

6. มันทนใดที่นิยมนำมาทำแกงมัสมั่น

ก. มันทือเสือ

ข. มันทน

ค. มันทิ้ง

ง. มันทอดน

7. เมล็ดของมันทนใด ที่มีสารพิษมาก หากรับประทานเข้าไปอาจทำให้เสียชีวิต

ก. มันทง

ข. มันทน

ค. มันท

ง. มันท

8. มันทือเสือ ป้องกันโรคอะไร

ก. ไข้หวัดใหญ่

ข. มะเร็ง

ค. ความดันโลหิตสูง

ง. เบาหวาน

9. เนื้อมันทอดน มีสีอะไร

ก. สีม่วง

ข. สีเหลือง

ค. สีขาว

ง. สีแดง

10. มันทง ภาคอีสาน เรียกว่ามันทอะไร

ก. มันท

ข. หัวแปะก๊วะ

ค. มันท

ง. มันท

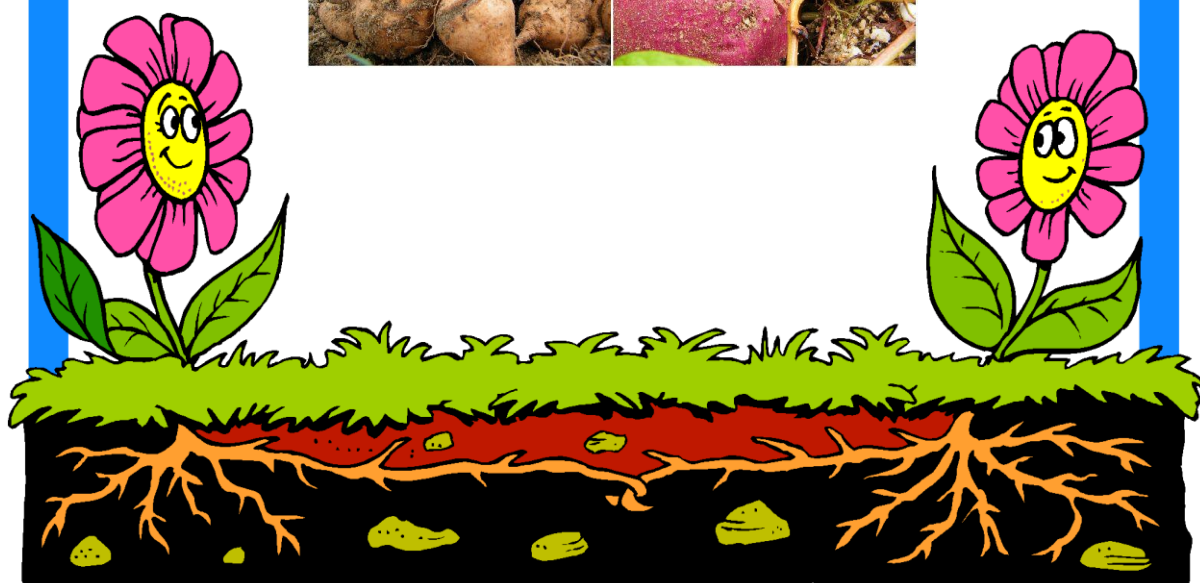


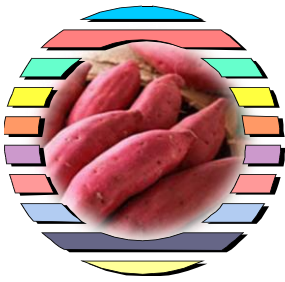
ทำแบบทดสอบเสร็จแล้ว
มาศึกษาไปความรู้กันต่อ...



ชุดกิจกรรมประกอบการเรียนรู้
หลักสูตรท้องถิ่น
กลุ่มสาระงานอาชีพและเทคโนโลยี งานเกษตร
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

ใบความรู้ที่ 1
มันชนิดต่าง ๆ





มันชนิดต่าง ๆ

มัน คือ พืชหัวที่มี รากหรือลำต้นใต้ดิน ที่ใช้สะสมอาหารเพื่อการงอกและการเจริญเติบโตเป็นต้นใหม่ มีลักษณะเป็นหัวอยู่ใต้ดิน มีรูปร่างต่างๆเช่น กลม กลมรี กลมยาว หรือรูปร่างไม่แน่นอนโดยอาหารที่พืชสะสมในรูปของแป้งเป็นสารอาหารประเภทแป้ง ซึ่งเป็นคาร์โบไฮเดรต มีปริมาณของโปรตีนและไขมันต่ำมันมีหลายชนิด ดังนี้

1. มันนก



ภาพที่ 1-1 แสดงเถามันนก และหัวมันนก

แหล่งที่มา : <http://www.bansuanporpeang.com/node/20590>

ค้นเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม พ.ศ. 2553



➡ **ลักษณะวิสัย/ประเภท :** ไม้เถา

➡ **ลักษณะพืช**

ห้วจะยาว ๆ สีน้ำตาล อยู่ในดิน เนื้อสีขาว มีรากเล็กๆ ทัวทั้งห้ว ห้วหรือราก สะสมอาหารใต้ดินเป็นไม้เถาส้มลูก อายุปีเดียว ใบเดี่ยว แผ่นใบสีเขียวเป็นมัน ขอบใบเรียบ ปลายใบแหลม โคนใบมน มีเส้นแขนงสองเส้น ออกจากโคน โคนังจรดปลายใบ ดอกออกเป็น ช่อแยกแขนงตามซอกใบมีดอกเล็ก ๆ จำนวนมาก

➡ **การขยายพันธุ์ :** ใช้ห้ว/เหง้า/หน่อ

➡ **ประโยชน์**

1. ช่อดอกนำมาลวก ต้ม รับประทานเป็นผักจิ้มกับน้ำพริก
2. ห้วใต้ดินนำมาทำให้สุก ประุงเป็นอาหารหรือของหวานรับประทาน

ได้แก่ แกงส้ม และอาหารหวาน ได้แก่ แกงบวด



2. มันจีหนู



มันจีหนู เป็นพืชล้มลุกขนาดเล็ก มีหัวใต้ดินที่เติบโตจากราก สามารถรับประทาน และใช้ขยายพันธุ์ต่อไป นิยมบริโภคกันมากในภาคใต้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งภาคใต้ตอนล่าง คือ สงขลา สตูล นราธิวาส ปัตตานี ยะลา และนครศรีธรรมราช



ภาพที่ 1-2 แสดงต้นมันจีหนู และหัวมันจีหนู

ที่มา : <http://www.bansuanporpeang.com/node/20590> ค้นเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม พ.ศ. 2556



ลักษณะวิสัย/ประเภท : ไม้ล้มลุก



ลักษณะพืช :

มันจีหนู เป็นไม้ล้มลุกขนาดเล็ก ลำต้นสูงประมาณ 1-2 ฟุต ลำต้นอวบน้ำมีขนปกคลุม มีหัวใต้ดินที่เติบโตจากราก สามารถรับประทานและใช้ขยายพันธุ์ต่อไปได้ ลำต้นอวบน้ำ มีขนปกคลุม ลำต้นเป็นสีเขียวและทอดเลื้อย ใบเดี่ยวรูปกลมแกมไข่ ขอบใบหยัก ปลายใบมนออกตรงข้ามสลับตั้งฉากกันโดยออกจากหัว ใบแผ่นบนผิวดิน ขนาดของใบยาวประมาณ 6.5 - 8.5 ซม. กว้างประมาณ 5 - 7 ซม. ก้านใบยาว 4 - 5 ซม. ดอกมีขนาดเล็กสีขาวอมม่วง ช่อดอกออกที่ปลายยอดชูตั้งขึ้นสูง แต่ไม่ค่อยติดผล หัว รากของมันจีหนูบริเวณ



ข้อของลำต้นจะมีการสะสมอาหารและพัฒนากลายเป็นหัวขนาดเล็ก ยาว 3 - 5 ซม. ทรงกระบอกหัวท้ายป้าน เส้นผ่าศูนย์กลาง 1.5 - 3 ซม. ผิวเปลือกของหัวมีสีน้ำตาลเนื้อในสีขาวหรือม่วง

มันจี๋หนูก็ไม่ได้มีการเรียกชื่อเป็นพันธุ์ ๆ แต่หากดูที่ลักษณะหัวพอจะแยกได้เป็น 3 ลักษณะ คือ หัวทรงผอมยาวปลายแหลม หัวทรงกระบอก และหัวทรงกลม



การขยายพันธุ์ :

ใช้เมล็ดในการปลูก ในปัจจุบันมีการปลูกมันจี๋หนูเพื่อการค้า แต่มีปริมาณน้อยมาก โดยปลูกตามท้องไร่และสวนยางเล็กในภาคใต้ มันจี๋หนูเจริญเติบโตได้ดีในดินที่ร่วนซุย ระบายน้ำได้ดี ไม่ท่วมขังและได้รับแสงแดดตลอดทั้งวัน ถ้ามีการพูนโคนก็จะให้หัวได้ดี การเก็บเกี่ยวผลผลิตสามารถเก็บได้มากในช่วงฤดูฝน



ประโยชน์

1. หัวมันจี๋หนูจะมีสีดำ จะต้องใช้มีดขูดผิวเพื่อให้มีสีขาวนวลรับประทาน นิยมบริโภคกันมากในภาคใต้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งภาคใต้ตอนล่าง คือ สงขลา สตูล นราธิวาส ปัตตานี ยะลา และ นครศรีธรรมราช โดยใช้ใส่ในแกงส้ม แกงกะทิ แกงไตปลา หรือทำเป็นอาหารว่างต้มจิ้มเกลือ หรือน้ำตาลทรายขาวก็ได้
2. ในประเทศอินโดนีเซีย นิยมนำหัวมันจี๋หนูแก่ มาบดละเอียดปรุงอาหารแทนมันฝรั่ง
3. ในแอฟริกาใช้หัวของมันจี๋หนูแก้โรคท้องเสียที่เกิดจากการติดเชื้อและแก้โรคตาบางชนิด
4. ในปัจจุบันมีการนำสารสกัดชั้นน้ำและชั้นเอทานอลของมันจี๋หนูมาใช้ในการยับยั้งการแบ่งตัวของเชื้อ HIV-1 และยับยั้งการทำงานของเอนไซม์ HIV-1 integrase



3. มันเลือดนก (มันสีม่วง)



มันเลือดนก หรือ มันสีม่วง หรือ มันเสา สันนิษฐานว่ามีถิ่นดั้งเดิมในเมืองไทย หรือ พม่า แล้วจึงแพร่เข้าไปทั่วเอเชีย ส่วนใหญ่เป็นหัวขนาดใหญ่ จึงเรียกว่า greater yam มันชนิดนี้มีรูปทรงต่างๆ ต่างกันออกไป ทั้งแบบยาวตรง กลมรี นิ้วมือ ตัวยู ฯลฯ จึงเรียกไปตามลักษณะหรือรูปแบบของหัว เช่น มันงู มันมะพร้าว มันมือหมี มันเหลือง มันเขาวัว มันหวาย มันจาวมะพร้าว ฯลฯ

มันเสา มีลักษณะใบเป็นรูปหัวใจ มีหัวใต้ดิน มีรากสีชมพู เถามีครีบ หัวมีขนาดและรูปร่างต่างๆ กัน ผิวเรียบ เป็นมันที่มีแอนโทไซยานินสูง จึงทำให้เนื้อเป็นสีม่วง สามารถใช้หัวมันเสาปอกเปลือก ล้างให้สะอาด นำไปนึ่งสุก 50 % แล้วสับให้ละเอียด ใช้แทนมันหมูแข็ง ที่ใช้ในการทำกุนเชียง ช่วยลดไขมันในกุนเชียงได้มาก

มันเสาเป็นพืชที่พบกระจายอยู่หลายแห่งทั่วโลก บางประเทศใช้ผลิตไอศกรีม และขนมหวาน ในประเทศไทย พบเห็นทั่วไป มีหลายชื่อเช่น ภาคเหนือเรียกว่า มันเลียม ภาคใต้เรียกว่า มันทุ ภาคกลางเรียก มันเลือดนก



ภาพที่ 1-3 แสดงถ้ามันเลือดนกและหัวมันเลือดนก

ที่มา : <http://www.bansuanporpeang.com/node/20590> ค้นเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม พ.ศ. 2553



ลักษณะวิสัย/ประเภท : ไม้เลื้อย



ลักษณะพืช :

มันเลื้อยคนก (มันสีม่วง) ลักษณะเป็นเถาเลื้อย ใบรูปทรงรีๆ ห้วมันมีเปลือกนอกสีน้ำตาลเข้มเมื่อปอกเปลือกจะมีเมือกใสๆ จับแล้วลื่นมือ เนื้อในสีม่วงสดใสขยายพันธุ์โดยการปลูจากหัวหลังปลูจะต้องรองนใบแก่และแห้งหมดแล้วจึงจะขุดหัวมันมารับประทานได้



การขยายพันธุ์ : ใช้หัว/เหง้า/หน่อ



ประโยชน์

ใช้ทำอาหารได้ทั้งอาหารคาวและอาหารหวาน ได้แก่ นึ่ง ต้ม จิ้ม น้ำตาล แกงบวด หรือนำมาผัดกับน้ำมันก็ได้

มัน..มีประโยชน์มากมาย



4. มันแขง



มันแขง เป็นพืชในวงศ์ถอย ใบเรียวยาว เนื้อสีขาวนวล รสจืด เถามีทั้งขนาดเล็ก และใหญ่ ขึ้นพันกับต้นไม้อื่น หน้าแล้งจะเหลือแต่เถา ทั้งใบหมด รากและหัวเป็นพวง

มันแขง ความแตกต่างระหว่างมันแขงและมันมือเสือ คือ ใบมันแขงจะเรียวยาว เนื้อสีขาวนวล รสจืด แต่ใบของมันมือเสือเป็นรูปหัวใจ เนื้อสีม่วง รสหวานกว่ามันแขง เวลาเดินผ่านดงป่าทาม (พื้นที่ป่าที่มีน้ำไหลผ่าน) มันชนิดนี้ชอบแขงต้นไม้ในป่าทามขึ้นมา จึงตั้งชื่อให้ตามลักษณะว่า “มัน (ชอบ) แขง” มันแขงมีทั้งเถาเล็กเถาใหญ่ พอถึงหน้าแล้งจะทิ้งซากไว้ตามต้นไม้ ใบร่วงหมดเห็นแต่เถา เหมือนตายแล้ว มันแขงมีลำคั้นเป็นเถาพันไปตามต้นไม้และกิ่งไม้ มีรากเป็นพวงและหัวเป็นพวง ชาวบ้านจึงเรียกว่า มันแขง เพราะคำว่า “แขง” มีความหมายว่า “พวง” มันแขงคล้ายกับมันมือเสือแต่อร่อยกว่ามากนั้



ภาพที่ 1-4 แสดงเถามันแขงและหัวมันแขง

ที่มา : <http://www.bansuanporpeang.com/node/20590> ค้นเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม พ.ศ. 2553

 **ลักษณะวิสัย/ประเภท :** ไม้เถา

 **ลักษณะพืช :**

มันแขง มีลำต้นเป็นเถามีรากเป็นพวงและหัวเป็นพวงชาวบ้าน จึงเรียกว่า มันแขง มันแขงจะมีกลิ่นหอม รสชาติอร่อยนุ่มคล้ายมันเทียน มันแขง หัวมีเปลือกบาง สีเหลืองซีดจาง มักขึ้นตามริมน้ำ เจริญมันแขงจะเลื้อยอยู่ตามกอไผ่

 **การขยายพันธุ์ :** ขยายพันธุ์ด้วยโคนเถาและหัวมันที่มีหัวเล็ก ๆ ฝังไว้ในดิน

 **ประโยชน์**

มันแขง มีรสหวาน นำมาปรุงให้สุก ปอกเปลือกออก กัดกินกับ ข้าวเหนียว ร้อน ๆ ก็อร่อย ทำแกงจืด แกงเลียง หรือแกงบวน ก็ได้ หรือดัดแปลงทำเป็นไส้ขนมต่างๆ ได้หลายชนิด



5. มันมือเสือ



มันมือเสือ หัวมีขนาดเล็กกว่ามันเส้า ถิ่นดั้งเดิมมาจากเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ลักษณะหัวหยัก ๆ คล้ายอุ้งเท้าเสือ จึงชื่อว่า “มันมือเสือ” ชาวบ้านบางคนเรียกชื่อต่างออกไปบ้าง เช่น มันอ่อน มันมุ้ง มันจั่วก ฯลฯ แต่ชื่อมันมือเสือเป็นที่รู้จักทั่วไปมากกว่า มันมือเสือมีทั้งชนิดสีเหลือง สีขาว และสีม่วง ชนิดสีเหลืองจะมีปริมาณเบตาแคโรทีนสูงมาก

การบริโภคมันมือเสือ ต้องทำให้สุกเสียก่อน หากทานดิบจะทำให้คันคอ เวลาปอกเปลือกมันมือเสืออาจทำให้เกิดผื่นคัน วิธีแก้ คือ ใช้น้ำมะนาวทาบริเวณที่คัน



ภาพที่ 1-5 แสดงเถา มันมือเสือและหัวมันมือเสือ

ที่มา : <http://www.bansuanporpeang.com/node/20590> ค้นเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม พ.ศ. 2553



ลักษณะวิสัย/ประเภท : ไม้เถา



ลักษณะพืช : หัวของมัน จะเป็นหยัก คล้ายนิ้วมืองูเหมือนอุ้งมือเสือ

ลักษณะเนื้อมือเสือจะเหนียวสีม่วงอ่อน





การขยายพันธุ์ : ไข่หัว / เหง้า / หน่อ



ประโยชน์

1. ทำแคงเลียงใช้แทนมันฝรั่งในแคงกะหรี แคงมัสมัน
2. ต้านเชื้อไวรัส ป้องกันโรคมะเร็ง
3. ช่วยร่างกายกำจัดมลพิษ
4. ช่วยบำบัดอาการซึมเศร้าและความเครียด

ชื่อน่ากลัว แต่หัวมัน
น่ากินนะครับ



6. มันสาธุ



มันสาธุ มี 2 ชนิด คือ มันสาธุธรรมดา และมันสาธุใบลาย ปัจจุบันน้อยคนนัก ที่จะรู้จักกัน รู้จักคุณประโยชน์ของมันชนิดนี้ คงทราบเพียงว่า พืชชนิดนี้เป็นไม้ประดับที่ใช้ ตกแต่งสวนพันธุ์หนึ่งเท่านั้น คนที่รู้จักจึงมักจะอยู่ในเขตป่าเขา หรือไม่ก็อายุ 60-70 ปีขึ้นไป



ภาพที่ 1-6 แสดงต้นมันสาธุ และหัวมันสาธุ

ที่มา : <http://www.bansuanporpeang.com/node/20590> ค้นเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม พ.ศ. 2553



ลักษณะวิสัย/ประเภท : พืชล้มลุก




ลักษณะพืช :

เป็นพืชล้มลุกมีเหง้าใต้ดิน มีกาบใบอ่อนซ้อนกัน เป็นลำต้นเทียมขึ้นมาเหนือดิน ความสูงทรงพุ่มประมาณ 50 - 80 เซนติเมตร เหง้าหน่ออ่อนใต้ดิน มีรูปยาวรีปลายยอดแหลม สีขาวมีข้อปล้อง มันสาธุมีใบเดี่ยว สีเขียวรูปรีปลายใบแหลม ความยาวประมาณ 20 - 25 เซนติเมตร กว้าง 10 - 20 เซนติเมตร ขอบใบขนานมีวนเข้าหากันเล็กน้อย แผ่นใบเรียบสีเขียว รวงช่อดอกยืดยาวเหนือทรงพุ่ม ดอกสีขาวทรงระฆัง มันสาธุเป็นพืชที่ชอบที่ชุ่มชื้น แต่ไม่ชอบที่น้ำขัง



 การขยายพันธุ์ : ไข่เหง้า / หน่อ

 ประโยชน์

เหง้าแก่ ต้มกินเป็นอาหารว่าง

เหง้าอ่อน ใช้เป็นยาช่วยขจัดเมือกไขมันที่ผนังลำไส้, ทำให้เหล็กใช้พอก

กางมูก

ยังมีมันอีกหลายชนิด
ให้เด็ก ๆ ได้เรียนรู้ นะครับ



7. มันเทศ



มันเทศ เป็นพืชที่เป็นเถาเลื้อยราบไปบนพื้นดิน มีรากสะสมอาหารขยายใหญ่ เรียกว่าหัว หัวมันเทศ มีคุณประโยชน์มาก เพราะใช้เป็นอาหารของมนุษย์ได้เป็นอย่างดี เราใช้มันเทศปรุงอาหารได้ทั้ง กาวหวาน อาหารหวาน ได้แก่ แกงเลียง แกงคั่ว แกงกะหรี่ และแกงมัสมั่น เป็นต้น อาหารหวาน ได้แก่ มันเทศต้มน้ำตาล มันเทศแกงบวด มันเทศทอด มันเทศเชื่อม มันเทศกวน มันเทศฉาบ มันเทศรังนก และมันเทศเผา เป็นต้น หัวมันเทศ มีปริมาณคาร์โบไฮเดรตสูง จึงใช้รับประทานแทนข้าวได้




ภาพที่ 1-7 แสดงเถามันเทศ และหัวมันเทศ

ที่มา : <http://www.bansuanporpeang.com/node/20590> ค้นเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม พ.ศ. 2553

มันเทศ หรือ มันหลา (ปัตตานี) เป็นพืชล้มลุกลำต้นทอดเลื้อยตามพื้นดิน มีรากสะสมอาหารอยู่ใต้ดินต้นและใบมีน้ำยางสีขาว ใบเดี่ยวรูปหัวใจปลายใบแหลม ใบแก่สีเขียว ใบอ่อนสีม่วงลักษณะหัวส่วนมากมีรูปร่างทรงกระบอก ด้านหัวท้ายเรียวตรงกลางป่อง ออก สีผิวของหัวและสีของเนื้ออาจจะเป็นสีแดง เหลือง ขาว หรือสีนวลแตกต่างกันไปตามพันธุ์ ผิวอาจเรียบหรือขรุขระและมักจะมีรากแขนงเกิดในร่องของหัว



 **ลักษณะวิสัย/ประเภท : ไม้เลื้อย**

 **ลักษณะพืช :**

ไม้เลื้อย ไม้มีเนื้อไม้ มีหัวใต้ดิน ซึ่งเป็นรากฝอยและเป็นรากสะสมอาหาร มีเนื้ออวบน้ำ ลำต้นและใบมักเป็นสีม่วงแดง ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปหัวใจถึงรูปไข่ ขอบใบเรียบหรือหยักซี่ฟัน หรือหยักเป็น 3 พู บางพันธุ์ไม่พบว่าออกดอก ช่อดอกออกที่ซอกใบ มีจำนวนดอกน้อย กลีบเลี้ยงรูปขอบขนานถึงรูปไข่ ปลายเรียวแหลม กลีบดอกสีฟ้าถึงสีม่วงอ่อน โคนหลอดดอกด้านในสีม่วงแดงเข้ม บางครั้งสีขาว ติดผลยาก ผลรูปไข่

 **การขยายพันธุ์ : ใช้ลำต้นหรือเถาปลูก / หน่อ**

 **ประโยชน์**

1. ใบ ตำละเอียดผสมเกลือใช้พอกฝี
2. หัว ชงน้ำดื่มแก้กระหายน้ำ บำรุงม้ามไต แก้เมาคลื่นน้ำคื่นจากหัวทาแผลไฟไหม้
3. เถา ต้มดื่มแก้ไข้ข้ออักเสบ
4. รากและใบ ตำพอกบาดแผลแก้พิษแมลงป่อง
5. ต้นและหัว มีฤทธิ์ฆ่าเชื้อแบคทีเรียและเชื้อรา



8. มันแกว



มันแกว เป็นพืชตระกูลถั่วลักษณะต้นเป็นเถาเลื้อย ในประเทศไทยมันแกวมียู่ 2 ชนิดคือ พันธุ์หัวใหญ่ และพันธุ์หัวเล็ก อาจจะมีชื่อเรียกต่างกันไปตามแต่ภูมิภาค ได้แก่ ภาคใต้เรียกว่า “หัวแปะก๊วย” ภาคเหนือเรียกว่า “มันละแวก” “มันลาว” ส่วนภาคอีสาน เรียกว่า “มันเพา” นอกจากนี้ยังอาจเรียกด้วยชื่ออื่น ๆ เช่น “เครือเขานน” “ถั่วป้ง” และ “ถั่วกินหัว” เมล็ดจะมีสารพิษมากที่สุด หากรับประทานเข้าไปอาจทำให้เสียชีวิต



ภาพที่ 1-8 แสดงเถามันแกว และหัวมันแกว

ที่มา : <http://www.bansuanporpeang.com/node/20590> ค้นเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม พ.ศ. 2553

➤ ลักษณะวิสัย/ประเภท : ไม้เถาเลื้อย

➤ ลักษณะของพืช :

มันแกวเป็นไม้เถาเลื้อย ใบคล้ายใบถั่ว หัวอวบ หัวมีขนาดแตกต่างกันตามชนิดพันธุ์ ที่พบมากเป็นพวกหัวใหญ่ ขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 15 ซม. สีนํ้าตาลอ่อน หัวอวบใหญ่ โคนตันเนื้อแข็ง ใบประกอบด้วย 3 ใบย่อยมีจักใหญ่ ดอกมีสีขาวหรือชมพูเป็นช่อ เมล็ดมีสีเหลือง สีนํ้าตาล หรือสีแดงลักษณะสีเหลี่ยมจตุรัสแบน โดยต้นมันแกว 1 ต้นมีเพียง

หัวเดียว หัวอาจเป็นหัวเรียบ ๆ หรือเป็นพู มีรูปร่างแตกต่างกันมากส่วนมากหัวมีสีพู สีขาว ส่วนที่ใช้รับประทานคือส่วนของรากแก้ว

➤ **การขยายพันธุ์ :** ปลุกด้วยเมล็ดเป็นส่วนใหญ่ มีบางครั้งปลุกโดยใช้หัว เพื่อรักษาลักษณะที่ดีไว้

➤ **ประโยชน์**

1. ส่วนหัวของมันแกว เป็นส่วนที่ใช้รับประทาน โดยทั่วไปจะรับประทานสด ๆ หรือจิ้มกับพริกเกลือ
2. นำไปประกอบอาหารได้ทั้งคาวและหวาน เช่น แกงส้ม แกงป่า ผัดไข่ ผัดเปรี้ยวหวาน เป็นส่วนผสมของไส้ซาลาเปา และทับทิมกรอบ
3. เป็นยาคำจัดศัตรูพืช โดยใช้ส่วนของเมล็ด ผักแก่ ลำต้น และราก



9. มันฝรั่ง



มันฝรั่ง เป็นพืชหัว มันฝรั่งจัดเป็นพวกพืชล้มลุก เป็นพืชที่มีความสำคัญทางเศรษฐกิจ นำมาประกอบเป็นอาหาร หลายชนิดและยังเป็นวัตถุดิบเพื่อการแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์หลายชนิด เช่น มันฝรั่งทอดกรอบแบบแผ่น เฟรนช์ฟรายด์ แป้งมันฝรั่ง



ภาพที่ 1-9 แสดงต้นมันฝรั่ง และหัวมันฝรั่ง

ที่มา : <http://www.bansuanporpeang.com/node/20590> ค้นเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม พ.ศ. 2553

➤ **ลักษณะพืช** : มันฝรั่ง ต้นมีความสูงตั้งแต่ 50-100 เซนติเมตรขึ้นอยู่กับสายพันธุ์ ลำต้นมีลักษณะกลวงและเป็นรูปสามเหลี่ยม ใบมี 2 ชนิดคือ ใบย่อย กับใบยอด ดอกมีสีขาว สีชมพู สีม่วงอ่อน และสีม่วงเข้มผลมันฝรั่งแต่ละผลมีลักษณะเล็กกลม สีเขียวหรือน้ำตาลติดกันเป็นพวง หัวเกิดจากไหลอันเป็นลำต้นที่เปลี่ยนแปลงไป หัวมันฝรั่ง มีตาอยู่โดยรอบในลักษณะวงกลม ที่ตามีเกล็ดซึ่งรูปร่างคล้ายงานป้องกันตามิให้ได้รับอันตราย

➤ **การขยายพันธุ์** : ใช้หัวมันฝรั่ง

➤ **ประโยชน์**

1. ทำแป้ง
2. ทำเบียร์
3. ทำเครื่องดื่มสำหรับใช้ในพิธีทางศาสนา



10. มันสำปะหลัง



มันสำปะหลัง เป็นพืชหัวชนิดหนึ่ง ชาวไทยเดิมเรียกกันว่า มันสำโรง มันไม้ ทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เรียกว่า มันต้นเตี้ย ภาคใต้เรียก มันเทศ (แต่เรียกมันเทศว่า “มันหลา”) คำว่า “สำปะหลัง” ที่นิยมเรียกอาจมาจากคำว่า “ชำเปอ” ของชาวตะวันตก



ภาพที่ 1-10 แสดงต้นมันสำปะหลัง และหัวมันสำปะหลัง

ที่มา : <http://www.bansuanporpeang.com/node/20590> ค้นเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม พ.ศ. 2553

❖ ลักษณะวิสัย / ประเภท : ไม้พุ่ม

❖ ลักษณะพืช :

ราก มันสำปะหลังมีรากน้อยและอยู่ไม่ลึกจากผิวดิน มีราก 2 ชนิด คือ รากจริง และรากสะสมอาหาร ที่เรียกกันทั่วไปว่า หัว มีปริมาณแป้งประมาณ 5-40 %

ลำต้น มีลักษณะเป็นข้อๆซึ่งเป็นรอยที่ก้าน ใบร่วงหลุดไป สีของลำต้นส่วนยอดจะเป็นสีเขียว ส่วนทางด้านล่างอาจมีสีน้ำตาลหรือสีม่วงแดงขึ้นอยู่กับพันธุ์

ใบ เป็นใบเดี่ยว ใบแยกเป็นแฉกมีสีเขียว ก้านใบอาจมีสีเขียวหรือสีแดง หรือใบด่าง ที่ใช้เป็นไม้ประดับ



ดอก มีดอกตัวผู้และดอกตัวเมียอยู่ในช่อเดียวกัน ดอกตัวผู้จะอยู่ทางส่วนปลายของช่อดอกมีขนาดเล็กกว่าดอกตัวเมีย มีกลีบดอก 5 กลีบ มีสีเหลืองหรือมีลายแดง ผลและเมล็ดในแต่ละผลมี 3 เมล็ด เมล็ดจะมีสีเทาหรือลายจุดดำ

❖ การขยายพันธุ์ : ใช้กิ่ง และลำต้น

❖ ประโยชน์

1. ใช้ทำขนมหวาน เช่น เชื่อม แกงบวด
2. ใช้ทำแป้ง
3. ใช้หมักทำแอลกอฮอล์ เบียร์
4. ใช้เป็นอาหารสัตว์

ตั้งใจเรียนนะครับ



11. มันต่อเฟือก



มันต่อเฟือก เป็นพืชล้มลุกจำพวกคาร์โบไฮเดรตชนิดหนึ่งที่มีเนื้อร่วนอย่างกับมันเทศ แต่มีสีเนื้อเหมือนสีของเฟือกด้วย เหตุนี้จึง เรียกว่า “มันต่อเฟือก” มันต่อเฟือกเป็นพืชทนแล้งได้ดี ชอบดินร่วนปนทราย แดกจัด เป็นพืชที่โตเร็ว และขยายพันธุ์ง่ายมาก



ภาพที่ 1-11 แสดงเถา มันต่อเฟือก และหัวมันต่อเฟือก

ที่มา : <http://www.bansuanporpeang.com/node/20590> ค้นเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม พ.ศ. 2553

✚ ลักษณะวิสัย / ประเภท : ไม้เลื้อย

✚ ลักษณะพืช : ลักษณะเป็นไม้เลื้อยลงหัว ลำต้นทอดไปตามหน้าดิน รากงอกตามข้อ มียางขาว ใบเป็นใบเดี่ยวรูปหัวใจ มีแฉกแหลม ตรงแก้มใบทั้งสองข้างเป็นสีเขียวอมแดง ดอกเป็นช่อรูปปากแตร เป็นสีม่วงอ่อนผลรูปไข่ เมล็ดกินทำให้เกิดพิษถึงตาย หัวมีสีแดง เนื้อมีหลายสี สีขาว สีเหลือง สีส้ม สีม่วง

✚ การขยายพันธุ์ : ใช้กิ่ง และลำต้น ด้วยวิธีตัดยอดปักชำ

✚ ประโยชน์











สามารถนำไปรับประทานได้ทั้ง นึ่ง ต้ม เผาและแปรรูปได้หลายอย่าง เช่น ขนมอบังไส้มันต่อเฟือก แกงบวดมันต่อเฟือก



แบบฝึกหัดที่ 1

จุดประสงค์การเรียนรู้
บอกชื่อมันชนิดต่าง ๆ ได้

คำชี้แจง ให้นักเรียนบอกชื่อมันต่อไปนี้จะถูกต้อง (ข้อละ 1 คะแนน)

1.  
2.  
3.  
4.  
5.  

แบบฝึกหัดที่ 2

จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกชื่อ ลักษณะ ประโยชน์ ของมันชนิดต่างๆ ได้

คำชี้แจง จากภาพมันที่กำหนดให้ ให้นักเรียนบอกชื่อ ลักษณะและประโยชน์ให้ถูกต้อง
(ข้อละ 3 คะแนน)

1.



.....

.....

.....

.....

.....

2.



.....

.....

.....

.....

.....

3.



.....

.....

.....

.....

.....

4.



.....

.....

.....

.....

.....

5.



.....

.....

.....

.....

.....

แบบฝึกหัดไม่ยากเลยใช่ไหมครับ





จุดประสงค์การเรียนรู้

สามารถ บอกชื่อ ลักษณะ ของมันชนิดต่างๆ ที่สำรวจในท้องถิ่นได้

คำชี้แจง ให้นักเรียนสำรวจมันชนิดต่างๆ ที่มีอยู่ในท้องถิ่นของตนเอง และบอกลักษณะของมันที่นักเรียนสำรวจ (10 คะแนน)

ชื่อ	ลักษณะ

แบบทดสอบหลังเรียน

ชุดกิจกรรมประกอบการเรียนรู้ หลักสูตรท้องถิ่น
กลุ่มสาระการเรียนรู้อาชีพและเทคโนโลยี งานเกษตร ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4
เรื่อง มนชนิดต่าง ๆ

คำชี้แจง เขียนเครื่องหมายกากบาท (X) ทับอักษรหน้าคำตอบที่เห็นว่าถูกต้องที่สุดเพียง
ข้อเดียว จำนวน 10 ข้อ (คะแนนเต็ม 10 คะแนน) เวลา 10 นาที

1. เนื้อมันเลื้อยคนก มีสีอะไร

ก. สีม่วง

ข. สีเหลือง

ค. สีขาว

ง. สีแดง

2. มนชนิดใดที่นิยมนำมาทำแกงมัสมั่น

ก. มันมือเสือ

ข. มันนก

ค. มันฝรั่ง

ง. มันเลื้อยคนก

3. มันอะไรแก้โรคท้องเสีย ที่เกิดจากการติดเชื้อ

ก. มันนก

ข. มันเทศ

ค. มันขี้หนู

ค. มันมือเสือ

4. มนชนิดใด จัดเป็นพืชตระกูลถั่ว

ก. มันมือเสือ

ข. มันแกว

ค. มันนก

ง. มันเลื้อยคนก

5. เมล็ดของมนชนิดใด ที่มีสารพิษมาก หากรับประทานเข้าไปอาจทำให้เสียชีวิต

ก. มันแขง

ข. มันนก

ค. มันเทศ

ง. มันแกว



6. มันชนิดใด นำมาทำแป้งผัดหน้า

ก. มันแกว

ข. มันเทศ

ค. มันฝรั่ง

ง. มันสาธุ

7. มันสำโรง คือมันอะไร

ก. มันแกว

ข. มันสำปะหลัง

ค. มันสาธุ

ง. มันฝรั่ง

8. มันแกว ภาคอีสาน เรียกว่ามันอะไร

ก. มันลาว

ข. หัวแปะก๊วย

ค. มันละแวก

ง. มันพา

9. มันชนิดใดมีราก และหัวเป็นพวง

ก. มันแขง

ข. มันแกว

ค. มันเลื้อยคนก

ง. มันมือเสือ

10. มันมือเสือ ป้องกันโรคอะไร

ก. ไข้หวัดใหญ่

ข. มะเร็ง

ค. ความดันโลหิตสูง

ง. เบาหวาน



บรรณานุกรม

- มันจีหนู. (2553). คั่นเมื่อ สิงหาคม 15, 2556, จาก <http://natres.psu.ac.th>.
- มันต่อเฟือก. (2553). คั่นเมื่อ สิงหาคม 15, 2556, จาก <http://oknation.net>.
- มันต่อเฟือก. (2553). คั่นเมื่อ สิงหาคม 15, 2556, จาก <http://www.bedo.or.th/lcdb/biodiversity/view.aspx?id=10920>.
- มันมือเสือ. (2553). คั่นเมื่อ สิงหาคม 15, 2556, จาก <http://topicstock.pantip.com>.
- สถาบันการแพทย์แผนไทย. (2547). **ผักพื้นบ้านภาคใต้**. กรุงเทพฯ : องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- สารานุกรมไทยสำหรับเยาวชนโดยพระราชประสงค์ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เล่มที่ 5 เรื่องที่ 5 พืชหัว. (2554). คั่นเมื่อ สิงหาคม 15, 2556, จาก <http://Kanchanapisek.or.th/kp6/new/sob/book/book.php>
- อุไร จิรมงคลการ. (2547). **ผักพื้นบ้าน 2**. กรุงเทพฯ : บ้านและสวน.



เรื่อง มัณฑนตต่าง ๆ

ข้อ	ทดสอบก่อนเรียน	ทดสอบหลังเรียน
1	ค	ก
2	ก	ค
3	ง	ค
4	ข	ข
5	ข	ง
6	ค	ง
7	ง	ข
8	ข	ง
9	ก	ก
10	ง	ข





1. มันเลื้อยคนก (มันสีม่วง)
2. มันฝรั่ง
3. มันแกว
4. มันแซง
5. มันนกก



1. มันตำปะหลัง

ลักษณะลำต้นบางพันธุ์เป็นต้นเดี่ยว ไม่มีการแตกกิ่ง บางพันธุ์แตกกิ่งหลายระดับ แต่ไม่เกิน 4 กิ่ง สีของลำต้นมีสีเขียวเงิน สีเขียวอมน้ำตาล สีน้ำตาลอมเหลือง สีน้ำตาล-อมส้ม สีน้ำตาล

ประโยชน์ 1) ใช้ทำขนมหวาน เช่น เชื่อม แกงบวด 2) ใช้ทำแป้ง 3) ใช้หมักทำแอลกอฮอล์ เบียร์ 4) ใช้เป็นอาหารสัตว์

2. มันสาธุ

ลักษณะ ใบคล้ายใบคล้า ต้นและใบคล้ายพุทธรักษา

ประโยชน์ 1) นำไปทำแป้งสาธุ 2) ทำแป้งผัดหน้า 3) ทำกาบ 4) ทำกระดากที่ใช้กับคอมพิวเตอร์ 5) นำหัวสาธุสดมาต้ม นึ่ง หรือเผารับประทาน 6) ใบและต้น สาธุใช้ในการบรรจุหีบห่อ 7) กากที่เหลือจากการทำแป้งแล้วใช้เป็นอาหารสัตว์ 8) ทำปุ๋ย

3. มันทือเสือ

ลักษณะหัวหยัก ๆ คล้ายอุ้งเท้าเสือ

ประโยชน์ 1) ทำแกงเลียงใช้แทนมันฝรั่งในแกงกะหรี่ แกงมัสมั่น 2) ต้านเชื้อไวรัส ป้องกันโรคมะเร็ง 4) ช่วยร่างกายกำจัดมลพิษ 5) ช่วยบำบัดอาการซึมเศร้าและความเครียด

4. มันจิ้งก

ลักษณะลำต้นอวบน้ำมีขนปกคลุม ลำต้นสีเหลี่ยม

ประโยชน์ 1) ใช้ทำอาหารคาวได้แก่ แกงส้ม แกงกะทิ แกงไตปลา หรือต้มจิ้มเกลือก็ได้ 2) ในแอฟริกาใช้หัวของมันจิ้งกแก้โรคท้องเสียที่เกิดจากการติดเชื้อและแก้โรคตาบางชนิด 3) ยับยั้งการแบ่งตัวของเชื้อ HIV – 1 และ ยับยั้งการทำงานของเอนไซม์ HIV – 1

5. มันต่อเฟือก

ลักษณะเป็นไม้เลื้อยลงหัว รากงอกตามข้อ มียางสีขาว ใบเป็นใบเดี่ยวรูปหัวใจมีแฉกแหลม แก้มใบทั้งสองข้างเป็นสีเขียวอมแดง ดอกเป็นช่อรูปแตร สีม่วงอ่อน

ประโยชน์ สามารถนำไปรับประทานได้ทั้ง นึ่ง ต้ม เผาและแปรรูปได้หลายอย่าง เช่น ขนம்பิ้งไส้มันต่อเฟือก แกงบวดมันต่อเฟือก



ชื่อ	ลักษณะ
มันนกก	หัวจะยาวๆสีน้ำตาล อยู่ในดิน เนื้อสีขาว มีรากเล็ก ๆ ทั่วทั้งหัว
มันจั่นก	หัวมันสีน้ำตาล เนื้อมันมีสีขาวหรือม่วง
มันเลื้อยคนก (มันสีม่วง)	หัวมันมีสีน้ำตาลเข้ม เนื้อมันมีสีม่วง
มันแขง	รากและหัวเป็นพวง หัวมันมีสีเหลืองซีดจาง
มันมือเสือ	หัวหยัก ๆ คล้ายอุ้งเท้าเสือ เนื้อมันจะมีทั้งชนิดสีเหลือง สีขาว และสีม่วง
มันสาธุ	หัวเล็กยาว สีขาว
มันเทศ	หัวส่วนมากมีรูปร่างทรงกระบอก ด้านหัวท้ายเรียวยาวตรงกลางป่องออก สีผิวของหัวและสีของเนื้ออาจจะเป็นสีแดง เหลือง ขาว หรือสีนวลแตกต่างกันไปตามพันธุ์ ผิวอาจจะมีเรียบหรือขรุขระ
มันแกว	มันแกวอาจเป็นหัวเรียบๆ หรือเป็นพู มีรูปร่างแตกต่างกันมาก ส่วนมากหัวมีสีพู สีขาว
มันฝรั่ง	ผลมันฝรั่งแต่ละผลมีลักษณะเล็กกลม สีเขียวหรือน้ำตาลติดกันเป็นพวงหัวเกิดจากไหลอันเป็นลำต้นที่เปลี่ยนแปลงไป หัวมันฝรั่ง มีตาอยู่โดยรอบในลักษณะวงกลม
มันสำปะหลัง	หัวรูปร่างอ้วนสั้น ป้อม เปลือกหัวสีน้ำตาลอ่อน เนื้อในสีขาว
มันต่อเผือก	หัวมีสีแดง เนื้อมีหลายสี สีขาว สีเหลือง สีส้ม สีม่วง