



รายงานนวัตกรรมทางการศึกษา

การพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
รายวิชาสุขศึกษา ด้วยกระบวนการเรียนรู้แบบสืบเสาะหาความรู้ 5 ขั้นตอน
(The 5Es of Inquiry-Based Learning:5Es)



ผู้จัดทำ

นายสุวิทย์ ศรีไชย

ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ชำนาญการ

วิชาเอก การประถมศึกษา

โรงเรียนชุมชนบ้านหนองบ่อ(วิจิตรราษฎร์สามัคคี)
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 1
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ

คำนำ

ในปีการศึกษา 2567 โรงเรียนชุมชนบ้านหนองบ่อ(วิจิตรราษฎร์สามัคคี) เป็นโรงเรียนนำร่องในพื้นที่ นวัตกรรมทางการศึกษาจังหวัดอุบลราชธานี โรงเรียนจึงได้มีการจัดทำหลักสูตรสถานศึกษาเป็นการพัฒนา หลักสูตร และนวัตกรรมการเรียนรู้แบบบูรณาการสมรรถนะทางการเรียนรู้และสมรรถนะทางการอาชีพ ที่ เสริมสร้างอัตลักษณ์ อุบลราชธานี เพื่อให้สอดคล้องกับแผนการดำเนินงานขับเคลื่อนพื้นที่นวัตกรรมการศึกษา ของจังหวัดอุบลราชธานี ตามพระราชบัญญัติพื้นที่นวัตกรรมการศึกษา พ.ศ.2562

รายงานนวัตกรรมทางการศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ปีการศึกษา 2567 โรงเรียน ชุมชนบ้านหนองบ่อ (วิจิตรราษฎร์สามัคคี) สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 1 เรื่อง การพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 รายวิชาสุขศึกษา ด้วยกระบวนการเรียนแบบสืบ เสาะหาความรู้ 5 ขั้นตอน (The 5Es of Inquiry-Based Learning : 5Es) จึงจัดทำขึ้นเพื่อรายงานนวัตกรรม การศึกษาในระดับชั้นเรียน ตามนโยบายโรงเรียนนำร่องในพื้นที่ นวัตกรรมทางการศึกษาจังหวัดอุบลราชธานี

ขอขอบพระคุณ นางอุบลวรรณ หอมสิน ผู้อำนวยการโรงเรียนชุมชนบ้านหนองบ่อ(วิจิตรราษฎร์สามัคคี) นายบุญมี ช่างน้อย รองผู้อำนวยการโรงเรียนชุมชนบ้านหนองบ่อ(วิจิตรราษฎร์สามัคคี) คณะกรรมการสถานศึกษาขั้น พื้นฐาน คณะครู ผู้ปกครองและชุมชน ที่ให้การสนับสนุนจนแบบรายงานฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี และหวังเป็น อย่างยิ่งว่า แบบรายงานนวัตกรรมทางการศึกษาฉบับนี้ จะอำนวย ประโยชน์แก่ผู้ที่สนใจศึกษาค้นคว้า หากมี ข้อผิดพลาดประการใดผู้จัดทำขออภัย ณ ที่นี้ด้วย

นายสุวิทย์ ศรีไชย

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
แบบรายงานนวัตกรรมทางการศึกษา	1
1. ชื่อนวัตกรรม	1
2. ผู้จัดทำ	1
3. ระยะเวลาในการดำเนินการพัฒนานวัตกรรม	1
4. ที่มาและความสำคัญ	1
5. วัตถุประสงค์	2
6. กลุ่มเป้าหมาย	2
7. เครื่องมือที่ใช้	2
8. กระบวนการพัฒนานวัตกรรม	5
9. แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง	6
10. กระบวนการนำนวัตกรรมไปใช้	7
11. ผลที่เกิดขึ้นกับกลุ่มเป้าหมาย	10
- ผลการทดสอบก่อนและหลังเรียน	10
- ผลการสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม	11
- ผลการประเมินการนำเสนอผลงาน	12
- ผลการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	13
12. บทเรียนที่ได้รับ	14
13. เจ็อนไขความสำเร็จ	16
14. ภาพกิจกรรม	17
ภาคผนวก	
- แผนการจัดการเรียนรู้	19
- ใบความรู้อาหารพื้นบ้าน	26

รายงานนวัตกรรมทางการศึกษา

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ปีการศึกษา 2567
โรงเรียนชุมชนบ้านหนองบ่อ(วิจิตรราษฎร์สามัคคี)
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 1

1. ชื่อนวัตกรรม

การพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 รายวิชาสุขศึกษา ด้วยกระบวนการเรียนแบบสืบเสาะหาความรู้ 5 ขั้นตอน (The 5Es of Inquiry-Based Learning : 5Es)

2. ผู้จัดทำ

ชื่อ - สกุล : นางสาววิทย์ ศรีไชย
ตำแหน่ง : ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการ
วิชาเอก : การประถมศึกษา

3. ระยะเวลาในการดำเนินการพัฒนานวัตกรรม

ปีการศึกษา 2567 (ตั้งแต่ 16 พฤษภาคม 2567 – 31 มีนาคม 2568)

4. ที่มาและความสำคัญ

โรงเรียนชุมชนบ้านหนองบ่อ (วิจิตรราษฎร์สามัคคี) ตั้งอยู่ในพื้นที่หมู่ที่ 1 บ้านหนองบ่อ ตำบลหนองบ่อ เป็นตำบลในอำเภอเมืองอุบลราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี ตั้งอยู่ที่ทิศตะวันตกเฉียงเหนือของอำเภอเมืองอุบลราชธานี ห่างจากตัวเมืองอุบลราชธานีประมาณ 20 กิโลเมตร มีพื้นที่ 78 ตารางกิโลเมตร และมีหมู่บ้านในเขตปกครองทั้งสิ้น 7 หมู่บ้าน แบ่งออกเป็นหมู่ที่ 1 - 13 พื้นที่ทั้งหมดอยู่ในความรับผิดชอบขององค์การบริหารส่วนตำบลหนองบ่อ ปัจจุบันตำบลหนองบ่อมีประชากรทั้งสิ้น 7,673 คน จำนวนครัวเรือน 1,842 ครัวเรือน ประชากรส่วนใหญ่พูดภาษาไทยถิ่นอีสาน สำเนียงลาวกาวอาณาเขตติดต่อกับองค์การปกครองส่วนท้องถิ่นอื่น ได้แก่ ทิศเหนือ มีอาณาเขตติดต่อกับตำบลหนองขอน อำเภอเมืองอุบลราชธานี และตำบลหัวดอน อำเภอโขงเจียม ทิศใต้ มีอาณาเขตติดต่อกับตำบลหนองกินเพล และตำบลบึงหวาย อำเภวารินชำราบ ทิศตะวันออก มีอาณาเขตติดต่อกับตำบลแจระแม อำเภอเมืองอุบลราชธานี ทิศตะวันตก มีอาณาเขตติดต่อกับตำบลสีทันดร อำเภอโขงเจียม และตำบลหนองแวง อำเภอกันทรารมย์ จังหวัดศรีสะเกษ มีพื้นที่ครอบคลุมพื้นที่ลุ่มน้ำของแม่น้ำ 3 สาย ได้แก่ แม่น้ำชี ทางทิศตะวันตก แม่น้ำมูล ทางทิศใต้ และลำเซบายทางทิศเหนือและทิศตะวันออก พื้นที่ส่วนใหญ่จึงเป็นที่ราบลุ่มแม่น้ำ มีน้ำท่วมขังในฤดูน้ำหลาก สถานที่สำคัญคืออุทยานนาควัตร

ภายในชุมชนมีหัตถกรรมค้าขายและประกอบธุรกิจส่วนตัว มีภูมิปัญญาที่หลากหลายและเป็นเอกลักษณ์ เช่น การทอผ้า การจักสาน การหาปลา หาของป่า การทำนา การทำเกษตรทฤษฎีใหม่แบบผสมผสาน **ทำให้มีอาหารพื้นบ้านตามฤดูกาลทุกฤดูกาล มีแหล่งซูเปอร์มาร์เก็ตทางธรรมชาติขนาดใหญ่ คือ ป่าชุมชนและแม่น้ำ 3 สาย คือ เซ ชี มูล** จากภูมิปัญญาชาวบ้านทำให้ชุมชนมีรายได้ในการนำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาใช้ ส่วนวัฒนธรรมด้านประเพณี เป็นชุมชนที่เด่นชัดในด้านการช่วยเหลือการแบ่งปัน และมีเอกลักษณ์ในตัว ส่งเสริมประเพณีพื้นบ้าน เช่น บุญบั้งไฟ การแข่งเรือยาว ประเพณีชาวบ้าน งานพื้นบ้านต่างๆ และมีการส่งเสริมภูมิปัญญาทุกด้าน การทอผ้าไหมลายลูกแก้ว ย้อมด้ามะเกลือ การทอผ้าชิ้นไหมลายปราสาทผืน ผ้าไหมลายทิว มีการเผยแพร่งานศิลปวัฒนธรรมท้องถิ่น มีบ้านโฮมสเตย์ที่เปิดสอนภาษาอังกฤษโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย มีการนำเทคโนโลยีมาใช้ในการพัฒนาต่อยอด

ภูมิปัญญา สร้างตลาดในการกระจายสินค้า สร้างนวัตกรรมของชุมชน เป็นชุมชนที่น่าอยู่ บรรยากาศดี ร่มรื่น มีหน่วยงานราชการ เช่น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองบ่อ องค์การบริหารส่วนตำบลหนองบ่อ โรงเรียนมัธยมประจำตำบลคือ โรงเรียนหนองบ่อสามัคคีวิทยา อุทยานนาควัตร มีสถานประกอบพิธีทางศาสนา วัดบูรพาพิสัย วัดบ้านสำลาก วัดสระบัว มีแม่น้ำ ลำคลอง อุดมสมบูรณ์ มีการนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ โดยเฉพาะเกษตรทฤษฎีใหม่มาใช้ในการดำรงชีวิต และเป็นชุมชนที่น่าอยู่

ดังนั้นจึงเป็นสิ่งที่ควรค่าแก่การอนุรักษ์ให้คงอยู่สืบไปโดยที่ผู้เรียนจะต้องได้รับข้อมูลที่ถูกต้องและเป็นแนวทางเดียวกัน ในเรื่องของความเป็นมา ความสำคัญของอาหารพื้นบ้านของบ้านหนองบ่อต่อชีวิตของผู้เรียนเอง จึงเกิดแนวคิดการพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ในรายวิชาสุขศึกษา ด้วยกระบวนการเรียนแบบสืบเสาะหาความรู้ 5 ขั้นตอน (The 5Es of Inquiry-Based Learning : 5Es)

5. วัตถุประสงค์

- 5.1 เพื่อพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2/1 ปีการศึกษา 2567
- 5.2 เพื่อให้ผู้เรียนอธิบายความหมาย ลักษณะ และประเภทของอาหารพื้นบ้านได้
- 5.3 เพื่อให้ผู้เรียนวิเคราะห์ความสำคัญ และตระหนักในคุณค่าของอาหารพื้นบ้านหนองบ่อและอาหารพื้นเมืองของจังหวัดอุบลราชธานีได้

6. กลุ่มเป้าหมาย

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2/1 ปีการศึกษา 2567 จำนวน 13 คน

7. เครื่องมือที่ใช้

7.1 แผนการจัดการเรียนรู้ 1 หน่วยการเรียนรู้ จำนวน 3 แผน ได้แก่

หน่วยการเรียนรู้	แผนการจัดการเรียนรู้	เนื้อหา/สาระสำคัญ	ชั่วโมง
อาหารพื้นบ้านฉัน	<u>แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1</u> เรื่อง อาหารบ้านฉัน	อาหารพื้นบ้านของชุมชนบ้านหนองบ่อมีเอกลักษณ์ที่โดดเด่น คืออาหารที่ได้มาจากแหล่งน้ำธรรมชาติ แม่น้ำเซ ซี่ มูล และซูปเปอร์มาร์เก็ตธรรมชาติ คือ ป่าชุมชน	1
	<u>แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2</u> เรื่อง อาหารพื้นเมืองจังหวัดอุบลราชธานี	อุบลราชธานีเป็นจังหวัดที่เต็มไปด้วยสีสันหลากหลาย ทั้งในด้านประวัติศาสตร์ วัฒนธรรม ประเพณี และแหล่งธรรมชาติ สมกับคำขวัญที่ว่า เมืองดอกบัวงาม แม่น้ำสองสี มีปลาแซบหลาย อาหารพื้นเมืองที่ขึ้นชื่อ คืออาหารที่ได้จาก ปลา	2

หน่วยการเรียนรู้	แผนการจัดการเรียนรู้	เนื้อหา/สาระสำคัญ	ชั่วโมง
	แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง ความแตกต่างของอาหาร พื้นเมืองในแต่ละท้องถิ่น	อาหารพื้นเมืองในท้องถิ่นต่าง ๆ ของไทย มีความแตกต่างกันไปตาม สภาพแวดล้อมและวิถีชีวิตของคนใน ท้องถิ่น การยอมรับในอาหารพื้นเมือง ที่แตกต่างกัน	2

- 7.2 แบบทดสอบก่อน-หลังการเรียนรู้
- 7.3 แบบประเมินการนำเสนอผลงาน
- 7.4 แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม
- 7.5 แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

8. กระบวนการพัฒนานวัตกรรม

ด้วยชุมชนบ้านหนองบ่อ ตำบลหนองบ่อ อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี เป็นชุมชนที่มีความหลากหลายทางอาหารพื้นบ้านและมีเอกลักษณ์ทางอาหารพื้นบ้านที่โดดเด่น ไม่ว่าจะเป็นอาหารที่ได้มาจากแหล่งน้ำธรรมชาติ และป่าไม้ตามธรรมชาติ อาหารพื้นบ้านที่ได้หลากหลายตามฤดูกาล และความสำคัญของอาหารพื้นบ้านและคุณค่าที่ได้รับของบ้านหนองบ่อต่อชีวิตของผู้เรียนเอง จึงเกิดแนวคิดการพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ด้วยกระบวนการเรียนแบบสืบเสาะหาความรู้ 5 ขั้นตอน (The 5Es of Inquiry-Based Learning : 5Es) โดยมีขั้นตอนกระบวนการพัฒนา ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 P : Plan (การวางแผน) โดยกำหนดเป้าหมายและสร้างแผนการดำเนินงานดังนี้

- 1) วิเคราะห์มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดตามหลักสูตรแกนกลาง 2551 (ฉบับปรับปรุง 2560) กลุ่มสาระการเรียนรู้สุศึกษาและพลศึกษา
- 2) กำหนดโครงสร้างรายวิชา/ออกแบบหน่วยการเรียนรู้
- 3) เขียนแผนการจัดการเรียนรู้
 - หน่วยการเรียนรู้เรื่อง อาหารบ้านฉัน
 - แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง อาหารพื้นบ้านของชุมชนบ้านหนองบ่อ จำนวน 1 ชั่วโมง
 - แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง อาหารพื้นเมืองจังหวัดอุบลราชธานี จำนวน 2 ชั่วโมง
 - แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง ความแตกต่างของอาหารพื้นเมือง จำนวน 2 ชั่วโมง

ขั้นตอนที่ 2 D : Do (จัดกระบวนการจัดการเรียนรู้) จัดกระบวนการจัดการเรียนรู้แบบสืบเสาะหาความรู้ 5 ขั้นตอน (The 5Es of Inquiry-Based Learning : 5Es) หน่วยการเรียนรู้ เรื่อง อาหารบ้านฉัน ดังนี้

1) การสร้างความสนใจ (Engagement) โดยผู้สอนควรสร้างความสนใจ สร้างความอยากรู้อยากเห็น มีการตั้งคำถามกระตุ้นให้ผู้เรียนคิดตั้งเฝ้าคำตอบที่ยังไม่ครอบคลุมสิ่งที่ผู้เรียนรู้หรือแนวคิดหรือเนื้อหา

2) การสำรวจและค้นหา (Exploration) ส่งเสริมให้ผู้เรียนทำงานร่วมกัน การสำรวจ ตรวจสอบ สังเกต และฟังการโต้ตอบกันระหว่างผู้เรียนกับผู้เรียน ทำการซักถามเพื่อนำไปสู่การสำรวจตรวจสอบของผู้เรียน และให้เวลาผู้เรียนในการคิดข้อสงสัยตลอดจนปัญหาต่าง ๆ และทำหน้าที่ให้คำปรึกษาแก่ผู้เรียน

3) การอธิบายและลงข้อสรุป (Explanation) โดยผู้สอนส่งเสริมให้ผู้เรียนอธิบายแนวคิด หรือให้คำจำกัดความ ด้วยคำพูดของผู้เรียนเอง ให้ผู้เรียนแสดงหลักฐาน ให้เหตุผลและอธิบายให้กระจ่าง ให้ผู้เรียนอธิบาย ให้คำจำกัดความและ ชี้บอกส่วนต่าง ๆ ในแผนภาพให้ผู้เรียนใช้ประสบการณ์เดิมของตนเป็นพื้นฐานในการอธิบายแนวคิด

4) การขยายความรู้ (Elaboration) โดยผู้สอนคาดหวังให้ผู้เรียนได้ใช้ประโยชน์จากการชี้บอก ส่วนประกอบต่าง ๆ ในแผนภาพคำจำกัดความและอธิบายสิ่งที่เรียนรู้มาแล้ว ส่งเสริมให้ผู้เรียนนำสิ่งที่ผู้เรียนได้เรียนรู้ ไปประยุกต์ใช้หรือ ขยายความรู้และทักษะในสถานการณ์ใหม่ ให้ผู้เรียนอธิบายอย่างมีความหมาย ให้ผู้เรียนอ้างอิง ข้อมูลที่มีอยู่พร้อมทั้งแสดง หลักฐานและถามคำถามผู้เรียนว่าได้เรียนรู้อะไรบ้าง หรือได้แนวคิดอะไร

5) การประเมินผล (Evaluation) โดยผู้สอนสังเกตผู้เรียนในการนำแนวคิดและทักษะใหม่ไปประยุกต์ใช้ ประเมิน ความรู้และทักษะผู้เรียน หาหลักฐานที่แสดงว่าผู้เรียนเปลี่ยนความคิดหรือพฤติกรรม ให้ผู้เรียนประเมินการ เรียนรู้และ ทักษะกระบวนการกลุ่ม ถามคำถามปลายเปิด เช่น ทำไมผู้เรียนจึงคิดเช่นนั้น

ขั้นตอนที่ 3 C : Check (ประเมินผลเพื่อพัฒนานวัตกรรม)

1) สร้างแบบประเมินผลการจัดการเรียนรู้ ดังนี้

- แบบทดสอบก่อน-หลังการเรียนรู้
- แบบประเมินการนำเสนอผลงาน
- แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม
- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

2) วิเคราะห์ผลการประเมิน

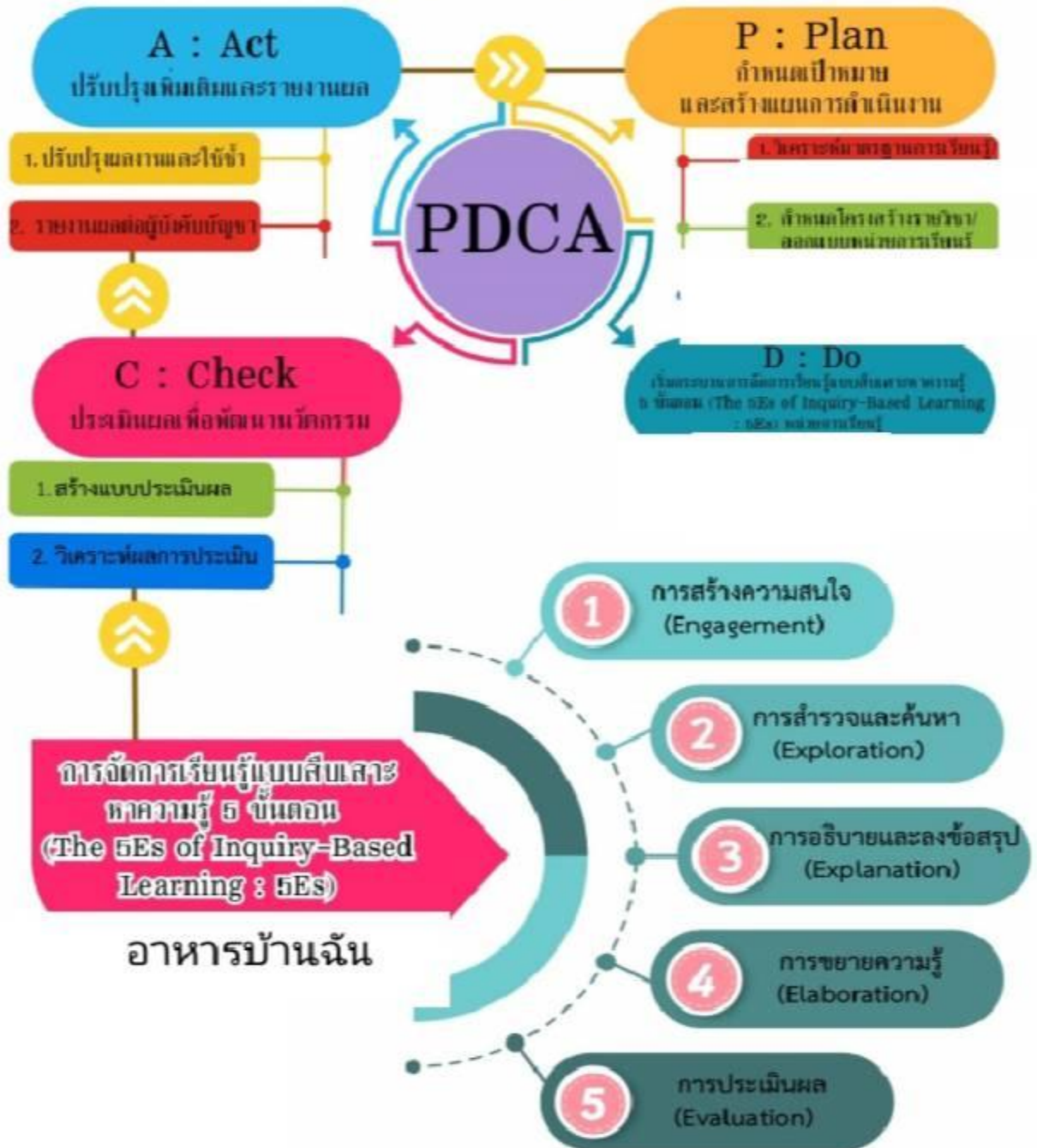
วิเคราะห์ผลการประเมินโดยเกณฑ์การให้คะแนน (Scoring Rubrics) ตามแนวคิดการประเมิน ตามสภาพจริง (Authentic Assessment) เป็นแนวทางที่สอดคล้องกับแนวนโยบายการส่งเสริมผู้เรียน แนว การประเมินช่วยให้ทราบในสิ่งที่ควรส่งเสริมและสิ่งที่ควรได้รับการปรับปรุงช่วยให้ผู้เรียนพัฒนาตนเองอย่าง เต็มศักยภาพตามความสามารถและความสนใจ สอดคล้องกับพัฒนาการของผู้เรียน เป็นการเปิดโอกาสให้ ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในการประเมินผลงานตนเองและเพื่อนร่วมชั้น ส่งเสริมให้ผู้เรียนรู้จักตัวเอง เชื่อมั่นใน ตนเอง สามารถพัฒนาตนเองได้ในทิศทางที่เหมาะสม (รัตนภรณ์ ทรงนภาวุฒิกุล, 2560)

ขั้นตอนที่ 4 A : Action (ปรับปรุงเพิ่มเติมและรายงานผล)

- 1) ปรับปรุงแก้ไขผลงานตามผลการประเมิน และดำเนินการใช้ซ้ำ
- 2) รายงานผลการจัดการเรียนรู้ต่อผู้บังคับบัญชา

แผนภาพกระบวนการพัฒนานวัตกรรม

การพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 รายวิชาสุขศึกษา กระบวนการเรียนรู้แบบสืบเสาะหาความรู้ 5 ขั้นตอน (The 5Es of Inquiry-Based Learning : 5Es)



9. แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

การเรียนรู้แบบสืบเสาะหาความรู้ 5 ขั้นตอน (The 5Es of Inquiry-Based Learning : 5Es) เป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่พัฒนามาจากทฤษฎีคอนสตรัคติวิสต์ ที่เชื่อว่า การเรียนรู้ นั้น เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นภายในของผู้เรียน โดยที่ผู้เรียนเป็นผู้สร้างความรู้ด้วยตัวเอง โดยการนำเอาประสบการณ์หรือสิ่งที่พบเห็นมาเชื่อมโยงกับความรู้ความเข้าใจที่มีอยู่เดิม เพื่อสร้างเป็นความเข้าใจของตนเอง และด้วยความเชื่อนี้ทำให้ทฤษฎีนี้ถูกนำมาเป็นรากฐานสำคัญในการสร้างความรู้ของผู้เรียน สนับสนุนให้ผู้เรียนสามารถค้นพบความรู้หรือเชื่อมโยงความรู้ที่มีอยู่เดิม หาแนวทางแก้ปัญหาได้ตัวเอง แล้วนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสวงหาและศึกษาค้นคว้า ลงมือปฏิบัติเพื่อสร้างองค์ความรู้ของตนเอง

การเรียนรู้แบบสืบเสาะหาความรู้ 5 ขั้นตอน นับเป็นการเรียนการสอน ที่ให้ความสำคัญกับผู้เรียนเป็นสำคัญ คือการฝึกให้ผู้เรียนรู้จักค้นคว้าหาความรู้โดยใช้กระบวนการทางความคิดหาเหตุผล เพื่อเป็นแนวทางแก้ปัญหาที่ถูกต้องด้วยตนเอง ในขณะที่คุณครูเองก็มีส่วนสำคัญด้วย 5 ขั้นตอน ที่คุณครูและผู้เรียนต่างมีบทบาทและหน้าที่ในแต่ละขั้นตอน โดยบทบาทผู้สอน เพื่อสนับสนุนให้ผู้เรียนแสดงบทบาทอย่างเต็มที่ คุณครูควรเตรียมสื่อฯ การเรียนการสอน และออกแบบกิจกรรมเพื่อสร้างบรรยากาศแห่งการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และสิ่งที่คุณครูควรทำใน 5 ขั้นตอน ดังนี้

- 1) การสร้างความสนใจ (Engagement) โดยผู้สอนควรสร้างความสนใจ สร้างความอยากรู้อยากเห็น มีการตั้งคำถามกระตุ้นให้ผู้เรียนคิดตั้งเอาคำตอบที่ยังไม่ครอบคลุมสิ่งที่ผู้เรียนรู้หรือแนวคิดหรือเนื้อหา
- 2) การสำรวจและค้นหา (Exploration) ส่งเสริมให้ผู้เรียนทำงานร่วมกัน การสำรวจ ตรวจสอบ สังเกตและฟังการโต้ตอบกันระหว่างผู้เรียนกับผู้เรียน ทำการซักถามเพื่อนำไปสู่การสำรวจตรวจสอบของผู้เรียน และให้เวลาผู้เรียนในการคิดข้อสงสัยตลอดจนปัญหาต่าง ๆ และทำหน้าที่ให้คำปรึกษาแก่ผู้เรียน
- 3) การอธิบายและลงข้อสรุป (Explanation) โดยผู้สอนส่งเสริมให้ผู้เรียนอธิบายแนวคิด หรือให้คำจำกัดความ ด้วยคำพูดของผู้เรียนเอง ให้ผู้เรียนแสดงหลักฐาน ให้เหตุผลและอธิบายให้กระจ่าง ให้ผู้เรียนอธิบาย ให้คำจำกัดความและ ชี้บอกส่วนต่าง ๆ ในแผนภาพให้ผู้เรียนใช้ประสบการณ์เดิมของตนเป็นพื้นฐานในการอธิบายแนวคิด
- 4) การขยายความรู้ (Elaboration) โดยผู้สอนคาดหวังให้ผู้เรียนได้ใช้ประโยชน์จากการซักถาม ส่วนประกอบต่าง ๆ ในแผนภาพคำจำกัดความและอธิบายสิ่งที่เรียนรู้ออกมาแล้ว ส่งเสริมให้ผู้เรียนนำสิ่งที่ผู้เรียนได้เรียนรู้ไปประยุกต์ใช้หรือ ขยายความรู้และทักษะในสถานการณ์ใหม่ ให้ผู้เรียนอธิบายอย่างมีความหมาย ให้ผู้เรียนอ้างอิงข้อมูลที่มีอยู่พร้อมทั้งแสดง หลักฐานและถามคำถามผู้เรียนว่าได้เรียนรู้อะไรบ้าง หรือได้แนวคิดอะไร
- 5) การประเมินผล (Evaluation) โดยผู้สอนสังเกตผู้เรียนในการนำแนวคิดและทักษะใหม่ไปประยุกต์ใช้ประเมิน ความรู้ และทักษะผู้เรียน หาหลักฐานที่แสดงว่าผู้เรียนเปลี่ยนความคิดหรือพฤติกรรม ให้ผู้เรียนประเมินการเรียนรู้และ ทักษะกระบวนการกลุ่ม ถามคำถามปลายเปิด เช่น ทำไมผู้เรียนจึงคิดเช่นนั้น

บทบาทของผู้เรียนในการเรียนแบบสืบเสาะหาความรู้ สิ่งที่ผู้เรียนควรให้ความสนใจ เพื่อสร้างองค์ความรู้ให้กับตนเอง โดยก่อนเข้าเรียนควรทบทวนความรู้เดิมเพื่อเตรียมพร้อมสู่การเข้าสู่บทเรียนใหม่ หรือเตรียมข้อสงสัยเพื่อสอบถามในห้องเรียน ตั้งใจเรียนและสนใจในสิ่งที่คุณครูสอน พร้อมกับ 5 ขั้นตอนนี้ นับเป็นการเรียนการสอนที่ให้ความสำคัญกับผู้เรียนเป็นสำคัญ หากผู้เรียนได้รับรู้บทบาทของตนเอง การเรียนการสอนก็จะมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น โดยมีครูทำหน้าที่สนับสนุนจัดการเรียนรู้ที่ฝึกให้ผู้เรียนรู้จักค้นคว้าหาความรู้โดยใช้กระบวนการทางความคิดหาเหตุผล เพื่อทำให้ค้นพบความรู้หรือแนวทางแก้ปัญหาที่ถูกต้องด้วยตนเอง จึงนับได้ว่าการเรียนแบบสืบเสาะหาความรู้ 5 ขั้นตอนนั้น เป็นการเรียนการสอนที่เน้นองค์ความรู้ทักษะ ความเชี่ยวชาญและสมรรถนะที่เกิดกับตัวผู้เรียน ซึ่งทำให้ผู้เรียนสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิตท่ามกลางการกระแสเปลี่ยนแปลงในยุคปัจจุบันได้

10. กระบวนการนำนวัตกรรมไปใช้

หน่วยการเรียนรู้ที่ 8 : อาหารบ้านฉัน
ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2567

รายวิชา : สุขศึกษา
ผู้สอน : นายสุวิทย์ ศรีไชย

รหัสวิชา : พ12101 ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 เวลา : 5 ชั่วโมง
โรงเรียนชุมชนบ้านหนองบ่อ(วิจิตรราษฎร์สามัคคี) สังกัด สพป.อุบลราชธานี เขต 1

ที่	เรื่อง	มาตรฐานการเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	เนื้อหา	ชั่วโมง	จุดประสงค์ การเรียนรู้	กระบวนการ	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
1	อาหารพื้นบ้าน ของชุมชนบ้าน หนองบ่อ	มฐ. พ 2.1 ป.2/1 บอกลักษณะการมี สุขภาพที่ดี เลือกกินอาหารที่มี ประโยชน์ ตัวชี้วัดระหว่างทาง มฐ. พ 2.1 ป.2/1 บอกลักษณะการมี สุขภาพที่ดี เลือกกินอาหารที่มี ประโยชน์	อาหารพื้นบ้าน คือ อาหารที่มีความเชื่อมโยงกับ สภาพธรรมชาติสิ่งแวดล้อมที่มี ความแตกต่างกันไปตามสภาพ ภูมิประเทศ ภูมิอากาศ ดังนั้น จะเห็นได้ว่าอาหารพื้นบ้านใน แต่ละภาคของไทย จะมี เอกลักษณ์เป็นของตนเอง มี ความแตกต่างทั้งชนิด ลักษณะ อาหาร เครื่องปรุงอาหาร ส่วนประกอบของอาหาร รสชาติ และกรรมวิธีการปรุง อาหารที่หลากหลาย ในแต่ละ ท้องถิ่น	1	1) อธิบาย ความหมาย ลักษณะ และประเภทของ อาหารได้ 2) วิเคราะห์ ความสำคัญของ อาหารพื้นบ้านของ บ้านหนองบ่อได้ 3) ตระหนักในคุณค่า ของอาหารพื้นบ้าน ของบ้านหนองบ่อได้	กระบวนการ เรียนแบบสืบ เสาะหาความรู้ 5 ขั้นตอน (The 5Es of Inquiry- Based Learning : 5Es)	1) ภาพอาหารพื้นบ้าน 2) PowerPoint อาหารพื้นบ้าน 3) ใบงาน เรื่อง อาหารพื้นบ้าน 4) ใบความรู้ เรื่อง อาหารพื้นบ้านของ ชุมชนบ้านหนองบ่อ 5) ใบความรู้ เรื่อง วัฒนธรรมการ รับประทานอาหารพื้นบ้านของชุมชน บ้านหนองบ่อ 6) แบบทดสอบก่อน-หลังเรียน

ที่	เรื่อง	มาตรฐานการเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	เนื้อหา	ชั่วโมง	จุดประสงค์ การเรียนรู้	กระบวนการ	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
2	อาหารพื้นเมือง จังหวัด อุบลราชธานี	มฐ. พ 2.1 ป.2/1 บอกลักษณะการมี สุขภาพที่ดี เลือกกินอาหารที่มี ประโยชน์ ตัวชี้วัดระหว่างทาง มฐ. พ 2.1 ป.2/1 บอกลักษณะการมี สุขภาพที่ดี เลือกกินอาหารที่มี ประโยชน์	อุบลราชธานีเป็นจังหวัดที่มี อาหารพื้นเมืองที่ขึ้นชื่อหลาย รายการอาหารที่ขึ้นชื่อของ จังหวัดอุบลราชธานีล้วน แล้วแต่เป็นอาหารพื้นเมืองที่ คนอุบลนิยมรับประทานกัน ซึ่ง อาหารพื้นเมืองส่วนใหญ่จะมี เอกลักษณ์เฉพาะตัวตรงที่มีการ ได้รับอิทธิพลมาจากอาหาร เวียดนาม รวมไปถึงอาหาร ท้องถิ่นของจังหวัดต่าง ๆ ที่อยู่ ในบริเวณใกล้เคียง โดยมี อาหารพื้นเมืองที่เป็นที่นิยม และรู้จักกันอย่างแพร่หลาย ดังนี้ หมูยอ, ก๋วยจั๊บญวน แจ่วบอง, ข้าวหอมมะลิ ลาบหมาน้อย	2	1) อธิบาย ความหมาย ลักษณะ และประเภทของ อาหารพื้นเมืองของ จังหวัดอุบลราชธานี ได้ 2) วิเคราะห์ ความสำคัญของ มรดกภูมิปัญญาของ อาหารพื้นเมือง จังหวัดอุบลราชธานี ได้ 3) ตระหนักในคุณค่า ของมรดกภูมิปัญญา อาหารพื้นเมือง จังหวัดอุบลราชธานี ได้	กระบวนการ เรียนแบบสืบ เสาะหาความรู้ 5 ขั้นตอน (The 5Es of Inquiry- Based Learning : 5Es)	1) ภาพอาหารพื้นเมืองของจังหวัด อุบลราชธานี 2) หนังสือเล่มเล็ก OTOP ของฝากจาก เมืองอุบลราชธานี 3) ใบงาน เรื่อง 10 ของฝากจากจังหวัด อุบลราชธานี 4) ใบความรู้ เรื่อง 1 จังหวัด 1 เมนู เด็ดชู อาหารถิ่น วิธีทำลาบหมาน้อย 5) ใบความรู้ เรื่อง วิธีทำก๋วยจั๊บญวน

ที่	เรื่อง	มาตรฐานการเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	เนื้อหา	ชั่วโมง	จุดประสงค์ การเรียนรู้	กระบวนการ	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
3	ความแตกต่าง ของอาหาร พื้นเมืองในแต่ละ ท้องถิ่น	มฐ. พ 2.1 ป.2/1 บอกลักษณะการมี สุขภาพที่ดี เลือกกินอาหารที่มี ประโยชน์ ตัวชี้วัดระหว่างทาง มฐ. พ 2.1 ป.2/1 บอกลักษณะการมี สุขภาพที่ดี เลือกกินอาหารที่มี ประโยชน์ ตัวชี้วัดปลายทาง มฐ. พ 2.1 ป.2/1 เสนอการมีสุขภาพที่ดี เลือกกินอาหารที่มี ประโยชน์ต่อร่างกายได้	ความแตกต่างของอาหาร พื้นเมืองระหว่างภูมิภาค คนไทยแต่ละภาค รับประทาน อาหารแตกต่างกัน ตาม ลักษณะพื้นที่ดินฟ้าอากาศ และความอุดมสมบูรณ์ เช่น พวกที่อยู่ริมทะเล รับประทาน อาหารแบบหนึ่ง พวกที่อยู่ บริเวณที่มีอากาศหนาว หรือ อากาศร้อนก็รับประทาน อาหารอีกแบบหนึ่ง สิ่งหนึ่งที่ คนไทยยังรักษาไว้เป็น เอกลักษณ์ของอาหารไทยทุก ภาค คือ การรับประทาน อาหารที่มีรสเผ็ด โดยเฉพาะ ภาคใต้ และภาค ตะวันออกเฉียงเหนือ	2	1) อธิบายความ แตกต่างของอาหาร ของอาหารพื้นเมือง 2) วิเคราะห์สาเหตุที่ ทำให้อาหารพื้นเมือง แต่ละท้องถิ่น แตกต่างกันได้	กระบวนการ เรียนแบบสืบ เสาะหาความรู้ 5 ขั้นตอน (The 5Es of Inquiry- Based Learning : 5Es)	1) หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุข ศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 2) แบบฝึกหัด พัฒนาสมรรถนะ รายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา 3) PowerPoint เรื่อง อาหารพื้นเมือง ในภาค 4) สื่ออินเทอร์เน็ตสำหรับสืบค้นข้อมูล 5) ใบกิจกรรม เรื่อง ความแตกต่างของ อาหารพื้นเมือง

11. ผลที่เกิดขึ้นกับกลุ่มเป้าหมาย (ความรู้ ทักษะ คุณลักษณะ เจตคติ สมรรถนะ)

11.1 ผลการทดสอบก่อน - หลังการจัดการเรียนรู้

หน่วยการเรียนรู้ที่ 8 : อาหารบ้านฉัน รายวิชา : สุขศึกษา รหัสวิชา : พ12101

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 เวลา : 5 ชั่วโมง ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2567

ที่	ชื่อ - สกุล	คะแนนก่อนเรียน	คะแนนหลังเรียน	แปลผล
1	เด็กชายจิรวศ ทิมา	8	18	ดีมาก
2	เด็กชายซัชชวาน วรรณทอง	5	12	ดี
3	เด็กชายธนเดช บุญขจร	7	14	ดี
4	เด็กชายมงคล จันทา	7	14	ดี
5	เด็กชายสถาพร ธงศรี	10	18	ดีมาก
6	เด็กชายอภิชาติ ส่งเสริม	8	14	ดี
7	เด็กหญิงกชกร คงศรี	9	17	ดีมาก
8	เด็กหญิงจารุพิชญา โหลยา	8	17	ดีมาก
9	เด็กหญิงจามจรี สัตถาวะโห	9	17	ดีมาก
10	เด็กหญิงชญาภา ส่งเสริม	12	19	ดีมาก
11	เด็กชายชลิตา ไสยวัน	11	18	ดีมาก
12	เด็กหญิงพิชญธิดา ทิมา	11	18	ดีมาก
13	เด็กหญิงอารยา บุญจำนงค์	10	17	ดีมาก
	รวมเฉลี่ย	8.84	16.38	ดี

เกณฑ์การประเมิน

15 - 20	หมายถึง	ดีมาก
10 - 14	หมายถึง	ดี
5 - 9	หมายถึง	ปานกลาง
0 - 4	หมายถึง	ปรับปรุง

ลงชื่อ



ผู้ประเมิน

(นายสุวิทย์ ศรีไชย)

ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ชำนาญการ

11.2 ผลการสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม

ที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมิน					คะแนนรวม
		การแสดง ความคิดเห็น	การ ยอมรับ ฟังคนอื่น	การทำงาน ตามที่ได้รับ มอบหมาย	ความมี น้ำใจ	การมีส่วน ร่วม	
1	เด็กชายจิรวศ ทิมา	3	3	3	3	2	14
2	เด็กชายชัชชวาน วรรณทอง	2	2	2	2	2	10
3	เด็กชายธนเดช บุญขจร	3	3	2	3	2	13
4	เด็กชายมงคล จันทา	3	3	2	3	2	13
5	เด็กชายสถาพร ธงศรี	3	3	3	3	3	15
6	เด็กชายอภิชาติ ส่งเสริม	3	3	2	3	2	13
7	เด็กหญิงกชกร คงศรี	3	3	3	3	2	14
8	เด็กหญิงจรรุพิชญา โหลยา	3	3	3	3	3	15
9	เด็กหญิงจามจรี สัตถาวะโ	3	3	3	3	3	15
10	เด็กหญิงชญาภา ส่งเสริม	3	3	3	3	2	15
11	เด็กชายชลิตา ไสยวัน	3	3	3	3	5	15
12	เด็กหญิงพิชญธิดา ทิมา	3	3	3	3	3	15
13	เด็กหญิงอารยา บุญจ้านงค์	3	3	3	3	3	15
	รวมเฉลี่ย						14.00

เกณฑ์การให้คะแนน

1. ผลงานหรือพฤติกรรมสอดคล้องกับรายการประเมินสมบูรณ์ชัดเจน ให้ 3 คะแนน
2. ผลงานหรือพฤติกรรมสอดคล้องกับรายการประเมินเป็นส่วนใหญ่ ให้ 2 คะแนน
3. ผลงานหรือพฤติกรรมสอดคล้องกับรายการประเมินเป็นบางส่วน ให้ 1 คะแนน

เกณฑ์การประเมิน

- | | | |
|-----------|---------|----------|
| 12 – 15 | หมายถึง | ดี |
| 8 – 11 | หมายถึง | พอใช้ |
| ต่ำกว่า 8 | หมายถึง | ปรับปรุง |

ลงชื่อ



ผู้ประเมิน

(นายสุวิทย์ ศรีไชย)

ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการ

11.3 ผลการประเมินการนำเสนอผลงาน

ที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมิน					คะแนนรวม
		เนื้อหาที่นำเสนอถูกต้อง	มีความคิดสร้างสรรค์น่าสนใจ	พูดชัดเจน สบตาผู้ฟัง	สมาชิกในกลุ่มมีส่วนร่วม	การตรงต่อเวลา	
1	เด็กชายจิรวศ ทิมา	3	3	3	3	3	15
2	เด็กชายชัชชวาน วรรณทอง	2	2	2	2	2	10
3	เด็กชายธนเดช บุญขจร	3	2	3	3	2	13
4	เด็กชายมงคล จันทา	2	3	2	3	3	13
5	เด็กชายสถาพร ธงศรี	3	3	3	3	3	15
6	เด็กชายอภิชาติ ส่งเสริม	2	3	2	3	3	13
7	เด็กหญิงกชกร คงศรี	3	3	3	3	2	14
8	เด็กหญิงจารุพิชญา โหลยา	3	3	3	3	3	15
9	เด็กหญิงจามจวีร์ สัตถาวะโ	3	3	3	3	3	15
10	เด็กหญิงชญาภา ส่งเสริม	3	3	3	3	3	15
11	เด็กชายชลิตา ไสยวัน	3	3	3	3	3	15
12	เด็กหญิงพิชญธิดา ทิมา	3	3	3	3	3	15
13	เด็กหญิงอารยา บุญจ้านงค์	3	3	3	3	3	15
	รวมเฉลี่ย						14.07

เกณฑ์การให้คะแนน

1. ผลงานหรือพฤติกรรมสอดคล้องกับรายการประเมินสมบูรณ์ชัดเจน ให้ 3 คะแนน
2. ผลงานหรือพฤติกรรมสอดคล้องกับรายการประเมินเป็นส่วนใหญ่ ให้ 2 คะแนน
3. ผลงานหรือพฤติกรรมสอดคล้องกับรายการประเมินเป็นบางส่วน ให้ 1 คะแนน

เกณฑ์การประเมิน

- | | | |
|-----------|---------|----------|
| 12 – 15 | หมายถึง | ดี |
| 8 – 11 | หมายถึง | พอใช้ |
| ต่ำกว่า 8 | หมายถึง | ปรับปรุง |

ลงชื่อ



ผู้ประเมิน

(นายสุวิทย์ ศรีไชย)

ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการ

11.4 ผลการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

ที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ข้อที่								คะแนนรวมเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	6	7	8	
1	เด็กชายจิรวศ ทิมา	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	เด็กชายชัชชวาน วรรณทอง	3	3	2	2	3	3	3	3	3
3	เด็กชายธนเดช บุญขจร	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	เด็กชายมงคล จันทา	3	3	2	2	3	3	3	3	3
5	เด็กชายสถาพร ธงศรี	3	3	3	3	3	3	3	3	3
6	เด็กชายอภิชาติ ส่งเสริม	3	3	2	2	3	3	3	3	3
7	เด็กหญิงกชกร คงศรี	3	3	3	3	3	3	3	3	3
8	เด็กหญิงจารุพิชญา โหลยา	3	3	3	3	3	3	3	3	3
9	เด็กหญิงจามจรี สัตถาวะโห	3	3	3	3	3	3	3	3	3
10	เด็กหญิงชญาภา ส่งเสริม	3	3	3	3	3	3	3	3	3
11	เด็กชายชลิตา ไสยวัน	3	3	3	3	3	3	3	3	3
12	เด็กหญิงพิชญธิดา ทิมา	3	3	3	3	3	3	3	3	3
13	เด็กหญิงอารยา บุญจำนงค์	3	3	3	3	3	3	3	3	3
		รวมเฉลี่ย								3

เกณฑ์การประเมิน

ระดับ 3	หมายถึง	ดี
ระดับ 2	หมายถึง	พอใช้
ระดับ 1	หมายถึง	ปรับปรุง

ลงชื่อ

๗

ผู้ประเมิน

(นายสุวิทย์ ศรีไชย)

ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการ

12. บทเรียนที่ได้รับ

การพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ด้วยกระบวนการเรียนแบบสืบเสาะหาความรู้ 5 ขั้นตอน (The 5Es of Inquiry-Based Learning : 5Es) เกิดจากแนวคิดที่โรงเรียนตั้งอยู่ในชุมชนบ้านหนองบ่อ ตำบลหนองบ่อ อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี เป็นชุมชนที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรมและมีเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมที่โดดเด่น ไม่ว่าจะเป็นวัฒนธรรมด้านภาษา วัฒนธรรมด้านความเป็นอยู่ อาหารการกิน อาหารพื้นบ้าน ซึ่งเป็นเรื่องราวที่ควรค่าแก่การอนุรักษ์ให้ คงอยู่สืบไปโดยที่ผู้เรียนจะต้องได้รับข้อมูลที่ถูกต้องและเป็นแนวทางเดียวกัน ในเรื่องของความเป็นมา ความสำคัญของอาหารพื้นบ้านของบ้านหนองบ่อต่อชีวิตของผู้เรียนเอง ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาทักษะการคิด วิเคราะห์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2567 เพื่อให้ผู้เรียนอธิบายความหมาย ลักษณะ และ ประเภทของอาหารพื้นบ้านได้ เพื่อให้ผู้เรียนวิเคราะห์ความสำคัญ และตระหนักในคุณค่าของอาหารพื้นบ้าน โดยเริ่ม จากอาหารพื้นบ้านของบ้านหนองบ่อ อาหารพื้นเมืองของจังหวัดอุบลราชธานีและอาหารในแต่ละภาค โดยใช้การจัดการเรียนรู้ แบบสืบเสาะหาความรู้ 5 ขั้นตอน (The 5Es of Inquiry-Based Learning : 5Es) เป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่พัฒนามาจากทฤษฎีคอนสตรัคติวิสต์ ที่เชื่อว่า การเรียนรู้ นั้น เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นภายในของผู้เรียน โดย ที่ผู้เรียนเป็นผู้สร้างความรู้ด้วยตัวเอง โดยการนำเอาประสบการณ์หรือสิ่งที่พบเห็นมาเชื่อมโยงกับความรู้ความ เข้าใจที่มีอยู่เดิม เพื่อสร้างเป็นความเข้าใจของตนเอง และด้วยความเชื่อนี้ทำให้ทฤษฎีนี้ถูกนำมาเป็นรากฐาน สำคัญในการสร้างความรู้ของผู้เรียน สนับสนุนให้ผู้เรียนสามารถค้นพบความรู้หรือเชื่อมโยงความรู้ที่มีอยู่เดิม หาแนวทางแก้ปัญหาได้ด้วยตัวเอง แล้วนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

บทเรียนที่ได้รับจากการจัดทำนวัตกรรมในครั้งนี้ ทำให้ผู้เรียนเข้าใจคำว่า “อาหารพื้นบ้าน” คืออาหารที่มีความเชื่อมโยงกับสภาพธรรมชาติสิ่งแวดล้อมที่มีความแตกต่างกันไปตามสภาพภูมิประเทศ ภูมิอากาศ ดังนั้นจะเห็นได้ว่าอาหารพื้นบ้านในแต่ละภาคของไทย จะมีเอกลักษณ์เป็นของตัวเอง มีความแตกต่างทั้งชนิด ลักษณะอาหาร เครื่องปรุงอาหาร ส่วนประกอบของอาหาร รสชาติ และกรรมวิธีการปรุงอาหารที่หลากหลาย ในแต่ละท้องถิ่น

ผลที่เกิดขึ้นกับผู้เรียน ทำให้ผู้เรียนรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ลด ละ เลิกพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ มีความใฝ่รู้ มีนิสัยรักการอ่าน ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับแหล่งเรียนรู้ในท้องถิ่น มีความรับผิดชอบต่องานของตนเอง ได้ กล้าพูด กล้าแสดงออกและฝึกทักษะในการใช้ภาษาเพื่อการสื่อสาร มีความภาคภูมิใจในการทำหน้าที่ให้ให้บริการแก่สังคม เกิดความเชื่อมั่นในตนเองและแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ค่ะ รู้จักการทำงานเป็นทีมรู้บทบาทของผู้นำผู้ตามที่ดีและมีรายได้ระหว่างเรียนจากน้ำใจของผู้มาเยี่ยมเยียน นักเรียนมีความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะทำความดี มีจิตอาสา เป็นจิตใต้สำนึกที่ตระหนักรู้ในตนเอง กล้าแสดงออก นักเรียนได้รับการสนับสนุน ยกย่อง ชมเชย เมื่อทำความดีทุกครั้ง เพื่อเป็นการต่อยอดจิตใต้สำนึกของนักเรียนอยู่ตลอดเวลาว่าการทำความดีไม่ใช่เรื่องยากอีกต่อไป โรงเรียนได้สร้างคนดีให้แก่บ้านเมือง ได้ใช้แหล่งเรียนรู้ทั้งในและนอกโรงเรียนได้อย่างคุ้มค่าตามนโยบายของการปฏิรูปการศึกษา แหล่งท่องเที่ยวในชุมชนได้เป็นที่รู้จักของคนทั่วไป และผู้ประกอบการมีความภาคภูมิใจในบุรุษหลานที่เป็นเด็กดี เป็นการสร้างคุณค่าทางสังคมและสร้างภูมิคุ้มกันให้กับสถาบันครอบครัว ชุมชน สังคมและประเทศชาติให้เกิดความเข้มแข็ง เกิดค่านิยม ที่ดีงามในการดำเนินชีวิตอย่างรู้จักสามัคคี

13. เจื่อนไขความสำเร็จ

13.1 ด้านผู้เรียน

ผู้เรียนได้รับการพัฒนา และส่งเสริมศักยภาพผู้เรียน ให้ได้แสดงออกตามความชอบหรือความถนัดอย่างเต็มศักยภาพ ได้เกิดการเรียนรู้พัฒนาทักษะและใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง พัฒนาคุณภาพการศึกษา และสิ่งสำคัญในการจัดการเรียนรู้แบบสืบเสาะหาความรู้ 5 ขั้นตอน นับเป็นการเรียนการสอน ที่ครูต้องให้ความสำคัญกับผู้เรียนเป็นสำคัญ คือการฝึกให้ผู้เรียนรู้จักค้นคว้าหาความรู้โดยใช้กระบวนการทางความคิดหาเหตุผล เพื่อเป็นแนวทางแก้ปัญหาที่ถูกต้องด้วยตนเอง ในขณะที่คุณครูเองก็มีส่วนสำคัญใน 5 ขั้นตอน ที่คุณครูและผู้เรียนต่างมีบทบาทและหน้าที่ในแต่ละขั้นตอน โดยบทบาทผู้สอน เพื่อสนับสนุนให้ผู้เรียนแสดงบทบาทอย่างเต็มที่ คุณครูควรเตรียมสื่อฯ การเรียนการสอน และออกแบบกิจกรรมเพื่อสร้างบรรยากาศแห่งการแลกเปลี่ยนเรียนรู้

บทบาทของผู้เรียนในการเรียนแบบสืบเสาะหาความรู้ สิ่งที่คุณครูควรให้ความสนใจ เพื่อสร้างองค์ความรู้ให้กับตนเอง โดยก่อนเข้าเรียนควรทบทวนความรู้เดิมเพื่อเตรียมพร้อมสู่การเข้าสู่บทเรียนใหม่ หรือเตรียมข้อสงสัยเพื่อสอบถามในห้องเรียน ตั้งใจเรียนและสนใจในสิ่งที่คุณครูสอน พร้อมกับ 5 ขั้นตอนนี้ นับเป็นการเรียนการสอนที่ให้ความสำคัญกับผู้เรียนเป็นสำคัญ หากผู้เรียนได้รับรู้บทบาทของตัวเอง การเรียน การสอนก็จะมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

13.2 ด้านผู้ปกครอง

ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสนับสนุนผู้เรียนในการทำกิจกรรมต่างๆ เพราะครอบครัวคือสถาบันพื้นฐานที่เป็นหลักของสังคม เป็นรากฐานที่สำคัญของการพัฒนาคนและสังคม โดยทำหน้าที่ หล่อหลอมและขัดเกลาความเป็นมนุษย์ให้แก่สมาชิกในครอบครัวด้วยการอบรมเลี้ยงดู พร้อมทั้งปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม ให้แก่สมาชิกครอบครัว เพราะความร่วมมือจากท่าน ผู้ปกครองมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อการพัฒนาเด็กให้มีประสิทธิภาพสูงสุดตามปรัชญาการศึกษาของ โรงเรียน เช่น การส่งเสริมเด็กให้ช่วยเหลือตนเองได้ตามวัย ส่งเสริมระเบียบวินัยและการตรงต่อเวลา ส่งเสริม กิจกรรมการบำเพ็ญประโยชน์ และช่วยเหลือผู้อื่นทั้งที่บ้านและโรงเรียน ส่งเสริมมารยาทแบบไทย การเปิด โอกาสให้เด็กได้สัมผัสธรรมชาติและเล่นอิสระ เมื่อกลับบ้านหรือในช่วงวันหยุด และสนับสนุนการเข้าร่วม กิจกรรมต่างๆของโรงเรียน

13.3 ด้านชุมชน

คณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน วัด ชุมชน หน่วยงานภาคีเครือข่าย เป็นหนึ่งในเงื่อนไขความสำเร็จที่จะขาดไม่ได้ เพราะเปรียบเสมือนพลัง (บวร) บ้าน วัด โรงเรียน ที่เป็นฟันเฟืองช่วยกัน ในการขับเคลื่อนการเรียนรู้ให้กับลูกหลานในชุมชน ได้ร่วมสืบสาน สร้างสรรค์งานด้านศาสนา ศิลปะและวัฒนธรรม โดยใช้ศาสนา ศิลปะ วัฒนธรรมเป็นเครื่องหล่อหลอม ยึดเหนี่ยว สร้างคุณค่าทางสังคมและสร้างภูมิคุ้มกัน ให้กับสถาบันครอบครัว ชุมชน สังคมและประเทศชาติให้เกิดความเข้มแข็ง เกิดค่านิยม ที่ดีงามในการดำเนินชีวิตอย่างรู้จักสามัคคี

14. ภาพกิจกรรมการจัดการเรียนรู้

การจัดการเรียนรู้



การจัดการเรียนรู้



การจัดการเรียนรู้



ภาคผนวก

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1

อาหารบ้านฉัน

หน่วยการเรียนรู้ที่ 8 การเสริมสร้างสุขภาพที่ดี

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัสวิชา พ12101

ระดับชั้น ประถมศึกษาปีที่ 2

ผู้สอน นายสุวิทย์ ศรีไชย

ระยะเวลา 5 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มฐ. พ 2.1 เลือกกินอาหารพื้นบ้านที่มีประโยชน์

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ 2.1 ป.2/2 บอกชื่ออาหารพื้นบ้านที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์

2. จุดประสงค์การเรียนรู้

- อธิบายความหมาย ลักษณะ และประเภทของอาหารพื้นบ้านได้ (K)
- วิเคราะห์ความสำคัญของอาหารพื้นบ้านได้
- ตระหนักในคุณค่าของอาหารพื้นบ้านได้

3. สาระการเรียนรู้

สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
<ul style="list-style-type: none">อาหารที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์	<ul style="list-style-type: none">ประเภทของอาหารพื้นบ้านแหล่งที่มาของวัตถุดิบอาหารพื้นบ้านประโยชน์ที่รับจากอาหารพื้นบ้าน

4. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

อาหารพื้นบ้าน คือ อาหารที่ชุมชนบ้านหนองบ่อรับประทานกันมาเป็นเวลานาน เป็นอาหารประจำท้องถิ่น ซึ่งจะเป็นเอกลักษณ์ของชุมชนชาวชนบท เมื่อมีการทำบุญประเพณีต่างๆ ก็จะได้เห็นได้ชัดเป็นเอกลักษณ์ของชุมชน ซึ่งได้วัตถุดิบมาจากท้องถิ่น โดยอาหารพื้นบ้านของชุมชนบ้านหนองบ่อมีเอกลักษณ์ที่โดดเด่น คือ อาหารที่ทำมาจากกล้วย ได้แก่ ขนมกล้วยทอด ขนมกล้วยฉาบ ข้าวต้มมัด ข้าวต้มผัด และ อาหาร คาวหวานมากมายที่ได้มาจากกล้วยซึ่งเป็นผลไม้ประจำท้องถิ่น

5. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียนและคุณลักษณะอันพึงประสงค์

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	คุณลักษณะอันพึงประสงค์
<p>1) สมรรถนะที่ 1 ความสามารถในการสื่อสาร</p> <p>ตัวชี้วัดที่ 1 ใช้ภาษาถ่ายทอดความรู้ ความเข้าใจ ความคิด ความรู้สึก และทัศนคติของตนเองด้วยการพูดและการเขียน</p> <p>พฤติกรรมบ่งชี้ 2. พุดถ่ายทอดความคิด ความรู้สึก และทัศนคติของตนเองจากสารที่อ่าน ฟัง หรือดู ตามที่กำหนดได้</p> <p>พฤติกรรมบ่งชี้ 3. เขียนถ่ายทอดความรู้ ความเข้าใจจากสารที่อ่าน ฟัง หรือดู ตามที่กำหนดได้</p> <p>2) สมรรถนะที่ 4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต</p> <p>ตัวชี้วัดที่ 3 ทำงานและอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข</p> <p>พฤติกรรมบ่งชี้ 2. ทำงานร่วมกับผู้อื่น สามารถแสดงความคิดเห็นและยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น</p> <p>3) การคิดขั้นสูง</p>	<p>1) มีวินัย</p> <p>2) ใฝ่เรียนรู้</p> <p>3) มุ่งมั่นในการทำงาน</p> <p>4) รักความเป็นไทย</p>

6. กิจกรรมการเรียนรู้ Active Learning

(กระบวนการเรียนรู้ : รูปแบบการจัดการเรียนการสอนแบบสืบสอบความรู้ (5Es Instructional Model))

นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 8 การเสริมสร้างสุขภาพที่ดี แบบปรนัย 3 ตัวเลือก จำนวน 10 ข้อ

(หมายเหตุ : ครูตรวจแบบทดสอบก่อนเรียน เพื่อประเมินความรู้เดิมและทำความเข้าใจผู้เรียนก่อนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้)

ขั้นนำ

1) กระตุ้นความสนใจ (Engagement)

1. ครูแสดงภาพที่สะท้อนให้เห็นถึงการรับประทานอาหาร เช่น อาหารหลัก อาหารเสริม
2. ครูเชื่อมโยงว่าภาพที่ครูแสดงนั้นเป็นส่วนหนึ่งของสิ่งที่เรียกว่า อาหาร เพื่อเป็นการนำเข้าสู่บทเรียน เรื่อง ความหมาย ลักษณะ และประเภทของอาหาร ครูถามความรู้เดิม

ขั้นสอน

2) การสำรวจค้นหา (Exploration)

1. ครูอธิบายความหมายและลักษณะของอาหาร โดยใช้ PowerPoint
2. ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่ม จากนั้นให้นักเรียนแต่ละกลุ่มสืบค้นเรื่องของอาหาร จากหนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ป.2 โดยมีรายละเอียด ดังนี้
 - กลุ่มที่ 1 สืบค้นประเภทของอาหารพื้นฐาน
 - กลุ่มที่ 2 สืบค้นแหล่งที่มาของวัตถุดิบอาหารพื้นฐาน

กลุ่มที่ 3 สืบค้นประโยชน์ที่ได้รับจากอาหารพื้นบ้าน

(หมายเหตุ : ครูสังเกตพฤติกรรมการทำงานรายบุคคลของนักเรียน โดยใช้แบบประเมินพฤติกรรมการทำงานรายบุคคล)

3) การอธิบายความรู้ (Explanation)

3. ครูให้นักเรียนนั่งหันหน้าเข้ากันเป็นรูปตัว U จากนั้นครูให้นักเรียนอธิบายแลกเปลี่ยนความรู้ที่กลุ่มตนได้สืบค้นมาให้แต่ละกลุ่มฟัง

(หมายเหตุ : ครูสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่มของนักเรียน โดยใช้แบบประเมินพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม)

4. ครูแจกใบงาน เรื่อง อาหาร ให้นักเรียนแต่ละคน จากนั้นให้นักเรียนตอบคำถามเกี่ยวกับความหมาย ลักษณะ และประเภทของอาหาร

(หมายเหตุ : ครูสังเกตความสามารถในการสื่อสารของนักเรียน โดยใช้เกณฑ์จากแบบสังเกตสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน)

5. ครูให้นักเรียนรวบรวมใบงาน เรื่อง อาหาร ครูตรวจใบงาน

4) ขยายความรู้ (Elaboration)

6. ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่ม แจกใบความรู้ เรื่อง อาหารพื้นบ้านของชุมชนบ้านหนองบ่อ แล้วแจกกระดาษ Flip Chart และอุปกรณ์วาดเขียนให้กับนักเรียน ดังนี้

- กลุ่มที่ 1 แจกใบความรู้ เรื่อง ประเภทอาหารพื้นบ้านของชุมชนบ้านหนองบ่อ
- กลุ่มที่ 2 แจกใบความรู้ เรื่อง แหล่งที่มาของวัตถุดิบของชุมชนบ้านหนองบ่อ
- กลุ่มที่ 3 แจกใบความรู้ เรื่อง ประโยชน์ของอาหารพื้นบ้านของชุมชนบ้านหนองบ่อ

7. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มวิเคราะห์ว่าจากการศึกษา เรื่อง ประเภท ที่มาของวัตถุดิบ และประโยชน์ของอาหารพื้นบ้านสะท้อนให้นักเรียนเห็นความสำคัญของอาหารพื้นบ้านของชุมชนบ้านหนองบ่ออย่างไรและนักเรียนจะมีแนวทางการอนุรักษ์อาหารพื้นบ้านได้อย่างไร โดยจัดทำในรูปแบบแผนผังความคิด

(หมายเหตุ : ครูสังเกตความสามารถในการใช้ทักษะชีวิตของนักเรียน โดยใช้เกณฑ์จากแบบสังเกตสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน)

8. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอเกี่ยวกับความสำคัญและแนวทางการอนุรักษ์อาหารพื้นบ้านของชุมชนบ้านหนองบ่อ โดยครูทำหน้าที่สะท้อนคิดและอธิบายเพิ่มเติมจากการนำเสนอของนักเรียน

(หมายเหตุ : ครูสังเกตความสามารถในการสื่อสารของนักเรียน โดยใช้เกณฑ์จากแบบสังเกตสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน)

(หมายเหตุ : ครูสังเกตการนำเสนอผลงานของนักเรียน โดยใช้แบบประเมินการนำเสนอผลงาน)

9. เมื่อนักเรียนทุกกลุ่มนำเสนอครบถ้วนแล้ว ครูให้นักเรียนรวบรวมแผนผังความคิด เรื่อง ความสำคัญและแนวทางการอนุรักษ์อาหารพื้นบ้านของชุมชนบ้านหนองบ่อ ส่งตอนท้ายชั่วโมงเรียน

ขั้นสรุป

1. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและอภิปราย เรื่อง ประเภท ที่มาของวัตถุดิบ และประโยชน์ของอาหารพื้นบ้าน
2. ครูทบทวนบทเรียน เรื่อง ประเภท ที่มาของวัตถุดิบ และประโยชน์ของอาหารพื้นบ้าน โดยใช้ PowerPoint เรื่อง อาหารพื้นบ้านของชุมชนบ้านหนองบ่อ
3. ครูให้นักเรียนทำแบบฝึกหัด พัฒนาสมรรถนะ รายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ป.2 เพื่อเป็นการทบทวนบทเรียน

ขั้นประเมิน

5) การตรวจสอบผล (Evaluation)

1. ครูตรวจผลการทำใบงาน เรื่อง อาหารบ้านฉัน
 2. ครูตรวจผลการทำแผนผังความคิด เรื่อง ความสำคัญและแนวทางการอนุรักษ์อาหารพื้นบ้านของชุมชนบ้านหนองบ่อ
 3. ครูสังเกตความสามารถในการสื่อสาร จากการเขียนคำตอบใบงาน และการพูดนำเสนอ โดยใช้เกณฑ์จากแบบสังเกตสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน
 4. ครูสังเกตความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต จากการมีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ความสำคัญและแนวทางการอนุรักษ์อาหารพื้นบ้าน โดยใช้เกณฑ์จากแบบสังเกตสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน
 5. ครูสังเกตพฤติกรรมการทำงานรายบุคคล จากการร่วมกันสืบค้นข้อมูลตามที่ได้รับมอบหมายภายในกลุ่ม โดยใช้เกณฑ์จากแบบประเมินพฤติกรรมการทำงานรายบุคคล
 6. ครูสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม จากการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม โดยใช้เกณฑ์จากแบบประเมินพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม
 7. ครูสังเกตการนำเสนอผลงานของนักเรียน จากการนำเสนอความสำคัญและแนวทางการอนุรักษ์อาหารพื้นบ้าน โดยใช้เกณฑ์จากแบบประเมินการนำเสนอผลงาน
 8. ครูสังเกตคุณลักษณะอันพึงประสงค์ จากการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในชั้นเรียน โดยใช้เกณฑ์จากแบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
9. นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 8 การเสริมสร้างสุขภาพที่ดี แบบปรนัย 3 ตัวเลือก จำนวน 10 ข้อ

7. การวัดและการประเมินผล

รายการวัด	วิธีวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
7.1 การประเมินก่อนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ แบบทดสอบก่อนเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 8 การเสริมสร้างสุขภาพที่ดี	- ตรวจสอบแบบทดสอบก่อนเรียน	- แบบทดสอบก่อนเรียน	- ประเมินตามสภาพจริง
7.2 การประเมินระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ 1) อธิบายความหมายลักษณะ และประเภทของอาหารได้ (K)	- ตรวจสอบใบงาน เรื่อง อาหาร - สังเกตพฤติกรรมการทำงานรายบุคคล	- ใบงาน เรื่อง อาหาร - แบบประเมินพฤติกรรมการทำงานรายบุคคล	- ร้อยละ 60 ผ่านเกณฑ์ - คุณภาพอยู่ในระดับดี (2) ผ่านเกณฑ์
2) วิเคราะห์ความสำคัญและตระหนักในคุณค่าของอาหารที่บ้าน รวมถึงเสนอแนวทางการอนุรักษ์อาหารที่บ้านได้อย่างเหมาะสม (S, A)	- ตรวจสอบแผนผังความคิด เรื่อง ความสำคัญและแนวทางการอนุรักษ์อาหารที่บ้านหนองบ่อ - สังเกตพฤติกรรมการทำงานรายบุคคล	- แผนผังความคิด เรื่อง ความสำคัญและแนวทางการอนุรักษ์อาหารที่บ้านหนองบ่อ - แบบประเมินพฤติกรรมการทำงานรายบุคคล	- คุณภาพอยู่ในระดับดี (2) ผ่านเกณฑ์ - คุณภาพอยู่ในระดับดี (2) ผ่านเกณฑ์
- พฤติกรรมการทำงานกลุ่ม	- สังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม	- แบบประเมินพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม	- คุณภาพอยู่ในระดับดี (2) ผ่านเกณฑ์
- การนำเสนอผลงาน	- สังเกตการนำเสนอผลงาน	- แบบประเมินการนำเสนอผลงาน	- คุณภาพอยู่ในระดับดี (2) ผ่านเกณฑ์
- สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	- สังเกตความสามารถในการสื่อสาร - สังเกตความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต	- แบบสังเกตสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	- คุณภาพอยู่ในระดับดี (2) ผ่านเกณฑ์
- คุณลักษณะอันพึงประสงค์	- สังเกตคุณลักษณะอันพึงประสงค์	- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	- คุณภาพอยู่ในระดับดี (2) ผ่านเกณฑ์

รายการวัด	วิธีวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
7.3 การประเมินหลังการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ -	-	-	-

8. สื่อและแหล่งการเรียนรู้

8.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) หนังสือเรียน
- 2) PowerPoint เรื่อง อาหารหลัก 5 หมู่
- 3) รูปภาพอาหาร
- 4) ใบงาน เรื่อง อาหาร
- 5) ใบความรู้ เรื่อง ประเภทของอาหารพื้นบ้าน
- 6) ใบความรู้ เรื่อง แหล่งที่มาของวัตถุดิบของอาหารพื้นบ้าน
- 7) ใบความรู้ เรื่อง ประโยชน์ของอาหารพื้นบ้าน
- 8) PowerPoint อาหารพื้นบ้านของชุมชนบ้านหนองบ่อ
- 9) แบบทดสอบ ก่อน - หลังเรียน

ใบความรู้อาหารพื้นบ้าน

1 เมนู 1 เชิดชูอาหารถิ่น จังหวัดอุบลราชธานี

“ลาบหมาน้อย”



หมาน้อย หรือ เครือหมาน้อย มีชื่อเรียกที่แตกต่างกันในแต่ละท้องถิ่น เช่น กรุงเขมา กรุงเขมา หมอน้อย ก้านปัด ขงเขมา พระพาย เปล้าเลือด สีฟัน มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Cissampelos pareira* L. var. *hirsuta* (Buch. ex DC.) Forman. ลักษณะของต้นหมาน้อยจะเป็นไม้เถาเลื้อยพัน มักจะเลื้อยปกคลุมค้ำหรือต้นไม้เป็นพุ่มแบบไม่มีมือเกาะ มีรากที่สามารถสะสมอาหารใต้ดินได้ ใบของหมาน้อยจะเป็นใบเดี่ยวรูปหัวใจสีเขียวลักษณะก้านปัด ออกในสลับกันตามเครือเถา ผิวใบมีขนนุ่มปกคลุมไม่ระคายเคือง ขอบใบเรียบ ดอกจะออกเป็นกระจุกสีขาวขนาดเล็ก มีผลสีเขียวอมดำยาวประมาณหนึ่งเซนติเมตร เมื่อสุกจะมีสีน้ำตาลแดงและมีเมล็ดโค้งงอเหมือนพระจันทร์ครึ่งซีก



ลาบหมาน้อยหรือวุ้นหมาน้อย

ลาบหมาน้อย หรือซุนหมาน้อย อาหารตามภูมิปัญญาดั้งเดิมของท้องถิ่นในภาคอีสาน ได้รับคัดเลือกให้เป็น **อาหารประจำจังหวัดอุบลราชธานี** หรืออาหารประจำถิ่น ตามการดำเนินการจัดกิจกรรม “1 จังหวัด 1 เมนู เชิดชูอาหารถิ่น” ภายใต้โครงการการส่งเสริม และพัฒนายกระดับอาหารถิ่น สุ่มรดกทางวัฒนธรรมและอัตลักษณ์ความเป็นไทย (Thailand Best Local Food) “รสชาติ...ที่หายไป The Lost Taste” ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2566 ตามประกาศของกรมส่งเสริมวัฒนธรรม เมื่อวันที่ 29 สิงหาคม 2566

วิธีทำลาบหมาน้อย เมนูอาหารพื้นบ้านอีสาน ของจังหวัดอุบลราชธานี มาฝากกันค่ะ เรามาดูส่วนผสมและวิธีทำกันเลยดีกว่า

ส่วนผสมลาบหมาน้อย

1. เนื้อปลา
2. พริกป่น
3. ข้าวคั่ว
4. ปลาร้า
5. ตะไคร้หั่น
6. ข่า
7. มะเขือขี้
8. ถั่วฝักยาว
9. หอมแดง
10. ใบหมาน้อย
11. น้ำปลา
12. สาระแหน่
13. ผักชี
14. ต้นหอม



ส่วนผสมในการทำลาบหมาน้อย

วิธีทำลาบหมาน้อย

1. เลือกใบหมาน้อยที่แก่เต็มที่ ประมาณ 15- 20 ใบ และใบย่านาง 4-5 ใบ มาล้างให้สะอาด แล้วคั้นหรือขยี้กับน้ำสะอาดเพื่อความปลอดภัยใช้น้ำต้มสุก ประมาณ 1 ถ้วย ขณะที่คั้นใบ น้ำคั้นจะมีลักษณะเป็นเมือกข้น คั้นจากเมือกออกจากใบหมดแล้ว กรองเอากากใบออก



นำใบหมาน้อยและน้ำมาใส่รวมกัน แล้วขยำให้ได้น้ำสีเขียว

1. ต้มปลาเพื่อทำป่นปลา ซึ่งอาจจะใช้ปลาช่อน ปลาหมอ หรือปลาดุกก็ได้ ปรงน้ำต้มด้วยน้ำปลาร้า และเกลือ ต้มจนปลาสุกดี
2. การทำป่นปลา โดยนำพริกที่คั่วมาโขลกให้แตกแต่ไม่ต้องละเอียด แล้วจึงแกะเนื้อปลาท้มลงไปโขลกรวมกันให้ละเอียด จากนั้นเทน้ำที่ใช้ต้มปลาลงไปและคนให้เข้ากันดี จากนั้นใส่พริกป่นและข้าวคั่ว ปรงรสชาติให้ออกรสเค็มนิดหน่อยด้วยน้ำปลาร้าหรือเกลือ เมื่อนำรวมกับน้ำคั้นหมาน้อยก็จะได้รับรสชาติพอดี
3. เตรียมหอมแดง ต้นหอม ผักชี ตะไคร้ สะระแหน่ มะเขือขื่น ถั่วฝักยาว ข้าวหั่นฝอย และข้าวคั่วและพริกป่น
4. นำป่นปลามาเทรวมกับน้ำคั้นใบหมาน้อย แล้วคนให้เข้ากัน
5. ใส่หัวหอม สะระแหน่ มะเขือขื่น ถั่วฝักยาวซอย ลงไปผสมรวมกับใบคั้นหมาน้อย และคนให้เข้ากัน ชิมและปรุงรสให้พอดีตามต้องการ เพียงเท่านี้ก็จะได้ลาบหมาน้อยแล้ว



นำทุกอย่างใส่รวมกัน แล้วคนให้เข้ากัน

การรับประทานลาบหมาน้อยสามารถรับประทานได้ทั้งในขณะยังไม่แข็งตัวและแข็งตัว หากชอบแบบที่แข็งตัวแล้ว เมื่อปรุงเสร็จทิ้งไว้ประมาณ 15-20 นาที ลาบหมาน้อยจึงจะแข็งตัวและแยกออกจากน้ำ สามารถรับประทานเป็นกับข้าว หรืออาหารว่างก็ได้