

หลักสูตรสลัดโรลเพื่อสุขภาพ

จำนวน 5 ชั่วโมง

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอลานกระบือ

ความสำคัญ

จากแนวทางการดำเนินงานโครงการศูนย์ฝึกอาชีพชุมชน ประจำปีงบประมาณ 2567 ของกรมส่งเสริมการเรียนรู้ กระทรวงศึกษาธิการ ได้ให้ความสำคัญกับการจัดกิจกรรมฝึกอาชีพให้กับประชาชนระดับฐานรากที่อาศัยอยู่ในระดับตำบล โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ประชาชนได้รับการพัฒนาสมรรถนะและทักษะในการประกอบอาชีพเพื่อการมีรายได้ มีคุณภาพชีวิตที่ดี เพื่อให้ผู้ผ่านการฝึกอาชีพได้รับความรู้นำไปประกอบอาชีพ สร้างอาชีพ พัฒนาอาชีพ เพิ่มรายได้ มีคุณภาพชีวิตที่ดี ต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่น สร้างมูลค่าเพิ่ม และพัฒนาสู่วิสาหกิจชุมชน เน้นหลักสูตรการพัฒนาอาชีพ up – skill re – skill และ new – skill ที่สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียนและตลาดแรงงาน จากข้อมูลผลการสำรวจความต้องการฝึกอาชีพของประชาชนในอำเภอลานกระบือ ทำให้ทราบความต้องการของผู้รับบริการ “วิชาสลัดโรลเพื่อสุขภาพ” เป็นอีกหนึ่งหลักสูตรที่ประชาชนให้ความสนใจ

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอลานกระบือ ได้พัฒนาหลักสูตรสลัดโรลเพื่อสุขภาพ จำนวน 5 ชั่วโมง เพื่อใช้เป็นแนวทางการจัดการเรียนรู้ให้กับประชาชนที่สนใจ เนื่องจาก “สลัดโรล” เป็นอาหารเพื่อสุขภาพ และยังเป็นอาหารลดน้ำหนักที่ยอดฮิตทุกเพศทุกวัยในช่วงนี้ เพราะเทรนด์ด้านสุขภาพกำลังมาแรง สลัดโรลสามารถทานเพื่อควบคุมน้ำหนัก มีรสชาติอร่อยและแคลอรีต่ำ ให้คุณค่าและประโยชน์ของโภชนาการจากผักสลัด เป็นอาหารที่รับประทานง่าย เพราะมีวนเป็นคำๆ สะดวกในการรับประทานอย่างมาก วิธีทำก็ง่ายสามารถทำขายเป็นอาชีพเสริมได้อีกช่องทางหนึ่ง

หลักการของหลักสูตร

1. เป็นหลักสูตรท้องถิ่นที่เปิดโอกาสให้ผู้รู้หรือภูมิปัญญาในท้องถิ่น เข้ามามีส่วนร่วมเป็นวิทยากรจัดการเรียนการสอน และส่งเสริมให้หน่วยงานภาคีเครือข่ายบูรณาการความร่วมมือจัดกิจกรรมกับสถานศึกษา
2. เป็นหลักสูตรที่ส่งเสริมให้ผู้ด้อย พลาด ขาดโอกาสให้ได้รับการพัฒนาสมรรถนะและทักษะในการประกอบอาชีพ มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีรายได้ ตลอดจนนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในการดำรงชีวิต
3. เป็นหลักสูตรที่มุ่งเน้นให้ผู้ผ่านการฝึกอาชีพได้รับความรู้นำไปประกอบอาชีพ สร้างอาชีพ พัฒนาอาชีพ เพิ่มรายได้ มีคุณภาพชีวิตที่ดี ต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่น สร้างมูลค่าเพิ่ม และพัฒนาสู่วิสาหกิจชุมชน

จุดมุ่งหมาย เพื่อให้ผู้รับบริการ

1. มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการทำสลัดโรลเพื่อสุขภาพ
2. มีทักษะเกี่ยวกับการทำสลัดโรลเพื่อสุขภาพ
3. มีเจตคติที่ดีและมีคุณธรรมในการประกอบอาชีพ

กลุ่มเป้าหมาย กลุ่มเป้าหมายประชาชนทั่วไป ได้แก่

1. ประชาชนทั่วไปที่อยู่ในกลุ่มวัยแรงงาน กลุ่มผู้พิการ หรือกลุ่มเป้าหมายตามนโยบายของรัฐบาล เช่น กลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มเยาวชนนอกระบบ กลุ่มเป้าหมายในเรือนจำ และผู้ถือบัตรสวัสดิการแห่งรัฐ ฯลฯ
2. ผู้ที่ไม่มีอาชีพ ผู้ที่มีอาชีพและต้องการพัฒนาอาชีพ

ระยะเวลา จำนวน 5 ชั่วโมง

1. ภาคทฤษฎี 1 ชั่วโมง 30 นาที
2. ภาคปฏิบัติ 3 ชั่วโมง 30 นาที

โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1	ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับสไลด์โรล	1. บอกความเป็นมาและคุณค่าทางโภชนาการของสไลด์โรลได้ 2. บอกช่องทางการประกอบอาชีพได้	1. ความเป็นมาและคุณค่าทางโภชนาการของสไลด์โรล 2. ช่องทางการประกอบอาชีพ	1. วิทยากรอธิบายความเป็นมาและคุณค่าทางโภชนาการของสไลด์โรล 2. ผู้เรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับช่องทางการประกอบอาชีพ	30 นาที	
2	วัสดุ อุปกรณ์และการเลือกใช้	บอกวัสดุ อุปกรณ์และเลือกใช้ได้อย่างเหมาะสม	การเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ และการเลือกใช้	1. วิทยากรอธิบายวัสดุ/อุปกรณ์ในการทำสไลด์โรลเพื่อสุขภาพ 2. ให้ผู้เรียนเลือกใช้วัสดุ อุปกรณ์	30 นาที	
3	สไลด์โรลเพื่อสุขภาพและการบรรจุภัณฑ์	1. สามารถอธิบายขั้นตอนและทำสไลด์โรลทั้ง 4 ใสได้ 2. สามารถอธิบายขั้นตอนและทำน้ำจิ้มสไลด์โรลทั้ง 4 สูตรได้ 3. อธิบายและเลือกบรรจุภัณฑ์ที่เหมาะสมได้	1. การทำสไลด์โรลเพื่อสุขภาพ 1.1 สไลด์โรลปูด 1.2 สไลด์โรลแฮม/ไส้กรอก 1.3 สไลด์โรลทูน่าสำหรับ 1.4 สไลด์โรลหมูยอ 2. การทำน้ำจิ้มสไลด์โรล 2.1 น้ำจิ้มซีฟูด 2.2 น้ำจิ้มวาซาบิ 2.3 น้ำจิ้มซีอิ๊วญี่ปุ่นน้ำใส 2.4 น้ำจิ้มงาขาวข้น 3. การบรรจุภัณฑ์	1. วิทยากรอธิบายขั้นตอนการเตรียมวัตถุดิบทำสไลด์โรลและบอกแหล่งจำหน่าย 2. วิทยากรอธิบายและสาธิตขั้นตอนการทำสไลด์โรล 4 ใส 3. ให้ผู้เรียนฝึกทักษะการทำสไลด์โรล 4 ใส 4. วิทยากรอธิบายและสาธิตขั้นตอนการทำน้ำจิ้มสไลด์โรลสูตรต่าง ๆ 5. ให้ผู้เรียนฝึกทักษะทำน้ำจิ้มสไลด์โรล 4 สูตร 6. วิทยากรอธิบายหลักการเลือกและสาธิตขั้นตอนการบรรจุภัณฑ์สไลด์โรล 7. ให้ผู้เรียนฝึกทักษะการบรรจุภัณฑ์สไลด์โรล	30 นาที	3 ชั่วโมง 30 นาที

สื่อและแหล่งเรียนรู้

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

การวัดผลและประเมินผล

- การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีและปฏิบัติจากการสอบถาม แบบทดสอบ การสังเกต ระหว่างเรียน และจบหลักสูตร

เกณฑ์การจบหลักสูตร

1. มีเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตามหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. มีผลการประเมินผ่านตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
3. มีชิ้นงาน/ผลงาน ผ่านเกณฑ์การประเมินตามมาตรฐานและคุณภาพ

เอกสารหลักฐานการศึกษา

วุฒิบัตรออกโดยสถานศึกษา

การเทียบโอน

-