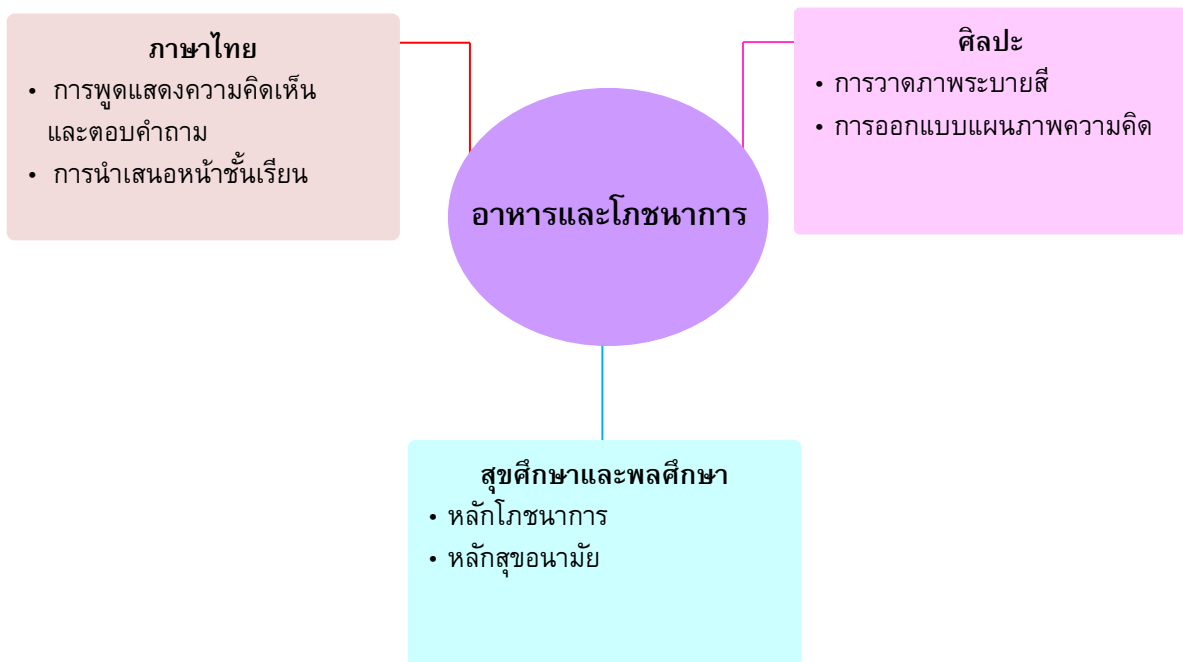


หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 อาหารและโภชนาการ

เวลาเรียน 15 ชั่วโมง

แผนผังการเรียนรู้แบบบูรณาการ



ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

- วิเคราะห์ขั้นตอนการทำงานตามกระบวนการทำงาน (ง 1.1 ม.1/1)

ตัวชี้วัดปลายทาง

- ใช้กระบวนการกลุ่มในการทำงานด้วยความเสียสละ (ง 1.1 ม.1/2)
- ตัดสินใจแก้ปัญหาการทำงานอย่างมีเหตุผล (ง 1.1 ม.1/3)



แผนการจัดการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ

รายวิชา ง21101 การงานอาชีพ

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 อาหารและโภชนาการ

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11 เรื่อง ความหมายของอาหารและโภชนาการ

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 1

เวลา 15 คาบ

เวลา 1 คาบ

1. มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ง 1.1 เข้าใจการทำงาน มีความคิดสร้างสรรค์ มีทักษะกระบวนการทำงาน ทักษะการจัดการ ทักษะกระบวนการแก้ปัญหา ทักษะการทำงานร่วมกัน และทักษะการแสวงหาความรู้ มีคุณธรรม และลักษณะนิสัยในการทำงาน มีจิตสำนึกในการใช้พลังงาน ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม เพื่อดำรงชีวิต และครอบครัว

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ง 1.1 ม.1/1 วิเคราะห์ขั้นตอนการทำงานตามกระบวนการทำงาน

ตัวชี้วัดปลายทาง

ง 1.1 ม.1/2 ใช้กระบวนการกลุ่มในการทำงานด้วยความเสียสละ

ง 1.1 ม.1/3 ตัดสินใจแก้ปัญหการทำงานอย่างมีเหตุผล

2. จุดประสงค์การเรียนรู้

1. อธิบายความหมายของอาหารและโภชนาการ (K)
2. จัดทำแผนภาพความคิด ความหมายของอาหารและโภชนาการ(P)
3. เห็นความสำคัญของความหมายของอาหารและโภชนาการ (A)

3. สาระสำคัญ

อาหารและโภชนาการ มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิต และการทำงานของร่างกาย การบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับความต้องการของร่างกายตามหลักโภชนาการ

4. สาระการเรียนรู้

ความหมายของอาหารและโภชนาการ

5. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการแก้ปัญหา
3. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

6. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มุ่งมั่นในการทำงาน

7. คำถามสำคัญ

นักเรียนเห็นความสำคัญความหมายของอาหารและโภชนาการอย่างไร

8. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning)

กระบวนการคิดขั้นสูงเชิงระบบ GPAS 5 Steps

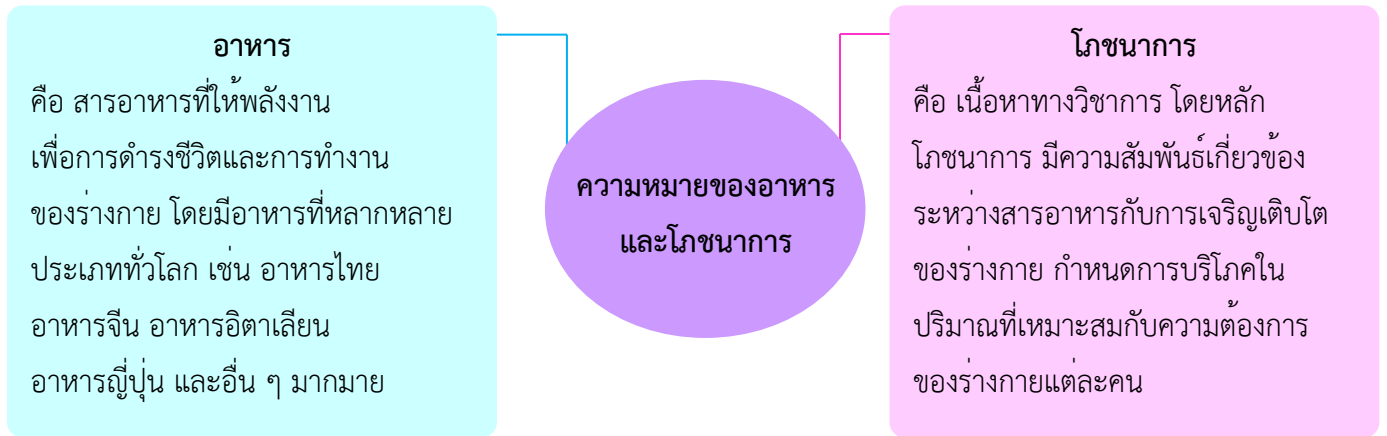
ขั้นสังเกต รวบรวมข้อมูล (Gathering)

1. นักเรียนร่วมกันสนทนาและแสดงความคิดเห็นความหมายของโภชนาการ โดยการตอบคำถาม ดังนี้
 - อาหารให้ความสำคัญต่อร่างกายอย่างไร
(ตัวอย่างคำตอบ คือสารอาหารและพลังงานต่างๆ ในการดำรงชีวิตและการทำงานของร่างกาย)
 - โภชนาการเกี่ยวข้องกับอาหารอย่างไร
(ตัวอย่างคำตอบ เนื้อหาหลักวิชาการมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับระหว่างสารอาหารกับการเจริญเติบโตของร่างกาย โดยมีหลักโภชนาการให้การบริโภคอาหารในปริมาณที่เหมาะสมกับความต้องการของร่างกายแต่ละคน)
2. นักเรียนร่วมกันศึกษาและรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับความหมายของอาหารและโภชนาการ จากแหล่งการเรียนรู้ที่หลากหลาย เช่น หนังสือเรียน ห้องสมุด อินเทอร์เน็ต

กิจกรรมนี้สร้างเสริมค่านิยมหลัก 12 ประการ ด้านใฝ่หาความรู้

ขั้นคิดวิเคราะห์และสรุปความรู้ (Processing)

3. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันออกแบบแผนภาพความคิดเกี่ยวกับความหมายของอาหารและโภชนาการ และสรุปเป็นความคิดรวบยอด ดังตัวอย่าง



4. นักเรียนร่วมกันสนทนาและวิเคราะห์ โดยการตอบคำถามกระตุ้นความคิด ดังนี้

- อาหารและโภชนามีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกันอย่างไร

(ตัวอย่างคำตอบ การให้สารอาหารและพลังงานต่างๆ เพื่อการดำรงชีวิตและการเจริญเติบโต
ของร่างกาย)

ขั้นปฏิบัติและสรุปความรู้หลังการปฏิบัติ (Applying and Constructing the Knowledge)

5. นักเรียนแต่ละกลุ่ม ออกแบบแผนภาพความคิดเกี่ยวกับความหมายของอาหารและโภชนาการ
พร้อมตกแต่งให้สวยงาม

กิจกรรมนี้สร้างเสริมทักษะศตวรรษที่ 21 ด้านการร่วมมือทำงานเป็นทีม

6. นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เข้าใจเป็นความรู้ร่วมกัน ดังนี้

อาหารเป็นสิ่งจำเป็นต่อร่างกาย เพื่อช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโต โดยบริโภคอาหารได้ถูกต้อง
ตามหลักโภชนาการ จะทำให้รับประโยชน์จากสารอาหารครบถ้วน ดังนั้น เราจึงควรเข้าใจถึงหลักในการ
เลือกอาหารบริโภคให้เหมาะสมกับปริมาณร่างกายของเราให้แข็งแรง โดยไม่มีโรคภัย

ขั้นสื่อสารและนำเสนอ (Applying the Communication Skill)

7. ตัวแทนนักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอแผนภาพความคิดความหมายของอาหารและโภชนาการของกลุ่มตนเองอธิบายหน้าชั้นเรียน เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน
8. นักเรียนร่วมกันอภิปรายสรุปเกี่ยวกับวิธีการทำงานให้เห็นการคิดเชิงระบบและวิธีการทำงานที่มีแบบแผน

ขั้นประเมินเพื่อเพิ่มคุณค่าบริการสังคมและจิตสาธารณะ (Self-Regulating)

9. นักเรียนร่วมกันนำแผนภาพความคิดความหมายของอาหารและโภชนาการ ไปติดป้ายนิเทศบริเวณหน้าชั้นเรียน หรือบริเวณโรงเรียน เพื่อเผยแพร่ความรู้ให้นักเรียนชั้นอื่นได้ศึกษา

กิจกรรมนี้สร้างเสริมค่านิยมหลัก 12 ประการ ด้านคำนึงประโยชน์ของส่วนรวม

10. นักเรียนประเมินตนเอง โดยเขียนแสดงความรู้สึกลหลังการเรียนรู้และหลังการทำกิจกรรมในประเด็นต่อไปนี้

- สิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้ในวันนี้คืออะไร
- นักเรียนมีส่วนร่วมกิจกรรมในกลุ่มมากน้อยเพียงใด
- เพื่อนนักเรียนในกลุ่มมีส่วนร่วมกิจกรรมในกลุ่มมากน้อยเพียงใด
- นักเรียนพึงพอใจกับการเรียนในวันนี้หรือไม่ เพียงใด
- นักเรียนจะนำความรู้ที่ได้นี้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ตนเอง ครอบครัว และสังคมทั่วไปได้อย่างไร

จากนั้นแลกเปลี่ยนตรวจสอบขั้นตอนการทำงานทุกขั้นตอนว่าจะเพิ่มคุณค่าไปสู่สังคม เกิดประโยชน์ต่อสังคมให้มากขึ้นกว่าเดิมในขั้นตอนใดบ้าง สำหรับการทำงานในครั้งต่อไป

9. สื่อการเรียนรู้/แหล่งการเรียนรู้

1. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน การงานอาชีพ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ของสถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.)
2. ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ Active Learning เน้นสมรรถนะและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ การงานอาชีพ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ของสถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.)
3. กระดาษสำหรับทำกิจกรรม
4. แหล่งการเรียนรู้อินเทอร์เน็ต
5. www.iadclass.com
6. www.iadth.com

10. การประเมินการเรียนรู้

1. ประเมินความรู้ เรื่อง ความหมายของอาหารและโภชนาการ (K) ด้วยแบบทดสอบ
2. ประเมินกระบวนการทำงานกลุ่ม (P) ด้วยแบบประเมิน
3. ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ด้านมุ่งมั่นในการทำงาน (A) ด้วยแบบประเมิน

11. แบบประเมินตามสภาพจริง (Rubrics)

แบบประเมินกระบวนการทำงานกลุ่ม

รายการการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	4	3	2	1
กระบวนการทำงานกลุ่ม	มีการกำหนดบทบาทสมาชิกชัดเจน และมีการชี้แจงเป้าหมายการทำงาน มีการปฏิบัติงานร่วมกัน อย่างร่วมมือร่วมใจ พร้อมกับการประเมิน เป็นระยะ ๆ	มีการกำหนดบทบาทสมาชิกชัดเจน มีการชี้แจงเป้าหมาย อย่างชัดเจนและ ปฏิบัติงานร่วมกัน แต่ไม่มีการประเมิน เป็นระยะ ๆ	มีการกำหนดบทบาทเฉพาะหัวหน้า ไม่มีการชี้แจงเป้าหมาย อย่างชัดเจน ปฏิบัติงานร่วมกัน ไม่ครบทุกคน	ไม่มีการกำหนด บทบาทสมาชิก และไม่มีการชี้แจง เป้าหมาย สมาชิก ต่างคนต่างทำงาน