

ชุดการสอนแบบศูนย์การเรียนรู้

กิจกรรม ลูกเสือ - เนตรนารี

กลุ่มสาระการเรียนรู้กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยที่ ๕

ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการอยู่ค่ายพักแรม



นายยุทธนา นาอุดม
ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการ

โรงเรียนหนองไผ่
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 40
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ

บัตรคำสั่ง

ศูนย์ที่ 1 การหุงข้าว

1. นายหมู่อ่านบัตรคำสั่ง ให้สมาชิกในหมู่ฟังและควบคุมการปฏิบัติกิจกรรม ให้เป็นไปตามบัตรคำสั่ง
2. นายหมู่แจกบัตรเนื้อหา ให้สมาชิกทุกคนศึกษาและอภิปรายร่วมกัน เกี่ยวกับการหุงข้าว
3. สมาชิกทุกคนเก็บบัตรเนื้อหาคืนไว้ในซองเมื่อศึกษาจนเข้าใจดีแล้ว
4. นายหมู่ให้สมาชิกทุกคนร่วมกันปฏิบัติกิจกรรม ในบัตรกิจกรรมความรู้
5. นายหมู่รับบัตรเฉลยการปฏิบัติกิจกรรม จากผู้บังคับบัญชามาเฉลยให้สมาชิกทุกคนที่ร่วมปฏิบัติกิจกรรมทราบ แล้วนำส่งคืนผู้บังคับบัญชา
6. ผู้บังคับบัญชาให้คะแนนจากการประเมินผลกิจกรรมการเรียนรู้ และประเมินการทำงาน กลุ่ม (ด้านความร่วมมือในการทำงาน) ที่เป็นการประเมินตามสภาพจริงโดยใช้เกณฑ์การให้คะแนน (Rubrics)
8. นายหมู่รวบรวมบัตรคำสั่งและบัตรกิจกรรมความรู้ใส่ซองให้เรียบร้อยเหมือนเดิม แล้วนำสมาชิกไปเรียนฐาน (ศูนย์การเรียนรู้) ที่ 2 และ ที่ 3 ต่อไป

เพื่อนๆ ก่อนทำกิจกรรมควรอ่านบัตรคำสั่งก่อนนะครับ



บัตรเนื้อหา

ศูนย์ที่ 1 การหุงข้าว

การหุงข้าวไม่เช็ดน้ำ

การหุงข้าวไม่เช็ดน้ำ เป็นการหุงข้าวที่รักษาคุณค่าทางอาหารได้ดี มีวิธีการหุง ดังนี้

1. ตวงข้าวใส่หม้อหุงข้าว ซาวข้าว 1 ครั้ง เพื่อล้างฝุ่นละอองหรือสิ่งสกปรกต่าง ๆ
2. ตวงน้ำสะอาดใส่หม้อในอัตรา ข้าว 1 ส่วนต่อน้ำ 2 ส่วน
3. เมื่อน้ำเดือดแล้วให้เปิดฝาหม้อออก ใช้ทัพพีคนข้าว 1 – 2 ครั้ง เพื่อไม่ให้ข้าวติดกันหม้อ และเพื่อให้ข้าวได้รับความร้อนทั่วถึง เมื่อน้ำเริ่มแห้งให้ปิดฝาหม้อให้สนิท
4. เอาถ่านหรือฟืนออกให้เหลือไฟอ่อน ๆ แล้วนำหม้อข้าวไปตั้งบนเตาไฟและเอียงด้านข้างของหม้อไปมาเพื่อให้ได้รับความร้อนทั่วถึง จากนั้นตั้งหม้อข้าวทิ้งไว้ประมาณ 20 – 25 นาที เพื่อให้ข้าวสุกและระอุดี

การหุงข้าวเช็ดน้ำ

การหุงข้าวเช็ดน้ำ มีวิธีการหุง ดังนี้

1. ตวงข้าวใส่ในหม้อหุงข้าว ซาวข้าว 1 ครั้ง เพื่อล้างฝุ่นละอองและสิ่งสกปรกต่าง ๆ
2. ตวงน้ำสะอาดใส่หม้อในอัตราข้าว 1 ส่วน ต่อน้ำ 3 ส่วน ปิดฝาหม้อให้สนิท แล้วนำหม้อข้าวไปตั้งบนเตาไฟ ในการหุงข้าววิธีนี้จะต้องใช้ไฟแรงจัดเช่นกัน เพื่อไม่ให้ข้าวและ
3. เมื่อข้าวเดือดให้เปิดฝาหม้อ แล้วใช้ทัพพีคนข้าว เพื่อให้ข้าวได้รับความร้อนทั่วถึง ตักเมล็ดข้าวขึ้นมาดู ถ้าเมล็ดข้าวบานออก ให้ปิดฝาหม้อแล้วใช้ไม้จิ้มหม้อคั่วด้วยเพื่อเวลาเช็ดน้ำข้าวจะได้ไม่ไหลลงมากับน้ำ
4. เอาฟืนหรือถ่านออกให้เหลือไฟเพียงอ่อน ๆ จากนั้นนำหม้อข้าวไปตั้งบนเตาไฟ แล้วหมุนให้ด้านข้างหม้อได้รับความร้อนทั่วถึงจนกระทั่งน้ำระเหยหมดหรือน้ำแห้ง จึงยกลงจากเตานำมารับประทานได้



ภาพที่ 13 การหุงข้าวด้วยหม้อสนาม

ที่มาของภาพ : http://www.saphipae.com/webboard/index.php?topic=34_0_2555

บัตรกิจกรรมความรู้

ศูนย์ที่ 1 การหุงข้าว

คำสั่ง จงพิจารณาว่าข้อใดเป็นวิธีการหุงข้าวไม่เช็ดน้ำ และข้อใดเป็นการหุงข้าวเช็ดน้ำ แล้วเขียนหมายเลขข้อลงในตารางข้างล่าง

1. ตวงน้ำสะอาดใส่หม้อในอัตรา ข้าว 1 ส่วนต่อน้ำ 2 ส่วน
2. ตวงน้ำสะอาดใส่หม้อในอัตราข้าว 1 ส่วน ต่อน้ำ 3 ส่วน ปิดฝาหม้อให้สนิท แล้วนำหม้อข้าวไปตั้งบนเตาไฟ ในการหุงข้าววิธีนี้จะต้องใช้ไฟแรงจัดเช่นกัน เพื่อไม่ให้ข้าวและ
3. เมื่อข้าวเดือดให้เปิดฝาหม้อ แล้วใช้ทัพพีคนข้าว เพื่อให้ข้าวได้รับความร้อนทั่วถึง ตักเมล็ดข้าวขึ้นมาดู ถ้าเมล็ดข้าวบานออก ให้ปิดฝาหม้อแล้วใช้ไม้จิ้มหม้อคั่วเพื่อเวลาเช็ดน้ำข้าวจะได้ไม่ไหลลงมากับน้ำ
4. เมื่อน้ำเดือดแล้วให้เปิดฝาหม้อออก ใช้ทัพพีคนข้าว 1 – 2 ครั้ง เพื่อไม่ให้ข้าวติดกันหม้อ และเพื่อให้ข้าวได้รับความร้อนทั่วถึง เมื่อน้ำเริ่มแห้งให้ปิดฝาหม้อให้สนิท
5. เอาถ่านหรือฟืนออกให้เหลือไฟอ่อน ๆ แล้วนำหม้อข้าวไปตั้งบนเตาไฟและเอียงด้านข้างของหม้อไปมาให้ได้รับความร้อนทั่วถึง จากนั้นตั้งหม้อข้าวทิ้งไว้ประมาณ 20 – 25 นาที เพื่อให้ข้าวสุกและระอุดี
6. เอาฟืนหรือถ่านออกให้เหลือไฟเพียงอ่อน ๆ จากนั้นนำหม้อข้าวไปตั้งบนเตาไฟ แล้วหมุนให้ด้านข้างหม้อได้รับความร้อนทั่วถึงจนกระทั่งน้ำระเหยหมดหรือน้ำแห้ง จึงยกลงจากเตานำมารับประทานได้

ตั้งใจ ทบทวนความรู้
และช่วยกันตอบนะครับ

การหุงข้าวไม่เช็ดน้ำ คือ ข้อที่

--	--	--

การหุงข้าวเช็ดน้ำ คือ ข้อที่

--	--	--



บัตรเฉลย

ศูนย์ที่ 1 การหุงข้าว

การหุงข้าว

1. ตวงน้ำสะอาดใส่หม้อในอัตรา ข้าว 1 ส่วนต่อน้ำ 2 ส่วน
2. ตวงน้ำสะอาดใส่หม้อในอัตราข้าว 1 ส่วน ต่อน้ำ 3 ส่วน ปิดฝาหม้อให้สนิท แล้วนำหม้อข้าวไปตั้งบนเตาไฟ ในการหุงข้าววิธีนี้จะต้องใช้ไฟแรงจัดเช่นกัน เพื่อไม่ให้ข้าวและ
3. เมื่อข้าวเดือดให้เปิดฝาหม้อ แล้วใช้ทัพพีคนข้าว เพื่อให้ข้าวได้รับความร้อนทั่วถึง ตักเมล็ดข้าวขึ้นมาดู ถ้าเมล็ดข้าวบานออก ให้ปิดฝาหม้อแล้วใช้ไม้จิ้มหม้อด้วยเพื่อเวลาเสิร์ฟข้าวจะได้ไม่ไหลลงมากับน้ำ
4. เมื่อน้ำเดือดแล้วให้เปิดฝาหม้อออก ใช้ทัพพีคนข้าว 1 – 2 ครั้ง เพื่อไม่ให้ข้าวติดก้นหม้อ และเพื่อให้ข้าวได้รับความร้อนทั่วถึง เมื่อน้ำเริ่มแห้งให้ปิดฝาหม้อให้สนิท
5. เอาถ่านหรือฟืนออกให้เหลือไฟอ่อน ๆ แล้วนำหม้อข้าวไปตั้งบนเตาไฟและเอียงด้านข้างของหม้อไปมาให้ได้รับความร้อนทั่วถึง จากนั้นตั้งหม้อข้าวทิ้งไว้ประมาณ 20 – 25 นาที เพื่อให้ข้าวสุกและระอุดี
6. เอาฟืนหรือถ่านออกให้เหลือไฟเพียงอ่อน ๆ จากนั้นนำหม้อข้าวไปตั้งบนเตาไฟ แล้วหมุนให้ด้านข้างหม้อได้รับความร้อนทั่วถึงจนกระทั่งน้ำระเหยหมดหรือน้ำแห้ง จึงยกลงจากเตานำมารับประทานได้

การหุงข้าวไม่เช็ดน้ำ คือ ข้อที่

1	4	5
---	---	---

การหุงข้าวเช็ดน้ำ คือ ข้อที่

2	3	6
---	---	---

เก่งมากครับเพื่อนๆ
พร้อมลุย ในกิจกรรมต่อไปครับ



ศูนย์ที่ 2
การหุงข้าวด้วยหม้อสนาม



บัตรคำสั่ง

ศูนย์ที่ 2 การหุงข้าวด้วยหม้อสนาม

1. นายหมู่อ่านบัตรคำสั่ง ให้สมาชิกในหมู่ฟังและควบคุมการปฏิบัติกิจกรรม ให้เป็นไปตามบัตรคำสั่ง
2. นายหมู่แจกบัตรกิจกรรมการฝึกทักษะ ให้สมาชิกทุกคนโดยแจกให้ศึกษา
3. ลูกเสือ - เนตรนารีแต่ละคน ศึกษาวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับการหุงข้าวด้วยหม้อสนาม ด้วยการอ่าน และปฏิบัติตามภาพ ในบัตรกิจกรรมการฝึกทักษะ
4. เมื่อสมาชิกแต่ละคนช่วยกันปฏิบัติ โดยนายหมู่เป็นคนสั่ง เมื่อปฏิบัติเสร็จ
5. ผู้บังคับบัญชามาประเมินผลการทำงานกลุ่ม



ภาพที่ 14 ลูกเสือหุงข้าวด้วยหม้อสนาม
ที่มาของภาพ : นายยุทธนา นาอุดม ,2556

เพื่อนๆ ก่อนทำกิจกรรมควรอ่านบัตรคำสั่งก่อนนะครับ



บัตรกิจกรรมการฝึกทักษะ

ศูนย์ที่ 2 การหุงข้าวด้วยหม้อสนาม

คำสั่ง ให้ลูกเสือ-เนตรนารีศึกษาวิธีการหุงข้าวด้วยหม้อสนาม แล้วช่วยกันปฏิบัติการหุงข้าวด้วยหม้อสนามตามวิธีการและขั้นตอน

วิธีการหุงข้าวด้วยหม้อสนาม

1. ใช้ฝารองในหม้อตวงข้าวสาร ปริมาณ 1 ฝา (น้ำหนักข้าวประมาณ 350 กรัม) ข้าวขาว 1 ครั้ง
2. ตวงน้ำเปล่าใส่หม้อ ให้ปริมาณเท่ากับขีดที่กำหนดในหม้อ
3. ปิดฝา ยกขึ้นตั้งไฟแรง จนน้ำเดือด พอน้ำเริ่มแห้ง ใช้ช้อนเคาะข้างหม้อ เสียงจะดังทึบ
4. ลดไฟลงตั้ง ไฟอีกประมาณ 5 – 10 นาที ข้าวก็จะสุก สวย พร้อมรับประทาน



ภาพที่ 15 วิธีการหุงข้าวด้วยหม้อสนาม
ที่มาของภาพ : นายยุทธนา นาอุดม ,2555

