

หลักสูตรวิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ
จำนวน ๕ ชั่วโมง
ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอเมืองกำแพงเพชร

ความเป็นมา

การจัดการศึกษาอาชีพในปัจจุบันมีความสำคัญมากเพราะจะเป็นการพัฒนาประชากรของประเทศให้มีความรู้ความสามารถและทักษะในการประกอบอาชีพเป็นการแก้ปัญหาการว่างงานและส่งเสริมความเข้มแข็งให้แก่เศรษฐกิจชุมชน องค์การอนามัยโรคได้นิยามเรื่องอาหารสุขภาพว่า การรับประทานอาหารที่ไม่มีคุณภาพ ร่วมกับการไม่ออกกำลังกายจะเป็นบ่อเกิดโรคเรื้อรัง องค์การอนามัยโลกได้แนะนำอาหารสุขภาพดังนี้ รับประทานอาหารที่สมดุลและมีน้ำหนักที่ปกติให้ลดอาหารไขมัน และหลีกเลี่ยงไขมันอิ่มตัว ให้รับประทานอาหารพวกผัก ผลไม้ ธัญพืช เพิ่มมากขึ้นลดอาหารที่มีน้ำตาลลดอาหารเค็มรับประทานอาหารที่ให้พลังงานสมดุลกับพลังงานที่ใช้รับประทานอาหารที่มีความหลากหลายจึงได้กำหนดแนวทางอาหารสุขภาพทุกท่านต้องรู้จักงานอาหารสุขภาพซึ่งมีอาหารทั้งหมด ๕ หมู่ในงานอาหารสุขภาพจะบอกเราว่าควรรับประทานอาหารให้มีสัดส่วนอย่างไร

สกร.อำเภอเมืองกำแพงเพชร ได้ตระหนักและเห็นความสำคัญของนโยบายดังกล่าว จึงได้จัดกิจกรรมฝึกอาชีพ หลักสูตรวิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพเพื่อส่งเสริมสนับสนุนให้ประชาชนที่มีความสนใจในการฝึกอาชีพเกิดกระบวนการเรียนรู้ และส่งเสริมให้ประชาชนมีช่องทางในการประกอบอาชีพสร้างเสริมรายได้

หลักการของหลักสูตร

๑. เป็นหลักสูตรที่เน้นการจัดการศึกษาอาชีพเพื่อการมีงานทำที่เน้นการบูรณาการเนื้อหาสาระภาคทฤษฎีควบคู่ไปกับการฝึกปฏิบัติจริงผู้เรียนสามารถนำความรู้และทักษะไปประกอบอาชีพได้จริงอย่างมีคุณภาพและมีคุณธรรมจริยธรรม

๒. เป็นหลักสูตรที่เน้นการดำเนินงานร่วมกับเครือข่ายสถานประกอบการเพื่อประโยชน์ในการประกอบอาชีพ

๓. เป็นหลักสูตรที่เน้นการใช้ศักยภาพ ๕ ด้านในการประกอบอาชีพได้แก่ศักยภาพด้านทรัพยากรภูมิอากาศภูมิประเทศและทำเลที่ตั้งศิลปวัฒนธรรมประเพณีและวิถีชีวิตและด้านทรัพยากรมนุษย์

จุดหมาย

เพื่อให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะดังนี้

๑. มีความรู้และทักษะในการประกอบอาชีพสามารถสร้างรายได้ที่มั่นคงมีคั้ง
๒. ตัดสินใจประกอบอาชีพให้สอดคล้องกับศักยภาพของตนเองชุมชนสังคมและสิ่งแวดล้อมอย่างมีคุณธรรมจริยธรรม
๓. มีเจตคติที่ดีในการประกอบอาชีพ
๔. มีความรู้ความเข้าใจและฝึกทักษะการบริหารจัดการในอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ
๕. มีโครงการประกอบอาชีพเพื่อใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาอาชีพของตนเอง

กลุ่มเป้าหมาย

มี ๒ กลุ่มเป้าหมายคือ

๑. ผู้ที่ไม่มีอาชีพ
๒. ผู้ที่มีอาชีพและต้องการพัฒนาอาชีพ

ระยะเวลา

จำนวน๕ชั่วโมงภาคทฤษฎี๑ชั่วโมงภาคปฏิบัติ๔ชั่วโมง

สื่อการเรียนรู้

๑. เอกสารประกอบการเรียนรู้
๒. ภูมิปัญญาท้องถิ่น, สื่อบุคคล, วิทยากรผู้ชำนาญ
๓. อุปกรณ์ประกอบการฝึกทักษะอาชีพ

การวัดและประเมินผล

เกณฑ์การวัดและประเมินผล

การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีร้อยละ ๑๐

๑. การประเมินตามสภาพจริงจากชิ้นงาน
 - ๑.๑ ความสวยงามร้อยละ ๔๐
 - ๑.๒ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ร้อยละ ๔๐
 - ๑.๓ ความรับผิดชอบและระยะเวลาการเข้าเรียนร้อยละ ๑๐
๒. เครื่องมือวัดและประเมินผล
 - ๒.๑ แบบประเมินผลระหว่างเรียน-หลังเรียน
 - ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรม
 - ๒.๓ แบบประเมินผลชิ้นงาน

เงื่อนไขการจบหลักสูตร

๑. มีเวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐
๒. มีผลการประเมินตลอดหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
๓. ได้ชิ้นงานที่มีคุณภาพเพียงพอที่จะสามารถนำไปจัดจำหน่ายได้

เอกสารหลักฐานการศึกษาที่จะได้รับหลังจบหลักสูตร

๑. หลักฐานการประเมินผล
๒. ทะเบียนคุม

การเทียบโอน

-

หลักสูตร วิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพจำนวน๕ ชั่วโมง

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๑.	ช่องทางการประกอบอาชีพวิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ	๑.๑ เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ทักษะและมีความพร้อมทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ๑.๒ สามารถใช้วัสดุอุปกรณ์และเครื่องมือในการทำได้อย่างถูกต้อง และปลอดภัย ๑.๓สามารถทำก๋วยเตี๋ยวลุยได้อย่างถูกวิธีในรูแบบต่าง ๆ ๑.๔ สามารถเลือกทิศทางการประกอบอาชีพวิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ	๑.๑ ความสำคัญในการเลือกประกอบอาชีพ ๑.๒ ความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพธุรกิจวิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ -การทำสลัดโรล -การทำก๋วยเตี๋ยวลุยสวน ๑.๓ ทิศทางในการเลือกประกอบอาชีพวิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ	๑.๑ วิทยากรอธิบายในการเลือกช่องทางในวิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ ๑.๒ วิทยากรอธิบายในธุรกิจ วิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพสามารถสร้างรายได้ ๑.๓ วิทยากรอธิบายความรู้เบื้องต้นในวิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ ๑.๔ บอกการพัฒนาสู่แนวทางเพิ่มทักษะได้	๓๐นาที	
๒.	ทักษะการประกอบอาชีพวิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ	๒.๑ การเตรียมอุปกรณ์ ๒.๑ เทคนิคต่างๆเพื่ออาหารมีความอร่อย	๒.๑ การเตรียมเอกสารประกอบอาชีพในวิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ ๒.๒ การจัดการขั้นตอนกระบวนการวิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ อย่างถูกวิธี -การทำสลัดโรล -การทำก๋วยเตี๋ยวลุยสวน	๒.๑ วิทยากรปฏิบัติและนำเข้าสู่เนื้อหาในการทำ ๒.๒ลงมือสอนในรูปแบบที่กำหนดไว้และเน้นจุดสำคัญ ๒.๓ ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติจนเกิดทักษะมีเทคนิคการถนอมอาหาร		๓๐ นาที
๓.	การบริหารจัดการประกอบอาชีพวิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ	๓.๑ สามารถบริหารจัดการทำก๋วยเตี๋ยวลุยได้อย่างถูกต้อง ๓.๒ สามารถจัดการตลาดในการผลิตวิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ	๓.๑ สามารถบริหารจัดการในวิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพได้อย่างถูกต้อง ๓.๒ สามารถจัดบริหารจัดการตลาดแหล่งจำหน่ายได้	๓.๑ วิทยากรอธิบายสาระความรู้ให้แม่นยำในการปฏิบัติจริง ๓.๒ วิทยากรอธิบายแหล่งจำหน่ายการตลาด ฐานข้อมูล	๓๐นาที	

หลักสูตร วิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ จำนวน ๕ ชั่วโมง

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๔.	โครงการประกอบอาชีพ วิชาการทำอาหารเพื่อ สุขภาพ	๔.๑ บอกความสำคัญของโครงการอาชีพได้ ๔.๒ บอกประโยชน์ของโครงการอาชีพได้ ๔.๓ บอกองค์ประกอบของโครงการอาชีพได้ ๔.๔ อธิบายความหมายขององค์ประกอบ ของโครงการอาชีพได้ ๔.๕ อธิบายลักษณะการเขียนโครงการอาชีพ ที่ดีตามองค์ประกอบของโครงการอาชีพได้ ๔.๖ เขียนโครงการในแต่ละองค์ประกอบให้ เหมาะสมได้อย่างถูกต้อง	๔.๑ ความสำคัญของโครงการการ ประกอบอาชีพ ๔.๒ ประโยชน์ของโครงการอาชีพ ๔.๓ องค์ประกอบของโครงการอาชีพ ๔.๔ ความหมายขององค์ประกอบของ โครงการอาชีพ ๔.๕ ลักษณะการเขียนโครงการอาชีพที่ ดีตามองค์ประกอบของโครงการอาชีพ ๔.๖ เขียนโครงการประกอบอาชีพ	๔.๑ จัดให้ผู้เรียนศึกษาเนื้อหาจากใบ ความรู้เรื่องความสำคัญของโครงการ อาชีพ ๔.๒ ให้ศึกษาระจากข้อมูลจากใจ ความรู้เรื่องตัวอย่างการเขียนโครงการ อาชีพ ที่ดี เหมาะสม และถูกต้อง		๓ ชม.
๕	โครงการประกอบอาชีพ วิชาการทำอาหารเพื่อ สุขภาพ	๑.กลยุทธ์การทำตลาดออนไลน์/การวิเคราะห์ องค์กรและสินค้าที่จะจำหน่ายออนไลน์ ๒.การชำระเงิน การคืนสินค้า การประกัน สินค้า	กลยุทธ์ด้านการตลาดออนไลน์ เพื่อให้ เราสามารถบรรลุวัตถุประสงค์ที่ธุรกิจได้ ตั้งเอาไว้ในการทำการค้าออนไลน์	เป็นการแนะนำเกี่ยวกับกระบวนการ ทำการค้าออนไลน์ที่เกี่ยวกับวิธีการ ชำระเงินค่าสินค้าบริการสำหรับ ผู้ประกอบการ รวมถึงวิธีการจัดส่ง สินค้าไปยังผู้ซื้อ	๓๐ นาที	

