

# รายวิชา ประวัติศาสตร์

รหัสวิชา ส๑๔๑๐๒

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

การตั้งถิ่นฐานและการดำเนินชีวิต  
ของคนสมัยสุโขทัย

ครูผู้สอน ครูสุกฤษา นกเทียน

ครูณรงค์ษ์ สุขเจริญ



การตั้งถิ่นฐานและการดำเนินชีวิต  
ของคนสมัยสุโขทัย





## จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. อธิบายปัจจัยทางภูมิศาสตร์ที่ส่งผลต่อวิถีชีวิตของ  
ผู้คนในอาณาจักรสุโขทัยได้
๒. นำเสนอหลักฐานทางประวัติศาสตร์ที่สะท้อน  
ลักษณะทางสังคมของสุโขทัยได้
๓. ตระหนักในความหลากหลายทางวัฒนธรรมของ  
คนไทยตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน

# คำถามชวนคิด

นักเรียนคิดว่าผู้เขียนแผนที่  
อาณาจักรสุโขทัยฉบับนี้ ใช้อะไร  
เป็นหลักฐานอ้างอิง



# การตั้งถิ่นฐานและการดำเนินชีวิต ของคนสมัยสุโขทัย





ก่อนการสถาปนาอาณาจักรสุโขทัยขึ้นเมื่อราว พ.ศ. ๑๗๙๒ ในพื้นที่บริเวณ  
ลุ่มน้ำต่าง ๆ เช่น ลุ่มน้ำเจ้าพระยา ลุ่มน้ำยม ลุ่มน้ำปิง มีชุมชนโบราณหลายแห่ง  
ตั้งถิ่นฐานมาตั้งแต่สมัยก่อนประวัติศาสตร์ และอาศัยอยู่เรื่อยมาจนเข้าสู่สมัย  
ประวัติศาสตร์ ดินแดนในแถบนี้เคยถูกอาณาจักรเขมรโบราณซึ่งมีความยิ่งใหญ่  
ได้ขยายอิทธิพลเข้ามาปกครองชุมชนหลายแห่งในบริเวณนี้

ในพุทธศตวรรษที่ ๑๘ ผู้นำ  
คนไทย ๒ ท่าน คือ พ่อขุนผาเมือง  
เจ้าเมืองราดกับพระสหาย  
คือ พ่อขุนบางกลางหาว ร่วมมือกัน  
ขับไล่อำนาจของเขมรออกไปได้  
สำเร็จ



# ปัจจัยที่เอื้อต่อการตั้งถิ่นฐานในสมัยสุโขทัย

๑. กรุงสุโขทัยตั้งอยู่ลึกเข้าไปในแผ่นดินและห่างทะเล มีแม่น้ำขนาดใหญ่ไหลผ่าน ๓ สาย คือ แม่น้ำปิง ยม น่าน
๒. ลักษณะภูมิประเทศ เป็นบริเวณที่เป็นภูเขา และที่ราบที่ลุ่มแม่น้ำที่มีความอุดมสมบูรณ์





๓. ประชากร มีผู้นำที่เข้มแข็ง กล้าหาญ

๔. การเสื่อมอำนาจของขอม มีผู้นำที่เก่งกล้า จึงสามารถขับไล่

เขมรและสถาปนาอาณาจักรสุโขทัยได้สำเร็จ



# ภูมิปัญญาในการดำรงชีวิต

พื้นฐานทางเศรษฐกิจของสุโขทัยคือ เกษตรกรรม แต่สุโขทัย  
ไม่ใช่ดินแดนที่อุดมสมบูรณ์เพราะอยู่บริเวณที่ราบเชิงเขาซึ่งเป็นที่ลาด  
จึงมีปัญหากการเก็บน้ำไว้ใช้



นอกจากนี้ศรีสัชชนาลัย สุโขทัย อุตสาหกรรม ซึ่งตั้งอยู่ในบริเวณลุ่มแม่น้ำยม และแม่น้ำน่านเป็นแหล่งรับน้ำจากภูเขา ทำให้มีปัญหาน้ำท่วมขัง การเพาะปลูกได้ผลไม่ดี ชาวสุโขทัยจึงใช้ระบบชลประทานช่วยควบคุมน้ำภูเขา และน้ำที่ท่วมตามลำน้ำต่าง ๆ ด้วยการสร้างคันดินและสร้างทำนบกั้นน้ำ



# เขื่อนศรีนครินทร์หรือทำนบพระร่วง



# คำถามทบทวน

“สตรีคองส์” มีความเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของ  
คนสมัยสุโขทัยอย่างไร



## ด้านเศรษฐกิจ

สภาพเศรษฐกิจสมัยสุโขทัยเป็นระบบเศรษฐกิจแบบเสรีนิยม  
ประชาชนประกอบอาชีพเกษตรกรรมด้วยระบบการเกษตรแบบพึ่งพา  
ธรรมชาติ



## ด้านสังคม

การใช้ชีวิตของผู้คนในสมัย  
สุโขทัยมีความอิสระเสรี มีเสรีภาพอย่าง  
มากเนื่องจากผู้ปกครองรัฐให้อิสระแก่  
ไพร่ฟ้า และปกครองแบบพ่อกับลูก



ที่มาของรูปภาพ <http://maynoiza.blogspot.com>

## ด้านศาสนา

ได้รับอิทธิพลจากพุทธศาสนานิกายเถรวาท  
แบบลังกาวงศ์ จากนครศรีธรรมราช ในวันพระ  
จะมีภิกษุเทศนาสั่งสอน ณ ลานธรรมในสวนตาล





# คำชี้แจง

ให้นักเรียนทำใบงานที่ ๘

เรื่อง การตั้งถิ่นฐานและการดำเนินชีวิตของคนสมัยสุโขทัย

ชั้นปฏิบัติ



# คำชี้แจง

## คำชี้แจงกิจกรรมนักเรียน

1. นักเรียนทำใบงานที่ ๘ เรื่อง การตั้งถิ่นฐานและการดำเนินชีวิต ของคนสมัยสุโขทัย
2. นักเรียนสามารถศึกษาความรู้เพิ่มเติมจากใบความรู้

## คำชี้แจงบทบาทครูปลายทาง

1. ครูแจกใบงานที่ ๘ เรื่อง การตั้งถิ่นฐานและการดำเนินชีวิต ของคนสมัยสุโขทัย
2. ครูให้นักเรียนทำใบงาน
3. ครูเดินดูความเรียบร้อยและให้ความช่วยเหลือตามความเหมาะสม

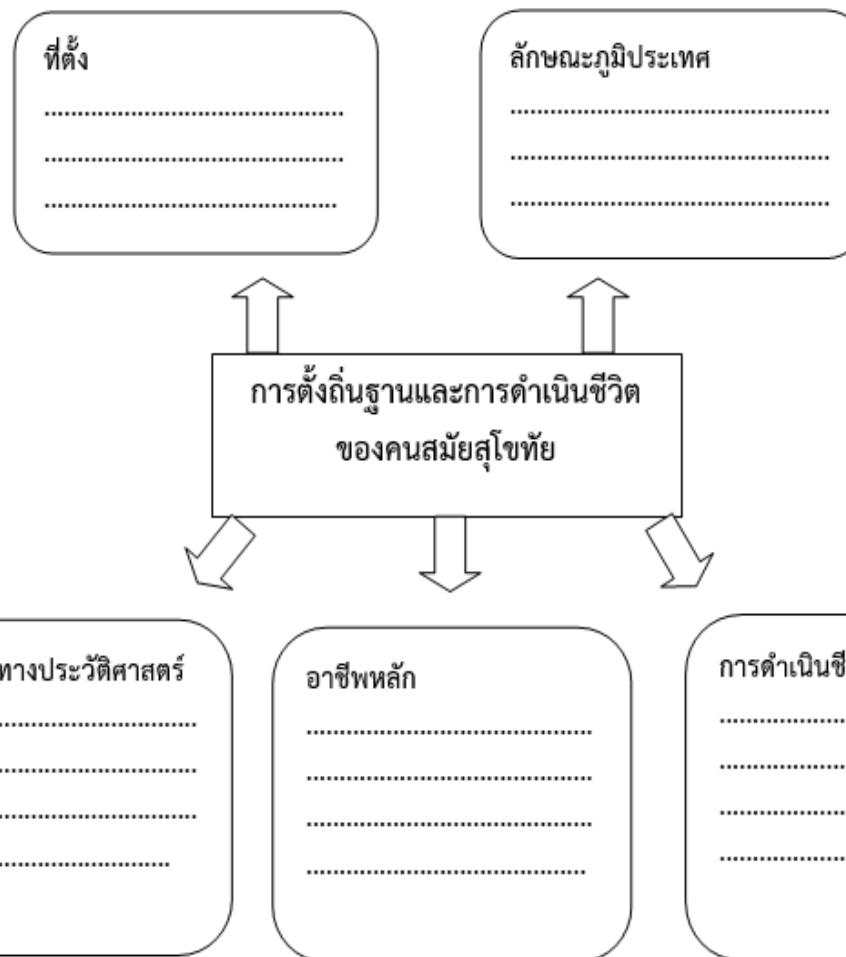


# ใบงานที่ ๘

## เรื่อง

การตั้งถิ่นฐานและการดำเนินชีวิต  
ของคนสมัยสุโขทัย

คำชี้แจง ให้นักเรียนสรุปองค์ความรู้จากการศึกษาข้อมูล เรื่อง การตั้งถิ่นฐานและการดำเนินชีวิตของคนสมัยสุโขทัยเป็น  
แผนผังความคิด



## การตั้งถิ่นฐานและการดำเนินชีวิตของคนสมัยสุโขทัย

ก่อนการสถาปนาอาณาจักรสุโขทัยขึ้นเมื่อราวพ.ศ. ๑๗๙๒ ในพื้นที่บริเวณลุ่มน้ำต่าง ๆ เช่น ลุ่มน้ำเจ้าพระยา ลุ่มน้ำยม ลุ่มน้ำปิง มีชุมชนโบราณหลายแห่งตั้งถิ่นฐานมาตั้งแต่สมัยก่อนประวัติศาสตร์ และอาศัยอยู่เรื่อยมาจนเข้าสู่สมัยประวัติศาสตร์ ดินแดนในแถบนี้เคยถูกอาณาจักรเขมรโบราณซึ่งมีความยิ่งใหญ่ได้ขยายอิทธิพลเข้ามาปกครองชุมชนหลายแห่งในบริเวณนี้ เช่น ชุมชนชาวสยาม ชุมชนชาวมอญ ชุมชนชาวลาว ได้อยู่ภายใต้อิทธิพลเขมร และมีโบราณสถานศิลปะเขมรซึ่งสร้างก่อนสมัยสุโขทัย เป็นหลักฐานยืนยัน เช่น ศาลตาผาแดง พระปรางค์ที่วัดศรีสวายที่สุโขทัย พระปรางค์วัดพระศรีรัตนมหาธาตุเชลียง ที่อำเภอศรีสัชชนาลัย



ในพุทธศตวรรษที่ ๑๘ ผู้นำคนไทย ๒ ท่าน คือ พ่อขุนผาเมือง เจ้าเมืองราดกับพระสหาย คือ พ่อขุนบางกลางหาว ร่วมมือกันขับไล่อำนาจของเขมรออกไปได้สำเร็จ สถาปนาพ่อขุนบางกลางหาว เป็นกษัตริย์ครองกรุงสุโขทัยเมื่อปี พ. ศ. ๑๗๙๒ มีพระนามว่า พ่อขุนศรีอินทราทิตย์ นับเป็นกษัตริย์ พระองค์แรกแห่งราชวงศ์พระร่วง

**ภูมิปัญญาในการดำรงชีวิต** พื้นฐานทางเศรษฐกิจของสุโขทัยคือ เกษตรกรรม แต่สุโขทัย ไม่ใช่ดินแดนที่อุดมสมบูรณ์เพราะอยู่บริเวณที่ราบเชิงเขาซึ่งเป็นที่ลาด จึงมีปัญหาการเก็บน้ำไว้ใช้ นอกจากนี้ศรีสัชชนาลัย สุโขทัย อุตรดิตถ์ ซึ่งตั้งอยู่ในบริเวณลุ่มแม่น้ำยมและแม่น้ำน่านเป็นแหล่งรับน้ำ จากภูเขา ทำให้มีปัญหาน้ำท่วมขัง การเพาะปลูกได้ผลไม่ดี ชาวสุโขทัยจึงใช้ระบบชลประทาน ช่วยควบคุมน้ำภูเขา และน้ำที่ท่วมตามลำน้ำต่าง ๆ ด้วยการสร้างคันดินและสร้างทำนบกั้นน้ำ เรียกว่า



**สรีดถงส์** ในที่ลุ่มก็สร้างฝายทดน้ำและขุดคลองส่งน้ำ เพื่อนำน้ำไปใช้ในพื้นที่รอบเมืองสุโขทัย และชุดบ่อ สระน้ำ ที่เรียกว่า **ตระพัง** ไว้ทั่วเมืองสุโขทัย ปัจจุบันยังมีตระพังจำนวนมากเหลือให้เห็น การพัฒนาระบบชลประทานเป็นการใช้ภูมิปัญญาของสุโขทัยในการแก้ปัญหาน้ำ ทำให้มีน้ำเพียงพอในการอุปโภคบริโภค

**ด้านเศรษฐกิจ** สภาพเศรษฐกิจสมัยสุโขทัยเป็นระบบเศรษฐกิจแบบเสรีนิยม ดังข้อความปรากฏในหลักศิลาจารึกหลักที่ ๑ “...ใครจักใคร่ค้าช้างค้า ใครจักใคร่ค้าม้าค้า ใครจักใคร่ค้าเงินค้า ทองค้า ” และ “...เมืองสุโขทัยนี้ดี ในน้ำมีปลา ในนามีข้าว...” ประชาชนประกอบอาชีพเกษตรกรรมด้วยระบบการเกษตรแบบพึ่งพาธรรมชาติ เช่นสังคมไทยส่วนใหญ่ในชนบทปัจจุบัน และส่งออกเครื่องถ้วยชามสังคโลก



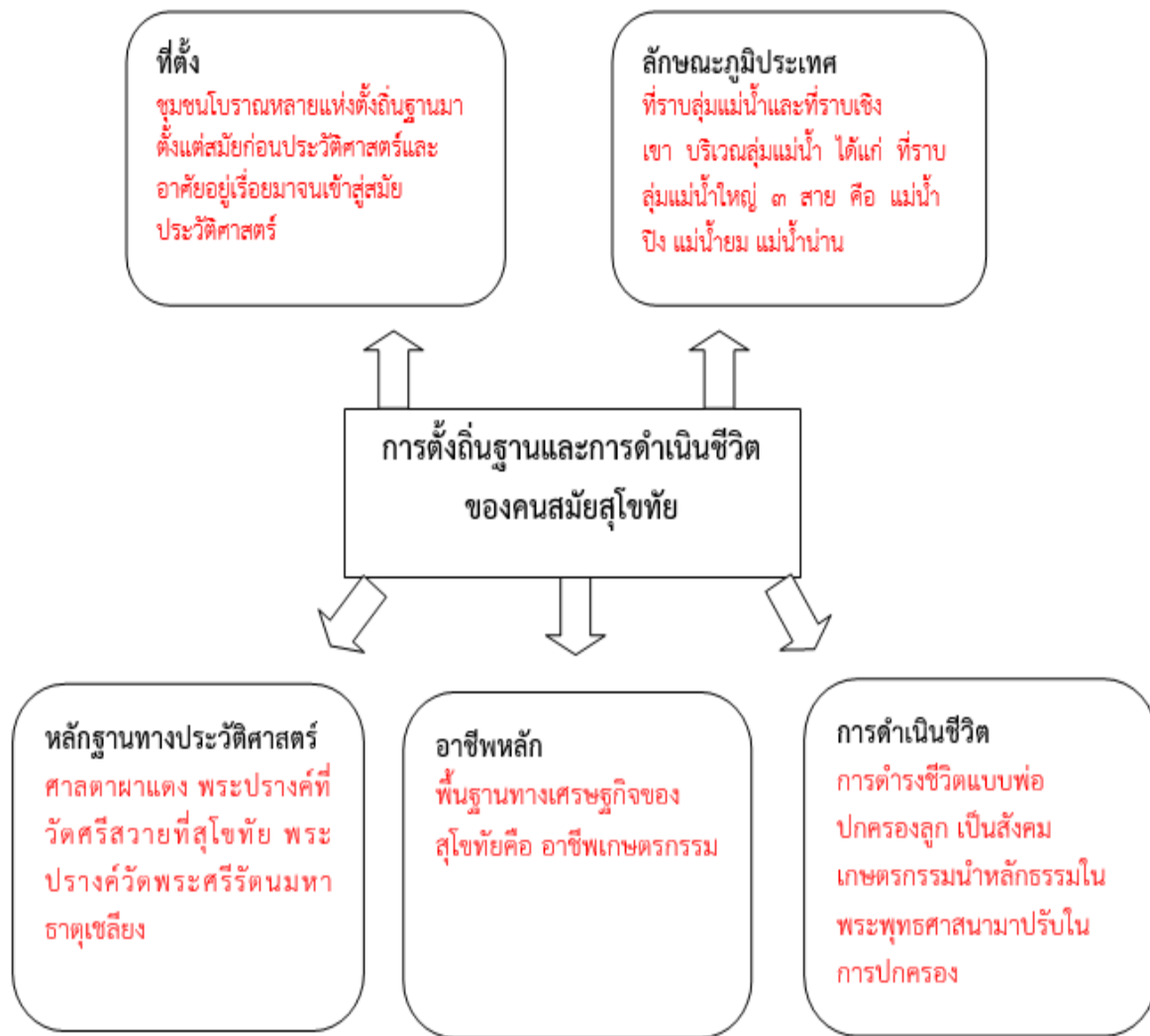
**ด้านสังคม** การใช้ชีวิตของผู้คนในสมัยสุโขทัยมีความอิสระเสรี มีเสรีภาพอย่างมากเนื่องจากผู้ปกครองรัฐให้อิสระแก่ไพร่ฟ้า และปกครองแบบพ่อกับลูก ดังปรากฏหลักฐานในศิลาจารึกว่า “...ด้วยเสียงพาทย์ เสียงพิณ เสียงเลื้อน เสียงขับ ใครจักมักเล่น เล่น ใครจักมักหัว หัว ใครจักมักเลื้อน เลื้อน...”

**ด้านความเชื่อ** สังคมยุคสุโขทัยประชาชนมีความเชื่อทั้งเรื่องวิญญาณ ไสยศาสตร์ ดังปรากฏหลักฐานในศิลาจารึกหลักที่ ๑ ด้านที่ ๕ ว่า “...เบื้องหัวนอนเมืองสุโขทัยนี้มีกุฏิวิหารปู้ครุอยู่ มีสรีดพงส์ มีป่าพร้าว ป่าลาบ ป่าม่วง ป่าขาม มีน้ำโคก มีพระขรรค์พุงผี เทพยาดำในเขาอันนั้นเป็นใหญ่กว่าทุกผีในเมืองนี้ ขุนผู้ใดถือเมืองสุโขทัยนี้แล้ว ไหว้ดีพลีถูก เมืองนี้เที่ยว เมืองนี้ดี ผีไหว้บ่ดี พลีบ่ถูก ผีในเขาอันนั้นบ่คุ่มบ่เกรง เมืองนี้หาย...”

**ด้านศาสนา** ได้รับอิทธิพลจากพุทธศาสนานิกายเถรวาทแบบลังกาวงศ์ จากนครศรีธรรมราช ในวันพระจะมีภิกษุเทศนาสั่งสอน ณ ลานธรรมในสวนตาล โดยใช้พระแท่นมณีคศิลาอาสน์ เป็นอาสนะสงฆ์ ในการบรรยายธรรมให้ประชาชนฟัง ยังผลให้ประชาชนในยุคนี้นิยมปฏิบัติตนอยู่ในศีลธรรม มีการถือศีล โอยทานกันเป็นปกติวิสัย ทำให้สังคมโดยรวมมีความสงบสุขร่มเย็น



คำชี้แจง ให้นักเรียนสรุปองค์ความรู้จากการศึกษาข้อมูล เรื่อง การตั้งถิ่นฐานและการดำเนินชีวิตของคนสมัยสุโขทัยเป็นแผนผังความคิด



เฉลย แนวคำตอบ






## คำถามทบทวน

๑. ที่ตั้งของอาณาจักรเป็นที่ราบเชิงเขาซึ่งเป็นทีลาด  
ส่งผลดีและผลเสียต่ออาณาจักรสุโขทัยอย่างไร
๒. ในสมัยสุโขทัยมีการแก้ปัญหาการขาดแคลนน้ำอย่างไร
๓. สิ่งใดเป็นหลักฐานทางประวัติศาสตร์ที่สำคัญ  
ที่สุดของสมัยอาณาจักรสุโขทัย





# สรุปบทเรียน

---

ก่อนการสถาปนาอาณาจักรสุโขทัยขึ้นเมื่อราว พ.ศ. ๑๗๙๒ ในพื้นที่บริเวณลุ่มน้ำต่าง ๆ เช่น ลุ่มน้ำเจ้าพระยา ลุ่มน้ำยม ลุ่มน้ำปิง มีชุมชนโบราณหลายแห่งตั้งถิ่นฐานมาตั้งแต่สมัยก่อนประวัติศาสตร์ และอาศัยอยู่เรื่อยมาจนเข้าสู่สมัยประวัติศาสตร์

# บทเรียนครั้งต่อไป

การตั้งถิ่นฐานและการดำเนินชีวิต  
ของคนสมัยอยุธยาและธนบุรี





# สิ่งที่ต้องเตรียม

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ [www.dltv.ac.th](http://www.dltv.ac.th)

ใบความรู้ และ ใบงานที่ ๙  
เรื่อง การตั้งถิ่นฐานและการดำเนินชีวิต  
ของคนสมัยอยุธยาและธนบุรี