

นายกสภามหาวิทยาลัย หวังบัณฑิตรามฯ รู้ประชาธิปไตย - รับผิดชอบต่อสังคมอย่างถูกต้อง



นายกสภามหาวิทยาลัยรามคำแหงคาดหวัง
ปีใหม่ 2557 มหาวิทยาลัยรามคำแหง จะผลิตบัณฑิต
ที่มีความรู้ความเข้าใจในระบบประชาธิปไตยที่ถูกต้อง
และเป็นกำลังสำคัญในการรับใช้สังคม-บ้านเมือง
รวมทั้งสร้างความสงบสุขให้กับประเทศชาติต่อไป

นายวิรัช ชินวินิจกุล นายกสภามหาวิทยาลัย
รามคำแหง กล่าวถึงการดำเนินงานของ ม.ร.ในรอบปี
ที่ผ่านมาว่า ปี 2556 มหาวิทยาลัยรามคำแหงได้เปิด
คณะและสาขาวิชาใหม่เพิ่มขึ้น ซึ่งทุกหลักสูตรล้วนแต่มีส่วนช่วยส่งเสริมสนับสนุนและ
พัฒนาบ้านเมืองให้มีความเจริญก้าวหน้า อีกทั้งมหาวิทยาลัยยังผลิตบัณฑิต
ที่มีความรู้คู่คุณธรรม ออกไปรับใช้สังคมในทุกภาคส่วน มากกว่า 8 แสนคน
ถือเป็นความสำเร็จที่น่าภาคภูมิใจอย่างยิ่ง

นายกสภามหาวิทยาลัย ยังกล่าวถึง นโยบายและภารกิจในปี 2557 ว่า
ปัจจุบันบ้านเมืองมีปัญหาคอขวดที่ต้องได้รับการแก้ไขอย่างเร่งด่วน (อ่านต่อหน้า 2)

อธิการบดีขอบคุณชาวม.ร.ทำงานในรอบปีล่วง พร้อมทำหน้าที่ให้โอกาสทางการศึกษาต่อไป



อธิการบดี ม.ร.รามคำแหง อวยพรปีใหม่
ชาวม.ร.รามคำแหง ฝากใช้ความรัก ความสามัคคี นำพา
ม.ร.รามคำแหงเดินหน้าคงความเป็นมหาวิทยาลัย
ของประชาชน พร้อมทั้งช่วยกันทำงานของ ม.ร.
โดยเฉพาะด้านการประกันคุณภาพการศึกษาให้มี
ประสิทธิภาพอย่างต่อเนื่อง

ผู้ช่วยศาสตราจารย์วุฒิศักดิ์ ลาภเจริญทรัพย์
อธิการบดีมหาวิทยาลัยรามคำแหง กล่าวถึงการดำเนินงานในปีที่ผ่านมาว่า
ผมขอขอบคุณชาวม.ร.รามคำแหงทุกคนที่ได้ร่วมมือกันทำงานในรอบปีที่ผ่านมา
ทั้งเรื่องการเรียนรู้การสอนและกิจกรรมต่างๆที่ทำกันมาเป็นประจำ โดยเฉพาะ
เรื่องการประกันคุณภาพการศึกษาที่ทุกหน่วยงานได้ช่วยกันทำงานประสบความสำเร็จ
ลุล่วงไปด้วยดี เรื่องการพัฒนาคุณภาพการศึกษา โดยเน้นให้ครูอาจารย์เข้าบรรยาย
ในชั้นเรียนอย่างสม่ำเสมอ (อ่านต่อหน้า 2)

๑๓๓ ปีที่ ๔๓ ฉบับที่ ๓๗

ข่าวรามคำแหง

สื่อกลางระหว่างมหาวิทยาลัยกับนักศึกษา

วันที่ ๓๐ ธันวาคม ๒๕๕๖ - ๕ มกราคม ๒๕๕๗

www.info.ru.ac.th

อธิการบดี ม.ร. รับมอบเงินช่วยเหลือ นักศึกษาที่บาดเจ็บจากการชุมนุมฯ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์
วุฒิศักดิ์ ลาภเจริญทรัพย์
อธิการบดีมหาวิทยาลัย
รามคำแหง รับมอบเงินช่วยเหลือ
นักศึกษาที่ได้รับบาดเจ็บจาก
เหตุการณ์ชุมนุมทางการเมือง
จำนวน 100,000 บาท จาก
นายบุญถึง ผลพานิชย์ อดีต



สมาชิกสภาผู้แทนราษฎร จังหวัดนครราชสีมา เพื่อสมทบเข้ากองทุน “ม.ร. เงินบริจาคเพื่อช่วยเหลือ
ผู้ประสบเหตุจากการชุมนุมที่มหาวิทยาลัยรามคำแหง” โดยมี คณะผู้บริหาร ม.ร.ร่วมเป็นสักขีพยาน
เมื่อวันที่ 19 ธันวาคม 2556 ณ ห้องรับรองชั้น 2 อาคารวิทยบริการและบริหาร (อ่านต่อหน้า 11)

สวัสดีปีใหม่

พุทธศักราช ๒๕๕๗

สวัสดีปีใหม่ ไสพสุทธิ์

เราหม่อมวลมนุษยย่อมอยู่ได้

อีกผลบุญคุณพระรัตนตรัย

ทั้งพ่อขุนฯทรงอวยชัยให้รุ่งเรือง

จงหมดทุกข์หมดโศกหมดโรคภัย

หวังสิ่งใดสมดังหวังฟูเฟื่อง

ให้ผ่านพ้นทางตันกันทั้งเมือง

หายโกรธเคืองแล้วรักกันชาติมั่นคง

ประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง
(รองศาสตราจารย์ประทีป วาทิกทินกร -- ร้อยกรอง)

ม.รามฯ รับสมัครนักศึกษา ปริญญาตรี สาขาต่างประเทศ

มหาวิทยาลัยรามคำแหง สาขาวิทยบริการฯ
ต่างประเทศรับสมัครนักศึกษาระดับปริญญาตรี
ภาค 1/2557 สำหรับชาวไทยในต่างประเทศ
(รุ่นที่ 22) ตั้งแต่บัดนี้ - 20 เมษายน 2557 โดยมี
สาขาวิชาที่เปิดสอน ได้แก่ หลักสูตรนิเทศศาสตรบัณฑิต
หลักสูตรบริหารธุรกิจบัณฑิต (สาขาวิชาการจัดการ)
หลักสูตรรัฐศาสตรบัณฑิต (กลุ่มวิชาการบริหารรัฐกิจ)
หลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาศึกษาศาสตร์
(เอกภาษาไทย) (อ่านต่อหน้า 11)

ม.ร.รับสมัคร นศ.ป.โท M.B.A. for IT-Smart Program

มหาวิทยาลัยรามคำแหงรับสมัครผู้สำเร็จ
การศึกษาระดับปริญญาตรี เข้าศึกษาต่อระดับ
ปริญญาโท โครงการพิเศษ หลักสูตรบริหารธุรกิจ
มหาบัณฑิต (M.B.A. for IT-Smart Program)
รุ่นที่ 8 สาขาวิชาการตลาด แผน ข ไม่ทำวิทยานิพนธ์
เรียนวันจันทร์ - วันพฤหัสบดี เวลา 17.00 - 21.00 น.
ที่มหาวิทยาลัยรามคำแหง (หัวหมาก) คัดเลือก
เข้าศึกษาโดยการสอบสัมภาษณ์ ค่าธรรมเนียม
การศึกษาดำเนินการหลักสูตรรวมค่าใช้จ่ายศึกษาฐาน
ณ ประเทศสิงคโปร์ 155,000 บาท หรือดูงาน
ประเทศญี่ปุ่น 175,000 บาท แบ่งชำระ 6 งวด
(อ่านต่อหน้า 11)

เชิญสมัครเป็นสมาชิกทั้งด้วยตนเองและทางไปรษณีย์

๑. ชำระเงินที่อาคารสำนักงานอธิการบดี ชั้นล่าง
๒. ดำเนินการต่อที่งานประชาสัมพันธ์ อาคารสุโขทัย ชั้น ๒
๓. อัตราค่าสมาชิกปีละ ๒๐๐ บาท
๔. นักศึกษาที่เปลี่ยนแปลงที่อยู่ ติดต่อที่งานประชาสัมพันธ์ อาคารสุโขทัย ชั้น ๒
โทร. ๐-๒๓๑๐-๘๐๔๕-๔๗, ๔๘ หรือโทรสาร ๐-๒๓๑๐-๘๐๔๘



งานประชาสัมพันธ์
มหาวิทยาลัยรามคำแหง
บางกะปิ กรุงเทพฯ ๑๐๒๕๐
โทร. ๐-๒๓๑๐-๘๐๔๕-๗
โทร. ๐-๒๓๑๐-๘๐๐๐ ต่อ ๘๐๔๕-๗

ในราชการมหาวิทยาลัยรามคำแหง

ชำระค่าฝากส่งเป็นเงินเชื่อ

ใบอนุญาตที่ ๑/๒๕๕๗

ศูนย์รับฝากไปรษณีย์จำนวนมากดินทรเดชฯ

นางวัฒนา อติโชติ

นักประชาสัมพันธ์ชำนาญการ

รักษาการในตำแหน่งหัวหน้างานประชาสัมพันธ์

นายกสภามหาวิทยาลัยฯ

(ต่อจากหน้า 1)

คือความขัดแย้งทางการเมืองที่เกิดขึ้น ดังนั้นในปี 2557 มหาวิทยาลัยรามคำแหงจำเป็นต้องพัฒนาบัณฑิตให้สำเร็จการศึกษาออกไปเป็นผู้ที่มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการเมืองการปกครองอย่างถูกต้อง พร้อมทั้งจะออกไปรับใช้สังคม เป็นกำลังสำคัญในการสนับสนุนให้ประเทศชาติมีการปกครองในระบอบประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นพระประมุข เพื่อสร้างความสันติสุขให้เกิดขึ้นในสังคมไทยอย่างยั่งยืน

นายกสภา ม.ร. ได้กล่าวอวยพรปีใหม่แก่ ขวามคำแหงว่าในนามของสภามหาวิทยาลัยรามคำแหง ขออาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัย และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย ตลอดจนพระบารมีแห่งองค์พ่อขุนรามคำแหงมหาราช พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ ช่วยดลบันดาลประทานพรให้ขวามคำแหงทุกคน ประสบความสุข ความเจริญ มีสุขภาพพลานามัยที่สมบูรณ์แข็งแรง คิดสิ่งใดขอให้สมปรารถนา และเป็นกำลังสำคัญเพื่อพัฒนาประเทศชาติบ้านเมืองให้เจริญรุ่งเรืองและก้าวหน้าตลอดไป

อธิการบดีขอบคุณขวามฯ

(ต่อจากหน้า 1)

ซึ่งได้รับความร่วมมือจากคณาจารย์ทุกท่าน เรื่องระบบอาจารย์ที่ปรึกษา ที่ได้เริ่มขึ้นมาตั้งแต่เข้ามาทำงานตรงนี้อายากให้คณาจารย์ใส่ใจในเรื่องนี้ เพราะเชื่อว่าเมื่อนักศึกษาเข้ามาเรียนที่รามคำแหงแล้ว จะเกิดความสนใจถ้ามีอาจารย์ที่ปรึกษาคอยให้คำแนะนำต่างๆที่จะเป็นประโยชน์ต่อการเรียนและการใช้ชีวิตของนักศึกษา นอกจากนี้ยังมีเรื่องการปรับภูมิทัศน์ภายในมหาวิทยาลัย ซึ่งได้ดำเนินการมาอย่างต่อเนื่องและตั้งใจจะทำให้มีความร่มเย็นเป็นบรรยากาศที่เหมาะสมกับการเรียนหนังสือ

อธิการบดี ม.ร.กล่าวต่อไปว่า ปี 2557 รามคำแหง ยินยัดเดินหน้าทำหน้าที่ให้โอกาสทางการศึกษาแก่ประชาชนทุกคนที่ต้องการเรียนหนังสือโดยตั้งใจจะเปิดวิชาใหม่ คือ วิชาจิตสาธารณะ เป็นวิชาที่เน้นการทำกิจกรรมให้นักศึกษาตระหนักถึงการช่วยเหลือและทำตนให้เป็นประโยชน์แก่สังคมเรื่องการใช้ตัวเลข 13 หลัก ของบัตรประจำตัวประชาชนเป็นหลักฐานในการรับสมัครนักศึกษาใหม่และตรวจสอบข้อมูลของนักศึกษา ซึ่งมหาวิทยาลัยได้ประสานความร่วมมือกับกรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย ในการขอใช้ประโยชน์ข้อมูลทะเบียนราษฎรจากฐานข้อมูลทะเบียนกลางของกรมการปกครอง ด้วยระบบคอมพิวเตอร์ และโปรแกรมสำหรับอ่านข้อมูลจากบัตรประจำตัวประชาชน ซึ่งมหาวิทยาลัยจะนำระบบนี้มาพัฒนาฐานข้อมูลนักศึกษาในกรณีต่างๆให้ถูกต้องและเป็นปัจจุบัน

กิจกรรมรามฯ - สงขลา



รองศาสตราจารย์สมพล พุ่มหวั อธิการบดีฝ่ายวิทยบริการจังหวัดสงขลา เป็นประธานจัดกิจกรรมวันสถาปนามหาวิทยาลัยรามคำแหงครบรอบ 42 ปี ณ สาขาวิทยบริการเฉลิมพระเกียรติจังหวัดสงขลา เมื่อวันที่ 26 พฤศจิกายน 2556 โดยมี บุคลากร นักศึกษาและศิษย์เก่าร่วมงานเป็นจำนวนมากทั้งนี้ มีการประกอบพิธีทางศาสนาพุทธและอิสลามเพื่อความ เป็นสิริมงคลแก่ผู้ร่วมงานด้วย



รองศาสตราจารย์สมพล พุ่มหวั อธิการบดีฝ่ายวิทยบริการจังหวัดสงขลา พร้อมด้วยเจ้าหน้าที่ประจำสาขาฯ ร่วมต้อนรับผู้ช่วยศาสตราจารย์สุวิไล เรืองวัฒนสุข รองอธิการบดีฝ่ายประกันคุณภาพและคณะผู้ตรวจประกันคุณภาพการศึกษาภายใน ครั้งที่ 1 ประจำปีการศึกษา 2556 เมื่อวันที่ 28 พฤศจิกายน 2556 ณ สาขาวิทยบริการเฉลิมพระเกียรติจังหวัดสงขลา

นอกจากนี้ ต้องเตรียมพร้อมเข้าสู่การเป็นประชาคมอาเซียน ปี 2558 ซึ่งเราได้ดำเนินการมาหลายเรื่องและตั้งใจจะทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนระหว่างกันให้ครบทั้ง 3 เสาหลักของการเป็นประชาคมอาเซียนให้ได้มากที่สุด และประการสุดท้าย คือ เรื่องการประกันคุณภาพการศึกษา ซึ่งเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับขวามคำแหงทุกคนจะต้องช่วยกันดำเนินการให้สำเร็จลุล่วงเหมือนเช่นทุกปี

อธิการบดี ม.ร.กล่าวอวยพรปีใหม่ 2557 ว่าผมขอขอบคุณบุคลากรทุกฝ่ายที่เข้าใจกันและกัน ไม่นำเรื่องการเมืองเข้ามาภายในมหาวิทยาลัย ขอให้ทุกคนรัก สามัคคี เห็นอกเห็นใจ รู้จักเสียสละและแบ่งปันต่อกัน ผมอยากเห็นภาพของความสามัคคีที่ทุกคนจะช่วยกันรักษาคุณภาพและพัฒนาการทำงานให้รามคำแหงเป็นมหาวิทยาลัยของประชาชนที่ยั่งยืนตลอดไป

รามฯ - เพชรบูรณ์
จัดกิจกรรม 42 ปี ม.ร.

นายธรรมนุญ ม่วงแก้ว ผู้พิพากษาหัวหน้าศาลจังหวัดหล่มสัก เป็นประธานในพิธีบวงสรวงพ่อขุนรามคำแหงมหาราช ถวายเครื่องราชสักการะ และวางพานพุ่ม เนื่องในวันสถาปนามหาวิทยาลัยรามคำแหง ครบรอบ 42 ปี วันที่ 26 พฤศจิกายน 2556 โดยมี นายอุดม เศษโพธิ์ ผู้ประสานงานสาขาวิทยบริการฯ จังหวัดเพชรบูรณ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุริย์พันธุ์ วรพงษ์ธร เจ้าหน้าที่สาขาฯ นักศึกษา และศิษย์เก่า เข้าร่วมพิธี ณ สาขาวิทยบริการฯ จังหวัดเพชรบูรณ์

คณะที่สนมาตรฯ รับนักเรียน ม.4-ม.6
ร่วมโครงการค่ายหมอสายตา ครั้งที่ 6

คณะที่สนมาตรศาสตร์และสโมสรนักศึกษา คณะที่สนมาตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง รับสมัครนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 ร่วม “โครงการค่ายหมอสายตา ครั้งที่ 6” ระหว่างวันที่ 29-30 มีนาคม 2557 ณ คณะที่สนมาตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ให้นักเรียนนักศึกษาและประชาชนที่สนใจมีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับหลักสูตรการเรียนการสอน และการประกอบอาชีพด้านที่สนมาตรศาสตร์

ผู้สนใจสมัครได้ตั้งแต่วันที่ -31 มกราคม 2557 ณ คณะที่สนมาตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง อาคารสุโขทัย ชั้น 2 ประกาศผล วันที่ 10 กุมภาพันธ์ 2557 ดาวน์โหลดใบสมัครได้ที่ facebook.com/ค่ายหมอสายตา ครั้งที่ 6 สอบถามที่หมายเลข 095-501-6830, 092-814-1914

“ในโอกาสขึ้นปีใหม่ พุทธศักราช 2557 ผมขออวยพรให้คณาจารย์ ข้าราชการ เจ้าหน้าที่ และนักศึกษาจงมีความสุขความเจริญ คิดสิ่งใดให้สมปรารถนา ขอให้คุณพระศรีรัตนตรัย สิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่แต่ละท่านนับถือ และองค์พ่อขุนรามคำแหงมหาราช ช่วยคุ้มครองให้มีสุขภาพพลานามัยที่แข็งแรง ขอบารมีพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวและสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ จงปกปักษ์รักษาให้มีความร่มเย็นเป็นสุข พบแต่สิ่งที่ดีงามในชีวิต สามารถฟันฝ่าอุปสรรคและบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ทุกประการ”

ม.ร. มอบรางวัลเพชรน้ำหนึ่ง และรางวัลเพชรประดับรามฯ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์วุฒิศักดิ์ ลาภเจริญทรัพย์ อธิการบดีมหาวิทยาลัยรามคำแหง มอบรางวัลเพชรน้ำหนึ่งและรางวัลเพชรประดับรามฯ ให้แก่นักศึกษาปัจจุบันที่ได้ใช้ความรู้ความสามารถในการทำกิจกรรมสร้างสรรค์ มีจิตสาธารณะ อุทิศตนเพื่อประโยชน์แก่สังคม และสร้างชื่อเสียงให้แก่มหาวิทยาลัย ในโอกาสวันสถาปนามหาวิทยาลัยรามคำแหงครบรอบ 42 ปี เมื่อวันที่ 26 พฤศจิกายน 2556 ณ อาคารหอประชุมพุ่มพูนรามคำแหงมหาราช

โอกาสนี้ ผศ.วุฒิศักดิ์ ลาภเจริญทรัพย์ อธิการบดี ม.ร. กล่าวว่า ขอแสดงความยินดีกับนักศึกษาที่ผ่านการคัดเลือกและได้รับรางวัลในวันนี้ และเชื่อว่ายังมีนักศึกษารามคำแหงอีกจำนวนมากที่มีความรู้ความสามารถ มีคุณธรรมจริยธรรม และบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม ซึ่งมีคุณสมบัติเหมาะสมที่จะได้รับรางวัลนี้ ในอนาคตมหาวิทยาลัยจะประชาสัมพันธ์การรับสมัครคัดเลือกเพื่อเข้ารับรางวัลเพชรประดับรามฯ ให้มากขึ้น และให้บุคลากรทุกหน่วยงานช่วยกันเฟ้นหานักศึกษาเพื่อที่มหาวิทยาลัยจะได้มอบรางวัลให้ไว้ในฐานะที่นักศึกษาสร้างความสำเร็จและเป็นกำลังใจให้ทำหน้าที่เหล่านั้นต่อไป



ด้าน นางสาวพัชร แก่นพวง นักศึกษาคณะนิติศาสตร์ซึ่งได้รับรางวัล “เพชรน้ำหนึ่ง” กล่าวว่า ในนามนักศึกษาที่ได้รับรางวัลในวันนี้ รู้สึกภาคภูมิใจและดีใจอย่างยิ่งที่ได้รับรางวัล

ทรงเกียรติ จากมหาวิทยาลัยรามคำแหง ถือเป็นความภาคภูมิใจทั้งกับตนเอง ครอบครัว และวงศ์ตระกูล ขอขอบคุณมหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่ได้เจียรไนก้อนดินให้เป็นเพชร สร้างคนให้เป็นมนุษย์ และเป็นบัณฑิตที่พร้อมก้าวออกไปพัฒนาสังคม และขอขอบคุณอาจารย์ทุกท่านที่เปิดโอกาสในการคัดเลือกนักศึกษาเข้ารับรางวัลอย่างกว้างขวางทั้งในส่วนกลางและส่วนภูมิภาคอย่างทั่วถึงด้วย และขอฝากเพื่อนนักศึกษาทุกคนว่า

“สักวันหนึ่งเราจะรู้ว่ารามฯ รัก

สักวันหนึ่งคงประจักษ์เป็นสุขใจ

สักวันหนึ่งเราจะรู้ว่ารามฯ ดี

สักวันหนึ่ง เราได้ดีเพราะมีรามคำแหง”

ทั้งนี้ รางวัลเพชรประดับรามฯ ประจำปี 2556 พิจารณาจากคุณลักษณะพื้นฐาน ได้แก่ ผลการศึกษา ทักษะในการจัดการและการทำงาน ความสามารถในการคิดและแก้ปัญหา สุขภาพอนามัย ความประพฤติ



คุณธรรมจริยธรรม การอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อม ทั้งนี้ ผู้ได้รับรางวัลจะต้องมีกิจกรรมหรือผลงานดีเด่น มีคุณภาพ แสดงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ เป็นประโยชน์ต่อสังคม ได้รับรางวัลระดับชาติหรือนานาชาติและแสดงออกถึงความมีคุณธรรมดีงาม โดยผู้ที่มีผลงานโดดเด่นมากที่สุดจะได้รับรางวัลเพชรน้ำหนึ่งและผู้ที่มีผลงานในระดับรองลงมาจะได้รับรางวัลเพชรประดับรามฯ

สำหรับ ผลการคัดเลือกมีนักศึกษาได้รับรางวัลเพชรน้ำหนึ่งจำนวน 1 ราย ได้แก่ นางสาวพัชร แก่นพวง นักศึกษาคณะนิติศาสตร์ ผลงานคือ เป็นคณะบริหารสภาเด็กและเยาวชนจังหวัดสุโขทัย ปี 2551 - 2553 ของกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เป็นวิทยากรโครงการ “เสริมสร้างคุณธรรม สร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติด” ปี 2554 ได้รับรางวัลเด็กและเยาวชนดีเด่นแห่งชาติ สาขาพัฒนาเยาวชนบำเพ็ญประโยชน์และส่งเสริมการมีส่วนร่วมของเยาวชน ปี 2556 จากกรมการจัดงานวันเยาวชนแห่งชาติ ได้รับรางวัลเยาวชนดีเด่นแห่งชาติ จากสภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทย ปี 2554 ได้รับรางวัลเยาวชนสตรีไทยดีเด่น ปี 2553 จากสภาสตรีแห่งชาติในพระบรมราชูปถัมภ์ กระทรวงยุติธรรม และรางวัลเป็นผู้มีความประพฤติดีงาม ปี 2551 จากพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย

รางวัลเพชรประดับรามฯ จำนวน 5 ราย ได้แก่ นายณัฏฐพล เทียงถิ่น นักศึกษาคณะนิติศาสตร์ ผลงานคือ รางวัลเยาวชนชนะเลิศอันดับหนึ่ง ในการแข่งขันตอบปัญหาทางกฎหมายเนื่องในวันรพีประจำปี 2556 จากศาลทรัพย์สินทางปัญญาและการค้าระหว่างประเทศกลาง นายเอกชัย เหมชาญศิริ นักศึกษาคณะนิติศาสตร์ ผลงานคือรางวัลเยาวชนคนเก่ง รุ่นที่ 6 ประจำปี 2556 ตัวแทนกรุงเทพมหานคร ในโครงการด้วยรักและห่วงใยในพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ได้รับเข็มเครื่องหมายพระนามาภิไธย เกียรติบัตร และทุนการศึกษาในโครงการคัดเลือกเยาวชนคนเก่ง ในพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ

(อ่านต่อหน้า 8)



“ศิษย์เก่าดีเด่น” ของมหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่ได้รับรางวัลเกียรติยศเนื่องในโอกาสครบรอบวันสถาปนามหาวิทยาลัย ๔๒ ปี เมื่อวันที่ ๒๖ พฤศจิกายน ๒๕๕๖ นี้ มี ๑๓ คน

เป็นผู้ดำรงตำแหน่งระดับปลัดกระทรวง ๒ คน คือ

ท่านปลัดกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร

ดร.สุรชัย ศรีสารคาม และ

ท่านปลัดกระทรวงคมนาคม

นายสมชัย ศิริวัฒนโชค

ระดับผู้ว่าการฯ ๑ คน คือ

ท่านผู้ว่าการการทางพิเศษแห่งประเทศไทย

นายอัยยณัฐ ถินอภัย

เป็นผู้พิพากษา ๓ คน คือ ท่านรองประธานศาลอุทธรณ์ ภาค ๑ นายบุญชู ทัศนประพันธ์ ท่านผู้พิพากษาศาลอุทธรณ์ นายสิทธิศักดิ์ วนะชกิจ และท่านผู้พิพากษาศาลแพ่ง นางสาวลัดดาวรรณ หลวงอาจ นายอินันท์ จันทรังษี ท่านอธิบดีกรมประชาสัมพันธ์

พลตำรวจโทหาญพล นิตยวิบูลย์

ท่านผู้บัญชาการตำรวจภูธร ภาค ๘

นายพัชระ สารพิมพา ท่านผู้อำนวยการสำนักวิทยุ อสมท

ดร.นัทกาญจน์ รัตนวิจิตร ครูเชี่ยวชาญโรงเรียนราชวินิตมัธยม

ดร.ฐิติ ตันอธิชาติ กรรมการขององค์การโลกผู้บำเพ็ญประโยชน์ และ

นายอังคาร จันทาทิพย์ กวีซีไรต์ ปี ๒๕๕๖

เปลวเทียนไขแสง รามคำแหงให้ทาง

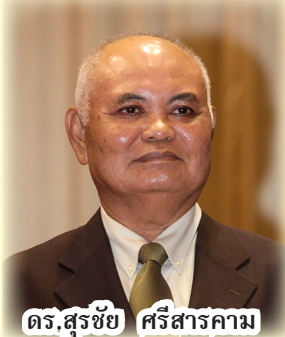
ศิษย์เก่ารามฯรับรางวัล “ศิษย์เก่าดีเด่น” ในงานครบรอบ 42 ปี ม.รามคำแหง



นายสิทธิศักดิ์ วนะชกิจ



นายสมชัย ศิริวัฒนโชค



ดร.สุรัชย์ ศรีสารคาม



นายอัยยณัฐ ถิรณภัย



น.ส.ประไพร์ อังกนันท์



นายอัคร จันทาทิพย์

ศิษย์เก่ารามฯรับรางวัล “ศิษย์เก่าดีเด่น” เนื่องในโอกาสวันสถาปนามหาวิทยาลัยรามคำแหง ครบรอบ 42 ปี 26 พฤศจิกายน 2556 พร้อมเผยความในใจ “ถ้าไม่มีรามฯ ก็ไม่มีเรา” รามคำแหง คือจุดเริ่มต้นของชีวิต และเป็นสถาบันที่หล่อหลอมให้ศิษย์เก่าสามารถยืนหยัดอยู่ในสังคมมาถึงทุกวันนี้

นายสิทธิศักดิ์ วนะชกิจ ผู้พิพากษาศาลอุทธรณ์ ศิษย์เก่าคณะนิติศาสตร์ กล่าวว่า ผมมีโอกาสมาเรียนที่รามคำแหง ตั้งแต่ปี 2519 สถาบันแห่งนี้ที่บ้านหลังที่สอง ที่ให้โอกาส ความหวัง กำลังใจ และอนาคต รามคำแหง ให้ความรู้ที่มีคุณภาพไปประกอบอาชีพ ซึ่งผมยึดหลักสองข้อ คือ ความเป็นสถาบันบุคลากร และความเป็นลูกศิษย์รามคำแหง ในฐานะที่เป็นศิษย์เก่าระลึกถึง รามคำแหงเสมอว่า สถาบันนี้ให้โอกาส ให้ชีวิตหน้า ที่การทำงานจนทำให้มีที่ยืนอยู่ในสังคมได้อย่างภาคภูมิใจ

นายสมชัย ศิริวัฒนโชค ปลัดกระทรวงคมนาคม ศิษย์เก่าคณะนิติศาสตร์ กล่าวว่า ผมเข้ามาเรียนที่รามคำแหง เมื่อปี 2517 ใช้เวลาเรียน 3 ปี รามคำแหง ให้โอกาสและอิสระในการเลือกทางเดินชีวิต แต่บนความอิสระนั้น รามคำแหงสอนให้รู้ถึงการวางแผนและความรับผิดชอบต่อตนเอง ซึ่งสิ่งนี้ผมนำมาใช้ในชีวิตการทำงานจนถึงปัจจุบัน และสิ่งที่ผลักดันให้ผมก้าวมาถึงจุดสูงสุดของข้าราชการประจำล้วนเป็นสิ่งที่รามคำแหงมอบให้ทั้งสิ้น

ดร.สุรัชย์ ศรีสารคาม ปลัดกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ศิษย์เก่าคณะนิติศาสตร์ กล่าวว่า “ถ้าไม่มีรามฯ ก็ไม่มีเรา” ถ้าไม่มีรามคำแหง ในวันนั้น คงไม่มีปลัด ICT คนนี้ในสังคมไทย รามคำแหงสามารถผลิตคนให้มีความรู้ระดับสากล และมีคุณธรรม ผลิตปัญญาชนที่ออกไปสร้างสันติสุข สอนให้ลูกศิษย์เป็นคนที่ไม่เรียนรู้ในทุกเรื่อง และเรียนรู้ตลอดชีวิต ผมสามารถนำความรู้ทั้งด้านนิติศาสตร์และเทคโนโลยีมาใช้คู่กันไปใช้ชีวิตบนทางสายกลางจนเป็นมนุษย์ที่แข็งแกร่ง พร้อมไปกับการยึดหลักอริยบท 4 ในการดำเนินชีวิต

นายอัยยณัฐ ถิรณภัย ผู้ว่าการการทางพิเศษ



ดร.นันทกาญจน์ รัตนวิจิตร



นายพัชระ สารพิมพา



ดร.ลูซี่ ตันอดิชาติ

แห่งประเทศไทย ศิษย์เก่าคณะนิติศาสตร์ กล่าวว่า รามคำแหงเป็นสถาบันที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ และสร้างเสริมประสบการณ์ให้ผม ทั้งในระดับปริญญาตรีและปริญญาโท โดยเฉพาะเรื่องการให้โอกาสทางการศึกษาและการดำเนินชีวิตการทำงาน ดังที่ว่า “เปลวเทียนให้แสง รามคำแหงให้ทาง” ถ้าไม่มีรามคำแหง คงไม่มีผู้ว่าการการทางพิเศษคนนี้ ที่ก้าวขึ้นมาสู่ตำแหน่งผู้บริหารสูงสุดของรัฐวิสาหกิจ จากนั้นไป ผมจะช่วยผลักดันรามคำแหงให้เจริญรุดหน้ายิ่งขึ้นไป เพราะสิ่งที่ได้ในชีวิตทั้งการช่วยเหลือตัวเอง การแข่งขัน การต่อสู้ และการยืนหยัดในจิตใจ ล้วนเริ่มต้นที่รามคำแหง และไม่สามารถหาจากที่ไหนได้ ผมมีความภูมิใจในความเป็นศิษย์เก่ารามคำแหง

นางสาวประไพร์ อังกนันท์ รองผู้ว่าการตรวจเงินแผ่นดิน รักษาการแทนผู้ว่าการตรวจเงินแผ่นดิน ศิษย์เก่าคณะบริหารธุรกิจ กล่าวว่า ดิฉันสมัครเข้าเรียนคณะบริหารธุรกิจ และเลือกเรียนสาขาการบัญชีได้ดังที่ตั้งใจ เพราะรามคำแหงเปิดโอกาสให้ผู้ที่จบสายศิลป์สามารถเข้าเรียนสาขาการบัญชีได้โดยไม่จำกัด หลังจากเข้ามาเรียนที่รามคำแหงแล้ว ได้รับความรู้ที่สามารถนำไปประกอบวิชาชีพที่ดีได้ เมื่อเรียนจบยิ่งภาคภูมิใจและปลาบปลื้มที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวและสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ ทรงมีพระมหากรุณาธิคุณแก่นักศึกษารามคำแหง เสด็จมาพระราชทานปริญญาบัตรด้วยพระองค์เอง

นายอัคร จันทาทิพย์ กวีซีไรต์ ปี 2556 ศิษย์เก่าคณะนิติศาสตร์ กล่าวว่า ช่วงเวลาของการเป็นนักศึกษาวิชาเอกภาษาไทย คณะมนุษยศาสตร์ ถือเป็นช่วงเวลาที่ดีและสำคัญที่สุดช่วงหนึ่งของชีวิต นั่นหมายถึงการได้ทำหน้าที่ลูกที่ดีของพ่อแม่ที่ดีคนรอบข้างให้ได้เรียนหนังสือจนสำเร็จดังที่ท่านตั้งความหวังไว้ ล้วนเป็นโอกาสที่ได้จากรามคำแหง เป็นช่วงเวลาที่ได้เปิดโลกทัศน์ให้กว้างไกล ทำในสิ่ง

ที่ตัวเองรัก ซึ่งเป็นต้นทุนที่มีค่าในการสร้างพัฒนาการด้านต่างๆให้กับชีวิตด้วย

ดร.นันทกาญจน์ รัตนวิจิตร ครูเชี่ยวชาญ ค.ศ.4 โรงเรียนราชวินิตมัธยม ศิษย์เก่าคณะศึกษาศาสตร์ กล่าวว่า สิ่งที่ดีฉันได้นอกจากความรู้ คือวินัยในการเรียน แนวคิดการทำงาน

และการดำเนินชีวิต ผ่านคณาจารย์หลายๆท่าน ทำให้ตระหนักในหน้าที่และรู้จักการทดแทนบุญคุณเด็กที่จบรามฯ สามารถทำอะไรได้หลายอย่าง เริ่มต้นจากการเรียนรู้งานอย่างอ่อนน้อมถ่อมตนไม่เย่อหยิ่ง มีเจตคติที่ดี และคิดบวก ดิฉันสามารถใช้วินัยในตนเองพัฒนางาน พัฒนาตนเองจนสามารถเรียนต่อและจบการศึกษาระดับปริญญาเอกและเป็นข้าราชการระดับ 9 รวมถึงความเข้าใจชีวิตทำให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

นายพัชระ สารพิมพา ผู้อำนวยการฝ่ายคลื่นวิทยุ FM 100.5 สำนักวิทยุ อสมท ศิษย์เก่าคณะรัฐศาสตร์ กล่าวว่า สิ่งที่ได้รับจากมหาวิทยาลัยรามคำแหง คือ “ชีวิต” สมัยผมเรียนมัธยม ไม่ได้ใส่ใจกับการเรียนจนเกือบเรียนไม่จบมัธยม เมื่อไม่สามารถสอบแข่งขันเข้าเรียนในสถาบันอุดมศึกษาได้อย่างเพื่อนาก็เริ่มกลับตัวกลับใจมุ่งมั่นเรียนในมหาวิทยาลัยรามคำแหง ซึ่งเปิดโอกาสให้กับทุกคน ตอนนั้นผมเป็นทั้งผู้เรียนและเป็นตัวต่อสอนวิชาด้านรัฐศาสตร์ อาทิ PS 190 PS 290 PS 420 ผลการเรียนจึงออกมาดีมาก และผมได้นำความรู้เหล่านั้นมาใช้ประโยชน์ในการทำงานด้านสื่อสารมวลชน วิเคราะห์ข่าว และสถานการณ์ทางสังคมและการเมืองจนถึงปัจจุบัน

ดร.ลูซี่ ตันอดิชาติ กรรมการภูมิภาคเอเชียแปซิฟิกขององค์การโลกของผู้บำเพ็ญประโยชน์ (WAGGS) ศิษย์เก่าสถาบันการศึกษานานาชาติ (สาขาบริหารธุรกิจ) กล่าวว่า เลือกมาเรียนที่สถาบันการศึกษานานาชาติ ทำให้เราได้เรียนกับคณาจารย์ที่เป็นเจ้าของภาษาโดยตรง ในขณะที่ค่าเล่าเรียนถูกกว่าไปเรียนเมืองนอก เพราะนอกจากความรู้ที่ได้รับแล้ว ยังมีโอกาสได้รู้จักอาจารย์และเพื่อนนักศึกษาจากประเทศต่างๆ และยังได้รับการปลูกฝังเรื่อง “ความรู้คู่คุณธรรม” ควบคู่ด้วย

(อ่านต่อหน้า 11)

ภาษาอาเซียนเรียนรู้ไว้



อาหารเวียดนาม

อ.ดร.สรตี ปรัชญาญกุล

aseanlang_ram@yahoo.co.th

คนส่วนใหญ่นิยมรับประทาน อาหารเวียดนาม เนื่องจากอาหารเวียดนาม เป็นอาหารเพื่อสุขภาพ มีส่วนประกอบ ของผัก สมุนไพร รวมถึงเครื่องเทศ จำนวนมาก และหากพิจารณาถึงคุณค่า ทางโภชนาการแล้ว อาหารเวียดนามก็เป็น อาหารที่มีคุณค่าครบถ้วนทั้ง 5 หมู่



ตามภูมิศาสตร์ของประเทศเวียดนาม แบ่งประเทศเวียดนามออกเป็น 3 ภาค ประกอบด้วย ภาคเหนือ ภาคกลาง และภาคใต้ ประชาชนทั้งสามภาคนี้มีวัฒนธรรม การกินอาหารที่แตกต่างกัน กล่าวคือ ภาคเหนือ รสชาติอาหารจะไม่จัด เป็นรสชาติ ที่ปรุงแต่งน้อย หากแต่พิถีพิถันในการจัดทำ เช่น เฝอ (phở - เฝอ) ปากหม้อญวน (bánh cuốn nóng - แป้ง ก้อน นึ่ง) ภาคกลาง อาหารจะปรุงแต่งทั้งรูปกลิ่น และรสชาติตามชนบทของพระราชวังค่าย โหน่ย (Đài Nội - ค่าย โหน่ย) อาหารจึงมี รสชาติจัดกว่าภาคอื่น ๆ และมีสีสันชวนรับประทาน เช่น ขนมหินเมืองเว้ (bún bò Huế - บุ้น บ่อ เฮว้) ขนมหินลาดด้วยน้ำซุบน้ำเนื้อวัว ปรุงรสเปรี้ยว เผ็ด ภาคใต้ เป็นพื้นที่ที่มีชนชาติต่าง ๆ มารวมตัวกันอยู่จำนวนมาก ทั้งจีน กัมพูชา และไทย การปรุงอาหารในพื้นที่นี้ก็ได้รับการผสมผสานวัฒนธรรมชาติต่าง ๆ อย่างหลากหลาย หากพิจารณาแล้วอาหารภาคใต้นี้จะเป็นรสชาติที่ถูกปากคนไทยมากที่สุด เนื่องจาก ใกล้เคียงกับรสชาติอาหารของไทย เช่น ขนมหินญวน (bánh xèo - แป้ง แ่ว) ขนมหินปลีอกบางสีเหลือง ใส่ข้างในผัดถั่วงอกกับเต้าหู้ หมูสับ กุ้งแห้ง

ในที่นี้ จะขอแนะนำอาหารดั้งเดิมของประเทศเวียดนาม ซึ่งได้รับความนิยม มากจากทั้งประชาชนชาวเวียดนามและชาวต่างชาติ หากใครมีโอกาสดูไปเยือน ประเทศเวียดนาม

ส่วนประกอบของเฝอประกอบด้วย เส้นเฝอ และน้ำต้มกระดูก รับประทาน กับเนื้อวัว หรือ เนื้อไก่หั่นเป็นชิ้นบาง ๆ นอกจากนั้นยังมีเครื่องปรุงที่ประกอบด้วย ซอสถั่ว พริกไทย มะนาว น้ำปลา พริก ฯลฯ แต่เครื่องปรุงเหล่านี้ผู้รับประทาน สามารถปรุงได้เองตามชอบใจ

ชาวเวียดนามมักรับประทานเฝอเป็นอาหารเช้า หรืออาหารค่ำ จังหวัดต่าง ๆ ในภาคเหนือของประเทศเวียดนามยังดื่มผักที่มีกลิ่นหอมลงไปในซามเฝอเพิ่มเติม อีกด้วย

น้ำต้มกระดูกที่ใช้นั้น ทำมาจากการต้มน้ำต้มกระดูกให้ได้ที่ ผสมกับอบเชย จิง กานพลู เนื้อสัตว์ที่รับประทานกับเฝอ ได้แก่ เนื้อวัว และเนื้อไก่ และที่สำคัญ จะขาดไม่ได้คือ เส้นเฝอแต่ดั้งเดิมนั้นทำมาจากแป้งข้าวเจ้านำมาผัดแล้วคลี่เป็น แผ่นบาง ตัดเป็นเส้นละเอียด

เฝอมีแหล่งกำเนิดอยู่ที่ภาคเหนือของประเทศเวียดนาม แล้วแพร่กระจาย ไปยังภาคกลางและภาคใต้ตามลำดับ ครั้งทศวรรษที่ 1950 เมื่อฝรั่งเศสเข้ามาปกครอง ประเทศเวียดนามได้แบ่งประเทศเวียดนามออกเป็นสองส่วน คือ เวียดนามเหนือ และเวียดนามใต้ คนเวียดนามเหนือได้อพยพลงไปยังเวียดนามใต้เมื่อปี 1954 ได้นำเฝอไปเผยแพร่ ทำให้เฝอเป็นที่รู้จักกันโดยทั่วไป ตั้งแต่ครั้งนั้น และมีการ ปรับเปลี่ยนตามรสนิยมของการกินอาหารของคนในแต่ละภูมิภาค รวมไปถึง มีการ ดัดแปลงเฝอให้เข้ากับรสนิยมในการกินของชาวฝรั่งเศส โดยเรียกว่า โป โต เฝอ (pot-au-feu หรือ Pô tô phở) คาดกันว่า เฝอในประเทศเวียดนามอาจได้รับอิทธิพล มาจากประเทศจีน ตั้งแต่ครั้งที่ตกอยู่ภายใต้การปกครองของจีนเป็นระยะเวลานาน โดยสันนิษฐานจากเครื่องปรุงที่ใช้ในการต้มน้ำกระดูกนั้นเป็นเครื่องปรุงของ ประเทศจีน รวมถึงกรรมวิธีการผลิตเส้นเฝอก็เช่นเดียวกันใกล้เคียงกับการผลิต เส้นก๋วยเตี๋ยวอย่างมาก

แต่ในที่สุดเฝอก็กลายเป็นอาหารประจำชาติของประเทศเวียดนามได้อย่าง ชัดเจน เนื่องจากการมีเอกลักษณ์เฉพาะตัว ไม่เหมือนก๋วยเตี๋ยวของจีน ทั้งยังได้

เศรษฐศาสตร์ 101

รศ.อัมรินทร์พงศ์ จิตราคม

คณะเศรษฐศาสตร์

ตอน รางรถไฟ

รถไฟเคยเป็นระบบการขนส่งที่ว่ากันว่ามีความสมบูรณ์แบบของการขนส่งที่มี ประสิทธิภาพครบถ้วนตามคำร่ำลือ สะดวก รวดเร็ว ปลอดภัย และประหยัด จนในช่วงเวลาหนึ่งซึ่งเกือบทุกประเทศต้องขนส่งโดยทางรถไฟเป็นหลักนั้น ถูกเรียกว่าเป็นยุคของรถไฟ แต่เมื่อมีการประดิษฐ์รถยนต์ขึ้นและน้ำมันยังมีราคาถูก อยู่ก็ทำให้นิยมขนส่งคนและสินค้ากันด้วยรถยนต์มากขึ้นแทนเพราะการขนส่ง ทางถนนมีความได้เปรียบกว่าตรงที่สามารถขนส่งไปจนถึงจุดหมายปลายทาง ได้โดยตรงกว่ารถไฟ อย่างไรก็ตามเมื่อน้ำมันมีราคาแพงขึ้นเรื่อย ๆ การขนส่งระยะไกล ๆ ด้วยรถไฟจะมีความได้เปรียบมากกว่าเพราะต้นทุนต่ำกว่าและขนส่งได้ครั้งละ มากกว่า ประเทศต่าง ๆ จึงหันมาให้ความสำคัญกับการขนส่งทางรถไฟกันใหม่อีกครั้ง รวมทั้งประเทศไทย แต่ปัญหาอย่างหนึ่งที่พูดถึงกันเสมอในการพัฒนาระบบ รถไฟของไทยก็คือขนาดของรางที่แคบกว่ามาตรฐานทำให้รถไฟไทยแล่นได้ช้า จนคนล้อเลียนความช้านี้โดยนำมาจากเสียงล้อรถไฟกระทบรางว่า ถึงก็ช้า..ไม่ถึงก็ช้า

ขนาดความกว้างของรางรถไฟที่ใช้กันในประเทศต่าง ๆ ในโลกนั้นมีหลายขนาด แต่ขนาดที่ใช้กันมากที่สุด (ประมาณร้อยละ 60 ของรางที่ใช้กันทั่วโลก) ก็คือขนาด 1.435 เมตร ทำให้เรียกขนาดนี้กันว่าขนาดมาตรฐานหรือ Standard Gauge เชื่อกันว่ารางที่มีความกว้างขนาดนี้จะทำให้รถไฟแล่นได้เร็วและไม่แกว่งหรือ โค้งมาก นอกจากนั้นยังตรงยาวกว่ารางที่มีขนาดแคบกว่านี้ด้วย แต่เรื่องนี้ ผมไม่ยืนยันนะครับเพราะไม่ได้ร่ำเรียนมาทางวิศวกรรมรถไฟ เพียงแต่ถามอาทูลหรือ คั้นคว้าจากกูเกิลมาเท่านั้น และคำว่าขนาดความกว้างนั้นผมหมายถึงระยะห่าง ระหว่างราง 2 ข้างนะครับไม่ใช่หมายถึงความกว้างของรางข้างเดียว

นอกจากรางมาตรฐานแล้ว ประเทศต่าง ๆ ก็มีรางแบบอื่นด้วยทั้งที่ขนาด กว้างกว่าและแคบกว่ามาตรฐานเช่นรางของอินเดียและรัสเซียนั้นกว้างกว่า มาตรฐาน ในขณะที่รางรถไฟในประเทศเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ที่เคยเป็น อาณานิคมไม่ว่าจะเป็นอาณานิคมของอังกฤษหรือฝรั่งเศสจะใช้รางกว้าง 1 เมตร (เรียกว่า meter gauge) ซึ่งแคบกว่ามาตรฐานทั้งที่ประเทศเจ้าอาณานิคมทั้ง 2 ล้วนแต่ใช้รางขนาดกว้างกว่า 1 เมตรในประเทศของตนเองและขนาดความกว้าง ของราง 1.435 เมตรนี้ก็มีต้นคิดมาจากอังกฤษนั่นเอง

แล้วขนาดของรางรถไฟในประเทศไทยเป็นแบบไหนกัน ตอบได้ว่าเราเคยมีราง ทั้งขนาดมาตรฐานและขนาด 1 เมตรแบบอาณานิคม แต่ปัจจุบันเรามีแต่รางขนาด 1 เมตรเท่านั้น โดยตอนที่เราริเริ่มสร้างทางรถไฟสายเหนือและสายตะวันออกเฉียงเหนือ ในสมัยรัชกาลที่ 5 นั้นไทยเราใช้ช่างเทคนิคจากเยอรมันมาอำนวยการและวางราง ที่ขนาดความกว้างแบบมาตรฐานมาก่อน ปัญหาเริ่มตอนที่อังกฤษบีบให้ไทย สร้างรถไฟสายใต้เชื่อมต่อกับทางรถไฟในมลายูซึ่งเป็นอาณานิคมของอังกฤษ ในยุคนั้นแต่ขนาดความกว้างของรางรถไฟในแหลมมลายูนั้นเป็นขนาด 1 เมตร ไทยเราก็เลยต้องวางรถไฟสายใต้ขนาดเท่ากัน

ในตอนแรกนั้นรถไฟไทยสายเหนือและสายตะวันออกเฉียงเหนือซึ่งมีต้นทาง ที่หัวลำโพงมีการบริหารโดยอิสระจากรางรถไฟสายใต้ซึ่งมีฝ่ายบริหารคนละชุดกันและ ไม่มีทางเชื่อมต่อกันด้วยเพราะอยู่คนละฟากของแม่น้ำเจ้าพระยาเนื่องจากต้นทาง ของรถไฟสายใต้นั้นอยู่ที่ฝั่งธนบุรี

(อ่านต่อหน้า 9)

เผยแพร่อาหารชนิดนี้ไปทั่วโลก เช่นในภูมิภาคยุโรป มีร้านเฝอตั้งอยู่ในหลายประเทศ เช่น สหรัฐอเมริกา ฝรั่งเศส ออสเตรเลีย แคนาดา และประเทศอื่น ๆ ที่มีชาวเวียดนาม ไปตั้งถิ่นฐานอยู่

ในปัจจุบัน เฝอได้มีการพัฒนา ปรับเปลี่ยนรูปแบบออกไปอย่างหลากหลาย ตามแต่ละพื้นที่และเรียกชื่อต่างกันออกไป เช่น เฝอ ยังคงใช้เรียกอยู่ในภาคเหนือ เฝอ เฮว้ (Phở Huế) ใช้เรียกในภาคกลาง เฝอ สาย ก่อน (Phở Sài Gòn) ใช้เรียก ในภาคใต้ ทั้งนี้เฝอในแต่ละภูมิภาคของประเทศเวียดนามมีความแตกต่างกันทั้งรสชาติ เครื่องปรุง รวมถึงเส้นเฝอ

ในเมืองไทย หาเฝอทานไม่ยากนัก มื้อนี้หากท่านนึกอยากทานอาหารร้อน ๆ ทานง่าย ๆ รสชาติอร่อย ลองลิ้มรสชาติเฝอดูสักชามก็ดีไม่เบาทีเดียว

อาจารย์ ม.เกษตรฯ แนะนำเทคนิคออกกำลังกายได้สุขภาพ-พัฒนาบุคลิกภาพ

สำนักกีฬา มหาวิทยาลัยรามคำแหง จัดอบรมเชิงปฏิบัติการ “การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ และพัฒนาบุคลิกภาพ” แก่บุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง และประชาชนทั่วไป โดยมี อาจารย์ปรีชา ประยูรพัฒน์ ผู้อำนวยการสำนักกีฬา เป็นประธานเปิด เมื่อเร็ว ๆ นี้ ณ อาคารสุโขทัย ชั้น 3 ห้อง 322

รองศาสตราจารย์ ดร.เจริญ กระบวนรัตน์ อาจารย์ภาควิชาพลานามัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กล่าวว่า ความเจริญก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยีในปัจจุบันทำให้คนเราใช้เครื่องทุ่นแรงเพื่ออำนวยความสะดวกให้กับตนเองมากขึ้น ทำให้การใช้แรง และกล้ามเนื้อในการดำรงชีวิตประจำวันน้อยลง ส่งผลให้สุขภาพพื้นฐานและสมรรถภาพทางกายลดลง เพราะขาดการเคลื่อนไหวหรือการออกกำลังกาย

“การออกกำลังกายอย่างถูกวิธี เปรียบเสมือนยาวิเศษที่จะช่วยแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพกายและสุขภาพใจได้ค่อนข้างมั่นคงถาวรและเป็นรูปธรรม การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอถือเป็นการ “ฝากออมสินสุขภาพ” ให้กับตนเอง ช่วยให้อวัยวะมีสุขภาพแข็งแรงเป็นทุนสำรองไว้ป้องกันโรคภัยไข้เจ็บในยามที่เข้าสู่วัยเสื่อมและวัยชรา ซึ่งจะเริ่มมีอาการปรากฏให้เห็นตั้งแต่ช่วงอายุประมาณ 30 ปีเป็นต้นไป”

“การทำกิจกรรมทางกายภาพ เช่น กวาดบ้าน ถูบ้าน ซักผ้า ริดเลื้อผ้า ฯลฯ นั้น ไม่ถือว่าเป็นการออกกำลังกาย แต่เป็นเพียงการใช้ร่างกายออกแรง ปฏิบัติงาน หรือภารกิจแทนการใช้เครื่องทุ่นแรง หรือสิ่งอำนวยความสะดวก ไม่ใช่กิจกรรมออกกำลังกายที่ทำเพื่อกระตุ้นร่างกายให้มีการเผาผลาญสารอาหาร หรือใช้พลังงานจากอาหารที่รับประทานเข้าไปไม่ให้เหลือเก็บเป็นส่วนเกินและสะสมไว้ในรูปของไขมัน” รศ.เจริญ กล่าว

รศ.เจริญ กล่าวต่อว่า การออกกำลังกายต้องปฏิบัติตามหลักการและวิธีการอย่างถูกต้องเป็นระบบ ด้วยการเลือกใช้กิจกรรมและความหนักเบาให้เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายและสภาพร่างกายของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้กระตุ้นให้ร่างกายเกิดการหลั่งสารฮอร์โมนแห่งความสุข ที่เรียกว่า เอ็นโดรฟิน ซึ่งจะช่วยให้ร่างกายรู้สึกสดชื่น แจ่มใส กระปรี้กระเปร่า ปลอดภัย และรู้สึกผ่อนคลายภายหลังการออกกำลังกาย เกิดผลดีต่อสุขภาพร่างกายตรงตามเป้าหมาย ดังนั้น กิจกรรมทางกายประเภทกิจวัตรประจำวัน หรือ การประกอบอาชีพการงานที่ใช้แรงกาย จึงไม่ใช่การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพดังที่หลายคนรับทราบและเข้าใจ



วิทยาการจากมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการออกกำลังกายว่ามี 4 ประการหลัก คือ

1. การออกกำลังกายเพื่อการบำบัดรักษา มีจุดมุ่งหมายเพื่อการบำบัดรักษาผู้ที่มีปัญหาสุขภาพ หรืออาการเจ็บป่วยด้วยโรคที่ไม่ติดต่อ เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดเลือด โรคเบาหวาน โรคหอบหืด โรคอ้วน โรคความดันโลหิตสูง โรคภูมิแพ้ โรคเครียด และโรคปวดหลัง ฯลฯ

การแพทย์ปัจจุบันยอมรับและใช้วิธีการออกกำลังกายเป็นส่วนหนึ่งในการบำบัดรักษาอาการของโรคดังกล่าว เพื่อลดการใช้ยาให้น้อยลง และสร้างภูมิคุ้มกันของร่างกายให้สูงขึ้น เป็นการรักษาอาการของโรคควบคู่ไปกับการใช้ยาให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ด้วยการจัดโปรแกรมการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับอาการของโรค และเหมาะสมกับผู้ป่วยเป็นรายๆ ไป ภายใต้การควบคุมดูแลของแพทย์และผู้เชี่ยวชาญทางด้านการออกกำลังกายโดยเฉพาะอย่างใกล้ชิด

2. การออกกำลังกายเพื่อการฟื้นฟูสภาพร่างกาย ทำต่อจากการบำบัดรักษา หรือภายหลังจากอาการเจ็บป่วยทุเลาลงจนกระทั่งหายเป็นปกติ เพื่อกระตุ้นให้ร่างกายที่เสื่อมสภาพหรือทรุดโทรมลงในช่วงที่เจ็บป่วย ให้กลับฟื้นคืนสู่สภาพที่แข็งแรงเป็นปกติ เช่น อาการป่วยโดยทั่วไป อาการป่วยด้วยโรคภัยไข้เจ็บ อาการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุ รวมทั้งอาการเสื่อมสภาพของร่างกายที่เกิดจากการขาดการออกกำลังกาย เป็นต้น ภายหลังจากอาการเจ็บป่วยทุเลาหรือหายเจ็บป่วยแล้ว การออกกำลังกายที่ถูกต้องและเหมาะสมจะช่วยฟื้นฟูสภาพร่างกายให้แข็งแรงกลับคืนสู่สภาวะปกติได้เร็วขึ้น

3. การออกกำลังกายเพื่อการสร้างเสริมร่างกายให้แข็งแรง มุ่งสร้างเสริมสุขภาพร่างกายจากสภาวะที่เป็นปกติให้มีความสมบูรณ์แข็งแรงในองค์รวมของสุขภาพและสมรรถภาพทางกายเพิ่มขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาความอดทนของระบบหายใจและไหลเวียนเลือด การสร้างเสริมความ

แข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ ความอ่อนตัว และส่วนประกอบของร่างกาย ส่งผลให้ร่างกายสามารถประกอบภารกิจในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี โดยที่ไม่รู้สึกอ่อนเพลียหรือมีอาการเหน็ดเหนื่อยง่าย เป็นการสร้างภูมิคุ้มกันต้านทานโรคให้กับร่างกายที่จะช่วยป้องกันมิให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บมาเบียดเบียน ทำให้สุขภาพร่างกายแข็งแรงเพิ่มขึ้น สามารถประกอบหน้าที่การงานและดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ

4. การออกกำลังกายเพื่อพัฒนาขีดความสามารถสูงสุดของร่างกาย ส่วนใหญ่เป็นการออกกำลังกายที่มุ่งพัฒนาทักษะและสมรรถภาพทางกลไกการเคลื่อนไหวของร่างกายของแต่ละบุคคลให้พัฒนาไปสู่ศักยภาพ หรือความสามารถสูงสุดในแต่ละด้านที่ต้องการ เช่น ความแข็งแรง ความเร็ว กำลัง ความคล่องแคล่วว่องไว ความแม่นยำ ปฏิบัติการรับรู้การสั่งงานของสมอง ความสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวและการทรงตัวที่ดี เป็นต้น

รศ.เจริญ แนะนำว่า การรักษาสุขภาพร่างกายที่ดีให้คงไว้นั้น ต้องปฏิบัติตนอยู่บนพื้นฐานของความปลอดภัย พอดี และพอเพียง 3 ประการ คือ การรับประทานอาหารที่มีคุณค่า ได้สัดส่วนถูกต้องเหมาะสมและพอเพียงสำหรับตนเอง การออกกำลังกายที่ถูกต้อง เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายและสภาพร่างกายของตนเองในแต่ละวัย และการพักผ่อนร่างกายและจิตใจ ที่ถูกต้องเหมาะสมกับวัยและสภาพร่างกายของตนเอง การปฏิบัติตนเช่นนี้จะนำไปสู่การลดและป้องกันปัญหาด้านสุขภาพของบุคคลแต่ละวัย ยิ่งกว่านั้น การเรียนรู้ที่จะเสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้กับสุขภาพร่างกายของตนเอง ด้วยการพัฒนาเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายให้สมบูรณ์ แข็งแรง คือ หัวใจสำคัญที่จะช่วยคุ้มครองป้องกันร่างกายให้ห่างไกลจากปัญหาสุขภาพ และโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ได้เป็นอย่างดี

“การออกกำลังกายนอกจากจะเป็นการให้อาหารเสริมกล้ามเนื้อและกระดูกโดยตรงแล้ว ยังช่วยเป็นการกระตุ้นระบบการทำงานของอวัยวะต่างๆ ภายในร่างกายให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ช่วยรักษาและชะลอการเสื่อมสภาพของอวัยวะรวมทั้งระบบโครงสร้างของร่างกาย ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันต้านทานโรคให้กับร่างกายได้เป็นอย่างดีทำให้ผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ มีสุขภาพกายแข็งแรง สุขภาพจิตเบิกบานแจ่มใส มีอายุยืนยาว และดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข อีกทั้งยังช่วยพัฒนาบุคลิกภาพ รูปร่างทรวดทรงให้กระชับ ได้สัดส่วนสวยงาม อีกด้วย”

เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับพาสเวิร์ด

วิมล ชีวะธรรม

สำนักหอสมุดกลาง

ในโลกยุคไอที คนหนึ่งคนจะต้องมีรหัสผ่านหรือพาสเวิร์ด (password) มากกว่าหนึ่งอย่างแน่นอนไม่ว่าจะเป็นรหัสบัตรเอทีเอ็ม รหัสเข้าเฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์บุ๊กและอีเมลล์อีกหลายเมล การตั้งรหัสผ่านเพื่อเข้าใช้ทำงานหรือกิจธุระจึงเป็นสิ่งที่จำเป็น

Password หมายถึงคำที่กำหนดให้เป็นรหัสลับเพื่อให้รู้ว่าเป็นพวกเดียวกัน มักจะใช้ในระบบเครือข่าย (network) เพื่อกันมิให้คนข้างนอกมาใช้โปรแกรมหรือเพิ่มข้อมูลในเครือข่ายได้ หรือผู้ใช้กำหนดรหัสผ่านนี้สำหรับเพิ่มข้อมูลบางเพิ่มในระบบธรรมดาได้

ผู้ใช้อินเทอร์เน็ตและระบบใดๆ ที่ให้ผู้ใช้ต้องป้อน password ก่อนที่จะเข้าใช้ได้เพื่อเป็นการปกป้องตัวเองจากภัยอันตรายจากกองทัพไวรัสทั้งหลาย แต่หลายคนกลับมองข้ามไป ยังคงใช้พาสเวิร์ดง่ายๆ เพราะไม่อยากคิดอยากจำให้วุ่นวาย ดังนั้นแฮกเกอร์และผู้ไม่หวังดีก็เลยช่วยจำรหัสง่ายๆ เหล่านี้แทนผู้ใช้ บางคนอาจสงสัยว่าแฮกเกอร์คืออะไร แฮกเกอร์ก็คือนักเจาะระบบคอมพิวเตอร์ที่เข้ามาในระบบหรือโปรแกรมการทำงานของผู้ใช้และสามารถทราบการทำงานของตัวระบบ เมื่อแฮกเกอร์เข้ามามากมายในระบบจึงสามารถสั่งงานในระบบตามความพอใจของพวกเขาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ปัญหาต่างๆ จึงเกิดขึ้นอย่างมากมาย ซึ่งปัญหาส่วนใหญ่เกิดมาจากเจ้าของระบบปราศจากความรู้จึงทำให้แฮกเกอร์เข้าถึงระบบได้ง่าย วิธีแก้ไขอย่างหนึ่งคือการตั้ง password อย่างตั้งรหัสผ่านง่ายเกินไปเพราะมันจะเป็นภัยแก่ตัวเองได้ในภายหลังเนื่องจากนักเจาะระบบคอมพิวเตอร์จะเข้าไปดูข้อมูลความลับของผู้ใช้ได้ง่าย

การจัดอันดับพาสเวิร์ดที่เลวร้าย

การจัดอันดับพาสเวิร์ดที่เลวร้ายที่สุดมีอยู่ 25 พาสเวิร์ด ดังนี้คือ

- | | | |
|---------------|--------------|--------------|
| 1. password | 2. 123456 | 3. 12345678 |
| 4. abc123 | 5. qwerty | 6. monkey |
| 7. letmein | 8. dragon | 9. 111111 |
| 10. baseball | 11. iloveyou | 12. trustno1 |
| 13. 1234567 | 14. sunshine | 15. master |
| 16. 123123 | 17. welcome | 18. shadow |
| 19. ashley | 20. football | 21. jesus |
| 22. michael | 23. ninja | 24. mustang |
| 25. password1 | | |

ผู้ใดที่กำลังใช้พาสเวิร์ดเหล่านี้อยู่ควรจะเปลี่ยนโดยทันที

การตั้งพาสเวิร์ดให้เป็นพาสเวิร์ดที่ปลอดภัย มีวิธีการปฏิบัติดังต่อไปนี้ คือ

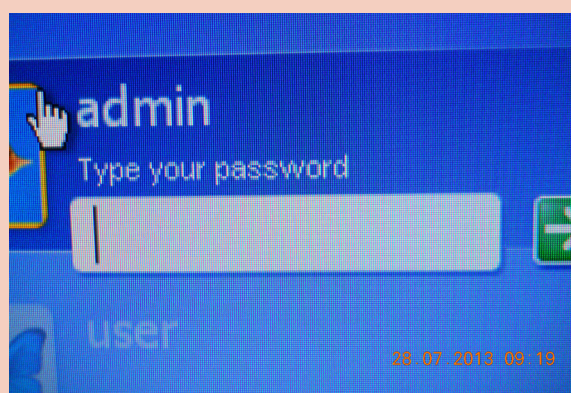
ม.รามฯ เพชรบูรณ์ เทิดพระเกียรติในหลวง



วางพานพุ่มและจุดเทียนชัยถวายพระพรพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ณ สนามหน้าว่าการอำเภอหล่มสัก จังหวัดเพชรบูรณ์

สาขาวิทยบริการเฉลิมพระเกียรติจังหวัดเพชรบูรณ์ จัดโครงการเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพที่ดี หลีกหนี สิ่งเสพติด ระยะทาง 5 กิโลเมตร และ 10 กิโลเมตร เพื่อเทิดพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงมีพระชนมพรรษาครบรอบ 86 พรรษา และรณรงค์ต่อต้านยาเสพติดให้โทษ โดยมี นายอุดม เศษโพธิ์ ผู้ประสานงานสาขาวิทยบริการฯ.เพชรบูรณ์ เป็นประธาน นอกจากนี้ยังมีกิจกรรมถวายเครื่องราชสักการะ และกล่าวอาเศียรวาทราชสดุดีพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว มีนักเรียน นักศึกษา บุคคลทั่วไปทั้งภาครัฐและเอกชน และเจ้าหน้าที่สาขาฯ เข้าร่วมงานเป็นจำนวนมาก เมื่อวันที่ 1 ธันวาคม 2556

นอกจากนี้ เมื่อวันที่ 5 ธันวาคม 2556 สาขาวิทยบริการฯ จ.เพชรบูรณ์ร่วมกับอำเภอหล่มสัก จังหวัดเพชรบูรณ์ จัดกิจกรรม



1. ใช้พาสเวิร์ดที่เป็นตัวอักษร 8 ตัว หรือมากกว่านั้น โดยอาจจะใช้ตัวอักษรที่เป็นคนละประเภทกันเพื่อให้ปลอดภัยและง่ายต่อการจดจำคือใช้คำสั้นๆ แล้วเชื่อมต่อกันด้วยช่องว่างหรือใช้อักษรใดๆ ค้นเอาไว้อย่างเช่น "eat cake at 8!" หรือ "car_park_city?"

2. ให้หลีกเลี่ยงการใช้ยูสเซอร์เนม (Username) และพาสเวิร์ดร่วมกันในหลายๆ เว็บไซต์ โดยเฉพาะการใช้พาสเวิร์ดเดียวกันบนเว็บไซต์เพื่อความบันเทิงแล้วยังใช้กับอีเมล โซเชียลเน็ตเวิร์กและการทำธุรกรรมการเงินออนไลน์ พยายามใช้พาสเวิร์ดที่แตกต่างกันออกไปอย่าให้ซ้ำกัน

3. ถ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการที่ต้องจดจำพาสเวิร์ดที่ไม่เหมือนกันเหล่านั้น ก็พยายามใช้แอปพลิเคชันในการบริหารจัดการพาสเวิร์ดและไม่ให้มีการเข้าถึงเว็บไซต์ได้โดยอัตโนมัติ

ปัจจุบันสมาร์ทโฟนมีระบบปฏิบัติการในตัวเครื่องที่ใกล้เคียงกับคอมพิวเตอร์มากสามารถลงแอปพลิเคชันหรือโปรแกรมให้ทำงานเพิ่มได้ เช่น iPhone, Galaxy S3 และ Lumia 920 ในอนาคตอันใกล้นี้เมื่อนำโทรศัพท์ส่วนตัวมาแต่ละกับส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายก็สามารถเข้าใช้งานได้แล้ว เทคโนโลยีดังกล่าวนี้คือ 'ไบโอสแตมป์' เป็นผลงานการคิดค้นของนายจอห์น โรเจอร์ นักวิทยาศาสตร์

ทางด้านวัสดุศาสตร์แห่งบริษัท MC10 ซึ่งประดิษฐ์แผงวงจรไฟฟ้าที่ยืดหยุ่นได้ สามารถนำมาติดกับผิวหนังเหมือนกับรอยสักชั่วคราวที่เอามาติดตามตัว โดยรอยสักจะมีโครงสร้างเป็นซิลิกอนเชื่อมต่อผ่านวงจรไฟฟ้ามีลักษณะยืดหยุ่นได้ตามพื้นผิวของวัสดุที่ติดตั้งและทนการยืดได้กว่า 200% ตัวรอยสักจะมีอายุอยู่บนผิวหนังแต่ละครั้งประมาณ 2 สัปดาห์เท่ากับอายุของผิว เมื่อผิวผลัดเปลี่ยนมันก็จะค่อยหมดสภาพไปตามผิวเก่า จากนั้นก็ต้องติดอันใหม่ วิธีการนี้เป็นการอำนวยความสะดวกและรวดเร็วมากยิ่งขึ้นและในขณะเดียวกันก็มีความปลอดภัยสำหรับผู้ใช้งานด้วย

การพัฒนาทางด้านไอทีมีอย่างต่อเนื่องและการตั้งพาสเวิร์ดเพื่อเข้าใช้เป็นเรื่องที่สำคัญไม่ยอมให้มองข้าม นอกจากความสะดวกและรวดเร็วผู้ใช้อังต้องคำนึงถึงความปลอดภัยด้วยเพราะบนโลกไซเบอร์มีสายตาที่คอยจับจ้องเราอยู่ตลอดเวลาเมื่อใดที่เผลอข้อมูลของเราอาจหลุดไปอยู่ในมือของผู้ที่ไม่หวังดีก็เป็นได้

บรรณานุกรม

- ความหมาย password ค้นเมื่อ 18 กรกฎาคม 2556 จาก <http://dictionary.sanook.com/search/dict-computer/password>
- จัดอันดับ"พาสเวิร์ด"ที่แย่ที่สุดแห่งปี 2555 รู้แล้วต้องเลียง ค้นเมื่อ 17 กรกฎาคม 2556 จาก <http://www.matichon.co.th/news>
- พาสเวิร์ดยุคต่อไป. (2556, มิถุนายน 5). ข่าวสด, หน้า 28.
- แฮกเกอร์คืออะไร ค้นเมื่อ 20 กรกฎาคม 2556 จาก <http://www.fisheries.go.th/it/itnetwork/index.php?>

ผังรายการสถานีโทรทัศน์ภายใน ม.ร.
RU ITV เดือนมกราคม 2557

เวลา	วันเสาร์และวันอาทิตย์
09.00 - 09.10 น.	เพลงสดุดีมหาราชา / MV เฉลิมพระเกียรติ
09.10 - 09.30 น.	รายการข่าวมหาวิทยาลัย
09.30 - 09.35 น.	รายการธรรมะ 5 นาที
09.35 - 10.00 น.	รายการสนุกกับภาษาอังกฤษ
10.00 - 10.30 น.	รายการข่าวมหาวิทยาลัย
10.30 - 11.00 น.	รายการคุยกู่หมายกับ อ.พัฒนา
11.00 - 11.30 น.	รายการข่าวมหาวิทยาลัย
11.30 - 12.00 น.	รายการของดีไทยในอาเซียน
	RERUN

กวีปริทัศน์

น้อมเศียร อาศิรวาท
แด่องค์ พระภัทรา
มงคล วโรภาส
อัญเชิญ พระพรตล
เจริญพระ พลาณามัย
พระชนม์ชีพ ยิ่งยืนนาน
พระเมตตา ดังสายชล
ทรงครอง ราชย์โดยธรรม
เดชะ พระบารมี
ทวยราษฎร์ รักปรองดอง
เจริญชนม์ มหาชนก
เฉลิมฉัตร จิรัฎฐิกาล

แปดสิบหกพระชันษา มหาชนก

ด้วยโสมนัส หัตยา
“มหาราช ภูมิพล”
อันवास เฉลิมพระชนม์
ให้ทรงพระ เกษมสำราญ
โรคาภัย อย่าฟ้องพาน
ปกเศเกล้า นิกรสยาม
ที่เย็นชื่น ทิวเขตคาม
เป็นนักคิด...นักปกครอง
ปฐพี ไทยเรืองรอง
ได้รับโพธิสมภาร
แปดสิบหก พระชนมวาร
พระสยามินทร์ ทรงพระเจริญ เทอญ

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม ขอเดชะ
ข้าพระพุทธเจ้า มหาวิทยาลัยรามคำแหง
(สมรรถ ผลจำรูญ ร้อยกรอง)

เวลา	วันจันทร์	วันอังคาร	วันพุธ	วันพฤหัสบดี	วันศุกร์
09.00 - 09.10 น.	เพลงสดุดีมหาราชา/ MV เฉลิมพระเกียรติ	เพลงสดุดีมหาราชา/ MV เฉลิมพระเกียรติ	เพลงสดุดีมหาราชา/ MV เฉลิมพระเกียรติ	เพลงสดุดีมหาราชา/ MV เฉลิมพระเกียรติ	เพลงสดุดีมหาราชา/ MV เฉลิมพระเกียรติ
09.10 - 09.30 น.	รายการข่าวมหาวิทยาลัย	รายการบอกกล่าวข่าวรามฯ+ รายการดูช่องส่องกฎหมาย	รายการบอกกล่าวข่าวรามฯ	รายการบอกกล่าวข่าวรามฯ+ รายการดูช่องส่องกฎหมาย	รายการบอกกล่าวข่าวรามฯ+ รายการดูช่องส่องกฎหมาย
09.30 - 10.00 น.	รายการอาหารเป็นยา	รายการธรรมะ 5 นาที และรายการ IT CORNER	รายการดูช่องส่องกฎหมาย	รายการเติมธรรมในข่าว	รายการ past time
10.00 - 10.30 น.	รายการบอกกล่าวข่าวรามฯ+ รายการดูช่องส่องกฎหมาย	รายการบอกกล่าวข่าวรามฯ+ รายการดูช่องส่องกฎหมาย	รายการบอกกล่าวข่าวรามฯ	รายการบอกกล่าวข่าวรามฯ+ รายการดูช่องส่องกฎหมาย	รายการบอกกล่าวข่าวรามฯ+ รายการดูช่องส่องกฎหมาย
10.30 - 11.00 น.	รายการคุยเฟื่องเรื่องรามเกียรติ์	รายการคุยกู่หมายกับ อ.พัฒนา	รายการ RU SHOW	รายการคุยกู่หมายกับ อ.พัฒนา	รายการคุยเฟื่องเรื่องรามเกียรติ์
11.00 - 11.30 น.	รายการบอกกล่าวข่าวรามฯ+ รายการดูช่องส่องกฎหมาย	รายการบอกกล่าวข่าวรามฯ+ รายการดูช่องส่องกฎหมาย	รายการบอกกล่าวข่าวรามฯ	รายการบอกกล่าวข่าวรามฯ+ รายการดูช่องส่องกฎหมาย	รายการบอกกล่าวข่าวรามฯ+ รายการดูช่องส่องกฎหมาย
11.30 - 12.00 น.	รายการ 108 ปีญหาคูหมาย	รายการถามจริงตอบตรง	รายการข้อคิดตามข่าว	รายการเปิดโลกอาเซียน	รายการนำรู้ทุกเรื่องกับ ม.ร./SPOT/ จารึกไทย+ ประชาสัมพันธ์หน่วยงาน ม.ร.
	RERUN	RERUN	RERUN	RERUN	RERUN

หมายเหตุ : ผังรายการนี้ นำเผยแพร่ทางอินเทอร์เน็ต www.techno.ru.ac.th, www.totiptv.com อีกหนึ่งช่องทาง
และอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสมโดยไม่ต้องแจ้งล่วงหน้า

ม.ร. มอบรางวัลฯ (ต่อจากหน้า 3)

สยามบรมราชกุมารี รางวัลคนดีศรีสถาบันในกิจกรรม
วันวิสาขบูชา วันสำคัญของโลก ครั้งที่ 10 จากมหาวิทยาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย รางวัลเยาวชนดีเด่น
กรุงเทพมหานคร (ประกายเพชร) ครั้งที่ 8 ปี 2556
สำนักวัฒนธรรมกีฬาและการท่องเที่ยว กรุงเทพมหานครและเป็นประธานจัดโครงการปฏิบัติธรรม
เนื่องในโอกาสสมามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา
พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงพระชนมพรรษา
86 พรรษา 5 ธันวาคม 2556 เครือข่ายพุทธธรรม
กรรมฐานแห่งประเทศไทย

นายพีระสิน ไชยสร นักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์
ผลงานคือ รางวัลชมเชย การประกวดเรียงความ
“นักศึกษาที่มีคุณความดีด้านคุณธรรม จริยธรรม
และส่งเสริมสนับสนุนศิลปวัฒนธรรมระดับชาติ”

ปีการศึกษา 2556 จากสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์
นายพงศธร หนูยัง นักศึกษาคณะนิติศาสตร์ ผลงาน
คือ รางวัลชมเชย โครงการค่ายเยาวชนรู้งานสืบ
สานพระราชดำริ รุ่นที่ 3 ครั้งที่ 2 ของศูนย์ศึกษา
การพัฒนาห้วยทรายอันเนื่องมาจากพระราชดำริ
จังหวัดเพชรบุรี จากสำนักงานคณะกรรมการพิเศษ
เพื่อประสานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ
และร่วมโครงการค่ายอาสาสมัครรวมฯ รักป่า ร่วมใจ
สร้างอาคารเอนกประสงค์เพื่อน้อง ซึ่งผ่านการพิจารณา
ให้ได้รับ และนายณวัฒน์ อุบล นักศึกษาคณะนิติศาสตร์
ผลงานคือ รองประธานสภาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ
จังหวัดสงขลา ปี 2549-2554 หัวหน้างานนโยบาย
และแผนงาน สภาเด็กและเยาวชนแห่งประเทศไทย
เลขานุการประธานสภาเด็กและเยาวชนแห่งประเทศไทย
และรักษาการรองประธานสภาเด็กและเยาวชนแห่ง
ประเทศไทย

การดสอนกระบวนวิชา และ SECTION
ภาค 2 ปีการศึกษา 2556

ด้วยคณะบริหารธุรกิจ คณะมนุษยศาสตร์
คณะศึกษาศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ และ
คณะเศรษฐศาสตร์ มีความจำเป็นบางประการ
ไม่สามารถเปิดสอนกระบวนวิชา CAE 2201,
CAE2204, ECO4103, ECO4605, ECT3104,
FDT4656, FDT4706, FDT4756, FRE2202,
INB3111 และ SECTION 02 ของกระบวนวิชา
ECO2101 ที่ประกาศเปิดสอนใน ม.ร. 30
ภาค 2 ปีการศึกษา 2556 นี้ได้
ดังนั้น มหาวิทยาลัยจึงให้งดสอน
กระบวนวิชา และ SECTION ดังกล่าว
ในภาค 2 ปีการศึกษา 2556 นี้



ถาม ถ้าในวิชาหนึ่ง ๆ สอบซ่อม 1/2556 ไปแล้วปรากฏว่าไม่ผ่าน ลงทะเบียนในภาค 2/2556 แล้วยังสอบตกอีก จะสามารถลงทะเบียนสอบซ่อมวิชานั้น ๆ ในภาคซ่อม 2/2556 ได้อีกหรือไม่

ตอบ ตามข้อบังคับมหาวิทยาลัยรามคำแหงว่าด้วยการศึกษาชั้นปริญญาตรี (ฉบับที่ 4) พ.ศ. 2555 ข้อ 5 ให้เพิ่มความต่อไปนี้เป็น 16.9 ของข้อ 16 แห่งข้อบังคับมหาวิทยาลัยรามคำแหงว่าด้วยการศึกษาชั้นปริญญาตรี (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2555

16.9 กรณีที่ไม่ผ่านการวัดผลและการประเมินผลการศึกษา มหาวิทยาลัยจัดให้มีการสอบซ่อมหนึ่งครั้งต่อภาคเรียนปกติ โดยผู้มีคุณสมบัติ คือ เป็นนักศึกษาที่สอบตกหรือขาดสอบในภาคปกติหรือภาคฤดูร้อน การใช้สิทธิให้เป็นไปตามเงื่อนไขดังนี้

16.9.1 กระบวนวิชาที่สอบตกในภาค 1 ของภาคปกติ นักศึกษาที่จะใช้สิทธิสอบซ่อมต้องดำเนินการลงทะเบียนและสอบซ่อมในภาค 2 ของปีการศึกษาเดียวกันนั้น ส่วนกระบวนวิชาที่สอบตกในภาค 2 ของภาคปกติหรือภาคฤดูร้อน นักศึกษาที่จะใช้สิทธิสอบซ่อมต้องดำเนินการลงทะเบียนและสอบซ่อมในภาค 1 ของปีการศึกษาถัดไปเท่านั้น เมื่อนักศึกษาได้ใช้สิทธิสอบซ่อมไปแล้วถือว่าสิทธิในการสอบซ่อมสิ้นสุดลง

16.9.2 การลงทะเบียนสอบซ่อมดำเนินการตามวันเวลาที่มหาวิทยาลัยกำหนด และต้องไม่ลงทะเบียนสอบซ่อมกระบวนวิชาที่มีการสอบเข้าซ้อนในวันเวลาเดียวกัน เว้นแต่ได้แจ้งขอจบการศึกษาของภาคนั้น

16.9.3 การวัดผลสอบซ่อมนั้นผลการสอบได้ให้รายงานในภาคที่มีสิทธิสอบและนักศึกษาที่ลงทะเบียนสอบซ่อมไว้แล้ว มหาวิทยาลัยจะไม่คืนเงินค่าลงทะเบียนไม่ว่ากรณีใด ๆ จากข้อบังคับข้างต้น เมื่อนักศึกษาลงทะเบียนภาค 2/2556 และสอบตกนักศึกษาจึงมีสิทธิลงทะเบียนซ่อม 2/2556 ได้

ถาม ผมอยู่ภูมิภาคครับ ตอนไปสมัครผมเรียนจบปวส. ยังไม่ได้รับทรานสคริปต์ ตอนที่สมัครที่สาขาผมก็ไม่ทราบและสาขาก็ไม่ได้แจ้งว่าให้จ่ายค่าปรับฐานข้อมูล 100 บาทไว้ ผมมารู้ทีหลังตอนสอบไปปีกว่าแล้ว ผมเลยไปสอบถามที่สาขา ทางสาขาแนะนำให้สมัครใหม่โดยให้เทียบโอนสองสถาบัน ผมไม่อยากสมัครใหม่ มีวิธีอื่นแนะนำผมไหม

เศรษฐศาสตร์ 101+1

(ต่อจากหน้า 5)

แต่เมื่อไทยจำเป็นต้องจัดระบบการเดินรถไฟให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันโดยเชื่อมโยงการขนส่งกันได้ทั่วประเทศเพื่อความสะดวกในการขนส่ง รางรถไฟจึงต้องมีความกว้างขนาดเดียวกัน และได้มีการสร้างสะพานพระรามหกเป็นสะพานข้ามแม่น้ำเจ้าพระยาเพื่อให้รถไฟสายใต้แล่นมาถึงสถานีหัวลำโพงได้

ปัญหาที่คือเมื่อขนาดความกว้างของรางต้องเท่ากันนั้นไทยเราต้องเลือกว่าจะใช้รางขนาดมาตรฐานตามแบบสายเหนือและตะวันออกเฉียงเหนือหรือแคบกว่ามาตรฐานตามแบบสายใต้ แต่เมื่อสายใต้มีข้อตกลงกับอังกฤษไว้แล้วว่าต้องเชื่อมต่อกับรถไฟในมาลายูได้ ไทยจึงหมดทางเลือกและต้องเปลี่ยนการวางรางสายเหนือและตะวันออกเฉียงเหนือเสียใหม่ให้ขนาดความกว้างลดลงจากมาตรฐาน และแล้วขนาดกว้างของรางรถไฟไทยก็แคบกว่ามาตรฐานตั้งแต่นั้นมา

ตอบ มหาวิทยาลัยรามคำแหงได้มีประกาศเกี่ยวกับการเทียบโอนหน่วยกิตภายหลังการสมัครเป็นนักศึกษา ดังนี้ ประกาศมหาวิทยาลัยรามคำแหง เรื่องการขอใช้สิทธิเทียบโอนหน่วยกิตภายหลังการสมัครเป็นนักศึกษา ประกาศ ณ วันที่ 8 เมษายน พ.ศ. 2555 ได้กำหนดคุณสมบัติของผู้ขอใช้สิทธิเทียบโอนหน่วยกิตหลังการสมัครเป็นนักศึกษา

1. เป็นผู้ที่มีวุฒิการศึกษาเทียบเท่าอนุปริญญาขึ้นไป และสำเร็จการศึกษาก่อนวันสุดท้ายของการรับสมัครนักศึกษาใหม่ในภาค/ปีการศึกษาที่นักศึกษาสมัคร

2. เป็นผู้สมัครที่ใช้วุฒิการศึกษาตั้งแต่ระดับอนุปริญญาขึ้นไป แต่ไม่ได้ใช้สิทธิเทียบโอนหน่วยกิตในวันสมัคร

3. เป็นนักศึกษา 8 ปีสมัครใหม่หรือนักศึกษาหมดสถานภาพ หรือเคยเป็นผู้ศึกษารายกระบวนวิชาเพื่อเตรียมศึกษาระดับปริญญาตรี (Pre-degree) แต่ไม่ได้ขอใช้สิทธิเทียบโอนหน่วยกิตในวันสมัคร

4. เป็นผู้ที่เคยศึกษาระดับปริญญาตรีในสถาบันอื่นและยังไม่สำเร็จการศึกษาและไม่ได้ขอใช้สิทธิเทียบโอนหน่วยกิตแบบย้ายโอนหน่วยกิตในวันสมัคร

5. เป็นผู้ที่ต้องการเปลี่ยนจากวุฒิการศึกษาที่ใช้สมัครในวันสมัครเป็นวุฒิการศึกษาอื่นที่สำเร็จการศึกษา ก่อนวันสมัคร และเทียบโอนหน่วยกิตได้มากกว่า

ถ้านักศึกษาจบการศึกษาในระดับ ปวส. ก่อนวันสมัคร นักศึกษาใหม่ ซึ่งเป็นไปตามประกาศของมหาวิทยาลัยข้างต้น นักศึกษาสามารถไปทำเรื่องเปลี่ยนวุฒิการศึกษาและปรับฐานข้อมูลได้ที่ฝ่ายรับสมัครและตรวจสอบวุฒิบัตร อาคารสำนักบริการทางวิชาการและทดสอบประเมินผล ชั้น 3 (นักศึกษาต้องชำระค่าธรรมเนียมในการปรับฐานข้อมูลการขอใช้สิทธิเทียบโอนหน่วยกิตด้วยเป็นจำนวน 500 บาท)

กองบรรณาธิการ



ทำก่อนหรือหลัง

สำหรับสิ่งที่ผู้เขียนจะนำเสนอในวันนี้ คือ การดำเนินการเบื้องต้นสำหรับการคำนวณในทางคณิตศาสตร์ ซึ่งได้แก่การบวก การลบ การคูณ การหาร การยกกำลัง การถอดรากที่สอง ปัญหาคือเมื่อมีเครื่องหมายหลายๆเครื่องหมายในปัญหาเดียวกัน จะต้องทราบว่าจะทำอะไรก่อน ทำอะไรทีหลัง ตัวอย่างเช่น ค่าของ $2+3 \times 4$ จะพบว่าถ้าทำบวกก่อนจะได้ผลลัพธ์คือ 20 แต่ถ้าทำคูณก่อนจะได้ผลลัพธ์คือ 14 คำถามก็คือคำตอบที่ถูกคือคำตอบไหนกัน

แต่ก่อนที่จะได้กล่าวถึงหลักการ กฎเกณฑ์ ขอยกตัวอย่างการคำนวณที่ผิด พอเป็นสังเขป

(1) $\frac{66}{33} = 22$ (ใช้ 3 ตัดทอนกับ 6 ที่ละตัว คิดว่าหารทีละตัวก็ได้)

(2) $5^3 = 5 \times 3 = 15$ (คงคิดว่าการยกกำลังเป็นการคูณ)

(3) $(6+8)^2 = 6^2 + 8^2 = 36 + 64 = 100$ (ยกกำลังทีละตัวเลย ง่ายดี)

(4) $\sqrt{9+16} = \sqrt{9} + \sqrt{16} = 3 + 4 = 7$ (นี่ก็ถอดรากที่สองทีละตัวเหมือนกัน)

(5) $\frac{6+3}{3} = 2 + 3 = 5$ (ใช้ 3 ตัดทอนกับ 6 ได้ผลลัพธ์คือ 2)

สำหรับกฎเกณฑ์เกี่ยวกับอันดับก่อนหลังของการดำเนินการสำหรับเครื่องหมายต่างๆ ตามลำดับความสำคัญ ดังนี้คือ (1) ทำการดำเนินการในวงเล็บ (Parentheses) (2) ทำการยกกำลัง (Exponent) (3) ทำการคูณ (Multiplication) (4) ทำการหาร (Division) (5) ทำการบวก (Addition) และ (6) ทำการลบ (Subtraction) โดยเขียนแทนด้วยตัวย่อคือ **PEMDAS**

พิจารณาตัวอย่างแสดงอันดับก่อนหลังในการคำนวณ ดังนี้

ตัวอย่างที่ 1 จงหาค่าของ $3(8-6)^3 + \frac{15}{3} - 6 \times 5$
คำอธิบาย $3(8-6)^3 + \frac{15}{3} - 6 \times 5 = 3(2)^3 + \frac{15}{3} - 6 \times 5$
 $= 3(8) + \frac{15}{3} - 6 \times 5 = 24 + \frac{15}{3} - 30$
 $= 24 + 5 - 30 = 29 - 30 = -1$

ตัวอย่างที่ 2 จงหาค่าของ $\frac{6\sqrt{3^2+4^2}-3(8)}{6}$
 (รากที่สองเปรียบเหมือนวงเล็บ)
คำอธิบาย $\frac{6\sqrt{3^2+4^2}-3(8)}{6} = \frac{6\sqrt{9+16}-3(8)}{6}$
 $= \frac{6\sqrt{25}-3(8)}{6} = \frac{6(5)-3(8)}{6}$
 $= \frac{30-24}{6} = \frac{6}{6} = 1$

ดังนั้นคำตอบของตัวอย่างข้างต้น ค่าของ $2 + 3 \times 4$ คำตอบก็คือ 14 นะครับสวัสดิ์ครับ



ภาค 2/2556

ENG4901 (EN 395)

วรรณกรรมของนักเขียนรางวัลโนเบล

เนื้อหาโดยสรุป ศึกษารูปแบบการประพันธ์ และแนวคิดในบทประพันธ์ของนักเขียนรางวัลโนเบล เช่น Rudyard Kipling, Salvatore Quasimodo, Czeslaw Milosz, Naguib Mahfouz, Pearl S. Buck และ Samuel Becket

ตำราเรียน 1. ENG4901 (EN395) วรรณกรรมของนักเขียนรางวัลโนเบล (รหัสการพิมพ์ 54251 มีจำหน่ายที่ศูนย์หนังสือ ม.ร.)

2. หนังสือนวนิยายเรื่อง The Good Earth โดย Pearl S. Buck

3. หนังสือบทละครเรื่อง Waiting for Godot โดย Samuel Becket

ข้อแนะนำในการเรียน นักศึกษาควรฝึกการอ่านเนื้อหาตำรา งานเขียนของนักประพันธ์ที่จะศึกษาตลอดทั้งเรื่อง ก่อนที่จะไปอ่านบทความวิจารณ์วรรณกรรมต่างๆในห้องสมุดหรือแหล่งค้นคว้าต่างๆ เพื่อจะได้มีความรู้เสริมมากขึ้นและสามารถร่วมอภิปรายในห้องเรียนได้ ส่วนนักศึกษาที่ทำงานแล้วและศึกษาวิชาด้วยตนเอง ควรเข้าพบอาจารย์ผู้สอน (ตามตารางให้คำปรึกษา) เพื่อซักถามข้อข้องใจหรือขอคำแนะนำเกี่ยวกับการเรียนตั้งแต่ตอนต้นของภาคเรียน

การวัดผล ข้อสอบกระบวนวิชานี้จะเป็นอัตนัยจำนวน 5 ข้อ (100 คะแนน) ดังต่อไปนี้

- * Part I: ความรู้เกี่ยวกับรางวัลโนเบล (20 คะแนน)
- * Part II: บทประพันธ์ร้อยกรอง (20 คะแนน)
- * Part III: เรื่องสั้น (20 คะแนน)
- * Part IV: นวนิยาย (20 คะแนน)
- * Part V: บทละคร (20 คะแนน)

การประเมินผล ตัดเกรด A, B+, B, C+, C, D+, D หรือ F ตามเกณฑ์มาตรฐาน

ข้อแนะนำในการสอบ

1. นักศึกษาอาจตอบคำถามเป็นภาษาอังกฤษหรือภาษาไทยก็ได้ และให้เขียนคำตอบด้วยปากกาเท่านั้น
2. การตอบคำถามแบบคำต่อคำ โดยไม่มีการยกตัวอย่างหรือข้อความจากผลงานของนักประพันธ์ที่ได้ศึกษามาประกอบคำตอบของนักศึกษาหรือไม่มีการอธิบายขยายความเพิ่มเติมอาจทำให้นักศึกษาได้คะแนนไม่มากนัก

รศ.เอมอร ดิสปัญญา

ENS 3201 (EN 320)

ภาษาอังกฤษในเรื่องการสมัครงาน

อาจารย์ผู้บรรยาย: รศ.เอมอร ดิสปัญญา

วัน-เวลาบรรยาย: จันทร์ เวลา 13.30-15.20 น.

ห้อง SLB 301 อาคารศรีจุฬาลักษณ์

เนื้อหาโดยสรุป: ศึกษารูปแบบฝึกอ่าน และเขียนประกาศรับสมัครเข้าทำงานในสาขาอาชีพต่างๆ แบบกรอกข้อความสมัครเข้าทำงาน จดหมายรับสมัครงาน ประวัติย่อ การสัมภาษณ์งาน และจดหมายขอขอบคุณหลังการสัมภาษณ์งาน

ตำรา: ENS3201 ภาษาอังกฤษในเรื่องการสมัครงาน โดย รศ. เอมอร ดิสปัญญา (รหัสการพิมพ์ 54...มีจำหน่ายที่ศูนย์ตำรา ม.ร.)

วัตถุประสงค์:

- * นักศึกษาได้เรียนรู้สำนวนภาษาอังกฤษต่างๆ ที่ใช้ในการเขียนเอกสารเพื่อการสมัครงาน
- * นักศึกษาสามารถเขียนเอกสารที่สำคัญและจำเป็นต่อการสมัครงานเป็นภาษาอังกฤษได้
- * นักศึกษาสามารถตอบคำถามเกี่ยวกับการสมัครงานได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

การวัดผล:

ข้อสอบอัตนัย 5 ข้อ (ดูตัวอย่างข้อสอบเก่าในท้ายเล่มของตำรา) คือ

Part I: An Application Letter

Part II: A Resume

Part III: An Application Form

Part IV: A Job Interview

Part V: An Interview Thank-You Letter

****ให้นักศึกษาทำข้อสอบทุกข้อลงในข้อสอบ และการเขียนงานทุกข้อตั้งแต่ข้อ 1 - 5 จะต้องเป็นงานตำแหน่งเดียวกัน**

การตัดเกรด: A, B+, B, C+, C, D, F, ตามเกณฑ์มาตรฐาน

ข้อแนะนำในการเรียน:

- นักศึกษาควรอ่านเนื้อหาและทำแบบฝึกหัดของแต่ละบทในตำราก่อนเข้าเรียนทุกครั้ง
- นักศึกษาไม่ควรเข้าเรียนสายเพราะจะทำให้เรียนไม่ทันคนอื่น
- ให้นักศึกษาแต่งกายให้สุภาพ-เรียบร้อย (ห้ามสวมกางเกงขาสั้นหรือเสื้อที่ไม่มีแขน)
- นักศึกษาทุกคนปิดโทรศัพท์มือถือทันทีที่มีอาจารย์เริ่มทำการบรรยาย

ข้อแนะนำในการสอบ: ในการทำข้อสอบแต่ละข้อให้นักศึกษาเขียนคำตอบด้วยปากกา (สีน้ำเงิน) เท่านั้น และเพื่อที่จะได้เกรดดีนักศึกษาคงเขียนงานแต่ละประเภท ให้มีรูปแบบตามที่โจทย์กำหนดให้ มีเนื้อหาและสำนวนภาษาอังกฤษที่ถูกต้องตามประเภทและหลักการเขียนแต่ละแบบที่ได้ศึกษาในกระบวนวิชานี้ นอกจากนี้ ให้นักศึกษาระมัดระวังการเขียนประโยคและการใช้เครื่องหมายวรรคตอนด้วย

รศ.เอมอร ดิสปัญญา

ANT 3013

มานุษยวิทยากายภาพ PHYSICAL ANTHROPOLOGY

แนวส้งเขปวิชา ศึกษาและวิเคราะห์ประวัติความเป็นมาของมนุษยชาติในแง่สรีรวิทยา กลไกที่ทำให้เกิดการวิวัฒนาการ ศึกษาเกณฑ์การจัดลำดับชั้นของสิ่งมีชีวิต โดยเน้นสัตว์ประเภทมีกระดูกสันหลังและเลี้ยงลูกด้วยนม แนวความคิดเกี่ยวกับชาติพันธุ์และสืพัว ความสัมพันธ์ระหว่างชีวภาพของมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ สังคมและวัฒนธรรม

เอกสารการเรียน เอกสารคำสอน ANT 3013 มานุษยวิทยากายภาพ และเอกสารประกอบการเรียน ANT 3013 (S) มานุษยวิทยากายภาพ โดย อ.อัญชลา โภชนสมบุรณ์ นักศึกษาสามารถถ่ายสำเนาได้ที่ร้านถ่ายเอกสารคณะมนุษยศาสตร์ ชั้น 1

วันเวลาและสถานที่เรียน F 13.30-15.20 น. (VKB 302)

หัวข้อหลัก แนวความคิดเรื่องวิวัฒนาการของสิ่งมีชีวิต แนวความคิดเรื่องยุคฟอสซิล การกำหนดอายุลักษณะทางกายภาพของไพรเมทและพฤติกรรมทางสังคมที่ช่วยให้เราเข้าใจพฤติกรรมทางสังคมของกลุ่มสายพันธุ์ที่ร่วมสายวิวัฒนาการกับมนุษย์ แนวความคิดเรื่องวิวัฒนาการขึ้นเป็นมนุษย์ แนวความคิดเรื่องความหลากหลายทางพันธุกรรม

แนวทางการวัดผล

- คะแนนเต็ม 100 คะแนน แบ่งเป็นข้อสอบปรนัย 40 ข้อ (40 คะแนน) และอัตนัย 3 ข้อ (60 คะแนน)
- สำหรับผู้ที่เข้าเรียนประจำ สามารถสะสมคะแนนเก็บบางส่วนๆละ 20 คะแนน จากรายงานกลุ่มที่ต้องส่งตามวันที่กำหนดระหว่างทอมและนำเสนอในชั้นเรียน (จำกัดจำนวนกลุ่ม) โดยคะแนนรายงาน 1 ฉบับ สามารถทดแทนคะแนนการสอบอัตนัย 1 ข้อ
- การทำรายงานมีจุดประสงค์เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาค้นคว้า ฝึกคิดวิเคราะห์ ฝึกการทำงานเป็นกลุ่ม และมีโอกาสนำเสนอผลงาน ซึ่งการทำรายงานนี้ไม่มีผลต่อการสอบได้ (นักศึกษาไม่จำเป็นต้องทำทุกคน) และไม่มีการทำรายงานเพิ่มเติมทุกกรณีในการสอบซ่อม

วันและเวลาสอบ TH 20 MAR. 2014 B

ข้อแนะนำ นักศึกษาควรศึกษาประเด็นตามหัวข้อหลักๆ เช่น แนวคิดต่างๆ ของการวิวัฒนาการของสิ่งมีชีวิต (อาทิ ลีลล์ ดาร์วิน เมนเดล) ลักษณะทางกายภาพของไพรเมทในกลุ่มต่างๆ (ลิงดึกดำบรรพ์ ลิงโลกใหม่ ลิงโลกเก่า เอปและมนุษย์) พฤติกรรมทางสังคมของไพรเมทและบรรพบุรุษของมนุษย์ และหลักฐานการค้นพบสายพันธุ์ที่วิวัฒนาการขึ้นเป็นมนุษย์

- ตามหลักสูตรกำหนดให้วิชานี้เปิดบรรยายในภาค 2 (ไม่เปิดในภาค 1) นักศึกษาควรวางแผนการศึกษาล่วงหน้า

อ.อัญชลา โภชนสมบุรณ์



นายบุญชู ทศนประพันธ์ รองประธานศาลอุทธรณ์ ภาค 1 กระทรวงยุติธรรม ศิษย์เก่าคณะนิติศาสตร์ กล่าวว่า รามคำแหงนับเป็นมหาวิทยาลัยที่ใหญ่และเป็นเลิศทางวิชาการ เป็นที่ยอมรับของวงการศึกษาทั้งในประเทศและต่างประเทศ มีศิษย์เก่าอยู่กระจายไปทั่วทุกแห่ง ผมเป็นคนหนึ่งที่ได้รับการปลูกฝังในสิ่งต่างๆจากมหาวิทยาลัย และนำมาเป็นเครื่องมือในการบริหารจัดการในการดำเนินชีวิตตลอดมา สิ่งที่ได้รับจากรามคำแหงเป็นสิ่งสำคัญในการช่วยผลักดันให้การดำเนินชีวิตและการทำงานประสบความสำเร็จตามที่ปรารถนาไว้ ผมภูมิใจที่ได้เป็นศิษย์เก่าของรามคำแหงที่พร้อมในทุกด้าน ดังคำกล่าวที่ว่า “รามคำแหงสร้างคน คนสร้างชาติ”

นางสาวลัดดาวรรณ หลวงอาจ ผู้พิพากษาศาลแพ่ง ศิษย์เก่าคณะนิติศาสตร์ กล่าวว่า วันแรกที่ได้เข้าเรียนที่มหาวิทยาลัยแห่งนี้ รู้สึกเหมือนกับว่าความฝันของเรากลายเป็นความจริงแล้ว และในวันต่อๆมาก็เริ่มมองเห็นเส้นทางในอนาคตของเราชัดเจนมากขึ้นเรื่อยๆจนประสบความสำเร็จดังคำกล่าวที่ว่า “เปลวเทียนให้แสง รามคำแหงให้ทาง” ความสำเร็จในหน้าที่การงานและการดำเนินชีวิตที่ได้รับในขณะนี้ จะไม่สามารถเกิดขึ้นได้เลยหากไม่มีรามคำแหง

นายอภิรักษ์ จันทรงษ์ อธิบดีกรมประชาสัมพันธ์ ศิษย์เก่าคณะรัฐศาสตร์ กล่าวว่า รามคำแหงสอนให้ลูกศิษย์เรียนรู้หลักการดำเนินชีวิตโดยยึดหลัก “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน” เราต้องมีความรับผิดชอบและระเบียบวินัยต่อตนเอง สถาบันแห่งนี้นอกจากจะให้ความรู้ทางวิชาการแล้ว ยังสอนให้รู้จักการดำเนินชีวิตในสังคม ซึ่งเป็นปัจจัยที่จะส่งเสริมในการทำงานหลังจากสำเร็จการศึกษา อีกทั้ง สิ่งที่ยึดถือมา คือ “รู้จักถ้อย ถังใจศึกษา บูชาพ่อขุนฯ สนองคุณชาติ” เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ชีวิตประสบความสำเร็จ มีโอกาสสืบทอดราชการ ทำงาน

อธิการบดี ม.ร.ฯ (ต่อจากหน้า 1)

สำหรับ ผู้ที่มีความประสงค์จะร่วมบริจาคเงินเพื่อสมทบกองทุนฯ ดังกล่าว สามารถบริจาคได้ที่ ธนาคารกรุงเทพ สาขารามคำแหง เลขที่ 906-7-02200-5 สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ งานประชาสัมพันธ์ ม.ร. อาคารสุโขทัย ชั้น 2 โทร. 0-2310-8045-7

ม.ร.ฯรับสมัครนักศึกษาฯ (ต่อจากหน้า 1)

ผู้สนใจติดต่อรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ สำนักงานสาขาวิทยบริการฯ ต่างประเทศ โทร.0-2310-8196-7, 0-2310-8664-5 E-mail: oasc@ru.ac.th, www.ru.ac.th/oasc

ม.ร. รับสมัคร นศ.ป.โทฯ (ต่อจากหน้า 1)

ผู้สนใจขอรับใบสมัครและสมัครได้ตั้งแต่วันที่ 14 มกราคม 2557 (เว้นวันที่ 28 ธันวาคม 2556 - 1 มกราคม 2557) ที่อาคารสุโขทัย ชั้น 7 ห้อง 710 มหาวิทยาลัยรามคำแหง (หัวหมาก) โทร. 0-2310-8588, 087-591-1401 หรือดาวน์โหลดใบสมัครทางอินเทอร์เน็ตที่ www.3m-it.ru.ac.th

คณะศิลปกรรมศาสตร์ ม.ร.ฯ (ต่อจากหน้า 12)

“มหาวิทยาลัยรามคำแหงได้ส่งเสริม สนับสนุนพัฒนาคุณภาพและมาตรฐานการศึกษา ครอบคลุมด้านการเรียนการสอน การวิจัย การบริการทางวิชาการ การทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม และการบริหารจัดการภายใน เพื่อยกระดับคุณภาพและมาตรฐานของคณะศิลปกรรมศาสตร์และมหาวิทยาลัยให้เป็นที่ยอมรับในภูมิภาคอาเซียนมาโดยตลอด จึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่า การจัดงานครั้งนี้จะเป็นการเปิดโอกาสทางการศึกษาด้านศิลปกรรมศาสตร์ได้อย่างทัดเทียม ซึ่งเชื่อว่าจะเป็นประโยชน์ต่อนักเรียน นักศึกษา คณาจารย์และประชาชน ผู้สนใจที่จะได้เรียนรู้ แลกเปลี่ยนและนำความรู้ไปใช้ในการเสริมแนวคิดสร้างสรรค์ใหม่และพัฒนาฝีมือของตนเองต่อไป”

รับใช้สังคม และประเทศชาติ ผมมีความมุ่งมั่นตั้งใจทำงานด้วยความซื่อสัตย์สุจริตให้สมกับเป็นบัณฑิตของรามคำแหง ที่มี “ความรู้คู่คุณธรรม” เพื่อเป็นตัวอย่างที่ดีแก่ศิษย์รุ่นหลัง

พลตำรวจโทหาญพล นิตยวิบูลย์ ผู้บัญชาการตำรวจภูธร ภาค 7 สำนักงานตำรวจแห่งชาติ ศิษย์เก่าคณะรัฐศาสตร์ กล่าวว่า ผมเรียนจบจากรามฯไปกว่า 34 ปีแล้ว รามคำแหงสอนให้รู้ว่าต้องต่อสู้ด้วยตัวเอง ต้องมีความแข็งแกร่งในการใช้ชีวิต ความรู้ที่ผมได้รับจากรามคำแหงนั้น เป็นความรู้ เป็นประสบการณ์ชีวิตที่มีความสำคัญทำให้สามารถนำความรู้ที่ได้รับออกไปรับใช้สังคมจนถึงทุกวันนี้

ด้วยรักและผูกพัน (ต่อจากหน้า 12)

มีประโยชน์ต่ออารมณ์หรือไม่ มีประโยชน์ต่อความสวยงามอย่างไร เช่น ร้องเพลงได้นาน ได้หลายเพลง จำเนื้อเพลงได้ก็เพลง และที่สำคัญที่สุด จำเพื่อนได้ก็คน มีใครบ้างรวมไปถึงจำเรื่องอะไรที่น่าจำอื่น ๆ อีกมากมาย เช่น รู้จักภาษาพื้นเมือง เคยได้ยืนภาษาพื้นเมืองของประเทศไทยเรามาแล้วก็ภาค แล้วก็ก็มีเพื่อนในภาค มาจากภาคนั้น ๆ ภาคละประมาณกี่คน ในที่สุดแล้วก็ต้องไปได้อีกว่าในประเทศไทยเราเคยไปที่ใดมาแล้วบ้าง ที่ใดประทับใจที่สุด ประทับใจในเรื่องอะไร แล้วแต่ว่าลูกศิษย์จะคิดถึงอย่างไรได้ ก็จะไป

สักวันหนึ่ง ลูกศิษย์ก็หันกลับมาดู แล้วก็ดูว่าตรงไหนเราบกพร่องบ้าง ตรงไหนเราควรแก้ไข ตรงไหนเราควรจะสร้างสถิติต่อ ตรงไหนควรจะเอาสถิตินั้นเป็นนิทศานุภาพว่ามันเป็นสถิติที่เราไม่น่าจะต้องไปใส่ใจ เราก็ไปคัดดูก็ว่าสถิติอะไรที่เราสนใจ เราจะต้องทำอะไร เมื่อเราได้สถิติเหล่านี้แล้วก็ทบทวนบ่อย ๆ เราที่จะมีความคิด มีวิธีการดำรงชีวิตที่พัฒนาได้ง่าย ๆ แก้ไขข้อผิดพลาดในการดำรงชีวิตได้ง่าย ๆ ไม่สร้างความยุ่งยากให้กับตนเองและก็ไม่สร้างความยุ่งยากให้กับสังคม ลูกศิษย์ครับ ในการศึกษาเล่าเรียนต่าง ๆ ทั้งหลายทั้งปวงนั้น ครุฑอยู่เสมอว่าไม่มีอะไรดีเท่ากับการฝึกตน เพราะการฝึกตนนั้นจะเกิดทักษะแล้วก็เกิดปัญญา เมื่อเกิดปัญญา คือ ใช้ปัญญาเป็นตัวตั้งในการไตร่ตรอง ว่าสิ่งใดพึงกระทำ สิ่งใดพึงงดเว้นเสียแล้วเราก็จะทราบว่าปีใหม่นี้ พรที่จะให้ตนเองนั้น ก็จะเป็นอีกสถิติหนึ่งว่า เราเคยฝึกถึงตนเองหรือไม่ในปีใหม่ทุกปี และในขณะที่เดียวกัน มีใครบ้างที่เราจำได้ เรารำลึกถึงรำลึกถึงว่า เขาเป็นผู้ที่มีพระคุณต่อเรา เขาเป็นผู้ที่เราเคารพนับถือ เขาเป็นผู้ที่เป็นเพื่อนของเรา เขาเป็นน้อง เขาเป็นคนอื่นใด ๆ ก็ตาม ที่เรามีรัก และมีเมตตาต่อเขา มีหรือไม่ถ้ามีก็รีบไปหาการ์ด ส่งการ์ดไปถึง และสำหรับมหาวิทยาลัยนั้นถ้านึกในหัวใจได้ว่า มีมหาวิทยาลัยรามคำแหงอยู่ในหัวใจก็ส่งการ์ดถึงมหาวิทยาลัย จำหน้าของถึงมหาวิทยาลัยรามคำแหง ถนนรามคำแหง หัวหมาก กรุงเทพฯ แค่นี้ก็ถึงการ์ดที่ว่านั้น อาจจะบอกว่า ขอกราบพ่อขุนฯ ส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่ และขอพรพ่อขุนฯ ขอความเจริญรุ่งเรืองให้กับตนเอง หรือส่งการ์ดไปถึงใครก็ตามที่เราเคยได้ร่ำได้เรียนจากครูบาอาจารย์ แต่ถ้าหากว่าทำอะไรไม่ได้เลยอย่างน้อยก็ส่งถึงมหาวิทยาลัย จำหน้าถึงมหาวิทยาลัยอย่างที่ว่า แล้วก็ขอปีใหม่นี้ อยากเห็นมหาวิทยาลัยเจริญรุ่งเรืองยิ่ง ๆ ขึ้นไป หรือว่าไม่มีบุคคลไหนที่เราจะรำลึกได้อย่างน้อยก็มีท่านอธิการบดี ก็ส่งความสุขปีใหม่ไปถึงท่านอธิการบดีอย่างนี้ก็ได้ลองทดลองทบทวนดูนะครับ สิ่งง่าย ๆ ที่ครูพูดถึง แต่เป็นสิ่งที่อาจจะยากสำหรับบางคนที่ไม่เคยทำ สิ่งที่ไม่เคยก็เคยเสีย เคยทำในสิ่งที่ดี ๆ แล้วก็จะทำต่อไปเรื่อย ๆ ขอให้มีความสุขมาก ๆ คุณพระรักษาทุกคนนะครับ สวัสดีครับ

หนังสือพิมพ์ข่าวรามคำแหง			กองจัดการ	
เจ้าของที่ปรึกษา	มหาวิทยาลัยรามคำแหง	รศ.ประทีป วาทิกทินกร	งานประชาสัมพันธ์ โทร. ๐-๒๓๑๐-๘๐๔๕-๔๗	
บรรณาธิการ	ผศ.ลีนดา ลิมอักษิต		อาคารสุโขทัย ชั้น ๒ ห้อง ๒๐๔	
ผู้ช่วยบรรณาธิการ	ผศ.อังธิดา ลิมปัทมปาณี	นางวัฒนา อติโชติ	อัตรสมาชิก (ปีละ ๕๒ ฉบับ) ออกทุกวันจันทร์ ปีละ ๒๐๐ บาท สมาชิกอาจมารับด้วยตนเองที่มหาวิทยาลัยก็ได้ โดยต้องส่งเงินทางธนาคารนัดเท่านั้น ในนามผู้จัดการหนังสือพิมพ์ข่าวรามคำแหง	
กองบรรณาธิการ	น.ส.สุธี ตันตินันท์ธร	อ.ชุดิมา ผิวเรืองนนท์	งานประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ถนนรามคำแหง	
	นางวันดา หาญณรงค์	น.ส.ณอมพงษ์ สิงห์สุข	เขตบางกะปิ กทม. ๑๐๒๔๐ ส่งจ่าย ปณ.รามคำแหง	
	นางรัชณี โคตรพรหม	นายธัมม ท่องแก้วกุล		
ผู้จัดการช่างภาพ	นางวัฒนา อติโชติ		ผู้พิมพ์ สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง โทร. ๐-๒๓๑๐-๘๗๕๕-๔๗	
	นายวิทยา ธนาฤกษ์มงคล			

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. บุญชาติ ทองประยูร รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ และวิจัย เป็นประธานเปิดการประชุมวิชาการระดับนานาชาติด้านภาษาเยอรมันในฐานะภาษาต่างประเทศ ครั้งที่ 2 ในหัวข้อ “วิธีการจูงใจให้เกิดแรงบันดาลใจในการเรียนการสอนภาษาเยอรมันเป็นภาษาต่างประเทศ” จัดโดยสาขาวิชาภาษาเยอรมัน ภาควิชาภาษาตะวันตก



คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ร่วมกับคณะภาษาเยอรมัน มหาวิทยาลัยฮานอย ทั้งนี้มี Ms.Annette Sévery ทูตวัฒนธรรมแห่งสหพันธ์สาธารณรัฐเยอรมนี Ms.Marla Stukenberg ผู้อำนวยการสถาบันเกอร์เซ่ นักวิชาการจากประเทศไทย เวียดนาม ฟิลิปปินส์ รองศาสตราจารย์ ทวีศักดิ์ ปิ่นทอง คณบดีคณะมนุษยศาสตร์ และรองศาสตราจารย์ภาคินี อัครมาส หัวหน้าสาขาวิชาภาษาเยอรมัน ภาควิชาภาษาตะวันตก คณะมนุษยศาสตร์ ร่วมในกิจกรรม เมื่อวันที่ 29 พฤศจิกายน 2556 ณ ห้องประชุมพวงแสด คณะมนุษยศาสตร์

คณะศิลปกรรมศาสตร์ ม.ร. จัดแสดง “ดนตรีนาฏศิลป์นานาชาติ”



คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง จัดโครงการสัมมนาและการแสดงดนตรีนาฏศิลป์นานาชาติ ครั้งที่ 2 โดยมีผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.บุญชาติ ทองประยูร รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการและวิจัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง เป็นประธาน มีอาจารย์ ดร.สมศักดิ์ เกตุแก่นจันทร์ คณบดีคณะศิลปกรรมศาสตร์ คณะผู้บริหาร คณาจารย์ นักศึกษา และนักเรียน ตลอดจนศิลปินกลุ่มประเทศอาเซียนและนานาชาติ จาก 6 ประเทศ ร่วมในงาน เมื่อวันที่ 17 ธันวาคม 2556 ณ ห้องประชุม 322 ชั้น 3 อาคารสุโขทัย

โอกาสนี้ อ.ดร.สมศักดิ์ เกตุแก่นจันทร์ คณบดีคณะศิลปกรรมศาสตร์ กล่าวรายงานว่า โครงการสัมมนาและจัดแสดงดนตรีนาฏศิลป์นานาชาติ ครั้งที่ 2 จัดขึ้นเพื่อให้ความรู้ทางวิชาการด้านวัฒนธรรม ดนตรีนาฏศิลป์นานาชาติ และจัดแสดงนาฏศิลป์นานาชาติ ซึ่งเป็นความร่วมมือเพื่อสร้างเครือข่ายสถาบันการศึกษาในการจัดการแสดงร่วมกัน 7 สถาบัน ได้แก่ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาวิทยาลัยบูรพา มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี วิทยาลัยนาฏศิลป์จันทบุรี และคณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง มีคณะนักแสดงรวมกว่า 100 คน จาก 6 ประเทศ คือ ประเทศไต้หวัน ตุรกี ฟิลิปปินส์ และประเทศที่อยู่ในประชาคมอาเซียน

M.S.อบรมคอมพิวเตอร์

ศูนย์ปฏิบัติการคอมพิวเตอร์ สถาบันคอมพิวเตอร์ ม.ร. เปิดอบรมคอมพิวเตอร์สำหรับนักศึกษา หลักสูตรการใช้คอมพิวเตอร์ในสำนักงาน ระดับกลางครั้งที่ 2/57 (85) ประกอบด้วย Setting & Maintenance Windows System, Working with Microsoft Excel 2010, การใช้งานบริการ Google Apps

โดยนักศึกษาจะต้องสอบผ่านหลักสูตรการใช้คอมพิวเตอร์ในสำนักงานระดับต้นมาก่อน ค่าสมัครพร้อมตำราเรียนและอุปกรณ์ 500 บาท เลือกกลุ่มอบรมได้ดังนี้

กลุ่มอังคาร, พุธ, ศุกร์ (เช้า) วันที่ 4 ก.พ.-6 มี.ค. 57

กลุ่มพุธ, ศุกร์ (บ่าย) วันที่ 5 ก.พ.-7 มี.ค. 57

กลุ่มวันเสาร์, อาทิตย์ (บ่าย) วันที่ 1 ก.พ.-2 มี.ค. 57

นักศึกษาที่สนใจสมัครได้ที่สถาบันคอมพิวเตอร์ ชั้น 1 ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป หรือสอบถามรายละเอียด โทร.0-2310-8853, 0-2310-8800 ต่อ 2269 หรือ www.ctc.ru.ac.th และนักศึกษาที่สอบผ่านการอบรม ผลการศึกษาระดับต้นที่ลงใน Transcript

คือ ประเทศอินโดนีเซีย ฟิลิปปินส์ มาเลเซีย ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความพร้อมสู่การเป็นประชาคมอาเซียน ในการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรม โดยใช้ศิลปวัฒนธรรม ดนตรีนาฏศิลป์ของแต่ละประเทศเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างกัน

ด้าน ผศ.ดร.บุญชาติ ทองประยูร รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ และวิจัย กล่าวว่า มหาวิทยาลัยรามคำแหงมีความยินดีอย่างยิ่งที่คณะศิลปกรรมศาสตร์ ม.รามคำแหง ดำเนินการจัดกิจกรรมการแสดงดนตรีนาฏศิลป์นานาชาติ ครั้งที่ 2 ขึ้น ต้องขอขอบคุณคณะศิลปินจากประเทศอาเซียนและนานาชาติ ทั้ง 6 ประเทศ และขอบคุณมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่เป็นผู้ประสานงานหลักในการเชิญคณะนักแสดงร่วมแสดงในครั้งนี้ (อ่านต่อหน้า 11)



สวัสดีครับ ลูกศิษย์ครับ สัปดาห์นี้ เป็นสัปดาห์ที่กำลังน่าชื่นชมอยู่ในหลายเรื่อง เรื่องหนึ่งก็คือ ข่าวดีที่ว่าเราจะหนาวที่สุดเท่าที่เคยหนาวแล้วก็เป็นระยะเวลาอันพอสมควรเลยทีเดียว เห็นว่าจะหนาวไปจนถึงสิ้นเดือนกุมภาพันธ์ว่าอย่างนั้น แต่ก็ต้องดูต่อไปเพราะว่าดิน ฟ้า อากาศนั้นมีการเปลี่ยนแปลงได้ และเปลี่ยนแปลงได้เร็ว แต่ที่บอกว่ากำลังชื่นชมอยู่ทุกวัน ก็อยู่ในระหว่างแข่งขันกีฬาซีเกมส์ที่พม่า หรือ MYANMAR เราคาดกันว่าประเทศไทยน่าจะจะได้เหรียญทองมากที่สุด แต่เหรียญทองมากน้อยแค่ไหน เพียงไรก็ไม่ขึ้นใจหรือคงตามเท่ากับการแสดงออกของความเป็นผู้นำนักกีฬาของนักกีฬาไทยในหลายการแข่งขันที่ครุฑติดตามชม ก็เป็นเรื่องที่ครุฑกล่าวได้ง่าย ๆ ว่านักกีฬาของเราดูว่ามีมารยาททีเดียว ที่พูดถึงกีฬา ก็อดพูดถึงสถิติไม่ได้ ที่จะพูดถึงสถิตินั้น อยากจะให้ลูกศิษย์ลองทดลองกับตนเองง่าย ๆ ก็คือลองถามตัวเองว่าเรามีสถิติอะไรสำหรับตัวเองบ้าง เช่น อ่านหนังสือเร็วขนาดไหน ได้กี่หน้า ในวิชาทางสังคมศาสตร์ โดยใช้เวลาไปเท่าไร หรือว่าเราเคยวิ่งแข่งขันในสมัยที่เป็นเด็ก เราวิ่งเก่งแค่ไหน มีสถิติใหม่ หรือพอมถึงชั้นมัธยม เคยลงเล่นกีฬาไหม มีสถิติให้กับตัวเองอะไรบ้าง หรือในทุกวันนี้ เราเคยเล่นกีฬาไหม เคยออกกำลังกายไหม ก็จดสถิติให้ตนเอง เช่นว่า สัปดาห์หนึ่งออกกำลังกาย 2 ครั้ง ครั้งละไม่ต่ำกว่ากี่นาที หรือว่าออกกำลังเป็นเวลาตายตัวไปว่าครั้งละกี่นาที

เราเคยมองตัวเราเองหรือไม่ว่า เราอาบน้ำวันหนึ่งกี่ครั้ง สัปดาห์หนึ่งกี่ครั้ง แล้วก็มีความเปลี่ยนแปลงอย่างไรบ้าง อันนี้ก็เป็นสถิติกว้าง ๆ หรืออย่างเราซื้อเสื้อผ้า เราชอบใช้เสื้อผ้าตามฤดูกาล หรือว่าใช้เสื้อผ้าในชุดหนึ่งก็อาจจะใช้ได้ถึง 2 ฤดูกาล หรือใช้เสื้อผ้าได้ทนทานแค่ไหน ประหยัดแค่ไหน อย่างนี้เป็นต้น

เราเคยรับประทานอาหารอย่างไร มีสถิติไหม เช่นว่า เราเคยรับประทานอาหารได้ขนาดเขาแข่งขันกันไหม ทานกล้วยเดี่ยวได้กี่ชาม ทานข้าวได้กี่จาน หรือว่าทานน้ำที่ดื่มอ้อมได้ก็มากน้อย อย่างนี้เป็นต้น แต่ต้องพูดขึ้นกลางไว้ก่อนว่า บรรดาสถิติทั้งหลายที่ครุฑกล่าวลงจดดูดี ลงเขียนดู ว่าตัวเราเองน่ารัก น่าชัง เพียงใด คำน่ารัก น่าชัง อันนี้หมายความว่าพูดไปในทางที่ดี เป็นเรื่องพูดทางบวก ไม่ใช่คำว้างที่แปลว่าเกลียด

ในการทำสถิตินั้น ต้องดูว่าสถิติเรื่องอะไร มีประโยชน์ต่อร่างกายหรือไม่ มีประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตหรือไม่ (อ่านต่อหน้า 11)