

รายวิชาการงานอาชีพ

รหัสวิชา ง๑๒๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

เรื่อง การช่วยเหลือผู้ปกครองในการเตรียม
ส่วนประกอบในการประกอบอาหาร

ครูผู้สอน ครูศิริมา เนตรสุวรรณ

ครูอรอนงค์ สุดสาคร



เรื่อง

การช่วยเหลือผู้ปกครองในการเตรียม
ส่วนประกอบในการประกอบอาหาร





จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกวิธีการช่วยเหลือผู้ปกครองในการเตรียมส่วนประกอบในการประกอบอาหารได้
๒. วาดภาพระบายสีการจัดเตรียมวัตถุดิบในการประกอบอาหารได้อย่างถูกต้อง
๓. เห็นความสำคัญของการช่วยผู้ปกครองในการเตรียมส่วนประกอบในการประกอบอาหาร



คำถามชวนคิด

ที่บ้านของนักเรียนทำอาหารรับประทานมื้อใดบ้าง

ใครเป็นคนประกอบอาหารที่บ้าน

นักเรียนเคยช่วยผู้ปกครองเตรียมประกอบอาหาร
อะไรบ้าง



การเตรียมส่วนประกอบต่าง ๆ ของอาหาร
ให้พร้อมก่อนการประกอบอาหาร จะทำให้
สะดวกและประหยัดเวลาในการประกอบ
อาหาร



การเตรียมส่วนประกอบ ในการประกอบอาหาร



การเตรียมอาหาร ประเภทเนื้อสัตว์



การเตรียมอาหาร ประเภทเนื้อสัตว์



สัตว์บกได้แก่ เนื้อหมู เนื้อวัว





วิธีการเตรียม

ทำความสะอาดเนื้อหมู เนื้อวัวด้วยน้ำสะอาด
หั่นแบ่งตามขวางชิ้นเนื้อให้มีขนาดสั้นลง โดยหั่น
เป็นชิ้นพอดีคำ

















สัตว์ปีกได้แก่

ไก่ เป็ด ห่าน





วิธีการเตรียม

ทำความสะอาดเนื้อไก่ เนื้อเป็ด เนื้อห่าน
ด้วยน้ำสะอาด ก่อนตัดแยกชิ้นส่วน เช่น
อก น่อง สะโพก ปีก ปีกบน















ที่มา <https://www.duckking.co.th/product/เศษเนื้อเป็ด/>

สัตว์น้ำได้แก่
ปลา หอย กุ้ง
ปลาหมึก





วิธีการเตรียม

ปลามีเกล็ด ขอดเกล็ดปลาก่อนล้างน้ำ
แล้วควักเหงือกและไส้ออกทิ้งไป









วิธีการเตรียม

หอย ล้างหอยด้วยน้ำสะอาดโดยใช้แปรงขัด
หรือล้างน้ำหลาย ๆ ครั้ง หอยบางชนิดต้อง
นำมาแช่น้ำเกลือทิ้งไว้ เพื่อให้หอยคาย
โคลนออกมา





ที่มา <https://pantip.com/topic/31106099> โดย



วิธีการเตรียม

กึ่ง ล้างกึ่งด้วยน้ำสะอาด ใช้มือเด็ดส่วนหัว
กึ่งออก แล้วปอกเปลือกให้เหลือแค่ส่วนหาง
จากนั้นใช้มีดผ่าหลังกึ่งเพื่อดึงเส้นดำออกมา



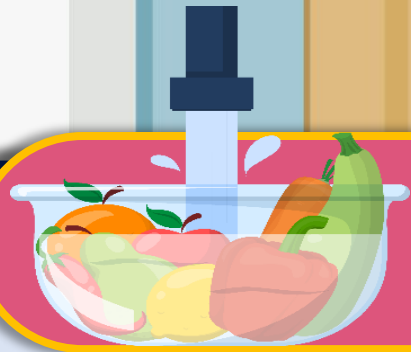




การเตรียมอาหาร

ประเภทผัก



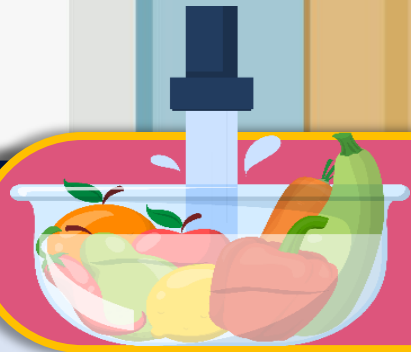


การจัดเตรียมผัก

๑. เลือกส่วนที่กินไม่ได้ออกก่อนหรือตัดรากทิ้ง







การจัดเตรียมผัก

๒. แกะผักมีกาบหรือใบออก ล้างน้ำที่สะอาด
หรือที่สะอาด



๓. ใช้มีดหั่นเป็นท่อน ๆ ใส่ภาชนะเตรียมไว้







กิจกรรมของปลายทางในวันนี้

คำชี้แจงกิจกรรมนักเรียน

นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมวาดภาพ
ระบายสีการจัดเตรียมวัตถุดิบในการ
ประกอบอาหารลงในสมุด

คำชี้แจงกิจกรรมครู

ครูดูแลนักเรียนให้คำแนะนำทำ
กิจกรรมวาดภาพระบายสีการจัดเตรียม
วัตถุดิบในการประกอบอาหาร ลงใน
สมุด พร้อมประเมินตามความ
เหมาะสม

ตัวอย่าง

เรื่อง การเตรียมอาหารเพื่อช่วยผู้ปกครองในการประกอบอาหาร







สรุปบทเรียน

การเตรียมส่วนประกอบต่าง ๆ ของอาหารให้พร้อมก่อนการประกอบอาหาร จะทำให้สะดวกและประหยัดเวลาในการประกอบอาหาร



บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง การประกอบอาหารแบบง่าย ๆ

สิ่งที่ต้องเตรียม

๑. ใบความรู้ที่ ๒๐ การประกอบอาหารแบบง่าย ๆ
 ๒. ใบงานที่ ๑๕ การประกอบอาหารแบบง่าย ๆ /
ภาพอาหาร ๑ ภาพ
 ๓. สมุด ดินสอ สี
- สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th