Fo 10
M 13

មលប់បៃតង MLUP BAITONG
ព្រឹត្តិបត្រ
បរិស្ថានខ្ញុំ
ចេញផ្សាយប្រចាំ ត្រីមាស (លេខ៨) ឆ្នាំទី៣ ខែមករា_មិនា ឆ្នាំ២០០៣

រុក្ខជាតិឱសថធម្មជាតិ

គំនូរសិស្ស ភោគ សុខធឿន សាលាបឋមសិក្សាត្រពាំងក្រឡឹង

គំនូរសិស្ស ហាយ គីមសួគ៌ សាលាបឋមសិក្សាមហាសាំង

គំនូរសិស្ស ឈើវ ស៊ីណាក់ សាលាបឋមសិក្សាបន្ទាប់

គំនូរសិស្ស សុង ភារិទ្ធ សាលាបឋមសិក្សាត្រពាំងក្រឡឹង

ហោមាលក់

អារម្ភកថា

សួស្តី! ប្អូនៗកុមារា កុមារីជាទីស្នេហា! តើព្រឹត្តិបត្របរិស្ថានខ្ញុំលេខ៨នេះនឹងមានអ្វីមកបង្ហាញប្អូនៗ? **បរិស្ថានខ្ញុំ** សូមនាំប្អូនៗឱ្យបានស្គាល់ពី **រុក្ខជាតិឱសថធម្មជាតិ**ដែលមាននៅក្នុងព្រឹត្តិបត្រនេះដោយបានចូលរួមចំណែកពីប្អូនៗ តាមរយៈការសរសេរជា សំនួរ កំណាព្យ រូបភាព ។ ដូចនេះសូមប្អូនៗយកចិត្តទុកដាក់តាមដានព្រឹត្តិបត្រដោយសប្បាយរីករាយ ។ ពេលក្រោយបរិស្ថានខ្ញុំនឹងបង្ហាញប្អូនៗពី **កុមារនិងបរិស្ថាន** ។ បរិស្ថានខ្ញុំមានជំនឿថា ប្អូនៗនឹងសរសេរ អត្ថបទខ្លី តែងកំណាព្យ សួរសំនួរ គូររូបភាពស្តីពី **កុមារនិងបរិស្ថាន** ដែលអាចផ្ញើតាមរយៈប្រអប់សំបុត្របរិស្ថានខ្ញុំនៅតាមសាលារបស់ប្អូនៗ ។

មាតិកា

១-អារម្ភកថា
២-អត្ថបទខ្លី
៣-ស្វែងយល់
៤-ល្បែងសិក្សា
៥-សំនួរ-ចំលើយ
៦-ទំព័រកំសាន្ត
៧-ល្បងប្រាជ្ញា
៨-កំណាព្យបរិស្ថាន
៩-សំនួរត្រិះរិះ

សូមប្អូនៗចូលរួមដាំ ថែរក្សា និងការពាររុក្ខជាតិឱសថធម្មជាតិ ដែលដុះនៅតាមសាលា និងសហគមន៍របស់ប្អូនៗ ឱ្យបានគង់វង្ស ទុកជាផលប្រយោជន៍សំរាប់ប្រើប្រាស់ទូទៅ ។

◄ សូមអរគុណ ►

គំនូរសិស្ស ជា សុខចាន់ សាលាបឋមសិក្សាត្រពាំងក្រឡឹង

អត្ថបទខ្លី

រុក្ខជាតិឱសថធម្មជាតិ

រុក្ខជាតិឱសថធម្មជាតិ គឺជារុក្ខជាតិដែលគេអាចយកផ្នែកណាមួយរបស់វាមកធ្វើជាឱសថព្យាបាលជំងឺផ្សេងៗបាន ។ រុក្ខជាតិទាំងនោះមានដុះនៅក្នុងស្រុកយើងដែលមានលក្ខណៈជារុក្ខជាតិតូច ធំនិងរុក្ខជាតិវល្លិជាដើមដូចជា ស្មៅក្រវាញជ្រូក ប្រមោយដំរី ដើមធ្នា ស្លែង ស្តៅ គរ ត្របែក ឆ្កែស្រែង អំពិល វល្លិបណ្តូលពេជ្រ ផ្កាវំយោល ម្លូលពេជ្រ ប្រទាលផ្សេងៗ ...។ គេយករុក្ខជាតិទាំងនេះមកធ្វើថ្នាំព្យាបាលតាមប្រភេទជំងឺ ។ មើមក្រវាញជ្រូក ត្រូវនឹងជំងឺចុកឆ្អល់ សំបកនិងត្រួយត្របែកត្រូវនឹងជំងឺរាកមួល សំបកដើមធ្នា ត្រូវនឹងជំងឺគ្រុនពោះវៀន និងក្រពះ សំបក ស្លឹកស្តៅ សំបកគរ ត្រូវនឹងជំងឺគ្រុនក្តៅ មើមឆ្កែស្រែង ត្រូវនឹងរបួសត្រួយអំពិលផ្សំនឹងអំបិល ព្យាបាលជំងឺភ្នែកឡើងបាយ បណ្តូលពេជ្រ ដក់គន់ត្រូវនឹងសរសៃខ្ចី វល្លិកំបោរត្រូវនឹងឬសដូងបាត (តាមទំលាប់ចាស់បូរាណតៗគ្នាមក) ។

ដូចនេះប្អូនគួរប្រើប្រាស់ឱសថធម្មជាតិនៅពេលមានជំងឺ ព្រោះជួយសន្សំប្រាក់គ្រួសារ ។ ប៉ុន្តែត្រូវចេះយកវាមកប្រើឱ្យសមហេតុផលដើម្បីឱ្យរុក្ខជាតិទាំងនោះអាចរស់នៅបានគង់វង្សយូរអង្វែង ។

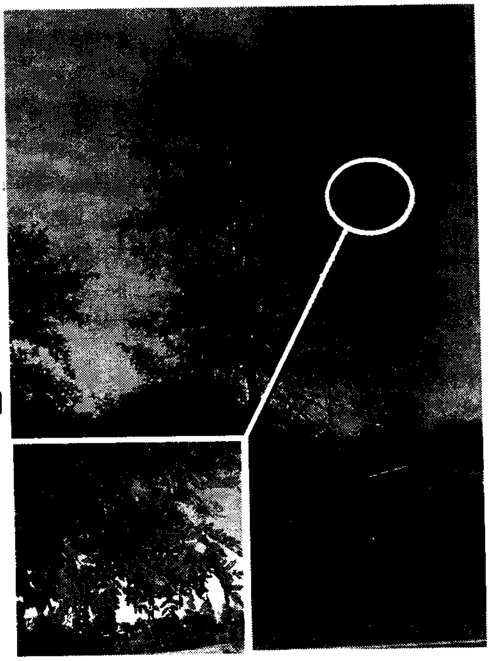
គំនូររបស់ប្អូន ម៉ាង ង៉ែត សិស្សសាលាបឋមសិក្សា២ធ្នូ

គំនូររបស់ប្អូន ប៊ុន លីម សិស្សសាលាបឋមសិក្សាត្រពាំងអំពិល

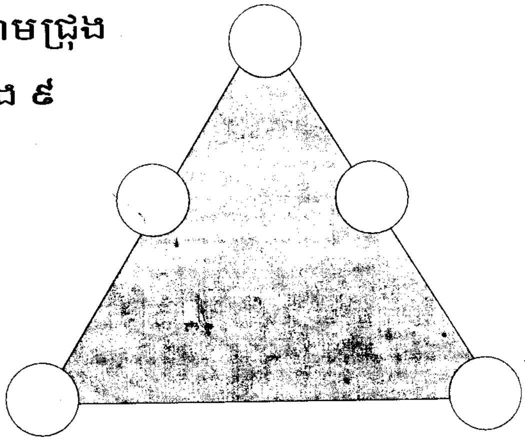
ស្វែងយល់ ?

អនិច្ចាដើមធ្នា

ធ្នា គឺជារុក្ខជាតិបន្លាមួយប្រភេទ មានដើមធំ ខ្ពស់ ខ្លឹមវារឹង។ រុក្ខជាតិនេះមានមែកច្រើន ស្លឹកវាល្អិតៗ។ ដើមធ្នាមានដុះគ្រប់ទីកន្លែងនៅក្នុងប្រទេសយើង។ គេអាចយកត្រួយខ្ចី ទៅធ្វើជាបន្លែបរិភោគបាន។ ដើមវាគេយកទៅធ្វើគ្រឿងសំនង់ផ្សេងៗ។ រីឯសំបកគេយកទៅធ្វើជាឱសថព្យាបាលជំងឺក្រពះ ឬគ្រុនពោះវៀន។ ប៉ុន្តែសព្វថ្ងៃរុក្ខជាតិធ្នានេះត្រូវបានទទួលរងការបំផ្លាញអស់ជាច្រើន ហើយឈានទៅរកការផុតពូជជាបណ្ដើរៗ។ ដោយសារតែការស្ទោះសំបកអស់ពីគល់ឬដើម អាចធ្វើឱ្យរុក្ខជាតិនេះងាប់បានព្រោះរុក្ខជាតិរស់បានដោយសារសំបករបស់វា។ បើយើងស្ទោះសំបកធ្នាឬរុក្ខជាតិផ្សេងទៀតមកធ្វើថ្នាំ រួចត្រូវយកដីមកលាបកន្លែងដែលស្ទោះនោះដើម្បីឱ្យវាដុះសំបកសារជាថ្មី។ ការធ្វើរបៀបនេះទើបរុក្ខជាតិធ្នា ឬរុក្ខជាតិផ្សេងទៀតមិនងាប់។ ដើម្បីជាប្រយោជន៍ទៅថ្ងៃមុខ យើងទាំងអស់គ្នាត្រូវចេះប្រើប្រាស់ និងចូលរួមថែរក្សាប្រភេទដើមធ្នា ឬរុក្ខជាតិផ្សេងទៀតឱ្យបានគង់វង្សទុកសំរាប់ធ្វើឱសថបន្តទៀត។



១~ចូរប្អូនរៀបលេខដាក់ក្នុងរង្វង់តាមជ្រុងត្រីកោណដោយលៃ យ៉ាងណាឱ្យផលបូកលេខតាមជ្រុង ទីមួយៗ នៃត្រីកោណស្មើនឹង ៩



១ ២

៣ ៤

៥ ៦

២~ចូរប្អូនៗរៀបស្រះ និងព្យញ្ជនៈឱ្យចេញជាពាក្យមួយមានន័យ ស្តាប់បានដែលជាឈ្មោះរុក្ខជាតិឱសថធម្មជាតិ៖

<u>ឧទាហរណ៍</u>៖ ល ម ព ្ល ្រ ុ ជ ៈ ម្លុលពេជ្រ

១- ្ក េ ា ស ៖ ....?

២- ា ្ន ធ ៖ ....?

៣- ក រ ឈ ូ ័ ត ្ន ៈ ....?

៤- ែ ែ ្រ ឆ ស ង ្ក ៖ ....?

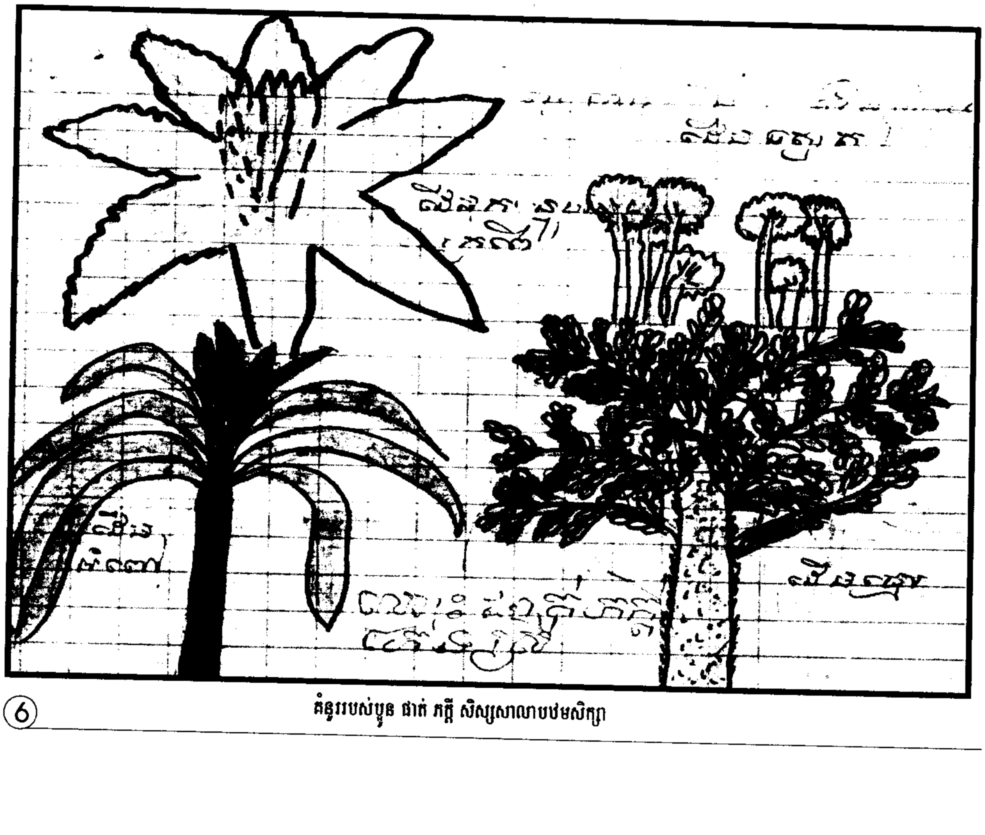
សំណួរ_ចំលើយ

សំនួរៈ ប្អូនស្រីឈ្មោះ ធុំ ចន្ទី សាលាបឋមសិក្សា ត្រពាំងអំពិល បានសួរថាៈ នៅពេលក្មេងមានជំងឺគ្រុនក្ដៅ គេយកឱសថបូរាណអ្វីសំរាប់ព្យាបាល?

ចំលើយៈ នៅពេលក្មេងកើតជំងឺគ្រុនក្ដៅ មានឱសថបូរាណច្រើនប្រភេទដែលគេយកមកព្យាបាល ដូចជា ផ្លែក្រូចឆ្មា ជីត្រចៀកជ្រូក ផ្លែម្រះ សំបក ដើម និងឫសស្វាយ ។

សំនួរៈ ប្អូនប្រុសឈ្មោះ ង៉ែត សាន សាលាបឋមសិក្សាដំណាក់ត្រាច បានសួរថាៈ តើរុក្ខជាតិឱសថធម្មជាតិ មាននៅឯណា?

ចំលើយៈ រុក្ខជាតិឱសថធម្មជាតិ មាននៅស្ទើរគ្រប់ទីកន្លែងនៃប្រទេសកម្ពុជា ហើយក៏មានផងដែរនៅ តាមគេហដ្ឋានរបស់យើង ។



គំនូររបស់ប្អូន ផាត់ ភក្ដី សិស្សសាលាបឋមសិក្សា

គំនូររបស់ប្អូន ចាន់ ផុនសារឹម សិស្សសាលាបឋមសិក្សាត្រពាំងក្រឡឹង

សំនួរ: ប្អូនស្រីឈ្មោះ ទឹម ចន្ទ័ សាលាបឋមសិក្សា ត្រពាំងអំពិល បានសួរថា: តើរុក្ខជាតិអ្វីខ្លះដែលគេចាត់ទុកជាឱសថបូរាណ?

ចំលើយ: រុក្ខជាតិដែលគេចាត់ទុកជាឱសថបូរាណមានស្ទើរគ្រប់រុក្ខជាតិទាំងអស់ តែរុក្ខជាតិទាំងអស់នោះវាព្យាបាលជំងឺទៅតាមប្រភេទផ្សេងៗគ្នា។

សំនួរ: ប្អូនប្រុសឈ្មោះ ឆាយ ផានី សាលាអនុវិទ្យាល័យមហាសាំង បានសួរថា: តើរុក្ខជាតិទាំងអស់សុទ្ធតែជាឱសថមែនឬទេ?

ចំលើយ: រុក្ខជាតិជាច្រើនជាឱសថ តែមិនគ្រប់ទាំងអស់នោះទេ គឺមានរុក្ខជាតិខ្លះក៏ជាថ្នាំពុលដែរ ។

សំនួរ: ប្អូនឈ្មោះ ស៊ួន ប៊ុនលាង សាលាបឋមសិក្សាត្រពាំងឱប បានសួរថា: ហេតុអ្វីបានជាគេត្រូវការរុក្ខជាតិឱសថធម្មជាតិ?

ចំលើយ: បានជាគេត្រូវការរុក្ខជាតិឱសថធម្មជាតិ ព្រោះគេប្រើវាសំរាប់ព្យាបាលជំងឺដូចជាថ្នាំពេទ្យដែរហើយចំណាយប្រាក់តិច និងមិនប៉ះពាល់សុខភាពទៀតផង ម៉្យាងទៀតស្ទើរគ្រប់ថ្នាំពេទ្យទាំងអស់ប្រើរុក្ខជាតិជាវត្ថុធាតុដើម។

គំនូររបស់ប្អូន ភាព បូណា សិស្សសាលាបឋមសិក្សា៧មករា

ចំពាក់កំសាន្ត

ប្រយោជន៍នៃឱសថធម្មជាតិ

ថ្ងៃមួយ **ភយ** បានធ្វើដំណើរតាមដងផ្លូវហើយបានជួប **ក្ងុយ**

ក្ងុយ: **ភយ** តើឯងទៅណា?

ភយ: បាទ! ខ្ញុំទៅរកថ្នាំព្យាបាលជំងឺប្អូន។

ក្ងុយ: នែ៎! **ភយ** តើប្អូនឯងឈឺអ្វី?

ភយ: ប្អូនខ្ញុំលាប់កញ្ជ្រិល ក្ដៅស្ទើរសន្លប់ទៅហើយ។

ក្ងុយ: អូ! លាប់មែនរឺ? បើអញ្ចឹងខ្ញុំមានឱសថធម្មជាតិមួយ៉ាង គឺ **ប្រទាលកូនខ្លោត**។ ឯងយកទៅបុកលាយទឹកឆ្អិនឱ្យវាផឹកចុះ។

ភយ: អឺ! បើអញ្ចឹងខ្ញុំសុំបន្ដិច។

ក្ងុយ: បាទ! យកចុះនៅក្នុងសួនឯនោះ។

ព្រឹកព្រលឹមស្រាងៗ **ភយ** បានដើរមកផ្ទះ **ក្ងុយ** ដើម្បីថ្លែងអំណរគុណ។

ភយ: **ក្ងុយ!** ខ្ញុំសូមអរគុណដល់ឯងដែលបានឱ្យថ្នាំដល់ខ្ញុំ។ ឥឡូវប្អូនខ្ញុំជាហើយ ដោយមិនបាច់ប្រើលុយទៀតផង។

ក្ងុយ: យើងត្រូវចេះប្រើឱសថធម្មជាតិផង ព្រោះវាមិនចាំបាច់ចំណាយលុយកាក់ច្រើនទេ។

ល្បែងប្រាជ្ញា

ចំលើយល្បែងប្រាជ្ញាព្រឹត្តិបត្រលេខ៧: ១-ខ្លែងសំរាប់បង្ហោះលេង ២-ចន្លុះ ៣-ម្លូ

១ រុក្ខាដុះក្បែរផ្លូវអ្នកផងដើរទៅហៅឯងឆ្លើយឯង។ តើជាអ្វី?

២ រុក្ខាមានឈ្មោះបីម៉ាត់លុបខាងដើមពីរព្យាង្គចាត់ទៅព្រះគង្គា។ តើជាអ្វី?

៣ រុក្ខជាតិបែកជាពីរ មច្ឆាទំមី លតា វណ្ណចុង។ តើជាអ្វី?

 ចំលើយនឹងមាននៅព្រឹត្តិបត្រ បរិស្ថានខ្ញុំ លេខ ៩

កំណាព្យបរិស្ថាន
បទកាកគតិ

រុក្ខជាតិឱសថធម្មជាតិ

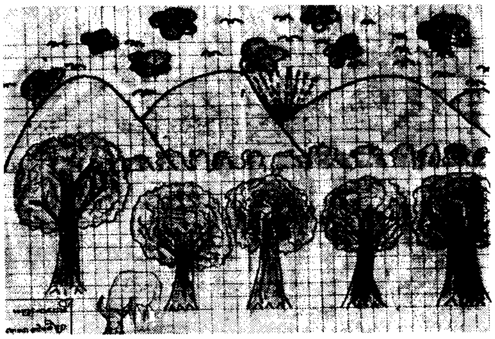
១- ដូនតាបានផ្តាំ   រុក្ខជាតិជាថ្នាំ   ត្រូវដាំបន្ត
រក្សាឱ្យគង់   សុខភាពបវរ   ថែឱ្យបានល្អ
កុំកាប់បំផ្លាញ ។

២- ឆ្កែស្រែងដក់គន់   បន្ទាល់ពងមាន់   ដើមផ្កាក្រវាញ
ក្តុកក្តុលរាំងភ្នំ   គ្រៀលស្វាអញ្ចាញ   ខ្ញុំសូមបង្ហាញ
ឱសថធម្មជាតិ ។

៣- ក្នុងព្រៃច្រើនណាស់   អ្នកចាំឱ្យច្បាស់   មានដើមវល្លិល្មៀត
វល្លិរលាយឈាម   ប៉ប្រកថែមទៀត   សុទ្ធតែរុក្ខជាតិ
សំរាប់កែរោគ ។

៤- ខ្លះដុះជិតផ្ទះ   សំបូរឥតខ្វះ   ឱសថគគោក
ផ្ទីប្រម៉ាត់ដី   ទៀបស្លឹកកន្ទ្រោប   ស្លឹកគត បំពោក
ជាថ្នាំត្រជាក់ ។

គំនូររបស់ប្អូន សេង ចន្ទ សិស្សសាលាបឋមសិក្សាត្រពាំងអំពិល



គំនូររបស់ប្អូន សន ធានី សិស្សសាលាបឋមសិក្សា

សំនួរត្រិះរិះ ?

១- តើរុក្ខជាតិអ្វីខ្លះ ដែលអាចប្រើជាឱសថបាន?

....

.... ។

២- ចូរប្អូនៗគូសសញ្ញា ☑ នៅក្នុងពាក្យណាដែលប្អូនៗយល់ថារុក្ខជាតិនោះ គេអាចយកទៅធ្វើជាថ្នាំព្យាបាលផង និង សំរាប់ធ្វើជាអាហារផង ។

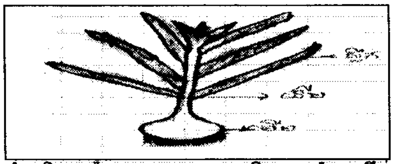
☐ ក្រវាញជ្រូក ☐ ប្រមោយដំរី ☐ ក្រសាំង ☐ ស្ដៅ

☐ ស្លែង ☐ ធ្នា ☐ ម្រុំ ☐ សង្កែ

៣- ចូរគូសសញ្ញាព្រួញពី ក ទៅ ខ ឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ដើម្បីបញ្ជាក់ពីប្រយោជន៍នៃដើមស្ដៅ ។

ក		ខ
ស្លឹក ត្រួយ ផ្កា ផ្លែ សំបក ឫស		ថ្នាំ អាហារ

គំនូរសិស្ស ឈុន ស្រីឡែន សាលាបឋមសិក្សា ៧មករា



គំនូរសិស្ស យ៉ាង ថាច សាលាបឋមសិក្សាត្រពាំងក្រឡឹង

ពត៌មាន!

សកម្មភាពក្លឹបបរិស្ថាន

សកម្មភាពការបង្រៀនបរិស្ថាន នៅសាលាបឋមសិក្សា ជាំសង្កែ

សកម្មភាពសិស្សដាំកូនឈើនៅសាលាបឋមសិក្សាមិត្តភាពកម្ពុជា-ជប៉ុន

Mlup Baitong PO Box 2510. Phnom Penh 3. Cambodia.
Tel/Fax: ++855-23-214-409. Mobile: ++855-12-909-502. e-mail: mlup@bigpond.org.kh