



## การฝึกยกระดับฝีมือ

หลักสูตร การประกอบอาหารพื้นเมืองสกลนคร (คำข้าว ละเป๋อ)  
(Sakon Nakhon Local Cuisine Cooking  
Khamkaw Laber)  
รหัสหลักสูตร 4720017330206

สำนักงานพัฒนาฝีมือแรงงานสกลนคร  
กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน

ผู้อนุมัติหลักสูตร	นายชัยรัตน์ ฉัตรศุกกุล ผู้อำนวยการสำนักงานพัฒนาฝีมือแรงงานสกลนคร	
วันที่อนุมัติ 31 /มี.ค./2565	จำนวน....6....แผ่น	ปรับปรุงครั้งที่ .... /....

**การฝึกยกระดับฝีมือ**  
**หลักสูตร การประกอบอาหารพื้นเมืองจังหวัดสกลนคร (คำข้าว ละเป๋อ)**  
**(Sakon Nakhon Local Cuisine Cooking Khamkaw Laber)**  
**รหัสหลักสูตร 4720017330206**  
**สำนักงานพัฒนาฝีมือแรงงานสกลนคร กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน**

**1. วัตถุประสงค์**

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ ทักษะ และมีความพร้อมทั้งด้านร่างกายจิตใจ ตลอดจนมีทัศนคติที่ดีต่อการประกอบอาหาร โดยสามารถ

- 1.1 ปฏิบัติตามหลักสุขาภิบาลอาหารได้อย่างถูกต้อง
- 1.2 ใช้หลักการทางวิทยาศาสตร์อาหารมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารตามแนวทางของภูมิปัญญาท้องถิ่นได้
- 1.3 ออกแบบบรรจุภัณฑ์เพื่อใช้สำหรับอาหารพื้นถิ่นได้
- 1.4 นำความรู้และทักษะไปใช้ในการปฏิบัติงานหรือพัฒนางานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น
- 1.5 เพื่อเป็นการอนุรักษ์และเผยแพร่ภูมิปัญญาอาหารพื้นบ้านจังหวัดสกลนคร

**2. ระยะเวลาการฝึก**

ผู้รับการฝึกจะได้รับการฝึกทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ โดยหน่วยงานสังกัดกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ระยะเวลาการฝึก 30 ชั่วโมง

**3. คุณสมบัติของผู้เข้ารับการฝึก**

- 3.1 มีประสบการณ์ด้านการทำงานเกี่ยวกับการประกอบอาหาร
- 3.2 อายุตั้งแต่ 18 ปี ขึ้นไป
- 3.3 เป็นผู้ไม่มีโรคติดต่อที่เป็นอุปสรรคต่อการฝึก

**4. วุฒิบัตร**

ชื่อเต็ม : วุฒิบัตรพัฒนาฝีมือแรงงาน หลักสูตร การประกอบอาหารพื้นเมืองจังหวัดสกลนคร (คำข้าว ละเป๋อ)

ชื่อย่อ : วพร. การประกอบอาหารพื้นเมืองจังหวัดสกลนคร (คำข้าว ละเป๋อ)

ผู้รับการฝึกต้องมีระยะเวลาการฝึกอบรมตามหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 และผ่านการประเมินผลทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติรวมกันตามเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 จึงจะถือว่าผ่านการฝึก และได้รับวุฒิบัตรจากกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน



## 5. หัวข้อวิชา

รหัส	หัวข้อวิชา	ชั่วโมง	
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ
4723311301	การสุขาภิบาลอาหารและความปลอดภัยในการทำงาน	2	0
4723331101	อาหารพื้นบ้านกับวัฒนธรรมประเพณี	1	0
4723331102	ความรู้เบื้องต้นในการประกอบอาหาร	1	0
4723331103	การเลือกใช้เครื่องมือในการประกอบอาหารและการเลือกวัตถุดิบ	1	0
4723331104	การเตรียมวัตถุดิบสำหรับประกอบอาหาร	0	1
4723331105	การประกอบอาหาร (คำข้าว)	1	17
4723331106	การออกแบบบรรจุภัณฑ์อาหารเพื่อการค้า	2	1
4723339901	การวัดและประเมินผล	1	2
<b>รวม</b>		<b>9</b>	<b>21</b>
		<b>30</b>	

## 6. เนื้อหาวิชา

4723311301 การสุขาภิบาลอาหารและความปลอดภัยในการทำงาน (2 : 0)

## วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับการสุขาภิบาลอาหารและสามารถปฏิบัติงานด้วยความปลอดภัยได้

## คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับการจัดการสุขาภิบาลในสถานประกอบการอาหาร สิ่งปนเปื้อนในอาหาร การออกแบบอาคารสถานที่ เครื่องมือและอุปกรณ์ผลิตอาหาร การทำความสะอาดและการฆ่าเชื้อสถานประกอบการอาหาร สุขอนามัยส่วนบุคคล การจัดการและควบคุมแมลงและสัตว์รบกวน การจัดการน้ำและของเสีย ความปลอดภัยในการทำงาน กฎหมายอาหาร

4723331101 อาหารพื้นบ้านกับวัฒนธรรมประเพณี (1 : 0)

## วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับอาหารพื้นบ้านกับวัฒนธรรมประเพณี

## คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับวัฒนธรรมชนเผ่าของจังหวัดสกลนคร ลักษณะทั่วไปทางสังคม วิถีชีวิต ภูมิปัญญา ศิลปวัฒนธรรม เอกลักษณ์อาหารทั้ง 8 กลุ่มชาติพันธุ์ที่เป็นเอกลักษณ์ของจังหวัดสกลนคร ได้แก่ ไทญ้อ ผู้ไท ไทโย้ย ไทกะเลิง ไทโส้ ไทลาว บลูและโซ่ (ทะเวียง) และความสำคัญของอาหารพื้นบ้านกับวัฒนธรรมประเพณี แนวคิดการอนุรักษ์และสืบทอดวัฒนธรรมภูมิปัญญาพื้นบ้าน ภูมิปัญญาอาหารพื้นบ้าน ประเภทอาหารคาวและอาหารหวาน



4723331102 ความรู้เบื้องต้นในการประกอบอาหาร (1 : 0)

**วัตถุประสงค์รายวิชา**

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับเครื่องหมายผลิตภัณฑ์อาหารและสัญลักษณ์ต่าง ๆ ได้

**คำอธิบายรายวิชา**

ศึกษาเกี่ยวกับเครื่องหมายรับรองมาตรฐานคุณภาพของอาหารเครื่องหมายอาหารและยา (อย.) เครื่องหมายมาตรฐานสินค้าเกษตรและอาหารแห่งชาติ เครื่องหมายรับรองมาตรฐาน ข้อห้าม ข้อควรระวัง ต่าง ๆ ในการใช้เครื่องปรุงแต่งอาหาร หรือวัตถุติดต่าง ๆ ที่เป็นอันตรายต่อผู้บริโภค ผลิตภัณฑ์อาหาร ประเภทต่าง ๆ ลักษณะสำคัญของผลิตภัณฑ์ประเภทต่าง ๆ สารปรุงแต่งสีและกลิ่นรสของอาหาร ธัญชาติ และถั่วเมล็ดแห้ง อาหารประเภทแป้ง นม สัตว์ ไขมัน และอาหารประเภทขงดื่ม การถนอมอาหารและการแปรรูปอาหาร คุณภาพการจัดระดับชั้น วิธีการเลือกใช้และเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ วิธีการเก็บรักษาอาหารที่เหมาะสม ความรู้เกี่ยวกับฉลากอาหาร ความปลอดภัยและระเบียบข้อบังคับที่เกี่ยวข้องกับผลิตภัณฑ์อาหาร

4723331103 การเลือกใช้เครื่องมือในการประกอบอาหารและการเลือกวัตถุดิบ (1 : 0)

**วัตถุประสงค์รายวิชา**

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับการเลือกใช้เครื่องมือและการเลือกซื้ออาหารประเภทต่าง ๆ ในการประกอบอาหารได้อย่างถูกต้อง

**คำอธิบายรายวิชา**

ศึกษาเกี่ยวกับการเลือกเครื่องมือเครื่องใช้ในการประกอบอาหาร ความปลอดภัยในการใช้อุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ในการประกอบอาหาร หลักการดูแลรักษาเครื่องมือเครื่องใช้ในการประกอบอาหาร การใช้และการเก็บรักษาเครื่องมือเครื่องใช้ในการประกอบอาหาร การเลือกซื้ออาหารประเภทต่าง ๆ บนพื้นฐานปลอดภัย ประโยชน์และประหยัด วิธีการเลือกซื้ออาหารประเภทเนื้อสัตว์ ไข่ ผัก ผลไม้ อาหารแห้ง อาหารแช่แข็ง เครื่องดื่ม เครื่องปรุงและเครื่องเทศ

4723331104 การเตรียมวัตถุดิบสำหรับประกอบอาหาร (0 : 1)

**วัตถุประสงค์รายวิชา**

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีทักษะเกี่ยวกับเตรียมวัตถุดิบประเภทต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้อง

**คำอธิบายรายวิชา**

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการจัดการและการเตรียมวัตถุดิบอาหารที่บ้านเบื้องต้น วัตถุดิบประเภท ผัก วัตถุดิบประเภทเนื้อสัตว์ วัตถุดิบประเภทเครื่องปรุงรส การทำความสะอาดวัตถุดิบ การล้าง การปอกเปลือก การคัด แยก การตัดขนาด การตัดเกรด การลดขนาด

4723331105 การประกอบอาหาร (คำข้าว) (1 : 17)

**วัตถุประสงค์รายวิชา**

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีทักษะเกี่ยวกับการประกอบอาหารที่บ้าน (คำข้าว) โดยใช้วัตถุดิบที่บ้านในแต่ละกลุ่มชาติพันธุ์ได้อย่างเหมาะสม สวยงาม

**คำอธิบายรายวิชา**

ศึกษาเกี่ยวกับความสำคัญของอาหารที่บ้าน กระบวนการเพิ่มมูลค่าของวัตถุดิบ ที่มีในท้องถิ่นโดยบูรณาการร่วมกับหลักการทางวิทยาศาสตร์ ความมั่นคงทางอาหาร อาหารท้องถิ่นในจังหวัด สกลนคร วัสดุและอุปกรณ์ในการประกอบอาหารที่บ้านสกลนคร 8 กลุ่ม ชาติพันธุ์ที่เป็นเอกลักษณ์ ได้แก่ ไทญ้อ ผู้ไท ไทย้อย ไทกะเลิง ไทสื้อ ไทลาว บลู่และโซ่ (ทะเวียง) คุณค่าทางโภชนาการ ภูมิปัญญาท้องถิ่น ในการประกอบอาหารที่บ้านสกลนครรูปแบบต่าง ๆ วัฒนธรรมการรับประทานอาหารท้องถิ่น



ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการประกอบอาหารพื้นบ้าน (คำข้าว) สกลนคร จากวัตถุดิบท้องถิ่น ชนิดต่าง ๆ เช่น ข้าวฮาง โคขุน และเม่า เป็นต้น

4723331106 การออกแบบบรรจุภัณฑ์อาหารเพื่อการค้า (2 : 1)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้และทักษะเกี่ยวกับการออกแบบบรรจุภัณฑ์และสามารถเลือกบรรจุภัณฑ์ที่เหมาะสมกับผลิตได้

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับภาชนะบรรจุ ชนิดของวัสดุ ประเภทและคุณสมบัติบรรจุภัณฑ์ประเภทต่าง ๆ หลักการพิจารณาเลือกใช้บรรจุภัณฑ์ให้เหมาะสมกับ ฉลากและการโฆษณา การออกแบบบรรจุภัณฑ์ และระเบียบกฎเกณฑ์ต่าง ๆ รวมทั้งกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับบรรจุภัณฑ์

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับออกแบบบรรจุภัณฑ์อาหารพื้นบ้าน (คำข้าว) โดยใช้วัตถุดิบท้องถิ่น เป็นองค์ประกอบเสริม

4723339901 การวัดและประเมินผล (1 : 2)

ประเมินความรู้และทักษะของผู้รับการฝึก โดยการทดสอบภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ

คณะผู้จัดทำหลักสูตร


- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| 1. ดร.จิตินันท์ เหมะธูลิน         | ประธานหลักสูตรวิทยาลัยการศึกษาด้านอาหาร<br>สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการอาหาร<br>มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร |
| 2. อาจารย์ศศิธร มีชัยตระกูล       | อาจารย์ประจำสาขาวิชาคหกรรมศาสตร์<br>มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร   |
| 3. อาจารย์สรชา ผูกพันธ์           | อาจารย์ประจำสาขาวิชาคหกรรมศาสตร์<br>มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร   |
| 4. อาจารย์นระกะวี ด้านลาพล        | อาจารย์ประจำสาขาวิชาคหกรรมศาสตร์<br>มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร   |
| 5. อาจารย์ปฎิมาภรณ์ กังวานศรีเพชร | ประธานสาขาวิชาการท่องเที่ยวและการโรงแรม<br>ผู้ทรงคุณวุฒิ กพร.ปจ.<br>วัฒนธรรมจังหวัดสกลนคร                     |
| 6. นางศิริดา มะลาสาย              | สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดสกลนคร   |
| 7. นายเทอดศิลป์ โสมูล             | นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงานชำนาญการ<br>สำนักงานพัฒนาฝีมือแรงงานสกลนคร  |

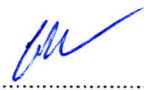



8. นายศราวุธ เหล่าสุวรรณ

นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงานปฏิบัติการ  
สำนักงานพัฒนาฝีมือแรงงานสกลนคร  
ครูฝึกฝีมือแรงงาน ระดับ ช3  
สำนักงานพัฒนาฝีมือแรงงานสกลนคร

9. นายบุญเหลือ ไตรวงศ์ย่อย

ลงนาม..........ผู้เสนอหลักสูตร  
(นายศราวุธ เหล่าสุวรรณ)  
นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงานปฏิบัติการ

ลงนาม..........ผู้เห็นชอบหลักสูตร  
(นายยุทธจักร คงคำ)  
นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงานชำนาญการ

ลงนาม..........ผู้อนุมัติหลักสูตร  
(นายชัยรัตน์ ฉัตรศุกกุล)  
ผู้อำนวยการสำนักงานพัฒนาฝีมือแรงงานสกลนคร

