

ชื่อหลักสูตร วิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ จำนวน 10 ชั่วโมง

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอปางศิลาทอง

ความเป็นมา

ตามประกาศกรมส่งเสริมการเรียนรู้ เรื่อง จุดเน้นการดำเนินงานกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568 มีนโยบาย คือ Quick Win ระยะเร่งด่วน (ภายใน 6 เดือน) “ล็อกเป้า ฝ่าฟันฟู” ออกแบบมาตรการให้ความช่วยเหลือที่ตรงจุดร่วมกับโรงเรียน หน่วยงานราชการ และชุมชน รวมทั้งจัดทำแนวทางเพื่อส่งเสริมให้มีโอกาสเข้าสู่ระบบการศึกษาหรือโอกาสในการพัฒนาด้านอื่น ๆ อาทิ การพัฒนาทักษะชีวิต การพัฒนาทักษะอาชีพ และ “สกร. Learn to Earn” สร้างงาน สร้างรายได้ ส่งเสริมการเรียนรู้ผ่านหลักสูตรที่เน้นการปฏิบัติและการฝึกทักษะอาชีพที่สามารถนำไปใช้ในการประกอบอาชีพได้จริง โดยเน้นทักษะที่ตอบโจทย์ ตลาดแรงงาน อาทิ ทักษะดิจิทัล ทักษะด้านเทคโนโลยี การเกษตรสมัยใหม่ และงานบริการ ที่สอดคล้องกับมาตรฐานอาชีพและคุณวุฒิวิชาชีพ เพื่อให้ผู้เรียนมีสมรรถนะและนำความรู้ไปประกอบอาชีพและสร้างรายได้อย่างยั่งยืน สกร.ระดับอำเภอปางศิลาทอง เห็นว่าเพื่อเป็นการส่งเสริมสนับสนุนการดำเนินงานของศูนย์ฝึกอาชีพชุมชนให้สอดคล้องกับจุดเน้นการดำเนินงานกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568 และแนวทางการขับเคลื่อนการศึกษา ดังนั้น จึงเป็นบทบาทของสถานศึกษา คือ สกร.ระดับอำเภอ ที่ได้มอบหมายให้ ศกร.ระดับตำบล ดำเนินการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาตนเอง (การศึกษาแบบพัฒนาอาชีพระยะสั้น) ให้สอดคล้องตามความต้องการของกลุ่มเป้าหมายและศักยภาพของพื้นที่

จากการสำรวจความต้องการด้านอาชีพและความเหมาะสมกับสภาพพื้นที่และความพร้อมของชุมชนตำบลโพธิ์ทองแล้วนั้น ประชาชนส่วนใหญ่มีความต้องการที่จะมีอาชีพและการมีงานทำคือ วิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ ศกร.ระดับตำบลโพธิ์ทอง ในฐานะที่เป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ตลอดชีวิต ที่ต้องจัดกิจกรรมการส่งเสริมการเรียนรู้ในทุกด้านให้กับประชาชน จึงได้นำจุดเน้นการดำเนินงานกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568 ข้างต้น ไปสู่การปฏิบัติเพื่อจัดการการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง (การศึกษาแบบพัฒนาอาชีพระยะสั้น) เพื่อตอบสนองความต้องการของประชาชนกลุ่มเป้าหมายที่สำรวจและเป็นการให้บริการฝึกพัฒนาสาธิตอาชีพและสร้างอาชีพ การทำอาหารเพื่อสุขภาพ แก่ประชาชนตำบลโพธิ์ทอง เป็นการลดรายจ่ายและเพิ่มรายได้ให้ชุมชนอยู่อย่างพอประมาณไม่ฟุ่มเฟือย และดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุข ศกร.ระดับตำบลโพธิ์ทอง จึงจัดการศึกษาแบบพัฒนาอาชีพระยะสั้น กลุ่มสนใจ วิชาการทำอาหารเพื่อสุขภาพ ขึ้น

หลักการของหลักสูตร

1. เป็นหลักสูตรที่เน้นบูรณาการเนื้อหาสาระภาคทฤษฎีควบคู่ไปกับการปฏิบัติจริง ผู้เรียนสามารถนำความรู้และทักษะไปประกอบอาชีพได้อย่างมีคุณภาพและคุณธรรม 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 10 ชั่วโมง ภาคทฤษฎี 3 ชั่วโมง ภาคปฏิบัติ 7 ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัด กระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1	ช่องทางการประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพ	1.1 บอกความสำคัญของการประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพ 1.2 บอกความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพ	1.1 ความสำคัญในการประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพ 1.2 ความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพ 1.2.1 การลงทุน 1.2.2 การจัดหาวัสดุอุปกรณ์ 1.2.3 ความต้องการของตลาด	1. วิทยาการบรรยายเรื่องความสำคัญในการประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพความเป็นไปได้ การประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพและการตัดสินใจในการเลือกอาชีพ	30 นาที	30 นาที

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 (สลัดโรลแซนด์วิช) 2.สามารถเตรียมวัตถุดิบในการทำอาหารเพื่อสุขภาพ (สลัดโรลแซนด์วิช) 3. สามารถทำอาหารเพื่อสุขภาพ	1. ความรู้เกี่ยวกับการนำวัตถุดิบที่มีในชุมชนมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในการทำอาหารเพื่อสุขภาพ (สลัดโรล แซนด์วิช) เพื่อลดต้นทุน 2. ให้ความรู้เกี่ยวกับวิธีการเลือกวัตถุดิบในการทำอาหารเพื่อสุขภาพ (สลัดโรลแซนด์วิช) 3. การทำอาหารเพื่อสุขภาพเมนูต่างๆ	1. วิทยากรบรรยายให้ความรู้เรื่องการคัดเลือกวัตถุดิบสำหรับการทำอาหารเพื่อสุขภาพ (สลัดโรล แซนด์วิช)และผู้เรียนศึกษาเอกสารเกี่ยวข้อง 2. ผู้เรียนและวิทยากรร่วมสนทนาแลกเปลี่ยนข้อมูลความคิดเห็น 3. ผู้เรียนสรุปความรู้และจดบันทึก	1	6

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัด กระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		เมนูต่างๆ ดังนี้ -สลัดโรล -แซนด์วิช -น้ำสลัดครีม -น้ำสลัดซีฟู้ด 4. สามารถออกแบบและบรรจุภัณฑ์รูปแบบต่างๆให้สวยงามและเหมาะสมได้ 5. สรุปขั้นตอนและเทคนิคการทำได้ครบทุกขั้นตอน	ดังนี้ -สลัดโรล -แซนด์วิช -น้ำสลัดครีม -น้ำสลัดซีฟู้ด 4. ขั้นตอนการออกแบบและบรรจุภัณฑ์ที่สวยงามและเหมาะสม 5. ขั้นตอนการทำอาหารเพื่อสุขภาพและเทคนิคในการทำอาหารเพื่อสุขภาพ	วิทยากรบรรยายพร้อมให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติทำ -สลัดโรล -แซนด์วิช -น้ำสลัดครีม -น้ำสลัดซีฟู้ด 4. วิทยากรประเมินผลงานวิทยากรบรรยายและสาธิตการออกแบบและบรรจุภัณฑ์ 5. วิทยากรและผู้เรียนร่วมกันสรุปขั้นตอนการทำอาหารเพื่อสุขภาพและเทคนิคในการทำอาหารเพื่อสุขภาพ		
3	การบริหารจัดการในการประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพ	1. สามารถบอกวิธีการบริหารการผลิตได้	1.การบริหารการผลิต 1.1 การจัดการควบคุมคุณภาพการผลิต 1.2 การลดต้นทุนการผลิต 1.3 การวางแผนการผลิต	1. วิทยากรบรรยายความรู้เรื่องการบริหารการผลิต ได้แก่ การจัดการควบคุมคุณภาพการผลิต การลดต้นทุนการผลิตและการวางแผนการผลิต 2. วิทยากรและผู้เรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับการบริหารการผลิต 3. ให้ผู้เรียนศึกษาข้อมูลการบริหารการผลิต จากสถานประกอบการ 4. ผู้เรียนสรุปความรู้และจดบันทึก	1	-

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัด กระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		2. สามารถบอกวิธีการจัดการตลาดได้	2. การจัดการตลาด 2.1 การทำฐานข้อมูลลูกค้า 2.2 การประชาสัมพันธ์ 2.3 การวางแผนการตลาด	1. วิทยากรบรรยายความรู้เรื่องการจัดการตลาดได้แก่ การทำฐานข้อมูลลูกค้า การประชาสัมพันธ์และการวางแผนการตลาด 2. วิทยากรและผู้เรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับการจัดการตลาด 3. ผู้เรียนสรุปความรู้และจดบันทึก		
		3. สามารถอธิบายการจัดการความเสี่ยงได้	3. การจัดการความเสี่ยง 3.1 การวิเคราะห์ศักยภาพ 1) ค่าใช้จ่ายในการผลิต 2) ผลกำไรจากการผลิต 3.2 การแก้ปัญหาความเสี่ยง	1. วิทยากรบรรยายความรู้เรื่องการจัดการความเสี่ยงได้แก่การวิเคราะห์ศักยภาพและการแก้ปัญหาความเสี่ยง 2. วิทยากรและผู้เรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับการจัดการความเสี่ยง 3. ผู้เรียนสรุปความรู้และจดบันทึก		
4	โครงการประกอบอาชีพการทำอาหารเพื่อสุขภาพ	1. บอกความสำคัญของโครงการอาชีพได้ 2. บอกประโยชน์ของโครงการอาชีพได้ 3. บอกองค์ประกอบของโครงการอาชีพได้ 3.1 อธิบายความหมายขององค์ประกอบของโครงการอาชีพได้ 3.2 อธิบายลักษณะการเขียนที่ดีของ	1. ความสำคัญของโครงการ 2. ประโยชน์ของโครงการ 3. องค์ประกอบของโครงการ	1. จัดให้ผู้เรียนศึกษาเนื้อหาจากใบความรู้ เรื่อง ความสำคัญของโครงการอาชีพ ประโยชน์ของโครงการอาชีพ องค์ประกอบของโครงการอาชีพ แล้วจัดกิจกรรมการสนทนาแลกเปลี่ยนข้อมูลความคิดเห็น เพื่อสร้างแนวคิดในการดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ 2. จัดให้ผู้เรียนศึกษาสาระข้อมูลจากใบความรู้ เรื่อง	30 นาที	30 นาที

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 และใช้ในการ ดำเนินการประกอบ 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)	- สังเกตการปฏิบัติในระหว่างการเรียนรู้การจัดกิจกรรม - ประเมินโดยให้สาธิต/แสดงขั้นตอนวิธีการปฏิบัติ - กรณีไม่มีการปฏิบัติจัดทำผลงานให้ประเมินจากกระบวนการมีส่วนร่วม (ร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมแก้ปัญหา)	- ปฏิบัติได้ถูกต้องตามขั้นตอน คล่องแคล่ว รวดเร็ว ไม่มีข้อผิดพลาด/ปัญหา หากมีปัญหสามารถแก้ไขได้อย่างรวดเร็ว
3. คุณภาพของผลงาน ผลการปฏิบัติ (40)	- สังเกต/ตรวจสอบผลงาน/ผลการปฏิบัติว่าเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดหรือไม่	- ความถูกต้อง/ความสมบูรณ์ - ความแข็งแรงคงทน/ความสวยงามประณีต - ความประหยัด - ความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายสภาพพื้นที่ ฯลฯ ทั้งนี้เกณฑ์การพิจารณาขึ้นอยู่กับลักษณะหรือธรรมชาติของวิชา/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