

รายวิชา การงานอาชีพ

รหัสวิชา ง๑๔๑๐๑

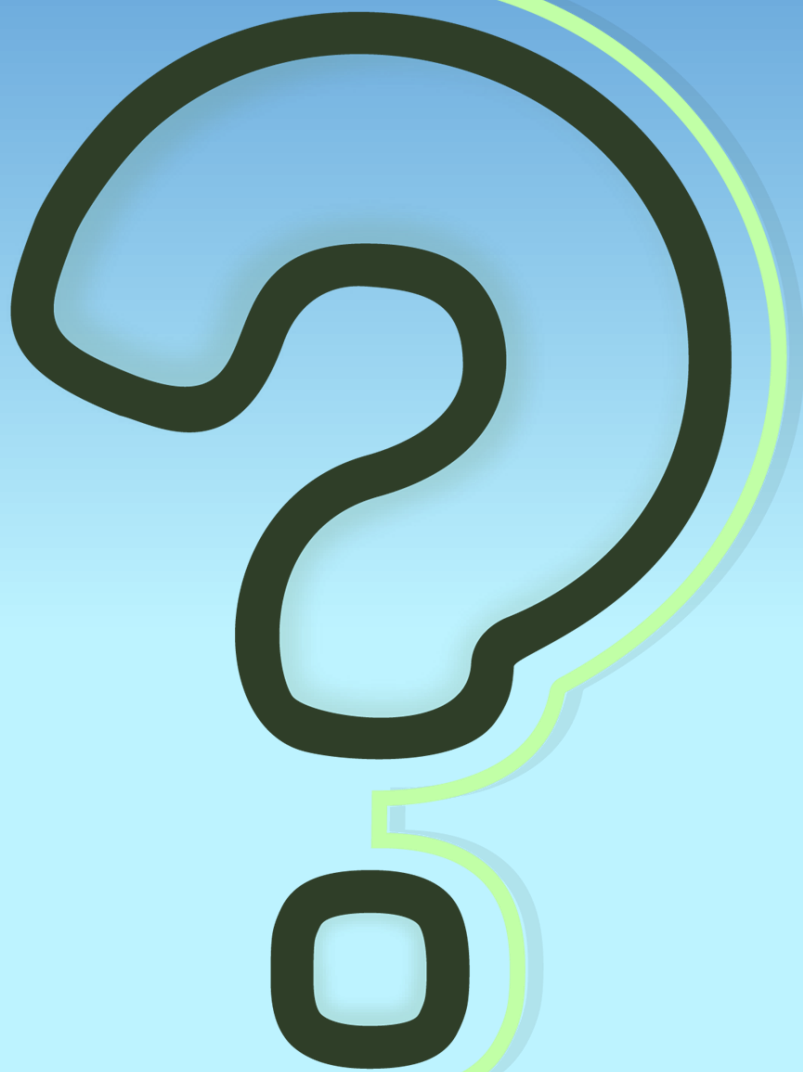
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

เรื่อง... การประกอบอาหารประเภทต่างๆ

ครูผู้สอน ครูสุนทรี สาธูภาพ

ครูณัฐธิยา เนียมสะอาด





จุดประกายความคิด

นักเรียนเคยประกอบอาหาร
อะไรบ้าง

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. อธิบายการประกอบอาหารประเภทต่าง ๆ ได้
๒. เขียนแผนผังความคิดการประกอบอาหารประเภทต่าง ๆ ได้
๓. มีความรับผิดชอบในการทำงาน



การประกอบอาหาร ประเภทต่าง ๆ



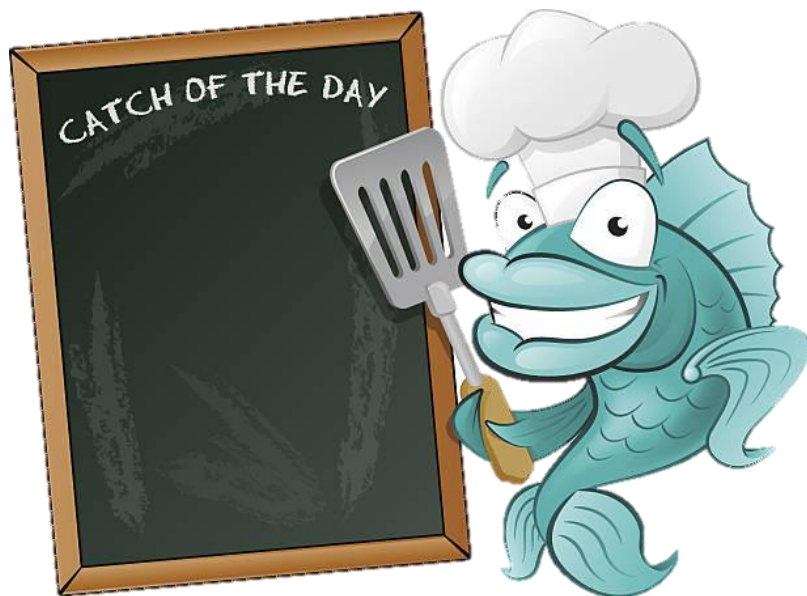
การประกอบอาหาร

การปรุงอาหารดิบให้สุกด้วยวิธีการต่าง ๆ
ทำให้อาหารมีสี รสชาติและกลิ่นของอาหาร
ที่น่ารับประทาน



การประกอบอาหาร

มีหลายวิธี



การลวก



เป็นการทำให้อาหารสุก
โดยใส่อาหารลงไปในน้ำเดือด
เมื่ออาหารเปลี่ยนสีให้ตักขึ้น

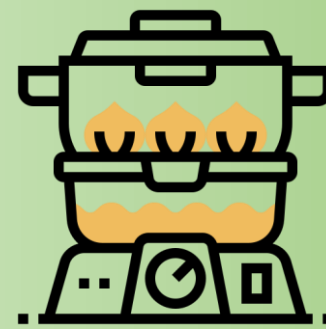
การต้ม

เป็นการทำให้อาหารสุก ด้วยน้ำเดือด
คือต้มน้ำให้เดือดก่อน แล้วค่อยใส่
อาหารลงในภาชนะ



การนึ่ง

เป็นการทำให้อาหารสุก
ด้วยการใช้ไอน้ำจากน้ำเดือด
โดยใช้หม้อนึ่งหรือลังถึง





การตุ๋น

เป็นการทำให้อาหารสุกจนเปื่อยนุ่ม
โดยการนำอาหารใส่ภาชนะตั้งไฟ
หรือเหนือภาชนะอีกใบหนึ่งที่มีน้ำเดือด
และปิดฝา

การทอด

เป็นการทำให้อาหารสุก
ด้วยน้ำมัน การทำให้กรอบ



A close-up photograph of a person's hands cooking in a kitchen. The person is using a wooden spoon to stir a mixture of rice, eggs, and red vegetables (likely tomatoes or bell peppers) in a black frying pan. The pan is placed on a gas stove with a blue flame visible underneath. Steam is rising from the pan, indicating the food is hot. The background is slightly blurred, showing a typical kitchen environment.

การผัด

การทำให้อาหารสุกโดยใช้น้ำมัน
เพียงเล็กน้อย แต่ใช้ความร้อนมาก
ใช้ตะหลิวคนกลับไปมา
ในระยะเวลาสั้น ๆ

การปิ้งย่าง เผา อบ

คือ การทำอาหารให้สุก

โดยใช้ความร้อนจากเตาไฟโดยตรง



การปิ้ง

นำอาหารที่ต้องการทำให้สุกวางบน
ตะแกรงเหล็กสำหรับปิ้งบนเตาถ่าน
ที่มีความร้อนไม่มาก ปิ้งกลับไปกลับมา
ในช่วงเวลาสั้น ๆ เช่น หมูปิ้ง



A close-up photograph of a skewer with a piece of grilled meat, likely pork, being held over a charcoal grill. The meat is browned and has some char marks. Other pieces of meat are visible on the grill in the background.

การย่าง

มีวิธีการทำคล้ายกับการปิ้ง
แต่ใช้เวลาานกว่า เพื่อให้อาหาร
สุกกระท้วนกัน เช่น ไก่ย่าง หมูย่าง

A close-up photograph of large shrimp being grilled on a metal grate. Bright orange and yellow sparks are flying upwards from the grill, creating a dynamic and appetizing scene. The shrimp are cooked to a golden-brown color, with some char marks visible.

การเผา

เป็นการทำให้อาหารสุกโดยใช้ไฟแรง
วางของที่จะเผาลงบนไฟพลิกกลับไป
กลับมา ให้สุกทั้งด้านนอกและด้านใน
เช่น ปลาเผา กุ้งเผา มันเทศเผา

การอบ

เป็นการทำให้อาหารสุก
โดยใช้ไ้ความร้อนจากเตาอบ
เช่น การอบขนม



ทดสอบความเข้าใจ





ผัด / ทอด





ทอด





ต้ม



เล่นเพื่อเรียนรู้



ชั้นปฏิบัติการ



บทบาทของครูปลายทาง

๑. ครูแจกใบงานที่ ๖
การประกอบอาหารประเภทต่าง ๆ

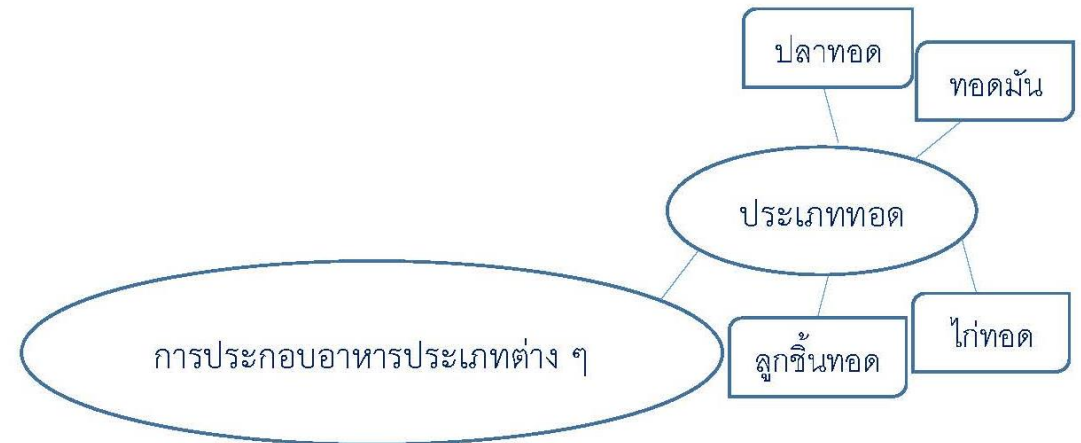
๒. ครูดูแลให้คำปรึกษานักเรียน
ในการปฏิบัติกิจกรรม



บทบาทของนักเรียนปลายทาง

ใบงานที่ ๖ เรื่อง การประกอบอาหารประเภทต่าง ๆ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง รับผิดชอบตนเอง
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๖ เรื่อง การประกอบอาหารประเภทต่าง ๆ
รายวิชา การงานอาชีพ รหัสวิชา ง๑๔๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔
ชื่อ.....เลขที่.....ชั้น.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนแผนผังความคิด เกี่ยวกับการประกอบอาหารประเภทต่าง ๆ โดย
ยกตัวอย่างประเภทอาหาร อีก ๔ ประเภท และยกตัวอย่างชื่ออาหารอีก ๔ อย่าง



สรุป

การประกอบอาหาร เป็นการใช้ความร้อน
ในการปรุงอาหารให้สุกด้วยวิธีการต่าง ๆ
เพื่อให้นำไปรับประทานได้อย่างปลอดภัย



บทเรียนครั้งต่อไป

การประกอบอาหารประเภทต้ม
(ไข่ต้ม)



สิ่งที่ต้องเตรียม

ไข่ไก่ ไข่เป็ด ไข่นกกระทา
และวัสดุอุปกรณ์ในการต้ม

