

| ใบความรู้ที่ 3.1 เรื่อง วิธีการปลูกผักสวนครัว | | |
|---|-------------------------|-------------------------|
| หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง การปลูกผักสวนครัวชนิดต่างๆ | จำนวน 8 ชั่วโมง | |
| รายวิชา ง20209 การปลูกพืชสวนครัว | จำนวน 1.0 นก. | เวลาเรียน 2 ชม./สัปดาห์ |
| กลุ่มสาระการเรียนรู้ การงานอาชีพ | ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 | |

▶ วิธีการปลูกผักสวนครัว

1. การเตรียมดิน

ผักสามารถปลูกได้ทั้งในพื้นที่ดินโดยตรงหรือหากไม่มีที่ดินเพียงพอก็สามารถปลูกได้ในภาชนะต่าง ๆ ที่มีความลึกตั้งแต่ 20 เซนติเมตร ขึ้นไป เพื่อให้รากสามารถหยั่งลงไปวัสดุปลูกได้ สำหรับความกว้างของภาชนะขึ้นกับชนิดผักที่จะปลูก

☛ 1.1 การเตรียมดินสำหรับปลูกในภาชนะ

ใช้ ดิน : แกลบ : ปุ๋ยหมัก อัตราส่วน 1 : 1 : 1 คลุกเคล้าให้เข้ากัน รดน้ำ เพื่อให้มีความชื้น สังเกตได้จากสามารถกำวัสดุปลูกเป็นก้อนได้



☛ 1.2 การเตรียมดินสำหรับการปลูกในพื้นที่ว่างหรือในแปลง



- พรวนดิน ตากดินทิ้งไว้ประมาณ 7 – 15 วัน
 - ยกแปลงสูงประมาณ 4 – 5 นิ้ว กว้างประมาณ 1 – 1.20 เมตร
- ส่วนความยาวตามลักษณะของพื้นที่ ควรอยู่ในแนวทิศเหนือ/ใต้ เพื่อให้ผักได้รับแสงแดดทั่วทั้งแปลง
- ใส่ปุ๋ยหมักหรือปุ๋ยคอก อัตรา 2 – 3 กิโลกรัมต่อเนื้อที่ 1 ตารางเมตร

2. การปลูก

☛ 2.1 การปลูกด้วยเมล็ด สำหรับผักโดยทั่วไป เช่น พริก มะเขือ กระเทียม กวางตุ้ง กะหล่ำปลี ผักกาดหัว ถั่วฝักยาว และแตงกวา ต้องใช้เมล็ดปลูก การใช้เมล็ดปลูกทำได้ 3 วิธี คือ

- การเพาะกล้าก่อนแล้วจึงย้ายปลูก สำหรับผักที่เมล็ดมีราคาแพง ต้องการดูแลเอาใจใส่มาก หรือในช่วงที่เว้นปลูกมีฝนตกชุก การเพาะ และย้ายปลูก อาจทำให้สามารถดูแลต้นกล้าให้แข็งแรงได้ ก่อนย้ายปลูกลงในแปลงปลูก

- การหว่านเมล็ดโดยตรงในแปลงปลูก และเมื่อต้นกล้าโตทำการถอนแยกต้นที่แน่นเกินไปออก เพื่อจัดระยะปลูก วิธีนี้หากผู้ปลูกไม่ชำนาญอาจทำให้สิ้นเปลืองเมล็ด และเมล็ดอาจกระจายตัวไม่ดีจะทำให้ผักขึ้นเป็นกระจุก มีวิธีแก้โดยอาจใช้เมล็ดผสมกับทราย และหว่านเมล็ด จะทำให้เมล็ดตกกระจายดีขึ้น

- การปลูกในหลุมปลูกโดยตรง ใช้กับผักที่มีเมล็ดใหญ่ เช่น ข้าวโพด ถั่วฝักยาว แตงกวา หรือผักที่ใช้ส่วนของรากรับประทาน เช่น ผักกาด หัวแครอท

☛ 2.2 ปลูกด้วยส่วนขยายพันธุ์อื่น ๆ เช่น กิ่ง ตัน หัว และไหล เป็นต้น ตัวอย่างเช่น กะเพรา โหระพา แมงลัก หอมแดง กระเทียม มันฝรั่ง เป็นต้น

3. การดูแลรักษา

☛ 3.1 การให้น้ำ พืชผักเป็นพืชอายุสั้น ระบบรากตื้น ต้องการน้ำสม่ำเสมอ ทุกกระยะการเจริญเติบโต ต้องให้น้ำทุกวัน แต่ระวังอย่าแฉะหรือมีน้ำขัง เพราะน้ำจะเข้าไปแทนที่อากาศในดิน ทำให้รากพืชขาดออกซิเจนและเน่าตายได้ ควรรดน้ำในช่วงเช้า - เย็น ไม่ควรรดน้ำตอนแดดจัด

☛ 3.2 การให้ปุ๋ย มี 2 ระยะ คือ

- ปุ๋ยรองพื้น ใส่ช่วงเตรียมดิน หรือรองก้นหลุมก่อนปลูก ควรเป็นปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยหมัก เพื่อปรับโครงสร้างดินให้โปร่งร่วนซุย ช่วยในการอุ้มน้ำและรักษาความชื้นของดินให้เหมาะสมกับการเจริญเติบโตของพืช

- ปุ๋ยบำรุง ใส่ปุ๋ยวิทยาศาสตร์ 2 ครั้ง ครั้งแรกเมื่อย้ายกล้าไปปลูกจนกล้าตั้งตัวได้แล้ว และใส่ครั้งที่ 2 หลังจากใส่ครั้งแรกประมาณ 2 - 3 สัปดาห์ การใส่ให้โรยบาง ๆ ระหว่างแถว ระวังอย่าให้ปุ๋ยอยู่ชิดต้น เพราะจะทำให้ผักตายได้ เมื่อใส่ปุ๋ยแล้วควรพรวนดินและรดน้ำทันที ปุ๋ยที่มักใช้กับพืชผัก ได้แก่ ยูเรียแอมโมเนียมซัลเฟต สำหรับบำรุงต้นและใบ และปุ๋ยสูตร 15 - 15 - 15 และ 12 - 24 - 12 สำหรับเร่งการออกดอกและผล



☛ 3.3 การกำจัดวัชพืช ใช้มีด จอบ หรือถอนด้วยมือ

☛ 3.4 การป้องกันกำจัดแมลงศัตรูพืช การป้องกันกำจัดแมลงที่ปลอดภัยทำได้หลายวิธี ดังนี้

- ใช้กับดักกาวเหนียวสีเหลือง สามารถดักแมลงได้หลายชนิด เช่น เพลี้ยอ่อน หนอนแมลงวันชอนใบ โดยติดตั้ง 1 – 2 อันต่อแปลง สูงจากพื้นดินประมาณ 50 ซม. โดยปัจจุบันถุงพลาสติกสีเหลืองและกาวเหนียวมีขายทั่วไปตามร้านขายวัสดุการเกษตร



- ใช้กับดักแสงไฟ ซึ่งอาจเป็นกับดักแมลงชนิดดูดเลือดไฟ ทำลายแมลงโดยตรงเช่นเดียวกับที่ดักยุงตามบ้าน หรืออาจเป็นเพียงหลอดไฟสีน้ำเงินล่อตัวแก่ของหนอนผีเสื้อกลางคืนมาตกลงในภาชนะที่ใส่น้ำ และน้ำมัน



- ใช้สารสกัดจากสะเดา เป็นทั้งสารไล่แมลงและฆ่าแมลงโดยตรง
- การใช้สารสกัดจากพืชอื่น ๆ เช่น โล่ติ่น สารสกัดจากหนอนตายหยาก และนิโคตินจากยาสูบ หรือยาฉุน สามารถหาซื้อได้ง่ายในท้องตลาด ใช้ยาฉุน 100 กรัม ต่อน้ำ 1 ลิตร แช่ทิ้งไว้ 1 คืน นำมาราด หรือฉีดพ่นฆ่าแมลงได้
- ใช้เชื้อแบคทีเรีย หรือเชื้อไวรัส ซึ่งไม่เป็นอันตรายต่อคน มีทั้งในรูปของผงและน้ำ โดยนำมาผสมน้ำฉีด หรือราดบนใบผักในช่วงบ่าย หรือค่ำ เพื่อไม่ให้เชื้อถูกชะล้างออกไป ควรรดน้ำแปลงปลูกก่อนฉีดเชื้อแบคทีเรีย นอกจากนี้ความชื้นยังช่วยให้เชื้อแบคทีเรียเจริญเติบโตได้ดี เชื้อแบคทีเรียและไวรัสสามารถกำจัดหนอนได้หลายชนิด เช่น หนอนใยผัก หนอนกระทู้หอม หนอนคืบ ตัวงหมัดผัก
- ไล่เดือนฝอย สามารถควบคุมตัวงหมัดผัก และหนอนกระทู้หอม โดยฉีดพ่น หรือราดลงแปลงปลูกหลังให้น้ำในช่วงเย็น
- ใช้สารไพรีทรอยด์ เป็นสารที่ปลอดภัยกับสัตว์เลือดอุ่น แต่มีฤทธิ์เฉียบพลันต่อแมลง สลายตัวเร็วจนมีพิษตกค้างต่ำ แต่ต้องปฏิบัติตามคำแนะนำที่ฉลากข้างขวด ระบุช่วงเวลาปลอดภัยหลังจากฉีดพ่น แต่สารไพรีทรอยด์ ถ้าใช้บ่อยจะทำให้แมลงปากดูด เช่น เพลี้ยไฟ และไรระบาดมากขึ้น
- ปลูกพืชผักร่วมกับพืชที่มีกลิ่นไล่แมลง เช่น โหระพา กะเพรา ตะไคร้

3.5 การป้องกันกำจัดเชื้อโรคในผัก ในการปลูกผักหากมีการดูแลให้พืชผักมีการเจริญเติบโตที่แข็งแรง สมบูรณ์ และปลูกไม่ให้ดินแน่นหรือชิดกันเกินไป สามารถช่วยป้องกันโรคได้ในระดับหนึ่ง แต่ในช่วงฤดูฝนที่มีฝนตกชุก อาจทำให้เกิดปัญหาใบจุดหรือโคนเน่า ให้ทำการเก็บใบหรือต้นผักที่เป็นโรคทิ้ง และนำไปทำลายนอกแปลง และใช้น้ำปูนใสรดที่แปลงผักหรือต้นผัก

วิธีการทำน้ำปูนใส ให้ใช้ปูนขาวจำนวน 5 กิโลกรัมต่อน้ำ 20 ลิตร ผสมให้เข้ากัน และทิ้งค้างคืนไว้ 1 คืน รุ่งขึ้นให้นำน้ำปูนใสที่ปูนตกตะกอนแล้ว อัตราน้ำปูนใส 1 ส่วน น้ำธรรมดาสำหรับรดผัก 5 ส่วน เพื่อรดในแปลงปลูก

▶ การเก็บเกี่ยว

การเก็บเกี่ยวผัก ควรเก็บในเวลาเช้าจะทำให้ผักสด รสชาติดี และหากยังไม่ได้ใช้ให้ล้างให้สะอาด และนำเก็บไว้ในตู้เย็น สำหรับผักประเภทผลควรเก็บในขณะที่ผลไม่แก่จัด จะได้ผลที่มีรสชาติดี และจะทำให้ผลตก หากปล่อยให้ผลแก่คาต้นต่อไปจะออกผลน้อยลง สำหรับผักใบหลายชนิด เช่น หอมแบ่ง ผักบุ้งจีน ผักคะน้า กะหล่ำปลี การแบ่งเก็บผักที่สดอ่อนหรือโตได้ขนาดแล้ว โดยยังคงเหลือลำต้นและรากไว้ ไม่ถอนออกทั้งต้น รากหรือต้นที่เหลืออยู่จะสามารถงอกงามให้ผลผลิตได้อีกหลายครั้ง ทั้งนี้ต้องมีการดูแลรักษาให้น้ำและปุ๋ยอยู่เสมอ การปลูกพืชหมุนเวียนสลับชนิด หรือปลูกผักหลายชนิดในแปลงเดียวกันและปลูกผักที่มีอายุเก็บเกี่ยวสั้นบ้าง ยาวบ้างละกันแปลงเดียวกัน หรือปลูกผักชนิดเดียวกันแต่ทยอยปลูกครั้งละ 3 - 5 ต้น หรือประมาณว่ารับประทานได้ในครอบครัวในแต่ละครั้งที่เก็บเกี่ยว ก็จะทำให้ผู้ปลูกมีผักสด เก็บรับประทานได้ทุกวันตลอดปี



▶ ที่มา

กรมส่งเสริมการเกษตร 2551. “ ผักสวนครัว สานสายใยรักแห่งครอบครัว”. กรุงเทพฯ.

▶ เรียบเรียงและจัดทำโดย

นางอรสา ดิสถาพร ผู้อำนวยการส่วนส่งเสริมการผลิตผัก ไม้ดอก ไม้ประดับและพืชสมุนไพร
ส่วนส่งเสริมการผลิตผัก ไม้ดอก ไม้ประดับและพืชสมุนไพร
สำนักส่งเสริมและจัดการสินค้าเกษตร
กรมส่งเสริมการเกษตร