ຄວາມຮູ້ພູມປັນຍາທ້ອງຖິ່ນ

ການປູກໝາກຖົ່ວ

(ສະບັບທົດລອງ)

ຂຽນໂດຍ: ທ້າວ ຄຳໄຜ່

ຂໍ້ມູນຈາກ: ບ້ານ ໂຄກນ້ອຍ ເມືອງ ໄຊທານີ ນະຄອນຫລວງວຽງຈັນ

2006

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

ຄວາມຮູ້ພູມປັນຍາທ້ອງຖິ່ນ

ການປູກໝາກຖົ່ວ

ຮຽບຮຽງ ແລະຈັດໜ້າໂດຍ: ນາງ ກອງມະນີ ຄຳຜາຍ
ຜູ້ແຕ້ມ: ທ້າວ ບີ່ທ້າວ
ຜູ້ຮຽບຮຽງ: ອ.ຈ. ໂພໄຊ ຈັນທະວົງສາ
ອ.ຈ. ເກດມະນີ ບັນດາສັກ
ອ.ຈ. ຄຳໄຫວ ອິນທະວົງ
ອ.ຈ. ລັ່ງ ແສງດາລາ
ອ.ຈ. ທອງຂັນ ສີລິໂພຄຳ

ເຈົ້າຂອງ: ພະແນກສຶກສານະຄອນຫລວງວຽງຈັນ ແລະ
ສູນອົບຮົມຮ່ວມພັດທະນາ

Pestalozzi Children's Foundation
A world for Children

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

ຄຳນຳ

ປື້ມພູມປັນຍາທ້ອງຖິ່ນຫົວນີ້ໄດ້ມາຈາກການຂຽນຂອງຊາວບ້ານ ແລະ ອາສາສະໝັກເຊິ່ງໄດ້ຮຽບຮຽງເບື້ອງຕົ້ນຈາກຄະນະອຳນວຍການສູນອົບຮົມຮ່ວມພັດທະນາ ແລະ ພະແນກສຶກສານະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ

ປື້ມຫົວນ້ອຍຫົວນີ້ໄດ້ບັນຈຸເນື້ອໃນທີ່ເວົ້າເຖິງຫົວຂໍ້ໃດໜຶ່ງໂດຍມີຫຼາຍກິດຈະກຳທີ່ຈະເປັນການທົດລອງເອົາຄວາມຮູ້ທ້ອງຖິ່ນເຂົ້ານຳພາ ແລະສິດສອນນັກຮຽນຊັ້ນປະຖົມໂດຍເອົາບົດທີ່ງ່າຍສອນຊັ້ນປະຖົມ ປໍ 1 ປໍ 2 ແລະບົດທີ່ຍາກກໍສອນຊັ້ນໃຫຍ່ຂື້ນໄປ

ຄະນະຈັດທຳຫວັງຄິດວ່າປື້ມຫົວນີ້ຄົງເປັນບ່ອນອີງອັນໜຶ່ງໃຫ້ແກ່ຄູອາຈານກໍຄືອາສາສະໝັກທີ່ຈະໄປສອນເດັກປະຖົມບໍ່ຫຼາຍກໍໜ້ອຍ

ຄະນະຈັດທຳຄິດວ່າຍັງມີຫຼາຍເນື້ອໃນທີ່ບໍ່ທັນພຽງພໍ ແລະຂາດໄປຫວັງວ່າຄົງໄດ້ຮັບການຕິຊົມຈາກທຸກທ່ານພວກເຮົາພ້ອມທີ່ຈະປັບປຸງຕາມຄວາມເໝາະສົມ

ຄະນະຈັດທຳ

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

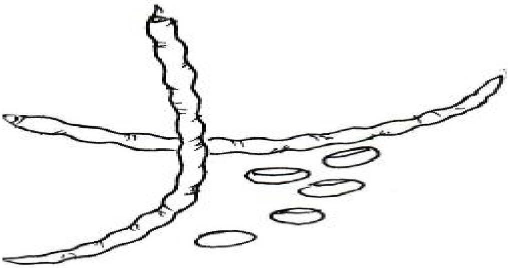
ຄວາມເປັນມາ

ໝາກຖົ່ວເປັນພືດສຳຮອງຂອງປະຊາຊົນ ຫຼັງຈາກການເຮັດໄຮ່ເຮັດນາ. ເປັນພືດທີ່ປູກງ່າຍໃຫ້ຜົນຜະລິດດີ ແລະເປັນທີ່ນິຍົມຂອງຄົນທົ່ວໄປເພາະນຳມາປະກອບອາຫານໄດ້ຫຼາຍຢ່າງ

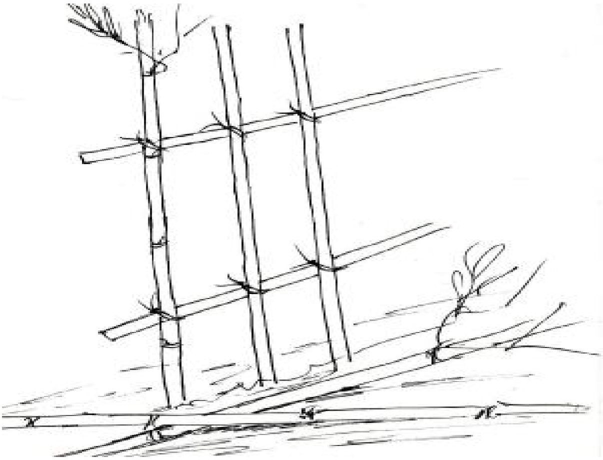
PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

ອຸປະກອນ

1. ແນວໝາກຖົ່ວ

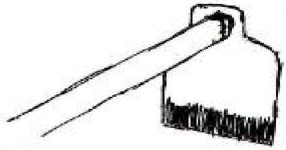


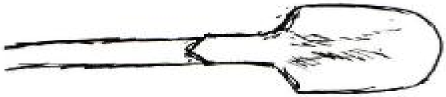
2. ໄມ້ເຮ້ຍຫຼືໄມ້ຊອດ (ເອົາມາເຮັດຄ້າງ)



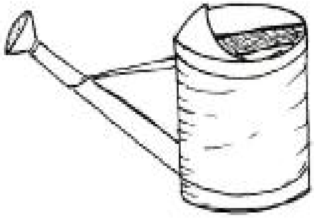
PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

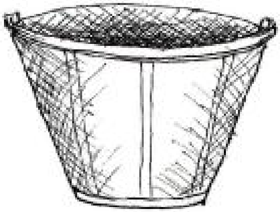
3. ຈົກ, ຊວ້ານ





4. ບົວຫົດນ້ຳ, ຄຸ



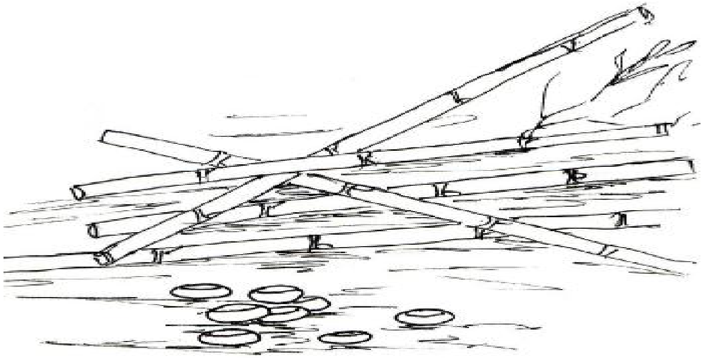


- ຂີ້ແກບ, ຝຸ່ນຄອກ

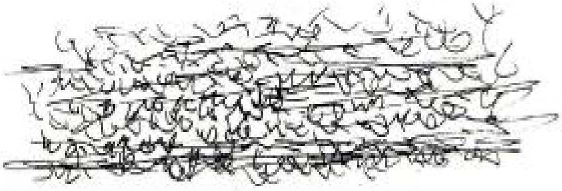
PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

ຂັ້ນຕອນການປູກ

- ຊີ້ແນວປູກ, ຕັດຄ້າງເພື່ອເປັນບ່ອນເລືອຂຶ້ນຂອງເຄືອໝາກຖົ່ວ

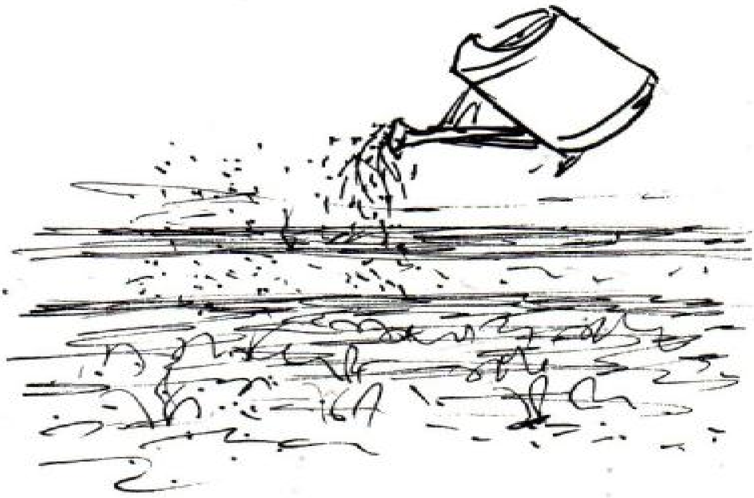


- ໄຖຫຼືຂຸດດິນຕາກແດດ ປະໄວ້ໃຫ້ຫຍ້າແຫ້ງຕາຍ.



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

- ຂຸດເປັນຄູເປັນຮ່ອງເອົາແນວລົງປູກ ແລ້ວເອົາແກບຖົມໃສ່ຫົດນ້ຳ ແລະໃສ່ຝຸ່ນຕາມປົກກະຕິ



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

ຫຼັກການທີ່ສຳຄັນ

ຕ້ອງເຮັດຄ້າງເພື່ອເຮັດໃຫ້ເຄືອໝາກຖົ່ວຂະຫຍາຍຕົວເຕັມທີ່ເປັນໝາກຍາວງາມບໍ່ຂອດງໍ

ຄຸນປະໂຫຍດ

- ໝາກຖົ່ວເປັນພືດສຳຮອງທີ່ສາມາດແກ້ໄຂຊີວິດການເປັນຢູ່ຂອງປະຊາຊົນໄດ້
- ສົ່ງເສີມການກິນຜັກໃຫ້ຫຼາຍກວ່າການກິນຊີ້ນສັດ
- ສົ່ງເສີມການອອກແຮງງານໃຫ້ນັບມື້ນັບດີຂື້ນ
- ເພີ່ມພືດພັນທັນຍາຫານໃຫ້ຫຼາຍຂື້ນ
- ຖ້າປູກຫຼາຍກໍກາຍເປັນສິນຄ້າ

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

ກາບ: ສວນໝາກຖົ່ວ

ສວນໝາກຖົ່ວ	ເຮັດຢູ່ຕາມບ້ານ
ຄັນບໍ່ຄ້ານ	ເຮັດໃຫ້ຫຼາຍໆ
ເອົາໄປຂາຍ	ຢູ່ຕາມຕະຫຼາດ
ຈະບໍ່ຂາດ	ເງິນໃຊ້ໃນເຮືອນ

ເຊີ້ງ: ການເຮັດສວນຄົວ

ໂຮ................ຮິວ...

ການເຮັດສວນຄົວ	ຕາມປະເພນີ
ດິນເຮົາງາມດີ	ຕ້ອງເຮັດຕ້ອງສ້າງ
ຢ່າໃຫ້ດິນຫວ່າງ	ປະປ່ອຍເສຍດາຍ
ເຮັດໃຫ້ມັນຫຼາຍ	ສົ່ງຂາຍຕະຫຼາດ
ບໍ່ວ່າຜັກກາດ	ຜັກບົ້ງຜັກຊີ
ສວນຄົວທີ່ດີ	ມີຜັກຫຼາຍຢ່າງ
ຮູ້ເຮັດຮູ້ສ້າງ	ມີຢູ່ມີກິນ
ຊຸມຜັກຕຳນິນ	ແກງກິນກໍແຊບ
ຢ່າລືມໃສ່ແກບ	ແລະຝຸ່ນລົງນຳ

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

ເພງ: ໝາກຖົ່ວ

ໝາກຖົ່ວໆ ໝາກຖົ່ວໆ
ເຄືອຍາວດົ້ວ ເປັນຕາຊະອອນ
ຫຼານເອງ ກໍອອນຊອນ (*2)
ເປັນຕາຊະອອນ ເຄືອໝາກຖົ່ວຍາວ (*2)

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

ລຳ: ສວນໝາກຖົ່ວ

ໂອນໍ	ພໍເມື່ອມາ
ແນມເຫັນ	ສວນໝາກຖົ່ວ
ຈັງແມ່ນ	ແສນສະອອນແທ້ນາ
ພໍເມື່ອມາ	ເຫັນເຈົ້າໜ່ວຍງາມສະອອນເດ

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

ຮູບ ແລະປະຫວັດຂອງຜູ້ຂຽນ

ຊື່ ທ້າວ ຄຳໄຜ່

ອາຍຸ: 39 ປີ, ອາຊີບ: ປະຊາຊົນ

ເຫດຜົນຂອງການຂຽນປຶ້ມ

ການປູກໝາກຖົ່ວແມ່ນວຽກງານໜຶ່ງທີ່ບໍ່ຫຍຸ້ງຍາກແມ່ນໃຜກໍສາມາດປູກໄດ້ ເປັນຜັກສວນຄົວສາມາດປູກໄວ້ກິນໃນຄົວເຮືອນ ຫຼື ຖ້າປູກໄດ້ຫຼາຍກໍສາມາດຂາຍເປັນສິນຄ້າສູ່ຊຸມຊົນໃກ້ຄຽງຫຼືຕາມທ້ອງຕະຫຼາດໄດ້ຄືກັນ.

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