ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា
ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ

ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា

ការចិញ្ចឹមមាន់

បំណិនជីវិតសម្រាប់មធ្យមសិក្សាបឋមភូមិ
គម្រោងកែលម្អអប់រំកម្រិតមូលដ្ឋាននៅកម្ពុជា

USAID
ជំនួយពីពលរដ្ឋអាមេរិក

អង្គការអប់រំពិភពលោក
WORLD EDUCATION

ឧបត្ថម្ភដោយ ទីភ្នាក់ងារសហរដ្ឋអាមេរិកដើម្បីអភិវឌ្ឍអន្តរជាតិ
រៀបចំដោយ អង្គការអប់រំពិភពលោក សហការជាមួយអង្គការសកម្មភាពសម្រាប់បឋមសិក្សានៅកម្ពុជា

ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា
ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ

ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា
លេខ : [illegible] អយក.ប្រក

ប្រកាស
ស្តីពី
ការអនុញ្ញាតឱ្យបោះពុម្ពផ្សាយ
សៀវភៅ " ការចិញ្ចឹមមាន់ "

រដ្ឋមន្ត្រីក្រសួងអប់រំ យុវជន និង កីឡា

- បានឃើញរដ្ឋធម្មនុញ្ញនៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា
- បានឃើញព្រះរាជក្រឹត្យលេខ នស/រកត/០៩០៨/១០៥៥ ចុះថ្ងៃទី២៥ ខែកញ្ញា ឆ្នាំ២០០៨ ស្តីពីការតែងតាំងរាជរដ្ឋាភិបាលនៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា
- បានឃើញព្រះរាជក្រមលេខ ០២/នស/៩៤ ចុះថ្ងៃទី២០ ខែកក្កដា ឆ្នាំ១៩៩៤ ដែលប្រកាសឱ្យប្រើច្បាប់ ស្តីពីការរៀបចំនិងការប្រព្រឹត្តទៅនៃគណៈរដ្ឋមន្ត្រី
- បានឃើញព្រះរាជក្រមលេខ នស/រកម/០១៩៦/០១ ចុះថ្ងៃទី២៤ ខែមករា ឆ្នាំ១៩៩៦ ដែលប្រកាសឱ្យប្រើច្បាប់ ស្តីពីការបង្កើតក្រសួងអប់រំ យុវជន និង កីឡា
- បានឃើញអនុក្រឹត្យលេខ ៨៨អនក្រ.បក ចុះថ្ងៃទី០៨ ខែមិថុនា ឆ្នាំ២០០៨ ស្តីពីការរៀបចំ និងការប្រព្រឹត្តទៅរបស់ក្រសួងអប់រំ យុវជន និង កីឡា
- យោងគោលនយោបាយសម្រាប់អភិវឌ្ឍន៍កម្មវិធីសិក្សាចំណេះទូទៅ២០០៥-២០០៩
- យោងសេចក្តីណែនាំលេខ០៣ អយក. សណន.ចុះថ្ងៃទី១៧ ខែមករា ឆ្នាំ២០១៣ របស់ក្រសួងអប់រំ យុវជន និង កីឡា ស្តីពីប្រព័ន្ធអនុម័តសៀវភៅសិក្សា និងសម្ភារឧបទេស
- យោងសំណើរបស់អង្គការអប់រំពិភពលោក ចុះថ្ងៃទី១៣ ខែកញ្ញា ឆ្នាំ២០១២
- យោងកំណត់ហេតុប្រជុំរបស់លេខាធិការដ្ឋានក្រុមប្រឹក្សាអនុម័តសៀវភៅសិក្សា និងសម្ភារឧបទេសនាថ្ងៃទី០៣ ខែមករា ឆ្នាំ២០១៣
- តាមសំណើរបស់ប្រធានក្រុមប្រឹក្សាអនុម័តសៀវភៅសិក្សា និងសម្ភារឧបទេស

សម្រេច

ប្រការ១- អនុញ្ញាតឱ្យបោះពុម្ពផ្សាយសៀវភៅ " ការចិញ្ចឹមមាន់ " ដែលជាស្នាដៃនិពន្ធ និងរៀបរៀងរបស់អង្គការអប់រំពិភពលោក សហការជាមួយក្រសួងអប់រំ យុវជននិងកីឡា ដើម្បីប្រើប្រាស់ជាឯកសារជំនួយក្នុងការបង្រៀន និងរៀនកម្មវិធីបំណិនជីវិតនៅតាមអនុវិទ្យាល័យ ។

ប្រការ២- អគ្គនាយកដ្ឋានរដ្ឋបាល និងហិរញ្ញវត្ថុ អគ្គនាយកដ្ឋានអប់រំ នាយកដ្ឋានអភិវឌ្ឍកម្មវិធីសិក្សា នាយកដ្ឋានមធ្យមសិក្សាចំណេះទូទៅ និងអង្គការអប់រំពិភពលោក មានភារកិច្ចអនុវត្តប្រកាសនេះ។

រាជធានីភ្នំពេញ ថ្ងៃទី [illegible] ខែ [illegible] ឆ្នាំ២០១៣

អ៊ឹម_សិទ្ធី

កន្លែងទទួល :
- អគ្គលេខាធិការដ្ឋានព្រឹទ្ធសភា
- អគ្គលេខាធិការដ្ឋានរដ្ឋសភា
- ទីស្តីការគណៈរដ្ឋមន្ត្រី
  " ដើម្បីជូនជ្រាបជាព័ត៌មាន"
- ដូចប្រការ២
- កាលប្បវត្តិ- ឯកសារ.អ.គ.ស.

អាសយដ្ឋានលេខ៨០ មហាវិថី ព្រះនរោត្តម ភ្នំពេញ កម្ពុជា ទូរស័ព្ទ: [illegible] ទូរសារ: [illegible]
អ៊ីមែល: info@moeys.gov.kh / crsmeys@camnet.com.kh គេហទំព័រ: www.moeys.gov.kh

គណៈកម្មការអភិវឌ្ឍសៀវភៅ
"ការចិញ្ចឹមមាន់"

គណៈកម្មការនិពន្ធ និងរៀបរៀង

១. លោក ស៊ី ប៉េងគ្រុយ
២. លោក អេង សុខ
៣. លោក វីលៀម វ៉ាន់ឌឺវ៉ាល់

គណៈកម្មការកែសម្រួល

១. លោក ឈុំ វណ្ណឆន
២. លោក ប៊ុត សុភាន់
៣. លោក ផុក ចាន់ថុល

គណៈកម្មការពិនិត្យ

១. លោកស្រី យឹម យីហ៊ុប
២. លោក ព្រៃ សំបូរ

ឧបត្ថម្ភថវិកាដោយ ទីភ្នាក់ងារសហរដ្ឋអាមេរិកដើម្បីអភិវឌ្ឍអន្តរជាតិ(USAID)

សហការរៀបចំដោយ
អង្គការអប់រំពិភពលោក និង ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា

មាតិកា

អារម្ភកថា.. ក

វត្ថុបំណងរួម.. ខ

ការត្រៀមលក្ខណៈមុនពេលបង្រៀន... ខ

ខ្លឹមសារសង្ខេប.. គ

មេរៀនទី ១: ការជ្រើសរើសទីកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់.. ១

មេរៀនទី ២: របៀបសង់ទ្រុងមាន់.. ៤

មេរៀនទី ៣: របៀបចិញ្ចឹមមាន់.. ៨

មេរៀនទី ៤: របៀបផ្សំចំណីមាន់... ១៣

មេរៀនទី ៥: របៀបធ្វើកំប៉ុស្តមាន់.. ១៨

មេរៀនទី ៦: អនាម័យទ្រុងមាន់.. ២១

មេរៀនទី ៧: ជ្រើសរើសមាន់ទុកចិញ្ចឹមបន្ត.. ២៥

មេរៀនទី ៨: ការទម្លាក់ព្រូនមាន់.. ៣០

មេរៀនទី ៩: ជំងឺមាន់.. ៣៣

មេរៀនទី ១០: ចំណេះដឹងក្នុងការចិញ្ចឹមមាន់... ៣៩

អារម្ភកថា

វិស័យអប់រំជាវិស័យគន្លឹះមួយ ដែលរួមចំណែកយ៉ាងសំខាន់ក្នុងការអភិវឌ្ឍសង្គម និងសេដ្ឋកិច្ច ពិសេសការ អភិវឌ្ឍធនធានមនុស្ស ។ ដោយសង្គមជាតិយើងមានការអភិវឌ្ឍលើគ្រប់វិស័យ ការអប់រំក៏ត្រូវបានយកចិត្តទុកដាក់យ៉ាងខ្លាំង ដើម្បីបណ្តុះបណ្តាលធនធានមនុស្ស ប្រកបដោយគុណភាពនិងមានជំនាញខ្ពស់ ដើម្បីបំពេញលើគ្រប់លក្ខខណ្ឌការងារ ។

ដើម្បីឆ្លើយតបនឹងតម្រូវការរីកចម្រើននៃទីផ្សារសេរីរបស់សង្គមជាតិ ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា បានបង្កើតគោលនយោបាយសម្រាប់អភិវឌ្ឍកម្មវិធីសិក្សាចំណេះទូទៅ និងគោលនយោបាយអប់រំបំណិនជីវិត សម្រាប់អនុវត្តនៅតាមសាលារៀនចំណេះទូទៅ។

កម្មវិធីអប់រំបំណិនជីវិតតាមមូលដ្ឋាន គឺជាស្នូលនៃការបង្កើនគុណភាព និងប្រសិទ្ធភាពក្នុងវិស័យអប់រំ ដែលនឹងផ្តល់ឱ្យសិស្សនូវចំណេះដឹងមូលដ្ឋានយ៉ាងជ្រៅជ្រះ និងបណ្តុះជំនាញផ្សេងៗ ដែលមានសារសំខាន់សម្រាប់ការស្រូបយកបទពិសោធន៍ល្អៗក្នុងការពង្រឹងចំណេះដឹង និងបំណិនចាំបាច់សម្រាប់បម្រើជីវភាពរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។

ការចិញ្ចឹមមាន់ មានតាំងពីយូរយារណាស់មកហើយ ប៉ុន្តែយើងម្នាក់ៗចិញ្ចឹមមាន់សម្រាប់តែបរិភោគប្រចាំគ្រួសារប៉ុណ្ណោះ។អ្នកចិញ្ចឹមមាន់ទាំងនោះ អាចលក់ដូរដោះស្រាយជីវភាពបានតិចតួចមិនអាចចាត់ទុកជាអាជីពសម្រាប់គ្រួសារបានឡើយ។

រាល់ការចិញ្ចឹមមាន់តាមគ្រួសារនីមួយៗ យើងពុំទាន់គិតពីលក្ខណៈបច្ចេកទេសដូចជា អនាម័យទីកន្លែងចិញ្ចឹមការជ្រើសរើសពូជ ការចាក់វ៉ាក់សាំងការពារ និងថ្នាំព្យាបាល។ ដោយយល់ឃើញដូច្នេះ គណៈកម្មការអភិវឌ្ឍន៍វិស័យផលិតកម្មនិងបសុព្យាបាល បានរៀបចំឯកសារស្តីពីការចិញ្ចឹមមាន់នេះឡើង ក្នុងគោលបំណងលើកស្ទួយការចិញ្ចឹមមាន់នេះឱ្យទទួលបានជោគជ័យ និងក្លាយជាលក្ខណៈអាជីព។

ឯកសារស្តីអំពី "ការចិញ្ចឹមមាន់" មានបំណងជួយសិស្ស ឱ្យទទួលបាននូវចំណេះដឹង បំណិន និងបទពិសោធន៍ក្នុងផ្នែក បំណិនជីវិតងាយៗ ដែលទាក់ទងនឹងការចិញ្ចឹមមាន់ ។ ការចិញ្ចឹមមាន់មានតួនាទីសំខាន់ក្នុងផលិតកម្មសម្រាប់គ្រួសារ។ការរៀនពីរបៀបចិញ្ចឹមមាន់តាំងពីនៅវ័យក្មេងបានផ្សារភ្ជាប់ទៅនឹងតម្រូវការទៅតាមអាទិភាពនិងគោលបំណង ដើម្បីជួយមនុស្សពេញវ័យឱ្យជៀសផុតពីការប្រឈមនឹងបញ្ហា ដែលបណ្តាលមកពីខ្វះការយល់ដឹងក្នុងការធ្វើផលិតកម្មកសិកម្ម។ យើងសង្ឃឹមថា យុវជនបច្ចុប្បន្ននឹងមានគំនិតក្នុងការធ្វើផែនការ ការរៀបចំថវិកា សម្ភារៈ និងអនុវត្តការចិញ្ចឹមមាន់ទៅតាមដំណាក់កាលសំខាន់ៗ ដើម្បីឱ្យមុខរបរនេះក្លាយជាការអភិវឌ្ឍជីវភាពក្នុងគ្រួសារ។

១. វត្ថុបំណងរួម

បំណិនជីវិត គឺជាបំណិនបញ្ញា បុគ្គលិកលក្ខណៈ អន្តរបុគ្គល និងវិជ្ជាជីវៈ ដែលអាចជួយដល់ការ ធ្វើការ សម្រេចចិត្ត ការធ្វើទំនាក់ទំនងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព និងអាចដោះស្រាយ និងគ្រប់គ្រងខ្លួនឯងបាន។ គឺជាបំណិនដែលរួមចំណែកក្នុងការលើកស្ទួយសុខុមាលភាព និងជីវិតប្រកបដោយផលិតភាព។*(ដកស្រង់គោលនយោបាយបំណិនជីវិត ២០០៦)*។

ការបង្រៀនបំណិនជីវិតនេះ ចង់ឱ្យសិស្សមើលឃើញសារប្រយោជន៍ និងផ្តល់សមត្ថភាពដល់ពួកគេក្នុងការៈ

- ជ្រើសរើសពូជមាន់ឱ្យបានសមស្រប
- រៀបចំទីកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់ដោយសង់រោង និងរៀបចំទីធ្លាសម្រាប់មាន់ដើរលេង
- រៀបចំរណ្តៅធ្វើកំប៉ុស្តមាន់ សម្រាប់ឱ្យវាកាយរកចំណីបន្ថែម
- ផ្តល់វ៉ាក់សាំងឱ្យមាន់
- ចងក្រងជាមេរៀនអំពីការចិញ្ចឹមមាន់ដែលធ្លាប់បានអនុវត្តកន្លងមក។

២. ការត្រៀមលក្ខណៈមុនពេលបង្រៀន

ម៉ូឌុលនេះចែកចេញជាច្រើនផ្នែកផ្សេងៗគ្នា ដែលមានគោលបំណងខុសៗគ្នា។ ការត្រៀមលក្ខណៈមុនពេលបង្រៀនសិស្ស ជាដំណាក់កាលត្រៀមរបស់គ្រូ។ ព័ត៌មានទាក់ទងទៅនឹងការបង្រៀននិងរៀន ពិសេសមេរៀនត្រូវបានគ្រូត្រៀម ទុកជាមុន។

● សម្ភារឧបទេស

សម្ភារឧបទេសភាគច្រើនជាសម្ភារៈមូលដ្ឋានដូចជា ប៊ិក ឬក្រដាស និងសម្ភារៈផ្សេងៗទៀត ដែលត្រូវផ្តល់ឱ្យសិស្សសម្រាប់អនុវត្តផ្ទាល់ ដោយជូនភ្ជាប់នៅតាមមេរៀននីមួយៗ។ លើសពីនេះទៀត ក្នុងសៀវភៅនេះមានបន្ថែមឯកសារអ៊ុតសម្រាប់សិស្ស ក្នុងការពិភាក្សាក្រុមតូច ក្នុងមួយឈុត ២០ សន្លឹក។

● លទ្ធផលរំពឹងទុក

ផ្តល់ឃ្លាបញ្ជាក់នូវអ្វីនឹងសម្រេចបាន និងវាយតម្លៃនៅខាងចុងមេរៀន។ ឃ្លាទាំងនេះ ទាក់ទងនឹងគោលដៅរួមរបស់បំណិនជីវិត ដែលបានកំណត់នៅក្នុងគោលការណ៍ណែនាំបំណិនជីវិត នៅមធ្យមសិក្សាបឋមភូមិ ព្រមទាំងកំណត់នៅក្នុងបំណិនទាក់ទងសង្គម បំណិនសេដ្ឋកិច្ច និងបំណិនអាជីពងាយ។

● សញ្ញាសម្គាល់សម្រាប់សកម្មភាពនីមួយៗ

ខាងក្រោមនេះជាសញ្ញាសម្គាល់សកម្មភាពងាយៗ សម្រាប់គ្រូអនុវត្តបានជោគជ័យក្នុងការបង្រៀន និងរៀន។

ធ្វើសកម្មភាព ៖ គ្រូចាំបាច់ត្រូវដឹកនាំសិស្សធ្វើសកម្មភាព

សរសេរ ៖ ពេលខ្លះត្រូវការឱ្យលោកគ្រូ/អ្នកគ្រូសរសេរនៅលើក្តារខៀន

សួរ ៖ គ្រូរៀបចំសំណួរ

ពន្យល់ ៖ ពន្យល់ចំណុចសំខាន់ៗ ឬ ប្រាប់សិស្សនៅក្នុងថ្នាក់

● លំនាំបង្រៀន

មេរៀននីមួយៗចែកជា ៣ផ្នែក។ ផ្នែកទី១ គឺជាសេចក្តីផ្តើមដែលយើងព្យាយាមផ្សារភ្ជាប់ទៅនឹងចំណេះដឹង ដែលសិស្សមានស្រាប់ ឬរំឭកមេរៀនចាស់ ។ ផ្នែកទី២ យើងនឹងបង្រៀនសកម្មភាពសំខាន់ៗ ដោយផ្អែកលើវិធីសាស្ត្រ

បង្រៀនបែបការងារគម្រោង(ចុះស្រាវជ្រាវ ប្រមូលព័ត៌មាន សម្ភាស ចងក្រងឯកសារ និងបទបង្ហាញ...។) និងយុទ្ធវិធីបង្រៀនផ្សេងៗទៀត។ ផ្នែកទី៣ជាផ្នែកបញ្ចប់យើងអាចធានាបានថារាល់លទ្ធផលនៃការសិក្សារបស់យើង គឺបានឆ្លងកាត់នូវយុទ្ធវិធីខុសៗគ្នាជាច្រើន។ នៅចុងបញ្ចប់មេរៀន មានកិច្ចការសម្រាប់សិស្សយកទៅធ្វើនៅផ្ទះ ដើម្បីផ្សារភ្ជាប់ជាមួយមេរៀនថ្មី។

៣. ខ្លឹមសារសង្ខេប

ខ្លឹមសារសង្ខេបត្រូវបានផ្តល់ជូនឱ្យគ្រូក្នុងផ្នែកនេះ ដើម្បីជាទុនខ្លះក្នុងការបង្រៀន ហើយក៏ជាសញ្ញាណមួយជាក់លាក់បញ្ជាក់ពីទំនាក់ទំនង និងសារសំខាន់រវាងមេរៀននីមួយៗ ។

ខាងក្រោមនេះ គឺជាសេចក្តីសង្ខេបរួមទាំង ១០ មេរៀនដែលមាននៅក្នុងម៉ូឌុលបំណិនជីវិតៈ

ចំណងជើងមេរៀន	ពេលវេលា	វត្ថុបំណង	ទំព័រ
១: ការជ្រើសរើសទីកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់	២ ម៉ោង	ស្វែងយល់អំពីកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់	១
២: របៀបសង់ទ្រុងមាន់	២ ម៉ោង	កំណត់បានអំពីការសង់ទ្រុងមាន់	៤
៣: របៀបចិញ្ចឹមមាន់	២ ម៉ោង	អនុវត្តការចិញ្ចឹមមាន់នៅតាមផ្ទះ	៨
៤: របៀបផ្សំចំណីមាន់	២ ម៉ោង	អាចផ្សំចំណីមាន់	១៣
៥: របៀបធ្វើកំប៉ុស្តមាន់	២ ម៉ោង	អនុវត្តការធ្វើកំប៉ុស្តមាន់បានដោយខ្លួនឯង	១៨
៦: អនាម័យទ្រុងមាន់	២ ម៉ោង	យល់ដឹងពីការធ្វើអនាម័យឱ្យមាន់	២១
៧: ជ្រើសរើសមាន់ទុកចិញ្ចឹមបន្ត	២ ម៉ោង	អាចកត់សំគាល់មាន់សម្រាប់ចិញ្ចឹមបន្ត	២៥
៨: ការទម្លាក់ពូនមាន់	២ ម៉ោង	ស្វែងយល់ពីការទម្លាក់ពូនមាន់	៣០
៩: ជំងឺមាន់	២ ម៉ោង	អាចកត់សំគាល់មាន់មានជំងឺ	៣៣
១០:ចំណេះដឹងក្នុងការចិញ្ចឹមមាន់	២ ម៉ោង	កំណត់បានពីលក្ខណៈទូទៅរបស់មាន់	៣៩

៤. ការវាយតម្លៃ

ការវាយតម្លៃមាន២ផ្នែកសំខាន់ៗ។ មួយផ្នែកជាការវាយតម្លៃនៅចុងបញ្ចប់នៃម៉ូឌុលនីមួយៗ និងជាវិញ្ញាសាសរសេរដែលយើងត្រូវបញ្ចូលនៅផ្នែកខាងចុង ម៉ូឌុល ។ ផ្នែកមួយទៀតជាការវាយតម្លៃទៅលើឥរិយាបថសិស្សដោយគ្រូជាអ្នកសង្កេតផ្ទាល់រៀងរាល់ថ្ងៃហើយដាក់ពិន្ទុ។ វិធីវាយតម្លៃទាំងពីរចំណុចនេះមានសារៈសំខាន់ក្នុងការវាស់ចំណេះដឹង និងឥរិយាបថរបស់សិស្សម្នាក់ៗ ។ ចំពោះការវាយតម្លៃសិស្សនេះយើងគិតពិន្ទុ ៥០ ស្មើទៅនឹងមុខវិជ្ជា មួយចំនួនផងដែរ គឺយើងឱ្យពិន្ទុ ៣៥ ទៅលើឥរិយាបថ និងពិន្ទុ ១៥ ទៅលើវិញ្ញាសាសរសេរ។

នៅតាមមេរៀននីមួយៗ គ្រូទុកពេលឱ្យសិស្សពិភាក្សាក្រុមតូចឱ្យបានច្រើន នៃចំណុចសំខាន់ៗនៅពាក់កណ្តាលមេរៀននីមួយៗ។ កំឡុងពេលសិស្សពិភាក្សាក្រុមតូច ជាពេលវេលាដែលគ្រូអាចសង្កេតឥរិយាបថសិស្សក្នុងការដាក់ពិន្ទុ។ ជាការល្អគ្រូគួរដាក់ពិន្ទុឥរិយាបថសិស្សចាប់ពីមេរៀនទី ៦ តទៅ។

៥. ឯកសារបន្ថែម

ផ្នែកនេះផ្តល់នូវព័ត៌មានរួមសម្រាប់គ្រូប្រើប្រាស់ រួមទាំងផ្ទាំងរូបភាពសម្រាប់គ្រូប្រើប្រាស់នៅក្នុងមេរៀននេះ។

មេរៀនទី ១: ការជ្រើសរើសទីកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់

🕑 រយៈពេលបង្រៀនៈ ២ ម៉ោង

☑ ការត្រៀមលក្ខណៈ

មុនពេលបង្រៀនលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ

- អាន និងពិនិត្យមេរៀនដោយហ្មត់ចត់ និងធ្វើកិច្ចតែងការបង្រៀន
- ពិនិត្យមើលឯកសារសិស្ស ដើម្បីចង់ដឹងថាតើមានព័ត៌មាន និងសំណួរ សម្រាប់សកម្មភាពត្រូវនឹងការបង្រៀនដែរឬទេ ?
- សរសេរសំណួរសិក្សាលើក្ដារខៀន ឬនៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំ។ ប្រសិនបើសិស្សមានសៀវភៅ គេអាចមើលព័ត៌មាននេះនៅក្នុងសៀវភៅរបស់គេបាន
- មើលកាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- រៀបចំបន្ទប់រៀន (តុ កៅអី ក្ដារខៀន...)

📖 សម្ភារឧបទេស ធនធាន ដែលត្រូវការ

- ដីស ហ្វឺតសរសេរក្ដារខៀន
- ខ្សែ ម៉ែត្រ ចបកាប់ រនាស់ កាំបិត។ល។

☼ វត្ថុបំណងៈ

នៅពេលរៀនមេរៀននេះចប់សិស្សទាំងអស់អាច ៖

១.សិស្សអាចយល់ដឹង អំពីកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់

២.សិស្សនឹងអាចជ្រើសរើសទីកន្លែងបានសមស្រប។

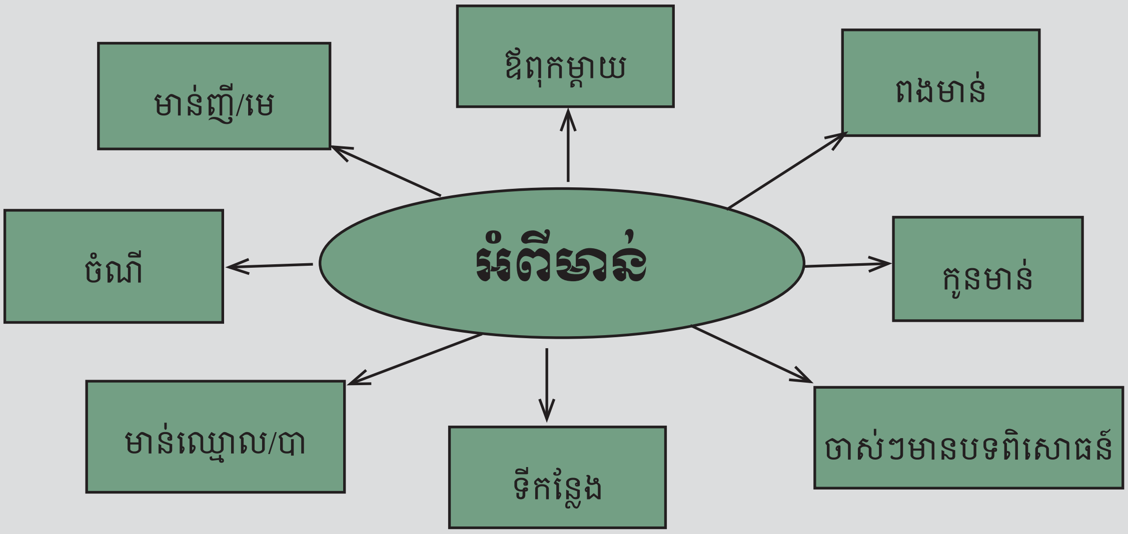
ចំណងជើងមេរៀនទី ១ៈការជ្រើសរើសទីកន្លែងៈ 🕑 ៣០ នាទី

សេចក្ដីផ្ដើមៈ

សរសេរចំណងជើងមេរៀននៅលើក្ដារខៀន រួចគូសរង្វង់ជុំវិញចំណងជើងមេរៀន។ បន្ទាប់មកគ្រូសួរសិស្សហើយឱ្យសិស្សឡើងមកក្ដារខៀនម្នាក់ម្ដងៗ ដើម្បីសរសេរយោបល់របស់គេនៅជុំវិញចំណងជើងមេរៀន អំពីខ្លឹមសារសំខាន់ៗដែលមានទំនាក់ទំនងទៅនឹងមេរៀន។ ធ្វើរបៀបនេះ ដើម្បីឱ្យថ្នាក់រៀនមានសកម្មភាព និងឱ្យសិស្សមានភាពក្លាហានក្នុងការបញ្ចេញយោបល់ ។

ដើម្បីឱ្យការងារសម្រេចបានជោគជ័យ តើមានអ្នកណាខ្លះចូលរួមក្នុងការជ្រើសរើសកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់ ?

គ្រូសរសេរចម្លើយរបស់សិស្សនៅលើក្ដារខៀន



ពន្យល់សិស្សថា យើងមានកម្មវិធីចញ្ចឹមមាន់នៅក្នុងសាលារៀន ដូច្នេះយើងត្រូវជ្រើសរើសទីកន្លែងចញ្ចឹមមាន់។
ទីកន្លែងសម្រាប់ចិញ្ចឹមមាន់គឺៈ ដីទួលស្រឡះមានធាតុអាកាសល្អ មានដើមឈើខ្លះៗ (មិនរាលពេកមិនស្រឡះពេក) ទីកន្លែងដែលត្រូវជ្រើសរើស ស្ថិតនៅមិនឆ្ងាយពីផ្លូវដើរ ជាកន្លែងមានសុវត្ថិភាព។

លោកគ្រូ/អ្នកគ្រូឱ្យក្រុមសិស្ស ពិនិត្យមើលទីធ្លាក្នុងសាលារៀន ដើម្បីកំណត់ទីតាំងចញ្ចឹមមាន់ តើជ្រើសរើសនៅកន្លែងណា?
ដូច្នេះ ដើម្បីឱ្យកាន់តែច្បាស់ យើងទៅមើលទីកន្លែងផ្ទាល់ទាំងអស់គ្នាឱ្យបាន ២ ឬ ៣ កន្លែងរួចយើងធ្វើការវាយតម្លៃប្រៀបធៀបមើល តើកន្លែងណាមួយវាសមស្របជាងគេ? ហើយយកម៉ែត្រ ខ្សែ កាំបិត និងពូថៅទៅជាមួយផង។

សកម្មភាពសំខាន់។

🕑 ៤០ នាទី

គ្រូដឹកនាំសិស្សចុះទៅពិនិត្យជាក់ស្ដែងចំនួន ២ ឬ ៣ កន្លែង ហើយពិភាក្សាផ្ទាល់នៅទីនោះតែម្ដង។ កន្លែងដែលសម្រេចយកគឺៈ កត់ត្រាទុកក្នុងសៀវភៅ ឬក្រដាស់រ៉ាម
- កន្លែងមានសុវត្ថិភាព(ងាយស្រួលការពារ)
- ជិតប្រភពទឹក
- ជាដីមិនលិចទឹកនៅរដូវវស្សា
- ដីនៅមិនឆ្ងាយពីផ្លូវដើរ
- មានដើមឈើខ្លះៗ(ដើម្បីឱ្យមាន់ជ្រកម្លប់នៅពេលថ្ងៃ)

យកម៉ែត្រវាស់ទៅតាមទំហំដែលបានពិភាក្សា រួចបោះបង្គោលនិងចងខ្សែចំណាំទុក។ ហើយនាំសិស្សត្រឡប់ចូលថ្នាក់វិញ។ កំឡុងពេលសិស្សចុះពិនិត្យមើលកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់គ្រូត្រូវសង្កេត ឥរិយាបថសិស្សក្នុងការដាក់ពិន្ទុ។

បញ្ចប់មេរៀន ៖

🕑 ២០ នាទី

ឱ្យសិស្សយកសៀវភៅកត់ត្រាចម្លើយខាងលើ និងសំណួរនៅលើក្ដារខៀន ។ ដើម្បីឱ្យចម្លើយកាន់តែច្បាស់ត្រូវសាកសួរពីឪពុកម្ដាយ ឬជាមួយអ្នកជិតខាង។

សរសេរសំណួរនៅលើក្ដារខៀន(ឱ្យសិស្សយកទៅធ្វើនៅផ្ទះ)

តើកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់ត្រូវមានសភាពដូចម្ដេច ដើម្បីឱ្យការចិញ្ចឹមមានលក្ខណៈសមស្រប?

តើត្រូវជ្រើសរើសទីកន្លែងដូចម្ដេចដើម្បីឱ្យការចិញ្ចឹមមាន់មានសុវត្ថិភាព?

បណ្តាំផ្ញើ
- ទីកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់ រកដីទួល
- មានពន្លឺថ្ងៃចាំងចូលដល់ក្នុងទ្រុង
- ជាការល្អត្រូវមានសំណាញ់ព័ទ្ធជុំវិញដើម្បីកុំឱ្យមាន់ដើរសេរី ពិបាកក្នុងការតាមដានពេលមាន់មានជំងឺការព្យាបាលនិងផ្តល់វ៉ាក់សាំង។
- ងាយស្រួលក្នុងការសម្អាតទ្រុង
- សម្អាតដោយបាចកំបោរ ក្នុងរវាង ៣ ខែម្តង
- ផ្ទៃក្រឡាទ្រុង គិតមាន់ ៣ ក្បាលក្នុង ១ ម២
- ប្រសិនបើមានព្រៃ ត្រូវកាប់ឆ្ការឱ្យវាល ដើម្បីជៀសវាងសត្វពីព្រៃមកស៊ីមាន់។

ល្បែងសិក្សា ៖ ទូកយើងលិចហើយ

🕑 10 នាទី

ឱ្យសិស្សទាំងអស់ឈរនៅកណ្តាលថ្នាក់ ដោយរុញតុទៅកៀនជញ្ជាំងទាំងអស់ ឬឈរនៅកណ្តាលវាលក៏បាន។ មានសិស្សម្នាក់ឈរនៅកណ្តាលក្នុងចំណោមសិស្សទាំងអស់នោះ ជាអ្នកបញ្ជា ។ បន្ទាប់មកសិស្សជាអ្នកបញ្ជានោះ ក៏ស្រែកឡើងថា "**ទូកយើងលិចហើយជិះបានតែ ៤នាក់ទេ**" ក្រោយមកសិស្សទាំងអស់ត្រូវរត់ទៅផ្តុំគ្នាត្រឹមតែ ៤ នាក់/១ក្រុម ហើយអ្នកបញ្ជាដើរត្រួតពិនិត្យមើល បើក្រុមណាមួយលើសឬខ្វះពីចំនួនខាងលើ ត្រូវដកចេញពីក្រុមធំមិនឱ្យលេងតទៅទៀតទេ រង់ចាំពិន័យនៅទីបញ្ចប់ ។ បន្ទាប់មកអ្នកបញ្ជាក៏ស្រែកម្តងទៀតថា "**ទូកយើងលិច ហើយជិះបានតែ ៥នាក់ទេ**" អ្នកដែលឈរជាក្រុមពីមុន ត្រូវរំសាយហើយរត់ទៅផ្តុំជាក្រុម៥នាក់/ក្រុម ហើយអ្នកបញ្ជា ដើរមើលបើក្រុមណាលើសឬខ្វះចំនួននោះ ត្រូវដកចេញឈប់ឱ្យលេងរង់ចាំពិន័យ។ បន្ទាប់មកទៀតអ្នកបញ្ជាក៏ស្រែកឡើងដូចមុនដែរ តែដូរចំនួនសិស្សក្នុង ១ ក្រុម ហើយអ្នកផ្សេងក៏ធ្វើដូចមុនដែរ គឺឈរទៅតាមចំនួនរបស់អ្នកបញ្ជា។ ការធ្វើរបៀបនេះ ឱ្យបានពី ៤ ទៅ ៥ ដងទើបឈប់។

នៅទីបញ្ចប់អ្នកបញ្ជាត្រូវសួរទៅក្រុមធំថា តើត្រូវពិន័យអ្វីទៅលើអ្នកដែលចាញ់ បន្ទាប់មកអ្នកទាំងនោះក៏ឆ្លើយឡើងថា: សុំឱ្យច្រៀង សុំឱ្យរាំ ឬធ្វើសកម្មភាពផ្សេងៗ... ហើយអ្នកដែលចាញ់ទាំងនោះត្រូវធ្វើទៅតាមសំណូមពររបស់ក្រុមដែលទទួលជោគជ័យ។

លុះដល់ពិន័យចប់ហើយ ទើបឱ្យសិស្សទាំអស់ចូលអង្គុយតាមកន្លែងរៀងខ្លួនវិញ។ សូមបញ្ជាក់ថាល្បែងនេះគេយកមកលេង ភាគច្រើននៅពេលដែលចាប់ផ្តើមថ្ងៃបើកវគ្គដំបូង ដើម្បីបង្កើនភាពស្និទ្ធស្នាល ពីព្រោះថ្ងៃបើកវគ្គដំបូងនេះសិក្ខាកាមមិនទាន់ស្គាល់គ្នាជិតស្និទ្ធទេ។

មេរៀនទី ២: របៀបសង់ទ្រុងមាន់

🕑 រយៈពេលបង្រៀនៈ ២ ម៉ោង

☑ ការត្រៀមលក្ខណៈ

មុនពេលបង្រៀនលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ

- អាន និងពិនិត្យមេរៀនដោយហ្មត់ចត់ និងធ្វើកិច្ចតែងការបង្រៀន
- ពិនិត្យមើលឯកសារសិស្ស ដើម្បីចង់ដឹងថាតើមានព័ត៌មាន និងសំណួរ សម្រាប់សកម្មភាពគ្រូវ នឹងការបង្រៀនដែរឬទេ ?
- សរសេរសំណួរសិក្សាលើក្តារខៀន ឬនៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំ។ ប្រសិនបើសិស្សមានសៀវភៅ គេអាចមើលព័ត៌មាននេះនៅក្នុងសៀវភៅរបស់គេបាន
- មើលកាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- រៀបចំបន្ទប់រៀន (តុ កៅអី ក្តារខៀន...)

📖 សម្ភារឧបទេស ធនធាន ដែលត្រូវការ

- ដីស ហ្វឺតសរសេរក្តារខៀន
- កាំបិត ពូថៅ ដែកគោល ឬស្សី ម៉ែត្រ ។ល។
- សន្លឹកអ៊ុតទី ១ (ការចិញ្ចឹមមាន់)

☼ វត្ថុបំណង:

នៅពេលរៀនមេរៀននេះចប់សិស្សទាំងអស់អាច ៖

- កំណត់ពីទំហំទ្រុងមាន់ដែលត្រូវសាងសង់គឺ ៣ក្បាល/ម២
- ស្វែងយល់ពីអត្ថប្រយោជន៍របស់ទ្រុងមាន់ និងសង់ទ្រុងមាន់បានដោយខ្លួនឯង

រំឭកមេរៀនទី ១

🕑 ១០ នាទី

✋ ពិនិត្យមើលវត្តមានរួច ប្រមូលកិច្ចការសិស្សមកកែ

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូពិភាក្សាសំណួរជាមួយសិស្សដូចខាងក្រោម៖

❓ តើកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់ត្រូវមានសភាពដូចម្តេច ដើម្បីឱ្យការចិញ្ចឹមមានលក្ខណៈសមស្រប ?

សិស្សនាំគ្នាឆ្លើយ:

ទីកន្លែងសម្រាប់ចិញ្ចឹមមាន់គឺ: ដីទួល ស្រឡះ ជាតុអាកាសល្អ មានដើមឈើខ្លះៗ(មិនវាលពេកមិនស្រឡះពេក)

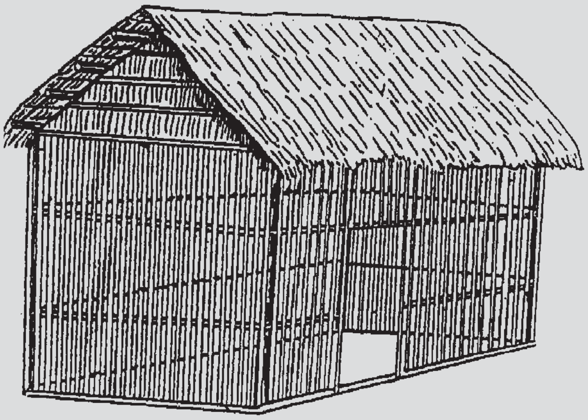
ទីកន្លែងដែលត្រូវជ្រើសរើស ស្ថិតនៅមិនឆ្ងាយពីផ្លូវដើរ ជាកន្លែងមានសុវត្ថិភាព។

តើត្រូវជ្រើសរើសទីកន្លែងដូចម្តេចដើម្បីឱ្យការចិញ្ចឹមមាន់មានសុវត្ថិភាព ? សិស្សឆ្លើយ:

- កន្លែងមានសុវត្ថិភាពគឺ:
- ជិតប្រភពទឹក
- ជាដីមិនលិចទឹកនៅរដូវវស្សា
- ដីនៅមិនឆ្ងាយពីផ្លូវដើរ
- មានដើមឈើខ្លះៗ(ដើម្បីឱ្យមាន់ជ្រកម្លប់នៅពេលថ្ងៃ)

ចំណាងជើងមេរៀនទី ២: របៀបសង់ទ្រុងមាន់ ⌚ ៤០ នាទី

ថ្ងៃនេះរៀនពីរបៀបសង់ទ្រុងមាន់: គ្រូឱ្យសិស្សគូររូបតាមការនឹកឃើញអំពីទ្រុងមាន់



✋ ចែកសន្លឹកអុិតទី ១ ដល់សិស្សទាំងអស់ពិនិត្យមើលលំនាំសាងសង់ទ្រុងមាន់

◈ តើការសង់ទ្រុងមាន់ត្រូវធ្វើនៅលើទីតាំងមានលក្ខណៈដូចម្តេច?

គួរសង់ទ្រុងនៅលើដីទួលដែលមានខ្យល់ចេញចូលបានល្អ មិនសើម មិនលិចទឹក និងមិនឆ្ងាយពីផ្ទះ តែមិនឱ្យជាប់និងផ្ទះទេ។ ទ្រុងមាន់ត្រូវតែមានដំបូល និងជញ្ជាំងការពារកំដៅ និងភ្លៀងឱ្យបានល្អព្រមទាំងរៀបចំឱ្យមានធ្នើរសម្រាប់ ដាក់សំបុកឱ្យមាន់ពង និងទ្រនំសម្រាប់ឱ្យមាន់ដេក ផ្សេងពីកន្លែងពង។

តើការសាងសង់ទ្រុងមាន់មានអត្ថប្រយោជន៍អ្វីខ្លះ?

ការសាងសង់ទ្រុងមាន់មានអត្ថប្រយោជន៍ដូចជាៈ

- មាន់ក្រាបពង និងភ្ញាស់កូនទទួលផលបានល្អ
- ងាយស្រួលក្នុងការសម្អាត និងធ្វើអនាម័យ
- កាត់បន្ថយនៅពេលដែលមាន់ឡើងទ្រនំវាប៉ះទង្គិចគ្នា
- កាត់បន្ថយនូវជំងឺផ្សេងៗ
- ងាយស្រួលក្នុងការប្រមូលលាមកសម្រាប់យកមកធ្វើជី
- កាត់បន្ថយការបាត់បង់ដោយចោរលួច ឬសត្វស៊ី (ឆ្កែ ស្កា សំពោច...)
- ងាយស្រួលក្នុងការចាប់មាន់យកមកចាក់វ៉ាក់សាំង
- ងាយស្រួលក្នុងការតាមដានជំងឺ និងព្យាបាល(ទម្លាក់ព្រូន)
- ងាយស្រួលក្នុងការចាប់យកទៅលក់ ដូច្នេះបើចង់ចិញ្ចឹមមាន់ ចាំបាច់ត្រូវធ្វើទ្រុងឱ្យវា។

◈ តើរបៀបសង់ទ្រុងមាន់ត្រូវមានសភាពដូចម្តេច?

របៀបសង់ទ្រុងមាន់ត្រូវមានសភាពដូចខាងក្រោមៈ

- ទ្រុងមាន់សង់បណ្តោយថ្ងៃ ពីកើតទៅលិច(បើអាចធ្វើបាន)
- ទ្រុងគួរមានកំពស់ ១២០ស.ម និងត្រូវមានជញ្ជាំង និងដំបូលសម្រាប់ការពារកំដៅថ្ងៃ ភ្លៀង

- គួរមានកន្លែងដេក នៅផ្សេងពីកន្លែងពង និងកន្លែងរស់នៅ
- កម្រាលរនាបធ្នើរឱ្យមាន់ដេកឃ្លាតពីគ្នា ២-៣ សម ស្ថិតនៅខ្ពស់ពីដី ហើយមិនត្រូវដាក់សំបុកពីក្រោមឡើយ
- នៅជុំវិញទ្រុង គួរតែដាំល្ហុងប្រេងដើម្បីធ្វើជាម្លប់ និងផ្លែជ្រុះមកដីបានមាន់កាយស៊ី។

តើត្រូវរៀបចំទ្រុងមាន់មានលក្ខណៈដូចម្ដេចខ្លះ?
ទ្រុងមាន់ត្រូវរៀបចំឱ្យស្អាត(ស្ងួត មានដំបូល មានជញ្ជាំង)មានធ្នើរ ឬបង្គងសម្រាប់ឱ្យវាទុំដេក ហើយជៀសវាង មិនឱ្យវាដេកពីលើ ឬពីក្រោមគ្នាឡើយ ដែលជាហេតុបណ្ដាលនាំឱ្យឆ្លងជំងឺ។

តើការរៀបចំសំបុកឱ្យមាន់ពងត្រូវធ្វើដូចម្ដេច?
មេមាន់ក្នុងស្រុក ត្រូវការរៀបចំសំបុកឱ្យវាពង៖
- សំបុកអាចរៀបជាថ្នាក់ៗ តែត្រូវមានជញ្ជាំងខ័ណ្ឌ ដើម្បីកុំឱ្យវាចឹកគ្នា ។
- មេមាន់ក្រាបនៅពេលដែលវាពងបានចំនួន ៨-១២ ពងរយៈ ២១ថ្ងៃទើបញាស់។
- សំបុកត្រូវធ្វើមុននៅពេលមាន់រកពង ។
- សំបុកត្រូវធ្វើពីរបស់ដែលស្ងួតដូចជា ស្លឹកចេក ចំបើង រុំជារង្វេលដាក់ក្នុងធុង បង្គី ឬឡាំង
- សំបុកដែលសមស្របតាមបច្ចេកទេសត្រូវមានទទឹង ៣០ សម បណ្ដោយ ៤០ សម និងកំពស់ ៤០ សម ដាក់ភ្ជាប់ទៅនឹងជញ្ជាំង។

គ្រូពន្យល់ចំណុចសំខាន់ៗ ឬ ប្រាប់សិស្សនៅក្នុងថ្នាក់ថា៖
ការសាងសង់ទ្រុងមាន់មានច្រើនរបៀប អាស្រ័យទៅតាមគោលបំណង និងធនធានរបស់អ្នកចិញ្ចឹម។ គេអាចសង់ទ្រុងមាន់អំពីសម្ភារៈ ដែលមានស្រាប់នៅក្នុងមូលដ្ឋានដូចជា កូនឈើ ឬស្សី ស្លឹកត្នោត វល្លិ/រំពាក់ ស្បូវ ។ល។ សម្ភារៈទាំងនេះងាយស្រួលរក ហើយចំណាយប្រាក់អស់តិចតួចទៀតផង ។

សកម្មភាពសំខាន់។ ៣០ នាទី

យកម៉ែត្រវាស់ និងបោះបង្គោលដែលយើងបានកំណត់រួចជាស្រេច។
បណ្ដោយ ៦ ម៉ ទទឹង ៤ ម និងកំពស់ ១.២០ ម
ចូលរួមសាងសង់ទ្រុងមាន់ជាមួយសិស្ស ដើម្បីអនុវត្តឱ្យបានត្រឹមត្រូវ។

បញ្ចប់មេរៀន ១០ នាទី

សិស្សទាំងអស់យកសៀវភៅកត់ត្រាខ្លឹមសារមេរៀននិងសំណួរនៅលើក្ដារខៀន។ បន្តសាងសង់នៅថ្ងៃបន្ទាប់ រៀបចំឱ្យហើយស្រេច ទើបយកមាន់មកដាក់។

១. តើរបៀបសង់ទ្រុងមាន់ត្រូវមានសភាពដូចម្ដេច?
២. តើត្រូវរៀបចំទ្រុងមាន់មានលក្ខណៈដូចម្ដេចខ្លះ?

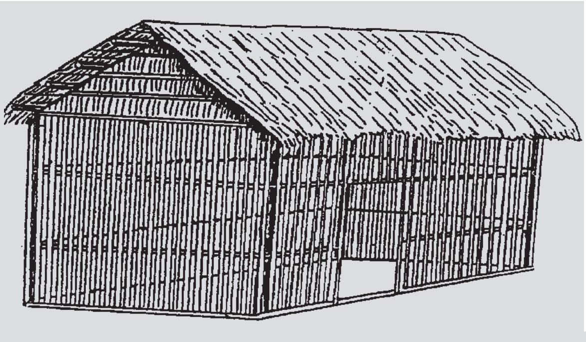
បណ្ដាំផ្ញើៈ
- បើចិញ្ចឹមមាន់ ចាំបាច់ត្រូវធ្វើទ្រុង ព្រោះងាយស្រួលតាមដាន អាចដាក់បាន ៥ក្បាលក្នុង១ម៉ែត្រការ៉េ
- កន្លែងចិញ្ចឹមត្រូវមានម្លប់ សម្រាប់ឱ្យមាន់ជ្រកនៅពេលថ្ងៃ នឹងដាំល្ហុងប្រេងនៅក្បែរនោះ ជាការល្អ ប្រសើរ។

ការវាយតម្លៃ:

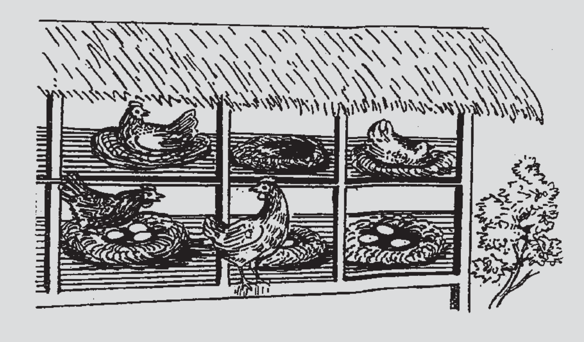
- តើការសង់ទ្រុងមាន់ មានសភាពដូចម្តេច?
- ហេតុអ្វីបានជាយើងរៀបចំកន្លែងឱ្យមាន់ដេក នៅផ្សេងពីកន្លែងមាន់ពង?
- តើក្នុង ១ ម៉ែត្រការ៉េ អាចដាក់មាន់ចិញ្ចឹម(មាន់ស្រុក)បានប៉ុន្មានក្បាល?
- តើការសង់ទ្រុងមាន់មានសារប្រយោជន៍អ្វីខ្លះ?

ល្បែងសិក្សា: ល្បែងរារបង្គង ១០ នាទី

ឱ្យសិស្សទាំងអស់ឈរជារង្វង់មូល នៅក្នុងថ្នាក់ ឬនៅក្រៅថ្នាក់ក៏បាន ហើយជ្រើសរើសអ្នកស្ម័គ្រចិត្តចំនួន១នាក់ មកឈរនៅកណ្តាល ក្នុងចំណោមសិស្សទាំងអស់។ បន្ទាប់មកយកក្រមាចងមុខ ១ នាក់នោះឱ្យជិត(មិនឱ្យមើលឃើញទេ) រួចហើយឱ្យសិស្សម្នាក់ដែលចងមុខនោះ ដើររាវរកអ្នកដែលឈរនៅជុំវិញ បើចាប់បានអ្នកណាមួយត្រូវយកក្រមាពីអ្នកមុនមកចងមុខអ្នកថ្មីវិញម្តង ហើយដើររាវរកចាប់អ្នកដែលឈរជុំវិញដូចមុនដដែល។ ផ្ទុយទៅវិញបើអ្នកចងមុខនោះចាប់គេមិនបានទេ នៅធ្វើសកម្មភាពរហូតដល់ឈប់លេង។



រូបទ្រុងមាន់



រូបសំបុកមាន់

មេរៀនទី ៣: របៀបចិញ្ចឹមមាន់

🕑 រយៈពេលបង្រៀន: ២ ម៉ោង

☑ ការត្រៀមលក្ខណៈ:

មុនពេលបង្រៀនលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ

- អាន និងពិនិត្យមេរៀនដោយហ្មត់ចត់ និងធ្វើកិច្ចតែងការបង្រៀន
- ពិនិត្យមើលឯកសារសិស្ស ដើម្បីចង់ដឹងថាតើមានព័ត៌មាន និងសំណួរ សម្រាប់សកម្មភាពគ្រូវ នឹងការបង្រៀនដែរឬទេ?
- សរសេរសំណួរសិក្សាលើក្តារខៀន ឬនៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំ។ ប្រសិនបើសិស្សមានសៀវភៅ គេអាចមើល ព័ត៌មាននេះនៅក្នុងសៀវភៅរបស់គេបាន
- មើលកាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- រៀបចំបន្ទប់រៀន (តុ កៅអី ក្តារខៀន...)

📖 សម្ភារឧបទេស ធនធានដែលត្រូវការ

- ឯកសារណែនាំសម្រាប់គ្រូ កិច្ចតែងការ កាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- សៀវភៅសិស្ស ជាជម្រើសដែលគ្រូត្រូវការប្រើបើចាំបាច់។
- ដីស ហ្វឺតសរសេរក្តារខៀន

☼ វត្ថុបំណង:

នៅពេលរៀនមេរៀននេះចប់សិស្សទាំងអស់អាច ៖

- អនុវត្តការចិញ្ចឹមមាន់ដោយខ្លួនឯង
- ស្វែងយល់ពីរបៀបថែរក្សាមាន់បានល្អ

រំឭកមេរៀនទី ២: របៀបសង់ទ្រុងមាន់ 🕑 ១០ នាទី

លោកគ្រូ/អ្នកគ្រូពិនិត្យវត្តមាន រួចប្រមូលកិច្ចការសិស្សមកកែ បន្ទាប់មកជាមួយសិស្សដូចមានសំណួរខាងក្រោម៖

◈ តើរបៀបសង់ទ្រុងមាន់ មានសភាពដូចម្តេច? សិស្សនាំគ្នាឆ្លើយ:

របៀបសង់ទ្រុងមាន់មានសភាពដូចខាងក្រោម:

- ទ្រុងមាន់សង់បណ្តោយថ្ងៃ ពីកើតទៅលិច(បើអាចធ្វើបាន)
- ទ្រុងគួរមានកំពស់ ១២០ស.ម និងត្រូវមានជញ្ជាំង និងដំបូលសម្រាប់ការពារកំដៅថ្ងៃ ភ្លៀង
- កម្រាលរនាបធ្មើរឱ្យមាន់ដេកឃ្លាតពីគ្នា ២-៣ សម ស្ថិតនៅខ្ពស់ពីដី ហើយមិនត្រូវដាក់សំបុកពីក្រោមឡើយ។
- នៅជុំវិញទ្រុងគួរតែដាំល្ហុងប្រេង ដើម្បីធ្វើជាម្លប់ និងពេលផ្លែជ្រុះមកដីអាចបានជាចំណីមាន់។

តើត្រូវរៀបចំទ្រុងមាន់ឱ្យមានលក្ខណៈដូចម្តេចខ្លះ? សិស្សនាំគ្នាឆ្លើយ:

ទ្រុងមាន់ត្រូវរៀបចំឱ្យស្អាត(ស្ងួត មានដំបូល មានជញ្ជាំង) មានធ្មើរឬបង្គងសម្រាប់ឱ្យវាទុំដេក ហើយជៀសវាងមិនឱ្យដេកលើឬក្រោមគ្នាឡើយ។ គួររៀបចំកន្លែងដេក នៅផ្សេងពីកន្លែងពង។

ចំណងជើងមេរៀនទី៣: របៀបចិញ្ចឹមមាន់

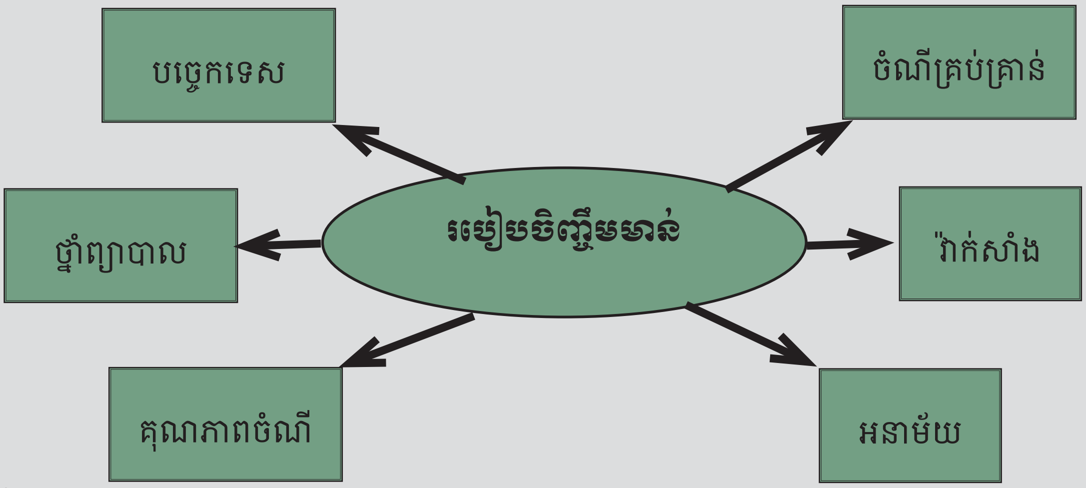
⏲ ៤០ នាទី

សេចក្តីផ្តើម

សរសេរចំណងជើងមេរៀនលើក្តារខៀន រួចគូសរង្វង់ជុំវិញចំណងជើងមេរៀន ។ បន្ទាប់មកគ្រូសួរសិស្សហើយឱ្យសិស្សឡើងមកក្តារខៀនម្នាក់ម្តងៗ ដើម្បីសរសេរយោបល់របស់គេនៅជុំវិញចំណងជើងមេរៀន អំពីខ្លឹមសារសំខាន់ៗដែលមានទាក់ទងនឹងមេរៀន ។ ធ្វើរបៀបនេះដើម្បីឱ្យថ្នាក់រៀនមានសកម្មភាព និងឱ្យសិស្សមានភាពក្លាហាន ក្នុងការបញ្ចេញយោបល់ ។

◈ តើការចិញ្ចឹមមាន់ ត្រូវការសម្ភារៈអ្វីខ្លះ?

គ្រូសរសេរចម្លើយរបស់សិស្សនៅលើក្តារខៀន



តើរបៀបផ្តល់ចំណីឱ្យមាន់មានប៉ុន្មានយ៉ាង?

ការផ្តល់ចំណី

ចំណីគ្រប់គ្រាន់មានន័យថាមាន់ស៊ីឆ្អែត ហើយមានគុណភាពស្របទៅតាមតម្រូវការសម្រាប់លូតលាស់ និងការរស់នៅ។ជាទូទៅមាន់ជំទង់ ១ ក្បាល ត្រូវការបរិមាណចំណីសរុបប្រហែល ១០០ក្រ ក្នុង១ ថ្ងៃ ។នៅពេលមាន់មានអាយុពី ១-១៥ ថ្ងៃដំបូង គួរផ្តល់ចំណី ៤-៥ ដងក្នុង១ថ្ងៃ លុះដល់ក្រោយមក អាចបន្ថយមកនៅត្រឹម ២-៣ដងវិញក្នុង១ថ្ងៃ។

ចំពោះកូនមាន់ដែលទើបនឹងញាស់ភ្លាមត្រូវបង្អត់អាហារវារយៈពេលយ៉ាងតិចបំផុត១២ម៉ោងព្រោះក្នុងខ្លួនរបស់វានៅមានសារជាតុនៃ ស៊ុតពណ៌លឿងដែលជាចំណីបម្រុងសម្រាប់ចិញ្ចឹមជីវិតនៅឡើយ។ ប្រសិនបើយើងរហ័សផ្តល់ចំណីឱ្យវាស៊ីពេកនោះបណ្តាលឱ្យវាអួលចំណីស្លាប់។ ចំណីសម្រាប់កូនមាន់ជាចំណីដែលងាយស្រួលលាយម៉ដ្ឋគ្រាប់ល្អិតៗ ដូចជា: កន្ទក់ ចុងអង្ករ ពោតកិន ជាដើម ។

ចំណីសម្រាប់មាន់គួរដាក់នៅក្នុងស្នូក៍ហើយលាយចូលគ្នានូវប្រភេទចំណីជាតិអង្ករជាតិសាច់ជាតិបន្លែបៃតងនិងអំបិលបន្តិចផង " ។ អ្នកចិញ្ចឹមគួរផ្លាស់ប្តូរទម្លាប់ ពីការឱ្យស្រូវ អង្ករដោយបាចឱ្យស៊ីចំណី ទៅជាអាហារលាយផ្សំរួចស្រេចដូចជា ចុងអង្ករ បន្លែពណ៌បៃតង គ្រក្ងន/ចកបាយទាវិញ ព្រោះវាអាចជួយសន្សំ ក៏ដូចជាកាត់បន្ថយនូវការចំណាយរបស់អ្នកទៅលើចំណី ហើយវាក៏អាចជួយឱ្យមាន់របស់អ្នកមានការលូតលាស់ឆាប់រហ័ស និងមានសុខភាពល្អ។ យើង អាចប្រើប្រាស់បរិមាណ អង្ករ/ចុងអង្ករ ស្រូវឬកន្ទក់ស្មើនឹងបរិមាណបន្លែសម្រាប់ផ្តល់ឱ្យមាន់ធំ។

- ការចិញ្ចឹមមាន់មាន ២ របៀប

១. ចំពោះកូនមាន់: មាន ២របៀបគឺ ដោយមេបណ្តើរកូន និងតាមរបៀបធ្វើអាជីវកម្ម ។

- ចិញ្ចឹមដោយមេបណ្ដើរៈមេមាន់ក្នុងស្រុកជួយកូនវាក្នុងការរកចំណីការពារមានភ្លៀងខ្យល់ការពារសត្វដទៃទៀតមកយាយីកូនរបស់វា ពេលកូនមានអាយុពី ៣-៤ ខែ មេមាន់ឈប់បណ្ដើរកូនរួចចាប់ផ្ដើមពងសាជាថ្មី ។

- នៅពេលដែលកូនលើកក្រោយមានអាយុ១ឬ២ថ្ងៃយើងប្រមូលផ្ដុំតាមរបៀបធ្វើអាជីវកម្មវិញប្រសើរជាងចំពោះកូនមាន់ត្រូវមានភ្លើងជួយជាកំដៅឱ្យវាផង។ ធ្វើរបៀបនេះមេមាន់ឆាប់រកឈ្មោល និងពងបន្តទៀត។

២.ចំពោះមាន់ជំទង់: ចាប់ពីកូនមាន់អាយុបាន២ខែឡើងទៅមិនត្រូវការកំដៅទៀតឡើយ។ លក្ខណៈញីឈ្មោលក៏បង្ហាញឱ្យឃើញច្បាស់ថា មាន់ឈ្មោលភាគច្រើនឆាប់ធំជាងមាន់ញី។ ពេលនេះត្រូវបំបែកការចិញ្ចឹមមាន់ញីចេញពីមាន់ឈ្មោល (ចំពោះការចិញ្ចឹមពូជមាន់បរទេស ឬចិញ្ចឹមទុកពូជ)។ ប៉ុន្ដែបើចិញ្ចឹមមាន់យកសាច់វិញអាចចិញ្ចឹមរហូត ដល់ ១០-១២ សប្ដាហ៍ ដែលធំល្មមអាចលក់បាន។

- ការចិញ្ចឹមរបៀបធ្វើអាជីវកម្មៈ ត្រូវមានអនាម័យ មានរាំងសាំងការពារ និងចំណីផ្សំទៅតាមបច្ចេកទេសទីកន្លែងស្រឡះមានខ្យល់ចេញចូលសមស្រប ។

-តើរៀបចំកន្លែងក្រៅទ្រុងដូចម្ដេច? នៅក្នុងទ្រុងមាន់ត្រូវបោសសម្អាត ឱ្យបានញឹកញាប់ ជៀសវាងកើតស្រមើលនិងជំងឺផ្សេងៗ។ ចំណែកឯនៅខាង ក្រៅទ្រុងវិញ ត្រូវជីករណ្ដៅនិងដាក់សំរាមធ្វើជាកំប៉ុស្ដមាន់ ពីព្រោះមាន់ចូលចិត្តកកាយរកចំណីបន្ថែមតាមទីកន្លែងផ្សេងៗ។ ប្រសិនបើនៅជិតៗផ្ទះគ្មានកន្លែងឱ្យវាកាយទេ វានឹងដើរទៅឆ្ងាយពីផ្ទះដែលនាំឱ្យបាត់បង់ដោយ កត្តាផ្សេងៗ។ ដូច្នេះអ្នកគួររៀបចំកន្លែងឱ្យមាន់សម្រាប់កាយដែលហៅថា កំប៉ុស្ដមាន់។

- ស្នូកទឹក និងស្នូកចំណីៈ

នៅក្នុងទ្រុងឬក្បែរទ្រុង ត្រូវមានស្នូកទឹកនិងស្នូកចំណីសម្រាប់ដាក់ទឹក និងចំណីឱ្យបានស្អាតល្អ។ ពីព្រោះការឱ្យចំណីនៅលើដីវាងាយនឹងទទួលជំងឺផ្សេងៗជាពិសេសពពួកព្រូន។ស្នូកទឹកនិងស្នូកចំណីធ្វើពីបំពង់ឬស្សីកាត់ជាកង់ៗត្រូវឱ្យមានថ្នាំងនៅចុងសងខាង រួចយើងពុះនៅត្រង់សាច់កណ្ដាល ១ចំហៀងតែមិនឱ្យដាច់ថ្នាំងសងខាងឡើយដើម្បីជួយទប់ចំណីកុំឱ្យកំពប់។ នៅពេលដាក់ចំណីក្នុងស្នូក កុំឱ្យលើសពីពាក់កណ្ដាលស្នូក ជៀសវាងចំណីកំពប់ ។សម្រាប់មាន់ធំស្នូកទឹក និងស្នូកចំណី ត្រូវព្យួរនៅជញ្ជាំងទ្រុង ឱ្យផុតពីដីកំពស់ ១០ សម ។ មាន់ធំ ៤ក្បាលត្រូវការទឹកស្អាត ១លីត្រ ក្នុង ១ថ្ងៃ ។ ស្នូកទឹកនិងស្នូកចំណី សម្រាប់មាន់ធំនួន ១០ក្បាល គួរមានប្រវែង ១.៥០ម ត្រូវសម្អាតរាល់ថ្ងៃហើយ ឧស្សាហ៍ដាក់ទឹក បើកន្លែងនោះសើមពេកគួរតែប្ដូរទៅកន្លែងផ្សេង តែកុំប្ដូរឱ្យឆ្ងាយលើសពី ៣-៥ម ពីកន្លែងដើម ។ នៅរដូវប្រាំង ចំពោះទឹកត្រូវត្រាំសំបកគរ ស្ដៅ វល្លិពេជ្រ ។ល។ ដើម្បីការពារជំងឺដែលនឹងអាចកើតមានដូចជាៈ អាសន្នរោគ ទល់លាមក ជាដើម។

👄 ពន្យល់ចំណុចសំខាន់ៗ ឬ ប្រាប់សិស្សនៅក្នុងថ្នាក់:

បច្ចេកទេសចិញ្ចឹមមាន់តាមធម្មជាតិ ជាការអនុវត្តដោយបានប្រមូលផ្ដុំ នូវទម្លាប់ចិញ្ចឹមតាមយថាផលនិងបច្ចេកទេសសាមញ្ញៗ ដើម្បីឱ្យមាន់មានសុខភាពល្អ លូតលាស់បានលឿន និងមិនសូវមានការបាត់បង់។ តាមរយៈការចិញ្ចឹមនេះ យើងបានចំណាយថវិកាតិចតួចបំផុត លើការប្រើប្រាស់នូវធនធាន ពូជមាន់ ចំណី និងថ្នាំការពារ។

នៅពេលមាន់រកពងយើងរៀបចំសំបុកឱ្យមេមាន់គ្រប់ៗក្បាល ដោយដាក់ថ្នាំជក់ឬស្លឹកស្ដៅនៅបាតសំបុកដើម្បីការពារស្រមើល ។

- ពេលមាន់ក្រាប ឧស្សាហ៍បង្វិលពង ដើម្បីឱ្យវាទទួលកំដៅស្មើគ្នា ពងទាំងនោះនឹងញាស់ស្មើគ្នាដែរ។
- នៅរដូវប្រាំងធ្វើសំបុកឱ្យស្តើង រដូវវស្សាត្រូវធ្វើសំបុកឱ្យក្រាស់ និងជ្រៅ
- ធ្វើអនាម័យសម្អាតទ្រុង ១ ថ្ងៃម្ដង ដើម្បីការពារកុំឱ្យមានជំងឺឆ្លង
- ទម្លាក់ព្រូនដោយប្រើស្លាខ្ចី ពុះជា ៨ ចម្រៀកបញ្ចុក ១ក្បាល ១ ចម្រៀកធ្វើរៀងរាល់ខែ។

- ពេលមាន់ចូលដេកអស់ ត្រូវសម្អាតស្នូកទឹក និងស្នូកចំណីរួចដាក់សាថ្មី ។
- ពិនិត្យតាមដានមើលមាន់ណាសង្ស័យថាឈឺ ត្រូវចាប់វាចេញ។
- ត្រាំទឹកសំបកគរ បណ្តូលពេជ្រ សំបកស្ពៅ គល់ស្លឹកគ្រៃ ស្លុវត្នោត និងមេថ្នាំទុកឱ្យមាន់ផឹក។

សកម្មភាពសំខាន់។ ⌚ ៣០ នាទី

នៅសប្តាហ៍ក្រោយយើងរៀនអំពីផ្សំចំណីឱ្យមាន់ តែយើងដឹងថា តើត្រូវមានអ្វីខ្លះ? សូមតាមដានទាំងអស់គ្នា លោកគ្រូ អ្នកគ្រូបានសរសេរនៅលើក្រដាសមានពាក្យៈ ចុងអង្ករ អំបិល សំបកខ្យង/ខ្ចៅ ផ្លែស្លែង អំពិលទុំ បន្លែ ផ្លាស្ទីកកន្ទក់ ដុំថ្ម ... សរសេរឱ្យបានច្រើន ហើយឱ្យសិស្សរើសយកម្នាក់មួយៗ។ ក្រោយពីសិស្សរើសយកបានម្នាក់មួយរួចហើយបន្ទាប់មកគ្រូក៏ស្រែកថាផ្សំចំណីមាន់សិស្សកាន់ផ្ទាំងអក្សរ(ដែលអាចផ្សំចំណីឱ្យមាន់បាន) រត់ទៅផ្តុំគ្នាទាំងអស់គ្នាពិនិត្យមើល តើត្រឹមត្រូវឬទេ? ពិនិត្យរួចហើយមកកន្លែងដើមវិញ។ បន្ទាប់មក គ្រូស្រែកថា "មិនត្រូវការចំណីមាន់ទេ"

សិស្សកាន់ផ្ទាំងអក្សរ ដែលមាន់មិនអាចស៊ីបាននោះ រត់ទៅផ្តុំគ្នា រួចពិនិត្យមើល តើត្រឹមត្រូវដែរឬទេ?

ល្បែងនេះអាចលេងបានច្រើនសារ ដើម្បីឱ្យសិស្សមានការចងចាំ។

គ្រូដឹកនាំសិស្ស អនុវត្តជាក់ស្តែងដូចជាការផ្តល់ចំណី ទឹក រៀបចំសម្អាតកន្លែងកូនមាន់ កន្លែងមាន់ធំដេក កន្លែងមាន់ពង និងសម្អាតស្នូកទឹក ស្នូកចំណី។

បញ្ចប់មេរៀន ⌚ ១០ នាទី

ឱ្យសិស្សយកសៀវភៅកត់ខ្លឹមសារមេរៀន និងសំណួរនៅលើក្តារខៀនយកទៅមើល និងឆ្លើយនៅផ្ទះ ។ ដើម្បីឱ្យចម្លើយកាន់តែច្បាស់ ត្រូវចេះសាកសួរឪពុកម្តាយ បងប្អូន ឬអ្នកជិតខាង។

សំណួរៈ ១. តើរៀបចំកន្លែងខាងក្រៅទ្រុងមាន់ដូចម្តេច?

២. តើការចិញ្ចឹមមាន់មានប៉ុន្មានរបៀប?

យកល្អគ្រូចាត់ចែងសិស្ស ជាពិសេសក្រុមប្រឹក្សាកុមារ រៀបចំពិនិត្យតាមដានថែទាំមាន់។ ជាពិសេសត្រូវពន្យល់សិស្សថា យើងត្រូវពិនិត្យមើលរៀងរាល់ថ្ងៃ។ ប្រសិនបើឃើញអ្វីមួយមិនល្អ ត្រូវតែបំពេញបន្ថែមភ្លាម បើមិនធ្វើដូច្នេះ មាន់នឹងអាចបាត់អស់។

ត្រូវរៀបចំសិស្សថែទាំ នៅថ្ងៃឈប់សម្រាកផងដែរ បើមិនធ្វើដច្នេះទេ កង្កែបនឹងបាត់អស់។

តារាងតាមដានការចិញ្ចឹមមាន់ៈ

ថ្ងៃ	ច័ន្ទ	អង្គារ	ពុធ	ព្រហស្បត៍	សុក្រ	សៅរ៍	អាទិត្យ
ចំណី សល់ប៉ុន្មាន?							
សម្អាតស្នូកទឹក/ចំណី							
ដាក់ទឹក/ចំណី							
សម្អាតទ្រុងមាន់							
ពិនិត្យជញ្ជាំង/ទ្វារ							
ពិនិត្យកំប៉ុស្តមាន់							
...							

ការណែនាំរបស់គ្រូៈ មេរៀនទី ៣

ការធំធាត់របស់មាន់ៈ

ក. ការធំធាត់ក្នុងស៊ុត

បន្ទាប់ពីពងចេញពីមេវា ត្រូវការរយៈពេល ២១ថ្ងៃសម្រាប់ធំធាត់(ច្រើនជាង ឬតិចជាង ៣ថ្ងៃ)។ កំដៅនឹងជួយ

ឱ្យមាន់ធំធាត់ក្នុងស៊ុតជាបន្តបន្ទាប់ៈ

ថ្ងៃទី ៤ : កកើតចំណុចខ្មៅ តែមិនអាចមើលឃើញ ប្រសិនបើស៊ុតបែក

ថ្ងៃទី ៧ : មើលឃើញសសៃឈាមជាច្រើននៅក្នុងដុំខ្មៅ

ថ្ងៃទី ៩ : សសៃឈាមជាច្រើនកើនឡើង និងដុំខ្មៅរីកធំ

ថ្ងៃទី ១២ៈ កកើតកូនទំហំប៉ុនកាក់ និងឃើញសសៃឈាមច្បាស់ជុំវិញ

ថ្ងៃទី ១៧ៈ មួយភាគបីនៅក្នុងស៊ុត កដុំខ្មៅជារូបរាងមាន់ច្បាស់លាស់

ថ្ងៃទី ២០ៈ ធំធាត់ពេញក្នុងស៊ុត

ថ្ងៃទី ២១ៈ ញាស់ចេញពីស៊ុត

ខ. ការធំធាត់របស់មាន់

ការរីកលូតលាស់របស់មាន់មាន ៥ដំណាក់កាលដូចជាស៊ុត ញាស់ មាន់ជំទង់ មាន់មេឬឈ្មោល និងមាន់ចាស។

ល្បែងសិក្សា : ទេវតាថា

🕑 ១០ នាទី

ឱ្យសិស្សទាំងអស់ ឈរជារង្វង់មូល ហើយមានម្នាក់ឈរនៅកណ្តាលរង្វង់ ធ្វើជាទេវតា ហើយនិយាយថាៈ លើកជើងឆ្វេង អ្នកដែលឈរនៅជុំវិញត្រូវតែលើកជើងឆ្វេងតាមទេវតាថា ឱ្យលើកដៃស្តាំ ត្រូវតែលើកដៃស្តាំតាមទេវតាថា ឱ្យបែរមុខទៅឆ្វេង ត្រូវតែធ្វើតាមឱ្យដូចទេវតាថាទាំងអស់។ ចំពោះសកម្មភាព ដែលទេវតានិយាយឱ្យញាប់ គឺចង់ឱ្យធ្វើសកម្មភាពអ្វីក៏បានដែរ ដើម្បីឱ្យមានអ្នកខុស។

ផ្ទុយទៅវិញ បើមានអ្នកណាមួយធ្វើខុសពីទេវតានិយាយ គឺអ្នកនោះមានកំហុស ចាប់យកមកឱ្យឈរនៅក្នុងរង្វង់ ដើម្បីឱ្យជួយត្រួតពិនិត្យមើលអ្នកធ្វើខុសថែមទៀត។

លុះទេវតា ឱ្យធ្វើសកម្មភាពបាន ៦ ទៅ ៧ ដង អ្នកមានកំហុសត្រូវតែពិន័យ ឱ្យរាំ ឱ្យច្រៀង ឱ្យ...ទៅតាមសំណូមពរអ្នកឈរជុំវិញ ។ដើម្បីញ៉ាំងពិធីនេះឱ្យកាន់តែសប្បាយ អ្នកឈរជុំវិញច្រៀង អ្នកនៅកណ្តាលរាំ ឬអ្នកនៅកណ្តាលច្រៀងផងរាំផងក៏មានដែរ។

មេរៀនទី ៤: របៀបផ្សំចំណីមាន់

🕑 រយៈពេលបង្រៀន: ២ ម៉ោង

☑ ការត្រៀមលក្ខណៈ:

មុនពេលបង្រៀនលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ

- អាន និងពិនិត្យមេរៀនដោយហ្មត់ចត់ និងធ្វើកិច្ចតែងការបង្រៀន
- ពិនិត្យមើលឯកសារសិស្ស ដើម្បីចង់ដឹងថាតើមានព័ត៌មាន និងសំណួរ សម្រាប់សកម្មភាពគ្រូនឹងការបង្រៀនដែរឬទេ?
- សរសេរសំណួរសិក្សាលើក្ដារខៀន ឬនៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំ។ ប្រសិនបើសិស្សមានសៀវភៅ គេអាចមើលព័ត៌មាននេះនៅក្នុងសៀវភៅរបស់គេបាន
- មើលកាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- រៀបចំបន្ទប់រៀន (តុ កៅអី ក្ដារខៀន...)

📖 សម្ភារឧបទេស ធនធាន ដែលត្រូវការ

- ឯកសារណែនាំសម្រាប់គ្រូ កិច្ចតែងការ កាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- សៀវភៅសិស្សជាជម្រើសដែលគ្រូត្រូវការប្រើបើចាំបាច់
- ដីស ហ្វឺតសរសេរក្ដារខៀន
- កន្ទក់ម៉ដ្ឋ ចុងអង្ករ ពោតក្រហម សំបកខ្យងខ្ចៅបុក អំបិល។ល។
- ផូស្ទ័រវដ្តជីវិតនៃស៊ុតមាន់

☼ វត្ថុបំណង:

នៅពេលរៀនមេរៀននេះចប់សិស្សទាំងអស់អាច ៖

- ផ្សំចំណីមាន់ដោយខ្លួនឯង
- ផ្ដល់ចំណី ទៅតាមប្រភេទមាន់។

រំឭកមេរៀនទី ៣: របៀបចិញ្ចឹមមាន់ 🕑 ១០ នាទី

លោកគ្រូ/អ្នកគ្រូពិនិត្យវត្តមាន រួចប្រមូលកិច្ចការសិស្សមកកែ បន្ទាប់មកជាមួយសិស្សដូចមានសំណួរខាងក្រោម៖

◈ តើត្រូវរៀបចំកន្លែងខាងក្រៅទ្រុងមាន់ដូចម្ដេច? សិស្សនាំគ្នាឆ្លើយ:

ទីកន្លែងខាងក្រៅទ្រុងមាន់បានរៀបចំ:

នៅក្នុងទ្រុងមាន់ត្រូវបោសសម្អាតឱ្យបានញឹកញាប់ជៀសវាងកើតស្រមើលនិងជំងឺផ្សេងៗ។ ចំណែកឯនៅខាងក្រៅទ្រុងវិញ ត្រូវជីករណ្ដៅនិងដាក់សំរាមធ្វើជាកំប៉ុស្តមាន់ ពីព្រោះមាន់ចូលចិត្តកកាយរកចំណីបន្ថែមតាមទីកន្លែងផ្សេងៗ។ប្រសិនបើនៅជិតៗផ្ទះគ្មានកន្លែងឱ្យវាកាយទេវានឹងដើរទៅឆ្ងាយពីផ្ទះដែលនាំឱ្យបាត់បង់ដោយកត្តាផ្សេងៗ ។ ដូច្នេះអ្នកគួររៀបចំកន្លែងឱ្យមាន់សម្រាប់កាយ ដែលហៅថាកំប៉ុស្តមាន់។

◈ តើការចិញ្ចឹមមាន់មានប៉ុន្មានរបៀប? សិស្សនាំគ្នាឆ្លើយ:

ការចិញ្ចឹមមាន់មាន ២ របៀប:

១. ចំពោះកូនមាន់: មាន ២របៀប ដោយមេបណ្ដើរកូន និងតាមរបៀបធ្វើអាជីវកម្ម ។

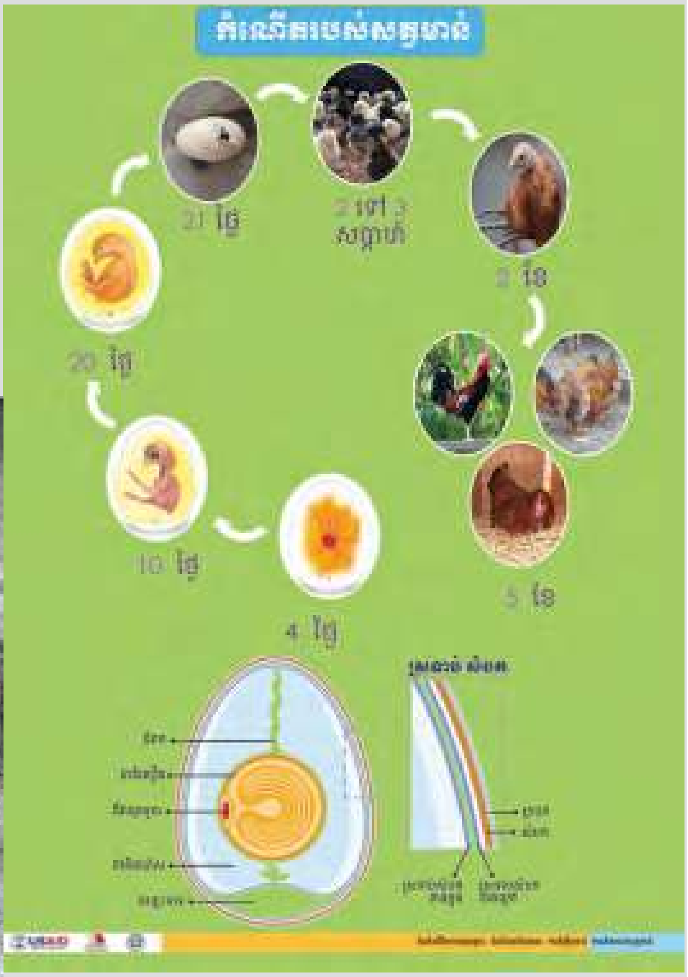
- ចិញ្ចឹមដោយមេបណ្តើរៈ មេមាន់ក្នុងស្រុកជួយកូនវាក្នុងការរកចំណី ការពារមានភ្លៀងខ្យល់ ការពារសត្វដទៃទៀតមកយាយីកូនរបស់វា។ ពេលកូនមានអាយុពី ៣-៤ខែ មេមាន់ឈប់បណ្តើរកូនរួចចាប់ផ្តើមពងសាជាថ្មី។
- នៅពេលដែលកូនលើកក្រោយមានអាយុ ១ ឬ២ ថ្ងៃ យើងប្រមូលផ្តុំតាមរបៀបធ្វើអាជីវកម្មវិញប្រសើរជាង។ ចំពោះកូនមាន់ត្រូវមានភ្លើងជួយជាកំដៅឱ្យវាផង។ ធ្វើរបៀបនេះមេមាន់ឆាប់រកឈ្មោលនិងពងបន្តទៅទៀត ។

២. ចំពោះមាន់ជំទង់ៈ ចាប់ពីកូនមាន់អាយុបាន ២ ខែឡើងទៅ មិនត្រូវការកំដៅទៀតឡើយ ។ លក្ខណៈញីនិងឈ្មោល ក៏បង្ហាញឱ្យឃើញច្បាស់ថា មាន់ឈ្មោលភាគច្រើនឆាប់ធំជាងមាន់ញី។ ពេលនេះត្រូវបំបែកការចិញ្ចឹមមាន់ញីចេញពីមាន់ឈ្មោល (ចំពោះការចិញ្ចឹមពូជមាន់បរទេស ឬការចិញ្ចឹមទុកពូជ)។
ប៉ុន្តែបើចិញ្ចឹមមាន់យកសាច់វិញ អាចចិញ្ចឹមរហូតដល់ ១០-១២ សប្តាហ៍ ដែលធំល្មមអាចលក់បាន។

ចំណងជើងមេរៀនទី ៤: របៀបផ្សំចំណីមាន់ ⏲ ៤០ នាទី

បិទផ្ទាំងផូស្ទ័រ វដ្តជីវិតរបស់ស៊ុតមាន់នៅលើក្តារខៀន រួចសួរសំណួរទៅសិស្សដូចខាងក្រោម

- លោកគ្រូ/អ្នកគ្រូ សួរសំណួរទៅសិស្ស
  តើវដ្តជីវិតរបស់ស៊ុតមាន់មានប៉ុន្មានថ្ងៃ?
- គ្រូសួរសំណួរទៅឱ្យសិស្ស ដែលទាក់ទង វដ្តជីវិតមាន់ បន្ទាប់មកឱ្យសិស្សឡើងពន្យល់នៅលើផ្ទាំងរូបភាព។
- តើអ្នកពិនិត្យមានប៉ុន្មានដំណាក់កាល?
  មាន ៨ ដំណាក់កាលនៅក្នុងរូបភាព



របៀបផ្សំចំណីមាន់៖

តើការធ្វើមេចំណីបំប៉ន និងមេថ្នាំបង្ការជំងឺ រៀបចំដូចម្តេច?

ការធ្វើមេចំណីបំប៉ន និងមេថ្នាំបង្ការៈ

ដើម្បីបង្កើនប្រសិទ្ធភាពនៃការលូតលាស់ និងធន់ទ្រាំទៅនឹងជំងឺឆ្លងផ្សេងៗ យើងអាចធ្វើមេចំណីនិងមេថ្នាំដើម្បី

បំប៉នមាន់របស់អ្នក។ ប្រភេទចំណី និងមេថ្នាំនេះ មានលក្ខណៈងាយស្រួលក្នុងការធ្វើ ដោយសារធាតុផ្សំងាយស្រួលរក ដូចជា បន្លែ ផ្លែឈើគ្រប់ប្រភេទ... ។ វិធីសាស្ត្រទូទៅសម្រាប់ផលិតមេនេះមានដូចតទៅៈ

- វត្ថុធាតុដើម
  - សារធាតុស្រស់មានៈ បន្លែស្រស់ មើមរុក្ខជាតិ ផ្លែឈើ។ល។ ចម្រុះគ្នាយក ៣ភាគ
  - ស្ករត្នោត ១ ភាគ
- វិធីសាស្ត្រអនុវត្ត
  - យកវត្ថុធាតុដើមទាំងអស់មកច្របល់ចូលគ្នាឱ្យសព្វ
  - ច្រកចូលក្នុងកែវ ឬធុងដែលមានគ្របបិទឱ្យជិត កុំឱ្យខ្យល់ចេញចូលបាន
  - រក្សាទុកក្នុងកន្លែងម្លប់រយៈពេលយ៉ាងតិច១៥ថ្ងៃ និងឧស្សាហ៍បើកបញ្ចេញខ្យល់១ថ្ងៃម្តងដើម្បីការពារកុំឱ្យផ្ទុះ ។
- វិធីប្រើ
  - នៅពេលធាតុផ្សំទាំងនោះកាច់បានល្អ វានឹងចេញជាតិហើយមានក្លិនឈ្ងុយ និងរសជាតិជូរប្រហែលក្រូចឆ្មារ។
  - យកមេដែលជាទឹកកកើតឡើងនៅក្នុងដបនោះមកលាយជាមួយនឹងទឹកឱ្យមាន់ផឹកឬលាយជាមួយចំណីឱ្យមាន់ស៊ីជារៀងរាល់ថ្ងៃ ដោយប្រើកម្រិត ១%។ ឧទាហរណ៍ៈ ក្នុងចំណី ១០០គក្រ ឬទឹក ១០០ លីត្រ យើងលាយជាមួយនឹងមេនោះ ១ លីត្រ។ បើចំណី ១ គក្រ ឬទឹក១ លីត្រ យើងលាយជាមួយនឹងមេនោះចំនួនតែ ១ សេសេទេ។

ពន្យល់ចំណុចសំខាន់ៗ ឬ ប្រាប់សិស្សនៅក្នុងថ្នាក់

តើរបៀបផ្សំចំណីឱ្យមាន់ មានរូបមន្តដូចម្តេច?

ការចិញ្ចឹមរបៀបធ្វើអាជីវកម្មៈ ចំពោះការផ្សំចំណីតាមរបៀបធ្វើអាជីវកម្មតាមរូបមន្តដូចខាងក្រោមៈ

ប្រភេទចំណី	សម្រាប់កូនមាន់ %	សម្រាប់មាន់ពង %	សម្រាប់មាន់សាច់ %
កន្ទក់ម៉ដ្ឋ	១០	២៩.៥	៣០.១៥
ចុងអង្ករ	១០.៨	៥	១០
ពោតក្រហម	៤២	៣០	៣០
កាកសណ្តែកសៀង	១២	១០	១០
ត្រីបុក	២០	២០	១៥
សំបកខ្យង/ខ្ចៅ/លៀសបុក	៤	៥	៤
អំបិល	០.២	០.៥	០.៥

ប្រសិនបើអ្នកចិញ្ចឹមពុំមានលទ្ធភាពទិញចំណីផ្សំស្រេចបាន ឬនៅតំបន់ដាច់ស្រយាល យើងអាចរកចំណីតាមធម្មជាតិដូចជាៈ

- ដើមដំឡូងជ្វា មើមត្រាវ ដើមដំឡូងមី ចិញ្ច្រាំឱ្យល្អិតហាលឱ្យស្ងួត ដើម្បីទុកបានយូរ
- បន្លែស្លឹកបៃតង ស្លឹកក្ដម្ពទេស ត្រកួន

- គ្រាប់សណ្ដែកបាយ គ្រាប់សណ្ដែកសៀង ចុងអង្ករ ពោត
- សត្វល្អិតតូចៗ ដូចជាៈ ដង្កូវ កណ្ដៀរ កណ្ដូប ស្រមោច ជន្លេន ។ល។
- ទឹកជាវត្ថុសំខាន់ណាស់ក្នុងការចិញ្ចឹមមាន់ ស្នូកចំណីនិងទឹកត្រូវឱ្យមានអនាម័យ។

រូបមន្តផ្សំចំណីឱ្យមាន់ដែលងាយបំផុតៈ

- គ្រាប់ពោតក្រហមកិន ឬចុងអង្ករ ៤ កំប៉ុង
- កន្ទក់ ១កំប៉ុង កន្លះ
- ម្សៅត្រី ១ កំប៉ុង
- កាកសាច់ដូងស្ងួត ១ កំប៉ុង កន្លះ
- ស្លឹកក្តម្ពទេស ១ កំប៉ុង
- អំបិល ១ ស្លាបព្រាបាយ
- សំបកគ្រំ លៀស បុកឱ្យម៉ដ្ឋ ១ ទូកដៃ (ច្របល់លាយចូលគ្នាឱ្យសព្វ រួចដាក់ឱ្យស៊ី)

សកម្មភាពសំខាន់។ ៣០ នាទី

ទាំងអស់គ្នារៀបចំអនុវត្ត ផ្សំចំណីមាន់ទៅតាមរូបមន្តដែលបានពិភាក្សារួចហើយ។

គ្រូដឹកនាំសិស្ស អនុវត្តជាក់ស្តែងក្នុងការផ្សំចំណីមាន់ និងធ្វើមេថ្នាំសម្រាប់លាយជាមួយចំណី ដើម្បីឱ្យសិស្សងាយយល់និងងាយចងចាំ។

បញ្ចប់មេរៀន ១០ នាទី

ទាំងអស់គ្នាយកសៀវភៅកត់ខ្លឹមសារមេរៀន និងសំណួរនៅលើក្តារខៀនយកទៅមើល និងឆ្លើយនៅផ្ទះ។ ដើម្បីឱ្យចម្លើយកាន់តែច្បាស់ ត្រូវចេះសាកសួរឪពុកម្តាយ បងប្អូន ឬអ្នកជិតខាង។

សំណួរៈ ១. តើការធ្វើមេចំណីបំប៉ន និងមេថ្នាំបង្ការជំងឺមានអ្វីខ្លះ?
២.តើរូបមន្តផ្សំចំណីឱ្យមាន់ដែលងាយបំផុតមានអ្វីខ្លះ?

បណ្តាំផ្ញើៈ ត្រូវចេះផ្សំចំណីណា ដែលងាយរកនៅក្នុងមូលដ្ឋាន។
ស្លឹកបន្លែពណ៌បៃតងមានសាសំខាន់ណាស់។ វាមានឥទ្ធិពលច្របាច់ពោះវៀន និងជួយរុញលាមកមកក្រៅ(ការពារជំងឺទល់លាមក) ម្យ៉ាងទៀតជាតិបន្លែ ការពារកុំឱ្យមាន់ចឹកស៊ីរោមគ្នាវា។

ការណែនាំគ្រូៈ

ដើម្បីរស់នៅ និងលូតលាស់បានល្អ មាន់ត្រូវការចំណីអាហារ សារធាតុចិញ្ចឹមនិងទឹកសម្រាប់ការលូតលាស់ដូចមនុស្សយើងដែរ។ ប្រភេទចំណីអាហារដែលមាន់ត្រូវការ មានទាំងអស់ ៤ក្រុមសំខាន់ៗៈ

ក. ក្រុមអាហារជាតិសាច់ ឬប្រូតេអ៊ីន(អាហារសាងសង់)

ជាតិសាច់មានតួនាទី ចាំបាច់សម្រាប់បង្កើត និងជួសជុលកោសិកាឱ្យរក្សាសកម្មភាពនៅធម្មតានិងដើម្បីបង្កើតពងពោមហើយវាជួយឱ្យមាន់មានការធំធាត់លឿន និងពងបានធំល្អ។ ប្រសិនបើគ្មានអាហារជាតិសាច់ទេ មាន់មិនអាចលូតលាស់ធំធាត់បានលឿន និងធន់ទ្រាំនឹងជំងឺបានល្អទេ។អាហារជាតិសាច់ ដែលមាននៅជុំវិញខ្លួនកសិករមានដូចជាៈជន្លេន ត្រី ម្សៅត្រី កំពឹស សាច់ខ្យង ពពួកសត្វល្អិតដូចជាៈ កណ្ដូប ចង្រិត មេភ្លៀង កណ្ដៀរ ដង្កូវ...។ ក្រៅពីអាហារទាំងនេះ ជាតិសាច់ក៏មាននៅក្នុងរុក្ខជាតិដែរ ដូចជាពពួកគ្រាប់ធុញ្ញជាតិ សណ្ដែកសៀង សណ្ដែកបាយ សណ្ដែកអង្គុយ សណ្ដែកអង្រែ។ល។

ខ. ក្រុមអាហារផ្ដល់កំដៅ ឬឋាមពលៈ

តួនាទីសំខាន់របស់ក្រុមអាហារកំដៅ គឺជួយបង្កើតកំដៅ ចូលរួមក្នុងចលនា ការរំលាយសំយោគអាហារនិងសម្របសម្រួលសកម្មភាព និងចលនាផ្សេងៗរបស់មាន់។ អាហារប្រភេទនេះមានដូចជាៈ ជាតិខ្លាញ់ ម្សៅ ស្ករ កាកដូង សណ្ដែកដី កន្ទក់ ពោត ស្រូវ ដំឡូងឈើ ដំឡូងជ្វា។ល។

គ. ក្រុមអាហារជាតិរ៉ែៈ

ជាតិរ៉ែសំខាន់ចាំបាច់ ក្នុងការជួយបង្កើតឆ្អឹង ឈាម ពោម និងសំបកពង។ អាហារប្រភេទនេះ បានមកពីសំបកខ្យង ខ្ចៅ គ្រំ លៀសបុក និងអំបិល...។ កាលណាមាន់ខ្វះជាតិរ៉ែ ជាពិសេសកាល់ស្យូមនឹងបណ្ដាលឱ្យឆ្អឹងទន់ស្ដោកងាយបាក់ ក្រិនមិនងាយធំ សំបកពងស្ដើងងាយបែក ឬរាកពង ហើយចឹកពងខ្លួនឯងស៊ី។

ល្បែងសិក្សា : ខ្លែងចាប់កូនមាន់

🕑 ១០ នាទី

ចែកសិស្សជា ២ ក្រុម ឈរជាជួរ ដោយមេក្រុមនិងមេក្រុមឈរទល់មុខគ្នា ចម្ងាយពីគ្នាប្រហែល ៣ ម៉ែត្រ។ ក្រុមនីមួយៗ ឈរឱបចង្កេះគ្នាឱ្យជាប់ តាំងពីមេក្រុមរហូតដល់អ្នកនៅចុងក្រោយបង្អស់ អ្នកដែលឈរមុខគេគឺជាមេខ្លែងផងជាមេមាន់ផង ហើយអ្នកដែលនៅក្រោយគេបង្អស់គឺជាកូនមាន់ ។ មេក្រុមនេះ បើនៅក្នុងក្រុមខ្លួនឯងធ្វើជាមេមាន់ ប៉ុន្តែបើប្រឆាំងជាមួយក្រុមគេ គឺធ្វើជាមេខ្លែង។

ក្រោយពីបានរៀបចំរួចអ្នកទាំងអស់គ្នាស្រែកឡើងថា "ខ្លែងចាប់កូនមាន់" បន្ទាប់មកមេខ្លែងតាមក្រុមនីមួយៗ រិះរកទៅចាប់កូនមាន់នៅក្រុមគេឱ្យបានប៉ុន្តែមេក្រុមរបស់គេនោះក៏បានដើរតួជាមេមាន់ផងដើម្បីការពារកូនមាន់របស់គេនៅខាងក្រោយដែរ ដូច្នេះមេក្រុមនេះដើរចាប់កូនមាន់គេ និងការពារកូនមាន់ខ្លួនឯង។

សូមបញ្ជាក់ថានៅពេលធ្វើសកម្មភាព សមាជិកក្នុងក្រុមនីមួយៗ ឱបចង្កេះបន្តគ្នាឱ្យជាប់មិនឱ្យដាច់គ្នាទេប្រសិនបើក្រុមណាដាច់គ្នា មានន័យថាក្រុមនោះចាញ់គេហើយ។

មេរៀនទី ៥: របៀបធ្វើកំប៉ុស្តមាន់

🕑 រយៈពេលបង្រៀន: ២ ម៉ោង

☑ ការត្រៀមលក្ខណៈ

មុនពេលបង្រៀនលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ

- អាន និងពិនិត្យមេរៀនដោយហ្មត់ចត់ និងធ្វើកិច្ចតែងការបង្រៀន
- ពិនិត្យមើលឯកសារសិស្ស ដើម្បីចង់ដឹងថាតើមានព័ត៌មាន និងសំណួរ សម្រាប់សកម្មភាពត្រូវនឹងការបង្រៀនដែរឬទេ?
- សរសេរសំណួរសិក្សាលើក្តារខៀន ឬនៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំ។ ប្រសិនបើសិស្សមានសៀវភៅ គេអាចមើលព័ត៌មាននេះនៅក្នុងសៀវភៅរបស់គេបាន
- មើលកាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- រៀបចំបន្ទប់រៀន (តុ កៅអី ក្តារខៀន...)

📖 សម្ភារឧបទេស ធនធានដែលត្រូវការ

- ឯកសារណែនាំសម្រាប់គ្រូ កិច្ចតែងការ កាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- សៀវភៅសិស្សជាជម្រើសដែលគ្រូត្រូវការប្រើ បើចាំបាច់
- ដីស ហ្វឺតសរសេរក្តារខៀន
- ចបកាប់ បង្គី កាំបិត សម្រាម/កំទេចចំបើង/អង្កាម។ល។
- ជូស្ទ័រចិញ្ចឹមមាន់

☼ វត្ថុបំណង:

នៅពេលរៀនមេរៀននេះចប់សិស្សទាំងអស់អាច ៖

- ស្វែងយល់ពីសារប្រយោជន៍នៃការធ្វើកំប៉ុស្តមាន់
- ចេះធ្វើកំប៉ុស្តមាន់ដោយខ្លួនឯង។

រំឭកមេរៀនទី ៤: របៀបផ្សំចំណីមាន់ 🕑 ១០ នាទី

លោកគ្រូ/អ្នកគ្រូពិនិត្យវត្តមាន រួចប្រមូលកិច្ចការសិស្សមកកែ បន្ទាប់មកជាមួយសិស្សដូចមានសំណួរខាងក្រោម៖

⟐ តើការធ្វើមេចំណីបំប៉ន និងមេថ្នាំបង្ការជំងឺមានអ្វីខ្លះ? សិស្សនាំគ្នាឆ្លើយ:

វត្ថុធាតុដើមសម្រាប់ធ្វើមេចំណីបំប៉ន និងមេថ្នាំបង្ការជំងឺមាន:

- សារធាតុស្រស់មានៈ បន្លែស្រស់ មើមរុក្ខជាតិ ផ្លែឈើ។ល។ ចម្រុះគ្នាយក ៣ភាគ
- ស្ករត្នោត ១ ភាគ

តើរូបមន្តផ្សំចំណីមាន់ដែលងាយបំផុតមានអ្វីខ្លះ? សិស្សនាំគ្នាឆ្លើយ: រូបមន្តផ្សំចំណីមាន់ដែលងាយបំផុតមាន

- គ្រាប់ពោតក្រហមកិន ឬចុងអង្ករ ៤ កំប៉ុង
- កន្ទក់ ១ កំប៉ុង កន្លះ
- ម្សៅត្រី ១ កំប៉ុង
- កាកដូងស្ងួត ១ កំប៉ុង កន្លះ
- ស្លឹកក្ដម្ពទេស ១ កំប៉ុង អំបិល ១ ស្លាបព្រាបាយ
- សំបកគ្រំ លៀស បុកឱ្យម៉ដ្ឋ ១ ទូកដៃ (ច្របល់លាយចូលគ្នាឱ្យសព្វ រួចដាក់ឱ្យស៊ី)

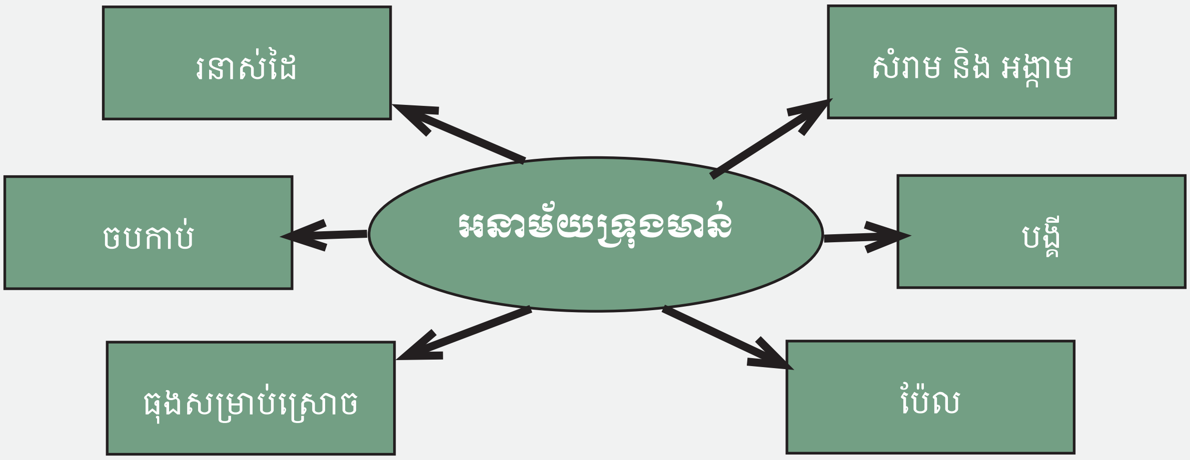
ចំណងជើងមេរៀនទី៥: របៀបធ្វើកំប៉ុស្តមាន់ ៤០ នាទី

សេចក្តីផ្តើម

សរសេរចំណងជើងមេរៀននៅលើក្តារខៀនរួចគូសរង្វង់ជុំវិញចំណងជើងមេរៀន។ បន្ទាប់មកគ្រូសួរសិស្សហើយឱ្យសិស្សឡើងមកក្តារខៀនម្នាក់ម្តងៗដើម្បីសរសេរយោបល់របស់ គេនៅជុំវិញចំណងជើងមេរៀនអំពីខ្លឹមសារខានៗដែលទាក់ទងនឹងមេរៀន។ធ្វើរបៀបនេះដើម្បីឱ្យថ្នាក់រៀនមានសកម្មភាពនិងឱ្យសិស្សមានភាពក្លាហានក្នុងការបញ្ចេញយោបល់ ។

◈ តើរបៀបធ្វើកំប៉ុស្តមាន់ត្រូវការសម្ភារៈអ្វីខ្លះ ?

គ្រូសរសេរចម្លើយរបស់សិស្សនៅលើក្តារខៀន



តើរៀបចំកំប៉ុស្តមាន់ដូចម្តេច ?

នៅក្នុងទ្រុងមាន់ត្រូវបោសសម្អាត ឱ្យបានញឹកញាប់ជៀសវាងកើតស្រមើលនិងជំងឺផ្សេងៗ។ ចំណែកឯងនៅក្រៅទ្រុងវិញ ត្រូវជីករណ្តៅ និងដាក់សំរាមធ្វើជាកំប៉ុស្តមាន់ ពីព្រោះមាន់ចូលចិត្តកកាយរកចំណីបន្ថែមតាមទីកន្លែងផ្សេងៗ។ ប្រសិនបើនៅជិតៗផ្ទះគ្មានកន្លែងឱ្យវាកាយទេវានឹងដើរទៅឆ្ងាយពីផ្ទះដែលនាំឱ្យបាត់បង់ដោយកត្តាផ្សេង។ ដូច្នេះអ្នកគួររៀបចំកន្លែងឱ្យមាន់សម្រាប់កាយ(កំប៉ុស្តមាន់)ដូចតទៅ:

- ជ្រើសរើសកន្លែងមានម្លប់ឈើ ដើម្បីរៀបចំជាកន្លែងឱ្យមាន់កាយ។
- ជីករណ្តៅជម្រៅ ៣ សម ទំហំ ២ x ២ ម ជីកឱ្យបានច្រើនកន្លែង។
- ប្រមូលស្លឹកឈើ អង្កាមឬសារធាតុផ្សេងៗ ដាក់ក្នុងរណ្តៅ(ហាមដាក់លាមកសត្វ)បើនៅរដូវប្រាំងត្រូវស្រោចទឹកឱ្យសើមៗ ដើម្បីឱ្យសត្វល្អិតចូលនៅ នឹងក្លាយជាចំណីមាន់។
- ធ្វើរបងព័ទ្ធជុំវិញរណ្តៅ ឬយកបន្លាស្រះ ដើម្បីកុំឱ្យមាន់កាយសំរាមចេញពីរណ្តៅ។

បន្ទាប់ពីយើងដឹងថាមានសត្វល្អិតចូលនៅ យើងបើកបន្លាឱ្យមាន់វាកាយ។ រយៈ ២ឬ ៣ថ្ងៃក្រោយមករៀបចំរណ្តៅចាស់ឱ្យស្អាតដូចដើមវិញនិងស្រះបន្លាដដែលរួចទៅបើករណ្តៅថ្មីមួយទៀតឱ្យវាកាយធ្វើរបៀបនេះឱ្យបានជាបន្តបន្ទាប់

◈ តើការធ្វើកំប៉ុស្តមាន់មានសារប្រយោជន៍អ្វីខ្លះ ?

ការធ្វើកំប៉ុស្តអាចជួយឱ្យមាន់របស់អ្នកលូតលាស់លឿនតាមរយៈការស៊ីសត្វល្អិតដែលសម្បូរណ៍ទៅដោយជាតិសាច់និងជៀសវាងការបាត់ដោយប្រការផ្សេងៗពីព្រោះវាមិនដើរឆ្ងាយ។ ម៉្យាងទៀតនៅពេលដែលស្លឹកឈើឬសម្រាមនោះរលួយវានឹងក្លាយទៅជាជីកំប៉ុស្តដ៏ល្អអាចយកទៅប្រើប្រាស់បាន ហើយមានគុណភាពដូចជាជីលាមកគោដែរ។

សកម្មភាពសំខាន់។ ៣០ នាទី

យើងនាំគ្នាទៅកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់ ដោយយកសម្ភារៈទៅជាមួយផង។
អនុវត្តរបៀបធ្វើកំប៉ុស្តមាន់ ទៅតាមការពិភាក្សានៅក្នុងថ្នាក់ ចែកគ្នាជីក ១០ នាក់ធ្វើឱ្យបាន ១រណ្តៅ។
ធ្វើរួចហើយត្រឡប់ទៅថ្នាក់វិញ។

បញ្ចប់មេរៀន ១០ នាទី

ឱ្យសិស្សយកសៀវភៅ កត់ខ្លឹមសារមេរៀន និងសំណួរនៅលើក្តារខៀនយកទៅមើល និងឆ្លើយនៅផ្ទះ។ ដើម្បីឱ្យចម្លើយកាន់តែច្បាស់ ត្រូវចេះសាកសួរឪពុកម្តាយ បងប្អូន ឬអ្នកជិតខាង។

សំណួរៈ ១. តើការរៀបចំកំប៉ុស្តមាន់ធ្វើដូចម្តេច?
២. តើការធ្វើកំប៉ុស្តមាន់មានសារប្រយោជន៍អ្វីខ្លះ?

បណ្តាំផ្ញើៈ- តាមដានរៀងរាល់ថ្ងៃ ទាំងព្រឹក ទាំងល្ងាច
- ការធ្វើកំប៉ុស្តមាន់មានសារៈសំខាន់ណាស់ អាចជួយឱ្យមាន់ឆាប់ធំធាត់ អាចកាត់បន្ថយក្នុងការទិញចំណីនិងកាត់បន្ថយក្នុងការបាត់បង់។

ការស្តាប់នាក្រុម : ទាយសកម្មភាព ១០ នាទី

ការរៀបចំលេងល្បែងមានដូចតទៅៈ
- សិស្សទាំងអស់ឈរជា ២ ជួរ បន្តពីក្រោយគ្នារហូត
- ក្រុមនីមួយៗ រើសតំណាងក្រុមម្នាក់ឱ្យឈរពីមុខជួរ តែបែរមុខទល់គ្នាជាមួយអ្នកដែលឈរក្នុងជួរ
- បន្ទាប់មក មានម្នាក់ទៀតឈរនៅពីក្រោយខ្នងអ្នកទាំង ២ លើកៅអីខ្ពស់ដើម្បីងាយស្រួលបង្ហាញសកម្មភាព
- ម្នាក់ដែលជាអ្នកលើកសកម្មភាពបង្ហាញទៅអ្នកដែលឈរក្នុងជួរ ហើយឱ្យធ្វើកាយវិការសកម្មភាពនោះដើម្បីឱ្យអ្នកដែលតំណាងក្រុមនីមួយៗ ទាយ តើសកម្មភាពនោះមានឈ្មោះអ្វី? ប៉ុន្តែហាមអ្នកទាំង ២ នេះមិនឱ្យងាទៅមើលក្រដាសសកម្មភាពដែលគេកំពុងបង្ហាញនោះទេ។
- បើក្រុមណាទាយឈ្មោះសកម្មភាពនោះត្រូវ ចាត់ទុកថាជាឈ្នះ។
- បន្ទាប់មកអ្នកដែលបង្ហាញសកម្មភាព រៀបចំបង្ហាញសាជាថ្មីទៀត ហើយការអនុវត្ត គឺដូចនៅជំហានទី ១ដែរ។ ប្រសិនបើក្រុមទាំង ២ ទាយមិនចំឈ្មោះសកម្មភាពនោះទេ អ្នកដែលបង្ហាញមានសិទ្ធិប្តូរបង្ហាញទៅសកម្មភាពមួយទៀត។

បញ្ជាក់ៈ អ្នកដែលបង្ហាញសកម្មភាព ត្រូវរៀបចំក្រដាសសកម្មភាព ជាមុនឱ្យហើយស្រេច។ សកម្មភាពទាំងនោះអាចសរសេរអ្វីក៏បានដែរដូចជាៈ ភ្ជួរស្រែ ដកសំណាប បោកស្រូវ ជិះកង់ ទាត់បាល់ កាត់សក់...។

ការសរសេរសកម្មភាពនេះ ច្រើនឬតិច អាស្រ័យទៅលើពេលវេលា។

- នៅទីបញ្ចប់ អ្នកដែលបង្ហាញសកម្មភាព ត្រួតពិនិត្យមើល តើក្រុមណាមួយដែលទាយត្រូវសកម្មភាពច្រើនជាងគេ ជាក្រុមឈ្នះ ហើយក្រុមដែលទាយត្រូវបានតិច ជាក្រុមចាញ់។
- ក្រុមដែលចាញ់ត្រូវតែពិន័យ ឱ្យច្រៀង ឱ្យរាំ ច្រៀងផងរាំផង ហើយក្រុមដែល ឈ្នះជួយទះដៃ។

មេរៀនទី ៦: អនាម័យទ្រុងមាន់

🕑 រយៈពេលបង្រៀនៈ ២ ម៉ោង

☑ ការត្រៀមលក្ខណៈ
មុនពេលបង្រៀនលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ
- អាននិងពិនិត្យមេរៀនដោយហ្មត់ចត់ និងធ្វើកិច្ចតែងការបង្រៀន
- ពិនិត្យមើលឯកសារសិស្ស ដើម្បីចង់ដឹងថាតើមានព័ត៌មាន និងសំណួរ សម្រាប់សកម្មភាពគ្រូ នឹងការបង្រៀនដែរឬទេ ?
- សរសេរសំណួរសិក្សាលើក្តារខៀន ឬនៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំ។ ប្រសិនបើសិស្សមានសៀវភៅ គេអាចមើលព័ត៌មាននេះនៅក្នុងសៀវភៅរបស់គេបាន
- មើលកាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- រៀបចំបន្ទប់រៀន (តុ កៅអី ក្តារខៀន...)

📖 សម្ភារឧបទេស ធនធានដែលត្រូវការ
- ឯកសារណែនាំសម្រាប់គ្រូ កិច្ចតែងការ កាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- សៀវភៅសិស្សជាជម្រើសដែលគ្រូត្រូវការប្រើបើចាំបាច់
- ដីស ហ្វឺតសរសេរក្តារខៀន
- កំបោរ អំបោស បង្គី ចបកាប់/ប៉ែល។ល។

☼ វត្ថុបំណងៈ
នៅពេលរៀនមេរៀននេះចប់សិស្សទាំងអស់អាច ៖
- ធ្វើអនាម័យទ្រុងមាន់ និងស្នូកទឹក ស្នូកចំណី
- យល់ពីពីសារសំខាន់ការធ្វើអនាម័យទ្រុងមាន់។

រំឭកមេរៀនទី ៥: របៀបធ្វើកំប៉ុស្តមាន់ 🕑 ១០ នាទី

លោកគ្រូ/អ្នកគ្រូពិនិត្យវត្តមាន រួចប្រមូលកិច្ចការសិស្សមកកែ បន្ទាប់មកជាមួយសិស្សដូចមានសំណួរខាងក្រោម៖

◈ តើការរៀបចំកំប៉ុស្តមាន់ធ្វើដូចម្តេច ? សិស្សនាំគ្នាឆ្លើយៈ
ការធ្វើកំប៉ុស្តមាន់រៀបចំដូចតទៅៈ
- ជ្រើសរើសកន្លែងមានម្លប់ឈើ ដើម្បីរៀបចំជាកន្លែងឱ្យមាន់កាយ។
- ជីករណ្តៅជម្រៅ ៣០ សម ទំហំ ២ x ២ម ជីកឱ្យបានច្រើនកន្លែង។
- ប្រមូលស្លឹកឈើ អង្កាមឬសារធាតុផ្សេងៗ ដាក់ក្នុងរណ្តៅ(ហាមដាក់លាមកសត្វ)បើនៅរដូវប្រាំងត្រូវស្រោចទឹកឱ្យសើមៗ ដើម្បីឱ្យសត្វល្អិតចូលនៅ នឹងក្លាយជាចំណីមាន់។
- ធ្វើរបងព័ទ្ធជុំវិញរណ្តៅ ឬយកបន្លាស្រះ ដើម្បីកុំឱ្យមាន់កាយសំរាមចេញពីរណ្តៅ។

បន្ទាប់ពីយើងដឹងថា មានសត្វល្អិតចូលនៅ យើងបើកបន្លាឱ្យមាន់កាយ។ រយៈ ២ ឬ ៣ ថ្ងៃក្រោយមករៀបចំរណ្តៅចាស់ឱ្យស្អាតដូចដើមវិញនិងស្រះបន្លាដដែល រួចទៅបើករណ្តៅថ្មីមួយទៀតឱ្យវាកាយ ធ្វើរបៀបនេះឱ្យបានជាបន្តបន្ទាប់។

តើការធ្វើកំប៉ុស្តមាន់មានសារប្រយោជន៍អ្វីខ្លះ?សិស្សនាំគ្នាឆ្លើយៈ

ការធ្វើកំប៉ុស្តមាន់ អាចជួយឱ្យមាន់របស់អ្នកលូតលាស់លឿន តាមរយៈការស៊ីសត្វល្អិតដែលសម្បូរណ៍ទៅដោយជាតិសាច់និងជៀសវាងការបាត់ដោយប្រការផ្សេងៗពីព្រោះវាមិនដើរឆ្ងាយ។ម្យ៉ាងទៀតនៅពេលដែលស្លឹកឈើឬ សម្រាមនោះរលួយ វានឹងក្លាយទៅជាជីកំប៉ុស្តដ៏ល្អអាចយកទៅប្រើប្រាស់បាន ហើយមានគុណភាពដូចជាជីលាមកគោដែរ។

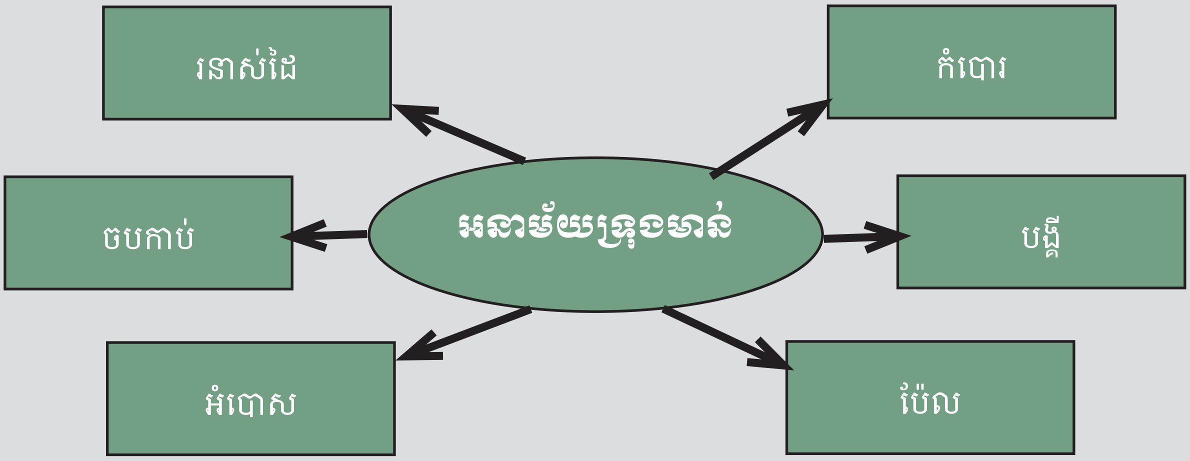
ចំណុចដើងមេរៀនទី៦: របៀបធ្វើអនាម័យទ្រុងមាន់ ៣០ នាទី

សេចក្ដីផ្ដើម

សរសេរចំណងជើងមេរៀន នៅលើក្ដារខៀន រួចគូសវង់ជុំវិញចំណងជើងមេរៀន។ បន្ទាប់មកគ្រូសួរសិស្សហើយឱ្យសិស្សឡើងមកក្ដារខៀនម្នាក់ម្ដងៗដើម្បីសរសេរយោបល់របស់គនៅជុំវិញចំណងជីងមរៀនអំពីខ្លឹមសារខាន់ៗដែលទាក់ទងនឹងមេរៀន។ ធ្វើរបៀបនេះដើម្បីឱ្យថ្នាក់រៀនមានសកម្មភាព និងឱ្យសិស្សមាភាពក្លាហានក្នុងការបញ្ចេញយោបល់ ។

តើរបៀបធ្វើអនាម័យទ្រុងមាន់ ត្រូវការសម្ភារៈអ្វីខ្លះ?

គ្រូសរសេរចម្លើយរបស់សិស្សនៅលើក្ដារខៀន



តើការធ្វើអនាម័យ និងវិធានការបង្ការជំងឺផ្សេងៗដូចម្ដេច?

ការធ្វើអនាម័យ និងវិធានការបង្ការជំងឺផ្សេងៗៈ

ដើម្បីឱ្យការចិញ្ចឹមមាន់ទទួលបានជោគជ័យ ទាមទារឱ្យអ្នកចញ្ចឹមធ្វើការថែទាំ និងធ្វើអនាម័យឱ្យបានល្អ។ វិធានការសំខាន់ៗដូចជាៈ

- ត្រូវបំបាត់ទឹកកខ្វក់ ដែលមាននៅជុំវិញផ្ទះ និងទីធ្លាជិតខាងក្បែរទ្រុងមាន់
- ត្រូវបោសសម្អាតទ្រុង និងលាងសម្អាតស្នូកចំណី និងស្នូកទឹកជារៀងរាល់ថ្ងៃ
- ចំណីនិងទឹកសម្រាប់មាន់ ត្រូវមានគុណភាពល្អ ចំណីដែលមាន់ស៊ីមិនអស់ត្រូវយកចេញ មិនត្រូវទុកឱ្យផ្អូមខូច គុណភាពនៅក្នុងស្នូកនោះទេ។
- ត្រូវលាងរំងាប់មេរោគនៅក្នុងទ្រុង ស្នូកទឹក ស្នូកចំណីនិងបរិវេណជុំវិញទ្រុងនៅពេលដែលមានផ្ទុះជំងឺ ដោយប្រើទឹកកំបោរស។ គួរទុកទ្រុងឱ្យនៅទំនេររយៈពេលពី ២-៤សប្ដាហ៍ទើបអាចដាក់មាន់ថ្មីចូលវិញបាន។
- មិនត្រូវទិញមាន់ដែលសង្ស័យថាឈឺពីផ្សារ ឬពីភូមិដែលកំពុងកើតជំងឺឆ្លងមកបរិភោគឡើយ

ព្រោះវាអាចនាំមេ រោគមកជាមួយផងក៏ថាបាន។

● ពូជមាន់ថ្មី ដែលយកមកពីប្រភពផ្សេងៗត្រូវធ្វើការបំបែក តាមដានដោយឡែកយ៉ាងតិច ៧ ថ្ងៃដើម្បីឱ្យច្បាស់ថាមាន់នោះពុំមានផ្ទុកជំងឺទេ។

● ប្រសិនបើមានមាន់ឈឺ ឬសង្ស័យថាកើតជំងឺឆ្លង យើងត្រូវបំបែកវាទៅដាក់នៅទ្រុងផ្សេងមួយទៀតឆ្ងាយពីគេ ដើម្បីកុំឱ្យវាចម្លងជំងឺទៅមាន់ដទៃទៀត ដែលនៅមានសុខភាពល្អ ។

● ហាមបរិភោគមាន់ឈឺ ឬមាន់ងាប់ដោយសារជំងឺ។ មិនត្រូវយកវាទៅលក់ ឬបោះចោលផ្ដេសផ្ដាសទេត្រូវកប់ ឬ ដុតចោល។

● ហាមអ្នកទិញមាន់ ឬយកមាន់ពីអ្នកដទៃ ចូលក្នុងទីធ្លា និងទ្រុងមាន់របស់យើងឡើយ។

សកម្មភាពសំខាន់។

៤០ នាទី

យើងនាំគ្នាទៅកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់ ដោយយកសម្ភារៈទៅជាមួយផង។

អនុវត្តរបៀបធ្វើអនាម័យទ្រុងមាន់ ទៅតាមការពិភាក្សានៅក្នុងថ្នាក់។

នៅពេលបោសសម្អាតទ្រុងបានស្អាត ហើយត្រូវឧស្សាហ៍បាញ់ថ្នាំការពារក្នុងបរិវេណចិញ្ចឹមមាន់។ ចំពោះថ្នាំផ្សំតាមរបៀបដូចខាងក្រោម:

- ទឹកខ្មេះ ១ ភាគ
- ស្រាស ១ ភាគ
- ស្ករត្នោត ១ ភាគ
- មេថ្នាំ ១ ភាគ
- ទឹក ៥ ភាគ

ធ្វើរួចហើយត្រឡប់ទៅថ្នាក់វិញ។

បញ្ចប់មេរៀន

១០ នាទី

ឱ្យសិស្សយកសៀវភៅ កត់ខ្លឹមសារមេរៀន និងសំណួរនៅលើក្ដារខៀនយកទៅមើល និងឆ្លើយនៅផ្ទះ។ ដើម្បីឱ្យចម្លើយកាន់តែច្បាស់ ត្រូវចេះសាកសួរឪពុកម្ដាយ បងប្អូន ឬអ្នកជិតខាង។

សំណួរ: ១. តើមានវិធានការអ្វីខ្លះដើម្បីចិញ្ចឹមមាន់ឱ្យឆាប់ធំ?

២. តើថ្នាំសម្អាតទ្រុងមាន់ផ្សំឡើងដោយអ្វីខ្លះ?

តាមដានរៀងរាល់ថ្ងៃ ទាំងព្រឹក ទាំងល្ងាច

- ក្នុងការចិញ្ចឹមមាន់ ត្រូវរៀបចំទ្រុងឱ្យហើយជាមុនសិន
- ត្រូវចេះប៉ាន់ស្មានពីបរិមាណមាន់ទៅនឹងទំហំទ្រុងដែលបានរៀបចំហើយ ៣-៥ក្បាលក្នុង ១ម៉ែត្រការេ។
- កូនមាន់ដែលបានបំបែកចេញពីមេត្រូវចាក់វ៉ាក់សាំង និងផ្ដល់កំដៅឱ្យវា។
- អនាម័យ: ទ្រុងស្ងួត ចំណីមានគុណភាពល្អនិងលាយថ្នាំទម្លាក់ព្រូន ទឹកស្អាត។
- បើយកមាន់ថ្មីមកចិញ្ចឹមបន្ថែម ត្រូវទុកវាដោយឡែក ៣-៤ ថ្ងៃដើម្បីពិនិត្យតាមដានមើលវាសិន។
- ត្រូវយកមាន់ឈឺដាក់ដោយឡែក ដើម្បីការពារកុំឱ្យឆ្លងជំងឺទៅដល់មាន់នៅក្នុងទ្រុង។

ល្បែងកំសាន្ត : ដំឡូងក្តៅ

🕑 ១០ នាទី

ល្បែងនេះមានម្នាក់ ជាអ្នករៀបចំពីមុនឱ្យរួចជាស្រេចដូចជាៈ ការសរសេរសកម្មភាពនៅលើក្រដាសឱ្យបាន៥ ទៅ ៦សកម្មភាព គឺមួយសកម្មភាពសរសេរនៅលើក្រដាសមួយសន្លឹក ហើយយកក្រដាសដែលសរសេរសកម្មភាពមក ច្របាច់រុំពីលើគ្នាម្តងមួយៗឱ្យទៅជារាងមូលរហូតដល់អស់ ប៉ុន្តែគេអាចយកក្រដាសស្អាតមករុំឆ្លាស់គ្នានឹងក្រដាស សរសេរសកម្មភាពក៏បានដែរ។

នៅពេលចាប់ផ្តើមលេងល្បែងនេះ ឱ្យសិស្សឈរជារង្វង់មូល ហើយអ្នកដែលរៀបចំ យកដុំក្រ ដាសដែលរុំរួចហើយនោះ ទៅឱ្យអ្នកឈរម្នាក់កាន់សិន គេសន្មត់ថាជាដំឡូងក្តៅ ពីព្រោះអ្នកដែលទទួលមិនបានកាន់យូរទេប្រញាប់ហុច បន្តទៅអ្នកបន្ទាប់ទៀតព្រោះខ្លាចធ្វើសកម្មភាព ប៉ុន្តែគាប់ជួនអ្នក ខ្លះក៏ប៉ះចំក្រដាសគ្មានសកម្មភាពដែរ។

ចំណែកអ្នកដែលរៀបចំ មិនឈរនៅក្នុងរង្វង់ទេ ទៅពួនឬបែរមុខចេញពីអ្នកដែលលេងល្បែង ហើយបានឱ្យបញ្ជាថា ប្រុងប្រៀបចាប់ផ្តើម។ ក្រោយពីបានឮហើយអ្នកកាន់ដុំក្រដាសបានហុចឱ្យអ្នកបន្តបន្ទាប់យ៉ាងប្រញាប់។ រយៈ ប្រហែល ៥-៦ វិនាទីមក អ្នកបញ្ជាថាឈប់ អ្នកកំពុងលេងក៏ផ្អាកដែរ ហើយដុំក្រដាសនៅលើដៃអ្នកណាមួយ អ្នកនោះ ផែកមើល មានសរសេរសកម្មភាពអ្វីត្រូវធ្វើតាមតែម្តង។ ក្រោយពីអ្នកធ្វើសកម្មភាពនេះចប់ ល្បែងក៏ចាប់ផ្តើមបន្តទៀត គឺបានហុច ឱ្យអ្នកបន្តបន្ទាប់រហូតដល់អ្នកបញ្ជាថា ឱ្យឈប់ទើបឈប់ហើយអ្នកដែលកាន់ក្រដាសក៏ផែកមើលដូចអ្នក មុនដែរ បើឃើញសរសេរធ្វើសកម្មភាពអ្វីត្រូវតែធ្វើតាម។ ជាបន្តបន្ទាប់មកទៀត លំនាត្រូវធ្វើដូចអ្នកមុនៗ រហូតដល់ អស់ក្រដាសសកម្មភាព។ រីឯសកម្មភាពរបស់គេម្នាក់ៗគឺអាស្រ័យទៅតាមសកម្មភាពដែលបានសរសេរនៅលើក្រដាស ដែលគេចាប់បាន។

ចំណាំៈ និយាយរួម បើអ្នកណាបើកចំក្រដាសសកម្មភាពអ្វី ត្រូវតែធ្វើតាមសកម្មភាពនោះ ផ្ទុយទៅវិញបើអ្នកណា បើកចំក្រដាសសសុទ្ធ(គ្មានសរសេរសកម្មភាព)គ្មានធ្វើអ្វីទាំងអស់ ហើយហុចក្រដាសនោះជាបន្តបន្ទាប់ទៀតបាន ន័យថាអ្នកនោះសំណាងល្អ មិនបានធ្វើសកម្មភាពទេ ហើយហុចបន្តទៅទៀត។

ល្បែងនេះភាគច្រើននៅក្រដាសចុងក្រោយបង្អស់ អ្នករៀបចំច្រើនសរសេរសកម្មភាពថា" ច្រៀងនិងរាំទាំងអស់គ្នា" ដូច្នេះក៏ត្រូវច្រៀងនិងរាំទាំងអស់គ្នាតែម្តងទៅ។ធ្វើរបៀបនេះដើម្បីញ៉ាំងឱ្យការលេងល្បែងនេះកាន់តែសប្បាយរីករាយ និងស្និទ្ធស្នាលមួយកម្រិតថែមទៀត។

មេរៀនទី ៧: ការជ្រើសរើសមាន់ចិញ្ចឹមបន្ត

🕑 រយៈពេលបង្រៀនៈ ២ ម៉ោង

☑ ការត្រៀមលក្ខណៈ

មុនពេលបង្រៀនលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ

- អាន និងពិនិត្យមេរៀនដោយហ្មត់ចត់ និងធ្វើកិច្ចតែងការបង្រៀន
- ពិនិត្យមើលឯកសារសិស្ស ដើម្បីចង់ដឹងថាតើមានព័ត៌មាន និងសំណួរ សម្រាប់សកម្មភាពគ្រូនឹងការបង្រៀនដែរឬទេ?
- សរសេរសំណួរសិក្សាលើក្តារខៀន ឬនៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំ។ ប្រសិនបើសិស្សមានសៀវភៅ គេអាចមើលព័ត៌មាននេះនៅក្នុងសៀវភៅរបស់គេបាន
- មើលកាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- រៀបចំបន្ទប់រៀន (តុ កៅអី ក្តារខៀន...)

📖 សម្ភារឧបទេស ធនធាន ដែលត្រូវការ

- ឯកសារណែនាំសម្រាប់គ្រូ កិច្ចតែងការ កាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- សៀវភៅសិស្សជាជម្រើសដែលគ្រូត្រូវការប្រើបើចាំបាច់
- ដីស ហ្វឺតសរសេរក្តារខៀន
- សន្លឹកអ៊ុតចែកសិស្ស "សង្ខេបពីការចិញ្ចឹមមាន់"
- ផូស្ទ័រការចិញ្ចឹមមាន់

☼ វត្ថុបំណង

នៅពេលរៀនមេរៀននេះចប់សិស្សទាំងអស់អាច ៖

- កត់សំគាល់អំពីមាន់មានសុខភាពល្អ និងមាន់មានជំងឺ
- ជ្រើសរើសមាន់ ទុកចិញ្ចឹមបន្ត។

រំឭកមេរៀនទី ៦: អនាម័យទ្រុងមាន់ 🕑 ១០ នាទី

លោកគ្រូ/អ្នកគ្រូពិនិត្យវត្តមាន រួចប្រមូលកិច្ចការសិស្សមកកែ បន្ទាប់មកជាមួយសិស្សដូចមានសំណួរខាងក្រោម៖

◈ តើមានវិធានការអ្វីខ្លះដើម្បីចិញ្ចឹមមាន់ឱ្យឆាប់ធំ?

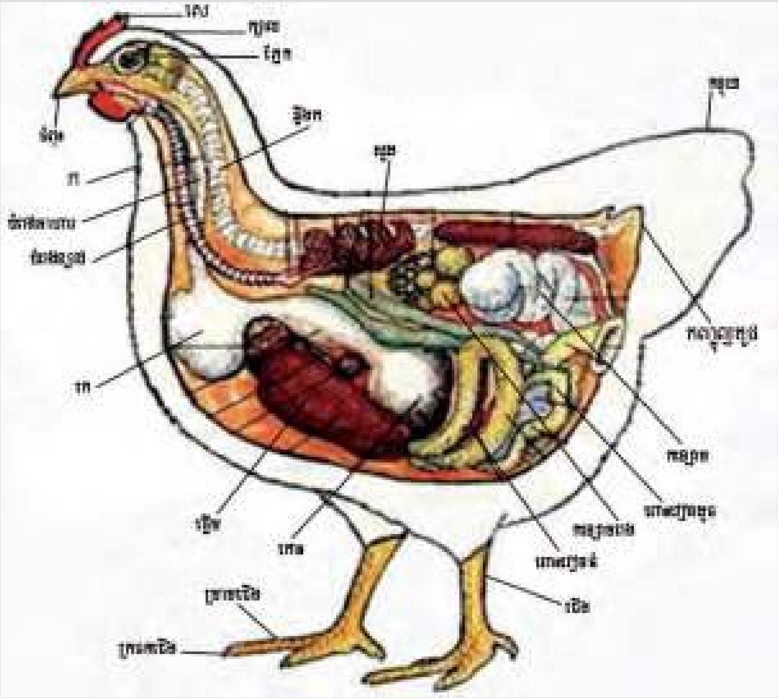
ដើម្បីឱ្យមាន់ឆាប់ធំ ត្រូវមានវិធានការសំខាន់ៗដូចជាៈ

- ត្រូវបំបាត់ទឹកក្រខ្វក់ ដែលមាននៅជុំវិញផ្ទះ និងទីធ្លាជិតខាងក្បែរទ្រុងមាន់
- ត្រូវបោសសម្អាតទ្រុង និងលាងសម្អាតស្នូកចំណី និងស្នូកទឹកជារៀងរាល់ថ្ងៃ
- ចំណីនិងទឹកសម្រាប់មាន់ ត្រូវមានគុណភាពល្អ ចំណីដែលមាន់ស៊ីមិនអស់ត្រូវយកចេញមិនត្រូវទុកឱ្យផ្អូមខូចគុណភាពនៅក្នុងស្នូកនោះទេ
- មាន់ណាដែលឈឺត្រូវប្រញាប់យកចេញ
- ទម្លាក់ព្រូនឱ្យបានញឹកញាប់។

❓ តើថ្នាំសម្អាតទ្រុងមាន់ផ្សំឡើងដោយអ្វីខ្លះ?
សិស្សនាំគ្នាឆ្លើយៈ
✏ ថ្នាំសម្អាតទ្រុងមាន់ផ្សំឡើងដោយៈ
- ទឹកខ្មេះ ១ ភាគ
- ស្រាស ១ ភាគ
- ស្ករត្នោត ១ ភាគ
- មេថ្នាំ ១ ភាគ
- ទឹក ៥ ភាគ

ចំណងជើងមេរៀនទី ៧ៈ ការជ្រើសរើសមាន់ចិញ្ចឹមបន្ត 🕑 ៣០ នាទី

លោកគ្រូ/អ្នកគ្រូបង្ហាញផូស្ទ័រពីការចិញ្ចឹមមាន់ ហើយឱ្យសិស្សពន្យល់ពីរបៀបធ្វើកំប៉ុស្តមាន់ ហេតុអ្វីបានជាកំប៉ុស្តមាន់មានសារសំខាន់?



តើរបៀបជ្រើសរើសមាន់ទុកពូជត្រូវធ្វើដូចម្តេចខ្លះ?

របៀបជ្រើសរើសមាន់ទុកធ្វើពូជបន្ត មានដូចតទៅៈ

ក.ការជ្រើសរើសពូជមាន់ៈ

ដើម្បីចិញ្ចឹម យើងគប្បីជ្រើសរើសយកមាន់ទាំងឡាយណា ដែលមានសុខភាពល្អ រហ័សរហួន ភ្នែកភ្លឺក្បាលងើបឡើងលើ ស្បែកភ្លឺរលោង គ្មានរបួសឬពិការ។ ការជ្រើសរើសមាន់ទុកធ្វើពូជបានល្អ ត្រូវសង្កេតមើលដូចតទៅៈ

១- ការសង្កេតនិងជ្រើសរើសកូនមាន់អាយុបាន ១ថ្ងៃៈ

កូនមាន់អាយុបាន១ថ្ងៃយើងមានការងាយស្រួលក្នុងការពិនិត្យមើលជើងចំពុះនិងពោះ។ មាន់ដែលមានសុខភាពល្អមានរោមគ្រសុះៗ ពោះមានពណ៌សហើយទន់ ផ្ចិតស្ងួត។ ចំពោះកូនមាន់ដែលសុខភាពមិនល្អមានរោមស្អិតជាប់គ្នាពោះធ្លាក់មានពណ៌ខៀវក្រម៉ៅ ផ្ចិតប្រហោង។ កូនមាន់ប្រភេទនេះមិនត្រូវរើសយកមកចិញ្ចឹមធ្វើពូជទេ។

២- ការជ្រើសរើសកូនមាន់អាយុពី ២-៤ សប្តាហ៍:

ការជ្រើសរើសមាន់ក្នុងអាយុនេះ គឺការជ្រើសរើសមាន់មកចិញ្ចឹមយកសាច់សំខាន់គឺយកមាន់ចូលចិត្តស៊ីចំណី (មើលតែ) ត្រូវមានជើងរឹងមាំ រោមរលោង ស្លាបក្តោបជាប់ខ្លួនទាំងសងខាង កន្ទុយសមនិងរូបរាង។ ចំពោះមាន់ដែលមានរោមពព្រុសៗស្លេកស្លាំងគឺមាន់ខ្វះជីវជាតិ។ ក្នុងអាយុនេះ មាន់ញីនិងមាន់ឈ្មោលចាប់ផ្តើមខុសគ្នាហើយ គឺមាន់ឈ្មោលមាឌធំជាងញី និងសិរក្រហមជាងមាន់ញី។ បើចិញ្ចឹមជាទ្រង់ទ្រាយធំ គួរចិញ្ចឹមឈ្មោលដោយឡែក និងញីដោយ ឡែក ធ្វើរបៀបនេះយើងនឹងចំណេញជាង ពីព្រោះយើងអាចចាប់មាន់ឈ្មោលលក់បានមុនមាន់ញី។

៣- ការជ្រើសរើសមាន់អាយុ ៣៦ - ៤២ ថ្ងៃ:

ការជ្រើសរើសមាន់នៅពេលនេះ គឺជាការសំខាន់ និងចាំបាច់ចំពោះមាន់យកសាច់ផង និងយកស៊ុតផង។ អាយុបាន ៣៦ ថ្ងៃចំពោះមាន់យកស៊ុត និង ៤២ ថ្ងៃចំពោះមាន់យកសាច់ ។

៤- ការជ្រើសរើសមេមាន់:

ក្រោយពេលពងវាញាស់ និងបណ្តើរកូនបានម្តងហើយមិនត្រូវយកទេ យើងត្រូវជ្រើសរើសយកកូនលើកទី២វិញ។ ក្នុងការចិញ្ចឹមគួរគប្បីកត់ត្រាចំនួនពងចំនួនកូនដែលទើបនឹងញាស់និងចំនួនកូនដែលមេលែងបណ្តើរធ្វើយ៉ាងនេះអាចទទួលបានលទ្ធផលពិតប្រាកដក្នុងការដកចេញនូវមេមាន់ដែលមិនសូវឱ្យពងនិងមិនចេះរក្សាកូន ដើម្បីបន្ថយចំណីផលិតពង។ ចំពោះមាន់ដែលផ្តល់ពងហើយ យើងអាចដឹងដោយចន្លោះឆ្អឹងគូថ និងឆ្អឹងទ្រូងធំទូលាយ។

ខ.របៀបជ្រើសរើសមាន់ធំទុកធ្វើបា មានលក្ខណៈដូចខាងក្រោម:

- មាន់បាត្រូវមានរូបរាងល្អធំជាត់ រឹងមាំ មិនដែលកើតជំងឺឆ្លង
- គួរមានទម្ងន់ ២ គក្រ ឡើងទៅ
- មានសភាពរហ័សរហួន ពូកែជាន់មេ
- មានអាយុចន្លោះពី ៩ខែ ទៅ ៣ ឆ្នាំ
- គួរជម្រុះចោលនូវមាន់បាចាស់ដែលមានអាយុលើសពី ៣ ឆ្នាំ។

គ.របៀបជ្រើសរើសមាន់ធំទុកធ្វើមេតាមលក្ខណៈដូចខាងក្រោម:

- មេមាន់ត្រូវមានរូបរាងធំជាត់ រឹងមាំ មិនដែលកើតជំងឺឆ្លង
- គួរមានទម្ងន់ ១.៥ គក្រ ឡើងទៅ
- មានអាយុចាប់ពី ៧ខែ ទៅ ៣ ឆ្នាំ
- ផ្តល់ពងយ៉ាងតិចពី ៤ ទៅ ៥ ដងក្នុង ១ ឆ្នាំ
- ផ្តល់ពងមួយដងបានពី ៨ ទៅ ១២ ពង
- ក្រាបពងម្តងៗ កូនញាស់បានយ៉ាងតិច ៨ ក្បាល
- ពូកែចិញ្ចឹមកូន នៅសល់ពីងាប់យ៉ាងតិចពី ៨ ក្បាល
- មិនកាច មិនចឹកកូនខ្លួនឯង ឬកូនរបស់មេដទៃទៀត
- គួរជម្រុះចោលនូវមេចាស់ ឬមេដែលគ្មានលក្ខណៈល្អដូចរៀបរាប់ខាងលើនេះចោល។

តើមាន់ទុកធ្វើពូជបន្តត្រូវជៀសវាងអ្វីខ្លះ?

ពន្យល់ចំណុចសំខាន់ៗ ឬ ប្រាប់សិស្សនៅក្នុងថ្នាក់:

ក្នុងការទុកពូជបន្ត ត្រូវជៀសវាងក្នុងការបង្កាត់ជាន់ឈាម វាងកូននិងមេខ្លួនឯង ឬវាងបានិងកូនខ្លួនឯង និងវាង បងប្អូនបង្កើតរបស់វា។ ការបង្កាត់ដែលមានលក្ខណៈជាន់ឈាម បណ្តាលឱ្យលេចចេញនូវលក្ខណៈអន់ដូច

ជាមាឌកាន់តែតូចទៅៗ ពងតិចមិនសូវញាស់ឬកើតមកខ្សោយ ងាយទទួលជំងឺឆ្លងជាដើម។

ដូច្នេះជាការល្អប្រសើរ យើងគួរជ្រើសរើសបាដែលមិនមែនជាកូនមេពូជរបស់យើងតាមរយៈការដោះដូរបាជាមួយអ្នកជិតខាង ជាអ្នកធ្លាប់អនុវត្តតាមបច្ចេកទេសនេះបានល្អ។ ម្យ៉ាងទៀត ជៀសវាងការទុកពូជបាឬមេចេញពីកូនមេដែលទើបពងញាស់លើកទី ១ និងមេដែលមានអាយុចាស់លើសពី ៣ ឆ្នាំ។

សកម្មភាពសំខាន់។

⌚ ៣០ នាទី

យើងនាំគ្នាទៅកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់ ដើម្បីសង្កេតមើលឱ្យដឹងពីលក្ខណៈមាន់ញី និងមាន់ឈ្មោល។

អនុវត្តចាប់មាន់មានអាយុប្រហែល ៤ សប្តាហ៍ក្នុងសំបុកតែមួយ ដោយបង្ហាញពីទ្រង់ទ្រាយជាលក្ខណៈមាន់ញី និងមាន់ឈ្មោល។

បង្ហាញពីលក្ខណៈរូបរាងមាន់ដែលត្រូវទុកធ្វើពូជបន្ត និងមាន់ដែលមិនអាចយកធ្វើពូជបាន។

ធ្វើរួចហើយត្រឡប់ទៅថ្នាក់វិញ។

បញ្ចប់មេរៀន

⌚ ១០ នាទី

ទាំងអស់គ្នាយកសៀវភៅ កត់ខ្លឹមសារមេរៀន និងសំណួរនៅលើក្តារខៀនយកទៅមើល និងឆ្លើយនៅផ្ទះ។ ដើម្បីឱ្យចម្លើយកាន់តែច្បាស់ ត្រូវចេះសាកសួរឪពុកម្តាយ បងប្អូន ឬអ្នកជិតខាង។

សំណួរៈ ១. តើការជ្រើសរើសកូនមាន់អាយុបាន ១ថ្ងៃទុកធ្វើពូជត្រូវមានលក្ខណៈដូចម្តេចខ្លះ?

២. តើការជ្រើសរើសមាន់ទុកធ្វើបានិងមេត្រូវមានលក្ខណៈដូចម្តេច?

៣. តើមាន់ទុកធ្វើពូជបន្តត្រូវជៀសវាងអ្វីខ្លះ?

តាមដានរៀងរាល់ថ្ងៃ ទាំងព្រឹក ទាំងល្ងាច

បណ្តាំផ្ញើៈ- ជៀសវាងទម្លាប់ទុកមាន់ឈឺធ្វើពូជបន្ត។

- ជៀសវាងយកមាន់ក្មេងពេក ឬចាស់ពេកមកធ្វើពូជបន្ត។
- ជ្រើសរើសមាន់ទុកធ្វើពូជ ត្រូវតាមដានតាំងពីញាស់រហូតដល់ធំ។
- កូនមាន់ ដែលបានបំបែកចេញពីមេត្រូវចាក់វ៉ាក់សាំង និងផ្តល់កំដៅឱ្យវា។

ល្បែងកំសាន្ត : ស្តេចចង់ ⏲ ១០ នាទី

ល្បែងស្តេចចង់ មានម្នាក់តាំងខ្លួនធ្វើជាស្តេចចំណែកឯអ្នកផ្សេងទៀតចែកជា២ក្រុមស្មើគ្នាហើយអ្នកឈរ និងអ្នកធ្វើស្តេចត្រូវនៅចម្ងាយពីគ្នាប្រហែល ១០ម៉ែត្រ។

អ្នកដែលឈរតាមក្រុមទី១ ឱ្យទៅខ្សឹបឈ្មោះអ្នកនៅក្រុមទី ២ ដាក់ស្តេច បន្ទាប់មកក្រុមទី២ទៅខ្សឹបឈ្មោះអ្នកនៅក្រុមទី ១ ដាក់ស្តេចវិញម្តង។ ការធ្វើរបៀបនេះគឺផ្លាស់ប្តូរក្រុមរហូត ហើយមិនប្រកាន់ទេ អ្នកណាឡើងទៅ ខ្សឹបដាក់ស្តេចក៏បានដែរ។

ចំពោះអ្នកនៅតាមក្រុមនីមួយៗ ដែលឡើងទៅរកស្តេចនោះត្រូវចំឈ្មោះដែលក្រុមគេប្រាប់ ស្តេចនោះឯងតម្រូវឱ្យទៅនៅក្រុមគេហើយចំណែកឯក្រុមមួយទៀតក៏ធ្វើដូច្នោះដែរ។ សកម្មភាពល្បែងនេះអាចលេងបានយូរឬឆាប់គឺអាស្រ័យទៅតាមពេលវេលាដែលយើងគ្រោងទុក។

នៅទីបញ្ចប់អ្នកដែលធ្វើស្តេចត្រូវពិនិត្យមើលក្រុមណាដែលមានចំនួនច្រើនជាងគឺឈ្នះ ក្រុមណា ចំនួនតិចគឺចាញ់ ហើយក្រុមដែលចាញ់ ត្រូវពិន័យ ស្រេចតែយើងនាំគ្នាកំណត់ចុះអាចរាំ ច្រៀងឬធ្វើសកម្ម ភាពផ្សេងៗក៏បាន។

មេរៀនទី ៨: ការទម្លាក់ព្រូនមាន់

🕑 រយៈពេលបង្រៀនៈ ២ ម៉ោង

☑ ការត្រៀមលក្ខណៈ

មុនពេលបង្រៀនលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ

- អាន និងពិនិត្យមេរៀនដោយហ្មត់ចត់ និងធ្វើកិច្ចតែងការបង្រៀន
- ពិនិត្យមើលឯកសារសិស្ស ដើម្បីចង់ដឹងថាតើមានព័ត៌មាន និងសំណួរ សម្រាប់សកម្មភាពគ្រូនឹងការបង្រៀនដែរឬទេ?
- សរសេរសំណួរសិក្សាលើក្ដារខៀន ឬនៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំ។ ប្រសិនបើសិស្សមានសៀវភៅ គេអាចមើលព័ត៌មាននេះនៅក្នុងសៀវភៅរបស់គេបាន
- មើលកាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- រៀបចំបន្ទប់រៀន (តុ កៅអី ក្ដារខៀន...)

📖 សម្ភារឧបទេស ធនធាន ដែលត្រូវការ

- ឯកសារណែនាំសម្រាប់គ្រូ កិច្ចតែងការ កាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- សៀវភៅសិស្សជាជម្រើសដែលគ្រូត្រូវការប្រើប្រើចាំបាច់
- ដីស ហ្វឺតសរសេរក្ដារខៀន
- ថ្នាំព្រូន ស្លឹកឬផ្លែក្តម្ពទេស ផ្លែស្លាខ្ចី ចំណី។ល។

☼ វត្ថុបំណងៈ

នៅពេលរៀនមេរៀននេះចប់សិស្សទាំងអស់អាច ៖

១. ផ្សំថ្នាំទម្លាក់ព្រូនមាន់ដោយខ្លួនឯង

២. អនុវត្តតាមរបៀបនការទម្លាក់ព្រូនមាន់ ។

រំឭកមេរៀនទី ៧: ការជ្រើសរើសមាន់ចិញ្ចឹមបន្ត 🕑 ១០ នាទី

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូពិនិត្យវត្តមាន រួចប្រមូលកិច្ចការសិស្សមកកែ បន្ទាប់មកជាមួយសិស្សដូចមានសំណួរខាងក្រោម៖

◈ តើការជ្រើសរើសកូនមាន់អាយុបាន ១ថ្ងៃទុកធ្វើពូជមានលក្ខណៈដូចម្ដេចខ្លះ? សិស្សនាំគ្នាឆ្លើយៈ

ការជ្រើសរើសកូនមាន់អាយុបាន ១ថ្ងៃទុកធ្វើពូជត្រូវសង្កេតមើលលក្ខណៈដូចជាៈ

កូនមាន់អាយុបាន ១ថ្ងៃ យើងមានការងាយស្រួលក្នុងការពិនិត្យមើល ជើង ចំពុះ និងពោះ។ មាន់មានសុខភាពល្អមានរោមគ្រសុះៗពោះមានពណ៌សហើយទន់ផ្ចិតស្ងួត។ ចំពោះកូនមាន់ដែលសុខភាពមិនល្អ មានរោមស្អិតជាប់គ្នាពោះធ្លាក់មានពណ៌ខៀវក្រមៅ ផ្ចិតប្រហោង។ កូនមាន់ប្រភេទនេះ មិនត្រូវរើសយកមកចិញ្ចឹមធ្វើពូជឡើយ។

តើការជ្រើសរើសមាន់ទុកធ្វើបានិងមេត្រូវមានលក្ខណៈដូចម្ដេច?សិស្សនាំគ្នាឆ្លើយៈ

ការជ្រើសរើសមាន់ទុកធ្វើបាមានលក្ខណៈដូចតទៅៈ

- មាន់បាត្រូវមានរូបរាងល្អ ធំធាត់ រឹងមាំ មិនដែលកើតជំងឺឆ្លង
- គួរមានទម្ងន់ ២ គ.ក្រ ឡើងទៅ
- មានសភាពរហ័សរហួន ពូកែជាន់មេ

● មានអាយុចន្លោះពី ៩ខែ ទៅ ៣ ឆ្នាំ

● គួរជម្រុះចោលនូវមាន់បាចាស់ដែលមានអាយុលើសពី ៣ ឆ្នាំ។

- ការជ្រើសរើសមាន់ទុកធ្វើមេមានលក្ខណៈដូចតទៅៈ

● មេមាន់ត្រូវមានរូបរាងធំធាត់ រឹងមាំ មិនដែលកើតជំងឺឆ្លង

● គួរមានទម្ងន់ ១.៥ គក្រ ឡើងទៅ

● មានអាយុចាប់ពី ៧ខែ ទៅ ៣ ឆ្នាំ

● ផ្តល់ពងយ៉ាងតិចពី ៤ ទៅ ៥ ដងក្នុង ១ ឆ្នាំ

● ផ្តល់ពងមួយដងបានពី ៨ ទៅ ១២ ពង

● ក្រាបពងម្តងៗកូនញាស់បានយ៉ាងតិច ៨ ក្បាល

● ពូកែចិញ្ចឹមកូន នៅសល់ពីងាប់យ៉ាងតិចពី ៨ ក្បាល

● មិនកាច មិនចឹកកូនខ្លួនឯង ឬកូនរបស់មេដទៃទៀត

● គួរជម្រុះចោលនូវមេចាស់ ឬមេដែលគ្មានលក្ខណៈល្អដូចរៀបរាប់ខាងលើនេះចោល

តើមាន់ទុកធ្វើពូជបន្តត្រូវជៀសវាងអ្វីខ្លះ?

ការជ្រើសរើសមាន់ទុកធ្វើពូជបន្ត ត្រូវជៀសវាងក្នុងការបង្កាត់ជាន់ឈាម រវាងកូននិងមេខ្លួនឯង ឬរវាងបា និងកូនខ្លួនឯង និងរវាងបងប្អូនបង្កើតរបស់វា។ ការបង្កាត់ដែលមានលក្ខណៈជាន់ឈាម បណ្តាលឱ្យលេចចេញនូវលក្ខណៈអន់ដូចជាមាឌកាន់តែតូចទៅៗ ពងតិចមិនសូវញាស់ ឬកើតមកខ្សោយងាយទទួលជំងឺឆ្លងជាដើម។

ដូច្នេះជាការល្អប្រសើរ យើងគួរជ្រើសរើសបាដែលមិនមែនជាកូនមេពូជរបស់យើង តាមរយៈការដោះដូរបា ឬមេជាមួយអ្នកជិតខាង ជាអ្នកធ្លាប់អនុវត្តតាមបច្ចេកទេសនេះបានល្អ។ ម្យ៉ាងទៀតជៀសវាងការទុកពូជបាឬមេចេញពីកូនមេដែលទើបពងញាស់លើកទី ១ និងមេដែលមានអាយុចាស់លើសពី ៣ ឆ្នាំ។

ចំណងជើងមេរៀនទី ៨ៈ ការទម្លាក់ព្រូនមាន់ ⌚ ៤០ នាទី

លោកគ្រូ/អ្នកគ្រូពន្យល់ ពីរបៀបទម្លាក់ព្រូនមាន់

? តើការទម្លាក់ព្រូនមាន់ត្រូវមានអ្វីខ្លះ?

គ្រូសរសេរចម្លើយរបស់សិស្សនៅលើក្តារខៀនៈ

គ្រាប់សង្កែ គ្រាប់ក្ទម្ពទេស ផ្លែស្លាថ្មី ស្លឹកក្ទម្ពទេស ដូងទំកោសរួច...

តើរបៀបទម្លាក់ព្រូនមាន់ធ្វើដូចម្តេចខ្លះ?

ពន្យល់ចំណុចសំខាន់ៗ ឬ ប្រាប់សិស្សនៅក្នុងថ្នាក់

● ការទម្លាក់ព្រូនៈ

នៅពេលកូនមាន់មានអាយុ ៣ សប្តាហ៍វាចាប់ផ្តើមចេះដើរកកាយរកចំណីស៊ីដោយខ្លួនវាហើយឆ្លងនូវជំងឺព្រូន។ *ដូច្នេះត្រូវទម្លាក់ព្រូនជារៀងរាល់ខែ* ដោយប្រើប្រាស់នូវចំណី ដូចជា ស្លឹកឬគ្រាប់ក្ទម្ពទេស គ្រាប់សង្កែនិងផ្លែស្លាខ្ចីជាដើម។ល។

តើរុក្ខជាតិអ្វីខ្លះ ដែលអាចយកមកប្រើក្នុងការទម្លាក់ព្រូនឱ្យមាន់បាន?

រុក្ខជាតិដែលអាចយកមកប្រើក្នុងការទម្លាក់ព្រូនឱ្យមាន់បាន ងាយរកនៅក្នុងមូលដ្ឋានដូចជាៈ ស្លឹកឬគ្រាប់ក្ទម្ពទេស និងគ្រាប់សង្កែ យើងអាចលាយជាមួយចំណីរយៈពេល ៣ថ្ងៃម្តង ឬចាប់បញ្ច្រកក្នុងកម្រិត ៣

គ្រាប់សម្រាប់មាន់ទម្ងន់ ១ គ.ក្រ។ ចំពោះផ្លែស្លាយើងអាចយកមកបញ្ចូក ឬបុកលាយជាមួយចំណីឬលាយនឹងទឹកក៏បានក្នុងកម្រិត ១/៤ នៃផ្លែស្លា សម្រាប់ទម្ងន់មាន់ ១ គ.ក្រ ។

ម្យ៉ាងទៀតយើងអាចធ្វើការទម្លាក់ព្រូន ដោយប្រើកន្ទក់លាយជាមួយនឹងដូងទុំកោសរួចច្របល់ចូលគ្នា(ដូងទុំ ១ ជាមួយនឹងកន្ទក់ ៣ គ.ក្រ) ដោយដាក់ឱ្យស៊ីជារៀងរាល់ខែ។ ការទម្លាក់ព្រូនមាន់អាចជួយឱ្យមាន់មានសុខភាពរឹងមាំ ឆាប់ធំធាត់ ហើយមិនងាយកើតជំងឺផ្សេងៗទៀតផង។

សកម្មភាពសំខាន់។ ⌚ ៣០ នាទី

យើងនាំគ្នាទៅកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់ ដើម្បីរៀបចំដាក់ថ្នាំព្រូនឱ្យមាន់។

គ្រូអនុវត្តជាមួយសិស្ស ចាប់មាន់បញ្ចុកថ្នាំព្រូន ដូចដែលយើងបានពិភាក្សានៅក្នុងថ្នាក់ ហើយ អនុញ្ញាតឱ្យសិស្សអនុវត្តជាបន្តបន្ទាប់។

ធ្វើរួចហើយត្រឡប់ទៅថ្នាក់វិញ។

បញ្ចប់មេរៀន ⌚ ១០ នាទី

ទាំងអស់គ្នាយកសៀវភៅ កត់ខ្លឹមសារមេរៀន និងសំណួរនៅលើក្ដារខៀនយកទៅមើល និងឆ្លើយនៅផ្ទះ។ ដើម្បីឱ្យចម្លើយកាន់តែច្បាស់ ត្រូវចេះសាកសួរឪពុកម្ដាយ បងប្អូន ឬអ្នកជិតខាង។

សំណួរៈ ១. តើរុក្ខជាតិអ្វីខ្លះ ដែលអាចយកមកប្រើក្នុងការទម្លាក់ព្រូនឱ្យមាន់បាន?

២. តើរបៀបទម្លាក់ព្រូនមាន់ធ្វើដូចម្ដេចខ្លះ?

បណ្ដាំផ្ញើៈ- ត្រូវរកវត្ថុធាតុដើមដែលមាននៅក្នុងមូលដ្ឋាន ដើម្បីទម្លាក់ព្រូនឱ្យមាន់
- ការទម្លាក់ព្រូន ដើម្បីឱ្យមាន់មានសុខភាពល្អ និងឆាប់ធំធាត់
- ចំណី ទឹក និងស្នូកត្រូវមានអនាម័យ
- តាមដានរៀងរាល់ថ្ងៃ ទាំងព្រឹក ទាំងល្ងាច។

ល្បែងកំសាន្ត : កណ្ដៀរចូលរន្ធ ⌚ ១០ នាទី

ឱ្យសិស្សទាំងអស់ឈរជារង្វង់មូល កាន់ដៃបន្តគ្នា តែឱ្យដាច់នៅចន្លោះមួយៗ ម្នាក់ធ្វើជាដើមទីនិងម្នាក់ទៀតធ្វើចុងទី។ បន្ទាប់មកអ្នកនៅចុងទី ដើរកាន់ដៃបន្តគ្នាចូលទៅតាមចន្លោះអ្នកទី១ និងទី២ ហើយអ្នកទាំងអស់កាន់ដៃគ្នាហូតដើម្បីឱ្យអ្នកដែលដើរចូលមុជក្រោមដៃ ហាក់បីដូចជាកណ្ដៀរចូលរន្ធ រហូតដល់អ្នកទី ២ក៏ចូលដែរតែត្រូវបង្វិលដៃក្រឡាស់ខ្លួនមកឱ្យដូចនឹងគេដែរ។ ក្រោយមកទៀតអ្នកនៅចុងទីដដែល ដើរចូលចន្លោះអ្នកទី ២ និង ទី ៣ ទៀត រហូតដល់អ្នកទី ៣ ក៏ចូលដែរ តែត្រូវបង្វិលដៃក្រឡាស់ខ្លួនមកដូចអ្នកទី ២ ដែរ ។ ការធ្វើសកម្មភាពដដែលនេះ អ្នកនៅចុងទីដើរចូលចន្លោះអ្នកទី ៣ និង ទី ៤ ហើយក៏ដើរចូលចន្លោះជាបន្តបន្ទាប់រហូតដល់ចុងទី។ ចំពោះអ្នកចុងទីត្រូវចូលចន្លោះចុងបំផុតដែរ ដោយបង្វិលដៃក្រឡាស់ខ្លួនមកឱ្យដូចដើមវិញជាការស្រេច។

ក្រោយពីបានធ្វើសកម្មភាពជំហានទី១ ចប់ហើយត្រូវប្ដូរគ្នា គឺអ្នកនៅដើមពីមុនធ្វើចុងទី អ្នកនៅចុងពីមុនធ្វើដើមទីវិញម្ដង។ ចំណែកឯសកម្មភាព ធ្វើឱ្យដូចកាលពីធ្វើនៅជំហានទី ១ ដដែល។

បន្ទាប់ពីបានធ្វើសកម្មភាពជំហានទី ២ ទាំងអស់គ្នារួចមក ល្បែងនេះក៏សន្មត់ថាចប់។

មេរៀនទី ៩: ជំងឺមាន់

🕑 រយៈពេលបង្រៀនៈ ២ ម៉ោង

☑ ការត្រៀមលក្ខណៈ

មុនពេលបង្រៀនលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ

- អាន និងពិនិត្យមេរៀនដោយហ្មត់ចត់ និងធ្វើកិច្ចតែងការបង្រៀន
- ពិនិត្យមើលឯកសារសិស្ស ដើម្បីចង់ដឹងថាតើមានព័ត៌មាន និងសំណួរ សម្រាប់សកម្មភាពគ្រូវនឹងការបង្រៀនដែរឬទេ?
- សរសេរសំណួរសិក្សាលើក្តារខៀន ឬនៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំ។ ប្រសិនបើសិស្សមានសៀវភៅ គេអាចមើលព័ត៌មាននេះនៅក្នុងសៀវភៅរបស់គេបាន
- មើលកាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- រៀបចំបន្ទប់រៀន (តុ កៅអី ក្តារខៀន...)

📖 សម្ភារឧបទេស ធនធានដែលត្រូវការ

- ឯកសារណែនាំសម្រាប់គ្រូ កិច្ចតែងការ កាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- សៀវភៅសិស្សជាជម្រើសដែលគ្រូត្រូវការប្រើបើចាំបាច់
- ដីស ហ្វឺតសរសេរក្តារខៀន
- សំណាកមាន់មានជំងឺ ថ្នាំព្យាបាល វ៉ាក់សាំង។ល។
- ដូស្ស៊ីការចិញ្ចឹមមាន់

☼ វត្ថុបំណង

នៅពេលរៀនមេរៀននេះចប់សិស្សទាំងអស់អាច ៖

- កំណត់បានរោគសញ្ញាមាន់ដែលកើតជំងឺ
- ផ្តល់ថ្នាំព្យាបាលឱ្យមាន់
- ចាក់វ៉ាក់សាំងឱ្យមាន់។

រំឭកមេរៀនទី ៨: ការទម្លាក់ព្រូនមាន់ 🕑 ១០ នាទី

លោកគ្រូ/អ្នកគ្រូពិនិត្យវត្តមាន រួចប្រមូលកិច្ចការសិស្សមកកែ បន្ទាប់មកជាមួយសិស្សដូចមានសំណួរខាងក្រោម៖

◈ តើរុក្ខជាតិអ្វីខ្លះដែលអាច យកមកប្រើក្នុងការទម្លាក់ព្រូនឱ្យមាន់បាន? សិស្សនាំគ្នាឆ្លើយៈ

រុក្ខជាតិអ្វីខ្លះដែលអាចយកមកប្រើក្នុងការទម្លាក់ព្រូនឱ្យមាន់បាន ដូចជាៈ

- ស្លឹកឬគ្រាប់ក្តម្ពទេស
- គ្រាប់សង្កែ
- ផ្លែស្លាខ្ចី
- ដូងទុំ

តើរបៀបទម្លាក់ព្រូនមាន់ធ្វើដូចម្តេចខ្លះ? សិស្សនាំគ្នាឆ្លើយៈរបៀបទម្លាក់ព្រូនមាន់អនុវត្តដូចតទៅៈ ស្លឹកឬគ្រាប់ក្តម្ពទេស និងគ្រាប់សង្កែ យើងអាចលាយជាមួយចំណីរយៈពេល ៣ថ្ងៃម្តង ឬចាប់បញ្ចុកក្នុងកម្រិត៣គ្រាប់សម្រាប់មាន់ទម្ងន់ ១ គ.ក្រ។ ចំពោះផ្លែស្លាខ្ចី យើងអាចយកមកបញ្ចុក ឬបុកលាយជាមួយចំណី ឬលាយ

នឹងទឹកក៏បានក្នុងកម្រិត១/៤នៃផ្លែស្លាសម្រាប់ទម្ងន់មាន់១គ.ក្រ។ ម្យ៉ាងទៀតយើងអាចធ្វើការទម្លាក់ព្រូនដោយប្រើកន្ទក់លាយជាមួយនឹងដូងទុំកោសរួចច្របល់ចូលគ្នា(ដូងទុំ ១ ជាមួយនឹងកន្ទក់ ៣ គ.ក្រ) ដោយដាក់ឱ្យស៊ីជារៀងរាល់ខែ។ ការទម្លាក់ព្រូនមាន់អាចជួយឱ្យមាន់មានសុខភាពរឹងមាំ ឆាប់ធំធាត់ ហើយមិនងាយកើតជំងឺផ្សេងៗទៀតផង។

ចំណងជើងមេរៀនទី ៩: អំពីជំងឺមាន់

🕑 ៤០ នាទី

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ បង្ហាញផ្ទាំងរូបការចិញ្ចឹមមាន់ ពន្យល់ពីរបៀបចាក់វ៉ាក់សាំង ។បន្ទាប់មកគ្រូសួរទៅសិស្ស តើជំងឺមាន់មានអ្វីខ្លះ ?

គ្រូសរសេរចម្លើយរបស់សិស្សនៅលើក្ដារខៀន៖ ជំងឺរាកឈាម ជណងឺរាកស ជំងឺអាសន្នរោគ ជំងឺអុតមាន់ ជំងឺញូកាស។

◈ តើអ្នកកត់សំគាល់មាន់កើតជំងឺដូចម្ដេច ?តើអ្នកមានវិធានការដូចម្ដេចនៅពេលដែលមាន់មានជំងឺ ?

ការកត់សំគាល់មាន់មានជំងឺនិងវិធានការមានដូចតទៅ:

១.អំពីជំងឺញូកាស: (New Castle Diseases)

ជំងឺញូកាស បង្កឡើងដោយវីរុស។ វាជាជំងឺមួយដែលឆ្លងរាលដាលយ៉ាងសាហាវបំផុត។

ក.រោគសញ្ញា:

យើងសង្កេតឃើញមាន់មួយចំនួនក្នុងហ្វូង ចុះខ្សោយ សំកុក ធ្លាក់ស្លាប ភ្នែកព្រឹមៗ ស៊ីតិច/អត់ស៊ី ប្រសិនបើយើងកំដៅឡើងខ្ពស់ ៤២-៤៣ អង្សាសេ។ មាន់ឈ្មោលឈប់រងាវ មេមាន់ថយពងឬអត់ពង លាមកធំក្លិនឆ្អេះឆ្អួល។

- ពិបាកដកដង្ហើម ហាមាត់ដូចស្វាប ហៀរទឹកសំបោរ
- ពេលរាកមក លាមកឡើងខៀវ ហើយប្រែបន្តិចម្តងៗ ទៅជាស
- លាមកមានលាយឈាម ក្លិនឆ្អាប មាត់ហៀរទឹករអិល ក្នុងគែរមានទឹកពេញ
- ញាក់ញ័រកន្ត្រាក់ខ្លួន កាច់ក។ កូនមាន់ និងមាន់ជំទង់ ធន់នឹងជំងឺនេះ ច្រើនជាងមាន់ធំ។

ខ.ការព្យាបាល

ជំងឺញូវកាសគ្មានថ្នាំព្យាបាលទេ។ ប៉ុន្តែគេឱ្យមាន់ផឹកស្រាត្រាំក្អែប៣-៤ ម.ល/ក្បាល ឬអាចឱ្យផឹកទឹកខ្ទឹលាយជាមួយនឹងខ្ទឹមសតែពុំសូវមានប្រសិទ្ធភាពទេ។

គ.ការការពារ:

- សម្អាតទ្រុង និងសម្ភារៈផ្សេងៗ ដែលមាននៅក្នុងទ្រុងមាន់
- ទ្រុងត្រូវស្ងួត ផ្តល់ចំណីឱ្យមាន់ មានសុខភាពល្អ និងឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់
- ដុត ឬ កប់ចោលមាន់ដែលងាប់ដោយជំងឺនេះ។

២.អំពីជំងឺអុតមាន់: (Variuola Ovium)

ជាជំងឺឆ្លងរាលដាលនៃសត្វមាន់ ហើយបង្កដោយវីរុស

ក.រោគសញ្ញា: គេចែករោគសញ្ញាជំងឺអុតមាន់ជា ៣ សណ្ឋាន:

- **សណ្ឋានអុតសើស្បែក:** ដុំពកតូចមានពណ៌កូលាប ឬលឿងហើយប្រែទៅជាក្រមរ នៅលើកន្លែងអត់រោម ដូចជាសិរនៅលើខ្ទង់ច្រមុះ គែមចំពុះ ជុំវិញភ្នែក ត្រចៀក ជើង បើកើតលើភ្នែកនឹងធ្វើឱ្យខ្វាក់ភ្នែកបើកើតលើចំពុះ ពិបាកស៊ី ផឹកទឹក កើតលើច្រមុះពិបាកដកដង្ហើម ។
- **សណ្ឋានអុតក្នុងមាត់ និងក្នុងបំពង់ក:** ក្នុងមាត់និងក្នុងបំពង់ក រលាក កកឈាម មានចំណុចពណ៌លឿង ។ ចំណុចនេះរាល ពកជាដុំ ឬជាបន្ទះ ច្បាមជាប់ក្នុងមាត់ ។ បន្ទះនោះបិទជាប់នឹងបំពង់ក ធ្វើឱ្យស្ទះដង្ហើមងាប់ ។
- **សណ្ឋានអុតនៅភ្នែក និងច្រមុះ:** មាន់ឈឺរលាកភ្នែក មានពពឹកភ្នែក ត្របកភ្នែកជាប់គ្នា ច្រមុះរលាកហៀរទឹកពេលចូលទឹកច្រមុះស្ងួតក្រៀមបិទរន្ធច្រមុះ នាំឱ្យពិបាកដកដង្ហើម។

ខ.ការការពារ

- អនាម័យ
- ការចាក់ថ្នាំការពារ
- សម្លាប់មូស រុយ ល្បោម ដែលជាភ្នាក់ងារចម្លងមេរោគ។

គ.ការព្យាបាល:

គ្មានថ្នាំព្យាបាលទេ តែតាមបទពិសោធន៍គេអាចយកក្រមរចេញ រួចលាបប្រ៊ីមេទីឡែន។ម៉្យាងទៀតអាចលាយជាម្សៅស្ត្រឹបតូមីស៊ីន និងម្សៅតាំងទេទីយ៉ូដ និងអាស៊ីដថៃ លាបលើមុខរបួស ។

៣.ជំងឺអាសន្នរោគមាន់: (Fowl Cholera)

ជំងឺនេះបណ្តាលមកពីបាក់តេរី។ ជំងឺនេះច្រើនកើតចំពោះមាន់ដែលចិញ្ចឹមក្នុងលក្ខណៈកខ្វក់ ឬការចិញ្ចឹមដោយពុំបានប្រើថ្នាំការពារ។ ជំងឺនេះជាប្រភេទ ជំងឺឆ្លងយ៉ាងសាហាវ ។

ក.រោគសញ្ញា:
ជួនកាលមាន់ងាប់ភ្លាមៗជួនងាប់ពេលកំពង់ស៊ីជួនងាប់ក្នុងទ្រុងឬលើមែកឈើនៅពេលយប់ជួនកាលេចញរោគសញ្ញា ក្តៅខ្លាំង សំកុក អត់ស៊ី អត់ផឹក ជាំសិរ ច្រមុះ ចំពុះ មានទឹករំអិលពិបាកដកដង្ហើមចុះរាកលាមក មានពណ៌លឿង ព្រលៃត រោមជុំវិញគូថ ប្រឡាក់លាមក។ ត្រចៀករលាកចេញទឹកពណ៌លឿង មាន់កាច់ក រលាកសន្លាក់ឆ្អឹង។

ខ.ការការពារ: មានវិធានការអនាម័យ ប្រើវ៉ាក់សាំង (ទាក់ទងនឹងបសុពេទ្យ)

គ.ការព្យាបាល: គួរព្យាបាលសត្វដែលនៅជាមួយគ្នា ទាំងឈឺទាំងជា

- សត្វជា: ប្រើតេត្រាស៊ីគ្លីនគ្រាប់ ២៥០ម.ក្រ ៤គ្រាប់ ក្នុង១ ថ្ងៃសម្រាប់មាន់៥ក្បាលក្នុងរយៈពេល៣-៥ ថ្ងៃ ។
- សត្វឈឺ: ប្រើអុកស៊ីតេត្រាស៊ីគ្លីន ១០% ចាក់សាច់ដុំ ០.២-០.៥ មល ក្នុង ១ក្បាលព្យាបាលពី ៣-៥ ថ្ងៃ ។
- ទែរ៉ាមីស៊ីនលាយជាមួយចំណី ០.២២% ។
- ស្ត្រឹបតូមីស៊ីន ចាក់នឹងសាច់ដុំ ១៥០-២០០ មក្រ ទម្ងន់ ១ គក្រ ក្លរ៉ាំហ្វេនីកុល ២០-៤០ម.ក្រ ទម្ងន់ ១ គក្រ ឱ្យផឹក ឬលាយជាមួយចំណី ។

៤.អំពីជំងឺរាកសះ: (Salmonellosis)

ជំងឺរាកសជាប្រភេទជំងឺឆ្លងរាលដាលឆាប់រហ័ស ច្រើនកើតនៅលើមាន់ដែលមានអាយុពី ១-១៥ថ្ងៃ ។ ជំងឺនេះបង្កឡើងដោយបាក់តេរី។ លក្ខណៈពិសេសនៃជំងឺនេះគឺ រាកលាមកមានពណ៌ស ចុះទម្ងន់ អត្រាស្លាប់ពី ៤០-៥០%។

ក.រោគសញ្ញា
មាន់មានពោះធំ រោមបះ សំកុក ភ្នែកមមី ស៊ីតិច ឬអត់ស៊ី លាមកមានពណ៌ស ។ ចំពោះមេមាន់រាកពង រោមស្រអាប់សិរស្លេក ពងរាងវៀចមិនដូចជាពងធម្មតា។ ជំងឺនេះចម្លងពីមេឈឺ ទៅកូនតាមរយៈស៊ុត និងអាចឆ្លងតាមរយៈចំណី ទឹក បរិយាកាសផ្សេងៗ នៅជុំវិញដែលមិនស្អាត ។

ខ.ការការពារ: ការចាក់វ៉ាក់សាំង

- អនាម័យទ្រុង និងសម្ភារៈប្រើប្រាស់ក្នុងទ្រុង
- ដុតបំផ្លាញចោលសត្វងាប់ដោយជំងឺ
- កូនមាន់ទើបនឹងញាស់ត្រូវដាក់កន្លែងស្ងួតស្អាត ហើយត្រូវផ្តល់ចំណីដែលមានជីវជាតិ អា. ដេ.អឺ ឬអាចប្រើខ្លាញ់ថ្លើមត្រី១-២% ឬ ១-២ លីត្រ ក្នុងចំណី ១០០ គក្រ ឬ ១-២ មល ក្នុង ចំណី១ គក្រ ។

គ.ការព្យាបាល
ប្រើថ្នាំតេត្រាស៊ីគ្លីន(ចាក់) ៣០-៤០ មក្រ ក្នុងទម្ងន់មាន់ ១ គក្រ ។ ក្លរ៉ាមហ្វេនីកុល ១០% ចាក់សាច់ដុំ ៣០-៥០ មក្រ ក្នុងទម្ងន់មាន់ ១ គក្រ ឬអាចយក ៥ សេសេលាយទឹកស្អាត ១ លីត្រឱ្យមាន់ផឹក ៣-៥ ថ្ងៃ ។

៥.ជំងឺរាកឈាម: (Coccidiosis Avium)

ជាជំងឺសាហាវមួយក្នុងចំណោមជំងឺមាន់ ដែលបណ្តាលមកពីប៉ារ៉ាស៊ីតម្យ៉ាងរាងមូល តោងជាប់នៅក្នុងពោះវៀន។ សត្វកើតជំងឺនេះមានសភាពក្រិន ក្រធំ ចុះទម្ងន់។ ពូនមូលអាចឆ្លងតាមរយៈមនុស្ស កណ្តុរ សត្វចាប រុយ។ល។

ក.រោគសញ្ញា:
មាន់ដែលឈឺមានរោមបះ ខ្នងកោង ក្បាលសំយ៉ុង ភ្នែកបិទ ញាក់ញ័រ មានចេញឈាមតាមគូថតែអត់រាក ក្រោយមកមាន់ក៏ងាប់។ មាន់ខ្លះចេញរោគសញ្ញាច្បាស់លាស់ សំកុក ស៊ីតិចតួច ស្រេកទឹក លាមកពណ៌លឿង ឬក្រហមតិចៗ (លាយឈាម)ពិបាកដើរ រាកខ្លាំងក្លា គូថប្រឡាក់លាមកហើយមានរំអិលពណ៌ក្រហមមាន់ខ្លះងាប់ មាន់ខ្លះរស់ ។

ខ.ការការពារៈ

- អនាម័យ កុំចិញ្ចឹមកូនមាន់នៅក្នុងទ្រុងដែលធ្លាប់ចិញ្ចឹមមាន់ធំ
- មាន់ឈឺ ឬសង្ស័យថាឈឺ ត្រូវដកចេញ
- ចិញ្ចឹមធ្វើទ្រុងខ្ពស់ពីដី កុំឱ្យមាន់ស៊ីលាមកគ្នាវា
- ត្រូវធ្វើកម្មវិធីទម្លាក់ព្រូន

គ.ការព្យាបាលៈ ប្រើថ្នាំ Furazolidon

កម្រិតការពារ ១៥០ ក្រាម ក្នុងចំណី ១ តោន (០.០១៥%)ឱ្យមាន់ស៊ីក្នុងរយៈពេល ៧ថ្ងៃ។ កម្រិតព្យាបាលៈ ៤០០ ក្រាម ក្នុងចំណី ១ តោន (០.០៤០%)ឱ្យមាន់ស៊ីរយៈពេល ៧ថ្ងៃ បន្ទាប់មកប្រើតាមកម្រិតការពារវិញ ។

? តើមានវិធានការដូចម្តេច ដើម្បីកុំឱ្យកើតស្រមើលនៅនឹងសំបុកមាន់?

ការការពារស្រមើលនៅលើសំបុកមាន់ៈ ជាទូទៅស្រមើលច្រើនកើតនៅលើសំបុកមាន់ជាពិសេសនៅពេលដែលមាន់កំពុងក្រាប។ ដូច្នេះមុននឹងឱ្យ មេមាន់ក្រាបពងអ្នកគួរសម្លាប់និងការពារស្រមើលឬចៃលើខ្លួនមេមាន់និងសំបុកជាមុន សិនដោយប្រើ សារម៉ាវព្រៃ ស្លឹកស្តៅ ស្លឹកគ្រៃ ស្លឹកស្មាច់ ស្លឹកទៀប ស្លឹកម្រះព្រៅ ស្លឹកទន្រ្ទានខែត្រ។ល។ ដាក់នៅបាត សំបុក មុនឱ្យមេមាន់ពង។ គួររៀបចំសំបុក ឱ្យស្មើនឹងមេមាន់ ដើម្បីកុំឱ្យវាដណ្តើមសំបុកគ្នាពង។ នៅពេលដែលកូនវាញាស់អស់ គួរយកសំបុកនិងអ្វីដែលយើងដាក់បាតសំបុក សម្រាប់ឱ្យវាក្រាបពងនោះទៅដុតចោលទាំងអស់ ដើម្បីសម្លាប់ចៃនិងស្រមើល។

សកម្មភាពសំខាន់។ ⌚ ៣០ នាទី

យើងនាំគ្នាទៅកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់ ដើម្បីពិនិត្យនិងតាមដានមាន់មានជំងឺ។

គ្រូនិងសិស្សពិនិត្យតាមដានមាន់មានជំងឺ ហើយចាប់មករក្សាទុកខាងក្រៅទ្រុងដើម្បីព្យាបាល។ពិនិត្យរួចហើយត្រឡប់ទៅថ្នាក់វិញ។

ថ្ងៃក្រោយគ្រូវរក់វ៉ាក់សាំងផ្តល់ឱ្យមាន់។

បញ្ចប់មេរៀន ⌚ ១០ នាទី

ឱ្យសិស្សយកសៀវភៅ កត់ខ្លឹមសារមេរៀន និងសំណួរនៅលើក្តារខៀនយកទៅមើល និងឆ្លើយនៅផ្ទះ។ ដើម្បីឱ្យចម្លើយកាន់តែច្បាស់ ត្រូវចេះសាកសួរឪពុកម្តាយ បងប្អូន ឬអ្នកជិតខាង។

សំណួរៈ ១.តើធ្វើដូចម្តេចដើម្បីបង្ការជំងឺមាន់?

២. តើមានវិធានការដូចម្តេច ដើម្បីកុំឱ្យកើតស្រមើលនៅនឹងសំបុកមាន់?

តាមដានរៀងរាល់ថ្ងៃ ទាំងព្រឹក ទាំងល្ងាច

បណ្តាំផ្ញើៈ

- មាន់ដែលងាប់ដោយសារជំងឺ ត្រូវដុតចោល
- មាន់មានជំងឺ ត្រូវចាប់ចេញពីក្នុងទ្រុង មករក្សាទុកខាងក្រៅដើម្បីតាមដាននិងព្យាបាល
- ដើម្បីឱ្យការចិញ្ចឹមកាន់តែមានប្រសិទ្ធភាព ត្រូវចាក់វ៉ាក់សាំងកូនមាន់ទើបនឹងញាស់

កំណត់សម្គាល់: *ខ្លឹមសារខាងលើនេះដកស្រង់ចេញពីសៀវភៅរបស់អង្គការស៊ីដសេ - កម្ពុជា CIDSE - CAMBODIA កម្មវិធីបណ្ដុះបណ្ដាលបច្ចេកទេសកសិកម្ម ឆ្នាំ១៩៩៦។*

ល្បែងកំសាន្ត : ស្រឡាញ់កូនក្មេងកៅស៊ូ

១០ នាទី

ឱ្យសិស្សទាំងអស់ឈរជារង់ បែរមុខចូលក្នុងទាំងអស់គ្នា មានម្នាក់ឈរនៅកណ្ដាល ហើយពន្យល់ថា:

- នេះជាក្មេងកៅស៊ូ យើងទាំងអស់គ្នា ប្រឡែងលេងជាមួយនឹងកូនក្មេងកៅស៊ូនេះ ឱ្យដូចនឹងកូនក្មេងពិត។

- ការប្រឡែងលេងនេះ អ្នកណាចង់ធ្វើអ្វីក៏បានដែរដូចជា: សិតសក់ឱ្យវា ធ្វើជាពរវា ធ្វើជាងូតទឹក ធ្វើជាលាបម្សៅធ្វើជាថើបវា ហើយប្រឡែងលេងជាមួយកូនកៅស៊ូនេះ (រយៈពេលប្រហែលកន្លះវិនាទី/ម្នាក់) គឺធ្វើម្នាក់ម្ដងៗ រហូតដល់គ្រប់គ្នា ត្រូវចងចាំសកម្មភាពរបស់ខ្លួនផង។

- លុះធ្វើបានគ្រប់គ្នាហើយ អ្នកឈរកណ្ដាលទទួលយកកូនកៅស៊ូមកវិញ ហើយនិយាយបន្តថាយើងទាំអស់គ្នារាប់លេខ ម្នាក់រាប់លេខ ១ ខាងស្ដាំដៃបន្ទាប់រាប់លេខ ២ អ្នកស្ដាំដៃបន្តរាប់លេខ ១ លេខ ២ រហូតដល់គ្រប់គ្នា។

- ក្រោយពីរាប់លេខរួចហើយ អ្នកលេខ១ និងអ្នកលេខ ២ ឈរទល់មុខដៃគូទាំងអស់គ្នា បានន័យថាអ្នកលេខ ១ដៃគូជាមួយអ្នកលេខ ២។ អ្នកដែលប្រកាន់លេខ ១ ទាំងអស់គ្នា យកសកម្មភាពដែលខ្លួនបានធ្វើជាមួយនឹង កូនក្មេងកៅស៊ូ មកធ្វើជាមួយនឹងដៃគូរបស់ខ្លួន។ លុះដល់អ្នកទី ១ ធ្វើចប់ អ្នកទី ២ យកសកម្មភាពដែលខ្លួនបានធ្វើជាមួយនឹងកូនក្មេងកៅស៊ូ មកធ្វើជាមួយនឹងអ្នកទី ១ វិញម្ដង។

- លុះបានធ្វើសកម្មភាពដាក់គ្នាចប់ហើយ អ្នកឈរនៅកណ្ដាល ឱ្យអ្នកទាំងអស់ឈរបែរមុខចូលក្នុង ហើយលើកឡើងថា អ្នកដែលធ្វើសកម្មភាពបានល្អដូចដើមឈរនៅនឹងកន្លែង ដោយឡែកអ្នកដែលធ្វើមិនដូចសកម្មភាព ដែលខ្លួនបានធ្វើជាមួយនឹងកូនកៅស៊ូនោះ ចូលមកក្នុងរង់ដើម្បីពិន័យ។

- ពិន័យ មានច្រៀង មានរាំ ជួនកាលច្រៀងផងរាំផង ជួនកាលគ្រាន់តែរាំ ឯអ្នកឈរនៅខាងៗច្រៀង។

មេរៀនទី ១០: ចំណេះដឹងក្នុងការចិញ្ចឹមមាន់

🕑 រយៈពេលបង្រៀន: ២ ម៉ោង

☑ ការត្រៀមលក្ខណៈ

មុនពេលបង្រៀនលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ

- អាន និងពិនិត្យមេរៀនដោយហ្មត់ចត់ និងធ្វើកិច្ចតែងការបង្រៀន
- ពិនិត្យមើលឯកសារសិស្ស ដើម្បីចង់ដឹងថាតើមានព័ត៌មាន និងសំណួរ សម្រាប់សកម្មភាពគ្រូវ នឹងការបង្រៀនដែរឬទេ?
- សរសេរសំណួរសិក្សាលើក្តារខៀន ឬនៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំ។ ប្រសិនបើសិស្សមានសៀវភៅ គេអាចមើល ព័ត៌មាននេះនៅក្នុងសៀវភៅរបស់គេបាន
- មើលកាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- រៀបចំបន្ទប់រៀន (តុ កៅអី ក្តារខៀន...)

🕮 សម្ភារឧបទេស ធនធានដែលត្រូវការ

- សៀវភៅសិស្សជាជម្រើសដែលគ្រូត្រូវការប្រើបើចាំបាច់
- ដីស ហ្វឺតសរសេរក្តារខៀន
- សំណាកមាន់មានជំងឺ ថ្នាំព្យាបាលវ៉ាក់សាំង។ល។
- សំណួរសរសេរ សម្រាប់តេស្តចំណេះដឹង

☼ វត្ថុបំណង

នៅពេលរៀនមេរៀននេះចប់សិស្សទាំងអស់អាចៈ

- កំណត់ពីចំណី ដែលធ្វើឱ្យមាន់រហ័សឆាប់ធំធាត់
- បង្ហាញពីប្រព័ន្ធរំលាយអាហាររបស់មាន់។

រំឭកមេរៀនទី ៩: ជំងឺមាន់ 🕑 ១០ នាទី

លោកគ្រូ/អ្នកគ្រូពិនិត្យវត្តមាន រួចប្រមូលកិច្ចការសិស្សមកកែ បន្ទាប់មកជាមួយសិស្សដូចមានសំណួរខាងក្រោមៈ

◈ តើធ្វើដូចម្តេចដើម្បីបង្ការជំងឺមាន់? សិស្សនាំគ្នាឆ្លើយៈ

ដើម្បីបង្ការជំងឺមាន់ ត្រូវអនុវត្តដូចតទៅៈ

- កូនមាន់ទើបញាស់ត្រូវផ្តល់វ៉ាក់សាំង និងត្រូវមានថ្នាំបង្ការសម្រាប់មានធំ
- អនាម័យទ្រុង កុំចិញ្ចឹមកូនមាន់នៅក្នុងទ្រុងដែលធ្លាប់ចិញ្ចឹមមាន់ធំ
- មាន់ឈឺ ឬសង្ស័យថាឈឺ ត្រូវដកចេញ បើងាប់ត្រូវដុតឬកប់ចោល
- ចិញ្ចឹមធ្វើទ្រុងឱ្យខ្ពស់ពីដី កុំឱ្យមាន់ស៊ីលាមកគ្នាវា
- ត្រូវធ្វើកម្មវិធីទម្លាក់ព្រូន

តើមានវិធានការដូចម្តេចដើម្បីកុំឱ្យកើតស្រមើលនៅនឹងសំបុកមាន់? សិស្សនាំគ្នាឆ្លើយៈ

ជាទូទៅ ស្រមើលច្រើនកើតនៅលើសំបុកមាន់ ជាពិសេសនៅពេលដែលមាន់កំពុងក្រាប។ ដូច្នេះមុននឹងឱ្យមេមាន់ក្រាបពង អ្នកគួរសម្លាប់និងការពារកុំឱ្យមានស្រមើល ឬចៃលើខ្លួនមេមាន់និងសំបុកជាមុនសិន ដោយប្រើសារម៉ារព្រៃ

ស្លឹកស្តៅ ស្លឹកគ្រៃ ស្លឹកស្វាច់ ស្លឹកទៀប ស្លឹកម្រះព្រៅ ស្លឹកទន្ទ្រានខែត្រ។ល។ ដាក់នៅបាតសំបុក មុននឹងឱ្យមេមាន់ពង។ គួររៀបចំសំបុកឱ្យស្មើនឹងមេមាន់ដើម្បីកុំឱ្យវាជណ្តើមសំបុកគ្នាពង។ នៅពេលដែលកូនវាញាស់អស់គួរយកសំបុក និងអ្វីដែលយើងដាក់បាតសំបុកសម្រាប់ឱ្យវាក្រាបពងនោះទៅដុតចោលទាំងអស់ដើម្បីសម្លាប់ចៃនិងស្រមើល។

ចំណងជើងមេរៀនទី ១០: ចំណេះដឹងក្នុងការចិញ្ចឹមមាន់ ៤០ នាទី

តើពូជមាន់ដែលគេចិញ្ចឹមសព្វថ្ងៃមានប៉ុន្មានប្រភេទ?

ពូជមាន់ដែលចិញ្ចឹមនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជាយើងសព្វថ្ងៃនេះមាន ២ប្រភេទសំខាន់ៗ ដូចជា ពូជមាន់នៅក្នុងស្រុក និងពូជមាន់ដែលនាំចូលពីបរទេស។

១. ពូជមាន់នៅក្នុងស្រុក

ជាពូជមាន់ ដែលមាននៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជាយើងជាយូរយារណាស់មកហើយ។ ពូជមាន់នៅក្នុងស្រុកសំខាន់ៗ ដូចជា ពូជមាន់សំពោ មាន់ស្ហួយ មាន់សំឡី មាន់ចៃ មាន់ក្រញាស់ មាន់គក មាន់នាល និងមាន់កណ្តូង។ល។ លក្ខណៈ របស់ពូជទាំងនេះគឺ មានខ្លួនតូច លូតលាស់យឺត ពងតិច តែមានការធន់នឹងជំងឺជាងពូជមាន់នាំចូល។ មាន់ក្នុងស្រុកមានលក្ខណៈពិសេសងាយស៊ាំនឹងធាតុអាកាស ស៊ីចំណីមិនរើស អាចលែងឱ្យដើររកស៊ីតាមភូមិ និងអាហាររបស់មនុស្ស ជ្រូក ចេះថែរក្សាកូន ហើយអាចក្រាបភ្ញាស់កូនបានដោយខ្លួនឯងទៀតផង។ ពូជមាន់ក្នុងស្រុកត្រូវបាន កសិករចិញ្ចឹមក្នុងចំនួនតិចតួច។

២. ពូជមាន់នាំចូល

ជាពូជថ្មីដែលត្រូវបានគេនាំចូលពីបរទេស ហើយភាគច្រើនត្រូវបាន ចិញ្ចឹមជាលក្ខណៈទ្រង់ទ្រាយធំ។ពូជទាំងនេះមាន ២ប្រភេទគឺពូជសម្រាប់ចិញ្ចឹមយកពង និងពូជសម្រាប់ចិញ្ចឹមយកសាច់។ លក្ខណៈនៃពូជមាន់ទាំងនេះគឺ មានការលូតលាស់លឿន ផ្តល់ស៊ុតបានច្រើន ធំៗ តែមិនសូវមានការធន់ទ្រាំនឹងធាតុអាកាស ជំងឺ និងស៊ីចំណីរើស។ ការចិញ្ចឹមពូជនេះ ទាមទារចំណាយថវិកា និងការថែទាំខ្ពស់។ ពូជមាន់នាំចូល ដែលគេសង្កេតឃើញនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជាមានដូចជា ពូជមាន់យកសាច់ ភ្លីមុត ពូជមាន់យកពង អ៊ីសាប្រោន និងពូជយូបាដជាដើម។

ពន្យល់ចំណុចសំខាន់ៗ ឬប្រាប់ សិស្សនៅក្នុងថ្នាក់ ។

៣. ទម្លាប់ និងអត្តចរិតធម្មជាតិរបស់មាន់

ជាលក្ខណៈធម្មជាតិមាន់ក្នុងស្រុកជាសត្វចូលចិត្តដើរកកាយរកចំណីជាហ្វូងនិងការរកញីឈ្មោលដោយខ្លួនឯង ។ កន្លែងសម្រាប់ចិញ្ចឹម ត្រូវរៀបចំ ឱ្យមាន់មានលទ្ធភាពបញ្ចេញនូវទម្លាប់របស់វាឱ្យបានល្អ។ **សកម្មភាពប្រចាំថ្ងៃដែលជាទម្លាប់របស់មាន់ជួយឱ្យមាន់លូតលាស់បានល្អតាមលក្ខណៈធម្មជាតិរបស់វាប្រកបដោយសុខភាពល្អ និងរស់នៅដោយសប្បាយចិត្ត**។ ជាទូទៅកាយវិការឬទម្លាប់ធម្មជាតិរបស់មាន់មានដូចជាពេលព្រលប់ចូលទ្រនំដេកលុះដល់ជិតភ្លឺរងាវ(មាន់ឈ្មោល)ពេលព្រឹកព្រលឹមស្រាងៗ ចុះពីទ្រនំដើររកចំណី។ លុះដល់ម៉ោង៩-១០ ព្រឹកមាន់ញីពងលុះដល់ពេលថ្ងៃត្រង់វាចុះមកត្រសុះលេងដីដើម្បីសម្អាតរោមនិងជម្រុះចៃឬស្រមើល។ នៅពេលថ្ងៃរសៀលបន្តិចវានាំគ្នាដេកលេងកំដៅថ្ងៃ ដើរកកាយរកចំណីស៊ីម្តងទៀតហើយដល់ពេលល្ងាចនាំគ្នាចូលទ្រនំវិញ។ ចំពោះសកម្មភាពបន្តពូជជាទូទៅ គឺមានគ្រប់ពេលវេលាទាំងអស់លើកលែងតែពេលដេក។

៤. ការលូតលាស់របស់មាន់

ក.ការលូតលាស់របស់ស៊ុត

ជាទូទៅ ស៊ុតមាន់ញាស់នៅថ្ងៃទី ២១(លើសឬខ្វះ ៣ ថ្ងៃ)គិតចាប់ពីមេមាន់ ចាប់ផ្តើមក្រាប។ ការលូតលាស់របស់កូនមាន់នៅក្នុងស៊ុត ប្រព្រឹត្តទៅដោយសារកំដៅដែលផ្តល់តាមរយៈមេក្រាប។តាមរយៈការឆ្លុះមើលស៊ុត គេអាចបែងចែកការអភិវឌ្ឍរបស់ស៊ុតដូចខាងក្រោមៈ

ថ្ងៃទី៤: មានគ្រាប់ខ្មៅមួយប៉ុនគ្រាប់សណ្តែក អាចមើលឃើញ បើមិនឃើញគឺស៊ុតនោះខូច។

ថ្ងៃទី៧: សរសៃឈាមត្រូវបានគេឃើញចេញពីចំណុចខ្មៅ ហើយថង់ខ្យល់ស្លេកជាងផ្នែកផ្សេងៗទៀត។ប្រសិនបើគ្រាប់ខ្មៅចេះចល័តគឺស៊ុតនោះខូច។

ថ្ងៃទី៩: ឃើញសរសៃឈាមច្រើន ថង់ខ្យល់ឃើញច្បាស់ ហើយចំណុចខ្មៅអាចចល័ត។

ថ្ងៃទី១២: កូនមាន់មានទំហំប៉ុនប្រាក់កាក់ ពេលមានចលនា គេអាចមើលឃើញសរសៃឈាមច្បាស់។

ថ្ងៃទី១៧: ១ភាគ ៣ នៃស៊ុតទទេ ជាផ្នែកនៅសល់ពេញដោយដុំខ្មៅ គេអាចមើលឃើញចំពុះកូនមាន់។

ថ្ងៃទី២០: កូនមាន់មានរូបរាងជិតពេញលេញ ហើយលែងត្រឡប់បាន។

ថ្ងៃទី២១: ញាស់

ខ.ការលូតលាស់របស់មាន់

ជាទូទៅការលូតលាស់របស់មាន់ត្រូវបានចែកចេញជា៥ដំណាក់កាលសំខាន់ៗដូចជាៈ ដំណាក់កាលស៊ុតដំណាក់កាលកូនមាន់ ដំណាក់កាលមាន់ជំទង់ ដំណាក់កាលមេ និងបា ដំណាក់កាលមាន់ចាស់។ ការគ្រប់គ្រងនិងថែរក្សាមាន់ ត្រូវប្រែប្រួលទៅតាមដំណាក់កាលនីមួយៗដែរ។

សកម្មភាពសំខាន់។ ⌚ ៣០ នាទី

វាមានសារសំខាន់ ដែលសិស្សបំពេញសំណួរគ្រប់ៗគ្នា ។ សំណួរមាន ៣ ប្រភេទ (សំណួរចងចាំសំណួរផ្គូផ្គងនិងសំណួរត្រិៈវិៈ) ដែលសិស្សត្រូវឆ្លើយសំណួរទាំងអស់នោះ។ សិស្សត្រូវឆ្លើយឱ្យបាន រហ័សតាមដែលអាចធ្វើបាន។

✋លោកគ្រូ/អ្នកគ្រូចែកទម្រង់សំណួរដល់សិស្ស (មាននៅទំព័រទី ៤៨.៤៩ និងថតចម្លងត្រៀមទុកជាស្រេច)

👄លោកគ្រូ/អ្នកគ្រូណែនាំ ដើម្បីឱ្យសិស្សបានយល់ច្បាស់ក្នុងការបំពេញសំណួរ ជៀសវាងការលុប ឬកោសនិងថែមចម្លើយ បណ្តាលឱ្យលោកគ្រូ/អ្នកគ្រូ ពិបាកកែចម្លើយទាំងនោះ។

បន្ទាប់មកសិស្សចាប់ផ្តើមបំពេញសំណួរ ដែលមានរយៈពេល ១៥ នាទី

បញ្ចប់មេរៀន

🕑 ១០ នាទី

ក្រុមអាហារជាតិវីតាមីន(អាហារការពារ)

ជាតិវីតាមីនចាំបាច់ក្នុងការជួយបង្កើនភាពរឹងមាំ ប្រឆាំងនឹងមេរោគ ជួយក្នុងការរំលាយអាហារ ស្រូបយកសារធាតុចិញ្ចឹម ជួយដល់ការបន្តពូជ និងប្រព័ន្ធប្រសាទ។ វីតាមីនសំខាន់ៗសម្រាប់មាន់មានដូចជាៈ វីតាមីនអា ដេ កា អឺ និង បេ។ ជាតិវីតាមីនទាំងនេះសម្បូរណ៍ នៅក្នុងស្មៅស្រស់ ចក កន្ទុំថេត ត្រកួន ល្ពៅ ស្លឹកដំឡូងមី ស្ពៃ ស្លឹកល្ពៅ និងរុក្ខជាតិបៃតងជាច្រើនប្រភេទទៀត។ កង្វះវីតាមីន បណ្តាលឱ្យមានបញ្ហាលើមាន់ដូចតទៅៈ

- កង្វះវីតាមីនអា បណ្តាលឱ្យមាន់លូតលាស់យឺត អត្រាស្លាប់ខ្ពស់ ពងថយចុះ និងមានបញ្ហាលើដំណើរការបញ្ចេញទឹកមាត់ និងទឹកភ្នែក។
- កង្វះវីតាមីនដេ បណ្តាលឱ្យកូនមាន់កើតជំងឺទន់ឆ្អឹង មាន់ជំទង់ងាយបាក់ឆ្អឹង ពងថយចុះ និងអត្រាញាស់របស់វាថយចុះ។
- កង្វះវីតាមីនកា បណ្តាលឱ្យមានការហូរឈាមតាមជើង ទ្រូង ស្លាប និងឈាមមិនងាយកក។
- កង្វះវីតាមីនអឺ បណ្តាលឱ្យកូនមាន់មានជំងឺសរសៃប្រសាទ (ជំងឺឆ្កួតមាន់)និងធ្វើឱ្យអត្រាញាស់របស់វាថយចុះគ្រិនមិនធំ និងចឹកគ្នា ហើយស្លាប់ច្រើនចំពោះកូនមាន់។
- កង្វះវីតាមីនបេ បណ្តាលឱ្យការបំបែក ការស្រូបយកក្លយស៊ីត និងលីពីតពីចំណីថយចុះ ខ្វិនជើង រោមលូតលាស់ មិនល្អ រលាកស្បែក កោសិកាឈាមក្រហមលូតលាស់មិនល្អ ខ្លាញ់រុំថ្លើមនិងតម្រងនោម។

ជាតិទឹក

ទឹកគឺជាផ្នែកមួយដ៏សំខាន់របស់មាន់ ដែលមានប្រហែលពី ៦៥-៧០% នៃទម្ងន់ខ្លួនទាំងមូល ។ ការផ្តល់ទឹកស្អាតគឺជាកត្តាចាំបាច់បំផុតព្រោះវាមានតួនាទីជួយក្នុងការរំលាយ និងស្រូបយកអាហារដឹកជញ្ជូនសារធាតុចិញ្ចឹមដែលបានរំលាយនោះទៅកាន់សរីរាង្គ និងជួយដឹកជញ្ជូនកាកសំណល់បញ្ចេញចោល។ ក្រៅពីនោះទឹកក៏មាន តួនាទីផងដែរក្នុងការសម្របសម្រួលសីតុណ្ហភាពនៅក្នុងខ្លួន នឹងជួយកំចាត់ឬលាងជាតិពុលចេញពីខ្លួនមាន់ ។ តម្រូវការទឹករបស់មាន់មានការកើនឡើងជានិច្ចដោយយោងទៅតាមអាយុរបស់មាន់។ កង្វះទឹកធ្វើឱ្យមាន់មាន ការលូតលាស់យឺត ថយទម្ងន់ ថយពង ហើយករណីធ្ងន់ធ្ងរ វាអាចធ្វើឱ្យមាន់ងាប់។

ការណែនាំគ្រូ

ឱ្យសិស្សតាមដានការចិញ្ចឹមមាន់ចែកវេនតាមដានឱ្យបានទៀងទាត់ដោយប្រើប្រាស់តារាងតមដាននៅក្នុងមេរៀនទី ៣។

ល្បែងកំសាន្ត : ជិះទូកបាញ់គ្នា ១០ នាទី

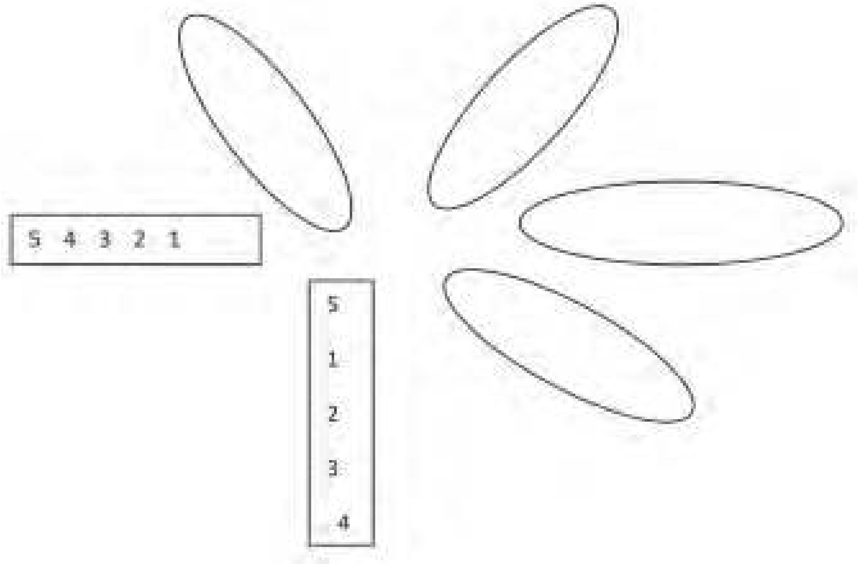
ចែកសិស្សទាំងអស់ជា ៦ ក្រុម (១ ក្រុមមានគ្នា ៥ នាក់) និងមានឈ្មោះទូក សម្រាប់ក្រុមនីមួយៗ។
ក្រុមនីមួយៗ ត្រូវជ្រើសរើសឈ្មោះទូកប្រចាំក្រុមរៀងៗខ្លួន។
ក្រុមនីមួយៗឈរជាជួរ ពីក្រោយគ្នា ហើយក្រុមទាំងអស់ឈរទល់មុខគ្នា។

ឈ្មោះទូក:

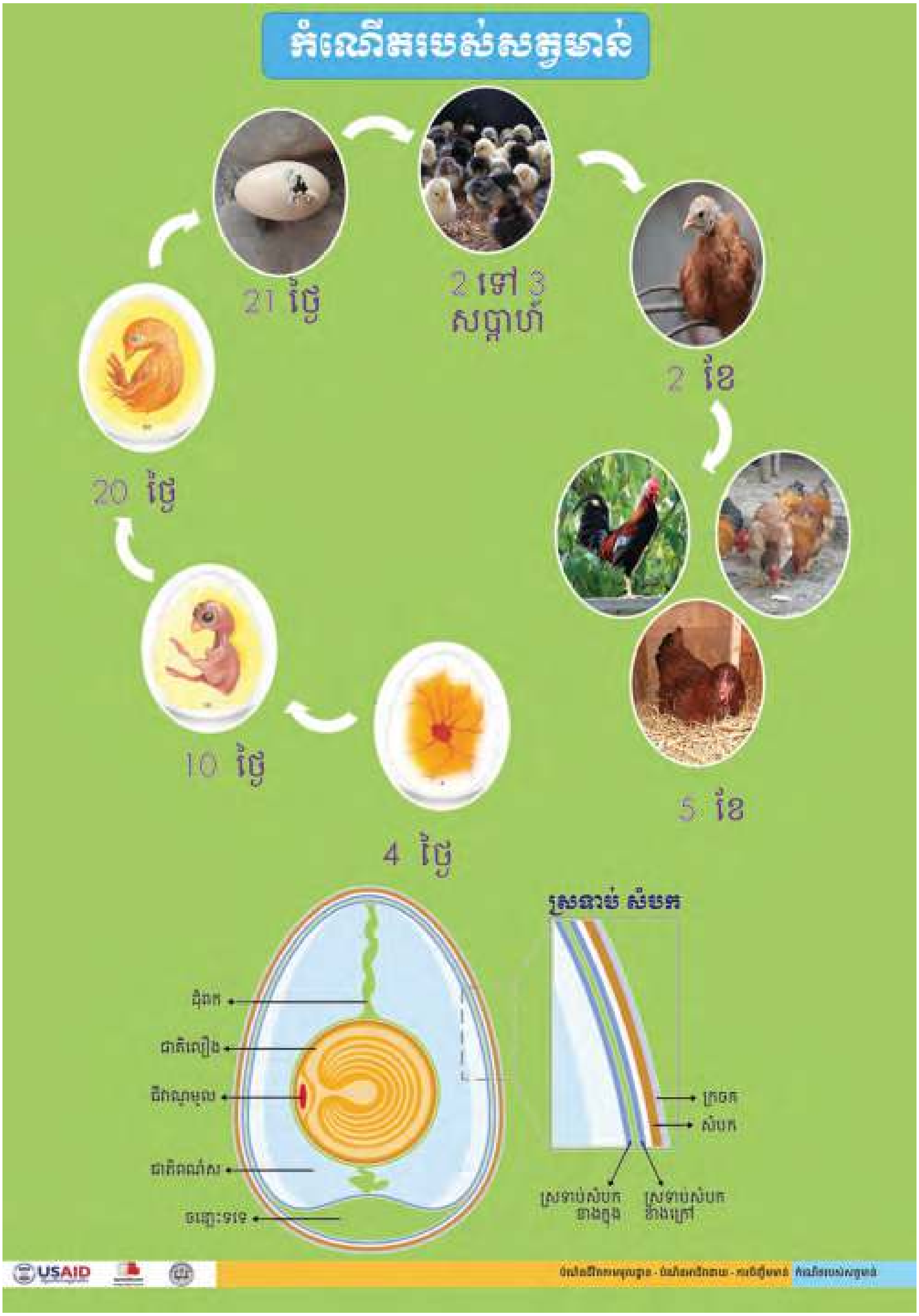
១. ហនុមានវាយលុក
២. សុវណ្ណច័ន្ទគង្គាមានឫទ្ធិ
៣. ឫទ្ធីមុនីដៃកជះមានជ័យ
៤. សុវណ្ណបុប្ផាមហាលំពែង
៥. ស្រីកំណាចដៃឆៅ
៦. ពិជ័យសាគរជាយដែន

បញ្ជាក់: ការដាក់ឈ្មោះទូកនេះ គឺដើម្បីឱ្យក្រុមផ្សេងៗទៀតពិបាកចាំឈ្មោះទូករបស់យើង។
បន្ទាប់មក ក្រុមនីមួយៗ មានគ្នា ៥ នាក់ ដូច្នេះមានតួនាទីខុសៗគ្នា ដោយស្រែកថា:

ទី១. ស្រែកថា ប្រុងប្រៀប រត់ទៅក្រោយអ្នកទី ៥
ទី២. ឡើងមកមកខាងមុខ ស្រែកថា រៀបចំ រត់ទៅក្រោយបង្អស់
ទី៣. ឡើងមកមកខាងមុខ ស្រែកថា ច្រកគ្រាប់ រត់ទៅក្រោយបង្អស់
ទី៤. ឡើងមកមកខាងមុខ ស្រែកថា តម្រង់ ត្រូវចង្អុលទៅក្រុមទី ៥ ដែលយើងចង់បាញ់ រត់ទៅក្រោយ
ទី៥. ឡើងមកមកខាងមុខ ស្រែកថា "ស្រីកំណាចដៃឆៅ" បាញ់ទន្ទឹមគ្នានោះដៃចង្អុលទៅក្រុមទី៥ នោះផង។



បន្ទាប់ពីបានធ្វើសកម្មភាពហើយ សមាជិកក្នុងក្រុម ត្រូវបានប្ដូរតួនាទីគ្នា អ្នកទី៥ មកជាអ្នកទី១ អ្នកទី១ ទៅជាអ្នកទី២ អ្នកទី ២ ទៅជាអ្នកទី៣ ...។
ចំណែកឯក្រុមដែលគេចង្អុលថាបាញ់ ថាឈ្មោះក្រុមរបស់ខ្លួន ក្រុមនេះត្រូវធ្វើសកម្មភាព ឱ្យដូចក្រុមមុនដែរ។
ក្រុមបន្ទាប់ អនុវត្តតាមដូចគ្នាមុនៗ ដែរ។


កំណើតរបស់សត្វមាន់
21 ថ្ងៃ
2 ទៅ 3
សប្តាហ៍
2 ខែ
20 ថ្ងៃ
5 ខែ
10 ថ្ងៃ
4 ថ្ងៃ
ជាតិលឿង
ស្រទាប់ សំបក
សំបក
ស្រទាប់សំបក
ខាងក្នុង
ស្រទាប់សំបក
ខាងក្រៅ
USAID

ការចិញ្ចឹមមាន់

ផលប្រយោជន៍នៃការចិញ្ចឹមមាន់

ការចិញ្ចឹមមាន់ផ្តល់ផលប្រយោជន៍ដូចជា:

- ងាយស្រួលចិញ្ចឹម មិនរើសចំណី
- មានលទ្ធភាពបន្តពូជច្រើន (ផ្តល់កូនពី ១០ទៅ ១៥ក្បាលពេលពងម្តងៗ)
- ផ្តល់សាច់ និង ស៊ុតធ្វើជាអាហារដ៏ឆ្ងាញ់
- ផ្តល់លាមកសំរាប់ដាក់ដំណាំផ្សេងៗ
- ផ្តល់រោមសំរាប់ធ្វើអំបោស
- លក់បានកំរៃសំរាប់ដោះស្រាយជីវភាព ។

កត្តាកំណត់ក្នុងការចិញ្ចឹមមាន់ :

- ការជ្រើសរើសពូជ
- ការផ្តល់ចំណីអាហារ និងទឹក
- ការរៀបចំជំរក ឬទ្រុង
- ការថែទាំ និងការពារ ។

ការជ្រើសរើសពូជ:

ពូជមាន់មានពីយ៉ាង គឺពូជមាន់មកពីបរទេស និង ពូជមាន់ក្នុងស្រុក

ក. លក្ខណៈពូជមាន់មកពីបរទេស

- មិនសូវធន់នឹងជំងឺផ្សេងៗ (ងាយទទួលជំងឺណាស់)
- មិនអាចចិញ្ចឹមលែង ឱ្យដើររកស៊ីចំណីដោយខ្លួនវាបានទេ
- ត្រូវការថែទាំទៅតាមបច្ចេកទេសជានិច្ច (ត្រូវមានទ្រុងនិងផ្តល់ចំណីផ្សំស្រេច និង ទឹក ឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ មានការលូតលាស់រហ័ស ចំពោះមាន់សាច់-ផ្តល់ពងច្រើនចំពោះមាន់ផ្តល់ពង)។

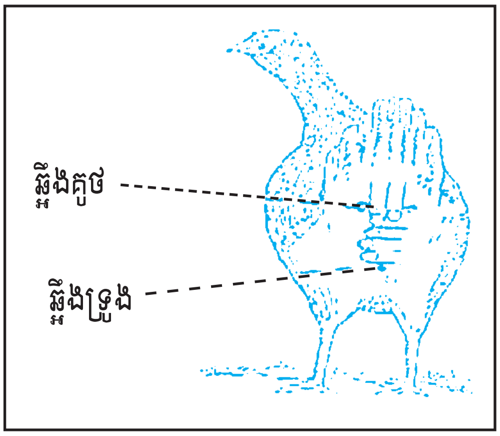
ខ. លក្ខណៈសំគាល់ពូជមាន់ក្នុងស្រុក

- ងាយស្រួលចិញ្ចឹមក្នុងលក្ខណៈគ្រួសារ
- ធន់នឹងជំងឺ
- ចេះក្រាបភ្ញាស់ពង បណ្តើរកូន ការពារសត្រូវបានមួយចំនួន
- លូតលាស់យឺត ផ្តល់ពងតិច

លក្ខណ្ឌជ្រើសរើសមាន់ក្នុងស្រុកមកចិញ្ចឹម (ជ្រើសរើសមាន់ជំទង់ និង មេមាន់)

- ត្រូវទិញមាន់ពីកន្លែងណាដែលគ្មានជំងឺមកចិញ្ចឹម

- មាន់មានសុខភាពល្អ រហ័សរហួន
- សីរពណ៌ក្រហម ភ្នែកភ្លឺថ្លា
- ជើង: ស្បែកជើងមិនជ្រីវជ្រួញ ភ្លឺរលោង
- គូថទូលាយ: ចន្លោះឆ្អឹងគូថ និងឆ្អឹងទ្រូងទូលាយ (ដាក់ម្រាមដៃ៣ ចុះ)
- ផ្ទុយទៅវិញមាន់នឹងពងតិច បើឆ្អឹងគូថចង្អៀត
- គប្បីជ្រើសរើស ឬទុកមេមាន់ណា ដែលមានពងច្រើន (លើសពី១០)
- ចេះភ្ញាស់ និងថៃកូនបានល្អ
- គប្បីបំបែកកូនមកចិញ្ចឹមដោយឡែក ធ្វើយ៉ាងនេះមេមាន់ និងឆាប់ពងសារជាថ្មី

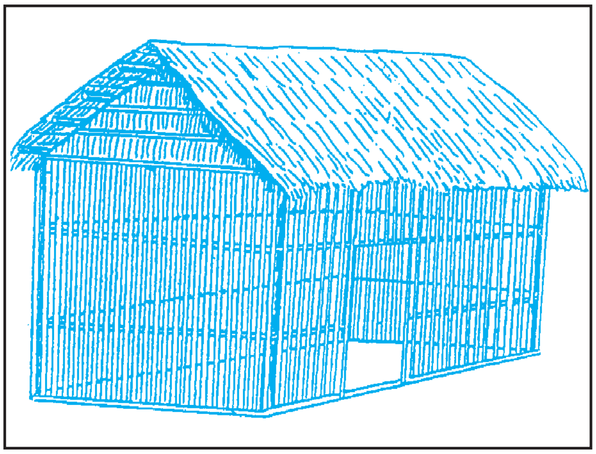


ការរៀបចំទ្រុង

ការសាងសង់ទ្រុងមានច្រើនរបៀប អាស្រ័យទៅតាមគោលបំណង និង ធនធានរបស់អ្នកចិញ្ចឹមគេអាចសាងសង់។ អំពីសម្ភារដែលមានស្រាប់នៅក្នុងមូលដ្ឋាន ដូចជា កូនឈើ ឫស្សី ស្បូវ ស្លឹកត្នោត....។ល។ សំភារៈទាំងនេះងាយស្រួលរក ហើយចំណាយប្រាក់អស់តិចតួច។

ការសាងសង់ទ្រុងសមស្របតាមបច្ចេកទេស

- ក្នុងទ្រុងត្រូវធ្វើទ្រនើសំរាប់ឱ្យ មាន់ដេក
- ក្នុងទ្រុងត្រូវធ្វើទ្រនើរសំបុកឱ្យ មាន់ពង នឹងឱ្យបានគ្រប់ចំនួនមាន់ ។ គេអាចធ្វើអំពីល្ហី កញ្ជើ បង្គី ឬឡាំងក្រដាសដែលមានទំហំ៣០-៤០ស.ម ហើយដាក់ចំបើង ស្លឹកចេកឬឧការុង។ ដើម្បីជៀងវាងមានស្រមើលគេដាក់ស្លឹកថ្នាំជក់ ឬកម្ទេចកម្ទីថ្នាំជក់ក្នុងសំបុកពងនីមួយៗ



ក្នុងទ្រុងត្រូវមានស្នូកទឹក ស្នូកចំណី ឯក្រៅទ្រុងក៏ត្រូវដាក់ផងដែរដើម្បីងាយស្រួលដល់មាន់រកទឹកផឹក និងចំណី
មុននឹងដាក់មាន់បញ្ចូលទៅក្នុងទ្រុង ត្រូវធ្វើការំងាប់មេរោគ ដោយបាចកំបោរសលើផ្ទៃទ្រុងទាំងមូលហើយទុកចោលពី១-២ អាទិត្យ
ឧស្សាហ៍បោសសំរាម លាមកចេញពីកម្រាលទ្រុង ស្អាត
ទំហំទ្រុងគឺ១ម៉ែត្រការ៉េសម្រាប់មាន់ ៣ក្បាល
កុំចិញ្ចឹមាន់ក្រោមផ្ទះ ព្រោះវាមានឥទ្ធិពលមិនល្អចំពោះសុខភាពមនុស្ស។

ការវាយតម្លៃ

ការវាយតម្លៃសំណួរសរសេរ: **ការចិញ្ចឹមមាន់**

ឈ្មោះ....................................... ភេទ............ ថ្នាក់ទី.......... សាលា...................................

ស្រុក............................ ខេត្ត..................................

I.សំណួរចងចាំ:

១. តើកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់មានស្ថានភាពដូចម្ដេច?

....

....

២. តើការសង់ទ្រុងមាន់មានសារប្រយោជន៍អ្វីខ្លះ?

....

....

៣. ហេតុអ្វីបានជាមិនឱ្យកូនមាន់ទើបនឹងញាស់ស៊ីចំណីក្នុងរយៈពេល ១២ ម៉ោង?

....

....

៤. តើគេត្រូវជ្រើសរើសមេមាន់មានលក្ខណៈដូចម្ដេច ដើម្បីយកវាធ្វើពូជបន្ត?

....

....

៥. ហេតុអ្វីបានជាចាំបាច់ ទម្លាក់ព្រូនមាន់?

....

....

II.សំណួរខុសត្រូវ:

សំណួរ		ខ្លឹមសារ	ខុស	ត្រូវ
១	ក	មេមាន់ ១០ ក្បាល ត្រូវការឈ្មោល ២ ក្បាល		
	ខ	មេមាន់អាយុលើសពី ៣ ឆ្នាំទុកធ្វើពូជមិនបាន		
២	ក	កូនមាន់ទើបនឹងញាស់យើងមិនចាំបាច់ចាក់វ៉ាក់សាំង		
	ខ	មេមាន់ក្រាបពង ចំនួន ២៣ ថ្ងៃទើបញាស់		
៣	ក	កន្លែងមាន់ពង និងកន្លែងមាន់ដេក មិនដាក់នៅជាមួយគ្នា		
	ខ	ចាំបាច់ធ្វើរណ្ដៅកំប៉ុស្ដឱ្យមាន់កាយ		

៤	ក	យកមាន់ដែលមានជំងឺមកបរិភោគបាន		
	ខ	មាន់រាកពង ឬពងរៀច បណ្ដាលមកពីខ្វះជាតិកាល់ស្យូម		
៥	ក	យកមាន់កូនដំបូងទុកធ្វើពូជ		
	ខ	មាន់ដែលធ្លាប់កើតជំងឺទុកធ្វើពូជមិនបាន		

III.សំណួរវិភាគៈ

១. តើការលូតលាស់របស់មាន់មានប៉ុន្មានដំណាក់កាល ? អ្វីខ្លះ ?

....

....

....

២. តើស៊ុតមាន់អភិវឌ្ឍដូចម្ដេចខ្លះ ?

....

....

....

៣.តើគេកត់សម្គាល់ដូចម្ដេចដើម្បីឱ្យដឹងថាមាន់មានជំងឺ ?

....

....

....

៤.តើមានលក្ខណៈខុសគ្នាអ្វីខ្លះរវាងការចិញ្ចឹមមាន់ពូជក្នុងស្រុក និងពូជនាំចូល ?

....

....

....

៥. តើមានរុក្ខជាតិអ្វីខ្លះ ដែលអាចយកមកប្រើក្នុងការទម្លាក់ព្រូន ?

....

....

....

សំណួរ និង ចម្លើយ

ការវាយតម្លៃសិស្ស មេរៀនៈ **ការចិញ្ចឹមមាន់**
មានសំណួរចំនួន ១៥ ខុសៗគ្នា ដែលទាក់ទងនឹងមេរៀន ការចិញ្ចឹមមាន់ៈ
I.សំណួរចងចាំ
១.តើកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់មានស្ថានភាពដូចម្តេច?
- ទីកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់មានស្ថានភាពដូចជាៈដីទួលស្រឡះ ធាតុអាកាសល្អ មានដើមឈើខ្លះៗ

២. តើការសង់ទ្រុងមាន់មានសារប្រយោជន៍អ្វីខ្លះ?
ការសង់ទ្រុងមាន់មានសារប្រយោជន៍ដូចជាៈ
- ក្រាប និងភ្ញាស់ពងទទួលផលបានល្អ
- ងាយស្រួលក្នុងការឱ្យចំណី
- ងាយស្រួលក្នុងការធ្វើអនាម័យ
- កាត់បន្ថយជំងឺផ្សេងៗ
- ងាយស្រួលក្នុងការប្រមូលលាមកសម្រាប់ធ្វើជី
- កាត់បន្ថយការបាត់បង់ដោយចោរលួច ឬសត្វស៊ី
- ងាយស្រួលក្នុងការចាប់ចាក់វ៉ាក់សាំង
- ងាយស្រួលក្នុងការតាមដានពេលកើតជំងឺ ព្យាបាល និងទម្លាក់ព្រូន
- ងាយស្រួលក្នុងការចាប់យកទៅលក់។

៣. ហេតុអ្វីបានជាមិនឱ្យកូនមាន់ទើបនឹងញាស់ស៊ីចំណីក្នុងរយៈពេល ១២ ម៉ោង?
កូនមាន់ទើបនឹងញាស់ មិនឱ្យស៊ីចំណីក្នុងរយៈពេល ១២ ម៉ោង ពីព្រោះកូនមាន់ដែលទើបនឹងញាស់ភ្លាមវានៅមានសារធាតុស៊ុតពណ៌លឿង(ស៊ុតលឿង)ដែលជាចំណីបម្រុងសម្រាប់ចិញ្ចឹមជីវិតនៅឡើយ។ ប្រសិនបើយើងរហ័សផ្តល់ចំណីឱ្យវាស៊ីពេក នោះបណ្តាលឱ្យវាអួលចំណីស្លាប់ ។

៤. តើគេត្រូវជ្រើសរើសមេមាន់មានលក្ខណៈដូចម្តេច ដើម្បីយកវាធ្វើពូជបន្ត?
ការជ្រើសរើសមេមាន់ទុកធ្វើពូជបន្ត មានលក្ខណៈដូចជាៈ
- មេមាន់ត្រូវមានរូបរាងធំធាត់ រឹងមាំ មិនដែលកើតជំងឺឆ្លង
- គួរមានទម្ងន់ ១.៥ គត្រ ឡើងទៅ
- មានអាយុចាប់ពី ៧ខែ ទៅ ៣ ឆ្នាំ
- ផ្តល់ពងយ៉ាងតិចពី ៤ ទៅ ៥ ដងក្នុង ១ ឆ្នាំ
- ផ្តល់ពង មួយដងបានពី ៨ ទៅ ១២ ពង
- ក្រាបពងម្តងៗកូនញាស់បានយ៉ាងតិច ៨ ក្បាល
- ពូកែចិញ្ចឹមកូន នៅសល់ពីងាប់យ៉ាងតិចពី ៦-៨ ក្បាល
- មិនកាច មិនចឹកកូនខ្លួនឯង ឬកូនរបស់មេដទៃទៀត

៥. ហេតុអ្វីបានជាចាំបាច់ ទម្លាក់ព្រូនមាន់?
ការទម្លាក់ព្រូនមាន់អាចជួយឱ្យមាន់មានសុខភាពរឹងមាំ ឆាប់ធំធាត់ ហើយមិនងាយកើតជំងឺផ្សេងៗទៀតផង។

II.សំណួរខុសត្រូវ:

សំណួរ		ខ្លឹមសារ	ខុស	ត្រូវ
១	ក	មេមាន់ ១០ ក្បាល ត្រូវការឈ្មោល ២ ក្បាល		√
	ខ	មេមាន់អាយុលើសពី ៣ ឆ្នាំទុកធ្វើពូជមិនបាន	√	
២	ក	កូនមាន់ទើបនឹងញាស់យើងមិនចាំបាច់ចាក់វ៉ាក់សាំង		√
	ខ	មេមាន់ក្រាបពង ចំនួន ២៣ ថ្ងៃទើបញាស់	√	
៣	ក	កន្លែងមាន់ពង និងកន្លែងមាន់ដេក មិនដាក់នៅជាមួយគ្នា		√
	ខ	ចាំបាច់ធ្វើរណ្ដៅកំប៉ុស្ដឱ្យមាន់កាយ		√
៤	ក	យកមាន់ដែលមានជំងឺមកបរិភោគបាន	√	
	ខ	មាន់រាកពង ឬពងវៀច បណ្ដាលមកពីខ្វះជាតិកាល់ស្យូម	√	
៥	ក	យកមាន់កូនដំបូងទុកធ្វើពូជ	√	
	ខ	មាន់ដែលធ្លាប់កើតជំងឺទុកធ្វើពូជមិនបាន		√

III.សំណួរវិភាគ:
១. តើការលូតលាស់របស់មាន់មានប៉ុន្មានដំណាក់កាល? មានអ្វីខ្លះ?
ការលូតលាស់របស់មាន់ចែកចេញជា ៥ ដំណាក់កាលសំខាន់ៗ គឺ: ១.ដំណាក់កាលស៊ុត ២.ដំណាក់កាលកូនមាន់ ៣.ដំណាក់កាលមាន់ជំទង់ ៤.ដំណាក់កាលមេ និងបា ៥.ដំណាក់កាលមាន់ចាស់។

២. តើស៊ុតមាន់អភិវឌ្ឍដូចម្ដេចខ្លះ?
ស៊ុតមាន់អភិវឌ្ឍដូចតទៅ:
- ថ្ងៃទី ៤: មានគ្រាប់ខ្មៅមួយប៉ុនគ្រាប់សណ្ដែក អាចមើលឃើញ បើមិនឃើញគឺស៊ុតនោះខូច។
- ថ្ងៃទី ៧: សរសៃឈាមត្រូវបានគេឃើញចេញពីចំណុចខ្មៅ ហើយចង់ខ្យល់ស្លេកជាងផ្នែកផ្សេងៗ ទៀត។ ប្រសិនបើគ្រាប់ខ្មៅចេះចល័ត ស៊ុតនោះខូច។
- ថ្ងៃទី៩: ឃើញសរសៃឈាមច្រើន ចង់ខ្យល់ឃើញច្បាស់ ហើយចំណុចខ្មៅអាចចល័ត។
- ថ្ងៃទី១២: កូនមាន់មានទំហំប៉ុនប្រាក់កាក់ ពេលមានចលនា គេអាចឃើញសរសៃឈាមច្បាស់។
- ថ្ងៃទី១៧: ១ភាគ ៣នៃស៊ុតទទេ ជាផ្នែកនៅសល់ពេញដោយដុំខ្មៅ គេអាចឃើញចំពុះកូនមាន់។
- ថ្ងៃទី២០: កូនមាន់មានរូបរាងជិតពេញលេញ ហើយលែងត្រឡប់បាន។

- ថ្ងៃទី២១: ញាស់

៣.តើកត់សំគាល់ដូចម្តេចដើម្បីឱ្យដឹងថាមាន់មានជំងឺ?

កត់សំគាល់មាន់មានជំងឺដូចជា:

- មាន់សំកុក
- មិនស៊ីចំណី មិនផឹកទឹក
- មាន់ក្រិន ឬស្គម
- មាន់មានអាចម៍ជាប់គូថ ឬហៀរសំបោរ។

៤.តើមានលក្ខណៈខុសគ្នាអ្វីខ្លះរវាងការចិញ្ចឹមមាន់ពូជក្នុងស្រុក និងពូជនាំចូល?

លក្ខណៈខុសគ្នារវាងការចិញ្ចឹមមាន់ពូជក្នុងស្រុក និងពូជនាំចូល មានដូចខាងក្រោម:

ពូជមាន់ក្នុងស្រុក	ពូជមាន់នាំចូល
រកចំណីក្នុងធម្មជាតិដោយខ្លួនឯង	មិនចេះរកចំណីក្នុងធម្មជាតិ
ក្រាបពងភ្ញាស់កូនបាន	ភ្ញាស់កូនដោយម៉ាស៊ីន
សាច់មានរសជាតិឆ្ងាញ់	សាច់មិនសូវមានរសជាតិ
ផ្តល់ស៊ុតតិច និងទម្ងន់ទាប	ផ្តល់ស៊ុតច្រើន និងទម្ងន់ខ្ពស់
ធន់ជំងឺ និងធាតុអាកាស	ត្រូវមានវ៉ាក់សាំងការពារ

៥. តើមានរុក្ខជាតិអ្វីខ្លះ ដែលអាចយកមកប្រើក្នុងការទម្លាក់ព្រូន?

រុក្ខជាតិដែលអាចយកមកប្រើក្នុងការទម្លាក់ព្រូនមាន់បាន ដូចជា:

- គ្រាប់ ឬស្លឹកក្តម្ពទេស
- គ្រាប់សង្កែ យើងអាចលាយជាមួយចំណីរយៈពេល ៣ថ្ងៃម្តង ឬចាប់បញ្ចុក ក្នុងកម្រិត ៣ គ្រាប់ សម្រាប់មាន់ទម្ងន់ ១ គក្រ
- ផ្លែស្លា យើងអាចយកមកបញ្ចុក ឬបុកលាយចំណី ឬលាយនឹងទឹកក៏បានក្នុងកម្រិត ១/៤ នៃផ្លែស្លា សម្រាប់ទម្ងន់មាន់ ១ គក្រ
- កន្ទក់លាយជាមួយនឹងដូងទុំ កោសរួចច្របល់ចូលគ្នា(ដូងទុំ ១ ជាមួយនឹងកន្ទក់ ៣ គក្រ) ដោយដាក់ឱ្យស៊ីជារៀងរាល់ខែ ។

សំណួរទាំង ១៥ នេះ សិស្សឆ្លើយត្រូវទាំងអស់ បានទទួល ១៥ ពិន្ទុ បានន័យថា ១សំណួរ ទទួល បាន ១ ពិន្ទុ ។ ពិន្ទុសម្រាប់ការវាយតម្លៃនេះ បានភ្ជាប់ជាមួយតារាងខាងក្រោម:

%នៃចម្លើយ	ពិន្ទុ	កំណត់សម្គាល់
ពី ៦៦% ដល់ ១០០%	ចាប់ពី ១០ ឡើងទៅ	ល្អ
ពី ៥១% ដល់ ៦៥%	ពិន្ទុពី ៨ ទៅ៩	មធ្យម
ទាបជាង ៥០%	ពិន្ទុតិចជាង ៧	ខ្សោយ

ឧបសម្ព័ន្ធ ១.១ : គំរូប័ណ្ណវាយតម្លៃ (សម្រាប់គ្រូ)

ប័ណ្ណវាយតម្លៃការសិក្សារបស់សិស្សម្នាក់ៗ

ឈ្មោះសិស្ស .... សាលា...................... . ខេត្ត............... ស្រុក.................. ថ្នាក់ទី .... ប្រធានបទ................

		ពិន្ទុ (១-១៥)	និទ្ទេស
	ចំណុចត្រូវដាក់ពិន្ទុ	ពិន្ទុ (១-១៥)	និទ្ទេស
កិច្ចការទី ១: តេស្តចំណេះដឹង (សំណួរសរសេរ)			
សំណួរសរសេរមានពិន្ទុសរុប ១៥ ពិន្ទុ	បើពិន្ទុ 0 ដល់ ៧=ខ្សោយ/ បើ ៨ ដល់ ១០=មធ្យម / បើ ១១ ដល់ ១៥=ល្អ)		
	សង្កេតឥរិយាបថសិស្ស	ពិន្ទុ (១-៥)	និទ្ទេស
១	**ការប្រាស្រ័យទាក់ទង និងការសហការ :** សកម្មភាពពិភាក្សាជាមួយសមាជិកទាំងអស់ក្នុងក្រុម និងធ្វើការបានប្រសើរ ជាមួយក្រុម ។ សិស្សស្តាប់គ្នាទៅវិញទៅមក និងផ្តល់យោបល់គ្នាទៅវិញទៅមក ។		
២	**ការវិភាគល្អិតល្អន់ និងការដោះស្រាយបញ្ហា :** ផ្តល់ចម្លើយដោយមានហេតុផល និងអំណះអំណាងច្បាស់លាស់ និងអាចកំណត់ដំណោះស្រាយចំពោះបញ្ហាងាយៗដែលជួបប្រទះ ។		
៣	**ការធ្វើសេចក្តីសម្រេចចិត្តដោយខ្លួនឯង :** មិនមានការបារម្ភច្រើន ក្នុងការធ្វើសេចក្តីសំរេចចិត្ត និងដឹងច្បាស់ថាខ្លួនគេកំពុងនិយាយឬធ្វើអ្វីមួយ ។		
៤	**ទំនុកចិត្តលើខ្លួនឯង :** កំឡុងពេលធ្វើបទបង្ហាញនិងពិភាក្សាក្រុម សិស្សមានទំនុកចិត្តក្នុងការនិយាយ និងចូលរួមក្នុងក្រុម		
៥	**ការលើកទឹកចិត្ត និងការយល់ចិត្ត:** សិស្សចង់បន្តរៀនសូត្របន្ថែមពីប្រធានបទនេះ ហើយយល់ច្បាស់ខ្លឹមសារក្នុង ប្រធានបទ និងការអនុវត្តផ្ទាល់ ។		
៦	**ចរិត : សិស្ស**មានចិត្តអំណត់និងអារម្មណ៍ល្អនៅក្នុងការសិក្សា ។		
៧	**ការបង្កើតថ្មី :** សិស្សបង្ហាញនូវភាពច្នៃប្រឌិតក្នុងការរៀបចំការធ្វើបទបង្ហាញផលិតផល នៅកំឡុងពេលសិក្សា ដោយបង្ហាញចេញនូវគំនិតជាច្រើន ។		
	សរុបសង្កេតឥរិយាបថសិស្ស		
សង្កេតឥរិយាបថសិស្សមានពិន្ទុសរុប ៣៥ ពិន្ទុ (បើពិន្ទុ 0 ដល់ ១៧ =ខ្សោយ/ បើ ១៨ ដល់ ២៣=មធ្យម / បើ ២៤ ដល់ ៣៥=ល្អ)			
ពិន្ទុសរុបសំណួរសរសេរ និងសង្កេតឥរិយាបថសិស្ស (បើពិន្ទុ 0 ដល់ ២៤=ខ្សោយ/ បើ ២៥ ដល់ ៣៣=មធ្យម / បើ ៣៤ ដល់ ៥០=ល្អ)			

ថ្ងៃទី .... ខែ .... ឆ្នាំ ....

ហត្ថលេខា និងឈ្មោះគ្រូ

ឧបសម្ព័ន្ធ ១.២ : តារាងបូកសរុបរបាយតម្លៃការសិក្សារបស់សិស្សប្រចាំថ្នាក់

ខេត្ត .... ស្រុក ....សាលា .... ថ្នាក់ទី .... ប្រធានបទ ....

ល.រ	ឈ្មោះសិស្ស	សំណួរសរសេរ		ឥរិយាបថ		សរុប	
		ពិន្ទុ	និទ្ទេស	ពិន្ទុ	និទ្ទេស	ពិន្ទុ	និទ្ទេស
១							
២							
៣							
៤							
៥							
៦							
៧							
៨							
៩							
១០							
១១							
១២							
១៣							
១៤							
១៥							
១៦							
១៧							
១៨							
១៩							
២០							
២១							
២២							
២៣							
២៤							
២៥							
២៦							

បានឃើញ និងឯកភាព　　　　　　　　　　ថ្ងៃទី .... ខែ .... ឆ្នាំ ....

នាយកសាលា　　　　　　　　　　ហត្ថលេខា និងឈ្មោះគ្រូបង្រៀន

ការអង្កេតថ្នាក់រៀន					**ការវាយតម្លៃគ្រូបំណិនជីវិត**
សាលារៀន				គ្រូ	អ្នកសង្កេត
កាលបរិច្ឆេទ	ការចាប់ផ្តើមមេរៀន	ការបញ្ចប់មេរៀន	ថ្នាក់	ចំនួនសិស្សដែលបានចុះឈ្មោះ/មានវត្តមាន	ប្រធានបទបំណិនជីវិត:
តើមេរៀនបង្ហាញពីអ្វី?					

លក្ខណៈវិនិច្ឆ័យ – ការរៀបចំ – តើបន្ទប់រៀន..	ពិន្ទុ	កំណត់សម្គាល់យោងតាមភស្តុតាង
មានសណ្តាប់ធ្នាប់ ហើយ ត្រៀមសម្ភារៈរួចជាស្រេចសម្រាប់ប្រើប្រាស់ក្នុងមេរៀននេះ?	1-2-3-4-5	
បង្ហាញសិស្សនូវសម្ភារៈដែលបានធ្វើកាលពីមេរៀនមុន	1-2-3-4-5	
លក្ខណៈវិនិច្ឆ័យ - ការសិក្សា - តើសិស្ស...	**ពិន្ទុ**	**កំណត់សម្គាល់យោងតាមភស្តុតាង**
មានចំណាប់អារម្មណ៍ និងចូលរួមក្នុងការងាររបស់ពួកគេដែរឬទេ?	1-2-3-4-5	
ធ្វើការក្នុងក្រុមខុសៗគ្នាក្នុងកំឡុងពេលបង្រៀនដោយមានតួនាទីក្រុមច្បាស់លាស់	1-2-3-4-5	
រីករាយជាមួយមេរៀនដែលគ្រូបង្រៀន	1-2-3-4-5	
បង្ហាញចំណេះដឹង ឬបំណិនពីមេរៀនមុន	1-2-3-4-5	
លក្ខណៈវិនិច្ឆ័យ – ការបង្រៀន – តើគ្រូ..	**ពិន្ទុ**	**កំណត់សម្គាល់យោងតាមភស្តុតាង**
អនុវត្តតាមកិច្ចតែងការបង្រៀនដែលមានឬទេ?	1-2-3-4-5	*សូមបញ្ជាក់ធាតុណាមួយដែលត្រូវបានប្រើ*
ប្រើប្រាស់ធនធានសហគមន៍ក្នុងការបង្រៀនមេរៀននេះ ឬប្រើប្រាស់សហគមន៍ទាំងស្រុង?	1-2-3-4-5	

ប្រើប្រាស់វិធីសាស្ត្របង្រៀនបែបអន្តរកម្ម/សកម្ម ឧ.ផែនទីគំនិត, ករណីសិក្សា, ការសម្តែងតួ, ល្បែងកំសាន្ត...	1-2-3-4-5	
ប្រើប្រាស់ប្រភេទសំណួរផ្សេងៗ	1-2-3-4-5	
ប្រើប្រាស់ធនធានបង្កើតឡើងដោយខ្លួនឯង ឬឯកសារបន្ថែមដើម្បីពន្យល់មេរៀន	1-2-3-4-5	
ចាប់ផ្តើមតាមពេលកំណត់ និងប្រើប្រាស់ពេលវេលាយ៉ាងមានប្រសិទ្ធភាព	1-2-3-4-5	
ផ្តល់មតិយោបល់វិជ្ជមានដើម្បីជំរុញការសិក្សា និងបង្កើនទំនុកចិត្តដល់សិស្ស	1-2-3-4-5	
ជួយសិស្សជាលក្ខណៈបុគ្គលចំពោះសិស្សណាដែលមានការលំបាក	1-2-3-4-5	
កត់ត្រាការវិវត្តនៃអត្តចរិតសិស្សក្នុងតារាងវាយតម្លៃការសិក្សារបស់សិស្ស?	1-2-3-4-5	

បន្ទាប់ពីផ្នែកនេះ ចូរប្រើប្រាស់កំណត់ត្រារបស់អ្នកដើម្បីពិភាក្សាជាមួយគ្រូ។ **សុំឱ្យគ្រូកំណត់ចំណុចល្អរបស់មេរៀន** ហើយស្នើសុំការផ្លាស់ប្តូរ ឬការកែលម្អ។ ធ្វើការជាមួយគ្រូដើម្បីកំណត់ភាពខ្លាំង។ ធ្វើការផ្តល់គំនិតចំពោះការកែលម្អ។ ការសង្កេតត្រូវបានបញ្ចប់ ដោយធ្វើការសម្អាសន៍។

ចំណុចខ្លាំង	គំនិតសម្រាប់កែលម្អ

ហត្ថលេខា និងឈ្មោះរបស់អ្នកវាយតម្លៃ ....

ហត្ថលេខា និងឈ្មោះរបស់គ្រូ ....

ការចិញ្ចឹមមាន់

ហេតុអ្វីត្រូវសាងសង់ទ្រុងមាន់?

- ងាយស្រួលធ្វើអនាម័យ
- កាត់បន្ថយការជល់គ្នា ជំងឺ និងចោរលួច
- ងាយស្រួលចាប់មាន់ និងប្រមូលស៊ុត

តើយើងសាងសង់ទ្រុងដូចម្តេច?

- យ៉ាងហោចណាស់កម្ពស់១២០សម
- កន្លែងដេកនិងពងដាច់ពីគ្នា
- សាងសង់តាមបណ្តោយថ្ងៃ
- កន្លែងដេកគួរខ្ពស់ពីដី២ទៅ៣សម

ការឱ្យចំណីមាន់

-យ៉ាងហោចណាស់១ក្រាមក្នុងមួយថ្ងៃសម្រាប់មាន់មួយ
-ឱ្យចំណីកូនមាន់អាយុក្រោម១៥ថ្ងៃពី៤ទៅ៥ដង ក្នុងមួយថ្ងៃ បន្ទាប់ពីនោះឱ្យចំណី២ទៅ៣ដង ក្នុងមួយថ្ងៃ លាយចំណីជាមួយបន្លែបៃតង និងអំបិល
- ដាក់ចំណីនៅក្នុងស្នូក ដើម្បីជៀសវាងជំងឺ សំអាតទឹក និងចំណីនៅក្នុងស្នូកនៅពេលមាន់ដេក។

ការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺដល់មាន់

ការធ្វើកំប៉ុស្តមាន់

ទ្រុងមាន់ត្រូវតែស្អាត ប៉ុន្តែជាមួយអាចម៍សត្វយើងអាចបង្កើតកំប៉ុស្តសម្រាប់មាន់ស្វែងរកចំណីដោយខ្លួនឯង។ កំប៉ុស្តនេះនឹងទាក់ទាញសត្វល្អិតផ្សេងៗ ដែលមាន់អាចស៊ីបានសម្រាប់បំពេញបន្ថែមអាហាររបស់វា។ យើងអាចប្រើកំប៉ុស្តសម្រាប់ធ្វើជីដំណាំផងដែរ។

សូមសំអាតទ្រុងមាន់ឱ្យបានរាល់ថ្ងៃ និងភក់នៅជុំវិញទ្រុងមាន់។

ការជ្រើសរើសពូជមាន់

នៅពេលជ្រើសរើសពូជ យើងគួរជ្រើសរើសមាន់ប៉ុនៗគ្នា នៅពេលទិញមាន់ធំត្រូវពិនិត្យមើលទៅលើរោមនិងភ្នែកភ្លឺថ្លាគួរយល់ដឹងពីរូបរាងខុសៗគ្នា តាមដំណាក់កាលនៃពូជនីមួយៗ។

ជំងឺមាន់

ជំងឺទូទៅរបស់មាន់ដូចជា New Castle Disease, VariuolaOvium,Fowl cholera, Salmonellosisand CoccidiosisAvium ជំងឺទាំងនេះយើងគួរដឹងពីរបៀបទប់ស្កាត់រោគសញ្ញានិងការព្យាបាល។