

หลักสูตร การทำน้ำพริกขิงหลากรส จำนวน ๑๕ ชั่วโมง
ศูนย์การศึกษาอนุระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอ..... จังหวัดสงขลา



ความเป็นมา

การจัดการศึกษาอาชีพในปัจจุบันมีความสำคัญมาก เพราะจะเป็นการพัฒนาประชากรของประเทศให้มีความรู้ความสามารถและทักษะในการประกอบอาชีพ เป็นการแก้ปัญหาการว่างงานและส่งเสริมความเข้มแข็งให้แก่เศรษฐกิจชุมชน ตลอดจนกำหนดภารกิจที่จะยกระดับการจัดการศึกษา เพื่อเพิ่มศักยภาพและขีดความสามารถให้ประชาชนได้มีอาชีพที่สามารถสร้างรายได้ที่มั่นคง โดยเน้นการบูรณาการให้สอดคล้องกับศักยภาพด้านต่างๆ มุ่งพัฒนาคนไทยให้ได้รับการศึกษาเพื่อพัฒนาอาชีพ และการมีงานทำอย่างมีคุณภาพทั่วถึงและเท่าเทียมกันประชาชนมีรายได้มั่นคง มั่งคั่ง และมีความยั่งยืน

จากการสำรวจข้อมูลประชาชนในพื้นที่ตำบล..... พบว่า การประกอบอาชีพหลักส่วนใหญ่จะ ประกอบอาชีพทางการเกษตร คือ ยางพารา รองลงมาคือรับจ้าง แต่ด้วยสภาวะเศรษฐกิจตกต่ำราคาผลผลิตทางการเกษตรตกต่ำลง ส่งผลให้ประชาชนมีรายได้ไม่เพียงพอกับปัจจุบัน ในด้านวิถีชีวิต วัฒนธรรมการบริโภคของคนในชุมชนพบว่านิยมบริโภคน้ำพริกกันทุกครัวเรือน ซึ่งมักจะขาดไม่ได้ในการรับประทานอาหารในแต่ละมื้อ น้ำพริกยังเป็นอาหารสุขภาพชั้นเยี่ยม เพราะทั้งส่วนผสมและวิธีการกินคู่กับผัก เคียงได้ประโยชน์ทั้งโปรตีน วิตามิน ควบถ้วนสำหรับวิธีทำก็ง่าย และประหยัดอีกด้วย ส่วนผสมหลักของ น้ำพริกนั้นส่วนมากจะใช้พริกผสมสมุนไพรที่นิยมปลูกเป็นผักสวนครัวที่หาได้ง่ายมีประโยชน์กับร่างกาย

จากข้อมูลดังกล่าว การส่งเสริมให้ประชาชนประกอบอาชีพเสริม โดยนำวัฒนธรรมการบริโภค ภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่มีอยู่มาพัฒนาปรับปรุงส่งเสริมการผลิตเพื่อสร้างรายได้เสริมให้กับคนในชุมชน มีช่องทางในการประกอบอาชีพ มีแนวทางในการรวมกลุ่มอาชีพ และพัฒนาอาชีพโดยใช้เทคโนโลยีสารสนเทศให้เกิดประโยชน์และมีประสิทธิภาพ กศน.ตำบลฉวาง จึงได้จัดทำหลักสูตรการทำน้ำพริกขิง เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมีทักษะและสร้างรายได้ให้กับตนเอง ครอบครัว ชุมชนต่อไป

หลักการของหลักสูตร

๑. เป็นหลักสูตรที่เน้นการจัดการศึกษาอาชีพเพื่อการมีงานทำ ที่เน้นการบูรณาการเนื้อหาสาระ ภาคทฤษฎีควบคู่ไปกับการฝึกปฏิบัติจริง ผู้เรียนสามารถนำความรู้และทักษะไปประกอบอาชีพได้จริงอย่างมี คุณภาพและมีคุณธรรมจริยธรรม

๒. เป็นหลักสูตรที่สามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในการประกอบอาชีพ

จุดมุ่งหมาย

- ๑. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมโครงการ มีความรู้ ความเข้าใจ และมีกระบวนการ การทำน้ำพริก
- ๒. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมโครงการ มีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะในการทำน้ำพริกได้

เป้าหมาย

- ผู้มีรายได้ลดลง /ผู้ว่างงาน/ประชาชนทั่วไปที่ต้องการสร้างหรือเสริมรายได้ในพื้นที่.....

ระยะเวลา

ระยะเวลาเรียนตลอดหลักสูตร จำนวน ๑๕ ชั่วโมง แบ่งเป็น

๑. ภาคทฤษฎี จำนวน ๑ ชั่วโมง

๒. ภาคปฏิบัติ จำนวน ๑๔ ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๑	ช่องทางการประกอบอาชีพ	๑ เพื่อให้ผู้เรียนบอกความสำคัญในการ ประกอบอาชีพ ๒. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถ วิเคราะห์ ความ เป็นไป ได้ ใน การประกอบ อาชีพ ธุรกิจการทำน้ำ พริกขิงเผือกึ่งเสียบ การทำน้ำพริกขิง กะปิกการทำน้ำ พริกขิงนรก ๓. มีความรู้ความ เข้าใจเกี่ยวกับ การบูรณาการตาม หลักปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง ในการประกอบ อาชีพ	ช่องทางการประกอบ อาชีพ ๑. ความสำคัญในการ ประกอบอาชีพ ๒. ความ เป็นไป ได้ ใน การ ประกอบอาชีพ ธุรกิจการทำ น้ำพริกขิงเผือกึ่งเสียบ การ ทำน้ำพริกขิงกะปิกการทำน้ำ พริกขิงนรก ๒.๑ การวิเคราะห์ ตนเอง ๒.๒ การ วิเคราะห์ ตลาด ๒.๒ การลงทุน/ แหล่ง เงินทุน	๑. วิทยากรให้ความรู้ เกี่ยวกับ - ความสำคัญในการ ประกอบอาชีพ - ความ เป็นไป ได้ ใน การ ประกอบอาชีพ ธุรกิจการ ทำ การทำน้ำพริกขิงเผือกึ่ง เสียบ การทำน้ำพริกขิง กะปิกการทำน้ำพริกขิงนรก ๒. ผู้เรียนศึกษาข้อมูลจาก เอกสาร/ใบความรู้ ๓. ผู้เรียนและวิทยากรร่วม สนทนาแลกเปลี่ยนข้อมูล ความคิดเห็น	๓๐ นาที	-
๒	ทักษะการประกอบอาชีพ	๑. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถ เลือกซื้อวัสดุ อุปกรณ์ได้ อย่างมีคุณภาพ ๒. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถ การทำน้ำพริกขิงเผือกึ่งเสียบ การทำน้ำพริกขิงกะปิกการทำ น้ำพริกขิงนรก ๓. เพื่อให้ผู้เรียน	ทักษะการประกอบอาชีพ ๑. การเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ ที่ใช้ในการทำการทำน้ำ พริกขิงเผือกึ่งเสียบ การทำ น้ำพริกขิงกะปิกการทำน้ำ พริกขิงนรก ๑.๑ วัสดุอุปกรณ์ ที่ใช้ใน การทำการทำน้ำพริกขิงเผือกึ่งเสียบ การทำน้ำพริกขิง กะปิกการทำน้ำพริกขิงนรก ๑.๒ งบประมาณในการ จัดซื้อวัสดุอุปกรณ์ ๒. การทำการทำน้ำพริกขิง	๑. วิทยากรให้ความรู้ เกี่ยวกับ - การเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ ที่ใช้ในการทำการทำน้ำ พริกขิงเผือกึ่งเสียบ การทำ น้ำพริกขิงกะปิกการทำน้ำ พริกขิงนรก และสาธิตเกี่ยวกับการทำ การทำน้ำพริกขิงเผือกึ่ง เสียบ การทำน้ำพริกขิงกะปิก การทำน้ำพริกขิงนรก ๒. ผู้เรียนฝึกปฏิบัติการทำ	๓๐ นาที	๑๔ ชม.

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		สามารถทำการทำน้ำพริกซิงเผากุ้ง เสียบการทำน้ำพริกซิงกะปิ พริกซิงนรก พริกซิงนรก ได้ ๔. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถวิเคราะห์งบประมาณในการทำการทำน้ำพริกซิงเผากุ้งเสียบการทำน้ำพริกซิงกะปิการทำน้ำพริกซิงนรก พริกซิงนรก ได้ ๕. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบูรณาการตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงในการประกอบอาชีพ	เผากุ้งเสียบการทำน้ำพริกซิงกะปิการทำน้ำพริกซิงนรก ๒.๑ ส่วนผสมของการทำการทำน้ำพริกซิงเผากุ้งเสียบการทำน้ำพริกซิงกะปิการทำน้ำพริกซิงนรก ๒.๒ ขั้นตอนการทำน้ำพริกซิงเผากุ้งเสียบการทำน้ำพริกซิงกะปิการทำน้ำพริกซิงนรก ๒.๓ งบประมาณการทำน้ำพริกซิงเผากุ้งเสียบการทำน้ำพริกซิงกะปิการทำน้ำพริกซิงนรก การนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการประกอบอาชีพ	การทำน้ำพริกซิงเผากุ้งเสียบการทำน้ำพริกซิงกะปิการทำน้ำพริกซิงนรก ๓. ผู้เรียนศึกษาข้อมูลจากเอกสาร/ใบความรู้ ๔. ผู้เรียนและวิทยากรร่วมสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เรื่องการทำน้ำพริกซิงเผากุ้งเสียบการทำน้ำพริกซิงกะปิการทำน้ำพริกซิงนรก ๕. ครูทศน.ตำบลวิทยากรและผู้เรียนร่วมกันถอดบทเรียนหลักคิด ๓ หลักการ ๒ เงื่อนไข สู่ ๔ มิติ เรื่องการทำน้ำพริกซิงเผากุ้งเสียบการทำน้ำพริกซิงกะปิการทำน้ำพริกซิงนรก		
รวมจำนวนชั่วโมง					๑	๑๔

สื่อการเรียนรู้

๑. เอกสาร/ใบความรู้
๒. แบบประเมินผลการจัดการศึกษาต่อเนื่อง
๓. แบบประเมินความพึงพอใจ
๔. ใบงาน
๕. แบบทดสอบ

การวัดและประเมินผล

๑. การประเมินผลการจัดการศึกษาต่อเนื่อง
๒. การประเมินความพึงพอใจ

เกณฑ์การจบหลักสูตร

๑. มีเวลาเรียน ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐
๒. มีผลการประเมินตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

ใบความรู้

เรื่อง น้ำพริกขิงเผากุ้งเสียบ



ส่วนผสมสำคัญของน้ำพริกขิงเผากุ้งเสียบ

กุ้งเสียบ ๑๐๐ กรัม

พริกขี้หนูเขียวแดง ๘ เม็ด

กระเทียมกลีบใหญ่ ๓ กลีบ

ขิงแก่ เลือกหัวใหญ่อบน้ำ ๒-๓ หัว

ใบมะกรูดซอย ๒ ช้อนชา

น้ำพริกเผา ๒ ช้อนโต๊ะ

น้ำปลา ๑ ช้อนโต๊ะ

น้ำตาลปีบ ๒ ช้อนชา

น้ำเปล่า ๑/๔ ถ้วย

น้ำมันพืช ๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

ตำพริกขี้หนู กระเทียม และขิงเข้าด้วยกันให้ละเอียด

ผัดกับน้ำมันให้เหลืองหอม ใส่ น้ำพริกเผาและน้ำ ผัดให้ น้ำพริกเผาละลาย

ปรุงรสด้วยน้ำตาลปีบ น้ำปลา ผัดให้เกือบแห้ง

ใส่กุ้งเสียบผัดให้เข้ากันทั่วและน้ำพริกเคลือบกุ้งเสียบ ใส่ใบมะกรูดซอย คลุกให้เข้ากัน

ตักใส่ถ้วย เสิร์ฟพร้อมข้าวร้อนๆ

ใบความรู้ เรื่อง การทำน้ำพริกขิงกะปิ



ส่วนผสมสำคัญของน้ำพริกข่า

๑. ขิงแก่ เลือกหัวใหญ่อบน้ำ ๒-๓ หัว
๒. พริกขี้หนูแห้ง ๑๐ เม็ด
๓. กะปิ ๑/๒ ช้อนโต๊ะ
๔. กระเทียมไทย ๑๐-๑๕ กลีบ
๕. เกลือป่น ๑ ช้อนชา (ชิมรสและอาจเติมได้ตามชอบ)

ขั้นตอนการปรุง

๑. ล้างขิงให้สะอาด หั่นเป็นแว่นหนาประมาณ ๑/๒ เซนติเมตร ซับน้ำให้แห้ง และนำลงคั่วในกระทะจนเนื้อข่าสีเหลืองสวย
๒. คั่วพริกขี้หนูแห้งจนหอม พักไว้
๓. ตำเกลือป่นและพริกขี้หนูแห้งคั่วจนละเอียด จากนั้นเติมกระเทียมและตำให้เข้ากัน ก่อนเติมข่าคั่วลงไปโขลกจนส่วนผสมทุกอย่างกลายเป็นเนื้อเดียว
๔. ชิมรสให้ออกเค็ม เผ็ด เป็นอันเสร็จ

ใบความรู้
เรื่อง การทำน้ำพริกขิงนรก



ส่วนผสมและวัตถุดิบที่ใช้ทำน้ำพริกนรก

พริกชี้ฟ้าแห้ง (อย่างน้อยเผ็ดตามชอบ)

ขิงแก่ เลือกหัวใหญ่อบน้ำ ๒-๓ หัว

หอมเจียว ๕๐ กรัม

กระเทียมเจียว ๑๐๐ กรัม

ผงปรุงรส ครึ่งช้อนโต๊ะ

น้ำตาลทราย ๒ ช้อนโต๊ะ

น้ำมะขามเปียก ๔ ช้อนโต๊ะ

เกลือป่น ครึ่งช้อนโต๊ะ

ปลาช่อนทะเลตากแห้ง ๕๐๐ กรัม

วิธีการทำ

ตั้งกระทะใส่น้ำมันพืชที่ได้จากการเจียวกระเทียมลงไป ใช้ไฟอ่อนๆ ในการผัดล้างขิงให้สะอาด หั่นเป็นแว่นหนาประมาณ ๑/๒ เซนติเมตร ซับน้ำให้แห้ง และนำลงคั่วในกระทะจนเนื้อข่าสีเหลืองสวย ใส่พริกที่เราผสมไว้ลงไป ในกระทะ ปรุงรสด้วยน้ำตาลทราย เกลือ น้ำมะขามเปียก ผัดไปมาให้เข้ากันเพื่อให้มีความหอมดี จากนั้นลองชิมรส แล้วปรุงให้ได้ตามชอบ เสร็จแล้วเทใส่ชามพักไว้ให้เย็น แล้วจึงตักใส่กระปุกปิดฝา เก็บไว้กินได้นาน

แบบทดสอบ เรื่องการทำน้ำพริกขิง

คำสั่ง ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท(X)ข้อที่ถูกที่สุดเพียงข้อเดียว

๑. ก่อนปรุงและประกอบอาหารเราควรทำสิ่งใดเป็นอันดับแรก
 - ก. ล้างหน้า
 - ข. อาบน้ำ
 - ค. ล้างมือ
 - ง. ทาแป้ง
๒. ผู้ประกอบอาหารข้อใดมีการเตรียมตัวในการประกอบน้ำพริกได้ถูกต้อง
 - ก. เลี้ยงสัตว์เลี้ยงแล้วประกอบอาหารได้
 - ข. สวมผ้ากันเปื้อนและหมวกคลุมผม
 - ค. แต่งกายด้วยชุดทันสมัย
 - ง. แต่งกายด้วยเสื้อผ้าสะอาดและราคาแพง
๓. ข้อใดเป็นการเตรียมเครื่องปรุงในการประกอบอาหารน้ำพริกขิงได้ถูกต้อง
 - ก. มันหมู เกลือ หอม กระเทียม
 - ข. ขิงแก่ พริกขี้หนูแห้ง กระเทียม เกลือ
 - ค. ขิงแก่ พริกขี้หนูแห้ง มันหมู เกลือ
 - ง. เนื้อมะขามเปียก กุ้งแห้ง เกลือ พริก
๔. ข้อใดคือสรรพคุณทางยาขิง
 - ก. แก้แมลงกัดต่อย
 - ข. แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่น จุกเสียด
 - ค. แก้เลือดออกตามไรฟัน
 - ง. แก้โรคบิด
๕. ข้อใดคือสรรพคุณทางยาของพริก
 - ก. แก้โรคนิ่ว
 - ข. แก้อาการปวด
 - ค. แก้โรคหืด กลาก เกลื่อน
 - ง. แก้โรคไขมันอุดตันเส้นเลือด
๖. ภาชนะที่เหมาะสมในการจัดน้ำพริก คือข้อใด
 - ก. จาน
 - ข. ชาม
 - ค. ถ้วยเล็ก
 - ง. ถ้วยใหญ่

๗. ข้อใดเป็นการคิดราคาขายน้ำพริกได้ถูกต้อง
- ก. การกำหนดราคาขายขึ้นอยู่กับต้นทุนสภาวะการแข่งขัน
 - ข. การกำหนดราคาขายขึ้นอยู่กับต้นทุนเท่านั้น
 - ค. การกำหนดราคาขายจะต้องคิดได้น้อยกว่าต้นทุน
 - ง. การกำหนดราคาขายจะต้องคิดเฉพาะค่าแรงงาน
 - ๘. เพราะเหตุใดอาหารจึงต้องมีเครื่องเคียง เครื่องแถม
 - ก. เพิ่มความสวยงาม
 - ข. ทำให้อาหารมีความน่าสนใจ
 - ค. เสริมรสซึ่งกันและกัน
 - ง. สร้างทางเลือกในการรับประทานอาหาร
๙. ข้อใดเป็นการประกอบอาหารอย่างมีอนามัย
- ก. ล้างวัตถุดิบ อุปกรณ์ทุกอย่าง ก่อนประกอบอาหาร
 - ข. ใช้ถ้วยตวงและช้อนตวงในการตวงเครื่องปรุง
 - ค. วัตถุดิบทุกอย่างต้องลวกก่อนประกอบอาหาร
 - ง. ปรุงรสอาหารหลังจากอาหารสุกแล้ว
๑๐. การปฏิบัติตนตามข้อใดจะทำให้เพื่อนร่วมงานให้ความร่วมมือทำงานจนสำเร็จ
- ก. ตำหนิเพื่อนร่วมงานตั้งแต่เริ่มทำ
 - ข. รับประทานอาหารร่วมกันก่อนทำงาน
 - ค. แจกขนมให้เพื่อนร่วมงานก่อนลงมือทำงาน
 - ง. พุดคุยกันด้วยเหตุผล รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น

เฉลยแบบทดสอบ

๑. ค
๒. ข
๓. ข
๔. ข
๕. ข
๖. ค
๗. ก
๘. ง
๙. ค
๑๐. ง