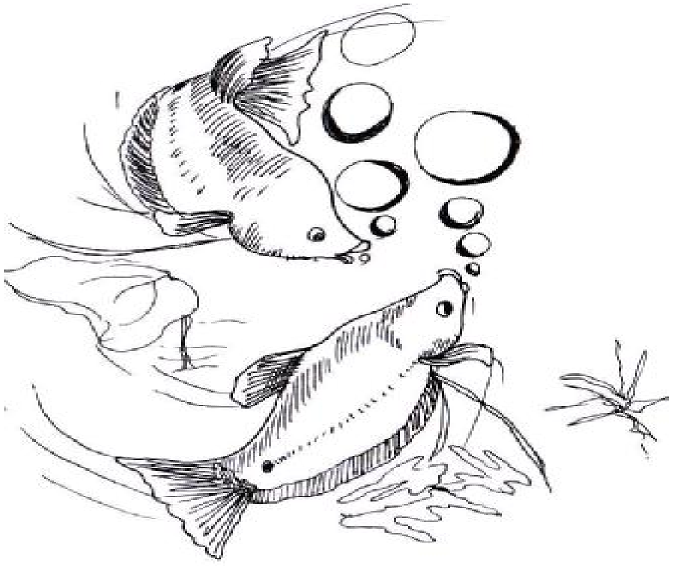
ໂຄງການສິ່ງແວດລ້ອມສຶກສາ EEP

ຄວາມຮູ້ທ້ອງຖິ່ນ

" ປາສະລິດ "

(ສະບັບທົດລອງໃຊ້)



ຂໍ້ມູນຈາກ ບ້ານນາໄຫ

ເມືອງໄຊເສດຖາ, ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ

ໃຫ້ຂໍ້ມູນໂດຍ: ທີມງານ EEP ປະຈຳບ້ານນາໄຫ

2007

ຊື່ ແລະ ຄຳຄິດເຫັນໃນການຂຽນປຶ້ມ

ຊື່: ທ້າວ ສົມພອນ ທານະສຸກ
ອາສາສະໝັກໂຄງການສິ່ງແວດລ້ອມສຶກສາ EEP
ຈາກສູນອົບຮົມຮ່ວມພັດທະນາ (PADETC)

ເນື້ອໃນຂໍ້ມູນປຶ້ມເຫຼັ້ມນີ້ແມ່ນໄດ້ມາຈາກການສອບຖາມ ປະຊາຊົນປະຈຳບ້ານນາໄທ, ເມືອງໄຊເສດຖາ ນະຄອນຫຼວງ ວຽງຈັນ ແລະ ເປັນສິ່ງໜຶ່ງທີ່ທາງຊາວບ້ານຢາກສະຫງວນ,ສິ່ງ ສຳຄັນແມ່ນຢາກໃຫ້ເດັກນ້ອຍໄດ້ຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບສິ່ງແວດລ້ອມ ຂອງບ້ານເຮົາ, ດັ່ງນັ້ນທາງຄະນະຈັດທຳຈຶ່ງໄດ້ຮີບໂຮມຂໍ້ມູນ ເຫຼົ່ານີ້ ແລະ ນຳມາສ້າງເປັນປຶ້ມເພື່ອເຮັດໃຫ້ຜູ້ອ່ານທັງຫຼາຍໄດ້ ຮັບຮູ້ນຳກັນ, ເຖິງແມ່ນວ່າຂໍ້ມູນຈະບໍ່ຖືກຕ້ອງ ແລະ ຊັດເຈນ ປານໃດກໍ່ຕາມທາງຄະນະຈັດທຳກໍຂໍໂທດຂໍອະໄພ.

ຫວັງວ່າປຶ້ມເຫຼັ້ມນີ້ຈະໃຫ້ຄວາມຮູ້ບໍ່ຫຼາຍກໍ່ໜ້ອຍແກ່ຄູ ອາຈານ ແລະ ນ້ອງນັກຮຽນທຸກຄົນ.

ຂໍຂອບໃຈ

ຄວາມຮູ້ທ້ອງຖິ່ນ

" ປາສະລິດ "

ຂໍ້ມູນຈາກ: ບ້ານນາໄທ, ເມືອງໄຊເສດຖາ,
ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ
ຮຽບຮຽງໂດຍ: ສົມພອນ ທານະສຸກ
ແສງອາທິດ ວັງວິລະຈິດ
ພິມ ແລະ ຈັດໜ້າໂດຍ: ສົມພອນ ທານະສຸກ
ກວດແກ້ໂດຍ: ອ.ຈ ໂພໄຊ ຈັນທະວົງສາ
ແຕ້ມໂດຍ: ພຸດທະສິດ ຈັນທະວົງສາ
ເຈົ້າຂອງ: ສຶກສານະຄອນຫຼວງ, ສຶກສາເມືອງ
ແລະ ສູນອົບຮົມຮ່ວມພັດທະນາ
ອຸປະຖຳໂດຍ: ກອງທຶນຮັກສາສິ່ງແວດລ້ອມໂລກ
World Wind fund For nature (WWF)

ສູນອົບຮົມຮ່ວມພັດທະນາ   ກອງທຶນຮັກສາສິ່ງແວດລ້ອມໂລກ

ຄຳນຳ

ປຶ້ມເຫຼັ້ມນີ້ເປັນຜົນງານການຂຽນ ແລະ ໃຫ້ຂໍ້ມູນຂອງຄູອາຈານ ແລະ ຊາວບ້ານນາໄຫ, ເມືອງໄຊເສດຖາ, ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ, ຊຶ່ງເປັນການຮັບໂຮມຈາກສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ມີຢູ່ພາຍໃນບ້ານແບບດັ້ງເດີມຕັ້ງແຕ່ດົນນານຈົນເຖິງປະຈຸບັນນີ້.

ປຶ້ມເຫຼັ້ມນີ້ເປັນບ່ອນອີງໃຫ້ແກ່ຄູໃນການສຶກສາແນວຄິດຮັກສິ່ງແວດລ້ອມ, ຮັກພູມປັນຍາ ກໍຄືວິຖີການດຳລົງຊີວິດຂອງທ້ອງຖິ່ນ ແລະ ເພື່ອສ້າງໃຫ້ເດັກມີແນວຄິດຮັກທຳມະຊາດ ແລະ ຮັກທ້ອງຖິ່ນຂອງຕົນເອງ.

ດັ່ງນັ້ນຄະນະຈັດທຳເຫັນວ່າປຶ້ມເຫຼັ້ມນີ້ຊຶ່ງເປັນສະບັບທົດລອງໃຊ້ແລະຄົງເປັນປະໂຫຍດບໍ່ຫຼາຍກໍໜ້ອຍໃຫ້ແກ່ບັນດາຄູອາຈານໃນການສິດສອນເດັກ ແລະ ຄິດວ່າຍັງມີຫຼາຍສິ່ງຫຼາຍຢ່າງຍັງຂາດຕົກບົກຜ່ອງທີ່ພ້ອມຈະປັບປຸງປ່ຽນແປງຕາມຄວາມເໝາະສົມ.

ຄະນະຈັດທຳ

ລາວທີ່ ທ່ານເຕົ່າເລົ່າສູ່ຟັງທ້າວ ມ່ອງຈຶ່ງຕອບຮັບຄຳແນະນຳຕ່າງໆ ຂອງທ່ານເຕົ່າ, ພໍກັບເມືອຮອດບ້ານ ທ້າວມ່ອງ ແລະ ນາງ ມີກໍໄດ້ນຳເອົາເລື່ອງຕ່າງໆ ທີ່ເປັນສາເຫດເຮັດໃຫ້ປາຫລຸດນ້ອຍຖອຍລົງ ແລະທຳມະຊາດເກີດມີການປ່ຽນແປງມາອະທິບາຍ, ຊີ້ແຈງເນື້ອໃນລາຍລະອຽດໃຫ້ປະຊາຊົນພາຍໃນບ້ານຮັບຮູ້ນຳກັນ ແລະຈະຕ້ອງໄດ້ປະຕິບັດຕໍ່ກົດລະບຽບການຈັດຕັ້ງຂອງບ້ານວາງອອກໃຫ້ເຂັ້ມງວດ ແລະ ສືບຕໍ່ປະຕິບັດແນວທາງການພັດທະນາສະພາບຊັບພະຍາກອນທຳມະຊາດຂອງບ້ານໃຫ້ນັບມື້ນັບກວ້າງຂວາງຂຶ້ນກ່ວາເກົ່າອີກດ້ວຍ.

ເພງ " ລ້ຽງຊີບປະຊາ "

ບ້ານຂອງເຮົາ	ມີປາຫຼາຍປະເພດ
ທົ່ວຂົງເຂດ	ອານາບ້ານນາໄຫ
ທີ່ປວງຊົນ	ເຮົາໄດ້ອາໄສ (2)
ສ້າງຕົວສ້າງໃຈ	ຫາລ້ຽງຊີບປະຊາເອີຍ

ເຂດນີ້ ໃຫ້ເຈົ້າຄິດໄຕ່ຕອງໃຫ້ດີເສຍກ່ອນຈິ່ງຕັດສິນໃຈລົງມື ກະທຳ, ທ້າວ ມ່ອງຮ້ອງຕອບຄືນວ່າ:
ຖ້າມັນເປັນຄວາມຕ້ອງການ ຂອງທ່ານເຕົ່າແລ້ວ ຂ້ອຍກໍຈະບໍ່ ຫາປາໃນຂົງເຂດນີ້ອີກ ແລະ ທ່ານເຕົ່າຈົ່ງຊ່ວຍໃຫ້ຄຳແນະນຳ ແກ່ພວກຂ້ອຍແດ່ທ້ອນ ! ຈະເຮັດແນວໃດດີຈິ່ງຈະເຮັດໃຫ້ຄົນ ຢຸດຈາກການຫາປາແບບດັບສູນແບບນີ້, ທ່ານ ເຕົ່າຕອບວ່າ: ໃຫ້ເຈົ້ານຳເອົາເລື່ອງນີ້ ໄປເລົ່າສູ່ຄົນອື່ນຟັງເນີ ....! ແລ້ວອະ ທິບາຍເຖິງກົກປາຍສາຍເຫດທີ່ພາໃຫ້ປາຫລຸດນ້ອຍຖອຍລົງ ທຸກມື້ ວ່າມັນເປັນຍ້ອນສາເຫດໃດ ແລະ ໃຜເປັນເປັນຜູ້ທຳ ຮ້າຍສິ່ງແວດລ້ອມດັ່ງກ່າວ, ຫຼັງຈາກທ້າວມ່ອງໄດ້ຟັງເລື່ອງ

ສາລະໜ້າຮູ້

“ ທີ່ມາຂອງປາ “

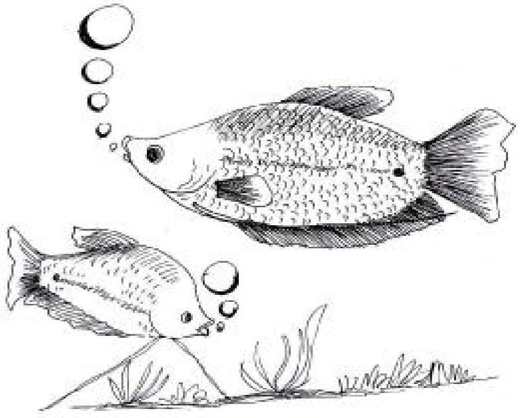
ກໍຮູ້ກັນດີຢູ່ແລ້ວວ່າປາເປັນສັດນ້ຳທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດຕໍ່ ມະນຸດໃນການນຳມາເປັນອາຫານ ແລະ ທັງເປັນເສດຖະກິດ ຂອງຄອບຄົວ, ປາແຕ່ລະຊະນິດແມ່ນມີແຫຼ່ງທີ່ຢູ່ອາໄສ ແລະ ແຫຼ່ງກຳເນີດທີ່ແຕກຕ່າງກັນໄປ ສ່ວນການຈະເລີນເຕີບໂຕກໍ ແຕກຕ່າງກັນ, ບາງຊະນິດກໍຈະເລີນເຕີບໂຕໃນນ້ຳເຄັມ ແລະ ບາງຊະນິດພັດຈະເລີນເຕີບໂຕໃນນ້ຳຈືດ, ເຊິ່ງສາມາດເວົ້າໄດ້ ວ່າ ການກິນອາຫານ ແລະ ການຂະຫຍາຍພັນກໍແຕກຕ່າງ ກັນໄປ

ສະນັ້ນປາຈິ່ງແມ່ນອາຫານຊະນິດໜຶ່ງທີ່ພໍ່ແມ່ປະຊາ ຊົນນິຍົມບໍລິໂພກ ແລະ ຖ້າຫາກຫາໄດ້ຫຼາຍກໍນຳໄປຂາຍຕາມ ທ້ອງຕະຫຼາດອີກດ້ວຍ, ດັ່ງນັ້ນເນື້ອໃນສຳຄັນທີ່ທາງຄະນະ ຈັດທຳຈະໄດ້ນຳສະເໜີຕໍ່ໄປນີ້ແມ່ນຈະໄດ້ເວົ້າ ກ່ຽວກັບຊີວິດ ແລະ ຄວາມເປັນມາຂອງປາສະລິດທີ່ອາໃສຢູ່ຕາມໜອງທຳມະ ຊາດ, ໂດຍສະເພາະແມ່ນໜອງນ້ຳມະຮຽວ, ເມືອງໄຊເສດຖາ, ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ.

ລັກສະນະສະເພາະຂອງປາສະລິດ

ປາສະລິດເປັນປາທີ່ມີຈຳນວນຫຼາຍ ແລະ ຈະເລີນເຕີບໂຕໄວ ເຊິ່ງສາມາດປັບຕົວເຂົ້າກັບສະພາບແວດລ້ອມໄດ້ດີ, ມີຄວາມທົນທານຕໍ່ໂລກພະຍາດໄດ້ດີພໍສົມຄວນ ແລະ ສາມາດຈະເລີນເຕີບໂຕໄດ້ໃນແມ່ນ້ຳທົ່ວໄປ. ປາຊະນິດນີ້ເປັນປາທີ່ມີລົດຊາດແຊບດີ ແລະ ມີໂປຣຕີນສູງ.

ສ່ວນສາເຫດທີ່ພາໃຫ້ປາສະລິດເປັນພະຍາດ ກໍເນື່ອງ ມາຈາກສະພາບແວດລ້ອມມີການປ່ຽນແປງຢ່າງໄວວາ ຫຼື ບໍ່ເໝາະສົມກັບສະຖານທີ່ດຳລົງຊີວິດແຫຼ່ງໃດໜຶ່ງ.



ນິທານ “ ສອງອ້າຍນ້ອງຮ່ວມໃຈ

ໃນຕອນເຊົ້າມື້ໜຶ່ງ ມ່ອງ ແລະ ມີໄດ້ນັດກັນໄປຫາປາຢູ່ໜອງນ້ຳແຫ່ງໜຶ່ງ, ເຊິ່ງໜອງນ້ຳແຫ່ງນັ້ນເປັນໜອງທີ່ຂ້ອນຂ້າງກວ້າງໃຫ່ຍພໍສົມຄວນ ທັງສອງອ້າຍນ້ອງໄດ້ກຽມອຸປະກອນການຫາປາໄວ້ແຕ່ມື້ບໍ່ທັນອອກເດີນທາງ ເປັນຕົ້ນແມ່ນແຫ, ຂ້ອງ ແລະ ສຸ່ມງວ່ຳເອົາປາ ພໍເດີນທາງໄປຮອດໜອງດັ່ງກ່າວ ມ່ອງໄດ້ສັງເກດເບິ່ງສະພາບການອ້ອມແອ້ມພາຍໃນໜອງກ່ອນ,ວ່າຈະຫາປາແບບໃດຈິ່ງຈະໄດ້ປາກັບບ້ານໃຫ້ຫຼາຍທີ່ສຸດ ພໍນຶກຄິດຢູ່ຄາວໜຶ່ງລາວໄດ້ພົບເຫັນເຖົ້າທີ່ອາໄສຕາມແຄມໜອງແຫ່ງນັ້ນ, ເຖົ່າຈິ່ງຮ້ອງຖາມຂຶ້ນວ່າ:

ທ້າວນ້ອຍເອີຍ ……! ແມ່ນພວກເຈົ້າພາກັນມາແຕ່ໃສຄືກະກຽມອຸປະກອນມາຫຼາຍແທ້, ທ້າວມ່ອງຈິ່ງຮ້ອງຕອບຂຶ້ນວ່າພວກຂ້ອຍມາແຕ່ໃນເມືອງພຸ້ນແລະເພື່ອຈະມາຊອກຫາເອົາປາໃນໜອງນ້ຳແຫ່ງນີ້, ທ່ານເຖົ່າຈິ່ງເວົ້າອອກມາວ່າໂຮ້…..! ເຈົ້າບໍ່ຕ້ອງມາຫາປາໃນໜອງນ້ຳແຫ່ງນີ້ດອກເພາະປາໃນໜອງນ້ຳແຫ່ງນີ້ມັນເກືອບຈະດັບສູນໄປໝົດແລ້ວກໍຍ້ອນການຫາປາຂອງປະຊາຊົນທີ່ອາໄສໃນເຂດນີ້ແລະ ຈິ່ງເຮັດໃຫ້ໜອງນ້ຳແຫ່ງນີ້ບໍ່ມີປາຫຼົງເຫຼືອຢູ່ເລີຍ ສະນັ້ນກ່ອນເຈົ້າຈະມາຫາປາໃນ

ສາລະ " ປາ ແລະ ພືດບ້ານເຮົາ "

1. ປະເພດປາ: ປາທີ່ມີຈຳນວນຫຼາຍໃນໜອງນ້ຳມະຮຽວ ໃນປະຈຸບັນມີຈຳພວກ ປາລິດ, ປາດຸກ, ປາຫຼາດ,ປາກະເດີດ , ປາເຂັງ, ປາສະລິດ ແລະ ປາຄໍ່ ສັດຈຳພວກ ເຫຼົ່ານີ້ແມ່ນ ມີທຸກຍາມທີ່ໜອງນ້ຳມະຮຽວ.

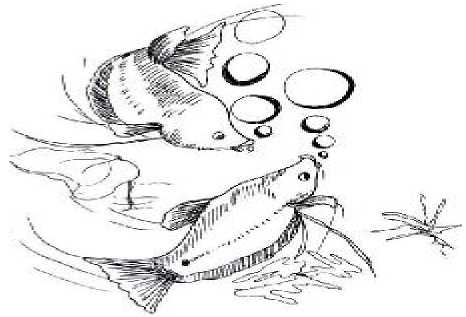
2. ຈຳພວກປາທີ່ມີຈຳນວນໜ້ອຍ ແລະ ໃກ້ຈະຖືກດັບສູນ ໃນໄວ ໆນີ້ມີ ປາໂດ, ປາຄ້າວ, ປາເຄິງ, ປາກ້ວນ, ປາແດງ ແລະ ປາຝາ ເຊິ່ງເປັນທີ່ຕ້ອງການຂອງຕະຫຼາດ

3. ປະເພດສັດເຄິ່ງບົກເຄິ່ງນ້ຳທີ່ຍັງມີໃນປະຈຸບັນທີ່ໜອງນ້ຳ ມະຮຽວມີ ງູເຫົ່ານ້ຳ, ງູດາງແຫ, ງູປາ, ເຕົ່ານ້ອຍ,ແມງແດງ, ແມງມຸມ, ຫອຍຈູບ ແລະ ເຕົ່ານ້ອຍສ່ວນສັດທີ່ກຳລັງຈະສູນ ຫາຍ ມີຫອຍປັງ ແລະ ຫອຍໂຄກ ເປັນຕົ້ນ.

4. ປະເພດພືດ: ພືດທີ່ຍັງຫຼົງເຫຼືອຢູ່ໃນໜອງນ້ຳມະຮຽວມີ ກົກເບັນ, ກົກໄຊສູ່, ເຄືອໝາກຫຼອດນ້ຳ, ຕົ້ນກະໂດນ ນ້ຳ, ກົກແສງ ແລະ ຜັກບົ້ງນ້ຳ. ສ່ວນພືດທີ່ດັບສູນຫາຍໃນປະຈຸ ບັນມີ ຜັກແວ່ນ, ຜັກຕົບ, ສາຍບົວ, ຜັກໄສ້ຕັນ ແລະ ຜັກ ພິພວຍ.

ການປະສົມພັນ ແລະ ວິທີການວາງໄຂ່

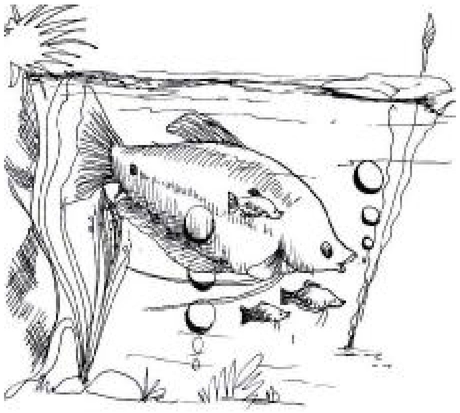
ປາສະລິດ ເປັນປາທີ່ມັກປະສົມພັນໃນຕົ້ນເດືອນ ມີຖຸນາ, ຊຶ່ງເປັນລະດູການຂອງການປ່ຽນນ້ຳໃໝ່, ຫລັງຈາກ ທີ່ປະສົມພັນແລ້ວ, ມາຮອດກາງເດືອນ ມີຖຸນາມັນກໍຈະເລີ່ມ ວາງໄຂ່. ວິທີການວາງໄຂ່ຂອງປາສະລິດ ມັນຈະໃຊ້ສ່ວນຫາງ ແລະ ສ່ວນຄີຂອງມັນຕີດິນແຄມໜອງນ້ຳ, ຂຸດເປັນຂຸມແລ້ວ ວາງໄຂ່, ພໍມາຮອດທ້າຍເດືອນ ມີຖຸນາໄຂ່ປາສະລິດກໍຈະແຕກ ອອກເປັນໂຕສົມບູນ ແຕ່ສິ່ງສຳຄັນປາສະລິດຈະພົກພາຫຼືເອີ້ນ ວ່າການເບິ່ງແຍງໄຂ່ຂອງມັນໄດ້ດີ, ຖ້າມັນຈະເຄື່ອນທີ່ໄປໄສ ແລ້ວມັນຈະອ້າປາກເອົາໄຂ່ຂອງມັນໄປນຳ ແລະພໍເຖິງສະຖານ ທີ່ທີ່ມີອາຫານມັນກໍຈະຄາຍໄຂ່ຂອງມັນອອກມາແລ້ວກິນອາ ຫານ ນັ້ນຢ່າງແຊບນົວ, ຫຼັງຈາກນັ້ນມັນຈະປະຕິບັດຄືນຄືເກົ່າ.



ວິທີການເບິ່ງແຍງລູກປາສະລິດ

ແມ່ປາສະລິດເປັນປາທີ່ຮັກ ແລະ ຫວງແຫນລູກຂອງມັນຫຼາຍ,ມັນຈະປົກປ້ອງດູແລລູກຂອງມັນໄວ້ເປັນຢ່າງດີຈົນກວ່າລູກຂອງມັນຈະໃຫ່ຍ ແລະ ສາມາດດູແລຕົນເອງໄດ້.

ຈຸດພິເສດຂອງປາສະລິດແມ່ນມັກຍ້າຍບ່ອນຢູ່ຈາກສະຖານທີ່ໜຶ່ງໄປສູ່ສະຖານທີ່ອື່ນ, ໃນເວລາມີອັນຕະລາຍ ແມ່ປາສະລິດກໍຈະລອຍຢູ່ອ້ອມຂ້າງເພື່ອເບິ່ງແຍງລູກຂອງມັນຢ່າງໃກ້ສິດ. ແລະ ເພື່ອຫຼີກເວັ້ນບໍ່ໃຫ້ສັດນໍ້າໃຫ່ຍເຂົ້າມາທໍາລາຍລູກຂອງມັນໄດ້, ດັ່ງນັ້ນປາສະລິດຈຶ່ງເປັນປາທີ່ມີຈໍານວນຫຼາຍເຊິ່ງສາມາດພົບເຫັນໄດ້ໃນໜອງນໍ້າທົ່ວໄປ .



ບົດເລກທີ 2 ສໍາລັບ (ປ. 3 + ປ.4 + ປ5.)

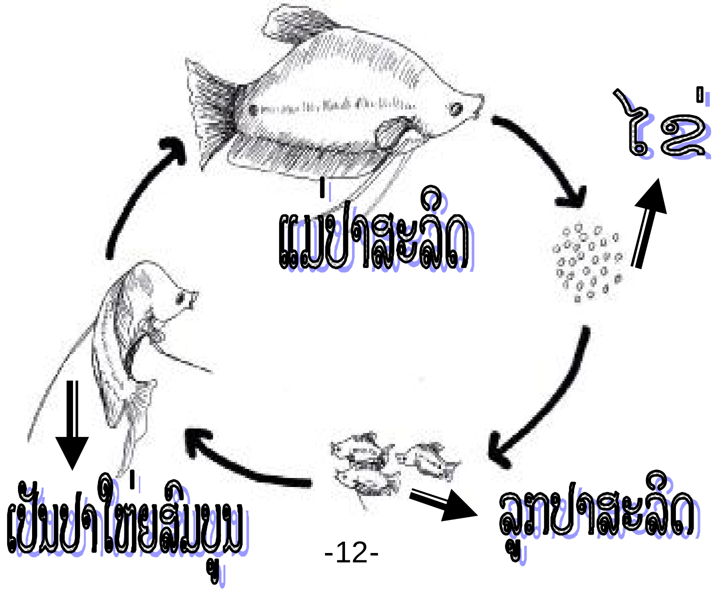
2. ລຸງວັນ ຍຶດຖືອາຊີບລ້ຽງປາ, ປີນີ້ປາຂອງລາວໃຫ່ຍໄວ ແລະ ລາວດູດເອົາປາຂຶ້ນມາໄດ້ 3 ຊາມເທົ່າກັນ, ລາວດູດປາໃສ່ຊາມທີ່ 1 ໄດ້ປາຢູ່ 860 kg

ຢາກຖາມພວກນ້ອງວ່າ:

- ຖ້າລາວດູດປາໃສ່ຊາມທີ່ 2 ຈະໄດ້ປາຈັກກິໂລກະລາມ ?
- ຖ້າລາວດູດປາໃສ່ຊາມທີ່ 3 ຈະໄດ້ປາຈັກກິໂລກະລາມ ?
- ຖ້າລາວດູດປາໃສ່ຊາມທີ່ 4 ຈະໄດ້ປາຈັກກິໂລກະລາມ ?
- ຖ້າວ່າລວມກັນທັງໝົດຈະໄດ້ປາຈັກກິໂລກະລາມ ?

3. ໃຫ້ນັກຮຽນແລ່ນອອກໄປເທື່ອລະຄົນໄດ້ປາ 1 ໂຕແລ້ວ ຟ້າວກັບມາເອົາມືແຕະມືຜູ້ຢືນຫົວແຖວແລ້ວໄປຕໍ່ທາງ ແຖວທາງຫຼັງຜູ້ຢູ່ຫົວແຖວແລ່ນອອກໄປເອົາແລ້ວເຮັດຄື ເກົ່າຖ້າແຖວໃດແລ້ວໄວແຖວນັ້ນຊະນະ
4. ຄູໃຫ້ລາງວັນແກ່ຜູ້ຊະນະ ແລະ ສຳລັບກຸ່ມໃດທີ່ແພ້ແມ່ນ ຈຳຕ້ອງປະຕິບັດຕາມຄຳສັ່ງ.

ຕົວຢ່າງວົງຈອນຊີວິດຂອງປາສະລິດ



ບົດເລກ (ປ.4 + ປ.5)

1./ ລຸງບຸນເພັງ ຫາປາສະລິດຢູ່ທີ່ນ້ຳມະຮຽວເພື່ອໄປ ຂາຍ ປີນີ້ລາວຫາປາໄດ້ ຫຼາຍກ່ວາປີທີ່ຜ່ານມາ ແລະປີນີ້ລາວ ຂາຍປາສະລິດໄດ້ 30 ກິໂລ,ແຕ່ລະມື້ລາວຫາປາມາຂາຍໄດ້ ບໍ່ເທົ່າກັນ ຮູ້ວ່າປາສະລິດ1 ກິໂລ ລາຄາ 8000 ກີບ.

ຢາກຖາມພວກນ້ອງວ່າ:

- ຖ້າຂາຍປາ 3 ກິໂລ ຈະໄດ້ເງິນເທົ່າໃດ ?
- ຖ້າຂາຍປາ 5 ກິໂລ ຈະໄດ້ເງິນເທົ່າໃດ ?
- ຖ້າຂາຍປາ 8 ກິໂລ ຈະໄດ້ເງິນເທົ່າໃດ ?
- ໃນປີນີ້ລາວຈະໄດ້ເງິນເທົ່າໃດຈາກການຂາຍປາ ?

ອາຫານຂອງປາສະລິດ

ປາສະລິດເປັນປາທີ່ກິນອາຫານກາງເວັນເພາະໃນຕອນກາງຄືນຕາຂອງມັນບໍ່ສາມາດແນມເຫັນເຫຍື່ອຢ່າງຈະແຈ້ງໄດ້ ແລະ ເປັນປາທີ່ໃຊ້ປະໂຫຍດຈາກອາຫານທຳມະຊາດຕ່າງໆ ໄດ້ເປັນຢ່າງດີ ສາມາດດຳລົງຊີວິດຢູ່ຕາມໜອງທຳມະຊາດໄດ້, ສິ່ງສຳຄັນ ປາສະລິດກິນໄຂນ້ຳພືດ, ໄຂນ້ຳສັດ, ກິນໃບໄມ້, ພືດນ້ຳຕ່າງໆ,ຊາກສັດທີ່ເນົ່າເປື່ອຍ ແລະໜອນນ້ຳປັນອາຫານ.

ເກມ: ຫາປາສະລິດ

- **ຈຸດປະສົງ**

- ເພື່ອໃຫ້ນັກຮຽນມີຄວາມສາມັກຄີຮູ້ຈັກການເຮັດວຽກເປັນທີມ

- **ອຸປະກອນ**: ຕັດເຈັ້ຍໃຫ້ເປັນຮູບປາ ຫຼືເອົາໄມ້ກໍໄດ້.
- **ເວລາ**: 20 ນາທີ
- **ຈຳນວນຜູ້ຫຼິ້ນ**: 25 ຄົນ
- **ບາດກ້າວດຳເນີນ**:
    1. ແບ່ງກຸ່ມ
    2. ອະທິບາຍວິທີການຫຼິ້ນ
    3. ສາທິດວິທີການຫຼິ້ນ
    4. ປະຕິບັດຕົວຈິງ
    5. ສະຫຼຸບເກມ

ເນື້ອໃນ ແລະ ກະຕິກາການຫຼິ້ນ

1. ແບ່ງນັກຮຽນອອກເປັນ 5ກຸ່ມ ກຸ່ມລະ 5 ຄົນ
2. ຄູເອົາປາ(ໄມ້ຫຼືເຈັ້ຍ)ວາງໄວ້ທາງໜ້າຫ່າງຈາກແຕ່ລະແຖວປະມານ 3 ແມັດ

ກາບ “ “ ຄວາມສຳຄັນຂອງປາ “

ສະລິດນີ້   ມີຄວາມສຳຄັນ
ເປັນອາຫານ   ໄດ້ຫຼາຍປະເພດ
ທຸກຂົງເຂດ   ນິຍົມກັນກິນ
ມີບໍ່ສິ້ນ   ກິນແລ້ວແຊບນົວ
ເພາະເຮົາຄົວ   ສຸກແລ້ວຄ່ອຍກິນ
ໃຫ້ໂປຣຕີນ   ອາຫານຫຼາຍແບບ
ມີຄວາມແຊບ   ຄວາມນົວຫຼາຍຢ່າງ
ເພາະສຳຄັນ   ສຳລັບທຸກຄົນ

ເຊີ້ງ:” ມາຫາປາສະລິດ “

ໂຮ..............................ຮິ້ວ
ເອີາມາເຮົາມາ   ຫາປາສະລິດ
ຮ່ວມໃຈກັນຄິດ   ຫາແບບງ່າຍໆ
ຖ້າຫາໄດ້ຫຼາຍ   ໄປຂາຍກໍໄດ້
ບ້ານເໜືອບ້ານໃຕ້   ພາກັນມາຫາ
ພາກັນຕັ້ງໜ້າ   ຫາປາໃນໜອງ
ພວກເຮົາພີ່ນ້ອງ   ມາຮ່ວມແຮງໃຈ
ບໍ່ວ່າຢູ່ໃສ   ກໍພາກັນມ່ວນ
ຮ້ອງເປັນຂະບວນ   ຊວນໃຈເບີກບານ
ຢ່າມົວແຕ່ຄ້ານ   ຫາຫຼິ້ນໂລເລ
ເປັນຄົນເສເພ   ຊາວບ້ານແໜງໜ່າຍ
ບອກນອນສອນງ່າຍ   ຊາວບ້ານຮັກແພງ
ທັງເປັນແອ່ນແຍງ   ຂອງຄົນຮຸ່ນໃໝ່
ຍຸກທັນສະໄໝ   ໃສ່ໃຈຫາກິນ

ເພງ " ແຂ່ງຂັນຫາປາ "

v ມາ...ເພື່ອນມາ	ມາໂຮມແຮງໃຈ
ເຈົ້າຢູ່ບ້ານໃດ	ພາກັນຟ້າວມາ
ແຂ່ງຂັນຫາປາ	ດີກ່ວາ (2)
ເພື່ອການສ້າງຕົວ	ຄອບຄົວຂອງຕົນ
v ເປັນຄົນມັນຕ້ອງ	ດຸໝັ່ນ
ເຮົາຕ້ອງຂະຫັຍນ	ພາກພຽນອົດທົນ
ພວກເຮົາທຸກຄົນ	ມາຮ່ວມແຮງກາຍ (2)
ຮ່ວມແຮງຮ່ວມໃຈ	ຫາປາກິນທຸກເຊົ້າແລງ

ຄຸນປະໂຫຍດ ແລະ ຄວາມສໍາຄັນ

ຖ້າຈະເວົ້າເຖິງຄວາມສໍາຄັນຂອງປາສະລິດແລ້ວມັນໄດ້ໃຫ້ຂໍ້ດີຢູ່ຫຼາຍຢ່າງເປັນຕົ້ນແມ່ນໃຫ້ໂປຣຕີນຫຼືເອີ້ນວ່າ ສານອາຫານບໍາລຸງທາງຮ່າງກາຍ, ໃຫ້ຄວາມແຊບຄວາມນົວທາງດ້ານການປຸງແຕ່ງອາຫານ, ນອກນີ້ຍັງເປັນທີ່ຕ້ອງການຂອງຕະຫຼາດອີກດ້ວຍ.