



แหล่งเรียนรู้ เรื่อง แปลงผักอัฐบล็อก

ชื่อแหล่งเรียนรู้ : แปลงผักอัฐบล็อก

1. ประวัติความเป็นมา

ในปี พ.ศ. 2560 โรงเรียนบ้านบึงทับแรตได้เข้าโครงการพัฒนาศูนย์การเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต และการมีรายได้ของนักเรียนและชุมชน โดยมูลนิธิมิชชั่นวิริยะไวยะ ร่วมกับ บริษัท ปตท.สผ.สยาม จำกัด ซึ่งมี นโยบายที่จะส่งเสริมการปลูกผักให้นักเรียนและชุมชนได้เรียนรู้ อีกทั้งการปลูกผักเป็นวิธีการที่มีมานานแล้ว โดยมีวัตถุประสงค์ในการปลูกผักในแปลงผักอัฐบล็อก คือ ส่งเสริมให้นักเรียนรู้จักคิด และรับผิดชอบต่อหน้าที่ ทั้งนี้เพื่อให้นักเรียนเห็นคุณค่าและประโยชน์ของพืชเศรษฐกิจ นอกจากนั้นนักเรียนได้รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิด ประโยชน์เป็นการฝึกประสบการณ์ตรง ตลอดจนส่งเสริมการค้าขายและนำไปประกอบเป็นอาชีพได้ ทั้งยังสามารถ นำเอาความรู้ที่ได้รับไปใช้ในชีวิตประจำวันอีกทางหนึ่งด้วย

2. จุดเด่น/จุดน่าสนใจ

- 2.1 เป็นแหล่งเรียนรู้นี้เกี่ยวกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง
- 2.2 มีการจำหน่ายผลิตภัณฑ์จากผักปลอดสารพิษและเปิดโอกาสให้คนทั่วไปได้เข้าชม
- 2.3 มีกิจกรรมสาธิตวิธีการปลูกผักในแปลงผักอัฐบล็อก

3. ผู้รับผิดชอบ

นางสาว

นางสาว

4. ประเภทแหล่งเรียนรู้

แหล่งเรียนรู้ในโรงเรียน

5. ที่อยู่

โรงเรียนบ้านบึงทับแรต หมู่ 3 ตำบลบึงทับแรต อำเภอลานกระบือ จังหวัดกำแพงเพชร 62170



6. วัตถุประสงค์การพัฒนาแหล่งเรียนรู้

6.1 เพื่อพัฒนาพื้นที่เป็นศูนย์การเรียนรู้ของชุมชนทางด้านเกษตรอินทรีย์ เกษตรทฤษฎีใหม่ พลังงานทดแทน และการปศุสัตว์ โดยมีแนวคิดปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเป็นพื้นฐานการเรียนรู้

6.2 เพื่อส่งเสริมให้มีการใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่า และ ยั่งยืน ภายใต้แนวทางปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และการพึ่งพาตนเองอย่างยั่งยืน

7. กลุ่มผู้ใช้บริการ

7.1 เด็ก และเยาวชน

7.2 นักเรียน นักศึกษา

7.2 ประชาชนทั่วไป

8. ประโยชน์ของแหล่งเรียนรู้

8.1 เพื่อให้เด็ก และเยาวชน นักเรียน นักศึกษา และประชาชนทั่วไปได้เรียนรู้วิธีการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข เพราะทุกคนพออยู่พอกิน ตามสมควรแก่สภาพ ไม่อดอยาก ไม่เบียดเบียนผู้อื่น สามารถช่วยเหลือตนเองและยังช่วยเหลือผู้อื่นได้อีกด้วย

8.2 เพื่อให้เด็ก และเยาวชน นักเรียน นักศึกษา และประชาชนทั่วไปได้เรียนรู้วิธีสร้างภูมิคุ้มกันให้แก่ชีวิตมีความเข้มแข็งสามารถประกอบอาชีพ มีรายได้ ช่วยลดการพึ่งพาเศรษฐกิจจากภายนอก

9. ภาควิชาที่สนับสนุน

9.1 มูลนิธิมิชชั่นวิริยะไวยะ

9.2 บริษัท ปตท.สผ.สยาม จำกัด

9.3 องค์การบริหารส่วนตำบลบึงทับแรต

9.4 กำนันตำบลบึงทับแรต

9.5 ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ 3 ตำบลบึงทับแรต

ใบความรู้แหล่งเรียนรู้ เรื่อง แปลงผักอัฐบล๊อค

ฐานที่ 1 เรื่อง ผัก

ผัก

ผัก คือ ผลผลิตจากพืชที่ใช้เป็นอาหาร ได้จากส่วนต่างๆ ของพืช เช่น ใบ ดอก ผล ผักมักเป็นเนื้อเยื่อพืชที่เป็นเซลล์อวบน้ำและเป็นส่วนที่ยังอ่อนอยู่ จึงนำมาใช้รับประทานเป็นอาหาร ส่วนใหญ่จะใช้ประกอบเป็นอาหารคาวหรือรับประทานสด ไม่มีรสหวานเหมือนผลไม้ ผักมีใยอาหารสูง และยังมีวิตามินและแร่ธาตุที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย โดยเฉพาะผักใบเขียวจะเป็นแหล่งของแมกนีเซียม

ผักเป็นวัตถุดิบสำคัญในการแปรรูปอาหารเพื่อการถนอมอาหาร ได้เป็นผลิตภัณฑ์มากมาย เช่น บรรจุกระป๋อง (canning) ทำแห้ง (dehydration) แช่เยือกแข็ง (freezing) ดองสามรส (pickling) ดองเกลือ (salting) และทอดกรอบ (deep frying) เป็นต้น

การจำแนกพืชผัก การแบ่งกลุ่มพืชผักตามส่วนของการใช้ประโยชน์

ราก	ผักกาดหัวแครอท หัวผักกาดแดง เทอร์นิพ พาร์สนิพ
ลำต้น	หน่อไม้ฝรั่งหน่อไม้ กะหล่ำปม มันฝรั่ง เผือก กลอย มันมือเสือ ผักบุ้งจีน ผักกะเฉด
ใบ	คะน้ากะหล่ำปลี กุยช่าย ผักกาดขาวปลี ผักกวางตุ้ง ผักกาดเขียวปลี ผักหวาน ตำลึง ผักกาดหอม
ดอก	บรอกโคลี กะหล่ำดอก ดอกโสน ดอกแค ขี้เหล็ก ดอกฮ้วน
ผล	ถั่วลันเตา ถั่วฝักยาว ถั่วแขก ถั่วเหลืองฝักสด ข้าวโพดฝักอ่อน ข้าวโพดหวาน กระเจี๊ยบเขียว

แตงกวา แตงเทศ มะระ มะระขี้นก ฟักเขียว ฟักทอง พริกพริกหวาน มะเขือเทศ มะเขือเปราะ มะเขือพวงมะเขือม่วง มะเขือยาว

การจำแนกพืชผักตามอุณหภูมิที่เหมาะสมกับการเจริญเติบโต

ผักที่ชอบอากาศเย็น เป็นกลุ่มผักที่เจริญเติบโตได้ดีที่อุณหภูมิเฉลี่ยของอากาศประมาณ 16-18 องศาเซลเซียส พืชผักในกลุ่มนี้จึงเหมาะที่จะปลูกในฤดูหนาว หรือพื้นที่สูงที่มีอากาศเย็นกว่าพื้นที่ราบ ทุกๆ ระดับความสูงจากระดับน้ำทะเล 100 เมตร อุณหภูมิจะลดลง 1 องศาเซลเซียส พืชผักกลุ่มนี้ ได้แก่ บรอกโคลี กะหล่ำดอก กะหล่ำดาว กะหล่ำปลี กะหล่ำปม ผักกาดเขียวปลี ผักกาดหอม แครอท หน่อไม้ฝรั่ง คะน้า กระเทียม คื่นฉ่าย ผักกาดหัว หอมหัวใหญ่ ผักโขม ถั่วลันเตา เทอร์นิพ องดิฟ พาร์สเลย์ พาร์สนิพ ชาด เซเลอรี เฟนเนล และมันฝรั่ง เป็นต้น

ผักที่ต้องการอากาศอบอุ่น

เป็นกลุ่มผักที่เจริญเติบโตได้ดีที่อุณหภูมิเฉลี่ยระหว่าง 18-30 องศาเซลเซียส พืชผักในกลุ่มนี้ ได้แก่ แตงกวา แตงไทย มะเขือเทศ มะเขือยาว พริก พริกหวาน ฟักทอง มะระ บวบ น้ำเต้า ฟักเขียว ถั่วเขียว ข้าวโพดฝักอ่อน

ที่มา : ศูนย์เครือข่ายข้อมูลอาหารครบวงจร



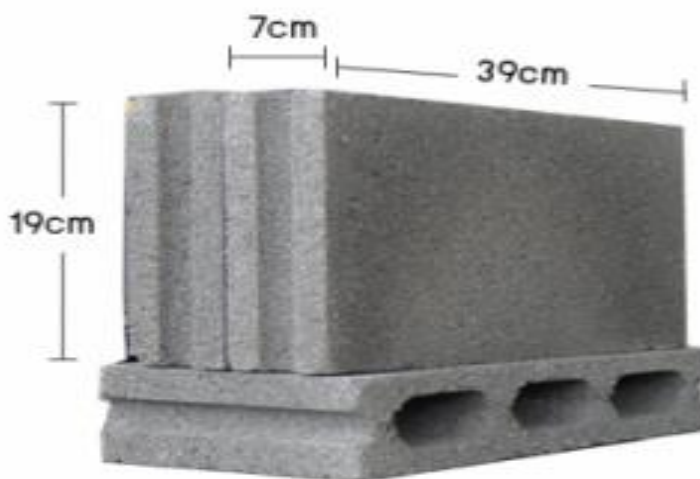
ใบความรู้แหล่งเรียนรู้ เรื่อง แปลงผักอิฐบล็อก ฐานที่ 2 เรื่อง อิฐบล็อกและหลักการของแปลงผักอิฐบล็อก



คุณสมบัติอิฐบล็อก

อิฐบล็อก หรือ คอนกรีตบล็อก ถูกผลิตในลักษณะอุตสาหกรรมมากกว่า อิฐมอญ ส่วนใหญ่จะมี สีเทา ลักษณะเด่นคือมีรูกลวงตรงกลางซึ่งถือเป็น ข้อดีเพราะช่วยลดการถ่ายเทความร้อนได้ดีกว่าอิฐมอญ ได้รับความนิยมเพราะมีราคาถูกมาก ถูกที่สุดเมื่อเทียบกับอิฐชนิดอื่นๆ สะดวกในการ ก่อสร้าง งานเสร็จรวดเร็ว เพราะมีขนาดก้อนใหญ่ ส่วนข้อเสียก็มี คือมีโอกาสร้าวซึม ได้สูงถ้าไม่มีการฉาบปูนที่ได้มาตรฐาน เรื่องความแข็งแรง ก็จะได้รับแรงกด ได้น้อยกว่า อิฐชนิดอื่นๆ รวมถึงรับน้ำหนักแขวนมากๆ ไม่ได้ ไม่เหมาะกับการเจาะผนังเพื่อยึดติดอุปกรณ์ต่างๆ เพราะง่าย ไม่เหมาะกับการงานเดินท่อไฟ ท่อประปา ในผนัง ต้องเดินภายนอก ด้านการใช้งาน อิฐบล็อกเหมาะกับการก่อผนังอาคารทั่วไป เพราะมีคุณสมบัติเด่นอยู่ที่ มีความแข็งแรง รับแรงกดได้และระบายความร้อนได้ดี หรือจะเป็นการก่อสร้าง อาคาร โกดัง โรงงาน ที่ต้องการประหยัดงบประมาณ และต้องการให้งานเสร็จไว

ที่มา : บริษัท วินน์ พิค อินเตอร์เนชั่นแนล



หลักการของแปลงผักอริบลิอก

1. เตรียมดิน ก่อนจะปลูกพืชเพื่อทำสวนอะไรก็ตาม เราควรต้องทดสอบคุณภาพของดินก่อน เพราะถ้าหากดินอุดมสมบูรณ์ มีธาตุอาหารที่สำคัญต่อพืชอย่างครบถ้วน ไม่ว่าจะปลูกระยะไหนก็จะงอกงามได้อย่างสวยงาม ซึ่งก่อนอื่นก็ต้องนำตัวอย่างดินไปตรวจสอบธาตุอาหารที่มีอยู่ รวมทั้งค่า pH ของดินที่ด้วย เพื่อที่เราจะได้ทราบความอุดมสมบูรณ์ และปัญหาของดินในแปลงปลูก รวมทั้งรับคำแนะนำการแก้ไขปรับปรุงดินให้พร้อม และถ้าหากทราบผลของดินแล้ว ควรเลือกปรับปรุงดินด้วยปุ๋ยชีวภาพ เพราะในปุ๋ยชีวภาพจะมีจุลินทรีย์ที่เป็นประโยชน์ต่อดินและพืช อีกทั้งยังปลอดภัยต่อสิ่งแวดล้อม และปลอดภัยต่อสุขภาพของพืชที่จะปลูกด้วยค่ะ

2. ใช้ปุ๋ยหมักมูลเสว่น ปุ๋ยหมักชีวภาพมีประโยชน์และสำคัญมากกับสวนออร์แกนิก เพราะเป็นตัวส่งเสริมให้สวนออร์แกนิกของเราเจริญเติบโตได้อย่างสวยงาม เนื่องจากมีอัตราส่วนของไนโตรเจน คาร์บอนด์ รวมทั้งจุลินทรีย์ที่เหมาะสมและปลอดภัย แถมปุ๋ยหมักยังช่วยลดเศษซากพืชที่เน่าเสีย ไม่ให้กลายเป็นขยะสิ่งแวดล้อม อีกทั้งยังมีราคาถูกกว่าปุ๋ยเคมีด้วย นอกจากนี้ปุ๋ยชีวภาพยังช่วยลดวัชพืช และให้สารอาหารแก่ดินได้ค่อนข้างครบถ้วน



ขั้นตอนของการทำแปลงผักอัฐบล็อก

1. ขุดดินให้เป็นร่องสำหรับใส่อัฐบล็อก เพราะเราปลูกหญ้าเอาไว้ จึงต้องป้องกันไม่ให้หญ้าชอนไชเข้ามาได้ และเป็นการสร้างความแข็งแรงไม่ให้ก้อนอัฐบล็อก จึงต้องทำการขุดดินให้ลึกประมาณหนึ่ง



2. ใส่อัฐบล็อกตามร่องที่ได้ขุดไว้



3. โรยก้อนหินรอบ ๆ เพื่อสร้างความแข็งแรงและเพิ่มความสวยงาม



4. ทำการพรวนดินให้ร่วนซุยและเรียบ พร้อมใส่ปุ๋ยหมัก ปุ๋ยคอก และทำการปรับให้เรียบ



ใบความรู้แหล่งเรียนรู้ เรื่อง แปลงผักอัฐบล็อกร ฐานที่ 3 เรื่อง การขยายพันธุ์และดูแลผักอัฐบล็อกร



การขยายพันธุ์และดูแลผักอัฐบล็อกร

การบำรุงรักษาพืชผัก

1.การรดน้ำควรรดน้ำในตอนเช้าและตอนเย็นโดยค่อย ๆ รดน้ำให้ชุ่มชื้นแต่อย่าให้แฉะจนเกินไปเพราะจะทำให้รากเน่าได้

2.การพรวนดินควรพรวนดินทุก ๆ 7-10 วัน โดยพรวนให้ทั่วทั้งแปลงและพรวนให้ลึกพอสมควรแต่ควรระวังอย่าให้ถูกรากเพราะอาจทำให้รากขาดได้

3. การใส่ปุ๋ยควรเลือกใส่ปุ๋ยให้เหมาะกับพืชโดยโรยให้ทั่วแปลงปลูกในปริมาณที่พอเหมาะแล้วรดน้ำให้ชุ่มหลังจากใส่ปุ๋ยแล้วทุกครั้ง

4. การกำจัดวัชพืชและศัตรูพืชขณะพรวนดินควรถอนหรือเก็บวัชพืชออกให้หมดและควรตายหญ้าในแปลงปลูกอยู่เสมอถ้ามีแมลงศัตรูพืชต้องเก็บทิ้งหรือใช้ยากำจัดศัตรูพืชชนิดป้องกันประมาณสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

การปฏิบัติดูแลรักษา



การดูแลรักษาด้วยความเอาใจใส่ จะช่วยให้ผักเจริญเติบโตอย่างสมบูรณ์จนถึงระยะเก็บเกี่ยว การดูแลรักษาดังกล่าว ได้แก่

1. การให้น้ำ การปลูกผักจำเป็นต้องให้น้ำเพียงพอ การให้น้ำผักควรรดน้ำในช่วง เช้า- เย็น ไม่ควรรดตอนแดดจัด และรดน้ำแต่พอชุ่มอย่าให้โชก

2. การให้ปุ๋ย

3. การป้องกันกำจัดศัตรูพืช ควรบำรุงรักษาต้นพืชให้แข็งแรงโดยการกำจัดวัชพืช ให้น้ำอย่างเพียงพอและใส่ปุ๋ยตามจำนวนที่กำหนดเพื่อให้ผักเจริญเติบโต แข็งแรง ทนต่อโรคและแมลง หากมีโรคและแมลงระบาดมากควรใช้

สารธรรมชาติ หรือใช้วิธีกลต่างๆ ในการป้องกันกำจัด เช่น หนอนต่างๆ ใช้มือจับออก ใช้พริกไทยป่นผสมน้ำฉีดพ่น
ใช้น้ำคั้นจากใบหรือเมล็ดสะเดา ถ้าเป็นพวกเพลี้ย เช่น เพลี้ยอ่อน เพลี้ยแป้ง เพลี้ยหอย และเพลี้ยจักจั่น ให้ใช้
น้ำยาล้างจาน 15 ซีซี ผสมน้ำ 20 ลิตร ฉีดพ่นใต้ใบเวลาเย็น ถ้าเป็นพวกมด หอย และทาก ให้ใช้ปูนขาวโรยบางๆ
ลงบริเวณพื้นดิน



ใบความรู้แหล่งเรียนรู้ เรื่อง แปลงผักอัฐบล็อก ฐานที่ 4 เรื่อง การเก็บเกี่ยวผลผลิตผักอัฐบล็อก



ผลผลิตจากแปลงผักอัฐบล็อก

การเก็บเกี่ยวผักควรเก็บในเวลาเช้าจะทำให้ได้ผักสดรสดี และหากยังไม่ได้ใช้ให้ล้างให้สะอาด และนำเก็บไว้ในตู้เย็น สำหรับผักประเภทผลควรเก็บในขณะที่ผลไม่แก่จัด จะได้ผลที่มีรสดีและจะทำให้ผลดก หากปล่อยให้ผลแก่คาต้น ต่อไปจะออกผลน้อยลง สำหรับในผักใบหลายชนิด เช่น ผักบุ้งจีน คะน้า กะหล่ำปลี การแบ่งเก็บผักที่สดอ่อนหรือโตได้ขนาดแล้ว โดยยังคงเหลือลำต้นและรากไว้ไม่ถอนออกทั้งต้น รากหรือต้นที่เหลืออยู่จะสามารถงอกงามให้ผลได้อีกหลายครั้ง ทั้งนี้จะต้องมีการดูแลรักษา ให้น้ำและปุ๋ยอยู่ การปลูกพืชหมุนเวียนสลับชนิดหรือปลูกผักหลายชนิดในแปลงเดียวกัน และปลูกผักที่มีอายุการเก็บเกี่ยวสั้นบ้างยาวบ้างคละกันแปลงเดียวกัน หรือปลูกผักชนิดเดียวกันแต่ทยอยปลูกครั้งละ 3-5 ต้น หรือประมาณว่าพอรับประทานได้ในครอบครัวในแต่ละครั้งที่เก็บเกี่ยวก็จะทำให้ผู้ปลูกมีผักสดเก็บรับประทานได้ทุกวันตลอด

