

ชื่อหลักสูตร การแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ

จำนวน ๔ ชั่วโมง

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอเมืองฉะเชิงเทรา

ความเป็นมา

ตามนโยบาย กรมส่งเสริมการเรียนรู้ มีนโยบายมุ่งเน้นการจัดการศึกษาอาชีพเพื่อการมีงานทำอย่างยั่งยืน โดยให้ความสำคัญกับการจัดการศึกษาอาชีพการมีงานทำใน ๕ กลุ่มอาชีพประกอบด้วย อาชีพเกษตรกรรม อุตสาหกรรม พาณิชยกรรม ความคิดสร้างสรรค์กลุ่มอำนวยการและอาชีพ เฉพาะทางที่สอดคล้องกับศักยภาพของแต่ละพื้นที่ เพื่อให้ผู้เรียนสามารถนำความรู้ความสามารถ เจตคติที่ดี ต่อการประกอบอาชีพและทักษะที่พัฒนาขึ้นไปใช้ประโยชน์ในการสร้างรายได้

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอเมืองฉะเชิงเทรา เห็นความสำคัญของการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาอาชีพ และเป็นภารกิจที่สำคัญของสถานศึกษาในสังกัดที่มุ่งส่งเสริมให้ประชาชนได้มีโอกาสเรียนรู้ต่อเนื่องได้ตลอดชีวิต จึงจัดวิชาชีพการแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ และการต่อยอดอาชีพ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการนำความรู้ที่ได้รับไปประกอบอาชีพและใช้ในชีวิตประจำวันได้

หลักการของหลักสูตร

การจัดการศึกษาเพื่อการพัฒนา อาชีพเพื่อการมีงานทำ กำหนดหลักการไว้ดังนี้

๑. เป็นหลักสูตรที่เน้นการบูรณาการให้สอดคล้องกับศักยภาพด้านต่างๆ ๕ ด้าน ได้แก่ ศักยภาพของทรัพยากรธรรมชาติในแต่ละพื้นที่ ศักยภาพของพื้นที่ ตามลักษณะภูมิอากาศ ศักยภาพภูมิประเทศและทำเลที่ตั้งของแต่ละประเทศ ศักยภาพของศิลปะ วัฒนธรรม ประเพณี และวิถีชีวิตของแต่ละพื้นที่ และศักยภาพของทรัพยากรมนุษย์ในแต่ละพื้นที่

๒. มุ่งพัฒนาคนไทยให้ได้รับการศึกษาเพื่อพัฒนาอาชีพและการมีงานทำอย่างมีคุณภาพทั้งถึงและเท่าเทียมกัน สามารถสร้างรายได้ที่มั่นคง และเป็นบุคคลที่มีวินัยเตรียมไปด้วยคุณธรรม จริยธรรม มีจิตสำนึกความรับผิดชอบต่อตนเอง ผู้อื่น และสังคม

๓. ส่งเสริมให้มีความร่วมมือในการดำเนินงานร่วมกับภาคีเครือข่าย

๔. เน้นการฝึกปฏิบัติจริงเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจ และสามารถนำไปประกอบอาชีพให้เกิดรายได้ที่มั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืนในอาชีพ ส่งเสริมให้มีการเทียบโอนความรู้และประสบการณ์เข้าสู่หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน

จุดมุ่งหมาย

๑. ผู้เรียนเห็นช่องทางในการนำไปประกอบอาชีพ
๒. ผู้เรียนมีความรู้ ความสามารถและมีทักษะในการแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ
๓. ผู้เรียนสามารถประกอบอาชีพได้ หรือเพิ่มรายได้ให้ครอบครัว หรือต่อยอดอาชีพได้

เป้าหมาย

๑. ผู้ที่ไม่มีอาชีพ
๒. ผู้ที่มีอาชีพและต้องการพัฒนาอาชีพ

ระยะเวลา

หลักสูตรโครงการศูนย์ฝึกอาชีพชุมชน(กลุ่มสนใจไม่เกิน ๓๐ ชั่วโมง) ใช้เวลาเรียนทั้งหมด จำนวน ๔ ชั่วโมง

ภาคทฤษฎี ๑ ชั่วโมง

ภาคปฏิบัติ ๓ ชั่วโมง

โครงการการแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๑	อุปกรณ์การแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ และการเตรียมวัสดุ	- มีความรู้ ความเข้าใจและเตรียมวัสดุการแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ	- อุปกรณ์และการแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ มีดังนี้ ปลากระพง รากผักชี เกลือ กระเทียม ซีอิ้วขาว ซอลปรุงรส ซอสปรุงรส ผงปรุงรส พริกไทยป่น ต้นหอม ขึ้นฉ่าย ข่าอ่อน ตะไคร้	- วิทยากรบรรยาย อุปกรณ์ที่ใช้ในการแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ และเทคนิคการเลือกใช้วัสดุการแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ	๓๐ นาที	
๒	การแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ	- เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้พื้นฐานด้านการแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพได้ - สามารถทำการแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพได้	๒.๑ ความรู้พื้นฐานด้านการแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ - ความรู้เกี่ยวกับการแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ - การจัดการควบคุมคุณภาพการแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ ๒.๒ ขั้นตอนการแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ ๑. ขอดเกล็ดปลาแก้าแดงออก แล้วก็แล่ปลาชิ้นใหญ่หรือเล็กตามชอบ และเอาข่าอ่อนไปเผาไฟแล้วสับละเอียด ๒. ทำน้ำซุ้บตั้งโดยหม้อใส่น้ำเปล่า ใส่รากผักชี กระเทียม กุ้งแห้ง และหมึกแห้ง ปรุงรสด้วย	- วิทยากรบรรยาย ขั้นตอนและเทคนิคการแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ ในแต่ละขั้นตอน -วิทยากรให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติตามขั้นตอนการแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ พร้อมกับการตอบข้อสงสัยระหว่างการเรียนการสอน		๓ ชั่วโมง

			<p>เกลือ ซีอิ้วขาว และรสดี ต้มไฟอ่อนไปเรื่อย ๆ ให้หมักและกึ่งนุ่ม</p> <p>๓. ต้มหม้อต้มข้าวโดยข้าวที่ใช้เป็นหอมมะลิต่างจะขึ้น ตั้งไฟจนเม็ดข้าวบาน แล้วรินน้ำทิ้งล้างยางออกเพื่อให้ข้าวสวยคงเม็ด และน้ำซุปรมีความใสไม่ขุ่น</p> <p>๔. ตักน้ำซุปรใส่หม้อพอประมาณ แล้วใส่ข้าวลงไป เติมห้าป่น ตั้งฉ่าย ต้มแต่พอเดือดเอาเนื้อปลาลงไปลวกในน้ำซุปร ระยะเวลาสุกขึ้นอยู่กับความหน้างบางของชิ้นปลา สังเกตจากหนังปลาชั้นล่างที่ติดเนื้อเริ่มใส เป็นอันสุกใช้ได้</p> <p>๕. ตักใส่ชาม เติมพริกไทยกระเทียมเจียวขึ้นฉ่าย และต้นหอมตามความชอบ ถ้าชอบเผ็ดก็เพิ่มพริกน้ำส้มกับพริกป่น ก็จะได้ความอร่อยอีกแบบ หรือจะกินแบบลวกจิ้มก็แค่เอาเนื้อไปลวกพอสุก กินกับน้ำจิ้มเต้าเจี้ยวใส่พริกสับนิดเดียว แนนด้วยใบและก้านขึ้นฉ่าย</p>			
๓	การจัดการและการจำหน่าย	- แสวงหาเทคนิคการจัดการและ	การจัดการและการจำหน่าย	- วิทยากรบรรยายเทคนิคการแปรรูป	๓๐ นาที	

		การจำหน่าย ผลิตภัณฑ์และ การมีคุณธรรมใน การประกอบ อาชีพ	การเลือกทำเล /การ จำหน่าย - คุณธรรมในการ ประกอบอาชีพ	อาหารเพื่อสุขภาพ เพื่อให้เกิดเอกลักษณ์ และเป็นที่สนใจของผู้ ซื้อมากขึ้น รวมถึง สอดแทรกคุณธรรมใน การประกอบอาชีพ		
					๑ ชั่วโมง	๓ ชั่วโมง

สื่อการเรียน

ในการจัดการเรียนรู้ ใช้สื่อการเรียนรู้อันหลากหลาย ได้แก่ สื่อสิ่งพิมพ์ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ สื่อบุคคล ภูมิปัญญา แหล่งเรียนรู้ที่มีอยู่ในท้องถิ่น

การวัดผลประเมินผล

๑. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
๒. การประเมินผลงานการปฏิบัติระหว่างเรียนความสำเร็จของการปฏิบัติและจบหลักสูตร

การจบหลักสูตร

๑. มีเวลาเรียน ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐
๒. มีผลการประเมินตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
๓. มีผลงานการประเมินทดสอบที่มีคุณภาพตามหลักเกณฑ์การแปรรูปอาหารเพื่อสุขภาพ

เอกสารหลักฐานการศึกษาที่จะได้รับ

-