



หลักสูตรการศึกษาต่อเนื่อง
การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะอาชีพ

ชื่อหลักสูตร การทำสาकुไส้หมู
จำนวน ๓ ชั่วโมง

สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดมหาสารคาม
กระทรวงศึกษาธิการ

คำนำ

การจัดการศึกษาต่อเนื่อง เพื่อตอบสนองนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการ และสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ส่งเสริมสนับสนุนจัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเองให้มีการฝึกอบรมอาชีพในชุมชน เพื่อเป็นการเสริมสร้างทักษะใหม่ (New Skill) เพิ่มสมรรถนะ (Upskill) หรือทบทวนทักษะ (Reskill) ให้แก่ประชาชน อาทิ อาชีพเกษตรกรอาชีพค้าขายอาชีพบริการชุมชน อาชีพหัตถกรรม อาชีพอุตสาหกรรม เพื่อเป็นเครื่องมือในการยกระดับทักษะความรู้ช่วยประชาชนลดรายจ่ายในครัวเรือน สามารถประกอบอาชีพหลัก หรือเป็นอาชีพเสริมให้แก่ครอบครัวได้และส่งเสริมสนับสนุนสร้างโอกาสให้เกิด Soft Power เพื่อเปิดโอกาสในการต่อยอดสร้างมูลค่า และสร้างรายได้รวมทั้งการอนุรักษ์ฟื้นฟูและพัฒนาต่อยอดศิลปะ วัฒนธรรม ภาษา และส่งเสริมภูมิปัญญาท้องถิ่น ให้เป็นที่รู้จักทั้งในประเทศและต่างประเทศอาทิด้านการท่องเที่ยว/งานเทศกาลประเพณีไทย ด้านดนตรีและศิลปะด้านวรรณกรรม/หนังสือด้านสินค้าและบริการรวมทั้งการใช้พื้นที่เป็นสถานที่เรียนรู้วัฒนธรรม ศิลปะ และประวัติศาสตร์ต้องมุ่งเน้นการพัฒนาเพื่อเพิ่มศักยภาพและขีดความสามารถของประชาชนกลุ่มเป้าหมายให้สามารถประกอบอาชีพสร้างรายได้ที่มั่นคงและมั่นคงการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเองของ สกร.ระดับอำเภอ เพื่อตอบสนองนโยบายดังกล่าวจึงต้องปรับเปลี่ยนกระบวนการจัดการเรียนรู้ ที่เน้นการปฏิบัติจริง เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากผู้มีประสบการณ์ในอาชีพโดยตรงผู้สอนเป็นวิทยากรที่มีความรู้ ความสามารถ และเป็นผู้ประกอบการในอาชีพนั่น ๆ ให้ความสำคัญต่อการประเมินผลการจบหลักสูตรที่เน้นทักษะ ความสามารถ และการมีผลงาน ชิ้นงาน ที่ได้มาตรฐานออกสู่ตลาดได้การพัฒนาหลักสูตรอาชีพจึงต้องปรับใหม่โดยการพัฒนาให้ครบวงจร ประกอบด้วย ช่องทางการประกอบอาชีพทักษะของอาชีพการบริหารจัดการและโครงการอาชีพพร้อมแหล่งเงินทุน และให้ผู้เรียนที่เรียนจบจากหลักสูตรอาชีพมีความมั่นใจว่าจะสามารถประกอบอาชีพสร้างรายได้ ได้อย่างแท้จริง จึงขอให้สถานศึกษาที่นำหลักสูตรที่ได้พัฒนาแล้วนั้นนำมาคัดเลือกให้เหมาะสมกับความต้องการของพื้นที่ และนำไปอนุมัติใช้ในการจัดการเรียนการสอนต่อไป

สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดมหาสารคาม

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
๑. ความเป็นมา	๑
๒. หลักการของหลักสูตร	๑
๓. จุดประสงค์การเรียนรู้	๑
๔. กลุ่มเป้าหมาย	๑
๕. ระยะเวลา	๑
๖. การจัดการเรียนรู้	๑
๗. สื่อการเรียนรู้	๒
๘. การวัดและประเมินผล	๒
๙. การจบหลักสูตร	๒
๑๐. เอกสารหลักฐานการศึกษาที่จะได้รับหลังจากจบหลักสูตร	๒
๑๑. การเทียบโอน	๒
๑๒ โครงสร้างหลักสูตรการทำสาकुไส้หมู	๓
๑๓. แบบทดสอบก่อนเรียน	๔
๑๔. ใบความรู้	๕
๑๕. แบบประเมินผลงานผู้เรียน	๗
๑๖. แบบทดสอบหลังเรียน	๘

ชื่อหลักสูตร การทำสาकुไส้หมู จำนวน ๓ ชั่วโมง กลุ่มวิชาชีพ พาณิชยกรรมและการบริการ

๑.ความเป็นมา

สภาพเศรษฐกิจกำลังเป็นปัญหาใหญ่และมีผลกระทบต่อประเทศไทยที่คาดว่าแนวโน้มในอนาคตจะมีอัตราสูงขึ้นจึงส่งผลให้ประชาชนตกงาน ว่างาน ไม่มีงานทำ จากปัญหาดังกล่าวทำให้ประชาชนหันมาประกอบอาชีพอย่างหลากหลาย เช่น ขายอาหาร ขายเสื้อผ้า ขายขนม ฯลฯ โดยในปัจจุบันอาชีพที่กล่าวมาเป็นอาชีพที่ทำง่ายต้นทุนต่ำทำให้แม่ค้าผู้ผลิตที่ขายกันตามท้องตลาดมีอัตราการแข่งขันสูงขึ้น สาकुไส้หมูเป็นอาหารว่างที่มีประโยชน์ราคาไม่แพงสามารถบริโภคได้ทุกวัย ต้นทุนต่ำใช้เวลาในการผลิตไม่นาน และยังเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์จึงควรสนับสนุนให้มีการผลิตเพื่อการค้ามากขึ้น การฝึกอบรมการทำสาकुไส้หมูเพื่อการค้าให้แก่ประชาชนที่สนใจทั่วไปจะทำให้เกิดการสร้างรายได้และอาชีพให้แก่ประชาชน อีกทั้งเป็นการสืบสานวัฒนธรรมไทยให้แก่คนรุ่นหลังต่อไป

๒.หลักการของหลักสูตร

- ๑.เป็นหลักสูตรที่เน้นการศึกษาอาชีพเพื่อการมีงานทำ
๒. เป็นหลักสูตรให้เห็นช่องทางในการประกอบอาชีพและพัฒนาอาชีพเดิมที่มีอยู่

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และทักษะในการประกอบอาชีพ สามารถสร้างรายได้ให้กับตนเองและครอบครัว
๒. เพื่อให้ผู้เรียนตัดสินใจประกอบอาชีพให้สอดคล้องกับศักยภาพของตนเอง ชุมชน สังคมและสิ่งแวดล้อม
๓. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจและฝึกทักษะบริหารจัดการในอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ

๔. กลุ่มเป้าหมาย

๑. ผู้ที่ไม่มีอาชีพ
๒. ผู้ที่มีอาชีพและต้องการพัฒนาอาชีพ

๕. ระยะเวลา

ระยะเวลาตลอดหลักสูตร จำนวน ๓ ชั่วโมง

๖. การจัดกระบวนการเรียนรู้

- การศึกษาข้อมูลจากเอกสารใบความรู้/สื่อบันทึก Internet /คลิปวิดีโอ การทำสาकुไส้หมู
- การแลกเปลี่ยนเรียนรู้
- การฝึกปฏิบัติจริง

๗. สื่อการเรียนรู้

ในกระบวนการจัดการเรียนรู้ใช้สื่อที่หลากหลาย เช่น สื่อสิ่งพิมพ์สื่ออิเล็กทรอนิกส์สถานประกอบการสื่อจริงและสื่อบุคคลในชุมชน

๑. วิทยากร/ ภูมิปัญญาท้องถิ่นให้ความรู้
๒. VDO / Internet /หนังสือ
๓. ศึกษาดูงานจากกลุ่มอาชีพตัวอย่าง/แหล่งเรียนรู้

การวัดและประเมินผล

๑. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีก่อนเรียนและหลังเรียน

๒. การประเมินผลงานก่อนเรียนจากการปฏิบัติได้ผลงานที่มีคุณภาพ สามารถสร้างรายได้และจบหลักสูตร

๘. การวัดผลประเมินผล

การวัดผลประเมินผลหลักสูตร เป็นการตรวจสอบความก้าวหน้า โดยใช้ผลการประเมินเป็นข้อมูลและสารสนเทศที่แสดงการพัฒนาความรู้ ความเข้าใจ ซึ่งสามารถประเมินได้ด้วยวิธีการต่างๆ ดังนี้

๑. การสังเกต
๒. การประเมินผลงาน/ชิ้นงาน

๙. การจบหลักสูตร

๑. มีระยะเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐
๒. มีผลการเรียนผ่านตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐ ตามเกณฑ์ที่กำหนดดังนี้
 - ๒.๑ ภาคทฤษฎี สัดส่วนร้อยละ ๒๐
 - ๒.๒ ภาคปฏิบัติ สัดส่วนร้อยละ ๘๐

๑๐. เอกสารหลักฐานการศึกษา

๑. หลักฐานการเข้าเรียนตลอดหลักสูตร
๒. ทะเบียนคุมวุฒิบัตร
๓. วุฒิบัตรออกโดยสถานศึกษาที่มีการจัดการเรียนรู้หลักสูตรการทำสายรัดขึ้น

๑๑. การเทียบโอน

-

โครงสร้างหลักสูตร จำนวน ๓ ชั่วโมง

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	การวัดและประเมินผล	ชั่วโมง	
							ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๑	ช่องทางการประกอบอาชีพ การทำสาकुไส้หมู	๑. เพื่อให้ผู้เรียนมี ความรู้เบื้องต้น เกี่ยวกับการทำสาकुไส้หมู ๒. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักวัสดุอุปกรณ์ในการทำสาकुไส้หมู	๑. ความรู้เบื้องต้นในการประกอบอาชีพการทำสาकुไส้หมู ๒. วัสดุอุปกรณ์ในการทำสาकुไส้หมู	๑. วิทยากรบรรยายให้ความรู้เบื้องต้นในการทำสาकुไส้หมู ๒. ผู้เรียนและวิทยากรแลกเปลี่ยนเรียนรู้	- แบบทดสอบก่อนเรียน - เอกสารใบความรู้	- ทดสอบก่อนเรียน - การทำงานเป็นทีม - การตอบคำถาม - การแลกเปลี่ยนเรียนรู้	๓๐ นาที	
๒	ขั้นตอนการทำสาकुไส้หมู	- เพื่อให้ผู้เรียนสามารถทำไส้สาकुได้	๑. ขั้นตอนการทำสาकुไส้หมู ๑.๑ ส่วนผสม ๑.๒ การทำไส้สาकु ๑.๓ การทำแป้งสาकु ๑.๔ การปั้นและการนึ่งสาकुไส้หมู	๑. วิทยากรบรรยายและสาธิตการทำสาकुไส้หมู ๒. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติจริงในการทำสาकुไส้หมู ๓. วิทยากรและผู้เรียนร่วมกันสรุปองค์ความรู้ร่วมกัน	- วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำสาकुไส้หมู - คลิปวิดีโอ การทำสาकुไส้หมู - สื่อ Internet	- การฝึกปฏิบัติ - ชิ้นงาน	๒ ชั่วโมง	
๓	การบริหารจัดการประกอบอาชีพการทำสาकुไส้หมู	๑. สามารถบริหารจัดการในการประกอบอาชีพการทำสาकुไส้หมู ๒. สามารถกำหนดรูปแบบในการประกอบอาชีพการทำสาकुไส้หมู	๑. การคิดราคาต้นทุนและการวิเคราะห์จุดคุ้มทุน ๒. การจัดจำหน่าย	๑. วิทยากรอธิบายการคิดราคาต้นทุนและวิธีการจัดจำหน่าย ๒. ประเมินผลการเรียนรู้	- เอกสารใบความรู้	- ทดสอบหลังเรียน - การตอบคำถาม - การแลกเปลี่ยนเรียนรู้	๓๐ นาที	

แบบทดสอบก่อนเรียน
หลักสูตร การทำสาकुไส้หมู

คำชี้แจง จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

๑. ข้อใดคือวัตถุดิบหลักที่ใช้ทำแป้งสาकु
 - ก. แป้งข้าวเจ้า
 - ข. แป้งมันสำปะหลัง
 - ค. เม็ดสาकु
 - ง. แป้งข้าวเหนียว

๒. ขั้นตอนแรกในการทำไส้หมูของสาकुไส้หมูคืออะไร
 - ก. นำหมูสับไปต้มในน้ำเดือด
 - ข. ผัดหมูสับกับกระเทียมให้หอม
 - ค. นำไส้ที่ผัดแล้วไปปั่นเป็นก้อน
 - ง. ใส่แป้งสาकुลงไปนึ่ง

๓. เหตุใดจึงต้องแช่เม็ดสาकुก่อนนำมาปั่น
 - ก. เพื่อให้เม็ดสาकुนิ่มและปั่นได้ง่าย
 - ข. เพื่อเพิ่มรสชาติของสาकु
 - ค. เพื่อให้เม็ดสาकुมีสีสวย
 - ง. เพื่อให้สาकुมีความกรอบ

๔. วิธีการทำให้แป้งสาकुสุกโดยไม่และควรทำอย่างไร
 - ก. นึ่งด้วยไฟแรงจนแป้งแตก
 - ข. นึ่งด้วยไฟอ่อนจนแป้งใสและสุกทั่วถึง
 - ค. ทอดในน้ำมันร้อนจัด
 - ง. อบด้วยอุณหภูมิสูง

๕. ควรกินสาकुไส้หมูคู่กับอะไรเพื่อเพิ่มรสชาติ
 - ก. ซอสมะเขือเทศ
 - ข. ซีอิ๊วดำหวาน
 - ค. ผักชีและพริกชี้หนู
 - ง. นมข้นหวาน

เฉลย:

- ค. เม็ดสาकु
- ข. ผัดหมูสับกับกระเทียมให้หอม
- ก. เพื่อให้เม็ดสาकुนิ่มและปั่นได้ง่าย
- ข. นึ่งด้วยไฟอ่อนจนแป้งใสและสุกทั่วถึง
- ค. ผักชีและพริกชี้หนู

ใบความรู้ เรื่อง การทำสาकुไส้หมู

ความหมายของสาकुไส้หมู

สาकुไส้หมูเป็นอาหารว่างไทยที่ได้รับความนิยม มีลักษณะเป็นแป้งสาकुห่อไส้ที่ทำจากหมูสับและส่วนผสมอื่น ๆ มีรสชาติหวาน มัน เค็มเล็กน้อย นิยมรับประทานคู่กับผักสดและพริกชี้หนู

วัตถุดิบ

ส่วนผสมสำหรับแป้งสาकु:

- แป้งสาकुเม็ดเล็ก ๑ ถ้วย
- น้ำอุ่น ๑/๒ ถ้วย

ส่วนผสมสำหรับไส้หมู:

- หมูสับ ๒๐๐ กรัม
- หอมแดงสับ ๓ หัว
- กระเทียมสับ ๒ ช้อนชา
- ถั่วลิสงบด ๑/๔ ถ้วย
- น้ำตาลปี๊บ ๒ ช้อนโต๊ะ
- ซีอิ๊วขาว ๑ ช้อนโต๊ะ
- น้ำมันพืช ๑ ช้อนโต๊ะ

เครื่องเคียง:

- ผักกาดหอม
- ผักชี
- พริกชี้หนูสด

ขั้นตอนการทำ

๑. การเตรียมแป้งสาकु

๑. ล้างแป้งสาकुด้วยน้ำสะอาดจนหมดฝุ่น แล้วพักให้สะเด็ดน้ำ
๒. ค่อย ๆ เติมน้ำอุ่นทีละน้อย นวดแป้งจนเนียนและจับตัวกันได้

๒. การทำไส้หมู

๑. ตั้งกระทะ ใส่น้ำมันพืช ผัดกระเทียมและหอมแดงให้หอม
๒. ใส่หมูสับลงไปผัดจนสุก
๓. เติมน้ำตาลปี๊บ ซีอิ๊วขาว และถั่วลิสงบด ผัดให้ส่วนผสมเข้ากันดีจนเหนียว
๔. พักไว้ให้เย็น

๓. การปั้นและห่อ

๑. นำแป้งสาकुที่เตรียมไว้มาปั้นเป็นก้อนเล็ก ๆ ขนาดประมาณลูกปิงปอง
๒. กดแป้งให้แบน วางไส้หมูตรงกลาง แล้วห่อให้มิด

๔. การนึ่ง

๑. จัดเรียงสาकुบนสิ่งที่ปูด้วยใบตองหรือน้ำมันบาง ๆ เพื่อไม่ให้ติด
๒. นึ่งด้วยไพนานกลางประมาณ ๑๐-๑๒ นาที จนแป้งใส

๕. การเสิร์ฟ

- จัดสาकुไส้หมูใส่จาน เสิร์ฟคู่กับผักกาดหอม ผักชี และพริกชี้หนูสด

****เคล็ดลับความอร่อย****

๑. แป้งสาคุต้องนวดด้วยน้ำอุ่นให้เนียน เพื่อให้แป้งเหนียวนุ่ม
๒. ไข่ต้องผัดให้แห้งและหอม เพื่อไม่ให้แป้งเปียก
๓. หลังนึ่งเสร็จ ควรทาน้ำมันบาง ๆ บนสาคุ เพื่อป้องกันการติดกัน

ประโยชน์ของสาคุไส้หมู

๑. ให้พลังงานจากแป้งและหมูสับ
๒. มีโปรตีนจากหมูและถั่วลิสง
๓. รับประทานพร้อมผักสดช่วยเพิ่มวิตามินและไฟเบอร์

แบบประเมินผลงานผู้เรียน

ชื่อ - สกุล.....

หลักสูตร..... กลุ่ม.....

คำชี้แจง : ให้วิทยากรประเมินผลงานของผู้เรียนตามหัวข้อที่กำหนดให้

ประเด็นที่ประเมิน	คะแนนประเมิน (๑๐ คะแนน)
๑. ความรู้ความเข้าใจเนื้อหาสาระ (๒๐ คะแนน)	
๑.๑ ทดสอบความรู้ความเข้าใจ	
๑.๒ สอบถามความรู้ความเข้าใจ	
๒. ทักษะการปฏิบัติ (๔๐ คะแนน)	
๒.๑ สังเกตการณ์ปฏิบัติในระหว่างการเรียนรู้การจัดกิจกรรม	
๒.๒ ประเมินโดยให้สาธิต	
๒.๓ แสดงขั้นตอนวิธีการปฏิบัติ	
๒.๔ ประเมินจากกระบวนการมีส่วนร่วม	
๓. คุณภาพผลงาน ผลการปฏิบัติ	
๓.๑ สังเกตผลงาน	
๓.๒ ตรวจสอบผลงาน	
๓.๓ มีความคิดสร้างสรรค์	
๓.๔ ผลการปฏิบัติว่าเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดหรือไม่	
๓.๕ ผลการปฏิบัติว่าเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดหรือไม่	

หมายเหตุ การประเมินผลการจบหลักสูตรอาจดำเนินการได้ ดังนี้

- การประเมินระหว่างเรียน และเมื่อจบหลักสูตร
- ประเมินครั้งเดียวก่อนจบหลักสูตร

ทั้งนี้ เกณฑ์การจบหลักสูตร จะต้องได้คะแนนรวมไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐ จึงจะผ่านเกณฑ์การประเมิน

ลงชื่อ

(

วิทยากร

)

แบบทดสอบหลังเรียน
หลักสูตร การทำสาकुไส้หมู

คำชี้แจง จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องเพียงข้อเดียว

๑. ข้อใดคือวัตถุดิบหลักที่ใช้ทำแป้งสาकु
 - ก. แป้งข้าวเจ้า
 - ข. แป้งมันสำปะหลัง
 - ค. เม็ดสาकु
 - ง. แป้งข้าวเหนียว

๒. ขั้นตอนแรกในการทำไส้หมูของสาकुไส้หมูคืออะไร
 - ก. นำหมูสับไปต้มในน้ำเดือด
 - ข. ผัดหมูสับกับกระเทียมให้หอม
 - ค. นำไส้ที่ผัดแล้วไปปั่นเป็นก้อน
 - ง. ใส่แป้งสาकुลงไปนึ่ง

๓. เหตุใดจึงต้องแช่เม็ดสาकुก่อนนำมาปั่น
 - ก. เพื่อให้เม็ดสาकुนิ่มและปั่นได้ง่าย
 - ข. เพื่อเพิ่มรสชาติของสาकु
 - ค. เพื่อให้เม็ดสาकुมีสีสวย
 - ง. เพื่อให้สาकुมีความกรอบ

๔. วิธีการทำให้แป้งสาकुสุกโดยไม่และควรทำอย่างไร
 - ก. นึ่งด้วยไฟแรงจนแป้งแตก
 - ข. นึ่งด้วยไฟอ่อนจนแป้งใสและสุกทั่วถึง
 - ค. ทอดในน้ำมันร้อนจัด
 - ง. อบด้วยอุณหภูมิสูง

๕. ควรกินสาकुไส้หมูคู่กับอะไรเพื่อเพิ่มรสชาติ
 - ก. ซอสมะเขือเทศ
 - ข. ซีอิ๊วดำหวาน
 - ค. ผักชีและพริกชี้หนู
 - ง. นมข้นหวาน

เฉลย:

- ค. เม็ดสาकु
- ข. ผัดหมูสับกับกระเทียมให้หอม
- ก. เพื่อให้เม็ดสาकुนิ่มและปั่นได้ง่าย
- ข. นึ่งด้วยไฟอ่อนจนแป้งใสและสุกทั่วถึง
- ค. ผักชีและพริกชี้หนู