



แบบประเมินตนเอง

ชื่อ : _____ สกุล : _____ ชั้น _____ เลขที่ _____

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๘ เรื่อง พาจิตแจ่มใส

คำชี้แจง ๑. ระบายสีลงใน ☆ ของแต่ละกิจกรรมที่นักเรียนคิดว่าทำได้เพื่อประเมินการเรียนรู้ของนักเรียน ตามระดับการประเมินต่อไปนี้

☆ ปรับปรุง ☆☆ พอใช้ ☆☆☆ ค่อนข้างดี ☆☆☆☆ ดี ☆☆☆☆☆ ดีมาก

กิจกรรม	ระดับความสามารถ
๑. กิจกรรมบอกประโยชน์ของการสวมหมวกและแม่แมตตา	☆☆☆☆☆
๒. กิจกรรมอธิบายการปฏิบัติให้มีสติ	☆☆☆☆☆
๓. กิจกรรมบอกการกระทำอย่างมีสติในการเล่นและการทำงาน	☆☆☆☆☆
๔. กิจกรรมบอกการกระทำอย่างมีสติในการฟังเพลงและร้องเพลง	☆☆☆☆☆

๒. นับจำนวนดาวจากตารางข้างบนเพื่อบันทึกผลการเรียนรู้ของนักเรียน ดังนี้

☆ จำนวน..... ☆☆☆☆ จำนวน.....
 ☆☆ จำนวน..... ☆☆☆☆ จำนวน.....
 ☆☆☆ จำนวน.....

๓. วงกลมรอบผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยนับจากข้อที่ได้ดาวมากที่สุด

ปรับปรุง พอใช้ ค่อนข้างดี ดี ดีมาก

๔. วงกลมรอบระดับความชอบของกิจกรรมในหน่วยการเรียนรู้

๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐

ชอบ

ชอบปานกลาง

ชอบมาก