



รายงานสรุปผลการดำเนินงาน
โครงการนักรรทิกน้อยมีคุณธรรม นำสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗

กิจกรรมน้ำสมุนไพร
และขนมไทยเพื่อสุขภาพ



โรงเรียนมัธยมพรสำราญ

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาบุรีรัมย์

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ

รายงานสรุปผลการดำเนินโครงการนักรุกกิจน้อยมีคุณธรรมนำสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567
กิจกรรมขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ

โรงเรียนมัธยมพรสำราญ
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาบุรีรัมย์
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ

คำนำ

รายงานผลการดำเนินงานโครงการนักรุกกิจน้อยมีคุณธรรมนำสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์ กิจกรรมน้ำสมุนไพรและขนมไทยเพื่อสุขภาพฉบับนี้ เป็นการรวบรวมผลการดำเนินงานกิจกรรมส่งเสริมทักษะอาชีพ โรงเรียนมัธยมพรสำราญ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567 จัดทำขึ้นเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการทำน้ำสมุนไพรและขนมไทยเพื่อสุขภาพและสามารถถ่ายทอดความรู้ให้แก่บุคคลอื่นได้ และเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะในการประกอบอาชีพ สร้างรายได้ระหว่างเรียนและนำความรู้มาสร้างอาชีพได้ในอนาคต

ขอขอบคุณคณะผู้บริหาร ครูและบุคลากรโรงเรียนมัธยมพรสำราญ ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้องทุกท่าน ที่เสียสละเวลา กำลังกายและกำลังใจ จนทำให้การประเมินโครงการครั้งนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

ผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่า เอกสารสรุปผลการดำเนินโครงการนักรุกกิจน้อยมีคุณธรรมนำสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์ กิจกรรมน้ำสมุนไพรและขนมไทยเพื่อสุขภาพฉบับนี้ จะสามารถเป็นข้อมูลในการพัฒนางานด้านการส่งเสริมทักษะอาชีพเพื่อการมีงานทำของนักเรียนอย่างเต็มรูปแบบต่อไป

โรงเรียนมัธยมพรสำราญ

13 กันยายน 2567

สารบัญ

	หน้า
บทที่ 1 บทนำ	1
หลักการและเหตุผล	1
วัตถุประสงค์	2
เป้าหมายของตัวชี้วัดความสำเร็จ	2
งบประมาณ	2
สถานที่ดำเนินการ	3
ผลที่คาดว่าจะได้รับ	3
บทที่ 2 เอกสารที่เกี่ยวข้อง	4
ขนมขอม่วง	4
ขนมจีบนก	6
พืชสมุนไพร	8
น้ำสมุนไพร	10
บทที่ 3 วิธีดำเนินงานโครงการ	12
บทที่ 4 ผลการดำเนินงานและประเมินโครงการ	14
การประเมินกิจกรรมขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ	15
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	17
การเก็บรวบรวมข้อมูล	17
บทที่ 5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	18
ผลที่เกิดตามจุดประสงค์	18
ผลสัมฤทธิ์ของงาน	18
ประโยชน์ที่ได้รับ	18
การได้รับการยอมรับ / รางวัลที่ได้รับ	19
ปัญหา	19
ข้อเสนอแนะ	20
บรรณานุกรม	21
ภาคผนวก	22

สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1 ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมชมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ	12



บทที่ 1 บทนำ

หลักการและเหตุผล

โรงเรียนมัธยมพรสำราญเน้นการพัฒนาผู้เรียนตามศักยภาพและความถนัดของตนเอง โดยเฉพาะการสร้างเสริมทักษะที่จำเป็นสำหรับการประกอบอาชีพ เพื่อฝึกทักษะในการวางแผนการทำงาน การแก้ปัญหาและการจัดการ ซึ่งเป็นพื้นฐานในการประกอบอาชีพต่าง ๆ ในอนาคต โดยมุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญบนพื้นฐานความเชื่อว่า ทุกคนสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้เต็มตามศักยภาพ มีความรู้ และทักษะทางด้านเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารสู่ศตวรรษที่ 21 และโรงเรียนมัธยมพรสำราญ ตั้งอยู่ที่ชุมชนตำบลพรสำราญ อำเภอคูเมือง จังหวัดบุรีรัมย์ ซึ่งเป็นชุมชนที่มีสภาพภูมิประเทศเป็นพื้นที่ราบสูง มีแหล่งน้ำและคูน้ำล้อมรอบหมู่บ้านทำให้มีความอุดมสมบูรณ์ เหมาะสำหรับปลูกพืชผัก ผลไม้ และการทำเกษตรกรรม โดยเฉพาะผลไม้ในท้องถิ่นและพืชผักสมุนไพร ซึ่งสามารถนำมาแปรรูปหรือถนอมอาหารเป็นอาหารคาวและอาหารหวานชนิดต่าง ๆ ได้

แนวโน้มการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพกำลังเป็นที่นิยม เนื่องจากการมีสุขภาพที่ดีเป็นสุดยอดความปรารถนาของมนุษย์ทุกคน ตามคำกล่าวที่ว่า “ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ” ซึ่งผลจากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรสู่สังคมผู้สูงอายุ การย้ายเข้ามาอยู่ในเมืองใหญ่และวิวัฒนาการทางด้านเทคโนโลยี ล้วนส่งผลต่อลักษณะการใช้ชีวิตและพฤติกรรมของผู้บริโภคที่เปลี่ยนไป โดยผู้บริโภคยุคใหม่จะรู้จักเลือกสินค้าที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพมากขึ้น

โครงการนักรุกกิจน้อยมีคุณธรรมนำสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์ กิจกรรมขนมไทยและน้ำสมุนไพร เพื่อสุขภาพ จัดทำขึ้นเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการทำน้ำสมุนไพรและขนมไทย เพื่อสุขภาพและสามารถถ่ายทอดความรู้ให้แก่บุคคลอื่นได้และเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะในการประกอบอาชีพ สร้างรายได้ระหว่างเรียนและนำความรู้มาสร้างอาชีพได้ในอนาคต อีกทั้งยังเป็นการเพิ่มศักยภาพทางด้านอาชีพของโรงเรียนให้ทันเหตุการณ์ในยุคโลกาภิวัตน์และสนองนโยบายในการจัดการศึกษาตามพระราชบัญญัติการศึกษาขั้นพื้นฐาน 2542 (ปรับปรุง พ.ศ. 2545) ที่ให้มีการจัดการเรียนรู้และวัดประเมินผลที่หลากหลาย เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ เพื่อให้ผู้เรียนเป็นพลเมืองที่มีประสิทธิภาพสูงสุด

คณะผู้จัดจึงได้ศึกษาแนวทางการทำเครื่องดื่มน้ำสมุนไพรสูตรพิเศษสำหรับผู้รักสุขภาพ ได้แก่ ชาอัญชันมะนาวและชาเฟืองพ้าน้ำผึ้งมะนาว นอกจากนี้ยังมีขนมไทยสูตรพิเศษที่มีอร่อย กลมกล่อม ได้แก่ ขนมขอม่วง ขนมจีบช่อนกและขนมทองม้วนสดสำหรับผู้บริโภคที่มีความใส่ใจเรื่องสุขภาพรวมถึงบรรจุภัณฑ์ที่ออกแบบให้เหมาะกับรูปแบบการใช้ชีวิตของคนในปัจจุบัน ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นปัจจัยส่งเสริมให้อาหารเพื่อสุขภาพเติบโตขึ้นอย่างต่อเนื่อง



นอกจากนี้คณะผู้จัดทำยังได้ฝึกทักษะการวางแผน การทำงาน การแก้ปัญหาและการจัดการต่างๆ ซึ่งเป็นพื้นฐานในการประกอบอาชีพต่าง ๆ ในอนาคต มุ่งเน้นการมีคุณธรรม นำสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์ คิดเป็น ทำได้ ขายเป็น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนเกิดทักษะในการทำผลิตภัณฑ์ขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ และถ่ายทอดความรู้ให้แก่บุคคลอื่นได้
2. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะในการประกอบอาชีพ สร้างรายได้ระหว่างเรียนและนำความรู้มาสร้างอาชีพได้ในอนาคต

เป้าหมายของตัวชี้วัดความสำเร็จ

1. เป้าหมายเชิงปริมาณ

1.1 นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ร้อยละ 90 มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพและถ่ายทอดความรู้ให้แก่บุคคลอื่นได้

1.2 นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ร้อยละ 90 เกิดทักษะในการทำขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ พัฒนาต่อยอดเป็นผลิตภัณฑ์ที่หลากหลาย สร้างรายได้ระหว่างเรียนและนำความรู้ไปสร้างอาชีพได้ในอนาคต

2. เป้าหมายเชิงคุณภาพ

2.1 นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ และถ่ายทอดความรู้ให้แก่บุคคลอื่นได้

2.2 นักเรียนมีทักษะในการประกอบอาชีพ สร้างรายได้ระหว่างเรียนและนำความรู้มาสร้างอาชีพได้ในอนาคต

งบประมาณ 6,000 บาท

รายการ	จำนวนเงิน (บาท)
1. ค่าตอบแทนวิทยากร	3,600
2. ค่าอาหารกลางวัน (มื้อละ 50 บาท/คน/มื้อ x 24 คน X 1 มื้อ)	1,200
3. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม (25 บาท/คน/มื้อ x 24 คน X 2 มื้อ)	1,200
4. ค่าวัสดุอุปกรณ์	-
5. ค่าใช้จ่ายอื่น ๆ	-
รวมทั้งสิ้น	6,000



สถานที่ดำเนินการ

โรงเรียนมัธยมพรสำราญ บ้านเลขที่ 220 หมู่ 17 ตำบลพรสำราญ อำเภอคูเมือง จังหวัดบุรีรัมย์
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาบุรีรัมย์

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ และถ่ายทอดความรู้ให้แก่บุคคลอื่นได้
2. นักเรียนมีทักษะในการประกอบอาชีพ สร้างรายได้ระหว่างเรียนและนำความรู้มาสร้างอาชีพได้ในอนาคต



บทที่ 2 เอกสารที่เกี่ยวข้อง

การดำเนินกิจกรรมขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ คณะผู้จัดทำได้ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. ขนมขอม่วง
2. ขนมจีบนก
3. พืชสมุนไพร
4. น้ำสมุนไพร

ขนมขอม่วง

1. ประวัติความเป็นมาของขนมขอม่วง

ขอม่วงเป็นอาหารว่างที่มีประวัติความเป็นมาที่ยาวนาน ในประวัตินั้นกล่าวว่าเกิดขึ้นในสมัยรัชกาลที่ 2 หรือสมัยของพระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัยเป็นขนมที่นอกจากจะมีรูปลักษณะที่สวยงามด้วยการปั้นแป้งและจับจีบให้เป็นรูปทรงดอกไม้อย่างประณีต มีสีส้มที่สวยงาม อีกทั้งรสชาติการปรุงไส้ที่มีส่วนผสมของรากผักชี กระเทียม พริกไทย ซึ่งเป็นเครื่องปรุงหลักที่ใช้ในอาหารไทยเกือบทุกประเภท โดยนำมาผัดรวมกับเนื้อสัตว์ต่าง ๆ และหุ้มห่อด้วยแป้งให้มีเนื้อนุ่มนวล มีสีม่วงสวยงามจากน้ำที่สกัดได้จากดอกอัญชัน จึงเรียกได้ว่าขอม่วงเป็นอาหารชาววังที่ทั้งรูปสวย รวยรสจริง ๆ

ปัจจุบันขอม่วงค่อนข้างหาทานได้ยาก เนื่องจากเป็นขนมทำสด ไม่สามารถเก็บได้นาน อีกทั้งเป็นขนมชาววังที่ต้องใช้ความประณีตพิถีพิถันในการปรุง มักจะต้องสั่งกับร้านที่รับทำขนมไทยหรือขนมไทยที่ใช้ในงานมงคลต่าง ๆ

2. วิธีทำขนมขอม่วง

การปรุงขนมขอม่วงนั้นมีขั้นตอนในการปรุงหลายขั้นตอนและมีความประณีตในขั้นตอนการปั้น ดังนั้นการปรุงขนมขอม่วงต้องอาศัยความพิถีพิถันและประณีต

การทำขนมขอม่วงแบ่งขั้นตอนการเตรียมขนมออกเป็น 2 คือ ขั้นตอนการทำแป้งและขั้นตอนการทำไส้ จากนั้นจึงนำส่วนผสมทั้ง 2 มาประกอบเข้าด้วยกัน

2.1 ขั้นตอนการทำแป้ง

2.1.1 ส่วนผสมตัวแป้ง มีดังนี้

- 1) แป้งข้าวเจ้า 40 กรัม
- 2) แป้งข้าวเหนียว 10 กรัม
- 3) แป้งมัน 10 กรัม



- 4) แป้งท้าวยายม่อม 10 กรัม
- 5) น้ำดอกอัญชัน 150 กรัม หรือสีผสมอาหารสีม่วง 2 ช้อนชา
- 6) น้ำมันพืช 15 กรัม
- 7) น้ำตาลทราย 20 กรัม

2.1.2 วิธีการเตรียมแป้งขนมขอม่วง

- 1) นำส่วนผสมของแป้งทั้งหมด มาผสมเข้าด้วยกัน ค่อยๆ เติมน้ำอัญชันลงไปนวดให้เข้ากัน ค่อยๆ รินน้ำมัน นวดต่อจนแป้งเนียน
- 2) นำแป้งที่นวดแล้วในข้อ 1 ไปกวนในกระทะจนแป้งจับตัวเป็นก้อน ไม่ติดกระทะ นำออกมาขนาดพอดีด้วยมือ
- 3) ใช้แป้งมันแทนแป้งนวลเพื่อกันติดขณะนวดแป้ง เมื่อแป้งเข้ากันดีแล้วนำมาปั้นเป็นลูกกลมๆ น้ำหนักประมาณ 10 กรัม พักไว้ โดยใช้พลาสติกคลุม

2.2 ขั้นตอนการทำไส้

2.2.1 ส่วนผสมที่ทำไส้ มีดังนี้

- 1) อกไก่สับละเอียด 1 ถ้วย
- 2) ไข่ไก่สับหยาบ 1/2 ถ้วย
- 3) หอมใหญ่สับละเอียด 1/2 ถ้วย
- 4) กระเทียม 1 ช้อนโต๊ะ
- 5) รากผักชี 1 ช้อนโต๊ะ
- 6) พริกไทยป่น 2 ช้อนชา
- 7) น้ำตาลมะพร้าว 1/2 ถ้วย
- 8) เกลือ 2 ช้อนชา
- 9) น้ำมันพืชเล็กน้อย

2.2.2 วิธีการทำไส้

- 1) นำรากผักชี กระเทียม พริกไทย โขลกรวมกันและพักไว้
- 2) ตั้งกระทะ ใส่น้ำมันลงไปเล็กน้อย จากนั้นนำรากผักชี กระเทียมพริกไทยที่โขลกไว้ลงผัด ให้สุกหอม
- 3) ใส่เนื้อไก่ลงไปผัดให้เข้ากับเครื่อง จากนั้นใส่หอมหัวใหญ่ลงผัดจนสุก
- 4) ใส่ไข่ไก่สับหยาบและปรุงรสด้วยน้ำตาลมะพร้าวและเกลือ
- 5) เมื่อผัดไส้เข้ากันดีแล้ว ตักขึ้นจากกระทะ ใส่จานพักไว้ให้เย็น จึงนำไปใส่ไส้ขนม โดยปั้นเป็นลูกกลมๆ หนักลูกละประมาณ 8 กรัม พักไว้



2.3 การประกอบขนมขอม่วง

2.3.1 นำแป้งที่ปั้นเป็นลูกกลมรอไว้ในขั้นตอนที่ 1 มาคลึงแผ่ออกและทำเป็นหลุม นำไส้ที่เตรียมไว้ในขั้นตอนที่ 2 มาใส่ตรงหลุมและปิดให้มิด

2.3.2 จับจีบแป้งแล้วจึงใช้แหบจับจีบ โดยนำแหบไปแช่น้ำมันร้อน ๆ ทิ้งไว้ 15 นาที ใช้แป้งมันเป็นแป้งนวล รวมถึงขั้นตอนจับ เอาแหบไปหนีบที่แป้งมันก่อน แต่อย่าใช้แป้งนวลมาก ขนมอาจแข็งได้ การจับจะเริ่มจากบนลงล่างหรือล่างขึ้นบนแล้วแต่ความถนัด โดยไล่ลงมา 3 ชั้น จาก 3 กลีบ 5 กลีบ และ 7 กลีบตามลำดับ

2.3.3 เมื่อปั้นขนมครบแล้ว นำไปนึ่งในลังถึงซึ่งรองด้วยใบตองที่ทาน้ำมัน เมื่อน้ำเดือดก็นำขนมวางลงบนใบตอง พรมน้ำเล็กน้อย ปิดฝา นึ่งประมาณ 7-10 นาทีค่ะ

2.3.4 เมื่อนึ่งจนครบเวลาแล้ว ปิดไฟและนำขนมขึ้น ทาขนมด้วยน้ำมัน จัดเสิร์ฟขณะขนมอุ่นทานแหมกับผักกาดหอมและผักชี

ขนมจีบนก

1. ประวัติความเป็นมาของขนมจีบนก

ขนมจีบนกนั้นในอดีตเรียกกันว่า ขนมไส้หมูเป็นขนมชาววังหรือจะเรียกอีกชื่อว่าขนมจีบไทย โดยมีกรมหลวงนรินทรเทวีเป็นผู้ริเริ่ม เกิดขึ้นในสมัยพระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย อีกทั้งยังเป็นของทรงโปรดให้ทำไปถวายบ่อยครั้ง นิยมรับประทานกันเป็นอาหารว่างพร้อมกับผักชี ผักกาดหอม กะเทียม เจียว ตะลิงปริง และพริกชี้หนู มีรูปร่างสวยงามเป็นรูปตัวนก ภายในมีไส้หมูสับห่อหุ้มด้วยแป้งนุ่มจับจีบอย่างสวยงามด้วยความประณีต

ปัจจุบันนั้นเป็นขนมไทยที่หาทานได้ยาก ทำให้หลายคนไม่เคยเห็นและไม่เคยได้ยี่ห้อชื่อของขนมไทยชนิดนี้

2. วิธีทำขนมจีบนก

การขนมจีบนกแบ่งขั้นตอนการเตรียมขนมออกเป็น 2 คือ ขั้นตอนการทำแป้งและขั้นตอนการทำไส้ จากนั้นจึงนำส่วนผสมทั้ง 2 มาประกอบเข้าด้วยกัน

2.1 ขั้นตอนการทำแป้ง

2.1.1 ส่วนผสมที่แป้ง มีดังนี้

- 1) แป้งข้าวเจ้า 200 กรัม
- 2) แป้งมันหรือแป้งท้าวยายม่อม 4 ช้อนโต๊ะ
- 3) น้ำตาลทราย 2 ช้อนโต๊ะ
- 4) เกลือ 1/4 ช้อนชา



- 5) กะทิสำเร็จรูป 100 มล.
- 6) น้ำเปล่า 250 มล.
- 7) งาดำ แครอท
- 8) น้ำมันกระเทียมเจียว

2.1.2 วิธีการทำแป้ง

- 1) ผสมแป้งข้าวเจ้า แป้งมัน น้ำตาลทราย เกลือป่น กะทิและน้ำเปล่าเข้าด้วยกัน
ขนาดต่อให้ละลายเข้ากันดี นำมากรองผ่านกระชอนหรือผ้าขาวบางเพื่อแยกส่วนที่ยังไม่ละลายออก
- 2) ตั้งกระทะเปิดเตาไฟอ่อนแล้วใส่แป้งที่ผ่านการกรองเสร็จแล้วลงไป ใช้ไม้พายกวน
ตลอดเวลาจนกว่าแป้งจะสุกจนจับตัวกันเป็นก้อน จากนั้นปิดเตา นำแป้งใส่ชามพักให้เย็น ขณะพักแป้งให้คลุม
ด้วยผ้าขาวบางเพื่อไม่ให้แป้งแห้งจนเกินไป
- 3) ขนาดต่อให้แป้งเนียนเป็นเนื้อเดียวกัน (หากแป้งแฉะเกินไปให้โรยแป้งข้าวเจ้าใส่
เล็กน้อย)
- 4) นำมาปั้นเป็นลูกกลมๆ น้ำหนักประมาณ 10 กรัม พักไว้ โดยใช้พลาสติกคลุม

2.2 ขั้นตอนการทำไส้

2.2.1 ส่วนผสมที่ทำไส้ มีดังนี้

- 1) ออกไก่สับละเอียด 1 ถ้วย
- 2) ไชโป้วสับหยาบ 1/2 ถ้วย
- 3) หอมใหญ่สับละเอียด 1/2 ถ้วย
- 4) กระเทียม 1 ช้อนโต๊ะ
- 5) รากผักชี 1 ช้อนโต๊ะ
- 6) พริกไทยป่น 2 ช้อนชา
- 7) น้ำตาลมะพร้าว 1/2 ถ้วย
- 8) เกลือ 2 ช้อนชา
- 9) น้ำมันพืชเล็กน้อย

2.2.2 วิธีการทำไส้

- 1) นำรากผักชี กระเทียม พริกไทย โขลกรวมกันและพักไว้
- 2) ตั้งกระทะ ใส่น้ำมันลงไปเล็กน้อย จากนั้นนำรากผักชี กระเทียมพริกไทยที่โขลกไว้
ลงผัด ให้สุกหอม
- 3) ใส่เนื้อไก่ลงไปผัดให้เข้ากับเครื่อง จากนั้นใส่หอมหัวใหญ่ลงผัดจนสุก
- 4) ใส่ไชโป้วสับหยาบและปรุงรสด้วยน้ำตาลมะพร้าวและเกลือ



5) เมื่อผัดไส้เข้ากันดีแล้ว ตักขึ้นจากกระทะ ใส่จานพักไว้ให้เย็น จึงนำไปใส่ไส้ขนม โดยปั้นเป็นลูกกลมๆ หนักลูกละประมาณ 8 กรัม พักไว้

2.3 การประกอบขนมจีบนก

2.3.1 นำแป้งไปปั้นขึ้นรูปคล้ายรูปขนมพู่และแผ่ตรงกลางออกเพื่อใส่ไส้ลงไปแล้วห่อกลับไปให้เป็นรูปผลชมพู่อีกครั้ง ใช้แทนสำหรับหนีบขนม หนีบรอบข้างให้เป็นปีกนก ทำซ้ำจนกว่าแป้งและไส้จะหมด

2.3.2 แต่งหน้าขนมด้วยงาดำติดเป็นตานกและแครอทหั่นแหลม ๆ เป็นปากนก ติดลงไป เพื่อให้มีรูปร่างหน้าตาที่คล้ายนกมากขึ้น

2.3.3 นำใบตองมารองกันหม้อเพื่อป้องกันไม่ให้ขนมติดและยังทำให้ขนมติดกลิ่นหอมจากใบตอง

2.3.4 เมื่อน้ำเดือดแล้วให้ใส่หม้อหนึ่งที่ใส่ขนมแล้วลงไปนึ่ง พรมน้ำให้ทั่วเพื่อไม่ให้แป้งแห้ง ปิดฝานึ่งด้วยไฟแรงเป็นเวลา 5 นาที หรือจนกว่าแป้งจะสุก จากนั้นทาด้วยน้ำมันกระเทียมเจียวเสร็จแล้วนำมาจัดใส่จานตกแต่งเพิ่มเติมด้วยผักกาดหอม ผักชีและพริกชี้ฟ้าหรือผักอื่น ๆ ตามความชอบ

พืชสมุนไพร

1. ความหมายของพืชสมุนไพร

สมุนไพร หมายถึง ผลิตผลทางธรรมชาติ ได้จากพืชที่ใช้เป็นยาหรือผสมกับสารอื่นตามตำรับยา เพื่อบำบัดโรค บำรุง ร่างกายหรือใช้เป็นยาพิษ หากนำเอาสมุนไพรตั้งแต่สองชนิดขึ้นไปมาผสมรวมกัน ซึ่งจะเรียกว่า ยา ในตำรับยา นอกจากพืชสมุนไพรแล้วยังอาจประกอบด้วยสัตว์และแร่ธาตุอีกด้วย เราเรียกพืช สัตว์ หรือแร่ธาตุที่เป็นส่วนประกอบของยานี้ว่า เภสัชวัตถุ พืชสมุนไพรบางชนิด เช่น เร่ว กระวาน กานพลู และจันทน์เทศ เป็นต้น

สมุนไพร ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525 หมายถึง พืชที่ใช้ทำเป็นเครื่องยาสมุนไพรกำเนิดมาจากธรรมชาติและมีความหมายต่อชีวิตมนุษย์โดยเฉพาะ ในทางสุขภาพ อันหมายถึง ทั้งการส่งเสริมสุขภาพและการรักษาโรค ความหมายของยาสมุนไพรในพระราชบัญญัติยา พ.ศ. 2510 ได้ระบุว่า ยาสมุนไพร หมายความว่า ยาที่ได้จากพฤกษชาติสัตว์หรือแร่ธาตุ ซึ่งมีได้ผสมปรุงหรือแปรสภาพ เช่น พืชก็ยังเป็นส่วนของราก ลำต้น ใบ ดอก ผล ฯลฯ ซึ่งมีได้ผ่านขั้นตอนการแปรรูปใด ๆ แต่ในทางการค้าสมุนไพรมักจะถูกดัดแปลงในรูปแบบต่าง ๆ เช่น ถูกหั่นให้เป็นชิ้นเล็กกลบ บดเป็นผงละเอียด หรืออัดเป็นแท่ง แต่ในความรู้สึกของคนทั่วไปเมื่อกล่าวถึงสมุนไพร มักนึกถึงเฉพาะต้นไม้นั้นนำมาใช้เป็นยาเท่านั้น



2. ลักษณะของพืชสมุนไพร

แบ่งตามลักษณะประเภทไม้ได้ ดังนี้

2.1 ประเภทไม้ล้มลุก เช่น ฟ้ายะลวยโจร ชิง ขมิ้น ว่านหางจระเข้ หญ้าปักกิ่ง แมงลัก ว่านน้ำ

2.2 ประเภทไม้พุ่ม เช่น พญาอ กระเจี๊ยบแดง เสลดพังพอนตัวผู้ มะแว้งต้น หญ้าหนวดแมว
ทองพันชั่ง

2.3 ประเภทไม้ต้น เช่น สะเดา ชีเหล็ก อบเชย กานพลู มะขามแขก การบูร ฝรั่ง

2.4 ประเภทไม้เถา เช่น มะแว้งเครือ บอระเพ็ด บัวบก พลู อัญชัน หางไหลแดง

3. ตัวอย่างพืชสมุนไพร

3.1 อัญชัน

3.1.1 ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ของอัญชัน

อัญชันเป็นไม้เลื้อยเนื้ออ่อน อายุสั้น ใ้ยอดเลื้อยพัน ลำต้นมีขนปกคลุม ใบประกอบแบบขนนก เรียงตรงข้ามยาว 6-12 เซนติเมตร มีใบย่อยรูปไข่ 5-7 ใบ กว้าง 2-3 เซนติเมตร ยาว 3-5 เซนติเมตร ปลายใบแหลม โคนใบมน ผิวใบด้านล่างมีขนหนาปกคลุม ดอกสีขาว ฟ้ำ และม่วง ดอกออกเดี่ยว ๆ รูปทรงคล้ายฝ้ายหอยเชลล์ออกเป็นคู่ตามซอกใบ กลีบดอก 5 กลีบ ดอกบานเต็มที่ยาว 2.5-3.5 เซนติเมตรกลีบคลุมรูปกลม ปลายเว้าเป็นแฉ่ง ตรงกลางมีสีเหลือง มีทั้งดอกซ้อนและดอกกลา ดอกชั้นเดียวกลีบชั้นนอกมีขนาดใหญ่กลางกลีบสีเหลือง ส่วนกลีบชั้นในขนาดเล็กแต่ดอกซ้อนกลีบดอกมีขนาดเท่ากัน ช่อนเวียนเป็นเกลียว ออกดอกเกือบตลอดปี ผลแห้งแตก เป็นฝักแบน กว้าง 1-1.5 เซนติเมตร ยาว 5-8 เซนติเมตร เมล็ดรูปไต สีดำ มี 5-10 เมล็ด

3.1.2 สรรพคุณของอัญชัน

1) ดอก ใช้ปลูกผมทำให้ผมดกดำ เงามามากขึ้น เนื่องจากดอกอัญชันมีสารแอนโทไซยานิน (Anthocyanin) ซึ่งช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต ทำให้เลือดไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ได้ดีขึ้น

2) ดอก นำมาคั้นน้ำใช้หุงข้าวได้ด้วย ช่วยให้ข้าวที่หุงมีสีส้มที่สวยงาม

3) เมล็ด เป็นยาระบาย

4) ราก บำรุงตาแก้ตาฟาง ภูพันแก้ปวดฟัน ตาฉะและปรุงเป็นยาขับปัสสาวะ นำรากมาถูกับน้ำฝนใช้หยอดหูและหยอดตา

3.2 เฟื่องฟ้า

3.2.1 ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ของเฟื่องฟ้า

เป็นไม้ยืนต้นประเภทพุ่มกึ่งเลื้อย ขนาดตั้งแต่พุ่มเล็กถึงพุ่มใหญ่ มีหนามขึ้นตามลำต้น อยู่ ใบเดี่ยว แตกออก สลับกับกิ่ง หรือเยื้องกัน มีขนขึ้นปกคลุมเล็กน้อย มีสีเขียวหรือใบต่าง รูปร่างรีแหลมยาว



3-6 ซม. กว้าง 2-3 ซม. ใบประดับลักษณะคล้ายรูปหัวใจหรือรูปไข่มี 3-5 ใบ มีหลายสี เช่น ม่วง แดง ชมพู ส้ม ฟ้ำ เหลืองและอื่น ๆ มีทั้งดอกสมบูรณ์เพศและไม่สมบูรณ์เพศ ออกเป็นช่อ ตามซอก ใบหรือปลายกิ่ง แต่ละช่อมี 3 ดอก เป็นหลอดยาว 1-2 ซม. ต้องการแสงแดดจัดในสภาพกลางแจ้ง ได้รับแสงแดดตลอดวัน ถ้าได้รับแสงแดดไม่เพียงพอจะทำให้สีของใบไม่เข้มออกดอกน้อย ต้องการอุณหภูมิ ปานกลางหรือร้อนขึ้น เมื่อโตขึ้น ต้องการน้ำปานกลาง ถึงค่อนข้างต่ำ ถ้ารดน้ำมากเกินไปจะไม่ออกดอก ขยายพันธุ์ด้วยการปักชำกิ่ง ตอนกิ่งหรือเสียบยอด

3.2.2 สรรพคุณของเฟื่องฟ้า

ดอกเฟื่องฟ้ามีสรรพคุณช่วยบำรุงหัวใจและระบบขับถ่าย โดยดอกเฟื่องฟ้า (สายพันธุ์ *Bougainvillea glabra* Choisy) มีรสขมฝาด เป็นยาสุขุม ออกฤทธิ์ต่อตับ ใช้เป็นยาแก้ประจำเดือน มาไม่เป็นปกติ ทำให้เลือดไหลเวียนได้ดี รักษาสตรีที่ประจำเดือนไม่มาหรือมูกิดตกขาวของสตรี ด้วยการใช้องค์ที่เป็นยาแห้งครั้งละ 10-15 กรัมนำมาต้มกับน้ำรับประทาน หรือจะใช้ร่วมกับตัวยาอื่น ๆ ในตำรับยา ตามที่ต้องการและเฟื่องฟ้าดอกขาว (*Bougainvillea spectabilis* Willd) ในประเทศจีนจะไม่นิยมนำมาใช้ทำยา แต่ในประเทศไทยจะมีการนำรากมาใช้เป็นยาแก้พิษต่าง ๆ

น้ำสมุนไพรร

1. ชาอัญชันน้ำผึ้งมะนาว

1.1 ส่วนผสมต่อหนึ่งแก้ว

- 1) ดอกอัญชัน 20 ดอก
- 2) น้ำเปล่า 150 มล.
- 3) น้ำเชื่อม 2 ช้อนโต๊ะ
- 4) น้ำมะนาว 1 ลูก
- 5) น้ำผึ้ง 1 ช้อนโต๊ะ

1.2 วิธีทำ

- 1) ล้างดอกอัญชันในน้ำเปล่าให้สะอาด
- 2) นำดอกอัญชันไปต้มในน้ำเดือดจนได้สีตามต้องการและใช้กระชอนกรองเอาแต่น้ำ
- 3) ผสมน้ำผึ้ง น้ำเชื่อม น้ำเปล่าและน้ำมะนาวเข้าด้วยกัน
- 4) ใส่ น้ำแข็งลงในแก้ว เทส่วนผสมในข้อที่ 3) ลงไปตามด้วยน้ำอัญชัน

2. ชาเฟื่องฟ้าน้ำผึ้งมะนาว

2.1 ส่วนผสม

- 1) ดอกเฟื่องฟ้าอบแห้ง



- 2) น้ำเปล่า 150 มล.
- 3) น้ำเชื่อม 2 ช้อนโต๊ะ
- 4) น้ำมะนาว 1 ลูก
- 5) น้ำผึ้ง 1 ช้อนโต๊ะ

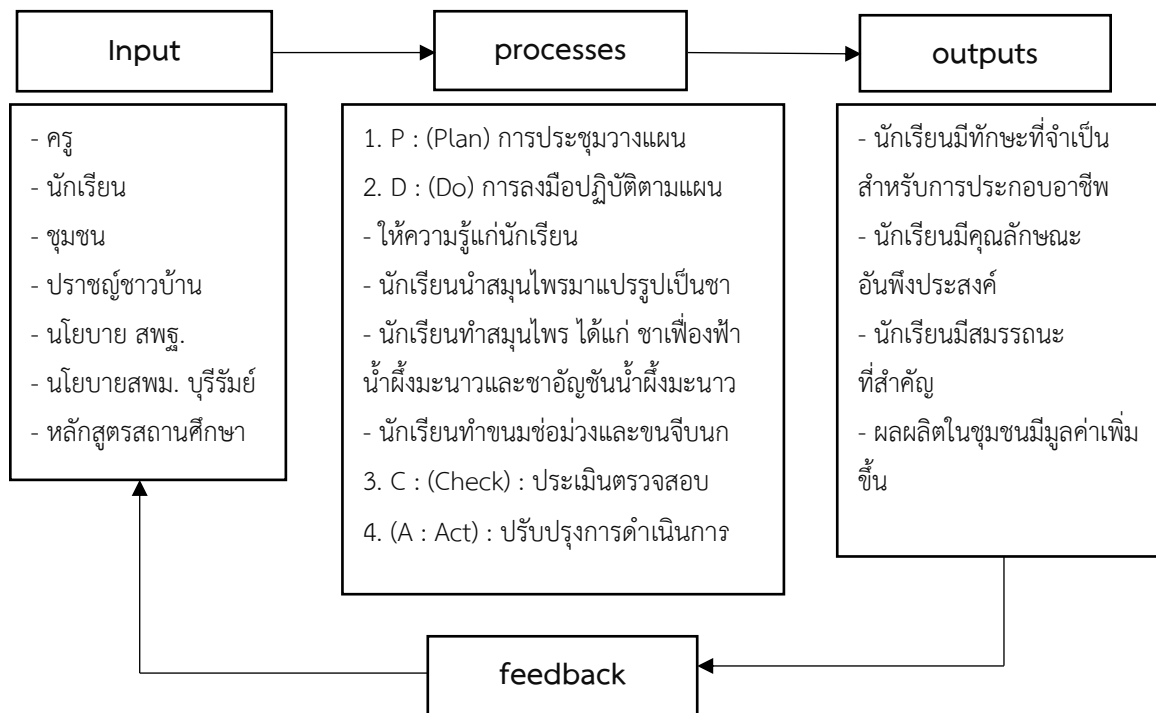
2.2 วิธีทำ

- 1) นำดอกเฟื่องฟ้าอบแห้งไปต้มในน้ำเดือดจนได้สีตามต้องการและใช้กระชอนกรองเอาแต่น้ำ
- 2) ผสมน้ำผึ้ง น้ำเชื่อม น้ำเปล่าและน้ำมะนาวเข้าด้วยกัน
- 3) ใส่น้ำแข็งลงในแก้ว เทส่วนผสมในข้อที่ 2) ลงไปตามด้วยน้ำดอกเฟื่องฟ้า



บทที่ 3 วิธีดำเนินงานโครงการ

รายงานผลการจัดกิจกรรมตามโครงการนักรุกกิจน้อยมีคุณธรรมนำสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์ กิจกรรมขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567 โรงเรียนมัธยมพรสำราญได้นำทฤษฎีระบบ (System Theory) มาประยุกต์ใช้ในขั้นตอนการดำเนินงาน ตลอดจนนำวงจรคุณภาพของเดมिंग PDCA มาใช้ในการดำเนินการ ดังนี้



ภาพที่ 1 ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ

การดำเนินงานโครงการนักรุกกิจน้อยมีคุณธรรมนำสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์ กิจกรรมขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567 โรงเรียนมัธยมพรสำราญได้นำทฤษฎีระบบ (System Theory) มาประยุกต์ใช้ในขั้นตอนการดำเนินงาน ตลอดจนนำวงจรคุณภาพของเดมिंग PDCA มาใช้ในการดำเนินการ ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 (P : Plan) วางแผน ประชุมวางแผนการพัฒนาให้ผู้เรียนมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการประกอบอาชีพ มีงานทำและมีอาชีพ โดยการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการรายวิชา ร่วมกับการเรียนรายวิชาการส่งเสริมทักษะอาชีพ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ถึง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6



ขั้นตอนที่ 2 (D : Do) ลงมือปฏิบัติตามแผน ดังนี้

1. ให้ความรู้แก่นักเรียน
2. นักเรียนนำสมุนไพรมาแปรรูปเป็นชา
3. นักเรียนทำสมุนไพร ได้แก่ ชาเฟื่องฟ้า น้ำผึ้งมะนาว และชาอู่ชันทู น้ำผึ้งมะนาว
4. นักเรียนทำขนมขอม่วงและขนมจีบนก
5. จัดจำหน่ายในรูปแบบต่างๆ และรับจัดเบรค

ขั้นตอนที่ 3 (C : Check) ประเมินตรวจสอบ โดยจัดให้มีการประเมินตามสภาพจริง (Authentic Assessment) วิเคราะห์ปัญหาสาเหตุจากการเปรียบเทียบเป้าหมายกับการดำเนินการตามแผน เพื่อให้ทราบว่าต้องปรับปรุงแก้ไข การดำเนินการตามกิจกรรม โดยกิจกรรมที่ประสบผลสำเร็จก็จะขยายผลและดำเนินการอย่างต่อเนื่องต่อไป ส่วนโครงการที่ยังไม่ประสบผลสำเร็จก็ร่วมกันหาสาเหตุและปรับปรุงพัฒนาต่อไป ซึ่งเป็นข้อมูลพื้นฐานที่สำคัญในการที่จะทำการวิเคราะห์ วิจัยและพัฒนา ถือว่าเป็นการปรับปรุงกระบวนการทำงานอย่างต่อเนื่อง

ขั้นตอนที่ 4 (A : Act) ปรับปรุงการดำเนินการ โดยวิเคราะห์ผลสำเร็จของการดำเนินงานร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพมากที่สุด มีการประชาสัมพันธ์และเผยแพร่ผลการปฏิบัติงานที่เป็นเลิศ (Best Practice)



บทที่ 4

ผลการดำเนินงานและประเมินโครงการ

รายงานผลการจัดกิจกรรมตามโครงการนักรุกกิจน้อยมีคุณธรรมนำสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์ กิจกรรมขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567 โรงเรียนมัธยมพรสำราญ สามารถสรุปได้ ดังนี้

จากการจัดกระบวนการเรียนรู้ กิจกรรมขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ พบว่า ผู้เรียนมีความสุข สนุกสนานกับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง (Active Learning) นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการทำกิจกรรม ส่งผลให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะ ดังนี้

1. ผู้เรียนได้รับการพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ด้านการมีงานทำ มีอาชีพ ตามพระราชโองบายของในหลวง รัชกาลที่ 10 มาขับเคลื่อนการจัดการเรียนรู้ ได้แก่

1) การเลี้ยงดูลูกหลานในครอบครัวหรือการฝึกฝนอบรมในสถานศึกษาต้องมุ่งให้เด็กมีงานทำ สู้งานทำงานจนสำเร็จ

2) การฝึกฝนอบรมทั้งในหลักสูตรและนอกหลักสูตรต้องมุ่งหมายให้ผู้เรียนทำงานเป็นผู้มีงานทำในที่สุด

3) ต้องสนับสนุนผู้สำเร็จหลักสูตรมีอาชีพ มีงานทำ และสามารถเลี้ยงตัวเองและครอบครัวได้

2. ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเองในการปรับรูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบ Learning by doing ทำให้ผู้เรียนเกิดทักษะกระบวนการทำงานกลุ่ม รู้จักการแก้ปัญหา มีการแบ่งภาระหน้าที่ ความรับผิดชอบ สมาชิกภายในกลุ่มได้ปฏิบัติตามบทบาทของตนเอง แสดงให้เห็นถึงพฤติกรรมทักษะกระบวนการคิดของผู้เรียน ความมีวินัยที่จะต้องปฏิบัติตามที่ได้รับมอบหมาย การใช้ชีวิตอย่างพอเพียงในการปฏิบัติกิจกรรมการใช้วัสดุอุปกรณ์การเรียนอย่างคุ้มค่า ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง การใช้ความคิดอย่างมีเหตุผล การสืบค้นข้อมูลก่อนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ การช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการสืบค้นหาข้อมูลของสมาชิกในกลุ่มอันแสดงถึงพฤติกรรมที่มีจิตสาธารณะของผู้เรียน

3. ผู้เรียนมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการประกอบอาชีพ ด้วยการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ บูรณาการด้านทักษะอาชีพ เพื่อการมีงานทำในอนาคต สามารถสร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ได้อย่างหลากหลาย ผู้เรียนสามารถปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ตามกระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ที่กำหนดไว้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ อีกทั้งผู้เรียนยังได้รับการป่มเพาะพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้เกิดขึ้นกับตนเอง

4. ผู้เรียนได้รับองค์ความรู้ที่สามารถนำไปใช้ในการปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวันได้ กล่าวคือ การที่ผู้เรียนได้รับประสบการณ์ตรงจากการปฏิบัติกิจกรรมจะทำให้เกิดการจดจำและเรียนรู้พฤติกรรมนั้นได้ดี อีกทั้งตระหนักถึงการอนุรักษ์หวงแหนภูมิปัญญาท้องถิ่น



การประเมินกิจกรรมขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ

10.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

10.1.1 ประชากร ได้แก่ ครู จำนวน 17 คน และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 จำนวน 213 คน

10.1.2 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ครูและนักเรียน จำนวน 100 คน

10.2 วิธีดำเนินการในการติดตามและประเมินผลการดำเนินงาน ได้ดำเนินการดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางแสดงร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามสถานภาพ

สถานภาพ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ครูและนักเรียน	100	100
ค่าเฉลี่ย	100	

ตอนที่ 2 สรุปผลการประเมินความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมโครงการ

จากการสำรวจแบบประเมินความพึงพอใจต่อการเข้าร่วม กิจกรรมแปรรูปอาหารผลิตภัณฑ์ทางการเกษตรสามารถสรุปผลข้อมูล ได้ดังนี้

1. เกณฑ์การให้คะแนน

ได้กำหนดเกณฑ์การให้คะแนนไว้ 5 ระดับ ดังนี้

- 5 คะแนน หมายถึง ระดับความพึงพอใจ ดีมาก
- 4 คะแนน หมายถึง ระดับความพึงพอใจ ดี
- 3 คะแนน หมายถึง ระดับความพึงพอใจ ปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง ระดับความพึงพอใจ น้อย
- 1 คะแนน หมายถึง ระดับความพึงพอใจ น้อยที่สุด

2. เกณฑ์การแบ่งช่วงคะแนนเฉลี่ย

ได้กำหนดเกณฑ์การแบ่งช่วงคะแนนเฉลี่ย ดังนี้

- ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00 หมายถึง ระดับความพึงพอใจ ดีมาก
- ค่าเฉลี่ย 3.51 – 4.50 หมายถึง ระดับความพึงพอใจ ดี
- ค่าเฉลี่ย 2.51 – 3.50 หมายถึง ระดับความพึงพอใจ ปานกลาง
- ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50 หมายถึง ระดับความพึงพอใจ น้อย
- ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50 หมายถึง ระดับความพึงพอใจ น้อยที่สุด



หัวข้อ / การพิจารณา	ระดับความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมโครงการ (ร้อยละ)					ค่าเฉลี่ย	เกณฑ์การประเมิน
	มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)		
1. การวางแผนและการประชาสัมพันธ์การเข้าร่วมโครงการฯ	82.00	18.00	0	0	0	4.82	ดีมาก
2. ความเหมาะสมของสถานที่ที่ใช้ในการจัดกิจกรรม	97.00	3.00	0	0	0	4.97	ดีมาก
3. ความเหมาะสมของระยะเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม	79.00	21.00	0	0	0	4.79	ดีมาก
4. ลำดับขั้นตอนและความต่อเนื่องของการจัดกิจกรรม	89.00	0	11.00	0	0	4.78	ดีมาก
5. การมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมของผู้เข้าร่วมโครงการ	85.00	10.00	5.00	0	0	4.80	ดีมาก
6. ประโยชน์ที่ได้รับจากกิจกรรม	100.00	0	0	0	0	5.00	ดีมาก
ค่าเฉลี่ยรวม						4.86	ดีมาก

จากตารางพบว่า ผู้เข้าร่วมโครงการส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อโครงการโดยภาพรวมอยู่ในเกณฑ์ระดับดีมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.86 และเมื่อแยกตามรายข้อประเมิน สามารถสรุปผลข้อมูลได้ดังนี้

- | | |
|--|--------------------------|
| 1. การวางแผนและการประชาสัมพันธ์การเข้าร่วมโครงการฯ | มีความพึงพอใจระดับ ดีมาก |
| 2. ความเหมาะสมของสถานที่ที่ใช้ในการจัดกิจกรรม | มีความพึงพอใจระดับ ดีมาก |
| 3. ความเหมาะสมของระยะเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม | มีความพึงพอใจระดับ ดีมาก |
| 4. ลำดับขั้นตอนและความต่อเนื่องของการจัดกิจกรรม | มีความพึงพอใจระดับ ดีมาก |
| 5. การมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมของผู้เข้าร่วมโครงการ | มีความพึงพอใจระดับ ดีมาก |
| 6. ประโยชน์ที่ได้รับจากกิจกรรม | มีความพึงพอใจระดับ ดีมาก |

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะ

- ควรนำผลผลิตอื่นๆ ในชุมชนมาแปรรูปให้มีความหลากหลายและตอบสนองต่อความต้องการของผู้บริโภคมากขึ้น
- ควรขยายผลโครงการ ได้แก่ การเปิดตลาดให้นักเรียนแต่ละห้องเรียนจำหน่ายสินค้าที่แปรรูป



เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่

1. แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมโครงการนักรุกจิมน้อยมีคุณธรรม นำสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์ กิจกรรมขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567

การเก็บรวบรวมข้อมูล

มีขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ผู้รับผิดชอบในแต่ละกิจกรรมแจกแบบสอบถามความคิดเห็นให้นักเรียน ครูและผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ในโครงการนักรุกจิมน้อยมีคุณธรรม นำสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์ กิจกรรมขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ
2. นำผลการประเมินแต่ละหัวข้อมาหาค่าเฉลี่ย เพื่อเทียบกับเกณฑ์ระดับความพึงพอใจที่กำหนดขึ้น



บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ผลการจัดกิจกรรมโครงการนักรุกกิจน้อยมีคุณธรรมนำสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์ กิจกรรมขนมไทย และน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567 ของโรงเรียนมัธยมพรสำราญ สามารถสรุปสรุปผล ได้ดังนี้

ผลที่เกิดตามจุดประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนเกิดทักษะในการทำผลิตภัณฑ์ขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ และถ่ายทอดความรู้ให้แก่บุคคลอื่นได้
2. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะในการประกอบอาชีพ สร้างรายได้ระหว่างเรียนและนำความรู้มาสร้างอาชีพได้ในอนาคต

ผลสัมฤทธิ์ของงาน

1. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1- 6 ร้อยละ 95 มีความรู้ความเข้าใจและเกิดทักษะในการทำผลิตภัณฑ์ขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพและถ่ายทอดความรู้ให้แก่บุคคลอื่นได้
2. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ร้อยละ 95 มีทักษะในการประกอบอาชีพ สร้างรายได้ระหว่างเรียนและนำความรู้มาสร้างอาชีพได้ในอนาคต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ประโยชน์ต่อนักเรียน

- 1.1 นักเรียนได้รับการพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ด้านการมีงานทำ มีอาชีพ ตามพระราชโอบายในหลวง รัชกาลที่ 10
- 1.2 นักเรียนมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการประกอบอาชีพ มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ และมีสมรรถนะที่สำคัญ

2. ประโยชน์ต่อครู

- 2.1 ครูได้พัฒนารูปแบบการจัดการจัดการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับการพัฒนาคุณลักษณะด้านการมีงานทำ มีอาชีพ ตามพระราชโอบายในหลวงรัชกาลที่ 10
- 2.2 ครูผู้สอนมีกระบวนการพัฒนาตนเอง กระตือรือร้น จัดเตรียมเนื้อหาและอุปกรณ์การจัดการเรียนรู้ให้เกิดความพร้อมและสนับสนุนให้บรรยากาศน่าเรียน ดูแลช่วยเหลือนักเรียน โดยเน้นกระบวนการเรียนรู้แบบ Active Learning นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติจริง

3. ประโยชน์ต่อโรงเรียน



- 3.1 โรงเรียนมีรูปแบบการพัฒนาผู้เรียนให้มีความทำ มีอาชีพ ตามพระราชโอรบายในหลวง รัชกาลที่ 1
- 3.2 โรงเรียนเกิดการพัฒนาระบบในด้านการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับการพัฒนาคุณลักษณะด้านการมีความทำ มีอาชีพ
- 3.3 โรงเรียนมีแหล่งเรียนรู้สำหรับผู้เรียนและบุคคลทั่วไปเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอน

การได้รับการยอมรับ / รางวัลที่ได้รับ

รางวัลสถานศึกษา

- ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง การประกวดแผนธุรกิจ The Young Entrepreneur 2023 ภายใต้โครงการนักธุรกิจน้อยมีคุณธรรม นำสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์ ของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
- ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง ชนะเลิศ กิจกรรมการประกวดโครงงานอาชีพ ระดับชั้น ม.4 - ม.6 งานศิลปหัตถกรรมนักเรียนระดับชาติ ครั้งที่ 71 ปีการศึกษา 2566 ระดับเขตพื้นที่การศึกษา กลุ่ม 4
- ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง รองชนะเลิศอันดับที่ 2 กิจกรรม การประกวดโครงงานอาชีพ ระดับชั้น ม.1 - ม.3 งานศิลปหัตถกรรมนักเรียนระดับชาติ ครั้งที่ 71 ปีการศึกษา 2566 ระดับเขตพื้นที่การศึกษา กลุ่ม 4
- ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง ชนะเลิศ กิจกรรมการประกวดแปรรูปอาหาร ระดับชั้น ม.1 - ม.3 งานศิลปหัตถกรรมนักเรียนระดับชาติ ครั้งที่ 71 ปีการศึกษา 2566 ระดับเขตพื้นที่การศึกษา กลุ่ม 4
- ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง ชนะเลิศ กิจกรรมการประกวดแปรรูปอาหาร ระดับชั้น ม.4 - ม.6 งานศิลปหัตถกรรมนักเรียนระดับชาติ ครั้งที่ 71 ปีการศึกษา 2566 ระดับเขตพื้นที่การศึกษา กลุ่ม 4
- ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง กิจกรรมการประกวดแปรรูปอาหาร ระดับชั้น ม.1 - ม.3 งานศิลปหัตถกรรมนักเรียนระดับชาติ ครั้งที่ 70 ปีการศึกษา 2565 ณ จังหวัดร้อยเอ็ด
- ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง กิจกรรมการประกวดแปรรูปอาหาร ระดับชั้น ม.4 - ม.6 งานศิลปหัตถกรรมนักเรียนระดับชาติ ครั้งที่ 70 ปีการศึกษา 2565 ณ จังหวัดร้อยเอ็ด
- ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง กิจกรรมโครงงานอาชีพระดับชั้น ม.4 - ม.6 งานศิลปหัตถกรรมนักเรียนระดับชาติ ครั้งที่ 70 ปีการศึกษา 2565 ณ จังหวัดร้อยเอ็ด
- นำผลงานการพัฒนาผู้เรียนให้มีความทำและมีอาชีพ ร่วมจัดนิทรรศการและจัดเบรคในโอกาสต่างๆ ได้แก่ การประชุมผู้ปกครองและจัดเบรคต้อนรับคณะผู้เข้าร่วมการประชุมอาเซียน ณ ท่าอากาศยานบุรีรัมย์

ปัญหา

1. สมุนไพรที่นำมาใช้อาจไม่เพียงพอต่อการจัดการเรียนรู้ในบางช่วงของฤดูกาล



ข้อเสนอแนะ

1. เพิ่มบริเวณที่สามารถปลูกอัญชันและเฟื่องฟ้า เพื่อให้มีผลผลิตเพียงพอต่อการจัดการเรียนรู้ตลอดปี การศึกษาและการนำมาสร้างเป็นผลิตภัณฑ์เพื่อจัดจำหน่าย



บรรณานุกรม

สารานุกรมเสรี. (2567). *สมุนไพร*, สืบค้นเมื่อวันที่ 18 กันยายน 2567. จาก

<https://th.wikipedia.org/wiki/%E0%B8%AA%E0%B8%A1%E0%B8%B%E0%B8%99%E0%B9%84%E0%B8%9E%E0%B8%A3>

สารานุกรมเสรี. (2567). *อัญชัน*, สืบค้นเมื่อวันที่ 18 กันยายน 2567. จาก

<https://th.wikipedia.org/wiki/%E0%B8%AD%E0%B8%B1%E0%B8%8D%E0%B8%8A%E0%B8%B1%E0%B8%99>

สารานุกรมเสรี. (2567). *เฟื่องฟ้า*, สืบค้นเมื่อวันที่ 18 กันยายน 2567. จาก

<https://th.wikipedia.org/wiki/%E0%B9%80%E0%B8%9F%E0%B8%B7%E0%B9%88%E0%B8%AD%E0%B8%87%E0%B8%9F%E0%B9%89%E0%B8%B2>

bakery lover. (2567). *ขนมจีบนก ขนมจีบไทยโบราณ*, สืบค้นเมื่อวันที่ 18 กันยายน 2567. จาก

<https://bakerylover.com/2021/05/30/%E0%>

memeemind. (2567). *ขนมซ่อม่วง ของว่างไทยโบราณ ที่สร้างจากศิลปะและความประณีต*, สืบค้นเมื่อวันที่ 18 กันยายน 2567. จาก

<https://kanomth.com/%E0%B8%82%E0%B8%99%E0%B8%A1%E0%B8%8A%E0%B9%88%E0%B8%AD%E0%B8%A1%E0%B9%88%E0%B8%A7%E0%B8%87/>



ภาคผนวก



ภาพการดำเนินกิจกรรมขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ



ภาพที่ 1-3 กิจกรรมพัฒนาผลิตภัณฑ์ชาเฟื่องฟ้าน้ำผึ้งมะนาว



ภาพที่ 4-6 กิจกรรมพัฒนาผลิภัณฑ์ซาเฟื่องฟ้าน้ำผึ้งมะนาว



ภาพที่ 7-8 จัดเบรคขนมช่อม่วง จีบช่อนกและน้ำอัญชันมะนาว



ภาพที่ 9 จัดนิทรรศการขนมไทยในงานมพร. เปิดบ้านวิชาการ



ภาพที่ 10-12 เข้าร่วมการแข่งขันกิจกรรมการประกวดแปรรูปอาหาร ระดับชั้น ม.1 - ม.3
งานศิลปหัตถกรรมนักเรียนระดับชาติ ครั้งที่ 71 ปีการศึกษา 2566 ระดับเขตพื้นที่การศึกษา กลุ่ม 4



ภาพที่ 13-15 เข้าร่วมกิจกรรมการประกวดแปรรูปอาหารและโครงการอาชีพ งานศิลปหัตถกรรมนักเรียน
ระดับชาติ ครั้งที่ 70 ปีการศึกษา 2565 ณ จังหวัดร้อยเอ็ด



ภาพที่ 16-19 จัดเบรคต้อนรับคณะผู้เข้าร่วมการประชุมอาเซียนศึกษา ครั้งที่ 13 ณ ท่าอากาศยานบุรีรัมย์



ภาพที่ 20-21 ร่วมนำเสนอแผนธุรกิจ Business model canvas ณ โรงเรียนบ้านหนองขวาง จังหวัดบุรีรัมย์
(โรงเรียนแกนนำ)



ภาพที่ 22 จัดเบรคกิจกรรมต่างๆ ของโรงเรียน



ภาพที่ 23-25 ร่วมจัดบูทแสดงทักษะอาชีพและผลงานขนมไทยและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ ณ งานเดินวิ่งปั่น
ปลูก เทศบาลลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์



ภาพที่ 26-28 ร่วมจัดเบรคการประชุมสัมมนา เรื่อง บทบาทของชุมชนในการมีส่วนร่วมต่อการจัดการศึกษา
ประธานคณะกรรมการการศึกษา จัดโดยคณะกรรมการการศึกษา สภาผู้แทนราษฎร
ณ บ้านสวนฟรุ้ตการ์เดน อำเภอลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์



ภาพที่ 29-31 ร่วมจัดเบรคการประชุมสัมมนา ณ บ้านสวนพริตการ์เด้น อำเภอลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์



ภาพที่ 32-34 ขนมและเครื่องดื่มที่รับจัดเบรก



ภาพที่ 35-37 ขนมและเครื่องดื่มน้ำที่รับจัดเบรค



ภาพที่ 38-39 กิจกรรมเปิดตลาดมพร. หนึ่งในกิจกรรมส่งเสริมทักษะอาชีพ



แบบลงทะเบียนผู้เข้าร่วมโครงการและวิทยากร
นักรุกน้อมมีคุณธรรม นำสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์ วันที่ 5 กันยายน 2567

แบบลงทะเบียนโครงการนักรุกน้อมมีคุณธรรม นำสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์
พัฒนาผลิตภัณฑ์ชุมชนโพธิ์ ประจำปีการศึกษา 2567
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมพรสวรรค์
วันที่ 5 กันยายน 2567

เลขที่	เลขประจำตัว	ชื่อ - สกุล	ลายมือชื่อ	เวลามา	ลายมือชื่อ	เวลากลับ	หมายเหตุ
1	3135	เด็กชายก้องภพ เจริญตรง	ก้องภพ	08.00 น.	ก้องภพ	16.30 น.	
2	3136	เด็กชายณัฐกิตติ์ ดวงทวี	ณัฐกิตติ์	08.00 น.	ณัฐกิตติ์	16.30 น.	
3	3137	เด็กชายธนพล อินทรพันธ์	ธนพล	08.00 น.	ธนพล	16.30 น.	
4	3138	เด็กชายธนพิพัฒน์ พวงไธสง	ธนพิพัฒน์	08.00 น.	ธนพิพัฒน์	16.30 น.	
5	3139	เด็กชายพนรัตน์ เจือศักดิ์	พนรัตน์	08.00 น.	พนรัตน์	16.30 น.	
6	3140	เด็กชายปวิวัฒน์ แวงตา	ปวิวัฒน์	08.00 น.	ปวิวัฒน์	16.30 น.	
7	3141	เด็กชายประชาณต ลอประรัมย์	ประชาณต	08.00 น.	ประชาณต	16.30 น.	
8	3142	เด็กชายปรมินทร์ ศรี	ปรมินทร์	08.00 น.	ปรมินทร์	16.30 น.	
9	3143	เด็กชายพลกร จุปะโท	พลกร	08.00 น.	พลกร	16.30 น.	
10	3144	เด็กชายวิศิษฐ์ศักดิ์ คำสูงเนิน	วิศิษฐ์ศักดิ์	08.00 น.	วิศิษฐ์ศักดิ์	16.30 น.	
11	3146	เด็กหญิงจิราพัชร เต็ดชาด	จิราพัชร	08.00 น.	จิราพัชร	16.30 น.	
12	3147	เด็กหญิงชนันท์ บุญเลิศ	ชนันท์	08.00 น.	ชนันท์	16.30 น.	
13	3148	เด็กหญิงภาวดี ทานวงศ์	ภาวดี	08.00 น.	ภาวดี	16.30 น.	
14	3149	เด็กหญิงณัฐวิภา ปีกการณ	ณัฐวิภา	08.00 น.	ณัฐวิภา	16.30 น.	
15	3150	เด็กหญิงพรนภัส สุริยะ	พรนภัส	08.00 น.	พรนภัส	16.30 น.	
16	3151	เด็กหญิงณิชาภัทน์ แก้วภูษา	ณิชาภัทน์	08.00 น.	ณิชาภัทน์	16.30 น.	
17	3152	เด็กหญิงวิชรภรณ์ ดีโลก	วิชรภรณ์	08.00 น.	วิชรภรณ์	16.30 น.	
18	3153	เด็กหญิงศรดี เกาตมะ	ศรดี	08.00 น.	ศรดี	16.30 น.	
19	3154	เด็กหญิงเสาวดี ไชยพันธ์	เสาวดี	08.00 น.	เสาวดี	16.30 น.	
20	3168	เด็กหญิงณัฐธิชา ไกรจันทร์	ณัฐธิชา	08.00 น.	ณัฐธิชา	16.30 น.	
21	3169	เด็กหญิงณัฐธิชา เจริญศิลป์	ณัฐธิชา	08.00 น.	ณัฐธิชา	16.30 น.	
22	3173	เด็กหญิงรณิชนันท์ สุวิชา	รณิชนันท์	08.00 น.	รณิชนันท์	16.30 น.	
23	3174	เด็กหญิงรพรวณ ประทุมแก้ว	รพรวณ	08.00 น.	รพรวณ	16.30 น.	
24	3175	เด็กหญิงอหิยา ตรีสุธรรมย์	อหิยา	08.00 น.	อหิยา	16.30 น.	

แบบลงทะเบียนวิทยากรโครงการนักรุกน้อมมีคุณธรรม นำสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์
พัฒนาผลิตภัณฑ์ชุมชนโพธิ์ ประจำปีการศึกษา 2567
ณ ห้องโสตทัศนศึกษา โรงเรียนมัธยมพรสวรรค์
วันที่ 5 กันยายน 2567

ที่	ชื่อ - สกุล	ลายมือชื่อ	เวลามา	ลายมือชื่อ	เวลากลับ	หมายเหตุ
1.	นางจุฬาร บรรชาติ		08.00 น.		16.30 น.	



โรงเรียนมัธยมพรสำราญ

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาบุรีรัมย์