

ภาคผนวก ค

หลักสูตรอาเซียนศึกษา เรื่อง อาหารประจำชาติอาเซียน  
กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี  
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย  
โรงเรียนโสตศึกษา

หลักสูตรอาเซียนศึกษา เรื่อง อาหารประจำชาติอาเซียน  
กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี  
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย  
โรงเรียนโสตศึกษา



สุภารัตน์ ผลมะม่วง

สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน  
ครุศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

## หลักสูตรอาเซียนศึกษา เรื่อง อาหารประจำชาติอาเซียน กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนโสตศึกษา

### หลักการ

หลักสูตรอาเซียนศึกษา เรื่อง อาหารประจำชาติอาเซียน กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนโสตศึกษา มีหลักการคือ มุ่งส่งเสริมการเรียนรู้ และเตรียมความพร้อมด้านทักษะดำรงชีวิตให้อยู่ได้บนความเปลี่ยนแปลง จะพัฒนานักเรียนโสตศึกษาให้เป็นส่วนหนึ่งที่มีศักยภาพ สามารถดำรงชีวิตในประเทศที่กำลังเกิดการเปลี่ยนแปลงที่ก้าวไปสู่สังคมยุคประชาคมอาเซียน ซึ่งได้แก่ การพัฒนาทักษะที่จำเป็นในชีวิตในเรื่องของการประกอบอาชีพ เพื่อให้นักเรียนโสตศึกษามีความพร้อมในการก้าวไกลในสังคมโลกอย่างมีเกียรติและศักดิ์ศรี ก้าวสู่สังคมอาเซียนได้อย่างเชื่อมั่น

### จุดมุ่งหมาย

จุดมุ่งหมายของหลักสูตรอาเซียนศึกษา เรื่อง อาหารประจำชาติอาเซียน กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนโสตศึกษามีดังต่อไปนี้

1. เพื่อให้นักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6 ได้เรียนรู้เกี่ยวกับอาหารประจำชาติอาเซียน
2. เพื่อให้มีทักษะในการประกอบอาหารประจำชาติอาเซียน
3. เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับอาหารประจำชาติอาเซียน

### โครงสร้าง

โครงสร้างเนื้อหาของหลักสูตรอาเซียนศึกษา เรื่อง อาหารประจำชาติอาเซียน กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนโสตศึกษา ประกอบด้วย

1. ความรู้เกี่ยวกับอาหารประจำชาติอาเซียน
  - 1.1 อาหารประจำชาติอาเซียนที่นิยม
  - 1.2 ส่วนประกอบของอาหารประจำชาติอาเซียนที่นิยม
2. การประกอบอาหารประจำชาติอาเซียน
  - 2.1 กาโต กาโต อาหารประจำประเทศอินโดนีเซีย
  - 2.2 นาซี เลอมัก อาหารประจำประเทศมาเลเซีย

- 2.3 อโดโบ้ อาหารประจำประเทศฟิลิปปินส์
  - 2.4 ลักซา อาหารประจำประเทศสิงคโปร์
  - 2.5 อัมบูยัต อาหารประจำประเทศบรูไนดารุสซาลาม
  - 2.6 สลัดหลวงพระบาง อาหารประจำประเทศลาว
  - 2.7 เปาะเปี๊ยะเวียดนาม อาหารประจำประเทศเวียดนาม
  - 2.8 หล่าเพ็ด อาหารประจำประเทศพม่า
  - 2.9 อาม็อก อาหารประจำประเทศกัมพูชา
  - 2.10 ต้มยำกุ้ง อาหารประจำประเทศไทย
3. การคำนวณค่าใช้จ่าย กำหนดราคาขาย และการจัดจำหน่าย

### คำอธิบายรายวิชา

คำอธิบายรายวิชา กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี (อาหารประจำชาติอาเซียน) ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาความรู้เกี่ยวกับอาหารประจำชาติอาเซียนที่ได้รับความนิยม ศึกษาส่วนประกอบของอาหารประจำชาติอาเซียน และปฏิบัติงานการประกอบอาหารประจำชาติอาเซียน จำนวน 10 ประเทศ ได้แก่ 1) กาโต กาโต อาหารประจำประเทศอินโดนีเซีย 2) นาซี เลอมัก อาหารประจำประเทศมาเลเซีย 3) อโดโบ้ อาหารประจำประเทศฟิลิปปินส์ 4) ลักซา อาหารประจำประเทศสิงคโปร์ 5) อัมบูยัต อาหารประจำประเทศบรูไนดารุสซาลาม 6) สลัดหลวงพระบาง อาหารประจำประเทศลาว 7) เปาะเปี๊ยะเวียดนาม อาหารประจำประเทศเวียดนาม 8) หล่าเพ็ด อาหารประจำประเทศพม่า 9) อาม็อก อาหารประจำประเทศกัมพูชา 10) ต้มยำกุ้ง อาหารประจำประเทศไทย และการศึกษาเกี่ยวกับการคำนวณค่าใช้จ่าย กำหนดราคาขาย และการจัดจำหน่าย

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. บอกถึงอาหารประจำชาติอาเซียนที่นิยมได้
2. อธิบายถึงส่วนประกอบของการทำอาหารประจำชาติอาเซียนได้
3. อธิบายวิธีการอาหารประจำชาติอาเซียนได้
4. อธิบายถึงรสชาติของอาหารประจำชาติอาเซียนได้
5. ปฏิบัติการทำอาหารประจำชาติอาเซียนได้
6. คำนวณค่าใช้จ่ายและกำหนดราคาขายอาหารได้
7. อธิบายแนวทางการจัดจำหน่ายอาหารได้

## ขอข่ายเนื้อหา

ขอข่ายเนื้อหาของหลักสูตรอาเซียนศึกษา เรื่อง อาหารประจำชาติอาเซียน กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนโสตศึกษา มีรายละเอียดซึ่งประกอบไปด้วยเนื้อหาและเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ดังต่อไปนี้

หน่วยการเรียนรู้	แผนการจัดการเรียนรู้ที่	เรื่อง	เวลาเรียน (โดยประมาณ)		
			ทฤษฎี	ปฏิบัติ	รวม
ความรู้เกี่ยวกับอาหารประจำชาติอาเซียน	1	การประกอบอาหารประจำชาติอาเซียน	2 ชั่วโมง		2 ชั่วโมง
การประกอบอาหารประจำชาติอาเซียน	2	กาโต กาโต อาหารประจำประเทศอินโดนีเซีย	30 นาที	1.30 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง
	3	นาซิ เลอมัก อาหารประจำประเทศมาเลเซีย	30 นาที	1.30 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง
	4	อโตโป้ อาหารประจำประเทศฟิลิปปินส์	30 นาที	1.30 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง
	5	ลักซา อาหารประจำประเทศสิงคโปร์	30 นาที	1.30 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง
	6	อัมบูยัต อาหารประจำประเทศบรูไนดารุสซาลาม	30 นาที	1.30 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง
	7	อามีอก อาหารประจำประเทศกัมพูชา	30 นาที	1.30 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง
	8	สลัดหลวงพระบาง อาหารประจำประเทศลาว	10 นาที	50 นาที	1 ชั่วโมง

หน่วยการเรียนรู้	แผนการจัดการ การเรียนรู้ที่	เรื่อง	เวลาเรียน (โดยประมาณ)		
			ทฤษฎี	ปฏิบัติ	รวม
การประกอบ อาหารประจำชาติ อาเซียน	9	เปาะเปี๊ยะ เวียดนาม อาหาร ประจำประเทศ เวียดนาม	10 นาที	50 นาที	1 ชั่วโมง
	10	หล่าเฟ็ด อาหาร ประจำประเทศพม่า	10 นาที	50 นาที	1 ชั่วโมง
	11	ต้มยำกุ้ง อาหาร ประจำประเทศไทย	10 นาที	50 นาที	1 ชั่วโมง
การคำนวณ ค่าใช้จ่าย กำหนด ราคาขาย และ การจัดจำหน่าย	12	การคำนวณ ค่าใช้จ่าย กำหนด ราคาขาย และ การจัดจำหน่าย	1 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง
<b>รวม</b>			6.40 ชั่วโมง	13.20 ชั่วโมง	20 ชั่วโมง

### เวลาเรียน

หลักสูตรอาเซียนศึกษา เรื่อง อาหารประจำชาติอาเซียน กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนโสตศึกษา กำหนดเวลาเรียน 20 ชั่วโมง ใช้เวลาเรียน 10 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ชั่วโมง กำหนดเป็นภาคความรู้หรือภาคทฤษฎี 6 ชั่วโมง 40 นาที ภาคปฏิบัติ 13 ชั่วโมง 20 นาที ใช้เวลาเรียนที่กำหนดไว้ในหลักสูตรสถานศึกษา ชั้นพื้นฐาน โรงเรียนโสตศึกษาปานเลิศ จังหวัดลพบุรี ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2558

### แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

เพื่อให้การจัดการศึกษาตามหลักสูตรอาเซียนศึกษา เรื่อง อาหารประจำชาติอาเซียน กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนโสตศึกษา เป็นไปตามวัตถุประสงค์เบื้องต้น จึงกำหนดแนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. จัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอนยืดหยุ่นตามได้ตามสถานการณ์ของกิจกรรมการเรียนรู้

2. จัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยให้วิทยากรที่มีความชำนาญเข้ามามีส่วนร่วมในการถ่ายทอดความรู้ร่วมกับครู
3. จัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยคำนึงถึงความต้องการและความสนใจของนักเรียน
4. การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน โดยเน้นให้นักเรียนฝึกปฏิบัติจริง เรียนรู้จากสภาพจริงมีประสบการณ์ตรง สัมพันธ์กับธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม และมุ่งเน้นการทำงานเป็นกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนเกิดทักษะในการคิด การค้นคว้า แสวงหาความรู้ สร้างความรู้ด้วยตนเอง มีทักษะของการอยู่ร่วมกัน และทักษะของการทำงานร่วมกัน
5. จัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติจนเกิดทักษะและความชำนาญ มีความขยัน อดทน
6. วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดกิจกรรม ให้เน้นความประหยัด และใช้วัสดุอุปกรณ์ในท้องถิ่นให้มากที่สุด
7. ครูผู้สอนควรสอดแทรกคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ เช่น ความขยัน ความซื่อสัตย์ ความประหยัด ความอดทน และเจตคติที่ดีในการทำงาน
8. เปิดโอกาสให้นักเรียนได้วิจารณ์ และประเมินผลงานของตนเองและของเพื่อน
9. การทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ควรทดสอบโดยใช้แบบวัดผลสัมฤทธิ์ด้านความรู้ และทักษะในการปฏิบัติงาน

### สื่อและวัสดุอุปกรณ์

1. เอกสารประกอบการเรียนรู้
2. อุปกรณ์ฝึกปฏิบัติ
3. คอมพิวเตอร์
4. เครื่องฉายโปรเจคเตอร์
5. วีซีโอ

### การวัดผลและประเมินผล

การวัดและประเมินผลการพัฒนาหลักสูตรอาเซียนศึกษา เรื่อง อาหารประจำชาติอาเซียน กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนโสศรศึกษา ดังนี้

1. ประเมินก่อนเรียน - หลังเรียนโดยใช้แบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
2. ประเมินทักษะการปฏิบัติการประกอบอาหารประจำชาติอาเซียน โดยใช้แบบประเมินทักษะปฏิบัติการประกอบอาหารประจำชาติอาเซียน

3. ประเมินความคิดเห็นของนักเรียนโดยใช้แบบประเมินเจตคติต่อหลักสูตรอาเซียน  
ศึกษา เรื่อง อาหารประจำชาติอาเซียน



## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### 1. ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1.1 นักเรียนทำการทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียน จำนวน 20 ข้อ ใช้เวลา 10 นาที

1.2 ครูสนทนากับนักเรียนเรื่องของประเทศไทยเปิดประชาคมอาเซียน เราจะเตรียมตัวให้มีความพร้อมเพื่อต้อนรับการเข้าสู่ประชาคมอาเซียนอย่างไรบ้าง

1.3 ครูชี้แจงจุดประสงค์การเรียนรู้ตามหลักสูตรอาเซียนศึกษา เรื่อง อาหารประจำชาติอาเซียน แล้วเชื่อมโยงไปสู่แนวทางการประกอบอาชีพในยุคสู่ประชาคมอาเซียน

### 2. ขั้นสอน

2.1 ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ในการเรียนครั้งนี้ให้นักเรียนทราบ

2.2 ครูแจกรูปภาพอาหารพร้อมชื่ออาหารประจำประเทศต่าง ๆ ในอาเซียนให้นักเรียนได้ศึกษา แล้วตอบคำถามต่อไปนี้

2.2.1 จากรูปนักเรียนอยากรับประทานอาหารประจำชาติใด

2.2.2 ให้นักเรียนวิเคราะห์อาหารประจำชาติอาเซียนที่นักเรียนอยากรับประทานว่ามีส่วนประกอบอะไรบ้าง เมื่อเห็นจากภาพ

2.3 นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 6 กลุ่ม ร่วมกันศึกษาเกี่ยวกับอาหารประจำชาติอาเซียนที่นิยม กับส่วนประกอบของอาหารประจำชาติอาเซียนที่นิยม จากใบความรู้ที่ 1 เรื่องอาหารประจำชาติอาเซียน

2.4 นักเรียนเตรียมตัวออกมาอภิปรายถึงอาหารประจำชาติอาเซียน ในประเด็นดังต่อไปนี้

2.4.1 อาหารประจำชาติอาเซียนในแต่ละประเทศนั้นมีลักษณะเหมือนหรือคล้ายกับอาหารไทยชื่ออะไร จึงให้เหตุผล

2.4.2 อาหารประจำชาติอาเซียนในแต่ละประเทศมีส่วนประกอบอะไรบ้างที่นักเรียนรู้จัก สามารถจัดหาได้จากที่ใดอย่างไร และมีส่วนประกอบของอาหารใดบ้างที่นักเรียนไม่รู้จัก

2.5 นักเรียนออกมาอภิปรายที่ละกลุ่มหน้าชั้นเรียน

2.6 ครูอธิบายถึงลักษณะอาหารประจำชาติอาเซียนของแต่ละประเทศ แล้วเปรียบเทียบให้นักเรียนเห็นถึงลักษณะของอาหารประจำชาติอาเซียนมีความเหมือนกับอาหารชื่อใดของอาหารไทย

2.7 ครูอธิบายถึงส่วนประกอบของอาหารประจำชาติอาเซียน โดยมีภาพประกอบการอธิบาย

### 3. ขั้นสรุป



## ใบความรู้ที่ 1

# อาหารประจำชาติอาเซียน

## 1. กาโต กาโต อาหารประจำประเทศอินโดนีเซีย



กาโตกาโต (gado gado) หรือ โลเต็ก เป็นอาหารยอดนิยมของประเทศอินโดนีเซียประกอบไปด้วยผัก ทั้งผักสด ผักต้ม และผักลวก และธัญพืชหลายชนิด ราดด้วยซอสที่ทำจากถั่ว ทั้งแครอต มันฝรั่ง กะหล่ำปลี ถั่วงอก ถั่วเขียว ถั่วฝักยาว ขนุนอ่อน ผักกาดหอม นอกจากนี้ยังมีเต้าหู้ และไข่ต้มสุก และกินกับข้าวเกรียบทอดหลายชนิด เช่น กูรูปุก ซึ่งเป็นข้าวเกรียบกุ้งหรือปลา เอ็มบิง เป็นข้าวเกรียบไส้เมล็ดของผักเหมียง หรือจะกินกับเทมเป้ทอด หรือข้าวต้มแบบลนตงก็ได้ รับประทานกับซอสถั่วที่คล้ายกับซอสสะเต๊ะ ซึ่งประกอบด้วย กะปิ ถั่วลิสงบด กะทิ น้ำตาลโตนด พริกแดง กระเทียม กะทิ มะขามเปียก คำว่ากาโตนี้ ในภาษาอินโดนีเซียหมายถึงยำ

### ส่วนประกอบ

- |               |            |            |                |
|---------------|------------|------------|----------------|
| 1. น้ำราด     | 2. เต้าหู้ | 3. ไข่ต้ม  | 4. ถั่วงอก     |
| 5. บร็อคโคลี่ | 6. แครอต   | 7. เห็ดฟาง | 8. ข้าวโพดอ่อน |
| 9. กะหล่ำปลี  |            |            |                |

## 2. นาซี เลอแม็ก อาหารประจำประเทศมาเลเซีย



นาซี เลอแม็ก (Nasi Lemak) อาหารยอดนิยมของประเทศมาเลเซีย โดยนาซี เลอแม็ก จะเป็นข้าวหุงกับกะทิ และใบเตยทานพร้อมเครื่องเคียง 4 อย่าง ได้แก่ ปลากระตักทอดกรอบ แดงกواهั่น ไข่ต้มสุกและถั่วอบ ซึ่งนาซี เลอแม็กแบบดั้งเดิมจะห่อด้วยใบตอง และมักทานเป็นอาหารเช้าแต่ในปัจจุบัน กลายเป็นอาหารยอดนิยมที่ทานได้ทุกมื้อและแพร่หลายในประเทศเพื่อนบ้านอีกหลายแห่ง เช่น สิงคโปร์และภาคใต้ของไทยด้วย

ส่วนประกอบ

- |            |                     |                           |        |
|------------|---------------------|---------------------------|--------|
| 1. น่องไก่ | 2. น้ำพริกแกงกะหรี่ | 3. ข้าว                   | 4. ไข่ |
| 5. แดงกวา  | 6. ถั่ว             | 7. ปลาไส้ตันหรือปลากระตัก |        |

### 3. อโดโบ้ อาหารประจำประเทศฟิลิปปินส์



อโดโบ้ (Adobo) เป็นอาหารยอดนิยมของประเทศฟิลิปปินส์ ทำจากเนื้อหมูหรือเนื้อไก่ที่ผ่านการหมัก และปรุงรส โดยจะใส่น้ำส้มสายชู ซีอิ๊วขาว กระเทียมสับ ไบกระวาน พริกไทยดำ นำไปทำให้สุกโดยอบในเตาอบ หรือทอด แล้วนำมารับประทานกับข้าวสวยร้อนๆ

ในอดีตอาหารจานนี้เป็นที่นิยมในหมู่นักเดินทางเนื่องจากส่วนผสมของอโดโบ้สามารถเก็บรักษาไว้ได้นานเหมาะสำหรับพกไว้เป็นเสบียงอาหารระหว่างการเดินทาง ซึ่งปัจจุบัน อโดโบ้ได้กลายเป็นอาหารยอดนิยมที่นำมารับประทานกันได้ทุกที่ทุกเวลา

#### ส่วนประกอบ

- |                 |                |               |
|-----------------|----------------|---------------|
| 1. ไก่ หรือ หมู | 2. น้ำส้มสายชู | 3. พริกไทยป่น |
| 4. พริกไทยเม็ด  | 5. กระเทียม    | 6. ไบกระวาน   |
| 7. เกลือ        | 8. น้ำ         |               |

## 4. ลักซา อาหารประจำประเทศสิงคโปร์



ลักซา (Laksa) อาหารขึ้นชื่อของประเทศสิงคโปร์ ลักซามีลักษณะคล้ายก๋วยเตี๋ยวต้มยำใส่กะทิทำให้รสชาติเข้มข้น คล้ายคลึงกับข้าวซอยของไทย โดยลักซาจะมีส่วนผสมของ กุ้งแห้งพริก กุ้งต้ม และหอยแครง เหมาะสำหรับคนที่ชอบรับประทานอาหารทะเลเป็นอย่างยิ่งอย่างไรก็ตาม ลักซามีทั้งแบบที่ใส่กะทิ และไม่ใส่กะทิ ทว่าแบบที่ใส่กะทิจะเป็นที่นิยมมากกว่า

### ส่วนประกอบ

1. เส้นก๋วยเตี๋ยว
2. หมูสับ
3. กุ้งต้ม
4. ไข่ไก่ต้ม
5. เกี้ยวทอด
6. เครื่องปรุงรสต้มยำมะนาว
7. น้ำซุปล
8. กะทิ

## 5. อัมบูยัต อาหารประจำประเทศบรูไนดารุสซาลาม



อัมบูยัต (Ambuyat) จัดเป็นอาหารประจำชาติที่มีชื่อเสียงที่สุดของบรูไนดารุสซาลาม มีลักษณะคล้ายกับข้าวต้มหรือโจ๊ก มีส่วนผสมของแป้งสาลีเป็นหลัก ตัวแป้งอัมบูยัตเอง ไม่มีรสชาติ แต่ความอร่อยจะอยู่ที่การจิ้มกับซอสผลไม้ที่มีรสเปรี้ยว โดยทั่วไปอัมบูยัต คือ อาหารที่รับประทานแทนข้าว โดยจะอาหารจานหลักและเครื่องเคียงอย่างน้อย 3 อย่างวางอยู่โดยรอบ เช่น ผักสด เนื้อห่อใบตองย่างหรือเนื้อทอด ทั้งนี้ การรับประทานอัมบูยัตให้ได้รสชาติ ต้องรับประทานต้อนร้อน ๆ จึงจะดีที่สุด

### ส่วนประกอบ

- |                 |           |
|-----------------|-----------|
| 1. แป้งสาลี     | 2. ปลาทอด |
| 3. เครื่องเคียง | 4. ผักสด  |

## 6. สลัดหลวงพระบาง อาหารประจำประเทศลาว



สลัดหลวงพระบาง (Luang Prabang Salad) เป็นอาหารขึ้นชื่ออีกชนิดหนึ่ง เนื่องจากมีรสชาติกลาง ๆ ทำให้รับประทานได้ทั้งชาวตะวันออก และตะวันตก โดยส่วนประกอบสำคัญคือ ผักน้ำ ซึ่งเป็นผักป่าที่ขึ้นตามริมธารน้ำไหล และยังมีส่วนประกอบอื่น ๆ เช่น มันแกว แตงกวา มะเขือเทศ ไข่ต้ม ผักกาดหอม และหมูสับ ลวกสุก ส่วนวิธีปรุงรสคือ ราดด้วยน้ำสลัดชนิดใส คลุกส่วนผสมทั้งหมดเข้าด้วยกัน แล้วโรยหน้าด้วยกระเทียมเจียว และถั่วลิสงคั่ว

ส่วนประกอบ

- |                           |                   |              |                 |
|---------------------------|-------------------|--------------|-----------------|
| 1. น้ำสลัด                | 2. ไข่ต้ม         | 3. หมูสับ    | 4. หอมแดง เจียว |
| 5. กระเทียม เจียว         | 6. ถั่วลิสงคั่วบด | 7. ผักกาดหอม | 8. ผักกาดแก้ว   |
| 9. ผักน้ำ หรือ Watercress | 10. มะเขือเทศ     | 11. แตงกวา   |                 |

## 7. เปาะเปี๊ยะเวียดนาม อาหารประจำประเทศเวียดนาม



เปาะเปี๊ยะเวียดนาม (Vietnamese Spring Rolls) ถือเป็นหนึ่งในอาหารพื้นเมืองที่โด่งดังที่สุดของประเทศเวียดนามความอร่อยของเปาะเปี๊ยะเวียดนาม อยู่ที่การนำแผ่นแป้งซึ่งทำจากข้าวเจ้ามาห่อไส้ซึ่งอาจจะเป็นไก่ หมู กุ้ง หรือหมูยอ โดยนำมาพร้อมกับผักสมุนไพรอีกหลายชนิด เช่นสะระแหน่ ผักกาดหอม และนำมารับประทานคู่กับน้ำจิ้มหวาน โดยจะมีถั่วคั่ว แครอทซอยไชเท้าซอย ให้เติมตามใจชอบ และบางครั้งอาจมีเครื่องเคียงอย่างอื่นเพิ่มด้วย

ส่วนประกอบ

- |               |                     |             |
|---------------|---------------------|-------------|
| 1. เนื้อหมู   | 2. ใบเมี่ยงเวียดนาม | 3. ใบโหระพา |
| 4. ใบสะระแหน่ | 5. ผักกาดหอม        | 6. น้ำจิ้ม  |

## 8. หล่ำเพ็ด อาหารประจำประเทศพม่า



หล่ำเพ็ด (Lahpet) เป็นอาหารยอดนิยมของพม่า โดยการนำใบชาหมักมาทานกับเครื่องเคียง เช่น กระเทียมเจียว ถั่วชนิดต่าง ๆ งาคั่ว กุ้งแห้ง ชিং มะพร้าวคั่ว เรียกได้ว่า มีลักษณะคล้ายคลึงกับเมี่ยงคำของประเทศไทย ซึ่งหล่ำเพ็ดนี้ จะเป็นเมนูอาหารที่ขาดไม่ได้ในโอกาสพิเศษหรือเทศกาลสำคัญ ๆ ของประเทศพม่า โดยกล่าวกันว่า หากงานเลี้ยง หรืองานเฉลิมฉลองใด ไม่มีหล่ำเพ็ด จะถือว่าการนั้นเป็นงานที่ขาดความสมบูรณ์ไปเลยทีเดียว

### ส่วนประกอบ

- |                     |                      |                      |               |
|---------------------|----------------------|----------------------|---------------|
| 1. ใบชาหมัก         | 2. ถั่วลิสงคั่ว      | 3. งาขาวคั่ว         | 4. กะหล่ำปลี  |
| 5. กระเทียม         | 6. มะเขือเทศ         | 7. กุ้งแห้ง          | 8. ชিংอ่อนซอย |
| 9. มะพร้าวคั่ว      | 10. ถั่วปากอ้าอบ     | 11. เมล็ดทานตะวันอบ  |               |
| 12. หอมแดงเจียว     | 13. กระเทียมซอยเจียว | 14. ถั่วเหลืองซีกทอด |               |
| 15. พริกชี้หูแดงซอย | 16. น้ำมะนาว         | 17. น้ำมันถั่วลิสง   |               |

## 9. อาม็อก อาหารประจำประเทศกัมพูชา



อาม็อก เป็นอาหารคาวยอดนิยมของกัมพูชามีลักษณะคล้ายห่อหมกของไทย โดยเป็นการนำเนื้อปลาสด ๆ ลวกพริกเครื่องแกง และกะทิแล้วทำให้สุกโดยการนำไปนึ่ง ซึ่งนอกจากจะใช้เนื้อปลาแล้วอาจเลือกใช้น้ำไก่แทนก็ได้ ส่วนสาเหตุที่คนในประเทศกัมพูชานิยมรับประทานปลาเนื่องจากสภาพภูมิประเทศของกัมพูชา มีแหล่งน้ำอุดมสมบูรณ์ทำให้ปลาเป็นอาหารที่หารับประทานได้ง่ายนั่นเอง

### ส่วนประกอบ

- |              |                 |             |            |
|--------------|-----------------|-------------|------------|
| 1. ไข่ไก่    | 2. กะทิสด       | 3. พริกแกง  | 4. ใบยอ    |
| 5. ปลาน้ำจืด | 6. พริก         | 7. ใบมะกรูด | 8. เกลือ   |
| 9. น้ำตาล    | 10. กระทงสี่มุม | 11. ข้าวสวย | 12. หอมซอย |

## 10. ต้มยำกุ้ง อาหารประจำประเทศไทย



ต้มยำกุ้งเมนูอาหารไทยที่ทั่วโลกรู้จักกันดีใครที่ได้มาเที่ยวที่เมืองไทยต้องลองทานกันทุกคน ด้วยรสชาติที่เผ็ดร้อนเข้มข้นและกลมกล่อมซึ่งเป็นเอกลักษณ์ของต้มยำกุ้งนี้ทำให้ใครๆ หลายคนติดใจจนกลับไปพูดกันปากต่อปากว่ามาประเทศไทยต้องทานต้มยำกุ้ง ต้มยำกุ้ง เมืองไทย มี 2 ชนิด คือ ต้มยำกุ้งน้ำข้น (ใส่กะทิ) และน้ำใส (ไม่ใส่กะทิ) เคล็ดลับความอร่อยของต้มยำกุ้งน้ำข้น คือ พริกชี้หูปั่นทอดกับกระเทียมเพราะจะทำให้น้ำซุ้ปเผ็ดหอมค่ะ

### ส่วนประกอบ

- |          |                   |              |               |
|----------|-------------------|--------------|---------------|
| 1. กุ้ง  | 2. เห็ดฟาง        | 3. พริกชี้หู | 4. ใบมะกรูด   |
| 5. ข่า   | 6. ตะไคร้         | 7. ผักชี     | 8. น้ำพริกเผา |
| 9. มะนาว | 10. กะทิหรือนมข้น |              |               |

## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย  
 หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง การประกอบอาหารประจำชาติอาเซียน  
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง กาโด กาโด อาหารประจำประเทศอินโดนีเซีย เวลา 2 ชั่วโมง

.....

### มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ง 4.1 เข้าใจ มีทักษะที่จำเป็น มีประสบการณ์ เห็นแนวทางในงานอาชีพ ใช้เทคโนโลยีเพื่อพัฒนาอาชีพ มีคุณธรรม และมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ

### จุดประสงค์การเรียนรู้

#### 1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 อธิบายถึงส่วนประกอบของกาโด กาโด ได้
- 1.2 อธิบายวิธีทำ กาโด กาโด ได้
- 1.3 อธิบายถึงรสชาติของกาโด กาโด ได้
- 1.4 ปฏิบัติการทำ กาโด กาโด ได้

#### 2. ทักษะกระบวนการ

กระบวนการทำงานกลุ่ม

#### 3. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มุ่งมั่นในการทำงาน

### สาระสำคัญ

กาโด กาโด (Gado Gado) อาหารยอดนิยมของประเทศอินโดนีเซีย ประกอบไปด้วย ผัก และธัญพืชหลากหลายชนิด ทั้งแครอท มันฝรั่ง กะหล่ำปลี ถั่วงอก ถั่วเขียว นอกจากนี้ยังมี เต้าหู้ และไข่ต้มสุกด้วย กาโด กาโดจะนำมารับประทานกับซอสถั่วที่คล้ายกับซอสสะเต๊ะ อย่างไรก็ตาม ด้วยเครื่องสมุนไพรในซอส อาทิ รากผักชี หอมแดง กระเทียม ตะไคร้ ทำให้เมื่อรับประทานแล้วจะรู้สึกเลี่ยนกะทิมากจนเกินไปนั่นเอง

### สาระการเรียนรู้

การทำ กาโด กาโด อาหารประจำชาติอินโดนีเซีย

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### 1. ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1.1 ครูแนะนำอาหาร กาโต กาโต ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติอินโดนีเซีย ที่ครูนำมาให้นักเรียนลองชิมคนละ 1-2 คำ เพื่อให้นักเรียนได้รับรู้รสชาติของอาหาร กาโต กาโต

1.2 ครูถามนักเรียนเมื่อได้ชิมรสชาติของกาโต กาโต แล้ว เป็นอย่างไร มีรสชาติใดและเหมือนอาหารอะไรที่นักเรียนเคยกินมา

### 2. ขั้นสอน

2.1 ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ในการเรียนครั้งนี้ให้นักเรียนทราบ

2.2 นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 6 กลุ่ม ร่วมกันศึกษาวิธีทำ กาโต กาโต อาหารประจำชาติอินโดนีเซีย จากใบความรู้ที่ 2 เรื่อง กาโต กาโต อาหารประจำชาติอินโดนีเซีย

2.3 ครูอธิบายถึงวิธีการทำกาโต กาโต โดยใช้คลิปวิดีโอการทำกาโต กาโต เป็นสื่อในการอธิบาย

2.4 ครูเริ่มสาธิตการทำ กาโต กาโต อาหารประจำชาติอินโดนีเซีย โดยให้นักเรียนฝึกทำตามการสาธิตของครูไปพร้อมๆ กัน

2.5 เมื่อทำ กาโต กาโต เสร็จแล้ว ครูสาธิตวิธีจัดใส่จานตกแต่งให้สวยงาม พร้อมทั้งจะเสิร์ฟเพื่อรับประทาน

2.6 นักเรียนนำเสนอผลงานที่เสร็จเรียบร้อยแล้ว

2.7 ครูชิมรสชาติของผลงานการทำ กาโต กาโต ของนักเรียนแต่ละกลุ่ม พร้อมให้คำแนะนำ ทิชม และให้คะแนน

2.8 นักเรียนผลัดกันชิมรสชาติผลงานการทำ กาโต กาโต ของกลุ่มเพื่อนๆ และให้คะแนนกลุ่มเพื่อน

2.9 ครูประกาศผลคะแนนที่นักเรียนให้คะแนนกลุ่มเพื่อนๆ ว่ากลุ่มใดได้คะแนนสูงสุด พร้อมให้คำแนะนำ

### 3. ขั้นสรุป

3.1 นักเรียนและครูร่วมกันสรุปวิธีทำ กาโต กาโต อาหารประจำชาติอินโดนีเซียให้มีรสชาติที่อร่อย และคงรสชาติให้เหมือนหรือใกล้เคียงต้นตำหรับ

3.2 ครู-นักเรียนสนทนากันเกี่ยวกับการเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ที่จะใช้ในทำนาชิ เลอมัก ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติมาเลเซีย ที่จะเรียนในชั่วโมงต่อไป เพื่อให้นักเรียนจัดเตรียมได้ถูกต้องและครบถ้วน

## สื่อการเรียนการสอน

1. ใบความรู้ที่ 2 เรื่อง กาโต กาโต อาหารประจำชาติอินโดนีเซีย

2. คลิปวิดีโอการทำกาโต กาโต



## ใบความรู้ที่ 2

### วิธีการทำ กาโต กาโต อาหารประจำประเทศอิน

กาโต กาโต (Gado Gado) อาหารยอดนิยมของประเทศอินโดนีเซีย ประกอบไปด้วย ผัก และธัญพืชหลากหลายชนิดคะ ทั้งแครอท มันฝรั่ง กะหล่ำปลี ถั่วงอก ถั่วเขียว นอกจากนี้ยังมีเต้าหู้ และไข่ต้มสุกอีกด้วย



กาโต กาโตนั้น จะนำมารับประทานกับซอสถั่วที่คล้ายกับซอสสะเต๊ะ อย่างไรก็ตาม ด้วยเครื่องสมุนไพรในซอส อาทิ รากผักชี หอมแดง กระเทียม ตะไคร้ ทำให้เมื่อรับประทานแล้ว จะไม่รู้สึกลื่นกะทิมากเกินไปนั่นเอง



ผักที่นำมาลวก

- |                                  |               |               |
|----------------------------------|---------------|---------------|
| 1) ถั่วงอก                       | 2) ถั่วฝักยาว | 3) ผักบุ้ง    |
| 4) ผักกาดขาว หรือ ผักอย่างอื่น ๆ | 5) แดงร้านซอย | 6) เต้าหู้ทอด |
| 7) ไข่ต้ม                        |               |               |

ส่วนน้ำซอส หรือ น้ำสลัด ก็เป็น น้ำจิ้มหมูสะเต๊ะ หรือ Peanut Sauce.

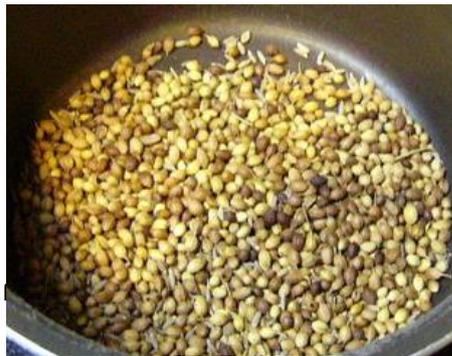
ส่วนประกอบ น้ำจิ้มหมูสะเต๊ะ

- |                                      |                                      |                  |
|--------------------------------------|--------------------------------------|------------------|
| 1) พริกชี้ฟ้าแห้ง 10 ดอก แช่น้ำ      | 2) ตะไคร้ 2 ต้น                      | 3) หอมแดง 10 หัว |
| 4) กระเทียมโทน 5 กลีบใหญ่ หรือ 2 หัว | 5) ข่า 3 แว่น                        | 6) ขมิ้น 1 นิ้ว  |
| 7) เม็ดผักชี 1 ช้อน                  | 8) ยี่ห่วย 1/2 ช้อน                  | 9) กะปิ 1 ช้อน   |
| 10) หัวกระเทียม 1/2 กก.              | 11) ถั่วลิสงป่น 150 กรัม หรือ 1 ถ้วย |                  |



ส่วนประกอบของซอส

โดยเราจะนำส่วนผสมทั้งหมดมาบด หรือปั่นเขาด้วยกนทะเละเอียด



เม็ด

ยด



ที่บดละเอียด



ใส่น้ำมัน 2 ช้อนในหม้อ ใส่ลูกผักชี ยี่หระที่บดลงไป พอเริ่มมีกลิ่นหอม ให้เทเครื่องแกงลงไปผัดทันที เติมหัวกระทิ ลงไปด้วย 1/2 ถ้วย ผัดจนแตกมันหอม จากนั้น เติมหัวกระทิที่เหลือลงไป ถั่วป่นปรุงรส หวานด้วยน้ำตาลปึก เค็มด้วยเกลือ และ ใส่น้ำส้มมะขามเปียกลงไปด้วยให้ มีรสเปรี้ยวเล็กน้อย (นิดเดียว) น้ำจิ้มสะเต๊ะสูตรนี้ จะมีกลิ่นหอมของเม็ดผักชี ยี่หระค่ะ จากนั้นเราก็จะได้น้ำสะเต๊ะ



จัดการเรียงผัก นำผักทั้งหลายที่เตรียมไว้ นำไปลวก หรืออาจจะมีผักสดแถมด้วยน้ำเต้าหู้ทอด ไข่ต้ม มาเรียงให้สวยงามจัดการนำน้ำสะเต๊ะ ราดลงไปในงานได้เลย



กาโต กาโต อาหารประจำชาติอินโดนีเซีย

### แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย  
 หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง การประกอบอาหารประจำชาติอาเซียน  
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง นาชิ เลอแม็ก อาหารประจำประเทศมาเลเซีย เวลา 2 ชั่วโมง

.....  
 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ง 4.1 เข้าใจ มีทักษะที่จำเป็น มีประสบการณ์ เห็นแนวทางในงานอาชีพ ใช้เทคโนโลยีเพื่อพัฒนาอาชีพ มีคุณธรรม และมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ

### จุดประสงค์การเรียนรู้

#### 1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 อธิบายถึงส่วนประกอบของนาซี เลอมัก ได้
- 1.2 อธิบายวิธีทำนาซี เลอมัก ได้
- 1.3 อธิบายถึงรสชาติของนาซี เลอมัก ได้
- 1.4 ปฏิบัติการทำนาซี เลอมัก ได้

#### 2. ทักษะกระบวนการ

กระบวนการทำงานกลุ่ม

#### 3. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มุ่งมั่นในการทำงาน

### สาระสำคัญ

นาซี เลอมัก (Nasi Lemak) อาหารยอดนิยมของประเทศมาเลเซีย โดยนาซี เลอมัก จะเป็นข้าวหุงกับกะทิ และใบเตยทานพร้อมเครื่องเคียง 4 อย่าง ได้แก่ ปลากระตักทอดกรอบ แต่งกว่าหั่น ไข่ต้มสุกและถั่วอบ ซึ่งนาซี เลอมักแบบดั้งเดิมจะห่อด้วยใบตอง และมักทานเป็นอาหารเช้าแต่ในปัจจุบัน กลายเป็นอาหารยอดนิยมที่ทานได้ทุกมื้อและแพร่หลายในประเทศเพื่อนบ้านอีกหลายแห่ง เช่น สิงคโปร์และภาคใต้ของไทยด้วย

### สาระการเรียนรู้

การทำ นาซี เลอมัก อาหารประจำชาติมาเลเซีย

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### 1. ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1.1 ครูแนะนำอาหาร นาซี เลอแม็ก ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติมาเลเซีย ที่ครูนำมาให้นักเรียนลองชิมคนละ 1-2 คำ เพื่อให้นักเรียนได้รับรู้รสชาติของอาหาร นาซี เลอแม็ก

1.2 ครูถามนักเรียนเมื่อได้ชิมรสชาติของนาซี เลอแม็ก แล้ว เป็นอย่างไร มีรสชาติใดและเหมือนอาหารอะไรที่นักเรียนเคยกินมา

### 2. ขั้นสอน

2.1 ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ในการเรียนครั้งนี้ให้นักเรียนทราบ

2.2 นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 6 กลุ่ม ร่วมกันศึกษาวิธีทำ นาซี เลอแม็ก อาหารประจำชาติมาเลเซีย จากใบความรู้ที่ 3 เรื่อง นาซี เลอแม็ก อาหารประจำชาติมาเลเซีย

2.3 ครูอธิบายถึงวิธีการทำนาซี เลอแม็ก โดยใช้คลิปวิดีโอการทำนาซี เลอแม็ก เป็นสื่อในการอธิบาย

2.4 ครูเริ่มสาธิตการทำ นาซี เลอแม็ก อาหารประจำชาติมาเลเซีย โดยให้นักเรียนฝึกทำตามการสาธิตของครูไปพร้อมๆ กัน

2.5 เมื่อทำ นาซี เลอแม็ก เสร็จแล้ว ครูสาธิตวิธีจัดใส่จานตกแต่งให้สวยงาม พร้อมทั้งจะเสิร์ฟเพื่อรับประทาน

2.6 นักเรียนนำเสนอผลงานที่เสร็จเรียบร้อยแล้ว

2.7 ครูชิมรสชาติของผลงานการทำ นาซี เลอแม็ก ของนักเรียนแต่ละกลุ่ม พร้อมให้คำแนะนำ ทิชม และให้คะแนน

2.8 นักเรียนผลัดกันชิมรสชาติผลงานการทำ นาซี เลอแม็ก ของกลุ่มเพื่อนๆ และให้คะแนนกลุ่มเพื่อน

2.9 ครูประกาศผลคะแนนที่นักเรียนให้คะแนนกลุ่มเพื่อนๆ ว่ากลุ่มใดได้คะแนนสูงสุด พร้อมให้คำแนะนำ

### 3. ขั้นสรุป

3.1 นักเรียนและครูร่วมกันสรุปวิธีทำ นาซี เลอแม็ก อาหารประจำชาติมาเลเซียให้มีรสชาติที่อร่อย และคงรสชาติให้เหมือนหรือใกล้เคียงต้นตำหรับ

3.2 ครู-นักเรียนสนทนากันเกี่ยวกับการเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ที่จะใช้ในทำาโดโบ้ ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติฟิลิปปินส์ ที่จะเรียนในชั่วโมงต่อไป เพื่อให้นักเรียนจัดเตรียมได้ถูกต้องและครบถ้วน

## สื่อการเรียนรู้การสอน

1. ใบความรู้ที่ 3 เรื่อง นาซี เลอแม็ก อาหารประจำชาติมาเลเซีย

2. คลิปวีดีโอการทำนาซี เลอแม็ก



### ใบความรู้ที่ 3

#### วิธีการทำ นาซี เลอมัก อาหารประจำประเทศมาเลเซีย

อาหารยอดนิยมของประเทศมาเลเซีย โดยนาซี เลอมัก จะเป็นข้าวหุงกับกะทิ และใบเตย ทานพร้อมเครื่องเคียง 4 อย่าง ได้แก่ ปลากระตักทอดกรอบ แดงกวางหั่น ไข่ต้มสุก และถั่วอบ ซึ่งนาซี เลอมักแบบดั้งเดิมจะห่อด้วยใบตอง และมักทานเป็นอาหารเช้า แต่ในปัจจุบันกลายเป็นอาหารยอดนิยมที่ทานได้ทุกมื้อ และแพร่หลายในประเทศเพื่อนบ้านอีกหลายแห่ง เช่น สิงคโปร์ และภาคใต้ของไทยด้วย



#### ส่วนประกอบ (ข้าว)

1. กะทิ 2 1/2 ถ้วยตวง
2. ใบเตย 4-5 ใบ
3. ขิงทุบ 7-8 แว่น พอแหลก
4. เกลือป่นหยาบ 1 ช้อนชา
5. ข้าวสารหอมมะลิ 1 1/2 ถ้วยตวง
6. ข้าวเหนียวเขี้ยวงู 1/2 ถ้วยตวง

#### เครื่องเคียงที่ทานกับข้าว

1. ถั่วทอด
2. ปลาตัวเล็กทอดกรอบ
3. ไข่ทอด หรือ ไข่ต้ม
4. ปีกไก่ทอด
5. แดงกวาง

### ส่วนผสมน้ำพริกเซมบอล (Sambal)

1. หัวหอมใหญ่สับ  $\frac{1}{4}$  ถ้วยตวง
2. กระเทียม 5 กลีบ
3. พริกชี้ฟ้าแดงสับ 8 เม็ด
4. เนื้อปลาอินทรีเค็มทอด  $\frac{1}{4}$  ถ้วยตวง
6. กะปิ 2 ช้อนชา
7. กุ้งแห้งป่น 2 ช้อนโต๊ะ
8. น้ำตาลทราย 1 ช้อนโต๊ะ
9. มะขามเปียก  $\frac{1}{4}$  ถ้วยตวง

### วิธีทำ

1. แช่วัวเหี่ยวด้วยน้ำอุ่นประมาณ 30 นาที จากนั้นรินน้ำทิ้ง นำข้าวหอมมะลิลงชามพร้อมกันพักไว้ให้สะเด็ดน้ำ นำใส่หม้อหุงข้าว
2. ผสมกะทิ เกลือป่น คนให้ละลาย เทใส่หม้อหุงข้าว ใส่ใบเตยและขิง แล้วนำไปหุงจนสุก
3. บดหอมหัวใหญ่ กระเทียม และพริกชี้ฟ้าจนละเอียด จึงใส่เนื้อปลาอินทรี กุ้งแห้งป่น และกะปิบดจนเป็นเนื้อเดียวกัน
4. นำส่วนผสมในข้อที่ 3 ลงผัดโดยไม่ต้องใส่น้ำมัน ผัดจนมีกลิ่นหอม ปรงรสด้วยน้ำตาลทราย และน้ำมะขามเปียก ผัดจนเข้ากันดี ยกลงใส่ถ้วย รับประทานพร้อมข้าวมัน ไข่ต้ม ปลาตัวเล็ก แดงกว่า ไก่ทอด ถั่วลิสงทอด

## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย  
 หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง การประกอบอาหารประจำชาติอาเซียน  
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง อโดโบ้ อาหารประจำประเทศฟิลิปปินส์ เวลา 2 ชั่วโมง

### มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ง 4.1 เข้าใจ มีทักษะที่จำเป็น มีประสบการณ์ เห็นแนวทางในงานอาชีพ ใช้เทคโนโลยีเพื่อพัฒนาอาชีพ มีคุณธรรม และมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ

### จุดประสงค์การเรียนรู้

#### 1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 อธิบายถึงส่วนประกอบของอโดโบ้ ได้
- 1.2 อธิบายวิธีทำอโดโบ้ ได้
- 1.3 อธิบายถึงรสชาติของอโดโบ้ ได้
- 1.4 ปฏิบัติการทำอโดโบ้ ได้

#### 2. ทักษะกระบวนการ

กระบวนการทำงานกลุ่ม

#### 3. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มุ่งมั่นในการทำงาน

### สาระสำคัญ

อโดโบ้ (Adobo) เป็นอาหารยอดนิยมของประเทศฟิลิปปินส์ ทำจากเนื้อหมู หรือเนื้อไก่ที่ผ่านการหมัก และปรุงรส โดยจะใส่น้ำส้มสายชู ซีอิ๊วขาว กระเทียมสับ ใบกระวานพริกไทยดำ นำไปทำให้สุกโดยอบในเตาอบ หรือทอด แล้วนำมารับประทานกับข้าวสวยร้อนๆ

### สาระการเรียนรู้

การทำอโดโบ้ อาหารประจำชาติฟิลิปปินส์

### การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

#### 1. ช้่นนำเข้าสู่บทเรียน

1.1 ครูแนะนำอาหาร อโดโบ้ ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติฟิลิปปินส์ ที่ครูนำมาให้นักเรียนลองชิมคนละ 1-2 คำ เพื่อให้ให้นักเรียนได้รับรู้รสชาติของอาหาร อโดโบ้

1.2 ครูถามนักเรียนเมื่อได้ชิมรสชาติของอโดโบ้ แล้วเป็นอย่างไร มีรสชาติใด และเหมือนอาหารอะไรที่นักเรียนเคยกินมา

## 2. ขั้นสอน

2.1 ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ในการเรียนครั้งนี้ให้นักเรียนทราบ

2.2 นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 6 กลุ่ม ร่วมกันศึกษาวิธีทำอโดโบ้ อาหารประจำชาติฟิลิปปินส์ จากใบความรู้ที่ 4 เรื่อง อโดโบ้ อาหารประจำชาติฟิลิปปินส์

2.3 ครูอธิบายถึงวิธีการทำอโดโบ้ โดยใช้คลิปวิดีโอการทำอโดโบ้ เป็นสื่อในการอธิบาย

2.4 ครูเริ่มสาธิตการทำ อโดโบ้ อาหารประจำชาติฟิลิปปินส์ โดยให้นักเรียนฝึกทำตามการสาธิตของครูไปพร้อมๆ กัน

2.5 เมื่อทำ อโดโบ้ เสร็จแล้ว ครูสาธิตวิธีจัดใส่จานตกแต่งให้สวยงาม พร้อมทั้งจะเสิร์ฟเพื่อรับประทาน

2.6 นักเรียนนำเสนอผลงานที่เสร็จเรียบร้อยแล้ว

2.7 ครูชิมรสชาติของผลงานการทำอโดโบ้ ของนักเรียนแต่ละกลุ่ม พร้อมทั้งให้คำแนะนำ ทิชม และให้คะแนน

2.8 นักเรียนผลัดกันชิมรสชาติผลงานการทำ อโดโบ้ ของกลุ่มเพื่อนๆ และให้คะแนนกลุ่มเพื่อน

2.9 ครูประกาศผลคะแนนที่นักเรียนให้คะแนนกลุ่มเพื่อนๆ ว่ากลุ่มใดได้คะแนนสูงสุด พร้อมทั้งให้คำแนะนำ

## 3. ขั้นสรุป

3.1 นักเรียนและครูร่วมกันสรุปวิธีทำอโดโบ้ อาหารประจำชาติฟิลิปปินส์ให้มีรสชาติที่อร่อย และคงรสชาติให้เหมือนหรือใกล้เคียงต้นตำหรับ

3.2 ครู-นักเรียนสนทนากันเกี่ยวกับการเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ที่จะใช้ในทำอาหาร ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติสิงคโปร์ ที่จะเรียนในชั่วโมงต่อไป เพื่อให้นักเรียนจัดเตรียมได้ถูกต้องและครบถ้วน

## สื่อการเรียนการสอน

1. ใบความรู้ที่ 4 เรื่อง อโดโบ้ อาหารประจำชาติฟิลิปปินส์
2. คลิปวิดีโอการทำ อโดโบ้
3. วัสดุ – อุปกรณ์การทำ อโดโบ้
4. แบบประเมินการปฏิบัติงานเป็นรายบุคคล และรายกลุ่ม

## การวัดผลและประเมินผล

วิธีการประเมินผลการเรียนรู้	เครื่องมือประเมินผลการเรียนรู้
- การประเมินการปฏิบัติงานเป็นรายบุคคล และรายกลุ่ม	-แบบประเมินพฤติกรรมการปฏิบัติงานเป็น รายบุคคล และรายกลุ่ม

## 8. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## ใบความรู้ที่ 4

### เรื่อง อโดโบ้ อาหารประจำประเทศฟิลิปปินส์



#### ส่วนผสม

1. หมูสามชั้นหั่นชิ้นสี่เหลี่ยมใหญ่	200	กรัม
2. สันคอหมูหั่นชิ้นสี่เหลี่ยมใหญ่	20	กรัม
3. สะโพกไก่และน่องไก่	500	กรัม
4. กระเทียมสับ	2	ช้อนโต๊ะ
5. ชิงสับ	2	ช้อนโต๊ะ
6. หอมหัวใหญ่สับหยาบ	1	ถ้วยตวง
7. ใบกระวาน	3	ใบ
8. น้ำมันพืช	2	ช้อนโต๊ะ
9. น้ำเปล่า	3	ถ้วยตวง
10. ซอสปรุงรส	3	ช้อนโต๊ะ
11. น้ำสมสายชู	2	ช้อนโต๊ะ
12. น้ำตาลทราย	1	ช้อนโต๊ะ
13. ผงปาปริก้า	1	ช้อนชา
14. แป้งข้าวโพด	1	ช้อนโต๊ะ
15. เกลือป่นเล็กน้อย		
16. น้ำมันพืชเล็กน้อยสำหรับทอด		

## วิธีทำ

1. ตั้งกระทะใส่น้ำมันพืชพอร้อนใส่กระเทียม ชিং และหอมหัวใหญ่ ผัดพอหอมแล้วจึงใส่หมูสามชั้น เนื้อหมู และไก่ ลงผัดพอผิวตึง เทใส่หม้อยกขึ้นตั้งไฟ
2. เติมน้ำเปล่า พอเดือดใส่ใบกระวาน ปรงรสด้วยซอสปรุงรส น้ำส้มสายชู น้ำตาลทราย และผงปาปริก้า คนให้เข้ากัน เคี่ยวต่อพอน้ำสตว์นุ่ม ตักขึ้นให้สะเด็ดน้ำ
3. นำเนื้อหมูและเนื้อไก่ลงทอดในน้ำมันพืชเล็กน้อยพอมีสีเหลือง ตักใส่ในหม้อเคี่ยวต่อสักครู่พอเริ่มงวด จึงละลายแป้งข้าวโพดกับน้ำเปล่าเล็กน้อย คนให้เข้ากันจนส่วนผสมเติมเกลือป่นและพริกไทยป่นเล็กน้อย ตักเสิร์ฟ



## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### 1. ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1.1 ครูแนะนำอาหาร ลักซา ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติสิงคโปร์ ที่ครูนำมาให้นักเรียนลองชิมคนละ 1-2 คำ เพื่อให้นักเรียนได้รับรู้รสชาติของอาหารลักซา

1.2 ครูถามนักเรียนเมื่อได้ชิมรสชาติของลักซา แล้วเป็นอย่างไร มีรสชาติใด และเหมือนอาหารอะไรที่นักเรียนเคยกินมา

### 2. ขั้นสอน

2.1 ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ในการเรียนครั้งนี้ให้นักเรียนทราบ

2.2 นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 6 กลุ่ม ร่วมกันศึกษาวิธีทำลักซา อาหารประจำชาติสิงคโปร์ จากใบความรู้ที่ 5 เรื่อง ลักซา อาหารประจำชาติสิงคโปร์

2.3 ครูอธิบายถึงวิธีการทำลักซา โดยใช้คลิปวิดีโอการทำลักซา เป็นสื่อในการอธิบาย

2.4 ครูเริ่มสาธิตการทำลักซา อาหารประจำชาติสิงคโปร์ โดยให้นักเรียนฝึกทำตามการสาธิตของครูไปพร้อมๆ กัน

2.5 เมื่อทำลักซา เสร็จแล้ว ครูสาธิตวิธีจัดใส่จานตกแต่งให้สวยงาม พร้อมทั้งจะเสิร์ฟเพื่อรับประทาน

2.6 นักเรียนนำเสนอผลงานที่เสร็จเรียบร้อยแล้ว

2.7 ครูชิมรสชาติของผลงานการทำลักซา ของนักเรียนแต่ละกลุ่ม พร้อมให้คำแนะนำ ทิชม และให้คะแนน

2.8 นักเรียนผลัดกันชิมรสชาติผลงานการทำลักซา ของกลุ่มเพื่อนๆ และให้คะแนนกลุ่มเพื่อน

2.9 ครูประกาศผลคะแนนที่นักเรียนให้คะแนนกลุ่มเพื่อนๆ ว่ากลุ่มใดได้คะแนนสูงสุด พร้อมให้คำแนะนำ

### 3. ขั้นสรุป

3.1 นักเรียนและครูร่วมกันสรุปวิธีทำลักซา อาหารประจำชาติสิงคโปร์ให้มีรสชาติที่อร่อย และคงรสชาติให้เหมือนหรือใกล้เคียงต้นตำหรับ

3.2 ครู-นักเรียนสนทนากันเกี่ยวกับการเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ที่จะใช้ในการทำอัมบูยัต ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติบรูไนดารุสซาลาม ที่จะเรียนในชั่วโมงต่อไป เพื่อให้นักเรียนจัดเตรียมได้ถูกต้องและครบถ้วน

## สื่อการเรียนรู้การสอน

1. ใบความรู้ที่ 5 เรื่อง ลักซา อาหารประจำชาติสิงคโปร์

2. คลิปวิดีโอการทำลักซา



## ใบความรู้ที่ 5

### ลัทธิ อาหารประจำประเทศสิงคโปร์



#### ส่วนผสม

- |                                |     |          |
|--------------------------------|-----|----------|
| 1. เส้นบะหมี่กลมใหญ่           | 250 | กรัม     |
| 2. กุ้งสดปลอกเปลือกลอกสุก      | 10  | ตัว      |
| 3. ไข่ต้มผ่าครึ่ง              | 3   | ฟอง      |
| 4. เต้าหู้แข็งทอดหั่นชิ้น      | 1   | ก้อน     |
| 5. ถั่วงอกลวก                  | 200 | กรัม     |
| 6. หอมแดงเจียว                 | 2   | ช้อนโต๊ะ |
| 7. มะนาวหั่นเสี้ยว             | 2   | ลูก      |
| 8. ผักแพรวซอยสำหรับโรย         |     |          |
| 9. พริกชี้ฟ้าหั่นแฉลบสำหรับโรย |     |          |

#### ส่วนผสมน้ำพริก

- |                   |    |        |
|-------------------|----|--------|
| 1. พริกชี้ฟ้าแห้ง | 10 | เม็ด   |
| 2. พริกชี้ฟ้าแดง  | 2  | เม็ด   |
| 3. หอมแดง         | 10 | หัว    |
| 4. กระเทียม       | 10 | กลีบ   |
| 5. ข่าซอย         | 2  | ช้อนชา |
| 6. ขิงซอย         | 2  | ช้อนชา |
| 7. ขมิ้นซอย       | 2  | ช้อนชา |

8. กะปิ	1 1/2 ช้อนชา
9. ตะไคร้ซอย	3 ต้น
10. กุ้งแห้งป่น	50 กรัม
11. น้ำมันพืช	3 ช้อนโต๊ะ
12. น้ำเปล่า	2 ถ้วยตวง
13. หัวกะทิ	2 ถ้วยตวง
14. เกลือป่น	2 ช้อนชา
15. น้ำตาลทราย	2 ช้อนชา
16. ผักแพวสับ	2 ช้อนชา
17. ผักชีสับหยาบ	1 ช้อนชา

### วิธีทำ

1. บดพริกชี้ฟ้าแห้ง พริกชี้ฟ้าแดง หอมแดง กระเทียม ข่า ขิง ขมิ้น กะปิ ตะไคร้ กุ้งแห้ง ให้ละเอียดเข้ากัน

2. ตั้งกระทะใส่น้ำมันพืชพอร้อน ใส่น้ำมันผสมในข้อที่ 1 ผัดพอสุกหอม เติมน้ำเปล่า และหัวกะทิ เคี่ยวส่วนผสมสักครู่ ปรุงรสด้วยเกลือป่น และน้ำตาลทราย โรยผักชี และผักแพวคนให้เข้ากัน ยกลง

3. ลวกเส้นบะหมี่ในน้ำร้อนพอสุก จัดใส่ชาม ตามด้วยถั่วงอก กุ้งลวก ไข่ต้ม และเต้าหู้ ตักส่วนผสมในข้อที่ 2 ราด โรยหอมแดงเจียว ผักแพว พริกชี้ฟ้า จัดเสิร์ฟพร้อมมะนาว

## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย  
 หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง การประกอบอาหารประจำชาติอาเซียน  
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6 เรื่อง อัมบูยัต อาหารประจำประเทศบรูไนดารุสซาลาม  
 เวลา 2 ชั่วโมง

### มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ง 4.1 เข้าใจ มีทักษะที่จำเป็น มีประสบการณ์ เห็นแนวทางในงานอาชีพ ใช้เทคโนโลยีเพื่อพัฒนาอาชีพ มีคุณธรรม และมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ

### จุดประสงค์การเรียนรู้

#### 1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 อธิบายถึงส่วนประกอบของอัมบูยัต ได้
- 1.2 อธิบายวิธีทำอัมบูยัต ได้
- 1.3 อธิบายถึงรสชาติของอัมบูยัต ได้
- 1.4 ปฏิบัติการทำอัมบูยัต ได้

#### 2. ทักษะกระบวนการ

กระบวนการทำงานกลุ่ม

#### 3. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มุ่งมั่นในการทำงาน

### สาระสำคัญ

อัมบูยัต (Ambuyat) จัดเป็นอาหารประจำชาติที่มีชื่อเสียงที่สุดของบรูไนดารุสซาลาม มีลักษณะคล้ายกับข้าวต้มหรือโจ๊ก มีส่วนผสมของแป้งสาลีเป็นหลัก ตัวแป้งอัมบูยัตเอง ไม่มีรสชาติ แต่ความอร่อยจะอยู่ที่การจิ้มกับซอสผลไม้ที่มีรสเปรี้ยว โดยทั่วไปอัมบูยัต คือ อาหารที่รับประทานแทนข้าว โดยจะอาหารจานหลักและเครื่องเคียงอย่างน้อย 3 อย่างวางอยู่โดยรอบ เช่น ผักสด เนื้อห่อใบตองย่าง หรือเนื้อทอด ทั้งนี้ การรับประทานอัมบูยัตให้ได้รับรสชาติ ต้องรับประทานตอนร้อน ๆ จึงจะดีที่สุด

### สาระการเรียนรู้

การทำอัมบูยัต อาหารประจำชาติบรูไนดารุสซาลาม

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### 1. ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1.1 ครูแนะนำอาหาร อัมบูยัต ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติบรูไนในดารุสซาลาม ที่ครูทำมาให้ให้นักเรียนลองชิมคนละ 1-2 คำ เพื่อให้นักเรียนได้รับรสชาติของอาหารอัมบูยัต

1.2 ครูถามนักเรียนเมื่อได้ชิมรสชาติของอัมบูยัต แล้วเป็นอย่างไร มีรสชาติใด และเหมือนอาหารอะไรที่นักเรียนเคยกินมา

### 2. ขั้นสอน

2.1 ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ในการเรียนครั้งนี้ให้นักเรียนทราบ

2.2 นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 6 กลุ่ม ร่วมกันศึกษาวิธีทำอัมบูยัต อาหารประจำชาติบรูไนในดารุสซาลาม จากใบความรู้ที่ 6 เรื่อง อัมบูยัต อาหารประจำชาติบรูไนในดารุสซาลาม

2.3 ครูอธิบายถึงวิธีการทำอัมบูยัต โดยใช้คลิปวิดีโอการทำอัมบูยัต เป็นสื่อในการอธิบาย

2.4 ครูเริ่มสาธิตการทำอัมบูยัต อาหารประจำชาติบรูไนในดารุสซาลาม โดยให้นักเรียนฝึกทำตามการสาธิตของครูไปพร้อมๆ กัน

2.5 เมื่อทำอัมบูยัต เสร็จแล้ว ครูสาธิตวิธีจัดใส่จานตกแต่งให้สวยงาม พร้อมทั้งจะเสิร์ฟเพื่อรับประทาน

2.6 นักเรียนนำเสนอผลงานที่เสร็จเรียบร้อยแล้ว

2.7 ครูชิมรสชาติของผลงานการทำอัมบูยัต ของนักเรียนแต่ละกลุ่ม พร้อมทั้งให้คำแนะนำ ทิชม และให้คะแนน

2.8 นักเรียนผลัดกันชิมรสชาติผลงานการทำอัมบูยัต ของกลุ่มเพื่อนๆ และให้คะแนนกลุ่มเพื่อน

2.9 ครูประกาศผลคะแนนที่นักเรียนให้คะแนนกลุ่มเพื่อนๆ ว่ากลุ่มใดได้คะแนนสูงสุด พร้อมทั้งให้คำแนะนำ

### 3. ขั้นสรุป

3.1 นักเรียนและครูร่วมกันสรุปวิธีทำอัมบูยัต อาหารประจำชาติบรูไนในดารุสซาลาม ให้มีรสชาติที่อร่อย และคงรสชาติให้เหมือนหรือใกล้เคียงต้นตำหรับ

3.2 ครู-นักเรียนสนทนากันเกี่ยวกับการเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ที่จะใช้ในการทำอัมบูยัต ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติกัมพูชา ที่จะเรียนในชั่วโมงต่อไป เพื่อให้นักเรียนจัดเตรียมได้ถูกต้องและครบถ้วน

## สื่อการเรียนการสอน

1. ใบความรู้ที่ 6 เรื่อง อัมบูยัต อาหารประจำชาติบรูไนในดารุสซาลาม

2. คลิปวิดีโอการทำอัมบูยัต



## ใบความรู้ที่ 6

### เรื่อง อัมบอยัด อาหารประจำประเทศบรูไนดารุสซาลาม



#### ส่วนผสม

##### ส่วนผสม 1

- |  |           |
|--|-----------|
| 1. สาकुเม็ดเล็ก  | 2 ถ้วยตวง |
| 2. น้ำเปล่าสำหรับต้ม                                   | 2 ถ้วยตวง |
| 3. น้ำเปล่าสำหรับแช่, แดงกวาหั่นแว่น, แครอทหั่นชิ้นลวก |           |
| 4. ปลาใบขนุนหรือปลาทูดกรอบ                             |           |

##### วิธีทำ

1. แช่เม็ดสาकुกับน้ำเปล่าประมาณ 15 นาที จนเม็ดสาकुบาน เทน้ำออก เทใส่อ่างผสมเตรียมไว้
2. ต้มน้ำเปล่าให้เดือด ค่อยๆ เทใส่สาकुทีละน้อย ใช้พายไม้คนให้เข้ากัน เม็ดสาकुจะเริ่มสุกใส และเหนียวเป็นเนื้อเดียวกัน
3. จัดส่วนผสมสาकुใส่จานเสิร์ฟพร้อมกับส่วนผสมที่ 2 , 3 , และ 4 รับประทานกับ แดงกวา แครอทและปลาทอด

##### ส่วนผสม 2

- |                             |          |
|-----------------------------|----------|
| 1. เนื้อปลากะพงหั่นชิ้นเล็ก | 250 กรัม |
| 2. หอมแดงซอย                | 8 หัว    |
| 3. ขมิ้นสดซอย               | 2 ช้อนชา |
| 4. ขิงซอย                   | 2 ช้อนชา |
| 5. พริกชี้ฟ้าแดงซอย         | 3 เม็ด   |
| 6. ตะไคร้ซอย                | 2 ต้น    |

- |                  |     |          |
|------------------|-----|----------|
| 7. เกลือปน       | 1 ½ | ช้อนชา   |
| 8. น้ำมะขามเปียก | 2   | ช้อนโต๊ะ |
| 9. น้ำเปล่า      | ½   | ถ้วยตวง  |
| 10. น้ำมันพืช    | 1   | ช้อนโต๊ะ |

#### วิธีทำ

1. บดหอมแดง ขมิ้น ขิง พริกชี้ฟ้า ตะไคร้ ให้เข้ากัน
2. ตั้งกระทะใส่น้ำมันพืชพอร้อน ใส่เนื้อปลาลงผัด พอเริ่มสุกเติมส่วนผสมในข้อที่ 2 ผัดให้เข้ากัน เติมน้ำเปล่า ปรุงรสด้วยเกลือปน และน้ำมะขามเปียก ผัดจนส่วนผสมสุกดี และพอน้ำงวดปิดไฟยกลง ตักใส่ภาชนะ

#### ส่วนผสม 3

- |                     |     |          |
|---------------------|-----|----------|
| 1. ปวยเล้งหั่นท่อน  | 170 | กรัม     |
| 2. หอมแดงทุบพอแตก   | 3   | หัว      |
| 3. กระเทียมทุบพอแตก | 4   | กลีบ     |
| 4. กะปิ             | 1   | ช้อนชา   |
| 5. น้ำเปล่า         | 1/4 | ถ้วยตวง  |
| 6. เกลือปน          | 1 ½ | ช้อนชา   |
| 7. น้ำมันพืช        | 1   | ช้อนโต๊ะ |

#### วิธีทำ

1. ตั้งกระทะใส่น้ำมันพืชพอร้อน ใส่หอมแดง กระเทียม ผัดพอหอม เติมเกลือปน กะปิ และน้ำเปล่า ผัดพอกะปิละลาย
2. ใส่ผักปวยเล้งลงผัดเร็วๆ ให้เข้ากัน ยกลงตักใส่ภาชนะ

#### ส่วนผสม 4 (sambal balachan)

- |                  |     |        |
|------------------|-----|--------|
| 1. พริกชี้ฟ้าแดง | 5   | เม็ด   |
| 2. กะปิ          | 1   | ช้อนชา |
| 3. น้ำตาลทราย    | 1   | ช้อนชา |
| 4. น้ำมะนาว      | 1   | ช้อนชา |
| 5. เกลือปน       | 1/8 | ช้อนชา |

#### วิธีทำ

- บดพริกชี้ฟ้า และกะปิให้ละเอียด เติมน้ำตาลทราย น้ำมะนาว และเกลือปน คนให้เข้ากันดี ตักใส่ภาชนะ



## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### 1. ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1.1 ครูแนะนำอาหาร อาม็อก ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติกัมพูชา ที่ครูนำมาให้นักเรียนลองชิมคนละ 1-2 คำ เพื่อให้นักเรียนได้รับรู้รสชาติของอาม็อก

1.2 ครูถามนักเรียนเมื่อได้ชิมรสชาติของอาม็อก แล้วเป็นอย่างไร มีรสชาติใด และเหมือนอาหารอะไรที่นักเรียนเคยกินมา

### 2. ขั้นสอน

2.1 ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ในการเรียนครั้งนี้ให้นักเรียนทราบ

2.2 นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 6 กลุ่ม ร่วมกันศึกษาวิธีทำอาม็อก อาหารประจำชาติกัมพูชา จากใบความรู้ที่ 7 เรื่อง อาม็อก อาหารประจำชาติกัมพูชา

2.3 ครูอธิบายถึงวิธีการทำอาม็อก โดยใช้คลิปวิดีโอการทำอาม็อก เป็นสื่อในการอธิบาย

2.4 ครูเริ่มสาธิตการทำอาม็อก อาหารประจำชาติกัมพูชา โดยให้นักเรียนฝึกทำตามการสาธิตของครูไปพร้อมๆ กัน

2.5 เมื่อทำอาม็อกเสร็จแล้ว ครูสาธิตวิธีจัดใส่จานตกแต่งให้สวยงาม พร้อมทั้งจะเสิร์ฟเพื่อรับประทาน

2.6 นักเรียนนำเสนอผลงานที่เสร็จเรียบร้อยแล้ว

2.7 ครูชิมรสชาติของผลงานการทำอาม็อก ของนักเรียนแต่ละกลุ่ม พร้อมให้คำแนะนำ ทิชม และให้คะแนน

2.8 นักเรียนผลัดกันชิมรสชาติผลงานการทำอาม็อกของกลุ่มเพื่อนๆ และให้คะแนนกลุ่มเพื่อน

2.9 ครูประกาศผลคะแนนที่นักเรียนให้คะแนนกลุ่มเพื่อนๆ ว่ากลุ่มใดได้คะแนนสูงสุด พร้อมให้คำแนะนำ

### 3. ขั้นสรุป

3.1 นักเรียนและครูร่วมกันสรุปวิธีทำอาม็อก อาหารประจำชาติลาวให้มีรสชาติที่อร่อย และคงรสชาติให้เหมือนหรือใกล้เคียงต้นตำหรับ

3.2 ครู-นักเรียนสนทนากันเกี่ยวกับการเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ที่จะใช้ในการทำสลัดหลวงพระบาง ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติลาว ที่จะเรียนในชั่วโมงต่อไป เพื่อให้นักเรียนจัดเตรียมได้ถูกต้องและครบถ้วน

## สื่อการเรียนรู้การสอน

1. ใบความรู้ที่ 7 เรื่อง อาม็อก อาหารประจำชาติกัมพูชา
2. คลิปวีดีโอการทำอาม็อก



## ใบความรู้ที่ 7

### เรื่อง อาม็อก อาหารประจำชาติกัมพูชา



#### ส่วนผสม

- |                                      |     |          |
|--------------------------------------|-----|----------|
| 1. พริกชี้ฟ้าแห้งแช่น้ำ              | 4   | เม็ด     |
| 2. กระเทียม                          | 6   | กลีบ     |
| 3. หอมแดง                            | 4   | หัว      |
| 3. ตะไคร้ซอย                         | 3   | ต้น      |
| 4. ข่าซอย                            | 1/2 | ช้อนชา   |
| 5. กะปิ                              | 1   | ช้อนชา   |
| 6. เกลือป่น                          | 1   | ช้อนชา   |
| 7. กะทิ                              | 1   | ถ้วยตวง  |
| 8. เนื้อปลากระพงหันแฉลบ              | 350 | กรัม     |
| 9. น้ำปลา                            | 1   | ช้อนโต๊ะ |
| 10. ไข่ไก่                           | 1   | ฟอง      |
| 11. พริกชี้ฟ้าแดงหันแฉลบ             | 1   | เม็ด     |
| 12. หัวกะทิ                          | 1/4 | ถ้วยตวง  |
| 13. แป้งข้าวเจ้า                     | 1   | ช้อนชา   |
| 14. ใบตองสำหรับห่อ , ต้นหอมสำหรับโรย |     |          |

#### วิธีทำ

1. บดพริกชี้ฟ้าแห้ง กระเทียม หอมแดง ตะไคร้ ข่า กะปิ และเกลือป่น คนเข้าด้วยกันจนละเอียด
2. ผสมส่วนผสมในข้อ 1 กับไข่ไก่คนให้เข้ากัน เติมน้ำปลา กะทิ เนื้อปลากระพง คนให้เข้ากันดี โรยด้วยพริกชี้ฟ้า
3. ตักส่วนผสมใส่ใบตองที่เตรียมไว้ ห่อปิดสนิท นำขึ้นนึ่งในน้ำเดือดจนสุกแล้วยกลง
4. ผสมหัวกะทิกับแป้งข้าวเจ้าคนให้เข้ากัน ยกขึ้นตั้งไฟคนพอข้น ยกลงพักไว้
5. จัด อาม็อก ที่นึ่งสุกแล้วใส่จานราดด้วยหัวกะทิในข้อที่ 4 โรยด้วยต้นหอมซอยรับประทานกับข้าวสวย

## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย  
 หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง การประกอบอาหารประจำชาติอาเซียน  
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 เรื่อง สลัดหลวงพระบาง อาหารประจำประเทศลาว เวลา 1 ชั่วโมง

### มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ง 4.1 เข้าใจ มีทักษะที่จำเป็น มีประสบการณ์ เห็นแนวทางในงานอาชีพ ใช้เทคโนโลยีเพื่อพัฒนาอาชีพ มีคุณธรรม และมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ

### จุดประสงค์การเรียนรู้

#### 1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 อธิบายถึงส่วนประกอบของสลัดหลวงพระบางได้
- 1.2 อธิบายวิธีทำสลัดหลวงพระบางได้
- 1.3 อธิบายถึงรสชาติของสลัดหลวงพระบางได้
- 1.4 ปฏิบัติการทำสลัดหลวงพระบางได้

#### 2. ทักษะกระบวนการ

กระบวนการทำงานกลุ่ม

#### 3. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มุ่งมั่นในการทำงาน

### สาระสำคัญ

สลัดหลวงพระบาง (Luang Prabang Salad) เป็นอาหารขึ้นชื่ออีกชนิดหนึ่ง เนื่องจากมีรสชาติกลาง ๆ ทำให้รับประทานได้ทั้งชาวตะวันออก และตะวันตก โดยส่วนประกอบสำคัญคือผักน้ำ ซึ่งเป็นผักป่าที่ขึ้นตามริมธารน้ำไหล และยังมีส่วนประกอบอื่น ๆ เช่น มันแกว แตงกวา มะเขือเทศ ไข่ต้ม ผักกาดหอม และหมูสับลวกสุก ส่วนวิธีปรุงรสคือ ราดด้วยน้ำสลัดชนิดใส คลุกส่วนผสมทั้งหมดเข้าด้วยกัน แล้วโรยหน้าด้วยกระเทียมเจียว และถั่วลิสงคั่ว

### สาระการเรียนรู้

การทำสลัดหลวงพระบาง อาหารประจำชาติลาว

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### 1. ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1.1 ครูแนะนำอาหาร สลัดหลวงพระบาง ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติลาว ที่ครูนำมาให้นักเรียนลองชิมคนละ 1-2 คำ เพื่อให้นักเรียนได้รับรู้รสชาติของสลัดหลวงพระบาง

1.2 ครูถามนักเรียนเมื่อได้ชิมรสชาติของสลัดหลวงพระบาง แล้วเป็นอย่างไร มีรสชาติใด และเหมือนอาหารอะไรที่นักเรียนเคยกินมา

### 2. ขั้นสอน

2.1 ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ในการเรียนครั้งนี้ให้นักเรียนทราบ

2.2 นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 6 กลุ่ม ร่วมกันศึกษาวิธีทำสลัดหลวงพระบาง อาหารประจำชาติลาว จากใบความรู้ที่ 8 เรื่อง สลัดหลวงพระบาง อาหารประจำชาติลาว

2.3 ครูอธิบายถึงวิธีการทำสลัดหลวงพระบาง โดยใช้คลิปวิดีโอการทำสลัดหลวงพระบาง เป็นสื่อในการอธิบาย

2.4 ครูเริ่มสาธิตการทำสลัดหลวงพระบาง อาหารประจำชาติลาว โดยให้นักเรียนฝึกทำตามการสาธิตของครูไปพร้อมๆ กัน

2.5 เมื่อทำสลัดหลวงพระบางเสร็จแล้ว ครูสาธิตวิธีจัดใส่จานตกแต่งให้สวยงามพร้อมที่จะเสิร์ฟเพื่อรับประทาน

2.6 นักเรียนนำเสนอผลงานที่เสร็จเรียบร้อยแล้ว

2.7 ครูชิมรสชาติของผลงานการทำสลัดหลวงพระบาง ของนักเรียนแต่ละกลุ่มพร้อมให้คำแนะนำ ดิชม และให้คะแนน

2.8 นักเรียนผลัดกันชิมรสชาติผลงานการทำสลัดหลวงพระบางของกลุ่มเพื่อนๆ และให้คะแนนกลุ่มเพื่อน

2.9 ครูประกาศผลคะแนนที่นักเรียนให้คะแนนกลุ่มเพื่อนๆ ว่ากลุ่มใดได้คะแนนสูงสุด พร้อมให้คำแนะนำ

### 3. ขั้นสรุป

3.1 นักเรียนและครูร่วมกันสรุปวิธีทำสลัดหลวงพระบาง อาหารประจำชาติลาวให้มีรสชาติที่อร่อย และคงรสชาติให้เหมือนหรือใกล้เคียงต้นตำหรับ

3.2 ครู-นักเรียนสนทนากันเกี่ยวกับการเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ที่จะใช้ในการทำเปาะเปี๊ยะเวียดนาม ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติเวียดนาม ที่จะเรียนในชั่วโมงต่อไป เพื่อให้นักเรียนจัดเตรียมได้ถูกต้องและครบถ้วน

## สื่อการเรียนรู้การสอน

1. ใบความรู้ที่ 8 เรื่อง สลัดหลวงพระบาง อาหารประจำชาติลาว
2. คลิปวิดีโอการทำสลัดหลวงพระบาง



## ใบความรู้ที่ 8

### เรื่อง สลัดหลวงพระบาง อาหารประจำชาติลาว



#### ส่วนผสมสำหรับน้ำสลัด

1. ไข่แดงต้มสุก 2 ฟอง
2. น้ำร้อน 2 ช้อนโต๊ะ
3. น้ำตาลทราย 3 ช้อนโต๊ะ
4. น้ำปลา 2 ช้อนโต๊ะ
5. น้ำมันหอยหรือจากมะนาวเหลืองก็ได้ 4 ช้อนโต๊ะ

#### วิธีทำ

ละลายน้ำตาลทรายด้วยน้ำร้อน จากนั้นบีไข่แดงให้แหลกรวมกับน้ำเชื่อมปรุงรสด้วยน้ำปลาและน้ำมันหอย ปรับรสได้ตามชอบ

#### ส่วนประกอบสำหรับสลัด

1. ไข่ต้ม ผานเป็นแผ่นบาง 2 ฟอง
2. หมูสับรวนกับน้ำมันพืชจนสุก 3 ช้อนโต๊ะ
3. หอมแดง เจียวจนกรอบ 2 ช้อนโต๊ะ
4. กระเทียม เจียวจนกรอบ 1 ช้อนโต๊ะ
5. ถั่วลิสงคั่ว บดพอแหลก 1 ช้อนโต๊ะ
6. ผักกาดหอม ฉีกเป็นชิ้นพอดีคำ 2 ถ้วย

7. ผักกาดแก้ว ฉีกเป็นชิ้นพอดีคำ 1 ถ้วย
8. ผักน้ำ หรือ Watercress เด็ดเอายอด 1 ถ้วย
9. มะเขือเทศห่อ ผานเป็นแผ่นบาง 1-2 ลูก
10. แดงกวา ผานเป็นแผ่นบาง 1-2 ลูก

### วิธีทำ

1. จัดผักสลัดทั้งสามชนิด ตั้งแต่ผักกาดหอม ผักกาดแก้ว ผักน้ำ ใส่จาน รองด้วยมะเขือเทศและแดงกวา
2. เหยียงไข่ต้มด้านบนพร้อมทั้งหมูสับ
3. โรยหอมแดงเจียว กระเทียมเจียว และถั่วลิสง
4. ราดด้วยน้ำสลัดที่ผสมไว้ รับประทานทันที

## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง การประกอบอาหารประจำชาติอาเซียน

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9 เรื่อง เปาะเปี๊ยะเวียดนาม อาหารประจำประเทศเวียดนาม

เวลา 1 ชั่วโมง

### มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ง 4.1 เข้าใจ มีทักษะที่จำเป็น มีประสบการณ์ เห็นแนวทางในงานอาชีพ ใช้เทคโนโลยีเพื่อพัฒนาอาชีพ มีคุณธรรม และมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ

### จุดประสงค์การเรียนรู้

#### 1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 อธิบายถึงส่วนประกอบของเปาะเปี๊ยะเวียดนามได้
- 1.2 อธิบายวิธีทำเปาะเปี๊ยะเวียดนามได้
- 1.3 อธิบายถึงรสชาติของเปาะเปี๊ยะเวียดนามได้
- 1.4 ปฏิบัติการทำเปาะเปี๊ยะเวียดนามได้

#### 2. ทักษะกระบวนการ

กระบวนการทำงานกลุ่ม

#### 3. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มุ่งมั่นในการทำงาน

### สาระสำคัญ

เปาะเปี๊ยะเวียดนาม (Vietnamese Spring Rolls) ถือเป็นหนึ่งในอาหารพื้นเมืองที่โด่งดังที่สุดของประเทศเวียดนามความอร่อยของเปาะเปี๊ยะเวียดนาม อยู่ที่การนำแผ่นแป้งซึ่งทำจากข้าวเจ้ามาห่อไส้ซึ่งอาจจะเป็นไก่ หมู กุ้ง หรือหมูยอ โดยนำมาพร้อมกับผักสมุนไพรอีกหลายชนิด เช่นสาระแหน่ ผักกาดหอม และนำมารับประทานคู่กับน้ำจิ้มหวาน โดยจะมีถั่วงั่ว แครอทซอยไซ้ทำซอให้เต็มตามใจชอบ และบางครั้งอาจมีเครื่องเคียงอย่างอื่นเพิ่มด้วย

### สาระการเรียนรู้

การทำเปาะเปี๊ยะเวียดนาม อาหารประจำชาติเวียดนาม

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### 1. ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1.1 ครูแนะนำอาหาร เปาะเปี๊ยะเวียดนาม ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติเวียดนาม ที่ครูทำมาให้ให้นักเรียนลองชิมคนละ 1-2 คำ เพื่อให้นักเรียนได้รับรสชาติของเปาะเปี๊ยะเวียดนาม

1.2 ครูถามนักเรียนเมื่อได้ชิมรสชาติของเปาะเปี๊ยะเวียดนาม แล้วเป็นอย่างไร มีรสชาติใด และเหมือนอาหารอะไรที่นักเรียนเคยกินมา

### 2. ขั้นสอน

2.1 ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ในการเรียนครั้งนี้ให้นักเรียนทราบ

2.2 นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 6 กลุ่ม ร่วมกันศึกษาวิธีทำเปาะเปี๊ยะเวียดนาม อาหารประจำชาติเวียดนาม จากใบความรู้ที่ 9 เรื่อง เปาะเปี๊ยะเวียดนาม อาหารประจำชาติเวียดนาม

2.3 ครูอธิบายถึงวิธีการทำเปาะเปี๊ยะเวียดนาม โดยใช้คลิปวิดีโอการทำเปาะเปี๊ยะเวียดนาม เป็นสื่อในการอธิบาย

2.4 ครูเริ่มสาธิตการทำเปาะเปี๊ยะเวียดนาม อาหารประจำชาติเวียดนาม โดยให้นักเรียนฝึกทำตามการสาธิตของครูไปพร้อมๆ กัน

2.5 เมื่อทำเปาะเปี๊ยะเวียดนามเสร็จแล้ว ครูสาธิตวิธีจัดใส่จานตกแต่งให้สวยงาม พร้อมทั้งจะเสิร์ฟเพื่อรับประทาน

2.6 นักเรียนนำเสนอผลงานที่เสร็จเรียบร้อยแล้ว

2.7 ครูชิมรสชาติของผลงานการทำเปาะเปี๊ยะเวียดนาม ของนักเรียนแต่ละกลุ่ม พร้อมให้คำแนะนำ ทิชช และให้คะแนน

2.8 นักเรียนผลัดกันชิมรสชาติผลงานการทำเปาะเปี๊ยะเวียดนามของกลุ่มเพื่อนๆ และให้คะแนนกลุ่มเพื่อน

2.9 ครูประกาศผลคะแนนที่นักเรียนให้คะแนนกลุ่มเพื่อนๆ ว่ากลุ่มใดได้คะแนนสูงสุด พร้อมให้คำแนะนำ

### 3. ขั้นสรุป

3.1 นักเรียนและครูร่วมกันสรุปวิธีทำเปาะเปี๊ยะเวียดนาม อาหารประจำชาติเวียดนามให้มีรสชาติที่อร่อย และคงรสชาติให้เหมือนหรือใกล้เคียงต้นตำหรับ

3.2 ครู-นักเรียนสนทนากันเกี่ยวกับการเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ที่จะใช้ในการทำห่อเป็ด ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติพม่า ที่จะเรียนในชั่วโมงต่อไป เพื่อให้นักเรียนจัดเตรียมได้ถูกต้องและครบถ้วน

## สื่อการเรียนรู้การสอน

1. ใบความรู้ที่ 9 เรื่อง เปาะเปี๊ยะเวียดนาม อาหารประจำชาติเวียดนาม

2. คลิปวีดีโอการทำเปาะเปี๊ยะเวียดนาม



## ใบความรู้ที่ 9

### เรื่อง อาหารประจำชาติเวียดนาม



#### ส่วนผสมสำหรับหมูหมัก

1. เนื้อหมูสันนอก 3 ชีด หรืออาจจะใช้หมูยอแทนก็ได้
2. ซีอิ้วขาว 2 ช้อนโต๊ะ
3. ซอสปรุงรส 1 ช้อนโต๊ะ
4. ซอสหอยนางรม 1 ช้อนโต๊ะ
5. น้ำตาลทราย 1 ช้อนโต๊ะ

#### ส่วนผสมสำหรับปอเปี๊ยะสด

1. ใบเมี่ยงเวียดนาม สำหรับห่อเป็นปอเปี๊ยะสด
2. ใบโหระพา
3. ใบสะระแหน่
4. ผักกาดหอม
5. ผักชีฝรั่ง
6. แครอทซอยเป็นเส้น

#### ส่วนผสมน้ำจิ้ม

1. น้ำส้มสายชู 1/2 ถ้วย
2. น้ำตาลทราย 1/2 ถ้วย
3. เกลือ 1 ช้อนชา
4. พริกชี้ฟ้าแดง 1 ช้อนโต๊ะ
5. กระเทียม 1 ช้อนโต๊ะ

6. หัวผักกาด ชูดฝอยเป็นเส้น 1/4 ถ้วย
7. แครอท ชูดฝอยเป็นเส้น 1/4 ถ้วย

### วิธีทำปอเปี๊ยะสด

1. แล้เนื้อหมูเป็นชิ้นบางๆ ตามขวางของเนื้อหมู
2. หมักเนื้อหมูด้วย ซีอิ๊วขาว ซอสปรุงรส ซอสหอยนางรม น้ำตาลทราย คลุกให้เข้ากัน แล้วทิ้งไว้ในตู้เย็น 1 ชั่วโมง
3. เตรียมใบเมี่ยง โดยนำใบเมี่ยงมาพรมน้ำเล็กน้อย เพื่อให้ใบเมี่ยงนิ่ม
4. นำเนื้อหมูที่หมักไว้มาวางกับเตาย่าง หรือกระทะ พอสุก หั่นเป็นชิ้นยาวๆ
4. นำใบเมี่ยงมาห่อ โดยนำผักกาดหอมวางก่อน ตามด้วยใบโหระพา ใบสาระแหน่ ผักชีฝรั่ง แครอทซอย และหมูย่าง ห่อให้แน่นๆ

### วิธีทำน้ำจิ้ม

1. น้ำพริกชี้ฟ้าแดง กระเทียมโขลกให้ละเอียด
2. ใส่หัวผักกาดชูดฝอย แครอทชูดฝอยใส่ ตามด้วย น้ำส้มสายชู น้ำตาลทราย เกลือ และพริกกระเทียมที่โขลก ตั้งเตาเคี่ยวเป็นเวลา 10 นาที เทใส่ถ้วย
3. จัดใส่จาน ตกแต่งให้สวยงาม พร้อมเสิร์ฟ



## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### 1. ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1.1 ครูแนะนำอาหารหล่ำเพ็ด ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติพม่า ที่ครูนำมาให้นักเรียนลองชิมคนละ 1-2 คำ เพื่อให้นักเรียนได้รับรู้รสชาติของหล่ำเพ็ด

1.2 ครูถามนักเรียนเมื่อได้ชิมรสชาติของหล่ำเพ็ด แล้วเป็นอย่างไร มีรสชาติใด และเหมือนอาหารอะไรที่นักเรียนเคยกินมา

### 2. ขั้นสอน

2.1 ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ในการเรียนครั้งนี้ให้นักเรียนทราบ

2.2 นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 6 กลุ่ม ร่วมกันศึกษาวิธีทำหล่ำเพ็ด อาหารประจำชาติพม่า จากใบความรู้ที่ 10 เรื่อง หล่ำเพ็ด อาหารประจำชาติพม่า

2.3 ครูอธิบายถึงวิธีการทำหล่ำเพ็ด โดยใช้คลิปวิดีโอการทำหล่ำเพ็ด เป็นสื่อในการอธิบาย

2.4 ครูเริ่มสาธิตการทำหล่ำเพ็ด อาหารประจำชาติกัมพูชา โดยให้นักเรียนฝึกทำตามการสาธิตของครูไปพร้อมๆ กัน

2.5 เมื่อทำหล่ำเพ็ดเสร็จแล้ว ครูสาธิตวิธีจัดใส่จานตกแต่งให้สวยงาม พร้อมทั้งจะเสิร์ฟเพื่อรับประทาน

2.6 นักเรียนนำเสนอผลงานที่เสร็จเรียบร้อยแล้ว

2.7 ครูชิมรสชาติของผลงานการทำหล่ำเพ็ด ของนักเรียนแต่ละกลุ่ม พร้อมทั้งให้คำแนะนำ ทิชม และให้คะแนน

2.8 นักเรียนผลัดกันชิมรสชาติผลงานการทำหล่ำเพ็ดของกลุ่มเพื่อนๆ และให้คะแนนกลุ่มเพื่อน

2.9 ครูประกาศผลคะแนนที่นักเรียนให้คะแนนกลุ่มเพื่อนๆ ว่ากลุ่มใดได้คะแนนสูงสุด พร้อมทั้งให้คำแนะนำ

### 3. ขั้นสรุป

3.1 นักเรียนและครูร่วมกันสรุปวิธีทำหล่ำเพ็ด อาหารประจำชาติพม่า ให้มีรสชาติที่อร่อย และคงรสชาติให้เหมือนหรือใกล้เคียงต้นตำหรับ

3.2 ครู-นักเรียนสนทนากันเกี่ยวกับการเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ที่จะใช้ในทำต้มยำกุ้ง ซึ่งเป็นอาหารประจำชาติไทย ที่จะเรียนในชั่วโมงต่อไป เพื่อให้นักเรียนจัดเตรียมได้ถูกต้องและครบถ้วน

## สื่อการเรียนการสอน

1. ใบความรู้ที่ 10 เรื่อง หล่ำเพ็ด อาหารประจำชาติพม่า

2. คลิปวีดีโอการทำหล่ำเพ็ด





### วิธีทำ

1. ต้มใบชาหมักในน้ำเดือดประมาณ 20 นาที พออุ่นตักขึ้นล้างน้ำเปล่าพักให้สะเด็ดน้ำ บีบให้แห้ง
2. จัดส่วนผสมทั้งหมดใส่จาน โรยด้วยกุ้งแห้ง หอมแดงเจียว กระเทียมเจียว ก่อนรับประทานราดด้วยน้ำมะนาว และน้ำมันถั่วลิสง คลุกเคล้าให้เข้ากันรับประทาน

## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย  
 หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง การประกอบอาหารประจำชาติอาเซียน  
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11 เรื่อง ต้มยำกุ้ง อาหารประจำประเทศไทย เวลา 1 ชั่วโมง

### มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ง 4.1 เข้าใจ มีทักษะที่จำเป็น มีประสบการณ์ เห็นแนวทางในงานอาชีพ ใช้เทคโนโลยีเพื่อพัฒนาอาชีพ มีคุณธรรม และมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ

### จุดประสงค์การเรียนรู้

#### 1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 อธิบายถึงส่วนประกอบของต้มยำกุ้งได้
- 1.2 อธิบายวิธีทำต้มยำกุ้งได้
- 1.3 อธิบายถึงรสชาติของต้มยำกุ้งได้
- 1.3 ปฏิบัติการทำต้มยำกุ้ง

#### 2. ทักษะกระบวนการ

กระบวนการทำงานกลุ่ม

#### 3. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มุ่งมั่นในการทำงาน

### สาระสำคัญ

ต้มยำกุ้งเมนูอาหารไทยที่ทั่วโลกรู้จักกันดีใครที่ได้มาเที่ยวที่เมืองไทยต้องลองทานกันทุกคน ด้วยรสชาติที่เผ็ดร้อนเข้มข้นและกลมกล่อมซึ่งเป็นเอกลักษณ์ของต้มยำกุ้งนี้ทำให้ใครๆ หลายคนติดใจจนกลับไปพูดกันปากต่อปากว่ามาประเทศไทยต้องทานต้มยำกุ้ง ต้มยำกุ้งเมืองไทย มี 2 ชนิด คือ ต้มยำกุ้งน้ำข้น (ใส่กะทิ) และน้ำใส (ไม่ใส่กะทิ) เคล็ดลับความอร่อยของต้มยำกุ้งน้ำข้น คือ พริกขี้หนูปนทอดกับกระเทียมเพราะจะทำให้ น้ำซุปลื้มหอมค่ะ

### สาระการเรียนรู้

การทำต้มยำกุ้ง อาหารประจำชาติไทย

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### 1. ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1.1 ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับอาหารไทยที่คนไทยทั่วไปนิยมว่ามีอะไรบ้าง ให้นักเรียนช่วยกันยกตัวอย่าง และถามนักเรียนว่านักเรียนรู้หรือไม่ว่าอาหารไทยอะไรที่ชาวต่างชาตินิยมรับประทาน ให้นักเรียนช่วยกันยกตัวอย่าง

1.2 ครู ยกตัวอย่างอาหารที่ชาวต่างชาตินิยมรับประทานอาหารไทย ได้แก่ ต้มยำกุ้ง ผัดไทย ส้มตำไทย เป็นต้น แต่ที่นิยมที่สุด คือ ต้มยำกุ้ง

### 2. ขั้นสอน

2.1 ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ในการเรียนครั้งนี้ให้นักเรียนทราบ

2.2 นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 6 กลุ่ม ร่วมกันศึกษาวิธีทำต้มยำกุ้ง อาหารประจำชาติไทย จากใบความรู้ที่ 11 เรื่อง ต้มยำกุ้ง อาหารประจำชาติไทย

2.3 ครูอธิบายถึงวิธีการทำต้มยำกุ้ง โดยใช้คลิปวิดีโอการทำต้มยำกุ้ง เป็นสื่อในการอธิบาย

2.4 ครูเริ่มสาธิตการทำต้มยำกุ้ง อาหารประจำชาติไทย โดยให้นักเรียนฝึกทำตามการสาธิตของครูไปพร้อมๆ กัน

2.5 เมื่อทำต้มยำกุ้งเสร็จแล้ว ครูสาธิตวิธีจัดใส่จานตกแต่งให้สวยงาม พร้อมทั้งจะเสิร์ฟเพื่อรับประทาน

2.6 นักเรียนนำเสนอผลงานที่เสร็จเรียบร้อยแล้ว

2.7 ครูชิมรสชาติของผลงานการทำต้มยำกุ้ง ของนักเรียนแต่ละกลุ่ม พร้อมทั้งให้คำแนะนำ ทิชมน และให้คะแนน

2.8 นักเรียนผลัดกันชิมรสชาติผลงานการทำต้มยำกุ้งของกลุ่มเพื่อนๆ และให้คะแนนกลุ่มเพื่อน

2.9 ครูประกาศผลคะแนนที่นักเรียนให้คะแนนกลุ่มเพื่อนๆ ว่ากลุ่มใดได้คะแนนสูงสุด พร้อมทั้งให้คำแนะนำ

### 3. ขั้นสรุป

นักเรียนและครูร่วมกันสรุปวิธีทำต้มยำกุ้ง อาหารประจำชาติไทย ให้มีรสชาติที่อร่อย มีหน้าตาน่ารับประทาน

## สื่อการเรียนการสอน

1. ใบความรู้ที่ 11 เรื่อง ต้มยำกุ้ง อาหารประจำชาติไทย
2. คลิปวิดีโอการทำต้มยำกุ้ง
3. วัสดุ – อุปกรณ์การทำต้มยำกุ้ง
4. แบบประเมินการปฏิบัติงานเป็นรายบุคคล และรายกลุ่ม

## การวัดผลและประเมินผล

วิธีการประเมินผลการเรียนรู้	เครื่องมือประเมินผลการเรียนรู้
- การประเมินการปฏิบัติงานเป็นรายบุคคล และรายกลุ่ม	-แบบประเมินพฤติกรรมการปฏิบัติงานเป็น รายบุคคล และรายกลุ่ม

## 8. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## ใบความรู้ที่ 11

### เรื่อง ต้มยำกุ้ง อาหารประจำชาติไทย



#### ส่วนผสม

- |  |     |          |
|--|-----|----------|
| 1. กุ้งกุลาดำตัวใหญ่ หรือกุ้งแม่น้ำ                | 500 | กรัม     |
| 2. เห็ดฟางผ่าครึ่ง                                 | 100 | กรัม     |
| 3. พริกชี้หนูโหลกหยาบ                              | 15  | เม็ด     |
| 4. ใบมะกรูดฉีกเอาก้านออก                           | 5   | ใบ       |
| 5. ข่าหั่นแว่น                                     | 4   | แว่น     |
| 6. ตะไคร้ทุบแล้วหั่นท่อน                           | 2   | ต้น      |
| 7. น้ำพริกเผา                                      | 3   | ช้อนโต๊ะ |
| 8. มะนาว   | 1   | ลูก      |
| 9. กะทิหรือนมข้นจืด                                | 1/2 | ถ้วย     |
| 10. น้ำตาล   | 1/2 | ช้อนโต๊ะ |
| 11. น้ำปลา   | 3   | ช้อนโต๊ะ |
| 12. ผักชี โขยหน้า                                  |     | หยิบมือ  |
| 13. เกลือ  |     | หยิบมือ  |
| 14. น้ำซุปล (ถ้าไม่มีเป็นซุปลสำเร็จรูปกับน้ำเปล่า) |     |          |

## วิธีทำ

1. ก่อนอื่นต้องแกะเปลือกกุ้งผ่าเอาเส้นดำออกล้างให้สะอาด หั่นเครื่องต้มยำ พริก ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูดและเห็ด ให้พร้อม
2. นำน้ำซุ้ไปตั้งไฟให้เดือด ใส่เครื่องต้มยำลงไปให้หมด ให้เดือดอีกครั้งก็ใส่กุ้งที่เตรียมไว้ลงไป
3. หลังจากใส่กุ้งลงไปแล้ว ให้ใส่น้ำตาล น้ำปลา พริกชี้ฟ้า พริกเผา ตามด้วยเห็ดฟาง
4. ปิดเตาไฟ เดิมกะทิ หรือนมข้นจืด แล้วค่อยปรุงด้วยมะนาว (เคล็ดลับการบีบน้ำมะนาวใส่น้ำที่กำลังเดือดทำให้มะนาวขมได้) โรยเกลือชนิดหนอยเพื่อดึงรสเปรี้ยวหวานเค็มให้เข้มข้นมากยิ่งขึ้น
5. จัดชามเสิร์ฟ หั่นผักโรยหน้า เพิ่มความหอม



## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### 1. ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูยกตัวอย่าง เช่น ต้มยำกุ้ง แล้วครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับการจำหน่าย ต้มยำกุ้ง และราคาของต้มยำกุ้งที่ขายในร้านอาหาร

### 2. ขั้นสอน

2.1 นักเรียนกลุ่มเดิม ร่วมกันศึกษาใบความรู้ที่ 12 เรื่อง การคิดราคาต้นทุน การทำอาหารขาย

2.2 นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มจับสลาก ชื่อ กลุ่มอาหารประจำชาติอาเซียน เพื่อทดลอง คิดราคขายอาหารที่ทำขึ้น (ตามชื่ออาหารที่จับสลากได้)

2.3 ครูแจกใบรายการราคาต้นทุนที่นำมาทำอาหารให้กับนักเรียนได้ศึกษา เพื่อทดลองคิดราคาขายอาหารที่ทำขึ้น และนักเรียนร่วมกันวางแผนเกี่ยวกับแนวทางการขายอาหาร

2.4 นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอราคาขายอาหารที่ทำ พร้อมทั้งอธิบายเหตุผล และนำเสนอแนวทางการขายอาหารที่ทำขึ้น

2.5 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปราคาขายอาหารที่เหมาะสม

2.6 ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับแนวทางการขายอาหาร และโดยวิเคราะห์ผลดีและผลเสียของระบบการขายในสถานที่ต่าง ๆ ร่วมกันกำหนดวิธีการขาย ขั้นตอนการขาย เป็นต้น

### 3. ขั้นสรุป

นักเรียนแต่ละกลุ่มเสนอแนะแนวทางในการเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์อาหาร เช่น การประชาสัมพันธ์ในชุมชนต่างๆ การติดป้ายประกาศ การสาธิตการทำอาหาร เป็นต้น

## สื่อการเรียนการสอน

1. ใบความรู้ที่ 12 เรื่อง การคิดราคาต้นทุนการผลิต
2. แบบประเมินการปฏิบัติงานเป็นรายบุคคล และรายกลุ่ม

## การวัดผลและประเมินผล

วิธีการประเมินผลการเรียนรู้	เครื่องมือประเมินผลการเรียนรู้
- การประเมินการปฏิบัติงานเป็นรายบุคคล และรายกลุ่ม	-แบบประเมินพฤติกรรมการปฏิบัติงานเป็นรายบุคคล และรายกลุ่ม

**8. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.

## ใบความรู้ที่ 12

### การคำนวณค่าใช้จ่าย กำหนดราคา และการจัดจำหน่าย

#### หลักการคิดต้นทุน กำไร ราคาขาย หรือบริการ

การจัดจำหน่ายผลิตภัณฑ์ จำเป็นที่ผู้ผลิตจะต้องมีความรู้ด้านการคิดต้นทุนกำไร เพื่อช่วยให้การจำหน่ายไม่ขาดทุน หรือได้กำไรตามที่ต้องการ ดังนั้นผู้ผลิตจะต้องรู้ความหมายของค่า และหลักการคิดต้นทุน กำไร และราคาขาย

#### ความหมายของค่าต่าง ๆ ในการคิดต้นทุน กำไร และราคาขาย

1. ต้นทุน หมายถึง การใช้จ่ายต่าง ๆ ในการดำเนินกิจกรรมทั้งในส่วนของวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องมือ ค่าสีกรหอบ ค่าสถานที่ ค่าใช้จ่ายต่าง ๆ และค่าแรง มีความหมายดังนี้

1.1 ค่าวัสดุ หมายถึง รายการใช้จ่ายต่าง ๆ ที่ใช้ในการทำอาหาร

1.2 ค่าแรง หมายถึง ค่าใช้จ่ายให้ลูกจ้าง ลูกน้อง ผู้ผลิตเอง

1.3 ค่าสีกรหอบ หมายถึง ค่าเสื่อมของเครื่องมืออุปกรณ์ เช่น กระทะ หม้อ ตะหลิว ทัพพี เป็นต้น

1.4 ค่าสถานที่ หมายถึง หรือค่าสถานที่ตั้งจำหน่าย

1.5 ค่าใช้จ่ายอื่น ๆ เช่น ค่าน้ำ ค่าไฟ ค่าพาหนะ ค่าแก๊ส เป็นต้น

2. กำไร หมายถึง เงินส่วนที่ได้รับเกินจากทุน หรือจะกล่าวว่า กำไร คือ เงินที่ได้จากการขายสินค้าที่หักต้นทุนออกแล้ว

3. ราคาขาย หมายถึง มูลค่าของสินค้า ซึ่งรวมค่าใช้จ่ายต่าง ๆ และกำไรซึ่งตีราคาเป็นตัวเงิน

**การคิดต้นทุน** ผู้ขายจะต้องคิดจากราคาสินค้าทั้งหมดรวมกับค่าสีกรหอบของเครื่องใช้ เช่น ค่าแรง ค่าขนส่ง ค่าพาหนะ ค่าน้ำ ค่าไฟ ค่าแก๊ส

**การคิดกำไร** ขึ้นอยู่กับผู้ผลิตว่าต้องการกำไรเท่าไร เช่น 40% 50% หรือ 60%

**การกำหนดราคาขาย** ผู้ขายต้องคิดต้นทุนทั้งหมด บวกด้วยกำไรที่ต้องการ ก็จะเป็นราคาขาย การกำหนดราคาขายบางครั้งต้องมีการลยทุท มิฉะนั้นอาจจะขายของไม่ได้ การกำหนดราคาขายจึงควรคำนึงถึงสถานการณ์ และสภาพความต้องการของตลาด ถ้าผู้บริโภคมีกำลังซื้อสูง มีความต้องการมาก ก็ควรกำหนดราคาให้สูง เพื่อจะได้มีกำไรมาก

### ตัวอย่างการคำนวณหาต้นทุน การทำต้มยำกุ้งจำหน่าย

ที่	รายการ	จำนวน	ราคาต่อหน่วย	เป็นเงิน
1	กุ้ง	1/2 กิโลกรัม	กิโลกรัมละ 200 บาท	100 บาท
2	เห็ดฟาง	1 ซีด	ซีดละ 30 บาท	30 บาท
3.	เครื่องต้มยำ	1 ชุด	ชุดละ 5 บาท	5 บาท
4.	น้ำพริกเผา	3 ซ้อนโต๊ะ	กระปุกละ 30 บาท	10 บาท
5.	มะนาว	5 ลูก	ลูกละ 5 บาท	5 บาท
6.	กะทิ	2 1/2 ซีด	กิโลกรัมละ 70 บาท	17.50 บาท
7.	ผักชี	2 ต้น	กำละ 10 บาท	5 บาท
8.	เครื่องปรุงต่างๆ			10 บาท
4	ค่าอุปกรณ์อื่นๆ	-	20 บาท	20 บาท
5	ค่าน้ำ	-	10 บาท	10 บาท
6	ค่าไฟฟ้า	-	10 บาท	10 บาท
7.	ค่าแก๊ส		20 บาท	20 บาท
8	ค่ารถไปซื้อของ	1 คน	20 บาท	20 บาท
รวมทั้งสิ้น				262.50 บาท
ต้องการกำไร 50 % ก็เอา $(262.50 \times 50) / 100 = 131.25$				
ดังนั้นต้นทุน + กำไรที่ต้องการคือ $262.50 + 131.25 = 393.75$ บาท				
ต้มยำกุ้งที่ทำได้ 4 ถ้วย				
สรุปราคาต้มยำกุ้งเท่ากับ ราคาถ้วยละ 99 บาท				

## การจัดจำหน่าย

### แนวทางการจัดจำหน่ายอาหาร

1. ทำเป็นร้านขายอาหาร
2. ทำขายเป็นชุด ขายในตลาดแบบแผงลอย ณ สถานที่ขายสินค้าต่างๆ เช่น ตลาดนัด แหล่งท่องเที่ยวที่สามารถตั้งโต๊ะขายอาหารได้ เป็นต้น
3. ทำเป็นแพ็คเกจ และนำไปส่งกับผู้ซื้อที่สั่งซื้ออาหารตามที่ทำงาน

### การจัดจำหน่ายสินค้า ผู้ขายจะต้องเลือกปฏิบัติ ในสิ่งต่อไปนี้

1. การกำหนดวิธีขาย ใช้วิธีเร่ขาย แผงลอย เปิดร้านค้า และบริการ ซึ่งนักเรียนควรเลือกให้เหมาะสมกับสภาพของท้องถิ่น
2. การหาตลาด การหาตลาดเพื่อจัดจำหน่าย ควรเลือกทำเลจำหน่าย ควรเลือกสถานที่ที่มีผู้คนสัญจรไปมา มากเพียงพอ หรือเป็นแหล่งที่สะดวกต่อการไปมาของผู้ซื้อ
3. ทำประชาสัมพันธ์การโฆษณา เช่น
  - บอกเพื่อน ๆ
  - ทำแผ่นปลิวแจกสถานที่ต่างๆ
  - โฆษณาผ่านสื่อเทคโนโลยีต่างๆ เช่น Line , Facebook , วิทยุ เป็นต้น
  - จัดการสาธิตการทำอาหาร

### คุณธรรม จริยธรรมของผู้จัดจำหน่าย หรือผู้ให้บริการ

ผู้ประกอบการธุรกิจต่าง ๆ ควรมีคุณธรรม จริยธรรมที่ดีงาม เพราะจะช่วยให้ผู้อยากซื้อ ซึ่งเป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้ธุรกิจประสบความสำเร็จ

### คุณสมบัติของผู้จัดจำหน่าย ควรมีลักษณะ ดังนี้

1. แต่งกายสะอาดเรียบร้อย
2. หน้าตายิ้มแย้มแจ่มใส พูดจาไพเราะ แสดงกริยามารยาทด้วยอัธยาศัยที่ดีงาม
3. มีความซื่อสัตย์ สุจริต ไม่หลอกลวงผู้ซื้อ ไม่ค้ากำไรเกินควร ไม่ปิดบังซ่อนของเสียไว้ไม่ให้มองเห็นผิด ไม่คิดราคาเกิน ไม่ผัดพ้อหมาย
4. มีความขยันขันแข็ง ไม่แสดงความเกียจคร้านให้ผู้อื่นเห็น
5. ไม่พูดมากเกินไป

### กิจกรรมฝึกคิด

คำชี้แจง ให้นักเรียนลองคิดคำนวณต้นทุน และราคาขายอาหารของนักเรียน  
โดยสอบถามราคาวัสดุอุปกรณ์จากครูได้

ชื่อกลุ่ม.....ชื่ออาหาร.....

ที่	รายการ	จำนวน	ราคาต่อหน่วย	เป็นเงิน
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				

## แบบสังเกตพฤติกรรมระหว่างเรียน (รายบุคคล)

ชื่อ..... ชั้น..... เลขที่.....

ลำดับที่	พฤติกรรม	คุณภาพการปฏิบัติ		
		3	2	1
1	ความสนใจในการเรียน			
2	ความตั้งใจในการทำงาน			
3	ความรับผิดชอบ			
4	ตรงต่อเวลา			
5	ความสะอาด เรียบร้อย			
6	ผลสำเร็จของผลงาน			
รวม				

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน  
...../...../.....

### เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	=	ดี	ให้	3	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	=	พอใช้	ให้	2	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้งหรือน้อยครั้ง	=	ปรับปรุง	ให้	1	คะแนน

### เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
15-18	ดีมาก
12 - 14	ดี
9 - 11	พอใช้
1-8	ปรับปรุง

## แบบประเมินพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม

ชื่อกลุ่ม.....

สมาชิกกลุ่ม

1. .... 2. ....  
 3. .... 4. ....  
 5. .... 6. ....  
 7. .... 8. ....

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความเป็นจริง

รายการพฤติกรรม	คุณภาพการปฏิบัติ			
	ดีมาก (3)	ดี (2)	พอใช้ (1)	ปรับปรุง (0)
1. การวางแผนในการทำงานร่วมกัน				
2. การมอบหมายงานในกลุ่ม				
3. การร่วมมือของสมาชิกในกลุ่ม				
4. การปฏิบัติงานตามแผนและขั้นตอน				
5. ผลงานสำเร็จตามขั้นตอน				
6. คุณภาพของงาน				
คะแนนรวม				
ระดับคุณภาพ				

### เกณฑ์การให้คะแนนคุณภาพการปฏิบัติ

พฤติกรรมหรือผลงานปรากฏชัดเจน ได้ 3 คะแนน

พฤติกรรมหรือผลงานปรากฏค่อนข้างชัดเจน ได้ 2 คะแนน

พฤติกรรมหรือผลงานปรากฏบ้างเล็กน้อย ได้ 1 คะแนน

ไม่มีผลงาน ไม่ได้ปฏิบัติ ได้ 0 คะแนน

### เกณฑ์การตัดสินคุณภาพการปฏิบัติ

ช่วงคะแนน 16-18 คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก (3)

ช่วงคะแนน 11-15 คะแนน ระดับคุณภาพ ดี (2)

ช่วงคะแนน 6-10 คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้ (1)

ช่วงคะแนน 0-5 คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง (0)