ใบงานที่ ๓ เรื่อง เครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การประกอบอาหารและเครื่องดื่ม
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง เครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ
รายวิชา การงานอาชีพ ๕ รหัสวิชา ง๒๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

ชื่อสมาชิกในกลุ่ม

๑.....ชั้น.....เลขที่.....
๒.....ชั้น.....เลขที่.....
๓.....ชั้น.....เลขที่.....
๔.....ชั้น.....เลขที่.....
๕.....ชั้น.....เลขที่.....
๖.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนหาข้อมูลเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพที่กลุ่มตนเองจะนำมาปฏิบัติงานในชั่วโมงถัดไป และเติมคำตอบให้ถูกต้อง (๑๐ คะแนน)

๑. ชื่อเครื่องดื่ม

.....

๒. ประเภทเครื่องดื่ม

.....

๓. วาดภาพเครื่องดื่ม พร้อมตกแต่งให้สวยงาม

๔. วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการประกอบ จัดตกแต่ง และบริการเครื่องดื่ม

.....

.....

.....

.....

.....

.....

๕. ประโยชน์ของเครื่องดื่ม

.....

.....

.....

.....

.....

.....

เฉลย ใบงานที่ เรื่อง เครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การประกอบอาหารและเครื่องดื่ม

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง เครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ

รายวิชา การงานอาชีพ ๕ รหัสวิชา ง๒๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

ชื่อสมาชิกในกลุ่ม

๑.....ชั้น.....เลขที่.....

๒.....ชั้น.....เลขที่.....

๓.....ชั้น.....เลขที่.....

๔.....ชั้น.....เลขที่.....

๕.....ชั้น.....เลขที่.....

๖.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนหาข้อมูลเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพที่กลุ่มตนเองจะนำมาปฏิบัติงานในชั่วโมงถัดไป และเติมคำตอบให้ถูกต้อง

๑. ชื่อเครื่องดื่ม

น้ำอัญชันมะนาว

๒. ประเภทเครื่องดื่ม

เครื่องดื่มประเภทผักและผลไม้

๓. วาดภาพเครื่องดื่ม พร้อมตกแต่งให้สวยงาม

๔. วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการประกอบ จัดตกแต่ง และบริการเครื่องดื่ม

- ถ้วยตวงของเหลว
- ถ้วยตวงของแห้ง
- ช้อนตวง
- หม้อต้ม
- ผ้าขาวบาง
- ทัพพีตักเครื่องดื่ม
- มีดและเขียง
- แก้วใสมีก้าน

๕. ประโยชน์ของเครื่องดื่ม

๑. อัญชันมีสารต้านอนุมูลอิสสระอยู่เป็นจำนวนมาก จึงช่วยบำรุงสายตา แก้อาการตาฝ้าฟาง ช่วยให้มองเห็นได้ดีขึ้น

๒. ช่วยเสริมสร้างภูมิต้านทานให้กับร่างกายป้องกันหวัดได้ดี เนื่องจากมีการทำงานร่วมกันกับน้ำมะนาว ใช้ดื่มแก้เจ็บคอ ดับกระหายคลายร้อน

๓. ช่วยต้านความชรา ช่วยชะลอวัย และลดริ้วรอย ผิวหยาบกร้านให้ดีขึ้น

๔. ช่วยแก้อาการฟกช้ำ โดยสารแอนโทไซยานินจะเป็นตัวช่วยลดการจับตัวของเลือดบริเวณรอยช้ำให้หายเร็วขึ้น