

หลักสูตร การทำกล้วยทอด
จำนวน 3 ชั่วโมง
กลุ่มอาชีพ พาณิชยกรรมและบริการ

๑. ความเป็นมา

กล้วยเป็นผลไม้ที่คนไทยรู้จักมานาน เป็นผลไม้ที่ให้ประโยชน์มากมาย เป็นผลให้มีการปลูก อย่างแพร่หลายทั่วทุกภาคของประเทศ บ้างปลูกไว้กินภายในครัวเรือน บ้างปลูกไว้ขาย ทำเป็นธุรกิจ สำหรับผู้ที่บริโภคกล้วย ส่วนใหญ่จะบริโภคเป็นผลสุก เพราะได้รสชาติของกล้วยและวิตามินสูง หากกล้วยออกจนวนมากแล้วไม่มีวิธีถนอมอาหาร ก็จะทำให้เน่าเสีย ด้วยภูมิปัญญาไทย ทางพ่อค้าแม่ค้าสมัยก่อน จึงได้เริ่มนำกล้วย มาแปรรูป เช่นการนำกล้วยมาทำเป็นกล้วยทอดกล้วยทอด กล้วยเชื่อม หรือ กล้วยกวน ซึ่งเป็นวิธีถนอมอาหารไว้กินได้นานหลายเดือน

ประชาชนนิยมปลูกกล้วยกันเป็นจำนวนมาก เนื่องจากได้รับ แนวคิดและการรณรงค์จากทางราชการให้ประชาชนปลูกกล้วย เพื่อเป็นอาชีพเสริมนอกเหนือจากการทำสวนซึ่ง เป็นอาชีพหลัก จึงส่งผลกระทบต่อผลิตจากกล้วยล้นตลาด สุกงอบกินไม่ทัน อีกทั้งราคาค่อนข้างตกต่ำ สกร.อำเภอยักษ์ภูมิพิสัย ซึ่งเป็นหน่วยจัดการศึกษาให้กับประชาชนทุกรูปแบบจึงได้เพิ่มโอกาสในการสร้างงาน สร้างรายได้ให้กับ ประชาชน ให้สามารถพึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืน จึงจัดหลักสูตรอาชีพการทำกล้วยทอด เพื่อเป็นการใช้ เทคโนโลยีด้านการถนอมอาหาร สร้างอาชีพเสริมรายได้ ให้เป็นทางเลือกอีกทางหนึ่งสำหรับประชาชน

2. จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการทำกล้วยทอด
2. เพื่อให้ผู้เรียนมีกิจกรรมทำในยามว่างให้เกิดประโยชน์
3. เพื่อให้ผู้เรียนมีรายได้เสริม
4. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถนำความรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันและไปประกอบอาชีพเสริมได้

3. กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายคือประชาชนกลุ่มเป้าหมายนอกระบบโรงเรียน

1. ผู้ที่ไม่มีอาชีพ
2. ผู้ที่มีอาชีพและต้องการพัฒนาอาชีพ

4. ระยะเวลา

ระยะเวลาตลอดหลักสูตร จำนวน 3 ชั่วโมง

1. ภาคทฤษฎี จำนวน 1 ชั่วโมง
2. ภาคปฏิบัติ จำนวน 2 ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตรการทำกล้วยทอด

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์	เนื้อหา	จำนวนชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1	ช่องทางการประกอบอาชีพ การทำกล้วยทอด	1. บอกความสำคัญใน การประกอบอาชีพการทำกล้วยทอดได้ 2. บอกความเป็นไปได้ใน การประกอบอาชีพการทำกล้วยทอดได้ 3. บอกและหาแหล่ง เรียนรู้ ในการประกอบ อาชีพการทำกล้วยทอดได้ 4.บอกทิศทางการ ประกอบอาชีพได้ 5. ความสำคัญของการประกอบอาชีพ 6.ความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพ - ความ ต้องการของตลาด - การจัดหาวัสดุ วัตถุดิบ	1. บอกความสำคัญ ของการประกอบอาชีพได้ 2. บอกความเป็นไปได้ ในการประกอบอาชีพได้ 3. บอกและหาแหล่ง เรียนรู้ ได้ 4 .บอกทิศทางการ ประกอบอาชีพได้ 5. ความสำคัญของการประกอบอาชีพ 6. ความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพ	1	
2	ทักษะการประกอบอาชีพ การทำกล้วยทอด	อาชีพการทำกล้วยทอด 2.1 สามารถใช้วัสดุ อุปกรณ์ได้อย่างถูกต้องและปลอดภัยได้ 2.2 สามารถคัดเลือก วัสดุ วัตถุดิบ อุปกรณ์ได้ อย่างถูกต้อง 2.3 สามารถคำนวณ วัสดุ อุปกรณ์ และค่าใช้จ่ายได้ 1.ความสำคัญและการนำผลผลิตในชุมชนมาเพิ่มมูลค่า	การทำกล้วยทอด 2.1 ใช้วัสดุ อุปกรณ์ได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย 2.2 คัดเลือก วัสดุ วัตถุดิบ อุปกรณ์ ได้อย่างถูกต้อง 2.3 คำนวณวัสดุอุปกรณ์ และค่าใช้จ่ายได้ 1.ความสำคัญและการนำผลผลิตในชุมชนมาเพิ่มมูลค่า 2. ความรู้ทั่วไป เกี่ยวกับ การเลือกซื้อเลือกใช้ วัตถุดิบ วัสดุ อุปกรณ์ 3. การทำกล้วยทอด 4. การฝึกทักษะทำกล้วยทอด		1

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์	เนื้อหา	จำนวนชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		2.เลือกซื้อเลือกใช้ วัสดุดิบ วัสดุอุปกรณ์ 3. การทำกล้วยทอด 4. การฝึกทักษะการทำ กล้วยทอด			1
3	การบริหาร จัดการในการ ประกอบอาชีพ การทำกล้วยทอด การประกอบ อาชีพได้	การบริหารจัดการในการ ประกอบอาชีพการทำกล้วย ทอด 3.1 สามารถควบคุม คุณภาพ และลดต้นทุนได้ 3.2 สามารถวางแผน และ ประชาสัมพันธ์/หา ลูกค้า ได้ 3.3 สามารถจัดการ ความ เสี่ยงในการ ประกอบอาชีพได้	การทำกล้วยทอด 3.1 สามารถควบคุม คุณภาพ และลดต้นทุนได้ 3.2 สามารถวางแผน และ ประชาสัมพันธ์/หาลูกค้าได้ 3.3 สามารถจัดการความเสี่ยง ในการประกอบอาชีพได้		
รวมจำนวนทั้งหมด 3 ชั่วโมง				1 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง

5. เนื้อหาหลักสูตร

1. การทำก๊วยทอด
2. การบริหารจัดการในการประกอบอาชีพการทำก๊วยทอด
3. โครงสร้างการประกอบอาชีพการทำก๊วยทอด

6. การจัดการเรียนรู้

1. ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร/ภูมิปัญญา
2. การศึกษาดูงานจากแหล่งเรียนรู้
3. การแลกเปลี่ยนเรียนรู้
4. การฝึกปฏิบัติจริง

หมายเหตุ การจัดการกระบวนการเรียนรู้ แบ่งเป็น 3 ระยะ

ระยะที่ 1 เรื่องที่ 1 - 3 ศึกษาทฤษฎีและฝึกปฏิบัติจริงตามโครงสร้างหลักสูตร

(เรียนรู้ร่วมกับวิทยากร)

ระยะที่ 2 เรื่องที่ 3 ผู้เรียนฝึกและเรียนรู้ด้วยตนเอง

ระยะที่ 3 เรื่องที่ 4 ศึกษาทฤษฎีและฝึกปฏิบัติจริงตามโครงสร้างหลักสูตร

(เรียนรู้ร่วมกับวิทยากร)

7. สื่อการเรียนรู้

ในกระบวนการจัดการเรียนรู้ใช้สื่อที่หลากหลาย เช่น สื่อสิ่งพิมพ์ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ สถานประกอบการ สื่อจริง และสื่อบุคคลในชุมชน

1. วิทยากร/ ภูมิปัญญาท้องถิ่นให้ความรู้
2. VCD / หนังสือ
3. Internet
4. ศึกษาดูงานจากกลุ่มอาชีพตัวอย่าง/แหล่งเรียนรู้

8. การวัดและประเมินผล

1. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีก่อนเรียนและหลังเรียน
2. การประเมินผลงานก่อนเรียนจากการปฏิบัติ ได้ผลงานที่มีคุณภาพสามารถสร้างรายได้และ

จบหลักสูตร

9. การจบหลักสูตร

1. มีระยะเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. มีผลการเรียนผ่านตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 ตามเกณฑ์ที่กำหนดดังนี้
 - 2.1 ภาคทฤษฎี สัดส่วนร้อยละ 20
 - 2.2 ภาคปฏิบัติ สัดส่วนร้อยละ 80

10.เอกสารหลักฐานการศึกษาที่จะได้รับหลังจากจบหลักสูตร

1. หลักฐานการเข้าเรียนตลอดหลักสูตร
2. ทะเบียนคุณวุฒิบัตร
3. วุฒิบัตรออกโดยสถานศึกษาที่มีการจัดการเรียนรู้

11. การเทียบโอน

ผู้เรียนที่จบหลักสูตรการทำกล้วยทอด อาจนำผลไปเทียบโอนผลการเรียนกับหลักสูตรการศึกษา

นอกระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 หรืออื่น ๆ ได้ตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

แบบทดสอบก่อนเรียน

๑. ขั้นตอนแรกในการทำกล้วยทอดคืออะไร?
 - ก. นำกล้วยไปต้ม
 - ข. ปอกเปลือกกล้วย
 - ค. นำกล้วยไปทอด
 - ง. ปิ้งกล้วย
๒. ประเภทของกล้วยที่นิยมใช้ทำกล้วยฉาบคือกล้วยประเภทใด?
 - ก. กล้วยน้ำว้า
 - ข. กล้วยหอม
 - ค. กล้วยไข่
 - ง. กล้วยตานี
๓. ขั้นตอนการหั่นกล้วยทอดควรหั่นแบบใด?
 - ก. หั่นเป็นชิ้นหนา
 - ข. หั่นเป็นชิ้นบางขนาดพอเหมาะ
 - ค. หั่นเป็นลูกเต๋า
 - ง. หั่นเป็นเส้นยาว
๔. การทอดกล้วยควรใช้น้ำมันประเภทใด?
 - ก. น้ำมันมะกอก
 - ข. น้ำมันงา
 - ค. น้ำมันมะพร้าว
 - ง. น้ำมันพืช
๕. การปิ้งกล้วยทอดสามารถใช้วัตถุใดในการเพิ่มรสชาติ?
 - ก. น้ำตาลทราย
 - ข. งา
 - ค. งาขาว
 - ง. กล้วยทุกข้อ
๖. ระยะเวลาที่เหมาะสมในการทอดกล้วยคือเท่าไร?
 - ก. 1-2 นาที
 - ข. 2-3 นาที
 - ค. 3-4 นาที
 - ง. 10-15 นาที

๗. อุณหภูมิที่เหมาะสมในการทอดกล้วยคือเท่าไร?

- ก. 120-140 องศาเซลเซียส
- ข. 140-160 องศาเซลเซียส
- ค. 160-180 องศาเซลเซียส
- ง. 180-200 องศาเซลเซียส

๘. การเก็บรักษากล้วยทอดควรเก็บในภาชนะใด?

- ก. ภาชนะที่มีฝาปิด
- ข. ภาชนะที่เปิด
- ค. ถุงพลาสติกที่เล็ก
- ง. ถุงที่มีขนาดใหญ่

๙. กล้วยทอดที่ดีควรมีลักษณะอย่างไร?

- ก. กรอบและเปรี้ยว
- ข. กรอบนุ่มและหวาน
- ค. แข็งและจืด
- ง. นุ่มและเค็ม

๑๐. การจัดเสิร์ฟกล้วยทอดสามารถทำได้แบบใด?

- ก. ใส่ในถุงกระดาษ
- ข. ใส่ในกล่องพลาสติก
- ค. ใส่ในจาน
- ง. ถูกทุกข้อ

เฉลย

1.ข 2.ก 3.ข 4.ง 5.ง 6.ค 7.ก 8.ข 9.ข 10.ง

ใบความรู้ การทำกล้วยทอด

วิธีทำกล้วยทอด ผลิตจากสวน หลายคนปลูกกล้วย ทั้งไว้พื้นที่ว่างเปล่าที่มีอยู่จนให้ผลผลิตมากมาย เก็บกินเอง เก็บขายผลสด และนำมาประกอบอาหาร หากกล้วยที่ปลูกให้ผลเยอะเหลือกิน ลองรู้จักวิธีทำกล้วยทอด แล้วลองแปรรูปเป็นกล้วยทอด กรอบกรอบ นุ่ม หวานอร่อย ซึ่งขั้นตอนง่ายๆ จากสวนกล้วยอุ้มทอง จังหวัดสุพรรณบุรี กล้วยมีคุณสมบัติหลากหลาย นำมาประกอบและแปรรูปอาหารได้หลายอย่าง ให้คุณค่าทางอาหารที่เพียงพอหลายอย่าง คนไทยจึงนิยมนำกล้วยสุกป้อนในเด็กทารกกิน เพื่อเพิ่มใยอาหารและสารอาหารให้กับร่างกาย และยังช่วยขับถ่ายได้ดีขึ้นอีกด้วย ทั้งยังสร้างรายได้ให้ครอบครัวได้ไม่น้อยในปัจจุบัน

เช่นเดียวกับ การปลูกกล้วยน้ำว้า ที่เริ่มต้นจากการปลูกกล้วยบนพื้นที่ว่างเปล่ากัน จนสามารถให้ผลผลิตได้มากมาย ขายผลสด ทำขนมกล้วยทอด กล้วยบวดชีก็แล้ว ก็ยังมีผลให้เก็บเรื่อยๆ วันนี้มาลองทำ กล้วยทอด กรอบกรอบกัน กระบวนการและขั้นตอนไม่ยากเลย



ส่วนผสมกล้วยทอด

- กล้วยน้ำว้า 1 หวี (วันนี้ใช้ไปแค่ 8 ลูก เพราะว่าลูกใหญ่)
- แป้งทอดกรอบ (โกกิ) 1 ถ้วย (แป้งสาลีอเนกประสงค์หรือแป้งข้าวเจ้า)
- กะทิ 1/2 ถ้วย
- น้ำเปล่า 1/4 ถ้วย
- น้ำตาลทราย 1 ถ้วย
- มะพร้าวขูด 1 ถ้วย
- งาขาวคั่ว 1 ถ้วย
- น้ำปูนใส 2 ช้อนโต๊ะ
- เกลือ 1 ช้อนชา
- น้ำมันสำหรับทอด 2 ถ้วย

วิธีทำกล้วยทอด

1. ใส่แป้งโกกิหรือแป้งทอดกรอบลงในอ่างใหญ่หน่อย



2. ใส่กะทิลงไปและคลุกเคล้าผสมกะทิกับแป้งให้เข้ากันดี



3. เมื่อน้ำตาลทรายกับแป้งละลายเข้ากันดีแล้วใส่มะพร้าวขูดลงไปแล้วผสมทุกอย่างให้เข้ากัน



4. นำกล้วยน้ำว้าฝานใส่ลงไปในส่วนผสมแป้งแล้วทอดกันค่ะ ลูกหนึ่งนี้ตาฝานแค่ 3 ชั้น ตาชอบเป็นชั้นหนาพอเหมาะ



5.เสร็จแล้วก็ตั้งกระทะใช้ไฟกลาง ๆ ไปทางร้อนใส่น้ำมันลงไป เอากล้วยชุบแป้งลงทอดเลย



6.พอทอดจนกล้วยเหลืองกรอบได้ที่แล้วตักขึ้นเลยคะ พักไว้บนกระดาษชอนเนกประสงค์



แบบทดสอบหลังเรียน

๑. ขั้นตอนแรกในการทำกล้วยทอดคืออะไร?
 - ก. นำกล้วยไปต้ม
 - ข. ปอกเปลือกกล้วย
 - ค. นำกล้วยไปทอด
 - ง. ปิ้งกล้วย
๒. ประเภทของกล้วยที่นิยมใช้ทำกล้วยฉาบคือกล้วยประเภทใด?
 - ก. กล้วยน้ำว้า
 - ข. กล้วยหอม
 - ค. กล้วยไข่
 - ง. กล้วยตานี
๓. ขั้นตอนการหั่นกล้วยทอดควรหั่นแบบใด?
 - ก. หั่นเป็นชิ้นหนา
 - ข. หั่นเป็นชิ้นบางขนาดพอเหมาะ
 - ค. หั่นเป็นลูกเต๋า
 - ง. หั่นเป็นเส้นยาว
๔. การทอดกล้วยควรใช้น้ำมันประเภทใด?
 - ก. น้ำมันมะกอก
 - ข. น้ำมันงา
 - ค. น้ำมันมะพร้าว
 - ง. น้ำมันพืช
๕. การปิ้งกล้วยทอดสามารถใช้วัตถุใดในการเพิ่มรสชาติ?
 - ก. น้ำตาลทราย
 - ข. งา
 - ค. งาขาว
 - ง. กล้วยทอด
๖. ระยะเวลาที่เหมาะสมในการทอดกล้วยคือเท่าไร?
 - ก. 1-2 นาที
 - ข. 2-3 นาที
 - ค. 3-4 นาที
 - ง. 10-15 นาที

๗. อุณหภูมิที่เหมาะสมในการทอดกล้วยคือเท่าไร?

- ก. 120-140 องศาเซลเซียส
- ข. 140-160 องศาเซลเซียส
- ค. 160-180 องศาเซลเซียส
- ง. 180-200 องศาเซลเซียส

๘. การเก็บรักษากล้วยทอดควรเก็บในภาชนะใด?

- ก. ภาชนะที่มีฝาปิด
- ข. ภาชนะที่เปิด
- ค. ถุงพลาสติกที่เล็ก
- ง. ถุงที่มีขนาดใหญ่

๙. กล้วยทอดที่ดีควรมีลักษณะอย่างไร?

- ก. กรอบและเปรี้ยว
- ข. กรอบนุ่มและหวาน
- ค. แข็งและจืด
- ง. นุ่มและเค็ม

๑๐. การจัดเสิร์ฟกล้วยทอดสามารถทำได้แบบใด?

- ก. ใส่ในถุงกระดาษ
- ข. ใส่ในกล่องพลาสติก
- ค. ใส่ในจาน
- ง. ถูกทุกข้อ

เฉลย

1.ข 2.ก 3.ข 4.ง 5.ง 6.ค 7.ก 8.ข 9.ข 10.ง