



ชื่อ : _____ สกุล : _____ วัน _____ เดือน _____ พ.ศ. _____

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง อาหารและโภชนาการ

๑. ประเมินการเรียนรู้ของตนเอง

กาเครื่องหมาย ✓ ในช่องระดับความสามารถของแต่ละกิจกรรมที่นักเรียนคิดว่าทำได้ตามระดับการประเมิน
เหล่านี้ ระดับความสามารถ : ดีมาก ค่อนข้างดี ดี พอใช้ ปรับปรุง



ที่	รายการ	ระดับความสามารถ				
		ดีมาก	ค่อนข้างดี	ดี	พอใช้	ปรับปรุง
๑	การจัดอาหารให้สมาชิกในครอบครัว					
๒	การเตรียม การประกอบอาหารและเครื่องดื่มให้สมาชิกในครอบครัว					
๓	ปฏิบัติการประกอบอาหารคาว (คั่วกลิ้งหมู)					
๔	ปฏิบัติการประกอบอาหารหวาน (สาकुเปียกข้าวโพด)					
๕	ปฏิบัติการประกอบอาหารว่าง (ขนมปังหน้าหมู)					
๖	น้ำอัญชันมะนาว					



๒. สิ่งที่ยังไม่เข้าใจ / ยังทำได้ไม่ดี คือ..... (สามารถเขียนได้มากกว่า ๑ อย่าง)



.....

.....

.....



๓. สิ่งที่ยังตั้งใจจะทำให้ดีขึ้นในการเรียนหน่วยต่อไป (สามารถเขียนได้มากกว่า ๑ อย่าง)

.....

.....

.....

.....