# รายวิชา การงานอาชีพ

รหัสวิชา ง๒๓๑๐๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ การประกอบอาหารและเครื่องดื่ม

## เรื่อง การประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ

ครูผู้สอน ครูณภัทร กาญจนะพังคะ

# เรื่อง การประกอบเครื่องดื่ม เพื่อสุขภาพ

# จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. อธิบายขั้นตอนการประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพได้

๒. ประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพได้

๓. วิเคราะห์ความเป็นกรด ด่างของเครื่องดื่มได้

๔. เลือกใช้ภาชนะที่เหมาะสมกับความเป็นกรดด่างของเครื่องดื่มได้

๕. เห็นคุณค่าของทรัพยากรที่มีในท้องถิ่น ที่สามารถนำมาประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพได้

# ประเภทเครื่องดื่ม

๑. เครื่องดื่มประเภทนม

๒. เครื่องดื่มประเภทผักและผลไม้

๓. เครื่องดื่มประเภทธัญพืช

# เกณฑ์การประเมิน

การประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพดังนี้

๑. การตกแต่งแก้วเครื่องดื่ม

๒. รสชาติของเครื่องดื่ม

๓. การเลือกใช้วัตถุดิบในท้องถิ่นในการประกอบอาหาร

๔. คุณค่าทางโภชนาการ

๕. สุขลักษณะในการประกอบอาหาร

# ขั้นตอนการประกอบ
# เครื่องดื่มประเภทผักและผลไม้

# ขั้นตอนการประกอบ
# น้ำผักผลไม้ ๕ สี

# การเตรียมวัตถุดิบและอุปกรณ์

เตรียมผักผลไม้สีตามชอบ

น้ำต้มสุก ๕๐๐ มล.
เพิ่มตามชอบ

เครื่องปั่น

# ๑. น้ำผักผลไม้สีส้ม

แคร์รอต แอปเปิลแดง น้ำต้มสุก ๑/๒ ถ้วยตวง

# ๒. น้ำผักผลไม้สีม่วง

อัญชัน องุ่นดำ บีทรูท น้ำต้มสุก ๑/๒ ถ้วยตวง

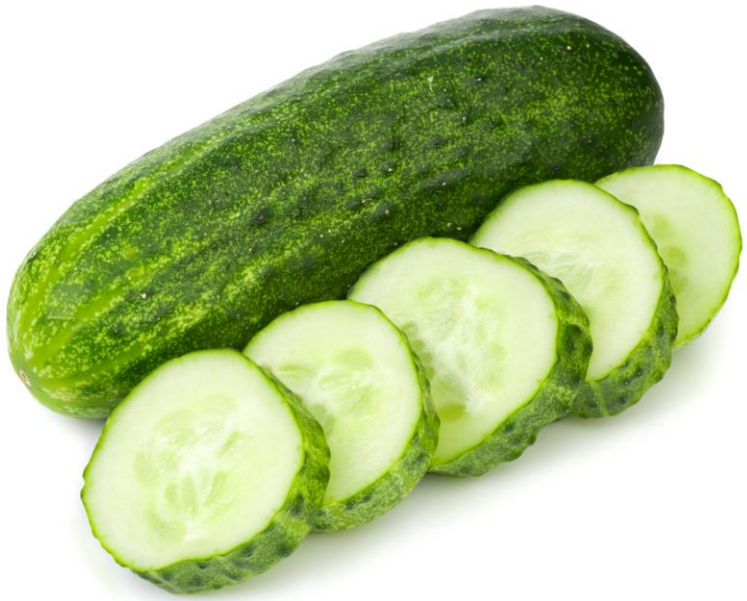
# ๓. น้ำผักผลไม้สีแดง

มะเขือเทศ มะละกอ บีทรูท น้ำต้มสุก ๑/๒ ถ้วยตวง

# ๔. น้ำผักผลไม้สีชมพู

บีทรูท แอปเปิลแดง น้ำต้มสุก ๑/๒ ถ้วยตวง

# ๕. น้ำผักผลไม้สีเขียว



ผักวอเตอร์เครส แตงกวา น้ำต้มสุก ๑/๒ ถ้วยตวง

ใบงานที่ ๔ เรื่อง แบบบันทึกการประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การประกอบอาหารและเครื่องดื่ม
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง การประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ
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** ให้นักเรียนบันทึกการปฏิบัติงานจากการประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพตามขั้นตอนดังนี้ (๑๐ คะแนน)

๑. วิเคราะห์งาน

๑.๑ เครื่องดื่มเพื่อสุขภาพที่นักเรียนประกอบ คือ

.....

๑.๒ ประเภทเครื่องดื่ม คือ

.....

๑.๓ ส่วนผสมที่ใช้ในการประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพของนักเรียน ได้แก่

.....
.....
.....
.....
.....
.....

๑.๔ อุปกรณ์ที่ใช้ ได้แก่

.....
.....
.....
.....
.....
.....

# ใบงานที่ ๔

## เรื่อง แบบบันทึกการประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ

(สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th)

# ใบงานที่ ๔ เรื่องแบบบันทึก
# การประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ

<u>คำชี้แจง</u> ให้นักเรียนบันทึกการปฏิบัติงานจากการประกอบเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพตามขั้นตอนดังนี้

## 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. การเลือกใช้วัตถุดิบ ในการประกอบเครื่องดื่ม | | | | |
| ๔. สุขลักษณะในการประกอบ เครื่องดื่ม | | | | |
| ๕. สุขลักษณะในการประกอบ อาหาร | | | | |

๔.๓ ผลงานของกลุ่มนักเรียนอยู่ในระดับใด

○ ดีมาก ○ ดี ○ พอใช้ ○ ควรปรับปรุง

# สรุปบทเรียน
# นักเรียนนำเสนอ
# และร่วมกันสรุปบทเรียน

# บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง ความหมายความสำคัญของการแปรรูป
ผลผลิตทางการเกษตร

เรื่อง วิธีการแปรรูปผลผลิตทางการเกษตร

ดาวน์โหลดเอกสารเพิ่มเติมได้ที่ www.dltv.ac.th
รายวิชา การงานอาชีพ ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

# สิ่งที่ต้องเตรียม

## ใบความรู้ที่ ๑

## เรื่อง ความหมาย ความสำคัญของการแปรรูปผลผลิต ทางการเกษตร

## ใบงานที่ ๒

## เรื่อง การแปรรูปผลผลิตทางการเกษตรในท้องถิ่น

ดาวน์โหลดเอกสารเพิ่มเติมได้ที่ www.dltv.ac.th

รายวิชา การงานอาชีพ ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

# สิ่งที่ต้องเตรียม

## ใบความรู้ที่ ๒
## เรื่อง วิธีการแปรรูป ผลผลิตทางการเกษตร
## ใบงานที่ ๒
## เรื่อง วิธีการแปรรูปผลผลิตทาง การเกษตรในท้องถิ่น

ดาวน์โหลดเอกสารเพิ่มเติมได้ที่ www.dltv.ac.th
รายวิชา การงานอาชีพ ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓