

# รายวิชาการงานอาชีพ

รหัสวิชา ง๒๓๑๐๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

เรื่อง การประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ

ครูผู้สอน ครูนิสสรณ์ เขิญทอง

ครูบุษรินทร์ พรมทา



# เรื่อง การประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ





# ประเภทเครื่องดื่ม

๑. เครื่องดื่มประเภทนม

๒. เครื่องดื่มประเภทผักและผลไม้

๓. เครื่องดื่มประเภทธัญพืช



## จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. นักเรียนสามารถอธิบายขั้นตอนการประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพได้
๒. นักเรียนประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพได้
๓. นักเรียนเลือกใช้ภาชนะที่เหมาะสมในการใส่เครื่องดื่มได้
๔. นักเรียนมีวินัยใฝ่เรียนรู้มุ่งมั่นในการทำงาน

## เกณฑ์การประเมิน

การประเมินการประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพดังนี้

- การตกแต่งแก้วเครื่องดื่ม
- รสชาติของเครื่องดื่ม
- การเลือกใช้วัตถุดิบในท้องถิ่นในการประกอบเครื่องดื่ม
- คุณค่าทางโภชนาการ
- สุขลักษณะในการประกอบเครื่องดื่ม





# น้ำตะไคร้ใบเตย



ที่มา <https://cooking.kapook.com/view๒๑๔๓๒๒.html>



# ๑. ตะไคร้ ๕ ต้น



ที่มา: <https://sites.google.com/site/benjamaacthbotanicschool/๑๙-takhir>



## ๒. ใบเตยแก่ ๙-๑๐ ใบ

ที่มา : <https://www.pinterest.com/pin/๘๔๗๐๒๘๖๔๒๓๙๐๐๔๘๕๐๐/>







๓. น้ำ ๑ ลิตร





ที่มา : <https://today.line.me/th/v๒/article/Wxpenv?imageSlideIndex=๐>

# ๔. เกลือปน

## ๑ ซ่อนชา





# ๕. น้ำตาลทราย

## ๕-๑๐ ซ็อนโตะะ

ที่มา: <https://fit-d.com/food/view/MTAxMg,/> ข้อมูลโภชนาการ%๒๐แคลอรี%๒๐น้ำตาลทรายขาว







# น้ำแตงโมปั่น



ที่มา : <https://cooking.kapook.com/view/๗๖๐๐.html>



๑. เนื้อแตงโมแกะเมล็ดออก  
หั่นชิ้นเล็ก ๆ  
๒๐๐ กรัม

ที่มา:<https://www.pinterest.com/pin/๖๓๗๑๑๘๖๗๕๐๙๖๑๕๖๖๖/>







ที่มา : <https://www.healthline.com/nutrition/invert-sugar>

## ๒. น้ำเชื่อม

### ๓-๔ ช้อนโต๊ะ





ที่มา : <https://today.line.me/th/v๒/article/Wxpenv?imageSlideIndex=๐>

# ๓. เกลือปน ๑/๒ ซ่อนชา





๔. น้ำมะนาว

๑ ช้อนโต๊ะ









## ใบงานที่ ๔ เรื่องแบบบันทึก การประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ

คำชี้แจง ให้นักเรียนบันทึกการปฏิบัติงานจากการ  
ประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพตามขั้นตอนดังนี้



## ๑. วิเคราะห์งาน

๑.๑ เครื่องดื่มเพื่อสุขภาพที่นักเรียนประกอบ คือ

---

๑.๒ ประเภทเครื่องดื่ม คือ

---

๑.๓ ส่วนผสมที่ใช้ในการประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพของนักเรียน ได้แก่

---

๑.๔ วิธีทำ

---

๑.๕ อุปกรณ์ที่ใช้ ได้แก่

---

## ๒. การวางแผนการทำงาน

- กลุ่มของนักเรียนวางแผนการทำงานอย่างไร
- 

## ๓. การปฏิบัติงาน

- ๓.๑ ระหว่างปฏิบัติงานกลุ่มของนักเรียนพบปัญหาหรือไม่อย่างไร
-

## ๓.๒ กลุ่มของนักเรียนแก้ไขปัญหานั้นอย่างไร

---

### ๔. การประเมินผล

๔.๑ ให้นักเรียนอธิบายลักษณะของเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ  
รสชาติของกลุ่มตนเอง

---

## ๔.๒ ให้นักเรียนประเมินผลงานของกลุ่มของตนเอง

| รายการประเมิน                                | คะแนน     |        |           |              |
|--|-----------|--------|-----------|--------------|
|  | ดีมาก (๔) | ดี (๓) | พอใช้ (๒) | ปรับปรุง (๑) |
| ๑. การตกแต่งแก้วเครื่องดื่ม                  |           |        |           |              |
| ๒. รสชาติของเครื่องดื่ม                      |           |        |           |              |
| ๓. การเลือกใช้วัตถุดิบในการประกอบเครื่องดื่ม |           |        |           |              |
| ๔. คุณค่าทางโภชนาการ                         |           |        |           |              |
| ๕. สุขลักษณะในการประกอบเครื่องดื่ม           |           |        |           |              |





### ๔.๓ ผลงานของกลุ่มนักเรียนอยู่ในระดับใด

○ ดีมาก

○ ดี

○ พอใช้

○ ควรปรับปรุง

สิ่งที่ต้องเตรียม  
ในชั่วโมงต่อไป



ใบความรู้

เรื่อง ความหมายความสำคัญของการ  
แปรรูปผลผลิตทางการเกษตร

---

ใบงาน

เรื่อง การแปรรูปผลผลิตทาง  
การเกษตรในท้องถิ่น



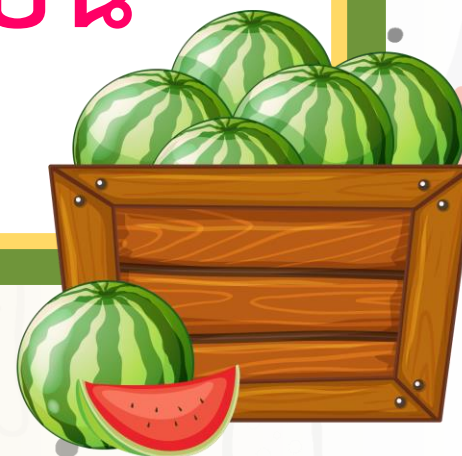
ที่มา <https://cooking.kapook.com/view๒๑๔๓๒๒.html>

# ขั้นตอนการทำ น้ำตะไคร้ใบเตย





# ขั้นตอนการทำ น้ำแตงโมปั่น



ที่มา : <https://cooking.kapook.com/view7๘๖๐๐.html>