



บทเรียนด้านการเรียนรู้ บทที่ 36

เรื่อง ทำอาหารพื้นบ้านแบบง่ายๆ (ตอนที่ 1)

ผลที่คาดว่าจะได้รับ:

เด็กมีแรงจูงใจและทักษะในการดูแลตัวเองอย่างดี

ตัวชี้วัด:

มีการพัฒนาความสนใจและเชาว์ปัญญาที่พระเจ้าประทาน

สาระการเรียนรู้:

เกิดความรู้ ทำให้เกิดประโยชน์และมีการประเมินผลที่ชัดเจน
สามารถนำมาแก้ปัญหาได้

กลุ่มอายุ

3-5 ปี

หัวข้อหลัก:

อาหารของฉันมาจากไหน?

บทเรียน:

ทำอาหารพื้นบ้านแบบง่ายๆ(ตอนที่ 1)

เวลาที่ใช้ในการสอน:

45 นาที

วัตถุประสงค์การเรียนรู้:

1. เด็กสามารถบอกได้ถึงความปลอดภัยในการทำอาหารอย่างน้อยหนึ่งอย่าง
2. เด็กสามารถใช้ระบบชั่งตวง และการใช้เครื่องใช้ในการทำอาหารแบบง่ายๆ ได้
3. เด็กสามารถพัฒนาทักษะคณิตศาสตร์ขั้นพื้นฐานโดยการวัดชั่งตวงและการนับได้

อุปกรณ์การสอนที่ต้องใช้:

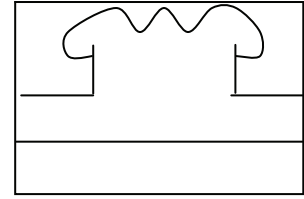
1. ใช้สูตรอาหารพื้นบ้านง่ายๆ หรือใช้สูตรอาหารที่จัดเตรียมให้
2. เครื่องปรุงรสส่วนประกอบ และของเครื่องใช้ในการปรุงอาหารตามสูตร
3. อุปกรณ์เครื่องหุงต้ม (เตา หลุมไฟ และอื่นๆ, ถ้าจำเป็น)
4. กระดาษหนึ่งแผ่นต่อเด็กหนึ่งคน
5. กาว
6. กรรไกร สำหรับครู
7. แป้งสาลี หรือแป้งหมี่

อุปกรณ์การสอนสำหรับกิจกรรมเสริม:

1. อุปกรณ์ทุกอย่างที่เตรียมไว้สามารถนำมาใช้เป็นอุปกรณ์เสริมได้

สิ่งที่ผู้สอนต้องเตรียมหรือจัดทำ:

1. อธิษฐานขอการทรงนำ และอ่านทั้งบทเรียนให้จบ
2. จัดเตรียมอุปกรณ์หรือสิ่งที่ต้องใช้ทั้งหมด
3. ผสมกาว ถ้าจำเป็นต้องใช้
4. ตัดกระดาษตามภาพทางด้านขวา เพื่อจะทำหมวกฟอครว (หรือหมวกทำอาหารที่คนตามบ้านใช้ในขณะทำอาหาร หนึ่งชิ้นต่อเด็กหนึ่งคน)
5. อธิษฐานเผื่อเด็กๆ ที่คุณจะสอน ขอพระเจ้าทรงเตรียมจิตใจของคุณให้พร้อมสำหรับการสอน



สิ่งที่ผู้สอนต้องเตรียมสำหรับกิจกรรมเสริม:

1. รวบรวมเครื่องใช้
2. หาคนที่ต้องการอาหารเพื่อจะแจกอาหารให้เขา เมื่อทำเสร็จแล้ว

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. _____

ฝึกกล้ามเนื้อใหญ่: (ร้องเพลง เดินรำ เคลื่อนไหว)

1. ตบแป้ง – ให้เด็กๆ เอามือจุ่มลงไปนแป้งสาลี และพูดประโยคข้างล่างเป็นจังหวะ พร้อมทั้งปรบมือ และเดินรำตามจังหวะ เด็กจะสนุกมาก เมื่อเห็นแป้งฟุ้งกระจายไปทั่ว ในขณะที่พวกเขาปรบมือ แป้งที่มือของแต่ละคนจะฟุ้งออกมา
 - ตักมันขึ้นมา (ทำท่าตักแป้ง) เพลงไป (ทำท่าเท)
 - ตบเข้าไป (ทำท่าตบตบ) เอาไปอบ (ทำท่าเอาอาหารใส่เตาอบ หรือที่ที่ทำให้สุก)
 - สนุกจังเลย สนุกจังเลย (ปรบมือทำท่าสนุกสนาน)

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน:

การทำอาหารที่ปลอดภัย

1. ให้เด็กๆ มารวมกัน ครูพูดว่า: การทำอาหารเป็นสิ่งที่ต้องทำในทุกๆ วัน การทำอาหารเป็นเรื่องสนุก ให้เรามาหัดทำอาหารบางอย่างด้วยกัน แต่ก่อนที่เราจะทำให้เรามาคุยกันถึงเรื่องความปลอดภัยในการทำอาหารกันก่อน
2. เมื่อเราทำอาหาร เราจะต้องอยู่กับไฟหรือเตาไฟที่ร้อน เราจะปลอดภัยจากความร้อนได้อย่างไร? (คำตอบอาจจะเป็น: อยู่ให้ห่างจากไฟ อย่าแตะของร้อนด้วยมือเปล่า และเวลาต้องทำอะไรร้อนๆ ต้องขอให้ผู้ใหญ่ช่วย)
3. การปลอดภัยจากความร้อนเป็นสิ่งสำคัญ ผู้ใหญ่ควรจะเป็นคนทำส่วนที่เป็นอันตราย เป็นสิ่งสำคัญมากที่จะต้องคอยอยู่ห่างๆ จากไฟหรือของร้อนๆ หรือเตาไฟที่กำลังร้อน อย่าแตะต้องของร้อนด้วยมือเปล่า ถ้าแตะจะทำให้เกิดอาการไหม้หรือฟองซึ่งจะทำให้เจ็บมาก ให้เด็กพูดประโยคนี้หลายๆ ครั้ง “อยู่ห่างๆ จากของร้อนหรือไฟ”
4. เราควรคิดถึงความปลอดภัยในการปรุงอาหารในลักษณะอื่นด้วย ให้คิดถึงการรักษาอาหารให้สะอาด วิธีทำให้อาหารปลอดภัยมีอะไรบ้าง? (คำตอบอาจจะเป็น: การล้างผักผลไม้ไม่ควรรับประทานอาหารด้วยมือสกปรก ควรล้างมือก่อนรับประทานอาหารทุกครั้ง อย่าจับเนื้อที่ไม่สุก และอื่นๆ)
5. การล้างมือก่อนทำอาหารก็เป็นสิ่งสำคัญ เชื้อโรคสามารถเข้าไปในอาหารขณะที่เรากำลังปรุงอาหาร และนั่นเป็นเหตุที่จะทำให้เราไม่สบาย เชื้อโรคเล็กมากที่เราไม่สามารถมองเห็นมันด้วยตาเปล่า ดังนั้นเราจะต้องล้างมือให้สะอาดก่อนแตะต้องอาหารเสมอ หรือก่อนที่มือจะเข้าปาก ให้เด็กๆ แสดงท่าการล้างมือ ในขณะที่ครูจะบอกขั้นตอนของการล้างมือ ควรใช้น้ำสะอาด ใช้สบู่ก่อนให้มือให้ทั่วโดยเฉพาะเล็บ ข้อมือ นิ้วมือ เสร็จแล้วล้างด้วยน้ำสะอาดจนกว่าจะหมดฟองสบู่ แล้วเช็ดด้วยผ้าสะอาดให้แห้ง
6. ผลไม้และผักบางอย่างที่ปลูกในดินหรือแม้แต่ผลที่ได้จากต้น ก็สามารถที่จะสกปรกได้ แมลงหรือเชื้อโรคก็สามารถปะปนอยู่ได้ เราจะต้องล้างผักและผลไม้ด้วยน้ำสะอาด ให้เด็กๆ แสดงท่าการล้างผักและผลไม้
7. เธอคิดว่าเราจะปรุงอาหารที่เป็นเนื้อสัตว์หรือไข่ให้ปลอดภัยได้อย่างไร? (ทำให้สุกจริงๆ เพื่ออาหารจะได้ไม่มีเชื้อโรคปะปนอยู่) เนื้อและไข่สามารถมีเชื้อโรคปะปนอยู่ได้ ความร้อนในการปรุงอาหารสามารถฆ่าเชื้อโรคได้ เป็นสิ่งสำคัญมากที่เราต้องทำให้เนื้อทุกชนิดและไข่สุกให้ทั่วถึงจริงๆ ในการทำอาหารแต่ละชนิด ให้เด็กๆ แสดงท่าการปรุงเนื้อและไข่ให้สุก

ทำหมวกเชฟ (พ่อครัว)

1. แจกกระดาษสำหรับทำหมวกของพ่อครัวที่ครูเตรียมไว้ให้เด็กแต่ละคน ให้เด็กเขียนกฎของความปลอดภัยในการปรุงอาหาร หรือวาดรูปแสดงกฎของความปลอดภัย นำไปติดที่หมวกในที่ที่เห็นได้ชัด (ด้านหน้าหรือด้านข้าง) หลังจากนั้นนำหมวกสวมหัว ประกอบรูปหมวกให้พอดีกับศีรษะของแต่ละคน เสร็จแล้วทากาว นำไปฝั่งให้แห้ง ก่อนให้เด็กนำกลับบ้าน

สนุกกับการทำอาหาร

1. ให้เด็กๆ ล้างมือก่อนลงมือปรุงอาหารตามสูตร จัดเด็กเป็นกลุ่มเพื่อช่วยกันปรุงอาหารที่บ้านง่ายๆ หรือใช้สูตรอาหารที่อยู่ท้ายบทเรียนก็ได้
2. เลือกเด็กหลายๆ คน ให้ฝึกการชั่งตวง และการเทของลงในภาชนะ อย่าให้เด็กทำงานหรือเข้าใกล้เตาไฟหรือของร้อน

3. ขณะที่เด็กกำลังฝึกการชั่งตวง ให้เตือนพวกเขาถึงกฎของความปลอดภัยต่างๆ ที่สอนไปแล้ว ให้ฝึกกฎของความปลอดภัยในภาคปฏิบัติด้วยขณะปรุงอาหาร เมื่อทำอาหารเสร็จแล้วก็ร่วมรับประทานอาหารนั้นด้วยกัน
4. ให้เด็กทุกกลุ่มเข้ามารวมกัน ถามว่า “เราต้องการส่วนประกอบอะไรบ้างในการปรุงอาหารของเราวันนี้? เราใช้อะไรเป็นเครื่องชั่งตวง? เราใช้ส่วนประกอบแต่ละอย่างมากมายเพียงไร?” (คำตอบขึ้นอยู่กับชนิดของอาหารที่ทำ ซึ่งจะแตกต่างกันในแต่ละกลุ่ม ให้ครูถามต่ออีกอย่างน้อยสามคำถาม ที่เกี่ยวกับการชั่งตวง หรือการนับจำนวนของเครื่องปรุงหรือส่วนประกอบของชนิดอาหารที่เขาปรุง)

การสรุปบทเรียน:

1. ให้เด็กนั่งเป็นวงกลม ให้ครูส่งเครื่องทำครัวสัก 2-3 ชนิด ให้เด็กๆ ส่งต่อกันไป และขณะที่ส่งของปากก็พูดประโยคข้างล่างนี้เป็นจังหวะ และทำท่าทางแสดงตามความหมายของประโยคที่พูดด้วย และเมื่ออุปกรณ์อยู่ในมือของคนไหน ก็ให้คนนั้นบอกกฎความปลอดภัยในการทำอาหารมาหนึ่งอย่าง โดยส่งของต่อไปเรื่อยๆ เมื่อพูดจบทั้งห้าประโยคข้างล่างนี้แล้ว ก็จะหยุดหนึ่งรอบ และคนที่มือของอยู่ในมือก็ต้องบอกกฎของความปลอดภัยในการทำอาหาร ทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆ จนกว่าทุกคนจะมีโอกาสบอกกฎของความปลอดภัย

ประโยคที่จะต้องพูดพร้อมกัน ขณะส่งผ่านไปยังแต่ละคน

ตักมันขึ้นมา (ทำท่าตักแบ่ง)

เทลงไป (ทำท่าเท)

ตบเข้าไป (ทำท่าตบตบ)

เอาไปอบ (ทำท่าเอาอาหารใส่เตาอบ หรือที่ที่ทำให้สุก)

สนุกจังเลย สนุกจังเลย (ปรบมือทำท่าสนุกสนาน)

กิจกรรมเสริม:

1. ให้ทำอาหารตามสูตรนี้ เพื่อแจกให้ผู้อื่น

สูตร : โยเกิร์ต สมูทตี้ (ส่วนผสมนี้สำหรับหนึ่งคน)

1. โยเกิร์ตรสวนิลา 1 ถ้วย
2. สตอเบอร์รี่ 5 ลูก ฝ่ำ
3. กล้วย 1 ลูก ฝ่ำบางๆ
4. นม ½ ถ้วย
5. น้ำตาลทราย 2 ช้อนชา

นำส่วนผสมมาปั่นในเครื่องปั่น หรือใช้ช้อนคนแรงๆ ให้เข้ากัน จำนวนส่วนผสมขึ้นอยู่กับจำนวนเด็กว่ามีกี่คน

การประเมินผลของครู:

(กิจกรรมใดใช้ได้ผลดี? กิจกรรมใดใช้ไม่ค่อยได้ผล? ฉันจะเตรียมบทเรียนในบทต่อไปอย่างไร?)

การประเมินผลผู้เรียน:
