

ตัวอย่างโครงงาน
เรื่อง **น้ำมะกรูด สูตรข้างครัว**

โครงงาน **เรื่อง น้ำมะกรูด**
สูตรข้างครัว

จัดทำโดย

นางสาว.....

เด็กหญิง.....

เด็กหญิง.....

เด็กหญิง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่6/....

ครูที่ปรึกษา

นายสมชาย ชาวสวน

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต

บทคัดย่อ

มะกรูด เป็นสมุนไพรที่อยู่ในบ้านของทุกคน และหาได้ง่ายในบ้านของเรา ซึ่งมะกรูดสามารถรับประทานได้ทั้งใบและผล เราจึงอยากรนำมะกรูดมาทำเป็นเครื่องดื่มสมุนไพร

จากการศึกษาและค้นคว้าด้วยการทำโครงการทดลองพบว่า มีข้อมูลที่น่าสนใจ คือ สารที่สำคัญที่ช่วยเสริมสร้างการทำงานของอวัยวะสำคัญในการขจัดสารพิษมากมาย ซึ่งสารที่ว่านี้ได้มาจากมะกรูด

โครงการ นำมะกรูดสูตรข้างครัว มีจุดมุ่งหมายในการทำงาน โดยนำมะกรูดมาแปรรูปทำเป็นเครื่องดื่มสมุนไพร ที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ และยังเป็นการนำ สิ่งที่เราได้ง่ายภายในบ้านมาใช้ให้เป็นประโยชน์ นอกจากนี้ยังเป็นการสร้างความสามัคคี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ แก่คนในกลุ่มอีกด้วย

กิตติกรรมประกาศ

คณะผู้จัดทำขอขอบพระคุณผู้มีปัญญาท้องถิ่น

คุณ..... ที่ให้ความรู้และถ่ายทอดวิธีการทำน้ำ
มะกรูดสมุนไพร ช่วยบำรุงร่างกายให้แข็งแรงอย่างละเอียด
ด้วยความเมตตาและตั้งใจจริง ขอบพระคุณ

คุณ..... ที่กรุณาให้คำแนะนำในการจัดทำโครง
งาน อำนวยความสะดวกจัดหาอุปกรณ์ วัสดุเวลา และเป็น
ที่ปรึกษาโครงงาน โดยเฉพาะการนำเสนอที่ถูกต้อง

สุดท้ายนี้ขอขอบใจเพื่อนนักเรียน ชั้น ม.6/.... ทุกคน
ที่ให้ความร่วมมือ ร่วมแรง ร่วมใจ ให้ข้อเสนอแนะ
ทำให้ผลงานออกมาได้เป็นอย่างดี

คณะผู้จัดทำ

คำนำ

รายงานฉบับนี้จัดทำขึ้นเพื่อนำเสนอโครงการ การ
งานอาชีพและเทคโนโลยี ระดับมัธยมศึกษาตอน
ต้น ในหัวข้อ นวัตกรรม สู้ทร้างครว

คณะผู้จัดทำโครงการได้ศึกษาจากหนังสือ ผลไม้
และเครื่องดื่มผสม รวบรวมข้อมูลและเก็บบันทึกข้อมูล เพื่อ
ศึกษาสมุนไพรที่ช่วยในการบำรุงร่างกายมนุษย์เราให้แข็งแรง
ด้วยความตั้งใจ สามัคคี ในการนำเสนอโครงการขึ้น
นี้ เพื่อให้ได้ประโยชน์ทั่วไป

คณะผู้จัดทำ

สารบัญ

หน้า	
บทคัดย่อ	ก
กิตติกรรมประกาศ	
๒	
คำนำ	ค
สารบัญ	ง
บทที่ 1 บทนำ	1
ที่มาและความสำคัญของโครงงาน	
1	
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	
1	

สมมติฐานการศึกษา

1

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1

บทที่ 2 เอกสารที่เกี่ยวข้อง

2

เอกสารอ้างอิง

3

เครื่องมือและวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการศึกษา

4

บทที่ 3 วิธีการดำเนินโครงการ

5

ตารางปฏิบัติ

6

เครื่องมือและวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการศึกษา

7

วิธีการศึกษา

8

บทที่ 4 ผลการศึกษา

9

ผลการศึกษา

10

การศึกษาจากภูมิปัญญาท้องถิ่น

11

บทที่ 5 สรุปผลการศึกษา

12

สรุปผลการศึกษา

13

ประโยชน์ที่ได้รับจากโครงการ

14

ข้อเสนอแนะ
15
บรรณานุกรม
16

บทที่ 1

บทนำ

ที่มาและความสำคัญของโครงการ

เนื่องจากมะกรูดเป็นสมุนไพรที่หาง่ายในบ้าน และยังเป็นประโยชน์ต่อร่างกาย เราจึงคิดนำผลมะกรูดมาแปรรูปเป็นเครื่องดื่มสมุนไพร ที่ง่ายต่อการรับประทาน และสามารถทำกินเองได้ภายในครอบครัว

วัตถุประสงค์ของการการศึกษา

1. เพื่อแปรรูปสมุนไพรให้ง่ายต่อการรับประทานยิ่งขึ้น
2. เพื่อศึกษาวิธีทำเครื่องดื่มง่ายๆ จากสมุนไพรใกล้ตัว

สมมติฐานการศึกษา

สามารถนำมะกรูดมาแปรรูปเป็นน้ำสมุนไพรที่ง่ายต่อการดื่ม

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้รับความรู้จากการทำน้ามะกรูด
2. ได้รับประโยชน์จากการทำน้ามะกรูด
3. ฝึกฝนความอดทน
4. ลดค่าใช้จ่ายในการซื้อยารักษาโรค

บทที่ 2

การศึกษาเอกสารอ้างอิง

มะกรูด	(Ma-krut) , Kaffir lime , leech lime
ชื่อวิทยาศาสตร์	Citrus hystrix DC.
วงศ์	RUTACEAR
ถิ่นกำเนิด	มาเลเซีย พม่า ไทย อินโดนีเซีย สิงคโปร์ ฟิลิปปินส์ อินเดีย
รูปลักษณะ	ไม้พุ่มขนาดใหญ่ ลำต้นเกลี้ยงเกลา กิ่งก้านมีหนามแหลม ใบสีเขียวหนา มีกลิ่น หอมฉุน มีน้ำมันหอมระเหย ออกดอกเป็นช่อสี เขียวมีนวลเหลืองบ้าง ลูกกลมผิวหนาขรุขระ
สรรพคุณและส่วนที่นำมาใช้เป็นยา	ใบ - มีน้ำมันหอมระเหย ใช้ ประกอบอาหาร
	ผล - ใช้แต่งกลิ่น สระผม
	ผิวจากลูก - บำรุงเป็นยาขับลมใน
ลำไส้ แก่แน่น	

ราก - ถอนพิษ แก้ปวดท้อง แก้

พิษฝีภายใน

ลูกมะกรูด - หมักดองเป็นยาถอน
เปรี้ยวเค็ม รับประทานฟอกล้างและบำรุงโลหิต

ชื่อท้องถิ่น

ภาคเหนือ เรียก มะขูด , มะขุน
ภาคใต้ เรียก ส้มกรูด , ส้มมั่ว

ฝั

เขมร เรียก โกรัยเขียด

กะเหรี่ยง – แม่ฮ่องสอน เรียก มะขู

ลักษณะทั่วไป มะกรูดเป็นไม้ยืนต้นขนาดเล็ก แตกกิ่งก้าน ลำ
ต้นและกิ่งมีหนามแข็ง ใบ เป็นใบประกอบที่มีใบย่อยใบเดี่ยว สี
เขียวหนา มีลักษณะคอดกึ่งที่กลางใบเป็นตอนๆ มีก้าน แผ่น
ออกใหญ่เท่ากับแผ่นใบ ทำให้เห็นใบเป็น 2 ตอน ใบสีเขียว
แก่ค่อนข้างหนา มีกลิ่นหอมมากเพราะมีต่อมน้ำมันอยู่ ดอก
ออกเป็นกระจุก 3 - 5 ดอก กลีบดอกสีขาว ร่วงง่าย ผลมี
หลายแบบแล้วแต่พันธุ์ผลเล็กเท่ามะนาว ผิวขรุขระน้อยกว่า
และไม่มีจุดที่หัว

การปลูก มะกรูดปลูกได้ดีในดินทุกชนิด ขยายพันธุ์โดยการ
เพาะเมล็ด

สรรพคุณทางยา

1. ผิวผลสดและผลแห้ง รสเปรี้ยว หอมร้อน
สรรพคุณแก้ลมหน้ามืด แก้วิงเวียน บำรุงหัวใจ ขับลมลำไส้
ขับระดู
2. ผล รสเปรี้ยว มีสรรพคุณเป็นยาขับเสมหะ แก่
ไอ แก่น้ำลายเหนียว ฟอกโลหิต ใช้สระผมทำให้ผมดกดำ
ขจัดรังแค
3. ราก รสเย็นจืด แก้พิษฝีภายใน แก้เสมหะ แก่
ลมจุกเสียด

4. น้ำมะกรูด รสเปรี้ยว กัดเสมหะ ใช้ดองยา มีสรรพคุณเป็นยาฟอกโลหิตสำหรับสตรี

5. ใบ รสปร่าหอม แก้ไอ แก้อาเจียนเป็นโลหิต แก้ไข้ใน และดับกลิ่นคาว

คติความเชื่อ มะกรูดเป็นไม้มงคลชนิดหนึ่ง ที่ควรปลูกไว้ในบริเวณบ้าน โดยกำหนดปลูกทางทิศตะวันตกเฉียงเหนือ (พายัพ) เพื่อผู้อยู่อาศัยจะได้มีความสุข และในบางตำราว่าเป็นความเชื่อของคนบ้านป่า ที่เดินทางด้วยเกวียนเทียม โคหรือกระบือเมื่อได้กลิ่นสาบเสื่อ จะหยุดเดิน เจ้าของจะต้องขุดผิวมะนาวหรือมะกรูด ป้ายจุมูกให้ดับกลิ่นสาบเสื่อก่อน โคกระบือ จึงจะเดินต่อไป ดังนั้นการเดินทางสมัยก่อนผ่านป่า ผู้เดินทางจึงมักจะพกพามะนาวและมะกรูดติดตัวไปด้วยเสมอ ในพิธีกรรมการทำนํ้ามนต์เพื่อสะเดาะเคราะห์ สำหรับพรหมหรืออาบผู้ป่วยใบมะกรูดเป็นส่วนประกอบสำคัญที่จะขาดไม่ได้ โดยใช้ร่วมกับใบส้มป่อย ใบเงินใบทอง ใบมะตูม หญ้าแพรก หมาผู้หมาเมีย ในราชพฤกษ์เชื่อกันว่าใบจากต้นไม้มงคลเหล่านี้จะช่วยปัดเป่าและบรรเทาเคราะห์โดยตกลงไปได้

ใบมะกรูดมหัศจรรย์กำจัดแมลงในข้าวสาร

ผลมะกรูด รักษาชั้นนวดและแผลบนศีรษะด้วยมะกรูดได้ -ใช้น้ำคั้นที่ได้จากผลมะกรูดหรือนำผลมะกรูดเผาไฟผ่าซีกบีบเอาน้ำและน้ำมันจากผิวมะกรูด ผสมน้ำ 1 เท้า ใช้สระผมแทนแชมพู แล้วลាอดออก

บทที่ 3

วิธีการดำเนินโครงการ

ตารางปฏิบัติการกิจกรรมโครงการ 1 - 29 สิงหาคม 2551

สัปดาห์ที่	กิจกรรมที่ปฏิบัติ	สถานที่ทำกิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
1 1 สิงหาคม 2551	- เลือกหัวข้อการทำโครงการและนำเสนอครู พร้อมทั้งเหตุผลในการทำ - ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับเอกสารหนังสือจากห้องสมุด - กำหนดการศึกษาจากวิทยากร	ห้องเรียน ห้อง 112 ห้องสมุดโรงเรียนมัธยมฐานบินฯ	สมาชิกในกลุ่ม ครูที่ปรึกษา
2 8 สิงหาคม 2551	- ทำรายงานเพื่อขอเบิกอุปกรณ์ส่วนค่าใช้จ่าย เก็บคนละ 5 บาท - และแบ่งหน้าที่รับผิดชอบติดต่อวิทยากรท้องถิ่น	ห้องเรียน ห้อง 112	สมาชิกในกลุ่ม ครูที่ปรึกษา
3 15 สิงหาคม 2551	- ลงมือปฏิบัติทำน้ามะกรูด - ให้คุณครู ผู้ปกครองและเพื่อนร่วมประเมินรสชาติของน้ามะกรูด	ห้องเรียน ห้อง 112	สมาชิกในกลุ่ม ครูที่ปรึกษา
4 22 สิงหาคม 2551	- เขียนรายงานโครงการจัดทำรูปเล่ม - และสรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม	ห้องเรียน ห้อง 112	สมาชิกในกลุ่ม ครูที่ปรึกษา
5 29 สิงหาคม 2551	- นำเสนอการทำเครื่องดื่มสมุนไพรและ - รายงานผลการปฏิบัติงาน	ห้องเรียน ห้อง 112	สมาชิกในกลุ่ม ครูที่ปรึกษา

เครื่องมือและวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการศึกษา

อุปกรณ์

1. เครื่องปั่นน้ำผลไม้
2. แก้ว
3. หลอด
4. ช้อนชา

วัสดุ

1. มะกรูด
2. เกลือกป่น
3. น้ำเชื่อม
4. น้ำแข็งป่น
5. น้ำ

วิธีการศึกษา

1. ศึกษาจากวิทยากรท้องถิ่น โดยการสอบถามคุณ ป่าสนีย์ สมบูรณ์โชคดี และ ฝึกปฏิบัติทำน้ำมะกรูดปั่น
2. ศึกษาจากเอกสารอ้างอิง และคำบอกเล่าของผู้รู้
3. ประเด็นการศึกษา
 - ได้รู้ถึงสรรพคุณของมะกรูด
 - ได้รู้วิธีในการทำน้ำมะกรูด

ผลการศึกษา

1. ได้ศึกษาสรรพคุณของมะกรูด
2. ได้ศึกษาวิธีการทำน้ำมะกรูด

บทที่ 4

ผลการศึกษา

1. ได้ศึกษาสรรพคุณของมะกรูด
2. ได้ศึกษาวิธีการทำน้ำมะกรูด





บทที่ 5

สรุปผลการศึกษา

สรุปผลการศึกษา

การศึกษาการทำน้ามะกรูด เป็นการนำสิ่งที่ใกล้ตัวมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ เป็นการฝึกให้ใช้ความคิดสร้างสรรค์ เพื่อที่จะนำมาพัฒนาเป็นอาชีพเสริมได้

ประโยชน์ที่ได้รับจากโครงการ

1. ได้ศึกษาการทำน้ามะกรูด
2. ได้ศึกษาสรรพคุณของมะกรูด
3. นำมาพัฒนาให้เกิดรายได้

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาโครงการการทำน้ามะกรูด สามารถพัฒนาให้เป็นอาชีพเสริมได้

บัญชีรายรับ – รายจ่าย

รายรับ			รายจ่าย						
ว / ด / ป	รายการ	จำนวนเงิน	ว/ ด / ป	ลำดับ	รายการ	จำนวน	ราคา / หน่วย	จำนวนเงิน	หมายเหตุ
15/ 5/5 1	เก็บเงินสมาชิกในกลุ่มคนละ 5 บาท / คน (มี 5 คน)	25 บ.	15/ 8/5 1	1	ซื้อน้ำตาลน้ำแข็ง รวมรายจ่ายเหลือ	½ กก. 1 ถุง	18 บ. 10 บ.	8 บ. 10 บ. 19 6	

นางสาว.....

หัวหน้า

นางสาว.....

เลข

บรรณานุกรม

น้ำผลไม้และเครื่องดื่มผสม. ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์
แสงแดด , 2548. 128 หน้า

ภาพประกอบวัสดุในการทำน้ำมะกรูด



