

# การงานอาชีพและเทคโนโลยี

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี

หน่วยการเรียนรู้ที่ 1

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ 3

หน่วยการเรียนรู้ที่ 4

หน่วยการเรียนรู้ที่ 5

หน่วยการเรียนรู้ที่ 6



Slide PowerPoint\_สื่อประกอบการสอน

บริษัท อักษรเจริญทัศน์ อจท. จำกัด : 142 ถนนตะนาว เขตพระนคร กรุงเทพฯ 10200

Aksorn CharoenTat ACT.Co.,Ltd : 142 Tanao Rd. Pranakorn Bangkok 10200 Thailand

โทรศัพท์ : 02 622 2999 โทรสาร : 02 622 1311-8 [webmaster@aksorn.com](mailto:webmaster@aksorn.com) / [www.aksorn.com](http://www.aksorn.com)

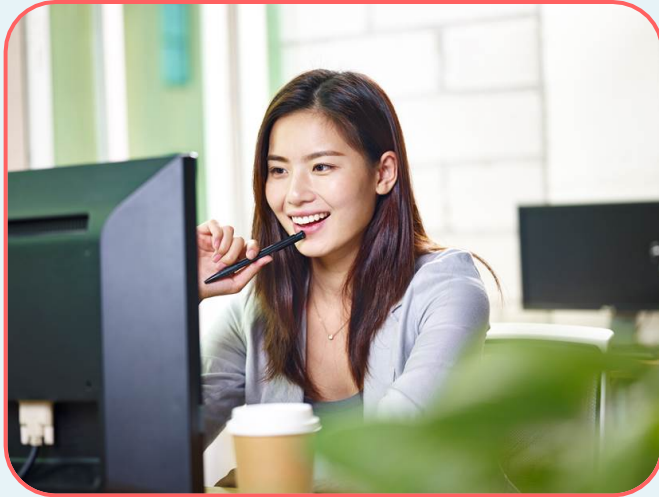
# หลักการทำงานเพื่อการดำรงชีวิต

## สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- วิธีการทำงานเพื่อการดำรงชีวิต
- ทักษะการทำงานร่วมกัน
- ทักษะการจัดการ
- ทักษะกระบวนการแก้ปัญหาในการทำงาน
- ทักษะการแสวงหาความรู้เพื่อการดำรงชีวิต



# การเรียนรู้กระบวนการทำงานและกระบวนการแก้ปัญหา



ทักษะกระบวนการทำงาน  
และกระบวนการแก้ปัญหา



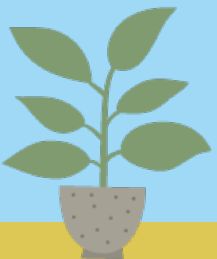
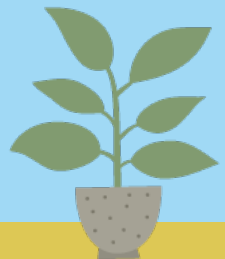
การทำงานให้  
ประสบความสำเร็จ



การแก้ปัญหาในการ  
ทำงานด้วยวงจร PDCA



กิจกรรม  
5 ส



# ทักษะกระบวนการทำงานและกระบวนการแก้ปัญหา

ตัวอย่าง : การประกอบอาหาร

กระบวนการ  
ทำงาน

## การวิเคราะห์งาน

- จะทำอาหารประเภทใด
- วัตถุดิบที่ใช้หาซื้อได้จากแหล่งใด
- งบที่ใช้มีจำนวนเท่าไร

## การวางแผนปฏิบัติงาน

- แบ่งงานตามความถนัดของแต่ละบุคคล
- ซื้อวัตถุดิบและเลือกอุปกรณ์ที่จะนำไปใช้

## การปฏิบัติงาน

- ลงมือปฏิบัติงานตามแผนที่ได้วางไว้
- สังเกตระหว่างการทำงานว่าพบปัญหาหรือไม่ หากมีให้จดบันทึกไว้

## การประเมินผล

- อาหารที่ได้ปริมาณไม่เพียงพอต่อสมาชิกในห้องเนื่องจากวัตถุดิบมีน้อย





# ทักษะกระบวนการทำงานและกระบวนการแก้ปัญหา (ต่อ)

ตัวอย่าง : การประกอบอาหาร

กระบวนการ  
แก้ปัญหา

## การสังเกต

- อาหารที่ทำได้มีปริมาณที่ไม่เพียงพอ

## การวิเคราะห์

- วัตถุดิบมีน้อย จึงทำให้ปริมาณอาหารที่ได้น้อยกว่าปริมาณที่ต้องการ

## การสร้างทางเลือก

- วิธีที่ 1 ซื้อวัตถุดิบเพิ่มเพื่อนำมาใช้ประกอบอาหาร
- วิธีที่ 2 ประกอบอาหารจากวัตถุดิบที่เหลืออยู่

## การประเมินทางเลือก

- เลือกวิธีที่ 2 เพราะไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายเพิ่ม ทั้งยังได้อาหารหลากหลายชนิด



# การทำงานให้ประสบความสำเร็จ

## วิธีการทำงานอย่างมีความสุข

### มองเห็นคุณค่าของงาน

เห็นคุณค่าของงานที่ทำอยู่ว่าช่วยเหลือหรือทำประโยชน์แก่ผู้ใด ก็จะทำให้เกิดความภาคภูมิใจในงานของตนเองมากขึ้น

### มีสมาธิกับงาน

มีสมาธิและมีความตั้งใจกับงาน ขณะทำงานควรคิดวิธีแก้ไขและพัฒนาการทำงานของตนเองอยู่เสมอ

### มีความกระตือรือร้น

ฝึกทำงานให้เกิดคล่องแคล่ว ว่องไว มีชีวิตชีวา จะทำให้สนุกสนานไปกับการทำงาน



## การทำงานให้ประสบความสำเร็จ (ต่อ)

### วิธีรับมือกับความเครียดจากการทำงาน

#### ตั้งสติให้ได้

ต้องตั้งสติกับตนเอง จากนั้นเรียนรู้ปัญหา ที่มาของปัญหา และพิจารณาหาแนวทางแก้ปัญหาย่างรอบคอบ

#### มั่นใจในตนเอง

มีความมั่นใจในตนเองให้มากขึ้น ลดความรู้สึกอ่อนไหวต่อคนอื่นให้น้อยลง และให้กำลังใจตนเองอยู่เสมอ

#### ลดคำถามที่ขึ้นต้นว่า “ทำไม”

เปลี่ยนคำถามใหม่ว่า “จะเริ่มต้นทำงานอย่างไรให้มีความสุข” เพราะจะช่วยให้เข้าใจความต้องการของตนเองมากขึ้น



# การแก้ปัญหาในการทำงานด้วยวงจร PDCA

## ตัวอย่าง : การเลือกซื้อวัตถุดิบในการประกอบอาหาร

### Plan การวางแผน

การตั้งเป้าหมาย กำหนดวิธีการ และระยะเวลาในการทำงาน

- สำรองเมนูอาหารว่าต้องการซื้อวัตถุดิบชนิดใด
- เลือกสถานที่ที่จะซื้อและเตรียมเงินให้เพียงพอ



### Do การปฏิบัติงาน

การลงมือปฏิบัติงานตามขั้นตอนที่วางแผนไว้

- เรียงลำดับในการซื้อวัตถุดิบ
- ตรวจสอบว่าวัตถุดิบอยู่ในสภาพสมบูรณ์



### Check การตรวจสอบ

การตรวจสอบผลปฏิบัติงานในแต่ละขั้นตอนว่ามีปัญหาใดเกิดขึ้น

- ตรวจสอบจำนวนเงินที่ใช้ไป
- ตรวจสอบว่ามีวัตถุดิบใดที่ซื้อไม่ได้และสามารถ  
ใช้วัตถุดิบใดแทนได้



### Act การปรับปรุงแก้ไขงาน

การปรับปรุงแก้ไขงานและนำแนวทางไปประยุกต์ใช้ในครั้งต่อไป

- พิจารณาความผิดพลาดว่าเกิดจากสาเหตุใด
- ตรวจสอบราคาจากสถานที่ซื้อต่างๆ เพื่อวางแผน  
การซื้อวัตถุดิบในครั้งต่อไป





# กิจกรรม 5 ส

ตัวอย่าง :  
การจัดห้องเรียน

Sun	Mon	Tues	Wed	Thur	Fri	Sat
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

สะสาง

การแยกสิ่งของที่จำเป็น  
กับสิ่งของที่ไม่จำเป็นออก  
จากกัน โดยขจัดสิ่งของที่ไม่จำเป็นทิ้ง

สะตวก

การจัดวางสิ่งของต่าง ๆ  
ให้เป็นระเบียบ เพื่อความ  
สะตวก ปลอดภัย สามารถ  
หยิบใช้งานได้ทันที

สะอาด

การทำความสะอาด  
สถานที่ สิ่งของ อุปกรณ์  
เครื่องใช้ต่าง ๆ หลังจาก  
ใช้งานเสร็จ

สุขลักษณะ

การรักษาและปฏิบัติ  
3 ส อยู่เป็นประจำอย่าง  
สม่ำเสมอ

สร้างนิสัย

การปฏิบัติงานตาม  
กฎระเบียบ หรือข้อตกลงที่  
วางไว้อย่างเคร่งครัด