ຄວາມຮູ້ພູມປັນຍາທ້ອງຖິ່ນ

ປູກໝາກຫຸ່ງ

(ສະບັບທົດລອງ)

ຂຽນໂດຍ: ພະອາຈານ ສຸບັນ ມາໂສພາ
ຂໍ້ມູນຈາກ: ບ້ານ ໜອງແຊງ ເມືອງ ໄຊຍະບູລີ ແຂວງ ໄຊຍະບູລີ

ປີ 2007

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

ປຶ້ມຄວາມຮູ້ພູມປັນຍາທ້ອງຖິ່ນ

ປູກໝາກຫຸ່ງ

ຮິບໂຮມ ແລະ ຈັດໜ້າໂດຍ: ນ. ຄຳວອງ ແພງທິຈັກ
ແຕ້ມໂດຍ: ທ້າວ ຄຳຫຼ້າ ພອນມະນີວົງ
ຮຽບຮຽງໂດຍ: ອຈ ໂພໄຊ ຈັນທະວົງສາ
ອຈ ລັ່ງ ແສງດາລາ

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

ຄຳນຳ

ປຶ້ມຄວາມຮູ້ພູມປັນຍາທ້ອງຖິ່ນເຫຼັ້ມນີ້ໄດ້ບັນຈຸເອົາເນື້ອໃນ, ຂັ້ນຕອນການປະຕິບັດຕ່າງໆ ລວມທັງຄຸນປະໂຫຍດຂອງການປູກໝາກຫຸ່ງທ້ອງຖິ່ນບ້ານ.ໜອງແຊງເມືອງໄຊຍະບູລີ. ແຂວງໄຊຍະບູລີ ໂດຍແມ່ນຄູເຝິກຊຸມຊົນ ເປັນຜູ້ໃຫ້ຂໍ້ມູນ ແລະຂຽນດ້ວຍຕົນເອງໂດຍຜ່ານການຮັບຮອງ ແລະອຽບຮຽງຈາກທ້ອງການສຶກສາປະຈຳເມືອງ, ພະແນກສຶກສາປະຈຳແຂວງ, ສູນ ອົບຮົມຮ່ວມພັດທະນາ, ກົມພາລະ ແລະສິລະປະສຶກສາ (ກະຊວງສຶກສາທິການ).

ປຶ້ມເຫຼັ້ມນີ້ຄະນະຈັດທຳມີຈຸດປະສົງແນະນຳ ແລະຈັດທຳຂຶ້ນເພື່ອເປັນຄູ່ມື ແລະເປັນບ່ອນອີງໃຫ້ແກ່ຄູ-ອາຈານໃນການສິດສອນວິຊາພູມປັນຍາທ້ອງຖິ່ນ, ດັ່ງນັ້ນຄູຕ້ອງເລືອກຫົວຂໍ້ທີ່ເໝາະສົມກັບໄວອາຍຸຂອງເດັກໃນແຕ່ລະຂັ້ນຮຽນໂດຍອີງຕາມສະມັດຕະພາບຂອງບົດສອນເຊິ່ງໄດ້ລະບຸໄວ້ໃນ ແຜນການສອນປະຈຳປີ, ປະຈຳເດືອນ ແລະປະຈຳອາທິດ, ເຖິງຢ່າງໃດກໍ ຕາມຄູຕ້ອງໄດ້ເອົາໃສ່ຕື່ມໃນການເອົາຄວາມຮູ້ທ້ອງຖິ່ນເຂົ້າມາສິດສອນເພື່ອເຮັດໃຫ້ເນື້ອໃນຂອງຂະບວນການຮຽນຮູ້ຂອງເດັກນ້ອຍມີຄວາມສົມບູນ ແລະມີຄວາມສອດຄ່ອງກັບຄວາມເປັນຈິງຫຼາຍຂຶ້ນ.

ຄະນະຈັດທຳປຶ້ມຄວາມຮູ້ພູມປັນຍາທ້ອງຖິ່ນເຫຼັ້ມນີ້ຄິດວ່າເນື້ອໃນຍັງມີຫຼາຍອັນທີ່ຍັງບໍ່ທັນສົມບູນ, ຄົບຖ້ວນ ແລະຂາດຫາຍໄປພວກເຮົາຫວັງຢ່າງຍິ່ງວ່າຄົງຈະໄດ້ຮັບຄຳຕຳນິຕິຊົມຈາກຄູ - ອາຈານຜູ້ທີ່ຊົມໃຊ້ທຸກທ່ານ ພວກເຮົາພ້ອມແລ້ວທີ່ຈະປັບປຸງປຶ້ມຄວາມຮູ້ພູມປັນຍາທ້ອງຖິ່ນເຫຼັ້ມນີ້ໃຫ້ສົມບູນຂຶ້ນແລະຂໍຂອບໃຈລ່ວງໜ້າກ່ຽວກັບຄຳຕຳນິຕິຊົມຂອງທ່ານທີ່ມີຕໍ່ພວກເຮົາ

ຄະນະຈັດທຳ

ຮູບແລະປະຫວັດຂອງຜູ້ຂຽນ:

ຊື່: ພະສຸບັນ ນາມສະກຸນ: ມາໂສພາ
ອາຍຸ: 22 ປີ ອາຊີບ: ນັກບວດ

ເຫດຜົນຂອງຜູ້ຂຽນປົດ:

ເພື່ອໃຫ້ເດັກໄດ້ຮູ້ວິທີການປູກໝາກຫຸ່ງ ແລະ ສາມາດນຳເອົາໄປນຳໃຊ້ໃນຊີວິດປະຈຳວັນ ເປັນການຮັກສາໄວ້ໃຫ້ລູກຫຼານໄດ້ສືບທອດກັນຕໍ່ໆໄປໃຫ້ໄດ້ຫຼາຍເຊັ່ນຄົນຍັງໃຫ້ຄົງຕົວຕະຫຼອດໄປ.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

ເກມ: ໝາກຫຸ່ງຂຽວ, ເຫຼືອງ

ຈຸດປະສົງ:

- ເພື່ອໃຫ້ເດັກມີສະຕິ
- ເພື່ອໃຫ້ມີທັກສະໃນການຟັງ
- ເພື່ອໃຫ້ມີຄວາມອົດທົນ

ຈຳນວນຄົນ: 20 ຄົນຂຶ້ນໄປ

ເວລາ: 15-20 ນາທີ

ສະຖານທີ: ຕ້ອງກວ້າງຂວາງ ແລະ ມີຮົ່ມອາກາດປອດໂປ່ງ

ອຸປະກອນ: ບໍ່ມີ

ວິທີການຫຼິ້ນ:

- ແບ່ງຜູ້ຫຼິ້ນອອກເປັນ 2 ກຸ່ມ, ກຸ່ມລະ 10 ຄົນ
- ຜູ້ນຳພາຕ້ອງໄດ້ອະທິບາຍກະຕິກາການຫຼິ້ນໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ
- ກຸ່ມທີໜຶ່ງເປັນໝາກຫຸ່ງຂຽວ
- ກຸ່ມທີສອງເປັນໝາກຫຸ່ງສຸກເຫຼືອງ
- ຖ້າຜູ້ນຳພາເວົ້າວ່າໝາກຫຸ່ງຂຽວ ແລະ ໝາກຫຸ່ງສຸກໃຫ້ກຸ່ມທີ່ເປັນໝາກຂຽວນັ້ນຈັບມືກັນເປັນວົງມົນເປັນກຸ່ມໜຶ່ງ, ກຸ່ມໝາກຫຸ່ງສຸກກໍເຮັດຄືກັນກັບກຸ່ມໝາກຫຸ່ງຂຽວແຕ່ຖ້າກຸ່ມໃດເຮັດແລ້ວໄວ ແລະ ຖືກຕ້ອງແມ່ນກຸ່ມນັ້ນຊະນະໝູ່
- ສາມາດຫຼິ້ນໄດ້ຫຼາຍຄັ້ງ

ຄວາມເປັນມາຂອງການປູກໝາກຫຸ່ງ

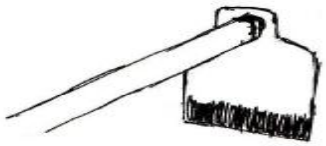
ການປູກໝາກຫຸ່ງແມ່ນໄດ້ສືບທອດມາແຕ່ປູ່ຍ່າຕາຍາຍການປູກໝາກຫຸ່ງເຮົາຄວນເອົາແກ່ນມັນມາກ້າແລ້ວກໍຄ່ອຍເອົານ້ຳຫົດເພື່ອໃຫ້ມັນແຕກໜໍ່ແລ້ວຂຸດເອົາທັງດິນໄປປູກແລ້ວເຮົາກໍເອົານ້ຳໄປຫົດເພື່ອໃຫ້ມັນຈະເລີນເຕີບໂຕໃຫຍ່ໄວ. ຫຼັງຈາກມັນໃຫຍ່ແລ້ວພວກເຮົາຄວນປົກປັກຮັກສາມັນໄວ້ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ມັນຫັກມຸ່ນ ຫຼື ຕາຍໄປພວກເຮົາຄວນເສຍຫຍ້າ ແລະ ໃສ່ຝຸ່ນຫົດນ້ຳໃຫ້ແກ່ມັນຫຼັງຈາກມັນເປັນໜ່ວຍແລ້ວພວກເຮົາກໍສາມາດເອົາມາກິນໄດ້ສະນັ້ນໝາກຫຸ່ງມີຄຸນປະໂຫຍດໃຫ້ແກ່ເຮົາຢ່າງຫຼວງຫຼາຍເຊັ່ນ: ເອົາມາຂາຍຕາມທ້ອງຕະຫຼາດ ຫຼື ຈະເອົາໄປເປັນອາຫານການກິນຂອງຄົນເຮົາ.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

ອຸປະກອນຂອງການປູກໝາກຫຸ່ງ

- ແກ່ນໝາກຫຸ່ງ

- ຈອກ



ບົດເລກໂຈດ:

ນາງ ດາວໄດ້ປູກໝາກຫຸ່ງໄດ້ຫຼາຍ, ລາວເກັບໄປຂາຍມື້ໜຶ່ງໄດ້ເງິນ 20.000 ກີບ ຖາມວ່າຖ້າລາວເກັບໄປຂາຍ 5 ມື້ລາວຈະໄດ້ເງິນທັງໝົດເທົ່າໃດ?

ຕອບ: ຂາຍມື້ໜຶ່ງໄດ້ເງິນ 20.000 ກີບ

ຂາຍ 5 ມື້ຈະໄດ້ເງິນທັງໝົດເທົ່ານີ້:

20.000 ກີບ X 5 ມື້ = 100.000 ກີບ

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

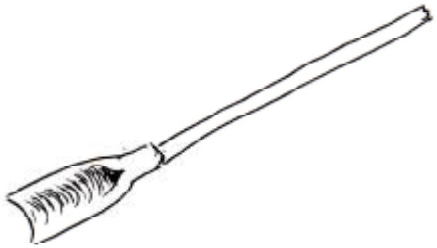
ເພງ: ເຮົາປູກໝາກຫຸ່ງ

ພວກເຮົາພີ່ນ້ອງ ດຸໝັ່ນຂະຫຍັນ
ພ້ອມພາກັນ ເຮັດສວນໝາກຫຸ່ງ
ປູກໃຫ້ຫຼາຍ ເປັນຕົ້ນສູງໆ (x2)
ເຮົາປູກໝາກຫຸ່ງ ໄວ້ກິນໄວ້ຂາຍ

ລຳ: ຂັບລອງຮຸ່ງ

ເຊີນເຢີ ເຊີນທ່ານມາທ່ຽວ
ມາແລຫຼຽວ ຫຼິ້ນສວນໝາກຫຸ່ງ
ເຊີນເຢີ ເຊີນທ່ານມາຊົມສ້າງ
ບໍ່ໃຫ້ຍັງຄ້າງ ແປງຮົ້ວສວນໝາກຫຸ່ງຊ່ວຍກັນ

- ສຽມ



- ບົວຫົດນ້ຳ ແລະ ຄຸຕັກນ້ຳ

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

ຂັ້ນຕອນການກະກຽມ

- ກຽມຝຸ່ນຄອກ

- ເອົາໄມ້ມາເຮັດຮົ້ວອ້ອມສວນໝາກຫຸ່ງ

ກາບ: ໄດ້ລາຄາແພງ

ສວນໝາກຫຸ່ງ ຕັ້ງຢູ່ແຄມນາ
ຂ້ອຍນຳພາ ຄອບຄົວໄປປູກ
ພາພວກລູກ ເສຍຫຍ້າບໍ່ເຊົາ
ເພື່ອນຳເອົາ ໜ່ອຍໆມໜ່ອຍໃຫຍ່
ເອົາໄປໃຫ້ ເຮືອນໃຕ້ເຮືອນເໜືອ
ມັນຄົງເຫຼືອ ສົ່ງຂາຍຕະຫຼາດ
ຍາວອາດລາດ ໄດ້ລາຄາແພງ
ເຊົ້າສວາຍແລງ ເຊີນມາຢາມແວ່

ເຊີ້ງ: ເຮົາຕ້ອງຂະຫຍັນ

ໂອ..... ຮືອ(X3)
ມາພວກເຮົາມາ ພີ່ນ້ອງທັງຫຼາຍ
ທັງຍິງແລະຊາຍ ເຮັດສວນໝາກຫຸ່ງ
ຢູ່ແຄມນ້ຳຮຸ່ງ ພາກັນທ້າວທັນ
ເຮົາຕ້ອງຂະຫຍັນ ປູກໄວ້ໃຫ້ຫຼາຍ
ເຮົາເອົາໄປຂາຍ ໄດ້ກິນນຳພ້ອມ

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

ຫຼັກການທີ່ສຳຄັນ:

ເຮົາຄວນເລືອກເອົາດິນທີ່ຜຸຜຸ່ຍ ແລະໃຫ້ຄວາມຊຸ່ມຊື່ນໃນໄລຍະປູກໃໝ່ເພື່ອໃຫ້ມີຄວາມເຕີບໂຕ

ຄຸນປະໂຫຍດຂອງການປູກໝາກຫຸ່ງ

ໝາກຫຸ່ງຈະເປັນໝາກຫຸ່ງດິບ ຫຼື ສຸກກໍເປັນອາຫານທີ່ນິຍົມກັນບໍລິໂພກເປັນປະຈຳ, ເຊິ່ງນຳມາປຸງແຕ່ງເປັນອາຫານໂດຍສະເພາະໝາກຫຸ່ງດິບກໍນຳມາຕຳ ສ່ວນໝາກຫຸ່ງສຸກກໍມີລົດຊາດຫອມ, ຫວານ ແລະ ມີຜົນປະໂຫຍດຕໍ່ຮ່າງກາຍ, ມີໂປຼຕີນສູງພ້ອມທັງເຮັດໃຫ້ລະບົບຂັບຖ່າຍຂອງຄົນເຮົາໄດ້ດີ

- ສະຖານທີ່ປູກຕ້ອງເສຍຫຍ້າ

ວິທີປູກໝາກຫຸ່ງ

- ຫຼັງຈາກນັ້ນຂຸດເປັນຂຸມປະມານເຄິ່ງແມັດ (0,5ຊັ້ງຕີແມັດ) ກ່ອນຈະປູກຕ້ອງເອົາຝຸ່ນຄອກຄົນກັບດິນໃນຂຸມສຳເລັດແລ້ວ

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

- ຫຼັງຈາກນັ້ນເອົາແກ່ນໝາກຫຸ່ງນັບໃສ່ຂຸມລະ 2-3 ເມັດແລ້ວ ກໍຫົດນ້ຳຕາມປົກກະຕິຖ້າຫາກປູກລະຫວ່າງເດືອນ 8-9 ແມ່ນບໍ່ໄດ້ ຫົດນ້ຳ

- ປູກໄດ້ 15 ວັນແລ້ວເອົາໄມ້ຮົ້ວມາລ້ອມ

ລັກສະນະຂອງຕົ້ນ ແລະ ໝາກຫຸ່ງ

ຕົ້ນໝາກຫຸ່ງມີລັກສະນະກົມບໍ່ມີງ່າ, ມີໃບໃຫຍ່, ມີກ້ານຍາວ ຕິດກັບຕົ້ນ, ມີດອກເປັນສີຂາວແກມເຫຼືອງຂຸງວຕິດກັບຕົ້ນລະຫວ່າງ ກ້ານໃບໝາກຫຸ່ງ

ໝາກຫຸ່ງມີຫຼາຍຊະນິດ, ບາງຊະນິດມີລັກສະນະໜ່ວຍປ້ອມ ບາງຊະນິດມີລັກສະນະໜ່ວຍຍາວ, ແຕ່ລະຊະນິດແມ່ນຂຶ້ນກັບແນວ ພັນຂອງຊະນິດໝາກຫຸ່ງ

ການກິນໝາກຫຸ່ງໃຫ້ຖືກວິທີ

ກ່ອນຈະກິນໝາກຫຸ່ງບໍ່ວ່າດິບຫຼືສຸກຕ້ອງໄດ້ປອກເປືອກ ແລະ ລ້າງໃຫ້ສະອາດເສຍກ່ອນເພື່ອບໍ່ໃຫ້ມີຢາງໝາກຫຸ່ງຕິດເພາະວ່າຢາງ ໝາກຫຸ່ງຈະມີລົດຊາດຂົມ ແລະ ສາມາດເຮັດໃຫ້ປາກ ຫຼື ຜິວໜັງເຮົາ ເກີດເປັນຕຸ່ມ ແລະ ເປື່ອນໄດ້

ການເລືອກແນວພັນ ແລະ ການເກັບຮັກສາ

ພວກເຮົາຄວນເລືອກແນວພັນໝາກຫຸ່ງທີ່ມີຄວາມທົນທານຕໍ່ ດິນຟ້າອາກາດຂອງທ້ອງຖິ່ນ, ໃຫ້ໝາກຫຼາຍ, ໜ່ວຍໃຫຍ່, ນວນຫຼາຍ ແລະ ມີລົດຊາດຫວານ, ກອບ ແລະ ຫອມ, ວິທີເກັບຮັກສາແນວພັນ ໄວ້ປູກຄວນເລືອກໝາກຫຸ່ງທີ່ສຸກດີ, ເອົາແກ່ນຕາກແດດໄລຍະໜຶ່ງ ແລະ ເກັບຮັກສາໄວ້ບ່ອນທີ່ແຫ້ງ

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com