

หลักสูตรการทำขนมลื้มกลืนไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว
จำนวน ๖ ชั่วโมง
สอดคล้องกับบริบทชุมชน

ความเป็นมา

โครงการศูนย์ฝึกอาชีพชุมชน ตามพระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ. ๒๕๖๖ มาตรา ๙ การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง มีเป้าหมายเพื่อพัฒนาศักยภาพทักษะและความเชี่ยวชาญเฉพาะด้านตามความถนัดของตน การประกอบอาชีพ การพัฒนาอาชีพ การยกระดับคุณภาพชีวิตของตน ครอบครัว ชุมชน สังคม หรือเพื่อประโยชน์แห่งความรอบรู้ของตน โดยอาจได้รับการรับรองคุณวุฒิตามความเหมาะสม มีความสอดคล้องกับแผนระดับต่าง ๆ ในการดำเนินการขับเคลื่อนโครงการ ฯ ที่มีความสอดคล้องกับนโยบายและจุดเน้นการดำเนินงานของกรมส่งเสริมการเรียนรู้ (สกร.) ภายใต้แนวคิด “สกร. Learn to Earn สร้างงาน สร้างรายได้ ส่งเสริมการเรียนรู้” ซึ่งมุ่งเน้นการพัฒนาหลักสูตรที่สอดคล้องกับความต้องการของประชาชน โดยเน้นการเรียนรู้จากการปฏิบัติจริงและฝึกทักษะอาชีพที่สามารถนำไปใช้ในการประกอบอาชีพได้อย่างแท้จริง

จากการสำรวจข้อมูลประชาชนในพื้นที่ พบว่าการประกอบอาชีพหลักส่วนใหญ่จะประกอบอาชีพการเกษตร รองลงมาคือรับจ้าง และมีกลุ่มแม่บ้าน ซึ่งไม่ได้ประกอบอาชีพ และด้วยสถานการณ์สภาวะเศรษฐกิจตกต่ำ ส่งผลให้ประชาชนมีรายได้ไม่เพียงพอกับปัจจุบัน ต้องการประกอบอาชีพเสริม เพื่อสร้างรายได้เสริมให้กับคนในชุมชน มีช่องทางในการประกอบอาชีพ มีแนวทางในการรวมกลุ่มอาชีพ และพัฒนาอาชีพโดยใช้เทคโนโลยีสารสนเทศให้เกิดประโยชน์และมีประสิทธิภาพ

ด้วยเหตุนี้ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอเมืองพิจิตร จัดทำหลักสูตรการทำขนมลื้มกลืนไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนกลุ่มเป้าหมาย ให้ได้มีโอกาสในการเรียนรู้ด้านวิชาชีพ ตามความชอบและวัตถุดิบหาง่าย เพื่อที่จะได้นำความรู้ไปประกอบอาชีพ ช่วยเหลือครอบครัว และเป็นการลดปัญหาการว่างงาน เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมีทักษะและ สร้างรายได้ให้กับตนเอง ครอบครัว ชุมชนต่อไป

หลักการของหลักสูตร

๑. เป็นหลักสูตรที่เน้นการจัดการศึกษาอาชีพเพื่อการมีงานทำ ที่เน้นการบูรณาการเนื้อหาสาระภาคทฤษฎีควบคู่ไปกับการฝึกปฏิบัติจริง ผู้เรียนสามารถนำความรู้และทักษะไปประกอบอาชีพได้จริงอย่างมีคุณภาพและมีคุณธรรมจริยธรรม

๒. เป็นหลักสูตรที่เน้นการดำเนินงานร่วมกับเครือข่าย สถานประกอบการ เพื่อประโยชน์ในการประกอบอาชีพและการศึกษาดูงาน

๓. เป็นหลักสูตรที่เน้นการใช้ศักยภาพ ๕ ด้าน ในการประกอบอาชีพ ได้แก่ ศักยภาพด้านทรัพยากรภูมิอากาศ ภูมิประเทศและทำเลที่ตั้ง ศิลปวัฒนธรรมประเพณีและวิถีชีวิตและด้านทรัพยากรมนุษย์

จุดหมาย

เพื่อให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะดังนี้

๑. มีความรู้และทักษะในการประกอบอาชีพ สามารถสร้างรายได้ที่มั่นคงมีคั่ง
๒. ตัดสินใจประกอบอาชีพให้สอดคล้องกับศักยภาพของตนเอง ชุมชน สังคมและสิ่งแวดล้อมอย่างมีคุณธรรมจริยธรรม
๓. มีเจตคติที่ดีในการประกอบอาชีพ
๔. มีความรู้ความเข้าใจและฝึกทักษะการบริหารจัดการในอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ
๕. มีโครงการประกอบอาชีพเพื่อใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาอาชีพของตนเอง

กลุ่มเป้าหมาย

มี ๒ กลุ่มเป้าหมาย คือ

๑. ผู้ที่ไม่มีอาชีพ
๒. ผู้ที่มีอาชีพและต้องการพัฒนาอาชีพ

ระยะเวลา

จำนวน ๖ ชั่วโมง

๑. ภาคทฤษฎี ๑ ชั่วโมง
๒. ภาคปฏิบัติ ๕ ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร

๑. ช่องทางการประกอบอาชีพ จำนวน ๒๐ นาที
 - ช่องทางการประกอบอาชีพ ความสำคัญและประโยชน์ของการทำขนมลื้มกลืนไส้กะทิลาวา , ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว
 - ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการทำขนมลื้มกลืนไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว
๒. ทักษะการประกอบอาชีพ จำนวน ๕ ชั่วโมง
 - การเตรียมอุปกรณ์เครื่องมือ
 - การเตรียมส่วนผสม
 - วิธีการทำขนมลื้มกลืนไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว
 - วิธีการบรรจุภัณฑ์และเก็บรักษา
๓. การบริหารจัดการในการประกอบอาชีพ จำนวน ๒๐ นาที
 - การคำนวณวัสดุ อุปกรณ์
 - การเลือกวัสดุที่มีอยู่ในท้องถิ่นทดแทนเพื่อเป็นการลดต้นทุนหรือเพิ่มทางเลือกให้กับผู้บริโภค
 - ช่องทางการตลาด
 - คำนวณต้นทุน กำไร ขาดทุน
๔. โครงการงานประกอบอาชีพการทำขนมลื้มกลืนไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว จำนวน ๒๐ นาที โดยแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในประเด็น
 - การกำหนดกลุ่มเป้าหมายและแหล่งจำหน่าย
 - การจัดการต้นทุน กำหนดราคาขาย
 - การวิเคราะห์ระยะเวลาการผลิต จำหน่าย
 - การวิเคราะห์เพื่อกำหนดเป็นประเภทอาชีพหลัก/อาชีพเสริมในการประกอบอาชีพ

การจัดกระบวนการเรียนรู้

๑. จัดกิจกรรมสำรวจและวิเคราะห์ตนเอง ทรัพยากร อาชีพและความต้องการของตลาด เพื่อให้ผู้เรียนเห็นช่องทางการประกอบอาชีพ

๒. จัดกิจกรรมวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้กระบวนการคิดเป็นและความเป็นไปได้ และหรือการศึกษาดูงานเพื่อการตัดสินใจเลือกประกอบอาชีพ

๓. ฝึกทักษะการประกอบอาชีพ

- เรียนรู้จากวิทยากร
- เรียนรู้ด้วยตนเอง จากสื่อต่าง ๆ แหล่งเรียนรู้ ผู้รู้
- เรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติจริง
- เรียนรู้จากกลุ่ม โดยการพบกลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้

๔. จัดกิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับ การบริหารจัดการในการประกอบอาชีพ การบริหารจัดการ การผลิตและการบริหารจัดการทางการตลาด

สื่อการเรียนรู้

๑. เอกสารประกอบการเรียนรู้การทำขนมลิ้มกลิ่นไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว / ใบความรู้

๒. แหล่งเรียนรู้ / อินเทอร์เน็ตในเว็บไซต์ต่าง ๆ

๓. วิทยากรผู้เชี่ยวชาญ / ภูมิปัญญา

๔. วัสดุฝึกจริง

๕. การแลกเปลี่ยนเรียนรู้

การวัดและประเมินผล

๑. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีและปฏิบัติงานระหว่างเรียนและจบหลักสูตร

๒. แบบประเมินผลการอบรม (แบบ พต๑๐)

๓. แบบรายงานผลการอบรม (แบบ พต.๑๓)

๔. แบบประเมินความพึงพอใจ (แบบ พต.๑๒)

๕. บันทึกการนิเทศการฝึกอบรม (แบบ พต.๑๑)

การจบหลักสูตร

๑. มีเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตามหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐

๒. มีผลการประเมินผ่านตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐

๓. มีผลงานผ่านการประเมินทดสอบที่มีคุณภาพตามหลักโภชนาการ

รายละเอียดโครงสร้างหลักสูตรการทำขนมลิ่มกลิ้งไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว จำนวน ๖ ชั่วโมง

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๑. ช่องทางการประกอบอาชีพ	๑.๑ บอกความสำคัญของการประกอบอาชีพการทำขนมลิ่มกลิ้งไส้กะทิลาวาและขนมหม้อแกงเผือกได้ ๑.๒ บอกความเป็นไปได้ในอาชีพการทำขนมลิ่มกลิ้งไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว ได้ ๑.๓ บอกทิศทางการประกอบอาชีพได้	๑.๑ ความสำคัญของการประกอบอาชีพการทำขนมลิ่มกลิ้งไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว ๑.๒ ความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพ ๑.๓ ทิศทางการประกอบอาชีพ	๑.๑ ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร สื่อของจริง สื่อบุคคล ในชุมชนเพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์และใช้ในการประกอบอาชีพที่มีความเป็นไปได้ในชุมชน ๑.๒ วิทยากรผู้สอน และผู้เรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับทิศทางการประกอบอาชีพ ที่เหมาะสมกับตนเอง โดยคำนึงศักยภาพ ๕ ด้าน ได้แก่ ศักยภาพทรัพยากรธรรมชาติในแต่ละพื้นที่ ศักยภาพของพื้นที่ตามลักษณะภูมิอากาศ ศักยภาพของภูมิประเทศ และทำเลที่ตั้งของแต่ละประเทศ วิถีชีวิตของแต่ละพื้นที่และศักยภาพของทรัพยากรมนุษย์ในแต่ละพื้นที่	๒๐ นาที	-
๒. ทักษะการประกอบอาชีพการทำขนมลิ่มกลิ้งไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว	๒.๑ บอกประวัติการทำขนมลิ่มกลิ้งไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว ได้ ๒.๒ บอกอุปกรณ์การทำขนมลิ่มกลิ้งไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่วได้ ๒.๓ สามารถทำขนมลิ่มกลิ้งไส้กะทิลาวาและขนมหม้อแกงเผือกได้ ๒.๔ การออกแบบบรรจุภัณฑ์ได้เหมาะสมกับผลิตภัณฑ์ได้	๒.๑ วัสดุและอุปกรณ์ในการทำขนมลิ่มกลิ้งไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว <u>การทำขนมลิ่มกลิ้งไส้กะทิลาวา</u> ๑. วัสดุและอุปกรณ์ - หม้อ ๒ ใบ - ตะกร้อมือ - ช้อนตวง - ถ้วยตวง - พายซิลิโคนหรือทัพพีไม้ - ถ้วยขนมพลาสติกหรือแก้ว ขนาด ๒-๓ ออนซ์ - กระชอนกรอง - ถุงปิบ (สำหรับใส่ไส้ลาวา)	๒.๑ จัดให้ผู้เรียนศึกษาเอกสารเกี่ยวกับประวัติการทำขนมลิ่มกลิ้งไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว ๒.๒ จัดให้ผู้เรียนศึกษาอุปกรณ์ในการทำขนมลิ่มกลิ้งไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว ๒.๓ การทำขนมลิ่มกลิ้งไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว และฝึกปฏิบัติ ๒.๔ วิธีการเลือกบรรจุภัณฑ์และการออกแบบบรรจุภัณฑ์ที่เหมาะสม		๕ ชั่วโมง

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		๒. ส่วนผสม ๒.๑ ตัวขนม - แป้งข้าวเจ้า ๕๐ กรัม - น้ำตาลทราย ๘๐ กรัม - กะทิ ๒๕๐ มิลลิลิตร - น้ำเปล่า ๒๕๐ มิลลิลิตร - ใบเตย ๒-๓ ใบ (มัดปม เพื่อเพิ่มกลิ่นหอม) ๒.๒ ไส้กะทิลาวา - กะทิ ๑๕๐ มิลลิลิตร - นมข้นหวาน ๔๐ กรัม - น้ำตาลทราย ๒๐ กรัม - แป้งข้าวโพด ๑ ช้อนชา - เกลือ ๑/๔ ช้อนชา ๒.๓ หน้ากะทิ - กะทิ ๒๕๐ มิลลิลิตร - แป้งข้าวเจ้า ๑๕ กรัม - เกลือ ๑/๒ ช้อนชา - น้ำตาลทราย ๒๐ กรัม ๓. ขั้นตอนการทำ ขั้นตอนที่ ๑ ทำไส้กะทิลาวา ๑. ผสมกะทิ นมข้นหวาน น้ำตาล แป้งข้าวโพด และเกลือให้เข้ากัน ๒. ตั้งไฟอ่อน คนตลอดเวลาจนส่วนผสมข้นเล็กน้อย แต่ยังไหลได้ ๓. พักให้เย็น แล้วใส่ถุงบีบ เตรียมไว้			

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		ขั้นตอนที่ ๒ ทำตัวขนม - ผสมแป้งข้าวเหนียว น้ำตาล กะทิ และน้ำเปล่า คนให้ละลาย - กรองผ่านกระชอน - ใส่ใบเตยแล้วตั้งไฟกลาง คนตลอดเวลา - เมื่อส่วนผสมขึ้นและใส ยกลงจากเตา - ตักใส่ถ้วยประมาณครึ่งถ้วย ขั้นตอนที่ ๓ ใส่ไส้ลาวา - รอให้ตัวขนมเซตตัว ประมาณ ๕-๑๐ นาที - บีบไส้กะทิลาวาลงตรงกลาง ประมาณ ๑-๒ ช้อนชา ขั้นตอนที่ ๔ ทำหน้ากะทิ - ผสมกะทิ แป้งข้าวเจ้า เกลือและน้ำตาล - ตั้งไฟอ่อน คนจนข้นเล็กน้อย - พักให้คลายร้อน ขั้นตอนที่ ๕ ประกอบขนม - เทหน้ากะทิลงปิดทับไส้ลาวาให้มิด - พักให้เย็นสนิท แล้วนำเข้าตู้เย็นประมาณ ๑-๒ ชั่วโมงก่อนเสิร์ฟ เคล็ดลับ : - ใช้กะทิคั้นสด จะได้กลิ่นหอมและรสมันกว่า - ไส้ลาวาไม่ควรข้นเกินไป เพื่อให้ไหลเมื่อรับประทาน - ตัวขนมควรมีความนุ่มเต่ง ไม่แข็งหรือเหลวเกินไป			

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		- แช่เย็นก่อนเสิร์ฟ จะช่วยให้รสชาติสดชื่นและเนื้อสัมผัสดียิ่งขึ้น ขนมถั่วแปบ วัสดุและอุปกรณ์ ส่วนแบ่ง - แบ่งข้าวเหนียว ๕๐๐ กรัม - น้ำอุ่น ๓๕๐-๔๐๐ มิลลิลิตร - น้ำมันพืช ๑ ช้อนโต๊ะ (ช่วยให้แป้งนุ่ม) ส่วนไส้ - มะพร้าวทึนทึกชุดเส้น ๓๐๐ กรัม - เกลือป่น ½ ช้อนชา ส่วนคลุกหน้า - ถั่วเขียวซีกเลาะเปลือก ๓๐๐ กรัม - งาขาวคั่ว ๒ ช้อนโต๊ะ - น้ำตาลทราย ๑๐๐-๑๕๐ กรัม (ปรับตามความชอบ) - เกลือป่น ½ ช้อนชา อุปกรณ์ - ชามผสม - หม้อนึ่ง พร้อมลังถึง - ผ้าขาวบาง - หม้อต้มน้ำ - กระชอน - ช้อน - ถาดหรือภาชนะสำหรับพักขนม - ครกหรือเครื่องบดสำหรับบดถั่ว - กระทะสำหรับคั่วถั่วและงา - ตาข่าย - ถ้วยตวงและช้อนตวง - มีดหรือกรรไกร (ตัดใบเตย)			

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		วิธีการทำ ๑. เตรียมถั่วสำหรับคลุก - ล้างถั่วเขียวซีกให้สะอาด - แช่น้ำประมาณ ๒-๓ ชั่วโมง - นึ่งจนสุกประมาณ ๒๐-๒๕ นาที - นำไปคั่วไฟอ่อนให้แห้ง - บดพอหยาบ - ผสมกับงาคั่ว น้ำตาลทราย และเกลือ พักไว้ ๒. เตรียมมะพร้าว - ผสมมะพร้าวขูดกับเกลือ - นึ่งประมาณ ๕-๑๐ นาที เพื่อยืดอายุการเก็บรักษา - พักให้เย็น ๓. ทำแป้ง - ใส่แป้งข้าวเหนียวลงในชาม - ค่อย ๆ เติมน้ำอุ่น นวดจนแป้งเนียน - เติมน้ำมันพืช นวดต่อจนแป้งนุ่ม ไม่ติดมือ - ปิดพักแป้งประมาณ ๑๐-๑๕ นาที ๔. ปั้นและต้มแป้ง - แบ่งแป้งเป็นก้อนขนาดพองคำ - กดให้แบนเล็กน้อย - ต้มในน้ำเดือด - เมื่อแป้งลอยขึ้น แสดงว่าสุก - ตักขึ้นแช่น้ำเย็นประมาณ ๑ นาที แล้วสะเด็ดน้ำ			

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		๕. ห่อไส้ - วางมะพร้าวบนแผ่นแป้ง - พับแป้งครึ่งหนึ่งให้หุ้มมะพร้าว ๖. คลุกถั่ว - นำขนมที่ห่อเสร็จคลุกกับส่วนผสมถั่วให้ทั่ว - จัดเรียงบนใบเตยหรือภาชนะ วิธีเสิร์ฟ - รับประทานขณะอุ่นจะอร่อยที่สุด - โรยงาคั่วเพิ่มเพื่อเพิ่มความหอม - เสิร์ฟพร้อมชา กาแฟ หรือเครื่องดื่มสมุนไพร <u>การทำขนมหม้อแกงเผือก</u> ๑. วัสดุและอุปกรณ์ - เตาอบ - ถาดอบหรือพิมพ์ขนม (ขนาด ๘ x ๘ นิ้ว) - ชามผสม - ตะกร้อมือ - เครื่องปั่นหรือส้อมสำหรับบดเผือก - กระชอนกรอง - ถ้วยตวงและช้อนตวง - หม้อสำหรับนึ่งเผือก - พายยาง ๒. ส่วนผสม ตัวขนม - เผือกนึ่งสุกบดละเอียด ๓๐๐ กรัม - ไข่เป็ด ๕ ฟอง (หรือไข่ไก่ ๖ ฟอง) - น้ำตาลปี๊บ ๑๘๐ กรัม			

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		- กะทิ ๔๐๐ มิลลิลิตร - แป้งข้าวเจ้า ๓๐ กรัม - เกลือป่น ๑/๒ ช้อนชา - ใบเตย ๒-๓ ใบ (สำหรับขยำกับกะทิ) หอมแดงเจียว - หอมแดงซอย ๑๐๐ กรัม - น้ำมันพืช ๑๐๐ มิลลิลิตร วิธีการทำ เตรียมเผือก - ปอกเปลือกเผือก ล้างให้สะอาด - หั่นเป็นชิ้น นึ่งประมาณ ๓๐ นาที จนสุก - บดหรือปั่นให้เนียน เตรียมหอมแดงเจียว - ซอยหอมแดงบาง ๆ - เจียวในน้ำมันด้วยไฟอ่อนจนเหลืองทอง - ตักขึ้นพักให้สะเด็ดน้ำมัน ผสมตัวขนม - ตีไข่กับน้ำตาลปี๊บจนเข้ากัน - เติมหอมแดง แป้งข้าวเจ้า และเกลือ คนให้ละลาย - ใส่เผือกบด คนให้เข้ากัน - กรองผ่านกระชอนเพื่อให้เนื้อเนียน อบขนม - เปิดเตาอบที่ ๑๘๐°C ประมาณ ๑๐ นาที - ทาขาดด้วยน้ำมันหรือเนยบาง ๆ - เทส่วนผสมลงถาด			

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		- นำเข้าอบประมาณ ๓๕-๔๕ นาที หรือจนหน้าขนมเป็นสีน้ำตาลทอง - หากต้องการหน้าขนมเข้มขึ้น เปิดไฟบนต่ออีก ๓-๕ นาที ตกแต่ง - พักให้ขนมเย็นลง - โรยหอมแดงเจียวให้ทั่ว - ตัดเป็นชิ้น พร้อมเสิร์ฟ เคล็ดลับความอร่อย - ใช้เปลือกหอมเนื้อแน่น จะได้รสชาติและกลิ่นที่ดี - ใช้กะทิคั้นสด จะทำให้ขนมหอมมันยิ่งขึ้น - กรองส่วนผสมก่อนอบ จะช่วยให้เนื้อขนมเนียนละเอียด - ไม่ควรอบไฟแรงเกินไป เพราะอาจทำให้หน้าขนมไหม้แต่ด้านในยังไม่สุก - พักขนมให้เย็นก่อนตัด จะได้ชิ้นสวย ไม่แตก <u>การทำขนมหม้อแกงถั่ว</u> ส่วนผสม - ถั่วเขียวชีกเลาะเปลือกนึ่งสุก ๓๐๐ กรัม - ไข่เป็ด ๕ ฟอง (หรือไข่ไก่ ๖ ฟอง) - กะทิ ๕๐๐ มิลลิลิตร - น้ำตาลโตนด ๒๕๐ กรัม - น้ำตาลทราย ๕๐ กรัม - หอมแดงซอย ๑๐๐ กรัม - น้ำมันพืชสำหรับเจียวหอม			

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		วิธีการทำ ๑. เตรียมถั่วเขียว - ล้างถั่วเขียวซีกให้สะอาด - แช่น้ำประมาณ ๓-๔ ชั่วโมง - นึ่งจนสุกนึ่งประมาณ ๒๕-๓๐ นาที - บดหรือปั่นให้ละเอียด พักไว้ ๒. เจียวหอมแดง - ซอยหอมแดงให้บาง - ตั้งกระทะใส่น้ำมัน ใช้ไฟกลาง - เจียวจนเหลืองทอง - ตักขึ้นพักให้สะเด็ดน้ำมัน เก็บน้ำมันเจียวหอมไว้ทาภาตและผสมในขนม จะช่วยเพิ่มความหอม ๓. เตรียมส่วนผสม - ตอกไข่ใส่อ่างผสม - ใส่น้ำตาลโตนดและน้ำตาลทราย - ขยำหรือคนจนน้ำตาลละลาย - เติมหะทิ แล้วคนให้เข้ากัน - ใส่ถั่วเขียวบด คนหรือปั่นจนเนื้อเนียนเป็นเนื้อเดียวกัน - กรองส่วนผสมผ่านกระชอนเพื่อให้เนื้อขนมละเอียด ๔. เตรียมถาดอบ - ทาน้ำมันเจียวหอมบาง ๆ ให้ทั่วถาด - เทส่วนผสมลงในถาด - เคาะถาดเบา ๆ ไล่ฟองอากาศ			

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		๕. อบขนม - อุ่นเตาอบที่อุณหภูมิ ๑๗๐-๑๘๐ องศาเซลเซียส - นำเข้าอบประมาณ ๔๕-๖๐ นาที - เมื่อหน้าขนมเริ่มเป็นสีน้ำตาลทอง ให้โรยหอมเจียวให้ทั่วหน้า - อบต่ออีกประมาณ ๕-๑๐ นาที จนหน้าขนมหอมและมีสีสวย หากใช้เตาอบแต่ละรุ่น เวลาอาจแตกต่างกัน ควรสังเกตว่าหน้าขนมเป็นสีน้ำตาลทอง และเมื่อใช้ไม้จิ้มตรงกลางแล้วไม่มีเนื้อขนมติดออกมา แสดงว่าสุก ๖. พักขนม ๑. นำออกจากเตา ๒. พักให้เย็นประมาณ ๓๐-๖๐ นาที ๓. ตัดเป็นชิ้นตามต้องการ การเก็บรักษา - เก็บในภาชนะปิดสนิทที่อุณหภูมิห้องได้ประมาณ ๑ วัน - หากแช่ตู้เย็น สามารถเก็บได้ ๓-๕ วัน - ก่อนรับประทานสามารถอุ่นด้วยไมโครเวฟหรือเตาอบเล็กน้อย เพื่อให้เนื้อขนมนุ่มและหอมยิ่งขึ้น ๒.๓ แพ็คเกจบรรจุภัณฑ์ที่เหมาะสมกับผลิตภัณฑ์ ๑. ต้องสามารถที่จะปกป้องผลิตภัณฑ์สินค้าได้ ๒. ต้องคงคุณภาพและสามารถที่จะต้องยืดอายุของผลิตภัณฑ์ให้ได้ ๓. จะต้องบอกรายละเอียดต่างๆ ๔. จะต้องมีความสะดวกต่อการขนส่งสินค้า			

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		๕.ต้องแสดงเอกลักษณ์ของสินค้าให้ได้มากที่สุด ๒.๔ การเลือกบรรจุภัณฑ์ การออกแบบบรรจุภัณฑ์ - บรรจุลงในกล่องใสปิดฝาให้สนิท ไม่ให้ลมเข้า เพื่อป้องกันการแข็งของขนม			
๓. การบริหารจัดการในการประกอบอาชีพ	๓.๑ สามารถสำรวจและศึกษาแหล่งวัสดุ อุปกรณ์ของแหล่งทรัพยากรได้ ๓.๒ สามารถกำหนดและควบคุมคุณภาพผลผลิตที่ต้องการได้ ๓.๓ สามารถลดต้นทุนการผลิตแต่คุณภาพคงเดิมได้ ๓.๔ สามารถศึกษาวิเคราะห์ปัจจัย ความเสี่ยงและการจัดการความเสี่ยงได้ ๓.๕ สามารถศึกษาข้อมูลการตลาด วิเคราะห์ความต้องการของตลาดในชุมชนได้ ๓.๖ สามารถกำหนดทิศทาง เป้าหมาย กลยุทธ์และแผนการจัดการตลาดได้ ๓.๗ สามารถศึกษาช่องทางการขายรูปแบบออนไลน์ ๓.๘ สามารถคิดต้นทุนการผลิต	๓.๑ สำรวจและศึกษาแหล่งวัสดุ อุปกรณ์ของแหล่งทรัพยากร ๓.๒ การกำหนดและควบคุมคุณภาพผลผลิตที่ต้องการ ๓.๓ การลดต้นทุนการผลิตแต่คุณภาพคงเดิม ๓.๔ การศึกษาวิเคราะห์ปัจจัยความเสี่ยงและการจัดการความเสี่ยง ๓.๕ การศึกษาข้อมูลการตลาด วิเคราะห์ความต้องการของตลาดในชุมชน ๓.๖ กำหนดทิศทาง เป้าหมาย กลยุทธ์และแผนการจัดการตลาด ๓.๗ การกำหนดทิศทางการส่งเสริมการขายรูปแบบออนไลน์ ๓.๘ การคิดต้นทุนการผลิต การกำหนดราคาขาย การส่งเสริมการขาย การกระจายสินค้า	๓.๑ สำรวจและศึกษาแหล่งวัสดุ อุปกรณ์ของแหล่งทรัพยากร ๓.๒ การกำหนดและการควบคุมคุณภาพผลผลิตที่ต้องการ ๓.๓ ศึกษาการลดต้นทุนการผลิตแต่คุณภาพคงเดิม ๓.๔ ศึกษา วิเคราะห์ ปัจจัยความเสี่ยงที่คาดว่าจะเกิดขึ้น และมีแนวทางในการจัดการความเสี่ยง ๓.๕ ศึกษาข้อมูลการตลาด และวิเคราะห์ความต้องการของตลาดในชุมชน ๓.๖ การกำหนดทิศทาง เป้าหมาย กลยุทธ์ และแผนการจัดการตลาดที่เกี่ยวข้องกับการทำขนมลิ้มกลิ่นไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว ๓.๗ การกำหนดทิศทางการส่งเสริมการขายรูปแบบออนไลน์ ๓.๘ ดำเนินการตามกระบวนการจัดการการตลาด เช่น การคิดต้นทุนการผลิต การกำหนดราคาขาย การส่งเสริมการขาย การกระจายสินค้า	๒๐ นาที	-

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	ชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
	การกำหนดราคาขาย การส่งเสริมการขาย การกระจายสินค้าได้				
๔.โครงการประกอบอาชีพการทำขนมลืมกลืนไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกวเผือกและขนมหม้อแกวถั่ว	สามารถวางแผนการประกอบอาชีพได้โดย ๔.๑ สามารถกำหนดกลุ่มเป้าหมายและแหล่งจำหน่ายได้ ๔.๒ สามารถคิดต้นทุนกำหนดราคาขาย ระยะเวลาการผลิตได้ ๔.๓ สามารถกำหนดวิเคราะห์เป็นอาชีพหลัก/อาชีพเสริมได้	๔.๑ สํารวจกลุ่มเป้าหมายเพื่อวิเคราะห์ตลาด และแหล่งจำหน่าย ๔.๒ การวิเคราะห์ต้นทุน ๔.๓ การกำหนดราคาขาย ๔.๔ การกำหนดระยะเวลาการผลิต ๔.๕ การตัดสินใจประกอบเป็นอาชีพหลัก/อาชีพเสริม	๔.๑ ผู้เรียนเริ่มแลกเปลี่ยนในประเด็นกลุ่มเป้าหมาย กำไรขาดทุน(ต้นทุน) เกี่ยวกับการทำขนมลืมกลืนไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกวเผือกและขนมหม้อแกวถั่ว ๔.๒ แหล่งจำหน่าย/วิธีการ ๔.๓ ระยะเวลาการผลิต ๔.๔ การกำหนดเป็นอาชีพหลัก/อาชีพเสริม	๒๐ นาที	-

๑. ชื่อโครงการพัฒนาอาชีพชุมชน การทำขนมลิ่มกลิ้งไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว

๒. ความสอดคล้องกับนโยบาย

จุดเน้นการดำเนินงาน กรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๔

๒. ขับเคลื่อนการเรียนรู้สู่อาชีพที่มั่นคง สร้างรายได้จริง และการพึ่งพาตนเองที่ยั่งยืน

๒.๑ ออกแบบและพัฒนาหลักสูตรอาชีพให้สอดคล้องกับอัตลักษณ์พื้นที่ และความต้องการ
จ้างงาน ของตลาดแรงงานในปัจจุบันและอนาคต

๒.๒ ส่งเสริมแนวทาง “Learn to Earn” ควบคู่กับการ Upskill / Reskill / Newskill
เพื่อให้ ผู้เรียนสร้างรายได้ทั้งในระหว่างเรียนและหลังจบการศึกษา

๒.๓ ส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อสร้างผู้ประกอบการใหม่ สร้างโอกาสทางธุรกิจชุมชน และ
การต่อยอด ผลิตภัณฑ์ท้องถิ่นให้มีมูลค่าเพิ่ม

๒.๔ พัฒนาทักษะและอาชีพใหม่ให้กลุ่มวัยเกษียณ เตรียมความพร้อมรองรับสังคมสูงวัย
สามารถสร้างรายได้ พึ่งพาตนเองได้ และลดภาระพึ่งพิงทางสังคม

๓. หลักการและเหตุผล

โครงการศูนย์ฝึกอาชีพชุมชน ตามพระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ. ๒๕๖๖ มาตรา ๙ การเรียนรู้เพื่อ
การพัฒนาตนเองมีเป้าหมาย เพื่อพัฒนาศักยภาพทักษะและความเชี่ยวชาญ เฉพาะด้านตามความถนัดของตน การ
ประกอบอาชีพ การพัฒนาอาชีพ การยกระดับคุณภาพชีวิตของตน ครอบครัว ชุมชน สังคม หรือเพื่อประโยชน์แห่ง
ความรอบรู้ของตน โดยอาจได้รับการรับรองคุณวุฒิตามความเหมาะสม มีความสอดคล้องกับแผนระดับต่างๆ ในการ
ดำเนินการขับเคลื่อนโครงการฯ ที่มีความสอดคล้องกับนโยบายและจุดเน้นการดำเนินงานของกรมส่งเสริมการเรียนรู้
(สกร.) ภายใต้แนวคิด “สกร. Learn to Earn สร้างงาน สร้างรายได้ ส่งเสริมการเรียนรู้” ซึ่งมุ่งเน้นการพัฒนาหลักสูตร
ที่สอดคล้องกับความต้องการของประชาชนโดยเน้นการเรียนรู้จากการปฏิบัติจริงและฝึกทักษะอาชีพที่สามารถนำไปใช้
ในการประกอบอาชีพได้อย่างแท้จริง

จากการสำรวจข้อมูลประชาชนในพื้นที่พบว่า การประกอบอาชีพหลักส่วนใหญ่จะประกอบอาชีพการเกษตร
รองลงมา คือ รับจ้าง และมีกลุ่มแม่บ้าน ซึ่งไม่ได้ประกอบอาชีพ และด้วยสถานการณ์สภาวะเศรษฐกิจตกต่ำ ส่งผลให้
ประชาชนมีรายได้ไม่เพียงพอกับในปัจจุบัน ต้องการประกอบอาชีพเสริม เพื่อสร้างรายได้เสริมให้กับคนในชุมชน มี
ช่องทางในการประกอบอาชีพ มีแนวทางในการรวมกลุ่มอาชีพ และพัฒนาอาชีพโดยใช้เทคโนโลยีสารสนเทศให้เกิด
ประโยชน์และมีประสิทธิภาพ

ด้วยเหตุนี้ ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอเมืองพิจิตร จัดทำหลักสูตรการทำขนมลิ่มกลิ้งไส้กะทิลาวา ,
ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว

๔. วัตถุประสงค์

๔.๑ เพื่อส่งเสริมการมีอาชีพ ให้กับผู้ที่สนใจที่ต้องการเข้าสู่อาชีพใหม่เพิ่มโอกาสหรือพัฒนาต่อยอดอาชีพเดิม

๔.๒ เพื่อให้ประชาชนทั่วไป ได้รู้จักขนมไทยพื้นถิ่นที่เสี่ยงต่อการสูญหายคงไว้ซึ่งการอนุรักษ์และสืบสาน
ภูมิปัญญาท้องถิ่น สามารถพัฒนาตนเองให้มีทักษะด้านอาชีพได้

๔.๓ เพื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์และการสนับสนุนให้เกิดช่องทางการจัดจำหน่ายผลิตภัณฑ์สินค้า

๕. กลุ่มเป้าหมาย

ประชาชนทั่วไป

จำนวน ๖ คน

๖. วิธีดำเนินการ

กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	เป้าหมาย	พื้นที่ดำเนินการ	ระยะเวลา	งบประมาณ
หลักสูตรการทำขนมลิ่มกลืนไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว	๑. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และ เข้าใจขั้นตอนอย่างถูกวิธี ๒. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถลงมือปฏิบัติได้จริง ๓. เพื่อพัฒนาทักษะให้ได้ มาตรฐาน ๔. เพื่อส่งเสริมการต่อยอด เป็นอาชีพหรือสร้างรายได้ เสริม	ประชาชนทั่วไป	๖ คน	อาคารเอนกประสงค์ หมู่ ๗ ต.ดงกลาง อ.เมืองพิจิตร จ.พิจิตร	๒ สิงหาคม ๒๕๖๙	๗,๒๐๐.-

๗. วงเงินงบประมาณทั้งโครงการ

ใช้เงินงบประมาณรายจ่ายประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๙ จาก แผนงาน : ยุทธศาสตร์พัฒนาคุณภาพการศึกษาและการเรียนรู้ ผลผลิตผู้รับบริการการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเองงบรายจ่ายอื่น โครงการพัฒนาอาชีพชุมชน รหัสงบประมาณ ๒๐๓๓๔๓๓๐๐๐๕๐๐๕๐๐๐๐๐๑ ได้รับจัดสรรงบประมาณ ๗,๒๐๐.- บาท (-เจ็ดพันสองร้อยบาทถ้วน-) รายละเอียดดังนี้

๗.๑ ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน ๑ คน x ๖ ชั่วโมง x ๒๐๐ บาท = ๑,๒๐๐ บาท

๗.๒ ค่าวัสดุฝึกอบรม = ๖,๐๐๐ บาท

รวมทั้งสิ้น ๗,๒๐๐.- บาท (-เจ็ดพันสองร้อยบาทถ้วน-)

๘. แผนการใช้จ่ายงบประมาณ

กิจกรรมหลัก	ไตรมาสที่ ๑ (ต.ค.-ธ.ค. พ.ศ. ๖๘)	ไตรมาสที่ ๒ (ม.ค.-มี.ค. พ.ศ. ๖๙)	ไตรมาสที่ ๓ (เม.ย.-มิ.ย. พ.ศ. ๖๙)	ไตรมาสที่ ๔ (ก.ค.-ก.ย. พ.ศ. ๖๙)
หลักสูตรการทำขนมลิ่มกลืนไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว	-	-	-	๗,๒๐๐.-

๙. ผู้รับผิดชอบโครงการ

๙.๑ นางสาวรัตนดา รัตนเจียมรังษี ครูศูนย์การเรียนรู้

๑๐. เครือข่าย

๑๐.๑ ภูมิปัญญาท้องถิ่น

๑๐.๒ ผู้นำชุมชน

๑๑. โครงการที่เกี่ยวข้อง

๑๑.๑ โครงการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิต

๑๑.๒ โครงการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพื่อคุณวุฒิตามระดับ

๑๒. ผลลัพธ์ (Out come)

ผู้เข้าอบรมสามารถทำขนมลื้มกลืนไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่วได้

๑๓. ดัชนีตัวชี้วัดผลสำเร็จของโครงการ

๑๓.๑ ตัวชี้วัดผลผลิต (Output)

- มีผู้เข้าอบรมเข้าร่วมไม่น้อยกว่า ๖ คน (ร้อยละ ๑๐๐)

๑๓.๒ ตัวชี้วัดผลลัพธ์ (Outcome)

- ผู้ผ่านการอบรมไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ สามารถทำขนมลื้มกลืนไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว โดยไม่ต้องมีผู้สอนกำกับ และไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐ นำไปสร้างรายได้

๑๔. การติดตามและประเมินผลโครงการ

๑๔.๑ แบบประเมินความพึงพอใจ

๑๔.๒ แบบวัดความรู้

๑๔.๓ ชิ้นงาน

๑๔.๔ แบบติดตามผู้เข้ารับการอบรม

ตารางกำหนดการ

โครงการพัฒนาอาชีพชุมชน (หลักสูตรฝึกอบรม ๓-๙ ชม.)

การทำขนมลื้มกลืนไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว

วันที่ ๒ เดือนสิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๙

ณ อาคารเอนกประสงค์ หมู่ ๗ ต.ดงกลาง อ.เมืองพิจิตร จ.พิจิตร

วันที่ ๒ เดือนสิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๙

๐๘.๓๐ น. – ๐๙.๐๐ น.

- ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมกิจกรรม

๐๙.๐๐ น. – ๐๙.๒๐ น.

- ให้ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับช่องทางการประกอบอาชีพ

การทำขนมลื้มกลืนไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือก
และขนมหม้อแกงถั่ว (วิทยากร : นางสาวนุจรี รุ่งอินทร์)

๐๙.๒๐ น. – ๑๒.๐๐ น.

- ลงมือปฏิบัติทักษะการประกอบอาชีพการทำขนมลื้มกลืนไส้กะทิลาวา
และขนมถั่วแปบ (วิทยากร : นางสาวนุจรี รุ่งอินทร์)

๑๒.๐๐ น. – ๑๓.๐๐ น.

- พักรับประทานอาหาร

๑๓.๐๐ น. – ๑๕.๒๐ น.

- ลงมือปฏิบัติทักษะการประกอบอาชีพการทำขนมหม้อแกงเผือก
และขนมหม้อแกงถั่ว (วิทยากร : นางสาวนุจรี รุ่งอินทร์)

๑๕.๒๐ น. – ๑๕.๔๐ น.

- ให้ความรู้เกี่ยวกับการบริหารจัดการในการประกอบอาชีพการทำ
ขนมลื้มกลืนไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือก
และขนมหม้อแกงถั่ว (วิทยากร : นางสาวนุจรี รุ่งอินทร์)

๑๕.๔๐ น. – ๑๖.๐๐ น.

- ให้ความรู้เกี่ยวกับโครงงานการประกอบอาชีพการทำขนมลื้มกลืน
ไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและขนมหม้อแกงถั่ว
(วิทยากร : นางสาวนุจรี รุ่งอินทร์)

- ผู้เรียนแลกเปลี่ยนเพื่อจัดทำโครงงานการประกอบอาชีพการทำขนม
ลื้มกลืนไส้กะทิลาวา ,ขนมถั่วแปบ , ขนมหม้อแกงเผือกและ
ขนมหม้อแกงถั่ว (วิทยากร : นางสาวนุจรี รุ่งอินทร์)

หมายเหตุ : กำหนดการนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม