนอย่างเหมาะสมและหาวิธีรับมือกับความเครียด จึงเป็นพื้นฐานที่ช่วยให้ผู้เรียนดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ พร้อมทั้งเตรียมความพร้อมสำหรับการทำงานและการประกอบอาชีพในอนาคตได้อย่างมั่นคง | 3 |
| 20 | การเตรียมตัวเพื่อขึ้น ชั้นเรียนใหม่ | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ 1. รู้แนวทางในการปรับตัวและจัดการกับความกังวลที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลง (K) 2. วางแผนและเลือกวิธีจัดการกับปัญหาหรือความกังวลที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม (S) 3. พร้อมเปิดใจเรียนรู้และใช้โอกาสจากการเปลี่ยนแปลงเพื่อพัฒนาตนเองให้มีความมั่นใจมากขึ้น (A) | เมื่อก้าวเข้าสู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผู้เรียนจะพบกับการเปลี่ยนแปลงหลายด้าน ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้อาจสร้างความกังวลหรือความท้าทายในการเรียนรู้และการดำเนินชีวิต การทำความเข้าใจและยอมรับการเปลี่ยนแปลงจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพราะจะช่วยให้นักเรียนสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม มองการเปลี่ยนแปลงเป็นโอกาสในการพัฒนาตนเอง และก้าวไปสู่ชั้นเรียนใหม่อย่างมั่นใจและมีคุณภาพ | 3 |

โครงสร้างรายวิชาแนะแนว ม. 3 เวลาเรียน 40 ชั่วโมง

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|-----------------------------------|---|---|----------------|
| 1 | รับรู้ ความสามารถ ของตนเอง | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายความสามารถและ ศักยภาพ จุดเด่น และสิ่งที่ควร พัฒนาของตนเองได้ (K) 2. ใช้ทักษะการสื่อสารแลกเปลี่ยน ความคิดเห็นกับเพื่อนเพื่อค้นหา ความสามารถของตนเองได้ (S) 3. วางแผนการพัฒนatanเองอย่าง ง่าย ๆ ตามความสามารถที่ค้นพบ (S) 4. มั่นใจในศักยภาพของตนเอง กล้าแสดงออก และเปิดใจยอมรับ ข้อเสนอแนะจากผู้อื่นเพื่อนำไป พัฒนatanเองได้ (A) | ทุกคนมีความสามารถที่แตกต่างกัน ทั้ง ด้านการเรียนรู้ การคิดวิเคราะห์ การทำงาน ร่วมกับผู้อื่น ความคิดสร้างสรรค์ หรือทักษะ การใช้เทคโนโลยี การเรียนรู้ที่จะรู้จักและ ยอมรับความสามารถของตนเองเป็น จุดเริ่มต้นของการพัฒนาตนให้ก้าวหน้า เพราะฉะนั้นการรับรู้ความสามารถของ ตนเองจึงเป็นพื้นฐานสำคัญในการพัฒนาตน เพราะเราจะได้เข้าใจว่าตนเองถนัดหรือเก่ง ด้านใด รวมถึงจุดที่ต้องปรับปรุง การ ตระหนักถึงศักยภาพของตน ช่วยสร้างความ มั่นใจ และกล้าลองทำสิ่งใหม่ ๆ นอกจากนี้ ยังเป็นแนวทางในการเลือกเรียนต่อและ อาชีพที่เหมาะสม การรู้จักความสามารถยัง ช่วยให้พัฒนาทักษะได้ตรงจุด และสามารถ ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งล้วนเป็นทักษะจำเป็นในโลกยุคดิจิทัล | 2 |
| 2 | จากบุคลิกสู่ เป้าหมาย ชีวิต | สมรรถนะด้านการอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายประเภทของบุคลิกภาพ และความแตกต่างของแต่ละ บุคคลได้ (K) 2. นำข้อมูลที่ได้จากการทดสอบ บุคลิกภาพไปใช้ในการวางแผน พัฒนatanเองและการตัดสินใจเชิง อาชีพได้ (S) 3. ปรับปรุงทักษะต่าง ๆ ของ | บุคลิกภาพมีความสำคัญเพราะช่วยให้ เข้าใจตนเองได้อย่างลึกซึ้ง ทั้งจุดแข็ง จุดอ่อน และลักษณะการคิดตัดสินใจ เมื่อเรา รู้จักตนเองมากขึ้นก็จะสามารถวางแผน พัฒนาทักษะและกำหนดเป้าหมายชีวิตได้ อย่างมีทิศทาง นอกจากนี้ยังช่วยให้มองเห็น ความแตกต่างระหว่างตนเองกับผู้อื่น ทำให้ สื่อสารและทำงานร่วมกันกับผู้อื่นราบรื่น ยิ่งขึ้น เมื่อเข้าใจบุคลิกภาพของตนเองก็จะ สามารถจัดการอารมณ์และตัดสินใจสิ่ง | 2 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|-----------------|--|---|----------------|
| | | ตนเอง โดยอาศัยความเข้าใจในความแตกต่างทางบุคลิกภาพระหว่างตนและผู้อื่นได้ (S) 4. มีทัศนคติที่ดีต่อการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง พร้อมเปิดใจเรียนรู้ เข้าใจ และเคารพบุคลิกภาพของทั้งตนเองและผู้อื่นได้เป็นอย่างดี (A) | ต่าง ๆ ได้ดีขึ้น ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุขและประสิทธิภาพ | |
| 3 | นักสืบอาชีพ | สมรรถนะด้านการอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายความสำคัญของการค้นคว้าข้อมูลอาชีพได้ (K) 2. ระบุองค์ประกอบสำคัญของข้อมูลอาชีพในด้านต่าง ๆ ได้ (K) 3. เชื่อมโยงข้อมูลอาชีพกับการวางแผนอนาคตของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ (S) 4. วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และสรุปข้อมูลอาชีพ เพื่อวางแผนพัฒนาทักษะและบุคลิกภาพของตนเองให้สอดคล้องกับอาชีพ (S) 5. มุ่งมั่นพัฒนาตนเองให้สอดคล้องกับเป้าหมายอาชีพในอนาคตได้ (A) | การค้นคว้าข้อมูลอาชีพเป็นทักษะพื้นฐานสำหรับการเรียนรู้ในยุคปัจจุบัน เริ่มต้นจากการทำความเข้าใจรายละเอียดของอาชีพที่สนใจ ไม่ว่าจะเป็นลักษณะงาน หน้าที่ ความรับผิดชอบ คุณสมบัติที่จำเป็น เส้นทางการศึกษา โอกาสก้าวหน้า รวมถึงรายได้เฉลี่ยในระดับที่แตกต่างกัน การสำรวจข้อมูลเหล่านี้อย่างรอบด้านจะช่วยให้ผู้เรียนตัดสินใจได้อย่างมีเหตุผลและมีความมั่นใจยิ่งขึ้น เห็นภาพรวมของอาชีพได้ชัดเจน ทั้งยังทำให้สามารถวางแผนการพัฒนาทักษะความถนัด และบุคลิกภาพของตนเองให้ตรงกับคุณสมบัติที่งานต้องการได้ | 3 |
| 4 | โรงเรียนแห่งแรก | สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม ผลการเรียนรู้ 1. ระบุองค์ประกอบของความสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัวได้ (K) | ครอบครัวถือเป็นรากฐานสำคัญของชีวิต การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัวช่วยให้สมาชิกเกิดความรัก ความอบอุ่น และความมั่นคงทางจิตใจ การสื่อสารอย่างเปิดเผย | 1 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|----------------|--|---|-------------------|
| | | 2. นำเสนอแนวทางการพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลในครอบครัว (S) 3. ใช้ทักษะการอยู่ร่วมกันในครอบครัวเป็นแนวทางการพัฒนาความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคม (S) 4. แสดงออกถึงการเห็นคุณค่าของความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลในครอบครัว (A) 5. มีทัศนคติที่ดีต่อการสร้างความสัมพันธ์และการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข (A) | การรับฟัง และการเข้าใจซึ่งกันและกันเป็นปัจจัยที่ทำให้ครอบครัวอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข นอกจากนี้ยังเป็นการสร้างพื้นฐานในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมอย่างสร้างสรรค์ เพราะเมื่อครอบครัวเข้มแข็ง สมาชิกในครอบครัวก็จะมีพลังใจและทักษะชีวิตที่ดีในการเผชิญกับความท้าทายในอนาคตได้อย่างมั่นคงและมีความสุข | |
| 5 | วัยรุ่นติดเบรค | สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม ผลการเรียนรู้ 1. ระบุผลดีของการยับยั้งชั่งใจตนเองและผลเสียของการไม่ยับยั้งชั่งใจ (K) 2. นำเสนอแนวทางการยับยั้งชั่งใจตนเอง (S) 3. แสดงออกถึงการเห็นความสำคัญของการยับยั้งชั่งใจ (A) | การยับยั้งชั่งใจ ความสามารถในการควบคุมแรงกระตุ้น อารมณ์ หรือพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ก่อนที่จะตัดสินใจทำอะไรเราควรมีการหยุดคิด พิจารณาผลดี-ผลเสีย ก่อนที่จะตอบสนองต่อสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างเหมาะสม และมีเหตุผลสนับสนุนต่อการกระทำนั้น ซึ่งการยับยั้งชั่งใจ การควบคุมอารมณ์ และพฤติกรรมของตนเองนั้น ถือเป็นทักษะพื้นฐานที่สำคัญในการใช้ชีวิตของบุคคล บุคคลที่สามารถยับยั้งชั่งใจตนเองได้จะสามารถควบคุมตนเองได้เมื่อเผชิญกับสิ่งยั่วยุ เพื่อบรรลุเป้าหมายที่สำคัญของตนในระยะยาว | 1 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|---|--|--|-------------------|
| 6 | ค้นหาความ ถนัด สร้าง เส้นทาง อนาคต | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ <ol style="list-style-type: none"> อธิบายเกี่ยวกับความถนัดทางการเรียน และบทบาทต่อการศึกษาและอาชีพในอนาคตได้ (K) ระบุผลที่เกิดขึ้นจากการเลือกแนวทางการเรียนที่สอดคล้องหรือไม่สอดคล้องกับความถนัดของตนเองได้ (K) วิเคราะห์และประเมินความถนัดทางการเรียนของตนเอง โดยใช้ข้อมูลจากประสบการณ์หรือการทดสอบได้ (S) ใช้ทักษะการวางแผนระยะสั้นและระยะยาว เพื่อกำหนดเส้นทางการศึกษาที่สอดคล้องกับความถนัดได้ (S) ตระหนักถึงคุณค่า ความสำคัญ มีความรับผิดชอบ และมุ่งมั่นที่จะวางแผนอนาคตการศึกษาและอาชีพตามความถนัดทางการเรียนของตนเอง (A) | ความถนัดทางการเรียนเป็นความสามารถเฉพาะด้านของผู้เรียนที่เอื้อต่อการเรียนรู้หรือการประกอบอาชีพในสาขาวิชาต่าง ๆ โดยเฉพาะ เป็นสิ่งที่ช่วยให้เราสามารถเรียนรู้และศึกษาต่อได้อย่างมีประสิทธิภาพ หรือสามารถใช้ทักษะที่เกี่ยวข้องได้ดี เป็นตัวบ่งชี้แนวโน้มความสามารถทางการเรียนของตนเองในสาขาวิชาใดวิชาหนึ่ง ซึ่งมีผลต่อการเลือกแนวทางการศึกษาต่อและอาชีพในอนาคต ความถนัดทางการเรียนจึงถือเป็นจุดเริ่มต้นสำคัญในการวางแผนการเรียนขณะที่กำลังศึกษาในระดับปัจจุบันและการวางแผนการเรียนในระดับที่สูงขึ้นในชั้นเรียนต่อไปรวมทั้งการเลือกแผนการเรียน และการวางแผนเป้าหมายการศึกษาต่อและอาชีพในอนาคต โดยเฉพาะที่กำลังอยู่ในช่วงเริ่มต้นของการค้นหาตัวเอง เพื่อเตรียมตัวศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น | 3 |
| 7 | หลอกหลวง ทางอารมณ์ | สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม ผลการเรียนรู้ <ol style="list-style-type: none"> อธิบายลักษณะการหลอกหลวงทางอารมณ์ (K) วิเคราะห์รูปแบบของการหลอกหลวงทางอารมณ์ได้ (S) | การหลอกหลวงทางอารมณ์ เป็นรูปแบบการควบคุมจิตใจรูปแบบหนึ่ง ซึ่งทำให้ผู้ตกเป็นเหยื่อตั้งคำถามต่อความจริง ความรู้สึก ประสบการณ์ต่อเหตุการณ์ต่างๆ หรือเกิดความสงสัยในตัวตนหรือความสามารถของตนเอง ส่งผลให้เหยื่อเกิดความรู้สึกทางลบ | 1 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|----------------|---|--|----------------|
| | | <p>3. แสดงออกถึงการรับมือเมื่อตกเป็นเหยื่อของการถูกล่อลวงทางอารมณ์ (S)</p> <p>4. ระบุวิธีการและป้องกันตนเองไม่ให้ตกเป็นเหยื่อของการถูกล่อลวงทางอารมณ์ได้ (K, S)</p> <p>5. เห็นความสำคัญของผลกระทบจากการตกเป็นเหยื่อของการถูกล่อลวงทางอารมณ์ (A)</p> | <p>เพื่อให้ตนเองรู้สึกมีอำนาจในการควบคุมบุคคลอื่นได้ เพื่อไม่ให้เราตกเป็นเหยื่อบุคคลเหล่านั้น เราจึงควรมีแนวทางการป้องกันตนเอง เพื่อไม่ให้ตกเป็นเหยื่อของการถูกล่อลวงทางอารมณ์ เนื่องจากการถูกล่อลวงทางอารมณ์นั้น ส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและสุขภาพจิตของผู้ที่ตกเป็นเหยื่อ</p> | |
| 8 | Growth Mindset | <p>สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม ผลการเรียนรู้</p> <p>1. อธิบายความสำคัญของ Growth Mindset และ Fixed Mindset ได้ (K)</p> <p>2. ระบุประโยชน์ของ Growth Mindset ต่อการเรียนรู้ การแก้ปัญหา และการพัฒนาตนเองได้ (K)</p> <p>3. ใช้ Growth Mindset ในการวางแผนการเรียนรู้ การพัฒนาทักษะ และการแก้ปัญหาที่ซับซ้อน (S)</p> <p>4. รับฟังความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพื่อปรับปรุงตัวเองอย่างสร้างสรรค์ (A)</p> | <p>Growth Mindset มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาผู้เรียน เพราะช่วยเปิดโอกาสให้ผู้เรียนเชื่อว่าความสามารถสามารถพัฒนาได้ และไม่ยึดติดกับความล้มเหลวหรือข้อจำกัดเดิม นอกจากนี้ยังสร้างความยืดหยุ่นต่อความล้มเหลว ทำให้มองความผิดพลาดเป็นบทเรียนและแรงผลักดันในการปรับปรุงตัวเอง ผู้เรียนที่มี Growth Mindset จะมีความพยายามและมุ่งมั่นฝึกฝนและไม่ยอมแพ้ต่ออุปสรรค อีกทั้งยังเพิ่มศักยภาพในการคิดเชิงวิเคราะห์และแก้ปัญหา กระตุ้นให้ทดลองวิธีใหม่ ๆ และปรับปรุงอย่างสร้างสรรค์ ตลอดจนพัฒนาทัศนคติที่เป็นบวกต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต ทำให้กล้าเผชิญความท้าทายและพร้อมพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง</p> | 2 |
| 9 | สื่อสารเชิงบวก | <p>สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม ผลการเรียนรู้</p> <p>1. ระบุผลที่ตามมาจากการสื่อสาร</p> | <p>การสื่อสารแบบกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมเป็นการสื่อสารอย่างมั่นใจและเคารพตนเองและผู้อื่น โดยที่ผู้พูดสามารถ</p> | 1 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|---------------------|---|--|-------------------|
| | | <p>แบบกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม (K)</p> <p>2. นำเสนอการพัฒนาการสื่อสารแบบกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม (S)</p> <p>3. จำแนกความแตกต่างระหว่างการสื่อสารด้วย U-message และ I-message (S)</p> <p>4. ตระหนักถึงการสื่อสารที่ดีและสร้างสรรค์เพื่อจะได้อยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบสุข (A)</p> | <p>แสดงความคิด ความรู้สึก ความต้องการของตนเองได้อย่างตรงไปตรงมา ชัดเจน และให้เกียรติผู้อื่น โดยไม่ก้าวร้าว และไม่ยอมจำนน การสื่อสารอย่างกล้าแสดงออกสามารถทำได้ โดยที่ผู้พูดเน้นการแสดงความรู้สึก ความต้องการ หรือผลกระทบที่ตนเองได้รับ โดยไม่ตำหนิหรือโทษอีกฝ่าย การสื่อสารแบบนี้จะช่วยลดความขัดแย้ง และส่งเสริมความเข้าใจอย่างสร้างสรรค์ได้ดี</p> | |
| 10 | ชนะความเครียด | <p>สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม</p> <p>ผลการเรียนรู้</p> <p>1. อธิบายวิธีการผ่อนคลายความเครียด (K)</p> <p>2. นำวิธีการผ่อนคลายความเครียดไปปฏิบัติได้เวลาที่เผชิญกับความเครียด (S)</p> <p>3. ปรับพฤติกรรมและแนวทางการเรียนเพื่อรับมือกับความเครียดและปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ (S)</p> <p>4. ตระหนักถึงความสำคัญของการจัดการความเครียดต่อสุขภาพจิตและผลการเรียน (A)</p> | <p>ความเครียดเป็นปฏิกิริยาทางร่างกายและจิตใจ ที่เกิดขึ้นเมื่อเผชิญกับสถานการณ์ที่รู้สึกกดดัน หรือเกินความสามารถในการรับมือ บางครั้งเราอาจจะต้องเจอกับความเครียดในเรื่องของการเรียน การเลือกแผนการเรียน หรือการเตรียมตัวเข้าศึกษาต่อในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย การเลือกใช้วิธีการผ่อนคลายความเครียดอย่างเหมาะสม ทำให้สามารถควบคุมความคิดและอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้น ส่งผลให้สามารถรับมือกับปัญหาและแรงกดดันได้ดีขึ้น</p> | 1 |
| 11 | สะท้อนเพื่อเป้าหมาย | <p>สมรรถนะด้านการศึกษา</p> <p>ผลการเรียนรู้</p> <p>1. อธิบายความสำคัญของการรู้จัก</p> | <p>ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อยู่ในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญของชีวิตการศึกษา การรู้จักตนเอง จะช่วยให้เราสามารถวางแผน</p> | 3 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|--------------------|---|--|-------------------|
| | | <p>ตนเองต่อการวางแผนการเรียน และชีวิตในอนาคตได้ (K)</p> <p>2. วิเคราะห์ผลการเรียนของตนเองตั้งแต่ ม.1-ม.3 เพื่อระบุจุดแข็ง จุดอ่อน และพฤติกรรมที่มีผลต่อความสำเร็จในการเรียนได้ (S)</p> <p>3. วางแผนการเรียนและพัฒนาตนเองอย่างเป็นระบบเพื่อสอดคล้องกับศักยภาพและเป้าหมายอนาคต (S)</p> <p>4. มีแรงบันดาลใจในการเรียนรู้ และพร้อมเผชิญความท้าทายเพื่อบรรลุเป้าหมาย (A)</p> | <p>แผนการเรียนในอนาคตได้อย่างเหมาะสมกับศักยภาพ ความถนัด ความสนใจ และเป้าหมายของตนเอง ผลการเรียนของตั้งแต่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 เป็นเครื่องมือสำคัญในการวิเคราะห์ตนเอง จะทำให้เราเห็นพัฒนาการด้านการเรียน จุดแข็ง จุดอ่อน และพฤติกรรมที่ส่งผลต่อความสำเร็จหรืออุปสรรคทางการเรียนของตนเอง เมื่อเราเข้าใจตัวเองแล้ว เราจะสามารถวิเคราะห์ภาพสะท้อนของตนเองในมิติของผลการเรียน ความถนัด ความสนใจ และความมุ่งมั่นในอนาคตได้ ซึ่งเป็นฐานข้อมูลสำคัญในการตัดสินใจเลือกสายการเรียนได้อย่างมีเหตุผล นำไปสู่การพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน กิจกรรมแนะแนวในหน่วยนี้จึงไม่ได้มุ่งเน้นเพียงการวิเคราะห์ผลการเรียนเท่านั้น แต่ยังส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถสะท้อนตนเอง (self-reflection) วางแผนชีวิตอย่างเป็นระบบ (goal-setting) และสร้างแรงบันดาลใจในการเรียนรู้ในอนาคต</p> | |
| 12 | วางแผนชีวิตให้เป็น | <p>สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้</p> <p>1. อธิบายความสำคัญของการวางแผนชีวิตได้ (K)</p> <p>2. สสำรวจตนเอง วิเคราะห์จุดแข็ง จุดอ่อน ความสนใจ และโอกาสในอนาคตได้ (S)</p> | <p>การวางแผนชีวิตเป็นกระบวนการสำคัญที่ช่วยให้แต่ละคนสามารถกำหนดทิศทางอนาคตของตนเองได้อย่างชัดเจนและมีเป้าหมาย การวางแผนชีวิตจะทำให้เราได้พัฒนาตนเองในแต่ละช่วงวัย โดยเริ่มจากการตั้งเป้าหมายอาชีพหรือการศึกษาต่อแล้ววางแผนเส้นทางสู่เป้าหมายนั้น หรือ</p> | 2 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|--|---|---|-------------------|
| | | 3. วางแผนการเรียนรู้และพัฒนาตนเองตามเป้าหมายอาชีพหรือการศึกษาต่อได้อย่างมีระบบ (S) 4. มีทัศนคติเชิงบวก มุ่งมั่น และยืดหยุ่นในการวางแผนและปรับตัวเพื่อบรรลุเป้าหมาย (A) | วางแผนสำรองหากแผนหลักมีอุปสรรค ซึ่งจะทำให้เราเห็นภาพอนาคตของตนเองได้ชัดเจนขึ้น และสามารถวางแผนชีวิตได้อย่างมีวิจรรย์ญาณ | |
| 13 | การบริหารจัดการเงินกับการเตรียมความพร้อมสู่อาชีพ | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายความสำคัญของการบริหารจัดการเงินต่อชีวิตและอาชีพในอนาคตได้ (K) 2. ระบุหลักการพื้นฐานของการวางแผนการเงิน การออม และการใช้จ่ายอย่างรอบคอบ (K) 3. วางแผนค่าใช้จ่ายและการออมเงินให้เหมาะสมกับรายได้หรืออาชีพที่สนใจ (S) 4. ตระหนักถึงความสำคัญของการวางแผนการเงินต่อความสำเร็จในอาชีพและชีวิต (A) | การบริหารจัดการเงินเป็นทักษะสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการประกอบอาชีพในอนาคต เพราะช่วยให้ผู้เรียนรู้จักการวางแผนค่าใช้จ่าย ออมเงิน และใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่า การจัดการเงินที่ดีจะช่วยสร้างวินัยทางการเงิน และลดความเสี่ยงจากปัญหาการเงินเมื่อเริ่มทำงาน ผู้เรียนยังสามารถเชื่อมโยงการบริหารเงินกับรายได้และค่าใช้จ่ายในอาชีพที่สนใจ ทำให้สามารถวางแผนอาชีพและการลงทุนในตนเองได้อย่างรอบคอบ นอกจากนี้ทักษะนี้ยังส่งเสริมความรับผิดชอบ ความรอบคอบ และการตัดสินใจทางการเงินที่ชาญฉลาด เพื่อเตรียมพร้อมสู่ชีวิตการทำงานอย่างมั่นคง | 2 |
| 14. | ถ้าพอเพียงจะไม่เบียดเบียน | สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายหลักคิดเรื่องความพอเพียงและความเชื่อมโยงกับการจัดการเงินได้ (K) 2. ใช้จ่ายอย่างพอเพียงเพื่อความมั่นคงทางการเงินและการดำเนินชีวิตประจำวันได้ (S) | ความพอเพียงเป็นหลักคิดที่ช่วยให้เราดำเนินชีวิตอย่างสมดุล ไม่ฟุ้งเฟ้อ และรู้จักใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่า การนำหลักความพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในการจัดการเงินช่วยให้เรารู้จักวางแผนการใช้จ่าย ออมเงิน และลงทุนในสิ่งที่จำเป็นจริง ๆ เมื่อฝึกฝนจนเป็นนิสัย จะช่วยสร้างความมั่นคงทางการเงิน ลดปัญหาหนี้สิน และทำให้เราสามารถ | 1 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|--------------------|--|---|----------------|
| | | 3. ตระหนักถึงความสำคัญของการใช้เงินและการดำเนินชีวิตอย่างสมดุล รวมทั้งความพอเพียงต่อชีวิตและอาชีพในอนาคตได้ (A) | รับมือกับเหตุการณ์ไม่คาดฝันได้ดีขึ้น ความพอเพียงยังส่งเสริมคุณธรรม ความรับผิดชอบ และการตัดสินใจอย่างมีสติ ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญของการดำเนินชีวิตและการทำงานในอนาคต | |
| 15 | โลกอาชีพ | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายความสำคัญของโลกอาชีพต่อการวางแผนชีวิตและการศึกษาต่อได้ (K) 2. ระบุลักษณะงาน ทักษะ และความสามารถที่จำเป็น โอกาส ความต้องการ และแนวโน้มของตลาดแรงงานในปัจจุบันและอนาคตของแต่ละอาชีพได้ (K) 3. นำข้อมูลเกี่ยวกับโลกอาชีพเพื่อนำมาใช้ตัดสินใจในการเลือกสายการเรียนหรือแนวทางการศึกษาต่ออย่างมีเหตุผลได้ (S) 4. ตระหนักถึงความสำคัญของการรู้จักโลกอาชีพในการวางแผนชีวิตและการศึกษา (A) | การเรียนรู้เกี่ยวกับโลกอาชีพมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการเตรียมความพร้อมของผู้เรียน เพราะช่วยให้เข้าใจลักษณะงาน ความสามารถและทักษะที่จำเป็น รวมถึงโอกาสและความต้องการของตลาดแรงงาน การรับรู้โลกอาชีพจะช่วยให้สามารถวางแผน การศึกษาและพัฒนาตนเองให้ตรงกับ ความถนัด ความสนใจ และเป้าหมายชีวิต การเรียนรู้เหล่านี้ยังเสริมสร้างทักษะการคิด วิเคราะห์ การตัดสินใจ และการแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล ทำให้นักเรียนมีความมั่นใจในการเลือกแนวทางอาชีพในอนาคต และพร้อมปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมทางการทำงานได้อย่างยั่งยืน | 2 |
| 16 | ฝันให้ไกล ไปให้ถึง | สมรรถนะด้านอาชีพ ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายแนวคิดของการวิเคราะห์เส้นทางอาชีพและความสำคัญต่อการเลือกสายการเรียน (K) | การวิเคราะห์เส้นทางสู่อาชีพเป็นกระบวนการสำคัญที่ช่วยให้มองเห็นโอกาสและทางเลือกในอนาคตที่ชัดเจนยิ่งขึ้น เริ่มจากการสำรวจความสนใจ ความถนัด และคุณลักษณะส่วนตัว เพื่อนำไปเปรียบเทียบกับคุณสมบัติและทักษะที่จำเป็นของอาชีพ | 2 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|-----------------------------|---|--|-------------------|
| | | 2. เปรียบเทียบทักษะที่มีอยู่กับทักษะที่อาชีพต้องการ เพื่อวางแผนพัฒนาตนเองได้ (S) 3. แสดงความยืดหยุ่นและเปิดรับทางเลือกใหม่เมื่อพบความท้าทายหรือโอกาสที่เปลี่ยนแปลง (A) | ต่าง ๆ การวิเคราะห์สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้เห็นอุปสรรคและทำให้การวางแผนพัฒนาตนเองให้มีความพร้อมสำหรับเส้นทางอาชีพที่เลือกได้ชัดเจนขึ้น รวมทั้งการมองภาพรวมของตลาดแรงงานและโอกาสในอนาคต ทำให้เราสามารถตัดสินใจเกี่ยวกับการศึกษาต่อตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ได้ นอกจากนี้ยังช่วยสร้างความมั่นใจและแรงจูงใจในการเรียนรู้ เพื่อเตรียมความพร้อมสู่การประกอบอาชีพได้อย่างยั่งยืน | |
| 17 | Resume เรื่องราวที่บอกตัวตน | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายความสำคัญ และวัตถุประสงค์ของการเขียน Resume เพื่อการศึกษาต่อได้ (K) 2. ระบุองค์ประกอบที่จำเป็นของ Resume ได้ (K) 3. เขียน Resume ได้อย่างถูกต้องชัดเจน เป็นระบบ และเหมาะสมกับการนำไปใช้ในการศึกษาต่อ (S) 4. มีทัศนคติเชิงบวกและมุ่งมั่นในการพัฒนาตนเอง เพื่อสร้าง Resume ที่มีคุณค่า น่าเชื่อถือ และสามารถนำไปใช้ได้ทั้งในการศึกษาต่อและการทำงานในอนาคต (A) | การเขียน Resume เพื่อใช้ในการศึกษาต่อมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะเป็นเอกสารแนะนำตัวผู้เรียนอย่างเป็นระบบ ทั้งข้อมูลส่วนตัว ประวัติการศึกษา ความสามารถ และประสบการณ์ที่เกี่ยวข้อง Resume ยังเป็นเครื่องมือสะท้อนให้เห็นถึงศักยภาพ จุดเด่น และความถนัดที่อาจไม่ปรากฏในผลการเรียนโดยตรง อีกทั้งยังเป็นหลักฐานสำคัญประกอบการพิจารณาคัดเลือกเข้าศึกษาต่อหรือขอทุนการศึกษา การจัดทำ Resume ยังช่วยให้ผู้เรียนได้ทบทวนตนเอง เห็นเส้นทางการเรียนและการพัฒนาที่ผ่านมา รวมถึงเป็นโอกาสในการวางแผนอนาคตอย่างชัดเจน การเรียนรู้วิธีการเขียน Resume ที่ถูกต้องและเหมาะสมจึงเป็นประโยชน์ทั้งในด้านการศึกษาต่อและการทำงานเพื่อสร้างอนาคตของผู้เรียนอย่างแท้จริง | 3 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|---------------------------------|--|--|-------------------|
| 18 | สัมภาษณ์ อย่างไรให้ ชนะใจ | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ 1. ระบุรูปแบบและประเภทคำถามที่มักพบในการสัมภาษณ์ได้ (K) 2. มีมารยาท ใช้ภาษาได้ถูกต้องและเหมาะสม รวมถึงระบุทักษะที่จำเป็นในการสัมภาษณ์ได้ (K, S) 3. ฝึกการถาม-ตอบในบทบาทผู้สัมภาษณ์และผู้ถูกสัมภาษณ์เพื่อพัฒนาการสื่อสารและไหวพริบ (S) 4. แสดงเจตคติในการทำงานร่วมกับผู้อื่นอย่างสุภาพและมีประสิทธิภาพ (A) | การสัมภาษณ์ถือเป็นขั้นตอนสำคัญที่มีผลต่อความสำเร็จในการสมัครเรียนต่อหรือสมัครงาน การเตรียมตัวและฝึกฝนทักษะการสัมภาษณ์จึงเป็นเรื่องจำเป็น กิจกรรมนี้เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ฝึกซ้อมบทบาททั้งในฐานะผู้สัมภาษณ์และผู้ถูกสัมภาษณ์ ผ่านการถาม-ตอบคำถามที่มักพบในการสัมภาษณ์จริง เพื่อฝึกฝนมารยาท การใช้ภาษา และไหวพริบในการตอบคำถาม พร้อมทั้งสร้างความมั่นใจและลดความตื่นเต้นเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์จริง ฝึกทักษะการสัมภาษณ์งานและสัมภาษณ์เข้าเรียนอย่างมั่นใจ กิจกรรมนี้ยังช่วยพัฒนาทักษะการสื่อสารและการทำงานเป็นทีมได้อย่างมีประสิทธิภาพ | 3 |
| 19 | เส้นทาง ศึกษาต่อ | สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้ 1. อธิบายความสำคัญของการตัดสินใจศึกษาต่อได้ (K) 2. อธิบายแนวคิดเกี่ยวกับความถนัดและความแตกต่างระหว่างความถนัดกับความนิยมส่วนบุคคลได้ (K) 3. ระบุปัจจัยที่ควรพิจารณาในการเลือกศึกษาต่อและแนวโน้มอาชีพในอนาคตได้ (K) 4. ใช้ทักษะการคิดเชิงวิเคราะห์และการตัดสินใจเบื้องต้นอย่างมี | การตัดสินใจศึกษาต่อ เป็นกระบวนการที่นักเรียนเริ่มเรียนรู้ในการรู้จักตนเอง เปิดโลกทัศน์ด้านการเรียนและอาชีพ ฝึกการคิด ตัดสินใจเบื้องต้นในสิ่งที่ตนเองสนใจ และตระหนักถึงตนเอง ในความถนัด และฝึกการวางแผนเป้าหมายเบื้องต้นในอนาคต เพื่อนำไปสู่การวางแผนและเตรียมความพร้อมในการเลือกศึกษาต่อในระดับชั้นมัธยมปลายหรือระดับที่สูงขึ้นต่อไปได้อย่างเหมาะสม ความถนัดเป็นความสามารถตามธรรมชาติของแต่ละบุคคลที่แสดงออกในรูปแบบทักษะหรือศักยภาพเฉพาะด้านที่สามารถพัฒนาได้ แต่บางอย่างอาจเด่นชัด | 3 |

| ลำดับ | ชื่อหน่วย | สมรรถนะด้าน/ผลการเรียนรู้ | สาระสำคัญ | เวลา (ชั่วโมง) |
|-------|----------------|---|--|-------------------|
| | | <p>เหตุผล โดยอ้างอิงข้อมูลเกี่ยวกับตนเองและเส้นทางการศึกษาต่อได้ (S)</p> <p>5. มีเจตคติที่ดีต่อการวางแผนเป้าหมายชีวิต ไม่เลือกตามกระแสหรือแรงกดดันจากเพื่อน สังคม แต่เลือกอย่างมีเหตุผลได้ (A)</p> | <p>ตามบุคลิกภาพและโครงสร้างสมองของแต่ละคน การตัดสินใจศึกษาต่อไม่ควรเลือกจากเพียงแค่ “ความนิยม” หรือ “ตามเพื่อน” ควรเลือกจากที่เรารู้จักตนเองดีพอตัวเรามีความถนัดด้านใด เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นตัวชี้้นำสำคัญที่จะทำให้ตัวเรามีเป้าหมายและทำให้เราวางแผนชีวิตในอนาคตได้ชัดเจนยิ่งขึ้น</p> | |
| 20 | สามัญหรืออาชีพ | <p>สมรรถนะด้านการศึกษา ผลการเรียนรู้</p> <p>1. อธิบายลักษณะและเป้าหมายของการศึกษาสายสามัญ และสายอาชีวศึกษาได้ (K)</p> <p>2. เปรียบเทียบข้อมูลของสายการเรียนหรือแผนการศึกษาที่แตกต่างกัน แล้วเลือกสิ่งที่เหมาะสมกับตนเองได้ (S)</p> <p>3. วางแผนเบื้องต้นในการเตรียมความพร้อมทั้งด้านการเรียนและทักษะอาชีพเพื่อสอดคล้องกับเป้าหมายชีวิตได้ (S)</p> <p>4. มีความรับผิดชอบต่อตนเองกล้าตัดสินใจในเส้นทางการศึกษาที่สอดคล้องกับความสามารถและความถนัด (A)</p> | <p>การตัดสินใจเลือกเส้นทางการเรียน ควรพิจารณาจากความถนัด ความสนใจ เป้าหมายชีวิต และโอกาสในอนาคต เพื่อให้เส้นทางที่เลือกสอดคล้องกับศักยภาพของตนเองและนำไปสู่ความสำเร็จอย่างยั่งยืน ซึ่งการศึกษาต่อในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เหมาะสำหรับผู้ที่ต้องการเรียนต่อในระดับอุดมศึกษา เน้นการเรียนวิชาสามัญต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นวิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ ภาษา และสังคมศาสตร์ เพื่อปูพื้นฐานสำหรับการเลือกคณะมหาวิทยาลัยในอนาคต ส่วนการศึกษาต่อในสายอาชีวศึกษา เหมาะกับผู้ที่ต้องการเรียนรู้ทักษะวิชาชีพ เฉพาะด้านอย่างช่างยนต์ ช่างไฟฟ้า คอมพิวเตอร์ บริหารธุรกิจ บัญชี การตลาด การโรงแรม หรือศิลปหัตถกรรม โดยสามารถเข้าสู่ตลาดแรงงานได้เร็ว หรือศึกษาต่อในระดับปริญญาตรีสายอาชีพต่อไปได้</p> | 2 |