ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ

ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန

# သူငယ်တန်း

## ( KINDERGARTEN )

# ဆရာလမ်းညွှန်

အခြေခံပညာ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် ကျောင်းသုံးစာအုပ်ကော်မတီ

၂၀၁၉ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ

သူငယ်တန်း ( KINDERGARTEN ) ဆရာလမ်းညွှန်

# ဆရာများအတွက်အမှာစာ

၁။ အမျိုးသားပညာရေးဥပဒေပုဒ်မ ၁၆။(က)အရအခြေခံပညာရေးကိုအဆင့်(၃)ဆင့်ခွဲခြားထားသည့် အနက် အဆင့်တစ်ဆင့်ဖြစ်သော သူငယ်တန်းအတွက်သူငယ်တန်းပညာရေးကို သတ်မှတ်ပြုစုရန် လိုအပ်လာပါသည်။

၂။ အမျိုးသားပညာရေးဥပဒေပုဒ်မ ၂။(တ)တွင် သူငယ်တန်းပညာရေးဆိုသည်မှာ ပထမတန်းသို့ ကူးပြောင်းမှုလွယ်ကူစေရန် အသက်(၅)နှစ်ပြည့်ပြီး ကလေးများအတွက် ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့် သင့်လျော်သောနည်းလမ်းများကို အသုံးပြုပြီး ပြုစုပျိုးထောင်ပေးသည့်ပညာရေးကိုဆိုလိုသည်ဟု အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခဲ့ပါသည်။

၃။ ထိုအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်နှင့်အညီ သူငယ်တန်းသင်ရိုးသစ်ကို အသက်(၅)နှစ်အရွယ်ကလေးများ၏ အသက်အရွယ်၊ ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်နှင့်လိုက်လျောညီထွေရှိသည့် သင်ယူမှုနယ်ပယ်များ၊ သင်ယူမှု နယ်ပယ်အားလုံးလွှမ်းခြုံမှုရှိနိုင်သောအကြောင်းအရာများ၊ ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းလမ်းများကိုအသုံးပြု၍ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ပေးမည့်သင်ယူမှုပုံစံဖြင့် ရေးဆွဲထားပါသည်။ ဘာသာရပ်များ ဖြင့်သင်ကြားမည်မဟုတ်သောကြောင့်ကျောင်းသုံးစာအုပ်မရှိပါ။

၄။ သူငယ်တန်း (Kindergarten-KG) သင်ရိုးသစ်တွင်

- ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာချမ်းသာခြင်း
- စာရိတ္တ၊ မိတ္တနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခြင်း
- အပြန်အလှန်ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း
- သင်္ချာအခြေခံများကိုစူးစမ်းလေ့လာခြင်း
- အနုပညာရသခံစားခြင်းနှင့် ဖန်တီးခြင်း
- ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို သိရှိနားလည်ခြင်း စသည့်သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ် (၆)ခုဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားပါသည်။ သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ်တစ်ခုချင်းအလိုက် တစ်နှစ်တာအတွက် ကလေးများ ရရှိရမည့်သင်ယူမှုရလဒ်များကိုလည်းချမှတ်ထားပါသည်။ထိုသင်ယူမှုရလဒ်များကိုရရှိစေမည့်သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကိုကလေးများကိုယ်တိုင်ပါဝင်လုပ်ဆောင်ရင်းသင်ယူသွားရမည်ဖြစ်ပါသည်။ သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှု နယ်ပယ်တစ်ခုစီ၏ ကဏ္ဍအလိုက်သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကိုလည်း နမူနာအဖြစ်ဖော်ပြထားပါသည်။

၅။ သူငယ်တန်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ရည်ရွယ်ချက်များမှာ-

- မိမိကိုယ်မိမိယုံကြည်အားကိုးတတ်သူများဖြစ်လာရန်
- အာဟာရပြည့်ဝ၍ ကျန်းမာပျော်ရွှင်သူများဖြစ်လာရန်
- စာရေး၊ စာဖတ်ခြင်းနှင့် သင်္ချာအပါအဝင်အသိပညာများကို စိတ်အားထက်သန်စွာ လေ့လာသင်ယူများဖြစ်လာရန်
- မိမိပတ်ဝန်းကျင်အကျိုးကို ဆောင်ရွက်တတ်သူများဖြစ်လာရန်တို့ဖြစ်ပါသည်။

၆။ ထို့ကြောင့်ဆရာများအနေဖြင့် သူငယ်တန်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို အကောင်အထည်ဖော်ရန်အတွက် ဤစာအုပ်ကို ကျေညက်စွာလေ့လာထားရန်လိုပါသည်။ အကယ်၍ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများတွင် အခက်အခဲရှိပါက ဆရာအချင်းချင်းညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ရန် လေးနက်စွာအကြံပြုလိုပါသည်။

အခြေခံပညာသင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့်ကျောင်းသုံးစာအုပ်ကော်မတီ

# မာတိကာ


| အခန်း | အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
|---|---|---|
| | အမှာစာ | |
| ၁ | နိဒါန်း | ၁ |
| ၂ | ကလေးများကိုနားလည်ခြင်း | ၅ |
| | ၂. ၁ ကလေးများသင်ယူဖွံ့ဖြိုးပုံ | ၇ |
| ၃ | သူငယ်တန်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်း အညွှန်းဘောင် | ၁၁ |
| | ၃. ၁ သူငယ်တန်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ရည်မှန်းချက် | ၁၂ |
| | ၃. ၂ သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ်များ | ၁၂ |
| ၄ | သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုကို ပံ့ပိုးပေးခြင်း | ၂၃ |
| | ၄. ၁ ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းများ | ၂၄ |
| | ၄. ၂ ကစားခြင်းဖြင့် သင်ယူနည်းများ | ၂၇ |
| | ၄. ၃ ကလေးများအားကူညီပံ့ပိုးပေးခြင်း | ၃၂ |
| ၅ | နယ်ပယ်အလိုက် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ | ၃၇ |
| | ၅. ၁ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာချမ်းသာခြင်း | ၃၈ |
| | ၅. ၂ စာရိတ္တ၊ မိတ္တနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ခြင်း | ၄၇ |
| | ၅. ၃ အပြန်အလှန်ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း | ၅၂ |
| | ၅. ၄ သင်္ချာအခြေခံများကိုစူးစမ်းလေ့လာခြင်း | ၆၉ |
| | ၅. ၅ အနုပညာရသခံစားခြင်းနှင့် ဖန်တီးခြင်း | ၇၈ |
| | ၅. ၆ ပတ်ဝန်းကျင်လောကကိုသိရှိနားလည်ခြင်း | ၉၀ |
| ၆ | သင်ကြားရေးအစီအစဉ်များ၊သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ၊ စီစဉ်ဆောင်ရွက်ခြင်း | ၉၉ |
| | ၆. ၁ သူငယ်တန်းကလေးများအတွက် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ | ၁၀၀ |
| | ၆. ၂ အကြောင်းအရာအခြေပြုပေါင်းစပ်ချဉ်းကပ်နည်း | ၁၀၂ |
| | ၆. ၃ သူငယ်တန်းစာသင်ခန်း | ၁၀၆ |
| | ၆. ၄ သင်ယူရန်နေရာများ | ၁၀၈ |

| | | |
|---|---|---|
| ၇ | ကလေးများ၏သင်ယူမှုနှင့်ဖွံ့ဖြိုးမှုကိုစစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း | ၁၁၁ |
| | ၇. ၁ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း | ၁၁၂ |
| | ၇. ၂ သင်ယူစဉ် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း | ၁၁၄ |
| | ၇. ၃ သင်ယူပြီး စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း | ၁၁၅ |
| | ၇. ၄ သင်ယူမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ အထူးလိုအပ်ချက်များ ရှိနေသော ကလေးများ | ၁၂၃ |
| ၈ | အကူးအပြောင်းကာလ အဆင်ပြေချောမွေ့ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ခြင်း | ၁၂၅ |
| | ၈. ၁ အကူးအပြောင်းကာလ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ခြင်း | ၁၂၆ |
| | ၈. ၂ သူငယ်တန်းသို့ အဝင် အကူးအပြောင်း | ၁၂၇ |
| | ၈. ၃ သူငယ်တန်းမှ ပထမတန်းသို့ အကူးအပြောင်း | ၁၂၈ |
| | ၈. ၄ အကူးအပြောင်းအတွက် ယေဘုယျ အကြံပြုချက်များ | ၁၃၀ |
| ၉ | မိဘများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း | ၁၃၃ |
| | နောက်ဆက်တွဲများ | ၁၃၇ |
| | နောက်ဆက်တွဲ သင်ယူမှုနယ်ပယ်အလိုက်မျှော်မှန်းရလဒ်နှင့် သင်ယူမှုရလဒ်များ | ၁၃၈ |
| | ကျမ်းကိုးစာရင်း | ၁၄၉ |

# အခန်း (၁)

# နိဒါန်း

# အခန်း(၁)
# နိဒါန်း

ပြည်ထောင်စုသမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော် အမျိုးသားပညာရေးဥပဒေတွင် သူငယ်တန်းပညာရေးကို မူလတန်း ပညာရေး၏ အခြေခံအတန်းအဖြစ်သတ်မှတ်ပြီး အခြေခံပညာရေးကို သူငယ်တန်းပညာရေးပြီးသည့်နောက် ပညာသင်နှစ် စုစုပေါင်းကာလ ၁၂ နှစ်ကို ဦးတည်ဆောင်ရွက်ရန် ပြဋ္ဌာန်းထားပါသည်။ အဆိုပါ ပြဋ္ဌာန်းချက်နှင့်အညီ အခြေခံပညာရေးစနစ်ကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲရာတွင် သူငယ်တန်းမှ စတင်ကာ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို ပြုပြင် ပြောင်းလဲရန် လိုအပ်လာပါသည်။ ထို့ဥပဒေမှာပင် **သူငယ်တန်းပညာရေးကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုရာ၌ ပထမတန်းသို့ ကူးပြောင်းမှုလွယ်ကူစေရန် အသက်(၅)နှစ်ပြည့်ပြီး ကလေးများအတွက် ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့် သင့်လျော်သော နည်း လမ်းများကို အသုံးပြုပြီး ပြုစုပျိုးထောင်ပေးသည့်ပညာရေးဟု အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုထားပါသည်။** ထို့ပြင် မြန်မာ့ရှေးဦးကလေး သူငယ်ပြုစုပျိုးထောင်ရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးရေးဆိုင်ရာမူဝါဒတွင်လည်း အသက်(၄)နှစ်မှ (၅)နှစ်အရွယ် ကလေးများ အိမ်၊ မူကြိုကျောင်းများမှ လူတိုင်းအကျုံးဝင်သော သူငယ်တန်းနှင့် မူလတန်းသို့ ချောမွေ့စွာ ကူးပြောင်းနိုင်ရေးအတွက် အားကောင်းသောအကူးအပြောင်း အစီအစဉ်တစ်ရပ်ကို ဖော်ဆောင်ရန်လည်း မဟာဗျူဟာ တစ်ရပ်အဖြစ် ချမှတ်ထားပါသည်။

အဆိုပါ ဥပဒေနှင့်မူဝါဒ လမ်းညွှန်များကို အခြေပြုလျက် သူငယ်တန်းကလေးများအတွက် အောက်တွင် ဖော်ပြထားသည့် ဆီလျော်ညီညွတ်မှု သုံးမျိုးနှင့်ကိုက်ညီသည့် သူငယ်တန်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို ရေးဆွဲထားပါသည်။ အဆိုပါ ညီညွတ်မှုသုံးမျိုးမှာ-

- ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်နှင့် လိုက်လျောညီထွေဖြစ်မှု
- ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် လိုက်လျောညီထွေဖြစ်မှု
- ပညာရေးအရလိုက်လျောညီထွေဖြစ်မှု တို့ဖြစ်သည်။

ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်းအသစ်တွင် ဘာသာရပ်နယ်ပယ်ခွဲထားခြင်းမဟုတ်ဘဲ သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ် ခြောက်ခုဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားခြင်းဖြစ်သည်။ အဆိုပါ**နယ်ပယ် ခြောက်ခုမှာ** -

(က) ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာခြင်း
(ခ) စာရိတ္တ၊ မိတ္တနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခြင်း
(ဂ) အပြန်အလှန်ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း
(ဃ) သင်္ချာအခြေခံများကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်း
(င) အနုပညာရသခံစားခြင်းနှင့် ဖန်တီးခြင်း
(စ) ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို သိရှိနားလည်ခြင်း တို့ဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် လက်ရှိသူငယ်တန်းတက်ရောက်လာကြသော (၅)နှစ်အရွယ်ကလေးများအနက် အချို့မှာ မူကြိုပညာရေးရရှိထားပြီး အချို့မှာမူကြိုလုံးဝတက်ရောက်ထားခြင်း မရှိကြပါ။ ဘက်စုံလွှမ်းခြုံနိုင်သော ပညာရေးကဏ္ဍလေ့လာသုံးသပ်ရေးလုပ်ငန်း၏ တွေ့ရှိချက်အရလည်း မြန်မာနိုင်ငံတွင် မူကြိုပညာရေး အခွင့်အလမ်းရရှိသူ ကလေးဦးရေမှာ(၂၂. ၉)ရာခိုင်နှုန်းသာရှိကြောင်း သုံးသပ်ဖော်ပြထားပါသည်။ ထို့ကြောင့် မူကြို

အတွေ့အကြုံ ရှိသည်ဖြစ်စေ၊ မရှိသည်ဖြစ်စေ ကျောင်းသို့ရောက်ရှိလာသော ၅ နှစ်အရွယ်ကလေးအားလုံး သင်ယူမှုအခွင့်အလမ်း တစ်ပြေးညီရရှိပြီး မူလတန်းပညာရေးကို လွယ်ကူချောမွေ့စွာ ဆက်လက်သင်ယူနိုင်ရေး အတွက် သူငယ်တန်းသင်ရိုးသစ်ကို စတင်အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းဖြစ်သည်။

သူငယ်တန်းပညာရေး ဆရာလမ်းညွှန်၏အဓိကရည်ရွယ်ချက်မှာ အသစ်ပြဋ္ဌာန်းသည့် သူငယ်တန်း သင်ရိုး ညွှန်းတမ်းအညွှန်းဘောင်တွင် ဖော်ပြထားသော သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုရလဒ်များ အောင်မြင်ပေါက်မြောက်စေရန် တစ်နှစ်တာ အစီအစဉ်များ၊ အပတ်စဉ်၊ နေ့စဉ်သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို စနစ်တကျ စီစဉ်ဆောင်ရွက်ရေးအတွက် လမ်းညွှန်မှုပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။ ဘာသာရပ်နယ်ပယ်ဟူ၍ မရှိဘဲ၊ အကြံပြုထားသော အကြောင်းအရာများကို မူတည်ကာ ဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ်ခြောက်ရပ်လွှမ်းခြုံမိအောင် ပေါင်းစပ်စီစဉ်ဆောင်ရွက်ရေးအတွက် ဆရာများကို အထောက်အကူဖြစ်စေရန် ရည်ရွယ်ခြင်းလည်း ဖြစ်သည်။

ဆရာလမ်းညွှန်စာအုပ်တွင်သူငယ်တန်းကလေးများအား မည်သို့ချဉ်းကပ်သင်ကြားနိုင်မည်ကို နမူနာ သင်ခန်းစာများ၊ အကြံပြုချက်များ ဖော်ပြထားပြီး ဆရာများအနေဖြင့် ဆရာလမ်းညွှန်ပါလုပ်ငန်းများအတိုင်း တစ်သဝေမတိမ်း ဆောင်ရွက်ရန်မဟုတ်ဘဲ မိမိတို့ဒေသ၊ ကျောင်းအခြေအနေနှင့်လျော်ညီစွာ (မူလရည်ရွယ်ချက် မပျောက်စေဘဲ) ဖန်တီးပြောင်းလဲသင်ကြားနိုင်ပါသည်။ တိုင်းရင်းသားအများစုရှိသော ဒေသများတွင် သက်ဆိုင်ရာ တိုင်းရင်းသားဘာသာစကားကို သင်ကြားရေးဘာသာစကားအဖြစ် အသုံးပြုသင်ကြားနိုင်ပါသည်။

အခန်း(၁)တွင် သူငယ်တန်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့်ဆိုင်သော နောက်ခံအချက်များနှင့် ဤလမ်းညွှန်၏ ရည်ရွယ်ချက်များကို ဖော်ပြထားပါသည်။

အခန်း(၂)တွင် ကလေးများ၏ သင်ယူမှုနှင့်ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ သဘော တရားများကို ရှင်းလင်းဖော်ပြထား ပါသည်။ ဆရာ၊ ဆရာမများသည် ထိရောက်သောပံ့ပိုးမှုကိုပေးနိုင်ရန်နှင့် ကလေးများ၏ သဘာဝကိုလည်း နားလည်ထားရန် အရေးကြီးပါသည်။

အခန်း(၃)တွင် သူငယ်တန်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်း အညွှန်းဘောင်ကို ဖော်ပြထားပါသည်။ ဆရာများအနေဖြင့် သူငယ်တန်းကလေးများအတွက် နေ့စဉ်လုပ်ငန်း (၃) ခုဖြစ်သော ပုံမှန်လုပ်ငန်းများအတွက် အချိန်၊ ကစားချိန် နှင့် အကြောင်းအရာ ခေါင်းစဉ်များသင်ကြားချိန်တို့ကို အကောင်းဆုံး ပြင်ဆင်သင်ကြားနိုင်ရေးအတွက် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအသစ်၏ သဘောသဘာဝကို ကျေညက်စွာ လေ့လာထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

အခန်း(၄)တွင် ဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ်တစ်ခုချင်းအလိုက် ဆရာများက စီစဉ်လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ပေးနိုင် မည့်နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြထားပါသည်။

အခန်း (၅) တွင် နယ်ပယ်အလိုက်သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို လေ့လာသည့်အခါ နောက်ဆက်တွဲ (ခ) နှင့် (ဂ) ကိုပါ တစ်ပါတည်းလေ့လာသင့်ပါသည်။

အခန်း(၆)သည် သင်ကြားရေးအစီအစဉ်များ၊ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ စီစဉ်ဆောင်ရွက်ခြင်းကို ဖော်ပြထားပါသည်။ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို လက်တွေ့အကောင်အထည်ဖော်သည့်အခါ နေ့စဉ်သင်ယူမှုလုပ် ငန်းများ၊ သင်ယူ လုပ်ကိုင် ချိန်များ၊ သင်ယူရန်နေရာများနှင့် သင်ယူမှုပတ်ဝန်းကျင်တို့ကို မည်သို့စီစဉ် ဆောင် ရွက်နိုင်မည်ကို ရှင်းလင်း ညွှန်ပြထားပါသည်။

အခန်း(၇)သည် ကလေးများ၏ သင်ယူမှုနှင့်ဖွံ့ဖြိုးမှုအခြေအနေ၊ ၎င်းတို့၏ လိုအပ်ချက်များကို စောင့်ကြည့်လေ့လာအကဲဖြတ်၍ ဆန်းစစ်ခြင်းနှင့် သက်ဆိုင်ပါသည်။

အခန်း(၈)မှာ အကူးအပြောင်းကာလကို စီမံခန့်ခွဲနိုင်ရန် စီစဉ်ပေးထားပါသည်။

အခန်း(၉)တွင်မူ မိဘများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နိုင်သည့် လုပ်ငန်းများကို အကြံပြုထားပါသည်။

သူငယ်တန်းဆရာများအနေဖြင့် မိမိတို့တာဝန်ကျရာဒေသရှိ ရပ်ရွာလူကြီးများ၊ မိဘများအား သင်ရိုးသစ်အကြောင်းကို အသိပေးပြောကြားရန်လိုပါသည်။ သူငယ်တန်းအဆင့်သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို နိုင်ငံ၏လိုအပ်ချက်များနှင့် လိုက်လျောညီထွေရှိစေပြီး နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများနှင့်လည်း တစ်ပြေးညီရှိစေရန် ဦးတည်ပြုစုထားသည်နှင့်အမျှ အကောင်အထည်ဖော်ရာတွင်လည်း သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် ဖော်ပြထားသည့်အတိုင်း ကျောင်းအုပ်ကြီး၏ ဦးဆောင်မှုဖြင့် မိဘ၊ ဆရာ၊ ကျောင်းသားပူးပေါင်း၍ စနစ်တကျဆောင်ရွက်မှသာလျှင် သူငယ်တန်းကလေးများအနေဖြင့် အခြေခံပညာကို ဆက်လက်သင်ယူ နိုင်ရေးအတွက် ခိုင်မာသည့် အခြေခံအုတ်မြစ်ကို တည်ဆောက်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

# အခန်း (၂)

# ကလေးများကို နားလည်ခြင်း

# အခန်း (၂)

# ကလေးများကို နားလည်ခြင်း

သူငယ်တန်း ဆရာ၊ ဆရာမများသည် မိမိတို့ ပြုစုပျိုးထောင်ပေးရမည့် ၅နှစ်အရွယ် ကလေးများအား နားလည်နိုင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ကလေးများသည် မည်ကဲ့သို့သော သူများဖြစ်သည်၊ မည်သည်တို့ကို လုပ်နိုင်စွမ်းရှိသည်၊ မည်ကဲ့သို့ ဖွံ့ဖြိုးသည်နှင့် မည်ကဲ့သို့ သင်ယူသည်တို့ကို သိရှိနားလည်ရန်အရေးကြီးပါသည်။ ဤကဲ့သို့နားလည်ခြင်းဖြင့် ကလေးများ ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးရေးအတွက် ဆရာ၊ ဆရာမများက စာသင်ခန်းတွင်း သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ ပြင်ဆင်ခြင်း၊ သင်ယူမှုအထောက်အကူပစ္စည်းများ ရွေးချယ်ခြင်း၊ သင်ယူရန် ကူညီပံ့ပိုးခြင်းနှင့် ကလေးများ၏သင်ယူမှုကို အကဲဖြတ်ခြင်းတို့ကို ထိရောက်စွာဆောင်ရွက်နိုင်ပေမည်။

သူငယ်တန်းအရွယ် ကလေးများသည် အံ့သြဖွယ်ကောင်းလောက်အောင် ကျွမ်းကျင်မှုများစွာ ရှိနေပြီဖြစ်သည်။ ဘာသာစကား စွမ်းရည်များကို အသုံးပြုပြီး အခြားသူများနှင့် ဆက်သွယ်ပြောဆိုတတ်သည်။ စဉ်းစားတတ်လာပြီး စမ်းသပ်လုပ်ကိုင်တတ်လာသည်။ ပြဿနာများကိုလည်း ဖြေရှင်းတတ်လာကြသည်။ မိမိကိုယ်မိမိ ထိန်းချုပ်နိုင်မှု စတင်ဖွံ့ဖြိုးလာပြီး ယဉ်ကျေးမှုအရ လက်ခံနိုင်မည့် အပြုအမူများကိုလည်း သင်ယူတတ်မြောက်လာကြသည်။ အခြားသူများနှင့် အဆင်ပြေအောင် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံတတ်လာကြသည်။ သင်ယူနိုင်စွမ်း မြင့်မားလာပြီး အရာရာကို စိတ်ဝင်စားလာကြသည်။ စူးစမ်းလိုစိတ်လည်း ပြင်းပြလာကြသည်။

ထို့ကြောင့် “ပီယာဂျေး”၏ အသိဉာဏ်ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ သီအိုရီက ကလေးများသည် တက်ကြွသည်။ မိမိကိုယ်ကို လှုံ့ဆော်မှုရှိသည်။ သင်ယူနိုင်စွမ်းရှိသည်ဟု ယူဆသည်။ ပညာရှင် “ဗီဂေါ့စကီ” ကလည်း

ငှင်းယူဆချက်ပေါ် အခြေခံကာ အပြန်အလှန် ပြောဆို ဆက်သွယ်ခြင်းသည် ကလေးများ၏ သင်ယူမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုတို့တွင် အခြေခံကျသော အခန်းကဏ္ဍတစ်ခု ဖြစ်သည်ဟု မီးမောင်းထိုးဖော်ပြခဲ့သည်။ ထို့ပြင် ကလေးများသည် အချင်းချင်း၊ ဆရာ၊ ဆရာမများ၊ လူကြီးများနှင့် အပြန်အလှန် ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်းဖြင့် သင်ယူမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဖြစ်ပေါ်သည်ဟု ထောက်ခံပြောဆိုခဲ့သည်။

ထို့ကြောင့် ဤဖြစ်စဉ်တွင် ဆရာ၊ ဆရာမများသည် ကလေးများသင်ယူမှုကို ပိုမိုချဲ့ထွင်ရန်အတွက် လူမှုဆက်ဆံရေးကို ပုံဖော်ရာ၌ အဓိကအခန်း ကဏ္ဍမှ ပါဝင်သည်ဟု ဖော်ပြနေသည်။ ကလေးများ၏ သိမှုနှင့် လုပ်ဆောင်နိုင်မှုကို နားလည်ခြင်းနှင့် ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်းအပေါ်တွင် အခြေခံကာ ဆရာ၊ ဆရာမများသည် ကလေးများကို ဆွေးနွေးခွင့်၊

ပူးပေါင်းပါဝင်လုပ်ဆောင်ခွင့်၊ အပြန်အလှန် ပြောဆိုခွင့် စသည့် အခွင့်အလမ်းများ ရရှိစေသည့် သင်ယူမှုပတ်ဝန်းကျင်ကောင်းကို ဖန်တီးပေးနိုင်သည်။ ပညာရှင် “ဂွန်ဂျူဝီ” ကလည်း တက်ကြွသော သင်ယူမှုအတွက် စစ်မှန်သော အတွေ့အကြုံများ လိုအပ်သည်ဟု အလေးပေး ဖော်ပြခဲ့သည်။ ကလေးများသည် ပထမဆုံး အတွေ့အကြုံများနှင့် စူးစမ်းလေ့လာမှု လုပ်ငန်းစဉ်များတွင် တက်ကြွစွာ ပါဝင် ဆောင်ရွက်ခွင့်ရသောအခါ သင်ယူမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်ဟု ယုံကြည်ခဲ့သည်။

ထို့ကြောင့် ကလေးများအတွက် ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးရေးသည် အရေးကြီးကြောင်းနှင့် ကလေးများသည် စူးစမ်းလိုသော၊ တက်ကြွသော၊ ကျွမ်းကျင်မှုရှိသော သင်ယူသူများ ဖြစ်သည် ဟူသော ယူဆချက်များကို အထက်ဖော်ပြပါ သီအိုရီဆိုင်ရာ အချက်များက အလေးပေး ဖော်ပြခဲ့သည်။

## ၂. ၁ ကလေးများ သင်ယူဖွံ့ဖြိုးပုံ

ကလေးတစ်ဦး၏ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးမှုဟု ဆိုရာတွင် ကလေး၏ ကိုယ်ခန္ဓာနှင့် စိတ်ဓာတ်ပါ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရမည့် အပြင် ကလေး၏ အသိဉာဏ်၊ အတွေးအခေါ်၊ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံမှု၊ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့မှု၊ ကိုယ်ကျင့်တရား စသည်တို့၌လည်း ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရပါမည်။ ကလေးများ၏ စိတ်လှုပ်ရှားမှုနှင့် ခံစားမှုတို့လည်း ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက် ရပါမည်။ ကလေးများ၏ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှင့် သင်ယူမှုကို နားလည်ခြင်းဖြင့် ဆရာ၊ ဆရာမများက ကလေးများ အတွက် သင်ခန်းစာ ပြင်ဆင်ရာ၌လည်းကောင်း၊ ကလေးများကို ကူညီပံ့ပိုးရာ၌လည်းကောင်း၊ အဓိပ္ပာယ်ရှိသော သင်ယူမှုအတွေ့အကြုံများပေးရာ၌ လည်းကောင်း အထောက်အကူပြုပါသည်။

- *ကလေးများသည် ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ပြီး သင်ယူမှုကို တစ်ပေါင်းတစ်စည်းတည်းအဖြစ် ဆက်စပ် သင်ယူကြသည်။* ကလေးများ၏ ကိုယ်ခန္ဓာဖွံ့ဖြိုးမှု၊ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးမှု၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှုဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့် အသိဉာဏ်ဖွံ့ဖြိုးမှုစသည့် သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှု နယ်ပယ်အားလုံးသည် ဆက်စပ် ပေါင်းစည်းလျက်ရှိပါသည်။ ဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ်တစ်ခုနှင့် တစ်ခုကြားတွင်လည်း အပြန်အလှန် သက်ရောက်မှု ရှိပါသည်။ ကလေးများသည် ထိုသို့ အပြန်အလှန် ဆက်စပ်နေသော သင်ယူမှုနယ်ပယ်များကို ဘာသာရပ်အစိတ်အပိုင်းများထက် အဓိပ္ပာယ်ရှိသော ပေါင်းစပ်သင်ယူမှု တစ်ခုအဖြစ် သိမြင်သည်။
- *ကလေးများသည် အသိသညာသစ်များ တည်ဆောက်ရာ၌ တက်ကြွစွာ ပါဝင်ရသောအခါ အကောင်းဆုံး သင်ယူကြသည်။* ကလေးများသည် မိမိတို့၏ ကိုယ်ပိုင်အတွေ့အကြုံများဖြင့်

သင်ယူကြပြီး အရာဝတ္ထုများကို လည်း ကိုင်တွယ် လုပ်ကိုင်ကြသည်။ သုတေသနပြုချက်များအရ ကလေးများအား အာရုံငါးပါးနှင့် ဆွဲဆောင်နိုင်စွမ်းရှိသော အတွေ့အကြုံများကို သင်ယူစေရာ၌ တက်ကြွစွာ ပါဝင်ရပါက ပို၍ မှတ်မိသည်။ ကလေးများ သည် မိမိတို့၏ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် အပြန်အလှန် ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်းများကို စဉ်ဆက်မပြတ် တက်ကြွစွာလုပ်ဆောင်ရင်း သင်ယူဖွံ့ဖြိုး ကြပါသည်။ အထူးသဖြင့် ကလေးများသည် အခြားသော ကလေးများနှင့်ရော လူကြီးများနှင့်ပါ အပြန်အလှန် ပြောဆိုဆက်သွယ်လုပ်ကိုင်ရင်းဖြင့် သင်ယူကြပါသည်။

- *ကလေးတိုင်း သင်ယူနိုင်စွမ်းရှိပြီး ကလေးတစ်ဦးချင်းစီသည် သင်ယူပုံနှင့်သင်ယူနှုန်း ကွဲပြားခြားနားသည်။* ကလေးတစ်ဦးချင်းစီတွင် မတူညီသော အားသာချက်နှင့် အားနည်းချက်များ ရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဆရာများသည် ကလေးတစ်ဦးတည်းပင်လျှင် နယ်ပယ်တစ်ခုတွင် အခြားနယ်ပယ်များထက်ပို၍ ဖွံ့ဖြိုးကြသည်ဟု နားလည်ထားရန် လိုအပ်ပါမည်။ ဆရာများသည် ကလေးများအား နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးနှင့် အကြောင်းအရာအမျိုးမျိုးကို အသုံးပြုကာ သင်ယူရန် အခွင့်အလမ်းများကို ပံ့ပိုးပေးနိုင်သည်။
- *ကလေးများ၏ အသိသညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် စိတ်နေသဘောထားများသည် မူလရှိပြီး အပေါ်မူတည်၍ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာသည်။* ကလေးများ၏ မူလရှိပြီး အသိသညာနှင့် အတွေ့အကြုံများ အပေါ်မူတည်၍ အသိသညာသစ်များ တည်ဆောက်နိုင်သည်နှင့်အမျှ ကလေးများ၏ စဉ်းစားခြင်းနှင့် ကျိုးကြောင်းဆက်စပ် တွေးခေါ်ခြင်းများ ပြောင်းလဲလာသည်။ ကလေး လက်ရှိအနေအထားတွင် လုပ်နိုင်သည်ထက်ပို၍ လုပ်နိုင်စေရန် ဆရာများနှင့် ၄င်းကလေးထက် စွမ်းဆောင်ရည်ပိုမြင့်သော ကလေးအချင်းချင်း၏ ကူညီပံ့ပိုးမှုကို လိုအပ်သည်။ ကလေးများအတွက် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများစီစဉ်သည့်အခါ ကလေးများအနေဖြင့် အနည်းငယ် ပိုမိုအားထုတ် ရသည့်လုပ်ငန်းများဖြစ်လျှင် စိတ်ဝင်စားမှု ပိုမိုဖြစ်စေပြီး ထိရောက်ပါသည်။
- *ကလေးများ နေထိုင်ကြီးပြင်းရသည့်မတူညီသောယဉ်ကျေးမှုနှင့် လူမှုပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေများက ကလေးတို့၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို လွှမ်းမိုးကြသည်။* ကလေးများသည် သူတို့ကြီးပြင်းရာ မိသားစု၊ ယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့ထုံးစံနှင့် ရပ်ရွာအဖွဲ့အစည်း ကွဲပြားသည်နှင့်အမျှ ၄င်းတို့၏ လူမှုဆက်ဆံရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအတွေ့အကြုံများ ကွဲပြားခြားနားကြသည်။ အချို့မိသားစုများက လွတ်လပ်စွာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခြင်း၏ အရေးပါမှုကို အလေးထားသည်။ အချို့မိသားစုများမှာ လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ လိုအပ်ချက်နှင့် ကလေးများက မိသားစု၊ ရပ်ရွာနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းကို မည်သို့ဖြည့်ဆည်းပေးမည်ဆိုသည့် အပေါ်တွင် အလေးထားကြသည်။ ထိုကဲ့သို့ ယဉ်ကျေးမှု ကွဲပြားခြားနားခြင်းသည် ကလေးများ၏ အမူအကျင့်များ၊ အခြားသူများနှင့် အပြန်အလှန် ဆက်ဆံပုံများ၊ ပတ်ဝန်းကျင်၏လှုံ့ဆော်မှုကို တုံ့ပြန်ပုံတုံ့ပြန်နည်းများအပေါ် သက်ရောက်မှုများ ဖြစ်စေပါသည်။ ထိုသင်ယူမှု အတွေ့အကြုံများသည် ကလေးများ၏ ဖွံ့ဖြိုးမှုကို ပုံဖော်ပေးပြီး အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိသည်။
- ***ကလေးများသည် ဘေးကင်းလုံခြုံမှုရှိပြီး မိမိတို့အား တန်ဖိုးထားသည်ဟု ခံစားရသည့်အခါတွင် အကောင်းဆုံး သင်ယူဖွံ့ဖြိုးကြသည်။*** ကလေးများသည် လူကြီးများ၏ အာရုံစိုက်ခြင်း၊ အသိ

အမှတ်ပြုခြင်းကို ရရှိသောအခါ စိတ်လုံခြုံမှုရှိပြီး တန်ဖိုးထားခြင်း ခံရသည်ဟု ခံစားရပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ ပံ့ပိုးပေးခြင်းသည် ကလေးများအား အလိုလျောက် ယုံကြည်စိတ်ချမှုကိုရရှိနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် ကလေးများအား သင်ယူမှု အတွေ့အကြုံများမှတစ်ဆင့် ချီးမွမ်းပေးခြင်း၊ ပံ့ပိုးပေးခြင်း၊ လှုံ့ဆော်ပေးခြင်းတို့ဖြင့် လုံခြုံစိတ်ချရသော ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခု ဖန်တီးရန် အရေးကြီးပါသည်။

- *ကလေး၏ ကနဦးအတွေ့အကြုံများသည် နောက်ပိုင်းကာလ ဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့် သင်ယူမှုအပေါ်တွင် ကြီးမားသော သက်ရောက်မှုများရှိပါသည်။* ၎င်းတို့၏သင်ယူမှုအတွက် စေ့ဆော်မှုကို ဖြစ်စေသကဲ့သို့ သင်ယူမှုအပေါ်ထားရှိသည့် သဘောထားများ (ဥပမာ- ဇွဲကောင်းခြင်း၊ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ဆုံးဖြတ်လုပ်ဆောင်လိုစိတ်၊ ပြောင်းလွယ်ပြင်လွယ်ဖြစ်မှု စသည်) အပေါ်တွင်လည်း သက်ရောက်မှုရှိပါသည်။

# အခန်း (၃)

# သူငယ်တန်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်း အညွှန်းဘောင်

# အခန်း (၃)

# သူငယ်တန်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်း အညွှန်းဘောင်

## ၃. ၁ သူငယ်တန်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ ရည်မှန်းချက်

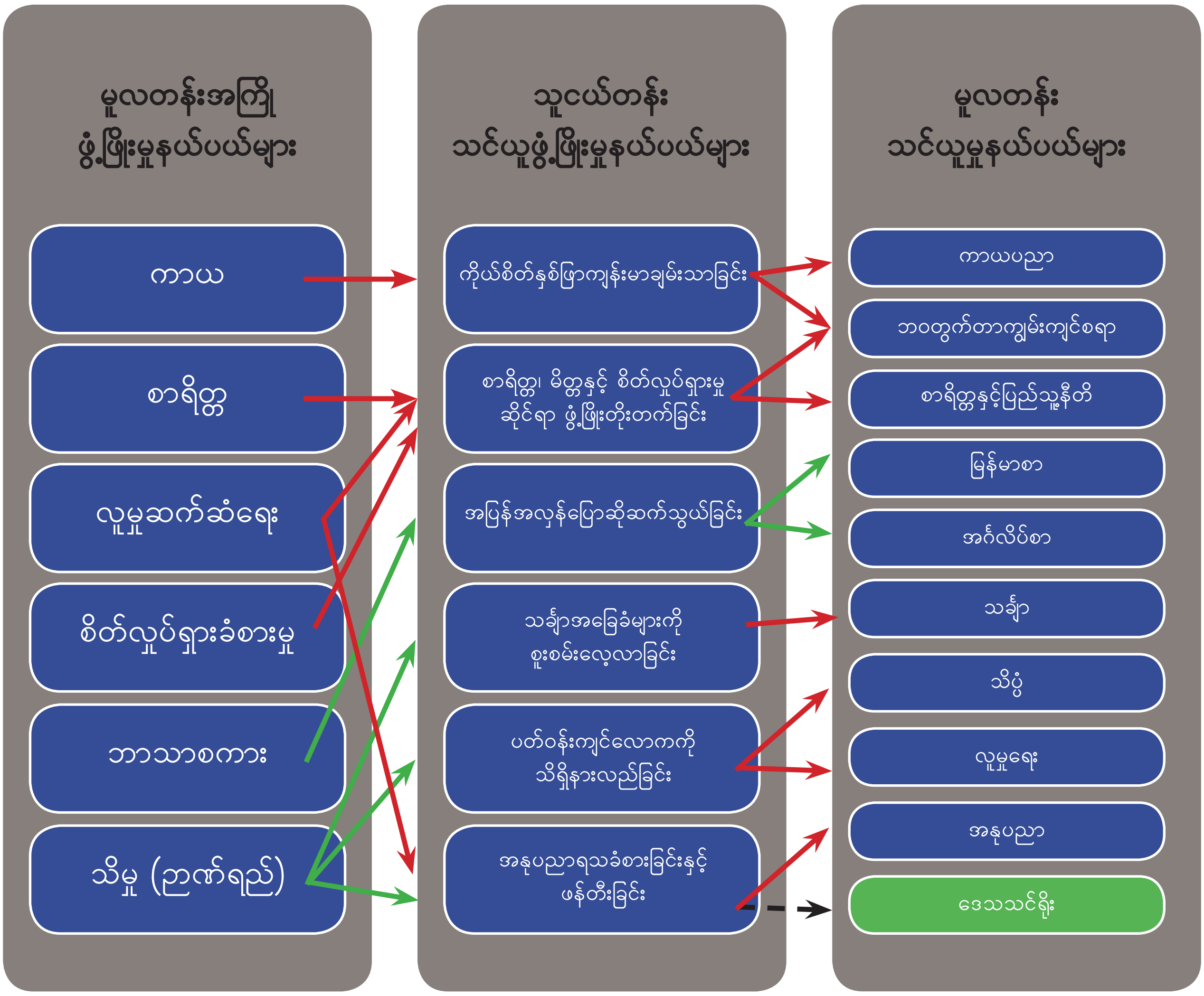
အသက် (၅) နှစ်အရွယ် သူငယ်တန်းကလေးများအတွက် ရည်မှန်းချက်များကို အမျိုးသားပညာရေး ဥပဒေတွင် ထင်ဟပ်ထားသည့် တန်ဖိုးထားမှုများ၊ အနာဂတ်မျှော်မှန်းချက်များ၊ အခြေခံမူများနှင့် သူငယ်တန်း သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ အခြေခံအယူအဆများကို ချိတ်ဆက်ပြီး သတ်မှတ်ဖော်ပြထားပါသည်။
သူငယ်တန်းစာသင်နှစ်အပြီးတွင် ကလေးများသည် -

- မိမိကိုယ်ကို မိမိ ယုံကြည်အားကိုးတတ်သူများ
- အာဟာရပြည့်ဝ၍ ကျန်းမာပျော်ရွှင်သူများ
- စာရေးစာဖတ်ခြင်းနှင့် သင်္ချာအပါအဝင် အသိပညာများကို စိတ်အားထက်သန်စွာ လေ့လာသင်ယူသူများ
- မိမိပတ်ဝန်းကျင်အကျိုးကို ဆောင်ရွက်တတ်သူများ ဖြစ်လာကြမည်။

## ၃. ၂ သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှု နယ်ပယ်များ

သူငယ်တန်းစာသင်နှစ် အတွင်းတွင် ကလေးများသည် အောက်ပါသင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ် (၆) ခု အလိုက် သတ်မှတ်ထားသော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်လုပ်ဆောင်ရင်း သင်ယူကြရမည်ဖြစ်သည်-

(က) ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာခြင်း
(ခ) စာရိတ္တ၊ မိတ္တနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခြင်း
(ဂ) အပြန်အလှန်ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း
(ဃ) သင်္ချာဆိုင်ရာ အခြေခံများကိုစူးစမ်းလေ့လာခြင်း
(င) အနုပညာရသခံစားခြင်းနှင့် ဖန်တီးခြင်း
(စ) ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို သိရှိနားလည်ခြင်း




**မူကြို၊ သူငယ်တန်းနှင့် မူလတန်း သင်ယူမှုနယ်ပယ်များ ချိတ်ဆက်မှု**

## ၃. ၂. ၁ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာချမ်းသာခြင်း

ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာချမ်းသာခြင်းသည် အခြေခံကျသော သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ် တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာမှုတွင် ကလေးများ၏ စိတ်လှုပ်ရှားခံစားမှု၊ ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံရေးနှင့် ကိုယ်ကာယပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးမှုများ ပါဝင်နေပါသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ကြံ့ခိုင်မှုရှိခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာမှုရှိမှသာ ကလေးများသည် စိတ်ဓာတ် ကြံ့ခိုင်မှုရှိပြီး ကောင်းစွာ စူးစမ်းလေ့လာ သင်ယူနိုင်စွမ်းရှိသဖြင့် ဤနယ်ပယ်ကို ထည့်သွင်းထားရခြင်း ဖြစ်ပါ သည်။

ကလေးများသည် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ရင်းဖြင့် ၄င်းတို့၏ အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန် များ၊ ကျန်းမာရေးနှင့် အန္တရာယ်ကင်းမှု၊ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု၊ လွတ်လပ်စွာရွေးချယ်လုပ်ကိုင်မှုနှင့် ကိုယ်ပိုင် ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်မှုတို့ကို သင်ယူကြပြီး ကိုယ်စိတ်ကြံ့ခိုင်သော ကလေးများ ဖြစ်လာကာ နေ့စဉ်ကြုံတွေ့ရသည့် ဖိစီးမှုများနှင့် အခက်အခဲများကို ရင်ဆိုင်နိုင်သော ကလေးများ ဖြစ်လာမည်ဖြစ်သည်။

## ၃. ၂. ၁. ၁ မျှော်မှန်းထားသောသင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤနယ်ပယ်တွင် မျှော်မှန်းရလဒ် (၅)ခု ချမှတ်ထားပါသည်။

၁။ ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အစားအစာများကို ရွေးချယ်စားသောက်တတ်သည့် အလေ့အထ ရှိကြောင်း ပြသနိုင်သည်။

၂။ မိမိ၏တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့် မိမိ ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေးအတွက် ကိုယ်တိုင်ပါဝင် လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းရှိကြောင်း ပြသနိုင်သည်။

၃။ မိမိကိုယ်ကို အန္တရာယ်မဖြစ်အောင် ရှောင်ကြဉ် နေထိုင်တတ်လာမည်။

၄။ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုလုပ်ငန်းများတွင် စိတ်ဝင်စားပြီး ပါဝင်လုပ်ဆောင်နိုင်သော စွမ်းရည်ရှိကြောင်း ပြသနိုင်သည်။

၅။ အခြေအနေအမျိုးမျိုးကို ကိုယ်စိတ်ကြံ့ခိုင်မှုရှိစွာဖြင့် ရင်ဆိုင်နိုင်စွမ်းရှိကြောင်း ပြသနိုင်သည်။

## ၃. ၂. ၂ စာရိတ္တ၊ မိတ္တ နှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးခြင်း

ဤနယ်ပယ်သည် ကလေးတစ်ဦးစီ၏စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ တိုးတက်မှုများ၊ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး တိုးတက်မှု၊ စိတ်လှုပ်ရှားခံစားမှု တိုးတက်မှုနှင့်သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်ဖြစ်သည်။

ကလေးတစ်ဦးချင်း၏ စာရိတ္တ၊ မိတ္တနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခြင်း အားကောင်းမှသာ ထိုကလေး၏ စိတ်ခာတ်ကြံ့ခိုင်မှု အားကောင်းလာမည်ဖြစ်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင်ကမ္ဘာလောကအကြောင်းကို စူးစမ်းလေ့လာရန်၊ သင်ယူရန် အခွင့်အလမ်းများကို ရယူတတ်လာမည်။ ထို့ကြောင့် ဤနယ်ပယ်ကို ထည့်သွင်းထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကလေးများသည် ကလေးအချင်းချင်း၊ လူကြီးများနှင့် အပြန်အလှန်ဆက်ဆံရေး ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် မိမိကိုယ် မိမိသိရှိနားလည်လာကြပါမည်။

မိမိကိုယ် မိမိသိရှိခြင်း၊ မိမိနှင့် အခြားသူများ တူညီမှုမရှိသည်ကို သိခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်ကို စူးစမ်းလေ့လာတတ်ခြင်း၊ လူမှုပတ်ဝန်းကျင်တွင် ကောင်းသောအမူအကျင့်များ ဖော်ထုတ်ခြင်း၊ အခြားလူများနှင့်အတူ အလုပ်လုပ်ခြင်း၊ မျှဝေခြင်း၊ အလှည့်ကျလုပ်ဆောင်ခြင်း၊ မိမိ၏ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့များနှင့် အခြားလူများ၏ ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့များကို လေးစားတန်ဖိုးထားတတ်ခြင်းများကို သင်ယူကြပါမည်။

### ၃. ၂. ၂. ၁ မျှော်မှန်းထားသောသင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤနယ်ပယ်တွင် မျှော်မှန်းရလဒ် (၄)ခု ချမှတ်ထားပါသည်။

၁။ မိမိကိုယ်မိမိ သင်ယူလေ့လာနိုင်စွမ်းရှိသူအဖြစ် ယုံကြည်မှုရှိကြောင်းပြသသည်။

၂။ မိသားစုများ၊ အိမ်နီးချင်းများ၊ ရပ်ရွာအသိုင်းအဝိုင်းနှင့် အားကောင်းသော လူမှုဆက်ဆံရေးကို တည်ဆောက်ထားကြောင်း ပြသနိုင်သည်။

၃။ မြန်မာလူမျိုးတို့၏ တူညီသော ယဉ်ကျေးမှုစံသတ်မှတ်ချက်များနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများကို သိရှိနားလည်ကြောင်း ပြသသည်။

၄။ ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံသားတစ်ဦး၏ သီးသန့်လက္ခဏာများကိုသိရှိပြီး တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစုအသီးသီး၏တူညီမှုများနှင့် မတူကွဲပြားခြားနားမှုများကိုလည်း နားလည်ကာ လေးစားတန်ဖိုးထားကြောင်း ပြသသည်။

## ၃.၂.၃ အပြန်အလှန်ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း

ဤနယ်ပယ်တွင် စကားဖြင့် ပြောဆိုဆက်သွယ်မှုနှင့် ကိုယ်လက်အမူအရာတို့ဖြင့် ပြောဆိုဆက်သွယ်မှုတို့ ပါဝင်ပါသည်။ စကားလုံးများ၊ စကားစုများ၊ ဝါကျများ၊ စာပိုဒ်များ၊ ပုံပြင်များနှင့် အပြန်အလှန်ပြောဆိုခြင်းစသည့် အကြောင်းအရာများသည် စကားဖြင့်ပြောဆိုဆက်သွယ်မှုဖြစ်ပြီး သီချင်းကဗျာများကို အမူအရာဖြင့်ရွတ်ဆိုခြင်း၊ ကခုန်ခြင်း၊ ကစားခြင်းများသည် ကိုယ်အမူအရာဖြင့် ပြောဆို ဆက်သွယ်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

ကလေးများသည် ၎င်းတို့၏ စိတ်ကူး၊ အတွေးများ၊ ခံစားမှုနှင့် အတွေ့အကြုံများကို မျှဝေ ပြောပြရန်၊ အခြားလူများနှင့် ပေါင်းသင်းဆက်သွယ်မှု ပြုလုပ်ရန်အတွက် ပြောဆိုဆက်သွယ်မှုကို ပြုလုပ်ကြပါသည်။

- ကလေးများသည် ပတ်ဝန်းကျင်မှ အသံများနှင့် လူတို့၏အသံများကို နားထောင်ပြီး ဆက်သွယ်ကြပါသည်။ (ဥပမာ- အသံများ၊ တေးသံများ၊ ဂီတသံများ)
- ကလေးများသည် အခြားလူများအတွက် အဓိပ္ပာယ်ရှိသော အသံများပြောဆိုပြီးလည်း ဆက်သွယ်ကြပါသည်။
- ကလေးများသည် အခြားလူများပြောသောစကား၊ ရေးသောစာမှ အဓိပ္ပာယ်ထုတ်ယူရန် စာဖတ်ခြင်းဖြင့်လည်း ဆက်သွယ်ကြပါသည်။
- နောက်ပိုင်းတွင် ရုပ်ပုံများရေးဆွဲခြင်းနှင့် ရုပ်ပုံများတွင် အမှတ်အသားများထည့်ခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့်လည်း ဆက်သွယ်ကြပါသည်။

### ၃. ၂. ၃. ၁ မျှော်မှန်းထားသောသင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤနယ်ပယ်တွင် မျှော်မှန်းရလဒ် (၄)ခု ချမှတ်ထားပါသည်။

၁။ အသံများ၊ စကားများကို အာရုံစိုက်နားထောင်တတ်သည်။ (နားထောင်ခြင်း)

၂။ မိမိတို့အတွေ့အကြုံများ၊ ခံစားချက်များနှင့် လိုအပ်ချက်များကို တစ်ဖက်လူနားလည်အောင် ပြောဆိုဆက်သွယ်ပုံအမျိုးမျိုးကို သုံးပြီး ပြောဆိုဆက်သွယ်တတ်သည်။ (ပြောဆိုခြင်း)

၃။ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိစာများ၊ ရုပ်ပြစာအုပ်များကို ဖတ်ရာမှတစ်ဆင့်စာများကို ဖတ်နိုင်လာသည်။ (စာဖတ်ခြင်း)

၄။ မိမိတို့၏အတွေ့အကြုံများနှင့် စိတ်ကူးများကို ရုပ်ပုံဖြင့်လည်းကောင်း၊ စာဖြင့်လည်းကောင်း ဖော်ပြတတ်သည်။ (စာရေးခြင်း)

### ၃. ၂. ၄ သင်္ချာဆိုင်ရာအခြေခံများကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်း

ဤနယ်ပယ်သည် အရေအတွက်များ၊အဆင်(Pattern)ပုံစံများ၊ ပုံသဏ္ဌာန်များနှင့်အရွယ်အစားများ၊ တိုင်းတာမှုများနှင့် ပြဿနာဖြေရှင်းမှုများကို ကျိုးကြောင်းဆက်စပ်မှုဖြင့် စဉ်းစားပြီး သင်္ချာ၏ အခြေခံသဘောတရားများကို နားလည်စေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

သူငယ်တန်းကလေးများအတွက် အထက်ပါအကြောင်းအရာများနှင့် ပတ်သက်၍ ၎င်းတို့၏ စိတ်ကူးများကို စူးစမ်းလေ့လာပြီး ဆရာနှင့်လည်းကောင်း၊ ကလေးအချင်းချင်းနှင့် လည်းကောင်း ပြောဆို

ဆက်သွယ်မှုများ ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် သင်္ချာဆိုင်ရာ အယူအဆများ တိုးတက်လာရန်အတွက် ဤနယ်ပယ်ကို ထည့်သွင်းရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

သူငယ်တန်းစာသင်နှစ်တွင် ကလေးများသည် ကိန်းဂဏန်းများအချင်းချင်း ဆက်သွယ်မှု ကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်း၊ အဆင်ပုံစံများကို ရှာဖွေပြီးကိုယ်တိုင်ပြုလုပ်ခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အရာဝတ္ထုများ၏ တည်နေရာများကို သတ်မှတ်ခြင်း၊ ပြင်ညီပုံများ၊ ထုပုံများကို ရှာဖွေခြင်း၊ တိုင်းတာခြင်းအမျိုးမျိုးကို တိုင်းတာခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အရာဝတ္ထုများကို စုဆောင်းပြီး အမိပ္ပာယ်အမျိုးမျိုးရှိအောင် ဆောင်ရွက်ရပါမည်။

ထိုသို့ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ကလေးများသည် ကိန်းမတိုင်မီ အခြေခံများကို သိရှိမည်။ အဆင်ပုံစံများ ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ထားသည့် အခြေခံစည်းမျဉ်းများကို သိရှိနားလည်လာမည်။ ဂျီသြမေတြီပုံများကိုအမျိုးအစားခွဲခြားခြင်း၊ နှိုင်းယှဉ်ခြင်းများကို ပြုလုပ်တတ်မည်။ တိုင်းတာခြင်း အမျိုးမျိုးကို တိုင်းတာတတ်လာမည် ဖြစ်ပါသည်။

## ၃. ၂. ၄. ၁ မျှော်မှန်းထားသောသင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤနယ်ပယ်တွင် မျှော်မှန်းရလဒ် (၅)ခု ချမှတ်ထားပါသည်။

၁။ ကိန်းဂဏန်းများ တွက်ချက်မှုနှင့် ကိန်းဂဏန်းများအချင်းချင်း ဆက်သွယ်မှုများကို စူးစမ်းလေ့လာတတ်သည်။
၂။ ပုံစံများကိုရှာတတ်ပြီး၊ ကိုယ်တိုင်လည်း ပုံစံများကို ပြုလုပ်တတ်သည်။
၃။ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိအရာဝတ္ထုများ၏တည်နေရာများနှင့် ပုံသဏ္ဌာန်များကို ပြောတတ်သည်။
၄။ တိုင်းတာခြင်းဆိုင်ရာ အခြေခံသဘောတရားများကို လက်တွေ့ဘဝတွင် သုံးတတ်လာသည်။
၅။ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အရာဝတ္ထုများကို စုဆောင်းလေ့လာပြီး အမိပ္ပာယ်အမျိုးမျိုးရှိအောင် ပြုလုပ်တတ်သည်။

## ၃. ၂. ၅ အနုပညာရသခံစားခြင်းနှင့် ဖန်တီးခြင်း

ဤနယ်ပယ်သည် စိတ်ကူးယဉ် ကစားခြင်း၊ ပုံရေးဆွဲခြင်း (ပုံဆွဲခြင်း၊ ဆေးရောင်ခြယ်ခြင်း၊ ရွှံ့၊ ဖယောင်းတို့ဖြင့် ပုံများ ဖန်တီးခြင်း)၊ ရုပ်ပုံများ၊ အမြင်အခြေခံ အနုလက်ရာများဖြင့်ကလေးများ၏ အာရုံများနှင့် ကြွက်သားများ ပေါင်းစပ်လှုပ်ရှားရသော ကျွမ်းကျင်မှုများကိုတိုးတက်စေခြင်း၊ တူရိယာ တီးမှုတ်ပြီး တေးဂီတ သံစဉ်နှင့်အညီ သီဆိုခြင်း၊ ကခြင်း၊ လှုပ်ရှားခြင်းတို့ဖြင့် အနုပညာရသခံစားပြီး တီထွင်ဖန်တီးနိုင်ခြင်းဖြင့် ပတ်ဝန်းကျင် ကမ္ဘာလောကကြီးနှင့် ပတ်သက်သော အတွေ့အကြုံများ တိုးတက်လာစေရန်ဖြစ်ပါသည်။

သူငယ်တန်းကလေးများသည် ၎င်းတို့၏ ဆန်းသစ်တီထွင်သော အနုပညာစိတ်ကူးများကို ဖန်တီးတတ်ပြီး တန်ဖိုးထားတတ်လာသည်နှင့်အမျှ ကစားရင်းဖြင့် စူးစမ်းလေ့လာသည့် မေးခွန်းများမေးတတ်ခြင်း၊ ဝေဖန်ပိုင်းခြားနိုင်သည့်အပြင် ပြဿနာများ ဖြေရှင်းတတ်လာခြင်းတို့ ရရှိစေရန်အတွက် ဤနယ်ပယ်ကို ထည့်သွင်းရခြင်းဖြစ်သည်။

သို့ဖြစ်၍ ကလေးများသည် ပုံများရေးဆွဲခြင်း၊ ဆေးခြယ်ခြင်း၊ သဲ၊ ရွှံ့၊ ဂျုံစသည်တို့ဖြင့် ပုံဖော်ကစားခြင်း၊ တူရိယာပစ္စည်းများ တီးမှုတ်၍ သီဆိုခြင်း၊ ကခြင်းတို့ ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် အခြားလူများနှင့် အပြန်အလှန် ပြောဆိုဆက်သွယ်မှုများ တိုးတက်လာပြီး အာရုံများနှင့်ကြွက်သားများပေါင်းစပ်လှုပ်ရှားရသော ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ တီထွင်ဖန်တီးနိုင်စွမ်းများ ရရှိလာမည် ဖြစ်ပါသည်။

### ၃. ၂. ၅. ၁ မျှော်မှန်းထားသောသင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤနယ်ပယ်တွင် မျှော်မှန်းရလဒ် (၄)ခု ချမှတ်ထားပါသည်။

၁။ လွတ်လပ်စွာ ကစားခြင်းနှင့် အတုလုပ်တမ်းကစားခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်နိုင်စွမ်းရှိကြောင်းပြသသည်။

၂။ ပုံဆွဲခြင်း၊ဆေးခြယ်ခြင်း၊ ပုံဖော်ခြင်းများအပါအဝင် အမြင်အာရုံဆိုင်ရာ အနုလက်မှုလုပ်ငန်းများကို နှစ်သက်ခံစားတတ်ပြီး ဖန်တီးနိုင်စွမ်းရှိကြောင်း ပြသသည်။

၃။ ဂီတ၊ အကနှင့်သရုပ်ဆောင်မှုတို့ကို နှစ်သက်ခံစားတတ်ပြီး ဖန်တီးနိုင်စွမ်း၊ လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းရှိကြောင်း ပြသသည်။

၄။ တွေ့ကြုံရသော အခြေအနေများအတွက် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ဖန်တီးဖြေရှင်းတတ်သော အရည်အချင်းရှိကြောင်း ပြသနိုင်သည်။

## ၃. ၂. ၆ ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို သိရှိနားလည်ခြင်း

ကလေးများသည် အရာရာကိုစူးစမ်းလေ့လာ စမ်းသပ်လုပ်ကိုင်လိုသော သဘာဝရှိကြသည်။ ထိုသဘာဝနှင့် လျော်ညီစွာ သူငယ်တန်းအရွယ်ကလေးများအခြေခံအားဖြင့် သိရန်လိုအပ်သော ပတ်ဝန်းကျင်ကမ္ဘာလောက အကြောင်းကို စူးစမ်းလေ့လာနိုင်ရန်အတွက် ဤနယ်ပယ်ကိုထည့်သွင်းထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ကလေးများသည် ရှေ့ဆက်သင်ယူကြရမည့် ပထဝီဝင်၊ သမိုင်းနှင့် သိပ္ပံဘာသာရပ် လေ့လာမှုဆိုင်ရာ အခြေခံသင်ယူမှုနည်းလမ်း များဖြစ်သည့် ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်း၊ ခန့်မှန်းယူဆခြင်း၊ စူးစမ်းလေ့လာခြင်း၊ စမ်းသပ်လုပ်ကိုင်ခြင်းများကို လက်တွေ့လုပ်ကိုင်နိုင်ရန် လေ့ကျင့်ပေးသော နယ်ပယ်လည်း ဖြစ်ပါသည်။

သူငယ်တန်းပြီးဆုံးချိန်တွင် မိမိတို့သိလိုသော ပတ်ဝန်းကျင်အကြောင်းအရာများကို ကိုယ်တိုင် စူးစမ်းလေ့လာသင်ယူတတ်လာကြရန် မျှော်မှန်းပါသည်။

### ၃. ၂. ၆. ၁ မျှော်မှန်းထားသောသင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤနယ်ပယ်တွင် မျှော်မှန်းရလဒ် (၃)ခု ချမှတ်ထားပါသည်။

၁။ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကိုစူးစမ်းလေ့လာနိုင်စွမ်းရှိကြောင်း ပြသသည်။(ပတ်ဝန်းကျင်၊ တိရစ္ဆာန်များ၊ အပင်များ၊ အသက်ရှင်ရပ်တည်မှုများ)

၂။ ပစ္စည်းများကို ပြုလုပ်ရာတွင်အသုံးပြုထားသောနည်းပညာ၊အတတ်ပညာများကို စူးစမ်းလိုကြောင်း ပြသသည်။

၃။ အချိန်နှင့် နေရာကိုအခြေခံ၍ မိမိ၏ ပတ်ဝန်းကျင်ဒေသအကြောင်း စူးစမ်းလေ့လာတတ်လာမည်။

## ၃. ၂. ၆. ၂ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများနှင့် သင်ယူလုပ်ကိုင်ချိန်

သူငယ်တန်းကလေးများသည် ယေဘုယျအားဖြင့် နေ့စဉ်သင်ယူမှုလုပ်ငန်း သုံးမျိုးတွင် ပါဝင်လုပ်ဆောင်ရင်း သင်ယူကြမည် ဖြစ်သည်။ အဆိုပါ လုပ်ငန်းသုံးမျိုးမှာ -

၁။ ပုံမှန်လုပ်ငန်းများ - နံနက်ပိုင်း စုဝေးချိန်၊ နားချိန်၊ နေ့လယ်စာစားချိန်၊ ညနေပိုင်း မပြန်မီ စုဝေးချိန် စသည့် နေ့စဉ်ပုံမှန်လုပ်ဆောင်ရသည့် အချိန်များ

၂။ ကစားခြင်း - ကလေးများအနေဖြင့် စာသင်ခန်း အတွင်းတွင်ဖြစ်စေ၊ စာသင်ခန်း ပြင်ပတွင်ဖြစ်စေ စုပေါင်းကစားခြင်း၊ သို့မဟုတ် မိမိကိုယ်တိုင်စိတ်ကြိုက် ရွေးချယ်ကစားခြင်း၊ သို့မဟုတ် သတ်မှတ်ထားသော ကစားရန်နေရာများတွင် နှစ်ယောက်တွဲ သို့မဟုတ် အုပ်စုလိုက် ကစားခြင်း

၃။ ဆရာစနစ်တကျပြင်ဆင်ထားသည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ - သင်ယူမှုနယ်ပယ်အလိုက် မျှော်မှန်းရလဒ်များကို ဦးတည်ပြီးအကြောင်းအရာ တစ်ခုခုကို ဗဟိုပြုကာ စီစဉ်ထားသည့် သင်ယူမှု လုပ်ငန်းများ၊ (ဥပမာ -ပုံပြောခြင်း လုပ်ငန်းကို ကိန်းဂဏန်းဆိုင်ရာ အသိသညာများ ရသွားစေရန် ဆောင်ရွက်နိုင်သကဲ့သို့၊ စာရိတ္တနှင့်ပတ်သက်သော အသိသညာပေးရန် အသုံးပြုနိုင်သည်) ဟူ၍ ဖြစ်သည်။

**သူငယ်တန်းကလေးများအနေဖြင့် တစ်ရက်လျှင် သင်ယူချိန် (၄) နာရီရှိမည် ဖြစ်ပြီး၊ တစ်ပတ် လျှင် ကျောင်းတက်ရက် (၅)ရက်နှုန်းဖြင့် ရက်သတ္တပတ်ပေါင်း (၃၂)ပတ်အတွက် ကျောင်းတက်ရက် (၁၆၀)၊ စုစုပေါင်း သင်ယူချိန် (၆၄၀)နာရီ ရှိမည်ဖြစ်သည်။**

# အခန်း (၄)

# သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုဖြစ်ထွန်းလာစေရန် ပံ့ပိုးပေးခြင်း

# အခန်း (၄)

# သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုဖြစ်ထွန်းလာစေရန် ပံ့ပိုးပေးခြင်း

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်၏ မြန်မာ့ရှေးဦးကလေးသူငယ် ပြုစုပျိုးထောင်ရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးရေးမူဝါဒတွင် (၅)နှစ်မှ (၈)နှစ်အရွယ်ကလေးများအတွက် အကူးအပြောင်း၊ သူငယ်တန်းနှင့် မူလတန်းအောက်ဆင့် ပညာရေးလုပ်ငန်းများနှင့်ပတ်သက်ပြီး ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းများ၊ ကလေးများ သဘာဝနှင့်အညီ ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင်တက်ကြွစွာ ပါဝင်သင်ယူသောနည်းများ၊ ကစားခြင်းဖြင့် သင်ယူနည်းများကို အသုံးပြုရန် မူဝါဒဆိုင်ရာ မဟာဗျူဟာတစ်ရပ်အဖြစ် ဖော်ပြထားပါသည်။

ကလေးများအား ၎င်းတို့၏အသက်နှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်အလိုက် မွေးစအရွယ်မှစ၍ရှိရမည့် အသိနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများရှိသော စွမ်းရည်ရှိလူသားများအဖြစ် လက်ခံထားပြီး လူကြီးများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ သင်ယူမှုနှင့်ဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် ကူညီပံ့ပိုးပေးရန်သာလိုအပ်ပါသည်။ ကူညီပံ့ပိုးခြင်းဆိုသည်မှာ ကလေးက ဘာတွေသိသလဲ၊ ဘာတွေ လုပ်နိုင်သလဲ ဟူသောအချက်အပေါ် အလေးအနက်ထားပြီး နောက်ထပ် ဖွံ့ဖြိုးရန်နှင့် သင်ယူနိုင်ရန် ကူညီ ထောက်ပံ့ပေးရန်ဖြစ်ပါသည်။ ကလေးများဖွံ့ဖြိုးရန်နှင့် ဆက်လက်သင်ယူနိုင်ရန် လွယ်ကူအောင် ပြုလုပ်ပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

သူငယ်တန်း သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအသစ်ကို အကောင်အထည်ဖော်သည့်အခါ ထိုမူဝါဒကို အခြေခံလျက် အောက်ဖော်ပြပါ ချဉ်းကပ်နည်းများဖြင့် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ရန် အကြံပြုပါသည်။

- ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်း
- ကစားခြင်းဖြင့် သင်ယူနည်းများ

ထိုချဉ်းကပ်နည်းများနှင့်ပတ်သက်၍ အောက်တွင် အသေးစိတ် ရှင်းလင်းဖော်ပြထားပါသည်။

## ၄. ၁ ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းများ

ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းသည် သမားရိုးကျ သင်ကြားနည်းများကဲ့သို့ ဘာသာရပ်နှင့် ဆရာကို အဓိက မထားဘဲ သင်ယူသူကလေးကိုသာ အဓိကထား၍ သင်ကြားပေးသည့် ချဉ်းကပ်နည်းဖြစ်သည်။ ကလေးတစ်ဦးချင်းစီ၏ အသက်အရွယ်၊ ရင့်ကျက်မှုအနေအထား၊ နောက်ခံအခြေအနေ၊ အတွေ့အကြုံ ၎င်းတို့၏ လိုအပ်ချက်၊ စိတ်ဝင်စားမှု စသည်တို့ကို အလေးထား ထည့်သွင်းစဉ်းစားကာ ကလေးအတွက် အကောင်းဆုံး ဖြစ်စေမည့် အကြောင်းအရာများ၊ သင်ယူမှုနည်းလမ်းများ၊ သင်ယူရာတွင် အသုံးပြုမည့် ပစ္စည်းများ၊ သင်ယူရမည့် ပတ်ဝန်းကျင် စသည်တို့ကို လိုက်လျောညီထွေစွာ စီစဉ်ပြီး သင်ကြားပေးသည့် နည်းလည်းဖြစ်သည်။ သင်ယူမှု ဖြစ်ထွန်းစေရန် ဆရာများက ထိရောက်သော နည်းလမ်းများကို အသုံးပြု၍ အပြုသဘောဆောင်သော ဆရာကျောင်းသား ဆက်ဆံရေးဖြင့် ပံ့ပိုးဖော်ဆောင်ပေးသော သင်ကြားသင်ယူမှုဖြစ်စဉ်လည်း ဖြစ်သည်။ တစ်နည်းဆိုရသော် ပျော်ရွှင်ပြည့်ဝပြီး လူမှုအဖွဲ့အစည်းကို အကျိုးပြုသူများ ဖြစ်လာစေရန် လိုအပ်သောအသိ ပညာကျွမ်းကျင်မှု၊ တန်ဖိုးထားမှု၊ စိတ်နေသဘောထား၊ အပြုအမူများအပေါ် အလေးအနက်

ထား အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ ကလေးဗဟိုပြု ချဉ်းကပ်နည်းကို အသုံးပြုရာတွင် အောက်ဖော်ပြပါ သင်ယူမှုဆိုင်ရာ အခြေခံသဘောတရားများကို အဓိကအားဖြင့် ထည့်သွင်းစဉ်းစားထားပါသည်။

## ၄. ၁. ၁ တက်ကြွစွာသင်ယူခြင်း

တက်ကြွစွာသင်ယူခြင်း သဘောတရားသည် “အသိပညာတည်ဆောက်ခြင်း” ဟူသော အယူအဆ အပေါ်တွင် အခြေခံသည်။ ကလေးများအနေဖြင့် ရှိရင်းစွဲ အသိပညာပေါ်တွင် အသိပညာသစ်များကို ထပ်ဆင့်တည်ဆောက် ယူကြသည်။ ကလေးများသည် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်တွင် တက်ကြွစွာ ပါဝင်လုပ်ဆောင်ရင်းဖြင့်သာ အသိပညာ အသစ်၊ ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်၊ တန်ဖိုးထားမှုအသစ်များကို ရရှိပြီး ထပ်ဆင့်ချဲ့ထွင် တည်ဆောက်ရယူနိုင်သည် ဟူသော အယူအဆဖြစ်သည်။

တက်ကြွစွာ သင်ယူခြင်းတွင် ကလေးများသည် သင်ယူမှုဖြစ်စဉ်တွင် သိလိုသော အကြောင်းအရာ၊ ဖြေရှင်းလိုသောပြဿနာ၊ အသုံးချ လိုသည့် တတ်ကျွမ်းမှုများကို ကိုယ်တိုင်စူးစမ်းလေ့လာ၊ စဉ်းစားတွေးခေါ်၊ လေ့ကျင့်လုပ်ကိုင်ပြီး သင်ယူကြသည့်သဘော ဖြစ်သည့်အတွက်ကလေးများ၏ ဆင်ခြင်စဉ်းစားနိုင်စွမ်း၊ ပြဿနာဖြေရှင်းနိုင်စွမ်း၊ ဖန်တီးစိတ်ကူးနိုင်စွမ်း အစရှိသော ဘဝအတွက် အရေးကြီးသည့် စွမ်းရည်များကို ဖွံ့ဖြိုးစေနိုင်ပါသည်။

ကလေးများသည် ကျောင်းသို့ မရောက်လာမီ ကတည်းက ကြည့်ရှုလေ့လာအတုယူခြင်း၊ ထပ်ကာထပ်ကာ လေ့ကျင့်ခြင်း၊ အပြန်အလှန် မေးမြန်းပြောဆိုခြင်း၊ ကစားခြင်း၊ အာရုံငါးပါးအသုံးပြုလျက် စူးစမ်းလေ့လာခြင်း၊ သရုပ်ဆောင်ကစားခြင်းစသော သဘာဝအလျောက် သင်ယူနည်းများဖြင့် သင်ယူနေတတ်ပြီး ဖြစ်နေပါသည်။ ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းသည် အဆိုပါ သဘာဝအလျောက် သင်ယူနည်းများကို စာသင်ခန်းအတွင်းတွင် ထိရောက်စွာ အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ကလေးများ၏ တက်ကြွစွာ သင်ယူမှုကို ပိုမိုဖြစ်ထွန်းအောင် ပံ့ပိုးပေးပါသည်။

ကလေး တစ်ဦးချင်းစီ၏ လိုအပ်ချက်၊ စိတ်ဝင်စားမှု နှင့် နောက်ခံအတွေ့အကြုံများကို ထည့်သွင်း စဉ်းစားပြီး၊ သင်ယူမှုကို ကလေးတိုင်းအတွက် စိတ်လှုပ်ရှားဖွယ်၊ ပျော်ရွှင်ဖွယ် အတွေ့အကြုံများအဖြစ် စီစဉ်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် လူကြီးများ၏တာဝန်မှာ ကလေးများစိတ်ဝင်စားလာအောင် လှုံ့ဆော်မှုပေးခြင်း၊ အဖွင့်မေးခွန်းများ မေးခြင်း (ဥပမာ-ဘာကြောင့်၊ ဘာလဲ၊ ဒီလိုဖြစ်ရင်၊ ဘယ်လိုစဉ်းစားမလဲ)၊ စူးစမ်းရှာဖွေ ဆောင်ရွက်ခွင့်ပေးခြင်း၊ ကောင်းသောအပြုအမူကိုအားပေးခြင်း၊ နေ့စဉ်ကြုံတွေ့နေရသော အခက်အခဲပြဿနာ များကို ဖြေရှင်းနိုင်ရန်၊ ပတ်ဝန်းကျင်ကိုစူးစမ်းလေ့လာနိုင်ရန် ကလေးများအတွက် လိုအပ်သော အရင်းအမြစ် များ ဖန်တီးပေးခြင်း၊ ပံ့ပိုးပေးခြင်းစသည်တို့ကို ပြုလုပ်ပေးရမည်ဖြစ်သည်။

## ၄. ၁. ၂ ပူးပေါင်းညှိနှိုင်းသင်ယူခြင်း

ပူးပေါင်းညှိနှိုင်းသင်ယူခြင်း သဘောတရားသည် “လူမှုဆက်ဆံရေးဖြင့် အသိပညာတည်ဆောက်ခြင်း” ဟူသောအယူအဆအပေါ်တွင် အခြေခံသည်။ ထိရောက်အောင်မြင်သော ပူးပေါင်းညှိနှိုင်းသင်ယူခြင်း

ဖြစ်ထွန်းစေရန်အတွက် ကလေးများကို အုပ်စုလိုက်ကောင်းစွာ လုပ်ကိုင်သင်ယူတတ်ရန် လေ့ကျင့်ပေးထားရန် လိုအပ်ပါသည်။ အုပ်စု လုပ်ငန်းများကိုလည်း ရှင်းလင်းစွာ စီစဉ်ပေးရန်အရေးကြီးပါသည်။ အုပ်စုလုပ်ငန်းများတွင် ကလေးများအနေဖြင့် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်ပြောဆိုကာ တက်ကြွစွာပါဝင်လုပ်ဆောင် သင်ယူရသည့်အတွက် ဘာသာရပ်အကြောင်းအရာကို ကောင်းစွာ နားလည်သဘောပေါက်ရုံသာမက ဝေဖန်ပိုင်းခြား စဉ်းစားတတ်မှု၊ အဆင့်မြင့်တွေးခေါ်တတ်မှု စသော ဉာဏ်ရည်များအပြင် လူမှုဆက်ဆံရေး၊ စိတ်လှုပ်ရှားခံစားမှုစသည်တို့နှင့်ဆိုင်သော လူမှုရေးစွမ်းရည်များကိုပါ သင်ယူရရှိသွားနိုင်ပါသည်။

## ၄. ၁. ၃ စူးစမ်းရှာဖွေလေ့လာသင်ယူခြင်း

စူးစမ်းရှာဖွေလေ့လာသင်ယူခြင်းသည် ကလေးများကိုယ်တိုင် မိမိပတ်ဝန်းကျင်ကိုသော်လည်းကောင်း၊ စီစဉ်ထားသော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းတစ်ခု သင်ယူမှုပြဿနာတစ်ခုခုနှင့်ပတ်သက်၍ သော်လည်းကောင်း၊ အချက်အလက်များကို ကောက်ယူစူးစမ်းလေ့လာပြီး အဖြေထုတ်သည့် သင်ယူနည်းဖြစ်သည်။

ဆရာက ကလေးများအား ပြဿနာတစ်ရပ်ကိုတင်ပြပြီး ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် အဖြေရှာတတ်အောင် အဖြေရှာချင်လာအောင် အားပေးတိုက်တွန်းပေးရမည်။

စူးစမ်းရှာဖွေလေ့လာသင်ယူခြင်းသည် ကလေးများ၏ သင်ယူလိုစိတ်ကို နှိုးဆွခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုရှိခြင်း၊ မိမိ၏စွမ်းရည်ကို အသုံးပြုနိုင်ခြင်း၊ စူးစမ်းလေ့လာခြင်း၊ ဆင်ခြင်စဉ်းစားခြင်းနှင့် ပြဿနာ ဖြေရှင်းခြင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများကိုလည်း ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

### ၄. ၂ ကစားခြင်းဖြင့် သင်ယူနည်းများ

**'ကစားခြင်း'** ဆိုသည်မှာ ကာယပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းတစ်ခုဖြစ်ပြီး သင်ယူမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် ဖြစ်သည်။ ကစားခြင်းဖြင့်ကလေးများ၏ ဦးနှောက်နှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးမှုကို ဖြစ်စေပါသည်။ ကလေးတစ်ဦး ချင်းသော်လည်းကောင်း၊ အုပ်စုလိုက်သော်လည်းကောင်း မိမိတို့စိတ်ကြိုက် ကစားခြင်း၊ သို့မဟုတ် ကြိုတင် စီစဉ်ထားသော လုပ်ငန်းတစ်ခု၏ အစိတ်အပိုင်းအနေဖြင့် ကစားခြင်း တို့ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ကစားခြင်းသုံးမျိုးရှိပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ -

- **လွတ်လပ်စွာကစားခြင်း-** ဆရာ၏ကြီးကြပ်မှုမပါဘဲ ကလေးများ မိမိတို့ဘာသာ စိတ်ကြိုက်ရွေးချယ် ကစားသည့် ကစားခြင်းမျိုးဖြစ်သည်။
- **ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့်ကစားခြင်း-** ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခုပေါက်မြောက်စေရန် ဆရာက တမင်စီစဉ်ထားပြီး ကူညီပံ့ပိုးပေးသည့်ကစားနည်းတစ်ခုကို ကစားရင်း ကလေးက စူးစမ်းရှာဖွေကစားခြင်းမျိုး ဖြစ်သည်။
- **စနစ်တကျစီစဉ်ကစားခြင်း-** ဆရာက စနစ်တကျစီစဉ်ထားပြီး ကလေးက ဆရာညွှန်ကြားသည်ကို လိုက်နာလုပ်ဆောင် ကစားရသည့် ကစားခြင်းမျိုးဖြစ်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် ဗျည်းအက္ခရာများ မှတ်မိစေရန် ဘင်ဂိုကတ်ပြားများဖြင့် ကစားခြင်းမျိုးဖြစ်သည်။

| လွတ်လပ်စွာ ကစားခြင်း | ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့်ကစားခြင်း | စနစ်တကျ စီစဉ်ကစားခြင်း |
|---|---|---|
| - ရည်ရွယ်ချက်မရှိ လွတ်လပ်စွာကစားခြင်း<br>- ဆရာ၏ကူညီပံ့ပိုးမှု/ညွှန်ကြားမှု မပါဘဲ ကလေးစိတ်ကြိုက် လွတ်လပ်စွာ ကစားခြင်း | - ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခု ချမှတ်၍ ကစားခြင်း<br>- ဆရာ၏ကူညီပံ့ပိုးမှုဖြင့်ရည်ရွယ်ချက်ပေါက်စေသော ကစားခြင်း | - တင်းကျပ်သော စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများပါသော ကစားခြင်း<br>- စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများအတွင်း ကစားခြင်း |

ယခု သူငယ်တန်းတွင် ကလေးများအား သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှု ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခုခု ရရှိစေရန်အတွက် ရည်ရွယ်၍ ကစားစေသည့် ကစားနည်းများကို ထည့်သွင်းထားပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဆရာက ကလေးများအတွက် စီစဉ်ပေးသော ကစားနည်းများသည် ၎င်းတို့၏ သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခုချမှတ်ထားသော ကစားနည်းများဖြစ်ရပါမည်။ ထိုသို့စီစဉ်ရာတွင် ဆရာသည် ကလေးများကစားခြင်းတွင် အဓိပ္ပာယ်ရှိရှိနှင့် ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်ပါဝင်သင်ယူနိုင်အောင် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ရပါမည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် ဆရာများသတိထားရမည့်အချက်မှာ ကစားခြင်းကို မိမိတို့ ချမှတ်ထားသော ရည်ရွယ်ချက် ပေါက်မြောက်မှုရှိရန်လည်း သတိပြုဆောင်ရွက်ရပါမည်။ ကလေးများအတွက် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဘေးအန္တရာယ် ကင်းသော ပတ်ဝန်းကျင်မျိုးလည်း ဖြစ်ရပါမည်။

**ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့်ကစားခြင်းသည် ကလေးများ၏ သင်ယူမှုနှင့်ဖွံ့ဖြိုးမှုကိုများစွာ အထောက်အကူဖြစ်စေပါသည်။** ဆရာသည် ကလေးများ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများတွင် တက်ကြွစွာပါဝင်ခြင်း၊ ၎င်းတို့၏ အသိနှင့်ကျွမ်းကျင်မှုများကို လက်တွေ့အသုံးပြုရာတွင် တိုးတက်မှု ရှိ၊ မရှိကို သိရှိပြီး

- ကလေးများ၏စိတ်ဝင်စားမှုနှင့် လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းကိုထည့်သွင်းစဉ်းစားကာ သင်ယူမှုဦးတည်ချက်များကို ချမှတ်ခြင်း
- ကလေးများသင်ယူရရှိသည်ကို စောင့်ကြည့်လေ့လာ၍ အသိပညာကိုချဲ့ထွင်ရန် သို့မဟုတ် အားဖြည့်ရန်အတွက် ပံ့ပိုးမှုများ ပြုလုပ်ပေးရပါမည်။

အသက် (၅)နှစ်အရွယ် သူငယ်တန်းကလေးများသည် အောက်ပါကစားနည်းများကို ကစားကြပါသည်။

(၁) **စူးစမ်းရှာဖွေ လေ့လာသင်ယူမှုဆိုင်ရာ ကစားနည်း**(အာရုံ ၅ ပါးကိုသုံးပြီး ပတ်ဝန်းကျင်ကိုစူးစမ်း လေ့လာခြင်း)

(၂) **စိတ်ကူးယဉ်/ဟန်ဆောင်ကစားနည်း** (အရာဝတ္ထုတစ်ခုအသုံးပြုပြီး အကြောင်းအရာတစ်ခုကို တီထွင် ဖန်တီးခြင်း၊ လက်တွေ့ဘဝကိုအတုယူပြီး စိတ်ကူးယဉ်ပုံဖော်ပြီးကစားခြင်း)

(၃) **တစ်ဦးတည်း ကစားခြင်း** (တည်ဆောက်ကစားခြင်း၊ လက်မှုအနုပညာလုပ်ငန်းများ ပြုလုပ်ခြင်း)

(၄) **အပြိုင်ကစားခြင်း** (အခြားသူများ ကစားသည်ကို စောင့်ကြည့်၍မည်သို့ကစားသည်ကို သင်ယူခြင်း)

(၅) **ပေါင်း သင်းဆက်ဆံရေးဖွံ့ဖြိုးမှုကို အားပေးသော ကစားနည်း** (လိုက်တမ်းပြေးတမ်း ကစားခြင်း . . . စသည်)

(၆) **ကိုယ်ခန္ဓာတက်ကြွစွာ လှုပ်ရှားမှုလုပ်ရသော ကစားနည်းများ** (တွယ်တက်ခြင်း၊ တွားသွားခြင်း၊ လွှဲခြင်း၊ ပြေးခြင်း၊ ခြေတစ်ပေါင်ကျိုးခုန်ခြင်း)

(၇) **ပူးပေါင်းပါဝင် ကစားနည်း** (အုပ်စုလိုက် ကစားရသော ကစားနည်းများ၊ လုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်ခြင်း)

ကလေးများသည် မိမိကိုယ်တိုင် ရွေးချယ်ဆောင်ရွက်နိုင်ခြင်း၊ နှစ်သက်သလိုပြုမူဆောင်ရွက်နိုင်ခြင်း တို့ကြောင့် အပြု သဘောအမြင်များနှင့် အောင်မြင်မှုခံစားချက်များကို တိုးမြှင့်ရရှိ ခံစားနိုင်ပါသည်။

## ၄. ၃ ကလေးများအား ကူညီပံ့ပိုးပေးခြင်း

ကလေးများအား ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်များ၊ အယူအဆအသစ်များ ရရှိစေရန် ဆရာ၊ဆရာမများ၊ လူကြီးများနှင့် သူငယ်ချင်းများက ပံ့ပိုးကူညီနိုင်ပါသည်။ ဆရာသည် ကလေးများကို သေချာစွာကြည့်ရှုလေ့လာပြီး ရှိပြီးသော စွမ်းရည်များကို အားပေးသည့်လုပ်ငန်းများဖြင့် ကလေး၏ သင်ယူမှုကို ပံ့ပိုးပေးရမည်။

ကလေးများကို အောက်ပါအချက်များ ဆောင်ရွက်ပေးရပါမည်။

- ကလေးများနှင့် အလုပ်လုပ်ခြင်း။
- ဂရုတစိုက် ဆွေးနွေးခြင်း။
- စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုကို အားပေးသော မေးခွန်းများမေးခြင်း။

- ဆရာများနှင့် မိဘများသည် ကလေးများအား အားပေးသည့် စကားများ ပြောဆိုပေးသောအခါ (နားလည်မှုတစ်ခုမှ နောက်တစ်ခုသို့ ရွေ့လျားစေရန် ငြမ်းဆင်ပေးသည့်အခါ) ကလေးများသည် အသိသစ်များ ရှာဖွေခြင်း၊ အရာဝတ္ထုအသစ်များကို သင်ယူခြင်း၊ နောက်ထပ် သင်ယူမှုအတွက် အစပြုခြင်းတို့ကို ဖြစ်စေပါသည်။
- ဘာသာစကားသည် ပြောဆိုဆက်သွယ်ရန်အတွက် အရေးကြီးပါသည်။ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက် ပေါက်မြောက်စေရန် အဓိကပံ့ပိုးပေးနိုင်သော အရင်းအမြစ်ဖြစ်ပါသည်။

*ကလေးများတွင်ဝေဖန်ပိုင်းခြား၊ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ၊ သုံးသပ်မှုဆိုင်ရာ စွမ်းရည်များ၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ ဖွံ့ဖြိုးလာစေရန် ကူညီပံ့ပိုးပေးခြင်း*

လုပ်ငန်းတစ်ခုအား အတူတကွလုပ်ဆောင်ခြင်း၊ တိုးတက်မှုများအပေါ်စဉ်းစားခြင်းများ ဆောင်ရွက်လုပ်ကိုင်နိုင်ရန် ကလေးများအား အောက်ဖော်ပြပါ နည်းလမ်းများကိုသုံး၍ ကူညီပံ့ပိုးနိုင်ပါသည်။

| ကလေးများဆောင်ရွက်နိုင်သော လုပ်ငန်းများ | ဆရာ ကူညီပံ့ပိုးပေးနိုင်သော နည်းလမ်းများ |
|---|---|
| ၁။ ပြဿနာဖော်ထုတ်ခြင်းနှင့် ဖြေရှင်းခြင်း | 'ဘာကြောင့်၊ ဘာလဲ၊ ဘယ်လို၊ ဒီလိုဖြစ်ရင် ဘယ်လိုစဉ်းစားမလဲ၊ နောက်ထပ် ဘာတွေလုပ်နိုင်သေးလဲ' စသည့် အဖွင့်မေးခွန်းများ မေးခြင်း။ |
| ၂။ အုပ်စုလုပ်ငန်းများတွင် အခြားသူများနှင့် ထိရောက်စွာ အလုပ်လုပ်ကိုင်ခြင်း | အတူတကွလုပ်နိုင်ရန် အားပေးသော လုပ်ငန်းများ၊ သုံးစရာပစ္စည်းများ၊ အချိန်၊ နေရာတို့ကို ပံ့ပိုးပေးခြင်း။ (ဥပမာ-သစ်သားတုံးများ၊ ဘူးခွံခွက်ခွံများ၊ အဝတ်စများ၊ တုတ်ချောင်းများ၊ ပရိဘောဂများကို အသုံးပြု၍ အဆောက်အအုံကြီးတစ်ခု တည်ဆောက်စေခြင်း။) |
| ၃။ မိမိဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်းများကို တာဝန်ယူ ဆောင်ရွက်ခြင်း | နေ့စဉ်လုပ်နေကျ လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် အောက်ပါအချက်များတွင် ပါဝင် ကူညီပံ့ပိုးပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။<br>- ဘယ်လုပ်ငန်းကို ရွေးချယ်ဆောင်ရွက်မလဲ ဆုံးဖြတ်ခြင်း။<br>- လုပ်ဆောင်ရန်နေရာ ရွေးချယ်ခြင်း။<br>- လိုအပ်သောပစ္စည်းများ ရယူခြင်း။<br>- လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ခြင်း။<br>- သင်ယူရရှိမှုများကို ထင်ဟပ်စဉ်းစားခြင်း (ပြုလုပ်ခဲ့သော လုပ်ငန်းမှ မည်သည်တို့ကို သင်ယူရရှိခဲ့သည်ကို သုံးသပ်ခြင်း)<br>- သိမ်းဆည်းခြင်း။<br>- အရာအားလုံး နေရာတကျရှိစေရန် ဆောင်ရွက်ခြင်း။ နောက်ကလေးတစ်ယောက် ကစားရန် အဆင်သင့်ပြင်ဆင်ခြင်း။ |

| ကလေးများဆောင်ရွက်နိုင်သော လုပ်ငန်းများ | ဆရာ ကူညီပံ့ပိုးပေးနိုင်သော နည်းလမ်းများ |
|---|---|
| ၄။ သတင်းအချက်အလက်များ စုဆောင်းခြင်း၊ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း၊ စုစည်းခြင်း၊ ဝေဖန်ပိုင်းခြားခြင်း၊ အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခြင်း | ကလေး၏နေထိုင်ရာ ပတ်ဝန်းကျင်ကမ္ဘာတွင် ရှိနေသော ပြဿနာများကို စူးစမ်းရှာဖွေရန် ကူညီပံ့ပိုးပေးရပါမည်။ (ဥပမာ- ယာဉ်အမျိုးမျိုးဖြင့် ကျောင်းလာသော ကလေးဦးရေအချက်အလက်စုဆောင်းခြင်း၊ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း၊ ဂရပ်ပုံဖြင့် စုစည်းဖော်ပြခြင်း၊ အသုံးအများဆုံးမှ အနည်းဆုံး ယာဉ်အမျိုးအစား ဖော်ထုတ်ခြင်း။) |
| ၅။ အမြင်ဆိုင်ရာ၊ သင်္ချာဆိုင်ရာ၊ ဘာသာစကားဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများကို အသုံးပြု၍ ထိရောက်စွာ ဆက်သွယ်ခြင်း | ကလေး၏ နေ့စဉ်လုပ်ငန်းတွင် အောက်ပါလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရန် . .<br>- နားထောင်ရန်၊ သင်ယူရန်<br>- ပြောဆိုရန်<br>- ဖတ်ရန်၊ ရေးရန်<br>- မြင်တွေ့မှုဆိုင်ရာ၊ ကပြ သရုပ်ဆောင်မှုဆိုင်ရာအနုပညာရပ်များကို သုံးရန်<br>- ကိန်း၊ ပုံသဏ္ဌာန်၊ ပုံစံ၊ အရွယ်အစား၊ အတိုင်းအတာများကို သုံးရန်။ |
| ၆။ သိပ္ပံနှင့်နည်းပညာကို ထိရောက်စွာ အသုံးပြုခြင်း | နေ့စဉ်လုပ်ငန်းများတွင် ကိရိယာပစ္စည်း အမျိုးမျိုး သုံးနိုင်ရန် အခွင့်အလမ်းများ ဖန်တီးပေးရပါမည်။ (ဥပမာ- ခဲတံများ၊ စုတ်တံများ၊ ကတ်ကြေးများ၊ ဓားများ စသည်ဖြင့်။)<br><br>အခြေအနေအမျိုးမျိုးအတွက် လက်တွေ့စမ်းသပ် ဆောင်ရွက်ခွင့်များ ပေးရပါမည်။<br><br>လက်တွေ့စမ်းသပ် ဆောင်ရွက်နေစဉ် ဘေးအန္တရာယ်ကင်းစေရန် လိုက်နာရမည့် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို ချမှတ်ထားရပါမည်။ (ဥပမာ ကိုယ်ခန္ဓာ ထိခိုက်ရှနာခြင်း မဖြစ်စေရန် လက်ထဲတွင် ဓားကိုင်ပြီး မပြေးရန်၊ အခြားသူများကို မစိုရွှဲစေဘဲ ရေ ကစားရန်။) |

| ကလေးများဆောင်ရွက်နိုင်သော လုပ်ငန်းများ | ဆရာ ကူညီပံ့ပိုးပေးနိုင်သော နည်းလမ်းများ |
|---|---|
| ၇။ မိမိတို့နေထိုင်ရာ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အကြောင်းအရာများသည် တစ်ခုတည်းတွင် အခြေမခံဘဲ တစ်ခုနှင့် တစ်ခုဆက်နွယ်နေကြောင်းနားလည်ခြင်း။ | ကလေးများအား ရရှိထားသောအသိသညာများကို နောက်ထပ်သင်ယူရမည့် အကြောင်းများတွင် ပြန်လည်အသုံးချနိုင်မည့် အခွင့်အလမ်းများပေးရမည်။ ဥပမာ -<br>- ရေကစားခြင်းဖြင့်ရရှိလာမည့် အသိသညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများသည် သဲကစားခြင်းဖြင့် ရရှိလာမည့် အသိသညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် အတူတူပင်ဖြစ်သည်။ အန္တရာယ်မရှိစေရေး အဓိကထား ဆောင်ရွက်ရမည်။<br>- ပိုးမွှားများသည် ကွဲပြားခြားနားကြသော်လည်း တူညီသောလက္ခဏာများ ရှိကြသည်။ (ခြေချောင်းများရှိခြင်း၊ ကျောရိုးမရှိသော သတ္တဝါဖြစ်ခြင်း စသဖြင့်။)<br>- ဘဝတစ်လျှောက်လုံး တွေ့ကြုံရမည့်အခြေအနေများတွင် မိမိကိုယ်မိမိ လေးစားတတ်စေရန်၊ သူတစ်ပါးအား လေးစားတတ်စေရန် နှင့် မိမိပတ်ဝန်းကျင်အား တန်ဖိုးထား လေးစားတတ်စေရန် ဆောင်ရွက်ပေးရမည်။ |

***ကလေးငယ်များအတွက် အကောင်းဆုံး အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေရန် ဆရာ/မိဘများလိုက်နာဆောင်ရွက်သင့်သော အချက်များ***

- ကလေးများ၏ သင်ယူမှုလိုအပ်ချက်နှင့် စိတ်ဝင်စားမှု အခြေအနေကို ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်း၊ ဤသင်ယူမှု ဆိုင်ရာ စိတ်ဝင်စားမှုများ ပြည့်ဝစွာရရှိစေရန် လုပ်ငန်းများ စီစဉ်ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။

- ရှာဖွေခြင်း၊စူးစမ်းခြင်း၊ မေးခွန်းမေးခြင်း၊ ကိုယ်တိုင်လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့် ကစားခြင်း စသောလုပ်ငန်းများပါဝင်သည့် နေ့စဉ် ရရှိသွားမည့် အတွေ့အကြုံများအတွက် စီစဉ်ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။
- ဉာဏ်ရည်အထွေထွေဆိုင်ရာ အသိများနှင့် သင်ယူမှုပုံစံများကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် လူကြီးများသည် ကလေးများဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်တစ်ဆင့်မှနောက်တစ်ဆင့်တက်သွားအောင်ကူညီနိုင်ပါသည်။

- ကလေးများ၏ အတွေ့အကြုံများနှင့်စဉ်းစားမှုများကိုဖွင့်ပေးခြင်း၊ ဝေဖန်ပိုင်းခြားစဉ်းစားမှုနှင့် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ စဉ်းစားမှုများကို တိုးတက်လာအောင် ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။

- ကလေးအတွက် မည်သည်ကအကောင်းဆုံးဖြစ်သည်ကို ပထမဆုံးစဉ်းစားရန် လိုအပ်ပြီး မသန်စွမ်း ကလေးများ အပါအဝင် ကလေးများအားလုံး၏ အမြင်ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားရန် လိုအပ်သည်။

- လိုအပ်လျှင် မိဘများ၊ အခြားဆရာ၊ ဆရာမများနှင့်ကျန်းမာရေး၊ လူမှုဖွံ့ဖြိုးရေး၊ ပညာရေးမှူဝေနိုင်ရန် မှတ်တမ်းများ ထိန်းသိမ်းထားခြင်း။

- ဘာသာစကားကို စနစ်တကျအသုံးပြုခြင်းဖြင့် ကလေးများသင်ယူမှုတိုးတက်လာအောင် ကူညီနိုင် ပါသည်။

- ကလေးများသည် ဘာသာစကားအားဖြင့်လည်း ဆက်သွယ်ကြသည့်အတွက် ကလေးများနှင့်အတူ စကားလုံး ဝေါဟာရများများ ပြောပေးခြင်း၊ ပုံပြောခြင်း၊ ရုပ်ပုံများရေးဆွဲခွင့်ပေးခြင်း၊ စိတ်ကူးပုံဖော် ကစားခွင့်ပေးခြင်းများ ပြုလုပ်ရပါမည်။

- ကလေးများ၏ လိုအပ်ချက်နှင့် စိတ်ပါဝင်စားမှုများကို သိရှိရန် ကလေးများအား ဂရုတစိုက် ကြည့်ရှု လေ့လာပြီး ကလေးများ မည်သို့ ပြုမူကြသည်၊ မည်ကဲ့သို့ တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ကြသည်ကို အသေအချာ စောင့်ကြည့်ခြင်းများ ပြုလုပ်ရပါမည်။

- ကလေးများ၏အသံကို ဂရုတစိုက် နားထောင်ပါ။
- ကလေးများအား နားလည်ခြင်း၊ နှစ်သက်လက်ခံခြင်းတို့သည် ကလေးများကြီးထွားရန်နှင့် သင်ယူဖွံ့ဖြိုးရန်အတွက် လူကြီးမိဘများက အထက်ပါအတိုင်း ကူညီပံ့ပိုးခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

# အခန်း (၅)

# နယ်ပယ်အလိုက် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

# အခန်း (၅)

# နယ်ပယ်အလိုက် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

## ၅. ၁ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာချမ်းသာခြင်း

ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာခြင်းနယ်ပယ်တွင်

- ကျန်းမာသန့်ရှင်းခြင်းနှင့်ဆိုင်သော လုပ်ငန်းများ
- လုံခြုံစိတ်ချရမှုနှင့် စိတ်ခံစားချက်ကြံ့ခိုင်မှုတို့နှင့် ဆိုင်သောလုပ်ငန်းများ
- ခန္ဓာကိုယ်ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းများ ပါဝင်ပါသည်။

ဤနယ်ပယ်နှင့်သက်ဆိုင်သည့် ကလေးများ၏ဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့် သင်ယူမှုတို့မှာ စနစ်တကျ သင်ခန်းစာများ သတ်မှတ်သင်ယူခြင်းထက် ကလေးများ နေ့စဉ်လုပ်ကိုင်ရသည့် ပုံမှန်လုပ်ငန်းများ လုပ်ကိုင်ရင်းဖြင့် သင်ယူသွားခြင်းက ပို၍ များမည်ဖြစ်သည်။

### ၅. ၁. ၁ ကျန်းမာသန့်ရှင်းခြင်းဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းများ

ကျန်းမာသန့်ရှင်းခြင်းနှင့်ဆိုင်သည့် သင်ယူရန်အချက်များထဲတွင် အာဟာရပြည့်ဝစွာစားသုံးခြင်း၊ သန့်ရှင်းစွာ စားသောက်ခြင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာသန့်ရှင်းရေး၊ လက်ဆေးခြင်း၊ အိမ်သာကိုစနစ်တကျ အသုံးပြုခြင်း၊ စာသင်ခန်းပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေး ဆောင်ရွက်ခြင်း စသည့်လုပ်ငန်းများ ပါဝင်သည်။ သို့ရာတွင် ထိုလုပ်ငန်းများအတွက် သီးသန့် သင်ခန်းစာများ စီစဉ်သင်ကြားရန် မလိုအပ်ပါ။ ကလေးများ နေ့စဉ်လုပ်ဆောင်ရသည့် လုပ်ငန်းများထဲတွင် တစ်ပါတည်း ထည့်သွင်း သင်ကြားလေ့ကျင့်ပေးနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ - တစ်ကိုယ်ရေ သန့်ရှင်းရေးအတွက် သင်ခန်းစာ သီးသန့် စီစဉ်စရာမလိုဘဲ နေ့စဉ် ထမင်းစားချိန်၊ နားချိန်များတွင် လက်တွေ့လုပ်ကိုင်ရင်းဖြင့်

သင်ယူပြီး ကောင်းသော အလေ့အထများ စွဲမြဲသွားအောင် ပျိုးထောင်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။

အာဟာရပြည့်ဝစေရေးအတွက် ကျောင်းနှင့်မိဘများ ပူးပေါင်း၍ ကျောင်း၌နေ့လယ်စာ ကျွေးမွေးသည့် အစီအစဉ်အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းအပြင် အိမ်၌လည်း ကလေးများ အာဟာရပြည့်ဝစွာ စားသောက်နိုင်ရေးအတွက် မိဘများက စီစဉ်ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

ကျန်းမာရေးနှင့်ဆိုင်သော ကိစ္စများကို တစ်ကျောင်းလုံးနှင့် ဆိုင်သော ကိစ္စအဖြစ် ဆောင်ရွက်သင့်ပါသည်။ ကျန်းမာရေးအလေ့အကျင့်ကောင်း ဆိုသည်မှာ တစ်ကြိမ်တစ်ခါ သင်ခန်းစာထဲတွင် ထည့်သင်ကြားပေးရုံဖြင့် မပြီးဘဲ ထာဝရစွဲသွားမည့် အလေ့အကျင့်ကောင်းအဖြစ် နေ့စဉ်လုပ်ငန်းများထဲတွင် ပုံမှန်ကိစ္စတစ်ရပ်အဖြစ် ဆောင်ရွက်ရပါမည်။ မိဘများ၊ မိသားစုများနှင့် စဉ်ဆက်မပြတ် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးပြီး ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ရန်လည်း လိုအပ်ပါသည်။

## ၅. ၁. ၂ လုံခြုံစိတ်ချမှုနှင့် စိတ်ဓာတ်ကြံ့ခိုင်မှုဆိုင်ရာလုပ်ငန်းများ

ဤအပိုင်းတွင် ကလေးများသည် လုံခြုံရေး၏အရေးပါမှုနှင့် မိမိ၏ အိမ်၊ ကျောင်းနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်တို့တွင် အန္တရာယ်မဖြစ်အောင် မည်ကဲ့သို့ နေထိုင်ရမည်တို့ကိုပါ သင်ယူကြရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့သင်ယူရာတွင်လည်း နေ့စဉ်လုပ်ကိုင်နေသည့် လုပ်ငန်းများထဲတွင် လက်တွေ့လိုက်နာကျင့်သုံးရမည့် အချက်များကို ထည့်သွင်းလေ့ကျင့်ပေးနိုင်ပါသည်။ မိမိနှင့်အခြားသူများကို မထိခိုက်အောင် လုပ်ကိုင်ရမည့်ကျွမ်းကျင်မှုများ - ဥပမာ- ချွန်ထက်သောအရာများ အသုံးပြုနည်း၊ တုတ်ချောင်းများ၊ သစ်သားတုံးများစသည်တို့ကို ကိုင်တွယ်နည်းများကို သင်ယူကြရပါမည်။

ထို့ပြင် ကစားရာတွင်လည်းကောင်း၊ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများတွင်လည်းကောင်း အများနှင့်အတူ လုပ်ကိုင်သည့်အခါ လိုက်နာရသည့်စည်းကမ်းများကို သင်ယူကြရမည်ဖြစ်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် အတူတူ ကစားသည့်အခါ -

- တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက်မတွန်းရ
- ကစားသည့်အခါ အလှည့်စောင့်ရမည်
- အခြားကလေးများစီးနေသော ဒန်း၊ စီးဆော၊ လျှော စသည်များနှင့် လွတ်အောင်နေရမည် စသည်တို့ဖြစ်သည်။

ကျောင်းတွင်လုံခြုံစိတ်ချရအောင် သင်ယူကြရသည့်နည်းတူ ရပ်ရွာအတွင်းလုံခြုံစိတ်ချမှုနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် အသိသညာများကို သင်ယူကြရပါသည်။ မီး၊ လျှပ်စစ်မီးခလုတ်၊ ချွန်ထက်သောအရာစသည်တို့နှင့် မကစားမိရန် သတိပြုသင့်ကြောင်း သင်ယူရန်လိုအပ်ပါသည်။ အလားတူပင်

- အန္တရာယ်ကင်းစွာ လမ်းကူးပုံ
- ရပ်ရွာအတွင်းတွေ့ရသည့် အန္တရာယ်ရှိကြောင်းပြ သင်္ကေတများ
- အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော အခြေအနေများကို သတိပြုမိပြီး အန္တရာယ်ကင်းစွာ တုံ့ပြန်လုပ်ဆောင်နိုင်ရန်လည်း သင်ယူကြရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုကဲ့သို့သော သင်ယူမှုများကိုမူ အကြောင်းအရာတစ်ခုအပေါ်အခြေပြုပြီးစနစ်တကျ စီစဉ်သင်ကြားသည့် သင်ခန်းစာများတွင် ထည့်သွင်းသင်ကြားနိုင်ပါသည်။

မိမိကိုယ်ကို ဘေးကင်းအောင်နေထိုင်တတ်ပြီး အခက်အခဲရှိသည့်အခါ ကျော်လွှားနိုင်သည့် ကလေးများသည် စိတ်ခံတတ်ကြံ့ခိုင်သည့်ကလေးများ ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။

## ၅. ၁. ၃ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု

ဤနယ်ပယ်တွင် ကာယလှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများဖွံ့ဖြိုးအောင် ဆောင်ရွက်သည့် လုပ်ငန်းများပါဝင်သည်။ ဤကျွမ်းကျင်မှုများတွင် ကြွက်သားကြီးများကို အသုံးပြုရသည့် ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် ကြွက်သားငယ်များကို အသုံးပြုလုပ်ဆောင်ရသည့် အနုစိတ် ကာယလှုပ်ရှားမှုများ ပါဝင်ပါသည်။ ဆရာများအနေဖြင့် သူငယ်တန်းကလေးများနှင့် သင့်လျော်သည့် ကာယလှုပ်ရှားမှုလုပ်ငန်းများ စီစဉ်ပေးခြင်းဖြင့် အထက်ဖော်ပြပါ ကျွမ်းကျင်မှုများ ပိုမိုရရှိအောင် ဆောင်ရွက်သင့်ပါသည်။

## ၅. ၁. ၄ အနုစိတ်ကာယလှုပ်ရှားမှုလုပ်ငန်းများ/ကြွက်သားငယ်များအသုံးပြုရသည့်လုပ်ငန်းများ

အနုစိတ် ကာယလှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများတွင် လက်မောင်း၊ လက်ကောက်ဝတ်၊ လက်ချောင်း ကလေးများကို အသုံးပြု၍ လုပ်ဆောင်ရသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ကြွက်သားငယ်များကို အသုံးပြုလုပ်ဆောင်ရခြင်းလည်း ဖြစ်သည်။ ထိုကျွမ်းကျင်မှုများ ရရှိထားသော ကလေးများအနေဖြင့် ပုံဆွဲခြင်း၊ စာရေးခြင်း၊ တီထွင်ဖန်တီးမှုလုပ်ငန်းများ လုပ်ကိုင်ခြင်းတို့တွင် ပိုမိုလုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။ ခဲတံ၊ မြေဖြူ စုတ်တံစသည့် စာရေးကိရိယာများကို ကျွမ်းကျင်စွာကိုင်နိုင်လာသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ အနုစိတ် ကာယလှုပ်ရှားမှု လုပ်ငန်းများကို အခြားသော သင်ယူမှုနယ်ပယ်များဖြစ်သည့် ဘာသာစကား၊ အနုပညာရသနှင့် တီထွင်ဖန်တီးမှု၊ ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို သိရှိနားလည်ခြင်း စသည့်နယ်ပယ်များဖြင့် ပေါင်းစပ်လုပ်ကိုင်နိုင်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့်

- ရေးခြစ်ခြင်း
- ပုံဆွဲခြင်း

- ဆေးရောင်ခြယ်ခြင်း
- ဖြတ်၊ ညှပ်၊ ကပ်ခြင်း
- ရက်လုပ်ခြင်း လုပ်ငန်းများဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် လွတ်လပ်စွာ ကစားချိန်များတွင် သစ်သားဘလောက်တုံးများဖြင့် တည်ဆောက်ကစားစေခြင်း၊ ကြိုးသီကစားခြင်း၊ စက္ကူရုပ်ခေါက်ခြင်း စသည့်လုပ်ငန်းများကလည်း အနုစိတ်ကာယ လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများကို ဖွံ့ဖြိုးစေမည်ဖြစ်သည်။

## ၅. ၁. ၅ ကြွက်သားကြီးများကိုအသုံးပြုရသည့်ကာယလှုပ်ရှားမှုများ

ကာယလှုပ်ရှားမှု၏ အခြေခံမှာ ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်းအမျိုးမျိုးဖြစ်သည့် ခေါင်း၊ ခြေ၊ လက်နှင့် ကိုယ်ခန္ဓာတစ်ခုလုံးတို့ လှုပ်ရှားမှုဖြစ်သည်။ ကြွက်သားကြီးများကို အသုံးပြုရသည့် အခြေခံ ကာယလှုပ်ရှားမှုများလည်း ဖြစ်သည်။ ထိုလှုပ်ရှား လုပ်ဆောင်မှုများထဲတွင် ရွေ့လျားခြင်းနှင့်ဆိုင်သည့် ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ မရွေ့လျားဘဲ လှုပ်ရှားရသည့် ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် ကျင်လည်စွာကိုင်တွယ်ခြင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ ပါဝင်သည်။ ထို့ပြင် မိမိ၏ ကိုယ်ခန္ဓာနှင့် နေရာအနေအထားဆိုင်ရာ သိနားလည်ခြင်းလည်း ဖြစ်ထွန်းတိုးတက်နိုင်ပါသည်။

အောက်တွင် ကြွက်သားကြီးများကို အသုံးပြုရသည့် အခြေခံ ကာယလှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်မှုအမျိုးမျိုးတို့၏ ဥပမာများကို ဖော်ပြထားပါသည်။

| ရွေ့လျားခြင်း | မရွေ့မလျားလှုပ်ရှားခြင်း | ကျင်လည်စွာကိုင်တွယ်လုပ်ဆောင်ခြင်း |
|---|---|---|
| တွားသွားခြင်း | ဟန်ချက်ထိန်းခြင်း | ဖမ်းခြင်း |
| လမ်းလျှောက်ခြင်း | ကွေးခြင်း | ပစ်ခြင်း |
| ပြေးခြင်း | ဆန့်ခြင်း | လှိမ့်ခြင်း |
| လျှောတိုက်ခြင်း | လှည့်ခြင်း | ပုတ်ခြင်း |
| ခုန်ခြင်း | လိမ်ခြင်း | ကန်ခြင်း |
| ကဆုန်ပေါက်ခြင်း | လှုပ်ယမ်းခြင်း | ရိုက်ခြင်း |
| ကြိုးခုန်ခြင်း | ဆွဲခြင်း | တော့ခြင်း |
| | တွန်းခြင်း | |

### ၅. ၁. ၆ ဆရာ၊ ဆရာမများ၏အခန်းကဏ္ဍ

ဆရာ၊ ဆရာမများက သရုပ်ပြသပါ။ အချို့သောလုပ်ငန်းများကို ဆရာ၊ ဆရာမက ရှင်းလင်းသော ညွှန်ကြားချက်များဖြင့် အများမြင်သာအောင် သရုပ်ပြပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ ဥပမာ- လျှောက်လမ်းပေါ်တွင် ဟန်ချက်ထိန်းခြင်း။

ကလေးများကို လေ့ကျင့်ရန် အခွင့်အလမ်းများပေးပါ။ ကလေး၏လုပ်ဆောင်မှုပေါ်တွင်လည်း အပြုသဘော တုံ့ပြန်မှုများဖြင့် အားပေးပါ။ ဥပမာ- "သမီးက ကောင်းကောင်းလုပ်နိုင်တယ်။ ဒါပေမဲ့ ဆင်းတဲ့အခါကျရင်

ဖြည်းဖြည်းဆင်းရမယ်၊ ခုန်မချရဘူးနော်” စသည်ဖြင့် ပြောပေးပါ။

ကလေးများ ကျွမ်းကျင်မှုရထားသည်များကို အသုံးချရန်လည်း အခွင့်အလမ်းများ ဖန်တီးပေးပါ။ စုပေါင်းကစားသည့်လုပ်ငန်းများကို စီစဉ်ပေးခြင်းဖြင့် ၎င်းတို့ရရှိထားသည့် ကျွမ်းကျင်မှုများကို လက်တွေ့ အသုံးပြုနိုင် ပါသည်။

ကလေးများ၏ လုပ်ဆောင်မှုများအပေါ် စိတ်ဝင်စားမှု၊ စိတ်အားထက်သန်မှုနှင့် ဂရုစိုက်မှုတို့ကို ပြသပါ။ ချီးကျူးအားပေးခြင်းများ မကြာခဏပြုလုပ်ပေးပါ။

သူငယ်တန်းကလေးများ၏ ကာယလှုပ်ရှားမှု ဖွံ့ဖြိုးရေးအတွက် စာသင်ခန်းပြင်ပတွင် ဖြစ်နိုင်ပါက အောက်ပါ ကစားစရာများနှင့် ကစားရန်နေရာများ စီစဉ်ထားရှိသင့်ပါသည် -

၁။ ဒန်း

၂။ စီးဆော

၃။ လျှော

၄။ တာယာဟောင်းများဖြင့်ပြုလုပ်ထားသည့် အနိမ့်အမြင့်လျှောက်လမ်း

စာသင်ခန်းအတွင်းတွင်လည်း ဘောလုံး၊ ခုန်ကြိုး၊ ဘက်တံများနှင့် အခြားကစားစရာများထားပေး သင့်ပါသည်။

သူငယ်တန်းကလေးများအဖို့ ထိုင်နေရသည်ထက် သွားလာလှုပ်ရှား ကစားနေရသည့်အချိန်က ပိုများရန် လိုအပ်ပါသည်။ သို့မှသာ ကြွက်သားကြီးများကို ပိုမိုအသုံးပြုခွင့်ရပြီး သန်မာလာမည်ဖြစ်သည်။ ကလေးများ ကို နေ့စဉ် ပြင်ပလုပ်ငန်းများ စီစဉ်ပေးသင့်ပြီး ကာယပညာလုပ်ငန်းများလည်း ပုံမှန် ထည့်သွင်းသင့်သည်။ ကြွက်သားငယ်များကို အသုံးပြုရသည့် အနုစိတ် ကာယလှုပ်ရှားမှုများ ဖွံ့ဖြိုးစေရန်အတွက်ကိုမူ ကလေးများကို စနစ်တကျ နည်းလမ်းပြသပြီး ပံ့ပိုးပေးနိုင်ပါသည်။ မသန်စွမ်း ကလေးများအတွက်ကိုမူ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို အဆင်ပြေအောင် ပြုပြင်ညှိနှိုင်း အသုံးပြုသင့်သည်။

ကလေးများ ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် အင်္ကျီဝတ်တတ်အောင်၊ လက်ဆေးတတ်အောင်၊ မုန့်စားတတ်အောင်၊ လေ့ကျင့်ပေးရပါမည်။ ပစ္စည်းများကို သိမ်းတတ်၊ ကောက်တတ်အောင်လည်း လေ့ကျင့်ပေးရမည်။ ကလေးများ မတော်တဆဖြစ်မှုများ၊ ဖိတ်စဉ်မှုများ၊ လုပ်ငန်း အပြီးမသတ်နိုင်သည်များ ရှိသည့်အတွက် လူကြီးများက စိတ်ရှည်စွာ ပံ့ပိုးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

သူငယ်တန်းကလေးများသည် မူကြိုကလေးများထက် အာရုံစိုက်နိုင်သည့်အချိန် ပိုကြာသော်လည်း ၎င်းတို့ကို အလုပ်တစ်ခုတည်းအပေါ် အချိန်ကြာအောင် မခိုင်းသင့်ပါ။

ကစားစရာများရွေးချယ်သည့်အခါ ယောကျာ်းလေး၊ မိန်းကလေး ကွဲပြားမှုသဘောကိုပါ ထည့်သွင်း စဉ်းစား သင့်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် ကလေးများလုပ်ကိုင်ရန် ကြိုးသီပုတီးစေ့များ ထားရှိသကဲ့သို့ သစ်သား ဘလောက်တုံးများလည်း ထားသင့်သည်။ ထို့နောက် ယောကျာ်းလေး၊ မိန်းကလေး အားလုံးကို ကစား နည်းအားလုံးတွင် ပါဝင်ကစားရန် အားပေးရပါမည်။

ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာခြင်းနယ်ပယ်အတွက် အောက်ဖော်ပြပါ နမူနာသင်ပြမှု ပုံစံများကို ကြည့်ရှုလေ့လာနိုင်ပါသည် -

**သင်ပြမှုပုံစံ (၁)**

| | | |
|---|---|---|
| အကြောင်းအရာ | ။ | ။ တို့ကျောင်း |
| သင်ချိန် | ။ | ။ (မိနစ် ၃၀) |
| အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် | ။ | ။ ကျောင်းတွင်းနှင့် စာသင်ခန်းတွင်း ပြုမူလုပ်ဆောင် ရမည့်အချက်များကို ပြောပြတတ်ရန်၊ |
| လုပ်ငန်းစဉ် | ။ | ။ ဆရာက အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် ဆွေးနွေးပါ။ |

- ကျောင်းချိန်အတွင်း စာသင်ခန်းအပြင်ထွက်မယ်ဆိုရင် ဘာလုပ်ရမလဲ။ (ဆရာကို ခွင့်တိုင်ရမယ်)
- ကစားပြီးရင် ကစားစရာပစ္စည်းများကို ဘာလုပ်ရမလဲ။ (နေရာတကျ ပြန်သိမ်းရမယ်)
- အမှိုက်များ ကောက်ပြီးရင် ဘယ်ထဲထည့်ရမလဲ။ (အမှိုက်ပုံးထဲထည့်ရမယ်)

ကလေးများ "လုပ်ရမည်/မလုပ်ရပါ" ရွေးပေးရသော ကစား

နည်းကို ကစားပါစေ။

ဆရာက ယခုရွတ်ဆိုပြသော အကြောင်းအရာများသည် ကလေးများ ပြုလုပ်ရမည့် အချက်ဖြစ်က “လုပ်ရမည်”ဟု ပြော၍ လက်မြှောက်ရန်၊ မပြုလုပ်ရမည့် အချက်ဖြစ်ပါက “မလုပ်ရပါ”ဟု ပြောရန် ရှင်းပြပါ။

ထို့နောက် အောက်ပါအကြောင်းအရာများကို တစ်ကြောင်းချင်း ဖတ်ပြပါ။

- အမှိုက်များကို အမှိုက်ပုံးထဲထည့်တယ်။

- သူငယ်ချင်း အချင်းချင်း ရန်မဖြစ်ရပါ။
- ဆရာမအား ခွင့်မတောင်းဘဲ အတန်းအပြင်ထွက်သွားတယ်။
- ကစားရင်း ပစ္စည်းလုတယ်။
- မုန့်ဝေလို့ တန်းစီလျှင် ကိုယ့်အလှည့်ရောက်မှ ယူတယ်။

ကစားနည်းဖြင့် ကစားပြီးပါက အတန်းထဲမှာလုပ်သင့်တဲ့ အပြုအမူတွေကို လုပ်ဆောင်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း ဆရာက ပြောပြပါ။

မှတ်ချက်။ အခြား လုပ်ဆောင်ရမည့်အချက်များ (စည်းကမ်း) များကိုလည်း အစားထိုး ပြောနိုင်သည်။

## သင်ပြမှုပုံစံ (၂)

အကြောင်းအရာ ။ ။ တို့ရပ်ရွာ

သင်ချိန် ။ ။ (မိနစ် ၃၀)

အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် ။ ။ မိမိတို့ရပ်ရွာဒေသရှိ အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေး အချက်ပြသင်္ကေတများ၏ အဓိပ္ပာယ်ကို ပြောပြတတ်ရန်။

လုပ်ငန်းစဉ် ။ ။ သင်္ကေတပုံပြ၍အဓိပ္ပာယ်ဖော်ခြင်း (မိနစ် ၃၀ )

- အန္တရာယ်ရှိအမှတ်အသားပုံနှင့် စာတန်းများ ပုံတစ်ခုချင်းစီကို ပြ၍ အဓိပ္ပာယ်ကို မေးပါ။
  (ဥပမာ- ဒီသင်္ကေတအမှတ်အသားကို မြင်ဖူးလား၊ ဘာတွေလဲ၊ ဘယ်နေရာမှာ မြင်ဖူးလဲ၊ အဲဒီသင်္ကေတအဓိပ္ပာယ်က ဘာလဲ။)
  ကလေးများမဖြေနိုင်ပါက ဆရာက သင်္ကေတများ၏ အဓိပ္ပာယ်ကို ပြောပြပါ။
  (အောက်ပါသင်္ကေတများမှာ နမူနာပုံသာ ဖြစ်ပါသည်။ မိမိတို့သက်ဆိုင်ရာဒေသရှိ အမှတ်သင်္ကေတများကို ဆီလျော်စွာ အသုံးပြုရန် အကြံပြုပါသည်။)
- ရပ်ရွာမှာ ဘယ်လိုအန္တရာယ်တွေ ရှိနိုင်သေးသလဲ။ ဒီ အန္တရာယ်ကို ကာကွယ်ဖို့ ဘယ်လိုပုံတွေဆွဲပြီး အသိပေးမလဲဟု မေး၍ ကလေးများအား ပုံဆွဲပါစေ။
- ကလေးများအား မိမိဆွဲထားသော သင်္ကေတပုံအကြောင်းကို အတန်းသို့ပြောပါစေ။

**သင်ပြမှုပုံစံ (၃)**

အကြောင်းအရာ ။ ။ ပွဲတော်များ

သင်ချိန် ။ ။ (မိနစ် ၃၀)

အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် ။ ။ မွေးနေ့ရထားစီး ကစားခြင်းဖြင့် သရုပ်ဖော်တတ်ရန်။ ကာယလှုပ်ရှားမှု လုပ်ဆောင်တတ်ရန်။

လုပ်ငန်းစဉ် ။ ။ **မွေးနေ့ရထားစီး ကစားနည်းဖြင့် သရုပ်ဖော်ခြင်း**

ကလေးတစ်ဦးအား မွေးနေ့ရှင်အဖြစ်ရွေးပါ။ ကျန်ကလေးများအား ဝိုင်းပြီးရပ်ပါစေ။ ဆရာက မွေးနေ့ရှင် ကလေး၏ လက်ကိုဆွဲပြီး ကလေးတွေဝိုင်းထားသည့် အဝိုင်း၏ အတွင်းဖက်မှလျှောက်ပါ။ ကျန်ကလေးများက အောက်ပါကဗျာကို ရွတ်ဆို၍ တစ်ယောက်ခါး တစ်ယောက်ဖက်ပြီး ရထားသွားသကဲ့သို့ သရုပ်ဆောင်ပါစေ။

(ထွက်လာပြီ)၂ မွေးနေ့ရထားကြီး ထွက်လာပြီ
မွေးနေ့ရှင်လေး ပြုံးနေတယ်၊ ရထားကြီးပေါ် တက်ပါကွယ်၊
မွေးနေ့ရှင်လေး ဘာလိုတယ်၊ တို့ကို ပြောပါကွယ်
လိုချင်တာ သွားဝယ်ဖို့၊ ရထားကြီးကို မောင်းကြစို့
(ဂျုံး ဂျုံး ဂျက် ဂျက်)၂

- ကလေးတိုင်းကို မွေးနေ့ရှင်အဖြစ် အလယ်မှာထားပြီး ထိုကစားနည်းကို ကစားနိုင်ပါသည်။

*(ဒေါက်တာ သိန်းလွင် ကစားနည်း ၁၀၀ မှကောက်နုတ်ယူထားပါသည်။)*

## ၅. ၂ စာရိတ္တ၊ မိတ္တနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခြင်း

စာရိတ္တ၊ မိတ္တနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများသည် ကျောင်းနေစဉ် ကာလအတွက်ရော ဘဝအတွက်ပါ အလွန်အရေးကြီးပါသည်။ စာရိတ္တ၊ မိတ္တနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားခံစားမှုဆိုင်ရာ အခြေခံကျွမ်းကျင်မှုများသည် ကလေးများ၏ အနာဂတ်ဘဝ အောင်မြင်ရေးအတွက် ခိုင်မြဲသည့် အကျိုးဆက်များကို ဖြစ်စေပါသည်။ သူငယ်တန်းကလေးများသည် မိမိကိုယ်ကို နားလည်မှု၊ ထိန်းချုပ်မှု၊ အများနှင့် ဆက်ဆံတတ်မှု၊ ကိုယ်ချင်းစာစိတ်အစရှိသော လူမှုဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများကို သင်ယူကြရမည်ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် မတူကွဲပြားမှုများကို လေးစားတန်ဖိုးထားခြင်းနှင့် မိမိ၏လုပ်ဆောင်ချက်များအပေါ် မိမိကိုယ်တိုင် တာဝန်ယူလိုစိတ် စသည်တို့ကိုလည်း မွေးမြူကြရမည် ဖြစ်သည်။ ဤနယ်ပယ် အတွင်းတွင် -

၁။ မိမိကိုယ်ကို သိခြင်းနှင့် ထိန်းသိမ်းခြင်း

၂။ မိမိ၏ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းကိုသိခြင်း

၃။ အများနှင့် ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံခြင်း

၄။ တာဝန်ယူဆုံးဖြတ်လုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်း စသည်တို့နှင့်ဆိုင်သော လုပ်ငန်းများပါဝင်ပါသည်။

## ၅. ၂. ၁ မိမိကိုယ်ကို သိခြင်းနှင့် ထိန်းသိမ်းခြင်း

မိမိ၏အားသာချက်များကို မိမိကိုယ်တိုင် သတိထားမိသော ကလေးများသည် မိမိကိုယ်ကို အကောင်းမြင်တတ်ပြီး တန်ဖိုးထားတတ်ပါသည်။ မိမိတို့ မည်သည့်အရာကို နှစ်သက်သည်၊ မည်သည့်အရာကို မနှစ်သက်၊ မည်သည့်အရာကို လုပ်နိုင်သည်၊ မည်သည့်အရာကို မလုပ်နိုင်ဟု ခွဲခြားနိုင်သည်။ ထို့ပြင် မိမိခံစားရသည်များကိုလည်း သိပြီး၊ အခြားသူများသိအောင်လည်း ပြောပြနိုင်သည်။

တစ်ချိန်တည်းမှာပင် အရာရာကို မိမိ၏အမြင်ဖြင့်သာ ကြည့်တတ်ပြီး အခြားသူများ၏ သဘောထား၊ ထင်မြင်ချက်၊ ခံစားချက်များကို ထည့်မစဉ်းစားဘဲ ပြောဆိုလုပ်ကိုင်တတ်ကြသည်။ သို့ဖြစ်ရာ ကလေးများကို အခြားသူများ၏ ခံစားချက်နှင့် သဘောထားများကို သတိပြုမိစေသည့် မိမိကိုယ်ကို ထိန်းသိမ်းနိုင်စွမ်းရရှိအောင်လည်း အကူအညီပေးရမည် ဖြစ်သည်။

## ၅. ၂. ၂ မိမိ၏ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းကိုသိခြင်း

ကလေးများကို မိမိနေထိုင်ကြီးပြင်းရာ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းကိုလည်း သိအောင်ပြုလုပ်ပေးရမည်။ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းဟုဆိုရာတွင် မိသားစု၊ ရပ်ရွာမှသည် မိမိနိုင်ငံအထိ အကျုံးဝင်ပါသည်။ ထိုအသိုင်းအဝိုင်းအတွင်းရှိလူများ၏ တူညီမှု၊ မတူညီမှုများကို ခွဲခြားသိမြင်နိုင်စွမ်းရှိစေရန် ဆောင်ရွက်ပေးရမည်ဖြစ်သည်။ မိမိ၏ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းကို သိသောကလေးများသည် အခြားသူများ၏ ခံစားချက်၊ ထင်မြင်ချက်များကို သတိထားမိပြီး မတူကွဲပြားခြင်းများကို လက်ခံကာ တန်ဖိုးထားလေးစားလာမည်ဖြစ်သည်။

## ၅. ၂. ၃ အများနှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံခြင်း

သူငယ်တန်းသို့ ရောက်ရှိလာသော ကလေးများအနေဖြင့် အများနှင့် ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့် လူမှုဆက်ဆံရေးကျွမ်းကျင်မှုများ ဖွံ့ဖြိုးလာမည် ဖြစ်သည်။ အခြားသူများနှင့် အတူလုပ်ကိုင်စဉ် လုပ်ငန်းပြီးမြောက်စေရန် မိမိကလည်း တစ်ထောင့်တစ်နေရာမှ ပါဝင်လုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်ကြောင်းလည်း သင်ယူရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ လုပ်ဆောင်နိုင်ရေးအတွက် စည်းကမ်းများသတ်မှတ်ရာတွင်လည်း ကလေးများပါဝင်နိုင်ပါသည်။ အခြားသူများနှင့် အတူတကွ အောင်မြင်စွာလုပ်ကိုင်ရင်းဖြင့် လူမှုဆက်ဆံရေးအလေ့အထများ ဥပမာ- အလှည့်စောင့်ရခြင်း၊ အခြားသူများပြောသည်ကို နားထောင်ပေးရခြင်းစသည့် ကောင်းသော လူမှုဆက်ဆံရေး အလေ့အထများ ဖွံ့ဖြိုးလာမည် ဖြစ်သည်။

## ၅. ၂. ၄ တာဝန်ယူ ဆုံးဖြတ်လုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်း

ကလေးများအနေဖြင့် တဖြည်းဖြည်း မိမိကိုယ်ကို တာဝန်ယူမှုနှင့် မိမိလုပ်ဆောင်ချက်အပေါ် တာဝန်ယူတတ်မှုတို့ ဖွံ့ဖြိုးလာအောင် သင်ယူရန်လည်း လိုအပ်ပါသည်။ ကလေးများအနေဖြင့် မိမိတို့ကိုယ်တိုင် မှီခိုကင်းစွာ လုပ်တတ်လာသည်နှင့်အမျှ ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်းနှင့် ပတ်သက်သည့် ကျွမ်းကျင်မှုများ တိုးတက်လာမည်ဖြစ်သည်။ ကလေးများအနေဖြင့် ပြဿနာများကိုစဉ်းစားပြီး ဖြေရှင်းနိုင်မည့် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးရှာဖွေရန် အခွင့်အလမ်းများ ဖန်တီးပေးသင့်သည်။ သို့မှသာ ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်စွမ်း၊ တာဝန်ယူနိုင်စွမ်း တိုးတက်လာမည်ဖြစ်သည်။

အထက်တွင် ဖော်ပြခဲ့သည့်နယ်ပယ်များအလိုက် အသိပညာကျွမ်းကျင်မှုနှင့် စိတ်နေသဘောထားများ ဖွံ့ဖြိုးစေရန်စီစဉ်ရာတွင် အောက်ပါလုပ်ငန်းများကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားနိုင်ပါသည်။

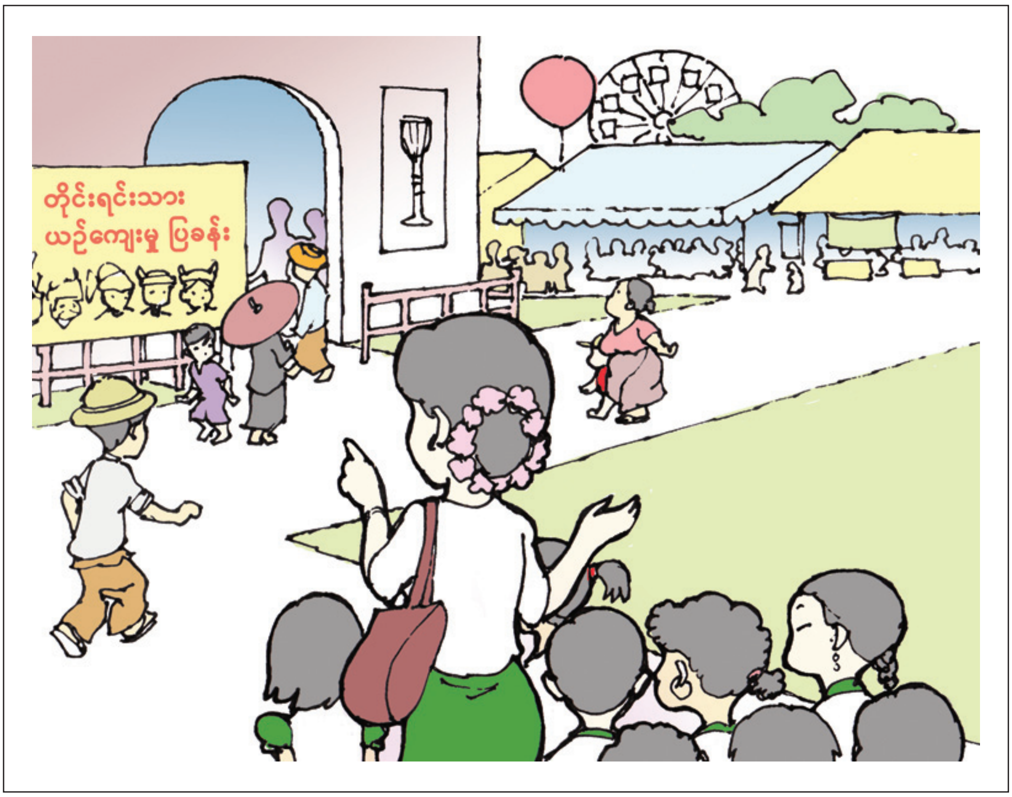
၁။ အကြောင်းအရာတစ်ခုကို အခြေပြုပြီး စီစဉ်ထားသော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ-ဥပမာ-မိမိအကြောင်း

၂။ အများနှင့်စုပေါင်းကစားရသည့် ကစားနည်းများ- ဥပမာ - ရွှေစွန်ညို

၃။ ပုံမှန်လုပ်ငန်းများ - ဥပမာ - စုပေါင်းချိန်၊ ထမင်းစားချိန်၊ နားချိန်များတွင် ပုံသေမထားဘဲ အလျဉ်းသင့်သလို လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်သော လုပ်ငန်းများ

၄။ အထူးတလည် ကျင်းပသည့် ပွဲလမ်းသဘင်များ - ဥပမာ - ရိုးရာပွဲတော်များ၊ မိဘများနှင့် မိတ်ဆုံပွဲများ

ထိုလုပ်ငန်းများကို လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရင်းဖြင့် ကလေးများသည် လူမှုဆက်ဆံရေးကျွမ်းကျင်မှု တိုးတက်လာမည် ဖြစ်သကဲ့သို့ မတူကွဲပြားမှုများကိုလည်း ပိုမိုနားလည်လက်ခံကာ တန်ဖိုးထားလာမည်ဖြစ်သည်။




စာရိတ္တ၊ မိတ္တနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခြင်း နယ်ပယ်အတွက် ဖော်ပြပါ နမူနာသင်ပြမှုပုံစံများကို ကြည့်ရှုလေ့လာနိုင်ပါသည်။

## သင်ပြမှုပုံစံ (၁)

အကြောင်းအရာ ။ ။ တို့မိသားစု
သင်ချိန် ။ ။ (မိနစ် ၃၀)
အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် ။ ။ မိသားစုဝင်များကို ကူညီပေးနိုင်သော လုပ်ငန်းများ ပြောပြတတ်ရန်။
လုပ်ငန်းစဉ် ။ ။ **တို့လည်းလုပ်နိုင်တယ် သီချင်းဆိုခြင်း (၁၀ မိနစ်)**

**"တို့လည်းလုပ်နိုင်တယ်"**
တို့များငယ်သော်လည်း ××× အလုပ်လုပ်တတ်တယ်
ဘယ်အလုပ်မဆို တို့များလုပ်တတ်တယ်
(ရေခပ်ပေး)၇ တတ်တယ်
(ဟင်းရွက်ခြွေ)၇ တတ်တယ်
(တံမြက်စည်းလှည်း)၇ တတ်တယ်
တို့များငယ်သော်လည်း ××× အလုပ်လုပ်တတ်တယ်။

**မိသားစုအား ကူညီပေးနိုင်သော အလုပ်များကို ပြောစေခြင်း (မိနစ် ၂၀)**

ကဗျာပါ မိသားစုအား ကူညီသောအလုပ်များကို ပြောပါစေ။ မိမိတို့မိသားစုကို ကူညီခဲ့ဖူးသော လုပ်ငန်းများကို အလှည့်ကျပြောပါစေ။ ဆက်လက်၍ နောက်ထပ် ဘာတွေလုပ်ပေးလို့ရသလဲ ဟုမေးပါ။ (မိသားစုဝင်များ နေမကောင်းချိန်တွင် ကူညီပေးနိုင်ခြင်း၊ မီးဖိုချောင်ကိစ္စ၊ အိမ်သန့်ရှင်းရေးကိစ္စများတွင် ကူညီပေးနိုင်ခြင်းများကို ကလေးများ ပြောနိုင်အောင် ဆရာက လှုံ့ဆော်အားပေးပါ။)

**သင်ပြမှုပုံစံ (၂)**

အကြောင်းအရာ ။ ။ ပွဲတော်များ
သင်ချိန် ။ ။ (မိနစ် ၃၀)
အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် ။ ။ မိသားစုအတွင်း ကျင်းပသောပွဲများအကြောင်း ပြောပြတတ်ရန်။
လုပ်ငန်းစဉ် ။ ။ **ပွဲများကို အမေး၊ အဖြေပြုလုပ်ခြင်း (၅ မိနစ်)**

- အောက်ပါမေးခွန်းများကိုသုံး၍ ဆရာက တစ်တန်းလုံးနှင့် ဆွေးနွေးပါ။
- ပွဲသွားဖူးသလား။
- ပွဲတွေသွားရတာ ပျော်သလား/မပျော်ဘူးလား။ အိမ်မှာ မိသားစုတွေနဲ့ ဘာပွဲတွေ လုပ်ကြသလဲ။

**နှစ်ယောက်တစ်တွဲ တွဲ၍ ဆွေးနွေးတင်ပြခြင်း (၁၅ မိနစ်)**

- ထို့နောက် သွားခဲ့ဖူးသောပွဲများအကြောင်းကို ကလေး နှစ်ယောက်တစ်တွဲ တွဲ၍ ဆွေးနွေးပါစေ။
- တစ်ဦးစီက မိမိသွားခဲ့သော ပွဲတော်အကြောင်းကို အတန်းသို့ တင်ပြပါစေ။ ကလေးပြောသည်များကို ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်တွင် တင်ပေးပါ။ (ဥပမာ- မွေးနေ့ပွဲ၊ ဘုရားပွဲ. . . )

**မိသားစုပွဲနှင့် ရပ်ရွာရှိ ပွဲတော်များကို ခွဲခြားကစားခြင်း (၁၀ မိနစ်)**

- ထို့နောက် စာသင်ခန်းတွင် မိသားစုနှင့် ရပ်ရွာဟူသော ရုပ်ပုံပါ စာတန်း နှစ်ခုကို နေရာနှစ်ခုခွဲ၍ ကပ်ထားပါ။ ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်ရှိ ပွဲအမည်တစ်ခုကို ရွတ်ပြတိုင်း ကလေးများအား သက်ဆိုင်ရာ နေရာတွင် ရပ်စေခြင်းဖြင့် မိသားစုနှင့် ရပ်ရွာတွင် ကျင်းပသောပွဲတော်အမည်ကို သိပါစေ။ (ဥပမာ- မွေးနေ့ပွဲဟု ပြောလျှင် မိသားစုနေရာတွင် ရပ်ရန်၊ ဘုရားပွဲဟုပြောလျှင် ရပ်ရွာနေရာတွင် ရပ်ရန်။)
- ဆရာက မိသားစုများအတွင်း ကျင်းပလေ့ရှိသော ပွဲများအကြောင်း ပြောပြပါ။ (ဥပမာ- မွေးနေ့ပွဲကို မွေးနေ့ရက်တွင် ကျင်းပသည်။ ဧည့်သည်များကို ဖိတ်၍ ကျွေးမွေးဒါနပြုသဖြင့် ကုသိုလ်ရကြောင်း . . . စသည်ဖြင့်)

## ၅. ၃ အပြန်အလှန်ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း

ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်းနယ်ပယ်တွင် သူငယ်တန်းကလေးများသည် ဘာသာစကားကျွမ်းကျင်မှုလေးမျိုး၏ အခြေခံများကို ခိုင်မာအောင်တည်ဆောက်သည့် လုပ်ငန်းများကို လုပ်ကိုင်ကြရပါသည်။ အထူးသဖြင့် မိခင်ဘာသာစကားအတွက် အခြေခံအုတ်မြစ်များကို တည်ဆောက်ခြင်းဖြစ်သည်။ သို့ရာတွင် တိုင်းရင်းသား ကလေး များအတွက်မူ မိခင်ဘာသာစကားအပြင် မြန်မာနိုင်ငံ၏ ရုံးသုံးဘာသာစကားဖြစ်သော မြန်မာဘာသာ

စကားကိုလည်း စတင်သင်ယူကြရမည်ဖြစ်သည်။ ပထမတန်းသို့ ရောက်ရှိသည့်အခါ မြန်မာဘာသာစကားကို သင်ကြားသင်ယူမှု ဘာသာစကားအဖြစ် တိုးမြှင့်အသုံးပြုလာမည်ဖြစ်ရာ လုံလောက်သော မြန်မာဘာသာစကား အခြေခံရရှိသွားပါက တိုင်းရင်းသားကလေးများအတွက် ပထမတန်းသို့အကူးအပြောင်းတွင် ပိုမို လွယ်ကူမည် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့အပြင် သူငယ်တန်းကလေးများအတွက် အင်္ဂလိပ်စာကိုလည်း မိတ်ဆက်သင်ယူကြရမည်ဖြစ် ပါသည်။

## ၅. ၃. ၁ အပြောဘာသာစကား ဖွံ့ဖြိုးမှု

အပြောဘာသာစကား၊ တစ်နည်းအားဖြင့် အနားအကြားနှင့် အပြောအဆိုကျွမ်းကျင်မှုများသည် ကလေး ဘဝတွင် ပထမဆုံးသင်ယူတတ်မြောက်သည့် ဘာသာစကားဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုဖြစ်ပြီး၊ အရေးအကြီးဆုံးနှင့် အသုံးအများဆုံး ဆက်သွယ်ရေးကိရိယာလည်း ဖြစ်သည်။ ကလေးများအတွက် ကိုယ်ပိုင် အတွေ့အကြုံများကို ရှာဖွေဖော်ထုတ် ထိန်းသိမ်းသည့် နည်းလမ်းလည်း ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် ကလေးကို မိမိ ကြီးပြင်းရသည့် ယဉ်ကျေးမှုပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ဆက်စပ်ပေးသည့် ကြားခံလည်း ဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် နောင်အခါ စာရေးစာဖတ် သင်ယူတတ်မြောက်ရန် မဖြစ်မနေ အခြေခံအဖြစ်ရှိထားရမည့် ကျွမ်းကျင်မှုလည်း ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်ရာ အပြောဘာသာစကားကို အသက်ရှစ်နှစ်အရွယ်အထိ သတ်သတ်မှတ်မှတ် သင်ပေးသင့်ကြောင်း ပညာရှင်များက အကြံပြုပါသည်။

အပြောဘာသာစကားဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ရာတွင် အောက်ဖော်ပြပါ လုပ်ငန်း (၅)မျိုးကို စီစဉ်ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။

### ၅. ၃. ၁. ၁ အနာအကြား၊ အပြောအဆို ကျွမ်းကျင်မှုလုပ်ငန်းများ စီစဉ်ပေးခြင်း

သူငယ်တန်းကလေးများသည် ဘာသာစကားကို အသုံးပြုလျက် ပတ်ဝန်းကျင်ကမ္ဘာလောကအကြောင်းကို သင်ယူနေသည့်အချိန်မှာပင် ဘာသာစကားကို ရည်ရွယ်ချက်အမျိုးမျိုးအတွက် နေ့စဉ် မည်သို့ အသုံးပြုနိုင်ကြောင်းကိုလည်း သင်ယူနေပါသည်။ အထူးသဖြင့် အပြန်အလှန် ပြောဆိုဆက်သွယ်ပုံများကို လေ့လာသင်ယူခြင်းဖြစ်သည်။ အပြန်အလှန်ပြောဆိုဆက်သွယ်ရာတွင် အနာအကြားနှင့် အပြောအဆို ကျွမ်းကျင်မှုသည် နေ့စဉ်ဘဝအတွက် အလွန်အရေးပါသော ကျွမ်းကျင်မှုများဖြစ်သည်။ အောက်ပါ နယ်ပယ်များအတွက်

- **အပြောစကားဆိုင်ရာ စည်းမျဉ်းများ**။ ။ စကားပြောသည့်အခါ အလှည့်စောင့်ရခြင်း၊ နားထောင်နေကြောင်း ပြသရခြင်း၊ လေယူလေသိမ်း၊ မျက်နှာဟန်ပန်အမူအရာ အစရှိသည့် စကားသံမဲ့ အပြုအမူများ ယှဉ်တွဲသုံးခြင်း စသည်တို့ကို သင်ယူရပါသည်။
- **နားထောင်ခြင်း**။ ။ တက်ကြွစွာနားထောင်တတ်သူများဖြစ်အောင် ပြုလုပ်ပေးရမည်။ ဆရာက နမူနာကောင်းအဖြစ် ပြသနိုင်ပါသည်။ ပုံပြင်များကို နားထောင်စေခြင်း၊ တေးကဗျာများ သင်ကြားသည့်အခါ ဦးစွာ ဂရုစိုက်နားထောင်စေခြင်း စသည်တို့ကို ပြုလုပ်ပေးသင့်သည်။
- **စကားပြောခြင်း**။ ။ စကားပြောသည့်အခါ ရင်းရင်းနှီးနှီး ပြောသည့်ပုံစံနှင့် ရိုသေလေးစားမှုကို ပြသပြီးပြောသည့်ပုံစံ နှစ်မျိုးလုံးကို ကလေးများအား နမူနာပြပေးရပါမည်။ စကားအပြန်အလှန်ပြောရသည့် အခွင့်အလမ်းများ ဖန်တီးပေးခြင်းဖြင့် အပြန်အလှန်ပြောခြင်းကို ပိုမိုကျွမ်းကျင်စေနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ အုပ်စုလုပ်ငန်းများ၊ သရုပ်ဆောင်ကစားခြင်းများ၊ အတုလုပ် ကစားခြင်းများ စီစဉ်ပေးနိုင်ပါသည်။ ထို့ပြင် စကားပြောသည့်အခါလိုက်နာရမည့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကိုလည်း သင်ပေးသင့်ပါသည်။ ဥပမာ - စကားလု မပြောရ။ ယဉ်ကျေးသော အသုံးအနှုန်းများသုံးပါ စသည်အားဖြင့်။

ထို့ပြင်ဆရာကလည်း စကားအပြောကြွယ်ဝရန် လိုအပ်ပါသည်။ အုပ်စုကြီး၊ အုပ်စုငယ်၊ တစ်ဦးချင်း မည်သို့သော အနေအထားတွင်ဖြစ်စေ ကလေးများနှင့် အပြန်အလှန် စကားပြောသည့်အခါ ကြွယ်ဝသည့်စကားများ ပြောပေးသင့်ပါသည်။ ကလေးများနှင့် စကားပြောသည့်အခါ

- အသုံးများသည့် စကားလုံးများ ၊ နေ့စဉ်သုံး စကားပြောတွင် အသုံးပြုသည့် စကားလုံးများ သုံးပါ။
- သရုပ်ဖော်ပြောဆိုလိုသည်များကို သဒ္ဒါမှန်ကန်စွာ ပြောပါစေ။
- ကလေးများ၏ ဉာဏ်ရည်ကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေပြီး စိတ်ဝင်စားမှု ဖြစ်စေသည့် အကြောင်းအရာများကို ဆွေးနွေးပါ။
- မျက်စိအောက်တွင်ရှိမနေသည့် အကြောင်းအရာများ၊ ကမ္ဘာကြီးနှင့် ပတ်သက်သော အကြောင်းများ၊ ကလေးများပြောလာသည့်အခါ နားထောင်တုံ့ပြန်ပါ။

### ၅. ၃. ၁. ၂ အပြောစာသား အမျိုးမျိုးနှင့် ထိတွေ့စေခြင်း

အနာအကြား၊ အပြောအဆို ကျွမ်းကျင်မှုအတွက် ကလေးကို အပြောစာသား အမျိုးမျိုးနှင့် ထိတွေ့နိုင်ခွင့်ရရှိအောင် စီစဉ်ပေးရပါမည်။ အပြောစာသား အမျိုးမျိုးဟုဆိုရာတွင်-

- ပုံပြင်များ
- အစီရင်ခံချက်များ
- အပြန်အလှန် ပြောစကားများ
- ညွှန်ကြားချက်များ
- ရှင်းလင်းချက်များ
- တွေ့ဆုံမေးမြန်းချက်များ စသည်တို့ ပါဝင်ပါသည်။

အထက်တွင်ဖော်ပြထားသည့် အပြောစာသားအမျိုးမျိုးနှင့် ထိတွေ့ခွင့်ရရှိစေရန် တစ်နေ့တာ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နေစဉ်အတွင်း အခွင့်အလမ်းများ ဖန်တီးပေးသင့်ပါသည်။ ကလေးများ အတူတကွလုပ်ကိုင်နိုင်သည့် လုပ်ငန်းများက အပြန်အလှန်စကားပြောခြင်း၊ တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း၊ ရှင်းလင်းခြင်းများအတွက် အခွင့်အလမ်းများ ပေးနိုင်သကဲ့သို့ စုပေါင်းချိန်များတွင်မူ ပုံပြင်များ၊ ဇာတ်လမ်းများ၊ အစီရင်ခံစာများ၊ ညွှန်ကြားချက်များနှင့်လည်း ရင်းနှီးစေနိုင်ပါသည်။

## ၅. ၃. ၁. ၃ ဘာသာစကား သင်ယူမှုဝန်းကျင် ဖန်တီးပေးခြင်း

ကလေးများ၏ဘာသာစကားဖွံ့ဖြိုးမှုကို အထောက်အကူဖြစ်စေသည့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဖန်တီးပေးရန်လိုအပ်ပါသည်။ ကလေးများလေ့လာသင်ယူရန် ကစားစရာများ၊ ကစားရန် နေရာများ၊ စာဖတ်ရန်နေရာများ၊ ကလေးများ၏ လက်ရာများကို စိတ်ဝင်စားဖွယ်ခင်းကျင်းပြသမှုများက ကလေး၏သင်ယူမှုကို အားပေးသည့်အပြင် ထိုအရာများကို အကြောင်းပြုပြီး ဘာသာစကားဖွံ့ဖြိုးမှုကိုလည်းများစွာ အထောက်အကူရစေပါသည်။

ထို့ပြင် အိမ်တွင်ပြောသည့်စကားကို ကျောင်းတွင် အသုံးပြုခွင့်ရပါကလည်း ဘာသာစကားတစ်ခုကို အခြေခံခိုင်ခိုင်မာမာဖြင့် တတ်မြောက်စေမည်ဖြစ်သည်။ ကလေးများကို အများရှေ့တွင် စကားပြောစေရန် အားပေးရမည်ဖြစ်သည်။ စာသင်ခန်းအတွင်းသန့်ရှင်းရေးအပါအဝင် ပုံမှန်လုပ်ငန်းတာဝန်များကို ခွဲဝေ လုပ်ကိုင်စေခြင်းဖြင့် စကားပြောရန် အခွင့်အလမ်းများ ပိုမိုရရှိစေမည်ဖြစ်သည်။

## ၅. ၃. ၁. ၄ ဝေါဟာရ ကြွယ်ဝစေခြင်း

သူငယ်တန်းကလေးများအဖို့ ကျောင်းသို့ရောက်လာသည့်အခါ မိမိတို့တတ်မြောက်ထားသည့် ဝေါဟာရ နယ်ပယ်ကို များစွာချဲ့ထွင် သင်ယူကြရတော့မည်ဖြစ်သည်။ ကျောင်းတွင် နားထောင်ရသည့် သို့မဟုတ် ဖတ်ရှု ရသည့် ပုံပြင်များ၊ ပါဝင်လုပ်ဆောင်ရသည့် လုပ်ငန်းများ၊ ကစားခြင်းများမှတစ်ဆင့် စကားလုံးအသစ်များ သင်ယူ ရရှိနိုင်ပါသည်။ ဘာသာရပ်နယ်ပယ်အလိုက် သီးသန့်အသုံးပြုသည့် ဝေါဟာရများကို စတင် သင်ယူရမည်ဖြစ်ပြီး ပထမတန်းအတွက်လည်း အဆင်သင့်ဖြစ်အောင် သင်ယူကြရမည်ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်ရာ သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှု နယ်ပယ်အလိုက် အသိသညာအသစ်များကို သင်ယူသည့်နည်းတူ ဆက်နွှယ်နေသည့် ဝေါဟာရအသစ်များကိုလည်း မလွဲမသွေ သင်ယူကြရပါမည်။ သင်္ချာ၊ သိပ္ပံ၊ သမိုင်း၊ ပထဝီဝင်စသည့် ဘာသာ ရပ်နယ်ပယ်အလိုက် သိထားရမည့် သင်ယူမှုဆိုင်ရာဝေါဟာရများကို အကြောင်းအရာအလိုက် စီစဉ်ထားသည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ရင်းဖြင့် ကြွယ်ဝသွားစေမည် ဖြစ်သည်။ ဘာသာရပ်နယ်ပယ်အလိုက် သီးသန့် ဖြစ်သော အသိသညာများကို ရှင်းလင်းပြသသည့်အခါ ဝေါဟာရကိုပါ တစ်ပါတည်း သင်ယူမှတ်မိနေအောင် လုပ်ဆောင်သင့်ပါသည်။

## ၅. ၃. ၁. ၅ အကြားမှတ်ဉာဏ် မြှင့်တင်ပေးခြင်း

အကြားမှတ်ဉာဏ်ဆိုသည်မှာ နှုတ်ပြောစကားမှတစ်ဆင့် ရရှိသော အချက်အလက်များကို မှတ်သားပြီး ပြန်လည် ထုတ်ယူအသုံးပြုသည့်ဖြစ်စဉ်ကို ခေါ်ပါသည်။ ဤဖြစ်စဉ်တွင် အာရုံစိုက်ခြင်း၊ နားထောင်ခြင်း၊ နားလည်အောင် ပြုလုပ်ခြင်း၊ မှတ်သားခြင်းနှင့် ပြန်လည်ထုတ်ယူခြင်း လုပ်ငန်းများပါဝင်သည်။ သို့ဖြစ်ရာ ထိုလုပ်ငန်းစဉ်များက ကလေး၏ အပြောဘာသာစကား ဖွံ့ဖြိုးမှုကို များစွာ အထောက်အကူပြုပါသည်။ အကြားမှတ်ဉာဏ် ထက်သန်စေရန်အတွက် အောက်ဖော်ပြပါလုပ်ငန်းများကို လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။

- တေးကဗျာများ၊ သီချင်းများကို ထပ်ကာထပ်ကာ လိုက်ဆိုခြင်း (တစ်ရက်တည်း အချိန်ရှည်လျားစွာ လုပ်ဆောင်ရန် မဟုတ်ပါ။ ကဗျာတစ်ပုဒ်ကို ထပ်ခါထပ်ခါ လိုက်ဆိုခြင်းကို ရက်အတော်ကြာ ပြုလုပ်ပေးခြင်းမျိုး ဖြစ်သည်။)
- နားထောင်ပြီးသည့် ပုံပြင်များကို ပြန်ပြောပြစေခြင်း (ရံဖန်ရံခါတွင် ရုပ်ပုံများ အသုံးပြုပြောစေပြီး၊ အလွတ်လည်း ပြောစေခြင်း)
- တစ်ပါးသူပြောစကားကို ပြန်ပြောစေခြင်း
- တွေ့ကြုံခဲ့သည့် အဖြစ်အပျက်တစ်ခုကို ပြန်ပြောစေခြင်း
- မှတ်ဉာဏ်ကစားနည်းများ ကစားခြင်း

## ၅. ၃. ၂ စာရေးစာဖတ်အစပျိုးသင်ယူခြင်း

သူငယ်တန်းကလေးများအနေဖြင့် စာရေးစာဖတ်ကို ပုံစံတကျ သင်ယူခြင်း မပြုလုပ်သေးပါ။ သို့ရာတွင် စာရေးစာဖတ် အစပျိုးသင်ယူခြင်း လုပ်ငန်းများကိုမူ လုပ်ဆောင်ရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ လုပ်ဆောင်ရင်းဖြင့် ကလေးများတွင် အဖိုးတန်စိတ်နေသဘောထားများ ဖွံ့ဖြိုးလာမည်ဖြစ်ပြီး နောင်အတန်းကြီးလာသည့်အခါ စာရေးစာဖတ် အမှန်တကယ်တတ်မြောက်ရေးအတွက် အထောက်အကူများစွာ ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။ ထိုစိတ်နေသဘောထားများထဲတွင်-

- ပုံပြင်များကို နားထောင်လိုသော ဆန္ဒရှိမှု
- စာဖတ်ပြခြင်းကို လိုလားတောင့်တမှု
- စကားလုံးများ၊ စာလုံးများအကြောင်း သိလိုစိတ်၊ စူးစမ်းလိုစိတ်ရှိမှု
- ပုံနှိပ်စာများ ၊ ရုပ်ပုံများကို စူးစမ်းလေ့လာလိုမှု
- စကားလုံးများနှင့် ကစားရခြင်းကို နှစ်သက်ပျော်ရွှင်မှု
- သီချင်းများ ၊ ကဗျာများ၊ တေးကဗျာများ၊ သီချင်းကဗျာ အတိုအစများ၊ စာအုပ်များ၊ သရုပ်ဆောင်ကပြခြင်းများကို နှစ်သက်သဘောကျမှုတို့ ပါဝင်ပါသည်။

**စာရေးစာဖတ် အစပျိုး သင်ယူခြင်းလုပ်ငန်းများထဲတွင် -**

- စကားသံများကို သိနားလည်ခြင်းဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ခြင်း
- စာအုပ်နှင့် ပုံနှိပ်စာများအကြောင်းသိခြင်း
- စာအုပ်များကို ဖတ်ခြင်း
- အက္ခရာစာလုံးများကို သိခြင်း၊ အက္ခရာစာလုံး သင်္ကေတဖတ်ခြင်း၊ စကားလုံးများကို သိရှိခြင်း
- စာရေးခြင်းအတွက် အစပျိုးပံ့ပိုးခြင်းများ ပါဝင်ပါသည်။

## ၅. ၃. ၂. ၁ စကားသံများကို သိနားလည်ခြင်းဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းများလုပ်ဆောင်ခြင်း

အပြောစကားနှင့် အပြောစကားလုံးများ၏ အသံသဘောကို သူငယ်တန်းကလေးများ ပိုမိုနားလည်သဘောပေါက်စေရန် ပံ့ပိုးပေးရမည်ဖြစ်သည်။ စကားလုံးတစ်လုံးတွင် အသံမည်မျှပါသည်ကို သိရှိပြီး အသံနှင့် စာလုံး သင်္ကေတများကို ယှဉ်တွဲမှတ်မိခြင်းဖြင့် စာရေးစာဖတ် တတ်မြောက်မှုကို လျင်မြန်ချောမွေ့စေပါသည်။ ဘာသာစကား၏ အသံများကို သတိမူမိစေသည့် လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ပါ။ အဆိုပါ လုပ်ငန်းများထဲတွင် အောက်ပါရည်ရွယ်ချက်များကို ပေါက်မြောက်စေမည့် ကစားနည်းများ ၊ ပုံပြင်၊ သီချင်း၊ ကဗျာများပါဝင်ပါသည်။

**ကာရန်**။ ။ အသံတူ(သရတူ)သည့် စကားလုံးများ ဖော်ထုတ်ခြင်း။ ဥပမာ တစ်ပြားနှစ်ပြား ၊ ပဲလင်ပြား၊ ပြားလားစက္ကူ ဖလံဖြူ စသည်. . .

**ရှေ့ဗျည်းသံတူစကားလုံးများ ဆင့်ကာဆင့်ကာ ရွတ်ဆိုခြင်း**။ ။ ဥပမာ- ရွှံ့ပေါ် ရှဉ့်ပြေး ရှဉ့်မွေး ရွှံ့မလူး။ လမ်းမမှာ လာနေတဲ့လူတွေကို လိုက်ကြည့်တာ လိပ်ပဲတွေ့တယ်။

**အသံတွဲခြင်း။** ။ ရုပ်ပုံများကို ပြပြီး စကားလုံး၏ အသံကို ခွဲခိုင်းခြင်း ၊ ဥပမာ-ငှက် ၊ခွေး ၊ ကြောင် ရုပ်ပုံ သုံးခုကိုပြပြီး ဘယ်ပုံက /ခ/ အသံနဲ့စတဲ့ ပုံလဲဟု မေးခြင်း။

## ၅. ၃. ၂. ၂ စာအုပ်နှင့် ပုံနှိပ်စာများအကြောင်းသိခြင်း

စာကောင်းကောင်းဖတ်တတ်သော သူတစ်ယောက်ဖြစ်ရန်အတွက် ကလေးများအနေဖြင့် စာအုပ်နှင့် ပုံနှိပ်စာများ၏ သဘောသဘာဝကို ကောင်းစွာ သိနားလည်ထားရန် အရေးကြီးပါသည်။ စာအုပ်တစ်အုပ်၏ အစိတ်အပိုင်းများ၊ စာအုပ်တစ်အုပ်၏ အသုံးအနှုန်းများ၊ ပုံနှိပ်ထားသည့်စာများသည် စကားလုံးများဖြစ်ကြောင်း၊ အသံထွက် ဖတ်၍ရကြောင်း၊ ပုံနှိပ်စာအမျိုးမျိုးနှင့် ၎င်းတို့၏ရည်ရွယ်ချက်များ( ဥပမာ-ပေးစာများ၊ သတိပေးအမှတ် အသားများ၊ ပုံပြင်စာအုပ်များ စသည်ဖြင့်)ကို ကောင်းစွာ နားလည်သိရှိသင့်ပါသည်။

ကလေးများကို စာအုပ်များနှင့် အခြားပုံနှိပ်စာများဖတ်လာအောင် အားပေးပါ။ ထိုသို့အားပေးရာတွင် -

- စာအုပ်အမျိုးမျိုးစုဆောင်းထားရှိသည့် စာကြည့်တိုက် သို့မဟုတ် စာဖတ်ရန်နေရာ
- နှစ်သက်သည့်စာအုပ်များကို ထပ်ကာထပ်ကာ ဖတ်ခြင်း (ကလေးများကို စာအုပ်များနှင့် ရင်းနှီးစေရန်၊ ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် စာဖတ်ခြင်းအလေ့ကို အားပေးရန်)
- စာသင်ခန်းတွင်း လုပ်ငန်းများနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးသည့် အရေးအသားများ (စာများ) (ဥပမာ အချိန်စာရင်း ၊ တာဝန်ကျစာရင်း၊ စာအုပ်စင်များတွင် စာအုပ်အမည်များ၊ စာရေးသူအမည်များ၊ ကျောင်းသားများ၏အမည်များ စသည်အားဖြင့် ကပ်ထားခြင်း)
- ကစားရန်နေရာများရှိစာများတွင် ချိတ်ဆွဲ/ကပ်ထားမည့် စာတန်းများ (ဥပမာ-သရုပ်ဆောင်ကစားရန် အမည်များ၊ သင်္ကေတများ၊ စာရင်းများ . . . စသည်ဖြင့်)

## ၅. ၃. ၂. ၃ စာအုပ်များကို ဖတ်ခြင်း

သူငယ်တန်းကလေးများကို စာဖတ်ချင်သော ဆန္ဒဖြစ်ပေါ်စေရန်လည်း အားပေးတိုက်တွန်းရမည် ဖြစ်သည်။ သူငယ်တန်း၏ အဓိကရည်မှန်းချက်တစ်ခုမှာ စာအုပ်နှင့် စာများကို ၎င်းတို့ဘဝ၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုအဖြစ် ဆက်စပ်မှုရှိနေစေရန် လှုံ့ဆော်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။ စာသင်ခန်းအတွင်း အပြန်အလှန်ဆွေးနွေးမှုများ၊ စဉ်းစားတွေးခေါ်ရန် အားပေးသည့် အပြန်အလှန် အမေးအဖြေများ၊ စာသားကို အခြေပြုသည့် ပျော်ရွှင်ဖွယ်လုပ်ငန်းများ၊ အရည်အသွေးရှိ ပုံပြင်စာအုပ်များ ဖတ်ခြင်းတို့သည် ကလေးများကို အမှန်တကယ် စာဖတ်တတ်သူများ ဖြစ်လာစေမည့် အခွင့်အလမ်း ကောင်းများဖြစ်ပါသည်။

ကလေးများအနေဖြင့် မိမိတို့ဖတ်ရှုရသည့် ပုံပြင်စာအုပ်များတွင် ပါဝင်သည့်အကြောင်းအရာများကို နားလည်သဘောပေါက်ရန် ယေဘုယျ အသိပညာအခံ တည်ဆောက်နိုင်မည့် အခွင့်အလမ်းများ လိုအပ်ပါသည်။ ကလေးများအဖို့ ဝေါဟာရကြွယ်ဝမှုကို တိုးမြှင့်နိုင်ရန် အကူအညီလိုအပ်ပါသည်။ ဝေါဟာရကြွယ်ဝမှုသာ မီးတောင်အကြောင်း၊ ပိုးတုံးလုံး၏ဘဝဖြစ်စဉ်၊ ဝက်ကလေးသုံးကောင် စသည့်အကြောင်းအရာများကို ဖတ်ရှုရသည့်အခါ၊ နားထောင်ရသည့်အခါ ကောင်းစွာနားလည်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။

**စာဖတ်ခြင်းဟုဆိုရာတွင် -**

- **ဆရာက စာအုပ်များကို ဖတ်ပြခြင်း။** ။ နှစ်သက်ပျော်ရွှင်ဖွယ်ကောင်းသော ပုံပြင်၊ ကဗျာ၊ အကြောင်းအရာ စာအုပ်အမျိုးမျိုးကို ကလေးများ ရင်းနှီးစေရန် တစ်နေ့လျှင် အနည်းဆုံး တစ်ကြိမ်၊ နှစ်ကြိမ်ခန့် နေ့စဉ် မိမိအတန်းကို ဖတ်ပြပါ။ စာမဖတ်မီ၊ ဖတ်ပြီးနှင့် ဖတ်ဆဲ အချိန်များတွင် အထောက်အကူပြုသည့် စကားအပြန်အလှန်ပြောခြင်းများ၊ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ပေးပါ။ ကလေးများ နှစ်သက်သောစာအုပ်များကို ထပ်ကာထပ်ကာ ဖတ်ပြခြင်းအားဖြင့် စာအုပ်နှင့်ရင်းနှီးမှုရသွားပြီး၊ မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ကြိုးစားဖတ်ရှုလာနိုင်ခြေ တိုးပွားလာမည်ဖြစ်သည်။
- **ကလေးများနှင့်အတူစာဖတ်ခြင်း။** ။ ဆရာဖတ်ပြပြီးသောစာအုပ်ကိုပင် ကလေးများနှင့်အတူ ထပ်မံဖတ်နိုင်ပါသည်။စာအုပ်ကြီးများသို့မဟုတ် စာလုံးကြီးများဖြင့် ရေးထားသောစာများကို ကလေးများအား ဖတ်ပြပါ။ ဖတ်ပြစဉ် စာလုံးများကို ထောက်ပြပါ။ ထိုသို့ ဖတ်ပြစဉ်တွင် အောက်ဖော်ပြပါ အခြေခံသဘောများကို ကလေးများ သိသွားအောင် အားထုတ်ပါ။

## ၅. ၃. ၂. ၄ အက္ခရာစာလုံးများကို သိခြင်း၊ အက္ခရာစာလုံးသင်္ကေတဖတ်ခြင်းနှင့် စကားလုံးများကို သိရှိခြင်း

သူငယ်တန်းတစ်နှစ် ပြီးဆုံးသည့်အခါ ကလေးများအနေဖြင့် မိမိတို့၏ ဗျည်းအက္ခရာ အားလုံးနီးပါးလောက်၏ အမည်ကို သိရှိပြီး ဖြစ်သင့်ပါသည်။ အက္ခရာများကို မည်ကဲ့သို့ စီထားသည်ဖြစ်စေ ကလေးများအနေဖြင့် အလွယ်တကူ အမည်ကို ပြောပြနိုင်ရပါမည်။ အလားတူပင် အသံကိုလည်း ထွက်နိုင်ရပါမည်။ ထို့အပြင် အတွေ့များသည့် စကားလုံးအချို့ကိုလည်း အမြင်စွဲဖြင့် ဖတ်ရှုနိုင်ရပါမည်။ (ဥပမာ- သူငယ်တန်း၊ ကျား၊ မ) အက္ခရာစာလုံးများကို ခွဲခြား ဖော်ထုတ်နိုင်ရေးအတွက် စီစဉ်ထားသော အထောက်အကူပစ္စည်းများဖြင့် ကလေးများ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ပါစေ။ အဆိုပါအထောက်အကူများထဲတွင် -

- အက္ခရာစာအုပ် (ကကြီး ၊ ခခွေး စာအုပ်)
- အက္ခရာ ကတ်ပြားများ
- အက္ခရာထွင်း စာလုံးများ
- အက္ခရာကားချပ် စသည်တို့ ပါဝင်ပါသည်။

ကလေးများအတွက် အဓိပ္ပာယ်ရှိသော အက္ခရာစာလုံးများ၏ အမည်များကို တိုက်ရိုက် သင်ကြားပါသည်။ ဥပမာ - **ခင်ခင်** နဲ့ **ခန့်စည်သူ** တို့ရဲ့ နာမည်တွေက စတဲ့စာလုံးက အတူတူပဲ။

ဘယ်စာလုံးလဲသိလား။ ဟုတ်တယ်။ သူတို့နာမည်နှစ်ခုလုံးက ဟောဒီစာလုံး **'ခခွေး'** နဲ့စတယ်။

## ၅. ၃. ၂. ၅ စာရေးခြင်းအတွက်အစပျိုးပံ့ပိုးခြင်း

သူငယ်တန်းနှစ်အစောပိုင်းတွင် သူငယ်တန်းကလေးများ စာရေးသည်ဆိုသည်မှာ ရေးခြစ်ခြင်းနှင့် ရုပ်ပုံဆွဲခြင်းမျှသာ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ ရေးခြစ်ရန် စာရွက်များ၊ ခဲတံ၊ မင်တံများနှင့် စာအုပ်လုပ်ရန် လိုအပ်သောပစ္စည်းများ ပံ့ပိုးပေးခြင်းဖြင့် ကလေးများအဖို့ တစ်နှစ်ပတ်လုံးအတွင်း မိမိတို့ကိုယ်တိုင် လွတ်လပ်စွာစာရေးခြင်းဆီသို့ တိုးတက်သွားနိုင်ပါသည်။ နှစ်အဆုံးတွင်မူ သူငယ်တန်းကလေးများ အနေဖြင့် မြန်မာဗျည်းအက္ခရာ (၂၅) လုံးကို အရစ်အဆွဲမှန်ကန်စွာ ရေးတတ်သွားရန် မျှော်မှန်းပါသည်။
စာရေးခြင်းကို အစပျိုးလုပ်ဆောင်သည့် အလုပ်များကိုအားပေးပါ။ ဥပမာ -

- လွတ်လပ်စွာ ရေးခြစ်ခြင်း၊ စာလုံးများ ကျပန်းစီခြင်း၊ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကူးဖြင့် စာလုံးများကို ရေးသားစေခြင်း။
- စာရေးရန် ပစ္စည်းများဖြစ်သည့် ခဲတံ၊ မင်တံ၊ စုတ်တံ၊ ဆေး၊ စာရွက်များ ထားပေးခြင်း။
- ကလေးများပြောသည့် စကားကို ဆရာကသင်ပုန်းပေါ်တွင် ရေးပေးခြင်း။
- စာသင်ခန်းတွင်း လုပ်ငန်းများနှင့် ချိတ်ဆက်ထားသည့် ညွှန်ကြားချက် အတိုများ၊ သင်္ကေတများ၊ ဆိုင်းဘုတ် များကို စီစဉ်ပေးထားခြင်း။
- ကစားခြင်းနှင့် ဆက်နွှယ်နေသည့် စာရေးရန်ပစ္စည်းများ ထားပေးခြင်း။

## ၅. ၃. ၃ အကြောင်းအရာတစ်ခုကို အခြေပြုပြီး ပေါင်းစပ်ထားသောလုပ်ငန်းများ

ကလေးများ၏ ဘာသာစကားဖွံ့ဖြိုးမှု၊ စာရေးစာဖတ် အစပျိုးသင်ယူမှုနှင့်အတူ ကလေးများ စိတ်ဝင်စားသည့် အကြောင်းအရာများကို စူးစမ်းလေ့လာနိုင်ရန် အခွင့်အလမ်းများ ဖန်တီးပေးသင့်ပါသည်။ ရည်ရွယ်ချက်မှာ ကမ္ဘာလောကကြီးနှင့်ပတ်သက်ပြီး သင်ယူလေ့လာရာတွင် စာရေး၊ စာဖတ်နှင့် အပြောစကားကို အသုံးပြုစေရန် ဖြစ်သည်။ ခေါင်းစဉ်တစ်ခုကို သတ်မှတ်ပြီးပါက

- ခေါင်းစဉ်နှင့်သက်ဆိုင်သည့် အကြောင်းအရာများပါဝင်သည့် စာအုပ်ကို ကလေးများအား ဖတ်ပြပါ။ ကလေးများကိုယ်တိုင်လည်း ကိုင်တွယ်ဖတ်ရှု လေ့လာပါစေ။
- တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း၊ စမ်းသပ်လုပ်ဆောင်ခြင်း ၊ ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်းတို့ဖြင့် အချက်အလက်များ စုဆောင်းပါစေ။
- ကြည့်ရှုလေ့လာ မှတ်သားရရှိချက်များ၊ ရရှိသည့် သတင်းအချက်အလက်များကို မှတ်တမ်းတင်ရန်အတွက် အစပျိုးစာရေးခြင်း အလုပ်ကိုလုပ်နိုင်အောင် အားပေးပါ။
- ၎င်းတို့ သင်ယူရရှိခဲ့သည်များကို စုစည်းပြောပြစေသည့် သရုပ်ဆောင်ကစားနည်းများ စီစဉ်လုပ်ဆောင်ပေးပါ။

ထိုကဲ့သို့ လုပ်ငန်းများပေးခြင်းအားဖြင့် ကလေး

များ၏ ဘာသာစကားနှင့် စာရေးစာဖတ် ကျွမ်းကျင်မှုများတိုးတက်လာပြီး၊ အခြေခံအသိပညာများကိုလည်း တန်ဖိုးရှိစွာရယူသွားမည်ဖြစ်သည်။

**ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း နယ်ပယ်အတွက် ဖော်ပြပါ နမူနာသင်ပြမှုပုံစံကို ကြည့်ရှုလေ့လာနိုင်ပါသည် -**

**သင်ပြမှုပုံစံ (၁)**

| | | |
|---|---|---|
| အကြောင်းအရာ | ။ | ။ မိမိအကြောင်း |
| သင်ချိန် | ။ | ။ (မိနစ် ၃၀) |
| အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် | ။ | ။ "Hello" ကဗျာပါစကားလုံးများကိုအသုံးပြု၍ မိမိအမည်ကို အစားထိုး ရွတ်ဆိုတတ်ရန်။ |
| လုပ်ငန်းစဉ် | ။ | ။ "Hello"ကဗျာကို ဆရာ၏ဦးဆောင်မှုဖြင့် နှစ်ယောက်တစ်တွဲတွဲ၍ နှုတ်ဆက် ပြောခြင်း။ |

- "Hello" ကဗျာကိုတစ်တန်းလုံးအမူအရာဖြင့်ရွတ်ဆိုပါ။
- ကလေးတစ်ဦးကိုအတန်းရှေ့လာပါစေ။
- ဆရာက"Hello" ကဗျာပါစကားလုံးသုံး၍(အမည်) နေရာတွင်မိမိ၏ အမည်ကို အစားထိုး၍ရွတ်ဆိုပြပါ။
- အတန်းရှေ့သို့ခေါ်ထားသော ကလေးကိုလည်းမိမိအမည်ကို အစား ထိုးပြီး ရွတ်ဆိုပါစေ။
- ဆရာနှင့်ကလေးအပြန်အလှန်မိမိအမည်များကိုအစားထိုး၍ပြောပါ။
- တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးနှုတ်ဆက်ပြောဆိုသောကလေး(၂)ဦးအား ဖိတ်ခေါ်ပါ။ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးအပြန်အလှန်နှုတ်ဆက်ပြောပါစေ။
- ဆရာကအနားမှကူညီပံ့ပိုးပါ။

| | | |
|---|---|---|
| သင်ချိန် | ။ | ။ (မိနစ် ၃၀) |
| အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် | ။ | ။ "Good Morning" စကားလုံးကိုအသုံးပြု၍ပြောတတ်ရန်။ |
| လုပ်ငန်းစဉ် | ။ | ။ "Good Morning" စကားလုံးကိုအသုံးပြု၍ အချင်းချင်း ပြောဆိုနှုတ်ဆက်ခြင်း။ |

- "Good Morning" ကဗျာကိုဆရာနှင့်ကလေးများအတူတူအမူအရာနှင့် ရွတ်ဆိုပါ။
- ဆရာကကလေး(၁)ဦးနှင့်အတူ "Good Morning" ကဗျာကိုအပြန်အလှန် ရွတ်ဆို၍နမူနာပြနှုတ်ဆက်ပါ။
- ကလေးများအားနှစ်ယောက်တစ်တွဲစီတွဲပါ။
- အထက်ပါနည်းအတိုင်း"Good Morning"ကဗျာကိုတစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး အပြန် အလှန်အမူအရာဖြင့်ရွတ်ဆို၍နှုတ်ဆက်ပါစေ။
- လိုအပ်ပါကဆရာကကူညီပံ့ပိုးပါ။
- A to Z ထိ အက္ခရာကတ်ပြားဖြင့် ကစားနည်းများကို သင်ပြမှုပုံစံတွင် ထည့်သွင်း ထားပါသည်။

## သင်ပြမှုပုံစံ (၂)

အကြောင်းအရာ ။ ။ မိမိအကြောင်း

သင်ချိန် ။ ။ (မိနစ် ၃၀)

အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် ။ ။ ပုံပြင်ကို နားထောင်တတ်ရန်။

လုပ်ငန်းစဉ် ။ ။ **ပုံပြောခြင်း (ကျွန်တော့်အမေလားခင်ဗျာ)**

ဆရာက ပုံပြင်ပါ အကြောင်းအရာကို အလွတ်ရသည်အထိ ဖတ်ထားပါ။

**(၁) ပုံပြင်မပြောမီ**

- ဆရာက ကလေးများအား ပစောက်ပုံ ဝိုင်းထိုင်ပါစေ။
- ဆရာက ကလေးများ၏ ထိပ်တွင် ကလေးများ မျက်စိနှင့် တစ်တန်းတည်း ဖြစ်အောင် ထိုင်ပါ။
- ကလေးများအား "ကျွန်တော့်အမေလားခင်ဗျာ" ပုံပြင်စာအုပ်၏ မျက်နှာဖုံးပါ ရုပ်ပုံများကို မိတ်ဆက်ပေးပါ။
- ပုံပြင်၏ ခေါင်းစဉ်ကို မိတ်ဆက်ပေးပါ။

**(၂) ပုံပြင်ပြောနေစဉ်**

- ဆရာက ပုံပြင်ပါ အကြောင်းအရာကို အသံနေအသံထား ဟန်ပန် အမူအရာဖြင့် ပြောပါ။
- သင့်လျော်သောနေရာတွင် ရပ်၍ မေးခွန်းများမေးပါ။ (ဥပမာ- ဘာဆက်ဖြစ်မယ် ထင်သလဲ။ သူတို့ ဘာတွေပြောနေမယ် ထင်သလဲ . . . စသည်ဖြင့်)
- ကလေးများအား ပုံပြင်ပါ တိရစ္ဆာန်များ၏ အော်သံ၊ လှုပ်ရှားပုံများကို လည်း ပြုလုပ်ပါစေ။

**(၃) ပုံပြင်ပြောပြီးနောက်**

- ပုံပြင်နှင့်ပတ်သက်သော မေးခွန်းများမေးပါ။ (ဥပမာ- ပုံပြင်က ဘာအကြောင်းလဲ။ ဘယ်သူ့ အကြောင်းလဲ။ ဘာတွေလုပ်ကြတာလဲ. . . စသည်ဖြင့်)
- ကလေးများ မှတ်မိသမျှ ပြောပါစေ။
- ကလေးများ မှတ်မိသမျှ ထင်မြင်ချက်ပြောပြီးတိုင်း ဆရာကချီးကျူးပါ။

(မှတ်ချက်။ ။ ဆရာက ပုံပြင်ပြောနည်းအဆင့်အလိုက် သင်ချိန်များကို စီမံခန့်ခွဲပါ။)

## သင်ပြမှုပုံစံ (၃)

| | | |
|---|---|---|
| အကြောင်းအရာ | ။ ။ | ငှက်များ |
| သင်ချိန် | ။ ။ | (မိနစ် ၃၀) |
| အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် | ။ ။ | ပုံပြင်ပါ ထပ်ကျော့စကားလုံးများကို ဖတ်တတ်ရန်။ |
| လုပ်ငန်းစဉ် | ။ ။ | **ပုံပြင်ဖတ်ခြင်း (စကားနည်း၍ အလုပ်လုပ်သော ပင့်ကူကလေး)** ဆရာက ပုံပြင်ပါအကြောင်းအရာကို အလွတ်ရသည်အထိ ဖတ်ထားပါ။ |

**(၁) ပုံပြင်မဖတ်မီ**

- ကလေးအားလုံး ပုံပြင်စာအုပ်ကိုမြင်နိုင်ရန် ဆရာအနားတွင် ထိုင်ပါစေ။
- ကလေးများအား "စကားနည်း၍ အလုပ်လုပ်သော ပင့်ကူကလေး" ပုံပြင်စာအုပ်၏ မျက်နှာဖုံးပါ ရုပ်ပုံများကို မိတ်ဆက်ပေးပါ။
- မျက်နှာဖုံးပါ ရုပ်ပုံများအကြောင်းကို ကလေးနားလည်သလို ပြောပါစေ။
- ဆရာက ပုံပြင်၏ ခေါင်းစဉ်ကို လက်ထောက်၍ဖတ်ပြပြီး မိတ်ဆက်ပါ။

**(၂) ပုံပြင်ဖတ်နေစဉ်**

- ဆရာက ပုံပြင်ပါ စာလုံးများကို လက်ထောက်ပြီး အသံနေအသံထားဖြင့် အဖြတ်အတောက် မှန်ကန်စွာ ဖတ်ပါ။ (ဥပမာ- စကားနည်း၍ အလုပ်လုပ်သော ပင့်ကူကလေး)
- ဖတ်သည့်စာလုံးနှင့် ထောက်ပြသည့်လက် တစ်ထပ်တည်းကျအောင် ဖတ်ပါ။
- ဆရာက အကြိမ်ကြိမ် ဖတ်ပြပါ။
- ကလေးများ တဖြည်းဖြည်းချင်း ဖတ်နိုင်သည့်နေရာတွင် လိုက်ဖတ်ပါစေ။
- ပုံပြင်ကို နောက်ထပ်တစ်ခေါက် ဆရာနှင့်ကလေး အတူတူ ဖတ်ပါ။

**(၃) ပုံပြင်ဖတ်ပြီးနောက်**

- ဆရာထောက်ပြသော ပုံပြင်ပါ စာလုံးများကို ကလေးများ မှတ်မိသမျှ ဖတ်ပါစေ။
- ကလေးကိုယ်တိုင် လက်ထောက်ပြီး လွတ်လပ်စွာ ဖတ်ပါစေ။
- လိုအပ်လျှင် ဆရာက ကူညီပါ။

(မှတ်ချက်။ ။ဆရာက ပုံပြင်ဖတ်နည်းအဆင့်အလိုက် သင်ချိန်များကို စီမံခန့်ခွဲပါ။)

## သင်ပြမှုပုံစံ (၄)

| | | |
|---|---|---|
| အကြောင်းအရာ | ။ ။ | အပင်များ |
| အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် | ။ ။ | 'ဝ' ဗျည်း အသံနှင့်အမည်ကို ရွတ်ဆိုတတ်ရန်။ |
| လုပ်ငန်းစဉ် | ။ ။ | **'ဝ' ဗျည်း အမည်၊ သင်္ကေတနှင့် အသံ** |

'ဝ' ဗျည်း ကဗျာကို ပြန်လည်ရွတ်ဆိုပါစေ။ -

ဆရာက 'ဝ' ဗျည်း သင်္ကေတကို သင်ပုန်းပေါ်တွင်ရေးပြီး ထောက်ပြ၍ အမည်မှာ 'ဝ' လုံးဖြစ်ကြောင်း ပြောပါ။

- ထို့နောက် ဆရာက 'ဝ' လုံး၏ အသံမှာ 'ဝ' ဖြစ်ကြောင်း ပြောပါ။
- ဆရာက 'ဝ' အသံကို နမူနာရွတ်ပြပြီး ကလေးများအား လိုက်၍ ရွတ်ဆိုပါစေ။
- ဆရာက ကလေးများအား 'ဝ' သံပါသော ရုပ်ပုံနှင့် 'ဝ' သံ မပါသော ရုပ်ပုံများဝေပေးပြီးနောက် 'ဝ' သံပါသောရုပ်ပုံများ ရွေးချယ်၍ ရုပ်ပုံ အမည်ကို ပြောပါစေ။

(ဥပမာ- ပစ်တိုင်းထောင်၊ ဖိုးဝရုပ်၊ ဝါးပင်၊ အုန်းပင်၊ ဝါပင်၊ နှင်းဆီပင်၊ ငါး၊ ဖား၊ ဝက်. . . စသည်ဖြင့်)

## သင်ပြမှုပုံစံ (၅)

| | | |
|---|---|---|
| အကြောင်းအရာ | ။ ။ | **ရေ** |
| အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် | ။ ။ | 'ဝ' ဗျည်းကို ရေးတတ်ရန် |
| လုပ်ငန်းစဉ် | ။ ။ | **'ဝ' ဗျည်းရေးခြင်း** |

'ဝ' ဗျည်း (ကဗျာ)ကို ကလေးများအား ပြန်လည်ရွတ်ဆိုပါစေ။

- ဆရာက ကလေးများအား ကျောပေးရပ်ပါ။
- အတန်းအား ခေါင်းငဲ့ကြည့်လျက် ညာလက်ကိုမြှောက်ပြီး လေထဲတွင် လက်ညှိုး ဖြင့် အောက်ခြေမှ လက်ယာရစ်ဆွဲရန် ညွှန်ကြားလျက် 'ဝ'လုံး ရေးဆွဲပြပြီး နှုတ်မှလည်း 'ဝ' ဟု ရွတ်ဆိုပြပါ။
- ကလေးများအား လိုက်လုပ်ပါစေ။
- ဤနည်းအတိုင်း ဆရာနှင့်ကလေးများ ထပ်ကာထပ်ကာပြုလုပ်ပါ။
- ထို့နောက် ဆရာနှင့်ကလေးများ အတူတန်းစီ၍ ဝိုင်းရပ်ပါ။
- ဆရာက ကိုယ့်ရှေ့မှာရှိတဲ့ သူငယ်ချင်းရဲ့ကျောပေါ်မှာ 'ဝ'လုံး ရေး ကြရအောင် ဟု ပြောပြီး ရှေ့မှကလေး၏ ကျောပေါ်တွင် 'ဝ'လုံး ရေးပြပြီး နှုတ်မှလည်း ရွတ်ဆိုပြပါ။ ဤနည်းအတိုင်း ကလေးများ တစ်ဦးကျောပေါ် တစ်ဦးဆက်၍ ရေးဆွဲစေပြီး နှုတ်မှလည်း ရွတ်ဆို ပါစေ။
- ဆရာကသင်ပုန်းပေါ်တွင် 'ဝ'လုံးကို အားလုံးမြင်သာအောင် ရေးဆွဲ

ပြပြီး နှုတ်မှလည်း ရွတ်ဆိုပါ။

- ကလေးများအား စာအုပ်ထဲတွင် ကူးတတ်သလိုရေးစေပြီး နှုတ်မှလည်း "ဝ"ဟု ရွတ်ဆိုပါစေ။ ယခင် သင်ပြီးခဲ့သည့် ခဲတံကိုင်နည်းကို ပြန်လည် ပြောပြပါ။
- ကလေးများအား "ဝ"စာလုံးပုံ အစက်ချထားသော စာရွက်များပေးပြီး ၎င်းစာရွက်ပေါ်တွင် ခဲတံဖြင့်အစက်များကို ဆက်၍ ရေးဆွဲပါစေ။ ရေးနေစဉ်တွင် နှုတ်မှလည်း "ဝ"ဟု ရွတ်ဆိုပါစေ။ ကလေးများရေးဆွဲနေစဉ် ဆရာက လိုက်လံကြည့်ရှုပေးပါ။
- ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်တွင် လေးကြောင်းမျဉ်းဆွဲပြီး ဝလုံးအရစ် အဆွဲမှန်အောင် ဆွဲပြပါ။ ကလေးများအားလည်း ၎င်းတို့၏ လေးကြောင်းမျဉ်းပါ စာအုပ်တွင်လိုက်၍ ရေးပါစေ။
- ကလေးများရေးနေစဉ် ဆရာက လိုက်လံကြည့်ရှုပါ။

မှတ်ချက်။ ။ ကလေးဦးရေနှင့်ကလေးများ၏ ရေးသားနိုင်မှု အခြေအနေအပေါ်မူတည်၍ ဆရာက လိုအပ်သလို အချိန်ကို စီမံခန့်ခွဲ၍ သင်ပေးပါ။

## သင်ပြမှုပုံစံ (၆)

အကြောင်းအရာ ။ ။ **ရာသီဥတု**

သင်ချိန် ။ ။ (မိနစ် ၃၀)

အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် ။ ။ အာရုံစူးစိုက်ပြီး ဗျည်းအက္ခရာစာလုံးများနှင့် ကစားတတ်ရန်။

လုပ်ငန်းစဉ်။ ။ **စာလုံးဘင်ဂိုကစားခြင်း**

(က) အုပ်စုငယ်များဖွဲ့ပါ။

(ခ) အုပ်စုတစ်စုကို အက္ခရာစာလုံးကတ်ပြား(၉)ခု တစ်စုံစီ ပေးပါ။ ကတ်ပြားများကို (၃)ခုစီ တန်း၍ စီရန် ညွှန်ကြားပါ။ ကူညီပါ။ (ကြိုက်သလို စီစဉ်နိုင်ခွင့်ပေးပါ။)

(ဂ) ဆရာက အက္ခရာတစ်လုံးစီကို ကျပန်းခေါ်ပေးပါ။ အုပ်စုများက မိမိတို့ ကတ်ပြားများကိုကြည့်ပြီး ဆရာခေါ်သော အက္ခရာရှိပါက ၎င်းအက္ခရာကတ်ပြားကို ၎င်း၏ နေရာတွင်ပင် မှောက်ထားပါစေ။

(ဃ) ဤနည်းအတိုင်း အက္ခရာများကို ဆက်လက်ခေါ်သွားပါ။ အက္ခရာများ ဘေးတိုက်(သို့မဟုတ်) ဒေါင်လိုက် (သို့မဟုတ်) ထောင့်တန်း သုံးလုံးတန်း မှောက်ပြီးပါက ထိုအသင်းမှ ဘင်ဂိုဟုအော်ပြီး အနိုင်ရကြောင်း ပြောပါစေ။

(င) ထိုနည်းအတိုင်း ဒုတိယ၊ တတိယ ဆက်ရွေးချယ်ပါ။

မှတ်ချက်။ အုပ်စုတစ်စုကို အက္ခရာစာလုံး ကတ်ပြား (၄)ခု

တစ်စုံစီလည်း ပေးနိုင်ပါသည်။
ဥပမာ- နမူနာစာလုံးများ

| | |
|---|---|
| ဝ | ဂ |
| ပ | င |

| | | |
|---|---|---|
| က | စ | န |
| ဝ | ည | မ |
| ပ | လ | ဆ |

**သင်ပြမှုပုံစံ (၇)**

အကြောင်းအရာ ။ ။ **မိမိအကြောင်း**

သင်ချိန် ။ ။ (မိနစ် ၃၀)

အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် ။ ။ အာရုံ (၅)ပါးကို အသုံးပြု၍ မိမိစိတ်ကူးကို ပြောပြတတ်ရန်။ (ပြောဆိုမှုစွမ်းရည်)

လုပ်ငန်းစဉ် ။ ။ **ဘာတွေလဲ**

(က) အဝတ်အိတ် တစ်ခု (သို့) လွယ်အိတ်တစ်ခုကိုယူပါ။ ပစ္စည်းအမျိုးမျိုး ထည့် ထားပါ။ ကလေးများ မြင်တွေ့နေကျ ပစ္စည်းမျိုး ဖြစ်သင့်ပါသည်။ (ဥပမာ- သစ်ရွက်၊ ခဲတံ၊ ခဲဖျက်၊ စက္ကူ၊ ရေမြှုပ်၊ ကျွတ်ကျွတ်အိတ်၊ ငှက်မွေး၊ အဝတ်စ၊ အဖုံးများ၊ ချွန်စက်. . . စသည်ဖြင့်)

(ခ) ကလေးကို မျက်စိပိတ်၍ အိတ်ထဲသို့လက်နှိုက်၍ ပစ္စည်း (၁)ခုကို ယူပါစေ။ မျက်စိမဖွင့်မီ ယူလိုက်သော ပစ္စည်းကို တိတိကျကျ ပြောပြပါစေ။ ပြီးမှ မျက်စိ ဖွင့်ခိုင်းပါ။ ဆောင်ရွက်မှုကို အားပေးပါ။ ပထမ ကလေးထုတ်ယူသော ပစ္စည်းအကြောင်းကို ကျန်ကလေးများအား ပြောပါစေ။ **(ဥပမာ- ပုံသဏ္ဌာန်၊ အသုံးဝင်ပုံ)** ပစ္စည်းများ အစား သစ်သီးများကိုလည်း သုံးနိုင်သည်။

## ၅. ၄ သင်္ချာအခြေခံများကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်း
## ၅. ၄. ၁ ကိန်းဆက်စပ်ပုံများကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်းနှင့် အဆင်ပုံစံများ

ဤအခန်းတွင် ကိန်းများကို ယှဉ်တွဲခြင်း၊ အမျိုးအစားခွဲခြားသတ်မှတ်ခြင်း၊ နှိုင်းယှဉ်ခြင်း၊ အစီအစဉ်အလိုက်ထားရှိခြင်းနှင့် အဆင်ပုံစံများပါဝင်သည်။ ကိန်းအချင်းချင်း ဆက်သွယ်မှုများကို အပြည့်အဝ နားလည်နိုင်ရန် ကူညီပံ့ပိုးပေးမည့် အခြေခံကျသော အသိသညာများကို ဖော်ပြထားခြင်းဖြစ်သည်။ ကလေးများ၏ ယုတ္တိကျကျ တွေးခေါ်စဉ်းစားတတ်မှုနှင့် ဘာသာစကားကျွမ်းကျင်မှုများကို ပြုစုပျိုးထောင်နိုင်ရန် ဖြစ်သည်။

### ၅. ၄. ၁. ၁ ယှဉ်တွဲခြင်း

အရာဝတ္ထုများ၏ တူညီမှုအသိသညာကို သဘောပေါက် နားလည်စေခြင်းဖြင့် တူညီသောအရာဝတ္ထုများကို ရှာဖွေယှဉ်တွဲခြင်း ဖြစ်သည်။ အရာဝတ္ထုများကို ပုံသဏ္ဌာန်၊ အရွယ်အစား၊ မျက်နှာပြင်အနေအထားနှင့် ၎င်းတို့၏ အသုံးဝင်မှုအပေါ် အခြေခံပြီး ယှဉ်တွဲခြင်းလုပ်ငန်းကို ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ ဝတ္ထုအစစ်များကို အသုံးပြုနိုင်သကဲ့သို့ ရုပ်ပုံကားချပ်များကိုလည်း အသုံးပြုနိုင်သည်။ **(ဥပမာ- အမျိုးအစားတူသော ပစ္စည်းများယှဉ်တွဲခြင်း၊ အရောင်တူ ပစ္စည်းများယှဉ်တွဲခြင်း)**

### ၅. ၄. ၁. ၂
### အမျိုးအစားခွဲခြားသတ်မှတ်ခြင်း

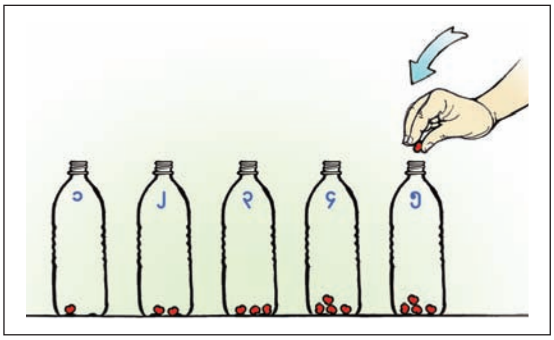
ကလေးသည် တူညီသော အရာဝတ္ထု များနှင့် ကွဲပြားခြားနားသော အရာဝတ္ထု များကို ရွေးထုတ်တတ်ရန် လိုအပ်သည်။ အမျိုးအစားတူရာ အုပ်စုဖွဲ့ခြင်း၊ အုပ်စု တစ်ခုနှင့်တစ်ခု၏ ဆက်စပ်ပုံကို ဖော် ထုတ်ခြင်းလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်စေ နိုင်သည်။ အရာဝတ္ထုတစ်ခု၏ ယေဘုယျ ဂုဏ်သတ္တိများကို နားလည်လာပြီး ကလေး များ၏ စိတ်ကူးများကို နေ့စဉ်ဘဝနှင့် ချိတ်ဆက်ပုံဖော်တတ်ရန်၊ ယုတ္တိ ကျကျ တွေးခေါ်စဉ်းစားတတ်ရန်၊ ကျိုး ကြောင်း ဆက်စပ်တတ်ရန် ရည်ရွယ်သည်။

### ၅. ၄. ၁. ၃ နှိုင်းယှဉ်ခြင်း

တူညီသောအရာဝတ္ထုများနှင့် မတူညီ သော အရာဝတ္ထုများကို နားလည်ပြီးနောက် ၎င်းတို့၏ တူညီပုံ၊ ကွဲပြားပုံကို ရှာဖွေရန်ဖြစ် သည်။ အရာဝတ္ထုများ၏ အရွယ်အစား (အကြီး၊ အသေး)၊ အလျား(အတို၊ အရှည်)၊ အရေအတွက်(အနည်း၊ အများ)၊ အလေး ချိန်(အလေး၊ အပေ့ါ)၊ မျက်နှာပြင် အနေ အထား (ချောမွေ့၊ ကြမ်းတမ်း) စသော ဂုဏ် သတ္တိများအရ အရာဝတ္ထုနှစ်ခု၏ ဆက်စပ် ပုံကို နှိုင်းယှဉ်ပြီး ကောက်ချက်ရရန်ဖြစ်သည်။

### ၅. ၄. ၁. ၄ အစီအစဉ်အလိုက်ထားရှိခြင်း

အစီအစဉ်အလိုက် ထားရှိခြင်းသည် အရာဝတ္ထုများကို နှိုင်းယှဉ်ခြင်းအပြင် ဆုံးဖြတ်ချက်အမျိုးမျိုး ချမှတ်ခြင်းလုပ်ငန်းများ ပါဝင်သည်။ အရာဝတ္ထုများကို အရွယ်အစား (အကြီးဆုံးမှ အသေးဆုံး သို့မဟုတ် အသေးဆုံးမှ အကြီးဆုံး)၊ အမြန်နှုန်း (အမြန်ဆုံးမှ အနှေးဆုံး သို့မဟုတ် အနှေးဆုံးမှ အမြန်ဆုံး) စသည်ဖြင့် အလျား၊ ပမာဏ တို့ကိုလည်း ဤနည်းအတိုင်း အစီအစဉ်အလိုက် ထားရှိခြင်းဖြစ်သည်။ အရေအတွက်များကို နားလည်ပြီး လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်တတ်ရန် ရည်ရွယ်သည်။ ထို့ပြင် ထည့်စရာတစ်ခုထဲသို့ အရာဝတ္ထုများကို အစီအစဉ်တကျ ထားစေခြင်း၊ စီစဉ်ခြင်းကိုလည်း ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။




### ၅. ၄. ၁. ၅ အဆင်ပုံစံများ

နေ့စဉ်ဘဝတွင် မြင်တွေ့နေကျဖြစ်သော အဆင်ပုံစံများ ကို လေ့လာဆန်းစစ်ပြီး ယခင်ရှိပြီးသား အတွေ့အကြုံများနှင့် ပေါင်းစပ်ကာ ကိုယ်ပိုင်အဆင်ပုံစံများ ဖန်တီးတတ်ရန် ဖြစ်သည်။ အရောင်များ၊ ပုံသဏ္ဌာန်များ၊ အရာဝတ္ထုများ၊ အသံများ၊ လှုပ်ရှားမှုများ၏ ပုံစံတကျ ထပ်ကာထပ်ကာဖြစ်နေသော အစီအစဉ်ကို လေ့လာရန် ဖြစ်သည်။ သဘာဝအလျောက်တွေ့ရသော အဆင်ပုံစံများနှင့် လူတို့ ဖန်တီးပြုလုပ်ထားသော အဆင်ပုံစံများကို ရှာဖွေသည့်လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။

### ၅. ၄. ၁. ၆ ကိန်းဂဏန်းဆိုင်ရာ အသိနှင့် တွက်ချက်မှုများ

ကလေးများသည် စူးစမ်းရှာဖွေခြင်း၊ နှိုင်းယှဉ်ခြင်း၊ ဆောင်ရွက်ထားသည်များကို ပြောပြခြင်းဖြင့် ကိန်းဆိုင်ရာ အသိသညာများနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေနိုင်သည်။ ကိန်းများကို တွက်ချက်မှုသည် လက်တွေ့ကျသော လုပ်ငန်းဖြစ်သည်။ ကိန်းများ၏ ဆက်သွယ်မှုကို နားလည်ရန်လည်း ကူညီထောက်ပံ့ပေးနိုင်သည်။ ကိန်းများကို အစီအစဉ်အလိုက် ရေတွက်ခြင်းဖြင့် ကလေး၏ ကျွမ်းကျင်မှုများကို ဖွံ့ဖြိုးစေနိုင်သည်။ ကိန်းဆိုင်ရာ အသိသညာကို နားလည်စေရန် နေ့စဉ်ဘဝနှင့် ဆက်စပ်ပြီး လက်တွေ့ကျသော သင်ယူမှုအတွေ့အကြုံများဖြင့် ကလေးများကို ကူညီထောက်ပံ့ပေးနိုင်သည်။ ဤနယ်ပယ်တွင်-

- ကိန်းများကို နှုတ်မှရွတ်ဆိုခြင်း
- ယုတ္တိကျကျရေတွက်တတ်ခြင်း
- ကိန်းဆိုင်ရာ အသိသညာများကို သိရှိနားလည်ခြင်း စသည့် ကျွမ်းကျင်မှုများပါဝင်သည်။

### ၅. ၄. ၁. ၇ ကိန်းများကို နှုတ်မှရွတ်ဆိုခြင်း

ကလေးများကို ၁၊ ၂၊ ၃၊ ၄ စသည်ဖြင့် ကိန်းအမည်များကို အစီအစဉ်အလိုက် ရွတ်ဆိုစေခြင်း ဖြစ်သည်။ သို့ရာတွင် ကိန်းအမည်များကို ရွတ်ဆိုတတ်ရုံဖြင့် ရေတွက်ခြင်းအသိသညာကို နားလည် သဘောပေါက်ပြီဟု မဆိုနိုင်ပေ။ အရာဝတ္ထုအမျိုးမျိုး၏ အရေအတွက်ကို သတ်မှတ်နိုင်သည့် ကျွမ်းကျင်မှု ရရှိလာခြင်းသည် သင်္ချာပုစ္ဆာများကို ဖြေရှင်းနိုင်ရန် လိုအပ်သော အခြေခံကျွမ်းကျင်မှုဖြစ်သည်။

### ၅. ၄. ၁. ၈ ယုတ္တိကျကျရေတွက်တတ်ခြင်း

ကိန်းများကို မှန်မှန်ကန်ကန် ရွတ်ဆိုတတ်ခြင်းနှင့် တစ်မှတစ် ဆက်သွယ်ချက်(အရာဝတ္ထုကို ကိုင်တွယ်ခြင်းနှင့် အရေအတွက် ရွတ်ဆိုခြင်းကို တစ်ပြိုင်တည်း ပြုလုပ်ခြင်း)တို့ကို သဘောပေါက် နားလည် ခြင်းသည် ယုတ္တိကျကျ ရေတွက်တတ်ခြင်း၏ အခြေခံဖြစ်သည်။ ကိန်းများကို အစီအစဉ်အတိုင်း ရွတ်ဆို တတ်ပြီးနောက် တစ်မှတစ် ဆက်သွယ်ချက်ဖြင့် စတင်၍ ရေတွက်ရမည်ဖြစ်သည်။ ကလေးများသည် တစ်ချိန်တည်းမှာပင် အရာဝတ္ထုကို ကိုင်တွယ်၍ နှုတ်မှအရေအတွက်ကို ရွတ်ဆိုရမည်။ ကိုယ်ခန္ဓာလှုပ်ရှားမှုများဖြင့် ပူးတွဲဆောင်ရွက်နိုင်သည်။

### ၅. ၄. ၁. ၉ ကိန်းဆိုင်ရာ အသိသညာများကို သိရှိနားလည်ခြင်း

ကိန်းများကို သိရှိနားလည်ခြင်းသည် ကိန်းများနှင့် အရေအတွက်များ၏ ဆက်သွယ်ချက်ကို နားလည်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဤတွင် ကိန်းများ၏အသိသညာကို နားလည်မှုအဆင့်၊ ကိန်းများ၏သဘောကို လက်တွေ့ဘဝနှင့် ချိတ်ဆက်ခြင်းအဆင့်၊ ကိန်းများကို သင်္ချာသင်္ကေတဖြင့် ရေးတတ်ခြင်းအဆင့်များ ပါဝင်သည်။ ကိန်းများကို အနည်း၊ အများအသိသညာနှင့် ကိန်းတစ်ခုသည် အခြားကိန်းများကို ပေါင်းစပ်ခြင်းဖြင့် ရရှိနိုင်ခြင်း၊ တစ်နည်းအားဖြင့် အစိတ်အပိုင်းများကို ပေါင်းစပ်ခြင်းဖြင့်အပြည့်တစ်ခု ဖြစ်လာခြင်း အသိသညာများ(ဥပမာ- ကိန်း ၅ သည် ကိန်း ၂ နှင့် ၃ သို့မဟုတ် ၁ နှင့် ၄ တို့ကို ပေါင်းစပ်ခြင်းဖြင့် ရရှိနိုင်သည်) ကို သိရှိစေရန် ပံ့ပိုးကူညီပေးခြင်းဖြစ်သည်။

သူငယ်တန်းကလေးများတွင် အထက်ပါကျွမ်းကျင်မှုများရရှိစေရန် ဆရာများသည် ချဉ်းကပ်နည်းအမျိုးမျိုးကို အသုံးပြုနိုင်သည်။ ကိန်းအသိသညာကို မိတ်ဆက်သည့် ပုံပြင်များပြောပြခြင်း၊ သီချင်းများနှင့် ကဗျာများ ရွတ်ဆိုပြခြင်း၊ ဒိုမီနိုကတ်များဖြင့် ဆော့ကစားစေခြင်း၊ ကိန်းအသိသညာပါသော ရုပ်ပြစာအုပ်များ အသုံးပြုခြင်း၊ အရာဝတ္ထုအစစ်များ(သို့) ကိုယ်စားပြုပစ္စည်းများ(ရုပ်ပုံ) ထိုမှတစ်ဆင့် ကိန်းများကို သိစေခြင်းစသည်ဖြင့် ပြုလုပ်ပေးနိုင်သည်။ဖြစ်နိုင်ပါက ကိန်းဆိုင်ရာ အရင်းအမြစ်ကြွယ်ဝသော သင်ယူမှုဝန်းကျင် တစ်ခုကို ဖန်တီးပေးနိုင်သည်။

## ၅. ၄. ၂ အရာဝတ္ထု၏တည်နေရာနှင့် ပုံသဏ္ဌာန်များကို ဖော်ထုတ်ခြင်း

အရာဝတ္ထု၏တည်နေရာနှင့် ပုံသဏ္ဌာန်များကို ဖော်ထုတ်ခြင်းအသိသညာသည် တည်နေရာပြ စကားလုံးများ (အပေါ်၊ အောက်၊ အရှေ့၊ အနောက်)ဖြင့် သို့မဟုတ် လူပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ဆက်သွယ်ချက်ကို ဖော်ပြခြင်းဖြစ်သည်။ အခြေခံပုံသဏ္ဌာန်များကို ဖော်ထုတ်ခြင်းဖြင့် ဂျီဩမေတြီ လေ့လာမှုအတွက် အခြေခံအသိသညာကို ရရှိစေမည်ဖြစ်သည်။

### ၅. ၄. ၂. ၁ အခြေခံပုံသဏ္ဌာန်များ

ကလေးများသည် မိမိပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အရာဝတ္ထုများကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ပြီး ယင်းတို့တွင် ကိုယ်ပိုင် ဝိသေသလက္ခဏာများရှိသည်ကို လေ့လာရမည်ဖြစ်သည်။ အချို့ပုံသဏ္ဌာန်များတွင် သီးခြားအမည်များ (ဥပမာ- စက်ဝိုင်း၊ တြိဂံ၊ စတုရန်း၊ ထောင့်မှန်စတုဂံ) ရှိပြီး၊ ပုံသဏ္ဌာန်တစ်ခုစီတွင်လည်း သီးခြားဂုဏ်သတ္တိများ ရှိသည်

ကို စတင်လေ့လာရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုပုံသဏ္ဌာန်များကို ကိုင်တွယ်ခြင်းဖြင့် ပုံသဏ္ဌာန်အမျိုးမျိုးမှ ပုံသဏ္ဌာန်အသစ်တစ်ခု တည်ဆောက်နိုင်သည်ကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ရမည် ဖြစ်သည်။ (ဥပမာ- ပုံစံဖော်ဘလောက်တုံးအမျိုးမျိုးကို ဆက်ခြင်းဖြင့် ပုံသဏ္ဌာန်အသစ်တစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာပုံကို ဖော်ထုတ်စေခြင်း)

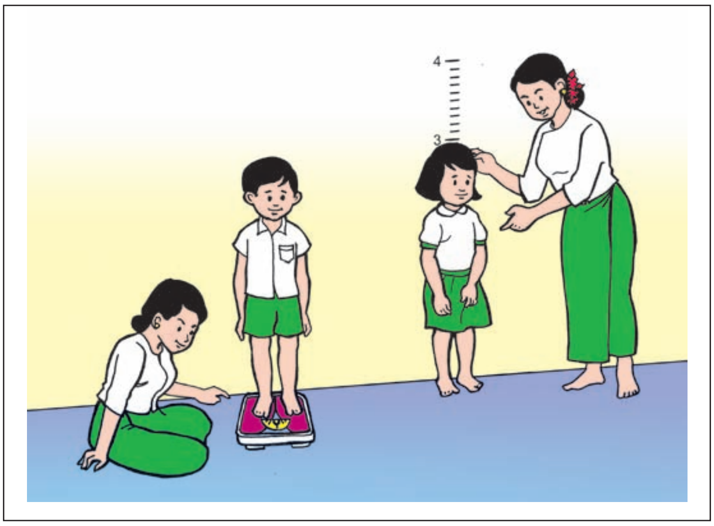
### ၅. ၄. ၂. ၂ အရာဝတ္ထု၏တည်နေရာ

အရာဝတ္ထု၏ တည်နေရာကို သိရှိနားလည်ခြင်းဖြင့် ကလေးများသည် အရာဝတ္ထုများ၊ ၎င်းတို့၏ တည်နေရာနှင့် ကလေး၏ တည်နေရာကြား ဆက်သွယ်မှု၊ အရာဝတ္ထုအချင်းချင်း၏ ဆက်သွယ်မှုကို နားလည်လာမည်

ဖြစ်သည်။ မိမိ၏ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ပစ္စည်းအတုံးလေးများ၊ သုံးမြှောင့်ပုံပစ္စည်းများကို ကိုင်တွယ်နေရာချထားခြင်းဖြင့် တည်နေရာကို လေ့လာနိုင်သည်။ ထို့ပြင် တည်နေရာနှင့်လားရာကို ညွှန်ပြသော စကားလုံးများကို အသုံးပြု၍ ခန္ဓာကိုယ် လှုပ်ရှားမှုများဖြင့်လည်း ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ ဘလောက်တုံးများကို အသုံးပြု၍ ပုံသဏ္ဍာန်အမျိုးမျိုး တည်ဆောက်ခြင်းဖြင့်လည်း အရာဝတ္ထုနှင့် ၎င်းတို့၏တည်နေရာ ဆက်စပ်ပုံကို လေ့လာနိုင်သည်။

## ၅. ၄. ၃ တိုင်းတာခြင်းနှင့် ခန့်မှန်းခြင်း

အရာဝတ္ထုများ၏ အလျားများ (အရှည်၊ အကျယ်၊ အမြင့်)၊ အလေးချိန်၊ ပမာဏ၊ ဖြစ်ရပ်တစ်ခု၏ ကြာချိန်နှင့် ထုထည်စသည်တို့ကို တိုင်းတာခြင်းဖြင့် သတ်မှတ်ခြင်းဖြစ်သည်။ စံပြုထားခြင်းမရှိသော တိုင်းတာမှု ပစ္စည်းများကို အသုံးပြုပြီး၊ ကိန်းများဖြင့် ဖော်ပြခြင်းများပြုလုပ်နိုင်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အရာဝတ္ထုများနှင့်




အချက်အလက်များကို စုဆောင်းပြီး တိုင်းတာခြင်း၊ ကြိုတင်ခန့်မှန်းခြင်း လုပ်ငန်းဆောင် တာများကို ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် သင်္ချာဆိုင်ရာ အတွေးအခေါ်များ ရှင်သန်ဖွံ့ဖြိုးလာစေသည့်အပြင် ဘာသာ စကား ကျွမ်းကျင်မှုများလည်း ရရှိလာမည်ဖြစ်သည်။ ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်းများကို တိုင်းတာခြင်း (ဥပမာ- အရပ်တိုင်းခြင်း၊ ကိုယ်အလေးချိန် နှိုင်းယှဉ်ခြင်း) စသော လုပ်ငန်းများလည်း ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။

## ၅. ၄. ၄ ဆရာ၊ ဆရာမများ၏ အခန်းကဏ္ဍ

ဆရာ၊ ဆရာမများအနေဖြင့် အထက်ပါကျွမ်းကျင်မှုများကို ကလေးများရရှိသွားစေရန် ပံ့ပိုးကူညီရာတွင် အကြောင်းအရာတစ်ခုကို မေးခွန်းများ မေးမြန်းပြီးပါက ကလေးများဖြေရှင်းနိုင်ရန်အတွက် အခွင့်အရေးပေးရမည်။ အသိသညာတစ်ခုကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ရာတွင် အချိန်ကန့်သတ်ထားခြင်းမျိုး မပြုလုပ်ရပါ။ ဆောင်ရွက်ခိုင်းသော လုပ်ငန်းများကိုလည်း ကလေးများ ကိုယ်တိုင်လုပ်ကိုင်စေရန်၊ အချင်းချင်း ဆွေးနွေးဆောင်ရွက်နိုင်ရန် ဖွင့်ထားပေးရပါမည်။ မိမိပတ်ဝန်းကျင်တွင် အလွယ်တကူရရှိနိုင်သော ပစ္စည်းများ၊ စာသင်ခန်းတွင်းရှိ ပစ္စည်း

များနှင့်ကလေးများကိုပင် သင်ထောက်ကူပစ္စည်းအဖြစ် အသုံးပြုနိုင်သည်။ နေ့စဉ် ဆောင်ရွက်ရမည့်လုပ်ငန်းများ စီစဉ်ခြင်းသည် လွယ်ကူသည့်ကိစ္စမဟုတ်သော်လည်း ကလေးများ၏ သိလိုစိတ်ကို နိုးဆွပေးနိုင်သော လုပ်ငန်းများကို ဖြစ်လာစေရန် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ရမည် ဖြစ်သည်။

ကလေးများအား သင်္ချာကို နှစ်သက်လာစေရန် သင်္ချာလေ့လာရာတွင် ယုံကြည်မှုရှိလာစေရန် ကူညီပေးရမည်။ ထို့ပြင် ကလေးများဆောင်ရွက်နိုင်သည်ထက် ပို၍ ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် တိုက်တွန်းအားပေးရမည်။ ကလေးများသင်ယူလေ့လာခြင်းကို ပံ့ပိုးကူညီရန်နှင့် ၎င်းတို့ ၏ အသိသညာကို ချဲ့ထွင်နိုင်မည့် လုပ်ငန်းများ စီစဉ်နိုင်ရန်အတွက် ကလေးများဆောင်ရွက်နေသည်ကို စောင့်ကြည့်လေ့လာခြင်း၊ အကဲဖြတ်ခြင်းသည် အရေးပါသော အစိတ်အပိုင်းဖြစ်သည်ကို သိရှိထားရမည်။

**သင်္ချာအခြေခံများကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်းနယ်ပယ်အတွက် အောက်ပါနမူနာ သင်ပြမှုပုံစံများကို ကြည့်ရှုလေ့လာနိုင်ပါသည် -**

**သင်ပြမှုပုံစံ (၁)**

| | | |
|---|---|---|
| အကြောင်းအရာ | ။ ။ | **တို့ကျောင်း** |
| သင်ချိန် | ။ ။ | (မိနစ် ၃၀) |
| အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် | ။ ။ | အတွင်းအပြင်ကိုခွဲခြားပြောပြတတ်ရန်။ |
| လုပ်ငန်းစဉ် | ။ ။ | **အတွင်းအပြင်ကိုခွဲခြားစေခြင်း(တည်နေရာ)** |

- ကလေးအရေအတွက်ပေါ် မူတည်၍ သင့်လျော်သော အုပ်စုငယ်များ ဖွဲ့ပါ။
- ကလေးတိုင်းအား မိမိနှစ်သက်ရာ ပစ္စည်းတစ်ခုစီကို ယူလာပါစေ။
- စာသင်ခန်းအတွင်း စက်ဝိုင်းကြီးတစ်ခုဆွဲ၍ အုပ်စုတစ်စုချင်းအလိုက် ယူဆောင် လာသောပစ္စည်းများကို စက်ဝိုင်းအတွင်း (သို့မဟုတ်) စက်ဝိုင်းအပြင်တွင် နှစ်သက်သလို ထားပါစေ။ ထို့နောက်ဆရာက ၎င်းအုပ်စုအား အောက်ပါမေးခွန်းများ မေးပါ။
- စက်ဝိုင်း၏အတွင်းတွင် ရှိသော ပစ္စည်း များကို ပြောပြပါ။
- စက်ဝိုင်း၏အပြင်တွင် ရှိသော ပစ္စည်း များကို ပြောပြပါ။
- အုပ်စုတစ်စုက အဖြေပြောနေစဉ်တွင် ကျန်အုပ်စုများရှိ ကလေးများကို လည်း ဝိုင်းဝန်း ကြည့်ရှုပါစေ။ ထို့နောက် အုပ်စုလိုက်အလှည့်ကျ ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ပါစေ။

**သင်ပြမှုပုံစံ (၂)**

အကြောင်းအရာ ။ ။ **တို့ရပ်ရွာ**

သင်ချိန် ။ ။ (မိနစ် ၃၀)

အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် ။ ။ အဝိုင်း၊ သုံးထောင့်၊ လေးထောင့် ပုံစသည့် ပြင်ညီပုံများ အမည်များကို ပြောပြ တတ်ရန်။

လုပ်ငန်းစဉ် ။ ။ **ပြင်ညီပုံ၊ ထုပုံများ**

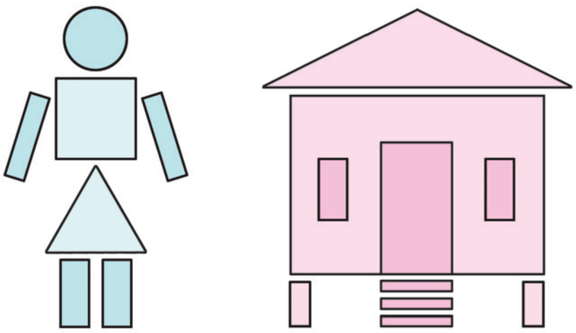
ပြင်ညီပုံအမည်များကို မေး၊ ဖြေ ပြုလုပ်ခြင်း

(၁) စက္ကူကတ်ထူပြားများကို အဝိုင်း(စက်ဝိုင်း) သုံးထောင့်(တြိဂံ) လေးထောင့်(စတုဂံ၊ စတုရန်း) ပုံများ အသင့်ညှပ်ထားပါ။

(၂) အဝိုင်းပုံ(စက်ဝိုင်းပုံ) ကိုပြ၍ မည်ကဲ့သို့ခေါ်ဆိုကြောင်း မေးပါ။ ဆရာက အဝိုင်းပုံဟု ခေါ်ဆိုကြောင်းပြောပါ။

(၃) ထိုနည်းအတိုင်း သုံးထောင့်ပုံ(တြိဂံ)ပုံနှင့် လေးထောင့်ပုံ (စတုဂံ၊ စတုရန်း)ပုံများကိုလည်း တစ်ခုချင်းစီပြ၍ အထက်ပါအတိုင်း မေးပါ၊ သုံးထောင့်ပုံ၊ လေးထောင့်ပုံဟုခေါ်ကြောင်းပြောပါ။ သင်ပုန်းပေါ်တွင် ၎င်းပုံ(၃) ပုံကိုဆွဲပြပါ။

**အဝိုင်း၊ သုံးထောင့်၊ လေးထောင့်စသည် ပြင်ညီပုံများကို လက်တွေ့ရှာဖွေ ပြောစေခြင်း**



(၄) စာသင်ခန်းရှိ **အဝိုင်းပုံ၊ သုံးထောင့်ပုံ၊ လေးထောင့်ပုံ** များကို ရှာဖွေ၍ အမည်ကို ပြောပါစေ။ ဥပမာ- သင်ပုန်း (လေးထောင့်ပုံ)၊ နာရီ (အဝိုင်းပုံ)

(၅) အုပ်စုတစ်စုစီအား အထက်ပါပြင်ညီပုံများဖြင့် တည်ဆောက်ထားသော ပုံများ ဝေပေးပါ။

(၆) မိမိတို့အုပ်စု ရရှိထားသောပုံများတွင် ပါဝင်သော ပြင်ညီပုံအမည်များကို ဆွေးနွေးပါစေ။

(၇) အုပ်စုတစ်စုစီမှ မိမိတို့ရရှိသောပုံကိုထောင်ပြ၍ ပြင်ညီပုံများ အမည်ကို ပြောပါစေ။

(၈) KG-Kit တွင်ပါဝင်သော ရော်ဘာအံသွင်းပစ္စည်းများမှ (ပြင်ညီပုံ)များကိုလည်း အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

**သင်ပြမှုပုံစံ (၃)**

| | | |
|---|---|---|
| အကြောင်းအရာ | ။ ။ | **အပင်များ** |
| သင်ချိန် | ။ ။ | (မိနစ် ၃၀) |
| အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် | ။ ။ | ခေါက်ချိုးညီခြင်းနှင့် ခေါက်ချိုးမညီခြင်းကို ပြောပြတတ်ရန်။ |
| လုပ်ငန်းစဉ် | ။ ။ | **ခေါက်ချိုးညီခြင်းနှင့် ခေါက်ချိုးမညီခြင်း (အပင်များ)** |

ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ပစ္စည်းများဖြင့် ခေါက်ချိုး ညီ/မညီ လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ခြင်း

- ဆရာက သစ်ရွက်များ စုဆောင်းထားပါ။
- ဆရာက သစ်ရွက်တစ်ရွက်ကို အသုံးပြု၍ ခေါက်ချိုးညီအောင် ဘေးတိုက်ခေါက်ပြပါ။ တစ်ဖက်နှင့်တစ်ဖက် ညီကြောင်း ရှင်းပြပါ။ ၎င်းသစ်ရွက်ကို အထက်အောက် ထပ်မံခေါက်ပြပါ။ တစ်ဖက်နှင့် တစ်ဖက် မညီကြောင်း ရှင်းပြပါ။ ကျန်သစ်ရွက်များကို ဆက်လက်ခေါက်ပြ၍ ခေါက်ချိုး ညီ/မညီ မေးပါ။
- အင်္ကျီနှင့် ဘောင်းဘီများကို အသုံးပြု၍ ဆက်လက်ခေါက်ပြပါ။
- ဆရာက ရောင်စုံစက္ကူများကို ပုံစံအမျိုးမျိုး (ခေါက်ချိုး ညီ/မညီ) ညှပ်ထားပါ။
- ကလေးတစ်ဦးစီအား ညှပ်ထားသော ရောင်စုံစက္ကူ နှစ်ပိုင်းစီ (ခေါက်ချိုးညီတစ်ခု နှင့် ခေါက်ချိုးမညီတစ်ခု) ဝေပေးပါ။
- ကလေးတိုင်းအား မိမိရရှိထားသော စက္ကူများကို ခေါက်ပါစေ။
- ခေါက်ချိုး ညီ/မညီ အတန်းကို ပြန်လည်ပြောပါစေ။

## ၅. ၅ အနုပညာရသခံစားခြင်းနှင့် ဖန်တီးခြင်း

အနုပညာရသခံစားခြင်းတွင် ဂီတ၊ အက၊ ပန်းချီအစရှိသည့် အနုပညာနယ်ပယ်တွင် တွေ့ရှိရသည့် အလှအပကို ချစ်ခင်နှစ်သက်ခြင်းနှင့် တန်ဖိုးထားခြင်းတို့ပါဝင်ပြီး ထိုမှတစ်ဆင့် မိမိ၏ခံစားမှုများ၊ စိတ်ကူးများကို တီထွင်ဖန်တီးဖော်ပြခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။ အနုပညာရသခံစားခြင်းသည် လူသားတိုင်းအတွက် အရေးပါသော စိတ်နေစိတ်ထားတစ်ရပ် ဖြစ်သည့်အားလျော်စွာ ရှေးဦးအရွယ်ကလေးငယ်ဘဝကပင် အနုပညာရသ ခံစားတတ်ပြီး တီထွင်ဖန်တီးစိတ်ကူးတတ်စေရန် ပြုစုပျိုးထောင်ပေးရပါမည်။ အနုပညာရသခံစားခြင်းနှင့် တီထွင်ဖန်တီးခြင်းတွင် အဓိကအားဖြင့် နယ်ပယ်နှစ်ခု ထပ်မံခွဲထုတ်နိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ

- **အမြင်အာရုံဆိုင်ရာ အနုပညာ**။ ။ ပန်းချီဆွဲခြင်း၊ ဆေးရောင်ခြယ်ခြင်း၊ အရုပ်များပြုလုပ်ခြင်းနှင့် လက်မှုအနုပညာလုပ်ငန်း အားလုံးပါဝင်ပါသည်။
- **တင်ဆက်ဖျော်ဖြေမှု အနုပညာ**။ ။ **သီဆို၊ တီးမှုတ်၊ ကခုန် လှုပ်ရှား**ရသည့် လုပ်ငန်းအားလုံး ပါဝင်ပါသည်။

ထို့ပြင် ဟန်ဆောင်ကစားခြင်းသည်လည်း တီထွင်ဖန်တီးစိတ်ကူးမှု လုပ်ငန်းများထဲတွင်ပါဝင်သည်။ လူကြီးများ နေ့စဉ်လုပ်ဆောင်လေ့ရှိသည့် လူမှုကိစ္စများကို အတုယူကာ ဟန်ဆောင်ကစားခြင်းသည် ကလေးများ၏ တီထွင်ဖန်တီးမှုကို အားပေးသော ကစားနည်းဖြစ်သည်။ အဆိုပါလုပ်ငန်းများကိုလည်း ဤနယ်ပယ်တွင် ထည့်သွင်းထားပါသည်။

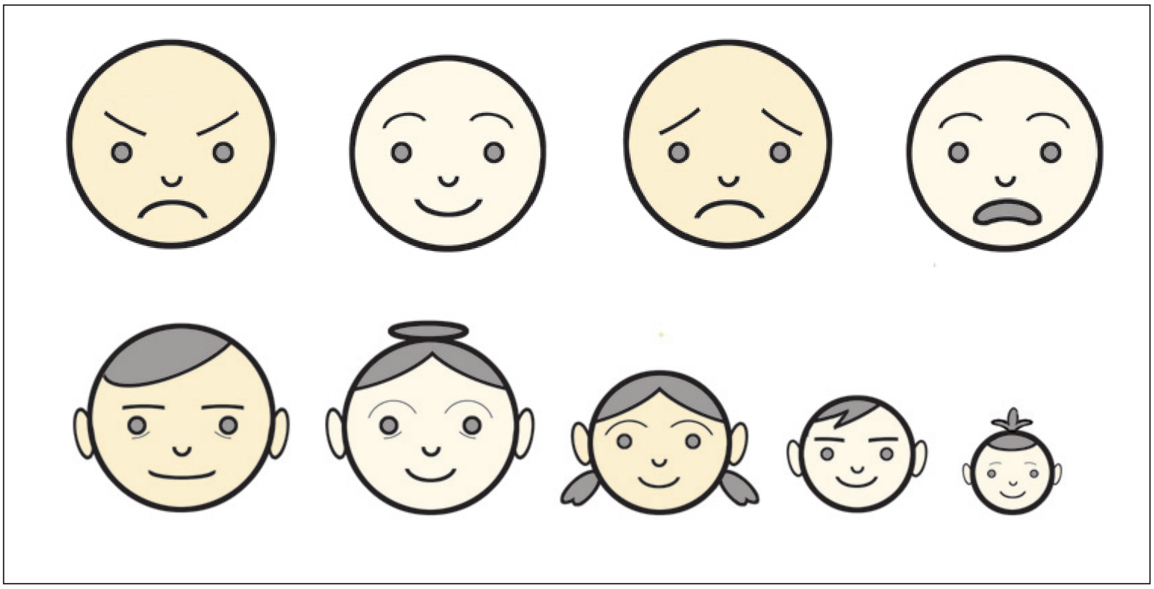
### ၅. ၅. ၁ အမြင်အာရုံဆိုင်ရာ အနုပညာလုပ်ငန်းများ

ကလေးများက မျဉ်း၊ အရောင်၊ ပုံသဏ္ဌာန်နှင့် အထူအပါး၊ အကြမ်းအချော သဘောများကို အမျိုးမျိုး စမ်းသပ်အသုံးပြုပြီး မိမိတို့ စိတ်ကူးရှိသည့်အတိုင်း နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ပုံဖော်ကြည့်သည့် လုပ်ငန်းများ ဖြစ်သည်။ ထိုလုပ်ငန်းများက ကလေးများ၏ မိမိကိုယ်ကို တန်ဖိုးထားမှုနှင့် မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုများ တည်ဆောက်ပေးနိုင်သည်။ ထို့ပြင် အနုပညာဖန်တီးမှု လုပ်ငန်းများ လုပ်ကိုင်ရင်းဖြင့် ကလေးများ၏ မကျေနပ်မှု၊ ဒေါသ၊ ဝမ်းနည်းမှုနှင့် စိတ်ဖိစီးမှုကို ဖြေဖျောက်နိုင်ပါသည်။

အမြင်ဆိုင်ရာ အနုပညာအလုပ်များအနက် သူငယ်တန်း ကလေးများ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နိုင်သည့် လုပ်ငန်းများထဲတွင် ပုံဆွဲခြင်း၊ ဆေး ရောင်ခြယ်ခြင်း၊ ပန်းချီဆွဲခြင်း၊ ပုံနှိပ်ပုံဖော်ခြင်း၊ ဖြတ်ညှပ်ကပ်ပြုလုပ်ခြင်း၊ တည်ဆောက်ခြင်းနှင့် ပုံဖော်ခြင်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။ ထိုလုပ်ငန်းများအတွက် ပစ္စည်းအမျိုးမျိုး အသုံးပြုပြီး နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးစမ်းသပ်အသုံးပြုရင်း သင်ယူကြပါသည်။

### ၅. ၅. ၁. ၁ ပုံဆွဲခြင်း

သူငယ်တန်းကလေးများအနေဖြင့် ခဲတံ၊ ရောင်စုံဖယောင်းတောင့်၊ မြေဖြူ စသည့် ရေးခြစ်စရာ တစ်ခုခုဖြင့် ပုံသဏ္ဍာန် အမျိုးမျိုး ဖန်တီးရေးဆွဲခြင်း ဖြစ်သည်။ ပုံသဏ္ဍာန်ပီပြင်အောင် မဆွဲတတ် မီတွင် ထင်ရာမြင်ရာ ရေးခြစ်ခြင်းဖြင့် စတင်ပါလိမ့်မည်။ ထိုမှတစ်ဆင့် အခြေခံပုံ သဏ္ဍာန်များဖြစ်သည့် စက်ဝိုင်းများ၊ ဘဲဥပုံများ၊ လေးထောင့်၊ သုံးထောင့်ပုံများ ဆွဲသည့် အဆင့်သို့ ရောက်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ထို့နောက် တဖြည်းဖြည်းဖြင့် သိသာထင်ရှား သည့် ရုပ်ပုံများအဖြစ်သို့ ရေးဆွဲတတ်လာ မည်ဖြစ်သည်။ ထိုအဆင့်သို့ ရောက်သည့် အခါတွင် ကလေးများအနေဖြင့် အနုစိတ် လှုပ်ရှားကိုင်တွယ်မှုနှင့် မျက်စိနှင့်လက် ပေါင်းစပ်လုပ်ကိုင်နိုင်မှုတို့ တိုးတက်လာပြီဟု သတ်မှတ်နိုင်ပါသည်။



### ၅. ၅. ၁. ၂ ဆေးခြယ်ခြင်း

ပုံဆွဲစာအုပ် သို့မဟုတ် ဆေးရောင်ခြယ်စက္ကူ သို့မဟုတ် ပန်းချီဆွဲသည့် စက္ကူပေါ်တွင် ဖယောင်းရောင်စုံဖြင့် အရောင်အမျိုးမျိုးခြယ်ခြင်း သို့မဟုတ် ရောင်စုံဆေးရည်နှင့် စုတ်တံကိုအသုံးပြု၍ ဆေးခြယ်ခြင်း၊ ပန်းချီဆွဲခြင်း၊ လက်ချောင်းများကို အသုံးပြု၍ ဆေးရောင်စုံပုံဆွဲခြင်းစသည့် လုပ်ငန်းများပါဝင်သည်။ ကလေးများကို အရောင် အမျိုးမျိုးရောစပ်ပြီး အရောင်သစ်များ စမ်းသပ်ဖန်တီးရန်လည်း အားပေးသင့်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် မူလ အရောင်သုံးရောင်ဖြစ်သည့် အနီ၊ အပြာနှင့် အဝါတို့ကို အသုံးပြုပြီး ကလေးများကို အခြားအရောင်များရအောင် စမ်းသပ်လုပ်ကိုင်ခွင့် ပြုနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ -

အဝါ + အနီ = လိမ္မော်

အဝါ + အပြာ = အစိမ်း

ထိုကဲ့သို့ စမ်းသပ်လုပ်ကိုင်ရင်းဖြင့် ကလေးများ၏ အနုပညာလက်ရာ ပိုမိုတိုးတက်လာပြီး မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှု၊ တန်ဖိုးထားမှု ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပါသည်။

## ၅. ၅. ၁. ၃ ပုံနှိပ်ပုံဖော်ခြင်း

ကလေးများသည် ရေမြှုပ်၊ သစ်သားတုံး၊ ပြောင်းဖူးရိုး၊ သစ်ရွက်၊ အာလူးခြမ်းစသည့် အရာဝတ္ထုများကို အသုံးပြုပြီး မင်ဖြင့် ပုံနှိပ်ပုံဖော်ခြင်းကို နှစ်သက်ကြသည်။ လက်ချောင်းများ၊ လက်ဝါးများကို ဆေးရောင်ဖြင့် သုတ်ပြီးလည်း ပုံနှိပ်ပုံဖော်ခြင်း ပြုလုပ်နိုင်သည်။ ထိုသို့ ပုံနှိပ်ပုံဖော်ခြင်းဖြင့် ပုံသဏ္ဍာန်အမျိုးမျိုးကိုသိခြင်း၊ နေရာအကျယ်ကို ခန့်မှန်းခြင်း၊ စဉ်းစားစိတ်ကူးခြင်းနှင့် အရောင်၊ အဆင်ပုံစံနှင့် ဒီဇိုင်းအမျိုးမျိုး စမ်းသပ်လုပ်ကိုင်ခြင်းတို့ကို အထောက်အကူပြုပါသည်။

## ၅. ၅. ၁. ၄ ဖြတ်၊ ညှပ်၊ ကပ်

ရောင်စုံစက္ကူများ၊ သစ်ရွက်များ၊ အဝတ်စများစသည့် အပိုင်းအစအမျိုးမျိုးကို ဖြတ်၊ ညှပ်၊ ကပ် ပြုလုပ်ပြီး ပုံဖော်ရခြင်းသည်လည်း ကလေးများ၏ တီထွင်ဖန်တီးမှုအတွက် အရေးပါသော လုပ်ငန်းတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ လက်တွေ့ကိုင်တွယ်၊ ဖြတ်တောက်လုပ်ကိုင်ရသဖြင့် ကြွက်သားငယ်များ အသုံးပြုရသည့် ကျွမ်းကျင်မှုများ ဖွံ့ဖြိုးသည်။ ထို့ပြင် ကလေးတို့စိတ်လှုပ်ရှား ခံစားမှုကို ပြေပျောက်စေပြီး သက်သောင့်သက်သာရှိစေပါသည်။ ထို ဖြတ်၊ ညှပ်၊ ကပ် လုပ်ငန်းများထဲတွင် ဖြတ်၊ ညှပ်၊ ကပ် နည်းဖြင့် ပန်းချီပုံ (Collage) တစ်ခု ဖြစ်အောင် တီထွင်ဖန်တီးနိုင်ရေးအတွက်လည်း အားပေးသင့်သည်။ ထိုလုပ်ငန်းက ကလေးများ၏ စိတ်ကူးကို ထုတ်ဖော်ရန် အခွင့်အလမ်းများပေးပြီး အရာဝတ္ထုများ၏ သဘာဝကိုပါ သိရှိလာစေနိုင်ပါသည်။

## ၅. ၅. ၁. ၅ ရက်လုပ်ခြင်း

ရောင်စုံစက္ကူမျှင်များ၊ ကြိုးများ၊ လျှော်မျှင်များကို အသုံးပြုပြီး ရက်လုပ်ခြင်းလုပ်ငန်းများလည်း ပြုလုပ်နိုင်သည်။ ဖျာရက်ခြင်း၊ ကြိုးရက်ခြင်းကဲ့သို့သော လုပ်ငန်းများဖြစ်သည်။ ထိုလုပ်ငန်းမျိုးသည် ကလေးများ၏ ကြွက်သားငယ် အသုံးပြုထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်း၊ မျက်စိနှင့်လက် ပေါင်းစပ်လုပ်ကိုင်နိုင်စွမ်းတို့ကို တိုးတက်စေပြီး တီထွင်ဖန်တီးမှုကိုလည်း အားပေးပါသည်။ ထို့ပြင် အရာဝတ္ထုများ၏ အမာအပျော့၊ အကြမ်းအချော၊ ပုံသဏ္ဍာန်စသည့် သဘောများကိုပါ နားလည်စေပါသည်။

## ၅. ၅. ၁. ၆ ပုံစံငယ်ပြုလုပ်ခြင်း

ရွှံ့ သို့မဟုတ် ဂျုံဖြင့်နယ်ထားသော ဂျုံနယ်တုံး (dough) ဖြင့် ပုံစံငယ်အမျိုးမျိုး ပြုလုပ်ရခြင်းကို ကလေးများ လွန်နှစ်သက်ကြသည်။ ဤလုပ်ငန်းက ကလေးငယ်များ၏ စိတ်ဖိစီးမှုကို လျော့ပါးစေပါသည်။ ရုပ်လုံးတစ်ခုလုံးပေါ်အောင် မြင်ရသည့်အတွက် ပို၍ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းပါသည်။ ဤလုပ်ငန်းတွင်လည်း အဆင့်တစ်ခုပြီးမှတစ်ခု ဖြစ်ထွန်းလေ့ရှိပါသည်။ ပထမတွင် ရွှံ့ကို ဖိရုံ၊ နယ်ရုံ၊ ညှစ်ရုံမျှသာ လုပ်နေပါလိမ့်မည်။ ထိုမှတစ်ဆင့် အလုံး သို့မဟုတ် အချောင်းများဖြစ်အောင် လုပ်တတ်လာပြီး နောက်ဆုံးတွင်မှ သိသာထင်ရှားသည့် ရုပ်ပုံတစ်ခုအဖြစ် ဖန်တီးလာနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

ထိုသို့ ပုံစံငယ်ပြုလုပ်ခြင်း လုပ်ငန်းအမျိုးအစားထဲတွင် စက္ကူဖြင့် အရုပ်အမျိုးမျိုးခေါက်ခြင်းလည်း ပါဝင်ပါသည်။ ထို့ပြင် သဲဖြင့် ပုံဖော်ကစားခြင်းသည်လည်း ဤအမျိုးအစားတွင် ပါဝင်ပါသည်။

### ၅. ၅. ၂ ဆရာ၊ ဆရာမများ၏ အခန်းကဏ္ဍများ

၁။ **အနုပညာလုပ်ငန်းများ လုပ်ကိုင်နိုင်ရန် အခွင့်အလမ်းများ ဖန်တီးပေးခြင်း။** ။ ကလေးများကို ပစ္စည်းအမျိုးမျိုးအသုံးပြုပြီး နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးဖြင့် တီထွင်ဖန်တီးလုပ်ကိုင်နိုင်ရန် အခွင့်အလမ်းများ ဖန်တီးပေးရပါမည်။ တီထွင်ဖန်တီးလုပ်ကိုင်မှု သက်သက်မဟုတ်ပဲ အကြောင်းအရာများနှင့် ဆက်စပ်လုပ်ကိုင်သည့် အခြားသင်ယူမှုလုပ်ငန်းများနှင့်လည်း ပေါင်းစပ်လုပ်ကိုင်စေနိုင်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် ပုံပြင်တစ်ပုဒ်ကို ဖတ်၍ ဆွေးနွေးပြောဆိုအပြီးတွင် ထိုပုံပြင်နှင့်ပတ်သက်ပြီး ကလေးတို့ခံစားမိ၊ စိတ်ကူးမိသည်များကို ရုပ်ပုံရေးဆွဲဖော်ပြရန် အားပေးနိုင်ပါသည်။

၂။ **လိုအပ်သည့်ပစ္စည်းများဖြည့်ဆည်းပေးခြင်း။** ။ တီထွင်ဖန်တီးမှု လုပ်ငန်းအမျိုးမျိုးအတွက် လိုအပ်သော ပစ္စည်းများကို ဆရာက ကြိုတင်ပြင်ဆင် စီစဥ်ပေးရပါမည်။ ရောင်စုံဖယောင်းတောင့်၊ ပုံဆွဲစက္ကူ၊ စက္ကူရောင်စုံစသည်တို့အပြင် ပတ်ဝန်းကျင်တွင် အလွယ်တကူရရှိသော သစ်ရွက်၊ သစ်စေ့၊ ပန်းပွင့်၊ ကျောက်စရစ်ခဲ၊ ရောင်စုံကြိုးအမျိုးမျိုးစသည့် ပစ္စည်းများသည်လည်း ကလေးများ၏ တီထွင်ဖန်တီး လုပ်ဆောင်မှုအတွက်များစွာ အထောက်အကူဖြစ်နိုင်ပါသည်။

၃။ **ကလေးများ၏ လက်ရာများကို စာသင်ခန်းအတွင်း ခင်းကျင်းပြသခြင်း။** ။ စာသင်ခန်းအတွင်း တီထွင်ဖန်တီးလုပ်ကိုင်ရန် နေရာတစ်ခု ထားရှိရမည့်အပြင် ကလေးများ ပြုလုပ်ထားသည့် ပန်းချီပုံများ၊ ရုပ်လုံးရုပ်ကြွများကို ခင်းကျင်းပြသမှုလည်း ပြုလုပ်ပေးရန်လိုအပ်ပါသည်။ ထိုသို့ခင်းကျင်းပြသခြင်းဖြင့် ကလေးများ၏ မိမိကိုယ်ကိုယုံကြည်မှု ပိုမိုတိုးတက်စေနိုင်ပါသည်။ ထို့ပြင် အခြားကလေးများ၏ လက်ရာများကို လေ့လာကြည့်ရှုခြင်းဖြင့်လည်း အနုပညာရသခံစားမှုသဘောကို ပိုမိုနားလည်စေမည် ဖြစ်သည်။

၄။ **ကလေးများ၏ လက်ရာများကိုတုံ့ပြန်ပေးခြင်း။** ။ ဆရာ၊ ဆရာမများအနေဖြင့် ကလေးများ၏လုပ်ဆောင်မှုကို အသိအမှတ်ပြုပေးရမည် ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ အသိအမှတ်ပြုပေးသည့် အခါတွင်လည်း "သိပ်ကောင်းတာပဲ"ဟု အလွယ်တကူ မှတ်ချက်ပေးခြင်းမျိုး မဟုတ်ပဲ "သားပုံလေးက ဘာလုပ်နေတဲ့ပုံလဲ၊ ဘယ်လို လုပ်လိုက်တာလဲ" စသည်ဖြင့် အဖွင့်မေးခွန်းများကို စိတ်ဝင်တစားမေးမြန်းပြီး၊ ကလေး၏ စိတ်ကူးကို ထုတ်ဖော်ပြောပြတတ်စေရန် အားပေးသင့်ပါသည်။

## ၅. ၅. ၃ ဖျော်ဖြေတင်ဆက်မှုအနုပညာ

သီဆို၊ ကခုန် လှုပ်ရှားခြင်းသည် ဖျော်ဖြေတင်ဆက်မှုအနုပညာ၏ အစပင်ဖြစ်သည်။ သီဆို၊ ကခုန် လှုပ်ရှားမှုနှင့်အတူ ဂီတ၏ သဘောတရားများကို နားလည်ခြင်းက ယှဉ်တွဲနေပါသည်။ ထို့အတူ သီဆို၊ ကခုန် လှုပ်ရှားခြင်းသည် လူမှုဆက်ဆံရေး လုပ်ငန်းတစ်ခုလည်း ဖြစ်ပါသည်။ သူငယ်တန်းဆရာများအနေဖြင့် ကလေးများအတွက် ဆီလျော်သည့် သီဆို၊ ကခုန် လှုပ်ရှားမှုလုပ်ငန်းများ စီစဉ်နိုင်ရန် ဂီတနှင့် လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ သဘောတရားများကို နားလည်ပြီး ကလေးများက မည်သို့ တုံ့ပြန်လေ့ရှိသည်ကို သိထားရန်အရေးကြီးပါသည်။ ကလေးများသည် သီဆို၊ ကခုန်လှုပ်ရှားမှု အတွေ့အကြုံများမှတစ်ဆင့် ဂီတနှင့်ဆိုင်သော အကြောင်းအရာများကို နားလည်နိုင်ပါသည်။ ဆရာ၊ ဆရာမများအနေဖြင့် ကလေးများ၏ သီဆို၊ ကခုန် လှုပ်ရှားမှုအတွေ့အကြုံများတွင် အောက်ပါ အခြေခံဂီတသဘောများ ပါဝင်လာအောင် ပြုလုပ်ပေးနိုင်ပါသည်။ ယင်းတို့မှာ -

- နရီစည်းဝါး
- အနှေးအမြန်
- အသံအနိမ့်အမြင့်နှင့်
- 'အား' တို့ဖြစ်သည်။

ဤနေရာတွင် 'အား' ဆိုသည်မှာ အသံက ဖော်ပြသည့် ခံစားမှုစိတ်အခြေအနေကို ရည်ညွှန်းခြင်း ဖြစ်သည်။ (ဥပမာအားဖြင့် အသံအတိုးအကျယ်) ကလေးများသည် သီဆိုကခုန်လှုပ်ရှားရင်းဖြင့် ဂီတတွင် ပါဝင်သည့် ခံစားမှုစိတ်အခြေအနေနှင့် အဓိပ္ပာယ်ကို သရုပ်ဖော်နိုင်ပါသည်။

သူငယ်တန်းဆရာ၊ ဆရာမများအနေဖြင့် သီဆိုကခုန်လှုပ်ရှားခြင်းကို အခြားသောသင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှု နယ်ပယ်များဖြစ်သည့် ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း၊ သင်္ချာအခြေခံကို စူးစမ်းခြင်း၊ ကမ္ဘာကြီးကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်း၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာခြင်း စသည်တို့တွင်လည်း အခြားသော သင်ယူမှုနယ်ပယ်တွင်လည်း ပေါင်းစပ်အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ သီဆို၊ ကခုန်လှုပ်ရှားခြင်းဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းများထဲတွင် အဓိကအားဖြင့် -

- နားထောင်ခြင်း
- သီဆိုခြင်း
- ကခုန်ခြင်း
- တီးခတ်ခြင်းတို့ပါဝင်သည်။

သို့ရာတွင် ထိုလုပ်ငန်းများမှာ သီးခြားစီသင်ပေးရမည့်အရာများ မဟုတ်ဘဲ အားလုံးကို ပေါင်းစပ်ပြီး လုပ်ကိုင်ရမည့် လုပ်ငန်းများသာ ဖြစ်သည်ကို ဆရာ၊ ဆရာမများ သတိပြုရပါမည်။

### ၅. ၅. ၃. ၁ နားထောင်ခြင်း

ဂီတနှင့်ဆိုင်သည့်လုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်ရန်အတွက် ဂီတသံစဉ်နှင့် သီချင်းများနားထောင်ခြင်းသည် အရေးကြီးပါသည်။ နားထောင်ခြင်းသည် ဂီတသင်ယူမှုအတွက် ကနဦးခြေလှမ်းဖြစ်သည်။ သူငယ်တန်းကလေးများအနေဖြင့် ဂီတသံအမျိုးမျိုးကို နားထောင်ရခြင်းဖြင့် အသံ အတိုး၊ အကျယ်၊ အနိမ့်၊ အမြင့်၊ အနှေး၊

အမြန်သဘောများကို နားလည်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် ကာရန်သဘောနှင့် စကားသံကွဲပြားမှုသဘောများကို နားလည်စေသဖြင့် ဘာသာစကားဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက်လည်း များစွာ အထောက်အကူ ပြုပါသည်။

### ၅. ၅. ၃. ၂ သီဆိုခြင်း

တေးကဗျာများ သီဆိုခြင်းကို အနုပညာရသအချိန်တွက်သာ ကန့်သတ်မထားသင့်ပါ။ ကလေးများ အနေဖြင့် သဘာ၀အလျောက်သီဆိုခြင်းကိုပါ အားပေးသင့်ပါသည်။ ရင်းနှီးပြီးဖြစ်သော တေးကဗျာများထဲမှ ကလေးများ နှစ်သက်သည့် ကဗျာများကို စုပေါင်းချိန်တွင် သီဆိုစေနိုင်ပါသည်။

တေးကဗျာသီချင်းအသစ်များကို သင်ကြားပေးသည့်အခါတွင်မူ စနစ်တကျ သင်ကြားပြသပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ သီချင်းအသစ်ကို အချိန်ကြာမြင့်စွာ ထပ်ကာထပ်ကာ ဆိုခိုင်းခြင်း မပြုသင့်ပါ။ အချိန်အနည်းငယ်အတွင်း ထပ်တလဲလဲ သီဆိုခြင်းများကို ရက်အတော်ကြာကြာ ပြုလုပ်ပေးခြင်းကသာ ကလေးများအတွက် အထောက်အကူ ဖြစ်ပါသည်။ တေးသွားနှင့်စာသားကို သီးခြားစီ ခွဲမသင်သင့်ပါ။ တစ်ခုလုံးအနေဖြင့် အစအဆုံးသင်ရမည် ဖြစ်သည်။ အောက်တွင် ဖော်ပြထားသည့်အဆင့်များအတိုင်း သင်ကြားပေးလျှင် အလွယ်တကူ တတ်မြောက်နိုင်ပါသည် -

- ပထမဆုံး သင်ကြားပေးမည့် သီချင်းအသစ်ကို မိတ်ဆက်ပေးပါ။ သရုပ်ဖော်ပုံများ အသုံးပြု၍ ဖြစ်စေ၊ မေးခွန်းများ မေး၍ဖြစ်စေ မိတ်ဆက်နိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ်ပါကလည်း ကလေးများအား သီချင်းကို အရင်နားထောင်ကြည့်ဟု ပြောပြီး စတင်နိုင်ပါသည်။ မိတ်ဆက်ခြင်းကို အချိန်အကြာကြီး မယူသင့်ပါ။
- သီချင်းကို ဆရာက အစအဆုံးဆိုပြပါ။ သို့မဟုတ် အသံသွင်းထားသည်ကို ဖွင့်ပြပါ။
- ဒုတိယအကြိမ်ဆိုပြပါ။ ကလေးများကို တဖြည်းဖြည်းချင်း ရသည့်နေရာများတွင် လိုက်ဆိုစေနိုင်ပါသည်။

- သီချင်းအကြောင်းကို ကလေးများနှင့်ပြောပါ။
- တတိယအကြိမ်ဆိုပြပါ။ ကလေးများကိုလည်း လိုက်၍ဆိုပါစေ။
- ထို့ပြင် နေ့တစ်နေ့အတွင်း အခြားသင့်လျော်သောအချိန်များ (ဥပမာ- သန့်ရှင်းရေးမလုပ်မီ၊ နားချိန်အတွင်း သို့မဟုတ် အိမ်ပြန်ရန်နှုတ်ဆက်ချိန်စသည့်) အခွင့်အလမ်းပေါ်သည့် အခါများတွင်လည်း ပြန်လည်သီဆိုပြခြင်း၊ အတူသီဆိုခြင်းများ ပြုလုပ်သင့်ပါသည်။ ဤသို့ဖြင့် ကလေးများသည် သီချင်းအသစ်နှင့် ရင်းနှီးပြီး အလွယ်တကူ ရရှိသွားမည်ဖြစ်သည်။

## ၅. ၅. ၃. ၃ ကပြလှုပ်ရှားခြင်း

နရီစည်းချက်သံစဉ်တေးသွားနှင့်အညီ ကပြလှုပ်ရှားရသည့် လုပ်ငန်းများသည် ကလေးများကို ကိုယ်ခန္ဓာလှုပ်ရှားမှုဖြင့် ဂီတကိုခံစားရသည့်အတွေ့အကြုံများရရှိစေသည်။ အဆိုပါလှုပ်ရှားမှုများတွင် လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ ပြေးခြင်း၊ ခုန်ခြင်း၊ ယိမ်းနွဲ့ခြင်းစသည့်လှုပ်ရှားမှုများ ပါဝင်သကဲ့သို့ လက်ခုပ်တီးခြင်း၊ ခြေဖနောင့်ဆောင့်ခြင်း၊ လက်ချောင်းများ လှုပ်ရမ်းခြင်း၊ လက်ဖျောက်တီးခြင်းတို့လည်း ပါဝင်သည်။ သီချင်းစာသားအလိုက် သရုပ်ဆောင်လှုပ်ရှားခြင်း၊ ရိုးရာ အကများကို ကခုန်ခြင်းသည်လည်း ကောင်းမွန်သည့် ကိုယ်ခန္ဓာ လှုပ်ရှားမှုလုပ်ငန်းများ ဖြစ်ပါသည်။

## ၅. ၅. ၃. ၄ တူရိယာပစ္စည်းများတီးခတ်ခြင်း

သီဆိုကခုန်လှုပ်ရှားခြင်းလုပ်ငန်းများတွင် လွယ်ကူရိုးရှင်းသော တူရိယာများ (အထူးသဖြင့် ရိုက်ပုတ်လှုပ်ခတ်ခြင်းဖြင့် အသံထွက်စေသော တူရိယာများ)ကို တီးခတ်ခြင်းပါဝင်သည်။ ကနဦးအနေဖြင့် ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်းများကို အသုံးပြု၍ အသံထွက်စေသည့်လုပ်ငန်းများဖြင့် စတင်နိုင်သည်။ ဥပမာ- လက်ခုပ်တီးခြင်း၊ လက်ဖျောက်တီးခြင်း၊ တင်ပါးကို လက်ဝါးဖြင့်ရိုက်၍ အသံထွက်စေခြင်းမျိုး ဖြစ်သည်။ ထိုလုပ်ငန်းများက အသံအမျိုးမျိုးကို ခွဲခြားနိုင်စေသည့်အပြင် ဂီတသံနှင့် အတူလုပ်ကိုင်ရင်းဖြင့် နရီစည်းဝါးသဘော၊ သံစဉ်သဘောများကို ကလေးများနားလည်သွားစေနိုင်ပါသည်။

ကလေးများ အလွယ်တကူယူ၍ တီးခတ်နိုင်ရန် အောက်ဖော်ပြပါ တူရိယာပစ္စည်းများ စုဆောင်းထားနိုင်ပါသည် -

၁။ အိုးစည်၊ ဗုံများကဲ့သို့ အသံထွက်သော ပစ္စည်းများ
၂။ ဝါးလက်ခုပ်ကဲ့သို့သော ပစ္စည်းများ
၃။ လင်းကွင်းငယ်များ
၄။ ခြူတွဲများ (အသံစုံထွက်စေသည့်)
၅။ ပလုတ်တုတ်အမျိုးမျိုးတို့ဖြစ်သည်။

## ၅. ၅. ၄ ဆရာ၊ ဆရာမများ၏အခန်းကဏ္ဍ

အနုပညာရသခံစားခြင်းနှင့် တီထွင်ဖန်တီးခြင်းလုပ်ငန်းများ စီစဉ်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် ဂီတနှင့် ပန်းချီကို အထူးပြု သင်ယူတတ်မြောက်ရန် မလိုအပ်ပါ။ ထိုအနုပညာဘာသာရပ်များ၏ အခြေခံသဘောကိုနားလည်ပြီး တီထွင်ဖန်တီးလိုစိတ်ရှိလျှင် ဆရာ၊ ဆရာမတိုင်း စီစဉ်လုပ်ကိုင်နိုင်သော လုပ်ငန်းများဖြစ်ပါသည်။ အရေးကြီးသည်မှာ ကလေးများအလွယ်တကူ သီဆိုလှုပ်ရှားကခုန်နိုင်မည့် သင့်လျော်သော တေးကဗျာများ၊ သီချင်းများကို ရွေးချယ်စုဆောင်းထားရန်ဖြစ်သည်။

အကြောင်းအရာတစ်ခုကို အခြေပြုပြီး တစ်နေ့တာ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို စီစဉ်သည့်အခါ မည်သည့်နေရာများတွင် သီဆိုကခုန်လှုပ်ရှားမှုများ ထည့်သွင်းနိုင်မည်ကို ရှာဖွေပါ။ ဤသို့ဖြင့် သီဆိုကခုန် လှုပ်ရှားမှုများသည် သူ့ချည်းသက်သက်မဟုတ်ဘဲ သင်ယူသည့်အကြောင်းအရာနှင့် ဆက်စပ်မှုရှိကာ ပိုမို စိတ်ဝင်စားဖွယ်၊ ပျော်ရွှင်ဖွယ်ဖြစ်စေပါမည်။

သီဆိုလှုပ်ရှားကစားခြင်းအတွက် ဆရာက ရှေးဦးစွာ နမူနာပြပေးနိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ကလေးများ၏ မိမိတို့စိတ်ကူးနှင့် လွတ်လပ်စွာလုပ်ဆောင်ခြင်းကိုလည်း အားပေးရပါမည်။ ဆရာ၏နမူနာ ပြလုပ်ဆောင်မှုနှင့် ကလေးများ၏ လွတ်လပ်စွာဖန်တီးလုပ်ဆောင်မှုတို့ကို ဟန်ချက်ညီစွာ ပြုလုပ်ပေးခြင်းဖြင့် ကလေးများအတွက် ကောင်းမွန်သော သင်ယူမှုအတွေ့အကြုံများကို ရရှိစေမည်ဖြစ်သည်။

အလျဉ်းသင့်သည့်အခါတိုင်းတွင် ဆရာက ကလေးများကို ဂီတအခြေခံသဘောများ သိရှိနားလည်စေရန် ပြုလုပ်ပေးနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ-စည်းချက်ညီညီဖြင့် လက်ခုပ်တီးတတ်အောင် ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် နရီစည်းဝါးနှင့် စည်းချက်သဘောကို ကလေးများ နားလည်စေပါသည်။

စာသင်ခန်းအတွင်းတွင် ဂီတနှင့် ပတ်သက်သည့်ပစ္စည်းများ ထားရှိပေးခြင်း၊ ဒေသအလိုက်ရရှိနိုင်သည့် ရိုးရာတူရိယာပစ္စည်းများ စုဆောင်းထားခြင်း၊ ရပ်ရွာအတွင်းမှ တူရိယာပညာရှင်များကို ဖိတ်ခေါ်၍ တီးမှုတ်သီဆိုပြသစေခြင်း၊ ကလေးများနှင့်အတူ တီးမှုတ်စေခြင်းဖြင့် ကလေးများအနေဖြင့် ဂီတနှင့် ရင်းနှီးကာ လူမှုဘဝ၏အရေးပါသော အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုအဖြစ် နားလည်စေမည်ဖြစ်သည်။သီဆို၊ ကခုန်လှုပ်ရှားခြင်းလုပ်ငန်းများ စီစဉ်သည့်အခါ ယဉ်ကျေးမှု အမျိုးမျိုးရှိ မတူညီသော တူရိယာပစ္စည်းများ၊ တေးသွားသံစဉ်များ၊ ကခုန်လှုပ်ရှားပုံများကိုပါ ထည့်သွင်းမိတ်ဆက်ပေးပါက ကလေးများအနေဖြင့် မိမိတို့၏ ယဉ်ကျေးမှုကိုသာမက အခြားသောမတူကွဲပြားသည့်ယဉ်ကျေးမှုများကိုပါ သိနားလည်ပြီး တန်ဖိုးထားတတ်မည် ဖြစ်သည်။ အရေးကြီးသည်မှာ သီဆို၊ ကခုန်လှုပ်ရှားခြင်းသည် ပျော်ရွှင်ဖွယ်ဖြစ်ပြီး၊ နေ့စဉ်ဘဝ၏ အရေးပါသော အစိတ်အပိုင်းတစ်ရပ်အဖြစ် ကလေးများ၏ ရင်ထဲတွင် ထာဝရရှင်သန်နေစေရန် လုပ်ဆောင်ပေးနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

## ၅. ၅. ၅ အတုလုပ်ကစားခြင်း

ပန်းချီ၊ လက်မှုအနုပညာ၊ သီဆိုကခုန်လှုပ်ရှားခြင်းများသည် ကလေးများ၏ အနုပညာရသခံစားမှုနှင့်တီထွင်ဖန်တီးမှုကို အားပေးသည့်နည်းတူ လူကြီးများလုပ်ဆောင်သည့် လူမှုဘဝလုပ်ငန်းများကို အတုယူလုပ်ဆောင်ခြင်းကလည်း ကလေးများ၏ တီထွင်ဖန်တီးမှုနှင့် စိတ်ကူးဉာဏ်ကွန့်မြူးမှုကို အားပေးပါသည်။

ကလေးများအနေဖြင့် ထမင်းဟင်းချက်တမ်း၊ ဈေးရောင်းတမ်း၊ ဆရာဝန်သူနာပြုလုပ်တမ်း၊ ကားမောင်းတမ်း စသည့် အတုယူဟန်ဆောင် ကစားခြင်းများကို အလွန်နှစ်သက်ကြသည်။ ထိုသို့အတုလုပ် ကစားခြင်းများသည် ကလေး၏ဘဝတွင် အလွန်အရေးပါသောဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်များ ဖြစ်သည်။ ဤသို့ကစားရင်းဖြင့် မိမိတို့ ပတ်ဝန်းကျင် ကမ္ဘာလောကအကြောင်းကို သိရှိနားလည်လာနိုင်ပါသည်။ ပထမပိုင်းတွင် ကလေးများ၏ မိမိတို့ မြင်ရ ကြားရသည်များကို အတုယူလုပ်ဆောင်ကြပြီး ထိုမှတစ်ဆင့် ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ လူများနှင့် နေရာဌာနများ အကြောင်းကို စိတ်ကူးဖြင့် မှန်းဆကစားလာကြသည်။ ထိုသို့ သရုပ်ဆောင်ကစားရင်းဖြင့် ကလေးများအနေဖြင့် တီထွင်ဖန်တီးဆန်းသစ် နိုင်စွမ်းများ တိုးတက်လာစေနိုင်ပါသည်။ မှတ်ဉာဏ်တိုးတက်ကောင်းမွန်နိုင်သည်။ ထို့ပြင် အခြားသူများနှင့် အပြန်အလှန် ဆက်ဆံရေးကိုပါ တိုးတက်ကောင်းမွန်စေပါသည်။

## ၅. ၅. ၆ ဆရာ၊ ဆရာမများ၏အခန်းကဏ္ဍ

ကလေးများ အတုလုပ်ကစားခြင်းကို အားပေးရပါမည်။ လွတ်လပ်စွာကစားရန်ခွင့်ပြုထားသော အချိန် များတွင် ထိုသို့အတုလုပ်ကစားနိုင်ရန် လိုအပ်သောပစ္စည်းများ စီစဉ်ထားသင့်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် ကစား ရန် အိုးခွက်ပန်းကန်များ၊ ကလေးအရုပ်များ၊ တိရစ္ဆာန်အရုပ်များ၊ ဘီး၊မှန်များ၊ တယ်လီဖုန်း၊ နာရီ စသည့် အသုံးအဆောင်ဟောင်းများ စသည်တို့ကို စုဆောင်းထားသင့်ပါသည်။

စာသင်ခန်းအတွင်းတွင် ထိုကဲ့သို့ ဟန်ဆောင်ကစားရန်နေရာမရှိပါက စာသင်ခန်းအပြင်ဘက်ရှိ အခြားသော နေရာများ သို့မဟုတ် အရိပ်ရသော သစ်ပင်အောက် စသည်တို့တွင် စီစဉ်နိုင်ပါသည်။ အတုလုပ်ကစားခြင်းသည် ကလေးများ သဘာဝအလျောက် ပြုမူအားထုတ်ဆောင်ရွက်သည့် ကစားနည်းဖြစ်သည်။ ကမ္ဘာလောကကြီးနှင့်

ပတ်သက်ပြီး သင်ယူရန်နေရာအတွက် ယင်းတို့ကိုယ်တိုင် လွတ်လပ်စွာအား ထုတ်ကြည့်ခြင်းလည်းဖြစ်သည်။ ထိုကစားနည်းက ကလေးများ၏ အပြောဘာသာစကားဖွံ့ဖြိုးမှုကို ပံ့ပိုးပေးသည်။ မိမိတို့ ကိုင်တွယ်အသုံးပြုရသည့် အသုံးအဆောင်များ၏အမည်များကို သိလာသဖြင့် ဝေါဟာရ ကြွယ်ဝစေသည်။ ကစားခြင်းတွင်ပါဝင်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးချင်းစီ၏ အခန်းကဏ္ဍများကို အလှည့်ကျ သရုပ်ဆောင် လုပ်ရသဖြင့် ညွှန်ကြားချက်ပေးခြင်း၊ မေးမြန်းခြင်း၊ ရှင်းပြခြင်း၊ သရုပ်ဖော်ပြောပြခြင်းစသည့် ဘာသာစကား၏ စွမ်းရည်များကိုလည်း  တတ်ကျွမ်းလာစေပါသည်။

သူငယ်တန်းစာသင်ခန်းများတွင် ထိုကဲ့သို့ သရုပ်ဆောင်ကစားနိုင်ရန် ပစ္စည်းများ စုဆောင်းပြင်ဆင်ထားသည့် နေရာတစ်ခု စီစဉ်သင့်ပါသည်။ ဆရာ၊ ဆရာမများအနေဖြင့်-

- ကလေးများ အတုလုပ်ကစားနိုင်မည့် မြင်ကွင်းအမျိုးမျိုးကို ကလေးများနှင့် ရင်းနှီးအောင် မိတ်ဆက်ပေးသင့်သည်။ (ဥပမာ- ထမင်းချက်တမ်းကစားခြင်း၊ ဆရာမလုပ်တမ်းကစားခြင်း၊ . . . )
- ကလေးများ လုပ်ကိုင်ကစားနိုင်ရန် လိုအပ်သော ပစ္စည်းအမျိုးမျိုးစုဆောင်းထားပေးသင့်သည်။ (ပစ္စည်းများထဲတွင် ပစ္စည်းအစစ် - ဥပမာ တယ်လီဖုန်းအဟောင်း ဖြစ်နိုင်သကဲ့သို့၊ ပစ္စည်းအတု - ဥပမာ ကလေးကစားစရာ ဆရာဝန်နားကြပ်)
- ကလေးများ ကစားနေစဉ် စောင့်ကြည့်လေ့လာပြီး မည်သူ တက်ကြွသည်၊ မည်သူ စကားနည်းသည် စသည်ဖြင့် မှတ်သားပြီး မည်သို့ပံ့ပိုးပေးနိုင်သည်ကို ဆုံးဖြတ်လုပ်ဆောင်ပေးသင့်သည်။
- ရံဖန်ရံခါတွင် ဆရာမကိုယ်တိုင်ပါဝင်ပြီး အတူကစားပေးခြင်း၊ ကစားရင်းဖြင့် သင့်လျော်သော ဘာသာစကားအမူအရာများကို နမူနာပြသခြင်းများ ပြုလုပ်သင့်သည်။
- တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး နေရာပြောင်းလဲ လုပ်ဆောင်ရန် အားပေးခြင်း၊ စီစဉ်ပေးခြင်းများ ပြုလုပ်ပေးသင့်သည်။
- အရေးကြီးသည်မှာ ကလေးများ၏ လုပ်ဆောင်မှုများကို အသိအမှတ်ပြု ချီးကျူးပေးခြင်း ဖြစ်သည်။

**အနုပညာရသ ခံစားခြင်းနှင့် ဖန်တီးခြင်းနယ်ပယ်အတွက် အောက်ပါနမူနာ သင်ပြမှုပုံစံများကို ကြည့်ရှုလေ့လာနိုင်ပါသည် -**

**သင်ပြမှုပုံစံ (၁)**

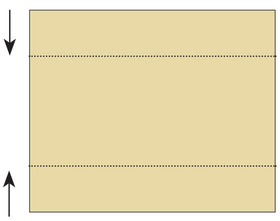
အကြောင်းအရာ ။ ။ **အပင်များ**
သင်ချိန် ။ ။ (မိနစ် ၃၀)
အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် ။ ။ သစ်ပင်ပုံတွင် စက္ကူစများဖြင့် ပုံဖော်တတ်ရန်။
လုပ်ငန်းစဉ် ။ ။ **ဖြတ်၊ ညှပ်၊ ကပ်ခြင်း (အပင်များ)**

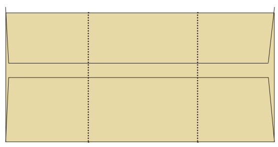
- ဆရာက ရောင်စုံစက္ကူပိုင်းများကို ကလေးများအား ဝေပေးပါ။
- မိမိတို့နှစ်သက်သော အရွက်ပုံ၊ အပွင့်ပုံ၊ အသီးပုံတို့ကို ဆွဲပါစေ။
- ဆွဲပြီးသောအရွက်၊ အပွင့်၊ အသီးပုံတို့ကိုပုံဖော်ပြီး ညှပ်ပါစေ။
- ကလေးများကို အုပ်စုဖွဲ့ပေးပါ။
- ကလေးအုပ်စု တစ်စုစီကို စာရွက်ကြီးတစ်ချပ်စီ ဝေပေးပါ။
- ထိုစာရွက်ကြီးပေါ်တွင် မိမိတို့ပုံဖော်ညှပ်ထားသော (အရွက်၊ အပွင့်၊ အသီး)ပုံတို့ကို စိတ်ကြိုက်ပုံဖော် ကပ်ပါစေ။
- အုပ်စုလိုက် ပုံဖော်ကပ်ထားသော စိတ်ကြိုက်ပုံကို အတန်းနံရံတွင် ကပ်ပေးပါ။ ထို့နောက်အုပ်စုလိုက် မိမိတို့ပုံဖော်ထားသောအကြောင်းအရာကို ပြောပါစေ။

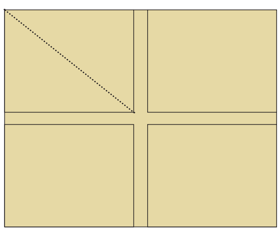
**သင်ပြမှုပုံစံ (၂)**

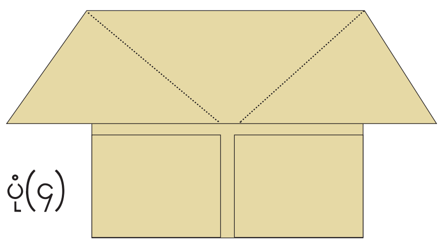
အကြောင်းအရာ ။ ။ **တို့ရပ်ရွာ**
သင်ချိန် ။ ။ (မိနစ် ၃၀)
အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ်။ စာရွက်ဖြင့် အိမ်ပုံခေါက်တတ်ရန်။
လုပ်ငန်းစဉ်။ **အိမ်ပုံခေါက်ခြင်း**

- A-4 အရွယ်စာရွက်ကို စတုရန်းပုံစာရွက်ရအောင် အစွန်းမှနေပြီး ခေါက်ပါ။
- အပေါ်ပိုင်းမှ ပိုနေသောအပိုင်းကိုညှပ်ထုတ်လိုက်ပါ (ပုံ-၁ တွင် ပြထားသော စတုရန်းပုံစာရွက် ကိုရပါပြီ)

ပုံ(၁)


ပုံ(၂)


ပုံ(၃)


ပုံ(၄)


- ပုံ(၁)ကို ခေါက်ချိုးညီ ခေါက်လိုက်ပါက ပုံ (၂) ရပါမည်။
- ပုံ(၂)ကို ထိပ်နှစ်ဖက် အချိုးညီနောက်ပြန် ခေါက်ပါက ပုံ(၃) ရမည်။
- ရှယ်တူ စတုရန်း(၄)ခုမှ ထိပ်နှစ်ခုကို ဘေးဘက်ကားလိုက်/ ဖွင့်လိုက်ပါက ပုံ (၄)ပါတိုင်း အိမ်ပုံရရှိမည်။
- ဆရာက နောက်ထပ်တစ်ခါ ခေါက်ပြပါ။
- ဆရာနှင့်ကလေး တစ်ဆင့်ချင်းစီကို အတူတူခေါက်ပါ။
- ကလေးများကိုယ်တိုင် ခေါက်ပါစေ။
- ကလေးများလိုအပ်ပါက ဆရာက ကူညီပါ။ (ဆရာက စတုရန်းပုံ စာရွက်များကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားနိုင်ပါက ပိုကောင်းပါသည်။)

## သင်ပြမှုပုံစံ (၃)

| | | |
|---|---|---|
| အကြောင်းအရာ | ။ ။ | **ဈေး** |
| သင်ချိန်။ | ။ ။ | (မိနစ် ၃၀) |
| အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ်။ | ။ ။ | ဈေးရောင်း၊ဈေးဝယ် အတုလုပ်တမ်း ကစားတတ်ရန်။ |
| လုပ်ငန်းစဉ်။ | ။ ။ | **ဈေးရောင်းတမ်းကစားခြင်း** |

- ကလေးများအား ဈေးရောင်းသူအုပ်စုတစ်စုနှင့် ဈေးဝယ်သူ အုပ်စု တစ်စု သတ်မှတ်ပေးပါ။
- ဆရာက ဈေးဝယ်သူကလေးများအတွက် စက္ကူပိုင်းများကို ဖြတ်ပြီး ငွေစက္ကူများအဖြစ် ဝေပေးပါ။
- ဈေးရောင်းသူလေးများအား ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ (တုတ်ချောင်း၊ ခဲလုံး၊ သစ်ရွက်၊ ပန်းပွင့် . . . )စသည်တို့ကို ကလေးများနှစ်သက်သည့် ရောင်းရန်ပစ္စည်းအဖြစ် သတ်မှတ်ပါစေ။
- ကလေးများသတ်မှတ်ထားသော ကုန်ပစ္စည်းအမည်များကို ဆရာက ရောင်းချမည့် နေရာတွင် ရေးပြီး ကပ်ပေးပါ။

- ကလေးများ နှစ်သက်သလို ဈေးရောင်းတမ်း ကစားပါစေ။
- ကစားနေစဉ် ဆရာက မေးခွန်းများမေးပါ။ (ဥပမာ- ဘာတွေဝယ်တာလဲ။ ဘယ်လောက်ပေးရလဲ။ ဘာတွေ ရောင်းနေတာလဲ။ ဘယ်လောက်နဲ့ ရောင်းသလဲ။)

## ၅. ၆ ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို သိရှိနားလည်ခြင်း

ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို သိရှိနားလည်ခြင်းဆိုသည်မှာ- သဘာဝတရားနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းကို ပေါင်းစပ်လေ့လာခြင်း ဖြစ်သည်။ သိပ္ပံပညာနှင့် လူမှုရေးပညာတို့ ပေါင်းစပ်၍ လူနှင့်ပတ်ဝန်းကျင်အကြား ဆက်နွယ်မှုများကို လေ့လာခြင်းဖြစ်သည်။ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ရှိ သက်ရှိ သက်မဲ့များအကြောင်းကို စူးစမ်းလေ့လာရင်းဖြင့် သိပ္ပံနည်းကျ စူးစမ်းလေ့လာမှုနှင့်ဆိုင်သည့် ကျွမ်းကျင်မှုများကို ရရှိသွားမည်ဖြစ်သည်။ အလားတူပင် အချိန်နှင့်နေရာကို အမှီပြုပြီး လူမှုဘဝတွင် ပြောင်းလဲဖြစ်ပေါ်သည့် အခြေအနေများကို လေ့လာရင်းဖြင့် သမိုင်းနှင့်ပထဝီဝင်ဆိုင်ရာ အသိသညာများနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများကိုလည်း တည်ဆောက်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် ပတ်ဝန်းကျင်ကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်း၊ လက်တွေ့စမ်းသပ်ခြင်း၊ စုံစမ်းမေးမြန်းခြင်း၊ သုံးသပ်ခြင်းများမှတစ်ဆင့် လူသားတို့၏ဘဝတွင် သိပ္ပံနှင့်နည်းပညာ၏အရေးပါမှုကိုလည်း စတင်သတိပြုမိလာမည် ဖြစ်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို လေ့လာခြင်းဖြင့် ကလေးများသည် မိမိတို့နေထိုင်ရာ ပတ်ဝန်းကျင်ကို သိရှိနားလည်လာပြီး တန်ဖိုး ထားတတ်လာမည်။ ထို့ပြင်နယ်ပယ်တစ်ခုချင်းနှင့်ဆိုင်သော ဝေါဟာရများ၊ သိပ္ပံဆိုင်ရာ ဝေါဟာရများ သင်ယူ ရရှိသွားမည်ဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် သိပ္ပံလက်တွေ့လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် သိပ္ပံဆိုင်ရာ ဝေါဟာရများ တိုးပွားလာမည်ဖြစ်သည်။

## ၅. ၆. ၁ သူငယ်တန်းကလေးများနှင့်သိပ္ပံပညာ

သိပ္ပံပညာသည် ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အရာဝတ္ထုများ၊ ယင်းတို့၏ ဖြစ်တည်နေမှု၊ ပြောင်းလဲမှု၊ ရှင်သန်ကြီးထွားမှုနှင့် အကျိုးအကြောင်း ဆက်စပ်မှုတို့ကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်းဖြစ်သည်။ ကလေးများသည် ပတ်ဝန်းကျင်၏ ဖြစ်ပေါ်ပြောင်းလဲမှုများတွင် တက်ကြွစွာ ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် စူးစမ်းရှာဖွေကြသည်။ သိလိုစိတ်ရှိမှုနှင့် ရှာဖွေတွေ့ရှိသည့်အတွက် ကျေနပ်ပီတိဖြစ်မှုတို့အပေါ်တွင် အခြေခံ၍ စနစ်တကျ စူးစမ်းရှာဖွေခြင်းဖြင့် အသိပညာဗဟုသုတများ ရရှိလာပါသည်။ ထို့ကြောင့်ဆရာ၊ ဆရာမများသည် ကလေးများအား တက်ကြွသော၊ မေးခွန်းများမေးမြန်းတတ်သော၊ ပတ်ဝန်းကျင်ကို စိတ်ဝင်တစားစူးစမ်းတတ်သော၊ စူးစမ်းလေ့လာမှုများကို ပြန်လည်ပြောပြတတ်သောကလေးများ ဖြစ်လာစေရန် ပံ့ပိုးကူညီပေးရမည်ဖြစ်သည်။ သို့ရာတွင် ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ကလေးများသည် ယုတ္တိရှိသော၊ သိပ္ပံနည်းကျသော အသိသညာများ ရရှိလာနိုင်သည်ဟု မျှော်မှန်းထား၍ မရပေ။ သိပ္ပံနည်းကျ လုပ်ငန်းစဉ်များဖြစ်သော စူးစမ်းရှာဖွေမှု၊ ကြိုတင်ခန့်မှန်းမှု၊ လက်တွေ့စမ်းသပ်မှုနှင့် ကောက်ချက်ချမှုတို့ကို စီစဉ်ဆောင်ရွက်တတ်စေရန်သာ အခွင့်အလမ်းများ ဖန်တီးပေးရမည် ဖြစ်သည်။

## ၅. ၆. ၁. ၁ သိမှုဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးမှု

ကလေးများသည် ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို စူးစမ်းလေ့လာရာတွင် မိမိကိုယ်တိုင် ရှာဖွေတွေ့ရှိခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ အချင်းချင်းပူးပေါင်းလေ့လာခြင်းဖြင့် လည်းကောင်း သိပ္ပံနည်းကျသော အသိသညာများ ရရှိလာမည်ဖြစ်သည်။ သို့ရာတွင် တွေ့ရှိချက်များအပေါ်အခြေခံ၍ ရရှိလာသောအသိသညာများနှင့်ပတ်သက်ပြီး မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်မှုရရှိစေရန် သိပ္ပံနည်းကျလုပ်ငန်းစဉ်များအတိုင်း ရှာဖွေဖော်ထုတ်ရန်လိုအပ်သည်။

သိပ္ပံလက်တွေ့လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရာတွင် ယေဘုယျအားဖြင့်

(၁) စူးစမ်းလေ့လာခြင်း၊

(၂) နှိုင်းယှဉ်၍အမျိုးအစားခွဲခြားခြင်း၊

(၃) ကြိုတင်ခန့်မှန်းခြင်း၊

(၄) လက်တွေ့စမ်းသပ်လုပ်ကိုင်ခြင်း၊

(၅) ကောက်ချက်ချခြင်းတို့ ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။

ထိုသို့ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် သိမှုဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုများ ဖြစ်ပေါ်လာမည်ဖြစ်သည်။ ဆရာသည် ကလေး၏ အသက်အရွယ်နှင့်ကိုက်ညီသော လုပ်ငန်းများကို ဖန်တီးပေးရမည်။ အုပ်စုဖွဲ့လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရာတွင် စွမ်းရည်မတူညီသော ကလေးများကို မျှတစွာ ဖွဲ့စည်းပေးရန်လိုအပ်သည်။

## ၅. ၆. ၁. ၂ စူးစမ်းလေ့လာခြင်း

ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို ကလေးများအား အာရုံငါးပါးဖြင့် စူးစမ်းလေ့လာစေခြင်းဖြစ်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင်လောကနှင့်ပတ်သက်သည့် သတင်းအချက်အလက်များ စုဆောင်းရယူခြင်းဖြစ်သည်။ ကလေးများကို မိမိပတ်ဝန်းကျင်တွင် တွေ့မြင်ခဲ့သော၊ ကြားခဲ့ရသောအဖြစ်အပျက်များကို ပြန်လည်ပြောပြစေခြင်းဖြင့် စူးစမ်းလေ့လာစေနိုင်သည်။

## ၅. ၆. ၁. ၃ နှိုင်းယှဉ်၍အမျိုးအစားခွဲခြားခြင်း

ကလေးများအား ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ သက်ရှိ၊ သက်မဲ့၊ အရာဝတ္ထုများ၏ တူညီခြင်း၊ ကွဲပြားခြားနားခြင်းများကို နှိုင်းယှဉ်လေ့လာပြီး အမျိုးအစားခွဲခြားစေခြင်း ဖြစ်သည်။ (ဥပမာ- ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ သစ်ရွက်များကို ပုံသဏ္ဌာန်တူရွေးချယ်ခွဲခြားစေခြင်း။)

## ၅. ၆. ၁. ၄ ကြိုတင်ခန့်မှန်းခြင်း

စူးစမ်းလေ့လာရာတွင် ကလေး၏ရှိပြီးသား အသိသညာနှင့် တွေ့ရှိဖူးသည့်အချက်များ၊ ဆောင်ရွက်ခဲ့သည့်လုပ်ငန်းများမှ အတွေ့အကြုံများ ပေါင်းစပ်ကာ ဆက်လက်ဆောင်ရွက်မည့် လုပ်ငန်းများ၊ ဖြစ်ပေါ်လာမည့်ရလဒ်များကို ကြိုတင်ခန့်မှန်းစေခြင်း ဖြစ်သည်။ ဆရာသည်မေးခွန်းများ မေးမြန်းခြင်းဖြင့် ကြိုတင်ခန့်မှန်းတတ်ရန် ပြုစုပျိုးထောင် ပေးနိုင်သည်။

## ၅. ၆. ၁. ၅ လက်တွေ့စမ်းသပ်လုပ်ကိုင်ခြင်း

သူငယ်တန်းဆရာ၊ ဆရာမများသည် ကလေးများကိုယ်တိုင် ဆောင်ရွက်နိုင်မည့် ရိုးရှင်း၍လက်တွေ့ကျသော စမ်းသပ်မှုများကို စီစဉ်ဆောင်ရွက်သင့်သည်။ အဆိုပါရိုးရှင်းသောစမ်းသပ်မှုများသည် သိပ္ပံပညာဆိုင်ရာ

ကျွမ်းကျင်မှုများ ရရှိစေမည့်စမ်းသပ်မှုများ ဖြစ်ရမည်။ (ဥပမာ- ပလတ်စတစ်ခွက်၊ စာရွက်နှင့် သစ်သားတုံးတို့တွင် ရေပေါ်ပေါ်နိုင်သော အရာကိုရှာဖွေခြင်း)

**၅. ၆. ၁. ၆ ကောက်ချက်ချခြင်း**

ကလေးများကို ၎င်းတို့၏ စူးစမ်းလေ့လာမှုများ၊ စုဆောင်းထားသော အချက်အလက်များနှင့် တွေ့ရှိချက်များ အပေါ် အခြေခံသောအမြင်များ၊ ကောက်ချက်ချမှုများ ဆောင်ရွက်တတ်ရန် အားပေးကူညီရမည်။ ထို့ပြင် ၎င်းတို့၏ လေ့လာမှုများ၊ အတွေ့အကြုံများကို လွတ်လပ်စွာ မျှဝေခွင့်ပေးခြင်းဖြင့် ပျော်ရွှင်ကျေနပ်မှုကိုရရှိပြီး မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုများ ရရှိလာရန် လေ့ကျင့်ပေးရမည်။

## ၅. ၆. ၂ သူငယ်တန်းကလေးများနှင့် လူမှုရေးသိပ္ပံ

ဤအပိုင်းတွင် အချိန်ကာလနှင့် နေရာဒေသအပေါ်အမှီပြုပြီး လူတို့၏နေထိုင်မှုဘဝအပေါ်တွင်သက်ရောက်သည့် အပြောင်းအလဲများကို စူးစမ်းလေ့လာကြခြင်း ဖြစ်သည်။ ပထဝီဝင်နှင့် သမိုင်းဟုဆိုလျှင် သူငယ်တန်း ကလေးများနှင့် စပ်ဟပ်မှုမရှိဟု ယူဆကြမည် ဖြစ်သော်လည်း ကလေးများအနေဖြင့် ၎င်းဘာသာရပ်များနှင့် ဆက်နွှယ်နေသည့် အသိသညာများ ကျွမ်းကျင်မှုများကိုမူ သင်ယူရမည်ဖြစ်သည်။ ပထဝီဝင်နှင့် သမိုင်း ပညာရပ်များတွင် အသုံးပြုသည့် ဝေါဟာရအချို့ကိုလည်း စတင်သင်ယူကြရမည်ဖြစ်သည်။ သဘာဝသိပ္ပံကဲ့သို့ပင် အထူးသဖြင့် ပထဝီဝင်နှင့် သမိုင်းဘာသာရပ်ကို လေ့လာရာတွင် အသုံးပြုနိုင်သည့်

- ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်း
- သရုပ်ဖော်ခြင်း
- မေးမြန်းစုံစမ်းခြင်း
- ရှေ့နောက်၊ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်ခြင်း
- ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်း
- ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း
- မှတ်တမ်းတင်ခြင်း စသည့်ဖြစ်စဉ်ဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများဖွံ့ဖြိုးလာအောင် လုပ်ဆောင်ပေးကြရမည် ဖြစ်သည်။

ဤကျွမ်းကျင်မှုများ ဖွံ့ဖြိုးလာစေရန် ဆရာ၊ဆရာမများသည် အောက်ပါနည်းလမ်းများကို အသုံးပြုနိုင်သည်။

**ပုံပြောခြင်း၊ ပုံပြင်စာအုပ်ဖတ်ခြင်း။** ။ နေရာဒေသအမျိုးမျိုးပါဝင်သည့် ပုံပြင်စာအုပ်များကို ဖတ်ပြခြင်း၊ ပုံပြောခြင်းသည်လည်း ကလေးများကို နေရာဒေသအလိုက် လူတို့၏ နေထိုင်စားသောက်ပုံ ကွဲပြားမှုများကို နားလည်စေနိုင်ပါသည်။ အလားတူပင် ပုံပြင်ပါအဖြစ် အပျက်များကိုကြည့်ပြီး အချိန်ကာလ အလိုက်ပြောင်းလဲသည့် သဘောတရားများကို နားလည်စေပါသည်။

**ကစားခြင်း။** ။ သဲ၊ ရွှံ့စသည်တို့ဖြင့် ပုံသဏ္ဌာန်အမျိုးမျိုး ပုံဖော်ကစားခြင်းဖြင့် မြေမျက်နှာပြင် အနိမ့်အမြင့် သဘောကို နားလည်နိုင်သကဲ့သို့ သစ်သားဘလောက်တုံးများဖြင့် ရွာ၊ ဈေးစသည့် နေရာများကို တည်ဆောက်ကစားခြင်းကလည်း အဆိုပါနေရာများနှင့် လူတို့၏နေထိုင်မှုဘဝ ဆက်စပ်ပုံတို့ကို ကလေးများ ပိုမိုနားလည်စေနိုင်ပါသည်။

**နှုတ်ပြောသမိုင်း။** ။ ခေတ်အလိုက် ပြောင်းလဲသွားသည့် နေရာများ၊ အရာဝတ္ထုများ၏ ဓာတ်ပုံများကို ပြသပြီး "ဘာတွေ ပြောင်းလဲသွားသလဲ၊ ဘယ်လို ပြောင်းလဲသွားသလဲ၊ ဘာကြောင့် ပြောင်းလဲသွားတယ် ထင်သလဲ" စသည့် စဉ်းစားဖြေဆိုရသည့် မေးခွန်းများ မေးမြန်းပြီး ကလေးများကို ပြောပြစေခြင်းဖြင့် အကြောင်းအရာ တစ်ခု၏ ပြောင်းလဲလာမှုများကို ဖော်ထုတ်စေနိုင်ပါသည်။

**မြေပုံများဖတ်ခြင်း၊ မြေပုံများပြုလုပ်ခြင်း။** ။ သူငယ်တန်းသို့ရောက်လာသော ကလေးများကို လွယ်ကူရိုးရှင်းသောမြေပုံများ စတင်မိတ်ဆက်ပေးနိုင်ပါသည်။ ကျောင်း၏ စနစ်ပုံ၊ အိမ်မှကျောင်းသို့ လာသောလမ်းစသည့်မြေပုံများ ရေးဆွဲစေနိုင်ပါသည်။ ဤလုပ်ငန်းမျိုးကိုမူ မိမိတို့ကလေးများ၏ ယခင်ရှိထားပြီး အသိသညာကို အခြေခံကာ ပြုလုပ်ရမည်ဖြစ်ပြီး၊ သူငယ်တန်းကလေးများအတွက်မှာ စာသင်နှစ်၏ နောက်ပိုင်းများတွင်သာ ပြုလုပ်လျှင် ပိုမိုသင့်တော်ပါလိမ့်မည်။

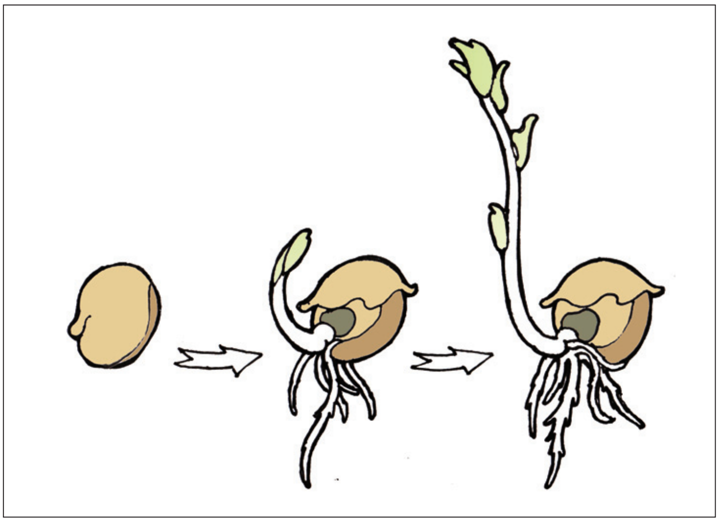
**လေ့လာရေးခရီး။** ။ မိမိတို့ရပ်ရွာဒေသရှိ ဈေး၊ ဈေးဆိုင်၊ ဆေးခန်း၊ စာကြည့်တိုက် အစရှိသည့် လူအများနှင့် ပတ်သက်သည့် နေရာများ၊ သမိုင်းဝင်နေရာများ(ရပ်ရွာအတွင်း ရှေးဟောင်းကျသည့် အဆောက်အဦများ) သို့သွားရောက် လည်ပတ်လေ့လာစေခြင်းကလည်း နေရာဒေသ၊ အချိန်ကာလတို့နှင့် လူတို့၏ ပတ်သက်ဆက်နွယ်မှုကို ပိုမိုသဘောပေါက် နားလည်စေနိုင်ပါသည်။

### ၅. ၆. ၃ ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို သိရှိနားလည်စေရန် ကူညီပံ့ပိုးပေးနိုင်သော နည်းလမ်းများ

ဆရာ၊ ဆရာမများသည် ကလေးများအား ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို စူးစမ်းရှာဖွေဖော် ထုတ်လိုစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သော ပျော်ရွှင်ဖွယ်ကောင်းသော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းအမျိုးမျိုးကို ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်ရမည့်အပြင် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ဖန်တီးဆောင်ရွက်ရန်လည်း လိုအပ်သည်။ အသုံးပြုနိုင်သော နည်းလမ်းများမှာ-

- **မေးခွန်းများမေးခြင်း**- ကလေး၏ စိတ်ဝင်စားမှုကို နှိုးဆွပေးနိုင်သော၊ ကလေး၏အတွေးကို ချဲ့ထွင်ပေးနိုင်သောမေးခွန်းများ ဖြစ်သင့်သည်။ (ဥပမာ-ခရုက ဘာအရောင်လဲ၊ ခရုဘယ်လိုသွားလဲ။)
- **ရိုးရှင်းသော လက်တွေ့စမ်းသပ်ချက်များ ဆောင်ရွက်စေခြင်း**- ကလေးများသည် ရိုးရှင်းလွယ်ကူသော ညွှန်ကြားချက်များကို လိုက်နာဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ စမ်းသပ်ချက်များလုပ်ကိုင်စေပြီး ခက်ခဲနက်နဲသော သိပ္ပံအသိသညာများကို ရှင်းပြခြင်းထက် သူတို့နားလည်သည့်အတိုင်း ပြန်လည်ပြောပြရန် တိုက်တွန်းအားပေးသင့်သည်။ (ဥပမာ-ရေသည် ထည့်သောခွက်၏ ပုံသဏ္ဌာန်ပေါ်တွင်မူတည်၍ ပုံသဏ္ဌာန် ပြောင်းလဲနိုင်ကြောင်း စမ်းသပ်ချက်။ )
- **ကွင်းဆင်းလေ့လာခြင်း**- အနီးအနားရှိဈေးဆိုင်၊ ဆံပင်ညှပ်ဆိုင်၊ ဆေးခန်း၊ ပန်းဆိုင်များ စသောဆိုင်များ၊ ပြတိုက်၊ ပန်းခြံ၊ တိရစ္ဆာန်ရုံစသော နေရာများ၊ ဒေသထွက် ပစ္စည်းလုပ်ငန်းများတွင် သွားရောက်လေ့လာပြီး၊ မိမိတွေ့ရှိသောအချက်များကို ပုံများဆွဲ၍သော်လည်းကောင်း၊ ပြန်လည်ပြောပြစေခြင်းဖြင့်သော်လည်းကောင်း မှတ်တမ်းပြုစုထားပြီး ခင်းကျင်းပြသထားသင့်သည်။
- **စာသင်ခန်းပြင်ပတွင် လုပ်ဆောင်ရမည့် လုပ်ငန်းများပေးခြင်း**- သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်နှင့် တိုက်ရိုက်ထိတွေ့ခွင့်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။ ပန်းကလေးများ၏ ရနံ့ကိုခံစားစေခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိအသံများ (ယာဉ်များ၊ ငှက်ကလေးများ)ကို နားထောင်စေခြင်း စသောလုပ်ငန်းများဖြင့် ပတ်ဝန်းကျင်တွင် တွေ့မြင်ရသောအရာများအပေါ် အံ့သြမှု၊ အကောင်းမြင်မှု သဘောထားများ ဖွံ့ဖြိုးအောင်ကူညီပေးနိုင်သည်။

- **ပုံများ၊ ဂရပ်ပုံများ အသုံးပြုခြင်း-** အချက်အလက်များကို မှတ်မိစေရန်နှင့် လိုအပ်ချိန်တွင် ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်ရန် ပုံများ၊ ဂရပ်များ ရေးဆွဲခြင်းဖြစ်သည်။ တိရစ္ဆာန်တစ်ကောင်၏ ဘဝဖြစ်စဉ်၊ အပင်တစ်ပင်၏ ကြီးထွားပုံ၊ ချက်ပြုတ်နည်း အဆင့်ဆင့် (ထမင်းချက်ခြင်း၊ ကြက်ဥပြုတ်ခြင်း)၊ ကွင်းဆင်းလေ့လာသည့် နေရာတွင် တွေ့ရှိရသောအရာများ စသည်တို့ကို ကလေး၏အသက်အရွယ်နှင့် လိုက်လျောညီထွေစွာ ပုံများ၊ ဂရပ်များပြုလုပ်နိုင်သည်။



- **ပတ်ဝန်းကျင်ကို အံ့သြချီးကျူးတတ်သော၊ ဂရုစိုက်ချစ်ခင်တတ်သူအဖြစ် ပြုမူခြင်း-** အထက်ပါလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ရာတွင် ဆရာသည် အပြုသဘောဆောင်သော သုံးသပ်ချက်များ ပေးသင့်သည်။ "သမီးလေးလုပ်ထားတာ သိပ်ကောင်းတာပဲ၊ ဘယ်လိုလုပ်လိုက်တာလဲ" စသည့် အံ့သြချီးကျူးသော အသုံးအနှုန်းများဖြင့် ကလေးများကို အပြုသဘောဆောင်သော သဘောထားများ ဖွံ့ဖြိုးအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။

သူငယ်တန်းဆရာ၊ဆရာမများအနေဖြင့် လိုအပ်သော ပစ္စည်းများ၊ အထူးသဖြင့် ဒေသထွက်ပစ္စည်းများကို စုဆောင်းထားရန် လိုအပ်သည်။ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၊ ရပ်ရွာပြည်သူလူထု၊ အထူးသဖြင့် မိဘများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ သို့ရာတွင် အန္တရာယ်ဖြစ်စေတတ်သော ပစ္စည်းများ၊ အဆိပ်အတောက်ဖြစ်စေတတ် သော အပင်များ၊ အစေ့များနှင့်ပတ်သက်၍ သတိပေး ပြောကြားထားရပါမည်။

ထို့ပြင်ဆရာသည် အသိသညာသစ်တစ်ခုကို ကလေးများ လွယ်ကူစွာနားလည်စေရန် ဆွေးနွေးမှုပုံစံအမျိုးမျိုးကို အသုံးပြုနိုင်သည်။ ပဟေဠိများ၊ ပုံပြင်များ၊ ကဗျာများ၊ သီချင်းများဖြင့်လည်း သင်ကြားမည့်ခေါင်းစဉ်ကို ကလေးများ စိတ်ဝင်စားလာစေရန် မိတ်ဆက်နိုင်သည်။ ကလေးများ၏ မိသားစု၊ နေအိမ်၊ သွားလေ့ရှိသည့်နေရာများ၊ အဝတ်အစားများနှင့်ပတ်သက်သည့် သတင်းအချက်အလက်များကို ပြောပြခြင်းဖြင့်လည်း ပတ်ဝန်းကျင်ကို လေ့လာစူးစမ်းလိုစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာစေရန် ပံ့ပိုးနိုင်သည်။ ကလေးများအား လိုအပ်သောပစ္စည်းများ ထောက်ပံ့ပြီး အတုလုပ်ကစားခြင်း သို့မဟုတ် ဟန်ဆောင်ကစားခြင်းလုပ်ငန်းများ (ဥပမာ- ဆရာဝန်လုပ်တမ်းကစားခြင်း) ထိုမှတစ်ဆင့် အဖြစ်အပျက်တစ်ခုကိုနားလည်ကာ စီစဉ်ဆောင်ရွက်နိုင်သည့်လုပ်ငန်းများ (ဥပမာ-ဇာတ်ဟန်ခင်းကျင်းကပြခြင်းများ စီစဉ်ဆော့ကစားခြင်း) စသည့်လုပ်ငန်းများကိုလည်း ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။

**ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို သိရှိနားလည်ခြင်းနယ်ပယ်အတွက် အောက်ပါနမူနာ သင်ပြမှုပုံစံများကို ကြည့်ရှု လေ့လာနိုင်ပါသည် -**

**သင်ပြမှုပုံစံ (၁)**

အကြောင်းအရာ ॥ ॥ **အပင်များ**

သင်ချိန် ॥ ॥ (မိနစ် ၃၀)

အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် ॥ ॥ တစ်ခုနှင့်တစ်ခုတူညီမှု၊ မတူညီမှုများကိုပြောပြတတ်ရန်။

လုပ်ငန်းစဉ် ॥ ॥ **နှိုင်းယှဉ်ခြင်း**

- ဆရာက အမျိုးအစားမတူ၊ ပုံသဏ္ဌာန်မတူသော သစ်ရွက်များကို ကြိုတင်ရှာဖွေထားပါ။ (အပွင့် သို့မဟုတ် အသီးများဖြင့်လည်း အသုံးပြုနိုင်သည်။)
- ဆရာက အရွက်များအချင်းချင်း တူ/မတူနှိုင်းယှဉ်ပြပါ။ (အရောင်၊ အရွယ်အစား၊ ပုံသဏ္ဌာန်)
- ကလေးများအား အုပ်စုဖွဲ့ပါ။
- အုပ်စုတစ်စုစီအား အမျိုးအစားတူသော သစ်ရွက်များနှင့် မတူသော သစ်ရွက်များကို ရောနှော၍ ဝေပေးပါ။
- အုပ်စုလိုက်ရရှိထားသော သစ်ရွက်များမှ အမျိုးအစားတူသော သစ်ရွက်များကို ရွေးပြီး မည်သည့်အချက်များ တူညီသည်ကို ပြောပါစေ။ (အရွက် အရွယ်အစား၊ ပုံသဏ္ဌာန်)
- မတူညီသည့်သစ်ရွက်များကိုလည်း နှိုင်းယှဉ်ကြည့်စေပြီး မတူညီသည့် အချက်များကို အတန်းသို့ အုပ်စုတစ်စုချင်း အလှည့်ကျ ပြောပါစေ။

**သင်ပြမှုပုံစံ (၂)**

အကြောင်းအရာ ॥ ॥ **ရေ**

သင်ချိန် ॥ ॥ (မိနစ် ၃၀)

အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် ॥ ॥ ရေတွင်နစ်မြုပ်သော အရာဝတ္ထုများနှင့် ရေတွင်ပေါ်သော အရာဝတ္ထုများ ခွဲခြားပြောတတ်ရန်။

လုပ်ငန်းစဉ် ॥ ॥ **လက်တွေ့ပြုလုပ်ခြင်း**

- ဆရာက ကြိုတင်စုဆောင်းထားသည့် ရေတွင်နစ်မြုပ်သော အရာဝတ္ထုများနှင့် ရေတွင်ပေါ်သော အရာဝတ္ထုများကို စားပွဲပေါ်တွင် တင်ထားပါ။ (ကျောက်ခဲ၊ ပန်းပွင့်၊ သစ်ရွက်၊ စက္ကူ၊ စက္ကူလှေ၊ ဖော့၊ ကော်ဖီမစ်အိတ်ခွံ၊ ခဲဖျက်၊ ပဲစေ့ . . . . . . စသည်)
- ကလေးများအား စားပွဲပေါ်တင်ထားသော ပစ္စည်းများထဲမှ မည်သည့်

အရာဝတ္ထု များသည် ရေတွင်ပေါ်ပြီး မည်သည့်အရာဝတ္ထုများသည် ရေတွင်နစ်မြုပ်သည်ကို ကြိုတင် ခန့်မှန်းပြောပါစေ။

- ကလေးများ၏ ခန့်မှန်းချက် မှန်/မမှန် လက်တွေ့လုပ်ကြည့်ရအောင် ဟု ပြောပါ။
- အုပ်စုတစ်စုစီအား မိမိတို့ရှေ့ရှိ ရေဇလုံတွင် ပေးထားသော အရာဝတ္ထုများကို တစ်ခုစီ ထည့်ကြည့်ပါစေ။
- အုပ်စုအားလုံး လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ပြီးပါက မည်သို့တွေ့ရှိရသည်ကို ပြောပါစေ။
- ဆရာက ပေါ့သောအရာဝတ္ထုများသည် ရေတွင်ပေါ်နိုင်ပြီး ကျောက်ခဲကဲ့သို့ လေးသောအရာဝတ္ထုများသည် ရေတွင်နစ်မြုပ်သည်ကို ပြောပြပါ။

## သင်ပြမှုပုံစံ (၃)

အကြောင်းအရာ ။ ။ **ပိုးကောင်လေးများ**

သင်ချိန် ။ ။ (မိနစ် ၃၀)

အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် ။ ။ ပိုးကောင်လေးများ၏ အမည်ကိုပြောပြတတ်ရန်။

လုပ်ငန်းစဉ် ။ ။ **ပဟေဠိဝှက်တမ်းကစားခြင်း**

- ဆရာက အောက်ပါအချက်များကို ပြောပြလျှင် ကလေးများက ပိုးကောင်များ၏ အမည်ကို ပြောပြပါစေ။ (ကလေးများ မသိပါက ဆရာက ဖြည့်စွက်ပါ။)
- မုန့်အချိုတွေကို ကြိုက်တယ်။ နေရာတိုင်းမှာ တွေ့ရတယ်။ အဲဒါ ဘာကောင်လဲ။
- အစားအစာတွေပေါ်မှာ နားတယ်။ ပျံလည်း ပျံနိုင်တယ်။ အဲဒါ ဘာကောင်လဲ။
- လူကိုကိုက်ရင် ယားတယ်။ လူ့ရဲ့သွေးကို စုပ်တယ်။ အဲဒါ ဘာကောင်လဲ။
- သူ့ကိုထိရင် ယားတယ်။ အမွေးတွေ ပါတယ်။ တွန့်လိမ်ပြီး သွားတယ်။ အဲဒါ ဘာကောင်လဲ။
- သူ့ရဲ့အတောင်ပံမှာ အရောင်စုံပါတယ်။ ပန်းပွင့်တွေပေါ်မှာ နားတယ်။ အဲဒါ ဘာကောင်လဲ။
- ပဟေဠိဝှက်ပြီးပါက ဆရာက ဒီနေ့ ပိုးကောင်လေးတွေအကြောင်း သင်မည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောပါ။

## သင်ပြမှုပုံစံ (၄)

| | | |
|---|---|---|
| အကြောင်းအရာ | ။ ။ | **ဈေး** |
| သင်ချိန် | ။ ။ | (မိနစ် ၃၀) |
| အသေးစိတ်သင်ယူမှုရလဒ် | ။ ။ | ဈေးရောင်း၊ ဈေးဝယ် အတုလုပ်တမ်း ကစားတတ်ရန်။ |
| လုပ်ငန်းစဉ် | ။ ။ | **ဈေးရောင်းတမ်းကစားခြင်း** |

- ကလေးများအား ဈေးရောင်းသူ အုပ်စုတစ်စုနှင့် ဈေးဝယ်သူ အုပ်စုတစ်စု သတ်မှတ်ပေးပါ။
- ဆရာက ဈေးဝယ်သူကလေးများအတွက် စက္ကူပိုင်းများကိုဖြတ်ပြီး ငွေစက္ကူများ အဖြစ် ဝေပေးပါ။
- ဈေးရောင်းသူကလေးများအား ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ (တုတ်ချောင်း၊ ခဲလုံး၊ သစ်ရွက်၊ ပန်းပွင့် . . . ) စသည်တို့ကို ကလေးများနှစ်သက်သည့် ရောင်းရန်ပစ္စည်း အဖြစ် သတ်မှတ်ပါစေ။
- ကလေးများ သတ်မှတ်ထားသော ကုန်ပစ္စည်းအမည်များကို ဆရာက ရောင်းချမည့် နေရာတွင် ရေးပြီး ကပ်ပေးပါ။
- ကလေးများ နှစ်သက်သလို ဈေးရောင်းတမ်း ကစားပါစေ။
- ကစားနေစဉ် ဆရာက မေးခွန်းများမေးပါ။ (ဥပမာ- ဘာတွေဝယ်တာလဲ။ ဘယ်လောက်ပေးရလဲ။ ဘာတွေ ရောင်းနေတာလဲ။ ဘယ်လောက်နဲ့ ရောင်းသလဲ။)

# အခန်း (၆)

# သင်ကြားရေးအစီအစဉ်များ၊ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ စီစဉ်ဆောင်ရွက်ခြင်း

# အခန်း (၆)

# သင်ကြားရေးအစီအစဉ်များ၊ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ စီစဉ်ဆောင်ရွက်ခြင်း

## ၆.၁ သူငယ်တန်းကလေးများအတွက် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

သူငယ်တန်းကလေးများသည် ယေဘုယျအားဖြင့် နေ့စဉ်သင်ယူမှု လုပ်ငန်းသုံးမျိုးကို လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်ရင်း သင်ယူကြရမည်ဖြစ်သည်။ ၎င်းလုပ်ငန်း သုံးမျိုးမှာ -

၁။ ပုံမှန်လုပ်ငန်းများ - နံနက်ပိုင်း စုပေါင်းချိန်၊ နားချိန်၊ နေ့လယ်စာစားချိန်၊ ညနေပိုင်း မပြန်မီ စုဝေးချိန်စသည့် နေ့စဉ်ပုံမှန်လုပ်ဆောင်ရသည့် အချိန်များ

၂။ ကစားခြင်း - ကလေးများအနေဖြင့် စာသင်ခန်း အတွင်းတွင်ဖြစ်စေ၊ စာသင်ခန်း ပြင်ပတွင်ဖြစ်စေ စုပေါင်းကစားခြင်း (သို့မဟုတ်) စိတ်ကြိုက်ရွေးချယ် ကစားခြင်း၊ (သို့မဟုတ်) သတ်မှတ်ထားသော ကစားရန်နေရာများတွင် နှစ်ယောက်တွဲ (သို့မဟုတ်) အုပ်စုလိုက်ကစားခြင်း စသည်များ

၃။ ဆရာစနစ်တကျ ပြင်ဆင်ထားသည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ - သင်ယူမှုနယ်ပယ်အလိုက် မျှော်မှန်းရလဒ်များကို ဦးတည်ပြီး ဗဟိုပြုကာ စီစဉ်ထားသည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ ဖြစ်သည်။

သူငယ်တန်း ဆရာ၊ ဆရာမများသည် အဆိုပါ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းသုံးမျိုးကို ဟန်ချက်ညီညီ ပေါင်းစပ်ပြီး နေ့စဉ်လုပ်ငန်းများကို စီစဉ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ကစားခြင်းကိုမှ ပုံမှန်လုပ်ငန်းအချိန်များတွင်သာမက အကြောင်းအရာအလိုက် စနစ်တကျ စီစဉ်ထားသော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းထဲတွင်ပါ အလျဉ်းသင့်သလိုထည့်သွင်း လုပ်ဆောင်သွားရန် ဖြစ်ပါသည်။ အောက်တွင် တစ်နေ့တာအစီအစဉ် နမူနာတစ်ခုကို ဖော်ပြထားပါသည်။

### သူငယ်တန်း တစ်နေ့တာအစီအစဉ်

| အချိန် | မိနစ် | လုပ်ငန်း | အသေးစိတ်အကြောင်းအရာ | ပါဝင်မှု |
|---|---|---|---|---|
| ၀၈း၃၀ - ၀၉း၀၀ | ၃၀ | ပုံမှန် | - ကျောင်းလာချိန် ကြိုဆိုနေရာချထားခြင်း စာသင်ခန်းအတွင်း/အပြင်<br>- လွတ်လပ်စွာ ကစားခြင်း | တစ်ဦးချင်း |
| ၀၉း၀၀ - ၀၉း၁၅ | ၁၅ | ပုံမှန် | - အခြားအတန်းကြီးများနှင့်အတူ နိုင်ငံတော် သီချင်း သီဆိုခြင်း၊ အလံတော် အလေး ပြုခြင်း၊ ဘုရားရှိခိုးခြင်း။<br>- စုပေါင်းချိန် - ကလေးများနှင့် ရာသီဥတု အခြေအနေ၊ ရပ်ရွာအခြေအနေ၊ ကလေးများအခြေအနေ စသည်အားဖြင့် ပြောခြင်း။<br>- တစ်နေ့တာအစီအစဉ်အကြောင်းပြောခြင်း။ | အားလုံးစုပေါင်း |

| အချိန် | မိနစ် | လုပ်ငန်း | အသေးစိတ်အကြောင်းအရာ | ပါဝင်မှု |
|---|---|---|---|---|
| ၀၉း၁၅ - ၁၀း၁၅ | ၆၀ | စီစဉ်ထား သည့် လုပ်ငန်းများ | ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း ဖွံ့ဖြိုးမှု (ဘာသာစကားနှင့် စာရေး စာဖတ်သင်ယူချိန်)<br>- အသံများ၊ စကားများကို အာရုံစိုက် နားထောင်တတ်ခြင်း (နားထောင်ခြင်း)<br>- နေ့စဉ်သုံးဝေါဟာရများ၊ စကားလုံးများ၊ ဝါကျများ၊ သီချင်း၊ ကဗျာ၊ ပုံပြင်များ၊ ဇာတ်လမ်းများပြောခြင်း (ပြောဆိုခြင်း)<br>- ပတ်ဝန်းကျင်ရှိစာများ၊ ရုပ်ပြစာအုပ်များကို ဖတ်ရာမှတစ်ဆင့် စာများကို ဖတ်တတ်လာ ခြင်း (စာဖတ်ခြင်း)<br>- မိမိတို့၏ အတွေ့အကြုံများနှင့် စိတ်ကူး များကို ရုပ်ပုံဖြင့်လည်းကောင်း၊ စာဖြင့် လည်းကောင်း ဖော်ပြတတ်ခြင်း (စာရေးခြင်း) | ကလေးအားလုံး နှင့်အတူတကွ |
| ၁၀း၁၅ - ၁၀း၄၅ | ၃၀ | ပုံမှန် | ခေတ္တနားချိန်<br>- ကိုယ်လက်သန့်ရှင်းရေး<br>- အိမ်သာတက်ခြင်း၊ ဆေးကြောခြင်း<br>- မုန့်စားခြင်း | တစ်ဦးချင်း |
| ၁၀း၄၅ - ၁၁း၁၅ | ၃၀ | စီစဉ်ထားသည့် လုပ်ငန်းများ | အင်္ဂလိပ်စာ | ကလေးအားလုံးနှင့် အတူတကွ |
| ၁၁း၁၅ - ၁၂း၁၅ | ၆၀ | စီစဉ်ထား သည့် လုပ်ငန်းများ | အကြောင်းအရာအရ လုပ်ငန်းစဉ်များပြုလုပ်ခြင်း<br>- သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ်အလိုက် ပြင်ဆင် ထားသော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ | ကလေးအားလုံး နှင့်အတူတကွ |
| ၁၂း၁၅ - ၁၂း၄၅ | ၃၀ | ပုံမှန် | နေ့လယ်စာ စားချိန်<br>- နေ့လယ်စာ စားသုံးခြင်း<br>- ပုံပြင်ပြောခြင်း<br>- နားခြင်း၊ အိပ်ခြင်း<br>- လွတ်လပ်စွာ ကစားခြင်း<br>- စိတ်ကူးဖြင့် ကစားရသော ကစားနည်းများ<br>- ကစားခြင်း (အတုလုပ် တမ်းကစားခြင်း)<br>- ပုံဆွဲခြင်း၊ ဆေးခြယ်ခြင်း၊ ပုံဖော်ခြင်း<br>- သီဆိုခြင်း၊ ကခြင်း | အားလုံးစုပေါင်း |
| ၁၂း၄၅ - ၁၃း၃၀ | ၄၅ | ပုံမှန် | နားခြင်း၊ ပုံပြောခြင်း၊ လွတ်လပ်စွာကစားခြင်း | ကလေးအားလုံးနှင့် အတူတကွ |
| ၁၃း၃၀ - ၁၄း၀၀ | ၃၀ | စီစဉ်ထား သည့် လုပ်ငန်းများ | တီထွင်ဖန်တီးမှု လုပ်ငန်းများ<br>- တီထွင်မှုလုပ်ငန်းများ | ကလေးအားလုံး နှင့်အတူတကွ |
| ၁၄း၀၀ - ၁၄း၃၀ | ၃၀ | ပုံမှန် | - တစ်နေ့တာ အနှစ်ချုပ် သုံးသပ်ခြင်း<br>- အိမ်ပြန်ရန် ပြင်ဆင်၊ နှုတ်ဆက်သီချင်းဆိုခြင်း | ကလေးအားလုံး နှင့် အတူတကွ တစ်ဦးချင်း |

## ၆.၂ အကြောင်းအရာအခြေပြု ပေါင်းစပ်ချဉ်းကပ်နည်း

သူငယ်တန်းအတွက် ဘာသာရပ်တစ်ခုချင်းစီအဖြစ် ဖွဲ့စည်းထားခြင်းမရှိသကဲ့သို့ ကျောင်းသုံးဖတ်စာအုပ်အဖြစ်လည်း ပြုစုထားခြင်း မရှိပါ။ ဆရာများအနေဖြင့် မိမိတို့ကလေးများနှင့် သင့်လျော်မည်ဟု ယူဆကာ ရွေးချယ်ထားသော အကြောင်းအရာ ခေါင်းစဉ်တစ်ခုချင်းစီတွင် ကလေးများက လက်တွေ့လုပ်ငန်းများလုပ်ဆောင်ရင်း သင်ယူကြရမည်ဖြစ်သည်။

ထိုသို့သင်ယူရာတွင် သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ်ကြီး(၆)ခု ဖြစ်သည့် ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာချမ်းသာခြင်း၊ စာရိတ္တ၊ မိတ္တနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခြင်း၊ အပြန်အလှန် ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း၊ သင်္ချာအခြေခံများကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်း၊ အနုပညာရသခံစားမှုနှင့် ဖန်တီးခြင်းနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို သိရှိနားလည်ခြင်း စသည်တို့ဖြစ်သည်။ ၎င်းနယ်ပယ်များတွင် ကလေးများ ရရှိသွားမည့် အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် စိတ်နေသဘောထားများကို သင်ယူရန်အတွက် လုပ်ငန်းများစီစဉ်ရာတွင် အကြောင်းအရာအခြေပြု ပေါင်းစပ်ချဉ်းကပ်နည်းကို အသုံးပြုပါသည်။

ထိုသို့ အကြောင်းအရာအခြေပြု ချဉ်းကပ်နည်းတွင် ကလေးများ သင်ယူမည့် အကြောင်းအရာများ၊ သင်ယူရရှိစေလိုသည့် အချက်များနှင့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို ခေါင်းစဉ်ကြီးတစ်ခုအပေါ် မူတည်ကာ ပေါင်းစပ် စီစဉ်ထားခြင်းဖြစ်သည်။ လုပ်ငန်းအမျိုးအမျိုးကို ခေါင်းစဉ်တစ်ခုချင်းစီဖြင့် တသီးတခြားစီ ပိုင်းဖြတ်စီစဉ်ခြင်းမဟုတ်ဘဲ အကြောင်းအရာတစ်ခုတည်းကိုသာ ပင်တိုင်ထား လုပ်ဆောင်ရသဖြင့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းတစ်ခုနှင့်တစ်ခု ချိတ်ဆက်မိကာ ကလေးများ၏ သင်ယူမှုကို ပိုမိုထိရောက်စေပါသည်။

ထိုသို့ဆောင်ရွက်ရာတွင် ဆရာဆရာမများအနေဖြင့် အကြောင်းအရာကွန်ရက် ရေးဆွဲပြီး ပြင်ဆင်သင့်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် "မိမိအကြောင်း"ကို အကြောင်းအရာအဖြစ် ရွေးချယ်စီစဉ်လုပ်ကိုင်ရာတွင် သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ် တစ်ခုချင်းစီအတွက် "မိမိအကြောင်း"နှင့် ချိတ်ဆက်နေသော အကြောင်းအရာများကို ရွေးချယ်သင့်ပါသည်။

ထို့နောက် နယ်ပယ်တစ်ခုချင်းစီအလိုက် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို စဉ်းစားဖော်ထုတ်ကာ မိမိကလေးများနှင့် အသင့်လျော်ဆုံးဖြစ်မည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို သတ်မှတ်ဆုံးဖြတ်ကာ အချိန်ဇယားတွင် ထည့်သွင်းပြီး စီစဉ်ရပါမည်။ အကြောင်းအရာကြီးတစ်ခုလျှင် ရက်သတ္တပတ်နှစ်ပတ်အတွက် သတ်မှတ်စီစဉ်သင့်ပါသည်။ "မိမိအကြောင်း"ကို အကြောင်းအရာအဖြစ် ရွေးချယ်ပြီး စဉ်းစားဖော်ထုတ်ထားသည့် အကြောင်းအရာများနှင့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို အောက်တွင် နမူနာအဖြစ်ဖော်ပြထားပါသည်။ ထိုလုပ်ငန်းများကိုပင် အချိန်ဇယားတွင် ထည့်သွင်းပြီး တစ်ပတ်စာအချိန်ဇယားအဖြစ်လည်း နမူနာကို ဖော်ပြထားပါသည်။

# မိမိအကြောင်း သင်ယူမှုလုပ်ငန်းကွန်ရက်

**မိမိ အကြောင်း**

### ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာခြင်း

| အကြောင်းအရာ | လုပ်ငန်းများ |
|---|---|
| - နှစ်သက်သောအစားအစာ | ● အစားအစာခွဲခြားကစားနည်း |
| - မိမိနှစ်သက်ရာကစားနည်း | ● လက်တွေ့ကစားခြင်း |
| - ခန္ဓာကိုယ်စိတ်အပိုင်းများ | ● ကဗျာဆိုခြင်း |
| - တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေး | ● ဆွေးနွေးခြင်း |

### ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို သိရှိနားလည်ခြင်း

| အကြောင်းအရာ | လုပ်ငန်းများ |
|---|---|
| - အာရုံငါးပါးဖြင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်း | ● Magic Bag ကစားနည်း<br>● အကြားအာရုံသုံး၍ ကစားခြင်း<br>● မှတ်ဉာဏ်ကစားခြင်း |

### စာရိတ္တ၊ မိတ္တနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှု

| အကြောင်းအရာ | လုပ်ငန်းများ |
|---|---|
| - မိမိနှင့်အခြားသူ၏ တူညီမှု မတူညီမှုများ | ● မိတ်ဆက်ခြင်း |
| | ● နှစ်ဦးအပြန်အလှန် ပြောခြင်း |
| -မိမိ၏ အမူအကျင့်များ | ● ကောင်းသောအမူအကျင့် များ ကစားနည်း |

### အနုပညာရသခံစားမှု

| အကြောင်းအရာ | လုပ်ငန်းများ |
|---|---|
| - သီဆိုခြင်း | ● ဟန်အမူအရာဖြင့် သီဆိုခြင်း<br>● ကာရန်နှင့်အညီ သီဆို ကခုန်ခြင်း |
| - လက်မှုလုပ်ငန်း ပြုလုပ်ခြင်း | ● စက္ကူရုပ်ခေါက်ခြင်း<br>● ရုပ်ပုံများရေးဆွဲခြင်း |

### ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း

| အကြောင်းအရာ | လုပ်ငန်းများ |
|---|---|
| - နားထောင်ခြင်း | ● မိတ်ဆက်ခြင်း |
| | ● တစ်နေ့တာအတွက် အခြေခံစည်းမျဉ်းများ |
| - ပြောဆိုခြင်း | ● ကလေးများနှင့် ဆရာအတူပြောခြင်း |

### သင်္ချာ

| အကြောင်းအရာ | လုပ်ငန်းများ |
|---|---|
| - ယှဉ်တွဲခြင်း | ● အရောင်၊ ပုံသဏ္ဌာန်၊ အရွယ်အစားယှဉ်တွဲခြင်း |
| - တူရာစုခြင်း | ● အရောင်၊ ပုံသဏ္ဌာန်၊ အရွယ်အစားတူရာစုခြင်း |

## မိမိအကြောင်းကို အခြေပြုပြီး သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ စီစဉ်ရေးဆွဲထားသည့် တစ်ပတ်စာအချိန်ဇယား

| အချိန် | တနင်္လာ | အင်္ဂါ | ဗုဒ္ဓဟူး | ကြာသပတေး | သောကြာ |
|---|---|---|---|---|---|
| ၀၈း၃၀ - ၀၉း၀၀ | ကျောင်းလာချိန် ကြိုဆို၊ နေရာချ၊ ရောက်နှင့်သူများက စိတ်ကြိုက် အတန်းအတွင်း၊ အပြင် လွတ်လပ်စွာကစားခြင်း။ | | | | |
| ၀၉း၀၀ - ၀၉း၁၅ | ကျောင်းစတက်- အခြားအတန်းကြီးများနှင့်အတူ နိုင်ငံတော် သီချင်းသီဆိုခြင်း၊ အလံတော်အလေးပြုခြင်း၊ ဘုရားရှိခိုးခြင်း။<br>စုပေါင်းချိန်- ကလေးများနှင့်ရာသီဥတုအခြေအနေ၊ရပ်ရွာအခြေအနေ၊ ကလေးများ အခြေအနေ စသည်အားဖြင့် ပြောခြင်း၊ တစ်နေ့တာ အစီအစဉ်ပြောခြင်း။ | | | | |
| ၀၉း၁၅ - ၁၀း၁၅ | ပြောဆိုဆက်သွယ်<br>- နှုတ်ဆက်ခြင်း<br>- မိတ်ဆက်ခြင်း<br>- 'ကျောင်းခန်းဝင်' ကဗျာ | ပြောဆိုဆက်သွယ်<br>- ကျောင်းခန်းဝင် ကဗျာ<br>- လမ်းလျှောက်ပုံ မျိုးစုံကစားနည်း<br>- အသံအမျိုးမျိုးကို နားထောင်ခြင်း | ပြောဆိုဆက်သွယ်<br>- အသံအမျိုးမျိုးကို နားထောင်ခြင်း<br>- 'ကျောင်းခန်းဝင်' ကဗျာ | ပြောဆိုဆက်သွယ်<br>- ကျောင်းခန်းဝင် ကဗျာ<br>- ပုံပြင်စာအုပ် မိတ်ဆက်<br>- 'ကျနော့်အမေလား ခင်ဗျာ' ပုံပြင် | ပြောဆိုဆက်သွယ်<br>- 'ကျနော့်အမေ လား ခင်ဗျာ' ပုံပြင် |
| ၁၀း၁၅ - ၁၀း၄၅ | ခေတ္တနားချိန် - ကိုယ်လက်သန့်ရှင်းရေး | | | | |
| ၁၀း၄၅ - ၁၁း၁၅ | အင်္ဂလိပ်စာ | | | | |
| ၁၁း၁၅ - ၁၁း၄၅ | ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ<br>- မိမိနှစ်သက်သော အစားအစာ | ပတ်ဝန်းကျင်<br>- အရာဝတ္ထုများကို အာရုံငါးပါးဖြင့် စူးစမ်းလေ့လာခြင်း | ပတ်ဝန်းကျင်<br>- မိမိနှစ်သက်သော ကစားနည်းများ | ပတ်ဝန်းကျင်<br>- အရာဝတ္ထုများကို အာရုံငါးပါးဖြင့် စူးစမ်းလေ့လာခြင်း | ပတ်ဝန်းကျင်<br>- မိမိနှစ်သက်သူများ |
| ၁၁း၄၅ - ၁၂း၁၅ | သင်္ချာဆိုင်ရာ<br>- အရာဝတ္ထုများယှဉ်တွဲခြင်း(အရောင်) | မိတ္တ၊ စာရိတ္တ<br>- မိမိကိုယ်ကိုသိခြင်း | သင်္ချာဆိုင်ရာ<br>- အရာဝတ္ထုများ ယှဉ်တွဲခြင်း (ပုံသဏ္ဌာန်) | မိတ္တ၊ စာရိတ္တ<br>- မိမိကိုယ်ကိုသိခြင်း | သင်္ချာဆိုင်ရာ<br>- အရာဝတ္ထုများယှဉ် တွဲခြင်း (အရွယ်အစား) |
| ၁၂း၁၅ - ၁၂း၄၅ | နေ့လယ်စာ စားချိန် | | | | |
| ၁၂း၄၅ - ၁၃း၃၀ | နားခြင်း၊ ပုံပြောခြင်း၊ လွတ်လပ်စွာ ကစားခြင်း | | | | |
| ၁၃း၃၀ - ၁၄း၀၀ | တီထွင်ဖန်တီး<br>- မိမိနှစ်သက်ရာလူ တိရစ္ဆာန်ပုံဆွဲခြင်း | သီဆိုကပြ<br>- မိမိအကြောင်း သီချင်း | တီထွင်ဖန်တီး<br>- စက္ကူရုပ်ခေါက်ခြင်း | သီဆိုကပြ<br>- "လူရှည်ကြီး" ကဗျာ | တီထွင်ဖန်တီး<br>- စက္ကူရုပ်ခေါက်ခြင်း |
| ၁၄း၀၀ - ၁၄း၃၀ | တစ်နေ့တာအနှစ်ချုပ်သုံးသပ်၊ အိမ်ပြန်ရန်ပြင်ဆင်၊ နှုတ်ဆက်သီချင်းဆိုခြင်း | | | | |

သူငယ်တန်းစာသင်နှစ် တစ်နှစ်တွင် အကြောင်းအရာ (၁၅) ခု မိတ်ဆက်မည်ဖြစ်ရာ အကြောင်းအရာများကို လပိုင်းမာတိကာများအရ ပူးတွဲ ဖော်ပြထားပါသည်။

အကြံပြုထားသော အကြောင်းအရာ (၁၅) ခု အတွက်
လပိုင်းမာတိကာ

| စဉ် | အကြောင်းအရာ | လပိုင်း |
|---|---|---|
| ၁ | မိမိအကြောင်း | ဇွန်လ |
| ၂ | တို့မိသားစု | |
| ၃ | တို့ကျောင်း | ဇူလိုင်လ |
| ၄ | တို့ရပ်ရွာ | |
| ၅ | အပင်များ | ဩဂုတ်လ |
| ၆ | ရာသီဥတု | |
| ၇ | သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး | စက်တင်ဘာလ |
| ၈ | ဈေးများ | |
| ၉ | ပွဲတော်များ | အောက်တိုဘာလ |
| ၁၀ | ငါး | |
| ၁၁ | ရေ | နိုဝင်ဘာလ |
| ၁၂ | ပိုးကောင်လေးများ | |
| ၁၃ | အိမ်များ | ဒီဇင်ဘာလ |
| ၁၄ | ငှက်များ | ဇန်နဝါရီလ |
| ၁၅ | နို့တိုက်သတ္တဝါများ | |

## ၆. ၃ သူငယ်တန်းစာသင်ခန်း

သူငယ်တန်းသည် ကလေးအများစုအတွက် အိမ်မှကျောင်းသို့ အကူးအပြောင်းကာလတစ်ခု ဖြစ်သည်။ ထိုအကူးအပြောင်းကို ညင်သာစွာကူးပြောင်းနိုင်ရန် ကလေးများနေထိုင် လုပ်ကိုင်ရမည့် စာသင်ခန်းပတ်ဝန်းကျင်အနေအထားသည် အိမ်နှင့်များစွာမကွာဟသင့်ပါ။အချို့သောကလေးများအနေဖြင့် မူလတန်းကြိုကျောင်းများတွင် သင်ယူခဲ့သည့်အတွေ့အကြုံရှိသဖြင့် အများနှင့်နေထိုင်လုပ်ကိုင်ရန် ကျင့်သားရပြီးဖြစ်နေနိုင်သော်လည်း ကလေးအများစုမှာမူ အိမ်နှင့်မတူသည့် ပတ်ဝန်းကျင်အသစ်တစ်ခုတွင် နေသားတကျဖြစ်အောင် အားထုတ်ကြိုးစားပြီး ညှိယူနေကြရမည်ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်ရာ သူငယ်တန်းစာသင်ခန်းများကို စီစဉ်ရာတွင် ပထမတန်းကဲ့သို့ ပုံစံကျစာသင်ခန်းမျိုးမဟုတ်ဘဲ လွတ်လပ်စွာ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နိုင်ပြီး လုံခြုံနွေးထွေးမှုကို ခံစားရသည့် စာသင်ခန်းမျိုးဖြစ်အောင် စီစဉ်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

**စာသင်ခန်းပတ်ဝန်းကျင်**

သူငယ်တန်းများအတွက် နေရာရွေးချယ်စီစဉ်ရာတွင် မူလတန်းကြိုအတန်းများမှာကဲ့သို့ပင် သီးခြားအဆောက်အအုံဖြစ်ပါက ကောင်းပါသည်။ သို့ရာတွင် သီးခြားအဆောက်အအုံမဖြစ်သည့်တိုင် အဓိကအဆောက်အအုံတစ်ခုရှိ ကျယ်ပြန့်၍ လုံခြုံစိတ်ချရသောအခန်းဖြစ်ပါကလည်း ကောင်းစွာစီစဉ် နိုင်ပါသည်။ လေဝင်လေထွက်ကောင်းပြီး အလင်းရောင်ကောင်းစွာရရှိသည့် ထောင့်ခန်းမျိုးဖြစ်ပါက ပို၍ သင့်လျော်ပါသည်။ ထိုအခန်းများနှင့်တွဲလျက် အိမ်သာနှင့် လက်ဆေးရန်နေရာများကို စီစဉ်သင့်ပါသည်။ ထိုသို့မဟုတ်ပါကလည်း သူငယ်တန်းစာသင်ခန်းသည် အိမ်သာ၊ လက်ဆေးရန် နေရာများနှင့် အနီးဆုံး တွင် ရှိသင့်ပါသည်။

ကလေးများအားလုံး အတူဆော့ကစားရန်၊ပူပေါင်းလုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက် တတ်နိုင်သမျှ နေရာလွတ်များ စီစဉ်ထားပါ။ စာသင်ခန်းအလယ်တွင် ဆရာနှင့်အတူ စုပေါင်းလုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်နိုင်ရန် နေရာလွတ် ရှိရပါမည်။

အိမ်သာအပါအဝင်ပရိဘောဂများ(စားပွဲ၊ ကုလားထိုင်၊ ဗီရို၊ စာအုပ်စင်၊ ပစ္စည်းများထားရန်စင်) သည် အချိုးအစားညီမျှပြီး ၅နှစ်အရွယ် ကလေးများနှင့်လျော်ညီသော အရွယ်အစား ဖြစ်သင့်ပါသည်။

စာဖတ်ရန်နေရာ၊ အတုလုပ်ကစားရန်နေရာနှင့်လက်မှုလုပ်ငန်းများ လုပ်ကိုင်ရန်နေရာများအတွက် နေရာသီးသန့်ရှိရမည်။

သင်ပုန်းသည်ကလေးများအတွက် မနိမ့်လွန်း မမြင့်လွန်းအနေအထားတွင်ရှိသင့်ပြီး ကလေးများလွတ်လပ်စွာရေးခြစ်နိုင်ရန် သီးသန့်သင်ပုန်းတစ်ခု ထားသင့်သည်။ကလေးလက်ရာများကို ကပ်၍သော်လည်းကောင်း၊ ချိတ်ဆွဲ၍သော်လည်းကောင်း ပြသထားရန် နေရာရှိရမည်။

ကလေးများ၏ လွယ်အိတ် ကျောပိုးအိတ်နှင့် အခြားအသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများ ထားသိုရန် နေရာများသတ်မှတ်ထားရှိရမည်။

သူငယ်တန်းစာသင်ခန်းသည် ကလေးများအတွက်လုံခြုံစိတ်ချမှုရှိပြီး လှပသပ်ရပ်၍ သန့်ရှင်းမှုရှိနေရပါမည်။

သဲကစားရန်နှင့် ရေကစားရန်နေရာများကိုလည်း ရံဖန်ရံခါ စီစဉ်ပေးရပါမည်။ စာသင်ခန်း ပြင်ပတွင်လွတ်လပ်စွာ လှုပ်ရှားကစားရန် နေရာအသင့်အတင့် ရှိရန် လိုအပ်သည်။

**လူမှုဆက်ဆံရေးတွင်ပါဝင်ခြင်း**

သူငယ်တန်းစာသင်ခန်း၏ လူမှုဆက်ဆံရေး ပတ်ဝန်းကျင်သည် ကလေးများအတွက် နွေးထွေး

လုံခြုံမှုရှိနေရမည်။ သို့မှသာ ကလေးများသည် မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်စိတ်ချစွာ သင်ယူလုပ်ကိုင်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။

ကလေးများသည် မိဘများနှင့် ဆရာ၊ ဆရာမများကို အတုခိုးလုပ်ဆောင်လေ့ရှိသောကြောင့် သူငယ်တန်းစာသင်ခန်းနှင့် ပတ်သက်ဆက်နွှယ်သူအားလုံး၏ ပြောဆိုပြုမူမှုများသည် ကလေးများအတွက် စံနမူနာပြဖြစ်နေရမည်။

ဆရာသည် ကလေးတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးရင်းနှီးစေရန်နှင့် အတူတကွ ပူးပေါင်းလုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်တတ်ရန် အခွင့်အလမ်းများ ဖန်တီးပေးရမည်။ ကလေးအချင်းချင်း ပြဿနာများ ပဋိပက္ခများ ဖြစ်ပေါ်ပါက ကလေးများနှင့်အတူ ဖြေရှင်းမှုပြုလုပ်ပေးခြင်းသည်လည်း ကလေးများအတွက် စံနမူနာကောင်းများကို ရရှိစေနိုင်သည်။

သင်ယူမှုတိုင်းတွင် ကလေးအားလုံးပါဝင်မှုရှိစေရန် ကလေးတစ်ဦးချင်းအပေါ် အာရုံစိုက်ရမည်။ အထူးလိုအပ်ချက်ရှိသောကလေးများ လူမှုဆက်ဆံရေးအားနည်းသည့် ကလေးများကို အထူးအာရုံစိုက်ပံ့ပိုးပေးရမည်။

ကလေးများအား ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးနှင့်စိတ်ခံစားမှုဖွံ့ဖြိုးအောင်ပြုလုပ်ပေးရေးသည် သူငယ်တန်းဆရာများအတွက် အဓိကအလုပ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ထို့ကြောင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းပေါက်မြောက်ရေးကို ဦးတည်၍ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို အာရုံစိုက်လုပ်ကိုင်စေရာတွင် ကလေးများ၏ လူမှုဆက်ဆံရေးဖွံ့ဖြိုးမှု၊ စိတ်ခံစားမှုဖွံ့ဖြိုးမှုများကိုလည်း လေ့လာကြည့်ရှုပြီး ပံ့ပိုးပေးရမည်။

သူငယ်တန်းဆရာများသည် ကလေးများအား စည်းကမ်းပေးခြင်းနှင့် အပြစ်ပေးခြင်း၏ ခြားနားမှုကို ကွဲကွဲပြားပြားသိနားလည်ထားရမည်။ ကလေးများအတွက် စည်းကမ်းသည် အမှန်တကယ်လိုအပ်၍ ရိုးရှင်းရမည်။ ကလေးများ၏ အသက်အရွယ်အရ လိုက်နာနိုင်သောစည်းကမ်းဖြစ်ရမည်။ ဘက်လိုက်မှု ကင်းပြီး တရားမျှတမှု ရှိရမည်။ နေ့စဉ်ပုံမှန် လိုက်နာစေလိုသောစည်းကမ်းများကို ဆရာကသာ ဆုံးဖြတ် လိုက်နာစေခြင်းထက် ကလေးများနှင့်အတူဆွေးနွေး၍ သဘောတူ ဆုံးဖြတ်စေသင့်သည်။ အချို့စည်းကမ်း များသည် စာသင်ခန်းတွင်းပုံမှန်လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်သည့်အချိန်တွင်သာ လိုက်နာရန်မဟုတ်ဘဲ အိမ်တွင်လည်း လိုက်နာရန်လိုအပ်သည်။(ဥပမာ-အမှိုက်ကိုအမှိုက်ပုံးထဲထည့်ခြင်း၊ အစာမစားမီ လက်ဆေးခြင်း) ကလေးများ အနေဖြင့် အိမ်တွင် တစ်မျိုး ကျောင်းတွင်တစ်မျိုး ပြုမူဆောင်ရွက်ရပါက မည်သည်ကို ပုံမှန် လိုက်နာရမှန်းမသိဘဲ အလေ့အထကောင်းကို ရရှိရန် ခက်ခဲစေနိုင်သည်။

ထို့ကြောင့် ကလေးများ၏ဘဝတစ်လျှောက်လုံးအတွက် အလေ့အထကောင်းများ စွဲစွဲမြဲမြဲ ဖြစ်စေရန် မိဘများ၏ ပူးပေါင်းပါဝင်မှုလည်း လိုအပ်သည်။ကလေးများနှင့် ပတ်သက်၍ကျောင်းလုပ်ငန်းများ၊ စာသင်ခန်း လုပ်ငန်းများ၊ ပုံမှန်လုပ်ငန်းများကို မိဘများအား အသိပေးခြင်း၊ ရှင်းပြခြင်းဖြင့် မိဘများ၏ ပူးပေါင်း ပါဝင်မှုကို မြှင့်တင်ပေးရမည်။

ရိုက်နှက် ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်း၊ အရှက်ရအောင်ပြုမူပြောဆိုခြင်းများသည် ကလေး၏ မိမိကိုယ်မိမိ လေးစားတန်ဖိုးထားမှုကို ဖျက်စီးရာရောက်ပါသည်။ထို့ကြောင့် မိဘ၊ဆရာအပါအဝင် ကလေးနှင့်ပတ်သက် ဆက်နွှယ်နေသူအားလုံးအနေဖြင့် ကလေးများအား စိတ်ပိုင်း၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိခိုက်နစ်နာစေသော ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းလုံးဝ မပြုလုပ်သင့်ပါ။

## ၆. ၄ သင်ယူရန်နေရာများ

သင်ယူရန်နေရာဆိုသည်မှာ စာသင်ခန်းတွင်းဖြစ်စေ၊ စာသင်ခန်းပြင်ပတွင်ဖြစ်စေ၊ ကလေးများကစားရန်နှင့် သင်ယူရန် အရင်းအမြစ်အမျိုးမျိုး ရရှိနိုင်သောနေရာဖြစ်သည်။ ကလေးများသည် ကစားခြင်းဖြင့် ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ဖြစ်ပျက်နေသော အရာများကို ဂရုစိုက်လေ့လာခြင်း၊ လူအများနှင့် ကြိမ်ဖန်များစွာ ဆက်သွယ်ခြင်း၊ အရာဝတ္ထုများကို ကြိမ်ဖန်များစွာ အသုံးပြုခြင်း၊ ကိုင်တွယ်ကြည့်ရန်၊ ကြည့်ရှုလေ့လာရန်၊ ကြိုတင် မှန်းဆရန်၊ အခြားဖြစ်နိုင်သည်တို့ကို စူးစမ်းရှာဖွေရန်စသည့် သင်ယူမှု အခွင့်အလမ်းများ ရရှိနိုင်ရန်အတွက် သင်ယူရန်နေရာ အမျိုးမျိုးကို ထားပေးရန်လိုပါသည်။

ကလေးများအတွက် ဖန်တီးပေးနိုင်သော သင်ယူရန်နေရာအမျိုးမျိုးရှိပြီး ဆရာများအနေဖြင့် သင်ယူရန်နေရာများအလိုက် ကလေးများ အလွယ်တကူရယူကစားနိုင်မည့် ရင်းမြစ်များကို စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

သင်ယူရန်နေရာအမျိုးမျိုးမှာ -

(၁) အတုလုပ်ကစားရန် နေရာ
(၂) တည်ဆောက်ကစားရန် နေရာ
(၃) လက်မှုအနုပညာ ပြုလုပ်ရန် နေရာ
(၄) ဉာဏ်ရည်ဖွံ့ဖြိုးစေရန် နေရာ
(၅) စာဖတ်ရန် နေရာ
(၆) တီးမှုတ်ကစားရန် နေရာ
(၇) သဲ ကစားရန် နေရာ
(၈) ရေ ကစားရန် နေရာ
(၉) စာသင်ခန်းပြင်ပ လှုပ်ရှားကစားရန် နေရာတို့ ဖြစ်သည်။

သင်ယူမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာကဏ္ဍများအတွက် စာသင်ခန်းတွင်း၌ဖြစ်စေ၊ ပြင်ပနေရာ၌ဖြစ်စေ နေ့တစ်နေ့၏ အချိန်ပိုင်းတွင် ကလေးများ လွတ်လပ်စွာကစားနိုင်ရန် အောက်ပါ သင်ယူရန်နေရာ (၃)ခုကို မရှိမဖြစ်ထားပေး ရပါမည်။

### ၆. ၄. ၁ တီထွင်ဖန်တီးရန်နေရာ

သူငယ်တန်းကလေးများ နှစ်သက်ရာ ပုံဆွဲခြင်း၊ စိတ်ကူးဖြင့် တီထွင်ဖန်တီးခြင်း၊ တွေးတောမှန်းဆခြင်း၊ ပန်းချီ၊ အရောင်ခြယ်ခြင်း၊ စက္ကူခေါက်ခြင်း အစရှိသော လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက် တီထွင်ဖန်တီးကစားရန်နေရာကို ထားပေးခြင်းဖြစ်သည်။ (ကလေးသုံးကတ်ကြေး၊ ရောင်စုံစက္ကူ၊ ခဲတံ၊ စာရွက် ကြီးများ၊ စုတ်တံ၊ ပေတံ စသည်တို့ ထားပေးရမည်။)

### ၆. ၄. ၂ စာဖတ်ရန်နေရာ

ကလေးများ စိတ်ကူးဖြင့် စာဖတ်ခြင်း၊ ဘာသာစကားကို ကျွမ်းကျွမ်းကျင်ကျင် အသုံးပြုနိုင်ခြင်း၊ ရုပ်ပုံကိုကြည့်ပြီး ဖတ်စေခြင်း၊ မိမိစိတ်ထဲ၌ရှိသည်များကို ထုတ်ဖော်ပြောနိုင်ခြင်းများ ရရှိရန်အတွက် စာဖတ်ရန်နေရာကို ထားပေးခြင်း ဖြစ်သည်။ (ပုံပြင်စာအုပ်များ၊ ရုပ်ပုံစာအုပ်များ၊ ပိုစတာများ၊ ရုပ်ပုံကားချပ်များ စသည်တို့ထားရှိ ပေးရမည်။)

### ၆. ၄. ၃ အတုလုပ်တမ်းကစားရန်နေရာ

ကလေးများသည် မိမိစိတ်ကူးကို လက်တွေ့ အကောင်အထည်ဖော်ကစားခြင်း (ဈေးရောင်းတမ်း၊ ထမင်းချက်တမ်း၊ ဆရာမ လုပ်တမ်း . . . ) ဖြင့် လက်တွေ့ ဘဝအတွေ့အကြုံနှင့် ပတ်သက်သော ကျွမ်းကျင်မှုများဖြစ်သည့် မိမိကိုယ်ကို စိတ်ချယုံကြည်မှု၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်တတ်မှု၊ အခက်အခဲ ဖြေရှင်းနိုင်မှု၊ ယဉ်ကျေးစွာ ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၊ အခြားသူများကို ထောက်ထားညှာတာမှု . . . . . စသည်တို့ကို ရရှိရန်အတွက် အတုလုပ်တမ်းကစားရန်နေရာကို ထားပေးခြင်းဖြစ်သည်။ (မီးဖိုချောင်သုံး၊ အိမ်သုံးပစ္စည်းများ၊ အရုပ်များ စသည်တို့ကို ထားရှိပေးရမည်။)

ဆရာ၊ ဆရာမများသည် မိမိတို့၏ဒေသအခြေအနေ၊ စာသင်ခန်းအနေအထားအရ ကျောင်းအုပ်နှင့် ရပ်ရွာမိဘများ၏ ပူးပေါင်းပါဝင်မှုကို ရယူ၍ အခြားသင်ယူရန်နေရာများကိုလည်း အခါအားလျော်စွာ စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးသင့် ပါသည်။

## သင်ခန်းစာပြင်ဆင်ခြင်း

သူငယ်တန်းဆရာများသည် သူငယ်တန်းကလေးများရရှိသွားမည့် သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှု နယ်ပယ် (၆) ခုမှ မျှော်မှန်းထားသောရလဒ်များ ရရှိသွားရန် အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ရာတွင် သင်ခန်းစာ ပြင်ဆင်ပုံကို အသေးစိတ် ဖော်ပြထားပါသည်။

(သင်ခန်းစာအသေးစိတ် ပြင်ဆင်ထားရှိမှုကို နောက်ဆက်တွဲဖြင့် ဖော်ပြထားပါသည်။)

# အခန်း (၇)

# ကလေးများ၏ သင်ယူမှုနှင့်ဖွံ့ဖြိုးမှုကို စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း

# အခန်း (၇)

# ကလေးများ၏ သင်ယူမှုနှင့်ဖွံ့ဖြိုးမှုကို စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း

သူငယ်တန်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်းအညွှန်းဘောင်ကို စာသင်ခန်းအတွင်းတွင် လက်တွေ့အကောင်အထည်ဖော်သည့် ဆရာ၊ဆရာမများသည် အောက်ပါ လုပ်ငန်းစဉ်များကို မလွဲမသွေ လုပ်ဆောင်ကြရမည်ဖြစ်သည်။

- ကလေးတစ်ဦးချင်းစီ၏ ဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့် သင်ယူမှုဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များကို ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်း။
- သင်ယူရန်နေရာများနှင့် တစ်နေ့တာအစီအစဉ်များကို စီစဉ်ခြင်း။
- ကလေး၏ဖွံ့ဖြိုးမှုလိုအပ်ချက်များနှင့်သင်ယူမှုဆိုင်ရာစိတ်ဝင်စားမှုများဖြည့်ဆည်းပေးခြင်း၊ လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ စီစဉ်ရေးဆွဲခြင်း။
- ကလေးများနှင့်အတူ လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ခြင်း။
- ကလေးများ၏ ဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့် သင်ယူမှုဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များကို စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း။
- ကလေးတစ်ဦးချင်းစီ၏ လိုအပ်ချက် ပေါက်မြောက်ရေးအတွက် သူငယ်တန်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် ပတ်သက်သည့်လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များကို ပြင်ဆင်သုံးသပ်သင်ကြားခြင်းကိုလည်း လုပ်ဆောင်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းသည် သူငယ်တန်းဆရာ၊ ဆရာမများအတွက် အလွန်အရေးပါသောလုပ်ငန်းတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်ရာ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်သည့်အယူအဆများ၊ အခြေခံမူများ၊ လုပ်ငန်းစဉ်များကို ကောင်းစွာနားလည်သဘောပေါက်ရန်လိုအပ်ပါသည်။

## ၇. ၁ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း

စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းဆိုသည်မှာ ကလေးငယ်များ၏သင်ယူမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ အချက်အလက်များကို ဖော်ထုတ်ခြင်း၊ စုဆောင်းခြင်းနှင့် အဓိပ္ပာယ်ကောက်ယူခြင်းတို့အတွက် စဉ်ဆက်မပြတ် စနစ်တကျကြိုတင်ရေးဆွဲထားသော ဖြစ်စဉ်တစ်ခု ဖြစ်သည်။

စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း၏ အဓိကရည်ရွယ်ချက်မှာ ကလေးများ၏ သင်ယူမှု၊ ဖွံ့ဖြိုးမှု၊ စိတ်ဝင်စားမှုနှင့် လိုအပ်ချက်များကို ဖော်ထုတ်ပြီး သင်ယူမှု တိုးတက်ကောင်းမွန်ရေးအတွက် ဆက်လက် စီစဉ်ပေးရန် ဖြစ်သည်။

- ကလေးအတွက် အောင်/ ရှုံး သတ်မှတ်ရန် မဟုတ်ပါ။
- ကလေး ဖွံ့ဖြိုးသည်၊ ကြီးထွားသည်၊ သင်ယူသည်ကို အကဲဖြတ်ရန်သာ ဖြစ်သည်။
- သမားရိုးကျ ပုံစံတကျ စစ်ဆေးသော ရေးဖြေစာမေးပွဲ မဟုတ်ပါ။
- အဓိကအားဖြင့် သင်ယူမှုအတွက် သင်ယူစဉ်စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းသာ ဖြစ်ပြီး၊ ကလေး၏ လိုအပ်သောကျွမ်းကျင်မှုနှင့် စိတ်ဝင်စားမှုများ ဖွံ့ဖြိုးရန် အထောက်အကူဖြစ်သည့် ဆောင်ရွက်မှုများပါဝင်ပါသည်။

သူငယ်တန်းတွင် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းသည် သင်ယူမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာနယ်ပယ်အားလုံးကို လွှမ်းခြုံမှု

ရှိရမည် ဖြစ်သည်။ နယ်ပယ်တစ်ခုချင်းစီအလိုက် ကလေးများအောင်မြင် ပေါက်မြောက်သွားသည့်သင်ယူမှု ရလဒ်များကို အကဲဖြတ်ရမည် ဖြစ်သည်။

**ယေဘုယျအားဖြင့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်သည့် လုပ်ငန်းစဉ်တွင် -**

၁။ နေ့စဉ်ကလေးများနှင့် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နေစဉ်အတွင်း သင်ယူမှုကိုပံ့ပိုးရန် သင်ယူစဉ်စစ်ဆေး အကဲဖြတ်ခြင်း

၂။ ကလေးတစ်ဦးချင်းစီ၏ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာချမ်းသာမှု၊ ဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့် သင်ယူမှုအခြေအနေများ ကို ကြည့်ရှုလေ့လာပြီး ဖော်ထုတ်သတ်မှတ်ခြင်း။

၃။ ကလေးတစ်ဦးချင်းစီ၏ အချက်အလက်များကို မှတ်တမ်းတင်ခြင်း။

၄။ ကလေးများ၏ သင်ယူမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှု ဖြစ်ထွန်းစေရန် လုပ်ငန်းများ စီစဉ်ရာ၌ အချက်အလက်များကို အဓိပ္ပာယ်ကောက်ယူခြင်း။

၅။ ကလေးများ၏ ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်း မှတ်တမ်းအရ အချက်အလက်များကို အဓိပ္ပာယ်ကောက်ယူ၍ သင်ယူမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဖြစ်ထွန်းစေရန် လုပ်ငန်းများကို စီစဉ်ဆောင်ရွက်ခြင်း။

၆။ ကလေး၏ စိတ်ဝင်စားမှုနှင့် လိုအပ်ချက်များကို မိဘများသို့ အစီရင်ခံခြင်း၊ ဆွေးနွေးခြင်းတို့ ပါဝင် ပါသည်။

ပုံ (၁၈) စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း ဖြစ်စဉ်

စစ်ဆေးအကဲဖြတ်သည့်အခါ ကလေး၏သင်ယူမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုအချက်အလက်များကိုနေရာမျိုးစုံမှ ရယူ အသုံးပြုရပါသည်။ ကလေးများ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ထားသည့်ရလဒ်များ၊ မိဘများနှင့် တွေ့ဆုံဆွေးနွေးရာမှ ရရှိသည့် အချက်အလက်များကိုပါ ထည့်သွင်းအသုံးပြုရပါမည်။ ကလေးတစ်ဦးချင်းစီ၏ မတူကွဲပြားမှုကို အသိအမှတ်ပြုပြီး ၎င်းတို့၏ ကျွမ်းကျင်တတ်မြောက်မှုကို ပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့် ပြသနိုင်အောင် စီစဉ်သင့်ပါသည်။ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းအတွက် အထောက်အထားများရရှိရန် ကလေးပြုလုပ်ထားသောအလုပ်၏ရလဒ်များ နှင့် အလုပ်လုပ်နေစဉ် ကြည့်ရှုလေ့လာရာ၌ မေးခွန်းမေးခြင်း၊ ဆွေးနွေးခြင်းတို့ကို ပေါင်းစပ်ပြုလုပ်နိုင်သည်။

စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်တွင် သင်ယူစဉ်စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း (formative assessment) နှင့် သင်ယူပြီးစစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း (summative assessment) ဟု နှစ်မျိုးပါဝင်ပါသည်။ သင်ယူစဉ် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းသည် သင်ယူမှုနောက်တစ်ဆင့်သို့တက်ရောက်နိုင်ရန်ဦးတည်ပြီး သင်ယူပြီးစစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းသည် သတ်မှတ်ထားသည့် အချိန်တစ်ချိန် တွင် ကလေးများ၏တတ်မြောက်မှုနှင့် အရည်အချင်းကို သိရှိနိုင်ရန် ရည်ရွယ်သည်။

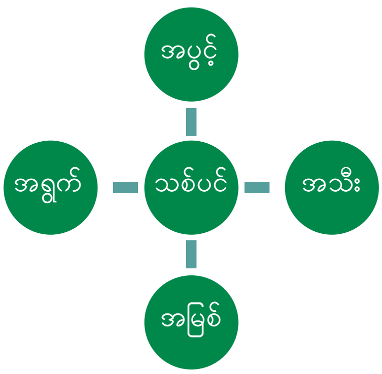
## ၇.၂ သင်ယူစဉ် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း(Formative Assessment)

သင်ယူစဉ်စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း၏ရည်ရွယ်ချက်မှာကလေးငယ်များ၏ သင်ယူမှုနှင့်ဖွံ့ဖြိုးမှုကို အားပေးပံ့ပိုးနိုင်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ အကဲဖြတ်စစ်ဆေးမှုအပေါ်အခြေခံ၍ နေ့စဉ်လုပ်ငန်းများတွင် ကလေးအားလုံးပါဝင် ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် စီစဉ်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ အကဲဖြတ်စစ်ဆေးခြင်းဖြင့်လက်ရှိအချိန်တွင် ကလေး၏လိုအပ်ချက်နှင့်စိတ်ဝင်စားမှုတို့ကို ဆန်းစစ်လေ့လာနိုင်ပါသည်။ သို့မှသာ ကလေး၏ဖွံ့ဖြိုးမှုကို အားပေးနိုင်မည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်း အစီအစဉ်များကို နောက်ထပ် စီစဉ်ဆောင်ရွက်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။

သူငယ်တန်း ဆရာဆရာမများအနေဖြင့် သင်ယူစဉ် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း (သင်ယူမှုအတွက်စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း)ကို ထိရောက်စွာ ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် အောက်ပါအတိုင်းဆောင်ရွက်သင့်ပါသည်။

- **သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များ ပေါက်မြောက်စေရန် ကလေးများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း ။** ။ သင်ကြားခြင်းနှင့်စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းများ ထိရောက်အောင်မြင်စေရန် တိကျရှင်းလင်းသောသင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များကိုကလေးများနှင့်ပူးပေါင်းချမှတ်ရန်လိုအပ်သည်။

- **သင်ယူမှုကိုပံ့ပိုးပေးရန်မေးခွန်းများမေးခြင်းနှင့်ဆွေးနွေးခြင်း ။** ။ ဆရာ၊ဆရာမများသည် မေးခွန်းအမျိုးမျိုးကို ရည်ရွယ်ချက်အမျိုးမျိုးဖြင့် မေးကြသည်။ ကလေးများ၏စိတ်ကူးများကိုဖော်ထုတ်ခွင့်ပေးသောမေးခွန်းများကိုမေးခြင်းအပြင် ၎င်းကလေးများ၏ နားလည်မှုကိုအကဲဖြတ်ရန်အတွက် ဆွေးနွေးချက်များကို နားထောင်ပေးရန်လည်း အရေးကြီးသည်။
- **ကလေးကိုယ်တိုင်စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု။** ။ ကလေးများအား မိမိ၏လုပ်ဆောင်ချက်များကို မိမိကိုယ်တိုင် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်နိုင်ရန်အားပေးသင့်ပါသည်။ အသိသညာ တစ်ခုနှင့်တစ်ခုဆက်စပ်မှုပုံကို ဖော်ပြသည့် အသိသညာကွန်ရက် (Concept Map)အသုံးပြုခြင်းသည်ကလေး၏ရှိပြီးသားအသိသညာကို စစ်ဆေးအကဲ ဖြတ်ရာတွင် အထောက်အကူပြုသည်။ ဥပမာ-



- **အပြုသဘောဆောင်သောပံ့ပိုးမှုပေးခြင်း၏အရေးပါမှု။** ။ သူငယ်တန်းကလေးများကို စကားမဲ့ သင်္ကေတများ (ဥပမာ- ပြုံးနေသောပုံ)နှင့် အခြားအမှတ်အသားများ၊ စာရေးသားခြင်းများဖြင့်ပံ့ပိုးနိုင်သည်။ ပံ့ပိုးမှုပေးရာတွင် အချိန်မဆိုင်းဘဲ ချက်ချင်းပံ့ပိုးပေးပြီး သင်ယူမှုဦးတည်ချက်ကို ထင်ဟပ်စေသည့် ကောင်းသောပံ့ပိုးမှုမျိုး ဖြစ်သင့်သည်။
- သူငယ်တန်းကလေးများ ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ရမည့် လုပ်ငန်းအတွက် ရည်ရွယ်ချက်ချမှတ်ပြီး လုပ်ဆောင်ရမည့်လုပ်ငန်းကိုလည်း ကလေးများအား အသိပေးရန်လိုအပ်သည်။
- **သင်ယူမှုနှင့်လိုက်လျောညီထွေသော သင်ကြားမှုဖြစ်လာရန်ပြုပြင်ပြောင်းလဲနိုင်မှု။** ။ ကလေး၏ အခြေအနေပေါ်လိုက်၍ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲရန်လိုအပ်သည်။ လှုပ်ရှားရန်အခက်အခဲရှိသော ကလေးသည်လက်တွေ့လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ရာတွင် အားနည်းမှုရှိနိုင်သော်လည်း အသိသညာပိုင်းတွင် အားသာနေတတ်ခြင်းကြောင့် ကလေးများအား ကျွမ်းကျင်မှု နှစ်မျိုးလုံးဖွံ့ဖြိုးစေရန် ဆောင်ရွက်သင့်သည်။

## ၇. ၃ သင်ယူပြီးစစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း(Summative Assessment)

သင်ယူစဉ်စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းသည် စာသင်ခန်းအတွင်း နေ့စဉ်လုပ်ဆောင်ရသည့်လုပ်ငန်း ဖြစ်သော်လည်း သင်ယူပြီး စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းမှာမူ စနစ်တကျအချိန်သတ်မှတ်ဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။ သတ်မှတ်ထားသည့် ကာလများတွင် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းပြုလုပ်ပြီး ကလေးများ၏ အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှု၊ စိတ်နေသဘောထားများနှင့်ဆိုင်သည့် တိုးတက်မှုနှင့်လိုအပ်ချက်များကို ဖော်ထုတ်ကာ ရှေ့ဆက်လုပ်ကိုင်ရမည့် လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ ပြင်ဆင်ရမည်ဖြစ်သည်။ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း အကောင်အထည်ဖော်ရေးလုပ်ငန်းများကို ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်လည်း ပြုပြင်ရမည်ဖြစ်သည်။ ဥပမာအားဖြင့်-သင်ခန်းစာအစီအစဉ်များ၊ ရွေးချယ်သည့် အကြောင်းအရာများ ပြန်လည်ပြင်ဆင်ခြင်း၊ သင်ကြားနည်းများ၊ အသုံးပြုမည့်ပစ္စည်းများကို စီစဉ်ခြင်း၊ စာသင်ခန်း အနေအထား အခင်းအကျင်းကို ပြင်ဆင်ခြင်း စသည်တို့ကို ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

သင်ယူပြီးစစ်ဆေးအကဲဖြတ်သည့် လုပ်ငန်းများကို စနစ်တကျလုပ်ဆောင်ရန် အောက်ပါအဆင့်များအတိုင်း ဆောင်ရွက်သင့်ပါသည်။

## အဆင့် (၁) စဉ်ဆက်မပြတ် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

စဉ်ဆက်မပြတ် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုအတွက်ကိုမူ ပုံမှန်လုပ်ငန်းအချိန်များ၊ စိတ်ကြိုက်လွတ်လပ်စွာ ဆော့ကစားချိန်များ၊ စနစ်တကျစီစဉ်ထားသည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းချိန်များအတွင်းတွင် ကလေး တစ်ဦးချင်းစီ၏ လုပ်ဆောင်မှုများကို ကြည့်ရှုလေ့လာရပါမည်။

(၁) ကလေးတစ်ဦးချင်းစီ၏ ဖြစ်ထွန်းတိုးတက်မှုနှင့်ပတ်သက်သည့် အဓိကအချက်များနှင့် အခက်အခဲများကို ရေးသားမှတ်တမ်းတင်နိုင်ရန် မှတ်စုစာအုပ်တစ်အုပ်ထားရှိသင့်ပါသည်။ ကလေးတစ်ဦးလျှင် တစ်မျက်နှာစီ ရေးမှတ်ထားခြင်းဖြင့် နောင်အချိန်လိုအပ်သည့်အခါ အလွယ်တကူ ပြန်လည်ရည်ညွှန်း ကိုးကားနိုင်ပါသည်။

(၂) ကလေးတစ်ဦးချင်းစီနှင့်ပတ်သက်သည့်အချက်အလက်များ (ကိုယ်ရေးမှတ်တမ်း၊ ကျောင်းဝင်ခွင့်လက်မှတ်)၊ ကလေးများလုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ထားမှုများကို စုစည်းနိုင်ရန်အတွက် ကလေးတစ်ဦးစီအတွက် ဖိုင်တစ်ခုစီ သို့မဟုတ် စာအိတ်ကြီးတစ်ခုစီ ထားရှိနိုင်ပါသည်။

(၃) အဓိကအားဖြင့် စာမျက်နှာ(၁၃၂)တွင်ဖော်ပြထားသည့် သင်ယူမှုရလဒ် မှတ်တမ်းပုံစံကိုလည်း ကလေးတိုင်းအတွက် ပြင်ဆင်ထားရပါမည်။

## အဆင့် (၂) သင်ယူမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ နယ်ပယ်အလိုက် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း

သင်ယူမှုရလဒ်ကို သင်ယူ ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ နယ်ပယ် ခြောက်ခုအပေါ်အခြေခံရပါမည်။ နယ်ပယ်တစ်ခုစီအတွက် စွမ်းဆောင်ရည်ဆိုင်ရာသတ်မှတ်ချက်များ (မျှော်မှန်းရလဒ်များ) နှင့် စောင့်ကြည့်ရမည့်အချက်များ (သင်ယူမှုရလဒ်များ)ပါရှိပါသည်။ ကလေးများ ရင်ဆိုင်ရနိုင်ဖွယ်ရှိသော စိန်ခေါ်မှု အခက်အခဲများကို ဖော်ထုတ်ပြီး မိဘများနှင့်ဆရာများက ထိုအချက်များကို အလေးဂရုပြုရမည် ဖြစ်သည်။

နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ကလေးတစ်ဦးချင်းစီ၏ လုပ်ဆောင်ချက်နှင့် အပြုအမူများကို ကြည့်ရှုလေ့လာပါ။

- ကလေးဖွံ့ဖြိုးနေသော ကျွမ်းကျင်မှုများကို မြင်သာအောင် သူ၏လုပ်ဆောင်ချက်များကို ကြည့်ပါ။ (ပူးတွဲပါ လုပ်ငန်းအစီအစဉ်ဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် လမ်းညွှန်ချက်တွင်ပါရှိသော စာရင်းကို ကြည့်ပါ။)
- ကြည့်ရှုလေ့လာ တွေ့ရှိချက်များကို မှတ်စုရေးပါ။ စာဖြင့် ရေးသားဖော်ပြမှု အထောက်အထားသည် အရေးကြီးပါသည်။ (ထိခိုက်ဒဏ်ရာ မတော်တဆဖြစ်ခြင်း၊ နာမကျန်းခြင်းစသည့် ကျန်းမာရေးနှင့်ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များနှင့် ဤကိစ္စရပ်များ ဖြေရှင်းရန် လိုက်နာရမည့်အချက်များကို အထူးဂရုပြုကြည့်ရှုလေ့လာရန်လိုပါသည်။) ထို့ပြင် ကလေးရေးဆွဲထားသည့်ပုံများ၊ ကလေးပြုလုပ်ထားသည့် လက်မှုလုပ်ငန်းများစသည်တို့ကိုလည်း အထောက်အထားအဖြစ် စုဆောင်းရန်လိုအပ်သည်။

## အဆင့် (၃) အထောက်အထားကို အကဲဖြတ် သုံးသပ်ခြင်း

မိဘများနှင့် သူငယ်တန်းဆရာ/မများသည် သတင်းအချက်အလက်များကို အသုံးပြုပြီး ကလေး၏ စိတ်ဝင်စားမှု၊ သင်ယူပေါက်မြောက်မှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဆိုင်ရာလိုအပ်ချက်များကို ဖော်ထုတ်နိုင်ရပါမည်။ ကလေးများ၏ အပြုအမူကို နားလည်သဘောပေါက်ပြီး ကလေးများအတွက် ဆက်လက်ဆောင်ရွက်နိုင်မည့် လုပ်ငန်းများကို ပြင်ဆင်ထားရပါမည်။

ထို့ပြင် မိမိတို့ စီစဉ်လုပ်ကိုင်ခဲ့သည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ၊ သင်ကြားနည်းများနှင့် အသုံးပြုသည့်ပစ္စည်းများ၏ထိရောက်မှုကိုလည်း အကဲဖြတ်သုံးသပ်ပြီး လိုအပ်သလို ပြင်ဆင်နိုင်ရပါမည်။

## အဆင့် (၄) တွေ့ရှိချက်များကို မှတ်တမ်းတင်ခြင်း

မိဘများနှင့် သူငယ်တန်းဆရာများအနေဖြင့် ကလေး၏ သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ အဓိကအချက်အလက်

များကို သိရှိပြီး ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်းမှ တွေ့ရှိချက်များကို မှတ်တမ်းတင်ထားရပါမည်။ အဓိကအချက်မှာ သင်ယူမှုမှတ်တမ်းပေါ်တွင် မှတ်တမ်းတင်ထားရန် ဖြစ်သည်။ ကလေးတစ်ဦးချင်းစီ၏ သင်ယူမှုရလဒ်တစ်ခုချင်းစီနှင့်ဆိုင်သော အောင်မြင်ပေါက်မြောက်မှုအခြေအနေကို မှတ်တမ်းတင်ရန်ဖြစ်သည်။

ထိုသို့ပြုလုပ်ရာတွင်

- ကလေးတစ်ဦးချင်းစီအတွက်အထက်ပါသင်ယူမှုနယ်ပယ် (၆) ခုရှိအနိမ့်ဆုံး သင်ယူမှုရလဒ်များ ရရှိသည့်နေရာတွင် (✔) လုပ်ရမည်။
- ထိုမှတ်တမ်းကိုတစ်နှစ်တွင် (၄)ကြိမ်ဖြည့်ရမည်။ ဇူလိုင်လ နောက်ဆုံးပတ်တွင် (၁)ကြိမ်၊ စက်တင်ဘာလနောက်ဆုံးပတ်တွင် (၁)ကြိမ်၊ နိုဝင်ဘာလ နောက်ဆုံးပတ်တွင် (၁)ကြိမ်၊ ဇန်နဝါရီလ နောက်ဆုံးပတ်တွင် (၁)ကြိမ်၊ စုစုပေါင်း (၄)ကြိမ်ဖြည့်ရမည်။
- ကလေး (၁)ဦးလျှင်မှတ်တမ်း (၁)စောင်ထားရမည်။
- မည်သည့်ကလေးကိုမျှအမှတ်ပေးခြင်း (သို့မဟုတ်) ရာနှုန်းတွက်ခြင်း(သို့မဟုတ်) အဆင့် သတ်မှတ်ခြင်း မပြုရပါ။

သူငယ်တန်းတွင်စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းသည် သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ်(၆)ရပ်လုံးကိုလွှမ်းခြုံမှုရှိရန် လိုအပ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့်နယ်ပယ်တစ်ခုချင်းအလိုက်ကလေးများအောင်မြင်ပေါက်မြောက်သွားမည့် သင်ယူမှုရလဒ်များကို အကဲဖြတ်ရပါမည်။ သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ်တစ်ခုချင်းအလိုက် သူငယ်တန်းကလေးများ ရရှိသွားမည့် သင်ယူမှုရလဒ်များသည် ပထမတန်းတွင် ဆက်လက်သင်ယူနိုင်ရန်လိုအပ်သောအသင့်ဖြစ်မှုအနေအထားကို အထောက်အပံ့ပြုသဖြင့် သူငယ်တန်းဆရာများသည်ကလေးတစ်ဦးချင်း၏ သင်ယူမှုရလဒ်ပေါက်မြောက် အောင်မြင်မှုအခြေအနေကို စနစ်တကျအကဲဖြတ်မှတ်တမ်းတင်ရန် အထူးလိုအပ်ပါသည်။

သူငယ်တန်းသင်ဆရာသည် သင်ယူမှုရလဒ်မှတ်တမ်းကို သေချာဖြည့်စွက်ရပါမည်။ သင်ယူမှုရလဒ်မှတ်တမ်းကိုဖြည့်စွက်ရာတွင် ပေါက်မြောက်အောင်မြင်မှု မရှိသောသင်ယူမှုရလဒ်ကို တွေ့ရှိပါက လိုအပ်သောသင်ပြမှုအစီအစဉ်များကို ဆောင်ရွက်ပေးပါရန်အကြံပြုပါသည်။ သူငယ်တန်းဆရာအနေဖြင့် မသန်စွမ်းကလေးများ(သို့မဟုတ်) အထူးလိုအပ်ချက်ရှိသောကလေးများပါရှိပါက ၎င်းကလေးများ၏ အခြေအနေကိုလည်း စဉ်ဆက်မပြတ်အကဲဖြတ်၍ သင်ကြားမှုထိရောက်ရေးအတွက် သုံးသပ်ပြုပြင်ရန်လိုအပ်ပါသည်။ နှစ်ဆုံးတွင် သုံးသပ်ချက်အကွက်၌ ကလေး၏သင်ယူမှုရလဒ်များအပေါ် သုံးသပ်ချက်ကို ပြည့်စုံစွာရေးသားရန်လိုအပ်ပါသည်။ ထို့နောက် နေ့စွဲတပ်၍ သူငယ်တန်းသင်ဆရာကိုယ်တိုင် လက်မှတ်ရေးထိုးရပါမည်။

## သင်ယူမှုရလဒ်မှတ်တမ်း

ကျောင်းသူ/သား အမည် --------------- အဘအမည် --------------------------- မွေးသက္ကရာဇ် ----------------------

| စဉ် | သင်ယူမှုနယ်ပယ် | သင်ယူမှုရလဒ် | ပထမအကြိမ် | | | | ဒုတိယအကြိမ် | | | | တတိယအကြိမ် | | | | စတုတ္ထအကြိမ် | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | ဇူလိုင်လ နောက်ဆုံးပတ် | | | | စက်တင်ဘာလ နောက်ဆုံးပတ် | | | | နိုဝင်ဘာလ နောက်ဆုံးပတ် | | | | ဇန်နဝါရီ နောက်ဆုံးပတ် | | | |
| | | | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ |
| ၁ | ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာခြင်း | - ကလေးများကျန်းမာသန်စွမ်းပြီး အခြားကလေးများနှင့်အတူတကွ စုပေါင်းကစားနိုင်သည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | - တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေး အလေ့အကျင့်ကောင်းများကို နေ့စဉ်ပုံမှန်လုပ်ဆောင်နိုင်သည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ၂ | စာရိတ္တ၊ မိတ္တနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက် ခြင်း | - မိမိကိုယ်မိမိသိရှိပြီး မိမိနှင့်အခြားသူများအကြား တူညီမှု၊ ကွဲပြားခြားနားမှုတို့ကိုပြောပြနိုင်သည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | - မိမိနေထိုင်ရာလူမှုပတ်ဝန်းကျင်တွင် ကောင်းသော အမူအကျင့်များကို ပြသနိုင်သည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |

# သင်ယူမှုရလဒ်မှတ်တမ်း

ကျောင်းသူ/သား အမည် --------------- အဘအမည် --------------------------- မွေးသက္ကရာဇ် ----------------------

| စဉ် | သင်ယူမှုနယ်ပယ် | သင်ယူမှုရလဒ် | ပထမအကြိမ် ဇူလိုင်လ နောက်ဆုံးပတ် | | | | ဒုတိယအကြိမ် စက်တင်ဘာလ နောက်ဆုံးပတ် | | | | တတိယအကြိမ် နိုဝင်ဘာလ နောက်ဆုံးပတ် | | | | စတုတ္ထအကြိမ် ဇန်နဝါရီ နောက်ဆုံးပတ် | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ |
| | | - မိမိ မိသားစုအတွင်း အစဉ်အလာအရ ကျင်းပသော ပွဲများနှင့်အခြား လူမျိုးစုများ၏ အစဉ်အလာအရ ကျင်းပသော ပွဲတော်များတွင်ပါဝင်ပြီးအခြား လူမျိုးစုများ၏ ယဉ်ကျေးမှုကို လေးစားသည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | - ပတ်ဝန်းကျင်ကို လွတ်လပ်စွာစူးစမ်း လေ့လာနိုင်သည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ၃ | အပြန်အလှန်ပြောဆို ဆက်သွယ်ခြင်း | - စကားသံအမျိုးမျိုးကို နားထောင်၍ အသံများကိုခွဲခြား နိုင်သည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | - သီချင်းများ၊ ကဗျာများ၊ ပုံပြင်များ၊ ဇာတ်လမ်းများကို နားထောင်ပြီးအမှု အရာဖြင့် သရုပ်ဆောင်ပြနိုင်သည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |

# သင်ယူမှုရလဒ်မှတ်တမ်း

ကျောင်းသူ/သား အမည် --------------- အဘအမည် --------------------------- မွေးသက္ကရာဇ် ----------------------

| စဉ် | သင်ယူမှုနယ်ပယ် | သင်ယူမှုရလဒ် | ပထမအကြိမ် ဇူလိုင်လ နောက်ဆုံးပတ် | | | | ဒုတိယအကြိမ် စက်တင်ဘာလ နောက်ဆုံးပတ် | | | | တတိယအကြိမ် နိုဝင်ဘာလ နောက်ဆုံးပတ် | | | | စတုတ္ထအကြိမ် ဇန်နဝါရီ နောက်ဆုံးပတ် | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ |
| | | - မေးခွန်းများကို နားထောင်ပြီး မရှင်းလင်းသည်များကို ရှင်းပြရန် တောင်းဆိုတတ်သည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | - ရုပ်ပုံများကို ကြည့်ပြီးပုံပြင်ကိုကြိုတင် ခန့်မှန်းနိုင်သည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | - ဗျည်းအက္ခရာများနှင့် ဂဏန်းများကို ခွဲခြားသတ်မှတ်နိုင်ပြီး အရစ်အဆွဲမှန်စွာဖြင့် ကူးရေးတတ်သည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ၄ | သချာ်အခြေခံများကို စူးစမ်းခြင်း | - ပစ္စည်းအရေအတွက် မည်မျှရှိသည်ကို အနီးစပ်ဆုံး ခန့်မှန်းနိုင်သည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | - သင်္ချာအခြေခံအသိသညာ များကိုပြုလုပ်နိုင်သည်။ (နှိုင်းယှဉ်ခြင်း၊ အမျိုးအစားခွဲခြားခြင်း၊ တူရာစုခြင်းစသည်) | | | | | | | | | | | | | | | | |

# သင်ယူမှုရလဒ်မှတ်တမ်း

ကျောင်းသူ/သား အမည် -------------- အဘအမည် -------------------------- မွေးသက္ကရာဇ် ---------------------

| စဉ် | သင်ယူမှုနယ်ပယ် | သင်ယူမှုရလဒ် | ပထမအကြိမ် ဇူလိုင်လ နောက်ဆုံးပတ် | | | | ဒုတိယအကြိမ် စက်တင်ဘာလ နောက်ဆုံးပတ် | | | | တတိယအကြိမ် နိုဝင်ဘာလ နောက်ဆုံးပတ် | | | | စတုတ္ထအကြိမ် ဇန်နဝါရီ နောက်ဆုံးပတ် | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ |
| | | - ကိန်းများကို (၁မှ၂၀)အထိ သိ၍ ဖတ်တတ်ပြီး ရေတွက်သည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ၅ | အနုပညာရသခံ စားခြင်းနှင့်ဖန်တီးခြင်း | - အဝိုင်းအခြေခံ၊ လူပုံများ၊ တိရိစ္ဆာန် ပုံများနှင့်သစ်ပင် ပုံများကိုရေးဆွဲ တတ်သည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | - သီချင်း၊ ကဗျာများကို ကာရန်နှင့် အညီသီဆိုနိုင်ပြီး ကခြင်း၊ လက်ခုပ်တီးခြင်း ကိုပြုလုပ်နိုင်သည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ၆ | ပတ်ဝန်းကျင်လောက ကိုသိရှိနားလည်ခြင်း | - တိရစ္ဆာန်များ၊ သစ်ပင်များ အကြောင်းသိရှိပြီး လူသားများနှင့် အပြန်အလှန်ဆက် သွယ်ပုံကိုပြောပြနိုင်သည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |

## သင်ယူမှုရလဒ်မှတ်တမ်း

ကျောင်းသူ/သား အမည် -------------- အဘအမည် -------------------------- မွေးသက္ကရာဇ် ---------------------

| စဉ် | သင်ယူမှုနယ်ပယ် | သင်ယူမှုရလဒ် | ပထမအကြိမ် | | | | ဒုတိယအကြိမ် | | | | တတိယအကြိမ် | | | | စတုတ္ထအကြိမ် | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | ဇူလိုင်လ နောက်ဆုံးပတ် | | | | စက်တင်ဘာလ နောက်ဆုံးပတ် | | | | နိုဝင်ဘာလ နောက်ဆုံးပတ် | | | | ဇန်နဝါရီ နောက်ဆုံးပတ် | | | |
| | | | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ | ၁ | ၂ | ၃ | ၄ |
| | | - အရာဝတ္ထုများ၊ ပစ္စည်းများကို အာရုံ (၅)ပါးသုံးပြီး စူးစမ်းလေ့လာနိုင်သည်။ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ၇ | သုံးသပ်ချက် | | | | | | | | | | | | | | | | | |

မှတ်ချက်

။ ။ သတ်မှတ်ထားသော ကာလအတွင်း ကလေးရရှိသော သင်ယူမှုရလဒ်အဆင့်ကို (✔)လုပ်ပါ။

၁။ ကလေးသည် ဤသင်ယူမှုရလဒ်နှင့်ပတ်သက်၍ စတင်လေ့လာသင်ယူနေလျှင် အဆင့်(၁)ကို (✔)လုပ်ပါ။

၂။ ကလေးသည် ဤသင်ယူမှုရလဒ်နှင့်ပတ်သက်၍ ကောင်းစွာလေ့လာသင်ယူနေလျှင် အဆင့်(၂)ကို (✔)လုပ်ပါ။

၃။ ကလေးသည် ဤသင်ယူမှုရလဒ်နှင့်ပတ်သက်၍ လေ့လာသင်ယူရာတွင် တိုးတက်မှုရှိလျှင် အဆင့်(၃)ကို (✔)လုပ်ပါ။

၄။ ကလေးသည် ဤသင်ယူမှုရလဒ်ကို သင်ယူပြီးမြောက်လျှင် အဆင့်(၄)ကို (✔)လုပ်ပါ။

ဆရာ၏အမည် ---------------------

လက်မှတ်နှင့်နေ့စွဲ--------------------------

## အဆင့် (၅) တွေ့ရှိချက်များကို (အစီရင်ခံခြင်း) ဆွေးနွေးခြင်း

ဆွေးနွေးခြင်း (အစီရင်ခံခြင်း) ဆိုသည်မှာ ကလေး၏ ဖွံ့ဖြိုးမှုအခြေအနေများ၊ လိုအပ်ချက်များကို မိဘများ၊ ကျောင်းများနှင့် အခြား ပါဝင်ဆောင်ရွက်သူများအားလုံးသို့ ဆက်သွယ် အသိပေးပြောကြား သော ဖြစ်စဉ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

ကလေး၏ လိုအပ်ချက်နှင့် စိတ်ဝင်စားမှုကို အောက်ဖော်ပြပါ ပုဂ္ဂိုလ်များထံ အကြောင်းကြား အသိပေးရန်လိုအပ်ပါသည်။

- မိဘများနှင့် ကလေး၏ မိသားစုဝင်များ
- အထူးဂရုပြုရန်လိုအပ်သည့် အထူးလိုအပ်ချက်များ ရှိနေသောကလေး ဖြစ်ခဲ့လျှင် နယ်ပယ်အလိုက် အသေးစိတ် တတ်ကျွမ်းနားလည်သည့် ပညာရှင်များ( ဥပမာ- ဆရာဝန်များ၊ ကလေးအထူးကုများ စသည်)
- ပထမတန်းမှ ဆရာ၊ဆရာမများ (ကလေး ထိုအတန်းသို့ မဝင်ရောက်မီ)

ကြည့်ရှုလေ့လာမှုမှတ်တမ်းများတွင် ရေးသားဖော်ပြထားသော အထောက်အထားများ အပေါ်တွင် အခြေခံ၍ ဆွေးနွေးမှုများ ပြုလုပ်ရပါမည်။ မိဘများနှင့် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များသို့ စာဖြင့်ရေးသားအစီရင်ခံရန် လိုအပ်ပါသည်။

**မိဘများ သို့မဟုတ် မိသားစုဝင်များနှင့် ဆွေးနွေးခြင်းကို အောက်ပါအခြေအနေများတွင်ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။**

- ကလေးကို နေ့စဉ် ကျောင်းပို့၊ ကျောင်းကြိုလာသော အချိန်များတွင် မိဘများနှင့် ဆွေးနွေးနိုင်ပါသည်။ (ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးဆိုင်ရာကိစ္စများ၊ ထိုနေ့အတွင်း ကလေး၏ပေါက်မြောက် အောင်မြင်မှုကို ချီးမွမ်းပြောဆိုခြင်း)။
- ကလေးကိုအကြို၊ အပို့လုပ်သည့်လုပ်ငန်းကို အခြားမိသားစုဝင် တစ်ဦးဦးကတာဝန်ယူထားပြီး မိဘများ ကလည်းတွေ့ဆုံဆွေးနွေးရန် အချိန်မပေးနိုင်သည့်အခါမျိုးတွင်၊ ထိုမိသားစုဝင်ကို မိဘများ ကိုယ်စား ဆွေးနွေးခွင့်ပေးရပါမည်။ မိဘတိုင်းထံသို့ ကလေးနှင့် ပတ်သက်သည့် မတော်တဆထိခိုက်မှုများရှိပါက တိုက်ရိုက်အကြောင်းကြားအသိပေးရန်လိုပါသည်။
- တယ်လီဖုန်းဖြင့်ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်းသို့မဟုတ် ကလေး၏ 'အိမ်-လုပ်ငန်း'မှတ်စုစာအုပ်တွင်မိဘများ အတွက် အမှာစာရေးလိုက်ခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။
- ကလေးအားလုံးနှင့်ဆိုင်သည့် သင်ယူမှုလိုအပ်ချက်များနှင့် စိတ်ဝင်စားမှုများကိုမူ ကျောင်းအပ်နှံရေး နေ့များ၊ မိဘဆရာအသင်းအစည်းအဝေး၊ ကျောင်းမိသားစုစုံညီပွဲတော်စသည့် အခမ်းအနားများတွင် ထည့်သွင်း ဆွေးနွေးနိုင်ပါသည်။ ကလေးများ၏ စွမ်းဆောင်နိုင်ရည်များကို မိဘများအား ဖိတ်ခေါ် ပြသခြင်းများကိုလည်း အခါအားလျော်စွာ ပြုလုပ်ပေးသင့်ပါသည်။

## ၇. ၄ သင်ယူမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ အထူးလိုအပ်ချက်များ ရှိနေသော ကလေးများ

သူငယ်တန်း၏အစောပိုင်းလများ၌ သင်ယူမှုနှင့်ဖွံ့ဖြိုးမှုတို့တွင် အခက်အခဲရှိနိုင်ခြေရှိသော ကလေး များကို ဖော်ထုတ်ရန်အတွက် သင်ယူမှုရလဒ်တွေ့ရှိချက်များကို အသုံးပြုပါသည်။ အခက်အခဲရှိနိုင်ခြေရှိသော

အချက်အလက်များတွေ့ရှိပါက ကျွမ်းကျင်သူများနှင့် ပြဿနာစစ်ဆေးခံရန်နှင့် လိုအပ်သော ကူညီမှု၊ ဆောင်ရွက်မှုများ ပြုလုပ်ရန် မိဘများအား လမ်းညွှန်နိုင်ပါသည်။ ရှေးဦးကလေး သူငယ်များဖွံ့ဖြိုးမှုအခြေအနေကို တိုင်းတာစစ်ဆေးမှုနှင့် ပြန်လည်ထူထောင်ရေးလုပ်ငန်း (Early Childhood Intervention) အစီအစဉ်များနှင့် ချိတ်ဆက်ပြီး ဆောင်ရွက်ရန်လည်း လိုအပ်ပါသည်။ သူငယ်တန်းစာသင်ခန်းများသည် လူတိုင်းအကျုံးဝင်သော စာသင်ခန်းပုံစံများဖြစ်ရပါမည်။ နေ့စဉ်လုပ်ငန်း အစီအစဉ်တွင် ကလေးများနှင့် ဆီလျော်သောလုပ်ငန်းများ ပေးနိုင်ရန်၊ ပြဿနာများဖြေရှင်းဆောင်ရွက်နိုင်ရန်၊ သင်ယူမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ ချို့ယွင်းအားနည်းမှု ရှိနေသော ကလေးများ၏ အထူးလိုအပ်ချက်များကိုလည်း အကဲဖြတ်စစ်ဆေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ မိဘများ၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များနှင့် ဆွေးနွေးပြီး လိုအပ်ပါက နယ်ပယ်အလိုက် အသေးစိတ်တတ်ကျွမ်းနားလည်သည့် ပညာရှင်များထံ လွှဲပြောင်းပေးနိုင်ရန် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။

မသန်စွမ်းကလေးများကိုစစ်ဆေးအကဲဖြတ်ရာတွင်လည်း ပုံမှန်ကလေးများအတွက် အသုံးပြုသော သင်ယူမှုရလဒ်မှတ်တမ်းများကိုပင်အသုံးပြုပါသည်။ အောက်ပါအတိုင်း စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုများ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

ကလေးသည် စကားနှင့် အသံကို နားထောင်ပြီး၊ အဓိပ္ပာယ်ဖော်ထုတ်ပေးသည်။ လေ့လာအကဲဖြတ်မှုတွင် နားထောင်မှုစွမ်းရည် အားနည်းသောကလေးကို နားထောင်မှုစွမ်းရည်ပုံမှန်ရှိသော ကလေးအတွက် သုံးသော သင်ယူမှုရလဒ်မှတ်တမ်းအတိုင်း စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ပါသည်။ သို့သော် လိုအပ်သော ကူစားမှုနှင့်ပံ့ပိုးမှုများ ဆောင်ရွက်ပေးရန်လိုအပ်ပါသည်။ ယင်းဆောင်ရွက်မှုများကို မိဘများနှင့်တိုင်ပင်ပြီး ဆောင်ရွက် ပေးနိုင်ပါသည်။ အထူးအကူအညီလိုအပ်သော အခါမှသာ အထူးကျောင်းများကို ရွေးချယ်၍ လိုအပ်သလိုဆောင်ရွက်ပေးနိုင်ပါသည်။

စွမ်းဆောင်နိုင်မှုကြောင့်ဖြစ်စေ သို့မဟုတ် မသန်စွမ်းမှုကြောင့်ဖြစ်စေ မည်သည့်ကလေးကိုမဆို နေ့စဉ်ဆောင်ရွက်သောလုပ်ငန်းများမှ အလွန်အကျွံဖယ်ထားခြင်းမျိုး မပြုလုပ်ရပါ။

# အခန်း (၈)

# အကူးအပြောင်းကာလ အဆင်ပြေချောမွေ့ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ခြင်း

# အခန်း (၈)

# အကူးအပြောင်းကာလ အဆင်ပြေချောမွေ့ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ခြင်း

## ၈. ၁ အကူးအပြောင်းကာလ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ခြင်း

အကူးအပြောင်းကာလဆိုသည်မှာ အဆင့်တစ်ခုမှ နောက်တစ်ခု၊ အခြေအနေတစ်ခုမှ နောက်တစ်ခု၊ လုပ်ငန်းတစ်ခုမှ နောက်တစ်ခုအကြား ကာလကို ဆိုလိုပါသည်။ ကလေး သို့မဟုတ် လူကြီး တစ်ယောက်အတွက် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော အခြေအနေတစ်ခုမှ မရင်းနှီးသေးသော အခြေအနေတစ်ခုဆီသို့ ရွေ့လျားသော အချိန်လည်းဖြစ်သည်။ ထိုအကူးအပြောင်းကာလအတွင်းတွင် တွေ့ကြုံရသည့်ပြောင်းလဲမှုများအပေါ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာ တုံ့ပြန်မှုများ ဖြစ်ပေါ်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့ စိတ်ခံစားမှုအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသည့် အကူးအပြောင်းမျိုးသည် ဘဝတစ်လျှောက်လုံးတွင် ကြိမ်ဖန်များစွာ ဖြစ်ပေါ်နေပါသည်။ ရှေးဦးကလေးသူငယ်ဘဝတွင် ကလေးများကြုံတွေ့ကြရသည့် အဓိက အကူးအပြောင်းများမှာ -

- အိမ်မှ ရှေးဦးအရွယ် ကလေးသူငယ် ပြုစုပျိုးထောင်ရေး ဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်း အစီအစဉ်များသို့
- ကလေးအသက် (၃) နှစ် ပြည့်သောအခါ အိမ် သို့မဟုတ် မိခင်ဝိုင်းမှ မူကြိုကျောင်းသို့
- ကလေးအသက် (၅) နှစ် ရောက်သောအခါ မူကြိုကျောင်းမှ သူငယ်တန်းသို့
- ကလေးအသက် (၆) နှစ် ရောက်သောအခါ သူငယ်တန်းမှ ပထမတန်းသို့ ကူးပြောင်းရခြင်းများ ဖြစ်သည်။

ကလေးအတော်များများတွင် ကြုံတွေ့ရသည့် ပထမဆုံး ခွဲခွာရမှုကြောင့် စိုးရိမ်ကြောင့်ကြခြင်း (Separation Anxiety)မှာ ရှေးဦးအရွယ် ကလေးသူငယ်ဖွံ့ဖြိုးရေးနှင့် ပြုစုပျိုးထောင်ရေးဆိုင်ရာ ကျောင်း သို့မဟုတ် သူငယ်တန်းသို့ ဝင်ရောက်သောအချိန် ဖြစ်ပါသည်။ ဤအချိန်တွင် ပတ်ဝန်းကျင်အသစ်နှင့် လိုက်လျောညီထွေစွာ နေထိုင်တတ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ကလေးအနေဖြင့် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်ပြီးသားဖြစ်သော အိမ်ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် မိသားစုများ၏ ပံ့ပိုးကူညီမှုကို ဆုံးရှုံးရသဖြင့် ပူပန်မှုကို အချိန်အတော်ကြာ ခံစားကြရ ပါသည်။ ထိုပူပန်မှုကို တတ်နိုင်သမျှ လျင်မြန်စွာ ကျော်လွှား လွန်မြောက်နိုင်ရန် ကလေးများကို လူကြီးများက ဝိုင်းဝန်းပံ့ပိုးပေးခြင်းသည် အကူးအပြောင်းကာလကို စီမံခန့်ခွဲခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

သူငယ်တန်းကလေးအများစုတွင် ၎င်းတို့ဘဝတွင် ကြုံတွေ့ရသည့် အပြောင်းအလဲများအနက် အဓိက အကူးအပြောင်းနှစ်မျိုးကိုသူငယ်တန်းတွင် ကြုံတွေ့ရမည်ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့မှာ သူငယ်တန်းသို့ အဝင် အကူးအပြောင်းနှင့် ဒုတိယမှာ သူငယ်တန်းမှ မူလတန်းသို့ အကူးအပြောင်းဖြစ်သည်။ ဆရာ၊ ဆရာမများ၊ မိဘများနှင့် ဝိုင်းဝန်းပြုစု ပျိုးထောင်ပေးကြသည့် လူကြီးများအနေဖြင့် အဆိုပါ အကူးအပြောင်းကို အဆင်ပြေချောမွေ့စွာ ကျော်ဖြတ်ရေးအတွက် အဘက်ဘက်မှ ပံ့ပိုးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

## ၈. ၂ သူငယ်တန်းသို့အဝင် အကူးအပြောင်း

သူငယ်တန်းသို့ ဝင်ရောက်လာကြသည့် ကလေးများအနေဖြင့် အတွေ့အကြုံအမျိုးမျိုး၊ နောက်ခံ အခြေအနေ အမျိုးမျိုးဖြင့် ရောက်လာကြမည်ဖြစ်သည်။ အချို့မှာ မူကြိုကျောင်းတွင် နေဖူးကြပြီး အချို့မှာ မူကြိုတွင် မနေဖူးဘဲ အိမ်မှတိုက်ရိုက် ကျောင်းသို့ရောက်လာကြသူများ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ မည်သို့သော နောက်ခံဖြင့် ရောက်လာသည်ဖြစ်စေ အခြေအနေတစ်ခုမှ အခြားအခြေအနေတစ်ခုသို့ ကူးပြောင်းရသည့်အတွက် ကလေးများအနေဖြင့် အခက်အခဲများစွာ ကြုံတွေ့နိုင်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် လွတ်လပ်ပေါ့ပါးပြီး စိတ်ကြိုက်နေထိုင်လုပ်ကိုင်နေရသည့် အိမ်ပတ်ဝန်းကျင်မှ သတ်မှတ်ချက်များနှင့်အညီ နေထိုင်လုပ်ကိုင်ရသည့် ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင်သို့ ကူးပြောင်းရခြင်းသည်အသားမကျမီကာလအတွင်း ကလေးများအဖို့ အထူးစိတ်ဖိစီးခံရသည့် အခြေအနေမျိုး ဖြစ်ပါသည်။ ထိုအခြေအနေကို ကျော်လွှား လွန်မြောက်နိုင်ရန် ဆရာ၊ ဆရာမများနှင့် မိဘများ ညှိနှိုင်းတိုင်ပင်၍ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ရန် လိုပါသည်။

### ၈. ၂. ၁ အိမ်နှင့်ကျောင်းအကြားဆက်နွယ်မှု

မြန်မာနိုင်ငံတွင် သုံးနှစ်နှင့် ငါးနှစ်အကြားကလေးများ၏ ၂၂. ၉ ရာခိုင်နှုန်းသာ မူကြိုပညာသင်ယူခွင့်ရရှိပါသည်။ သို့ဖြစ်ရာ ငါးနှစ်ပြည့်ပြီး ကလေးအများစုမှာ မူကြိုကျောင်းများသို့ တက်ရောက်ခြင်းမရှိဘဲ အိမ်မှတိုက်ရိုက်ကျောင်းသို့ ကူးပြောင်းလာကြသူများ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုကလေးအများစုကို အများနှင့်အတူတကွ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင် သင်ယူနိုင်ရေးအတွက် ပြင်ဆင်ပေးရန် အရေးကြီးပါသည်။ အဆိုပါ ကလေးများအတွက် သူငယ်တန်းသည် ပတ်ဝန်းကျင်အသစ်တွင် အတွေ့အကြုံသစ်များကို ရင်ဆိုင်ရခြင်း ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် အိမ်နှင့်မတူညီသည့် စာသင်ခန်းဟုဆိုသော ပတ်ဝန်းကျင်၏ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်း၊ ဓလေ့ထုံးစံများကို တဖြည်းဖြည်းချင်း သင်ယူသွားရမည်ဖြစ်သည်။

ကလေးများသည် ၎င်းတို့နှင့် ရင်းနှီးသော၊ သက်သောင့်သက်သာရှိသော ပတ်ဝန်းကျင်မျိုးတွင် ပိုမိုသင်ယူဖွံ့ဖြိုးကြပါသည်။ သို့ဖြစ်ရာ သူငယ်တန်း စာသင်ခန်းပတ်ဝန်းကျင်သည် အိမ်နှင့်ဆင်တူသည့် လွတ်လပ်မှုအထိုက်အလျောက်ရှိပြီး နွေးထွေးသည့်ပတ်ဝန်းကျင် ဖြစ်ရပါမည်။ ဤနေရာတွင် စာသင်ခန်းတွင် အသုံးပြုသောဘာသာစကား အရေးကြီးပါသည်။ ကလေးများ အိမ်တွင်အသုံးပြုသော ဘာသာစကားကို စာသင်ခန်းတွင်းတွင် ဆက်လက်အသုံးပြုခွင့်ရပါက အကူးအပြောင်း ပိုမိုချောမွေ့ညင်သာမည်ဖြစ်သည်။ အလားတူပင် အသုံးပြုသည့်ပစ္စည်းများ၊ ပြောဆိုလုပ်ကိုင်သည့် အကြောင်းအရာများသည် ကလေးများ၏ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် အဆက်အစပ်ရှိမည်ဆိုလျှင် အကူးအပြောင်းချောမွေ့ရေးအတွက် များစွာအထောက်အကူပြုပါသည်။

### ၈. ၂. ၂ မူကြိုနှင့်သူငယ်တန်း အကူးအပြောင်း

သူငယ်တန်းသို့ ဝင်ရောက်လာသော ကလေးအချို့မှာ မူကြိုကျောင်းများတွင် တက်ရောက်သင်ယူခဲ့ဖူးကြပြီး အများနှင့် နေထိုင်လုပ်ကိုင်ရသည့် အတွေ့အကြုံများရှိပြီး ဖြစ်ပါသည်။ ထိုကလေးများအတွက် အကူးအပြောင်းမှာ ပိုမိုညင်သာနိုင်ပါသည်။ သို့ဖြစ်သည်တိုင် အကူးအပြောင်းတိုင်းတွင် အခက်အခဲအနည်းနှင့်အများရှိပါသည်။

မူကြိုနှင့် သူငယ်တန်းအကြားတွင် သင်ယူရသည့် အကြောင်းအရာ၊ သင်ပြနည်း၊ မျှော်မှန်းရလဒ်များ

ကွဲပြားနိုင်ပါသည်။ ကလေး၏ အသက်အရွယ်၊ နောက်ခံအခြေအနေ၊ လိုအပ်ချက်မတူညီသည်နှင့်အမျှ ပြုစုပျိုးထောင်ပုံနည်းလည်း မတူညီနိုင်ပါ။ သို့ရာတွင် သူငယ်တန်း၌ ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်နှင့် လိုက်လျောညီထွေဖြစ်သော သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို အသုံးပြုပါက ကလေးများ၏ အကူးအပြောင်းမှာ အခက်အခဲ များစွာမရှိနိုင်ပါ။

သူငယ်တန်းသည် အခြေခံပညာမူလတန်း၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်နေသည့်တိုင် သူငယ်တန်း စာသင်ခန်းသည် မူကြိုစာသင်ခန်းနှင့် နီးစပ်နေသင့်ပါသည်။ သူငယ်တန်းသည် ပထမတန်း၊ ဒုတိယတန်း များကဲ့သို့ ထိုင်ခုံအနေအထား၊ ဖတ်စာအုပ်၊ လေ့ကျင့်ခန်းစာအုပ်၊ စသည်တို့ဖြင့် သင်ယူရပါက ကလေးအတွက်

တစ်မှုဟုတ်ချင်း ပြောင်းသွားသည့် အနေအထားဖြစ်ပြီး ညှိယူရာတွင် ခက်ခဲပင်ပန်းနိုင်ပါသည်။ သို့ဖြစ်ရာ သူငယ်တန်းစာသင်ခန်းများကို ပုံစံတကျစာသင်ခန်းအဖြစ် မဟုတ်ဘဲ မူကြို အတန်းများနှင့် ဆင်တူအောင် ပြင်ဆင်သင့်ပါသည်။

## ၈. ၃ သူငယ်တန်းမှ ပထမတန်းသို့အကူးအပြောင်း

သူငယ်တန်းစာသင်နှစ် ပြီးဆုံးသွားသည့်အခါ ကလေးများသည် ပိုမို၍ပုံစံတကျသင်ယူရမည်။ ပထမတန်းတွင် ကလေးများသင်ယူရန် မျှော်မှန်းထားသည့်အရာများသည် ကလေးများအတွက် အလွန်ကြီးမားပြင်းထန်သည့် အပြောင်းအလဲတစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုအပြောင်းအလဲကြောင့် ယခင်ကကျောင်းတက်ရန် စိတ်အားထက်သန်နေသည့် ကလေးများ အားလျော့သွားနိုင်၊ ပူပန်သောကရောက်နိုင်၊ စိတ်ဖိစီးမှုဖြစ်နိုင်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သူငယ်တန်းနှင့်ပထမတန်း အကူးအပြောင်းတွင် ညှိယူနိုင်မှုသည် ကလေး၏ ရေရှည်အောင်မြင်မှုအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်ရာ သူငယ်တန်းဆရာများအနေဖြင့် အဆိုပါအကူးအပြောင်း

ချောမွေ့ညင်သာရေးအတွက် ကလေးများနှင့် လုပ်ကိုင်ပြင်ဆင်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

သူငယ်တန်းမှ ပထမတန်းသို့ အကူးအပြောင်းအတွက် ချဉ်းကပ်ဆောင်ရွက်ကြသည့် နည်းနှစ်နည်းရှိပါသည်။ ပထမနည်းမှာ ပထမတန်းတက်နိုင်အောင် လိုအပ်သည့်ကျွမ်းကျင်မှုများကို ကလေးများအား သင်ကြားပေးသည့်နည်း ဖြစ်ပါသည်။ ဒုတိယနည်းမှာမူ ကလေး၏ဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့် သင်ယူမှုအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသည့် အကြောင်းချင်းရာအားလုံးကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားသည့် နည်းဖြစ်သည်။ ဒုတိယနည်းတွင် ကလေးက ပထမတန်းတွင်သင်ယူရန် အဆင်သင့်ဖြစ်ရမည့်အပြင် ကျောင်းကလည်း ကျောင်းသို့ ဝင်ရောက်လာမည့် ကလေးတိုင်းကိုလက်ခံ သင်ကြားပေးရန် အဆင်သင့်ဖြစ်မှုကိုပါ ထည့်သွင်းစဉ်းစားခြင်းဖြစ်သည်။ ဤနည်းသည်ဆရာ၊ ဆရာမများ၊ မိဘများ အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်ပူးပေါင်းပြီး ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြစ်သဖြင့် ကလေး၏ အကူးအပြောင်းကို ပိုမို ညင်သာစေပြီး ရေရှည်အကျိုးကိုဖြစ်ထွန်းစေသည့် နည်းလည်းဖြစ်ပါသည်။

သူငယ်တန်းဆရာများအနေဖြင့် ပထမတန်းဆရာများနှင့်လည်း ပူးပေါင်းလုပ်ကိုင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ သူငယ်တန်းတွင် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်သည့်အခြေအနေနှင့် ပထမတန်းတွင်လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်သည့် အခြေအနေမတူနိုင်ပါ။ သူငယ်တန်းနှင့်ပထမတန်း ဆရာ၊ ဆရာမများအနေဖြင့် စာသင်ခန်းများသို့ အပြန်အလှန် သွားရောက်လေ့လာပြီး ကလေးများ၏ အကူးအပြောင်းညင်သာစေမည့် နည်းများ ညှိနှိုင်းဖော်ထုတ်နိုင်ပါသည်။ ရံဖန်ရံခါတွင် ပထမတန်းနှင့်သူငယ်တန်းကလေးများ အတူတကွလုပ်နိုင်မည့် လုပ်ငန်းများကို ဖန်တီးပေးပါက သူငယ်တန်းကလေးများအတွက် ပထမတန်းတွင်တွေ့ကြုံရမည့် လုပ်နည်းကိုင်နည်းများကို သင်ယူလေ့လာခွင့်ရနိုင်ပါသည်။

ပထမတန်းတွင် ပုံစံတကျသင်ယူမှုအနေအထားသို့ ညင်သာစွာ ကူးပြောင်းနိုင်ရေးအတွက် သူငယ်တန်း၏ နောက်ဆုံးသုံးလတွင် အကူးအပြောင်း သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအနေဖြင့် အောက်ဖော်ပြပါနယ်ပယ်များကို အလေးပေး ဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်သည်။

- **သင်ကြားရေးတွင် အသုံးပြုသည့်ဘာသာစကား**- သူငယ်တန်းတွင် စာသင်ခန်းအတွင်း၌ အသုံးပြုသော ဘာသာစကားသည် ယေဘုယျအားဖြင့် အိမ်တွင်ပြောသည့် ဘာသာစကားဖြစ်သော်လည်း ပထမတန်းတွင်မူ ရုံးသုံးဘာသာစကားဖြစ်သော မြန်မာစကားသည် အဓိကသင်ကြားသင်ယူမှု ဘာသာစကားဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်ရာ တိုင်းရင်းသားကလေးများအတွက် ဘာသာစကားအခက်အခဲသည် အကူးအပြောင်းတွင် ကြီးမားသည့် အဟန့်အတားဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် သူငယ်တန်းစာသင်နှစ်၏ နောက်ဆုံးသုံးလအတွင်းတွင် တိုင်းရင်းသားကလေးငယ်များနှင့် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရာ၌ မြန်မာဘာသာစကား အပြောအဆိုကို အလေးပေး အသုံးပြုကာ လုပ်ဆောင်သင့်ပါသည်။ သို့မှသာ ထိုကလေးများအနေဖြင့် မြန်မာဘာသာစကားနှင့် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်မှုရှိကာ ပထမတန်းသို့ အကူးတွင် ပိုမိုအဆင်ပြေမည်ဖြစ်သည်။
- **ပုံစံတကျသင်ကြားခြင်း**- သူငယ်တန်း စာသင်ခန်းအတွင်းတွင် ကစားခြင်းကို အခြေပြုသော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများတွင် လွတ်လပ်ပျော်ရွှင်စွာ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရေးမှုကို အခြေခံထားပြီး၊ ယေဘုယျအားဖြင့် ပုံစံတကျသင်ကြားမှုကို အလေးပေးမထားပါ။

  သူငယ်တန်းကလေးများအနေဖြင့် ပုံစံတကျသင်ယူခြင်းနှင့်ဆိုင်သော အတွေ့အကြုံများကို သူငယ်တန်းစာသင်နှစ်၏ နောက်ဆုံးသုံးလတွင်သာ ရရှိကြမည်ဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် ဗျည်းအက္ခရာများကို အရစ်အဆွဲမှန်စွာ စနစ်တကျရေးသားခြင်းကို ထိုကာလပိုင်းတွင်သာ ဆောင်ရွက်သင့်ပါသည်။ တိုင်း

ရင်းသား ကလေးငယ်များအတွက်မှာမူ မိမိတို့ တိုင်းရင်းဘာသာ ဗျည်းအက္ခရာများသာမက မြန်မာဘာသာဗျည်းအက္ခရာများကို အမည်၊ အသံနှင့် သင်္ကေတများ ယှဉ်တွဲမှတ်မိရမည့်အပြင် အရစ်အဆွဲမှန်စွာ ရေးတတ်စေရန်လည်း လုပ်ဆောင်ပေးရမည်ဖြစ်သည်။

- **ပထမတန်းကလေးများနှင့် အတူလုပ်ကိုင်ခြင်း**- သူငယ်တန်းသည် အခြေခံပညာမူလတန်းကျောင်း၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်သည့်အားလျော်စွာ သူငယ်တန်းကလေးများကို ပထမတန်းကလေးများနှင့်အတူ ယှဉ်တွဲလုပ်ကိုင်စေခြင်းဖြင့် အကူးအပြောင်း ညင်သာစေနိုင်ပါသည်။ သူငယ်တန်းစာသင်နှစ် နောက်ပိုင်းကာလများတွင် သူငယ်တန်းကလေးများကို ပထမတန်းစာသင်ခန်းများတွင် သွားရောက် လေ့လာစေခြင်း၊ ပထမတန်းကလေးများနှင့်တွဲလျက် သင့်လျော်သော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်လုပ်ကိုင်ခွင့်ရစေရန် ဖန်တီးပေးခြင်းဖြင့် ပထမတန်း၏ သဘောသဘာဝ၊ ပထမတန်းတွင် တွေ့ကြုံရမည့် လုပ်နည်းကိုင်နည်းများနှင့် မိတ်ဆက်ပေးသည့်သဘောဖြစ်ပြီး၊ အမှန်တကယ် ပထမတန်းသို့ ဝင်ရောက်လာသည့်အခါ အဆင်ပြေချောမွေ့စေနိုင်ပါသည်။

## ၈. ၄ အကူးအပြောင်းအတွက် ယေဘုယျ အကြံပြုချက်များ

အကူးအပြောင်းကာလ အစီအစဉ်သည် မိသားစုများ၊ ကျောင်းများအတူတကွ အလုပ်လုပ်ပြီး ကလေးများ သင်ယူဖြစ်ထွန်းစေရန် မိသားစုပါဝင်ဆောင်ရွက်မှုကို အလေးပေးသော အောက်ဖော်ပြပါ စိတ်ကူးများပေါ်တွင် အခြေခံထားပါသည်။

- ကျောင်းသည် ပျော်စရာဖြစ်ရမည်။
- ဆရာက နွေးစဉ် နွေးထွေးစွာ ကြိုဆိုရမည်။
- သင်ယူရန်နေရာများနှင့် သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများရှိသော ကလေးပျော် သင်ယူမှုပတ်ဝန်းကျင် ဖြစ်ရမည်။
- စူးစမ်းလေ့လာရန် သင်ယူမှုနေရာများရှိပြီး ကြိုဆိုရမည်။
- လွတ်လပ်စွာ စူးစမ်းလေ့လာရန်၊ ကစားရန်၊ အသိသစ်နှင့် စိတ်ဝင်စားဖွယ်အရာများကို သင်ယူလေ့လာနိုင်ရန် အချိန်များများရှိရမည်။
- ကစားခြင်း၊ စူးစမ်းလေ့လာ ရှာဖွေခြင်း၊ လွတ်လပ်စွာ သင်ယူခွင့်ရရှိခြင်းတို့တွင် အခြေခံသော သင်ယူမှုနည်းစနစ်များ ဖြစ်ရမည်။
- ဆရာနှင့် ကလေး၊ ကလေးအချင်းချင်း လွတ်လပ်စွာ အပြန်အလှန် ဆက်ဆံမှုရှိရမည်။
- ကလေး၏ လိုအပ်ချက်နှင့် စိတ်ဝင်စားမှုအပေါ် မူတည်၍ ပြုလွယ်၊ ပြောင်းလွယ်လုပ်ငန်းများ ဖြစ်ရမည်။
- လွတ်လပ်စွာ ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်း၊ ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်းဆိုင်ရာလုပ်ငန်းများ များများ ထည့်သွင်းဆောင်ရွက်ရမည်။
- စိတ်ဝင်စားမှု၊ စွမ်းဆောင်ရည်၊ ဘာသာစကား၊ ယဉ်ကျေးမှု စသည်တို့ မည်မျှပင် ကွဲပြားစေကာမူ ကလေးအားလုံး ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းကို အားပေးရမည်။

# အခန်း (၉)

# မိဘများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း

# အခန်း (၉)

# မိဘများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း

သူငယ်တန်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို ထိရောက်အောင်မြင်စွာ အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ရေးအတွက် မိဘများနှင့်တိုင်ပင်ညှိနှိုင်း ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရန် လိုပါသည်။ မိဘများအား သူငယ်တန်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်းအသစ်နှင့် ပတ်သက်ပြီး နားလည်အောင်ရှင်းပြရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်သည်။ သူငယ်တန်းတွင် သင်ယူရမည့်အကြောင်းအရာ၊ သင်ပြပုံသင်ပြနည်း၊ ကလေးများလုပ်ဆောင်ရသည့် လုပ်ငန်းများ၊ စာသင်ခန်းအနေအထား အပြောင်းအလဲ လုပ်ဆောင်ရသည်ကို ရှင်းပြရန်လိုပါသည်။ စာသင်နှစ်မစတင်မီ ကျောင်းအပ်နှံရေး ရက်သတ္တပတ်အတွင်းတွင် သူငယ်တန်းသို့ဝင်ရောက်မည့် ကလေးများ၏ မိဘများကို ကျောင်းသို့ဖိတ်ခေါ်ပြီး သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအသစ်နှင့် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်မည့် နည်းသစ်များကို ရှင်းလင်းပြထားပါက မိဘများအနေဖြင့် အပြောင်းအလဲများကို နားလည်လက်ခံပြီး ပံ့ပိုးပေးနိုင်ပါလိမ့်မည်။

သူငယ်တန်း စာသင်နှစ်တစ်လျှောက်လုံးတွင်လည်း ဆရာနှင့်မိဘအကြား အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများ ရှာဖွေအသုံးပြုသင့်ပါသည်။ ကလေး၏အခြေအနေကို မိဘများထံမှ မေးမြန်းနိုင်သည့် နည်းတူ ကျောင်းတွင်တွေ့မြင်ရသည့် ကလေး၏ ဖွံ့ဖြိုးမှု ဖြစ်ထွန်းတိုးတက်မှုနှင့် လိုအပ်ချက်များကိုလည်း မိဘများအား ပြောပြရမည်။ မိဘများတွေ့ကြုံရသည့် အခက်အခဲများကိုလည်း နားထောင်ပေးပြီး ကလေး၏ဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့် သင်ယူမှုအတွက် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများ ရှာဖွေသင့်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် အိမ်တွင် ကလေးကို ပုံပြောပြခြင်း၊ စာဖတ်ပြခြင်း၊ ကျောင်းတွင်သင်ခဲ့သည့် တေးကဗျာများကို အိမ်တွင်ရွတ်ဆိုခိုင်းခြင်း၊ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားကစားနည်းများကို ပြန်လုပ်ပြခြင်း စသည်တို့ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ကူညီပံ့ပိုးပေးခြင်းဖြင့် ကလေးသင်ယူခဲ့သမျှကို ပိုမိုစွဲမြဲနိုင်အောင် အင်အားဖြည့်ပေးရာရောက်ပြီး၊ ကလေးအနေဖြင့်လည်း မိမိကိုယ်ကို

ယုံကြည်မှု၊ တန်ဖိုးထားမှုများ ရင့်သန်လာစေမည်ဖြစ်သည်။

သူငယ်တန်းဆရာ၊ ဆရာမများအနေဖြင့် မိဘဆရာဆွေးနွေးပွဲများကို ပုံမှန်ပြုလုပ်ပေးသင့်ပြီး မိခင်ရော ဖခင်ပါ တက်ရောက်စေရန် တိုက်တွန်းသင့်ပါသည်။ မိဘအားလုံးနှင့်မဟုတ်သည့်တိုင် မိဘများကို ငါးယောက်မှ ဆယ်ယောက် အုပ်စုများခွဲပြီး ညနေကျောင်းဆင်းချိန်တွင် တွေ့ဆုံနိုင်ရန် စီစဉ်သင့်ပါသည်။ ထိုဆွေးနွေးပွဲမျိုးကို အနည်းဆုံး (၃)လ တစ်ကြိမ်၊ တစ်နှစ်အတွင်း (၃)ကြိမ် စီစဉ်သင့်သည်။ ကလေးများ၏ ဖြစ်ထွန်းတိုးတက်မှု၊ လိုအပ်ချက်၊ အခက်အခဲများကို စုပေါင်းဖြေရှင်းနိုင်ရန်ဖြစ်သည်။

တစ်ချိန်တည်းမှာပင် မိဘများကို အခါအားလျော်စွာ ကျောင်းသို့ လာရောက်လည်ပတ်ပြီး သူငယ်တန်း ကလေးများ သင်ယူလုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နေပုံကို ကြည့်ရှုလေ့လာရန် ဖိတ်ကြားသင့်ပါသည်။ အချိန်ပေးနိုင်သော မိဘများရှိပါက ကလေးများ၏ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်ကူညီပံ့ပိုးရန် မေတ္တာရပ်ခံနိုင်ပါသည်။ ကလေးများကို အုပ်စုလိုက်ခွဲပြီး စာဖတ်ပြခြင်း၊ စာသင်ခန်းပြင်ပလုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်ကူညီ စောင့်ရှောက်ပေးခြင်း၊ ကလေးများနှင့်အတူ ဆော့ကစားခြင်း၊ စားသောက်ချိန် နားချိန်များတွင် တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးကိစ္စများ၌ကူညီခြင်း၊ ကစားစရာပြုလုပ်ပေးခြင်း စသည်တို့ဖြစ်သည်။ သူငယ်တန်းကလေးများ သင်ယူလေ့လာရန် အထောက်အကူဖြစ်မည့် စာအုပ်စာတန်းများ၊ အိမ်တွင်အသုံးမလိုတော့သည့် ပစ္စည်းဟောင်းများ၊ ကစားစရာများ အစရှိသည့် သင်ထောက်ကူများကို စုစည်းပေးနိုင်ပါသည်။ ထို့ပြင် အထူးအစီအစဉ်များ၊ ပွဲလမ်းသဘင်များ အခမ်းအနားများကို လာရောက် ကူညီစီစဉ်ပေးနိုင်ပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ ပါဝင်လုပ်ဆောင်ပေးခြင်းက ကျောင်းအတွက်လုပ်အား အကူဖြည့်ပေးခြင်း ဖြစ်သကဲ့သို့ မိဘများအနေဖြင့်လည်း "တို့ကျောင်း" ဟူသော ခံစားချက် ဖြစ်ပေါ်ပြီး ကျောင်းကို ပိုမိုစိတ်ဝင်စားစွာ ပံ့ပိုးကူညီလာမည်ဖြစ်သည်။

# နောက်ဆက်တွဲများ

နောက်ဆက်တွဲ

## သင်ယူမှုနယ်ပယ်အလိုက်မျှော်မှန်းရလဒ်နှင့်သင်ယူမှုရလဒ်များ

၁။ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာချမ်းသာခြင်း

မျှော်မှန်းရလဒ်(၁)

ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သောအစားအစာများကို ရွေးချယ်စားသောက်တတ်သည့် အလေ့အထရှိကြောင်း ပြသသည်။

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | အစားအစာအမျိုးမျိုးကိုသိရှိပြီး ရရှိနိုင်သောနေရာများကို ပြောပြနိုင်သည်။ |
| ခ | ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အစားအစာများကို ခွဲခြားနိုင်သည်။ |
| ဂ | မိသားစုအစားအစာ ပြင်ဆင်ချက်ပြုတ်ခြင်းနှင့် ထမင်းပွဲပြင်ဆင်ခြင်း လုပ်ငန်းများတွင် ကူညီသည်။ |
| ဃ | အစာစားရာတွင် ယဉ်ကျေးစွာ စားသောက်တတ်ကြောင်း ပြသည်။ |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၂)

မိမိ၏တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့် မိမိပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေးအတွက်ပါနေ့စဉ်လုပ်ငန်းများတွင် ကိုယ်တိုင် ပါဝင်လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းရှိကြောင်း ပြသသည်။

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေး အလေ့အကျင့်ကောင်းများကို နေ့စဉ်ပုံမှန် လုပ်ဆောင်နိုင်သည်။ |
| ခ | အိမ်၊ ကျောင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေး ဆိုင်ရာလုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်ကူညီလုပ်ဆောင်သည်။ |
| ဂ | တစ်ကိုယ်ရေ သန့်ရှင်းရေး အလေ့အကျင့်ကောင်းများကိုသိပြီးအခြားသူများကို ပြောပြနိုင်သည်။ |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၃)

မိမိကိုယ်ကို အန္တရာယ်မဖြစ်အောင် ရှောင်ကြဉ် နေထိုင်တတ်လာကြောင်း ပြသသည်။

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | အန္တရာယ်ကင်းအောင် လိုက်နာရမည့်စည်းမျဉ်းများနှင့် ဆောင်ရန်ရှောင်ရန်များကို ပြောပြသည်။ |
| ခ | အန္တရာယ်ရှိသောအခြေအနေများကိုသိပြီး မည်သို့တုံ့ပြန်ရမည်ကို ပြောပြသည်။ |

| စဉ် | **သင်ယူမှုရလဒ်များ** |
|---|---|
| ဂ | အိမ်၊ ကျောင်းနှင့် ရပ်ရွာတွင်တွေ့ရသော အန္တရာယ်များကို မိဘနှင့် ဆရာတို့အား အသိပေးသည်။ |
| ဃ | ပတ်ဝန်းကျင်တွင် တွေ့ရတတ်သော အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေး အချက်ပြသင်္ကေတများ၏ အဓိပ္ပာယ်ကို ပြောပြသည်။ |
| င | အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် မိမိအမည်၊ မိဘအမည်၊ အသက်၊ နေရပ်လိပ်စာ၊ ဖုန်းနံပါတ် များကို သိသောသူ၊ ယုံကြည်သောသူအား ကောင်းစွာပြောပြနိုင်သည်။ |
| စ | သဘာဝဘေးအပါအဝင် အရေးပေါ် အခြေအနေနှင့်ကြုံလာသောအခါလိုက်နာလုပ်ဆောင်ရမည့်ရိုးရှင်း လွယ်ကူသောနည်းလမ်းများကို ပြောပြသည်။ |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၄)

**ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုလုပ်ငန်းများတွင် စိတ်ဝင်စားပြီး ပါဝင်လုပ်ဆောင်နိုင်သော စွမ်းရည်ရှိကြောင်း ပြသသည်။**

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားကစားရာတွင် စိတ်ဝင်စားစွာပါဝင်သည်။ |
| ခ | ကြွက်သားကြီးများကိုသုံး၍ လှုပ်ရှားလုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်း ရှိကြောင်းပြသည်။ |
| ဂ | ကြွက်သားငယ်များကိုသုံး၍လှုပ်ရှား လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်း ရှိကြောင်းပြသည်။ |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၅)

**အခြေအနေအမျိုးမျိုးကို ကိုယ်စိတ်ကြံ့ခိုင်မှုရှိစွာဖြင့် ရင်ဆိုင်နိုင်စွမ်းရှိကြောင်း ပြသနိုင်သည်။**

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးအတွက် အတူတကွလုပ်ဆောင်ရာတွင် ညီညွတ်စွာပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်သည်။ |
| ခ | မိမိပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အကူအညီရရှိနိုင်သော နေရာများနှင့် မိမိအား အကူအညီပေးနိုင်သောသူများကို ပြောပြသည်။ |
| ဂ | ကြုံတွေ့လာနိုင်သော အခက်အခဲများကို ဖြေရှင်းနိုင်ရန် မိမိကိုယ်ကိုယုံကြည်မှု ရှိကြောင်းပြသသည်။ |

## ၂။ စာရိတ္တ၊မိတ္တနှင့်စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခြင်း

မျှော်မှန်းရလဒ်(၁)

မိမိကိုယ်မိမိ သင်ယူလေ့လာနိုင်စွမ်းရှိသူအဖြစ် ယုံကြည်မှုရှိကြောင်း ပြသသည်။

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | မိမိကိုယ်မိမိသိရှိပြီး မိမိနှင့်အခြားသူများအကြား တူညီမှု၊ ကွဲပြားခြားနားမှုများကို ပြောပြ နိုင်သည်။ |
| ခ | လုပ်ငန်းများကိုအချိန်ပိုကြာစွာ အာရုံစိုက်ပြီး လုပ်ကိုင်နိုင်သည်။ |
| ဂ | ပတ်ဝန်းကျင်ကို လွတ်လပ်စွာ စူးစမ်းလေ့လာသည်။ |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၂)

မိသားစုများ၊ အိမ်နီးချင်းများ၊ ရပ်ရွာအသိုင်းအဝိုင်းနှင့် အားကောင်းသောဆက်ဆံရေးကိုတည်ဆောက်ထားကြောင်းပြသသည်။

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | မိမိဘဝတွင် မိသားစုနှင့် မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းများ၏ အရေးပါမှုကို ဖော်ပြနိုင်သည်။ |
| ခ | လူကြီးများနှင့်လည်းကောင်း၊ သက်တူရွယ်တူများနှင့် လည်းကောင်း၊ ပြေပြစ်စွာပြောဆို ဆက်သွယ်နိုင်သည်။ (မိမိနှင့် အခြားသူများအားလုံး၏အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန်များကို လေးစားအသိအမှတ်ပြုသည်။) |
| ဂ | အခြားသူများနှင့်အတူတူ အလုပ်လုပ်ရာတွင် အခြေခံအားဖြင့် လိုက်နာရမည့်စည်းမျဉ်း များကို လိုက်နာသည်။ |
| ဃ | အခြားသူများနှင့်အတူတူ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရသည်ကို နှစ်သက်ကြောင်းပြ၍ အခြားသူများကို ဂရုစိုက်ကြောင်း ပြသသည်။ |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၃)

မြန်မာလူမျိုးတို့၏တူညီသော တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများကိုသိရှိနားလည်ကြောင်းပြသသည်။

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | မိမိ၏ အခွင့်အရေးနှင့် တာဝန်များကို လေးစားတန်ဖိုးထားကြောင်းနှင့် အခြားသူများ၏ အခွင့်အရေးနှင့် တာဝန်များကိုလည်း လေးစားကြောင်း ပြသသည်။ |
| ခ | မိမိနေထိုင်ရာ လူမှုပတ်ဝန်းကျင်တွင် ကောင်းသောအမူအကျင့်များကို ပြသနိုင်သည်။ |

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| ဂ | မိဘများ၊ ဆရာများနှင့် အခြားလူများအပေါ် လေးစားမှုများနှင့် တာဝန်ရှိမှုများ ပြသသည်။ |
| ဃ | မိမိ၏ခံစားချက်များကို မိမိကိုယ်နှင့် အခြားသူများကို မထိခိုက်စေဘဲ ထိန်းချုပ်ပြသနိုင်သည်။ |
| င | အခြားလူ၏အပြုအမူသည် မိမိအပေါ် မလေးမစားဖြစ်နေပါက လေးလေးစားစား ပြောဆိုပြုမူရန် ရပ်တည်ချက်ခိုင်မာစွာ ဖော်ထုတ်တောင်းဆိုနိုင်သည်။ |
| စ | အနီးကပ်နေသောလူကြီးများ၏ အားပေးမှုဖြင့် လုပ်ငန်းများကို မိမိကိုယ်တိုင်အစပျိုးပြုလုပ်တတ်လာသည်။ |
| ဆ | သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို ချစ်မြတ်နိုးကြောင်း ပြသသည်။ |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၄)

**ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံသားတစ်ဦး၏ သီးသန့်လက္ခဏာများကိုသိရှိပြီး တိုင်းရင်းသား လူမျိုးစုအသီးသီး၏ တူညီမှုများနှင့် မတူကွဲပြားခြားနားမှုများကိုလည်း နားလည်ကာ လေးစားတန်ဖိုး ထားကြောင်းပြသည်။**

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | မိမိ မိသားစု၏ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် မိသားစုကိုယ်ပိုင်လက္ခဏာများကို သိပြီး အခြားသောမိသားစုများ၏ မတူသော သီးသန့်လက္ခဏာများကိုလည်း ပြောပြတတ်သည်။ |
| ခ | မြန်မာနိုင်ငံ၏အမှတ်သင်္ကေတများကိုသိပြီး ယင်းသင်္ကေတများ၏ ကိုယ်စား ပြုမှုများကိုလည်း ပြောပြတတ်လာသည်။ (အလံ/ မြန်မာပြည်မြေပုံ/ နိုင်ငံတော်သီချင်း) |
| ဂ | မိသားစုအတွင်း အစဉ်အလာအရကျင်းပဆောင်ရွက်သည့်မိသားစုပွဲများအကြောင်း ဂုဏ်ယူ ပြီး အခြားသူများအား ပြောပြတတ်သည်။ |
| ဃ | အခြားလူမျိုးစုများ၏ အစဉ်အလာအရ ကျင်းပသောပွဲတော်များတွင် တက်ကြွစွာ ပါဝင်ပြီး သက်ဆိုင်ရာလူမျိုး၏ ယဉ်ကျေးမှုကိုလေးစားကြောင်း ပြသသည်။ |
| င | လူကြီးများ၏ ကူညီအားပေးမှုဖြင့် မိမိ၏ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့များနှင့် အခြားလူများ၏ ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ များကိုလေးစားတန်ဖိုးထားမှုရှိကြောင်း ပြသသည်။ |

## ၃။ ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း

**မျှော်မှန်းရလဒ်(၁)**

**အသံများ၊ စကားများကိုအာရုံစိုက် နားထောင်တတ်သည်။ (နားထောင်ခြင်း)**

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | စကားသံအမျိုးမျိုးကို နားထောင်၍ အသံများကို ခွဲခြားနိုင်သည်။<br>(ဥပမာ-တူ/မတူ၊ ကာရန်တူ၊ ဗျည်းအက္ခရာသံများ၊ စကားလုံး၊ အမည်၊ အစသံ) |
| ခ | စကားလုံးများ၊ ဝါကျများကို နားထောင်၍ အသံအစိတ်အပိုင်းများအဖြစ်ခွဲထုတ်နိုင်သည်။<br>(ဥပမာ-ထမင်း= ထ+မင်း= အသံ ၂ သံ။ ဆရာမလာတယ်=+++ ++= ၅သံ) |
| | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
| ဂ | သီချင်း၊ ကဗျာများ၊ ပုံပြင်များ၊ ဇာတ်လမ်း များကိုနားထောင်ပြီး အမူအရာဖြင့်သရုပ်ဆောင်ပြနိုင်သည်။ |
| ဃ | ရိုးရှင်းလွယ်ကူသောမေးခွန်းများကို နားထောင်ပြီး ဆီလျော်စွာတုံ့ပြန် ပြောဆိုနိုင်သည်။ |
| င | အများဆုံးအဆင့် ၃-ဆင့် ပါသောညွှန်ကြားချက်များကို နားထောင်ပြီး ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း မှန်ကန်စွာ အဆင့်ဆင့်လိုက်နာဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ |

**မျှော်မှန်းရလဒ်(၂)**

**မိမိတို့အတွေ့အကြုံများ၊ ခံစားချက်များနှင့် လိုအပ်ချက်များကို တစ်ဖက်လူနားလည်အောင် ပြောဆိုဆက်သွယ်ပုံအမျိုးမျိုးကိုသုံးပြီး ပြောဆိုဆက်သွယ်တတ်သည်။**

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | ဝါကျအပြည့် ပြောတတ်သည်။ |
| ခ | စကားလုံးအသစ်များ စမ်းသပ်အသုံးပြုတတ်သည်။ |
| ဂ | ကြားဖူးသောပုံပြင်များကို ပြန်ပြောတတ်သည်။ |
| ဃ | အခြားကလေးများပြောသော ပုံပြင်ကို မိမိစကားဖြင့် ပြန်ပြောတတ်သည်။ |
| င | တစ်တန်းလုံးနှင့်အတူ သီချင်းကဗျာများကို မှန်ကန်သွက်လက်စွာ ရွတ်ဆို၍ အမူအရာပြုလုပ်တတ်သည်။ |
| စ | ဆွေးနွေးမှုတွင်ပါဝင်ပြီး မေးခွန်းများမေးတတ်သည်။ |
| ဆ | မရှင်းလင်းသည်ကို ရှင်းပြရန် တောင်းဆိုတတ်သည်။ |
| ဇ | ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ အသုံးအနှုန်းအချို့ကို အသုံးပြုတတ်သည်။<br>(ဥပမာ- အရေအတွက်၊ အချိန်၊ အစီအစဉ်၊ အရောင်နှင့်အသက်အပိုင်းအခြား) |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၃)

**ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ စာများ၊ ရုပ်ပြစာအုပ်များကို ဖတ်ရာမှတစ်ဆင့် စာများကိုဖတ်နိုင်လာသည်။(စာဖတ်ခြင်း)**

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | ဖတ်စရာစာအုပ်အမျိုးမျိုးနှင့် စာအုပ်တစ်အုပ်၏ အစိတ်အပိုင်းများကို ဖော်ထုတ်နိုင်သည်။ |
| ခ | ဖတ်စရာစာအုပ်ကို အနေအထား မှန်အောင်ကိုင်နိုင်ပြီး စာမျက်နှာများကို မှန်ကန်စွာ လှန်တတ်သည်။ |
| ဂ | စာဖတ်ရာတွင် ဖတ်သောစကားလုံးကို လက်ဖြင့်ထောက်ပြီး အသံထွက်၍ ဖတ်သည်။ |
| ဃ | အသံနှင့်အက္ခရာ၊ စကားလုံးများကို ဆက်စပ်တတ်သည်။ |
| င | ရုပ်ပုံများကိုကြည့်ပြီး ပုံပြင်ကိုကြိုတင် ခန့်မှန်းနိုင်သည်။ |
| စ | ရုပ်ပုံများကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ပြီး ကိုယ်ပိုင်ပုံပြင်ဖြစ်အောင် ဖန်တီးတတ်သည်။ |
| ဆ | ရုပ်ပုံကိုကြည့်ပြီး ရုပ်ပုံပါစကားစုများကို ဖတ်တတ်သည်။<br>(ဥပမာ-ကြောင်ကလေးပုံအောက်ရှိ 'ကြောင်'ဟူသော စကားလုံး) |
| ဇ | ပတ်ဝန်းကျင်တွင် တွေ့မြင်နေကျစကားလုံးများကို မှတ်မိ၍ ဖတ်တတ်သည်။ |
| ဈ | စာအုပ်များဖတ်ရသည်ကို စိတ်ဝင်စား၊ နှစ်သက်ကြောင်း ပြသသည်။ |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၄)

**မိမိတို့၏ အတွေ့အကြုံများနှင့် စိတ်ကူးများကို ရုပ်ပုံဖြင့်လည်းကောင်း၊ စာဖြင့်လည်းကောင်း ဖော်ပြတတ်သည်။ (စာရေးခြင်း)**

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | ခဲတံကို မှန်ကန်စွာ ကိုင်တတ်သည်။ |
| ခ | ပုံစံအမှန်ဖြင့်ထိုင်၍ စာရေးနိုင်သည်။ |
| ဂ | ရိုးရှင်းသောပုံများ၊ အက္ခရာများနှင့် မိမိအမည်ကို ကောက်ကြောင်းအတိုင်း လိုက်ရေး တတ်သည်။ |
| ဃ | မိမိပတ်ဝန်းကျင်မှ အက္ခရာများနှင့် ဂဏန်းများကို ကူးရေးတတ်သည်။ |
| င | လက်ချောင်း၊ စုတ်တံ၊ ဖယောင်းတောင့်များသုံးပြီး ပုံများရေးဆွဲခြင်းဖြင့် အက္ခရာများ စတင်ရေးတတ်လာသည်။ |
| စ | စာရေးရာတွင် ဘယ်မှညာ၊ အထက်မှအောက်သို့ ဦးတည်ချက်အမှန်ဖြင့် စတင်ရေးတတ်သည်။ |
| ဆ | အက္ခရာများ၊ ကိန်းများကို အရစ်အဆွဲမှန်စွာဖြင့် ရေးတတ်သည်။ |
| ဇ | အက္ခရာများကို ခွဲခြားသတ်မှတ်နိုင်သည်။ |
| ဈ | စာရေးရာတွင် စကားလုံးများကြားတွင် နေရာကွက်လပ်ရှိသည်ကိုသိသည်။ |
| ည | စာရေးရန် စိတ်အားထက်သန်ကြောင်း ပြသည်။ |

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| ၄ | မိမိ၏အတွေ့အကြုံ၊ ခံစားချက်များ၊ စိတ်ကူးများကို ပုံဆွဲ၍လည်းကောင်း၊ အမူအရာဖြင့်လည်းကောင်း ဖော်ထုတ်ပြသသည်။ |
| ၅ | စာရေးတမ်းကစားရင်း ပတ်ဝန်းကျင်မှာ တွေ့ရသောစာများကို ကူးရေးသည်။ |
| ၃ | ဆရာရေးပေးသော မိမိ၏ဝါကျများကို ဖတ်တတ်သည်။ |

၄။ **သင်္ချာအခြေခံများကိုစူးစမ်းခြင်း**

မျှော်မှန်းရလဒ်(၁)

**ကိန်းများ တွက်ချက်မှုနှင့် ကိန်းများအချင်းချင်း ဆက်သွယ်မှုများကို စူးစမ်းလေ့လာ တတ်သည်။**

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | နေ့စဉ်တွေ့နေသော အကောင်အထည်ရှိသည့် ပစ္စည်းများကို လက်တွေ့မှန်ကန်အောင် ရေတွက်တတ်သည်။ (၁ မှ ၂၀ အထိသာ) |
| ခ | ပစ္စည်းအရေအတွက် မည်မျှရှိသည်ကို အနီးစပ်ဆုံး ခန့်မှန်းနိုင်သည်။ |
| ဂ | ကိန်းများကို အစီအစဉ်အလိုက်နှင့် နောက်ပြန် ရေတွက်တတ်သည်။ |
| ဃ | နေ့စဉ်အခြေအနေများနှင့် ဆက်စပ်ပြီး ကိန်းများကို အသုံးပြုတတ်သည်။ |
| င | ကိန်းများကို သိပြီး ဖတ်တတ်သည်။ |
| စ | အရာဝတ္ထုများကို နှိုင်းယှဉ်ခြင်း၊ အစီအစဉ်အလိုက် စီခြင်းများ ပြုလုပ်နိုင်သည်။ |
| ဆ | ကိန်းများကို ကူးရေးတတ်သည်။ |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၂)

**ပုံစံများကို ရှာတတ်ပြီး၊ ကိုယ်တိုင်လည်း ပုံစံများကို ပြုလုပ်တတ်သည်။**

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | ပတ်ဝန်းကျင်တွင် တွေ့ရသော ပုံစံအမျိုးမျိုးကို ဖော်ထုတ်နိုင်ပြီး ပုံတူကူးနိုင်သည်။ |
| ခ | အရာဝတ္ထုပစ္စည်းများကို အရောင်၊ ပုံသဏ္ဍာန်အရွယ်အစားပေါ် မူတည်၍ခွဲခြားနိုင်ပြီး တူရာစုစည်းနိုင်သည်။ |
| ဂ | ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အရာဝတ္ထုများ၊ ပစ္စည်းများ၏ ပုံစံများကိုကူးယူပြီး မိမိစိတ်ကူးဖြင့် ဆက်လက်ပုံဖော်တတ်သည်။ |
| ဃ | ရိုးရှင်းလွယ်ကူသော ပုံစံများကို ဝတ္ထုပစ္စည်းများ အသုံးပြု၍သော် လည်းကောင်း၊ ရုပ်ပုံ ရေးဆွဲ၍သော်လည်းကောင်း ကိုယ်ခန္ဓာလှုပ်ရှားမှုဖြင့်သော်လည်းကောင်း ဖော်ပြနိုင်သည်။ |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၃)

ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အရာဝတ္ထုများ၏ တည်နေရာများနှင့် ပုံသဏ္ဍာန်များကို ပြောတတ်သည်။

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | အရာဝတ္ထုများ၏ တည်နေရာများကို သတ်မှတ်ပြောပြနိုင်သည်။ |
| ခ | ပြင်ညီပုံ/ထုပုံများ ပုံသဏ္ဍာန်၊ အမည်များကိုသိပြီး ကိုယ်တိုင် ရေးဆွဲတတ်သည်။ |
| ဂ | ပြင်ညီပုံ/ထုပုံများကို အမျိုးအစား ခွဲခြားခြင်း၊ နှိုင်းယှဉ်ခြင်း ပြုလုပ်နိုင်သည်။ |
| ဃ | ပတ်ဝန်းကျင်တွင် တွေ့ရသောပုံများကို ခေါက်ချိုးညီမှုရှိ/မရှိ ခွဲခြားတတ်သည်။ |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၄)

တိုင်းတာခြင်းဆိုင်ရာ အခြေခံသဘောတရားများကို လက်တွေ့ဘဝတွင် သုံးတတ်လာသည်။

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | လက်တွေ့ဘဝတွင် အချိန်နှင့်ပတ်သက်၍ သုံးလေ့ရှိသော အသုံးအနှုန်းများကို မှန်မှန်ကန်ကန် သုံးနိုင်သည်။ |
| ခ | အချိန်များကို နှိုင်းယှဉ်နိုင်သည်။ |
| ဂ | နေ့စဉ်ဘဝ အဖြစ်အပျက်များကို စနစ်တကျ ပြောတတ်သည်။ |
| ဃ | တစ်ပတ်အတွင်းရှိ နေ့များ၊ တစ်နှစ်အတွင်းရှိ လများကို ပြောနိုင်သည်။ |
| င | အရာဝတ္ထုများ၏ အရှည်၊ အကျယ်၊ အမြင့်တို့ကို စံပြုမထားသော တိုင်းတာမှုပစ္စည်းများဖြင့် ခန့်မှန်းခြင်း၊ နှိုင်းယှဉ်ခြင်း၊ တိုင်းတာခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်နိုင်သည်။ |
| စ | အရာဝတ္ထုများ၏ အလေးချိန်များကို စံသတ်မှတ်မထားသော တိုင်းတာမှုပစ္စည်းများဖြင့် ခန့်မှန်းခြင်း၊ နှိုင်းယှဉ်ခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်နိုင်သည်။ |
| ဆ | အရည်များ၏ထုထည်ကို စံသတ်မှတ်မထားသော တိုင်းတာမှုပစ္စည်းများဖြင့် ခန့်မှန်းခြင်း၊ နှိုင်းယှဉ်ခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်နိုင်သည်။ |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၅)

ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အရာဝတ္ထုများကို စုဆောင်းလေ့လာပြီး အဓိပ္ပာယ်အမျိုးမျိုးရှိအောင် ပြုလုပ်တတ်သည်။

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အရာဝတ္ထုအမျိုးမျိုးကို စုဆောင်းတတ်သည်။ တူရာစုတတ်သည်။ |
| ခ | စုဆောင်းသော ပစ္စည်းများဖြင့် ပုံဖော်တတ်သည်။ |
| ဂ | ပုံဖော်ထားမှုနှင့် ပတ်သက်သော မေးခွန်းများကို ဖြေတတ်သည်။ |

## ၅။ အနုပညာရသခံစားခြင်းနှင့် ဖန်တီးခြင်း

မျှော်မှန်းရလဒ်(၁)

လွတ်လပ်စွာကစားခြင်းနှင့် အတုလုပ်တမ်းကစားခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်နိုင်စွမ်းရှိကြောင်း ပြသသည်။

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | အခြားကလေးများနှင့် အတူတူ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင် ကစားနိုင်သည်။ |
| ခ | စိတ်ကူးဖြင့်ကစားရသည်များကို အချိန်ကြာကြာ ကစားနိုင်သည်။ (မိသားစု ဘဝအကြောင်း၊ လူကြီးများနှင့် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်ခြင်း အကြောင်းများ) |
| ဂ | ပတ်ဝန်းကျင်တွင်ရှိသော ပစ္စည်းများကိုသုံး၍ တည်ဆောက်ကစားခြင်းများကို လွတ်လပ်စွာ စိတ်ကူးပုံဖော် ကစားတတ်သည်။ (ဘူးများ၊ ကြိုးများ၊ တုတ်ချောင်းများ၊ ကျောက်တုံးများ) |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၂)

ပုံဆွဲခြင်း၊ ဆေးခြယ်ခြင်း၊ ပုံဖော်ခြင်းများအပါအဝင် အမြင်အာရုံဆိုင်ရာ အနုလက်မှုလုပ်ငန်းများကို နှစ်သက်ခံစားတတ်ပြီး ဖန်တီးနိုင်စွမ်းရှိကြောင်း ပြသသည်။

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | အဝိုင်းအခြေခံလူပုံများ၊ တိရစ္ဆာန်ပုံများ နှင့်သစ်ပင်ပုံများကို ရေးဆွဲတတ်သည်။ |
| ခ | လက်တွေ့ဘဝတွင် တွေ့မြင်ဖူးသည့် ရုပ်ပုံများ၊ မြင်ကွင်းများကို ရေးဆွဲတတ်သည်။ |
| ဂ | ရွှံ့၊ သဲ၊ ဂျုံ၊ စက္ကူစသည့်ပစ္စည်းများကိုသုံး၍ ရုပ်ပုံများ၊ ပုံသဏ္ဌာန်များကို အသေးစိတ်ပုံဖော်နိုင်သည်။ |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၃)

ဂီတ၊ အကနှင့်သရုပ်ဆောင်မှုတို့ကို နှစ်သက်ခံစားတတ်ပြီး ဖန်တီးနိုင်စွမ်းရှိကြောင်း လုပ်နိုင်စွမ်း ရှိကြောင်း ပြသသည်။

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | သီချင်းများကို ကာရန်နှင့်အညီ ဆိုခြင်း၊ ကခြင်းနှင့် လက်ခုပ်တီးခြင်းတို့ကို လူကြီးများ၊ အခြားကလေးများနှင့်အတူ ပြုလုပ်နိုင်သည်။ |
| ခ | အသံထွက်စေနိုင်သော ပစ္စည်းများကိုသုံး၍ စည်းချက်နှင့်အညီ စုပေါင်း တီးခတ်နိုင်သည်။ |
| ဂ | ပုံပြင်များကို လူကြီးအကူအညီဖြင့် အမူအရာဖြင့် သရုပ်ဆောင်ပြတတ်သည်။ |
| ဃ | အမူအရာဖြင့် လုပ်ဆောင်ပြရန် ပုံပြင်များကို တီထွင်တတ်သည်။ |
| င | ပုံပြင်တွင်ပါသော တိရစ္ဆာန်များ၊ သစ်ပင်များနှင့် အရာဝတ္ထုများ၏လှုပ်ရှားမှုများအတိုင်း လှုပ်ရှားတတ်သည်။ |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၄)

ကြုံတွေ့ရသော အခြေအနေများအတွက် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုး ဖန်တီး ဖြေရှင်းတတ်သော အရည်အချင်းရှိကြောင်း ပြသသည်။

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | ဘာကြောင့်၊ ဘယ်လိုစသည့် မေးခွန်းအမျိုးမျိုးကို မေးတတ်သည်။ |
| ခ | အခက်အခဲများ ကြုံလာပါကဖြေရှင်းနည်းအမျိုးမျိုး(နည်းလမ်းအမျိုးမျိုး)စမ်းသပ်ကြည့်တတ်သည်။ |
| ဂ | အဖြေအမျိုးမျိုးကို ရှာတတ်ပြီး အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းကို ရွေးချယ်ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ |

**၆။ ပတ်ဝန်းကျင်လောကကိုသိရှိနားလည်ခြင်း**

မျှော်မှန်းရလဒ်(၁)

သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို စူးစမ်းလေ့လာနိုင်စွမ်းရှိကြောင်း ပြသသည်။ (ပတ်ဝန်းကျင်၊ တိရစ္ဆာန်များ၊ အပင်များ၊ သက်ရှင်ရပ်တည်မှုများ)

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | တိရစ္ဆာန်များ၊ သစ်ပင်များအကြောင်းသိရှိပြီး လူသားများနှင့် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်ပုံကို ပြောပြနိုင်သည်။ |
| ခ | လူကြီးများ၏ အကူအညီဖြင့် စူးစမ်းလေ့လာခြင်း၊ ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်းများကို ပြုလုပ်နိုင် ကြောင်း ပြသသည်။ |
| ဂ | ပတ်ဝန်းကျင်၊ တိရစ္ဆာန်များနှင့် သစ်ပင်များကို တန်ဖိုးထားကြောင်း ပြသနိုင်သည်။ |
| ဃ | သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို စူးစမ်းလေ့လာပြီး ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာနိုင်ကြောင်း ပြသနိုင်သည်။ |
| င | သိပ္ပံနည်းကျဖြစ်စဉ်များကို စမ်းသပ်လုပ်ကိုင်ခြင်းဖြင့် လည်းကောင်း၊ ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်းဖြင့် လည်းကောင်း သိရှိကြောင်းပြသနိုင်သည်။ |
| စ | သန့်ရှင်းသော သောက်သုံးရေကို ရွေးချယ်အသုံးပြုရန် အရေးကြီးကြောင်းရှင်းပြနိုင်သည်။ |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၂)

ပစ္စည်းများကို ပြုလုပ်ရာတွင် အသုံးပြုထားသော နည်းပညာ၊ အတတ်ပညာများကိုစူးစမ်းလိုကြောင်း ပြသသည်။

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | ကျန်းမာရေးနှင့် အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးအတွက် အတတ်ပညာ၊ နည်းပညာ၏တန်ဖိုးကို သိရှိကြောင်း ပြသည်။ |
| ခ | အရာဝတ္ထုများ၊ ပစ္စည်းများကို အာရုံငါးပါးသုံးပြီး စူးစမ်းလေ့လာနိုင်သည်။ |
| ဂ | ပစ္စည်းကိရိယာများကို သတိရှိစွာ၊ နားလည်စွာ လက်တွေ့ကိုင်တွယ် အသုံးပြုနိုင်သည်။ |

မျှော်မှန်းရလဒ်(၃)

အချိန်နှင့်နေရာကို အခြေခံ၍ မိမိ၏ ပတ်ဝန်းကျင်ဒေသအကြောင်း စူးစမ်းလေ့လာတတ်လာသည်။

| စဉ် | သင်ယူမှုရလဒ်များ |
|---|---|
| က | ပုံပြင်များတွင်ပါဝင်သော ရှေးအခါက လူများနှင့် နေရာဒေသများ၏ ဖြစ်ပျက်ခဲ့သော အကြောင်း အရာများကို ပြောပြနိုင်သည်။ |
| ခ | နေရာဒေသများသည်လူများအပေါ် မည်သို့အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိကြောင်း ပြောပြနိုင်သည်။ |
| ဂ | သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ရပ်များနှင့် ယင်းတို့ကလူများ၏ဘဝကို မည်သို့ သက်ရောက်စေသည်ကို နားလည်ကြောင်း ပြသနိုင်သည်။ (ဆိုင်ကလုန်းမုန်တိုင်း၊ ရေကြီးခြင်း၊ မိုးကြိုးပစ်ခြင်း) |
| ဃ | လူများနေထိုင်သည့် ဒေသများ၏ သွင်ပြင်လက္ခဏာများ (ဥပမာ -ရေမြေတောတောင် သဘာဝများ၊ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုများ)ကိုစိတ်ဝင်စားပြီး စူးစမ်းလိုစိတ်ရှိကြောင်း ပြသနိုင်သည်။ |

# ကျမ်းကိုးစာရင်း (REFERENCES)


**မြန်မာ**

ပြည်ထောင်စု သမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော် (၂၀၁၃) မြန်မာ့ရှေးဦးကလေးသူငယ် ပြုစုပျိုးထောင်ရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးရေး ဆိုင်ရာမူဝါဒ။ နေပြည်တော် - လူမှုဝန်ထမ်း၊ ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် ပြန်လည် နေရာချထားရေး ဝန်ကြီးဌာန

ပြည်ထောင်စု သမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော် (၂၀၁၄) အမျိုးသားပညာရေး ဥပဒေ။

ပြည်ထောင်စု သမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ၊ ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန (၂၀၁၃) ဘက်စုံလွှမ်းခြုံနိုင်သော ပညာရေးကဏ္ဍ လေ့လာသုံးသပ်ရေးလုပ်ငန်း အတွဲ(၁)၊ အစီရင်ခံစာ

ပြည်ထောင်စု သမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ၊ ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန၊ အခြေခံပညာ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၊ သင်ရိုးမာတိကာနှင့် ကျောင်းသုံးစာအုပ် ကော်မတီ (၂၀၁၁) သူငယ်တန်း၊ သင်ချာ

ပြည်ထောင်စု သမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ၊ ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန၊ အခြေခံပညာ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၊ သင်ရိုးမာတိကာနှင့် ကျောင်းသုံးစာအုပ် ကော်မတီ (၂၀၁၃) သူငယ်တန်း၊ သင်ချာ၊ သူငယ်တန်းဝင်စ ကလေးများအတွက် သင်ရိုးညွှန်းတမ်း အထောက်အကူပြု ဆရာလက်စွဲ

ပြည်ထောင်စု သမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ၊ ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန၊ ပညာရေးစီမံကိန်းနှင့် လေ့ကျင့်ရေး ဦးစီးဌာန (၂၀၁၅) သူငယ်တန်း၊ ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာ ဆရာလက်စွဲ

ပြည်ထောင်စု သမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ၊ ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန၊ ပညာရေး စီမံကိန်းနှင့် လေ့ကျင့်ရေး ဦးစီးဌာန (၂၀၁၂) သူငယ်တန်း၊ "အထောက်အကူပြု ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်"၊ ဘာသာစကား ကြွယ်ဝဖွံ့ဖြိုးမှု အစီအစဉ်

ပြည်ထောင်စု သမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ၊ ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန၊ ပညာရေးစီမံကိန်းနှင့် လေ့ကျင့်ရေး ဦးစီးဌာန (၂၀၀၄) ကလေးပျော် ကျောင်းစီမံကိန်း၊ "မူလတန်းအောက်ဆင့် ကလေး များအတွက် ဘာသာစကားဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့် ဘာသာစကားကြွယ်ဝမှုဆိုင်ရာ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ"

စင်ကာပူနိုင်ငံတကာ ဖောင်ဒေးရှင်း (၂၀၁၅) ကလေးများ၏ သင်ယူမှုများနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို ပြုစုပျိုး ထောင်ပေးခြင်း၊ မြန်မာနိုင်ငံရှိ မူကြိုဆရာ၊ ဆရာမများအတွက် အရင်းအမြစ်စာအုပ်။ စင်ကာပူ- စင်ကာပူနိုင်ငံတကာ ဖောင်ဒေးရှင်း

လူမှုဝန်ထမ်း ဦးစီးဌာန (၂၀၀၁) မိဘများနှင့် ကလေးသူငယ်ပြုစုစောင့်ရှောက်သူများအတွက် လက်စွဲ စာစောင်။ ရန်ကုန်-လူမှုဝန်ထမ်းဦးစီးဌာန

သိန်းလွင်(ဒေါက်တာ)(ပညာရေးစိတ်ပညာပါရဂူ)(၂၀၀၆) ပျော်ရွှင်ဖွယ် ကစားနည်းများ ရန်ကုန် -လင်းဦးတာရာ စာပေ

ဝင်းအောင် (ဦး) (၂၀၀၉) ပန်းပျိုးလက်ငါးသွယ်။ ရန်ကုန်-လောကသစ်စာပေ

**အင်္ဂလိပ်**

Alfred, H. (2004) Kindergarten. "Enveironmental awareness." 1A, 2A, 2VB, 1C, 1D, 2D, London: University of London.

Arnold, C & Abrishamian, N. Early childhood care and education - A trainer's manual. Suva, Fiji: The University of the South Pacific

Bloomberg, M.R., Klein, J. & Lam, D (2003). A comprehensive approach to balanced literacy: A Handbook for educators. Kindergarten-Grade 6. New York City:

Briggs, F. & Potter,G. (1999). The early years of school: Teaching and learning. Third edition, Melbourne: Longman

Bureau of Child and Youth Welfare Department of Social Welfare and Development. (1995) Working with young children and families, Philippines.

Copple, C. & Bredekamp, S. (Eds) (2009). Developmentally appropriate practice in early childhood programs: Serving children from birth through age 8. Washington, DC: NAEYC

Curriculum Development Council (2006). Guide to the pre-primary curriculum. Hongkong: The Education Bureau.

Kostelnik, M. J, Sodernman. A.K. &, Whiren, A.P (2007). Developmentally appropriate curriculum. Fourth Edition. United States of America.

MOE, Sigapore (2012). Murturing early learners: A curriculum framework for kindergartens in Singapore. Singapore: Ministry of Education

MOE, Singapore (2013). Nurturing early learners: A curriculum framework for kindergartens in Singapore, Volume 1 Educators' guide: Overview. Singapore: Ministry of Education.

MOE, Singapore (2013). Nurturing Early learners: A curriculum framework for kindergartens in Singapore, Volume 2 Aesthetics and creative expression. Ministry of Education.

MOE, Singapore (2013). Nufturing early learners: A curriculum framework for kindergartens in Singapore, Viloume 3 Discovery of the world in early years. Singapore: Ministry of Education.

MOE, Singapore (2013). Nurturing early learners: A curriculum framework for kindergartens in Singapore, volume 4 Language and literacy. Singapore: Ministry of Education.

MOE, Singapore (2013). Nurturing early learners: A curriculum framework for kindergartens in Singapore, volume 5 Mortor skills development. Singapore: Ministry of

Education
MOE, Singapore (2013). Nurturing early learners: A curriculum framework for kindergartens in Singapore, volume 6 Numeracy. Singapore: Ministry of Education.

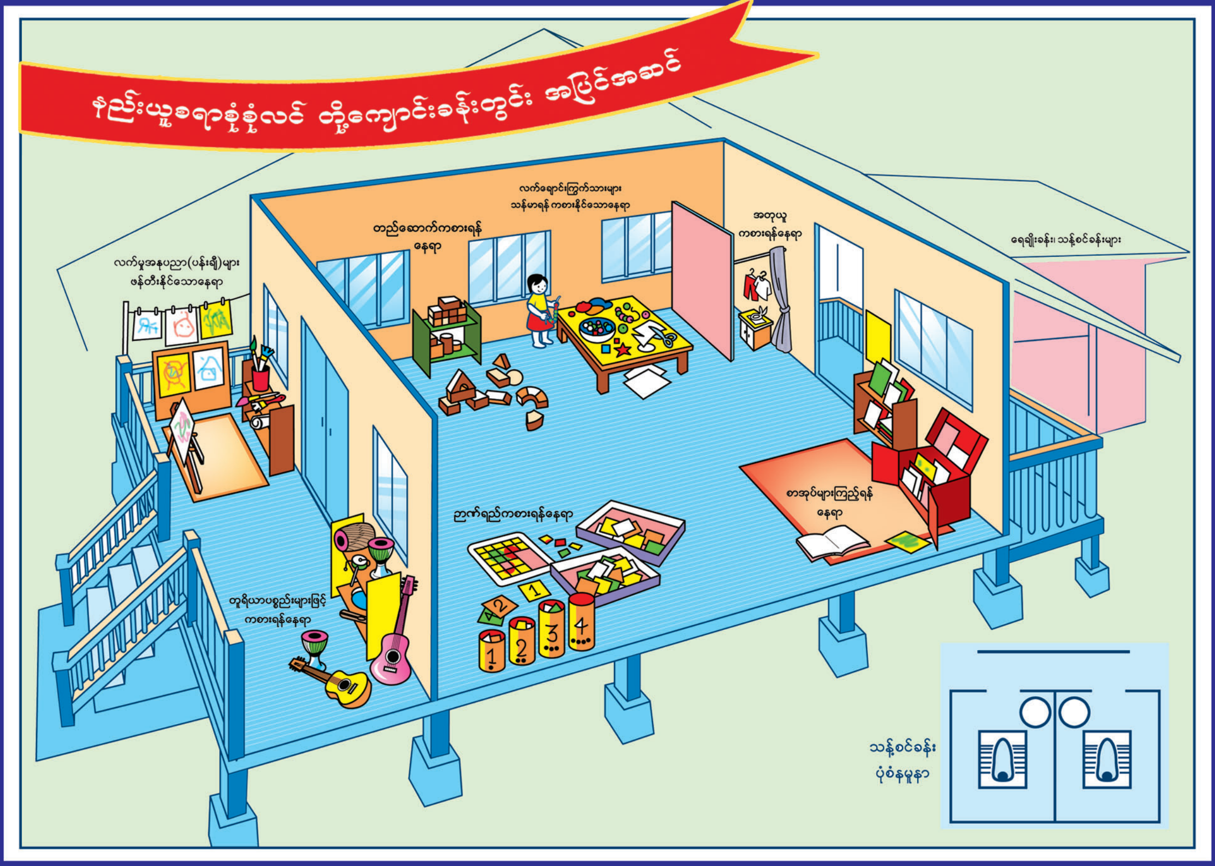
MOE, Singapore (2013). Nurturing early learners: A curriculum framework for kindergartens in Singapore, volume 7 Social and emotional development. Singapore: Ministry of Education.

MOEC, Namibia (1994). Manual for early child care and divelopment. Windhoek, Namibia: Ministry of Education and Culture

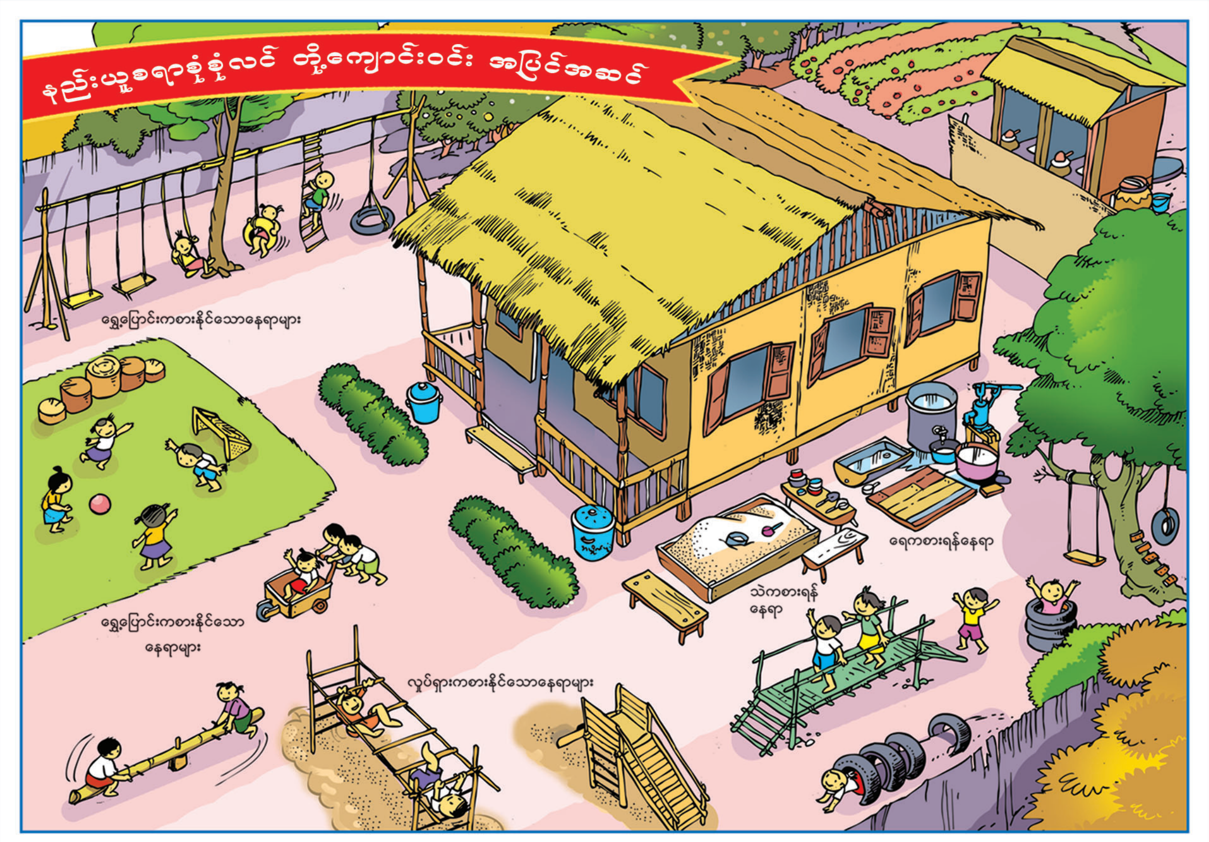
Ontaria Early Reading Strategy (2003). A guide to effective instruction in reading" Kindergarten to Grade-3.

Whitebread, D. & Coltman, P. (Eds.) (2008). Teaching and learning in the early years. Third edition, London: Routledge

Wood. Chip (1997). Children in the classroom ages + -/+: A resource for parents and teachers. New York



နည်းယူစရာစုံစုံလင် တို့ကျောင်းခန်းတွင်း အပြင်အဆင်
လက်မှုအနုပညာ(ပန်းချီ)များ
ဖန်တီးနိုင်သောနေရာ
တည်ဆောက်ကစားရန်
နေရာ
လက်ချောင်းကြွက်သားများ
သန်မာရန် ကစားနိုင်သောနေရာ
အတုယူ
ကစားရန်နေရာ
ရေချိုးခန်း၊ သန့်စင်ခန်းများ
ဉာဏ်ရည်ကစားရန်နေရာ
စာအုပ်များကြည့်ရန်
နေရာ
တူရိယာပစ္စည်းများဖြင့်
ကစားရန်နေရာ
သန့်စင်ခန်း
ပုံစံနမူနာ

နည်းယူစရာစုံစုံလင် တို့ကျောင်းဝင်း အပြင်အဆင်
ရွေ့ပြောင်းကစားနိုင်သောနေရာများ
ရေကစားရန်နေရာ
သဲကစားရန်
နေရာ
ရွေ့ပြောင်းကစားနိုင်သော
နေရာများ
လှုပ်ရှားကစားနိုင်သောနေရာများ