

တစ်နိုင်ငံတစ်ပိုင်
ဟင်းသီးဟင်းရွက်စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ခြင်း
တောင်သူလက်စွဲ

ရခိုင်ဆောင်းသီးနှံစီမံကိန်း
လယ်သမားကွင်းသင်တန်းကျောင်း
ဇွန်လ၊ ၂၀၂၀ ခုနှစ်။



**RAKHINE WINTER
CROPS PROJECT**



**NEW ZEALAND
FOREIGN AFFAIRS & TRADE
Aid Programme**

မာတိကာ

စာမျက်နှာ

နိဒါန်း။		၁
သင်ခန်းစာအခန်း ၁။	တစ်ပိုင်တစ်နိုင်ဟင်းသီးဟင်းရွက်စိုက်ပျိုးခြင်းသင်တန်းနှင့်မိတ်ဆက်ခြင်း	၂
လေ့ကျင့်ခန်း (၁.၁)	သင်တန်းတက်ပြီးနောက် ရလဒ်မဲ့မည်ဟုမျှော်မှန်းထားသော တောင်သူ၏မျှော်မှန်းချက်များ။	၂
လေ့ကျင့်ခန်း (၁.၂)	ရခိုင်ဆောင်းသီးနှံစီမံကိန်း၏ တစ်ပိုင်တစ်နိုင် ဟင်းသီးဟင်းရွက် စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ခြင်း သင်တန်းအပေါ် ထားရှိသည့်မျှော်မှန်းချက်များ။	၂
လေ့ကျင့်ခန်း (၁.၃)	ရခိုင်ဆောင်းသီးနှံစီမံကိန်း၏ သီးနှံရွေးချယ်ခြင်း မူ။	၂
လေ့ကျင့်ခန်း (၁.၄)	ရာသီအလိုက်သီးနှံပြုကွဲဒီဇိုင်း။	၃
လေ့ကျင့်ခန်း (၁.၅)	သီးနှံရွေးချယ်ခြင်းနှင့် ရွေးချယ်ရသည့်အကြောင်းရင်း။	၄
လေ့ကျင့်ခန်း (၁.၆)	စိုက်ပျိုးရေးအလေ့အကျင့်ကောင်း (ဂျီအေပီ) အကြောင်း။	၅
လေ့ကျင့်ခန်း (၁.၇)	မြန်မာ့ စိုက်ပျိုးရေးအလေ့အကျင့်ကောင်းများ (ဂျီအေပီ) ဆိုင်ရာကျင့်ဝတ်များ။	၆
လေ့ကျင့်ခန်း (၁.၈)	အီးအမ်ဘိုကာရှိမြေဆွေးပြုလုပ်ခြင်း။	၈
လေ့ကျင့်ခန်း (၁.၉)	ပျိုးမြေပြုလုပ်ခြင်း။	၉
လေ့ကျင့်ခန်း (၁.၁၀)	ခေါင်းဆောင်တောင်သူက အခြားတောင်သူများကို မည်သို့သင်ကြားနိုင်ပုံ နှင့် ခေါင်းဆောင်ဖြစ်ရခြင်း အကျိုးများ။	၉
လေ့ကျင့်ခန်း (၁.၁၁)	အခြေခံစည်းကမ်း ဥပမာများ။	၁၀
သင်ခန်းစာအခန်း ၂။	ဟင်းသီးဟင်းရွက် စိုက်ပျိုးမှု အစပြုခြင်း။	၁၁
လေ့ကျင့်ခန်း (၂.၁)	မြေနေရာရွေးချယ်ခြင်းမူများ။	၁၁
လေ့ကျင့်ခန်း (၂.၂)	ခြံစည်းရိုးကာရန် အရေးကြီးပုံ။	၁၁
လေ့ကျင့်ခန်း (၂.၃)	ခြံစည်းရိုးပြုလုပ်ရန် သုံးသော ပစ္စည်းများ၏ အားသာချက်၊ အားနည်းချက်များ။	၁၁
လေ့ကျင့်ခန်း (၂.၄)	မြေဆီလွှာ၏သွင်ပြင်များ။	၁၂
လေ့ကျင့်ခန်း (၂.၅)	အပင်တို့ ကြိုက်နှစ်သက်သော မြေချဉ်းကိန်းများ။	၁၂
လေ့ကျင့်ခန်း (၂.၆)	မြေဆီလွှာပျက်စီးမှု အကြောင်းရင်းနှင့် ပြုပြင်နည်းများ။	၁၃
လေ့ကျင့်ခန်း (၂.၇)	စိုက်ခင်းအကွက်ချခြင်း ပြုလုပ်ရန် အဆင့်များ။	၁၃
လေ့ကျင့်ခန်း (၂.၈)	မြေပြုပြင်ခြင်းရာတွင် လိုက်နာသင့်သည့်အချက်များနှင့် အကြောင်းပြချက်။	၁၄
လေ့ကျင့်ခန်း (၂.၉)	မြေဆောင်ရောဂါများကာကွယ်နှိမ်နင်းခြင်း။	၁၅
လေ့ကျင့်ခန်း (၂.၁၀)	အော်ဂဲနစ်ပိုးသတ်ဆေးပြုလုပ်ပုံ။	၁၅
သင်ခန်းစာအခန်း ၃။	စိုက်ပျိုးရန် ပြင်ဆင်ခြင်း။	၁၇
လေ့ကျင့်ခန်း (၃.၁)	တိုက်ရိုက်အစေ့ချစိုက်ခြင်းနှင့် ပျိုးထောင်စိုက်ခြင်းတို့၏ အားနည်းချက်၊ အားသာချက်များ။	၁၇
လေ့ကျင့်ခန်း (၃.၂)	ပျိုးခင်းတည်ထောင်ခြင်းနှင့်ထိန်းသိမ်းခြင်း။	၁၇
လေ့ကျင့်ခန်း (၃.၃)	စိုက်ဘောင်မြင့်များထားရန် ဘာကြောင့်အကြံပြုထားသလဲ။	၂၀
လေ့ကျင့်ခန်း (၃.၄)	အပင်များအာဟာရစုပ်ယူမှုကို အကျိုးသက်ရောက်စေသောအရာများ။	၂၀
လေ့ကျင့်ခန်း (၃.၅)	စိုက်ပျိုးရန်မကောင်းသောအခြေအနေမှ ကောင်းသောအခြေအနေသို့ ပြောင်းလဲပုံ။	၂၀
လေ့ကျင့်ခန်း (၃.၆)	အပင်အတွက် လိုအပ်သော အရေးအကြီးဆုံးဓာတ်မြေဩဇာများ။	၂၀
လေ့ကျင့်ခန်း (၃.၇)	မြေဩဇာအမျိုးအစား အားသာချက်အားနည်းချက်နှင့် စိုက်ပျိုးရေးအလေ့အကျင့်ကောင်း (ဂျီအေပီ) အရအသုံးပြုနည်း ထောက်ခံချက်များ။	၂၁
လေ့ကျင့်ခန်း (၃.၈)	အာဟာရမမျှတသောလက္ခဏာများ။	၂၄

သင်ခန်းစာအခန်း ၄။	အပင်များကိုပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း။	၂၅
လေ့ကျင့်ခန်း (၄.၁)	မြေဩဇာများထည့်သွင်းခြင်း။	၂၅
လေ့ကျင့်ခန်း (၄.၂)	မြေဖုံးခြင်း။	၂၅
လေ့ကျင့်ခန်း (၄.၃)	စိုက်နည်းစနစ်များ။	၂၆
လေ့ကျင့်ခန်း (၄.၄)	ကြီးထွားမှုအဆင့်အလိုက် အပင်၏ ရေလိုအပ်ချက်။	၂၇
လေ့ကျင့်ခန်း (၄.၅)	အပင်ရေပေးသွင်းခြင်းအခြေခံလမ်းညွှန်ချက်များ။	၂၇
လေ့ကျင့်ခန်း (၄.၆)	မြေအစိုဓာတ်စမ်းသပ်ခြင်း။	၂၉
လေ့ကျင့်ခန်း (၄.၇)	ပလပ်စတစ်တံများ၏ အားသာချက်နှင့်အားနည်းချက်။	၂၉
လေ့ကျင့်ခန်း (၄.၈)	စင်တင်ခြင်းပုံစံအမျိုးမျိုး။	၃၁
လေ့ကျင့်ခန်း (၄.၉)	ပေါင်းနှိမ်နှင်းခြင်း။	၃၁
လေ့ကျင့်ခန်း (၄.၁၀)	အပင်မှိုင်းခြင်း ပြုလုပ်ရသော အကြောင်းများ။	၃၂
သင်ခန်းစာအခန်း ၅။	ပိုးနှင့်ရောဂါကာကွယ်နှိမ်နင်းပုံ နှင့် ရေအသုံးချနည်းစနစ်	၃၃
လေ့ကျင့်ခန်း (၅.၁)	ရောဂါနှင့် ပိုးကာကွယ်နည်းများ	၃၃
လေ့ကျင့်ခန်း (၅.၂)	ပိုးသတ်ဆေးများကို ဘေးကင်းစွာအသုံးပြုခြင်း။	၃၅
သင်ခန်းစာအခန်း ၆။	သီးနှံမရိတ်သိမ်းမီနှင့် ရိတ်သိမ်းအပြီး သတိထားရမည့်အချက်များ	၃၆
လေ့ကျင့်ခန်း (၆.၁)	သီးနှံမရိတ်သိမ်းမီ နှင့် ရိတ်သိမ်းပြီး ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန်များ။	၃၆
လေ့ကျင့်ခန်း (၆.၂)	သဘာဝအလျောက် ဝတ်မှုကူးခြင်း နှင့် စပ်မျိုးခြားနားချက်။	၃၉
လေ့ကျင့်ခန်း (၆.၃)	သဘာဝဝတ်မှုကူးမျိုးနှင့် စပ်မျိုးတို့၏ အားနည်းချက် အားသာချက်များ။	၄၀
လေ့ကျင့်ခန်း (၆.၄)	မျိုးစေ့စုဆောင်းခြင်းအကြံပြုချက်များ။	၄၀
လေ့ကျင့်ခန်း (၆.၅)	မျိုးစေ့သိုလှောင်ခြင်း။	၄၁
သင်ခန်းစာအခန်း ၇။	တောင်သူကွင်းသင်တန်းကျောင်း ကို အကဲဖြတ်ခြင်းအစီအစဉ်။	၄၃
လေ့ကျင့်ခန်း (၇.၁)	လာမည့် ရာသီများအတွက် သီးနှံပြကွဒိန်။	၄၃

နိဒါန်း

ရခိုင်ဆောင်းသီးနှံစီမံကိန်း (RWCP) သည် အသေးစားဟင်းသီးဟင်းရွက်ထုတ်လုပ်မှု (SSVP) အစီအစဉ်ကို အကောင်အထည်ဖော်ရန်အတွက် တိုးချဲ့ပညာပေးလုပ်ငန်းများအား ပံ့ပိုးပေးပြီး စိုက်ပျိုးသူအား လတ်ဆတ်သော၊ ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အစားအစာများပံ့ပိုးပေးရန်နှင့် ဖြစ်နိုင်ပါက ၎င်းတို့၏ မိသားစုအတွက် ဝင်ငွေရရှိစေရန်လည်း ပံ့ပိုးခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့အပြင် ကနဦးတွင် တစ်ပိုင်တစ်နိုင် ဟင်းသီးဟင်းရွက် စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ရေး လယ်သမားကွင်းသစ်တန်းကျောင်း (SSVP FFS) ၏ အသေးစား စိုက်ပျိုးသူများကို မကြာမီကာလအတွင်း စီးပွားဖြစ်စိုက်ပျိုးသူများဖြစ်လာစေရန် မြှင့်တင်ပေးလိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ပါသည်။ ဤ “တောင်သူ လက်စွဲ စာအုပ်” သည် လယ်သမားများအား စိုက်ပျိုးရေးဆိုင်ရာ အလေ့အကျင့်ကောင်းများ (GAP) အတိုင်း ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ ထုတ်လုပ်ရာတွင် စီးပွားရေးအရ ရှင်သန်နိုင်စွမ်း၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ရေးရာများ၊ လူမှုရေးရာများ၊ လူသားဆန်စွာ ပါဝင်ရေးများအတွက် အထောက်အကူ ပြုပါလိမ့်မည်။ ပံ့ပိုးကူညီမှုလုပ်ငန်းစဉ်သည် သီးနှံစိုက်ပျိုးသည်မှ ရိတ်သိမ်းချိန် ကာလနောက်ပိုင်းအထိ စာတွေ့နှင့် အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးပြီး ကွင်းလက်တွေ့များပေါင်းစပ်ကာ သရုပ်ပြကွက်များတွင် စိုက်ပျိုးရေးဆိုင်ရာ အလေ့အကျင့်ကောင်းများ (GAP) အတိုင်း လိုက်နာဆောင်ရွက်သော လယ်သမားကျောင်း တိုးချဲ့ပညာပေးနည်းအတိုင်း ချဉ်းကပ်မှုပေါ်တွင် အခြေခံသည်။

သစ်တန်းသားများသည် အခြေခံအားဖြင့် ရေးဖတ် တွက်ချက်နိုင်ရန် လိုအပ်ပြီး၊ အလွန်ကျွမ်းကျင်စွာ စာတတ်မြောက်ရန် မလိုပါ။ သစ်တန်းသားများကို မြန်မြန်ရေးနိုင်၊ တွက်ချက်နိုင်သော စာတတ်သူတစ်ဦးက ဦးဆောင်ပြီး (၃-၅) ယောက် ပါဝင်သော အုပ်စုငယ်များဖွဲ့စည်းရန် တိုက်တွန်းနှိုးဆော်ပါလိမ့်မည်။ ဤနည်းအားဖြင့် အဖွဲ့ခွဲတစ်ခုစီသည် နားထောင်ခြင်းနှင့် ဆွေးနွေးခြင်းများဖြင့် အဓိက လေ့လာမှုပြုလုပ်ရာမှာ လေ့ကျင့်ခန်းများလည်း ပြီးနိုင်ပြီး၊ မှတ်စုများလည်း ရေးမှတ်ထားနိုင်ကြမည်။ အုပ်စုငယ်အတွင်းရှိ အရေးအသားနှင့် တွက်ချက်မှု အားနည်းသူများကို အဖွဲ့ခွဲခေါင်းဆောင်များက အစည်းအဝေးပြီးနောက် သူတို့၏ကိုယ်ပိုင်အချိန်တွင် မီအောင် ကူညီနိုင်ကြသည်။ သစ်တန်းသားများသည် ဤစာအုပ်ထဲရှိ လိုင်းအလွတ်များတွင် သူတို့၏မှတ်စုများကို ရေးသင့်သည်။ သို့သော် စိုက်ပျိုးခြင်းနှင့် ပတ်သက်သော အတွေးအခေါ်များသည် လွယ်ကူစွာအကိုးအကားရရန် တစ်နေရာတွင် ရှိနေမည်။

ခေါင်းဆောင်လယ်သမားများသည် သူတို့သိရှိခဲ့ရာများကို အခြားသူများအား ပြောပြရန် တိုက်တွန်း အားပေးခံရမည်။ ခေါင်းဆောင်လယ်သမားများသည် ဤစာအုပ်တွင်ပါသော မှတ်စုများကို အခြားသူများအားရှင်းပြခြင်းနှင့် တိုးတက်လာသော စိုက်ပျိုးရေးနည်းစနစ်များကို စိုက်ကွင်းတွင် လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ပြခြင်းမျိုးဖြင့် ကူညီနိုင်ကြသည်။ ဤနည်းအားဖြင့် တက်ရသော သစ်တန်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို အခြားတောင်သူလယ်သမားများသို့ ဖြန့်ဖြူးနိုင်ပြီး သူတို့၏ဘဝများကိုလည်း သင်ကဲ့သို့ တိုးတက်စေနိုင်သည်။ သင်၏ သစ်တန်းနှင့် ကွင်းစိုက်ပျိုးမှုရလဒ်များ ကောင်းနေစေရန် စီမံကိန်းက ဆန္ဒပြုအပ်ပါသည်။

သင်ခန်းစာ အခန်း ၁။ တစ်ပိုင်တစ်နိုင် ဟင်းသီးဟင်းရွက်စိုက်ပျိုးခြင်းသင်တန်းနှင့်မိတ်ဆက်ခြင်း

ပံ့ပိုးသူလက်စွဲနှင့်တောင်သူ လက်စွဲစာအုပ်အကြောင်း

ပံ့ပိုးသူလက်စွဲ	တောင်သူလက်စွဲ
တစ်ပိုင်တစ်နိုင် ဟင်းသီးဟင်းရွက် စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ခြင်းလယ်သမားကွင်း သင်တန်းကျောင်းအစီအစဉ်အတွက် နည်းပညာအခြေခံမှတ်စုများကို ပံ့ပိုးသူအတွက် ထည့်သွင်းထား၍ တောင်သူများအား တစ်ဆင့်ပြီး တစ်ဆင့် လမ်းညွှန်ပေးနိုင်ပါသည်။	သင်တန်းသားများအတွက် တောင်သူလက်စွဲစာအုပ်သည် အဓိကကျသော သဘောတရားနှင့် နည်းပညာမှတ်စုများ ပံ့ပိုးထားသည်။ သင်တန်းသားများ လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ရန် နေရာများလည်း ရှိပါသည်။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၁) သင်တန်းတက်ပြီးနောက် ရလိမ့်မည်ဟုမျှော်မှန်းထားသော တောင်သူ၏မျှော်မှန်းချက်များ။

မျှော်လင့်ချက်များ	ပိုင်းပါ။ (၁ မှ ၃ - ပြည့်ဝမှုနှုန်း၊ ၄ မှ ၇ - ပြည့်ဝမှုအသင့်အတင့်၊ ၈ မှ ၁၀ - ပြည့်ဝ)
၁.....	၁။ ၂။ ၃။ ၄။ ၅။ ၆။ ၇။ ၈။ ၉။ ၁၀
၂.....	၁။ ၂။ ၃။ ၄။ ၅။ ၆။ ၇။ ၈။ ၉။ ၁၀
၃.....	၁။ ၂။ ၃။ ၄။ ၅။ ၆။ ၇။ ၈။ ၉။ ၁၀
၄.....	၁။ ၂။ ၃။ ၄။ ၅။ ၆။ ၇။ ၈။ ၉။ ၁၀
၅.....	၁။ ၂။ ၃။ ၄။ ၅။ ၆။ ၇။ ၈။ ၉။ ၁၀
၆.....	၁။ ၂။ ၃။ ၄။ ၅။ ၆။ ၇။ ၈။ ၉။ ၁၀

(လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၂) ရခိုင်ဆောင်းသီးနှံစီမံကိန်း၏တစ်ပိုင်တစ်နိုင် ဟင်းသီးဟင်းရွက် စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ခြင်းသင်တန်းအပေါ် ထားရှိသည့်မျှော်မှန်းချက်များ။

၁။ အိမ်ခြံစိုက်ပျိုးရေးလုပ်ရန် မြေယာအနည်းငယ်ပိုင်ဆိုင်သူ၊ လုပ်ကိုင်ခွင့်ရသူတို့အတွက် စိုက်ပျိုးရေးဆိုင်ရာ စာတွေနှင့် ကွင်းလက်တွေ့လုပ်ငန်းများ တိုးတက်လာစေရန်။ ၂။ မိသားစုစားသုံးရန်နှင့် ရောင်းချရန်အတွက် တစ်နှစ်ပတ်လုံး ဟင်းသီးဟင်းရွက်စိုက်ပျိုးရန်။ ၃။ အသားတင်ဝင်ငွေတိုးလာရန်။ ၄။ သီးနှံမျိုးကွဲများစွာ စိုက်ခြင်းဖြင့် ဆုံးရှုံးမှုများနည်းစေပြီး အာဟာရဓာတ် ကြွယ်ဝသောဟင်းသီးဟင်းရွက်များ စားသုံးနိုင်မှု တိုးတက်လာစေရန်။ ၅။ မြေငှား၍ စီးပွားဖြစ်အကြီးစားထုတ်လုပ်နိုင်သူလယ်သမားများဖြစ်လာရေး လယ်သမားများ စိတ်အားတက်ကြွလာစေရန်။	
---	--

(လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၃) ရခိုင်ဆောင်းသီးနှံစီမံကိန်း၏ သီးနှံရွေးချယ်ခြင်း မူ။

စိုက်မည့်ဟင်းသီးဟင်းရွက်မျိုးရွေးချယ်ခြင်း

- ၁။ ဈေးအကောင်းဆုံးရရန် ဈေးကွက်လိုအပ်ချက်၊ ဈေးနှုန်းနှင့် ဈေးအကောင်းဆုံးရနိုင်မည့် စိုက်ပျိုးရိတ်သိမ်းချိန်ကို သိရှိနိုင်သည့် သီးနှံမျိုး။
- ၂။ စိုက်ပျိုးရေး အလေ့အကျင့်ကောင်းများကို လိုက်နာဖော်ဆောင်ခြင်းအားဖြင့် ရရှိလာနိုင်သည့် အကျိုးအမြတ်ကို ဆန်းစစ်နိုင်ခြင်း။
- ၃။ မိသားစု စားသုံးရန်နှစ်သက်သောသီးနှံနှင့် အာဟာရတန်ဖိုးမြင့်သော သီးနှံများ။
- ၄။ အပူချိန်နှင့် ရေရရှိနိုင်မှု စသည့်ရာသီဥတုအပြောင်းအလဲကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားလျက် အလားအလာကောင်းသည့် သီးနှံများအတွက် ရာသီအလိုက် စိုက်ပျိုးရေးပြက္ခဒိန် ရေးဆွဲနိုင်ခြင်း။
- ၅။ စိုက်ပျိုးရန်သင့်တော်သော မြေအမျိုးအစား (သို့မဟုတ်) ခံနိုင်ရည်ရှိခြင်း။ ဥပမာ ချဉ်ခြင်း၊ င်ခြင်း၊ သမခြင်းတို့ခံနိုင်မှု။
- ၆။ အရည်အသွေးကောင်းပြီး ဈေးနှုန်းသင့်တင့်သည့် သွင်းအားစုရရှိနိုင်မှု။
- ၇။ မြေဆီလွှာ ပြုပြင်ရန်၊ ပိုးမွှားရောဂါကာကွယ်ရန် သီးနှံအုပ်စုတစ်ခုမှ သီးနှံတစ်မျိုးစီပါသော သီးလှည့်စိုက်စနစ်ကျင့်သုံးရန်။
- ၈။ ပတ်ဝန်းကျင်အပေါ်အကျိုးသက်ရောက်မှု။
- ၉။ နစ်နာဆုံးရှုံးနိုင်မှုကို အကဲဖြတ်နိုင်ခြင်း။
- ၁၀။ -----
- ၁၁။ -----
- ၁၂။ -----

(လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၄) ရာသီအလိုက်သီးနှံပြက္ခဒိန်။

သီးနှံ	လများ											
	အောက်	နို	ဒီ	ဇန်	ဖေ	မတ်	ဧပြီ	မေ	ဇွန်	ဇူလိုင်	ဩ	စက်
	သီ	တန်	နတ်	ပြာ	ပို့	ပေါင်း	ခူး	ဆုန်	ယုန်	ဝါ	ခေါင်	တော်
အုပ်စု - ၁												
၁။ တိုင်တောင်ပဲ												
၂။ ရုံးပတီ												
၃။ ကြက်သွန်နီ												
၄။ မုန်လာဥနီ												
အုပ်စု - ၂												
၅။ ငရုတ်												
၆။ ခရမ်းချဉ်												
၇။ ခရမ်းသီး												
၈။ ခရမ်းကြွပ်သီး												
၉။ နံနံပင်												
အုပ်စု - ၃												
၁၀။ ဂေါ်ဖီထုပ်												
၁၁။ ပန်းဂေါ်ဖီ												
၁၂။ ပန်းဂေါ်ဖီစိမ်း												
၁၃။ မုန်လာဥဖြူ												
၁၄။ ကန်စွန်း												
၁၅။ ပြောင်းဖူး												
၁၆။ မုန်ညင်း												

အုပ်စု - ၄													
၁၇။ ဘူးသီး													
၁၈။ ဗုံလုံ (ပဲလင်းမြွေ)													
၁၉။ ခဲ													
၂၀။ ကြက်ဟင်းခါး													
၂၁။ သခွား													
၂၂။ ဖရုံ													
၂၃။ ဖရုံ													

မှတ်ချက်။ စိုက်ပျိုးရန်ကောင်းသောကာလ
စိုက်ပျိုးရန်ခက်ခဲသောကာလ

(လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၅) သီးနှံရွေးချယ်ခြင်းနှင့် ရွေးချယ်ရသည့်အကြောင်းရင်း။

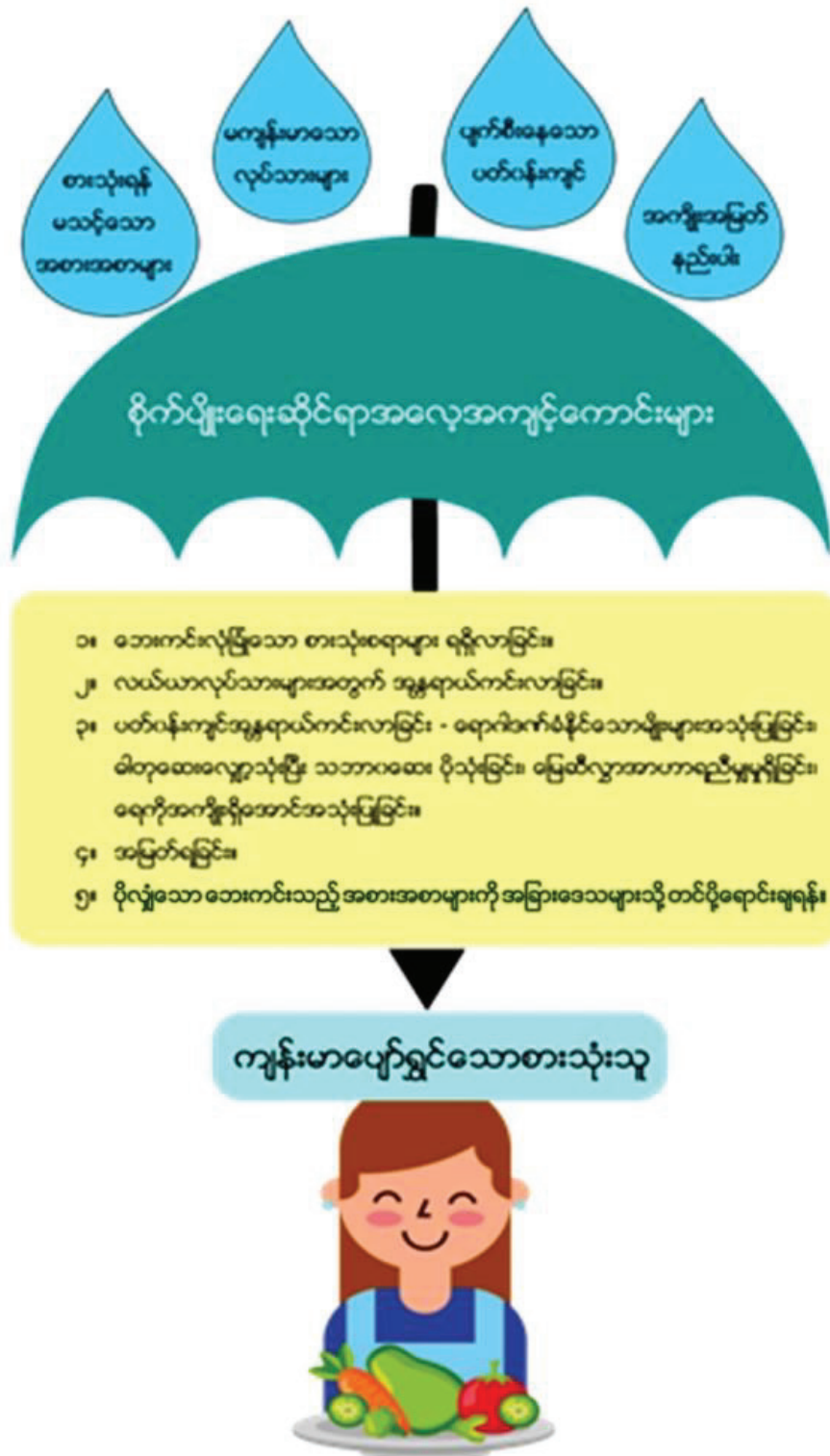
စဉ်	သီးနှံ	ရာသီ	ရွေးချယ်ရခြင်းအကြောင်းရင်းများ
၁	တိုင်ထောင်ပဲ	မိုးနှင့်ဆောင်း	ဈေးကွက်ရှိခြင်း၊ ဈေးကောင်းသီးနှံ၊ စားသုံးရန်လူကြိုက်များ၊ အာဟာရအတွက် ကောင်းခြင်း၊ သွင်းအားစုရနိုင်ခြင်း၊ မြေအမျိုးအစားအများစုနှင့်သင့်တော်ခြင်း၊ သီးလှည့်စိုက်ပျိုးရန်နှင့် ပတ်ဝန်းကျင် အတွက်ကောင်းခြင်း၊ ဆုံးရှုံးနိုင်ခြေနည်းခြင်း။
၂	သခွား	မိုး၊ ဆောင်း	ဈေးကွက်ရှိခြင်း၊ ဈေးကောင်းသီးနှံ၊ စားသုံးရန်လူကြိုက်များ၊ အာဟာရအတွက် ကောင်းခြင်း၊ သွင်းအားစုရနိုင်ခြင်း၊ မြေအမျိုးအစားအများစုနှင့်သင့်တော်ခြင်း၊ ဆုံးရှုံးနိုင်ခြေနည်းခြင်း။
၃	မုန်လာဥဖြူ	ဆောင်း	ဈေးကွက်ရှိခြင်း၊ ဈေးကောင်းသီးနှံ၊ စားသုံးရန်လူကြိုက်များ၊ အာဟာရကောင်းခြင်း၊ သွင်းအားစုရနိုင်ခြင်း၊ မြေအမျိုးအစားအများစုနှင့်သင့်တော်ခြင်း။
၄	ကြက်ဟင်းခါး	ဆောင်း	ဈေးကွက်ရှိခြင်း၊ ဈေးကောင်းသီးနှံ၊ စားသုံးရန်လူကြိုက်များ၊ အာဟာရအတွက် ကောင်းခြင်း၊ သွင်းအားစုရနိုင်ခြင်း၊ မြေအမျိုးအစားအများစုနှင့်သင့်တော်ခြင်း၊ သီးလှည့်စိုက်ပျိုးရန်နှင့် ပတ်ဝန်းကျင်အတွက် ကောင်းခြင်း၊ ဆုံးရှုံးနိုင်ခြေနည်းခြင်း။
၅	ရုံးပတီ	မိုး/ဆောင်း	ဈေးကွက်ရှိခြင်း၊ ဈေးကောင်းသီးနှံ၊ စားသုံးရန်လူကြိုက်များ၊ အာဟာရအတွက် ကောင်းခြင်း၊ သွင်းအားစုရနိုင်ခြင်း၊ မြေအမျိုးအစားမရွေးသင့်တော်ခြင်း၊ သီးလှည့် စိုက်ပျိုးရန်နှင့် ပတ်ဝန်းကျင်အတွက် ကောင်းခြင်း၊ ဆုံးရှုံးနိုင်ခြေနည်းခြင်း။
၆	ငရုတ်	ဆောင်း	ဈေးကွက်ရှိခြင်း၊ ဈေးကောင်းသီးနှံ၊ စားသုံးရန်လူကြိုက်များ၊ အာဟာရအတွက် ကောင်းခြင်း၊ သွင်းအားစုရနိုင်ခြင်း၊ မြေအမျိုးအစားအများစုနှင့်သင့်တော်ခြင်း၊ သီးလှည့်စိုက်ပျိုးရန်နှင့် ပတ်ဝန်းကျင်အတွက် ကောင်းခြင်း၊ ဆုံးရှုံးနိုင်ခြေနည်းခြင်း။
၇	ကြက်သွန်နီ	ဆောင်း	ဈေးကွက်ရှိခြင်း၊ ဈေးကောင်းသီးနှံ၊ စားသုံးရန်လူကြိုက်များ၊ အာဟာရကောင်းခြင်း၊ သွင်းအားစုရနိုင်ခြင်း။

၈	မုန်လာဥနီ	ဆောင်း	ဈေးကွက်ရှိခြင်း၊ ဈေးကောင်းသီးနှံ၊ စားသုံးရန်လူကြိုက်များ၊ အာဟာရအတွက် ကောင်းခြင်း၊ သွင်းအားစုရနိုင်ခြင်း။
၉	ခရမ်းချဉ်	ဆောင်း	စားသုံးသူကြိုက်၊ ဈေးကွက်ရှိ၊ ဈေးကောင်းရ၊ သဲနန်းမြေတွင်ကောင်း။
၁၀	ခရမ်း	မိုး၊ ဆောင်း	စားသုံးသူကြိုက်၊ ဈေးကွက်ရှိ၊ ဈေးကောင်းရ၊ မြေအမျိုးအစားအများစုနှင့် သင့်တော်။
၁၁	ခရမ်းကြွပ်	မိုး၊ ဆောင်း	စားသုံးသူကြိုက်၊ ဈေးကွက်ရှိ၊ ဈေးကောင်းရ၊ မြေအမျိုးအစားအများစုနှင့် သင့်တော်။
၁၂	ဂေါ်ဖီထုပ်	ဆောင်း	စားသုံးသူကြိုက်၊ ဈေးကွက်ရှိ၊ ဈေးကောင်းရ၊ သဲနန်းမြေတွင်ကောင်း။
၁၃	ပန်းဂေါ်ဖီ	ဆောင်း	စားသုံးသူကြိုက်၊ ဈေးကွက်ရှိ၊ ဈေးကောင်းရ၊ သဲနန်းမြေတွင်ကောင်း။
၁၄	ပန်းမုန်လာစိမ်း	ဆောင်း	စားသုံးသူကြိုက်၊ ဈေးကွက်ရှိ၊ ဈေးကောင်းရ၊ သဲနန်းမြေတွင်ကောင်း။
၁၅	ရေကန်စွန်း	နှစ်ပတ်လည်	စားသုံးသူကြိုက်၊ ဈေးကွက်ရှိ၊ ဈေးကောင်းရ၊ သဲနန်းမြေတွင်ကောင်း။
၁၆	ဘူး	ဆောင်း	စားသုံးသူကြိုက်၊ ဈေးကွက်ရှိ၊ မြေအမျိုးအစားအများစုနှင့် သင့်တော်။
၁၇	ပဲလင်းမြွေ	မိုး၊ ဆောင်း	စားသုံးသူကြိုက်၊ ဈေးကွက်ရှိ၊ မြေဆွေးများသောမြေတွင် ပိုဖြစ်။
၁၈	ခဝဲ	မိုး	စားသုံးသူကြိုက်၊ ဈေးကွက်ရှိ၊ မြေဆွေးများသောမြေတွင် ပိုဖြစ်။
၁၉	ဖရုံ	မိုး၊ ဆောင်း	စားသုံးသူကြိုက်၊ ဈေးကွက်ရှိ၊ မြေဆွေးများသောမြေတွင် ပိုဖြစ်။
၂၀	ဖရုံ	ဆောင်း	စားသုံးသူကြိုက်၊ ဈေးကွက်ရှိ၊ မြေဆွေးများသောမြေတွင် ပိုဖြစ်။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၆) စိုက်ပျိုးရေးအလေ့အကျင့်ကောင်း (ဂျီအေပီ)အကြောင်း

အဓိပ္ပါယ်။ ။ စိုက်ပျိုးရေးအလေ့အကျင့်ကောင်းဆိုသည်မှာ စိတ်ချရသော (ဘေးကင်းသော) အစားအစာရရှိစေသည့်၊ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက် တောင်သူနှင့် လုပ်သားများကို ဘေးကင်းစေသည့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို မညစ်နွမ်းစေသည့်၊ ငွေရေးကြေးရေးအရ အမြတ်ပိုမိုရရှိစေနိုင်သည့် စိုက်ပျိုးရေးအလေ့အကျင့်များဖြစ်သည်။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၇) မြန်မာ့စိုက်ပျိုးရေးအလေ့အကျင့်ကောင်းများ (ဂျီအေပီ) ဆိုင်ရာ ကျင့်ဝတ်များ။ (၁၀ မိနစ်)



မြန်မာ့စိုက်ပျိုးရေးအလေ့အကျင့်ကောင်းများ(ဂျီအေပီ) ဆိုင်ရာကျင့်ဝတ်များ။

၁။ စိုက်ပျိုးမည့်မြေနေရာရွေးချယ်ခြင်း။

- စိုက်ပျိုးမြေနှင့် အနီးပတ်ဝန်းကျင်ရှိမြေသည် ဓာတုနှင့် ဇီဝဆိုင်ရာအန္တရာယ်ရှိသည့် မြေနေရာမဖြစ်စေရ။ စိုက်ကွင်းမြေပုံနှင့် မှတ်တမ်းထားရှိရမည်။

၂။ ရေ

- စိုက်ပျိုးရာတွင် သုံးမည့်ရေ၏အရည်အသွေးကို ဓာတ်ခွဲစစ်ဆေးရမည်။ မွေးမြူရေးရုံ၊ ဆေးရုံ၊ စက်ရုံများမှ ဖြတ်သန်းလာသော ရေ၊ မြူနီစီပယ်စွန့်ပစ်ရေနှင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို အန္တရာယ်ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည့်ရေများကို အသုံးမပြုရ။ (ရေဆိုးရေညစ်များကို ပြန်လည် ပြုပြင်ပြီးအသုံးပြုလျှင် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေး အဖွဲ့ကြီး၏ လမ်းညွှန်ချက်အတိုင်း လိုက်နာအသုံးပြုရန်)။

၃။ မျိုးစေ့၊ ပျိုးပင်

- ရေမြေဒေသနှင့် ကိုက်ညီပြီး ပိုးမွှားရောဂါကင်းစင်သည့် အရည်အသွေးကောင်းမျိုးများကို ရွေးချယ်စိုက်ပျိုးရမည်။
- စိုက်ပျိုးသည့်မျိုးစေ့၊ ပျိုးပင် နှင့်မျိုးပွားအစိတ်အပိုင်းများ ရရှိသည့်နေရာ၊ ရရှိသည့်အရေအတွက်နှင့် ရရှိသည့်ရက်စွဲတို့ကို မှတ်တမ်းတင်ထားရမည်။

၄။ မြေဩဇာနှင့် မြေဆီလွှာဖြည့်စွက်ပစ္စည်းများ

- စိုက်ပျိုးသည့် သီးနှံတစ်ခုချင်းအတွက် အသုံးပြုသည့်မြေဩဇာ(သို့မဟုတ်) မြေဆီလွှာဖြည့်စွက်ပစ္စည်းများတွင် အန္တရာယ်ဖြစ်စေသော ဓာတုနှင့် ဇီဝဆိုင်ရာညစ်ညမ်းမှုများ မရှိစေရ။
- သဘာဝမြေဩဇာများအား ကောင်းစွာဆွေးနွေးအောင်ဆောင်ရွက်ပြီးမှ အသုံးပြုရမည်။
- မြေဩဇာ(သို့မဟုတ်)မြေဆီလွှာ ဖြည့်စွက်ပစ္စည်းရောနှောခြင်းနှင့်သိုလှောင်ခြင်း၊ အော်ဂဲနစ်ပစ္စည်းများ ဆွေးမြေ့စေရန်ဆောင်ရွက်ခြင်းတို့ကို မြေနှင့် ရေအရင်းအမြစ်သန့်ရှင်းမှု ထိခိုက်စေသော နေရာများတွင် မပြုလုပ်ရ။
- မြေဩဇာ(သို့မဟုတ်)မြေဆီလွှာဖြည့်စွက်ပစ္စည်းများဝယ်ယူသုံးစွဲရာတွင် မှတ်ပုံတင်ထားသောပစ္စည်းများ ဖြစ်ရမည့်အပြင် မှတ်တမ်းများတွင် ရေးသွင်း ထားရှိရမည်။

၅။ စိုက်ပျိုးရေးသုံးဓာတုဆေးများနှင့် အခြားဓာတုဆေးများ

- ဓာတုဆေးများအသုံးပြုမှုအနည်းဆုံးဖြစ်စေရန် ဘက်စုံပိုးမွှားကာကွယ်ရေးနည်းစနစ်များကို အသုံးပြုရမည်။
- ပိုးသတ်ဆေးဥပဒေ၊ မြေဩဇာဥပဒေ၊ နည်းဥပဒေများနှင့်အညီ ပတ်ဝန်းကျင်ညစ်ညမ်းခြင်းနှင့် လူသားတို့၏ကျန်းမာရေးကို ထိခိုက်မှုများမဖြစ်စေရေး အထူးဂရုပြုရမည်။
- ဓာတုဆေးများကို အသုံးပြုရန်လိုအပ်ပါက တရားဝင်အသိအမှတ်ပြုမှတ်ပုံတင်ထားသည့် ဓာတုဆေးများကိုသာ အသုံးပြုရမည်။
- ဆေးဖုန်းပြီးနောက် အသုံးပြုမည့်ဆေးအုပ်စုအလိုက် မရိတ်သိမ်းမီစောင့်ဆိုင်းရမည့် ကာလအပိုင်းအခြားကို အတိအကျလိုက်နာရမည်။
- ပိုးသတ်ဆေးစနစ်တကျ ကိုင်တွယ်သုံးစွဲနည်းများကို သိရှိနားလည်ထားရမည်။
- ဓာတုဆေးများဝယ်ယူ၊ သိုလှောင်၊ သုံးစွဲမှု၊ အသုံးချမှုနှင့် စွန့်ပစ်မှုတို့ကို စနစ်တကျဆောင်ရွက်ပြီး မှတ်တမ်းများတွင် ရေးသွင်းထားရှိရမည်။
- လောင်စာဆီ၊ ချောဆီနှင့် အခြားသောစိုက်ပျိုးရေးသုံးမဟုတ်သည့် ဓာတုဆေးများကို သီးနှံများညစ်ညမ်းမှုအန္တရာယ် အနည်းဆုံးဖြစ်စေသော ကိုင်တွယ် အသုံးပြုခြင်း၊ သိုလှောင်ခြင်းနှင့် စွန့်ပစ်ခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ရမည်။

၆။ အပင်ပြုစောင့်ရှောက်ခြင်း

- သီးနှံအလိုက် နည်းလမ်းမှန်ကန်စွာ ပြုစောင့်ရှောက်ရမည်။

၇။ စိုက်ပျိုးရေးနှင့် အခြားဆက်စပ်ပစ္စည်းကိရိယာများ

- ထွက်ကုန်သီးနှံများအတွက် အသုံးပြုသော ပစ္စည်းကိရိယာများ၊ သိုလှောင်ပစ္စည်းများနှင့် အခြားပစ္စည်းများသည် သန့်ရှင်းပြီး ထွက်ကုန်သီးနှံများကို ညစ်ညမ်းမှုမရှိစေရ။
- စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများ၊ ဓာတုဆေးများနှင့် အခြားအန္တရာယ်ဖြစ်စေသည့်အရာများများ၊ အသုံးပြုသည့် ပစ္စည်းများကို တိတိကျကျသတ်မှတ်ထားရမည်။
- ၎င်းပစ္စည်းများဖြင့် ထွက်ကုန်သီးနှံများ ထည့်ခြင်း၊ သိုလှောင်ခြင်းမပြုရ။

၈။ ရိတ်သိမ်းခြင်းနှင့်ထွက်ကုန်ပြုပြင်ခြင်း။

- သီးနှံများကို မှန်ကန်သောရင့်မှည့်မှုရှိသည့်အချိန်တွင် သင့်တော်သည့်နည်းစနစ်ဖြင့် ခူးဆွတ် ရိတ်သိမ်းရမည်။
- ရိတ်သိမ်းပြီးထွက်ကုန်သီးနှံများကို မြေကြီး (သို့မဟုတ်) ကိုင်တွယ်ထုပ်ပိုးသည့်ကြမ်းပြင် (သို့မဟုတ်) သိုလှောင်သည့်နေရာကြမ်းခင်းနှင့် တိုက်ရိုက် ထိတွေ့ခြင်းမရှိအောင် သန့်ရှင်းသောအခင်း၊ ပစ္စည်းပေါ်တွင် ထားရှိရမည်။
- ဆေးကြောသန့်စင်ရန်လိုအပ်သော သီးနှံနှင့်အစိတ်အပိုင်းများအတွက် အသုံးပြုသောရေသည် သန့်ရှင်းစင်ကြယ်ရမည်။
- သီးနှံအလိုက်သတ်မှတ်ထားသော စံချိန်စံညွှန်းအတိုင်း အဆင့်အတန်းခွဲခြားပြီးထုပ်ပိုးရမည်။

၉။ သိုလှောင်ခြင်းနှင့် သယ်ယူပို့ဆောင်ခြင်း။

- ထွက်ကုန်များကို ဓာတု၊ ဇီဝနှင့် ရုပ်ဝတ္ထုဆိုင်ရာ ညစ်ညမ်းမှုအန္တရာယ်ဖြစ်စေနိုင်သောကုန်ပစ္စည်းများနှင့် သီးခြားခွဲပြီး သိုလှောင်ခြင်း၊ သယ်ဆောင်ခြင်း ပြုလုပ်ရမည်။
- လောင်စာဆီ၊ ပိုးသတ်ဆေးနှင့်မြေဩဇာများ၊ လယ်ယာသုံးကိရိယာများအပါအဝင် အခြားပစ္စည်းများနှင့် ထွက်ကုန်များကို ရောနှောသိုလှောင်ခြင်းမပြုရ။

- သယ်ယူပို့ဆောင်မည့်ယာဉ်ကို အသုံးပြုမီ သန့်ရှင်းမှု၊ ဓာတုဆေးဖိတ်စင်မှု၊ အခြားပစ္စည်းများနှင့် ပိုးမွှားကျရောက်မှုရှိ မရှိကိုစစ်ဆေးရမည်။

၁၀။ အဆောက်အဦများဆောက်လုပ်ထားခြင်း

- ထွက်ကုန်များထုပ်ပိုးခြင်း၊ ကိုင်တွယ်ပြုပြင်ခြင်းနှင့် သိုလှောင်ထားရှိခြင်းတို့တွင် ဘေးဥပါဒ်အန္တရာယ်ကျရောက်မှု နည်းပါးစေရန် သီးသန့်အဆောက်အအုံများတည်ဆောက်ခြင်း (သို့မဟုတ်) သီးသန့်ဆောင်ရွက်မည့်နေရာများ သတ်မှတ်ရမည်။
- ၎င်းအရာတို့ကို ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းပေးရမည်။

၁၁။ တိရစ္ဆာန်နှင့် ဖျက်ပိုးများထိန်းချုပ်ခြင်း

- အိမ်မွေးနှင့် လယ်ယာလုပ်ငန်းသုံးတိရစ္ဆာန်များကို ရိတ်သိမ်း၊ ထုပ်ပိုး၊ သိုလှောင်သည့်နေရာများတွင် မရှိစေရ။

၁၂။ အထောက်အထားနှင့် မှတ်တမ်းများ

- ထုတ်လုပ်သူသည် စိုက်ပျိုးရေးဆိုင်ရာအလေ့အကျင့်ကောင်းများနှင့် ပတ်သက်သည့်မှတ်တမ်းများကို အနည်းဆုံး (၂) နှစ် သိမ်းဆည်းထားရမည်။
- လက်ရှိဆောင်ရွက်နေသည့် လုပ်ငန်းအတွက် သတ်မှတ်ထားသည့်မှတ်တမ်းပုံစံတွင် မှတ်တမ်း ရေးသွင်းထားရမည်။

၁၃။ နောက်ကြောင်းပြန်စစ်ဆေးခြင်းနှင့် ပြန်လည်သိမ်းဆည်းခြင်း

- သီးနှံစိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်သည့်နေရာအား နောက်ကြောင်းပြန်စစ်ဆေးနိုင်ရန်အတွက် ထုပ်ပိုးပစ္စည်းများအပေါ်တွင် သိသာထင်ရှားသည့် အမှတ်အသားနှင့် မှတ်ပုံတင်အမှတ်အသား ပြုလုပ်ထားရှိရမည်။
- သီးနှံထွက်ကုန်ပစ္စည်းတစ်ခုချင်းစီအတွက် တင်ပို့သည့်နေရာနှင့် ပေးပို့သည့်ရက်စွဲတို့ကို မှတ်တမ်းထားရှိရမည်။

၁၄။ သင်တန်း

- ထုတ်လုပ်သူနှင့်လုပ်သားများအား မိမိတို့ ဆောင်ရွက်နေသည့်လုပ်ငန်းနယ်ပယ်အလိုက် ကျွမ်းကျင်မှုနည်းပညာများ ရရှိစေရန် စိုက်ပျိုးရေးဆိုင်ရာ အလေ့အကျင့်ကောင်းသင်တန်းများ တက်ရောက်ထားရမည်။

၁၅။ ဆောင်ရွက်ကျင့်သုံးမှုများကိုပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း

- ထုတ်လုပ်သူများအနေဖြင့်ကျင့်သုံးနေသည့်နည်းလမ်းများအား မှန်မှန်ကန်ကန် ဆောင်ရွက်ကြောင်းသေချာစေရန် လုပ်ငန်းအားလုံးကို အနည်းဆုံး တစ်နှစ်တစ်ကြိမ် ပြန်လည်စစ်ဆေးရမည်။
- တိုင်ကြားချက်များရှိပါက မိမိကိုယ်တိုင် ဖြေရှင်းဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်ပြီး၊ ဆောင်ရွက်မှုများအတွက် မှတ်တမ်းများ ထိန်းသိမ်းထားရှိရမည်။

၁၆။ တစ်ကိုယ်ရည်သန့်ရှင်းခြင်းနှင့်လုပ်သားများဘဝ သာယာဝပြောရေး

- လုပ်ငန်းခွင်ရှိ သိသာထင်ရှားသောနေရာများတွင် တစ်ကိုယ်ရည်သန့်ရှင်းရေးနှင့်ပတ်သက်သည့် ညွှန်ကြားချက်များကို ရေးသားပြသထားရမည် (သို့မဟုတ်) လုပ်သားများသိရှိအောင်ဖြန့်ဝေထားရမည်။
- မိလ္လာရေနှင့် စွန့်ပစ်အညစ်အကြေးရည်များကို အန္တရာယ်မရှိအောင် ဂရုတစိုက်စွန့်ပစ်ရမည်။
- လုပ်သားများ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် လူမှုဘဝသာယာဝပြောရေးကို အလေးထားဆောင်ရွက်ပေးရမည်။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၈) အီးအမ်ဘိုကာရီမြေဆွေးပြုလုပ်ခြင်း

စူပါအီးအမ်ဘိုကာရီပြုလုပ်ရန်အဆင့်များ (၂၀ပေ x ၄၀ ပေ အတွက်)

လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

စပါးခွံ	-	၁ အိတ် (၁.၅ တင်း၊ အိတ်)
နွားချေး	-	၁ အိတ် (၁.၅ တင်း၊ အိတ်)
ဖွဲနု	-	၁/၂ အိတ် (၃ ပိသာ)
အသင့်သုံးအီးအမ်	-	၁/၂ လီတာ
တင်လဲရည်	-	၁/၂ လီတာ
ရေ	-	၄၀% အစိုဓာတ်

ပြုလုပ်နည်း

- ၁။ မြေဆွေးပြုလုပ်ရန် မြေနေရာကျယ်ကျယ်၊ ရေမဝသော အရိပ်ရနေရာကိုရှာပါ။ တစ်ဧကလျှင် မြေဆွေး ပိသာ ၆၀၀ အနည်းဆုံးထားသုံးရန်လိုသည်။
- ၂။ မြေကို ရေဝအောင် လောင်းပါ။ မြေခြောက်ပါက မြေဆွေးပုံမှအစိုကို စုပ်ယူလိုက်သဖြင့် မြေဆွေးပြုလုပ်ခြင်း မအောင်မြင်တတ်ပါ။
- ၃။ စပါးခွံကို မြေပေါ်ဖြန့်ပါ။ စပါးခွံ၊ နွားချေးနှင့် ဖွဲနုတို့ကို ရောနှယ်ပါ။
- ၄။ အီးအမ်နှင့် တင်လဲရည်ကိုရောပြီး အခြားပစ္စည်းများပေါ်အထက်အောက် သမအောင် လောင်းပါ။
- ၅။ ပစ္စည်းများအရောက် ဆုပ်ကိုင်ကြည့်လျှင် အလုံးမပျက်သောအခြေအနေရောက်အောင် ရေထည့်ပါ။ ၎င်းအခြေအနေတွင် ရေ ၄၀% ပါဝင်သည်ဟု ဆိုနိုင်သည်။

- ၆။ မြေဆွေးပုံကို ပလပ်စတစ်အနက်ရောင် (သို့မဟုတ်) အလင်းလုံ တာပေါ်လင်စဖြင့် လေလုံအောင်ဖုံးပါ။ အကုဇီဝများသည် အလင်းရောင် မကြိုက်ပါ။
- ၇။ လေမဝင်အောင် ပလပ်စတစ် (သို့မဟုတ်) တာပေါ်လင်စ အနားများကို သေချာစွာဖုံးပါ။ အကုဇီဝများသည် လေမဲ့ အချိန်တွင် ပိုပွားသည်။
- ၈။ အကယ်၍ မြေဆွေးခြောက်သွားပါက ၁၀ ရက် တစ်ကြိမ် ရေလောင်းပေးပါ။
- ၉။ မြေဆွေးပုံစတင်ပုံချိန်မှ ၃ပတ် - ၄ပတ်ကြာသောအချိန်၊ မြေဆွေးပုံသည် ချိုချည်အနံ့မွှေးလာပြီး အပေါ်တွင် အဖြူရောင်မှိုဖျားများ ပွားများလာသည်ကို မြင်လာရပါက သုံးရန်အသင့်ဖြစ်ပါပြီ။
- ၁၀။ ဘိုကာရီကို ချက်ချင်းအသုံးမပြုသေးလျှင် ပလပ်စတစ်အိတ်တွင် ထည့်ကာ အေး၍၊ အရိပ်ရပြီး ခြောက်သွေ့သော နေရာတွင် ၆ လအထိ ထားနိုင်သည်။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၉) ပျိုးမြေပြုလုပ်ခြင်း

ဆတူလိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- ၁။ ကောင်းစွာဆွေးနေသောနွားချေး - ၁ ဆ
- ၂။ စပါးခွံဖွဲပြာ - ၁ ဆ
- ၃။ အပေါ့ယံမြေသား - ၁ ဆ

ပြုလုပ်ပုံ။

- ၁။ ကောင်းစွာဆွေးနေသောနွားချေး၊ စပါးခွံဖွဲပြာနှင့် အပေါ့ယံမြေသားဆတူကို ကောင်းစွာသမအောင် ရောပါ။
- ၂။ ၎င်းမြေအရောကို အမည်းရောင် လေလုံပလပ်စတစ်အိတ်အတွင်း ထည့်ပြီး လေလုံအောင်ပိတ်ကာ နေပူထဲတွင် ၃ နာရီ၊ ၄ နာရီခန့်ထားပါ။ အပူကြောင့် မြေဆောင်ရောဂါအချို့ကို သေစေနိုင်သည်။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၁၀) ခေါင်းဆောင်တောင်သူက အခြားတောင်သူများကို မည်သို့သင်ကြားနိုင်ပုံနှင့် ခေါင်းဆောင်ဖြစ်ရခြင်း အကျိုးများ

အခြားတောင်သူများကို မည်ကဲ့သို့သင်ကြားပေးမည်နည်း။

- ၁။ အခြားတောင်သူများကို မိမိ၏အကွက်သို့ဖိတ်ခေါ်ပြီး မိမိက စိုက်ပျိုးရေးအလေ့အကျင့်ကောင်းကို လိုက်နာဖော်ဆောင်နေမှုကို ပိုင်းဝန်းကူညီစေခြင်း။ (လုပ်ရင်းတတ်မြောက်)။
- ၂။ ခေါင်းဆောင်တောင်သူက အခြားတောင်သူများ၏အကွက်သို့ သွားရောက်လည်ပတ်ပြီး ၎င်းတို့၌ ပိုမိုကောင်းမွန်လာစေရန် သင်တန်းက ရခဲ့သောနည်းလမ်းများအတိုင်း အကောင်အထည်ဖော် ကူညီပေးခြင်း။
- ၃။ ခေါင်းဆောင်တောင်သူသည် အိမ်တွင်နေလျက်ဖြစ်စေ၊ အရိပ်ကောင်းသောနေရာတွင် စုဖွဲ့ထိုင်ပြီး သင်တန်းက ရရှိလာသော အတွေ့အကြုံများကို ဆွေးနွေးခြင်း။

ခေါင်းဆောင်ဖြစ်ရခြင်း အကျိုးများ။

- ၁။ သင်တန်းတက်ခြင်းဖြင့် အသိအမြင်ပိုမိုကျယ်ပြန့်လာခြင်း။
- ၂။ သင်တန်းပါဝင်တက်ရောက်နေသည့် ခေါင်းဆောင်တောင်သူများ၊ အထူးသဖြင့်တစ်ရွာတည်းသားချင်း ခေါင်းဆောင်တောင်သူများနှင့် ပိုမိုအဆက်အသွယ် ရှိလာပြီး သင်တန်းပြီးနောက်ပိုင်းတွင်လည်း ၎င်းတို့ထံမှ ဆက်လက်သင်ယူနိုင်ခြင်း။
- ၃။ နောက်လိုက်တောင်သူများကို ရွေးချယ်နိုင်ခြင်းနှင့် သင်တန်းပေးသူဖြစ်လာခြင်းကြောင့် ခေါင်းဆောင်တောင်သူသည် အဆင့်တစ်ခုသို့ တက်လှမ်း လာသည်။
- ၄။ နောက်လိုက်တောင်သူများနှင့် အတွေ့အကြုံဖလှယ်ခွင့်ရလာသဖြင့် အသိအမြင်ကျယ်လာနိုင်သည်။



ခေါင်းဆောင်တောင်သူများနှင့် နောက်လိုက်တောင်သူများ အကွက်ငယ်တွင်းတွင် အတူပူးပေါင်း လုပ်ကိုင်နေကြခြင်း

(လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၁၁) အခြေခံစဉ်ကမ်း ဥပမာများ

အခြေခံစည်းကမ်း ဥပမာများ။

- ၁။ အချိန်မီရောက်ရှိရန်။
- ၂။ တက်ကြွစွာပါဝင်ရန်။
- ၃။ သူတစ်ပါး (အမျိုးသမီး/အမျိုးသားများ) ပြောနေချိန် နားထောင်ရန်နှင့် ကြားဖြတ်ဝင်မပြောရန်။
- ၄။ မေးခွန်းမေးလိုက (သို့) တစ်စုံတစ်ခုပြောလိုက လက်ပြရန်။ မိမိအလှည့်ကိုစောင့်ရန်။
- ၅။ အတွေ့အကြုံဝေငှလိုစိတ်ရှိ၍ အခြားသူများထံမှလည်း အသစ်သောအရာများ သင်ယူရန် ဆန္ဒရှိရန်။

၆။ -----

၇။ -----

သင်ခန်းစာ အခန်း ၂။ ဟင်းသီးဟင်းရွက် စိုက်ပျိုးမှု အစပြုခြင်း

(လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၁) မြေနုရှာရွေးချယ်ခြင်း မူများ

မြေနုရှာရွေးချယ်ခြင်းသတ်မှတ်ချက်

မြေနုရှာရွေးချယ်ခြင်းသတ်မှတ်ချက်များအတွက် (၁)အိမ်နှင့်နီး (အရိပ်ကျ)နှင့် (၂)ကွင်းထဲတွင် (အမိုးအကာမဲ့)

၁။ ပုံမှန်သွားရောက်နိုင်ရန် အိမ် နှင့် မဝေးသောနေရာ။

၂။ ရေမဝပ်သောနေရာ။

၃။ ရေလုံလောက်စွာရနိုင်သောနေရာနှင့် နီးရမည်။

၄။ အနီးအနားစိုက်ခင်းများမှ ပိုးနှင့် ရောဂါနှင့် ကင်းဝေးသောနေရာ။

၅။ အရိပ်အသင့်အတင့်ရှိသင့်သော်လည်း သိပ်မများရ။

၆။ မိသားစုစားသုံးမှုလုံလောက်အတွက် သင့်တော်သော အကျယ်အဝန်းရှိသည့်မြေကွက်ဖြစ်ရမည်။ လုပ်အားလည်းရှိရမည်။

၇။ -----

၈။ -----

၉။ -----

၁၀။ -----

(လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂) ခြံစည်းရိုးကာရန် အရေးကြီးပုံ

စိုက်ပျိုးရေးအလေ့အကျင့်ကောင်း(ဂျီအေပီ) အရ စည်းရိုးကာရံခြင်းသည် အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးသည်ဆိုသည့် အကြောင်းပြချက်များ။

၁။ တိရစ္ဆာန်များဖျက်ဆီးမှုမှတားဆီးရန်။

၂။ တိရစ္ဆာန်များကြောင့် ညစ်ညမ်းမှုမှကာကွယ်ရန်။

၃။ ဆေးဖျန်းထားသောဧရိယာများသို့ ကလေးနှင့်အခြားသူများ ဝင်ရောက်ခြင်းမပြုနိုင်ရန်။

၄။ ကလေးငယ်များနှင့် လုပ်သားများကို စွန့်ပစ်ထားသောအမှိုက်များ(အိတ်ခွံစုတ်၊ ဆေးဘူးဟောင်းများ) မှ ကာကွယ်ရန်။

၅။ -----

၆။ -----

၇။ -----

၈။ -----

(လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၃) ခြံစည်းရိုးပြုလုပ်ရန် သုံးသောပစ္စည်းများ၏အားသာချက်၊ အားနည်းချက်များ

ပစ္စည်းအမျိုးအစား	အားသာချက်များ	အားနည်းချက်များ
ငါးဖမ်းပိုက်ဟောင်း	ပိုက်ကွက်စိပ်လျှင် ကာကွယ်မှု ပိုကောင်း၊ ကာရံရန်လွယ်ကူစေသည်။	ရရှိရန် အနည်းငယ် ခဲယဉ်း၊ ဈေးအနည်းငယ်ကြီးသည်။
ငါး	သစ်တော၊ အိမ်ဝန်းကျင်များ၌ တွေ့နိုင်သည်။	စည်းရိုးအတွက် ငါးခုတ်၊ ခွဲရာတွင် ခက်ခဲ၊ အချို့နေရာ၌ ဈေးကြီးသည်။
အပင်စည်းရိုး	အသီးအရွက်ကို စားသုံးနိုင်၊ မြေဆွေးလုပ်နိုင်၊ ထင်းအဖြစ်သုံးနိုင်သည်။	ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းရန်လိုအပ်သည်။ အရိပ်ရစေသည်။ မြေမှ အာဟာရ စုပ်ယူသည်။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၄) မြေဆီလွှာ၏ သွင်ပြင်များ

မြေဆီလွှာလက္ခဏာများ

မေးခွန်း - ၁။ မြေဆီလွှာ၏အဓိကပါဝင်သောအစိတ်အပိုင်းများကဘာတွေလဲ။

- လေ (၂၅%)
- ရေ (၂၅%)
- တွင်းထွက်ပစ္စည်း အကြီး/အသေးများ (၄၅%)
- မြေဆွေး၊ သက်ရှိအကုန်အစုံနှင့် သတ္တဝါများ (၅%)
- -----
- -----

မေးခွန်း - ၂။ ဟင်းသီးဟင်းရွက်စိုက်ပျိုးရန်ကောင်းသောမြေသည် မည်သည့်မြေမျိုးဖြစ်သနည်း။

- အပေါ်ယံမြေသားအရောင် အနက်၊ အညိုနှင့် အနီရောင်
- အနံ့အသက်ကောင်းမွန်ရမည်။
- ကြေလွယ်သော်လည်း သိပ်မမှုန့်ရ။
- အစိုဓာတ်ရှိပြီး ရေမများရ။
- အပင်အာဟာရများ ပေါကြွယ်ဝပြီး သက်ရှိအကောင်များ၊ အကုန်အစုံများ ခိုလှုံရာ မြေဆွေးများဖြစ်ရမည်။
- -----
- -----





(လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၅) အပင်တို့ကြိုက်နှစ်သက်သော မြေချဉ်ကိန်းများ

မြေချဉ်ကိန်းတန်ဖိုး (၁ မှ ၆) အထိကို မြေချဉ်ဟု သတ်မှတ်ပြီး၊ (၇) ကို သမအခြေအနေသတ်မှတ်ကာ၊ (၈ မှ ၁၄) အထိကို မြေဗဟုသတ်မှတ်ပါသည်။ အပင်ကြိုက်နှစ်သက်သော မြေချဉ်ကိန်း (အသင့်တော်ဆုံးမှာ ၅.၅ မှ ၇.၀ အတွင်း) ရရန် ထုံးထည့်ပါ။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၆) မြေဆီလွှာပျက်စီးမှု အကြောင်းရင်းနှင့် ပြုပြင်နည်းများ

မြေဆီလွှာပျက်စီးမှု အကြောင်းရင်း	ပြုပြင်နည်းများ
၁။ သီးနှံတစ်မျိုးတည်း စိုက်ခြင်းဖြင့် ၎င်းသီးနှံအတွက် အာဟာရများ လျော့နည်းကုန်ခမ်းသွားခြင်း။	သီးနှံအမျိုးမျိုး သီးလှည့်စိုက်ပါ။
၂။ မီးရှို့ခြင်းဖြင့် သဘာဝမြေဆွေးများ ဆုံးရှုံးသွားသည်။	ခြောက်သွေ့သော မျက်နှာပြင်ရှိ အရာများကို ကျင်းတူးမြေမြှုပ်ခြင်းဖြင့် ဆွေးသွားစေပြီး မြေဆီထက်သန်မှုကို ဖြစ်စေပါသည်။
၃။ ဓာတ်မြေဩဇာတစ်မျိုးတည်း အသုံးပြုလျှင် မြေဩဇာနည်းသွားပြီး ရေရှည်တွင် အထွက်နှုန်းကျသွားမည်။	သဘာဝမြေဆွေး (သို့မဟုတ်) ဓာတ်မြေဩဇာနှင့် သဘာဝမြေဆွေး ရောသုံးပါ။
၄။ မြေတိုက်စားခြင်းမဖြစ်အောင် မြေကိုဖုံးမထားလျှင် မြေဆီလွှာ အပူချိန်မြင့်ခြင်းနှင့် ရေငွေ့ပျံ့ခြင်း ဖြစ်စေသည်။	ကောက်ရိုး၊ ပလပ်စတစ်ဖြင့် မြေကိုဖုံးပေးပါ။ သီးနှံတစ်ရာသီနှင့် တစ်ရာသီအကြား မြေဖုံးပင်များ စိုက်ပါ။
၅။ ရေသည် မြေဆီလွှာနှင့် အာဟာရကို တိုက်စားပစ်သည်။	ရေကြီးသောနေရာကို မရွေးချယ်ပါနှင့် ရေမဝသောနေရာ၊ ဘောင်အမြင့်များနှင့် ရေနုတ်မြောင်းများ ပြုလုပ်ပါ။

၆။ မြေပေါ်နေရောင်တိုက်ရိုက်ကျလျှင် အာဟာရနှင့် ရေများ ဆုံးရှုံးစေသည်။	ကောက်ရိုး၊ ပလပ်စတစ်ဖြင့် ဖုံးပေးခြင်း (သို့မဟုတ်) မြေကာပင်နှင့် အရိပ်ကြံ ပြုလုပ်ပေးပါ။
၇။ လေပြင်းသည် မြေတိုက်စားခြင်းနှင့် ရေငွေ့ပျံ့ခြင်းဖြစ်စေသည်။	လေတိုက်ခတ်နှုန်း လျော့သွားရန် လေကာပင်ထားပါ။ လေအနည်းငယ် တိုက်ခတ်ခြင်းသည် ကောင်းမွန်ပါသည်။
၈။ မြေဆီလွှာသိပ်သည်းစေခြင်း၊ မြေသားပျက်စီးခြင်းသည် မြေကို မာကြောစေသည်။	မြေဆီလွှာ မသိပ်သည်းသွားအောင် ထွန်ယက်ခြင်းနှင့် အပင်များ ပြုစုနည်းစနစ်များကို အသုံးပြုပါ။
၉။	
၁၀။	
၁၁။	

(လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၇) စိုက်ခင်းအကွက်ချခြင်း ပြုလုပ်ရန် အဆင့်များ

စိုက်ခင်းအကွက်ချခြင်း ပြုလုပ်ရန် အဆင့်များ။

- ၁။ တစ်နှစ်ခံပင်များစိုက်ရန် နေရာရွေးပါ။ (စပါးလင်း၊ နန္ဒင်းနှင့် အခြားအပင်များ စသည်)
- ၂။ သီးလှည့်စိုက်ခြင်းကို အခြေခံပြီး ရာသီအလိုက်စိုက်နိုင်သည့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်စိုက်ကွက်ငယ်ကို ရွေးပါ။
- ၃။ အကွက် ၂ ခုကြားတွင် ၁ ပေခွဲအကျယ် လူသွားလမ်းများထားပေးပါက အကွက်တွင်း လမ်းလျှောက်၍ သီးနှံများကို ဂရုစိုက်နိုင်သည်။
- ၄။ သီးနှံခင်းအပြင်ဘက်တွင် ပတ်လည်မြောင်းများတူးပေးခြင်းဖြင့် ရေပိုများကို ထုတ်နိုင်ခြင်း (သို့မဟုတ်) နောင်သုံးရန် ရေသိုလှောင်ခြင်း ပြုလုပ်နိုင်သည်။
- ၅။ အခြားအပင်များအလင်းရောင်အလုံအလောက်ရရှိရန် နေထွက်ရာဘက်တွင် သပွတ်ပင်၊ ကျောက်ဖရုံပင်၊ ဘူးပင်ကဲ့သို့သော အပင်နှိမ့်များစိုက်ပျိုးသင့်သည်။
- ၆။ အနောက်ဘက် (ပို၍ပူသောနေ့လည်နေ့) ပိုင်း၌ အရိပ်ရအပင်ရှည်များဖြစ်သော သင်္ဘော၊ ဒန့်သလွန်၊ ပဲစောင်းလျားတို့ကို စိုက်ပါ။

သင်၏ စိုက်ခင်း အစီအစဉ်ပုံဆွဲပါ။



ကြက်သွန်နီနှင့် အခြားဟင်းရွက်များ၏ စိုက်ကွက်ပုံစံ နမူနာ ပဲပင်များနှင့် ဟင်းရွက်ပင်များကို သီးလှည့်စနစ်ပုံစံဖြင့် အကွက်ချစိုက်ပျိုးထားပုံ

(လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၈) မြေပြုပြင်ခြင်းရာတွင် လိုက်နာသင့်သည့်အချက်များနှင့် အကြောင်းပြချက်

အကြံပြုချက်များ	အကြောင်းပြချက်
၁။ လယ်ယာသုံးကိရိယာများကို အသုံးမပြုမီ သန့်ရှင်းစေခြင်း။	တစ်နေရာမှ တစ်နေရာသို့ ရောဂါ၊ ပိုးသယ်ဆောင်မှုကို ကာကွယ်ပေးသည်။
၂။ စိုက်ကွက်အတွင်းရှိ ပေါင်းများကို ရှင်းပြီးနောက် မြေကို ၇ ရက် အခြောက်ခံပါ။	၇ ရက်ကြာ အခြောက်ခံသောမြေကို ထွန်ယက်ရာတွင် ပိုမိုလွယ်ကူစေသည်။
၃။ သဘာဝပစ္စည်းများ ကြွယ်ဝသည့် အပေါ်ယံမြေဖြစ်ကာ မထွန်ယက်ဘဲ တိုက်ရိုက်စိုက်နိုင်သည်။ ထွန်ရေးမဲ့ (သို့မဟုတ်) တိုက်ရိုက်မျိုးစေ့ချပါ။	မြေဆီလွှာ အာဟာရကြွယ်ဝမှုနည်းသည် အောက်အလွှာနှင့် အပေါ်ယံမြေ မရောအောင် ဤနည်းက ထိန်းထားပေးသည်။ အပင်မှ အာဟာရဓာတ် ပိုမို ရရှိစေနိုင်သည်။
၄။ ထယ်ရေးအနက် ၁၂ လက်မ အနက်ရရန် ထယ်ထိုးပြီး မြေကို (၇ - ၁၄) ရက် နေလှန်းပါ။	အပေါ်ယံ မြေလွှာတွင် အကုဇီဝပိုးများနှင့် အာဟာရများ ကြွယ်ဝသည်။ ထို့ကြောင့် သက်ရှိများနှင့် အာဟာရနည်းသော အောက်အလွှာနှင့် အပေါ်ယံမြေလွှာကို ရောနှောစေသည်။ နေလှန်းခြင်းဖြင့် မြေဆောင်ရောဂါများ သေစေနိုင်သည်။
၅။ ဒုတိယအကြိမ် မြေပြင်သည့်အခါ ၃ ပေပတ်လည်တွင် မြေဆွေး ၁ ပိဿာ ၂၀ ကျပ်သား၊ ထုံး ၈ ကျပ်သားခန့် ထည့်ပြီး မြေကို ပြင်ပါ။	လေဝင်လေထွက်၊ ရေစီးဆင်းမှု အကုဇီဝများ တိုးပွားမှု၊ အာဟာရဓာတ်ယူမှုကို တိုးတက်ကောင်းမွန်စေ၍ ထုံးသည် မြေချဉ်မှုကို လျော့နည်းစေသည်။
၆။ ဒန့်သလွန်၊ စပါးလင်း၊ နွန့်၊ သပွတ်၊ ကျောက်ဖုရုံနှင့် အခြားစသည့် တစ်နှစ်ခံပင်များအတွက် ၁၂ လက်မအကျယ်၊ ၁၅ လက်မအနက် ကျင်းများ တူးပါ။ မြေဆွေးနှင့် အုန်းဆံအတုံးငယ် အရော ၅-၆ ပေါင်ခန့် ကျင်းထဲထည့်ပါ။	အမြစ်နက်စွာ ဆင်းနိုင်ရန် အပင်များအတွက် ကျင်းနက်ရန် လိုသည်။
၇။ သက်တမ်းတိုရာသီ သီးနှံများ (မုန်လာဥနီ၊ မုန်လာဥဖြူ၊ ပဲစသည်) အတွက် ထွန်ရေးကောင်းစေရမည်။ မှုန့်ညက်ရန် မလိုပါ။	ထွန်ရေးကောင်းခြင်းကြောင့် မျိုးစေ့များ လုံခြုံမှုရှိပြီး အမြစ်တွယ်မှု ကောင်းစေသည်။ တပြိုင်တည်းပင် မြေတွင်းလေဝင်လေထွက်၊ မြေတွင်းရေထိန်းနိုင်မှုနှင့် မြေတွင်း ရေစီးထွက်မှုကို ကောင်းစေသည်။
၈။ ရာသီသီးနှံများအတွက် ၂ ပေ အကျယ်၊ ၁၀ လက်မ မြင့်သော စိုက်ဘောင်ကို ဘောင် ၂ ခုကြား ၁ ပေခွဲ မြောင်းထား၍ ပေးပါ။ ဘောင်မြေသားလျှောကျခြင်းမှ ကာကွယ်ရန် ပျိုးဘောင်ပတ်လည်တွင် မြေကာ လုပ်နိုင်သည်။	စိုက်ဘောင်ကို မြှင့်ပေးခြင်းဖြင့် ရေထုတ်အား၊ ရေအကျိုးသက်ရောက်မှု တိုးတက် ကောင်းမွန်လာပြီး ရေပိုကို အလွယ်တကူ ထုတ်နိုင်သောကြောင့် ရေလွှမ်းခြင်းဘေးကို လျော့ချနိုင်ခြင်း၊ မြေတွင်း လေဝင်လေထွက်ကောင်းပြီး အပင်အမြစ်များကြီးထွားမှုနှင့် အာဟာရဓာတ်ယူမှုကို တိုးတက်စေနိုင်သည်။
၉။ ဘောင်ပေါ်ပိုင်းရန် ခြောက်သွေ့သော သဘာဝ ပစ္စည်းများ ဖြစ်သည့် ကောက်ရိုး (သို့မဟုတ်) ကြိတ်များကို အသုံးပြုပါ။	အစိုဓာတ်ထိန်းနိုင်ခြင်း မြေအပူချိန်ကျစေခြင်း ပေါင်းအသစ်များ မပေါက်စေရန် ကာကွယ်ပေးခြင်း၊ မြေသို့ နေရောင်ကျရောက်မှု မရှိစေခြင်း။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၉) မြေဆောင်ရောဂါများ ကာကွယ်နှိမ်နင်းခြင်း

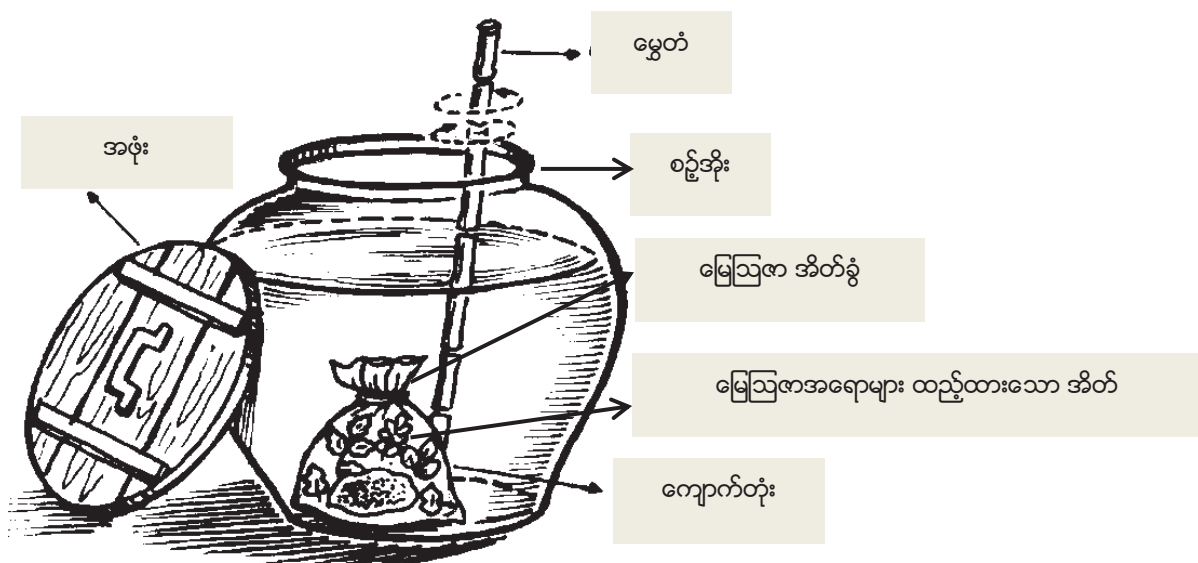
သဘာဝနည်းဖြင့် ကာကွယ်နှိမ်နင်းခြင်း

၁။ မစိုက်မီ ၁၄ ရက်အလို ထယ်ထိုး၍ နေရောင်မြေပေါ်ကျစေခြင်းဖြင့် ရောဂါများ သေစေခြင်း

၂။ ထရိုင်ကိုဒါးမားမှို (ဇီဝထိန်းချုပ်ပစ္စည်း) ထည့်သွင်းပေးခြင်း (ရောဂါများ သေစေရန်)

နည်းလမ်း (၁)။ မိမိဝန်းကျင်မှရနိုင်သော အရာများဖြင့် ပြုလုပ်နည်း။

- သဘာဝ(အော်ဂဲနစ်) ပစ္စည်းများ (မီးဖိုချောင်စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများ၊ နွားချေး၊ စဉ်းထားသောအပင်အစိတ်အပိုင်းများ - ၁၀ ပေါင်) နှင့် ကျောက်ခဲတုံးထည့်ထားသောအိတ်ကို အိုး၏အောက်ခြေတွင်ထည့်ပါ။
- စဉ့်အိုးထဲသို့ရေ ၂၀ လီတာလောင်းထည့်ပါ။
- ယင်ကောင်များဥချခြင်းနှင့် အနံ့ဆိုးကိုကာကွယ်ရန် စဉ့်အိုးအား သစ်သားဖုံးဖြင့် ဖုံးအုပ်ထားပါ။
- တစ်ရက် ၂ ကြိမ်ဖြင့် ၂ လ ထိအရည်ကိုမွှေပေးပါ။ (အနံ့ဆိုးမထွက်သည်အထိ)
- သီးနှံတစ်ရာသီအတွင်း ၄-၅ ရက်ခြားတစ်ကြိမ် ပိုးရောဂါကာကွယ်သည့်အရည်ကို အသုံးပြုပါ။ အပင်ငယ်များ အတွက် ၁:၂၀၊ အပင်ကြီးများအတွက် ၁:၁၀ ပြင်းအားပျော့အောင် ရေနင့်ရောပြီးအသုံးပြုပါ။
-
-



နည်းလမ်း (၂)။ အီးအမ် - ၅ ပိုးနှင့်ဆေးအရည်။ (သုံးရန်အသင့်ဖြစ်ရန် ၂ ပတ်ကြာသည်။)

အရက်အပြင်း(၃၀-၄၀%)	-	၁၀၀ စီစီ
ရှာလကာရည်	-	၁၀၀ စီစီ
တင်လဲရည်	-	၁၀၀ စီစီ
အီးအမ်အပြင်း	-	၁၀၀ စီစီ
ရေ	-	၆၀၀ စီစီ

- ၁ လီတာဘူးတွင် အထက်ပါပစ္စည်းအားလုံးကိုအစဉ်အတိုင်းထည့်ပါ။ လေလုံအောင်ပိတ်ပါ။
- မှောင်၍ခြောက်သွေ့ပြီး အေးသောနေရာတွင်ထားပါ။
- ၂ ပတ်ကြာက အင်းဆက်ပြေးပစ္စည်းအဖြစ်သုံးနိုင်သည်။ အပတ်တိုင်းဖျန်းပါ။
- နှုန်းထားမှာ ၁၅၀၀ (သို့) ၁:၁၀၀၀ အချိုးအတိုင်း ဆေးနှင့်ရေကို ရောပြီးဖျန်းပါ။
- အပင်ငယ်စဉ်ပိုးနှင့်ရောဂါကျရောက်မှုကို အဟန့်အတားဖြစ်စေရန်သုံးလိုပါက ရောစပ်ရမည့်အချိုးမှာ ဆေးရည် ၁ ဆး ရေအဆ ၁၀၀ ဖြစ်ပါသည်။
- ပိုးသတ်ဆေးမဟုတ်ပါ။ ပိုးနှင့်ဆေးသာဖြစ်သည်။
- ၃ လကြာထိ အာနိသင်ရှိသည်။

သင်ခန်းစာ အခန်း ၃။ စိုက်ပျိုးရန် ပြင်ဆင်ခြင်း

(လေ့ကျင့်ခန်း ၃.၁) တိုက်ရိုက်အစေ့ချစိုက်ခြင်းနှင့် ပျိုးထောင်စိုက်ခြင်းတို့၏ အားနည်းချက်၊ အားသာချက်များ

အကြောင်းအရာ	ရွှေ့ပြောင်းစိုက်ပျိုးခြင်း	တိုက်ရိုက်အစေ့ချစိုက်ခြင်း
၁။ သုံးစွဲရသော မျိုးစေ့ပမာဏ	နည်း	များ
၂။ သုံးစွဲရသော ရေပမာဏ	နည်း	များ
၃။ ရာသီဥတု၊ ရောဂါပိုးဒဏ်	ကာကွယ်ရန်လွယ်၊ ထိခိုက်မှုနည်း	ကာကွယ်ရန်ခက်ခဲ၊ ထိခိုက်မှုများ
၄။ သီးနှံထုတ်လုပ်မှု	အထွက်ကောင်း အရည်အသွေးညီညာ	အထွက်မညီညာ၊ အရည်အသွေးမကောင်း
၅။ စိုက်ခင်းအတွင်း ပြုစုစောင့်ရှောက်ရသည့်ကြာချိန်	တိုသည်	ရှည်သည်

(လေ့ကျင့်ခန်း ၃.၂) ပျိုးခင်းတည်ထောင်ခြင်းနှင့် ထိန်းသိမ်းခြင်း

အကြံပြုချက်များ	အကြောင်းပြချက်
၁။ ရေရရန်သေချာသော၊ မြင့်သောနေရာ (သို့) အနည်းငယ် ဆင်ခြေလျော့ရှိသော နေရာကိုရွေးချယ်ပါ။ ပျိုးခင်းကို ခြံစည်း ရိုးကာရံပေးပါ။	ရေစီးလွယ်ပြီး ရေမဝပ်စေခြင်း၊ ခြံကာခြင်းဖြင့် အပင်ပျက်စီးမှု ကာကွယ်ခြင်း၊ ရေသည်အပင်ကြီးထွားရေးအတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်ခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်သည်။
၂။ ငှက်ပျောနှင့် မာလကာပင်များအနီးတွင် ပျိုးဥယျာဉ် မတည်ထောင်ပါနှင့်။	ငှက်အပင်များသည် ပိုးနှင့်ရောဂါ ခိုအောင်းရာနေရာဖြစ်သည်။
၃။ ကုန်ကျမှု နည်းစေရန် ဒေသထွက်ပစ္စည်းများဖြင့် ပျိုးစင်များ ပြုလုပ်ပါ။	
၄။ အဝတ်စ (သို့မဟုတ်) နိုင်လွန်စ (သို့မဟုတ်) အုန်း၊ ထန်း၊ ဓနိလက်များဖြင့် အရိပ် ၃၀% ရအောင် မိုးပေးပါ။	တိုက်ရိုက်နေရောင်ခြည်သည် မြေကိုခြောက်သွေ့စေသည်။ အပူချိန်များပါက အပင်များကိုနာစေသည်။ မိုးရေသည် ပျိုးပင်များအား လွှင့်စင်စေနိုင်သည်။ အရိပ်များလွန်းလျှင် အပင်များလှိုဏ်းအလင်းရောင် ကျရောက်မှုများလျှင် အပင်များ အားကောင်းစွာမကြီးထွားနိုင်ပါ။ လေဝင် လေထွက်ကောင်းလျှင် အစိုဓာတ်နှင့် ရောဂါကျရောက်မှုကိုလျော့နည်းစေသည်။  အရိပ်ကျများလျှင် ရှည်ပြီး အပင်ပျော့နွဲ့နေမည်။

၅။ ပြာနံနက်ဆီအရောက် ပျိုးခင်းပတ်လည်တွင် ပတ်ဝိုင်းပေးပါ။ ပုရွက်ဆိတ်ရန်မှ ကာကွယ်ရန် ဖြစ်သည်။	ပုရွက်ဆိတ်များ ပျိုးပင်များကို ဖျက်ဆီးနိုင်သည်။
၆။ ပျိုးပင်ငယ်များကို သီးခြားစီ ရေထွက်ပေါက်ပါသော ပျိုးအိတ်၊ ပျိုးပန်း၊ ဝါးဆစ်ပူး၊ သတင်းစာရွက်၊ အခြားအိမ်လုပ်အရာများတွင် ပျိုးပါ။	၎င်းနည်းဖြင့် အပင်များသည် အလင်းရောင်၊ အာဟာရနှင့် အမြစ်ကြီးထွားရန် ယှဉ်ပြိုင်ခြင်းမရှိဘဲ၊ ပျိုးပင်များကို အမြစ်မနာဘဲ စိုက်နိုင်သည်။
၇။ ကောင်းစွာဆွေးနေသော နွားချေး၊ စပါးခွံဖွဲပြာနှင့် အပေါ်ယံ မြေသားတို့ကို ဆတူရောပြီး အမည်းရောင် ပလပ်စတစ်အိတ်တွင် ထည့်ပါ။ ၎င်းအိတ်ကို နေပူထဲတွင် ၃ - ၄ နာရီခန့်ထားပါ။ ပိုးရောဂါကင်းသည့် ပျိုးမြေကို ရရှိမည်။ ၎င်းပျိုးမြေကို ပျိုးပန်းသို့မဟုတ် ပျိုးအိတ်အတွင်းသို့ အသားအယာဖြူးထည့်ပါ။ မဒီသိပ်ပါနှင့်။ ပျိုးပန်း၊ ပျိုးအိတ်ကိုသာ ၃ - ၄ ကြိမ်ဆောင်းပြီး မြေကိုသိပ်စေပါ။ ပျိုးပန်း၊ ပျိုးအိတ်ပြည့်အောင်ထည့်ပါ။ ပျိုးမြေအသင့်ဖြစ်က မျိုးစေ့အရွယ်အစား၏ နှစ်ဆခန့် နက်သော အပေါက်ငယ်ကို တုတ်ချွန်ဖြင့် ဖောက်ပြီး မျိုးစေ့ ထည့်ကာ ပြန်ဖုံးပါ။ ရေမွှားထွက်သည့် ရေပန်းဖြင့် ပျိုးမြေကို စိုအောင် လောင်းပါ။ ပျိုးအိတ်များကို ထားမည့်နေရာသို့ရွှေ့ပြီး၊ အပေါ်မှ နေလက်၊ တာပေါ်လင်စ (သို့မဟုတ်) သတင်းစာစက္ကူဖြင့် အညှောက်ပေါက်လာသည်အထိ အုပ်ပေးပါ။ အညှောက်ပေါက်လာပါက အုပ်ထားသောအရာများကို ဖယ်ပစ်ပါ။	ပျိုးမြေကောင်းမှ ပျိုးပင်ကောင်းမည်။ မျိုးစေ့ကို နက်နက်ထည့်မိခြင်း။ 
	
၈။ ရာသီပေါ်ဟင်းသီးဟင်းရွက်မှ အပတ်စဉ်ဝင်ငွေ့ရရန် ပျိုးထောင်ခြင်းကို အဆင့်လိုက်ပြုလုပ်ပါ။ ဈေးထဲတွင်တစ်ပြိုင်တည်း၊ တစ်ဈေးတည်းဖြင့် ရောင်းရခြင်းထက် ဝင်ငွေ့အတက်အကျရှိလင့်ကစား ဈေးကွက်ထဲတွင် အသီးအရွက်များ အပြိုင်ပေါ်မနေသောကြောင့် ကာလရှည် ရောင်းချ ရနိုင်သည်။	ယခုနည်းအရ တစ်ပတ်ချင်းစီအတွက် လုံလောက်ရုံ ပျိုးထောင်စိုက်ပျိုးခြင်းဖြစ်သည်။ အပင်တိုင်းတစ်ပြိုင်တည်း ဆွတ်ခူးရောင်းချရန်အသင့်ဖြစ်နေစေခြင်း မဟုတ်။
၉။ ပျိုးပင်များအခြံအစိုဓာတ်ရှိရန် တစ်ရက် ၂ - ၃ ကြိမ် ရေ နည်းနည်းစီလောင်းပေးပါ။ ပျိုးပင်များရေများခြင်း၊ နည်းခြင်း မဖြစ်စေဘဲ၊ စွတ်စိုရန်သာ ဆောင်ရွက်ပါ။ ရောဂါနှင့် ပိုးကျသော အပင်အစိတ်အပိုင်းများကို လက်ဖြင့်ကောက်ယူ ဖျက်ဆီးပစ်ပါ။	အပင်များရေလုံလောက်စွာ လိုအပ်သော်လည်း များလွန်းပါက အမြစ်နှင့် ပင်စည်ပုပ်ပြီး ရောဂါများကို ဖြစ်စေနိုင်သည်။
၁၀။ ပျိုးပင်များတွင် အရွက်သုံးရွက်သားတွင် ရွှေ့ပြောင်း စိုက်နိုင်သည်။ (အောက်ဆုံး အစေ့ရွက်ကို မရေတွက်ရ)	အကယ်၍ ပျိုးပင်များကို စောစောစိုက်လျှင် ပျိုးပင် အားနည်းပြီး အမြစ်မသန်ပါ။ အသက်ကြီးလွန်းပါကလည်း အမြစ်များ ရှည်ပြီးကြီးထွားမှု မကောင်းပါ။
၁၁။ မရွှေ့ပြောင်းမီ ၂ ရက်အလိုတွင် ရေတစ်ကြိမ်သာ လောင်းပြီး အလင်းရောင်ပိုပေးပါ။	ပျိုးခင်းအပြင်ဘက်တွင် ပျိုးပင်များကို ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေဖြင့် ကျင့်သားရအောင် ပြုလုပ်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၃.၃) စိုက်ဘောင်မြင့်များထားရန် ဘာကြောင့်အကြံပြုထားသလဲ။

ဘောင်မြင့်များ ထားရသည့် အကြောင်းရင်းများ -

- ၁။ ဘောင်မြင့်ပြုလုပ်သည့်အခါ မြေများပွရွသွားပြီး မြေမှုန့်များအကြား လေ ပိုမိုခိုအောင်းလာနိုင်ခြင်းကြောင့် အမြစ်များ လေရှူမှုကို ပိုမိုထိရောက်စေသည်။
- ၂။ ပိုလျှံသောရေများ အပင်အနီးမှ စီးဆင်းသွားခြင်းကြောင့် ရောဂါနှင့် ရေကြောင့်ဖြစ်နိုင်သော ပြဿနာကို လျော့နည်းစေနိုင်သည်။
- ၃။ မြောင်းထဲရောက်နေသော ရေပိုများသည် စိုက်ဘောင်အခြေသို့ တဖြည်းဖြည်းစိမ့်ဝင်လာပြီး အပင်အမြစ်သို့ ရောက်နိုင်သောကြောင့် ရေပိုများသည် အလဟဿမဖြစ်ပါ။
- ၄။ အမြစ်များသည်လည်း ရေရှိရာမြောင်းထဲဘက်သို့ လျှင်မြန်စွာကြီးထွားနိုင်သည်။ ရှည်သောအမြစ်သည် အာဟာရများစုပ်ယူမှု အားကောင်းပြီး အပင်ကြီးထွားစေသည်။
- ၅။ -----
- ၆။ -----
- ၇။ -----

(လေ့ကျင့်ခန်း ၃.၄) အပင်များအာဟာရစုပ်ယူမှုကို အကျိုးသက်ရောက်စေသောအရာများ။

	ပီအိမ် အတိုင်းအတာ	ပြေသား	ပြေအစိုဓာတ်	အပူချိန်	ဆားပါဝင်မှု
အပင်အတွက် မကောင်း	မြေချဉ်၊ မြေချဉ်ကိန်း၅ အောက်။ မြေဉ်၊ မြေချဉ်ကိန်း ၈ အထက်	နုန်း	မမျှတ	၃၅ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ် အထက်	ဆားများ
အပင်အတွက် ကောင်း	သမ	သဲဆန် - သဲနုန်း မြေ	တစ်သမတ်	၃၀ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ် အောက်	ဆားနည်း

(လေ့ကျင့်ခန်း ၃.၅) စိုက်ပျိုးရန်မကောင်းသောအခြေအနေမှ ကောင်းသောအခြေအနေသို့ ပြောင်းလဲပုံ။

- ၁။ ထုံးထည့်ခြင်းဖြင့် မြေအချဉ်ဓာတ်ကို လျော့နည်းစေခြင်း။ ကွင်းလုပ်ငန်းတွင်သုံးသော ထုံးကိုပြပါ။
- ၂။ မြေဆွေးထည့်ခြင်းဖြင့် မြေဆီလွှာ၏ ဖွဲ့စည်းမှုကို တိုးတက်ကောင်းမွန်စေသည်။
- ၃။ ပုံမှန်ရေလောင်းခြင်းဖြင့် မြေအစိုဓာတ်ကောင်းစေသည်။ အစိုဓာတ် မများလွန်းမနည်းလွန်းစေရန် သတိပြုပါ။
- ၄။ မြေကို ဖုံးကာပေးခြင်းဖြင့် မြေအပူချိန်လျော့ကျပေးစေသည်။
- ၅။ မြေငန်ခြင်းလျော့ကျစေရန် မြေငန်မှုနည်းသောမြေကို ရွေးချယ်ခြင်းနှင့် ငန်သောရေမဖြစ်စေရပါ။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၃.၆) အပင်အတွက် လိုအပ်သော အရေးအကြီးဆုံးဓာတ်မြေဩဇာများ။

အပင်အတွက် လိုအပ်သော အရေးအကြီးဆုံး အများလိုဓာတ်မြေဩဇာများမှာ

- ၁။ နိုက်ထရိုဂျင် (အင်န် - N) သည် ဒုတိယအလိုအပ်ဆုံးအာဟာရဖြစ်ပြီး အရွက်များအပေါင်းများ အသီးများ ကြီးထွားရန်အတွက် ကောင်းသည်။
- ၂။ ဖော့စဖရပ် (ပီ - P) သည် အလိုအပ်ဆုံး အာဟာရဖြစ်ပြီး အမြစ်များ အပွင့်အသီးများတင်ရန် ကောင်းသည်။
- ၃။ ပိုတက်ဆီယမ် (ကေ - K) သည် လိုအပ်မှုအနည်းဆုံး အာဟာရဖြစ်သည်။ သို့သော် ကြီးထွားမှုအဆင့်တိုင်းအတွက် ပမာဏအနည်းငယ်စီကို ပုံမှန်အသုံးပြုရသည်။

ထပ်ဆောင်း အသင့်အတင့်လိုသောမြေဩဇာအဖြစ် အသုံးဝင်မည့် ဓာတ်များမှာ -

- ၁။ ထုံးဓာတ် - အပင်ကြီးထွားသည့် အပိုင်းအတွက် အသုံးပြုသည်။
- ၂။ မဂ္ဂနီစီယမ် - အရွက်နှင့်ပင်စည် အစိမ်းရောင်အတွက် လိုအပ်ပြီး အပင်များနေရောင်ခြည်ကို စုပ်ယူအသုံးပြုနိုင်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးသည်။

၃။ ကန့် - အပင်များ သန်မာရန်အတွက် လိုအပ်သည်။

အခြားအနည်းငယ်သာ လိုအပ်သော အာဟာရများမှာ ဘိုရွန်၊ ကလိုရင်း၊ ကော့ပါး၊ အိုင်းရွန်း၊ မော်လစ်ဒီနမ်၊ ဇင့်၊ မင်းဂနိစ်၊ ဆီလီကာ၊ နီကယ်၊ စသည်တို့ ဖြစ်သည်။

၄။ လယ်သမားများသိသော မြေဩဇာပုံစံ အမျိုးမျိုးကို ဆွေးနွေးပါ။ လယ်သမားများ၏ ဆွေးနွေးချက်ကို စာရွက်ကြီးပေါ်ချရေးပါ။ (ဤနေရာတွင် ကျွန်ုပ်တို့ အဓိကထား ကြားရမည်ဟု မျှော်လင့်သောတုန့်ပြန်ချက်များမှာ - ဓာတု၊ အော်ဂဲနစ်သဘာဝမြေဩဇာနှင့် သီးနှံအလှည့်ကျစိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။) ဆွေးနွေးပြီး သောအခါ အောက်ပါခေါင်းစဉ် ၃ ခုကိုစာရွက်ကြီးပေါ်တွင်ရေးပါ။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၃.၇) မြေဩဇာအမျိုးအစားအားသာချက်အားနည်းချက်နှင့် စိုက်ပျိုးရေးအလေ့အကျင့်ကောင်း(ဂျီအေပီ) အရ အသုံးပြုနည်း ထောက်ခံချက်များ။

မြေဩဇာအမျိုးအစားများနှင့် အားသာချက်	အားနည်းချက်	ဂျီအေပီ ထောက်ခံချက်များ
ဓာတ်မြေဩဇာ		
အများအားဖြင့် ဓာတ်မြေဩဇာအမျိုးမျိုးကို လွယ်ကူစွာဝယ်၍ရသည်။	အချို့ဈေးကွက်တွင် အရည်အသွေး ကောင်းသောဓာတ်မြေဩဇာအမျိုးမျိုး ကိုမရနိုင်ပါ။	အရည်အသွေးကောင်းများကို ပေးနိုင်သောသူ များနှင့် အဆက်အသွယ်လုပ်ထားခြင်းဖြင့် မိမိလိုချင်သောမြေဩဇာကို ရနိုင်သည်။
လယ်သမားများ အချိန်ကုန်ခံပြီး ဓာတ်မြေဩဇာ ပြုလုပ်ရန်မလိုပါ။ ၎င်းတို့ကို ဝယ်ယူနိုင်သည်။	အများအားဖြင့် ဈေးကြီးသည်။	သီးနှံနှင့် မြေအတွက် အနည်းဆုံး လိုအပ်ချက် အရသာသုံးပါ။ ဓာတ်မြေဩဇာအတွက် မလိုအပ်ဘဲ အကုန်မခံပါနှင့်။
မှန်သောအချိန်နှင့် မှန်ကန်သော ပမာဏကိုသုံးလျှင် အလွန်ထိရောက်သည်။	လယ်သမားများသည် ဓာတ်မြေဩဇာ သုံးရမည့်အချိန်နှင့် သုံးရမည့် ပမာဏကို မသိကြပါ။	- အာဟာရစုံပါဝင်သောမြေဩဇာ (သို့မဟုတ်) အာဟာရတစ်မျိုးတည်းပါသောမြေဩဇာများကို အပင်၏ကြီးထွားမှုလိုအပ်ချက်အလိုက် အချိန်ကိုက်သုံးစွဲပါ။
ရခိုင်မြေသည်အချဉ်ပေါက်သည်။ (pH ၅.၅ ထက်နည်း)၊ ထို့ကြောင့် ထုံးထည့်ရန် လိုအပ်သည်။	ထုံးဝယ်ရမည်။	ချဉ်ငန်ဓာတ် (pH) ၀.၅ ယူနစ်မြင့်တက်ရန်၊ မြေ ၂၅ ကိုက် ပတ်လည်အတွက် ထုံး ၃-၅ ပေါင် ထည့်ရန် လိုအပ်သည်။
ဓာတ်မြေဩဇာများသည် အပင်အတွက်သာ ဖြစ်သည်။ မြေဆီလွှာဖွံ့ဖြိုးရန်အတွက် မဟုတ်ပါ။	ဓာတ်မြေဩဇာများသည် မြေဆီလွှာ ဖွဲ့စည်းမှုကောင်းမွန်ရေးအတွက် အထောက်အကူမဖြစ်၊ မြေအောင်း သက်ရှိအကြီးအသေးမျိုးစုံတို့အတွက် ဗီဇိုရာမဟုတ်သည့်အပြင် ရေရှည်တွင် သဘာဝအလျှောက် မြေဆီလွှာ ဖြစ်ထွန်းမှုကိုလည်း အထောက်အကူ မဖြစ်ပါ။ ရေရှည်တွင် မြေဆီမြေဩဇာ မတက်ပါ။	ဓာတ်မြေဩဇာနှင့် မြေဆွေးကို ရောသုံးလျှင် မြေဆီလွှာကောင်းမွန်စေပြီး ဓာတ်မြေဩဇာများ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှု ပိုကောင်းသည်။
ဇော့စဖိတ်၊ ထုံး၊ ပိုတက်စီယမ် စသောဓာတ်မြေဩဇာ အများစုကို သဘာဝမှရသည်ဖြစ်သဖြင့် အတိုင်းအဆထားပြီးသုံးလျှင် မြေဆီလွှာကို တိုက်ရိုက်ဆိုးကျိုး မဖြစ်စေပါ။	အချို့မြေဩဇာများမှာ သဘာဝအတိုင်း ရရှိသည်မဟုတ်ပါ။ ဥပမာ ယူရီးယားသည် မြေအောက်ဓာတ်ငွေ့သန့်စင်နည်းဖြင့် ပြုလုပ်ထားသည့်အတွက် မြေတွင်းရှိ သဘာဝပစ္စည်းများ ရေရှည်တွင် အန္တရာယ် ရှိနိုင်သည်။ ဓာတ်မြေဩဇာများသည် ချောင်းထဲ စီးဝင်ပြီး ငါးနှင့် အခြား ရေသတ္တဝါများကို အန္တရာယ်ဖြစ်စေသည်။	တတ်နိုင်သမျှ သဘာဝပစ္စည်းများမှ ထုတ်လုပ်ခြင်း မဟုတ်သော ဓာတ်မြေဩဇာများကို မသုံးပါနှင့်။ အထူးသဖြင့် မြစ်ချောင်းနှင့် နီးသော နေရာများတွင် ဓာတ်မြေဩဇာ များများမသုံးရ။

သဘာဝမြေဩဇာ		
သဘာဝမြေဩဇာများ သုံးစွဲခြင်းဖြင့် ရေရှည်တွင် မြေဆီမြေဩဇာ ထက်သန်မှု တာရှည်သည်။	အပင်လိုအပ်ချက်ပြည့်မီရန်လိုအပ်သည့် သဘာဝမြေဆွေးများကို ကိုယ်တိုင်ပြုလုပ်သုံးစွဲရန် အခက်အခဲ ရှိသည်။	သဘာဝမြေဩဇာများကို တတ်နိုင်သမျှ ထုတ်လုပ်ပြီးလိုအပ်ပါက ဓာတ်မြေဩဇာနှင့် ရောသုံးပါ။
အပင်အစိတ်အပိုင်းဖြတ်စများကို တိရစ္ဆာန်ချေးများ၊ ရေတို့နှင့် ရောနှောပြီး ကျင်းတစ်ကျင်းထဲတွင် ထည့်သိပ်ခြင်းအားဖြင့် မြေဆွေးကို အကုန်အကျမရှိပဲ ပြုလုပ်နိုင်သည်။	ပြုလုပ်ရန်အချိန်နှင့် လုပ်အားကုန်သည်။ (၃ လ မှ ၆ လ)	ကျွမ်းကျင်စွာ (အနံ့ကောင်း၊ မွှေးခြောက် သွေမှုရှိသော) သဘာဝမြေဆွေးပြုလုပ်ရန် ဂျီအေဘီ နည်းကိုသုံးပါ။ နွားချေးအစိမ်းနှင့်၊ လူ့မစင်များကို အပင်များမကျွေးပါနှင့်။ မစင်တွင် လူကို နာမကျန်းဖြစ်စေနိုင်သည့် ဘတ်တီးရီးယားများ ပါဝင်သည်။ အန္တရာယ်များသည်။
စဉ်းထားသော အပင်ဖြတ်စများကို တိရစ္ဆာန်မစင်များနှင့် ရောနှောပြီး လေလုံပုံးတစ်ခုတွင် ရေနှင့်ရောမွှေပြီး အချိန်အတိုင်း အတာတစ်ခုအထိ အချဉ်ဖောက်ထားပါက ရွက်ဖျန်း မြေဩဇာအရည်ရမည်။ အပင်အစိတ်အပိုင်း အရေကို အရည်ရရန် ပုံးကြီးကြီးထဲ အချိန်ကာလ အတိအကျထား၍ အချဉ်ဖောက်ပါ။ ၎င်းကို ရွက်ဖျန်း မြေဩဇာအဖြစ် အသုံးပြုနိုင်သည်။	ပြုလုပ်ရန်အချိန်ကြာပြီး လယ်သမားက လေလုံသော ပုံးဝယ်ရမည်။	သဘာဝမြေဩဇာကို လွယ်ကူစွာပြုလုပ်ရန် ဂျီအေဘီ နည်းကိုသုံးပါ။ သဘာဝမြေဆွေးကို ကောင်းစွာ ဆွေးပြီးမှ အသုံးပြုပါ။
သဘာဝမြေဩဇာများကို ဆိုးဘေးဖြစ်စေနိုင်သည့် အရာများဖြစ်သော နွားချေး၊ သစ်ရွက်ဆွေးများမှ ပြုလုပ်ကြသည်။	သဘာဝပစ္စည်းများသည် ဆွေးမြေစဉ် ကာလ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းတွင် အဆိပ် ဖြစ်စေသဖြင့် တစ်ခါတစ်ရံ အဆိပ်ရေ များ ဥယျာဉ်တွင်း (သို့မဟုတ်) ချောင်းထဲစီးဝင်သွားနိုင်သည်။	မြေဆွေးကျင်းကို စိုက်ခင်းနှင့်ဝေးဝေးထားပါ။ လူ့မစင်ကို မြေဆွေးအဖြစ် မသုံးရ။ မြေဆွေးကျင်းကို ကလေးနှင့် တိရစ္ဆာန်များမှ ကာကွယ်ရန် ခြံခတ်ထားပါ။ သဘာဝမြေဩဇာပြုလုပ်ရာမှ ထွက်လာသည့် အဆိပ်အတောက် စွန့်ပစ်ရည်များကို မြစ်ချောင်းများထဲ မစွန့်ပစ်ပါနှင့်၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်များပေါ် မဖျန်းပါနှင့်။
အကျိုးပြုအကူအညီများ (အီးအမ်)		
လယ်သမားများ အီးအမ်အပြင်ကို ဝယ်ယူနိုင်သည်။ အီးအမ်အပြင်တွင် အကျိုးပြုအကူအညီများဖြစ်သော လက်တစ်အက်စစ်နှင့် တဆေးတို့ ပါဝင်သည်။	အရပ်ထဲတွင် ဝယ်ယူရန်အခက်အခဲ ရှိနိုင်သည်။ ပြင်ပမှ မှာရမည်။	ထုတ်လုပ်သူနှင့် ချိတ်ဆက်ထားလျှင် ဝယ်ယူရန် လွယ်သည်။ လက်ကားဝယ်လျှင် ဈေးသက်သာသည်။
အီးအမ်အပြင်ကို ရေနှင့် အဆ ၁၀၀ ရောပြီးသုံးပါကလည်း အာနိသင်ရှိဆဲဖြစ်သည်။	၎င်းအချိုးထက် ရေပိုရောလျှင် အာနိသင် လျော့နည်းသွားသည်။	အီးအမ်အသုံးပြုနည်းလမ်းညွှန်ချက်ကို သေချာစွာ လိုက်နာပါ။
စပါးခွံကို တင်လဲရည်၊ အီးအမ်တို့နှင့် ရောစပ်ပြီး အမည်း ရောင်ပလပ်စတစ် အောက်တွင်ထားပြီး အချဉ်ပေါက် စေခြင်းဖြင့် အရည်အသွေး မြင့်သည့် မြေဆွေးပြုလုပ် နိုင်သည်။ ပြုလုပ်ချိန် ၂ - ၃ ပတ် ကြာမြင့်နိုင်သည်။	လယ်သမားများသည် ပြုလုပ်နည်း စနစ်တကျ မလိုက်နာလျှင် ထိရောက်မှု မရှိပါ။	အကျိုးပြုအကူအညီ (အီးအမ်) လမ်းညွှန်ချက်ကို မှန်မှန်ကန်ကန် လိုက်နာပါ။
လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်စဉ်းထားသော အပင် အစိတ်ပိုင်း ၃ ပိဿာကို အီးအမ် ၅၀၀ စီစီ၊ တင်လဲရည် ၅၀၀ စီစီ နှင့် ရေ ၂၀ လီတာကို လေလုံသော အိုးတစ်အိုးတွင်ထည့်ပြီး ၃ ပတ်ခန့် အချဉ်ဖောက်ထားပါ။ ၎င်းအရည်ကို သဘာဝမြေဩဇာအဖြစ်လည်းကောင်း၊ ဖျက်ပိုး ကာကွယ်ရေးအဖြစ်လည်းကောင်း သုံးနိုင်သည်။	လယ်သမားများသည် ပြုလုပ်နည်း စနစ်တကျ မလိုက်နာသဖြင့် ထိရောက်မှု မရှိပါ။	အကျိုးပြုအကူအညီ (အီးအမ်) အသုံးပြုခြင်း နည်းလမ်းများကို သေချာစွာလိုက်နာပါ။

သီးလှည့်စိုက်ခြင်း		
သီးနှံများကို ၁ - ၂ နှစ် တစ်ခါ သီးလှည့်စိုက်ခြင်းဖြင့် မြေဆီလွှာမှ အာဟာရတစ်မျိုးတည်း နှစ်တိုင်းဆုံးရှုံး မသွားခြင်းနှင့် သီးနှံကို ရောဂါ တစ်မျိုးတည်း မကျရောက်နိုင်ပါ။	လယ်သမားများသည် သီးနှံမှတ်တမ်း နှင့် စိုက်ခွဲသောဧရိယာကို မှတ်ထားလေ့မရှိကြပါ။ ထို့ကြောင့် သီးလှည့်စိုက်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်ပြီး သိသိကွဲကွဲမရှိပါ။	ဂျီအေပီနည်းစနစ်ဖြင့် သီးနှံကို မှတ်တမ်းထားပြီး ဘယ်အချိန်နှင့်ဘယ်နေရာတွင် စိုက်သည်ကို မှတ်တမ်းထား၍ ၁ - ၂ နှစ် တိုင်း သီးလှည့်စိုက်ပါ။
မြေဆီလွှာနှင့် မြေဆီမြေနှစ် တိုးတက် ကောင်းမွန်လာစေရန် ပဲမျိုးရင်းဝင် ပင်များ စိုက်ပါ (မြေပဲ၊ ပဲတီစိမ်း၊ ပဲပုတ်) ၎င်းတို့သည် မြေတွင်း နိုက်ထရိုဂျင် တိုးစေသည်။	၎င်းအပင်များစိုက်ရန်အချိန်နှင့် ငွေကုန်သည်။	မြေပဲနှင့် ပဲအမျိုးမျိုးကို စိုက်ခြင်းဖြင့် ဝင်ငွေ အကျိုးအမြတ် ရနိုင်ရုံသာမက မိမိမြေ၏ မြေဆီမြေဩဇာလည်း တက်လာကြောင်းကို စိုက်ပျိုးရေး အလေ့အကျင့်ကောင်း (ဂျီအေပီ) က ထောက်ခံပါသည်။
မြေဖုံးပင်ကို စိုက်ခြင်းဖြင့် အစိုဓာတ်နှင့် မြေအပူချိန်ကို ထိန်းပေး သည်။ ၎င်းတို့ မရင့်မီ မြေမြှုပ်ပေးလျှင် လအနည်းငယ်အတွင်း ဆွေးမြေ သွားမည်။	မြေဖုံးပင်စိုက်ပြီး မြေတွင်းထယ်ထိုးရန်အချိန်နှင့် ငွေကုန်ပြီး ချက်ချင်းအကျိုးမခံစားရ။	မြေဖုံးပင်၏ အကျိုးကျေးဇူးကို လတ်တလောတွင် မတွေ့ရသော်လည်း ရေရှည်တွင် မြေဆီလွှာနှင့် သီးနှံအထွက်နှုန်းအတွက် အကျိုးရှိမည်ဖြစ်သည်။
မှတ်တမ်းများထားပါ။	လယ်သမားများ မှတ်တမ်းထားလေ့ မရှိပါ။	မှတ်တမ်းထားခြင်းဖြင့် မည်သို့သော ဓာတ်မြေဩဇာ၊ မည်သို့သော သဘာဝမြေဩဇာ ကို ထည့်သွင်းခဲ့ပြီး မည်သို့သော သီးပင်စားပင် စိုက်ခွဲသည်ကို သိရှိနိုင်မည်ဖြစ်ပါ သည်။ သင်၏ အသီးအရွက် ဝယ်စားသူများကလည်း သင်မည်ကဲ့သို့ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ထားသည်ကို သိလိုပေလိမ့်မည်။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၃.၈) အာဟာရမမျှတသော လက္ခဏာများ

အများအားဖြင့်တွေ့ရသော အာဟာရအချိုးအစား မမျှတခြင်း ဥပမာများ၊

- အရွက်များလွန်းပြီး အသီးတင်မှုနည်း၊ နိုက်ထရိုဂျင် လွန်ကဲခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။
- အသီးများလွန်းပြီး အရွယ်အစားသေးငယ်သည်၊ ပိုတက်ဆီယမ်ချို့တဲ့ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။
- အဖိုပွင့်များလွန်းပြီး အမပွင့်နည်း၊ နိုက်ထရိုဂျင်မမျှတ။
- အသီးများသော်လည်းအရွယ်အစားမညီညာ (သို့) ပုံသဏ္ဌာန်မမှန်၊ ပိုတက်ဆီယမ်ချို့တဲ့။





နိုက်ထရိုဂျင်ဓာတ်ချို့တဲ့သည့်အရွက် - ဝါ

ပြည့်စုံသည့်အရွက် - စိမ်း

ပိုတက်ဆီယမ်ချို့တဲ့သည့် သခွားသီးပုံ

သင်ခန်းစာ အခန်း ၄။ အပင်များကို ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း

(လေ့ကျင့်ခန်း ၄.၁) မြေဩဇာများ ထည့်သွင်းခြင်း

၁။ မြေခံထည့်ခြင်း။

မြေခံမြေဩဇာကို အပင်စိုက်မည့်မျက်နှာပြင်၏ ၁၀ လက်မအကျယ် ထယ်မြောင်း၏ ၄ လက်မအနက်တွင် ထည့်သွင်းခြင်း ဖြစ်သည်။ ၎င်းနေရာသည် ရေရောက်ရှိသည့်နေရာ၊ အမြစ်က ရရှိရာသို့ ဦးတည်ကြီးထွားရာနေရာဖြစ်သည်။ မြေခံထုံး၊ အင်း၊ ပီ၊ ကေ နှင့် မြေဆွေးတို့ကို စိုက်မြောင်းတစ်လျှောက် အပင်မစိုက်မီ ၁ ပတ် (သို့မဟုတ်) ၂ ပတ် ကြိုထည့်သင့်သည်။ အငွေ့ပျံခြင်းကြောင့် မြေဩဇာများမဆုံးရှုံးစေရန် မြေဩဇာထည့်ပြီးလျှင် မြေပြန်ဖုံးပါ။ သင့်တင့်သည့်မြေအစိုရှိရန် အရေးကြီးသည်။ စိုလွန်း၊ ခြောက်လွန်းပါက မြေဩဇာတွင်ပါသော အာဟာရများကို ထုတ်လွှတ်မည် မဟုတ်ပါ။ မြေဩဇာနှင့် အမြစ် တိုက်ရိုက်ထိက လောင်တတ်သောကြောင့် မြေဩဇာထည့်ရာတွင် အပင်၏ အမြစ် (အထူးသဖြင့် အပင်ငယ်၏ အမြစ်များ) နှင့် ခပ်ခွာခွာထည့်သင့်သည်။

၂။ ထပ်ဖြည့်မြေဩဇာထည့်ခြင်း။

ထပ်ဖြည့်မြေဩဇာထည့်ခြင်းစနစ်ကို အာဟာရများကို ကောင်းစွာမထိန်းနိုင်သည့် သဲမြေကဲ့သို့မြေများတွင် လည်းကောင်း၊ အပင်များ ထပ်ဆောင်း မြေဩဇာလိုသည့် အချိန်(ဥပမာ ပန်းပွင့်ချိန်) ထည့်သွင်းရာတွင်လည်းကောင်းသုံးသည်။ ဘေးမှထည့်ခြင်းကို အပင်တန်းကြားအလယ် ၆ လက်မ ခန့်ကျယ်အောင် ဖော်ထားသည့် မြောင်းငယ်တစ်လျှောက်တွင် လည်းကောင်း၊ အပင် ၂ ပင်အကြား အလယ်တည့်တည့်တွင်လည်းကောင်း ထည့်ပေးနိုင်သည်။ အာဟာရများ မဆုံးရှုံးစေရန် ထည့်ပြီးသောမြေဩဇာများကို ပြန်ဖုံးပါ။ အင်း၊ ပီ၊ ကေ ၁၅:၁၅:၁၅ ပတ်လည်မြေဩဇာသည် အသီးယူမည့် အပင်များအတွက် အသုံးများသော မြေဩဇာဖြစ်သည်။ တစ်ပင်လျှင် လက်ဘက်ရည်ဇွန်း ၁ ဇွန်း (သို့) ၂ ဇွန်း၊ တစ်နည်းအားဖြင့် ၂၅ ပေ ရှည်သောမြောင်းတွင် ၁ ပေါင် (သို့) ၂ ပေါင် ထည့်ပေးပါ။ အရွက်စားအပင်များအတွက် နိုက်ထရိုဂျင် (N) ပိုပါသောမြေဩဇာဥပမာ အင်း၊ ပီ၊ ကေ ၂၀:၅:၁၀ ပါသည့်မြေဩဇာကိုသုံးပါ။

၃။ အရေးကြီးအကြံပြုချက်။

၃.၁။ မြေဩဇာအနည်းငယ်ထည့်ခြင်းထက်စာလျှင် များများထည့်ခြင်းက ဘေးပိုများသည်။ ပိုနေသောမြေဩဇာများသည် ဆားအဖြစ်မြေတွင်းတွင် စုပုံလာပြီး အပင်၏အမြစ်များကို ပျက်စီးစေသည်။

၃.၂။ ခြောက်သွေ့သောရာသီတွင် စိုက်ကွင်းကိုရေမသွင်းနိုင်က မြေဩဇာမထည့်ပါနှင့်။ မြေတွင်အစိုဓာတ်မလုံလောက်ပါက အမြစ်များက အပင် အာဟာရဓာတ်များကို စားသုံးနိုင်မည်မဟုတ်။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၄.၂) မြေဖုံးခြင်း

မြေဖုံးခြင်း၏ အဓိပ္ပာယ်

မြေဖုံးခြင်းဆိုသည်မှာ - အပင်များထိခိုက်နာကျင်မှုမရှိအောင် မြေကြီးကို အကာအကွယ်ပေးထားခြင်း ဖြစ်သည်။

မေးခွန်း - လယ်သမားသည် မြေဖုံးနည်းစနစ်ကို ဘာကြောင့်သုံးသင့်ပါသလဲ။

၁။ မြေဆီလွှာအပူချိန်တက်ခြင်းကြောင့် အပင်များထိခိုက်မှုနှင့် အာဟာရဓုတ်ယူမှုနည်းသွားခြင်း မရှိစေရန်။

၂။ ရေငွေ့ပျံခြင်းကြောင့် ရေဆုံးရှုံးမှုကိုတားဆီးရန်။

၃။ မြေဆီလွှာကို လေတိုက်စားမှုမှ ကာကွယ်ရန်။

၄။ -----

၅။ -----

မြေဖုံးနည်းဘယ်နှစ်မျိုးရှိသလဲ၊



သဘာဝပစ္စည်း (ကောက်ရိုး)ဖြင့် မြေဖုံးနည်း

ပလပ်စတစ်ဖြင့် မြေဖုံးနည်း

မှတ်ချက် ။ သဘာဝအလျောက်ရသည့်အရာများ (ကောက်ရိုး စသည်)များဖြင့် မြေဖုံးပါက ကနဦးတွင် ၆ လက်မခန့်အထူ ရှိသင့်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ရက်အနည်းငယ်အတွင်း ၁ လက်မ - ၂ လက်မအထိ ချပ်သွားမည်ဖြစ်သော်လည်း အစကတည်းက ခပ်ပါးပါးဖုံးခြင်းထက် ပိုထိရောက်သည်။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၄.၃) စိုက်နည်းစနစ်များ

ရွှေ့ပြောင်းစိုက်ပျိုးခြင်း

- ၁။ ရွှေ့ပြောင်းမစိုက်မီ နှစ်ရက်အလိုတွင် စိုက်ဘောင်ကို ရေဝအောင် လောင်းထားပြီး ထရိုင်ကိုအိမ်မားထည့်ပါ။
- ၂။ ထရိုင်ကိုအိမ်မားဖျော်ရည်ပြုလုပ်ရာတွင် ထရိုင်ကိုအိမ်မား ၇ ဂရမ်နှင့် ရေ ၁၀ လီတာဖြင့်ရောပါ။ ကျင်းတစ်ကျင်းလျှင် ထရိုင်ကိုအိမ်မားအရည် ၄၀ စီမီကို ဖြေးဖြေးလောင်းထည့်ပါ။ စိုက်ကျင်းမှ ဖျော်ရည်မလျှံသွားပါစေနှင့်။
- ၃။ ပျိုးပင်များကို စိုက်ခင်းသို့ သေချာစွာသယ်ယူပါ။ ရွှေ့ပြောင်းစိုက်ရန် ကျန်းမာသော အပင်များကိုသာ ရွေးချယ်ပါ။
- ၄။ မြေဘောင်နှင့်ဖုံးထားသောပစ္စည်းတွင် ၂ လက်မအကျယ် ၂ လက်မအနက်ကျင်းပြုလုပ်ပါ။ ပတ်ဝန်းကျင် မြေမျက်နှာပြင်နှင့် အပင်အကွာအဝေးကို အပင်ကြီးအကွာအဝေးအတိုင်း စွာပြီးထားပါ။ အကယ်၍ စိပ်စိပ်စိုက်ပါက အပင်များလှိုပြီး ကျဲလွန်းပါက ပေါင်းပင်များ လျင်မြန်စွာကြီးထွားလာပြီး အပင်အဟာရနှင့် အလင်းရောင်ကို လုယူမည်။
- ၅။ ပျိုးခွက်အောက်ခြေမှ လက်ဖြင့်ဖျစ်၍ ပျိုးပင်များကို မနာအောင် ပျိုးပန်းမှ ထုတ်ယူပါ။ အပင်ကို အားစိုက်၍ မဖိရ။ ပျိုးပင်ကို ကျင်းထဲချပါ။ ဘေးမြေနှင့်ညီပါစေ။ ပျိုးမြေများကို ရိုးရိုးမြေကြီးဖြင့် သေချာစွာဖုံးပါ။ ပျိုးပင်ကို မြေကြီးထဲသို့ အရမ်းဖိမထည့်ပါနှင့်။ ဇွဲလိုက်သော မြေကိုလည်း ပျိုးပင်မြေလုံးကွဲသွားသည်အထိ မဖိပါနှင့်။ အပင်ခြေရှိမြေကို သိပ်သွားအောင်လုပ်ပေးပါ။ သို့သော် နာနာမဖိပါနှင့်။ ထိုသို့ဖိပါက အမြစ်ကို လေနှင့်ရေမရောက်နိုင်ပါ။
- ၆။ ပျိုးပင်များခြောက်သွေ့ခြင်းမရှိစေရန် ညနေ ၃း၃၀ နောက်ပိုင်းတွင် ရွှေ့ပြောင်းစိုက်ပါ။



တိုက်ရိုက် အစေ့ချစိုက်ခြင်း

- ၁။ အတန်းဖြောင့်ရအောင် ကြိုး (သို့မဟုတ်) အခြားနည်းလမ်းသုံးပါ။
- ၂။ အတန်းအတိုင်း လက်မဝက် အနက်ရအောင် တုတ်ချောင်းဖြင့် မြေတွင်ဆွဲပါ။
- ၃။ ပျိုးစေ့များကို သေချာ မှန်ကန်သော အကွာအဝေးရအောင် စိုက်ပါ။
- ၄။ ပျိုးစေ့ကို မြေဖြင့် ဖြေးညှင်းစွာဖုံးပြီး ဖိသိပ်ပေးပါ။



ကြီးထွားမှုအဆင့်အလိုက် အပင်၏ရေလိုအပ်ချက် (တစ်မီတာ / တစ်ကိုက် ပတ်လည်တွင် တစ်ရက်ပေးရမည့် ရေလီတာ)

ပြောင်းဖူးပင်



၆၀	၅	၂၀	၆၀	၆၅	၁၀
မစိုက်မီ၊	အပင်ပေါက်ချိန်၊	ကြီးထွားချိန်၊	ပန်းပွင့်ချိန်၊	အစေ့ထည့်ချိန်၊	ရင့်မှည့်ချိန်၊

(လေ့ကျင့်ခန်း ၄.၅) အပင်ရေပေးသွင်းခြင်း အခြေခံလမ်းညွှန်ချက်များ

ရေပမာဏ။

သီးနှံများရရှိအောင် စုစုပေါင်းလိုအပ်သောရေပမာဏမှာ သီးနှံအမျိုးအစား၊ စိုက်ပျိုးသည့်ရာသီ၊ မြေအမျိုးအစားနှင့် အခြေအနေပေါ်မူတည်ပါသည်။ လိုက်နာကျင့်သုံးရန်နည်းလမ်းများရှိသော်လည်း တောင်သူကိုယ်တိုင်က အပင်နှင့် မြေအခြေအနေကို လေ့လာပြီး မည်သည့်အချိန်၊ ရေဘယ်လောက်ပေးသွင်းရမည်ကို အဆုံးအဖြတ် ပေးနိုင်ရန်လိုပါသည်။

အပင်ရေပေးသွင်းရန် လမ်းညွှန်ချက်များ။

- ၁။ နံနက်ပိုင်းတွင်ရေပေးခြင်းက အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် နေပူလာသည်နှင့်အမျှ အပင်က ရေကို ပိုမိုစုပ်ယူသောကြောင့်ဖြစ်သည်။
- ၂။ ပုံမှန်အချိန်ခြားပြီးစိုက်မြောင်း၏အနက် ၂ လက်မခန့်မှ မြေကို နှိုက်ယူပြီး ဖျစ်ညှစ်ကြည့်ပါ။ ၎င်းဖျစ်သောမြေကို မြေပြင်အထက် ၁၀ လက်မခန့်အမြင့်မှ လွှတ်ချလိုက်ပါ။ မြေလုံးမပျက်က ရေလုံလောက်သည်။ မြေလုံးကွဲသွားပါက ရေပိုပေးရန်လိုသည်။ ယေဘုယျအားဖြင့် နေ့ခင်းအခါတွင် အပင်များကို ကြည့်ပါ။ ရေလိုအပ်ပုံပေါက်ပါက ရေပိုပေးပါ။
- ၃။ သဲမြေများသည် ရွှံ့စေးမြေထက် ရေပိုမို လိုအပ်သည်။
- ၄။ မျိုးစေ့တိုက်ရိုက်စိုက်က မစိုက်မီ တစ်ည ရေစိမ့်ပါ။
- ၅။ ပျိုးပင်ကို စိုက်သည်ဖြစ်စေ၊ တိုက်ရိုက်အစေ့ချစိုက်သည်ဖြစ်စေ မြေကို အစိုဓာတ် လုံလောက်အောင် ပြုလုပ်ပါ။
- ၆။ စိုက်ခါစအပင်ငယ် အခြေပတ်လည်ကို ရေလောင်းပေးခြင်းဖြင့် အပင်အမြစ်နှင့် မြေသားကို ထိကပ်အောင် လုပ်ပါ။
- ၇။ ၎င်းနောက်၊ ယေဘုယျလမ်းညွှန်အဖြစ် အပင်ငယ်များကို ရေပေးရန်လိုအပ်ပါသည်။ သို့သော် ရေပမာဏစေရပါ။ ပထမ ၁ - ၂ ပတ်အတွင်း ၄ ရက်တစ်ကြိမ်၊ တတိယပတ်တွင် ၃ ရက်လျှင်တစ်ကြိမ်၊ ၄ ပတ်သားတွင် ၂ ရက် တစ်ကြိမ်နှင့် ငါးပတ်သားမှ ဆွတ်ခူးချိန်အထိ နေ့စဉ် ရေပေးရန်လိုပါသည်။ ယေဘုယျအားဖြင့် အပင်၏ ရွက်အုပ်မိုးမှု များလာသည်နှင့်အမျှ ရေလိုအပ်မှု ပိုမိုလာပါသည်။
- ၈။ အပင်ရင်းရှိမြေကို ပွမွအောင် ပြုလုပ်ပေးထားခြင်းဖြင့် အပင်၏ ရေစုပ်ယူမှု လွယ်ကူစေသည်။
- ၉။ အသီးအနှံကို အခြောက်ရိတ်သိမ်းသော သီးနှံများအတွက်မူ ရိတ်သိမ်းခါနီးတွင် ရေပေးပါနှင့်။

- ၁၀။ အသီးများသီးချိန်တွင် ရေပေးများပါက အသီးများ ကွဲအက်တတ်သည်။
- ၁၁။ အပင်၏အရွက်များပေါ်ရေလောင်းပါက (ဥပမာ - ရုံးပတီ) အရွက်ပုပ်တတ်သည်။
- ၁၂။ ဘောင်အတွင်းမြောင်းဖော်စိုက်ပါက ဘောင်အလွန်မကျယ်စေနှင့်။ ဘောင်ကျယ်က အပင်ခြေရေမရောက်နိုင်။
- ၁၃။ မြောက်သွေလွန်းက အရွက်များညှိုးတတ်ပြီး ရေရကမြန်မြန်ဆန်ဆန် ပြန်လည်လန်းလာသည်။
- ၁၄။ ရေလောင်းများပြီး အရွက်များညှိုးသွားသည်မှာ အပင်၏အမြစ်များ ပုပ်သွားသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ ရေများများလောင်းခြင်းကိုရှောင်ပါ။
- ၁၅။ မိုးရာသီတွင်မူ ရေလောင်းခြင်းထက် ရေနုတ်ပေးခြင်းက ပိုပြီးအရေးပါသည်။ ရေမဝသောမြေ၊ တောင်စောင်းမြေမြင့်တွင် ဘောင်မြင့်ဖြင့်စိုက်သော စိုက်ခင်းများတွင် ဘောင်ခြေမှရေများလွယ်ကူစွာ စီးဆင်းသွားသည်။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၄.၆) မြေအစိုဓာတ် စမ်းသပ်ခြင်း

မြေအစိုဓာတ်စမ်းသပ်ခြင်း

- က။ အနည်းဆုံး၆နေရာ (မြောင်းအမျိုးမျိုး) မှ မြေအစိုဓာတ်စမ်းသပ်ရန် ကျပန်းနမူနာယူပါ။
- ခ။ အပင်နှစ်ပင်ကြား၊ အပင်မှ လက်မအကွာ အပင်တန်းမှရွေးယူပါ။
- ဂ။ ၄ လက်မအနက် ကျင်းတူးပြီး လက်ချောင်းတွင်း နမူနာကို ယူပါ။
- ဃ။ မြေနမူနာကို နာနာဖိညှစ်ပါ။ (မပွတ်ပါနှင့်)
- င။ အခြားလက်ပေါ်သို့ ၄ လက်မ အမြင့်မှချလိုက်ပါ။ အကယ်၍ နမူနာသည် -
- အမှုန်ကဲ့သို့ ကွဲသွားလျှင် ချက်ခြင်း ရေပေးရန်လိုသည်။
 - အတုံးငယ်များကဲ့သို့ ကွဲသွားလျှင် ၄ နာရီအတွင်း ရေပေးရန်လိုမည်။
 - မကွဲဘဲအလုံးလိုက်ကျလျှင် နောက် ၂၄ နာရီအထိ ရေလုံလောက်သည်။



(လေ့ကျင့်ခန်း ၄.၇) ပလပ်စတစ်တဲများ၏ အားသာချက်နှင့် အားနည်းချက်

နည်းလမ်း (၁)

အလုံပိတ်ပလပ်စတစ်တဲ (လေကွယ်ရှိသောနေရာများနှင့်သင့်တော်သည်။ အလုံပိတ် ဆောက်လုပ်ခြင်းကြောင့် လေပြင်းတိုက်ခြင်းဒဏ်ကို မခံနိုင်။)



နည်းလမ်း (၂)

ဘေးဖွင့်ပလပ်စတစ်တဲ။ (လေများအလွယ်တကူ ဖြတ်သန်းတိုက်ခတ်နိုင်သည်။)



အားသာချက်များ	အားနည်းချက်များ
၁။ သီးနှံအမျိုးမျိုးအတွက်အဆင်ပြေသည်။	၁။ တန်ဖိုး - ပေ ၂၀ ပတ်လည်အဆောက်အအုံအတွက် ခန့်မှန်းကုန်ကျငွေ ၅၀၀၀၀ ကျပ်။
၂။ ဈေးကောင်းရသီးနှံမှ အမြတ်များများရနိုင်သည်။	၂။ တစ်ခါတစ်ရံဆောက်ရန် အခက်အခဲရှိနိုင်သည်။
၃။ ကောင်းစွာထိန်းသိမ်းပါက ၂-၃ နှစ် သုံးနိုင်သည်။	၃။ ကောင်းစွာထိန်းသိမ်းကာ တစ်နှစ်သာခံသည်။
	၄။ လေနှင့်အမိုးပေါ်တွင် တင်ကျန်နေသောမိုးရေကြောင့် အမိုး ပျက်စီးနိုင်သည်။ ခိုင်ခိုင်ခန့်ခန့်ဆောက်လုပ်ထိန်းသိမ်းရန်လိုသည်။
	၅။ အကျိုးအမြတ်အများဆုံးရရန် ဈေးကောင်းရသည့်သီးနှံကို စိုက်ရန်လိုသည်။
	၆။ အချိန်ပေးနိုင်ပြီး တစ်စိုက်မတ်မတ်လုပ်ကိုင်တတ်သည့် တောင်သူကောင်းများနှင့်သာ သင့်တော်သည်။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၄.၈) စင်တင်ခြင်းပုံစံအမျိုးမျိုး

မတ်တပ်ဝါးစင်	ပိုက်ကွန်စင်	ကြိုးတန်းဆွဲစင်	ပြင်ညီစင်
			
ဝါးအလွယ်တကူရပါက ကုန်ကျသက်သာသည်။ လုပ်အားပိုကုန်သည်။ နှစ်စဉ်ဝါးအသစ်လိုသည်။	တပ်ဆင်ရန်နှင့် ကိုင်တွယ်ရန် လွယ်ကူပြီး ဝါးဝယ်မရလျှင် အစားထိုး အသုံးပြုနိုင်သည်။	တပ်ဆင်ရန်နှင့် ကိုင်တွယ်ရန် လွယ်ပြီး စရိတ်နည်းသည်။	နေရာလုံလောက်စွာရှိလျှင် အထွက်နှုန်း ကောင်းသည်။ လေဝင် လေထွက် ကောင်းသည်။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၄.၉) ပေါင်းနှိမ်နှင်းခြင်း

အကြံပေးချက်များ	အကြောင်းပြချက်များ
၁။ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက် ။ ပေါင်းပင်သည် မရှိသင့်သော နေရာ၌ မရှိသင့်သော အချိန်တွင် ပေါက်သော အပင်။	အကယ်၍ သင့်သီးနှံရောင်းလျှင် သီးနှံတစ်မျိုးတည်းကိုသာ ဝယ်သူမှ လိုချင်သည်။ အခြားသီးနှံများနှင့် ရောမနေရပါ။ ထို့ကြောင့် ပေါင်းပင်ကို မလိုအပ်သော အချိန်တွင် မလိုအပ်သောနေရာမှ ဖယ်ရှားပစ်ရမည်။
၂။ အဘယ်ကြောင့် ပေါင်းနှုတ်ခြင်းသည် အရေးကြီးသနည်း။	ပေါင်းပင်သည် အလင်းရောင်နှင့် အာဟာရကို ယှဉ်ပြိုင်ပြီး ရောဂါနှင့် ပိုးလက်ခံပင် ဖြစ်နိုင်သည်။
၃။ ပေါင်းပင်ကို လက်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ ပေါက်ပြား သို့မဟုတ် အခြားကိရိယာဖြင့် ဖယ်ရှားပါ။	လက်ဖြင့်နှုတ်ခြင်းသည် မြေကို ပွစေပြီး လေဝင်လေထွက် ကောင်းစေကာ အပင်သန်စေသည်။ ပေါင်းသင်ခြင်းဖြင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်ပင်များ အလင်းရောင်နှင့် အာဟာရကို ယှဉ်ပြိုင်မှုမှ လျော့နည်းစေသည်။
၄။ ပေါင်းပင်သည် အပင်ငယ်နှင့် တွယ်ကပ်မနေစေရန် သတိပြုပါ။	ပေါင်းပင်နှုတ်လျှင် အပင်ငယ်လေးပါ ပါလာနိုင်သည်။
၅။ အစေ့မတည်သေးသော ပေါင်းပင်ကို မြေပေါ်တွင် ချထားပြီး အစေ့ရှိသော အပင်ကို ဖယ်ရှားပြီး မီးရှို့ပစ်ပါ။	နေရောင်ဖြင့် ပေါင်းပင်သတ်ခြင်းသည် မြေကြီးကို ရေဆုံးရှုံးခြင်းမှ ကာကွယ်ခြင်းနှင့် အပူချိန်တက်ခြင်းကို ကာကွယ်ပေးသည်။ အချိန်ကြာလျှင် ပေါင်းပင်ဆွေးပြီး မြေညီအဖြစ်သွားမည်။
၆။ အနံ့ပြင်းသော ပေါင်းပင်အချို့ကို ချွန်ထားပြီး စဉ်း၍သဘာဝ အီးအမ်ပိုးနှင်ဆေးပြုလုပ်ရန်။	အနံ့ပြင်းသော ပေါင်းပင်သည် ပိုးနှင်ဆေးဖော်ရန်ပစ္စည်းကောင်း ဖြစ်သည်။
၇။ ဓာတုဆေးသုံးခြင်း၊ အခြားနည်းများဖြင့် မကာကွယ်နိုင်လျှင် ရွေးချယ်ပေါင်းသတ်ဆေးကို သုံးပါ။	ကျယ်ပြန့်သောဧရိယာတွင် လက်ပေါင်းလိုက်ရန် မလွယ်ပါ။ ဓာတုဆေးသုံးနည်းနှင့် စပ်နည်းကို ပုလင်းပေါ်မှာပါသော အညွှန်းအတိုင်း အန္တရာယ်ကင်းအောင် သုံးပါ။
၈။	
၉။	

ပေါင်းလိုက်ကိရိယာများ

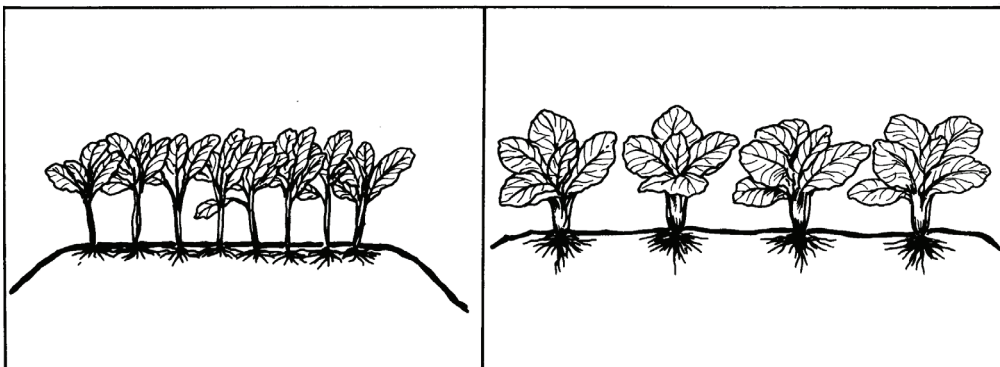


(လေ့ကျင့်ခန်း ၄.၁၀) အပင်မူနားခြင်းပြုလုပ်ရသော အကြောင်းများ

အကြံပြုချက်များ	အကြောင်းပြချက်များ
၁။ သေးငယ်သောအစေ့များကို စိုက်လျှင် သဲနှင့် ရောစိုက်ပါ။	မျိုးစေ့ကုန်ကျမှုနည်းပြီး အပင်သားခွဲရန် သက်သာစေသည်။
၂။ အကွာအဝေးမမှန်သော အပင်များကို သေချာစွာ နှုတ်ပါ။ ကျန်ခဲ့သော အပင်ကို မထိခိုက်စေပါနှင့်။	အပင်များထူလွန်းပါက သေးပြီးလှိမည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အလင်းရောင်၊ အာဟာရနှင့် ရေကို ယှဉ်ပြိုင်ရသောကြောင့် ဖြစ်သည်။
၃။ အပင်ကြီးအကွာအဝေးအတိုင်းရှိသော အပင်များကို ချန်ထားပါ။	အပင်ကြီးထွားရန်အတွက် အလင်းရောင်၊ အာဟာရနှင့် ရေကို လုံလောက်စွာရစေနိုင်သည်။ အပင်ဦးရေများလာသည့်အမျှ အထွက်နှုန်းမြင့်လာပြီး ဝင်ငွေတိုးလာမည်။
၄။	
၅။	

အပင်ထူထပ်သဖြင့် သေးလှိနေသောပုံ

အကွာအဝေးမှန်သဖြင့် အပင်သန်မာပုံ



သင်ခန်းစာ အခန်း ၅။ ရောဂါနှင့် ပိုးကာကွယ်နည်းများ

(လေ့ကျင့်ခန်း ၅.၁) ရောဂါနှင့် ပိုးကာကွယ်နည်းများ

သင်တန်းသားများအတွက် အရေးကြီးအချက်များ

- ၁။ တတ်နိုင်သမျှ သဘာဝကာကွယ်နည်းများကိုသုံးပါ။ သဘာဝနည်းများဖြင့် မရမှသာ ဓာတုဆေးများ သုံးပါ။ ဓာတုဆေးများသည် လယ်သမားကျန်းမာရေး၊ စားသုံးသူကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်အတွက် အန္တရာယ်များဖြစ်စေသည်။
- ၂။ မိတ်ဆွေပိုးနှင့် ဖျက်ပိုးအကြောင်းလေ့လာပါ။ ဖျက်ပိုးများကိုသာ နှိမ်နင်းပါ။
- ၃။ ရောဂါနှင့် ပိုးမွှားကာကွယ်ရေးလက်စွဲစာအုပ်ကို လက်စွဲပြုပြီး သီးနှံတွင် ကျရောက်သောရောဂါနှင့် ပိုးမွှားများကို စောစောသိရှိအောင် ဆောင်ရွက်ပြီး ကာကွယ်ပါ။

အကြံပြုချက်များ	အကြောင်းပြချက်များ
၁။ ကာကွယ်ခြင်း။ ရောဂါနှင့်ပိုးမွှားကျရောက်ခြင်းမှ အကောင်းဆုံး ကာကွယ်နည်းများမှာ - (၁) သီးလှည့်စိုက်ပျိုးခြင်း (၂) မြေပေါ်စပါးခွံကို မီးရှို့ပြီးမြေကြီးကို ပိုးသန့်ခြင်း (၃) ဟင်းသီးဟင်းရွက်များပေါ်တွင်အစိုဓာတ်များနေလျှင် ရောဂါကျတတ်သဖြင့် ခြောက်သွေ့စေရန်အတွက် လေဝင်လေထွက် ကောင်းအောင်ပြုပြင် ပေးပါ။ (၄) မျိုးစေ့များကို ရောဂါများမှ ကာကွယ်ရန်၊ ရေခဲနွေးစိုမိခြင်း သို့မဟုတ် အီးအမ်ဖြင့် စိမ်ခြင်း (အီးအမ်ကို ၁ : ၁၀၀၀ ရေဖြင့်ဖျော်ပြီး ၎င်းဖျော်ရည်တွင် မျိုးစေ့များကို ၂နာရီ၊ ၃နာရီစိမ်ခြင်း) သို့မဟုတ် ဆေးစီရင်ထားသော မျိုးစေ့ကို သုံးပါ။ (၅) ရောဂါခံနိုင်သော မျိုးစေ့နှင့် မျိုးများ သုံးပါ။ (၆) ရောဂါကျလေ့ရှိသောအချိန်ကို ရှောင်ပြီး ရာသီပြောင်း စိုက်ပျိုးပါ။ (၇) သန်မာသော ပျိုးပင်များကို စိုက်ပါ။ သို့မှသာ ရောဂါပိုးတိုက်ခိုက်ခြင်းကို ခံနိုင်ရည်ရှိမည်။ (၈) အပင်များကို ခြောက်သွေ့လွန်းခြင်း စိုလွန်းခြင်းနှင့် တိရစ္ဆာန်များ ဖျက်ဆီးခြင်းမှ ကာကွယ်ပါ။ (၉) ပြဿနာများကို စောစောသိရှိပြီးကာကွယ်နိုင်ရန် သီးနှံများကို ပုံမှန်ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပေးပါ။ နောက်ကျမှ မပြုလုပ်ပါနှင့်။ (၁၀) ပေါင်းများကို ရှင်းပါ။ ၎င်းတို့မှာ ရောဂါပိုးများ၏ လက်ခံပင် ဖြစ်နိုင်သည်။ (၁၁) မစိုက်မီစိုက်ခင်းကို ရေလွှမ်းပြီး ပိုးကောင်များအားနှိမ်နင်းပါ။ (၁၂) မြေမပြုပြင်ခင် တစ်ပတ်ကြာခန့် မြေ ခြောက်အောင်နေလှန်းပြီး ရောဂါပိုးများကို သတ်ပါ။	ကာကွယ်ခြင်းသည် ကုသခြင်းထက်လွယ်ကူပြီး ကုန်ကျမှုနည်းပြီး သီးနှံအချို့ဆုံးရှုံးခြင်းမှ သက်သာစေသည်။
၂။ မိတ်ဖက်ပင်နှင့် တွဲစိုက်ပါ။ အချို့အပင်အမြစ်နှင့် ပန်းပွင့် များတွင် သဘာဝအလျောက် ပိုးများကို ဆွဲဆောင် (သို့မဟုတ်) နှင်သောအရာများရှိသည်။ ၎င်းတို့သည် အပင်အတွက် အာဟာရ လည်းပေးနိုင်သည်။ ဥပမာ - နေကြာပင် (ဆွဲဆောင်)၊ ထပ်တစ်ရာပန်းပင် (ပိုးနှင့်)။	ဤနည်းသည်အပင်များကို ပိုးရောဂါများမှ ကာကွယ်ပေးသည့် သဘာဝနည်းလမ်းကောင်းတစ်ခု ဖြစ်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင်ကို သဘာဝညီမျှခြေ ဖန်တီးပေးပြီး သင့်သီးနှံများကို အရသာပိုမို ကောင်းမွန်စေနိုင်သည်။
၃။ လက်ဖြင့်ကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်း။ (၁) ဥယျာဉ်ခြံငယ်တွင် အပင်များကို ကြည့်ပြီးပိုးကောင်များကို လက်ဖြင့် ဖယ်ရှားနိုင်သည်။ မိတ်ဆွေပိုးများကို ချန်ထားရန် မမေ့ပါနှင့်။ (၂) ရောဂါရ အပင်များကို နှုတ်ယူပြီး မီးရှို့ပစ်ပါ။ (၃) မီးနှင့်ရေပုံးထောင်ချောက်ဖြင့် ပိုးကာကွယ်ပါ။	၎င်းနည်းများသည် ပတ်ဝန်းကျင်ကို မထိခိုက်စေဘဲ၊ ကုန်ကျစရိတ်လည်း နည်းသည်။
၄။ သဘာဝကာကွယ်နည်း။ သေးငယ်သောဥယျာဉ်တွင် သဘာဝနည်းဖြင့် ကာကွယ်ခြင်းသာ ပိုကောင်းပါသည်။ (ဥပမာ အချို့မှာ တမာပိုးသတ်ဆေး၊ ဆေးရွက်ကြီး၊ ဆပ်ပြာရည်၊ အီးအမ် ၅၊ အချဉ်ဖောက် အသီးဆေးရည်၊ အချဉ်ဖောက် အပင်ဆေးရည်။)	သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ညီမျှခြေကို မပျက်စီးစေဘဲ၊ ကုန်ကျစရိတ်နည်းပြီး စနစ်တကျသုံးပါက မိသားစု ကျန်းမာရေးမထိခိုက်စေပါ။

၅။ ဓာတုကာကွယ်နည်း။ ရောဂါပိုးကို ဆိုးဝါးစွာကျပြီး အခြား ကာကွယ်နည်းများဖြင့် မနိုင်နိုင်မှ အသုံးပြုပါ။ ဓာတုဆေးများသည် ဖျက်ပိုးနှင့် မိတ်ဆွေပိုးပါသေစေသည်ကို သတိပြုပါ။ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် မိမိ မိသားစု ကျန်းမာရေးကိုပါ ထိခိုက်စေသည်။ အဓိကကာကွယ်နည်းများမှာ - (၁) ရောဂါ (သို့မဟုတ်) ပိုးအမျိုးအစားကို စစ်ဆေးပြီး ၎င်းကို ကာကွယ်ရန် ဆေးကိုရွေးချယ်ပါ။ (၂) ဆေးကို လိုသလောက်သာဝယ်ပါ။ အိမ်တွင် အဆိပ် ဖြစ်သော ဆေးများ သိုလှောင်လျှင် အန္တရာယ်ရှိသည်။ (၃) ဆေးအညွှန်း ကို သေချာလိုက်နာပါ။ အကယ်၍ ဆေးများများသုံးလျှင် ပိုက်ဆံပိုကုန်ပြီး ပတ်ဝန်းကျင်အတွက် မကောင်းပါ။ နည်းနည်းသုံးပါက မထိရောက်ပါ။ (၄) မှတ်ပုံတင်ထားသော/ခွင့်ပြုထားသော ဆေးများကိုသာ သုံးပါ။ (၅) ရက်လွန်ပျက်စီးနေသော ဆေးများကို မသုံးရ။ (၆) ကလေးနှင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်များ အနီးဆေးများ မထားရ။ (၇) စိုက်ပျိုးဆေးများသုံးလျှင် အကာအကွယ် ဝတ်စုံကိုဝတ်ပါ။ (၈) ဆေးဖျန်းပြီး ရေချိုးခြင်း၊ ဆေးပုံးများကို ဆေးကြောခြင်းလုပ်ပါ။ (၉) အချိန်မှီ စောင့်ကြည့်ပြီး ကာကွယ်လျှင် ဓာတုဆေးအသုံးပြုရန် အနည်းငယ်သာ လိုသည်။ (၁၀) ဆေးဖျန်းပြီး မရူးရသော ကာလသတ်မှတ်ချက် ကို ဂရုစိုက်ပါ။ (၁၁) ဆေးဖျန်းပြီးစ စိုက်ခင်းထဲသို့ ချက်ချင်း မဝင်ရပါ။ (၁၂) ဆေးလက်ကျန်ကို လုံခြုံသော ပုလင်းတွင် ထည့်ပြီး ကလေးနှင့် တိရစ္ဆာန်များအနီးတွင် မထားရ။ ဆေးပမာဏ အများကို သီးသန့်သော့ခတ်နိုင်ပြီး လေဝင်လေထွက် ကောင်းသော နေရာတွင် အန္တရာယ်ရှိ သတိပေး စာတမ်းရေးပြီး သိမ်းဆည်းပါ။ (၁၃) ဓာတုဆေးများကို မြေဩဇာ စသည့် အခြားသွင်းအားစုများနှင့် ရောမထားရ။ (၁၄) သုံးစွဲပြီးဘူးများကို သုံးကြိမ်ဆေးပြီး အပေါက်ဖောက်ကာ အခြားသူများ မသုံးနိုင်ရန်ပြုလုပ်ပါ။ (၁၅) ပိုးသတ်ဆေးဘူးခွံများကို တွင်းနက်နက်ထဲသို့ ဖြစ်စေ၊ သတ်မှတ်ထားသောနေရာတွင်ဖြစ်စေ စွန့်ပစ်ပါ။	ရောဂါနှင့်ပိုးမွှားသိပ်များသောအခါ ဓာတုဆေးကို သုံးရမည်။ မသုံးပါက သီးနှံများ ဆုံးရှုံးသည်။ သို့သော်လည်း ကျွန်ုပ်တို့သည် လယ်သမား၊ စားသုံးသူများ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို ကာကွယ်ရမည်။
ထပ်ဆောင်းအမှာ။ ။ မှတ်တမ်းပြုစုပါ။ မှတ်တမ်းစာအုပ်တွင် သဘာဝဆေး၊ ဓာတုဆေးအသုံးပြုသည့် နေ့စွဲကို ရေးသားထားပါ။	သို့မှသာ မိသားစု (သို့မဟုတ်) ဝယ်ယူသည့် သင့်သီးနှံကို ဘာဆေး သုံးထားသလဲနှင့် သီးနှံကို စားသုံးရန် သင့်/မသင့် သိနိုင်မည်။ စားသုံးရန် ဘေးကင်းလုံခြုံမှုရှိအောင် ဆောင်ရွက်ထားခြင်းဖြင့် သီးနှံ ထုတ်ကုန်ပေါ်ဝယ်သူမှ ဈေးပိုပေးနိုင်သည်။

(လေ့ကျင့်ခန်း ၅.၂) ပိုးသတ်ဆေးများကို ဘေးကင်းစွာ အသုံးပြုခြင်း

ပိုးသတ်ဆေးများကို မမှန်တကယ့် သိမ်းဆည်း ကိုင်တွယ်သုံးစွဲ ရှောင်ရပါ။

သတိပြုရန် ပိုးသတ်ဆေးများကို ဆရာနှင့်ဆရာတော်များ ပြန်သော်လည်း မလွန်အောင်တိ တိကျကျပြုလုပ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။	မလုပ်ရ	မလုပ်ရ	မလုပ်ရ	မလုပ်ရ	မလုပ်ရ
ဆေးကုန်အမျိုးအစားအရ သတ်သတ်မှတ်သတ် ပြုလုပ်ရပါမည်။	ပိုးသတ်ဆေးများကို အသုံးပြုရာတွင် အသုံးပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။	ဆေးကုန်အမျိုးအစားအရ သတ်သတ်မှတ်သတ် ပြုလုပ်ရပါမည်။	ဆေးကုန်အမျိုးအစားအရ သတ်သတ်မှတ်သတ် ပြုလုပ်ရပါမည်။	ဆေးကုန်အမျိုးအစားအရ သတ်သတ်မှတ်သတ် ပြုလုပ်ရပါမည်။	ဆေးကုန်အမျိုးအစားအရ သတ်သတ်မှတ်သတ် ပြုလုပ်ရပါမည်။

ပိုးသတ်ဆေးများကို အသုံးပြုရာတွင် အသုံးပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။			ပိုးသတ်ဆေးများကို အသုံးပြုရာတွင် အသုံးပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။		
ပိုးသတ်ဆေးများကို အသုံးပြုရာတွင် အသုံးပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။	ပိုးသတ်ဆေးများကို အသုံးပြုရာတွင် အသုံးပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။	ပိုးသတ်ဆေးများကို အသုံးပြုရာတွင် အသုံးပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။	ပိုးသတ်ဆေးများကို အသုံးပြုရာတွင် အသုံးပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။	ပိုးသတ်ဆေးများကို အသုံးပြုရာတွင် အသုံးပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။	ပိုးသတ်ဆေးများကို အသုံးပြုရာတွင် အသုံးပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။

သင်ခန်းစာ အခန်း ၆။ သီးနှံမရိတ်သိမ်းမီနှင့် ရိတ်သိမ်းပြီး သတ်ထားရမည့်အချက်များ

လေ့ကျင့်ခန်း (၆.၁) သီးနှံမရိတ်သိမ်းမီနှင့် ရိတ်သိမ်းပြီးဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန်များ။

စိုက်ပျိုးရေးအလေ့အကျင့်ကောင်း (ဂျီအေပီ) အကြံပြုချက်များ	အကြောင်းပြချက်များ
၁။ အရည်အသွေးအဆင့်တန်းများ	
၁.၁။ သီးနှံများသည် ဈေးရောင်းသူနှင့် စားသုံးသူတို့ တောင်းဆိုသော အရည်အသွေးကို မီသင့်သည်။ ၎င်းအရည်အသွေးများက ဘာလဲဆိုတာ စုံစမ်းပါ။ မိမိ၏သီးနှံသည် ၎င်းအရည်အသွေးကို မီအောင် ထုတ်နိုင်ရမည်။	အရည်အသွေးကောင်းသော ထုတ်ကုန်သည် ဝယ်လိုအားကောင်းပြီး ဈေးကောင်းရသည်။
၁.၂။ မဆွတ်ခူးမီကြားကာလ။ အကယ်၍ မဆွတ်ခူးမီ ဓာတုဆေးဖျန်းခြင်း (သို့မဟုတ်) တိရစ္ဆာန် အညစ်အကြေး မြေဩဇာများကို အသုံးပြုထားခြင်းများ ရှိလျှင် သီးနှံများကို အနည်းဆုံး ၁ - ၂ ပတ်ကြာပြီးမှ ဆွတ်ခူးပါ။ ဓာတုဆေးတစ်မျိုးစီအတွက် သတ်မှတ်ထားသော မရိတ်သိမ်းမီကြားကာလသတ်မှတ်ချက်ကို စစ်ကြည့်ပါ။	ဓာတုဆေး(သို့မဟုတ်) တိရစ္ဆာန် အညစ်အကြေး၏အဆိပ် အာနိသင်ပြယ်ပြီး အန္တရာယ်မဖြစ်နိုင်သော အခြေအနေရောက်မှ ခူးဆွတ်ရောင်းချခြင်းဖြင့် စားသုံးသူအား ဘေးကင်းစေသည်။
၁.၃။ စိုက်ပျိုးရေးအလေ့အကျင့်ကောင်း မှတ်တမ်းဖြစ်သော မြေဩဇာ (သဘာဝနှင့် ဓာတု) ထည့်ခြင်းနှင့် ထည့်ချိန်မှတ်တမ်းများကို သီးနှံတစ်မျိုးစီအတွက် ထားသင့်သည်။	မှတ်တမ်းများသည် ဝယ်သူ (သို့မဟုတ်) စားသုံးသူကို သီးနှံအား ဘာကို ဘယ်အချိန်တွင် အသုံးပြုထားသည်ကို သိရှိစေသည်။ သင်၏စိုက်ခင်း၌ ဓာတုနှင့် သဘာဝသွင်းအားစုများ အသုံးပြုရာတွင် စိုက်ပျိုးရေး အလေ့အကျင့်ကောင်း စံချိန်စံညွှန်းများနှင့် ကိုက်ညီမှုရှိပါက ၎င်းတို့မှ ဈေးကောင်းပေး၍ပင် ဝယ်နိုင်ပါသည်။
	
၂။ ရိတ်သိမ်းခြင်း	
၂.၁။ သီးနှံများကို သေချာစွာကိုင်တွယ်ပါ။ ပစ်ပေးခြင်း၊ ပစ်ချခြင်းမလုပ်ရ။	ဒဏ်ရာအနာတရဖြစ်ခြင်းနှင့် ထိခိုက်ပျက်စီးခြင်းများ မဖြစ်စေပါ။
၂.၂။ အေးသော နံနက်ခင်းအချိန်တွင် ရိတ်သိမ်းပါ။	သီးနှံများ လတ်ဆတ်ပြီး တောင့်တင်းနေမည်။
၂.၃။ နေလည်နှင့် ညနေပိုင်းတွင် မရိတ်သိမ်းပါနှင့်။	နေပူရှိန်ကြောင့် သီးနှံများညှိုးလျော် ခြောက်သွေ့သွားမည်။
၂.၄။ အညှာကို အသီးမှတစ်လက်မ၏ လေးပုံတစ်ပုံခန့်ချန်၍ ဓား (သို့) ကတ်ကြေးဖြင့် ဖြတ်ပါ။	အသီး၏ အညှာအရင်းမှလျှင် အညှာအရင်းမှ ကျန်ခဲ့သော အပေါက်မှရောဂါဝင်နိုင်သည်။
၂.၅။ အကယ်၍ စိုနေလျှင် (သို့မဟုတ်) အစိုဓာတ်များနေလျှင် သီးနှံထုတ်ကုန်ကို အရိပ်ထဲတွင် လေသလပ် ခံထားပါ။	အစိုဓာတ်များလျှင် ရောဂါကျလွယ်ပြီး သီးနှံထုတ်ကုန်ကို ပျက်စီးစေသည်။



၃။ သန့်စင်ခြင်းနှင့် ရွေးချယ်ခြင်း

၃.၁။ ဆွတ်ခူးသူ၏ လက်သည် သန့်ရှင်းပြီး၊ ရောဂါကင်းရမည်။

သီးနှံမှတစ်ဆင့် စားသုံးသူသို့ ရောဂါကူးစက်နိုင်သည်။

၃.၂။ မြေကြီးပေါ်မှာထားသော သီးနှံကို ဆေးကြောသန့်စင်ခြင်း မပြုဘဲ ကောက်ယူပြီး မထုပ်ပိုးပါနှင့်။

မြေကြီးပေါ်မှာထားသော သီးနှံသည် ညစ်ပတ်နိုင်သည်ဖြစ်၍ သိုလှောင်ထားစဉ် ရောဂါကျ၍ ကူးစက်နိုင်သည်။

၃.၃။ သီးနှံကိုမထုပ်ပိုးမီ ညီညာသော မျက်နှာပြင်ပေါ်တွင် ဖြန့်ထားခြင်းဖြင့် အပူဓာတ်ထွက်စေသည်။ (အပူမလောင်ပါစေနှင့်)

အပူဓာတ်သည် ရေဓာတ်ဆုံးရှုံးစေပြီး အရည်အသွေး ကျဆင်းစေသည်။

၃.၄။ အရွက်များ၊ ရှည်သောရိုးတံများ၊ ပန်းပွင့်များနှင့် ရောဂါနှင့် ဒဏ်ရာရှိသော သီးနှံများကို ဖယ်ရှားပါ။

သန့်ရှင်းပြီး ရောဂါကင်းသော ပစ္စည်းများသည် ဆွဲဆောင်မှုကောင်းပြီး၊ ဈေးကောင်းကောင်းဖြင့် ရောင်းချနိုင်သည်။

၃.၅။ ဈေးကွက်အပေါ်မူတည်ပြီး အတန်းအစားခွဲပါ။

ဤကဲ့သို့ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် ဈေးကောင်းပိုရနိုင်သည်။

၃.၆။ အကယ်၍ရေဆေးပါက မထုပ်ပိုးမီ အခြောက်ခံထားပါ။

အစိုဓာတ်သည် ရောဂါဖြစ်စေသည်။



၄။ ထုတ်ပိုးခြင်း

၄.၁။ သီးနှံများကို လေဝင်လေထွက်ကောင်းသော တောင်း (သို့မဟုတ်) ပုံးထဲတွင် ငှက်ပျောရွက် (သို့မဟုတ်) စက္ကူခင်းပြီး ထားပါ။

သယ်ယူရာတွင်နှင့် သိုလှောင်ရာတွင် ထုတ်ကုန်သည် ထိခိုက်မှုရှိနိုင်ပြီး ရောဂါကြောင့် ပျက်စီးပါက ဈေးကျသွားနိုင်သည်။

၄.၂။ တောင်း (သို့) သေတ္တာကို မောက်အောင်မထည့်ရ။ တစ်ခုပေါ်တစ်ခု အံ့မကျလျှင် ထပ်မထားရ။

ပွန်းပဲ့ခြင်း၊ ရောဂါရခြင်း၊ အပူလွန်ကဲခြင်း ဖြစ်နိုင်ပြီး အစိုဓာတ်လျော့ပြီး တာရှည်သိုလှောင်နိုင်မှု သက်တမ်းလျော့သွားနိုင်သည်။

၄.၃။ လေဝင်လေထွက်ညံ့သော မိုးကာစနှင့် ပလပ်စတစ်အိတ်များကိုအသုံးပြုခြင်းမှ ရှောင်ပါ။ ယက်လုပ်ထားသော ထည့်စရာခြင်းကြီးများသည် လေဝင်လေထွက်ကောင်းသည်။

လေဝင်လေထွက်မရှိသော ထည့်စရာများသည် ထုတ်ကုန်ကို ပူနွေးလာစေပြီး လျှင်မြန်စွာပျက်စီးစေနိုင်သည်။

	
၅။ သယ်ယူပို့ဆောင်ခြင်း	
၅.၁။ သယ်ပို့ရာတွင် အသုံးပြုသော ယာဉ်သည် အမိုးပါရမည် (သို့မဟုတ်) သီးနှံကို မိုးထားပေးရမည်။	အရိပ်ရစေသည်။
၅.၂။ သယ်ပို့ရာတွင် အသုံးပြုသော ယာဉ်တွင် စင်များ အဆင့်ဆင့် ပါရမည်။ သို့မှသာ သီးနှံများကို ထိခိုက်မှုမရှိဘဲ သယ်ယူနိုင်မည် ဖြစ်သည်။	စင်များ တပ်ထားခြင်းမရှိပဲ သီးနှံတစ်ခုနှင့်တစ်ခု ထပ်ထားပါက အနာတရဖြစ်စေပြီး တန်ဖိုးလျော့ကျသွားမည်။
၅.၃။ သယ်ယူသူများသည် ထုတ်ကုန်များကို ညင်သာစွာ ကိုင်တွယ်ရမည်။	ပွန်းပဲ့ခြင်းနှင့် အနာတရဖြစ်စေရန်။
၅.၄။ ဖြစ်နိုင်ပါက ဆွတ်ခူးပြီးလျှင်ပြီးချင်း အေးသော အချိန် (သို့မဟုတ်) ညအချိန်တွင် လျင်မြန်စွာ သယ်ယူပို့ဆောင်ပါ။	အစိုဓာတ်ဆုံးရှုံးခြင်းနှင့် သီးနှံပျက်စီးခြင်းမှ သက်သာစေရန်။
၅.၅။ သီးနှံထုတ်ကုန်များကို အခြားကုန်များဖြစ်သော ဓာတ်မြေသြဇာ၊ ပိုးသတ်ဆေး၊ တိရစ္ဆာန်များနှင့် ရောမထားရ။	သင်၏ သီးနှံများကြောင့် စားသုံးမည့်သူများကို အဆိပ်အတောက် မဖြစ်စေလိုပါ။
	
၆။ သိုလှောင်ခြင်း	
၆.၁။ အဝတ်အစုံဖြင့် သီးနှံများအပေါ် အုပ်ပေးထားလျှင် အပူချိန်လျော့နည်းစေသည်။	ရေဓာတ်ဆုံးရှုံးမှု ကာကွယ်ပေးသည်။
	

လေ့ကျင့်ခန်း (၆.၂) သဘာဝအလျောက် ဝတ်မှုန်းသောမျိုးနှင့် စပ်မျိုးခြားနားချက်။

သဘာဝအလျောက် ပင်တည်း (သို့မဟုတ်) ပင်ခြားဝတ်မှုန်းပင်	စပ်မျိုး မျိုးစေ့ထုတ်
	
ပင်တည်း/ပင်ခြားဝတ်မှုန်းပင် မျိုးစေ့သည် မိဘဦးကို သယ်ဆောင်သည်။ ကလေးငယ်သည် အမိအဘလက္ခဏာများပါသကဲ့သို့ ဖြစ်သည်။	သိပ္ပံပညာရှင်များဓာတ်ခွဲခန်းတွင်ပြုလုပ်သည်။ လယ်သမားများ ၎င်းတို့လက္ခဏာပါအောင် မပြုလုပ်နိုင်ပါ။ နှစ်တိုင်း မျိုးစေ့အသစ် ပြန်ဝယ်ရမည်။
တစ်နှစ်တစ်ခါ မျိုးစေ့သိမ်းထားနိုင်သည်။ သို့သော် ၂-၃ နှစ်ကြာလျှင် ၎င်းတို့လက္ခဏာများသည် မိဘလက္ခဏာ အတိုင်းမဟုတ်တော့ပါ။	လယ်သမားက မျိုးယူပြီး စိုက်လျှင် နောင်နှစ်တွင် လက္ခဏာတူအပင် မရနိုင်ပါ။ အပင်ပေါက်နှုန်း ညံ့ခြင်း၊ အထွက် နည်းခြင်း၊ ရောဂါဒဏ်ခံနိုင်မှု နည်းခြင်းတို့ ဖြစ်မည်။ စပ်မျိုးစေ့များကို နောင်နှစ်အတွက် မျိုးမခံပါနှင့်။

လေ့ကျင့်ခန်း (၆.၃) သဘာဝဝတ်မှုန်းမျိုးနှင့် စပ်မျိုးတို့၏ အားနည်းချက် အားသာချက်များ။

မျိုးစေ့အမျိုးအစား	အားသာချက်များ	အားနည်းချက်များ
ပင်တည်း/ပင်ခြား ဝတ်မှုန်းမျိုးစေ့	၁။ ဒေသရောဂါများကို ခံနိုင်ရည်ရှိ။ ၂။ လယ်သမားကိုယ်တိုင် မျိုးထုတ်နိုင်။	၁။ အခြားမှလာသော ရောဂါများကို ခံနိုင်မှုနည်း။ ၂။ အထွက်နှုန်းနှင့် အရည်အသွေးနည်း။
စပ်မျိုး မျိုးစေ့များ	၁။ အထွက်နှုန်းနှင့် အရည်အသွေး ကောင်း	၁။ ရောင်းသူများလွယ်ကူစွာမရနိုင်နှင့် ဈေးကြီး။ ၂။ လယ်သမားကိုယ်တိုင် နောက်နှစ်အတွက် မျိုးမထိန်းနိုင်။

လေ့ကျင့်ခန်း (၆.၄) မျိုးစေ့စုဆောင်းခြင်း အကြံပြုချက်များ

စိုက်ပျိုးရေးအလေ့အကျင့်ကောင်း (ဂျီအေပီ) အရ မျိုးစေ့စုဆောင်းခြင်း အကြံပြုချက်များ	အကြောင်းပြချက်များ
မျိုးစေ့ထုတ်ရန် အသီးများသည် ရောဂါကင်းပြီး၊ ပုံပန်းသဏ္ဌာန် ကောင်းရမည်။ ရင့်ရမည်။ သို့သော် အသီးအများစုကိုကွင်းထဲတွင် ကြာကြာမထားရပါ။	ကောင်းသော အမိ၊ အဘ လက္ခဏာပါသော အသီးမှ မျိုးစေ့သည် ကောင်းသော လက္ခဏာများကို သယ်ဆောင်လာနိုင်သည်။
ကျောက်ဖရုံနှင့် ရွှေဖရုံသီးများပေါ်တွင် အဖြူရောင်အမှုန်များ ပေါ်လာလျှင် မျိုးစေ့အတွက် ခူးနိုင်သည်။ ခူးပြီးတစ်ပတ်အကြာ မျိုးစေ့များကို ထုတ်ပြီးရေတွင် တစ်ညစိမ့်ပါ။ ကောင်း စွာရေဆေးပြီး ၂-၃ ရက် နေလှန်းအခြောက်ခံပါ။ အလွန်ပူသောနေ့တွင် မဟုတ်ပါ။	
ခရမ်းသီး၊ သခွား၊ ကြက်ဟင်းခါး၊ ခရမ်းချဉ်နှင့် ငရုတ်သီး များကို အနီရောင်(သို့မဟုတ်) အဝါရောင်ပြောင်းလျှင် ခူးနိုင်သည်။ ခူးပြီး ချက်ခြင်း မျိုးစေ့ထုတ်ပြီး ရေတစ်ညစိမ့်၊ ကောင်းစွာဆေးပြီး ၂-၃ ရက် နေလှန်းပြီးသိမ်းဆည်းပါ။	

မုန်ညင်းထုပ်၊ မုန်ညင်းစိမ်း၊ ဆလပ်၊ ပဲတောင့်ရှည်အစေ့တို့သည် ဆွတ်ခူးချိန်တွင် အနည်းငယ်ခြောက်သွေ့နေပြီး ဖြစ်သည်။ ဆွတ်ခူးပြီး သီးတောင့်များကို နေ ၁ - ၂ ရက်ထပ်လှန်းပါ။ မျိုးစေ့ထုတ်ယူပြီးသော အခါအစေ့အပိန်အဖျင်းများကို ဖယ်ပစ်ပြီး အောင်သောအစေ့များကို နောက်ထပ် ၂ - ၃ ရက်ဆက် နေလှန်းပြီးမှ သိမ်းဆည်းပါ။	
ပဲစောင်းလျား၊ သပွတ်သီး၊ ခဝဲသီး၊ ဘူးသီးတို့သည် အစေ့ယူရန် အလွန်ရင့်မှ ခူးရမည်။ အသီးလိုက် ၂ - ၃ ရက် အခြောက်ခံပြီး အစေ့မထုတ်ဘဲ အသီးထဲတွင်ထားပါ။	
ပျက်စီးနေသော မျိုးစေ့ (ပိုးနှင့် မျိုးစေ့ဆောင်ရောဂါ) များကို မျက်စေ့နှင့် သို့မဟုတ် (၁၅) ဆချဲ့အားရှိသော မုန်ဘီလူးနှင့် ကြည့်ပြီးဖယ်ရှားပါ။ ဆန့်ကျင်ဘက်အရောင်ရှိသော စက္ကူပေါ်ဖြန့်ပြီး မီးခိုးရောင်၊ အဖြူရောင် စသည်တို့ကို အစေ့ပေါ်မှာတွေ့လျှင် မှီရောဂါ ကျရောက်နေသဖြင့် ၎င်းမျိုးစေ့ များကိုဖယ်ရှားပါ။ သေးရှံ့ပြီး ပုံမမှန်သော မျိုးစေ့နှင့်အခြားအရောင်ဖြစ်နေသော အစေ့များကို ဖယ်ရှားပါ။ ၎င်းတို့သည် မတူညီသောမျိုးကွဲ ဖြစ်နိုင်သည်။	



လေလုံအောင်မပိတ်နိုင်သောအိတ်များကို မသုံးမီနှင့် လတ်တလောရရှိလာသော အစေ့များကို မသိမ်းဆည်းခင် နေပြပါ။ နေပြခြင်းဖြင့် အစိုဓါတ်ကြောင့် မျိုးစေ့ကို ပျက်စီးခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးနိုင်သည်။

- မျိုးစေ့များကို နိမ့်သော အပူချိန် (၁၅ ဒီဂရီအောက်) အစိုဓါတ် (၈%) သာ ရှိသော လေလုံဘူးတွင် သိမ်းပါ။ သိမ်းဆည်းထားသောရက်စွဲ ရေးထားပါ။ မှောင်သောနေရာ ဥပမာ - မြေအိုး (သို့မဟုတ်) အဖုံးပါသော တောင်းတွင်ထည့်သို့ပါ။
- သိုလှောင်သော ဘူးအနေအထားအလိုက် မျိုးစေ့အပင်ပေါက်မှုအပေါ် သက်ရောက်သော အကြောင်းအချက်များ

	အားသာချက်များ	အလင်းရောင်	အစိုဓာတ်	အပူချိန်
လေမလုံသောဘူးတွင်	အပင်ပေါက်ကောင်း	အပင်ပေါက်နည်း	အပင်ပေါက်နှုန်း အလွန်ကျ	အပင်ပေါက်နှုန်းကျ
လေလုံသောဘူးတွင် ထည့်သောမျိုးစေ့များ	အပင်ပေါက် အလွန်ကောင်း	ဘူးအကြည်တွင် အပင်ပေါက်နှုန်းကျ	အပင်ပေါက်နှုန်း မထိခိုက်	အပင်ပေါက်နှုန်းကျ

- အထက်ပါဇယားအရ မျိုးစေ့များကို အပင်ပေါက်နှုန်းကောင်းရန် လေလုံပြီး အလင်းရောင် မဝင်သောဘူးတွင် လှောင်ခြင်းသည် လေမလုံသော အိတ်၊ ဘူးများတွင် သိုလှောင်ထားသည်ထက် ပိုကောင်းပါသည်။



လေမလုံသော သိုလှောင်နည်း



လေလုံသော သိုလှောင်နည်း

သင်ခန်းစာ အခန်း ၇။ တောင်သူကွင်းသင်တန်းကျောင်းကို အကဲဖြတ်ခြင်းအစီအစဉ်

လေ့ကျင့်ခန်း (၇.၁) လာမည့်ရာသီများအတွက် သီးနှံပြကွဲဒီဇိုင်း

သီးနှံများ	တနင်္ဂနွေအတွက် လများ											
	အောက်	နီ	ဒီ	ဇန်	ဖေ	မတ်	ဧပြီ	မေ	ဇွန်	ဇူလိုင်	ဩဂုတ်	စက်တင်ဘာ
	သီ	တန်	နတ်	ပြာ	ပို့	ပေါင်း	ခူး	ဆုန်	ယုန်	ဝါ	ခေါင်	တော်
အုပ်စု - ၁												
၁။ တိုင်တောင်ပဲ												
၂။ ရုံးပတီ												
၃။ ကြက်သွန်နီ												
၄။ မုန်လာဥနီ												
အုပ်စု - ၂												
၅။ ငရုတ်												
၆။ ခရမ်းချဉ်												
၇။ ခရမ်းသီး												
၈။ ခရမ်းကြွပ်သီး												
၉။ နံနံပင်												
အုပ်စု - ၃												
၁၀။ ဂေါ်ဖီထုပ်												
၁၁။ ပန်းဂေါ်ဖီ												
၁၂။ ပန်းဂေါ်ဖီစိမ်း												
၁၃။ မုန်လာဥဖြူ												
၁၄။ ကန်စွန်း												
၁၅။ ပြောင်းဖူး												
၁၆။ မုန်ညင်း												
အုပ်စု - ၄												
၁၇။ ဘူးသီး												
၁၈။ ဗုံလုံ (ပဲလင်းမြွေ)												
၁၉။ ခဲ												
၂၀။ ကြက်ဟင်းခါး												
၂၁။ သခွား												
၂၂။ ဖရဲ												
၂၃။ ဖရုံ												

မှတ်ချက်များ

၁။ စိုက်ရန်ကောင်းသော ကာလ

၂။ စိုက်ရန်ခက်သောကာလ



**RAKHINE WINTER
CROPS PROJECT**



**NEW ZEALAND
FOREIGN AFFAIRS & TRADE
Aid Programme**