



บทเรียนด้านการเรียนรู้ บทที่ 35

เรื่อง การชั่งตวงแบบง่ายๆ ในสูตรการทำอาหาร

ผลที่คาดว่าจะได้รับ:

เด็กมีแรงจูงใจและทักษะในการดูแลตัวเองอย่างดี

ตัวชี้วัด:

มีการพัฒนาความสนใจและเชาว์ปัญญาที่พระเจ้าประทาน

สาระการเรียนรู้:

เกิดความรู้ ทำให้เกิดประโยชน์และมีการประเมินผลที่ชัดเจน
สามารถนำมาแก้ปัญหาได้

กลุ่มอายุ

3-5 ปี

หัวข้อหลัก:

อาหารของฉันมาจากไหน?

บทเรียน:

การชั่งตวงแบบง่ายๆ ในสูตรการทำอาหาร

เวลาที่ใช้ในการสอน:

45 นาที

วัตถุประสงค์การเรียนรู้:

1. เด็กๆ สามารถเรียนรู้และฝึกหัดระบบการวัดผ่านการแสดงบทบาทสมมติได้
2. เด็กๆ สามารถพัฒนาทักษะของการคำนวณ คณิตศาสตร์เบื้องต้นได้โดยการวัด ชั่ง ตวง และวิธีการนับเลขขั้นพื้นฐานได้

อุปกรณ์การสอนที่ต้องใช้:

1. สถานที่ที่จะล้างมือได้พร้อมสบู่
2. สูตรทำอาหารแบบง่ายๆ (หรือสูตรการผสมแป้งทำขนมปัง)
3. เครื่องปรุง และอุปกรณ์เครื่องครัว (พอสำหรับเด็กกลุ่มละ 3 คน ที่จะทำอาหารหนึ่งอย่าง)
4. เครื่องครัวที่ใช้กันตามบ้านทั่วไป เช่น หม้อ ถ้วย ช้อน ถ้วยตวง เพื่อใช้ตอนแสดงละคร
5. ไม้ช้อนทำครัวประจำถิ่น ถ้ามี (ไม่บังคับ)
6. กระดาษ หนึ่งแผ่นต่อเด็กหนึ่งคน
7. สีเทียน หรือดินสอสี
8. กล่องกระดาษหลายๆ กล่อง (ถ้ามี)
9. ถ้วยตวง 2 ใบ เพื่อใช้ในการแข่งขัน 2 ทีม
10. ซามหรือภาชนะค่อนข้างใหญ่พอประมาณ 4 ใบ เพื่อใช้ในการแข่งขัน

อุปกรณ์การสอนสำหรับกิจกรรมเสริม:

1. กระดาษแข็ง หนึ่งแผ่นต่อเด็กหนึ่งคน
2. สีเทียน หรือดินสอสี

สิ่งที่ผู้สอนต้องเตรียมหรือจัดทำ:

1. อ่านทั้งบทเรียนให้จบ
2. จัดเตรียมอุปกรณ์หรือสิ่งที่ต้องใช้ทั้งหมด
3. ให้จัดบริเวณที่จะทำเป็นห้องครัว เพื่อการแสดง ใช้กระดาษแข็งทำเป็นสิ่งของเครื่องใช้บางอย่างในครัว เช่น เตา และที่เก็บเครื่องครัวต่างๆ
4. ถ้าเป็นไปได้ ให้เตรียมผู้ช่วยคนหนึ่งให้มาช่วยช่วงกิจกรรมทำอาหาร
5. พับกระดาษให้เป็นครึ่งแผ่น
6. เอน้ำใส่เหยือกหรือภาชนะสองใบ ใบละหนึ่งลิตร สำหรับเกมส์สุดท้าย
7. อธิษฐานเผื่อเด็กๆ ที่คุณจะสอน ขอพระเจ้าทรงเตรียมจิตใจของคุณให้พร้อมสำหรับการสอน

ขั้นตอนการเรียนรู้การสอน

การนำเข้าสู่บทเรียน:

กิจกรรมประจำวัน:

1. ตัวอักษรวันนี้คือ: _____
2. วันของสัปดาห์:
 - o วันนี้คือวัน _____ (ดูปฏิทิน) o พรุ่งนี้คือวัน _____
 - o เมื่อวานนี้คือวัน _____
 - o จำนวนวันกว่าจะถึง _____ = _____
3. อากาศ:
 - o อากาศวันนี้ o เสื้อผ้าวันนี้ o กราฟพยากรณ์อากาศ
4. การแบ่งปันความคิด: (ไม่เกิน 10 นาที)
 - o คำถามนำการอภิปราย: _____
 - o นักเรียนผู้อภิปรายวันนี้คือ: _____
5. เรื่องเล่า
 - o _____
 - คำถาม/กิจกรรม สำหรับผู้ฟัง:
 1. _____
 2. _____
 3. _____
6. ฝึกกล่อมเนื้อใหญ่: (ร้องเพลง เดินรำ การเคลื่อนไหว)
 - o กิจกรรม Mix, Mix (มิกซ์ มิกซ์) ให้เด็กยืนเป็นวงกลม ให้พวกเขาเดินเป็นวงกลม ให้แต่ละคน สมมุติว่ากำลังผสมอะไรบางอย่างเข้าด้วยกัน โดยการคนบางสิ่งในภาชนะ คนไปด้วย เดินไปด้วย มือก็คนไป เท้าก็เดินไป และปากก็พูดว่า “มิกซ์ มิกซ์ มิกซ์ ทาดา” (คน คน คน ทาดา) เมื่อพูดคำว่า “ทาดา” ให้หยุดเดินแล้วให้เด็กหมุนรอบตัวเองหนึ่งครั้ง และตะแคงขามสมมุติของเขาให้คนอื่นดู (ทำขามสมมุติ โดยใช้มือข้างหนึ่งขอเข้าคล้ายขาม และมืออีกข้างหนึ่งทำท่ากววน หรือคนของบางอย่าง) ให้ถามเด็กๆ สักสองถึงสามคนว่า เขากำลังทำอะไรในขามของเขา ให้เกมส์ดำเนินไปเรื่อยๆ จนกว่าทุกคนจะบอกว่าเขากำลังทำอะไรในขามของตน

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน:

เล่นการชั่งตวง

1. ให้เด็กๆ เข้ามารวมกัน แล้วถามว่า “ทุกวันที่บ้าน เด็กๆ ทำอะไรบ้าง?” (คำตอบอาจจะเป็น: ทำกับข้าว ทำความสะอาด ตักน้ำ ทานอาหาร แปรงฟัน และอื่นๆ) การทำอาหารเป็นสิ่งที่เราต้องทำในทุกๆ วัน ครอบครัวของเธอชอบทำกับข้าวอะไร? ให้โอกาสเด็กซักสองถึงสามคนตอบคำถาม วันนี้เราจะมาทำอาหารกัน และเรียนรู้ว่าวิธีการทำตามสูตรอาหารง่าย ๆ
2. สิ่งแรกที่เราต้องทำก่อนลงมือทำอาหารคือต้องล้างมือก่อน ต้องให้มือของเราสะอาด ก่อนปรุงอาหาร ให้พาเด็กๆ ไปยังสถานที่ที่สามารถล้างมือได้ ที่ครูจัดเตรียมไว้ และให้ทุกคนล้างมือให้สะอาด ก่อนลงมือ
3. ถ้าครูมีผู้ช่วย ให้แบ่งเด็กออกเป็นกลุ่มๆ ละสามคน ถ้าไม่มีผู้ช่วยก็ทำเป็นกลุ่มเดียวทั้งชั้น แจกเครื่องครัวของใช้ที่จำเป็นให้แต่ละกลุ่ม ให้เวลาเล็กน้อยที่พวกเขาจะตรวจสอบดูของใช้ต่างๆ ที่เขาต้องใช้ ให้แต่ละกลุ่มทำอาหารบางอย่างที่เขาได้เรียนรู้จากครอบครัวของเขา หรือทำอาหารตามสูตรที่แจกให้
4. ให้ปฏิบัติตามขั้นตอนตามสูตรอาหาร ให้แต่ละคนในแต่ละกลุ่มผลัดกัน ทำตามขั้นตอนและมีการชั่งหรือตวง ส่วนผสมแต่ละอย่าง ให้เด็กๆ ผลัดกันเป็นคนชั่งหรือตวง เมื่อทำเสร็จนำมารับประทานร่วมกัน และพูดถึงรสชาติของมันเป็นอย่างไร
5. เมื่อทำกิจกรรมเสร็จแล้ว ให้รวมกลุ่มอีกครั้งหนึ่ง ให้ครูตั้งคำถามสอดคล้องกับชนิดของอาหารที่ทำ เช่น เธอใช้แป้งกี่ถ้วย/ช้อน? ให้ถามถึงเครื่องปรุงที่แต่ละกลุ่มใช้ และใช้ในปริมาณเท่าไร สัก 5-10 คำถาม

รูปภาพการชั่งตวง

1. แจกกระดาษที่พับครึ่งแล้วให้เด็กคนละแผ่น ให้เด็กๆ วาดรูปส่วนประกอบและอุปกรณ์ที่ใช้บนกระดาษด้านนอก ส่วนด้านในให้วาดชนิดของอาหารที่ปรุงได้จากอุปกรณ์ชนิดนั้น

การแสดงเกี่ยวกับการชั่งตวง

1. แจกอุปกรณ์เครื่องครัว รวมถึงหม้อ กระทะ ช้อน ชาม และชุดที่ต้องใช้เวลาทำครัว สมมุติว่ากำลังเข้าครัวทำอาหาร ให้เด็กๆ แสดงในบริเวณที่จัดไว้สำหรับการทำครัวให้แสดงสมมุติขั้นตอนการทำอาหารโดยใช้อุปกรณ์ที่แจกให้ ให้แสดงประมาณ 5-10 นาที

การแข่งขันเกี่ยวกับการชั่งตวง

1. แบ่งชั้นเรียนออกเป็นสองกลุ่ม ให้เด็กเข้าแถวเรียงหนึ่งเป็นสองทีม วางถังหรือเหยือกน้ำที่บรรจุน้ำหนึ่งลิตร ตรงหน้าของคนที่อยู่หัวแถว แล้วเอาชามใบใหญ่ไปวางไว้ที่คนท้ายแถวของแต่ละแถว
2. ให้เด็กคนที่หนึ่งเอากะบวย ตักน้ำจากเหยือกตรงหน้าเขาวางใส่ในชามที่อยู่ท้ายแถวของเขา แล้ววิ่งกลับมาเอากะบวยเปล่าๆ ส่งให้คนถัดไปตักน้ำแล้ววิ่งไปเทใส่ชามที่อยู่ท้ายแถวเช่นกัน เมื่อเทน้ำแต่ละครั้งก็ให้นับจำนวนกะบวย ตามจำนวนที่เทน้ำลงไป เพื่อจะรู้ว่าน้ำหนึ่งลิตรตักได้กี่กะบวย
3. ให้แต่ละคนในแต่ละทีมวิ่งแข่งกันตักน้ำจากภาชนะหนึ่งไปยังอีกภาชนะหนึ่ง ทีมไหนที่สามารถถ่ายน้ำได้หมดเร็วกว่าโดยไม่ให้หกเลยจะเป็นฝ่ายชนะ

การสรุปบทเรียน:

1. เรียกเด็กกรวมชั้น แล้วถามว่า “ทุกวันนี้เราใช้อุปกรณ์อะไรสำหรับทำอาหาร?” (คำตอบขึ้นอยู่กับชนิดของอาหารและประเพณีท้องถิ่น) “และในครอบครัวของเธอใช้อะไรบ้างในการทำอาหาร?” (คำตอบอาจจะแตกต่างกันไป) “เราใช้การชั่งตวงแบบไหนในการทำอาหารของเรา?” (ใช้อุปกรณ์ชั่งตวง) “เราจะรู้วิธีทำอาหารได้อย่างไร” (ดูจากสูตรการทำอาหาร)
2. วันนี้เมื่อเธอกลับบ้าน ให้ดูคนที่กำลังทำอาหาร และเสนอตัวช่วยเหลือ ในการชั่งหรือตวงหรือผสมส่วนประกอบหรือเครื่องปรุงของอาหารชนิดนั้นๆ เพื่อการเรียนรู้และนำไปใช้



กิจกรรมเสริม:

1. ให้แจกกระดาษหรือการ์ดจดยรายการ ให้เด็กๆ วาดภาพและระบายสีรูปชนิดของอาหารที่เขาชอบเป็นพิเศษ ขณะที่เด็กกำลังทำงานให้ครูเดินไปรอบๆ เพื่อจะอธิบายหรือบอกส่วนประกอบของชนิดอาหารที่เขา กำลังวาดอยู่ ให้เขาเขียนลงด้านหลังของรูปวาดว่าอาหารที่เขาชอบนั้น มีส่วนประกอบหรือเครื่องปรุงอะไรบ้าง และมีวิธีทำอย่างไร มันอาจจะเป็นสูตรอาหารที่ตลกและพิสดารก็ได้

สูตร: การทำแป้งต้ม

อุปกรณ์สำหรับแต่ละกลุ่ม :

1. เตาไฟ หรือเตาแก๊ส
2. ถ้วยตวงและช้อนตวง
3. แป้งสาลี หรือแป้งหมี่ 1 ถ้วย (250 ม.ล.)
4. น้ำเปล่า 1 ถ้วย (250 ม.ล.)
5. ครีม 2 ช้อนชา
6. เกลือ ½ ถ้วย (125 ม.ล.)
7. น้ำมันพืช 1 ช้อนโต๊ะ
8. กระทะ
9. ช้อนสำหรับคน
10. กระดาษหนังสือพิมพ์หรือกระดาษไข
11. สีสผสมอาหาร (แล้วแต่ชอบ)

การนวดแป้ง: ให้เด็กๆ ผสม แป้ง 1 ถ้วย น้ำ 1 ถ้วย ครีม 2 ช้อนชา เกลือ ½ ถ้วย น้ำมันพืช 1 ช้อนโต๊ะ ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในกระทะ ผู้ใหญ่อาจจะต้องช่วยโดยนำส่วนผสมไปตั้งไฟกวนแรงๆ ตลอดจนส่วนผสมสุกและเข้ากันดี สามารถกลิ้งได้ไม่ติดกันกระทะ เมื่อเสร็จแล้ว นำไปวางบนกระดาษหนังสือพิมพ์หรือกระดาษไข แล้วนวดโดยใช้มือบีบไปมาแรงๆ จนแป้งเหนียวเป็นก้อน ถ้าจะใส่สีอาหารก็ใส่ตอนที่กำลังนวดแป้ง รอจนก้อนแป้งเย็นดีแล้ว ให้ทำเป็นก้อนกลมเล็กๆ แจกเด็กๆ คนละหนึ่งก้อน

การประเมินผลของครู:

(กิจกรรมใดใช้ได้ดี? กิจกรรมใดใช้ไม่ค่อยได้ผล? ฉันจะเตรียมบทเรียนในบทต่อไปอย่างไร?)

การประเมินผลผู้เรียน:
