

กิจกรรม เสริมประสบการณ์

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒๕ “เศรษฐกิจพอเพียง”

ชั้นอนุบาลปีที่ ๒

เรื่อง การปฏิบัติตามหลักปรัชญาของ
เศรษฐกิจพอเพียง (การปลูกผัก)



ว่านผู้น่ารัก



หนังสือส่งเสริมการเรียนรู้ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ว่านผู้น่ารัก



เรื่อง ไพฑูรย์ อนันต์นาวิ

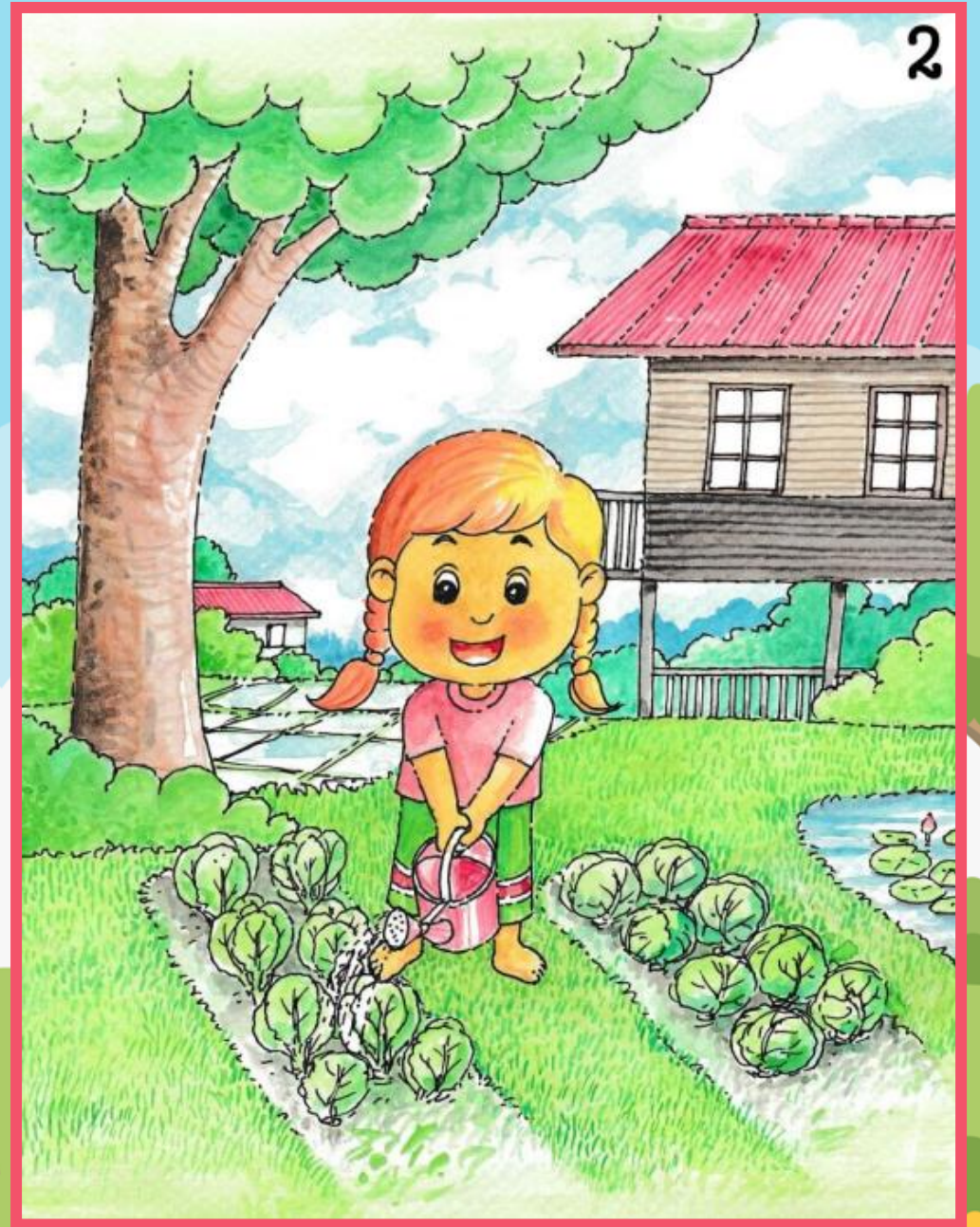
ภาพ จุฑารัก ประดิษฐ์

วรรณาด สุวรรณวาริ

ในหมู่บ้านเล็ก ๆ
มีเด็กหญิงชื่อว่าน
ช่วยพ่อแม่ทำงาน
หว่านข้าวเป็นชาวนา



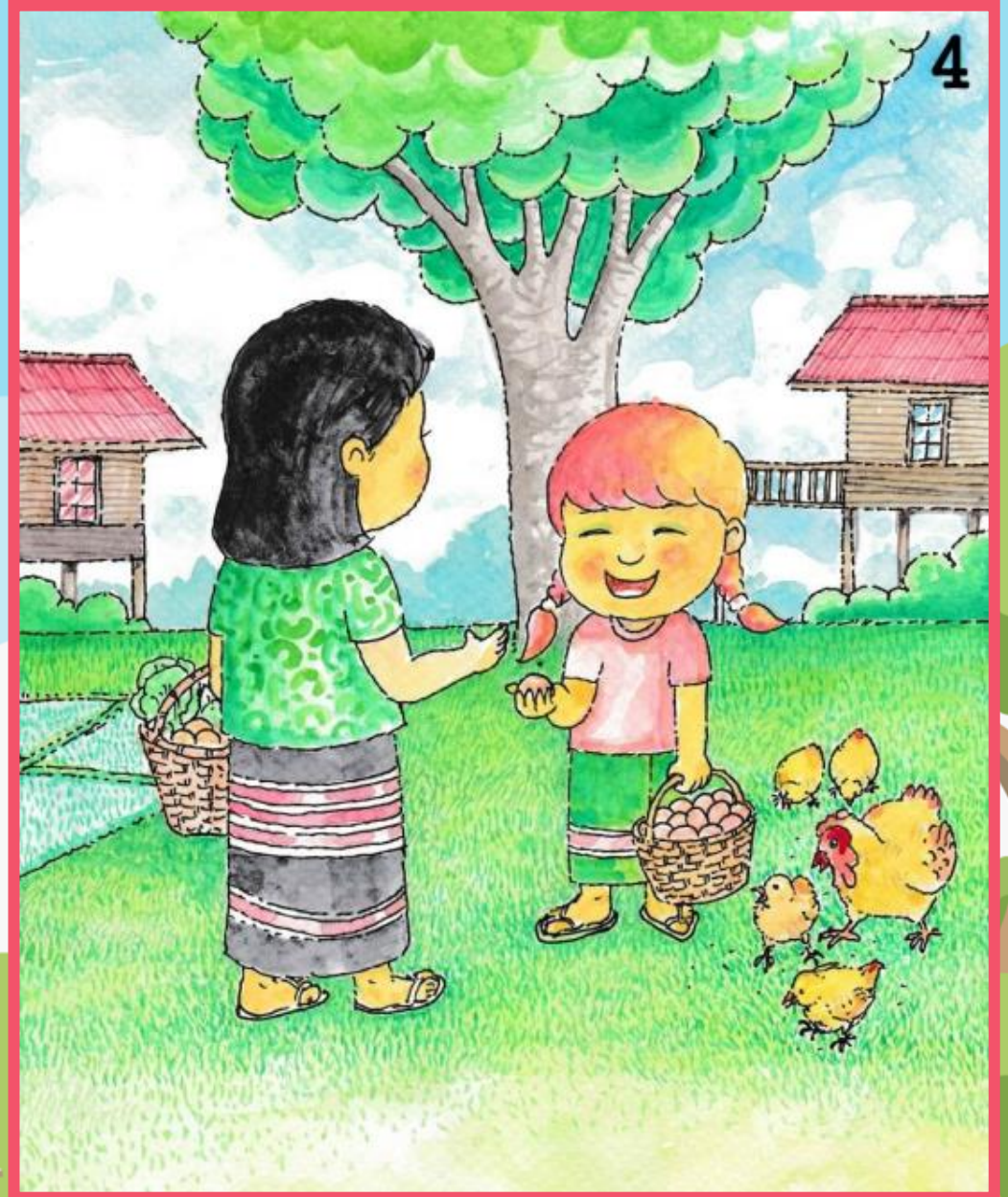
ข้างบ้านทำแปลงผัก
ว่านน่ารักช่วยรดน้ำ



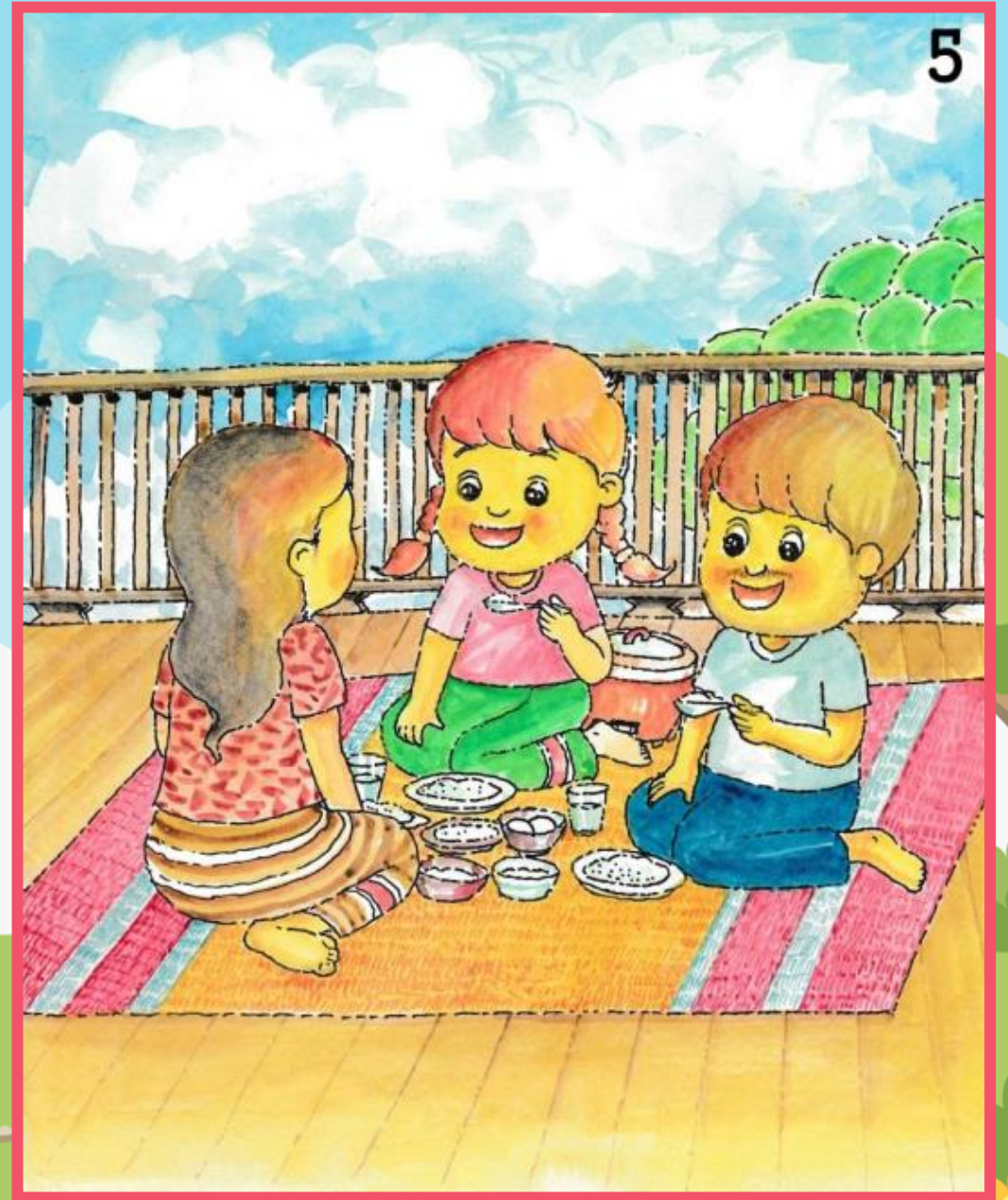
ว่านเลี้ยงไก่ไว้กินไข่
เอาใจใส่ให้ข้าวกิน



แม่ไก่จึงเติบโตใหญ่
ออกไข่ให้ทุกวัน
ว่านมีไข่ไปแบ่งปัน
เพื่อนบ้านกันมีน้ำใจ



ข้าวทุกจานนั้นมึค่า
เพราะได้มาจากหยาดเหงื่อ
เด็กเด็กอย่างากินเหลือ
ประหยัดเพื่อชาวนาไทย



แปลงผัก



การเพาะปลูกต้นอ่อนทานตะวัน





วัสดุ และ อุปกรณ์การปลูกต้นอ่อนทานตะวัน

๑. ภาชนะสำหรับปลูก
๒. เมล็ดทานตะวัน (ชนิดกินต้นอ่อน)
๓. ดิน
๔. พลาสติก ปิดบังแสง
๕. กระดาษชำระ
๖. น้ำสะอาด
๗. กระบอกฉีดน้ำ





ขั้นตอนการปลูกต้นอ่อนทานตะวัน



วันที่ ๑ แช่น้ำ

ล้างทำความสะอาดเมล็ดทานตะวัน
และแช่น้ำทิ้งไว้ ๘ - ๑๒ ชม.



วันที่ ๒ บ่มเมล็ด

นำเมล็ดทานตะวันที่แช่น้ำแล้วกรองน้ำออก
นำมาห่อด้วยกระดาษชำระชุบน้ำให้ชุ่มแล้ว
เก็บไว้ในกล่องพลาสติก ปิดฝาทิ้งไว้ ๒๔ ชม.



ขั้นตอนการปลูกต้นอ่อนทานตะวัน



วันที่ ๓ เริ่มลงตะกร้าเพาะ

นำดินปลูกที่เตรียมไว้ใส่ให้ทั่ว กดหน้าดินให้เสมอกันแบบหลวมๆ ให้ความสูงของดินอยู่ที่ประมาณ ๒ ใน ๓ ส่วนของความสูงตะกร้านำเมล็ดทานตะวันที่บ่มไว้ จนมีรากเล็ก ๆ แดงออกมา มาโรยให้ทั่วหน้าดิน พยายามให้เต็มทุกพื้นที่ เท่า ๆ กัน จากนั้นนำดินปลูกอีกส่วนหนึ่งมากลบเมล็ดทานตะวันบาง ๆ แล้วฉีกรดน้ำให้ชุ่ม ปิดหน้าดินด้วยพลาสติกที่เตรียมไว้



ขั้นตอนการปลูกต้นอ่อนทานตะวัน



วันที่ ๔ รดน้ำเช้า เย็น

เปิดพลาสติกที่ปิดไว้ ออก จะเริ่มเห็นต้นอ่อนค่อย ๆ แทงตัวขึ้นจากดิน
ใช้กระบอกฉีดน้ำรดน้ำให้ชุ่มแต่ไม่แฉะ ปิดพลาสติกที่หน้าดิน วางไว้ในที่ที่ไม่
โดนแสงอย่างเต็ม



ขั้นตอนการปลูกต้นอ่อนทานตะวัน



วันที่ ๕ ต้นอ่อนจะเริ่มตั้งต้นสูงขึ้น รดน้ำเช้า เย็น

ในวันนี้ต้นอ่อนเริ่มมีขนาดสูงขึ้น ใบบางส่วนเริ่มหลุดจากเปลือกของเมล็ด
ให้รดน้ำตามปกติเช้าและเย็น วางไว้ในที่ไม่โดนแสงอย่างเต็ม



ขั้นตอนการปลูกต้นอ่อนทานตะวัน



วันที่ ๖ ปล่อยให้โตอย่างเสรี

วันนี้จะเป็นวันที่ต้นอ่อนโตใกล้เก็บเกี่ยวได้ ให้นำพลาสติกที่คลุมออก แล้วปล่อยให้โตอย่างเสรี ภายในห้องที่ไม่โดนแสงแดด หรือมีแสงรำไร แล้วเก็บเปลือกที่ติดอยู่ที่ต้นอ่อนออกให้หมด รดน้ำตามปกติ เช้า และ เย็น



ขั้นตอนการปลูกต้นอ่อนทานตะวัน

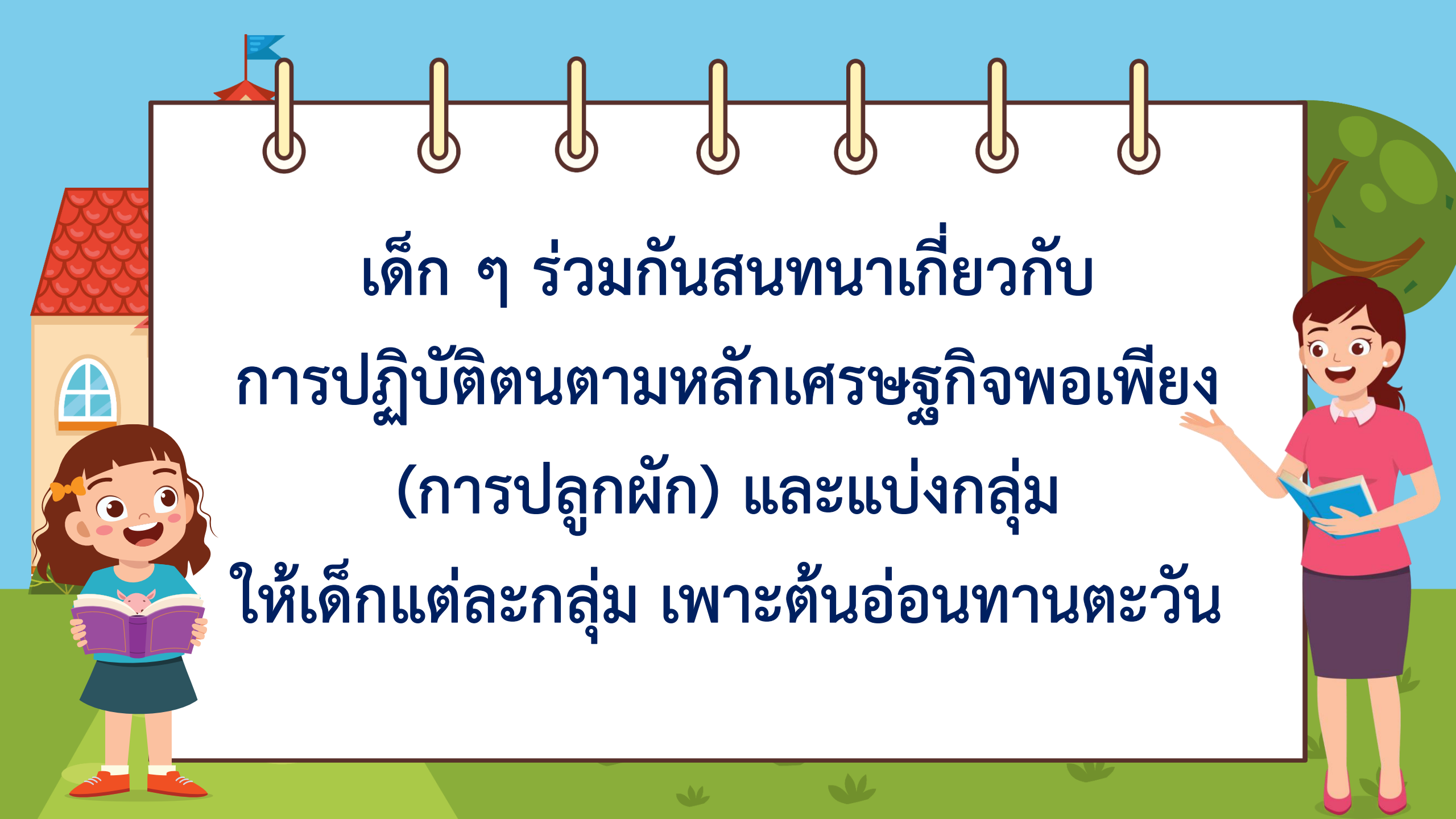
วันที่ ๗ โคนแสงแดดเป็นครั้งแรก
พร้อมเก็บเกี่ยว



ต้นอ่อนที่ปลูกยังไม่ได้รับแสงแดดจึงทำให้ใบมีสีเหลือง ในวันนี้ให้นำต้นอ่อนไป
โดนแสงแดด และ รดน้ำตามปกติ เมื่อใบของต้นอ่อนเปลี่ยนสีเป็นสีเขียวทั้งหมด
ก็สามารถตัดได้

การเพาะปลูกต้นอ่อนทานตะวัน



An illustration of a school scene. On the left, a young girl with brown hair and a yellow bow is smiling and reading a purple book. On the right, a teacher with brown hair is smiling and holding a blue book, gesturing towards a large white sign. The sign is held up by six yellow clothespins at the top. The background features a school building with a red roof and a window, a green tree, and a blue sky. The text on the sign is in Thai, discussing group activities for children.

เด็ก ๆ ร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับ
การปฏิบัติตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง
(การปลูกผัก) และแบ่งกลุ่ม
ให้เด็กแต่ละกลุ่ม เพาะต้นอ่อนทานตะวัน