



ชุดการเรียนรู้ด้านอาชีพ
หลักสูตร การสอนตัดเย็บเสื้อผ้า
(การทำกางเกงเอวยืด)

ศูนย์เรียนรู้การพัฒนาสตรีและครอบครัว จ.เชียงราย
กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว
กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์



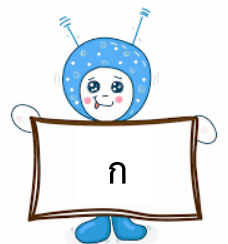
คำนำ

ชุดการเรียนรู้ด้านอาชีพหลักสูตร การตัดเย็บเสื้อผ้า “การทำกางเกงเอวยืด” มีวัตถุประสงค์ เพื่อสร้างการเรียนรู้การตัดเย็บเสื้อผ้า ซึ่งผู้เรียนสามารถนำสู่การปฏิบัติได้เอง โดยชุดการเรียนรู้ได้นำเสนอในเรื่องดังต่อไปนี้

- การเรียนรู้เรื่องการวัดตัว
- การสร้างแบบ การวางแบบตัด
- การตัดเย็บกางเกงเอวยืด

ในการนำเสนอได้มีการจัดทำภาพประกอบในชุดการเรียนรู้แต่ละขั้นตอนอย่างละเอียด ช่วยให้สร้างความเข้าใจได้มากยิ่งขึ้น

กลุ่มแผนงานและวิชาการ
ศูนย์เรียนรู้การพัฒนาศตริและครอบครัว จังหวัดเชียงราย



สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
กิจกรรมที่ 1 การใช้สายวัด	1
กิจกรรมที่ 2 การวัดตัว	3
กิจกรรมที่ 3 การสร้างแบบกางเกงเอวยืด	5
กิจกรรมที่ 4 การตัดแบบกางเกงเอวยืด	6
กิจกรรมที่ 5 การคำนวณผ้าทำกางเกงเอวยืด	7
กิจกรรมที่ 6 การวางแบบกางเกงเอวยืด	8
กิจกรรมที่ 7 การตัดแบบกางเกงเอวยืด	9
กิจกรรมที่ 8 การเย็บปลายขากางเกงเอวยืด	10
กิจกรรมที่ 9 การพับเพื่อใส่ยางยืด	11
กิจกรรมที่ 10 การใส่ยางยืด	12
ภาคผนวก	13



กิจกรรมชุดการเรียนรู้ด้านอาชีพ หลักสูตรการสอนตัดเย็บเสื้อผ้า

กิจกรรมที่ 1 การใช้สายวัด

เนื้อหาการสอน

- 1.การแนะนำการอ่านสายวัด
- 2.การพับสายวัด สำหรับผู้ที่ไม่สามารถคำนวณขนาดของการตัดเย็บได้

สื่อ/อุปกรณ์

- 1.สายวัด
- 2.กระดาษ A4 1 แผ่น
- 3.ปากกา / ดินสอ

ขั้นตอน

อ่านสายวัด สายวัดมีทั้งเซนติเมตรและนิ้ว



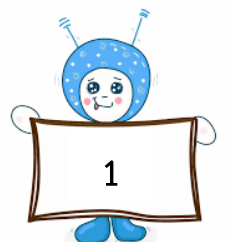
1. (ด้านนิ้ว) 1 นิ้ว จะมีอยู่ 8 ซิต ซิตแรกไม่นับ นับซิตที่ 2 เป็น 1 จนถึงซิตที่ 8

1 2 3 4 5 6 7 8
↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓



2. (ด้านเซนติเมตร) 1 เซนติเมตร จะมีอยู่ 10 ซิต ซิตแรกไม่นับ นับซิตที่ 2 เป็น 1 จนถึงซิตที่ 10

1.5 2
← → ← →



กิจกรรมที่ 2 การวัดตัว

เนื้อหาการสอน

การวัดตัว ประกอบด้วย 16 ขั้นตอน คือ

1. การวัดรอบอก
2. การวัดรอบเอว
3. การวัดรอบคอ
4. การวัดรอบสะโพกบน
5. การวัดรอบสะโพกล่าง
6. การวัดบ่าหน้า
7. การวัดบ่าหลัง
8. การวัดอกสูง
9. การวัดอกห่าง
10. การวัดยาวหน้า
11. การวัดยาวหลัง
12. การวัดรอบวงแขน
13. การวัดแขนยาว
14. การวัดไหล่กว้าง
15. การวัดความยาวของกระโปรง/กางเกง
16. การวัดความยาวเสื้อ

สื่อ/อุปกรณ์

1. สายวัด 2 เส้น
2. กระดาษ A4 1 แผ่น
3. ปากกา / ดินสอ

ขั้นตอน

นำสายวัดเส้นที่ 1 ผูกติดกับเอวหรือตรงสะดือ เส้นที่ 2 ใช้วัดตัว

1. วัดรอบอก วัดส่วนที่ใหญ่ที่สุดของอกหรือยอดอก



2. วัดรอบเอว วัดส่วนที่เล็กที่สุดของเอวหรือสะดือ



3. วัดรอบคอ วัดฐานคอให้พอดี



วัดรอบคอ วัดฐานคอให้พอดี

4. วัดรอบสะโพกบน วัดจากเอวลงมา 10 เซนติเมตร วัดรอบสะโพกตรงที่วัดลงมา 10 เซนติเมตร ให้นิ้ว 1 นิ้วสอดเข้าไปตรงสะโพกบนที่วัด ให้หมุนได้เพื่อไม่ให้สะโพกบนแน่นเกินไป



รอบสะโพกบน



5. วัดรอบสะโพกล่าง วัดจากเอวลงมา 20 เซนติเมตร วัดรอบสะโพกตรงที่วัดลงมา 20 เซนติเมตร ให้นิ้ว 1 นิ้วสอดเข้าไปตรงสะโพกล่าง ให้หมุนได้เพื่อไม่ให้สะโพกล่างแน่นเกินไป



รอบสะโพกล่าง



6. วัดบ่าหน้า วัดจากรักแร้ซ้ายไปรักแร้ขวา (ด้านหน้า)



บ่าหน้า วัดจากรักแร้ซ้ายไปรักแร้ขวา (ด้านหน้า)

7. วัดบ่าหลัง วัดจากรักแร้ซ้ายไปรักแร้ขวา (ด้านหลัง)



8. วัดดอกสูง วัดจากจุดคอลงมาถึงจุดยอดอก



9. วัดอกห่าง วัดจากยอดอกซ้ายถึงยอดอกขวา



10. วัดยาวหน้า วัดจากปุ่มคอด้านหน้าถึงเอว (ด้านหน้า)



ยาวหน้า วัดจากปุ่มคอด้านหน้าถึงเอว (ด้านหน้า)

11. วัดยาวหลัง วัดจากปุ่มคอด้านหลังถึงเอวหลัง(ด้านหลัง)



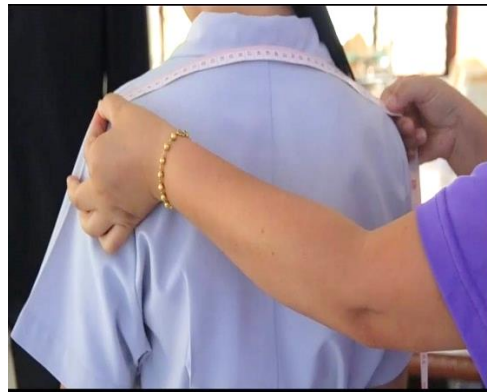
12. วัดรอบวงแขน วัดจากปุ่มไหล่ผ่านจากรักแร้วัดให้พอดีไม่แน่นเกินไป



13. วัดแขนยาว วัดจากปุ่มไหล่ถึงความยาวที่ต้องการ แต่ถ้าแขนยาวต้องทำเอาไว้ แล้วจึงวัดความยาวของแขน



14. วัดไหล่กว้าง วัดจากจุดไหล่ซ้ายไปจุดไหล่ขวา



15. วัดความยาวกระโปรง/กางเกง วัดจากเอวลงมาตามความยาวที่ต้องการ



16. ความยาวเสื้อ วัดจากจุดคอลงมาตามความยาวที่ต้องการ



กิจกรรมที่ 3 การสร้างแบบกางเกงเอวยืด

เนื้อหาการสอน

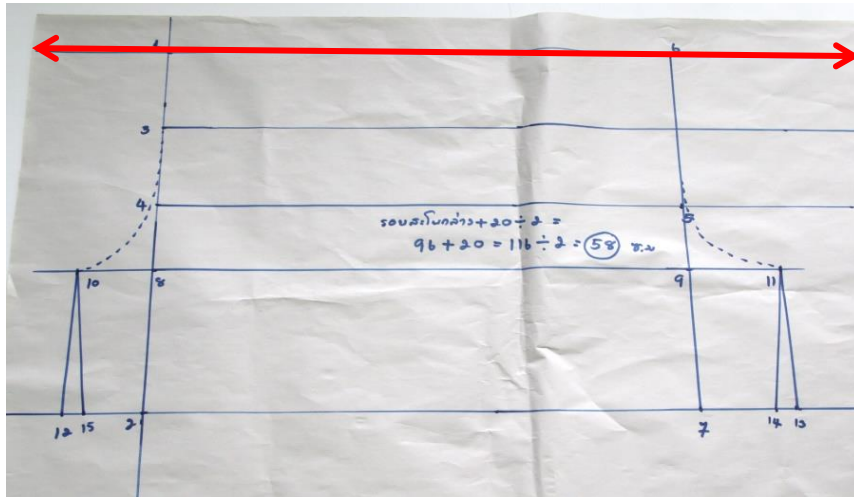
1. วิธีการวัด และคำนวณในการสร้างแบบกางเกง
2. วิธีการเขียนแบบ การลากเส้นแต่ละจุด

สื่อ/อุปกรณ์

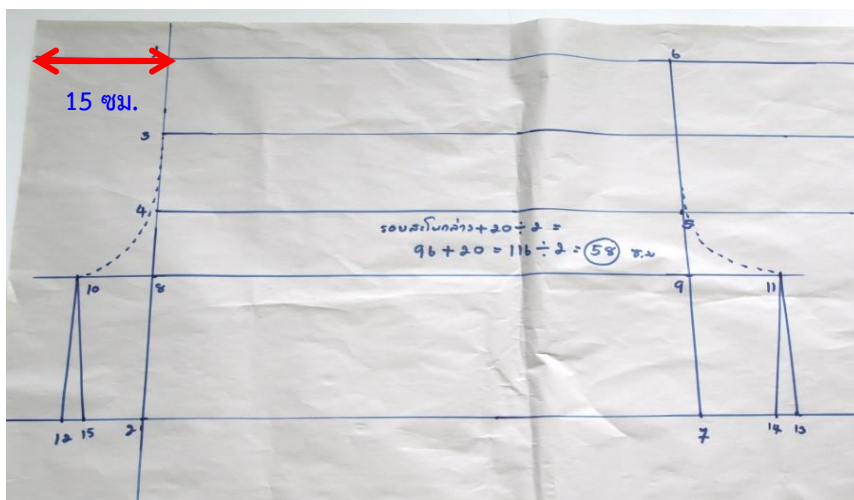
1. สายวัด
2. กระดาษสร้างแบบ
3. ปากกาเคมี
4. ไม้บรรทัด

ขั้นตอน

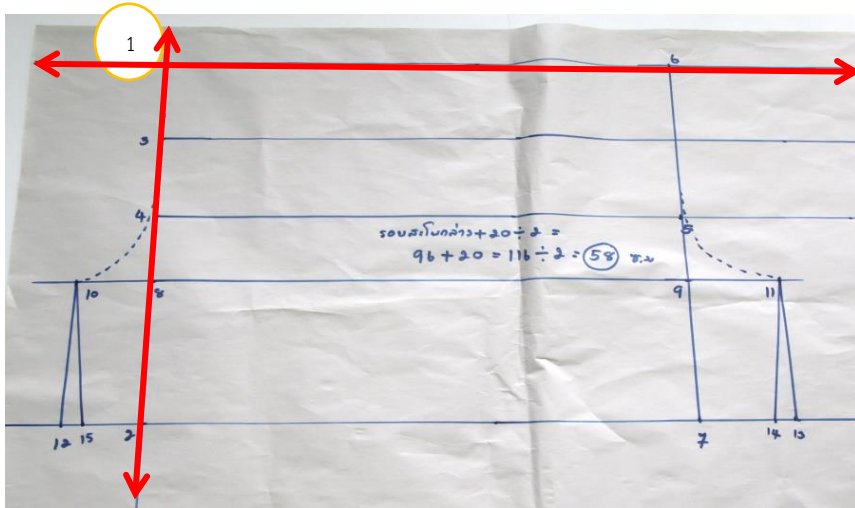
1. วัดจากขอบกระดาด้านบน 1 ไม้บรรทัด ตามภาพ



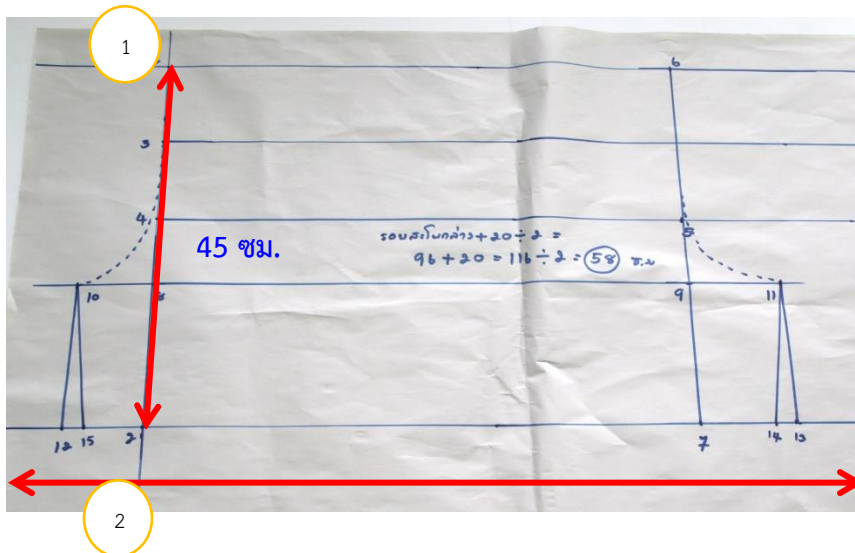
2. วัดจากริมกระดาด้านซ้ายมาหาด้านขวา 15 เซนติเมตร ตามภาพ



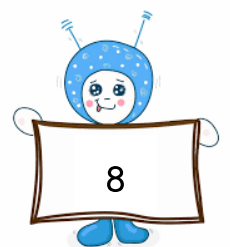
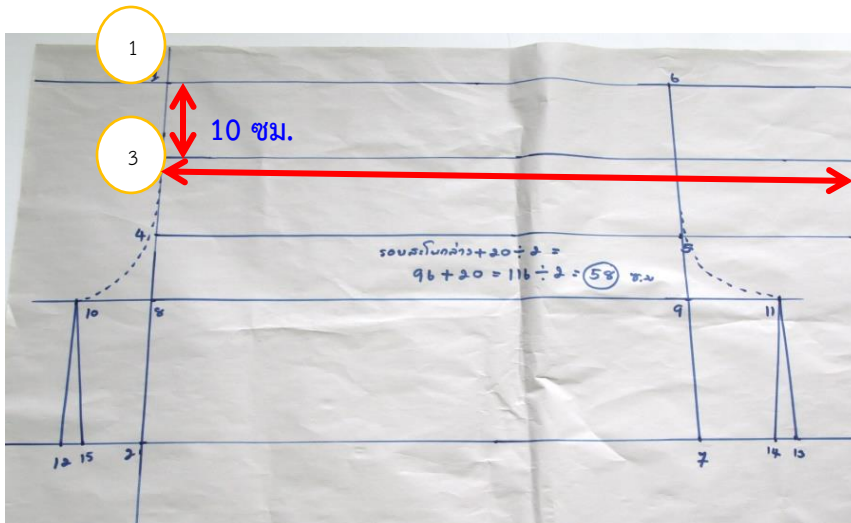
3. ชีตเส้นตรงเป็นฉาก ตรงจุดตัดเป็น จุด 1 คือจุดเริ่มต้น ตามภาพ



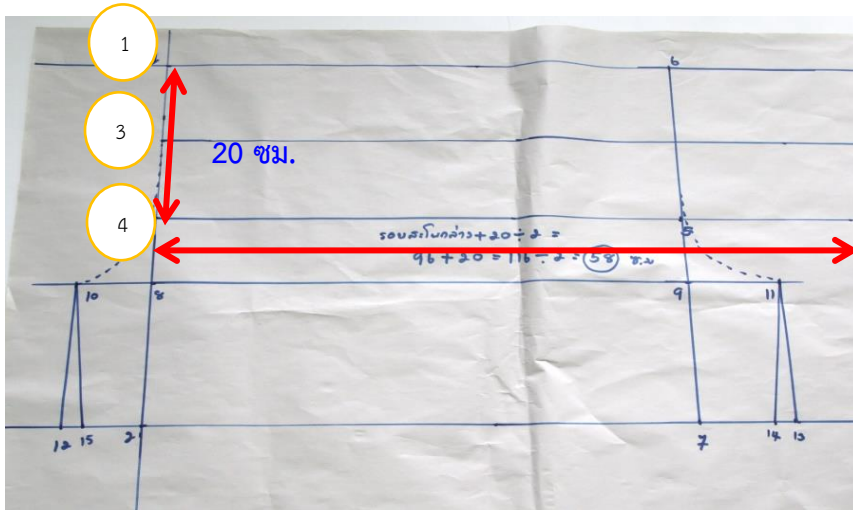
4. จุด 1 - ความยาววงแหวนที่ต้องการ ตัวอย่าง เช่น ความยาว 45 เซนติเมตร ลากเส้นตามความยาวที่เราต้องการ ชีตเส้นขวางออกไป ตรงจุดตัดนับเป็น จุด 2 ตามภาพ



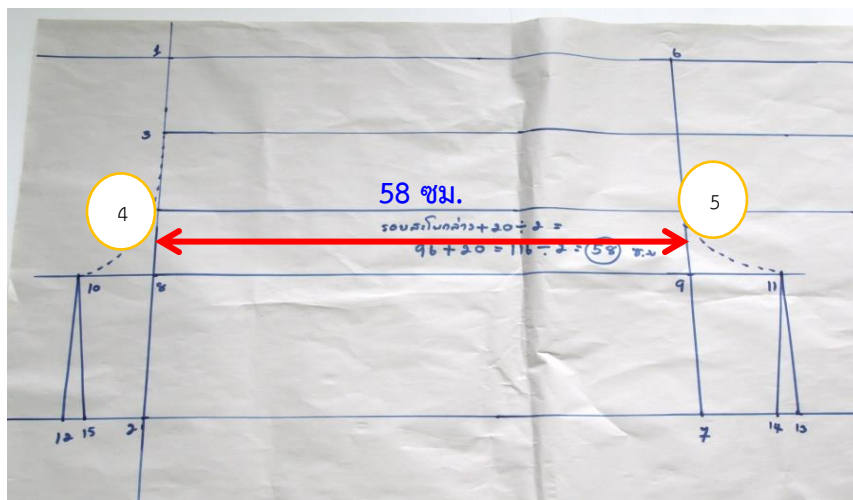
5. จุด 1 - จุด 3 = 10 เซนติเมตร (สะโพกบน) ชีตเส้นขวางออกไป ตามภาพ



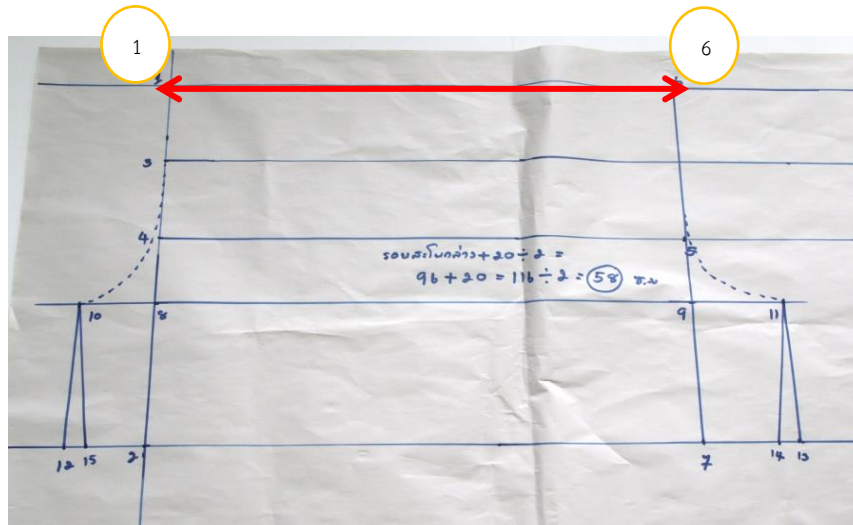
6. จุด 1 - จุด 4 = 20 เซนติเมตร (สะโพกกลาง) ชีดเส้นขวางออกไป ตามภาพ



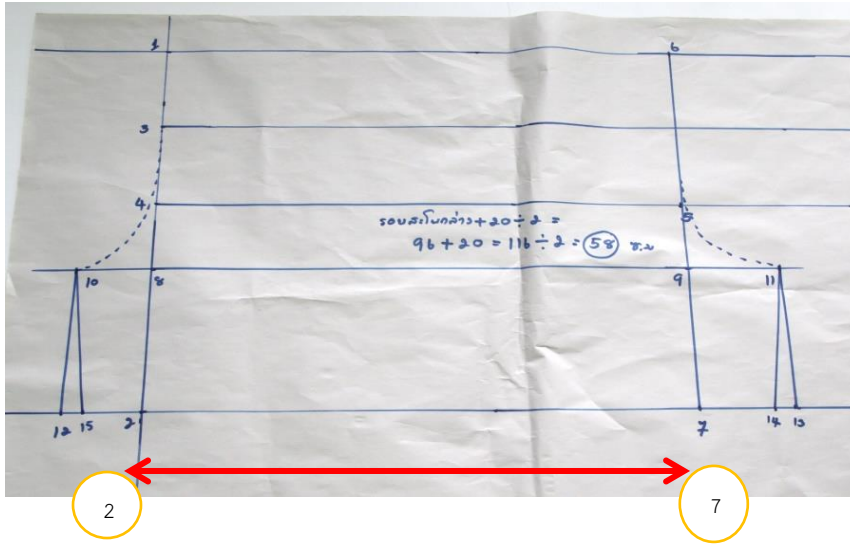
7. จุด 4 - จุด 5 = รอบสะโพกกลาง บวก 20หาร 2 เช่น รอบสะโพกกลาง 96 + 20 = 116 หาร 2 = 58 เซนติเมตร ชีดเส้นขวางออกไป 58 เซนติเมตรนับเป็นจุด 5 ตามภาพ



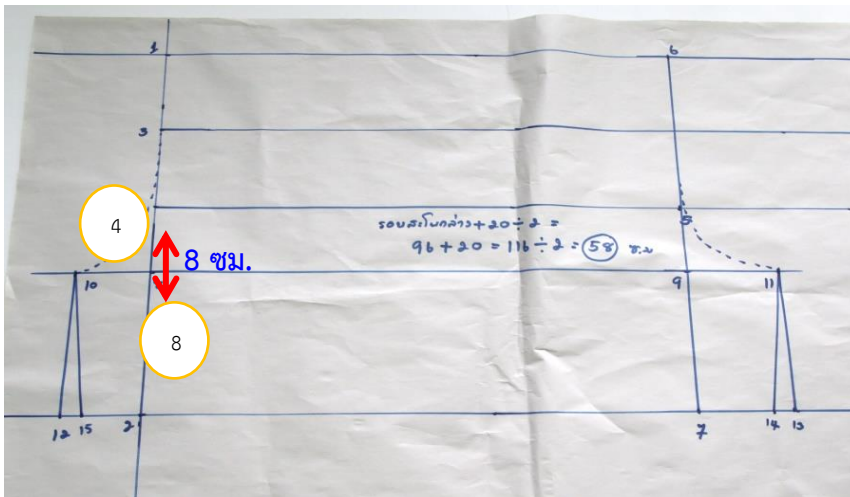
8. จุด 1 ชีดเส้นขวางออกไป นับเป็นจุด 6 ตามภาพ



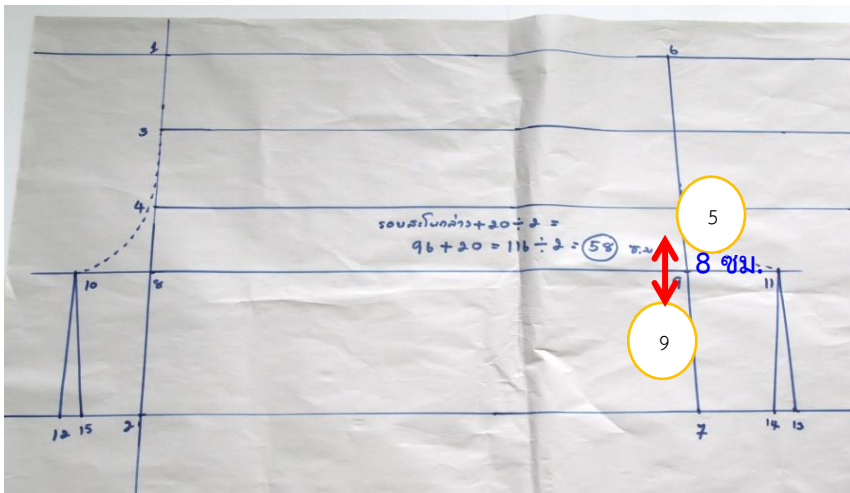
8. จุด 2 ขีดเส้นขวางออกไป นับเป็นจุด 7 ตามภาพ



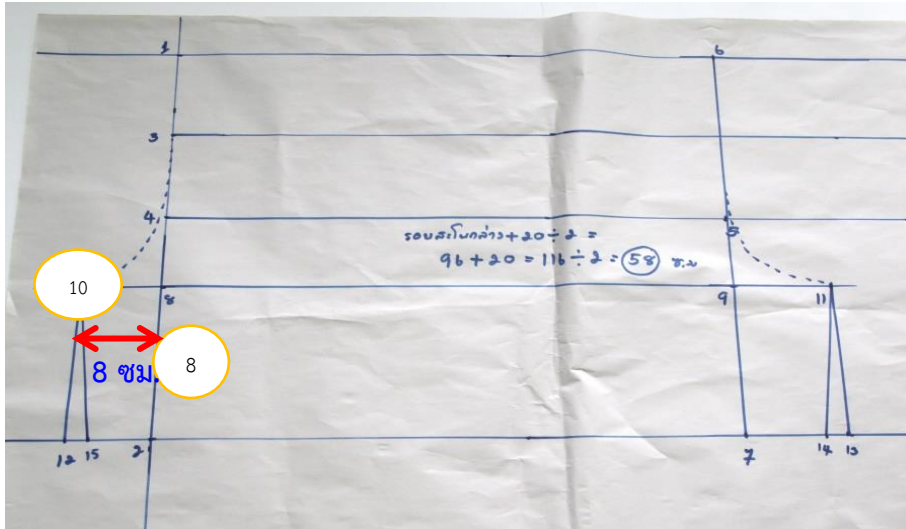
9. จุด 4 วัดลงมา 8 เซนติเมตร นับเป็นจุด 8 ตามภาพ



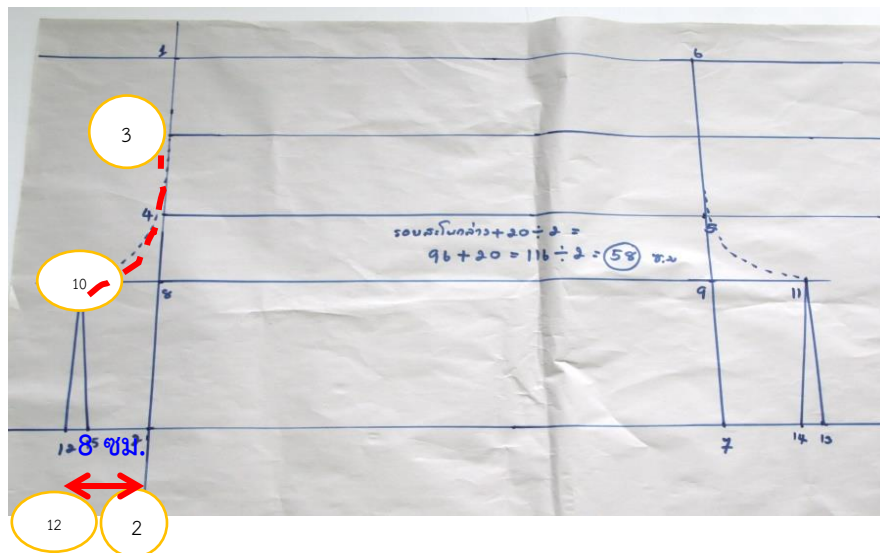
10. จุด 5 วัดลงมา 8 เซนติเมตร นับเป็นจุด 9 ตามภาพ



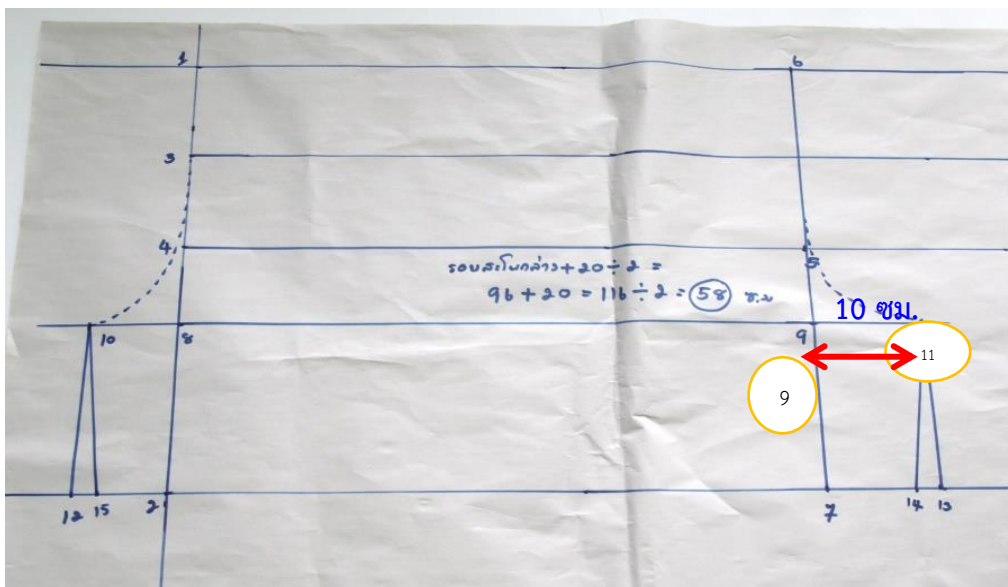
11. จุด 8 ขีดเส้นขวางออกไปข้างซ้าย 8 เซนติเมตร นับเป็นจุด 10 = ขึ้นหน้า ตามภาพ



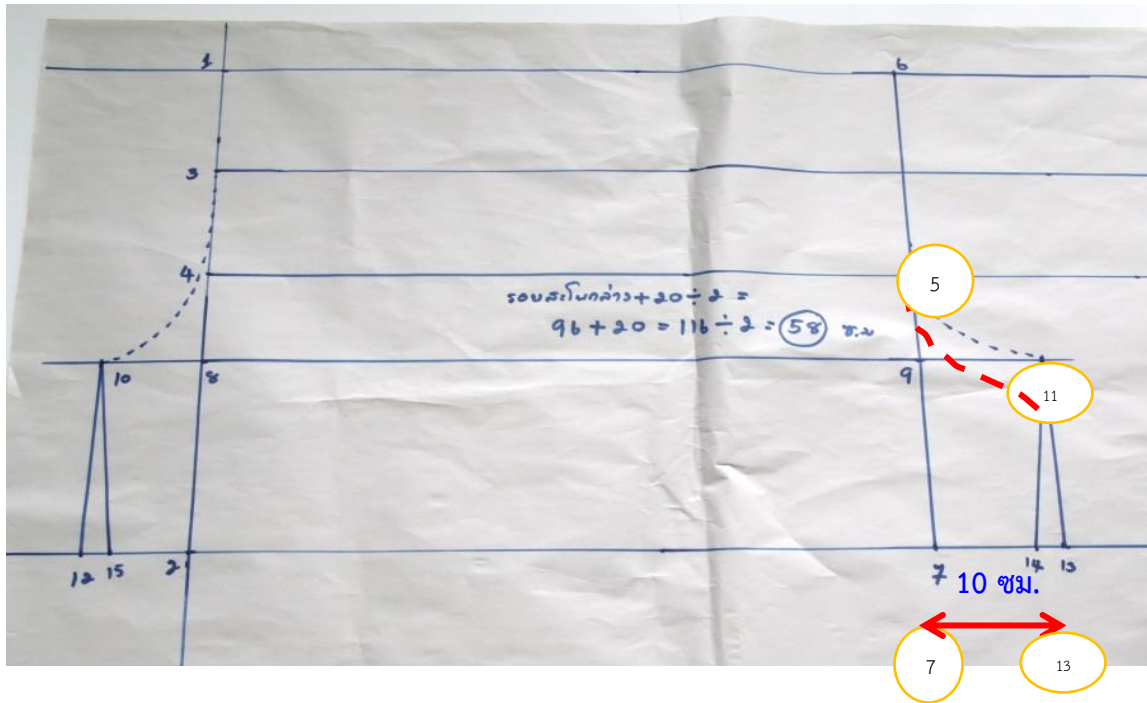
12. จุด 2 ขีดเส้นขวางออกไปข้างซ้าย 8 เซนติเมตร นับเป็นจุด 12 แล้วโค้งจาก 3 - 10 ตามภาพ



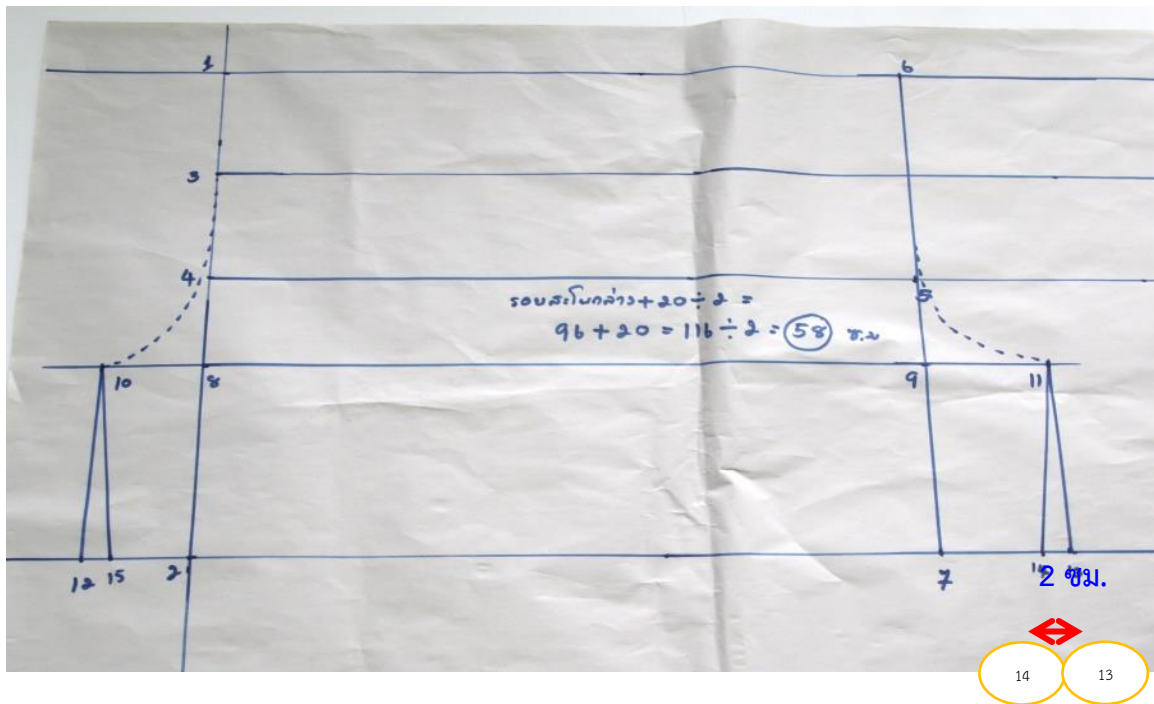
13. จุด 9 ขีดเส้นขวางออกไปข้างขวา 10 เซนติเมตร นับเป็นจุด 11 ตามภาพ



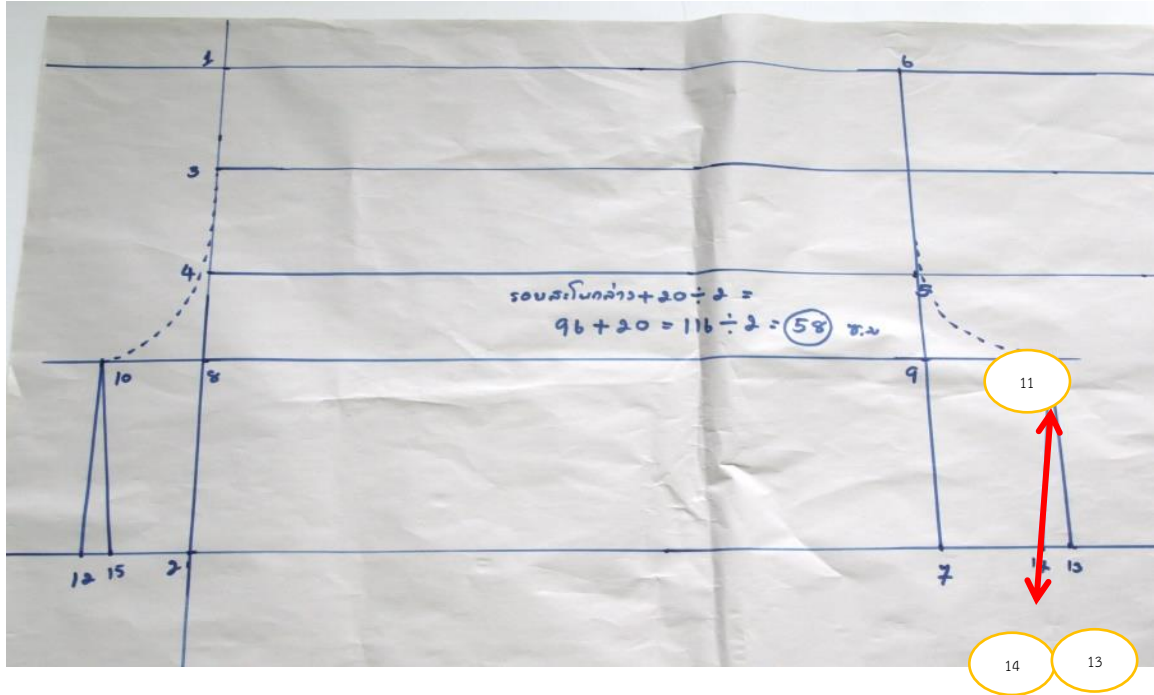
14. จุด 7 ชีตเส้นขวางออกไปข้างขวา 10 เซนติเมตร นับเป็นจุด 13 แล้วโค้งจาก 11 - 5 ตามภาพ



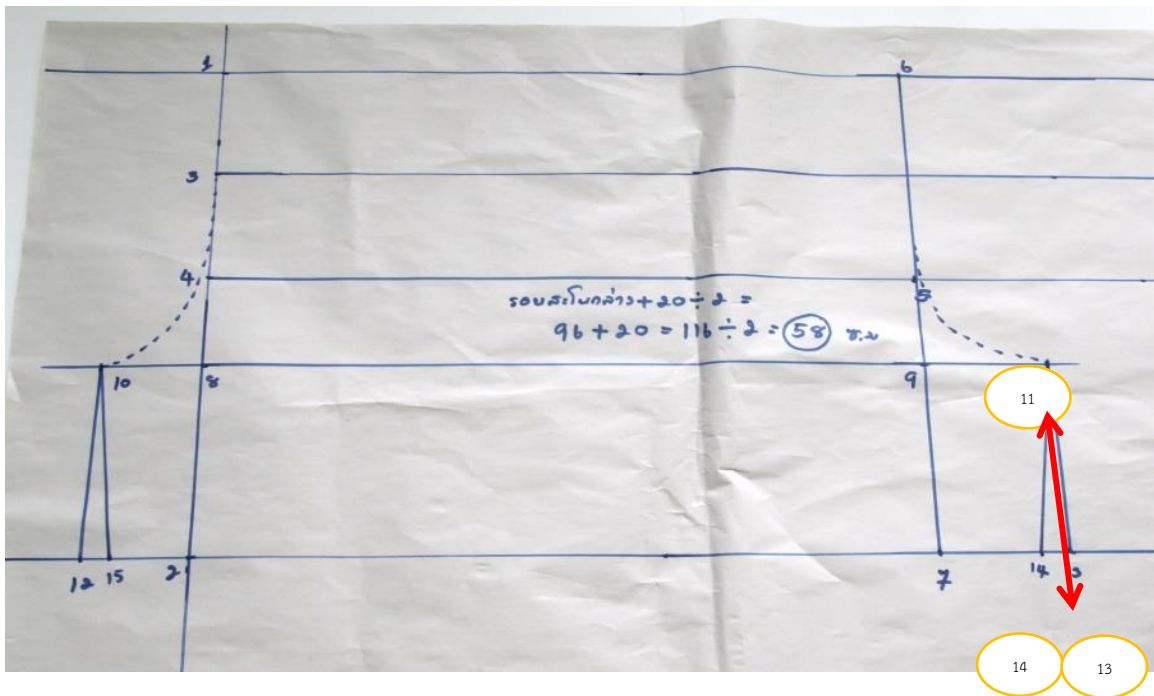
15. จุด 13 วัตออกไปข้างซ้าย 2 เซนติเมตร นับเป็นจุด 14 ตามภาพ



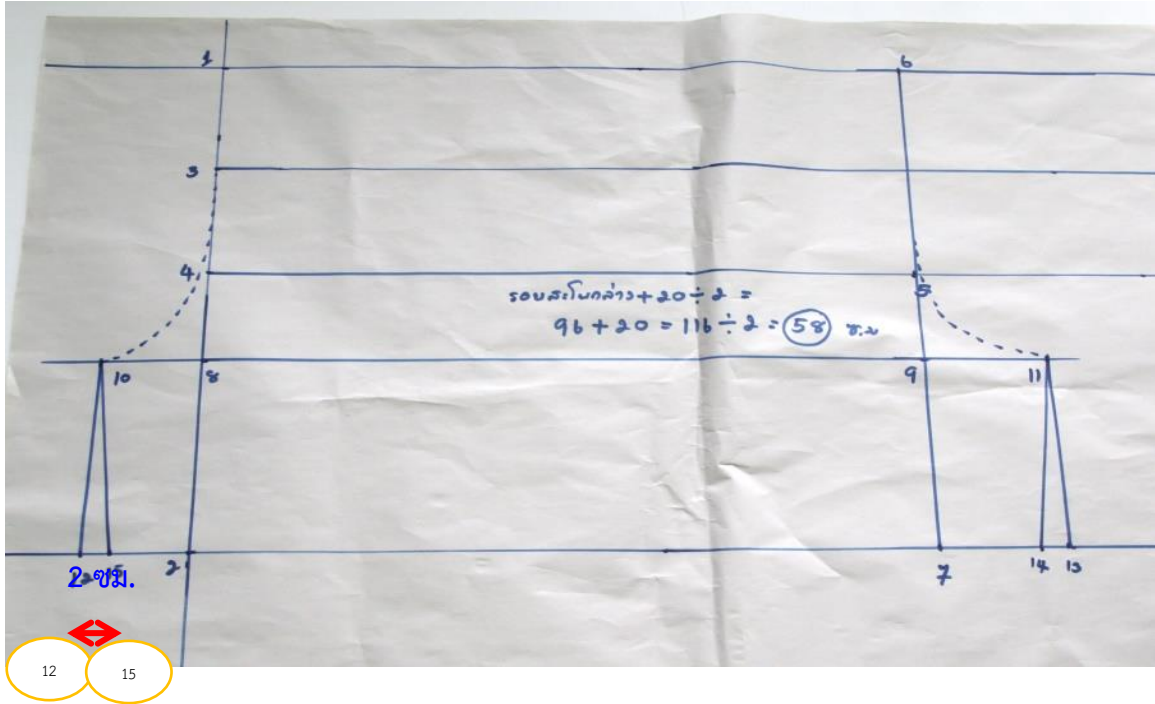
แล้วขีดเส้นจาก จุด 14 - จุด 11 ตามภาพ



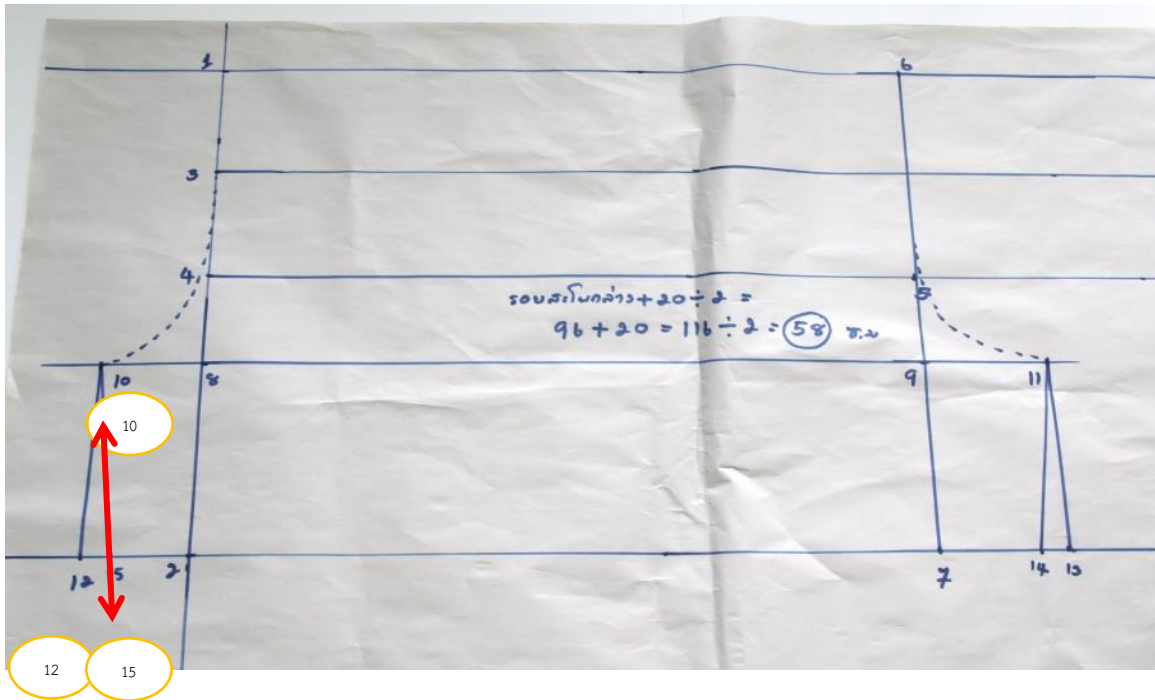
แล้วขีดเส้นจาก จุด 13 - จุด 11 ดังภาพ



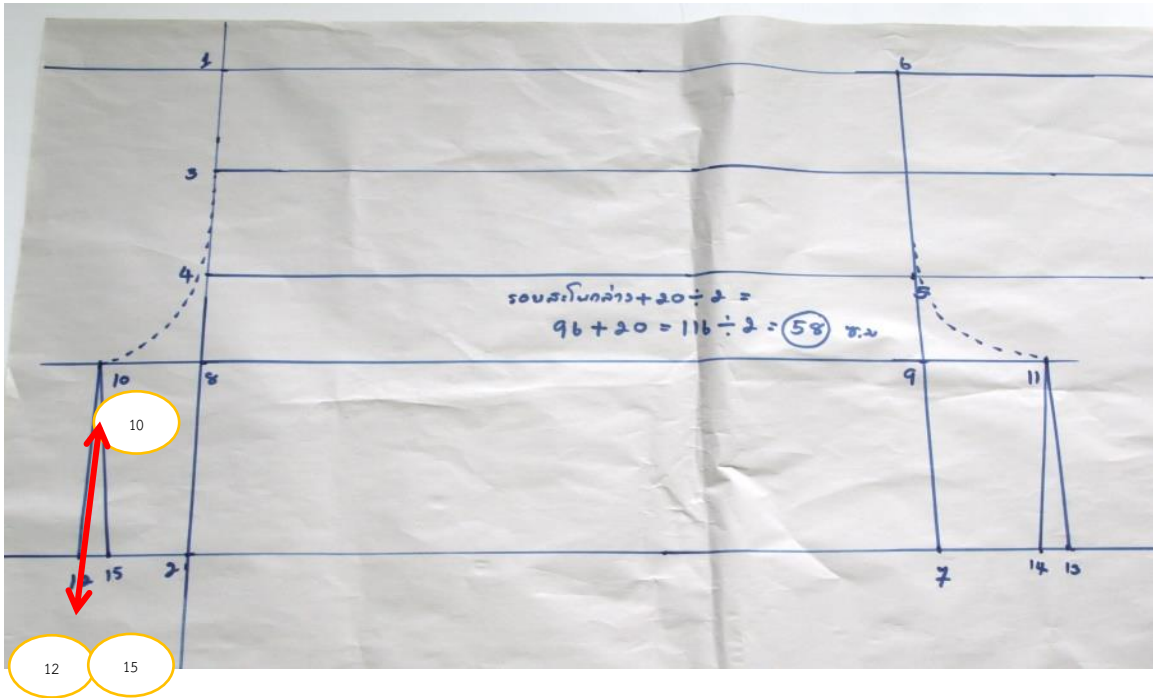
16. จุด 12 วัตออกไปข้างขวา 2 เซนติเมตร นับเป็นจุด 15 ตามภาพ



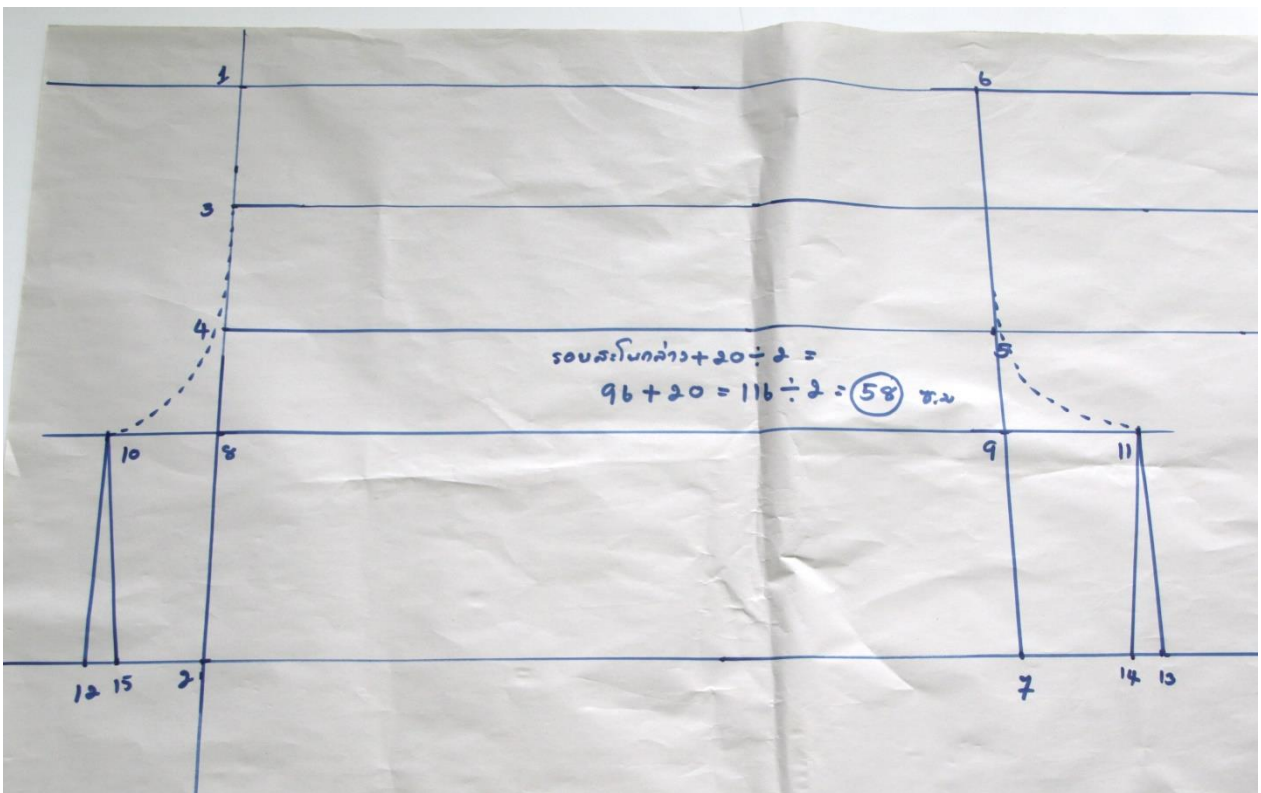
แล้วขีดเส้นจาก จุด 15 - จุด 11 ตามภาพ



แล้วขีดเส้นจาก จุด 12 - จุด 11 ตามภาพ



แบบกางเกงเอวยืดที่สร้างเรียบร้อย



กิจกรรมที่ 4 การตัดแบบกางเกงเอวยืด

เนื้อหาการสอน

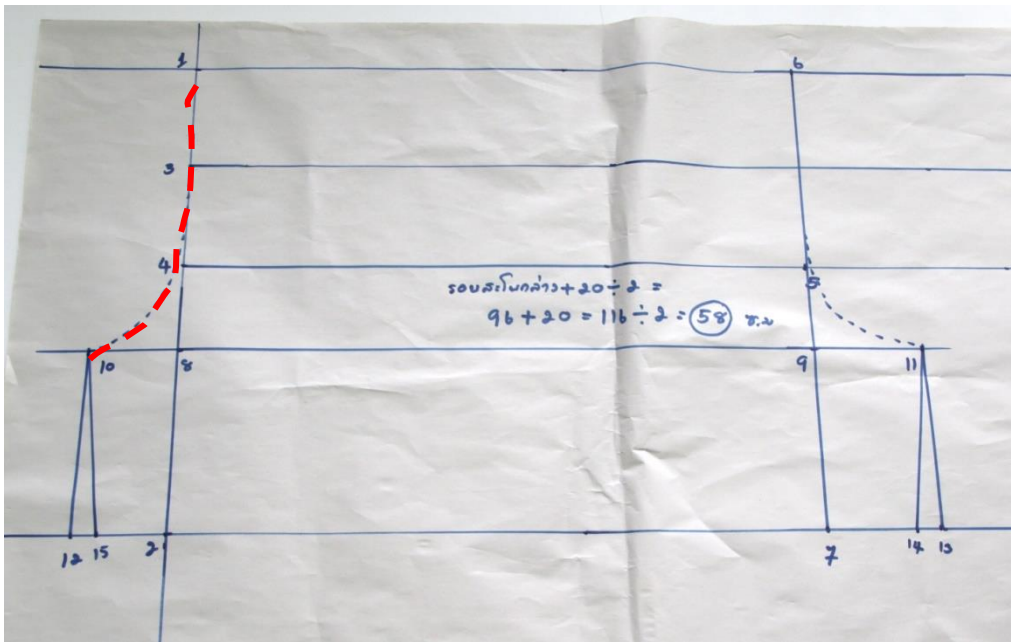
1. วิธีการตัดแบบตามจุดที่กำหนด
2. ข้อระวังในการตัดแบบ

สื่อ/อุปกรณ์

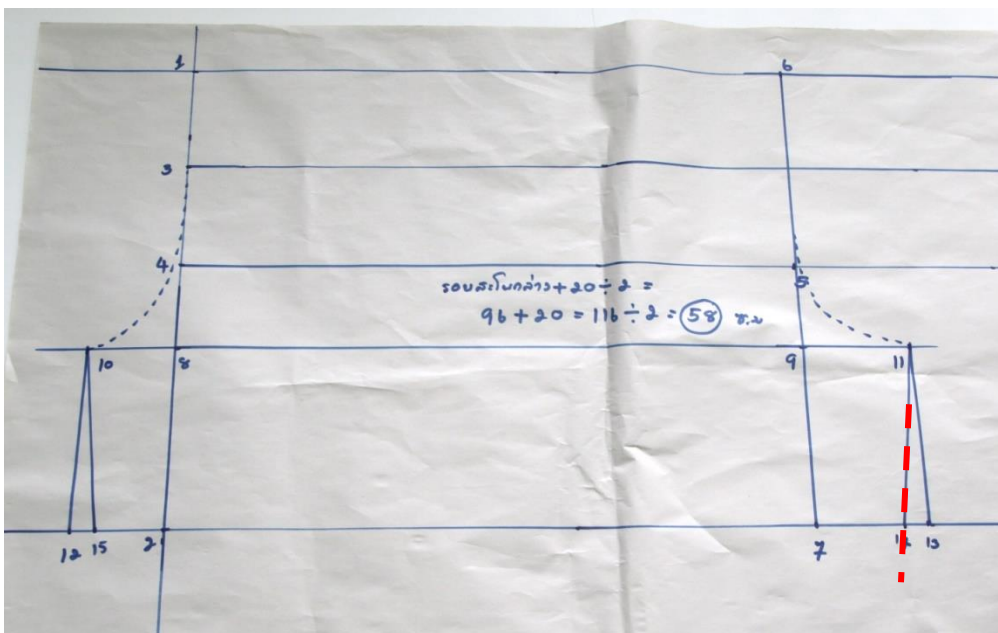
1. กระดาษสร้างแบบที่วาดแบบเรียบร้อยแล้ว
2. กรรไกร

ขั้นตอน

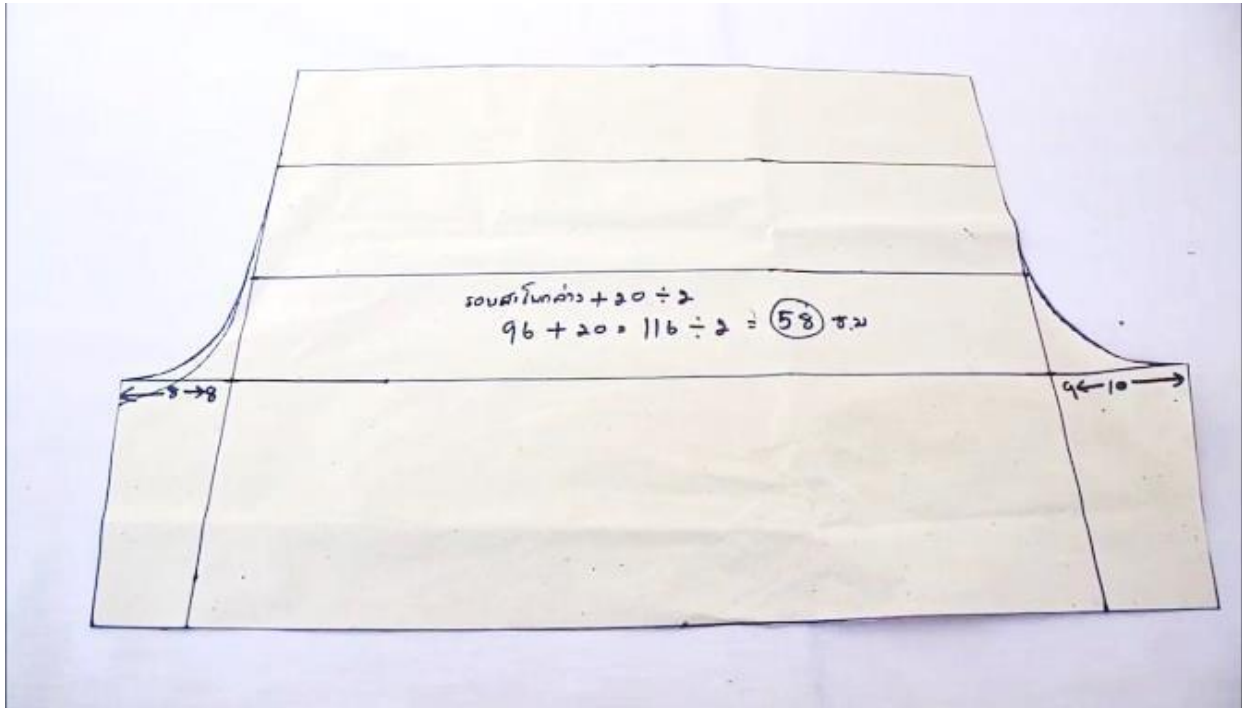
1. ตัดกระดาษสร้างแบบที่วาดแบบกางเกงเอวยืดจากจุด 1 ไปยังจุด 3 , 4 , 10 , 15 , 2 , 7 , 14



2. ตัดตรงตามเส้นยาวไปหาจุด 11 , 5 , 6 สิ้นสุดที่จุดที่ 1



แบบกางเกงเอวยืดที่ตัดเรียบร้อยแล้ว



กิจกรรมที่ 5 การคำนวณผ้าทำกางเกงเอวยืด

เนื้อหาการสอน

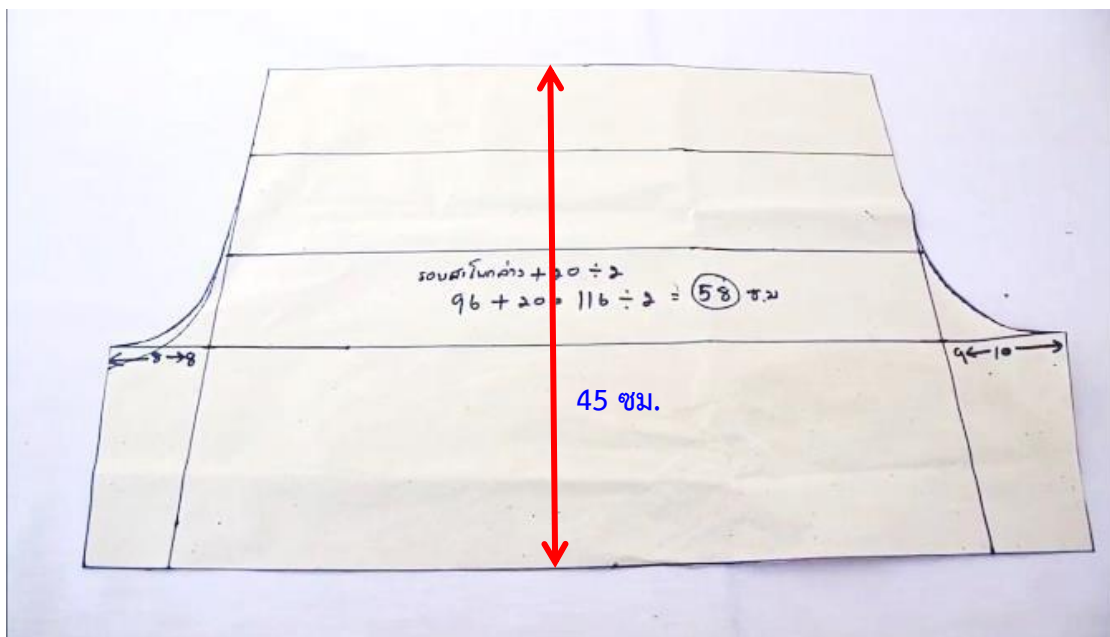
1. วิธีการวัดขนาดตามแบบ
2. วิธีการคำนวณผ้าเพื่อใช้ตัดกางเกง

สื่อ/อุปกรณ์

1. แบบกางเกงที่ตัดเรียบร้อยแล้ว
2. สายวัด

ขั้นตอน

ความยาวของกางเกงวัดจากขอบด้านบนลงมาด้านล่าง เช่น ความยาวกางเกง 45 เซนติเมตร $45 \times 2 = 90$ เซนติเมตร + 20 เซนติเมตร เท่ากับ 110 เซนติเมตร ดังนั้น ต้องใช้ผ้า 110 เซนติเมตรสำหรับตัดกางเกง



กิจกรรมที่ 6 การวางแบบกางเกงเอวยืด

เนื้อหาการสอน

1. การแนะนำการใช้ผ้า การทบผ้า
2. การวางแผนเพื่อตัดผ้า
3. การเผื่อผ้าเพื่อใช้ในการเย็บ

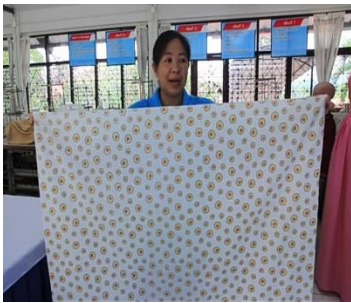
สื่อ/อุปกรณ์

1. ผ้าขนาด 110 เซนติเมตร
2. กรรไกร
3. แบบกางเกง
4. ไม้บรรทัด
5. เข็มหมุด
6. ซอล์คเขียนผ้า

ขั้นตอน

วางผ้าและเผื่อผ้า

1. นำผ้าด้านติดกับด้านติดชนกัน



2. นำแบบกางเกงวางผ้าด้านถูก



3.ด้านเอวเนื้อผ้า 5 เซนติเมตร , ชายกางเกงเนื้อ 5 เซนติเมตร , เป้าเนื้อ 2 เซนติเมตร ซ้ายและขวา และใต้ท้องขาเนื้อ 2 เซนติเมตร ซ้ายและขวา

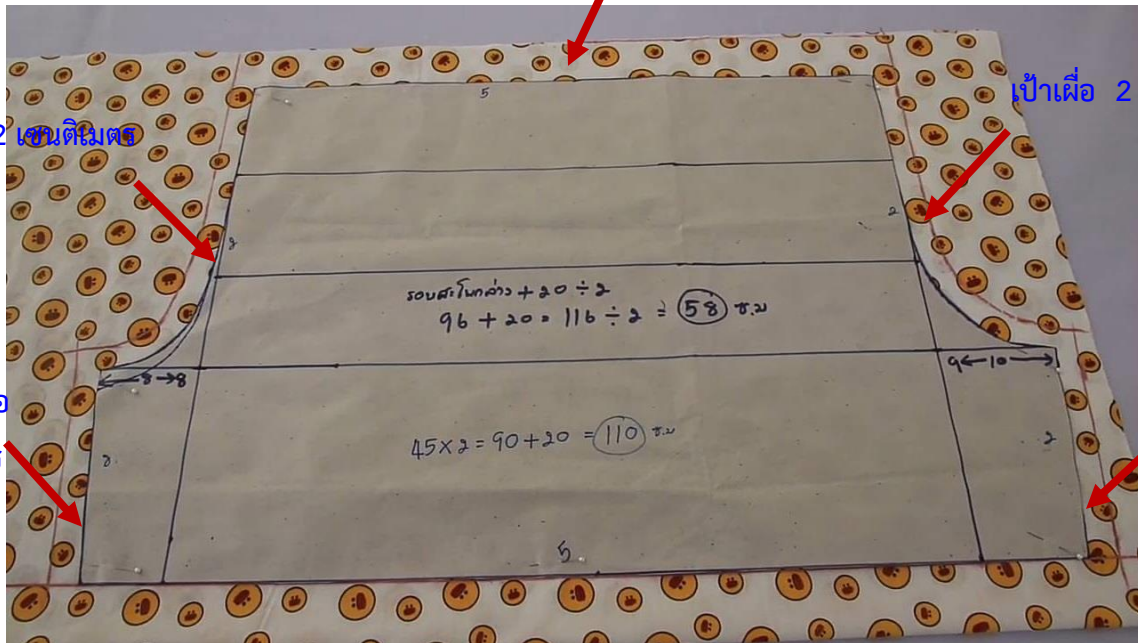
เอวเนื้อผ้า 5 เซนติเมตร

เป้าเนื้อ 2 เซนติเมตร

เป้าเนื้อ 2 เซนติเมตร

ใต้ท้องขาเนื้อ 2 เซนติเมตร

ใต้ท้องขาเนื้อ 2 เซนติเมตร



ชายกางเกงเนื้อ 5 เซนติเมตร



กิจกรรมที่ 7 การตัดแบบกางเกงเอวยืด

เนื้อหาการสอน

1. วิธีการตัดผ้าตามแบบ
2. การยืดผ้ากับแบบ
3. วิธีการรีดผ้าเพื่อเตรียมเย็บ

สื่อ/อุปกรณ์

1. แบบกางเกงที่วางเรียบร้อยแล้ว
2. ซอล์คเขียนผ้า
3. ไม้บรรทัด
4. เตารีด
5. กรรไกร

ขั้นตอน

1. พับด้านชายกางเกงตรงที่เผื่อไป 5 เซนติเมตร



2. ตัดตามเส้นที่เราเขียนไว้ตามแบบ



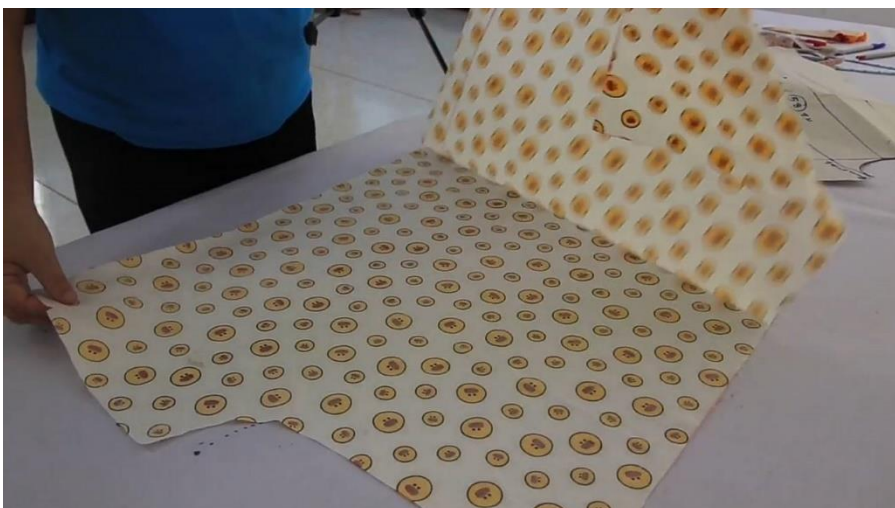
3. ตัดตรงเส้นทาบด้านล่างจนสุดผ้า



4. คลิบตรงด้านชายกางเกงทั้งสองข้าง



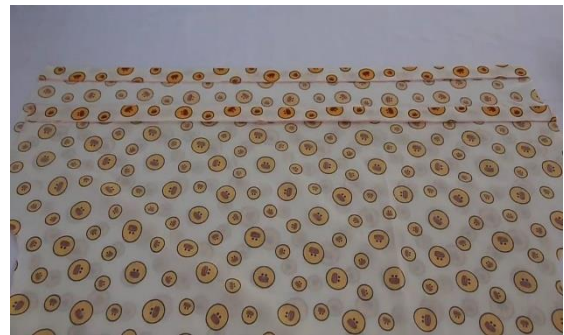
5. แยกผ้าสองชิ้นออกจากกัน



6.พับชายขึ้นจนถึงรอยคลิบและรีดแล้ววัดตรงรอบรีด 1 นิ้ว แล้วรีดพับลงทำทั้ง 2 ชั้น



วัดตรงรอบ 1 นิ้วแล้วรีดพับลงทำทั้ง 2 ชั้น



กิจกรรมที่ 8 การเย็บปลายขากางเกงเอวยืด

เนื้อหาการสอน

1. วิธีการเย็บขากางเกง
2. วิธีการเย็บประกอบกางเกง
3. การรีดผ้าเพื่อเตรียมเย็บ

สื่อ/อุปกรณ์

- 1.จักรเย็บผ้า
- 2.จักรโพง
- 3.ด้ายสำหรับใช้จักรเย็บผ้า
- 4.เตารีด
- 5.กรรไกร

ขั้นตอน

- 1.เย็บปลายขากางเกง ต้องเย็บย่ำหัวและท้าย แล้วเย็บตะเข็บใต้ท้องขาทั้ง 2 ข้าง



- 2.โพงใต้ท้องขาเพื่อไม่ให้ผ้าล้วย



3.รีดตะเข็บใต้ท้องขา



4.ขาทางเกงสองขาประกบกัน โดยขาทางเกงด้านหนึ่งกลับให้เป็นด้านนอก แล้วเอาสอดเข้ากันโดยให้ด้านนอก
กับนอกชนกัน



5.จับชายให้ตรงกัน โดยเส้นใต้ท้องขาทางเกงต้องตรงกัน



6. นำเข็มหมุดกลัดไว้ใต้ท้องขากางเกง นำเข็มหมุดกลัดไว้ที่เป้าให้ตรงกัน



8. จับเป้าขากางเกงทั้งสองข้างให้ตรงกันทั้งขาซ้ายและขาขวา จับให้ตรงเอวเป็นวงกลม และวัดเป้า 2 เซนติเมตร



10. เย็บตามที่เราเผื่อไว้ เย็บย่ำตรงเอวด้านหนึ่งผ่านเป้าไปถึงเอวอีกด้านหนึ่ง แล้วเย็บย่ำ



11.เย็บเสร็จแล้ว ทำการโฟ้งเพื่อไม่ให้ผ้าลู่



12.รีดตะเข็บไปด้านใดด้านหนึ่ง



กิจกรรมที่ 9 การพับเพื่อใส่ยางยืด

เนื้อหาการสอน

1. วิธีการเลือกยางยืด
2. การพับเอว และเย็บเอวกางเกง

สื่อ/อุปกรณ์

1. กางเกง
2. เตารีด
3. ไม้บรรทัด
4. ซอล์คเขียนผ้า
5. ยางยืด

ขั้นตอน

1. กางเกงที่เย็บประกอบกันเรียบร้อยแล้ว วัดจากเส้นเอวลงมา 5 นิ้ว พับจากขอบเอวลงมา 5 นิ้ว นำไปรีดให้รอบเอว



2. วัดจากสันทบทตรงที่รีดลงมา 1 นิ้ว 2 ซิต แล้วพับที่เราวัด 1 นิ้ว 2 ซิต เข้าไปอีกทีแล้วนำไปรีดให้รอบ



กิจกรรมที่ 10 การใส่ยางยืด

เนื้อหาการสอน

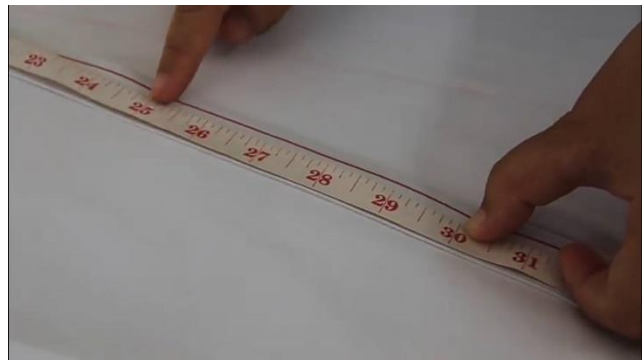
1. การวัดขนาดยางยืดเพื่อใช้ในการเย็บ
2. การเย็บยางยืด
3. การเย็บยางยืดกับกางเกง

สื่อ/อุปกรณ์

1. กางเกง
2. ยางยืด กว้าง 1 นิ้ว
3. จักรเย็บผ้า
4. สายวัด

ขั้นตอน

1. วัดยางยืด ถ้ากางเกงมีขนาดเอว 30 นิ้ว การใส่ยางยืดต้องลบบอก 5 นิ้ว



2. เย็บยางยืดให้เป็นวงกลม



3. นำยางยืดที่เย็บเป็นวงกลมเย็บติดกับเอวกางเกงที่วัดไว้เรียบร้อยแล้ว เวลาเย็บยางยืดไม่ควรเย็บติดยางยืดเพราะจะทำให้ยางยืดดึงไม่ได้



ภาคผนวก

ประวัติครูผู้สอน

สังกัด ศูนย์เรียนรู้การพัฒนาสตรีและครอบครัว จังหวัดเชียงราย
กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว กองคุ้มครองและพัฒนาอาชีพ

ชื่อ - สกุล นางรวีวรรณ ปงธิยา อายุ 42 ปี

ตำแหน่ง ครูฝึกอาชีพสงเคราะห์ชั้น 2

หน้าที่ ครูประจำหลักสูตร ตัดเย็บเสื้อผ้า

ประวัติการทำงาน

- ปฏิบัติหน้าที่ครูฝึกอาชีพ ตั้งแต่ปีงบประมาณ 2541 - ปัจจุบัน รวม 21 ปี

ประวัติการเป็นวิทยากร

ปี	หลักสูตร	หน่วยงาน	จำนวน(วัน)
2560	1. การทำกระเป๋าผ้าดัดมือ	อบต.ทรายขาว อ.พาน จ.เชียงราย	30
	2. การทำบายศรี	อบต.ผางาม อ.เวียงชัย จ.เชียงราย	30
	3. การทำของชำร่วยจากเศษผ้า	เรือนจำกลาง เชียงราย	30
2561	1. คลินิกผ้า	เรือนจำกลาง เชียงราย	30
	2. การทำกระเป๋าใส่เหรียญ	อบต.บัวสลี อ.แม่ลาว จ.เชียงราย	2
2562	1. การจับจีบโต๊ะแบบต่าง ๆ	เทศบาลตำบลแม่สาย อ.แม่สาย จ.เชียงราย	2
	2. ผลิตภัณฑ์จากผ้าดัดมือ	พมจ.เชียงราย (วัดหัวฝาย)	2
	3. การทำกระเป๋าพวงกุญแจ	เทศบาลตำบลแม่ลาว อ.แม่ลาว จ.เชียงราย	2
	4. การทำของชำร่วยจากเศษผ้า	โรงเรียน อบจ.เชียงราย	2

