

## หลักสูตรการทำสาकुไส้หมู และการทำขนมตากววย จำนวน 10 ชั่วโมง

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคลองขลุง

.....

### ความเป็นมา

สาकु" เริ่มจากเมื่อรัชกาลที่1ได้ยกทัพไปเวียงจันทน์ ประเทศลาวแล้วได้อัญเชิญพระแก้วมรกตมายังบ้านเมืองของ เรา ได้นางสนมมา1นาง นามว่า แม่นางเสื่อ รัชกาลที่ 1

การทำสาकुไส้หมู ดำเนินมาแล้วว่า สาकुไส้หมูถูกคิดค้นขึ้นในสมัย รัชกาลที่ 1 โดยนางสนมชาวลาวที่ติดตามมาถวายงาน จุดเริ่มต้น: เดิมทีพระองค์ทรงโปรดเสวย "ไข่ตัวเงินตัวทอง" มาก แต่ภายหลังหาได้ยาก นางสนมจึงได้คิดค้นขนมและอาหารว่างขึ้นมาใหม่โดยดัดแปลงจากแป้งข้าวเหนียว นำมาห่อไส้ปรุงรส และปั้นให้มีลักษณะคล้ายไข่ เพื่อถวายทดแทน สาकुไส้หมู เป็นอาหารว่างไทยโบราณที่สืบทอดมาตั้งแต่สมัยต้นกรุงรัตนโกสินทร์ โดดเด่นด้วยแป้งสาकुเนื้อเหนียวนุ่มห่อหุ้มไส้หมูผัดรสชาติหวานเค็ม ทานคู่กับผักกาดหอม ผักชี และพริกขี้หนูสวน เลยกลายเป็นขนมที่เจอเฉพาะในร้านขนมไทยโบราณหรืองานวัฒนธรรมเท่านั้น

การพัฒนาสูตร: ต่อมาได้มีการพัฒนาสูตรมาเรื่อยๆ จนนำแป้งสาकुมาใช้แทนแป้งข้าวเหนียว เนื่องจากให้เนื้อสัมผัสที่ใสและหนึบกว่า เกิดเป็นเมนู "สาकुไส้หมู" ที่เรารู้จักกันในปัจจุบัน

**ตัวแป้ง:** เดิมทำมาจากต้นสาकुแท้ๆ (แป้งสาकुต้น) แต่ในปัจจุบันนิยมใช้แป้งสาकुที่ทำมาจากแป้งมันสำปะหลัง

**ตัวไส้:** ประกอบด้วยเนื้อหมูสับละเอียด, รากผักชี, กระเทียม, พริกไทย, หอมแดง, ไข่โป๊วสับ และถั่วลิสงคั่วบด ปรุงรสด้วยน้ำตาลปี๊บและน้ำปลา นำไปผัดจนแห้งและเหนียว

**สาकुไส้หมู** เป็นอาหารว่างไทยโบราณที่สืบทอดมาตั้งแต่สมัยต้นกรุงรัตนโกสินทร์ โดดเด่นด้วยแป้งสาकुเนื้อเหนียวนุ่มห่อหุ้มไส้หมูผัดรสชาติหวานเค็ม ทานคู่กับผักกาดหอม ผักชี และพริกขี้หนูสวนเลยกลายเป็นขนมที่เจอเฉพาะในร้านขนมไทยโบราณหรืองานวัฒนธรรมเท่านั้น

ขนมตากววย ขนมพื้นบ้านโบราณของชาวไทพวน และชาวลาวครั้ง มีที่มาจากวิถีชีวิตชาวนาที่ผูกพันกับควายและวัวในการทำนา โดยชื่อเรียกมาจากการที่ขนมมีรูปร่างกลมใหญ่เหมือนลูกตากววย ทำจาก ข้าวเหนียวผสมกะทิ น้ำตาล ผัดไส้ให้เหนียวหนึบแล้วปั้นเป็นก้อนกลม นำไปทอดหรือเชื่อม เป็นขนมมงคลเอาไว้ทำขวัญข้าวตอนเอาข้าวขึ้นยุ้งเสร็จในวันขึ้น 3 ค่ำ เดือน 3 ที่ทำในงานบุญประเพณีเพื่อความสามัคคี และเป็นสัญลักษณ์ของชีวิตชนบท และเป็นอาหารที่ใช้ต้อนรับแขก

ขนมพื้นบ้านโบราณของชาวไทพวน และชาวลาวครั้ง ไม่เพียงแค่อุปมาเรียกชื่อตามรูปร่างกลม ขนาดกลมใหญ่ของขนมเท่านั้น แต่ "ขนมตากววย" ยังเป็นเครื่องแสดงถึงเอกลักษณ์ความเป็นชีวิตวิถีท้องทุ่งที่ทำนาเป็นหลักมีความผูกพันกับวัวควายที่เป็นส่วนสำคัญในการทำไร่ไถนา ผสมผสานเข้ากับความช่างคิดช่างค้นช่างปรุงแต่งของคนเก่าคนแก่ที่ได้คิดค้นขนมพื้นบ้านที่รสชาติอร่อยจากวัตถุดิบที่หาได้ง่าย ๆ จะกระเดียดไปทางขนมบัวลอยเสียทีเดียวก็ไม่ใช่ จะเป็นขนมต้มก็ไม่เชิง เพราะรูปลักษณะใหญ่โตแปดกรุปแปดร่างเมื่อเทียบ

กับเม็ดบัว และยังมีไส้ที่ไม่เหมือนขนมต้มเสียด้วย ผนวกกับเหลียวซ้ายแลขวาก็เห็นแต่ตาควาย ก็เรียกขนมชนิดนี้เสียว่า "ขนมตาควาย" เลยแล้วกัน

“อาหารทุกจาน สิ่งของทุกอย่าง เบื้องหลังคือวิถีชีวิตของชาวบ้าน”ขนมตาควาย หนึ่งในขนมหวานพื้นบ้านหาทานได้ยาก ที่ถูกจินตนาการว่ามันคล้าย ดวงตาควาย เป็นขนมหวานพื้นบ้านที่เป็นเอกลักษณ์อยู่คู่ประเพณีของชาวไทพวน และชาวลาวครั้ง สำหรับใช้เป็นของหวานในพิธีทำขวัญข้าวก่อนนำข้าวเข้ายุ้ง เป็นสัญลักษณ์ความสามัคคีของคนในชุมชน เพราะชาวบ้านจะมารวมตัวช่วยกันทำขนม เป็นขนมต้อนรับแขกแก้ว ถือเป็นอีกเสน่ห์หนึ่งของชุมชนตาควาย เริ่มจากการทำไส้ด้วยการนำถั่วเขียวผ่าซีกมาเคี้ยวจนขึ้น แล้วนำมาผัดในกระทะกับพริกไท และกระเทียมที่โขกจนละเอียด จากนั้นโรยด้วยมะพร้าวขูด แล้วนำไส้ที่ผัดแล้วมาปั้นเป็นก้อนกลม แล้วห่อด้วยแป้งข้าวเหนียว เป็นก้อนกลมแล้วนำมาต้มจนสุก เมื่อจะนำไปรับประทานก็จะใส่น้ำกะทิแล้วโรยหน้าด้วยงาขาวคั่วได้รสชาติ หวานมัน เค็ม สัมผัสเหนียวนุ่มเคี้ยวได้อย่างเพลิดเพลิน

ดังนั้น เพื่อให้ประชาชนหรือผู้รับบริการ ได้รับการพัฒนาศักยภาพ ทักษะและความเชี่ยวชาญเฉพาะด้านตามความถนัด ของตน การประกอบอาชีพ การพัฒนาอาชีพ การยกระดับคุณภาพชีวิตของตน ครอบครัว ชุมชน สังคม และตอบสนองกับความต้องการของประชาชนกลุ่มเป้าหมายในพื้นที่ ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคลองขลุง จึงได้จัดโครงการส่งเสริมการประกอบอาชีพ หลักสูตรการทำสาकुไส้หมู และการทำขนมตาควาย จำนวน 10 ชั่วโมง ขึ้น เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายสามารถมีทักษะ ประสบการณ์จากการเรียนรู้ ไปใช้ในการประกอบอาชีพและการพัฒนาอาชีพ สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีคุณภาพก่อให้เกิดรายได้กับตนเองและครอบครัว

### หลักการของหลักสูตร

1. เป็นหลักสูตรท้องถิ่นที่เปิดโอกาสให้ผู้รู้หรือภูมิปัญญาในท้องถิ่น เข้ามามีส่วนร่วมเป็นวิทยากรจัดการเรียนการสอน และส่งเสริมให้หน่วยงานภาคีเครือข่ายบูรณาการความร่วมมือจัดกิจกรรมกับสถานศึกษา
2. เป็นหลักสูตรที่ส่งเสริมให้ผู้ด้อย พลาด ขาดโอกาสได้รับการพัฒนาสมรรถนะและทักษะในการประกอบอาชีพ มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีรายได้ ตลอดจนนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในการดำรงชีวิต
3. เป็นหลักสูตรที่มุ่งเน้นให้ผู้ผ่านการฝึกอบรมได้รับความรู้นำไปประกอบอาชีพ สร้างอาชีพ พัฒนาอาชีพเพิ่มรายได้ มีคุณภาพชีวิตที่ดี ต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่น สร้างมูลค่าเพิ่ม

### จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ความเข้าใจและทักษะในการประกอบอาชีพการทำสาकुไส้หมู
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมนำความรู้เกี่ยวกับงานการทำสาकुไส้หมู ไปประกอบอาชีพสร้างรายได้ให้กับตนเองและครอบครัว

### เป้าหมาย

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

## ระยะเวลา

จำนวน 10 ชั่วโมง

- ทฤษฎี 3 ชั่วโมง

- ปฏิบัติ 7 ชั่วโมง

## โครงสร้างหลักสูตร

| ที่ | เรื่อง                                          | จุดประสงค์การเรียนรู้                                                                                                                                                       | เนื้อหา                                                                                                                                                                                         | การจัดกระบวนการเรียนรู้                                                                                                                                                                                                                                                                        | จำนวนชั่วโมง |         |
|-----|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|
|     |                                                 |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                | ทฤษฎี        | ปฏิบัติ |
| 1   | ช่องทางการประกอบอาชีพ<br>การทำขนม<br>สาคุไส้หมู | 1.1 อธิบายความสำคัญของการประกอบอาชีพ<br>การทำสาคุไส้หมู<br>1.2 อธิบายความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพ<br>ได้แก่ ความต้องการของตลาด วัสดุอุปกรณ์<br>1.3 บอกทิศทางการประกอบอาชีพ | 1.1 ความสำคัญของการประกอบอาชีพ<br>การทำสาคุไส้หมู<br>1.2 ความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพ<br>การทำสาคุไส้หมู<br>1.2.1 ความต้องการของตลาด<br>1.2.2 การจัดหาวัสดุอุปกรณ์<br>1.3 ทิศทางการประกอบอาชีพ | 1.1 วิทยากรอธิบายความสำคัญของการประกอบอาชีพ การทำสาคุไส้หมู<br>1.2 วิทยากรอธิบายความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพ การทำสาคุไส้หมู<br>ได้แก่ ความต้องการของตลาด การจัดหาวัสดุอุปกรณ์ การทำสาคุไส้หมู<br>1.3 ผู้เรียนและวิทยากรร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับทิศทางการประกอบอาชีพในรูปแบบที่เหมาะสมกับตนเอง | 30<br>นาที   | -       |

|   |                                               |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |           |                                                       |
|---|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------|
| 2 | ทักษะการประกอบอาชีพ<br>การทำขนม<br>สาคุไส้หมู | 2.1 เตรียมการประกอบอาชีพ การทำสาคุไส้หมู<br>2.1.1 การคัดเลือกวัสดุ<br>2.1.2 ความรู้ที่เกี่ยวข้องในการ ประกอบอาชีพ การทำสาคุไส้หมู<br>2.2 การทำสาคุไส้หมู                                                                  | 2.1 <sup>ขั้น</sup> เตรียมการประกอบอาชีพ การทำสาคุไส้หมู<br>2.1.1 การคัดเลือกวัสดุ สำหรับใช้การทำขนมสาคุไส้หมู<br>2.1.2 ความรู้ที่เกี่ยวข้องในการประกอบอาชีพ การทำสาคุไส้หมู<br>2.2 ขั้นการฝึกทักษะอาชีพ การทำสาคุไส้หมู | 2.1 จัดให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรม ศึกษาเอกสารเกี่ยวกับการทำสาคุไส้หมู<br>2.2 อภิปรายแลกเปลี่ยนเรียนรู้<br>2.3 จัดให้ผู้เรียนลงมือปฏิบัติการทำสาคุไส้หมู<br>2.4 จัดบันทึกผลการเรียนรู้<br>2.5 ดำเนินการวัดและประเมินผลตามที่หลักสูตรกำหนด<br>2.6 ฝึกปฏิบัติจริงขนมสาคุไส้หมู<br>1. การคัดเลือกวัสดุ<br>2. สาธิต/ปฏิบัติ | 1 ชั่วโมง | 3 ชั่วโมง                                             |
| 3 | การบริหารจัดการในอาชีพ                        | 3.1 การบริหารจัดการในการประกอบอาชีพ การทำสาคุไส้หมู<br>3.2 การคิดต้นทุนการผลิต กำไร และการกำหนดราคาขายสินค้าได้                                                                                                           | 3.1 ศึกษาข้อมูลและวิเคราะห์ความต้องการของตลาดในชุมชน<br>3.2 ฝึกปฏิบัติการคิดคำนวณต้นทุนการผลิต กำไร และการกำหนดราคาขายสินค้าได้                                                                                          | 3.1 วิทยากรให้ความรู้การวิเคราะห์ความต้องการของตลาดในชุมชน<br>3.2 วิทยากรให้ความรู้การคิดต้นทุนการผลิต กำไร และการตั้งราคาขายสินค้า                                                                                                                                                                                 | 30 นาที   | -                                                     |
| 4 | ช่องทางการทำขนม<br>ตากววย                     | เพื่อให้ผู้เรียนช่องทางการประกอบอาชีพ<br>ความสำคัญของการประกอบอาชีพ<br>ความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพความ<br>ต้องการของตลาด<br>การใช้แรงงาน<br>-การจัดหาวัสดุ อุปกรณ์<br>- แหล่งเรียนรู้<br>ทำเลที่ตั้ง<br>- แหล่งเรียนรู้ | ช่องทางการประกอบอาชีพการทำขนมตากววย<br>-ความสำคัญของการประกอบอาชีพ<br>-ความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพอาชีพ<br>-การจัดหาวัสดุ อุปกรณ์<br>- แหล่งเรียนรู้อาชีพ<br>ขั้นเตรียมการประกอบอาชีพ                                  | ประกอบอาชีพ<br>-ความสำคัญของการประกอบอาชีพการทำขนมตากววย<br>-ความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพอาชีพ วัสดุ อุปกรณ์<br>-แหล่งเรียนรู้                                                                                                                                                                                     | 10 นาที   | 10 นาที<br>ประเมินจากการสังเกตพฤติกรรม<br>การเรียนรู้ |

|   |                        |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |            |                                                                                                                   |
|---|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                        | - ทิศทางการประกอบอาชีพ                                                                                                                                                                                                                                | -เครื่องมือ วัสดุ อุปกรณ์                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |            |                                                                                                                   |
| 5 | ทักษะการประกอบอาชีพ    | - ขั้นเตรียมการประกอบอาชีพ<br>สถานที่ / พื้นที่<br>-การคัดเลือกวัตถุดิบในการทำขนมตาควาย<br>การทำความสะอาดวัตถุดิบ<br>-ความรู้ที่เกี่ยวข้องในการประกอบอาชีพการทำขนมตาควาย<br>- ขั้นตอนการทำขนมตาควาย<br>ขั้นการดูแลรักษาอาหารเพื่อการจำหน่ายหรือบริโภค | - ขั้นเตรียมการประกอบอาชีพ<br>-การคัดเลือกวัตถุดิบในการทำความสะอาดวัตถุดิบอาหาร<br>- ขั้นตอนการทำขนมตาควาย<br>ขั้นการดูแลรักษา  | - วิทยากรอธิบายให้ความรู้เกี่ยวกับวิธีใช้ วัสดุอุปกรณ์และส่วนผสมต่างๆที่ต้องใช้ในการทำขนมตาควาย<br>- อภิปรายแลกเปลี่ยนเรียนรู้กระบวนการทำ ขนมตาควายทั้งใส่ขนมละตัวแบ่ง<br>-จัดให้ผู้เรียนลงมือปฏิบัติการการทำขนมตาควาย<br>-จัดบันทึกผลการเรียนรู้<br>ดำเนินการวัดและประเมินผลตามที่หลักสูตรกำหนด<br>-ฝึกปฏิบัติจริง วิธีการทำขนมตาควาย<br>1. การคัดเลือกวัสดุ<br>2. สาธิต/ปฏิบัติ | 20<br>นาที | 3<br>ชั่วโมง<br>30<br>นาที<br>ประเมินจากการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้<br>-<br>ประเมินจากการปฏิบัติ<br>-<br>ชิ้นงาน |
| 6 | การบริหารจัดการในอาชีพ | 3.1 การบริหารจัดการในการประกอบอาชีพการทำขนมตาควาย<br>3.2 การคิดต้นทุนการผลิต กำไร และการกำหนดราคาขายสินค้าได้                                                                                                                                         | 3.1 ศึกษาข้อมูลและวิเคราะห์ความต้องการของตลาดในชุมชน<br>3.2 ฝึกปฏิบัติการคิดคำนวณต้นทุนการผลิต กำไร และการกำหนดราคาขายสินค้าได้ | 3.1 วิทยากรให้ความรู้ การวิเคราะห์ความต้องการของตลาดในชุมชน<br>3.2 วิทยากรให้ความรู้การคิดต้นทุนการผลิต กำไร และการตั้งราคาขายสินค้า                                                                                                                                                                                                                                              | 30<br>นาที | 20<br>นาที                                                                                                        |

### สื่อการเรียนรู้

1. ศึกษาจากเอกสาร / ใบความรู้ / ตัวอย่างชิ้นงาน
2. วิทยากร / ภูมิปัญญา
3. วัสดุฝึก
4. การฝึกปฏิบัติจริง

### **การวัดผลประเมินผล**

1. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
2. การประเมินผลงานระหว่างเรียนจากการปฏิบัติ ได้ผลงานที่มีคุณภาพสามารถสร้างรายได้และจบหลักสูตร

### **เกณฑ์การจบหลักสูตร**

1. มีเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตามหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. มีผลการประเมินผ่านตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
3. ได้ผลงานที่มีคุณภาพ

## แบบเขียนโครงการฝึกอบรม

## 1.ชื่อโครงการ

โครงการส่งเสริมการประกอบอาชีพ หลักสูตรการทำสาकुไส้หมู และการทำขนมตาควาย จำนวน 10 ชั่วโมง

## 2. ความสอดคล้องกับนโยบายและจุดเน้นการดำเนินงาน กรมส่งเสริมการเรียนรู้

☒ จุดเน้นการดำเนินงาน กรมส่งเสริมการเรียนรู้

## 1. พลิกโฉมระบบการเรียนรู้สู่ความยืดหยุ่น เชื่อมโยง และไร้รอยต่อ

1.1 ยกระดับการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิต การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง และการเรียนรู้เพื่อคุณวุฒิตามระดับ ให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตจริง และทักษะที่จำเป็น สร้างทางเลือกที่หลากหลายและยืดหยุ่นเชื่อมโยงรูปแบบการเรียนรู้อย่างเป็นระบบและไร้รอยต่อ

## 2. ขับเคลื่อนการเรียนรู้เพื่ออาชีพ สร้างรายได้ และพึ่งพาตนเอง พัฒนาหลักสูตรอาชีพที่สอดคล้อง

2.2 ส่งเสริมแนวทาง “Learn to Earn” และ “Upskill-Reskill-Newskill” เพื่อสร้างรายได้ระหว่างเรียนและหลังเรียนจบ

## 3. ส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะแห่งอนาคต สู่การเป็นพลเมืองที่เข้มแข็งและมีคุณภาพ

3.2 มุ่งสร้างทักษะที่หลากหลาย (Multi Skill) และความยืดหยุ่น (Resilience) ให้ประชาชนพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและโลกการทำงาน เช่น ทักษะการสื่อสารและการทำงานร่วมกัน ทักษะการเรียนรู้ตลอดชีวิตและการปรับตัว ทักษะด้านวัฒนธรรมและความคิดสร้างสรรค์

## 8. เสริมสร้างความร่วมมือ และการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน

8.1 ขับเคลื่อนการมีส่วนร่วมของชุมชน ภาควิชาการ และท้องถิ่นในการออกแบบและจัดการเรียนรู้

☒ ยุทธศาสตร์หลักของกรมส่งเสริมการเรียนรู้ 2569

## 1. ปฏิรูปการเรียนรู้สู่ระบบที่ยืดหยุ่น เชื่อมโยง และไร้รอยต่อ

1.1 ยกระดับการจัดการเรียนรู้ 3 รูปแบบ ให้มีคุณภาพสูงและตอบโจทย์ชีวิตจริง ส่งเสริมการเรียนรู้ที่ยืดหยุ่น มีทางเลือกสำหรับทุกคน และเชื่อมโยงการเรียนรู้ทุกรูปแบบอย่างไร้รอยต่อ

☒ พันธกิจศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคลองขลุง

1. ส่งเสริมการจัดการเรียนรู้ที่มีคุณภาพและมาตรฐาน เพื่อยกระดับการศึกษา พัฒนาทักษะที่เหมาะสมและสมรรถนะที่จำเป็นของประชาชน ให้สามารถปรับตัวในการดำรงชีวิต พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงของโลกยุคใหม่

2. สถานศึกษาจัดให้มีการประกันคุณภาพภายใน และเตรียมความพร้อมการประเมินคุณภาพภายนอก

3. สร้างและประสานความร่วมมือเชิงรุกกับภาคีเครือข่าย ให้เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการเรียนรู้

☒ สอดคล้องกับมาตรฐานการศึกษา

1. มาตรฐานการศึกษาสำหรับสถานศึกษาที่จัดการเรียนรู้ตลอดชีวิต

2. มาตรฐานการศึกษาสำหรับสถานศึกษาที่จัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง

### 3. มาตรฐานการศึกษาสำหรับสถานศึกษาที่จัดการเรียนรู้เพื่อคุณวุฒิตามระดับ

#### 3. หลักการและเหตุผล

จากนโยบายการศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ มุ่งหวังให้ผู้เรียนทุกช่วงวัยได้รับการพัฒนาในทุกมิติ ทั้งในด้านโอกาส ความเท่าเทียม ความเสมอภาค คุณภาพและพัฒนาสมรรถนะอาชีพที่สอดคล้องกับความต้องการ ความสนใจ โดยการ Re skill Up skill และ New skill เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมีการศึกษาในระดับที่สูงขึ้น พร้อมทั้งสร้างช่องทางอาชีพในรูปแบบที่หลากหลายให้ครอบคลุมผู้เรียนทุกกลุ่มเป้าหมาย โดยมีการบูรณาการความร่วมมือระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ตามพระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ.2566 กำหนดให้กรม มีหน้าที่จัดส่งเสริม และสนับสนุนการเรียนรู้ เพื่อการพัฒนาตนเอง เป้าหมายเพื่อพัฒนาศักยภาพ ทักษะ และความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน ตามความถนัดของตน การประกอบอาชีพ การพัฒนาอาชีพ การยกระดับ คุณภาพชีวิตของตน ครอบครัว ชุมชน หรือสังคม หรือเพื่อประโยชน์แห่งความรอบรู้ของตน โดยอาจได้รับการ รับรองคุณวุฒิตามความเหมาะสม ในการจัดการเรียนรู้ให้มีระบบแนะแนวการเรียนและการประกอบอาชีพ เพื่อให้ผู้เรียนมีโอกาสได้ทราบล่วงหน้าหรือวางแผนให้สอดคล้องกับความถนัดของตนเองด้วย ในการจัด ส่งเสริม สนับสนุน การประกอบอาชีพ พัฒนาอาชีพตามความถนัด ความสนใจและความต้องการของบุคคลและ กลุ่มบุคคลที่แตกต่างกัน ดำเนินการให้สอดคล้องกับบริบทภูมิสังคม สอดรับกับตลาดแรงงาน ความต้องการ ของตลาด ยังคงไว้ซึ่งอัตลักษณ์ วิถีชีวิตและวัฒนธรรมของชุมชน รวมทั้งต้องสอดคล้องกับนโยบายที่เกี่ยวข้อง การจัดการศึกษาด้านอาชีพที่ผ่านมา เป็นส่วนหนึ่งของการจัดการศึกษาต่อเนื่องที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียน มีความรู้ มีเจตคติ และมีทักษะในการประกอบอาชีพ โดยดำเนินการจัดในรูปแบบกลุ่มสนใจ ชั้นเรียนวิชาชีพ ฝึกอบรม ประชาชน การเรียนรู้รายบุคคล โดยมีกลุ่มหลักสูตรอาชีพด้านเกษตรกรรม ด้านอุตสาหกรรม ด้านพาณิชยกรรมและการบริการ ด้านความคิดสร้างสรรค์ และด้านเฉพาะทาง

ดังนั้น เพื่อให้ประชาชนหรือผู้รับบริการ ได้รับการพัฒนาศักยภาพ ทักษะและความเชี่ยวชาญเฉพาะ ด้านตามความถนัด ของตน การประกอบอาชีพ การพัฒนาอาชีพ การยกระดับคุณภาพชีวิตของตน ครอบครัว ชุมชน สังคม และตอบสนองกับความต้องการของประชาชนกลุ่มเป้าหมายในพื้นที่ ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ ระดับอำเภอคลองขลุง จึงได้จัด โครงการส่งเสริมการประกอบอาชีพ หลักสูตรการทำสาकुไส้หมู และการทำ ขนมหาควาย จำนวน 10 ชั่วโมง ขึ้น เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายสามารถมีทักษะ ประสบการณ์จากการเรียนรู้ ไปใช้ ในการประกอบอาชีพและการพัฒนาอาชีพ สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีคุณภาพก่อให้เกิดรายได้กับ ตนเองและครอบครัว

#### 4. วัตถุประสงค์

- 4.1 เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ความเข้าใจในทักษะการประกอบอาชีพ
- 4.2 เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ฝึกทักษะกระบวนการคิดเป็นในการประกอบอาชีพ
- 4.3 เพื่อส่งเสริมสนับสนุนการสร้างงานและอาชีพให้กับผู้เข้ารับการฝึกอบรมให้มีอาชีพเสริม เพิ่มรายได้ แก่ตนเองและครอบครัว



## 5. เป้าหมาย

### เชิงปริมาณ

- ประชาชนตำบลคลองขลุ้ง ตำบลหัวถนน และตำบลคลองสมบูรณ์ จำนวน 15 คน

### เชิงคุณภาพ

- ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ความเข้าใจในทักษะการประกอบอาชีพ สามารถสร้างอาชีพเสริมเพิ่มรายได้ แก่ตนเองและครอบครัวได้

## 6. วิธีดำเนินการ

| กิจกรรมหลัก                                                                                                                              | วัตถุประสงค์                                         | กลุ่มเป้าหมาย                          | เป้าหมาย | พื้นที่ดำเนินการ            | ระยะเวลา     | งบประมาณ                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------|----------|-----------------------------|--------------|----------------------------------|
| <b>1. ขั้่นวางแผน (Plan)</b><br>1.1 สํารวจ<br>กลุ่มเป้าหมายและ<br>ความต้องการ                                                            | เพื่อสำรวจและ<br>รวบรวมข้อมูล<br>ในการจัด<br>กิจกรรม | บุคลากร<br>สกร.ระดับอำเภอ<br>คลองขลุ้ง | 16 คน    | สกร.ระดับอำเภอ<br>คลองขลุ้ง | พ.ค.<br>2569 | -                                |
| 1.2 รวบรวมและ<br>วิเคราะห์ข้อมูล<br>เพื่อจัดกระบวนการ<br>เรียนรู้ให้ตรงตาม<br>ศักยภาพความ<br>ต้องการของ<br>กลุ่มเป้าหมาย                 | เพื่อวาง<br>แผนการ<br>ปฏิบัติงานตาม<br>โครงการ       | บุคลากร<br>สกร.ระดับอำเภอ<br>คลองขลุ้ง | 16 คน    | สกร.ระดับอำเภอ<br>คลองขลุ้ง | พ.ค.<br>2569 | -                                |
| 1.3 ประชุม<br>วางแผนการ<br>ปฏิบัติงาน<br>- จัดทำโครงการ<br>และขออนุมัติ<br>โครงการ<br>- เตรียมสื่อ<br>เอกสาร และวัสดุ<br>ที่ใช้ในโครงการ | ทำเอกสาร<br>ขออนุมัติ<br>โครงการ                     | บุคลากร<br>สกร.ระดับอำเภอ<br>คลองขลุ้ง | 16 คน    | สกร.ระดับอำเภอ<br>คลองขลุ้ง | พ.ค.<br>2569 | ทำเอกสาร<br>ขออนุมัติ<br>โครงการ |

| กิจกรรมหลัก                                                                                                                                                                                                      | วัตถุประสงค์                                                                                                                  | กลุ่มเป้าหมาย                   | เป้าหมาย | พื้นที่ดำเนินการ                                                    | ระยะเวลา         | งบประมาณ |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|----------|---------------------------------------------------------------------|------------------|----------|
| <b>2. ขั้นตอนการดำเนินการ (Do)</b><br>2.1 ดำเนินการโครงการส่งเสริมการประกอบอาชีพหลักสูตรการทำสาकुไส้หมูจำนวน 5 ชั่วโมง ศก.ระดับตำบล<br>แม่ลาด ประจำปีงบประมาณ 2569                                               | เพื่อสามารถดำเนินการตามโครงการได้                                                                                             | ประชาชนทั่วไป                   | 15 คน    | ศาลาประชาคม หมู่ที่ 5<br>ตำบลคลองขลุง อำเภอลองขลุง จังหวัดกำแพงเพชร | 20-21 มิ.ย. 2569 | 15,600.- |
| <b>3. ขั้นตอนตรวจสอบ (Check)</b><br>3.1 แบบสอบถามความพึงพอใจ<br>3.2 แบบบันทึกกิจกรรมความรู้ของผู้เข้าร่วมกิจกรรม                                                                                                 | เพื่อสรุปผลการดำเนินงานตามโครงการ                                                                                             | ประชาชนทั่วไป                   | 6 คน     | ศาลาประชาคม หมู่ที่ 5<br>ตำบลคลองขลุง อำเภอลองขลุง จังหวัดกำแพงเพชร | 13 มิ.ย. 2569    | -        |
| <b>4. ขั้นตอนปรับปรุงแก้ไข (Action)</b><br>4.1 วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการ<br>4.2 ประชุมคณะทำงานเพื่อรับทราบผลการดำเนินงานที่ผ่านในการจัดกิจกรรมวางแผนในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป | - เพื่อให้ทราบข้อเท็จจริงจากผลการดำเนินงานของผู้เข้าร่วมโครงการ<br>- เพื่อรายงานปัญหาอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการดำเนินงาน | บุคลากร<br>ศก.ระดับอำเภอลองขลุง | 16 คน    | ศก.ระดับอำเภอลองขลุง                                                | มิ.ย.2569        | -        |

| กิจกรรมหลัก                                                                                                         | วัตถุประสงค์                              | กลุ่มเป้าหมาย | เป้าหมาย | พื้นที่ดำเนินการ | ระยะเวลา | งบประมาณ |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------|----------|------------------|----------|----------|
| 4.3 นำปัญหา<br>อุปสรรค<br>ข้อเสนอแนะในการ<br>จัดกิจกรรมมาเป็น<br>แนวทางในการ<br>วางแผนในการจัด<br>กิจกรรมครั้งต่อไป | - เพื่อปรับปรุง<br>แก้ไขการจัด<br>กิจกรรม |               |          |                  |          |          |

## 7. วงเงินงบประมาณ

งบประมาณประจำปี พ.ศ.2569 แผนงาน : ยุทธศาสตร์พัฒนาคุณภาพการศึกษาและการเรียนรู้  
 ผลผลิตผู้รับบริการการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง งบรายจ่ายอื่น  
 รายงานโครงการพัฒนาอาชีพชุมชน เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในโครงการพัฒนาอาชีพชุมชน ไตรมาส 3  
 รหัสงบประมาณ 20334330005005000001 กิจกรรมหลัก 20334690003200000 แหล่งของเงิน 6911500  
 รวมเป็นเงินทั้งสิ้นจำนวน 15,600.- บาท (หนึ่งหมื่นห้าพันหก ร้อยบาทถ้วน) รายละเอียดค่าใช้จ่ายดังนี้

7.1 ค่าตอบแทนวิทยากร เป็นเงิน 3,000.- บาท

7.2 ค่าวัสดุฝึกอบรม เป็นเงิน 7,660.- บาท

7.3 ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม (จำนวน 15 คน x 35 บาท x 4 มื้อ) เป็นเงิน 2,100.- บาท

(ขอเบิกจ่ายเพียง เป็นเงิน 1,820 บาท)

7.4 ค่าอาหารกลางวัน (จำนวน 15 คน x 120 บาท x 2 มื้อ) เป็นเงิน 3,600.- บาท

(ขอเบิกจ่ายเพียง เป็นเงิน 3,120 บาท)

รวมเป็นทั้งสิ้น 15,600.- บาท (หนึ่งหมื่นห้าพันหก ร้อยบาทถ้วน)

\*\*\*หมายเหตุ ค่าอาหารกลางวัน ขอเบิกเพียงจำนวน 13 คน

เป็นเงินจำนวน 3,120.- บาท

ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ขอเบิกเพียง

จำนวน 13 คน เป็นเงิน จำนวน 1,820.- บาท

ทุกรายการถ้วนเฉลี่ยจ่ายตามที่ได้จ่ายจริง

## 8. แผนการใช้จ่ายงบประมาณ

| กิจกรรมหลัก     | ไตรมาส 1<br>(ต.ค.-ธ.ค.68) | ไตรมาส 2<br>(ม.ค.-มี.ค.69) | ไตรมาส 3<br>(เม.ย.-มิ.ย.69) | ไตรมาส 4<br>(ก.ค.-ก.ย.69) |
|-----------------|---------------------------|----------------------------|-----------------------------|---------------------------|
| 1. ประชุมวางแผน | -                         |                            | ✓                           | -                         |

|                                               |   |  |          |   |
|-----------------------------------------------|---|--|----------|---|
| 2. จัดทำหลักสูตรการจัดกระบวนการ<br>จัดกิจกรรม | - |  | ✓        | - |
| 3. ประสานงานการดำเนินงาน                      | - |  | ✓        | - |
| 4. ดำเนินจัดทำโครงการ                         | - |  | 15,600.- | - |
| 5. การติดตามประเมินผล<br>การดำเนินงาน         | - |  | ✓        | - |

## 9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

|                         |                     |
|-------------------------|---------------------|
| นายอนุชา ขอนทอง         | ครูศูนย์การเรียนรู้ |
| นางสาวศกมลวรรณ ยอดฉัตร  | ครูศูนย์การเรียนรู้ |
| นางสาวอาทิตยาพร ศรีทอง  | ครูศูนย์การเรียนรู้ |
| นางสาวรุจิเรข ปรีดาธวัช | ครูศูนย์การเรียนรู้ |

## 10. เครือข่าย

- 10.1 ภูมิปัญญาท้องถิ่น
- 10.2 ผู้นำชุมชนตำบล

## 11. โครงการที่เกี่ยวข้อง

- 11.1 โครงการศาสตร์พระราชาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
- 11.2 โครงการการพัฒนาสังคมและชุมชน
- 11.3 โครงการการพัฒนาทักษะชีวิต

## 12. ผลลัพธ์ (Outcome)

- 12.1 ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ความเข้าใจในทักษะการประกอบอาชีพ
- 12.2 ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ฝึกเสริมสร้างกระบวนการคิดเป็นในการประกอบอาชีพ
- 12.3 เพื่อส่งเสริมสนับสนุนการสร้างงานและอาชีพให้กับผู้เข้ารับการฝึกอบรมให้มีอาชีพเสริม  
เพิ่มรายได้แก่ตนเองและครอบครัว

## 13. ดัชนีชี้วัดผลสำเร็จของโครงการ

13.1 ตัวชี้วัดผลผลิต (Output) ร้อยละ 80 ของผู้เรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม มีความรู้ความเข้าใจในทักษะการประกอบอาชีพ ฝึกกระบวนการคิดเป็นในการประกอบอาชีพ ฝึกปฏิบัติการทำสาธิตให้หมูส่งเสริมสนับสนุนการสร้างงานและอาชีพให้กับผู้เข้ารับการฝึกอบรมให้มีอาชีพเสริม เพิ่มรายได้แก่ตนเองและครอบครัว

13.2 ตัวชี้วัดผลลัพธ์ (Outcome) ผู้เรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม ร้อยละ 80 ได้ฝึกกระบวนการคิดเป็น ในการประกอบอาชีพ ฝึกปฏิบัติการทำสาธิตให้หมู่ส่งเสริมสนับสนุนการสร้างงานและอาชีพให้กับผู้เข้ารับการฝึกอบรมให้มีอาชีพเสริม เพิ่มรายได้แก่ตนเองและครอบครัว

#### **14. การติดตามและการประเมินผล**

14.1 รายงานผลการดำเนินงานตามโครงการ

14.2 ประเมินผลระหว่างการทำโครงการ เป็นการควบคุมการดำเนินการให้มีผลเป็นไปตาม เป้าหมายและวัตถุประสงค์ของโครงการ

- การสังเกต
- แบบประเมินความพึงพอใจ
- นิเทศติดตามผล

## กำหนดการจัดอบรม

โครงการส่งเสริมการประกอบอาชีพ หลักสูตรการทำสาकुไส้หมู และการทำขนมตาควาย จำนวน 10 ชั่วโมง  
ระหว่าง ที่ 20-21 เดือน มิถุนายน พ.ศ.2569

ณ ศาลาประชาคม หมู่ที่ 5 ตำบลคลองขลุง อำเภอกลองขลุง จังหวัดกำแพงเพชร

### วันที่ 20 มิถุนายน 2569

|                  |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 08.00 - 08.30 น. | ลงทะเบียน                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 8.30 - 09.00 น.  | ปฐมนิเทศ/บรรยายพิเศษ โดย ครูศูนย์การเรียนรู้                                                                                                                                                                                                                    |
| 09.00 - 10.30 น. | เรื่อง การทำสาकुไส้หมู<br>วิธีการบรรยายให้ความรู้เรื่องความเป็นมาของการทำสาकुไส้หมู การเลือกใช้วัสดุอุปกรณ์ได้อย่างเหมาะสม และการฝึกปฏิบัติการทำสาकुไส้หมู<br>โดยวิทยากร (นายเสมอ ยอดสุทธิ)                                                                     |
| 10.45 - 12.00 น. | เรื่อง การทำสาकुไส้หมู<br>วิธีการฝึกปฏิบัติการทำสาकुไส้หมู(ต่อ)<br>โดยวิทยากร (นายเสมอ ยอดสุทธิ)                                                                                                                                                                |
| 12.00 - 13.00 น. | พักรับประทานอาหารกลางวัน                                                                                                                                                                                                                                        |
| 13.00 - 14.15 น. | เรื่อง การทำสาकुไส้หมู<br>วิธีการฝึกปฏิบัติการทำสาकुไส้หมู(ต่อ)<br>โดยวิทยากร (นายเสมอ ยอดสุทธิ)                                                                                                                                                                |
| 14.30 - 16.00 น. | เรื่อง การทำสาकुไส้หมู<br>การคิดต้นทุน กำไร การจำหน่ายผลิตภัณฑ์จากการทำขนมตาควาย<br>การบรรจุภัณฑ์ และช่องทางการขาย การตลาดและ<br>ด้านการบริการจัดการ สามารถสร้างอาชีพ<br>โดยวิทยากร (นายเสมอ ยอดสุทธิ)<br>- สรุปแลกเปลี่ยนเรียนรู้<br>- ทำแบบประเมินความพึงพอใจ |

|          |                  |                                    |
|----------|------------------|------------------------------------|
| หมายเหตุ | 10.30 - 10.45 น. | รับประทานอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม |
|          | 14.15 - 14.30 น. | รับประทานอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม |
|          | 12.00 - 13.00 น. | พักรับประทานอาหารกลางวัน           |

## ตารางการจัดกิจกรรม

โครงการส่งเสริมการประกอบอาชีพ หลักสูตรการทำสาकुไส้หมู และการทำขนมตากวาย จำนวน 10 ชั่วโมง  
ระหว่าง ที่ 20-21 เดือน มิถุนายน พ.ศ.2569

ณ ศาลาประชาคม หมู่ที่ 5 ตำบลคลองขลุง อำเภอลองขลุง จังหวัดกำแพงเพชร

### วันที่ 21 มิถุนายน 2569

|                  |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 08.00 - 08.30 น. | ลงทะเบียน                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 8.30 - 09.00 น.  | ปฐมนิเทศ/บรรยายพิเศษ โดย ครูศูนย์การเรียนรู้                                                                                                                                                                                                                       |
| 09.00 - 10.30 น. | ปฐมนิเทศ ทดสอบความรู้ก่อนการอบรม (สัมภาษณ์ /ซักถาม)<br>เรื่องให้ความรู้ ตำนาน ขนมไทย วิธีการบรรยายให้ความรู้เรื่องความเป็นมา<br>ของการทำขนมตากวาย (ชื่อนายเสมอ ยอดสุทธิ)                                                                                           |
| 10.30 - 10.45 น. | รับประทานอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม                                                                                                                                                                                                                                 |
| 10.45 - 12.00 น. | เรื่องให้ความรู้ การเลือกใช้วัสดุอุปกรณ์ได้อย่างเหมาะสม<br>ขั้นตอนการผัดไส้-ขั้นตอนการนวดและเตรียมแป้ง<br>โดยวิทยากร (ชื่อนายเสมอ ยอดสุทธิ)                                                                                                                        |
| 12.00 - 13.00 น. | พักรับประทานอาหารกลางวัน                                                                                                                                                                                                                                           |
| 13.00 - 14.30 น. | เรื่องการทำขนมตากวาย<br>วิธีการขั้นตอนการทำการปั้นเป็นก้อนกลม<br>-นำมาต้มจนสุก<br>-น้ำกะทิ โดยวิทยากร (ชื่อนายเสมอ ยอดสุทธิ)                                                                                                                                       |
| 14.30 - 14.45 น. | รับประทานอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม                                                                                                                                                                                                                                 |
| 14.45 - 16.00 น. | เรื่องการทำขนมตากวาย<br>การคิดต้นทุน กำไร การจำหน่ายผลิตภัณฑ์จากการทำขนมตากวาย<br>การบรรจุภัณฑ์ และช่องทางการขาย การตลาดและ<br>ด้านการบริการจัดการ สามารถสร้างอาชีพ<br>โดยวิทยากร(ชื่อนายเสมอ ยอดสุทธิ) )<br>- สรุปแลกเปลี่ยนเรียนรู้<br>- ทำแบบประเมินความพึงพอใจ |

### หมายเหตุ

|                  |                                       |
|------------------|---------------------------------------|
| 10.30 - 10.45 น. | พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม   |
| 14.00 - 14.15 น. | พักรับประทานอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม |

กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม