

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3

สาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี

สาระที่ 2 การออกแบบและเทคโนโลยี

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยที่ 3 ปฏิบัติการทำนางหมู

เวลา 2 ชั่วโมง.

สาระสำคัญ

นางหมู เป็นการถนอมอาหารของชาวจีนใต้ ใช้หัวหมูเป็นส่วนประกอบ นำมาหมักกับเกลือและน้ำตาล อาจมีผักเช่น หยวกกล้วย หน่อไม้และผักเขียวเป็นส่วนประกอบด้วย เป็นอาหารประเภทหมักต้องเก็บไว้ได้นาน จึงจำเป็นต้องศึกษาขั้นตอนการปฏิบัติงานให้ชัดเจน

ผลการเรียนรู้

สามารถทำนางหมูได้

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เตรียมวัสดุ อุปกรณ์ในการทำนางหมูได้
2. อธิบายขั้นตอนในการทำนางหมูได้
3. ปฏิบัติการทำนางหมูได้ถูกต้องตามขั้นตอน
4. ข้อเสนอแนะในการทำ นางหมู

สาระการเรียนรู้

1. วัสดุ อุปกรณ์ในการทำนางหมู
2. ขั้นตอนการปฏิบัติงาน
3. วิธีการทำนางหมู

กระบวนการจัดการเรียนรู้

1. วิทยากรพูดคุยกับนักเรียน ทบทวนขั้นตอนการทำนางหมูจากชั่วโมงที่แล้ว ในเรื่องขั้นตอนการทำเพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐาน

2. นักเรียนกลุ่มเดิมเลือกประธาน และเลขานุการเพื่อวางแผนการปฏิบัติงาน
3. นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ ที่ใช้ในการปฏิบัติงาน

4. วิทยากรสาธิตประกอบการบรรยายวิธีทำนางหมู โดยนักเรียนศึกษา และสังเกตการคัดเลือกวัตถุดิบ ตลอดจนการใช้วัสดุ อุปกรณ์ ตามขั้นตอนอย่างละเอียด ตามที่วิทยากรสาธิต ประกอบการบรรยาย

5. นักเรียนแต่ละกลุ่มฝึกปฏิบัติตามวิทยากรสาธิต แต่ละขั้นตอนจนแล้วเสร็จโดยมีครูและวิทยากรดูแลอย่างใกล้ชิด

6. นักเรียนจัดเก็บวัสดุอุปกรณ์ ทำความสะอาดบริเวณปฏิบัติงานให้เรียบร้อย
7. นักเรียนแต่ละกลุ่ม บันทึกขั้นตอนการปฏิบัติงานให้เรียบร้อย
8. ตัวแทนกลุ่มแต่ละกลุ่มนำเสนอ หนทางหมู่ที่ได้จากการปฏิบัติ
9. ครู วิทยากร และนักเรียน ร่วมกันประเมินผลงานของแต่ละกลุ่ม พร้อมบันทึกและข้อเสนอแนะ

กิจกรรมเสนอแนะ/กิจกรรมต่อเนื่อง

นักเรียนนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวันโดยการถ่ายทอดความรู้สู่ผู้ปกครอง

สื่อ/แหล่งเรียนรู้

1. ใบงานปฏิบัติงานการทำนางหมู
2. ใบความรู้การทำนางหมู
3. วิทยากรภูมิปัญญาท้องถิ่นในชุมชนบ้านเขาถล่ม
4. ห้องปฏิบัติการคหกรรม

การวัดและประเมินผล

รายการวัดและประเมินผล	วิธีการวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์
1. ทักษะการปฏิบัติงาน	สังเกตพฤติกรรม	แบบสังเกต	ระดับดีขึ้นไป
2. ความร่วมมือการปฏิบัติงาน	สังเกตพฤติกรรม	แบบสังเกต	ระดับดีขึ้นไป
3. ผลงานนักเรียน	ชิ้นงาน	แบบตรวจชิ้นงาน	ระดับดีขึ้นไป

ข้อเสนอแนะ

ครูประจำวิชาจะต้องดูแลให้คำปรึกษากับนักเรียนอย่างใกล้ชิด และต่อเนื่อง เนื่องจากนักเรียนใช้วัสดุ อุปกรณ์ ที่อาจก่อให้เกิดอันตรายได้

**แบบวัดทักษะกระบวนการ
เรื่อง ปฏิบัติการทำนางหมู**

เลขที่	ชื่อ	พฤติกรรม						รวมคะแนน
		การเตรียมและใช้อุปกรณ์ได้ถูกต้อง	เก็บและดูแลรักษาวัสดุ อุปกรณ์	เลือกวัตถุดิบที่เหมาะสม	ความคล่องตัวในการทำงาน	ความสะอาด	ขณะปฏิบัติงาน	
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								

ลงชื่อ..... วิทยากร

ลงชื่อครูผู้สอน

(.....)

(.....)

เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติงานได้ดี 2 คะแนน ปฏิบัติงานพอใช้ 1 คะแนน

ปฏิบัติงานควรปรับปรุงได้ 0 คะแนน

แบบบันทึกผลการทำางหมู
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3

กลุ่มที่	ลักษณะของหางหมู	กลิ่น	ข้อเสนอแนะ
1			
2			
3			
4			
5			

แสดงความคิดเห็นเพิ่มเติม

.....

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อผู้ตรวจสอบ

(.....)

ใบความรู้ที่ 3

เรื่อง ปฏิบัติการทำนางหมู

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

สามารถทำนางหมูได้

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เตรียมวัสดุ อุปกรณ์ในการทำนางหมูได้
2. อธิบายขั้นตอนในการทำนางหมูได้
3. ปฏิบัติการทำนางหมูได้ถูกต้องตามขั้นตอน
4. ข้อเสนอแนะในการทำ นางหมู

วิธีการทำหางหมู

ชาวใต้มีวิธีถนอมอาหารโดยการหมักดองหลากหลาย เช่น การทำหาง (ใช้หัวหมู วัวควาย) มาคลุกด้วยเกลือและน้ำตาล ผสมผักเช่น หยวกกล้วย หน่อไม้และ พักเคี้ยวตามความนิยมของท้องถิ่น ชุมชนพื้นบ้านจังหวัดชุมพรนิยมใช้พักเคี้ยวเพราะเก็บไว้ได้นาน ไม่เสีย มีคุณค่าทางอาหารสูง รสชาติอร่อย สารประกอบประเภทน้ำตาล ชาวใต้นิยมต้มลงไปเพื่อช่วยเร่งปฏิกิริยาในการทำหางหรือเนื้อส้ม จะเห็นว่าหางหมูมีคุณค่าทางโภชนาการ ได้ทั้งโปรตีน เกลือแร่ วิตามิน และไขมัน ซึ่งมีประโยชน์ต่อร่างกาย เป็นอาหารพื้นบ้านที่มีคุณค่าสูง

1. นำหัวหมูที่ย่างไฟจนเหลืองและขูดขนและรอยไหม้ออกแล้วล้างให้สะอาด หั่นเป็นชิ้นขนาดพอเหมาะ
2. พักเคี้ยว ปอกเปลือกเอาไส้ออกและล้างให้สะอาด หั่นเป็นชิ้นหนาประมาณ 1 ซม. และยาวประมาณ 3 ซม. วางพักไว้ให้ สะเด็ดน้ำ
3. เนื้อหมูคลุกเกลือให้เข้ากัน ตามด้วยน้ำตาลโตนด และพักเคี้ยวเคล้าให้เข้ากัน ตักใส่ภาชนะมีฝาปิด พักไว้ 6 – 7 วัน จึงนำมาปรุงอาหาร

หนางหมูแสนอร่อย



วัตถุดิบในการทำ "หนางหมู"

ส่วนผสม

1. หัวหมู 1 หัว
2. พักเขียว 1 กิโลกรัม
3. เกลือ 1 ช้อนโต๊ะ
4. น้ำตาลโตนดเหลว ½ ถ้วย

วิธีทำ

1. นำหัวหมูที่ย่างไฟจนเหลืองและขูดขนและรอยไหม้ออกแล้วล้างให้สะอาด หั่นเป็นชิ้นขนาดพอเหมาะ
2. พักเขียว ปอกเปลือกเอาไส้ออกและล้างให้สะอาด หั่นเป็นชิ้นพอเหมาะวางพักไว้ให้สะเด็ดน้ำ
3. เนื้อหมูคลุกเกลือให้เข้ากัน ตามด้วยน้ำตาลโตนด และพักเขียวเคล้าให้เข้ากัน ตักใส่ภาชนะมีฝาปิด พักไว้ 6 – 7 วัน จึงนำมาปรุงอาหาร

ประโยชน์และคุณค่าทางอาหาร

หนามหมีมีคุณค่าทางโภชนาการ ได้ทั้งโปรตีนเกลือแร่ วิตามิน และไขมัน ซึ่งมีประโยชน์ต่อร่างกาย เป็นอาหารพื้นบ้านที่มีคุณค่าสูง

อ้างอิง

สถาบันทักษิณคดีศึกษา. มหาวิทยาลัยทักษิณ.การถนอมอาหารของชาวใต้. สงขลา :

<http://www.tsu.ac.th/ists/article/?003>

อาหารปักษ์ใต้.การทำนางหมู.

<http://forums.212cafe.com/thungsong/board-3/topic-17.html>