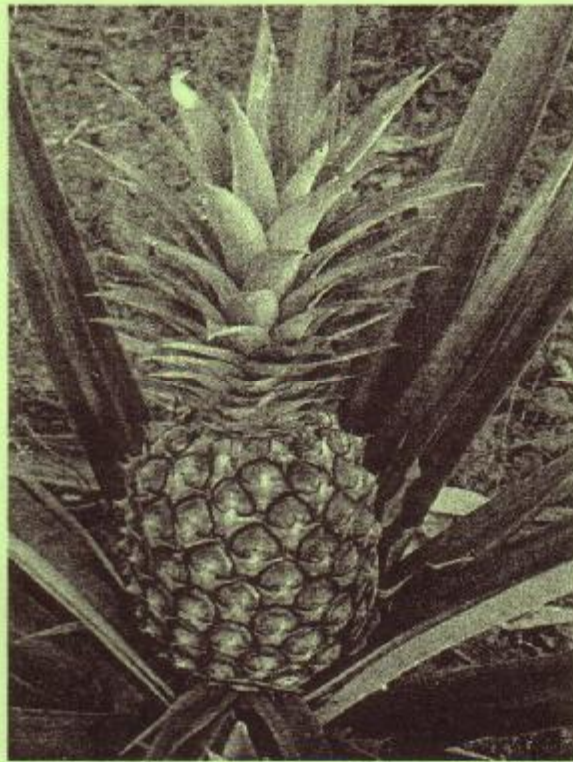


ໂຄງການການສຶກສາເພື່ອຊ່ວຍຕົນເອງ  
ຄວາມຮູ້ທ້ອງຖິ່ນ  
ການປູກໝາກນັດ



ຂໍ້ມູນຈາກບ້ານດອນ  
ເມືອງເພືອງ, ແຂວງວຽງຈັນ  
ໂດຍ: ອຈ ບົວພັນ ປະສວຍຄຳ  
2007

ຄວາມຮູ້ທ້ອງຖິ່ນ

## “ການປູກໝາກນັດ”

ຂໍ້ມູນຈາກ: ບ້ານດອນ, ເມືອງເພືອງ  
ແຂວງວຽງຈັນ

ຂຽນໂດຍ: ອຈ ບົວພັນ ປະສວຍຄຳ

ຮຽບຮຽງໂດຍ: ອຈ ບຸນທົງ ອາໄພວົງ

ອຈ ໂພໄຊ ຈັນທະວົງສາ

ພິມແລະຈັດໜ້າໂດຍ: ນ. ສຸກັນຍາ ສີວິໄຊ

ຈັດພິມໂດຍ: ຫ້ອງການສຶກສາເມືອງເພືອງ,

ແຂວງວຽງຈັນແລະສູນອົບຮົມຮ່ວມພັດທະນາ

ອຸປະຖຳໂດຍ:

New Zealand Agency for International  
Development ( NZAID )

### ຄຳນຳ

ປຶ້ມເຫລັ້ມນີ້ເປັນຜົນງານການຂຽນຂອງຄອບຄົວອາຈານ ແລະຊາວບ້ານ ບ້ານຄອນ, ເມືອງເພືອງ, ແຂວງວຽງຈັນ ຊຶ່ງເປັນການສືບໂຮມປະສົບການໃນການດຳລົງຊີວິດແບບ ເພິ່ງຕົນເອງ, ກຸ້ມຕົນເອງໂດຍອາໄສທຳມະຊາດ, ສິ່ງ ແວດລ້ອມອ້ອມຕົວແບບດັ້ງເດີມຕັ້ງແຕ່ດົນນານຈົນເຖິງ ປະຈຸບັນນີ້.

ປຶ້ມເຫລັ້ມນີ້ເປັນບ່ອນອີງໃຫ້ແກ່ຄູໃນການສຶກສາ ແນວຄວາມຄິດຮັກທຳມະຊາດ, ຮັກພູມບັນຍາກຳຄືວິທີຊີ ວິດທ້ອງຖິ່ນໃຫ້ແກ່ເດັກເພື່ອສ້າງແນວຄິດຮັກທ້ອງຖິ່ນ ຂອງຕົນ.

ຄະນະຈັດທຳຄິດວ່າປຶ້ມເຫລັ້ມນີ້ເຊິ່ງເປັນສະບັບ ທົດລອງໃຊ້ຄົງເປັນປະໂຫຍດ ບໍ່ຫລາຍກຳໜ້ອຍໃຫ້ແກ່ຄູ ອາຈານໃນການສຶດສອນເດັກແລະຄິດວ່າຍັງມີຫລາຍສິ່ງ ຫລາຍຢ່າງທີ່ຍັງຂາດຕົກບົກພ່ອງທີ່ຍ້ອມຈະບັບປຸງປຸງນ ແປງຕາມຄວາມເໝາະສົມ

ຄະນະຈັດທຳ

**ຫົວບົດ**  
**ທີ່ມາຂອງການປູກໝາກນັດ**

ຕາມການເລົ່າຂານ ສືບຕໍ່ກັນມາຂອງຊາວ ບ້ານ  
ການປູກໝາກນັດແມ່ນເລີ່ມມາຈາກແມ່ເຖົ້າສອງຄົນ ເຊິ່ງ  
ເປັນໝ້າຍ ມີຊື່ວ່າ: ແມ່ເຖົ້າແກ້ວ ແລະ ແມ່ເຖົ້າຫອມ  
ແພງ

ທັງສອງເຮັດສວນໃກ້ກັນຢູ່ພູວຽງນ້ອຍ ຂອງບ້ານ  
ດອນ, ຍ້ອນມີເນື້ອທີ່ສວນກວ້າງຂວາງ ສອງແມ່ເຖົ້າ  
ຕ່າງກໍຊອກຫາແນວພັນພືດມາປູກໃສ່ ແຕ່ຫາອັນໃດກໍ  
ເຫັນວ່າບໍ່ເໝາະສົມ ຈຶ່ງພາກັນໄປເອົາ ຈາວໝາກນັດທີ່  
ຫລວງພະບາງ ປະມານ 1000 ກວ່າຈາວ ມາແບ່ງກັນ  
ປູກ.

ພາຍຫຼັງທີ່ປູກ ແຕ່ລະປີແມ່ນຕ້ອງໄດ້ເສຍຫຍ້າປີລະ  
1 ຫາ 2 ຄັ້ງ ຈົນເຂົ້າຮອດປີທີ 3 ໝາກນັດກໍຈະເປັນ  
ໝາກ ສາມາດເອົາມາກິນ ແລະ ເມື່ອເຫຼືອກິນກໍສາມາດ  
ນຳໄປຂາຍໄດ້.

ເມື່ອເປັນດັ່ງນັ້ນຊາວບ້ານຈຶ່ງພາກັນປູກໝາກນັດ  
ກັນຫລາຍຄອບຄົວເຮັດໃຫ້ດິນດອນຕອນຫຍ້າໃນເຂດ  
ບ້ານດອນກາຍເປັນສວນໝາກນັດຫລາຍຂຶ້ນ.

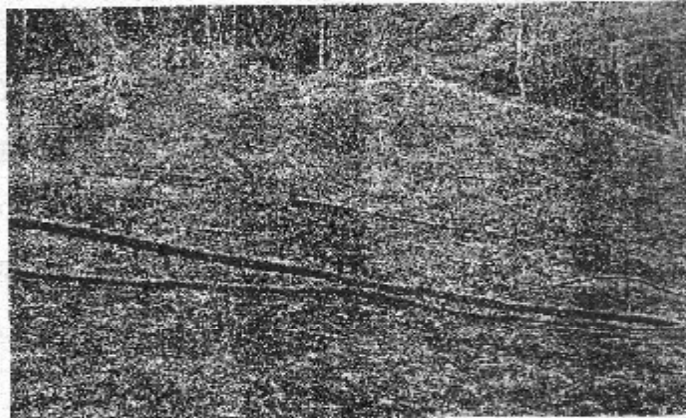
## ວິຊາ: ໂລກອ້ອມຕົວ

### ຫົວບົດ

#### ການປູກໝາກນັດ

ຊາວບ້ານດອນ ນິຍົມປູກໝາກນັດເພື່ອເປັນພືດ  
ສຳຮອງລົງມາຈາກການປູກເຂົ້າ.

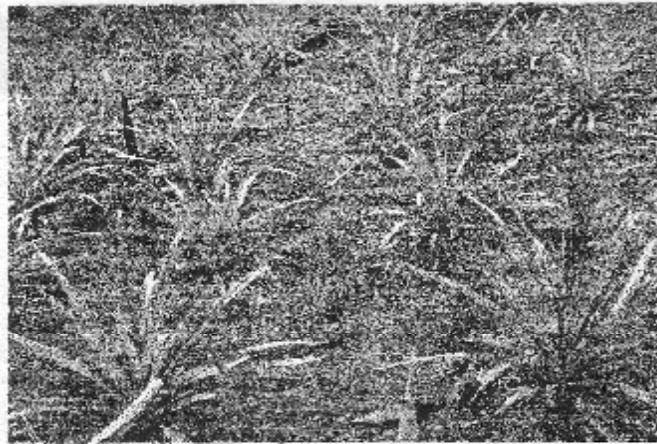
ສ່ວນຫຼາຍ ເພິ່ນນິຍົມກະກຽມພື້ນທີ່ສຳລັບປູກໝາກ  
ນັດລະຫວ່າງ ເດືອນ 3 ຫາ ເດືອນ 5 ຕາມພື້ນທີ່ເປັນ  
ໂນນພູ ແລະ ພູຊັນ, ຊາວບ້ານຈະເລີ່ມຕົ້ນປູກໝາກນັດ  
ໃນລະຫວ່າງເດືອນ 6 ເດືອນ 7 ແລະ ເດືອນ 8 ເພາະ  
ໄລຍະນີ້ຈະມີຝົນຕົກ ແລະ ເຮັດໃຫ້ດິນປຽກຊຸ່ມ.



(ການກະກຽມພື້ນທີ່ສຳລັບການປູກໝາກນັດ)

ການເລືອກແນວປູກແມ່ນຕ້ອງເລືອກເອົາຈາວ ຫຼື ແໜງ ທີ່ງາມ ແລະ ສົມບູນດີ ຊຶ່ງຈະເຮັດໃຫ້ຕົ້ນໝາກ ນັດຂະຫຍາຍຕົວໄວ ເປັນຫົວໃຫຍ່ ແລະ ຫວານດີ.

ເວລາປູກຈະຕ້ອງເວັ້ນໄລຍະຫ່າງແຕ່ລະຕົ້ນປະມານ 90 ຊັງຕີແມັດ ຫຼື ປະມານ ສອງສອກ.



(ໄລຍະຫ່າງແມ່ນປະມານ 90 ຊັງຕີແມັດ ຫຼື ສອງສອກ)

ຫຼັງຈາກປູກແມ່ນຈະໃຊ້ເວລາບົວລະບັດຕົ້ນໝາກນັດ ຢູ່ລະຫ່ວາງ 1 ຫາ 3 ປີ ມັນຈຶ່ງຈະເປັນໝາກ ແລະ ສາມາດເກັບກູ້ໄດ້ໃນຊ່ວງເດືອນ 6 ເດືອນ 7 ແລະ ເດືອນ 8 ຂອງແຕ່ລະປີ.

## ຄວາມຮູ້ເພີ່ມເຕີມ

ຜົນໄດ້ຮັບຈາກການປູກໝາກນັດ:

1. ໝາກນັດໝາກມີລົດສົ້ມ ແລະ ຫວານທີ່ຄົນທົ່ວໄປ ນິຍົມບໍລິໂພກ
2. ເປັນສິນຄ້າທີ່ສາມາດສ້າງລາຍຮັບໃຫ້ແກ່ຄອບຄົວ
3. ເຮັດໃຫ້ດິນເປົາຫວ່າງ, ຮົກເຮື້ອໄດ້ເປັນບ່ອນທຳການ ຜະລິດ

ຄຸນປະໂຫຍດຂອງໝາກນັດ

ໝາກນັດນອກຈາກເປັນອາຫານແລ້ວຍັງມີຄຸນປະໂຫຍດຫຼາຍຢ່າງອີກເຊັ່ນ:

1. ຕົ້ນໝາກນັດແກ່ເປັນຢາດີພິກຍ່ຽວ, ໜິ້ວ, ເຈັບຫ້ອງ, ຍິ່ງຫ້ອງ ຫຼື ອືດຫ້ອງ
2. ໝາກນັດສາມາດນຳໄປໝັກຊີ້ນເພື່ອໃຫ້ຊີ້ນຜ່ອຍ
3. ໝາກນັດສາມາດນຳມາເຮັດເປັນນ້ຳໝາກໄມ້
4. ໝາກນັດສາມາດນຳມາເຮັດກວນເພື່ອເກັບໄວ້ກິນດິນ
5. ສາມາດນຳມາໝັກກັບປາແດກເພື່ອແກ້ກິ່ນຄາວປາ

## ວິຊາ: ຄະນິດສາດ

### ສຳລັບຊັ້ນ ປ.1 - ປ.2

ລູງບົວແດງ ເພີ່ນປູກໝາກນັດປີທີໜຶ່ງປູກໄດ້ 1.350 ຕົ້ນ, ແຕ່ລາວຄິດວ່າ ສວນຂອງລາວຍັງມີຕົ້ນໝາກນັດໜ້ອຍໂພດ ດັ່ງນັ້ນລາວຈຶ່ງປູກຕົ້ນອີກໃນປີທີ 2 ຈຳນວນ 130 ຕົ້ນ

ໃຫ້ພວກມັ້ອງຈຶ່ງຊອກຫາຈຳນວນຕົ້ນໝາກນັດທີ່ລູງບົວແດງປູກທັງໝົດວ່າມີຈັກຕົ້ນ?

### ສຳລັບຊັ້ນ ປ.4 - ປ.5

ສວນຂອງລູງບົວແດງ ມີລວງກວ້າງ 44 ແມັດ, ຍາວ 66 ແມັດ, ລາວປູກໝາກນັດໄດ້ 40 ແຖວ ແຕ່ລະແຖວມີ 60 ຕົ້ນ

ຖາມວ່າລູງບົວແດງ ປູກໝາກນັດໄດ້ທັງໝົດຈັກຕົ້ນ ? ເມື່ອທີ່ສວນໝາກນັດມີທັງໝົດເທົ່າໃດ ?



**ເກມ: ເລືອກຊື່ໝາກນັດ**

**ຈຸດປະສົງ:**

ເພື່ອໃຫ້ໄດ້ກຮູ້ຈັກຄວາມສາມັກຄີ ແລະ ສາມາດເຮັດ  
ວຽກເປັນທີມ.

**ເວລາ:** 10 ຫາ 15 ນາທີ (ຫຼືແລ້ວແຕ່ຄວາມເໝາະສົມ)

**ຈຳນວນຄົນຫລິ້ນ :** ບໍ່ຈຳກັດ

**ອຸປະກອນ:** (ເອົາຕາມຈຳນວນຄົນຕົວຈິງ)

- ໃບໄມ້ດິບ
- ໃບໄມ້ແຫ້ງ

**ບາດກ້າວດຳເນີນການຫຼິ້ນ**

1. ແບ່ງເປັນກຸ່ມໃຫ້ເທົ່າກັນ
2. ອະທິບາຍວິທີຫລິ້ນ
3. ສາທິດວິທີຫລິ້ນ
4. ປະຕິບັດຕົວຈິງ
5. ສະຫລຸບກິດຈະກຳ

**ວິທີຫລິ້ນ:**

- ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມອອກເປັນແຖວ 2 ເທົ່າກັນ.
- ເອົາໃບໄມ້ດິບ ແລະ ແຫ້ງ ວາງໄວ້ຕໍ່ໜ້າແຕ່ລະແຖວ  
ໃຫ້ມີໄລຍະຫ່າງກັນປະມານ 1 ຫາ 2 ກ້າວ
- ໃຫ້ແຕ່ລະແຖວແລ່ນເທື່ອລະຄົນໄປເກັບເອົາ ໃບໄມ້

ດິບ ຫຼື ແຫ້ງ ທີ່ວາງໄວ້ຕໍ່ໜ້າແຖວຂອງໃຜລາວ ແລ້ວ  
ແລ່ນກັບມາເຂົ້າແຖວຢູ່ບ່ອນເກົ່າ ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ຜູ້ທັດໄປ  
ແລ່ນໄປເອົາຕໍ່ ຜັດກັນຈົນໝົດທຸກຄົນ.

- ຖ້າແຖວໃດເກັບແລ້ວກ່ອນແມ່ນຈະເປັນຝ່າຍຊະນະ.



ກາບ: ສວນໝາກນັດ

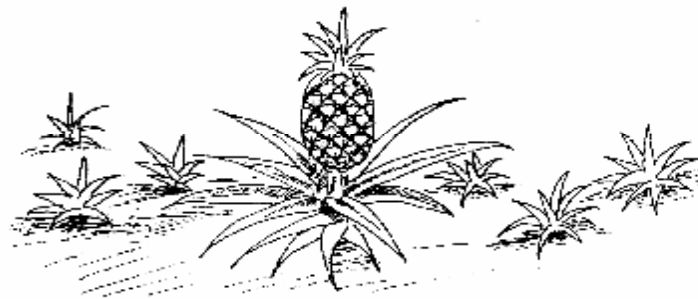
ເວົ້າເຖິງບ່ອນ	ກ່ອນກໍ່ມາຫຼັງ
ຍັງບໍ່ທັນ	ເຮັດສວນໝາກນັດ
ແມ່ເຖົ້າຈັດ	ຈິ່ງທຳການປູກ
ໃຫ້ພວກລູກ	ຊອກຈາວໝາກນັດ
ເອົາມາຍັດ	ປັກປູກແລ້ວຝັງ
ແຕ່ພັດຍັງ	ຍາກການເສຍຫຍ້າ
ຢ່າຢູ່ລ້າ	ພາກັນອອກແຮງ
ມາສ້າງແບງ	ເຮັດຮົ່ວໃຫ້ແໜ້ນ
ນີ້ຈັງແມ່ນ	ສວນໝາກນັດບ້ານເຮົາ



ເຊິ່ງ: ຊ່ວຍກັນເສຍຫຍ້າ

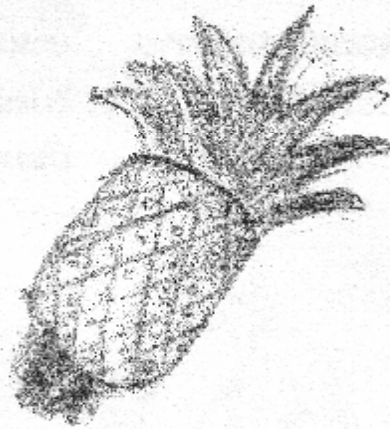
ໂຮ.....ຮິວ (3)

ເອົາມາເອົາມາ	ມາປູກໝາກນັດ
ເປັນແຖວອາດຫລາດ	ກວ້າງໄກສຸດຕາ
ເປັນພູນັ້ນນາ	ບ່ອນຊັນບ່ອນຄ້ອຍ
ຈຳພວກເດັກນ້ອຍ	ທີ່ປູກບໍ່ເປັນ
ຕາມທີ່ພົບເຫັນ	ຊ່ວຍກັນເສຍຫຍ້າ
ຕາມບ່ອນທີ່ວ່າ	ຫຍ້າເກີດມີຫລາຍ
ຊວນເພື່ອນສະຫາຍ	ມາຊ່ວຍກັນແດ່
ບໍ່ແມ່ນມີແຕ່	ໄປຫລິ້ນໂລເລ
ຈັກໜ່ອຍເສເພ	ຍ້ອນຄວາມຂີ້ຄ້ານ



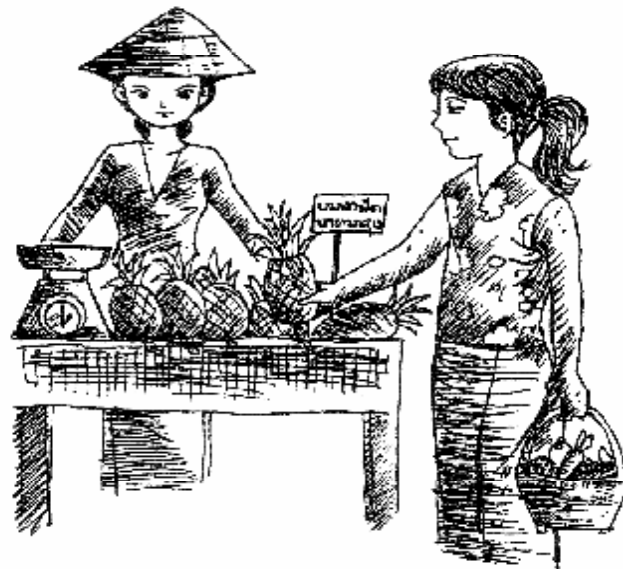
ເພງ: ກິນໝາກນັດ

ໝາກນັດ	ຕາລຽນລາບຊາບ (2)
ປອກໃຫ້ສະອາດ	ກ່ອນເຮົາຈະກິນ
ກິນແລ້ວ	ມີວິຕາມິນ (2)
ເຊີນອ້າຍມາກິນ	ໝາກນັດນໍາກັນ(2)



ເພງ: ຊົມໝາກນັດ

ຂໍເຊີນຊົມ	ໝາກນັດແສນຫວານ
ບໍ່ໃສ່ນ້ຳຕານ	ຫວານທຳມະຊາດ
ຫົວໃຫຍ່ສະອາດ	ບໍ່ມີສານເຈືອປົນ
ໃຫ້ເຮົາທຸກຄົນ	ມາຊ່ວຍນຳກັນ (2)
ນິຕິຜົນງານ	ຊາວເມືອງເພື່ອງນີ້ເອີຍ..



**ຂັບທຸ້ມ: ສວນໝາກນັດແສນງາມ**

ໂອຍເຈົ້າແກ້ມອ່ອນໆ ມາບ້ານດອນໄປຢາມແດ່ໜາ  
ໄປຢ້ຽມຢາມປະຊາ ທີ່ພວມຫານກ້າສ້າງສາເມືອງບ້ານ  
ດຽວນີ້ນາຊາວບ້ານດອນ ພາກັນດູພິ່ນ  
ຂະຫຍັນແທ້ ລະແມ່ນໄຮ່ສວນ  
ຮຽມຢາກຂໍເຊີນຊວນ ທ່ານໄປຢາມແທ້ເດເຈົ້າ

ເຈົ້າດອກໆເອີຍ ( ຊັ້ງ ) ໂອລະວາເຈົ້າດອກກະດັນໆ  
ສວນໝາກນັດ ກວ້າງໄກສຸດຕາ  
ເທື່ອແຮງປະຊາ ລົງມາເດເຈົ້າ

ເອີ...ເອີຍເຈົ້າແກ້ມ ( ຊັ້ງ ) ລະເປັນອ່ອນໆ  
ຫາກໄດ້ໄປບ້ານດອນ ໄປຢ້ຽມສວນນ້ອງແນ່ເດີ...ອ້າຍ.

