

ชื่อหลักสูตร วิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ จำนวน 23 ชั่วโมง  
ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอปางศิลาทอง

### ความเป็นมา

ตามประกาศกรมส่งเสริมการเรียนรู้ เรื่อง จุดเน้นการดำเนินงานกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567 มีนโยบาย คือจัดให้มีการฝึกอบรมอาชีพในชุมชน เพื่อเป็นการเสริมสร้างทักษะใหม่ (New Skill) เพิ่มสมรรถนะ (Upskill) หรือทบทวนทักษะ (Reskill) ให้แก่ประชาชน อาทิ อาชีพเกษตรกรรม อาชีพค้าขาย อาชีพบริการชุมชน อาชีพหัตถกรรม อาชีพอุตสาหกรรม ช่างก่อสร้าง ช่างไฟฟ้า ช่างประปา ช่างแอร์ ฯลฯ เพื่อเป็นเครื่องมือในการยกระดับทักษะความรู้ ช่วยประชาชนลดรายจ่ายในครัวเรือน สามารถประกอบอาชีพหลักหรือเป็นอาชีพเสริมให้แก่ครอบครัวได้ สกร.อำเภอปางศิลาทอง เห็นว่าเพื่อเป็นการส่งเสริมสนับสนุนการดำเนินงานของศูนย์ฝึกอาชีพชุมชนให้สอดคล้องกับจุดเน้นการดำเนินงานกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567 และแนวทางการขับเคลื่อนการศึกษา ดังนั้น จึงเป็นบทบาทของสถานศึกษา คือ สกร.อำเภอ ที่ได้มอบหมายให้ ศกร.ตำบล ดำเนินการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาอาชีพและการมีงานทำ ให้สอดคล้องตามความต้องการของกลุ่มเป้าหมายและศักยภาพของพื้นที่ ส่งเสริมอาชีพที่สามารถทำได้จริง

การจัดการศึกษาอาชีพในปัจจุบันมีความสำคัญมาก เพราะจะเป็นการพัฒนาประชากรของประเทศให้มีความรู้ ความสามารถและทักษะในการประกอบอาชีพ เป็นการแก้ปัญหาการว่างงานและส่งเสริมความเข้มแข็งให้แก่เศรษฐกิจชุมชน ตลอดจนกำหนดภารกิจที่จะยกระดับการจัดการศึกษาเพื่อเพิ่มศักยภาพและขีดความสามารถให้ประชาชนได้มีอาชีพที่สามารถสร้างรายได้ ที่มั่นคง โดยเน้นการบูรณาการให้สอดคล้องกับศักยภาพด้านต่างๆ มุ่งพัฒนาคนไทยให้ได้รับการศึกษาเพื่อพัฒนาอาชีพและการมีงานทำอย่างมี คุณภาพ ทัวถึง และเท่าเทียมกัน ประชาชนมีรายได้มั่นคง มั่งคั่ง และมึงานทำอย่างยั่งยืน มีความสามารถเชิงการแข่งขันทั้งในระดับภูมิภาคอาเซียนและระดับสากล ซึ่งจะเป็นการจัดการศึกษาตลอดชีวิตในรูปแบบใหม่ที่สร้างความมั่นคงให้แก่ประชาชนและประเทศชาติ.

จากการสำรวจความต้องการด้านอาชีพและความเหมาะสมกับสภาพพื้นที่และความพร้อมของชุมชนตำบลโพธิ์ทอง แล้วยังนั้น ประชาชนส่วนใหญ่มีความต้องการที่จะมีอาชีพและมึงานทำคือ วิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ ศกร.ตำบลโพธิ์ทอง ในฐานะที่เป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ตลอดชีวิต ที่ต้องจัดกิจกรรมการส่งเสริมการเรียนรู้ในทุกด้านของประชาชนในตำบลโพธิ์ทอง จึงได้นำจุดเน้นการดำเนินงานกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567 ข้างต้นไปสู่การปฏิบัติเพื่อจัดการศึกษาอาชีพเพื่อการมีงานทำ โดยสำรวจความต้องการในด้านการศึกษาทักษะอาชีพของคนในชุมชนตำบลโพธิ์ทอง ซึ่งประชาชนมีความต้องการที่จะศึกษาอาชีพระยะสั้นในวิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ ศกร.ตำบลโพธิ์ทอง จึงมีกิจกรรมส่งเสริมฝึกอาชีพชุมชนการพัฒนาอาชีพกลุ่มสนใจ วิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพขึ้น เพื่อตอบสนองความต้องการของกลุ่มเป้าหมายที่สำรวจและเป็นการให้บริการฝึกอาชีพพัฒนาสาธิตและสร้างอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพอย่างง่ายให้กับมั่นคงให้แก่ประชาชนตำบลโพธิ์ทอง และเป็นการลดรายจ่ายเพิ่มรายได้ ให้ชุมชนอยู่อย่างพอประมาณไม่ฟุ่มเฟือย และดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุข

## หลักการของหลักสูตร

1. เป็นหลักสูตรที่เน้นบูรณาการเนื้อหาสาระภาคทฤษฎีควบคู่ไปกับการปฏิบัติจริง ผู้เรียนสามารถนำความรู้และทักษะไปประกอบอาชีพได้อย่างมีคุณภาพและมาตรฐาน จริยธรรม
2. เป็นหลักสูตรที่มีโครงสร้างยืดหยุ่น ด้านเวลาเรียน การจัดการเรียนรู้โดยเน้นบูรณาการเนื้อหาให้สอดคล้องกับวิถีชีวิต ความแตกต่างของบุคคลและชุมชน
3. เป็นหลักสูตรที่ผู้เรียนสามารถนำผลการเรียนรู้ไปเทียบโอนเข้าสู่หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ในรายวิชาเลือกของสาระการประกอบอาชีพ

## จุดหมาย

เพื่อให้ผู้รับบริการมีคุณลักษณะดังนี้

1. มีความรู้และทักษะในการประกอบอาชีพสามารถสร้างรายได้ที่มั่นคง
2. ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจ
3. มีเจตคติที่ดีในการประกอบอาชีพ

## กลุ่มเป้าหมาย

เป้าหมายคือประชาชนกลุ่มเป้าหมายนอกระบบโรงเรียน

1. ผู้ที่ไม่มีอาชีพ
2. ผู้ที่มีอาชีพและต้องการพัฒนาอาชีพ

ระยะเวลา จำนวน 23 ชั่วโมง ภาคทฤษฎี 6 ชั่วโมง ภาคปฏิบัติ 17 ชั่วโมง

## โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัด กระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1	ช่องทางการประกอบอาชีพ การทำอาหาร เพื่อสุขภาพ	1.1 บอกความสำคัญของการประกอบอาชีพการทำอาหาร เพื่อสุขภาพ 1.2 บอกความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพ	1.1 ความสำคัญในการประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพ 1.2 ความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพ 1.2.1 การลงทุน 1.2.2 การจัดหาวัสดุอุปกรณ์ 1.2.3 ความต้องการของตลาด	1. วิทยากรบรรยายเรื่อง ความสำคัญในการประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพ ความเป็นไปได้ การประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพ และการตัดสินใจในการเลือกอาชีพ	2	1

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัด กระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		1.3 บอกการตัดสินใจในการเลือกอาชีพได้	1.3 การตัดสินใจในการเลือกอาชีพ 1.3.1 ความพร้อม 1.3.2 ความต้องการของตลาด 1.3.3 ความรู้ทักษะแลเทคนิคต่าง ๆ 1.3.4 เงินทุน	2. ให้ผู้เรียนศึกษาข้อมูลจากเอกสารสื่ออิเล็กทรอนิกส์สถานประกอบการสื่อของจริงสื่อบุคคลในชุมชน เพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์และใช้ในการประกอบอาชีพที่มีความเป็นไปได้ในชุมชน 3. ผู้เรียนและวิทยากรแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และวิเคราะห์อาชีพที่จะสามารถเลือกประกอบอาชีพในชุมชนจากข้อมูลต่าง ๆ ได้ 4. ผู้เรียนตัดสินใจเลือกประกอบอาชีพ		
2	ทักษะการประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพ	1. บอกวิธีการคัดเลือกวัตถุดิบที่เหมาะสมในการทำอาหารเพื่อสุขภาพ (สลัดโรล ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน แซนด์วิช) 2.สามารถเตรียมวัตถุดิบในการทำอาหารเพื่อสุขภาพ (สลัดโรล ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน แซนด์วิช) 3. สามารถทำอาหารเพื่อสุขภาพ	1. ความรู้เกี่ยวกับการนำวัตถุดิบที่มีในชุมชนมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในการทำอาหารเพื่อสุขภาพ (สลัดโรล ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน แซนด์วิช) เพื่อลดต้นทุน 2. ให้ความรู้เกี่ยวกับวิธีการเลือกวัตถุดิบในการทำอาหารเพื่อสุขภาพ (สลัดโรล ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน แซนด์วิช) 3. การทำอาหารเพื่อสุขภาพเมนูต่างๆ	1. วิทยากรบรรยายให้ความรู้เรื่องการคัดเลือกวัตถุดิบสำหรับการทำอาหารเพื่อสุขภาพ (สลัดโรล ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน แซนด์วิช)และผู้เรียนศึกษาเอกสารเกี่ยวข้อง 2. ผู้เรียนและวิทยากรร่วมสนทนาแลกเปลี่ยนข้อมูลความคิดเห็น 3. ผู้เรียนสรุปความรู้และจดบันทึก	2	14

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัด กระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		<p>เมนูต่างๆ ดังนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-สลัดโรล</li> <li>-ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน</li> <li>-แซนด์วิช</li> <li>-น้ำสลัดครีม</li> <li>-น้ำสลัดซีฟู้ด</li> </ul> <p>4. สามารถออกแบบและบรรจุภัณฑ์รูปแบบต่างๆให้สวยงามและเหมาะสมได้</p> <p>5. สรุปขั้นตอนและเทคนิคการทำได้ครบทุกขั้นตอน</p>	<p>ดังนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-สลัดโรล</li> <li>-ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน</li> <li>-แซนด์วิช</li> <li>-น้ำสลัดครีม</li> <li>-น้ำสลัดซีฟู้ด</li> </ul> <p>4. ขั้นตอนการออกแบบและบรรจุภัณฑ์ที่สวยงามและเหมาะสม</p> <p>5. ขั้นตอนการทำอาหารเพื่อสุขภาพและเทคนิคในการทำอาหารเพื่อสุขภาพ</p>	<p>วิทยากรบรรยายพร้อมให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติทำ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-สลัดโรล</li> <li>-ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน</li> <li>-แซนด์วิช</li> <li>-น้ำสลัดครีม</li> <li>-น้ำสลัดซีฟู้ด</li> </ul> <p>4. วิทยากรประเมินผลงานวิทยากรบรรยายและสาธิตการออกแบบและบรรจุภัณฑ์</p> <p>5. วิทยากรและผู้เรียนร่วมกันสรุปขั้นตอนการทำอาหารเพื่อสุขภาพและเทคนิคในการทำอาหารเพื่อสุขภาพ</p>		
3	<p>การบริหารจัดการในการประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพ</p>	<p>1. สามารถบอกวิธีการบริหารการผลิตได้</p>	<p>1.การบริหารการผลิต</p> <p>1.1 การจัดการควบคุมคุณภาพการผลิต</p> <p>1.2 การลดต้นทุนการผลิต</p> <p>1.3 การวางแผนการผลิต</p>	<p>1. วิทยากรบรรยายความรู้เรื่องการบริหารการผลิต ได้แก่ การจัดการควบคุมคุณภาพการผลิต การลดต้นทุนการผลิตและการวางแผนการผลิต</p> <p>2. วิทยากรและผู้เรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับการบริหารการผลิต</p> <p>3. ให้ผู้เรียนศึกษาข้อมูลการบริหารการผลิต จากประกอบการ</p> <p>4. ผู้เรียนสรุปความรู้และจดบันทึก</p>	1	1

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัด กระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		<p>2. สามารถบอกวิธีการจัดการตลาดได้</p> <p>3. สามารถอธิบายการจัดการความเสี่ยงได้</p>	<p>2. การจัดการตลาด</p> <p>2.1 การทำฐานข้อมูลลูกค้า</p> <p>2.2 การประชาสัมพันธ์</p> <p>2.3 การวางแผนการตลาด</p> <p>3. การจัดการความเสี่ยง</p> <p>3.1 การวิเคราะห์ศักยภาพ</p> <p>1) ค่าใช้จ่ายในการผลิต</p> <p>2) ผลกำไรจากการผลิต</p> <p>3.2 การแก้ปัญหาความเสี่ยง</p>	<p>1. วิทยากรบรรยายความรู้เรื่องการจัดการตลาดได้แก่ การทำฐานข้อมูลลูกค้า การประชาสัมพันธ์และการวางแผนการตลาด</p> <p>2. วิทยากรและผู้เรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับการจัดการตลาด</p> <p>3. ผู้เรียนสรุปความรู้และจดบันทึก</p> <p>1. วิทยากรบรรยายความรู้เรื่องการจัดการความเสี่ยงได้แก่การวิเคราะห์ศักยภาพและการแก้ปัญหาความเสี่ยง</p> <p>2. วิทยากรและผู้เรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับการจัดการความเสี่ยง</p> <p>3. ผู้เรียนสรุปความรู้และจดบันทึก</p>		
4	<p>โครงการประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพ</p>	<p>1. บอกความสำคัญของโครงการอาชีพได้</p> <p>2. บอกประโยชน์ของโครงการอาชีพได้</p> <p>3. บอกองค์ประกอบของโครงการอาชีพได้</p> <p>3.1 อธิบายความหมายขององค์ประกอบของโครงการอาชีพได้</p> <p>3.2 อธิบายลักษณะการเขียนที่ดีของ</p>	<p>1. ความสำคัญของโครงการ</p> <p>2. ประโยชน์ของโครงการ</p> <p>3. องค์ประกอบของโครงการ</p>	<p>1. จัดให้ผู้เรียนศึกษาเนื้อหาจากใบความรู้ เรื่อง ความสำคัญของโครงการอาชีพ ประโยชน์ของโครงการอาชีพ องค์ประกอบของโครงการอาชีพ แล้วจัดกิจกรรมการสนทนาแลกเปลี่ยนข้อมูลความคิดเห็น เพื่อสร้างแนวคิดในการดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้</p> <p>2. จัดให้ผู้เรียนศึกษาสาระข้อมูลจากใบความรู้ เรื่อง</p>	1	1

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัด กระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		องค์ประกอบของ โครงการอาชีพได้ 4. เขียนโครงการในแต่ ละองค์ประกอบให้ เหมาะสมและ ถูกต้องได้ 5. ตรวจสอบความ เหมาะสมและสอดคล้อง ของโครงการ อาชีพได้	4. การเขียนโครงการ  5. การประเมินความ เหมาะสมและ สอดคล้องของ โครงการ	ตัวอย่างการเขียนโครงการ อาชีพที่ดี เหมาะสม และ ถูกต้อง พร้อมจัดการ อภิปราย เพื่อสรุปแนวคิด เป็นแนวทางในการเขียน โครงการอาชีพที่ดี เหมาะสม และถูกต้อง 3. จัดให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ การเขียนโครงการอาชีพ 4. กำหนดให้ผู้เรียนฝึก ปฏิบัติการประเมินความ เหมาะสมและสอดคล้อง ของโครงการอาชีพ 5. จัดให้ผู้เรียนปรับปรุง โครงการอาชีพ ให้มีความ เหมาะสมและถูกต้อง 6. กำหนดให้ผู้เรียนเขียน โครงการอาชีพของตนเอง เพื่อเสนอขอรับการ สนับสนุนงบประมาณ ดำเนินงานอาชีพ และใช้ใน การดำเนินการประกอบ อาชีพต่อไป		

### สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. สื่อสิ่งพิมพ์ เช่น หนังสือ ใบความรู้ แผ่นพับ
2. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ สื่อออนไลน์
3. สื่อบุคคล เช่น ผู้รู้ ภูมิปัญญา
4. แหล่งเรียนรู้ในชุมชน
5. วัสดุในการฝึกอบรม

## การวัดและประเมินผล

### กรอบการประเมินผลการจัดการศึกษาต่อเนื่อง

กรอบการประเมิน	วิธีการประเมิน	เกณฑ์การประเมิน
1. ความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาสาระ (20)	- ทดสอบความรู้ความเข้าใจ - สอบถามความรู้ความเข้าใจ	- คะแนนเต็ม 20 คะแนน - ต้องได้ 12 คะแนนขึ้นไปจึงจะถือว่าผ่าน
2. ทักษะกาปฏิบัติ (40)	- สังเกตการปฏิบัติในระหว่างการเรียนรู้ การจัดกิจกรรม - ประเมินโดยให้สาธิต/แสดงขั้นตอน วิธีการปฏิบัติ - กรณีไม่มีการปฏิบัติจัดทำผลงานให้ ประเมินจากกระบวนการมีส่วนร่วม (ร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมแก้ปัญหา)	- ปฏิบัติได้ถูกต้องตามขั้นตอน คล่องแคล่ว รวดเร็ว ไม่มีข้อผิดพลาด/ปัญหา หากมีปัญหสามารถแก้ไขได้อย่างรวดเร็ว
3. คุณภาพของผลงาน ผลการปฏิบัติ (40)	- สังเกต/ตรวจสอบผลงาน/ผลการปฏิบัติ ว่าเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดหรือไม่	- ความถูกต้อง/ความสมบูรณ์ - ความแข็งแรงคงทน/ความสวยงามประณีต - ความประหยัด - ความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายสภาพพื้นที่ ฯลฯ ทั้งนี้เกณฑ์การพิจารณาขึ้นอยู่กับลักษณะหรือ ธรรมชาติของวิชา/หลักสูตรนั้น
รวมคะแนน (100)		

#### เกณฑ์การจบหลักสูตร

1. มีเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตามหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. มีผลการประเมินผ่านตลอดหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
3. มีชิ้นงาน/ผลงาน ผ่านหลักเกณฑ์การประเมินตามมาตรฐานและคุณภาพ

#### เอกสารหลักฐานการศึกษาที่จะได้รับหลังจบหลักสูตร

1. หลักฐานการประเมินผล
2. ทะเบียนคุณวุฒิปัตร์
3. วุฒิปัตร์การศึกษา ออกโดยสถานศึกษา

## การเทียบโอน

ผู้เรียนที่จบหลักสูตรนี้สามารถนำไปเทียบโอนผลการเรียนรู้กับหลักสูตรการศึกษานอกระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ในสาระการประกอบอาชีพวิชาเลือกที่สถานศึกษาได้จัดทำขึ้น