

ใบงานที่ ๑๓ เรื่อง การล้างผักและผลไม้
 หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง สารพิษจากฉีดยา
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๖ เรื่อง การล้างผักและผลไม้
 รายวิชา การงานอาชีพ รัชสิวิชา ๑๒๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒
 ผู้สอน : คุณครูจากรณณ์ จันทรังค์ระจ่าง โรงเรียน บ้านเมฆ่องฝ้าย สพป.สระบุรี เขต ๑

ชื่อ-นามสกุล :



คำชี้แจง : ให้นักเรียนเรียงลำดับขั้นตอนการล้างผักและผลไม้ให้ถูกต้อง



จัดวางผักหรือผลไม้ลงในภาชนะ
หรือจาน



วางผักหรือผลไม้ลงในกะละมัง
ที่มีน้ำใส่อุ่นๆจนทั่วผัก



ให้จาล้างด้วยผักหรือผลไม้เบาๆ
ให้ทั่ว ถ้าผักมีสีเข้มให้ใช้สบู่ล้าง
ล้างที่สะอาด



นำผักหรือผลไม้ที่ล้างแล้วใส่
ภาชนะที่สะอาดและให้สะเด็ดน้ำ

ขั้นตอนที่ ๑

ขั้นตอนที่ ๒

ขั้นตอนที่ ๓

ขั้นตอนที่ ๔

คำชี้แจง : ให้นักเรียนใส่เครื่องหมายถูก (✓) หน้าข้อความที่ใช่ประโยชน์ของการล้างผักและผลไม้
 และใส่เครื่องหมายผิด (✗) หน้าข้อความที่ไม่ใช่ประโยชน์ของการล้างผักและผลไม้

☐

ผักและผลไม้สะอาด ไม่มีเศษดินฝุ่นละออง หรือสารเคมีเกาะติด

☐

ผักและผลไม้มีสีสวย น่ารับประทานมากยิ่งขึ้น

☐

รับประทานผักและผลไม้ได้อย่างปลอดภัย ผู้รับประทานมีสุขภาพแข็งแรง

☐

เป็นการเพิ่มรสชาติ หวาน อร่อย ให้กับผักและผลไม้

