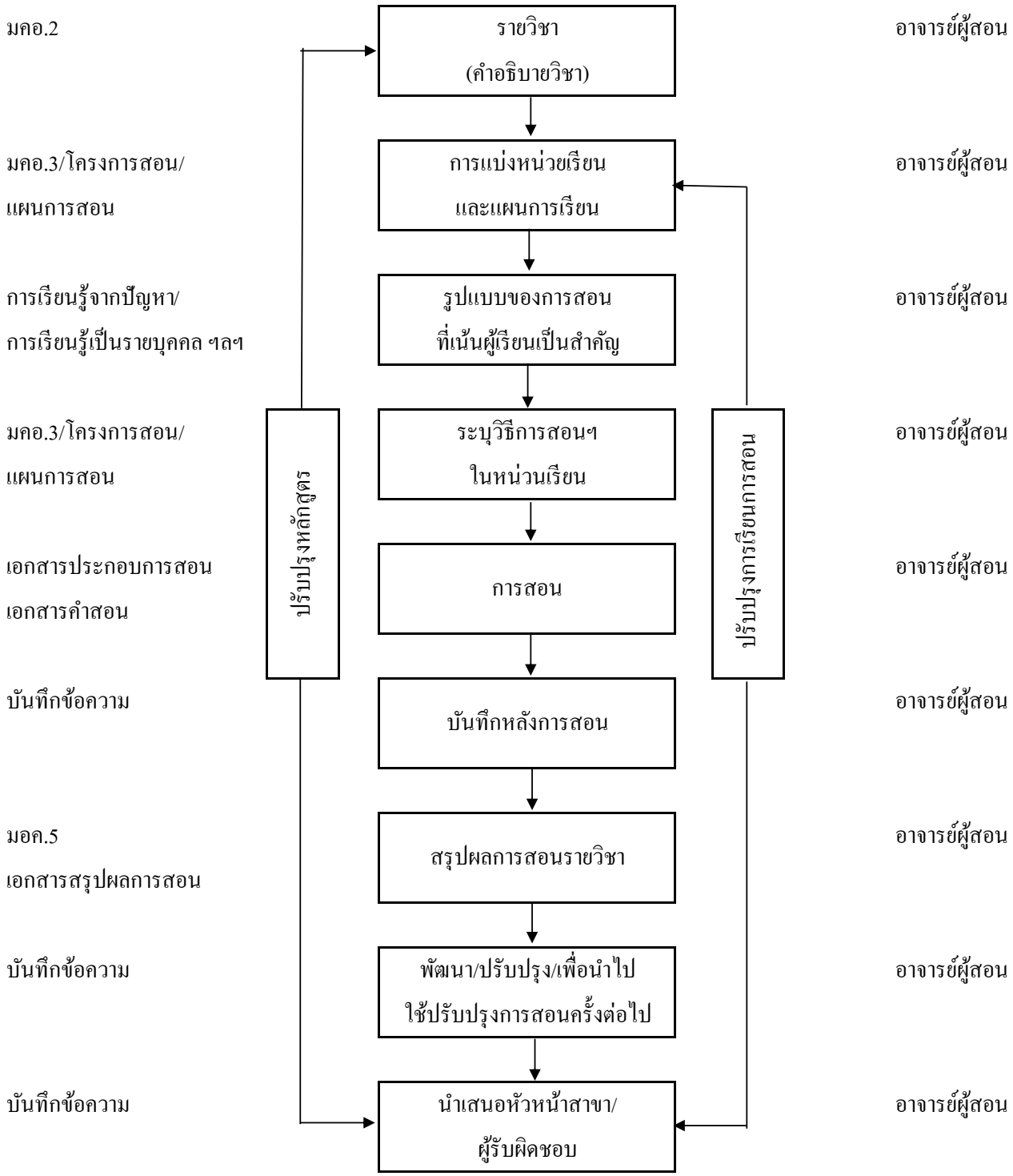ขั้นตอนการจัดเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ