

คำชี้แจงร่างตัวอย่างเครื่องมือประเมินสมรรถนะการจัดการตนเอง ช่วงชั้นที่ 1 (ป.1 - ป.3)

ร่างตัวอย่างเครื่องมือประเมินสมรรถนะการจัดการตนเอง ช่วงชั้นที่ 1 (ป.1 - ป.3) เป็นตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ดำเนินการวัดและประเมินผลในชั้นเรียน เพื่อประกอบการเรียนการสอนตามหลักสูตรฐานสมรรถนะ ประกอบด้วย

1. กรอบโครงสร้างเครื่องมือประเมินสมรรถนะการจัดการตนเอง ช่วงชั้นที่ 1 (ป.1 - ป.3)
2. เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินสมรรถนะการจัดการตนเอง ช่วงชั้นที่ 1 (ป.1 - ป.3)
3. ขอความร่วมมือครูผู้สอน ศึกษานิเทศก์ และผู้ที่เกี่ยวข้อง พิจารณากรอบโครงสร้างเครื่องมือและเครื่องมือประเมิน พร้อมแสดงความคิดเห็นและให้คำแนะนำ โดยตอบลงในแบบสำรวจความคิดเห็นเพื่อประกอบการปรับปรุงและพัฒนาเครื่องมือประเมินสมรรถนะการจัดการตนเองให้มีคุณภาพ สำหรับนำไปใช้เป็นแนวทางในการประเมินสมรรถนะการจัดการตนเองตามหลักสูตรฐานสมรรถนะต่อไป ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

1. กรอบโครงสร้างเครื่องมือประเมินสมรรถนะการจัดการตนเอง ช่วงชั้นที่ 1 (ป.1 - ป.3)

การจัดการตนเอง หมายถึง ความสามารถในการรู้จัก รัก เห็นคุณค่า ในตนเองและผู้อื่น ตั้งเป้าหมายในชีวิตและกำกับตนเอง การจัดการอารมณ์และความเครียด รวมถึงการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต สามารถฟื้นคืนสู่สภาวะสมดุล (resilience) เพื่อไปสู่ความสำเร็จของเป้าหมายในชีวิต มีสุขภาพที่ดี และมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ดี

ระดับ	คำนิยามบรรยายระดับ	พฤติกรรมย่อย	เครื่องมือ
1 เริ่มต้น	รู้จักตนเอง (Knowing Self) ทางด้านกายภาพ ความชอบ ความสนใจ จัดการชีวิตประจำวัน ของตนเอง รับรู้และจัดการ อารมณ์และความรู้สึกพื้นฐาน ปฏิบัติตนตามบรรทัดฐานทาง สังคมภายใต้การดูแลของผู้อื่น	<p>ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. บอกเพศของตนเองได้ 2. บอกสิ่งที่ตนเองชอบได้ เช่น อาหาร ของเล่น ของใช้ สี ฯลฯ 3. บอกสิ่งที่ตนเองให้ความสนใจ เช่น อาชีพ กีฬา ฯลฯ <p>ด้านการมีเป้าหมายในชีวิต</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. สามารถจัดการชีวิตประจำวันได้ <p>ด้านการจัดการอารมณ์และความเครียด</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. บอกความรู้สึกและอารมณ์ของตนเองต่อเพื่อน บุคคลใกล้ชิด และ สิ่งแวดล้อมรอบตัว 2. บอกสาเหตุที่ทำให้เกิดความรู้สึกและอารมณ์ของตนเองต่อเพื่อน บุคคลใกล้ชิด และสิ่งแวดล้อมรอบตัว <p>ด้านการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. การใช้เหตุผลในการแก้ปัญหา เช่น การแต่งกายตามกฎระเบียบ ของโรงเรียน การแต่งกายให้เหมาะสมกับกาลเทศะ 	แบบประเมินตนเอง



ระดับ	คำนิยามบรรยายระดับ	พฤติกรรมย่อย	เครื่องมือ
		2. บอกทางเลือกและการตัดสินใจ เช่น ต้องตื่นเช้าเพื่อไปโรงเรียน ต้องล้างมือก่อนรับประทานอาหาร ต้องรับประทานอาหารให้ครบ 3 มื้อ ต้องดื่มนมทุกวัน	
2 กำลังพัฒนา	รู้จักตนเองในจุดเด่น จุดควรพัฒนา มีวินัยในการดูแลจัดการชีวิตประจำวันของตนเอง รับรู้และจัดการอารมณ์และความรู้สึกพื้นฐาน รู้ถูกผิดในการปฏิบัติตนตามบรรทัดฐานทางสังคมภายใต้การดูแลของผู้อื่น ตระหนักรู้ในสถานการณ์ที่เป็นปัญหาในชีวิตประจำวัน	<p>ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. บอกความโดดเด่นของตนเองได้ เช่น ความสูง สีผิว รูปร่าง ฯลฯ 2. บอกสิ่งที่ควรพัฒนาของตนเองได้ เช่น น้ำหนัก ความสมดุลระหว่างน้ำหนักกับส่วนสูง (ภาวะโภชนาการ) ฯลฯ <p>ด้านกรมีเป้าหมายในชีวิต</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. มีวินัยในการดูแลจัดการชีวิตประจำวันของตนเอง <p>ด้านการจัดการอารมณ์และความเครียด</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. บอกวิธีการควบคุมอารมณ์และความรู้สึกที่มีต่อเพื่อน บุคคลใกล้ชิด และสิ่งแวดล้อมรอบตัว <p>ด้านการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. รู้ว่า สถานการณ์ใดที่เป็นปัญหา 2. บอกสาเหตุของปัญหาได้ 3. บอกทางเลือกที่อาจก่อให้เกิดปัญหาในชีวิตประจำวัน เช่น หากไม่แปรงฟันแล้วฟันจะผุ หากไม่รับประทานอาหารผัก ผลไม้ อาจจะทำให้ท้องผูก หากพลัดหลงกับผู้ปกครอง จะทำอย่างไร 	แบบประเมินตนเอง



ระดับ	คำนิยามบรรยายระดับ	พฤติกรรมย่อย	เครื่องมือ
3 สามารถ	รู้จักความสามารถของตนเอง มีวินัยในการดูแลจัดการชีวิตประจำวันของตนเอง รับรู้และจัดการอารมณ์และความเครียด แยกแยะสิ่งถูกผิดหลีกเลี่ยงการนำพาตัวเองเข้าไปสู่ภาวะเสี่ยงตามคำแนะนำ อดทนต่อปัญหาในชีวิตประจำวันและการเรียน	<p>ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง</p> <p>1. บอกความสามารถของตนเองได้ เช่น วิชาที่เรียนได้ดี ประเภทกีฬาที่เล่นได้เก่ง ความสามารถพิเศษต่าง ๆ ฯลฯ</p> <p>ด้านการมีเป้าหมายในชีวิต</p> <p>1. มีวินัยในการดูแลจัดการชีวิตประจำวันของตนเอง</p> <p>ด้านการจัดการอารมณ์และความเครียด</p> <p>1. ควบคุมอารมณ์ที่เกิดขึ้น เมื่อถูกระตุ้นจากเพื่อน บุคคลใกล้ชิด และสิ่งแวดล้อมรอบตัว</p> <p>2. บอกสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดในชีวิตประจำวัน</p> <p>ด้านการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต</p> <p>1. แยกแยะสิ่งถูกผิด สิ่งที่เหมาะสมและสิ่งที่ไม่เหมาะสม เช่น ไม่ควรหยิบของคนอื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต ขออนุญาตออกนอกห้องเรียน ขโมยของเพื่อน</p> <p>2. หลีกเลี่ยงการนำตัวเองเข้าสู่ภาวะเสี่ยง เช่น การคบเพื่อน การเล่นที่เป็นอันตราย (ชน) โดนเพื่อนแกล้ง</p> <p>3. อดทนต่อปัญหาที่เกิดขึ้น เช่น ปัญหาการไม่ยอมมาโรงเรียน เรียนไม่ทันเพื่อน อ่านหนังสือไม่ออก โดนเพื่อนแกล้ง อุบัติเหตุจากการเล่นชน</p>	แบบประเมินตนเอง



2. เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินสมรรถนะการจัดการตนเองนี้ แบ่งออกเป็น 2 ตอน

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ตอนที่ 2 แบบประเมินสมรรถนะการจัดการตนเอง ประกอบไปด้วย 4 ด้าน

- 2.1 ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง
- 2.2 ด้านการมีเป้าหมายในชีวิต
- 2.3 ด้านการจัดการอารมณ์และความเครียด
- 2.4 ด้านการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต

เมื่อผู้สอนพิจารณาข้อความแต่ละข้อแล้ว ผู้เรียนมีการปฏิบัติพฤติกรรมอย่างไร ให้ตอบในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

หากมีการปฏิบัติ ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ที่ช่อง ปฏิบัติ

หากไม่เคยปฏิบัติเลย ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ที่ช่อง ไม่เคยปฏิบัติ

ผลการตอบแบบประเมินครั้งนี้จะไม่มีผลเสียต่อผู้เรียนและสถานศึกษาแต่อย่างใด คำตอบที่ได้ถือเป็นความลับ จะนำไปใช้สำหรับประเมินสมรรถนะเพื่อนำผลการวิเคราะห์ไปใช้พัฒนาและส่งเสริมสมรรถนะรายบุคคลต่อไป

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ชื่อ ชั้น เลขที่

โรงเรียน

ตอนที่ 2 แบบประเมินสมรรถนะการจัดการตนเอง

ข้อที่	รายการประเมิน	การปฏิบัติ	
		ปฏิบัติ	ไม่ปฏิบัติ
ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง			
1.	นักเรียนบอกเพศของตนเองได้		
2.	นักเรียนบอกชื่ออาหารที่ชอบรับประทานได้		
3.	นักเรียนบอกได้ว่าชอบกีฬาประเภทใดมากที่สุด		
4.	นักเรียนบอกได้ว่าส่วนใดของร่างกายที่นักเรียนชอบมากที่สุด		
5.	นักเรียนบอกได้ว่าส่วนใดในร่างกายถ้าเปลี่ยนแปลงแล้วจะทำให้ดูดีขึ้น		



ข้อที่	รายการประเมิน	การปฏิบัติ	
		ปฏิบัติ	ไม่ปฏิบัติ
6.	นักเรียนบอกได้ว่าเพื่อนไม่ชอบอะไรในตัวเรา		
7.	นักเรียนบอกได้ว่าวิชาใดบ้างที่นักเรียนชอบแล้วมักจะได้คะแนนสูง		
8.	นักเรียนบอกได้ว่าเล่นกีฬาประเภทใดได้บ้าง		
9.	นักเรียนบอกได้ว่าเรียนวิชาใดได้ดีที่สุด		
10.	นักเรียนบอกได้ว่ามีความสามารถพิเศษในด้านใด		
	รวมคะแนนรายด้าน		
ด้านการมีเป้าหมายในชีวิต			
11.	นักเรียนส่งงานที่ได้รับมอบหมายตรงตามเวลาที่ครูกำหนด		
12.	นักเรียนรักษาอุปกรณ์การเรียนของตนเอง		
13.	นักเรียนปฏิบัติตามข้อตกลงของชั้นเรียนตามที่ครูกำหนด		
14.	นักเรียนกำหนดเวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของตนเองภายใต้การดูแลของผู้อื่น		
15.	นักเรียนตรงต่อเวลาในการทำกิจกรรมในโรงเรียน		
16.	นักเรียนทำงานที่ได้รับมอบหมายสำเร็จด้วยตนเอง		
17.	นักเรียนทำกิจกรรมประจำวันได้ด้วยตนเอง		
18.	นักเรียนช่วยแบ่งเบาภาระงานบ้านจากผู้ปกครอง		
19.	นักเรียนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์		
	รวมคะแนนรายด้าน		
ด้านการจัดการอารมณ์และความเครียด			
20.	นักเรียนยิ้มแย้ม เมื่อได้เล่นกับเพื่อน		
21.	นักเรียนแสดงอาการไม่พอใจ เมื่อถูกเพื่อนรังแก		
22.	นักเรียนแสดงอาการตื่นเต้น เมื่อเจอสถานการณ์ใหม่ๆ		
23.	นักเรียนรับรู้ว่าจะไม่ควรพูดจาหยาบคาย แม้เพื่อนทำให้โกรธ		
24.	นักเรียนรับรู้ว่าจะต้องให้อภัย เมื่อเพื่อนทำผิดโดยไม่ได้ตั้งใจ		
25.	นักเรียนรับรู้ว่าจะไม่ควรใช้กำลัง เมื่อทะเลาะกัน		
26.	นักเรียนไม่ส่งเสียงดังโวยวาย เมื่อถูกขัดใจ		
27.	นักเรียนยอมรับและแก้ไข เมื่อถูกตำหนิ		



ข้อที่	รายการประเมิน	การปฏิบัติ	
		ปฏิบัติ	ไม่ปฏิบัติ
28.	นักเรียนไม่ชอบเล่นกับเพื่อน เพราะเพื่อนชอบแกล้งนักเรียน		
29.	นักเรียนปรึกษาผู้ปกครอง เมื่อรู้สึกมีเรื่องไม่สบายใจ		
30.	นักเรียนสบายใจ หลังจากได้รับคำแนะนำจากครู		
31.	นักเรียนขอความช่วยเหลือจากเพื่อน เมื่อทำการบ้านไม่ได้		
	รวมคะแนนรายด้าน		
ด้านการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต			
32.	นักเรียนปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน		
33.	นักเรียนขออนุญาตคุณครูก่อนออกจากห้องเรียนทุกครั้ง		
34.	นักเรียนเข้าแถวต่อคิวเพื่อซื้อของ		
35.	นักเรียนมีมารยาทในการรับประทานอาหาร		
36.	นักเรียนเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย		
37.	นักเรียนไม่หยิ่งของเพื่อนก่อนได้รับอนุญาต		
38.	นักเรียนไม่วิ่งเล่นในห้องเรียน		
39.	นักเรียนเก็บของได้ แล้วบอกคุณครูเพื่อคืนให้เจ้าของ		
40.	นักเรียนยอมรับในความผิดของตนเอง		
41.	นักเรียนขอโทษ เมื่อทะเลาะกับเพื่อน		
	รวมคะแนนรายด้าน		
	รวมคะแนนทั้งหมด		

เกณฑ์การแปลความหมายสมรรถนะด้านการจัดการตนเอง

องค์ประกอบของ สมรรถนะด้านการจัดการ ตนเอง	ค่าคะแนน			
	เริ่มต้น	กำลังพัฒนา	สามารถ	เหนือความ คาดหวัง
1. การเห็นคุณค่าในตนเอง	น้อยกว่า 3 คะแนน	3-5 คะแนน	6-8 คะแนน	มากกว่า 8 คะแนน
2. การมีเป้าหมายในชีวิต	น้อยกว่า 3 คะแนน	3-4 คะแนน	5-6 คะแนน	มากกว่า 6 คะแนน
3. การจัดการอารมณ์และ ความเครียด	น้อยกว่า 4 คะแนน	4-6 คะแนน	7-9 คะแนน	มากกว่า 9 คะแนน



4. การจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต	น้อยกว่า 3 คะแนน	3-5 คะแนน	6-8 คะแนน	มากกว่า 8 คะแนน
ในภาพรวม	น้อยกว่า 10 คะแนน	10 – 19 คะแนน	20 – 29 คะแนน	มากกว่า 29 คะแนน

ผลการประเมินสมรรถนะการจัดการตนเอง

สมรรถนะการจัดการตนเอง	คะแนนเฉลี่ย	ระดับคุณภาพ
1. การเห็นคุณค่าในตนเอง		
2. การมีเป้าหมายในชีวิต		
3. การจัดการอารมณ์และความเครียด		
4. การจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต		
รวม		