ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ
ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန

အနုပညာ(ဂီတ)
ဒုတိယတန်း

၂၀၁၈–၂၀၁၉

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ
ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန

အနုပညာ(ဂီတ)
ဒုတိယတန်း

၂၀၁၈–၂၀၁၉

CREATE

မြန်မာနိုင်ငံပညာရေးဝန်ကြီးဌာန၏ အခြေခံပညာမူလတန်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်းအသစ်များ ရေးဆွဲပြုစုအကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်မှုလုပ်ငန်းတွင် ဂျပန်နိုင်ငံတကာ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရေးအေဂျင်စီ (JICA) က နည်းပညာပံ့ပိုးကူညီမှုပေးပါသည်။

မာတိကာ

အခန်း	သင်ခန်းစာ	စာမျက်နှာ
	အဆိုပညာ	
၁။	ပန်းသည်	၁
၂။	မင်္ဂလာပါ	၈
	အကပညာ	
၃။	အခြေခံကဗျာလွတ်မိတ်ဆက် လက်သင်တန်း(၅)ကွက် အပိုင်း(၁)	၁၃
၄။	အခြေခံကဗျာလွတ်မိတ်ဆက် လက်သင်တန်း(၅)ကွက် အပိုင်း(၂)	၁၈
	အတီးပညာ	
၅။	အသံအနိမ့်အမြင့်ခွဲခြားခြင်း	၂၅
၆။	ညီညီလေးရဲ့လ	၃၂
၇။	ဆက်လက်လေ့ကျင့်ရန်	၃၇

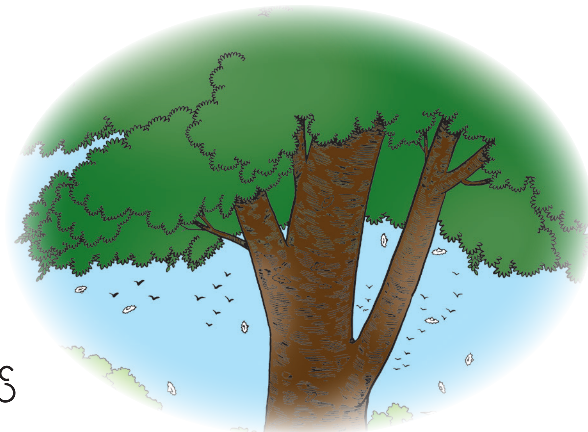
အခန်း(၁) ပန်းသည်

တေးကဗျာကို ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ဆိုကြမယ်

ပန်းသည်

မင်းသုဝဏ်

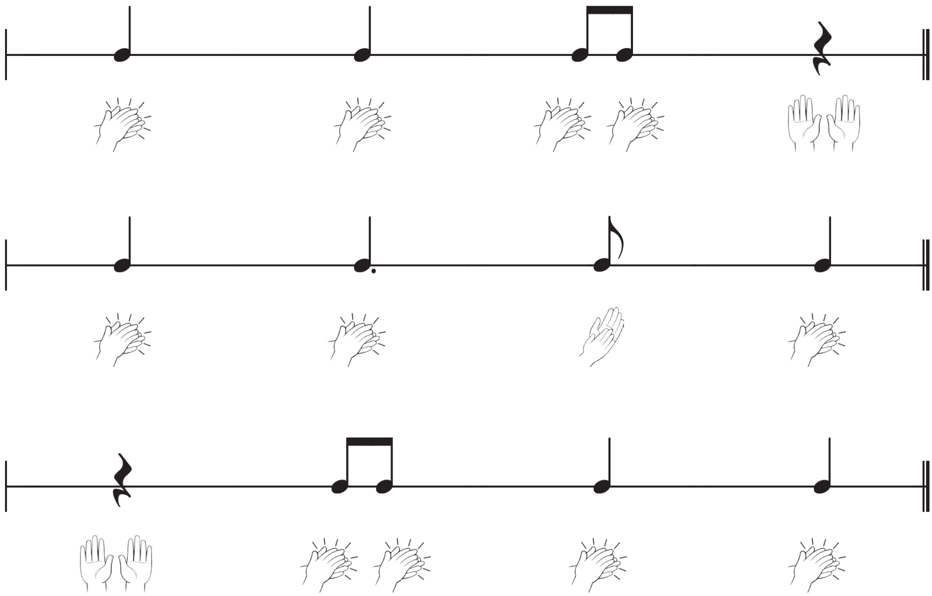
မောင်လေးရေ ထပါတော့
ရောင်နီ လာလှပေါ့။
တစ်ကျော့ နှစ်ကျော့ တေးကိုသီ
ငှက်ကျား နှုတ်ပလီ။



တောင်ဆီနားက ခရေပန်း
ပင်အောက် ကြိုင်လို့လန်း။
ဗန်းကလေးယူခဲ့ မောင်လေးရယ်
သွားကောက် ချေစို့ကွယ်။

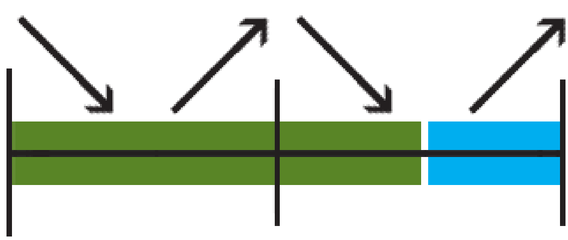
ပန်းသည်လုပ်စို့ တပြုံးပြုံး
ပန်းတွေ တကုံးကုံး။

ရိုက်ချက်များကို လေ့ကျင့်မယ်



Dotted Crotchet

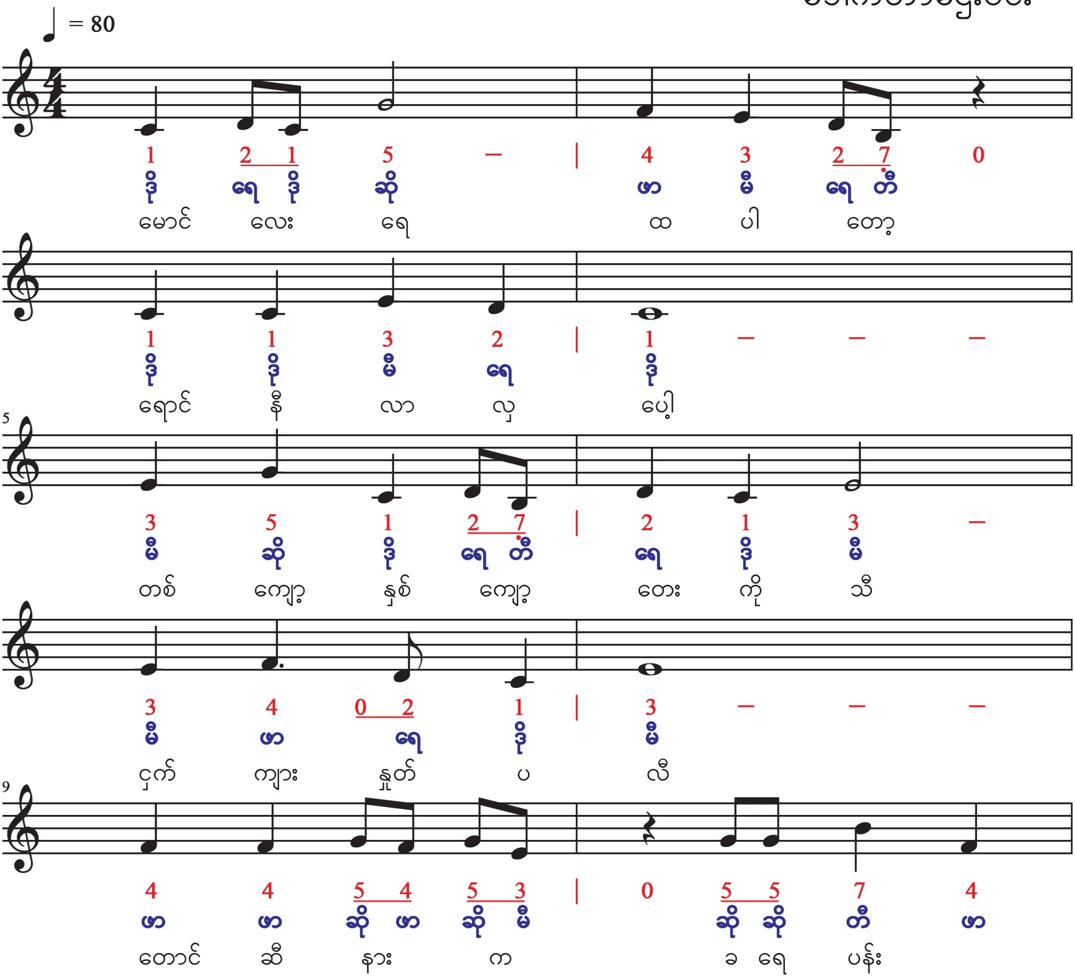
Quaver

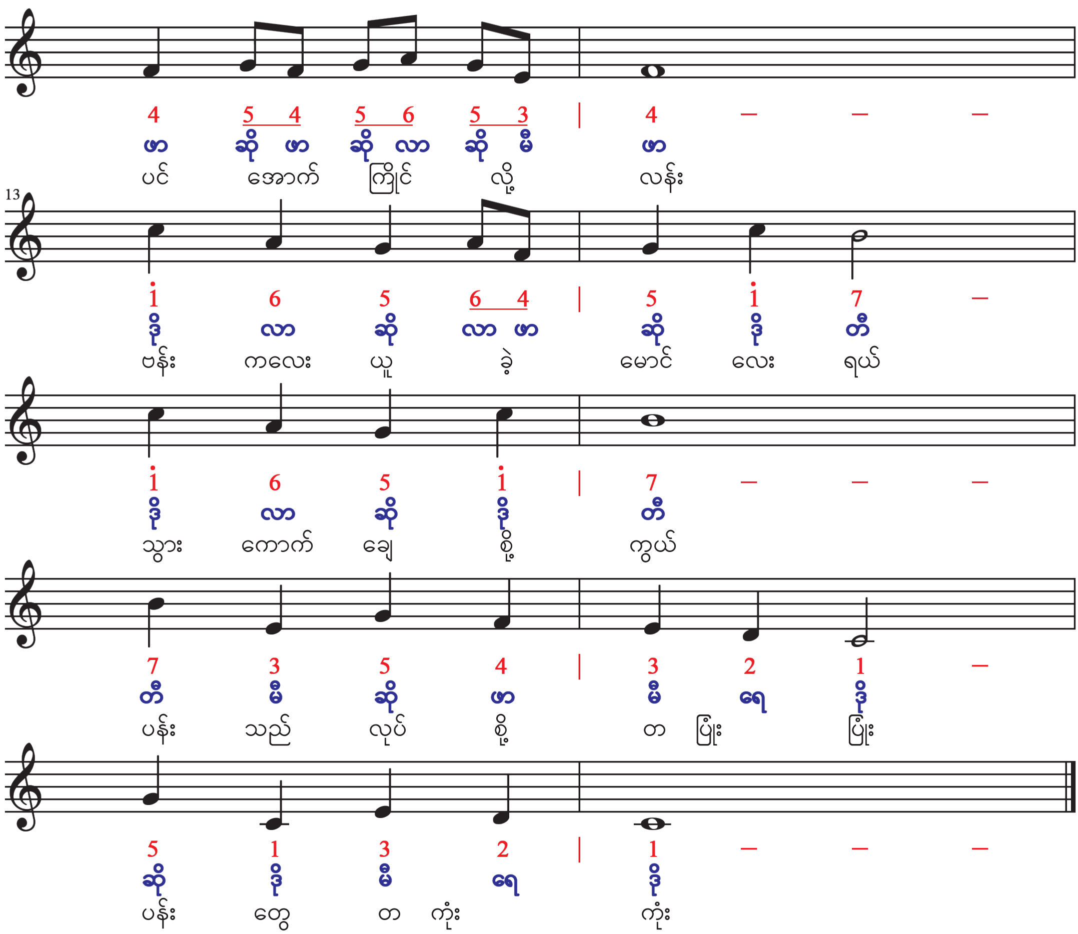


ဒို ရေ မီ ရယ် တေးစာသားရယ် ဆိုကြမယ်

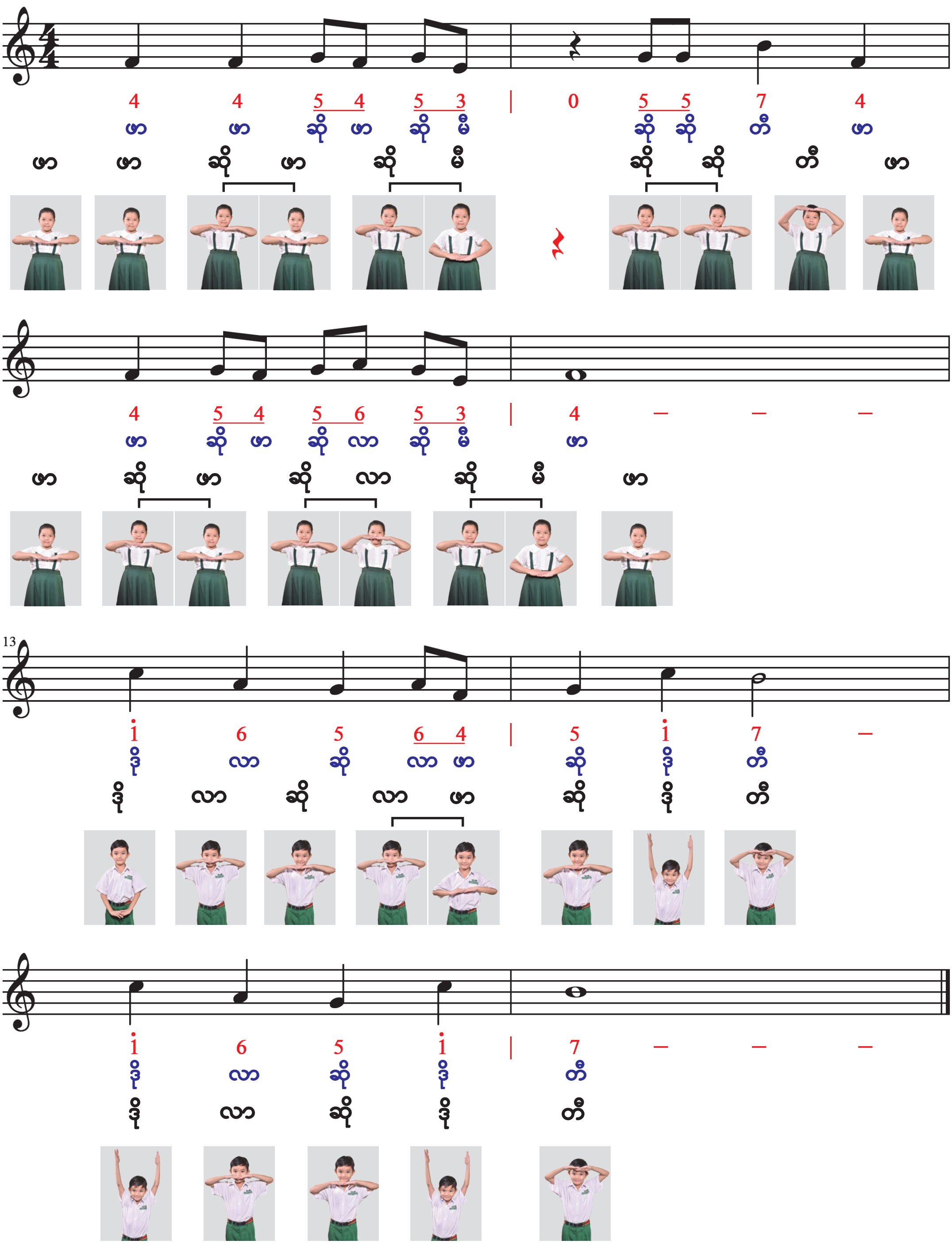
ပန်းသည်

တေးကဗျာ - မင်းသုဝဏ်
တေးသံစဉ် - ဂီတလုလင်မောင်ကိုကို
ဒေါက်တာဌေးဝင်း




4 5 4 5 6 5 3 | 4 – – –
ဖာ ဆို ဖာ ဆို လာ ဆို မီ ဖာ
ပင် အောက် ကြိုင် လို့ လန်း
13
1 6 5 6 4 | 5 1 7 –
ဒို လာ ဆို လာ ဖာ ဆို ဒို တီ
ဇန်း ကလေး ယူ ခဲ့ မောင် လေး ရယ်
1 6 5 1 | 7 – – –
ဒို လာ ဆို ဒို တီ
သွား ကောက် ချေ စို့ ကွယ်
7 3 5 4 | 3 2 1 –
တီ မီ ဆို ဖာ မီ ရေ ဒို
ပန်း သည် လုပ် စို့ တ ပြိုး ပြိုး
5 1 3 2 | 1 – – –
ဆို ဒို မီ ရေ ဒို
ပန်း တွေ တ ကုံး ကုံး

လက်ဟန်လေးနဲ့ သရုပ်ဖော်မယ်



အဖွဲ့လိုက်ခံစားချက်ဖြင့် သရုပ်ဖော်မယ်

အခန်း(၂) မင်္ဂလာပါ

မင်္ဂလာပါ

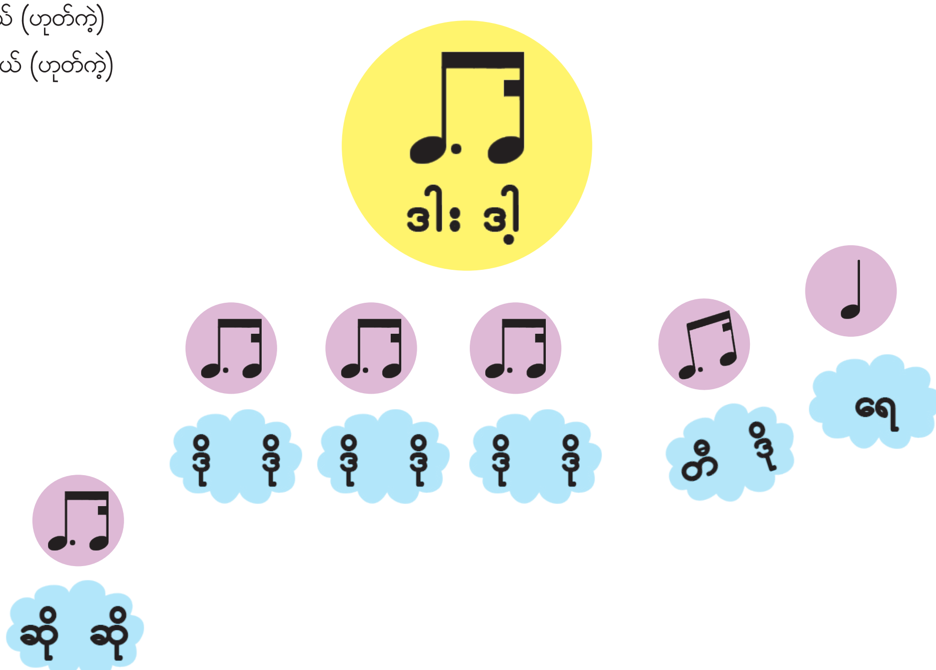
တေးသွား-အမေရိကန်
စာသား - ဦးကျော်မြင့်
(ပညာရေးကောလိပ်)

သာယာလှပ နေ့သစ်ရဲ့အစ
ကြည်လင်လာ (မင်္ဂလာပါ)
စာသင်ကြဖို့ ကျောင်းသို့သွားစို့
ပြင်ဆင်ကာ (မြန်မြန်လာ)
ပျော်စရာကောင်းတဲ့ ကျောင်းကြီးသွားလို့
စာကိုကြိုးစား ကျက်မှတ်မယ်
ဆရာတို့ရဲ့ ဆုံးမစကားဆို
နားဝင်ချိုတယ် (ဟုတ်ကဲ့)

သာယာလှပ နေ့သစ်ရဲ့အစ
ကြည်လင်လာ (မင်္ဂလာပါ)
စာသင်ကြဖို့ ကျောင်းသို့သွားစို့
ပြင်ဆင်ကာ (မြန်မြန်လာ)
နိုင်ငံသားကောင်းဖြစ်ကြဖို့အတွက်
ထာဝစဉ်အမြဲ ကြိုးစားမယ်
အစဉ်လာကောင်းတဲ့
တို့ရဲ့ ကျောင်းဂုဏ်ဆောင်ပါမယ်
(ဟုတ်ကဲ့)

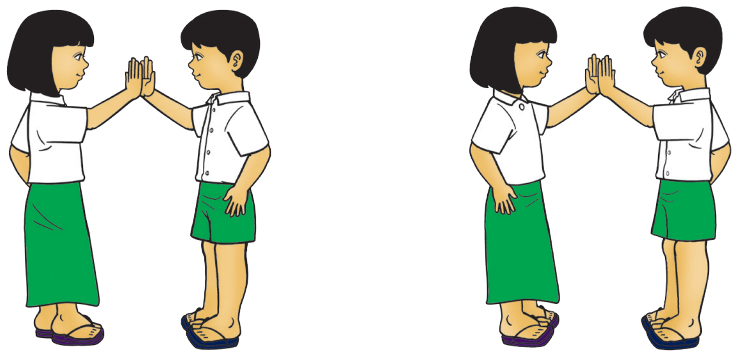
တယ် (ဟုတ်ကဲ့)

ပါမယ် (ဟုတ်ကဲ့)

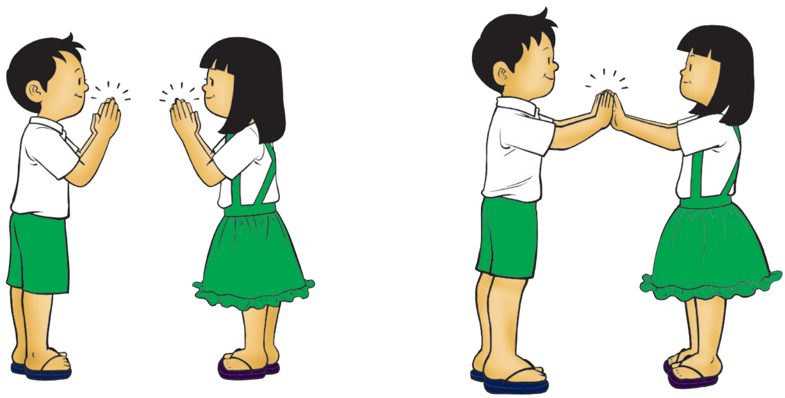


တေးကဗျာအဆုံးသတ်က ရပ်နားသင်္ကေတမှာ လှုပ်ရှားမှုတွေထည့်ကြမယ်

နှစ်ယောက်တွဲလှုပ်ရှားမှု (နမူနာ-၁)



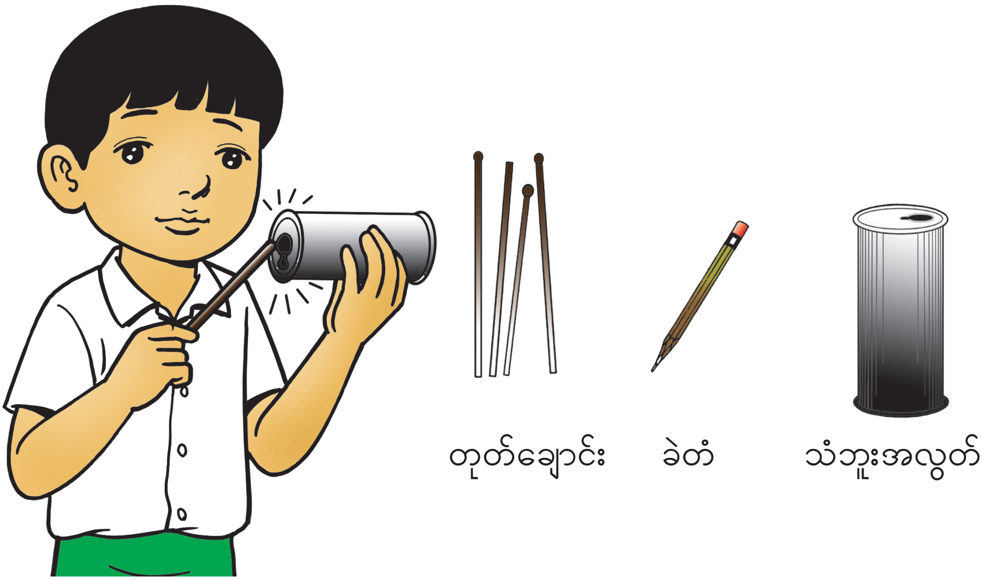
နှစ်ယောက်တွဲလှုပ်ရှားမှု (နမူနာ-၂)



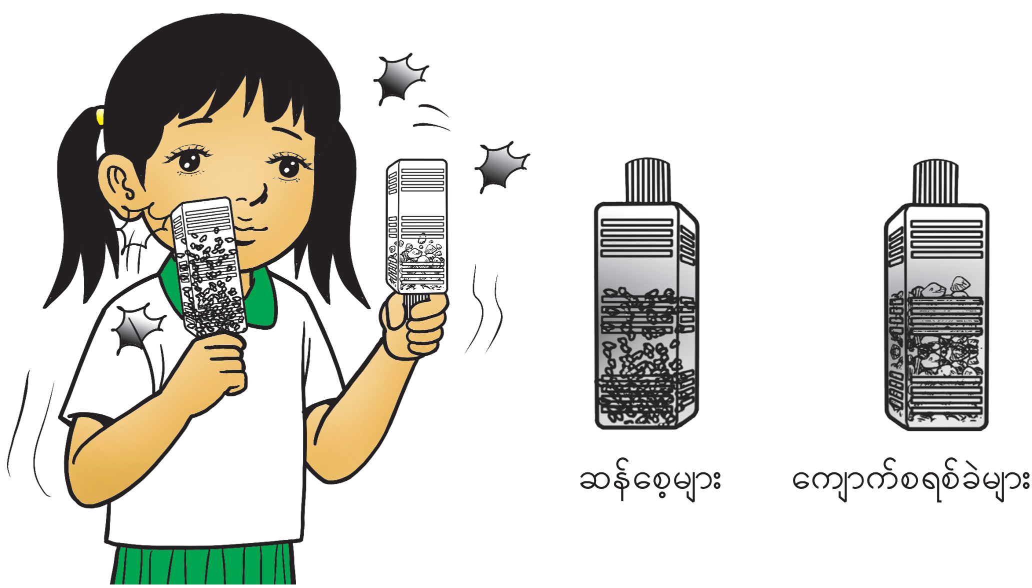
ခြေဆောင့်လို့လဲ ရတယ်နော်၊ ခန္ဓာကိုယ်ကိုလဲ ပုတ်လို့ရတယ်နော်။

နှစ်သက်သောအသံကိုရှာပြီး တီးကြစို့

တုတ်ချောင်း၊ ခဲတံနှင့် သံဘူးအလွတ်ကို ရိုက်၍တီးခတ်ခြင်း။



ရေသန့်ဘူးကို လှုပ်၍တီးခတ်ခြင်း။



သံပြိုင်ဆိုရမဲ့ နေရာမှာ
သရုပ်ဖော်ရအောင်
1,2,3 ရေတွက်ပြီးမှ
ဆိုရအောင်
သီချင်းဆိုရင်း
သူငယ်ချင်းတွေနဲ့
လက်ဖဝါးရိုက်ပြီး
ကစားကြမယ်
1
2
3

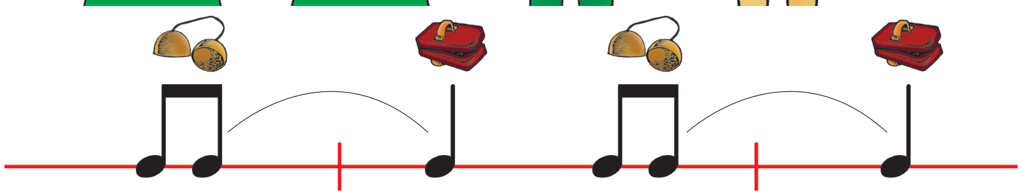
သီချင်းဆိုရင်း သရုပ်ဖော်
လှုပ်ရှားကြစို့

အခန်း(၃)

အခြေခံကဗျာလွတ်မိတ်ဆက် လက်သင်တန်း(၅)ကွက် အပိုင်း(၁)

ခြေနဲ့ခါးနဲ့ ကကြစို့

ခေါင်းစောင်းအက ကကြစို့



လက်မှောက်လှန်အက ကကြမယ်

အသင့်အနေအထား
နေကြမယ်

စည်း

ဝါး

လက်လှန်တဲ့ဘက်ကို
ခေါင်းလေးစောင်း
ကရမယ်နော်

ဝါး

လက်ဆစ်ချိုးအက ကကြမယ်

အသင့်အနေအထား
နေကြမယ်

စည်း

လက်ဖျားထောင်တဲ့
ဘက်ကို မေးထိုး
ကရမယ်နော်

ဝါး

ဝါး

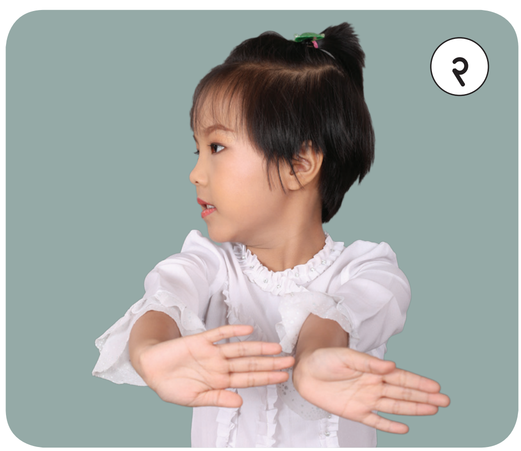
လက်ဘေးယိမ်းအက ကကြမယ်

အသင့်အနေအထား
နေကြမယ်

စည်း

လက်ကို ညာဘက်
ယိမ်းကပြီး ခေါင်းကို
ဘယ်ဘက်လှည့်ရမယ်နော်

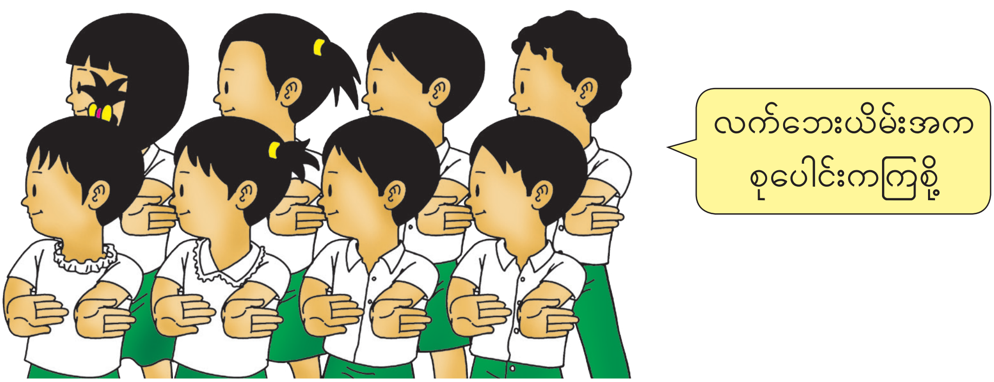
ဝါး



လက်ကို ဘယ်ဘက်
ယိမ်းကပြီး ခေါင်းကို
ညာဘက်လှည့်ရမယ်နော်

ဝါး

လက်အကတွေကို စုပေါင်းကကြစို့



အခန်း(၄)
အခြေခံကဗျာလွတ်မိတ်ဆက် လက်သင်တန်း(၅)ကွက် အပိုင်း(၂)

လက်စုံပိုက်ချိုးအက အပြင်ချိုးအက ကကြစို့

လက်ကို အပြင်ချိုးပြီး
ကရမယ်

စည်း

လက်ကိုအပြင်လှန်ပြီး ချိုးချပြီးချိန်မှာ
ခေါင်းကို ဘယ်စောင်းပြီး
ညာကိုမေးထိုး ကရမယ်နော်

ဝါး

လက်စုံပိုက်ချိုးအက အတွင်းချိုးအက ကကြစို့

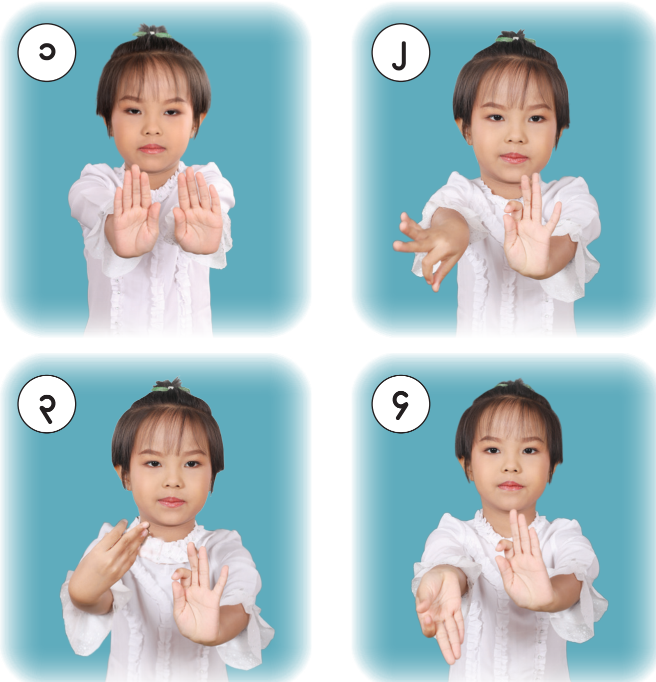
လက်ကို
အတွင်းချိုးပြီး
ကရမယ်နော်

စည်း

ဝါး

လက်အသင့်အနေအထားပြန်ရောက်ချိန်မှာ
ခေါင်းကို ညာစောင်းပြီး
ဘယ်ကို မေးထိုးကရမယ်နော်

လက်တစ်ဖက်စီဝိုက်ချိုးအက လက်အကကို ကကြမယ်



လက်အကကို
အရင် ကမယ်။
ခေါင်းလှုပ်ရှားမှု
မပါသေးဘူး။

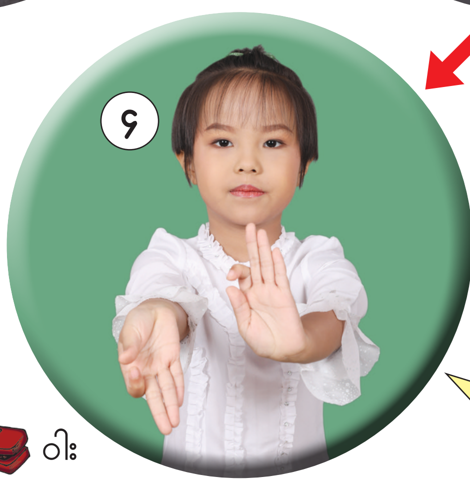
လက်အပြင်သို့ချိုးကခြင်း
(ညာလက်)

လက်အတွင်းသို့ချိုးကခြင်း
(ညာလက်)

လက်တစ်ဖက်စီဝိုက်ချိုး အပြင်ချိုးအကကို ကကြမယ်

စည်း

လက်ချိုးကချိန်မှာ
ခေါင်းငုံ့ရမယ်နော်



ဝါး

လက်ချိုးချပြီးချိန်မှာ
ခေါင်းကို ရှေ့တည့်တည့်
ကြည့်ရမယ်နော်

လက်တစ်ဖက်စီဝိုက်ချိုး အတွင်းချိုးအကကို ကကြမယ်

လက်အတွင်းကို
ချိုးပြီးကရမယ်နော်

စည်း

လက်ချိုးကတာနဲ့ တစ်ပြိုင်တည်း
ခေါင်းငုံ့ကရမယ်နော်

အသင့်အနေအထားကို
ပြန်ရောက်မယ်နော်

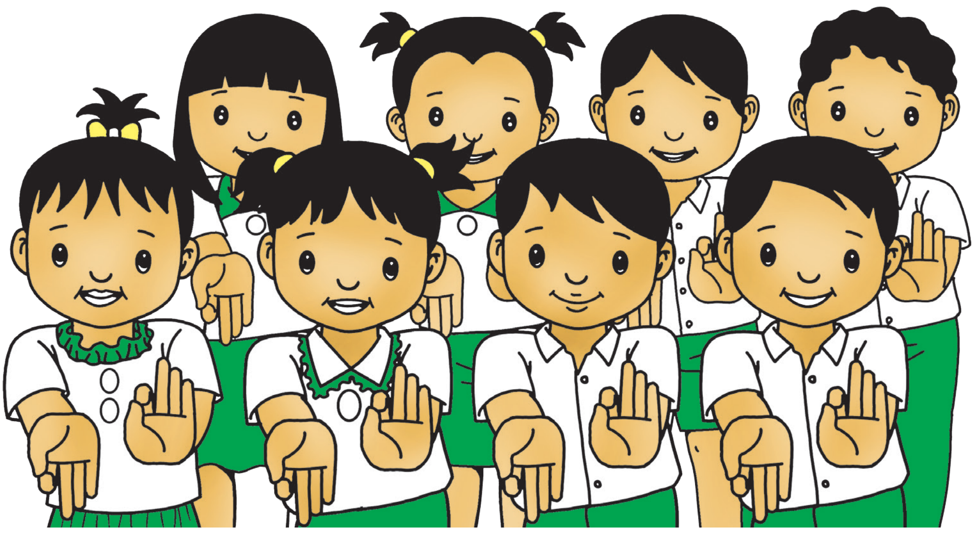
ဝါး

လက်စုံဝိုက်ချိုးအကကို ကကြမယ်

လက်တစ်ဖက်စီဝိုက်ချိုးအကကို ကကြမယ်

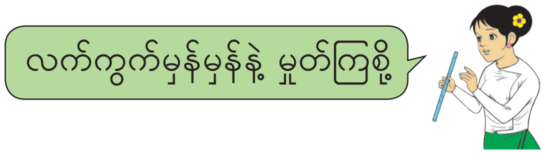
လက်စုံဝိုက်ချိုးအကကို စုပေါင်းကကြစို့

လက်တစ်ဖက်စီဝိုက်ချိုးအကကို စုပေါင်းကကြစို့

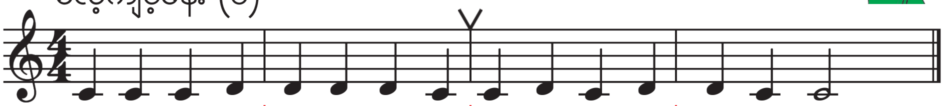


အခန်း(၅) အသံအနိမ့်အမြင့်ခွဲခြားခြင်း

ဒို ရေ မီ ဖာ ဆို လာ တီ ဒို ကို ပြန်လည်မှတ်ကြည့်ကြစို့

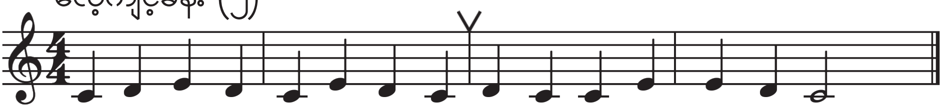


လေ့ကျင့်ခန်း (၁)



1 1 1 2 | 2 2 2 1 | 1 2 1 2 | 2 1 1 —
ဒို ဒို ဒို ရေ ရေ ရေ ရေ ဒို ဒို ရေ ဒို ရေ ရေ ဒို ဒို

လေ့ကျင့်ခန်း (၂)

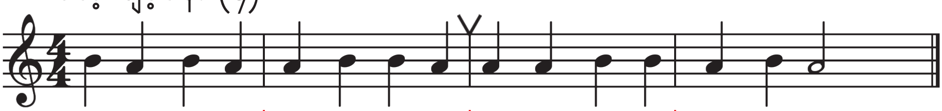


1 2 3 2 | 1 3 2 1 | 2 1 1 3 | 3 2 1 —
ဒို ရေ မီ ရေ ဒို မီ ရေ ဒို ရေ ဒို ဒို မီ မီ ရေ ဒို

လေ့ကျင့်ခန်း (၃)

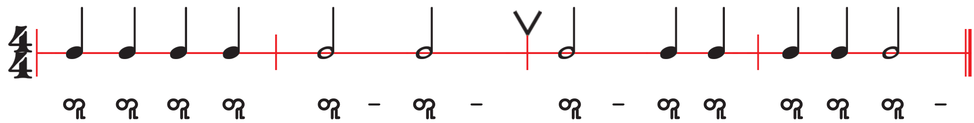
5 5 5 4 | 4 4 5 5 | 4 5 4 5 | 5 4 5 —
ဆို ဆို ဆို ဖာ ဖာ ဖာ ဆို ဆို ဖာ ဆို ဖာ ဆို ဆို ဖာ ဆို

လေ့ကျင့်ခန်း (၄)



7 6 7 6 | 6 7 7 6 | 6 6 7 7 | 6 7 6 —
တီ လာ တီ လာ လာ တီ တီ လာ လာ လာ တီ တီ လာ တီ လာ

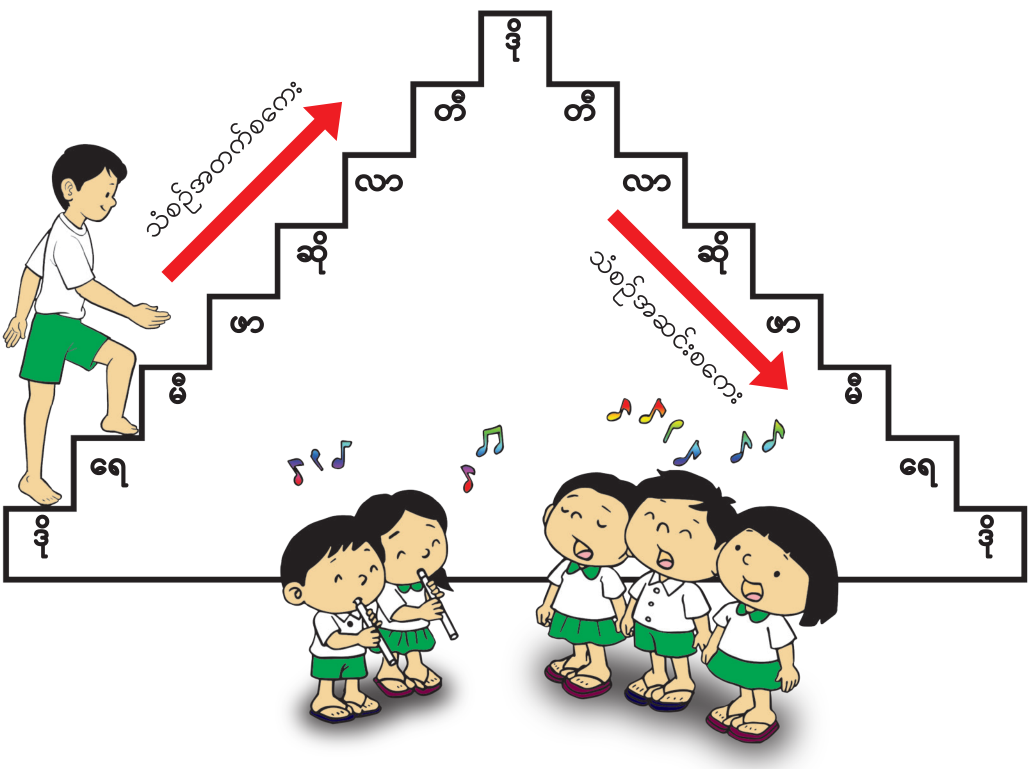
လျှာအနေအထားမှန်မှန်နဲ့ မှတ်ကြစို့



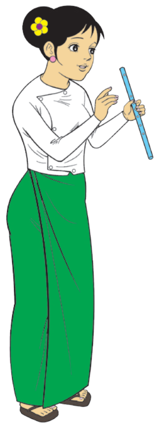
♩ ရိုက်ချက်(၁)ချက်ရှိသောအသံ one beat note (crotchet)

𝅗𝅥 ရိုက်ချက်(၂)ချက်ရှိသောအသံ two beat note (minim)

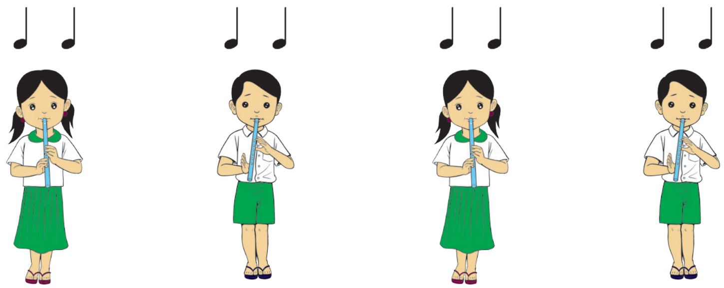
အသံအနိမ့်အမြင့်ကို အားလုံးအတူတူမှတ်ကြရအောင်



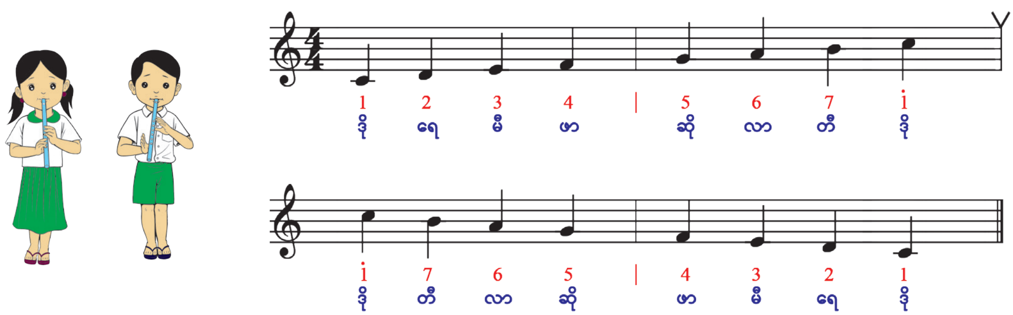
လေးချက်စည်းနဲ့ crotchet သင်္ကေတများကို မှုတ်ကြစို့



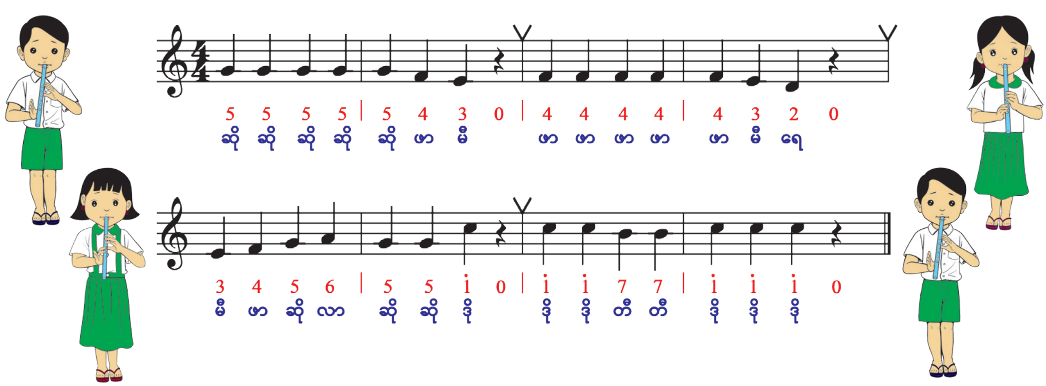
လျှာသုံး၍ စည်းချက်မှန်မှန် မှုတ်ကြစို့



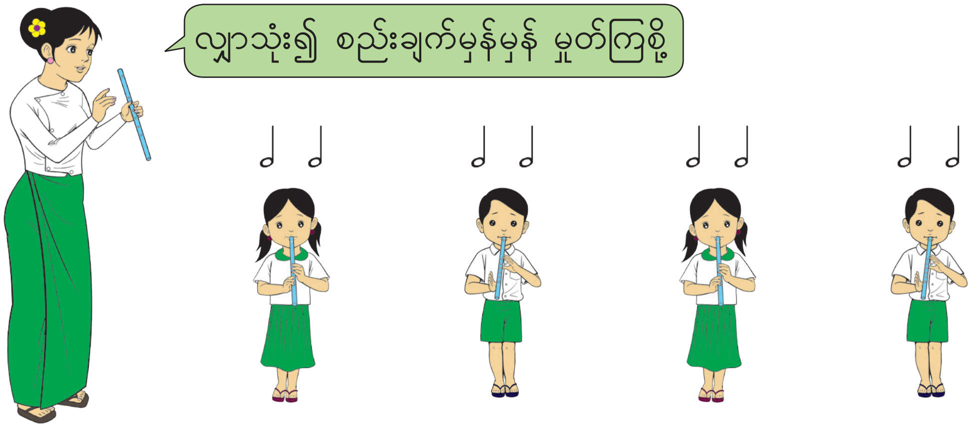
နှစ်ယောက်တစ်တွဲတွဲပြီး အပြန်အလှန်မှုတ်ကြမယ်



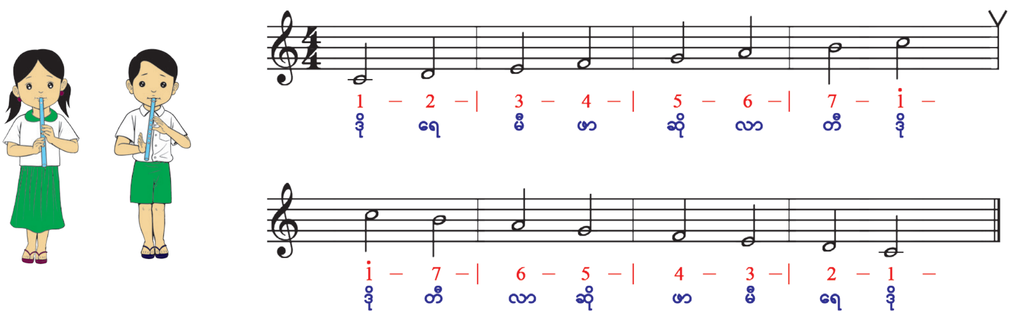
အဖွဲ့အလိုက် လေ့ကျင့်ခန်း(၁)ကို မှုတ်ကြစို့



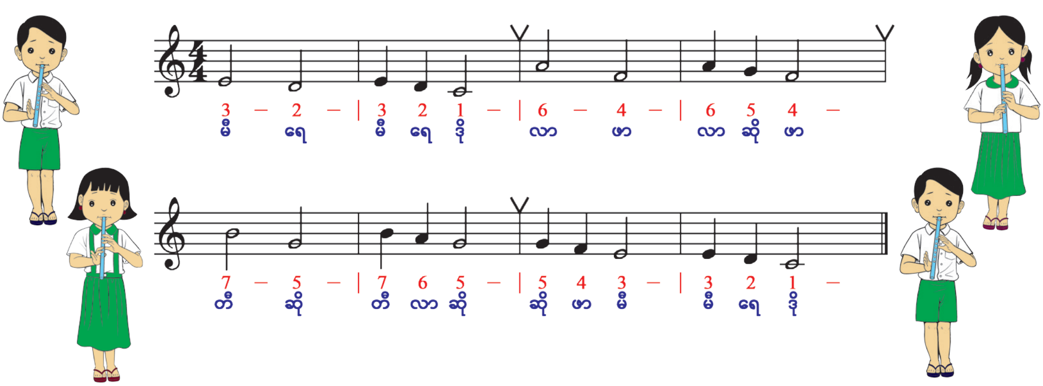
လေးချက်စည်းနဲ့ minim သင်္ကေတများကို မှုတ်ကြစို့



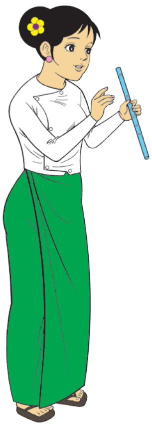
နှစ်ယောက်တစ်တွဲတွဲပြီး အပြန်အလှန်မှုတ်ကြမယ်



အဖွဲ့အလိုက် လေ့ကျင့်ခန်း(၂)ကို မှုတ်ကြစို့

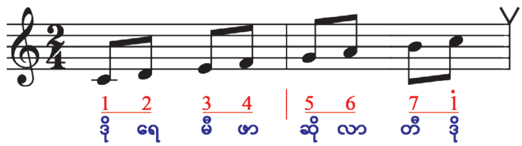


နှစ်ချက်စည်းနဲ့ quaver သင်္ကေတများကို မှုတ်ကြစို့

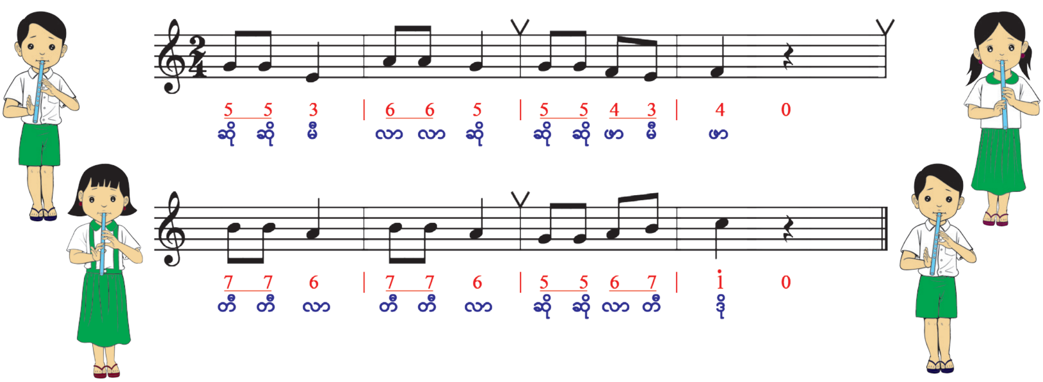


လျှာသုံး၍ စည်းချက်မှန်မှန် မှုတ်ကြစို့

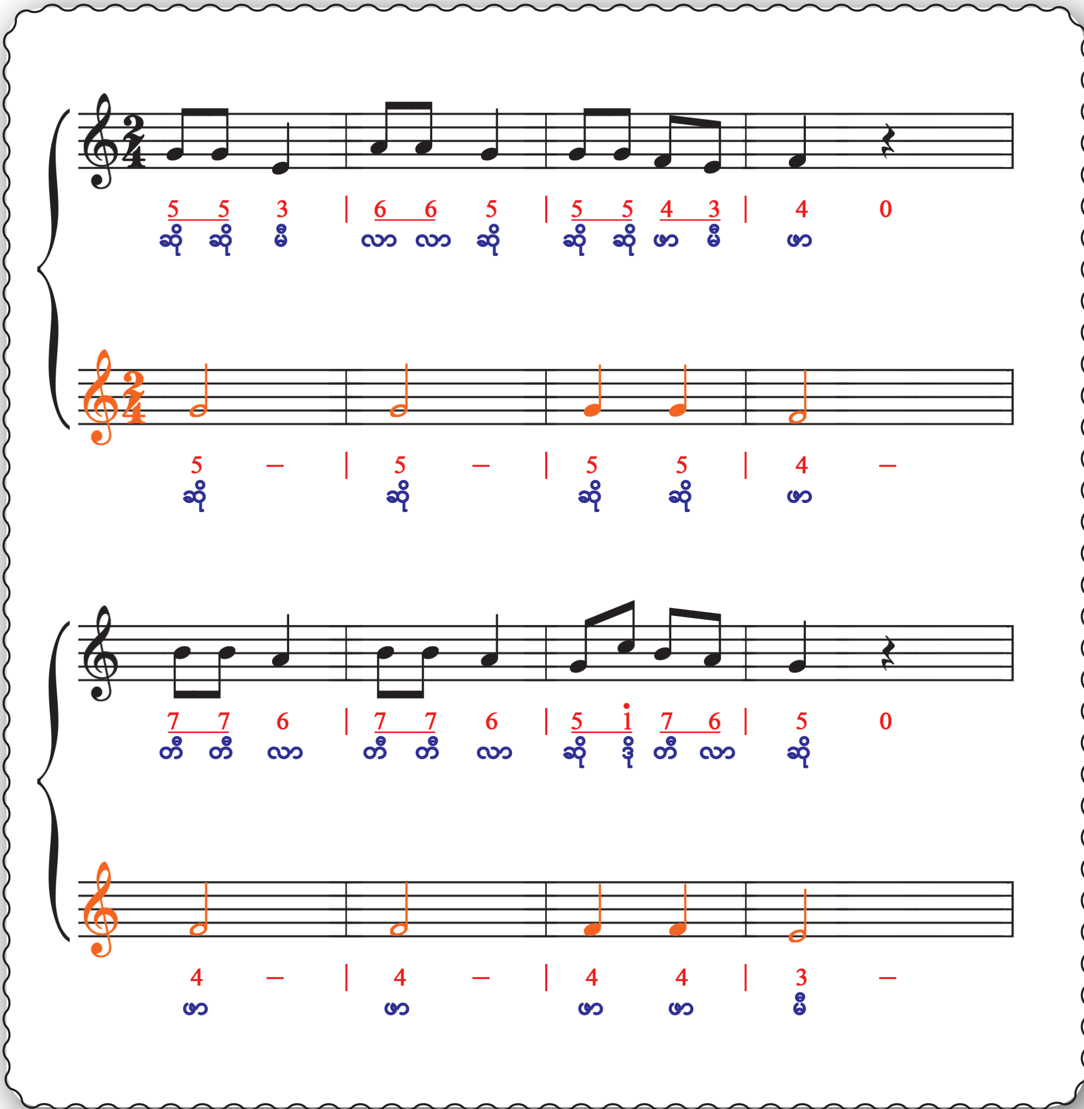
နှစ်ယောက်တစ်တွဲတွဲပြီး အပြန်အလှန်မှုတ်ကြမယ်



အဖွဲ့အလိုက် လေ့ကျင့်ခန်း(၃)ကို မှုတ်ကြစို့



မိတ်ဖက်တေးသံစဉ်နှစ်ခုကို တစ်ထပ်တည်းကျအောင်မှုတ်ကြစို့



① ပထမသံစဉ် ② ဒုတိယသံစဉ် ①+② တစ်ထပ်တည်းမှုတ်မယ်

အခန်း(၆) ညီညီလေးရဲ့လ

ညီညီလေးရဲ့လ

တေးကဗျာ - ပျဉ်းမနားမောင်နီသင်း
သံစဉ် - စန္ဒရားချစ်ငွေ

မိုးပေါ်က ဝါတာတာ

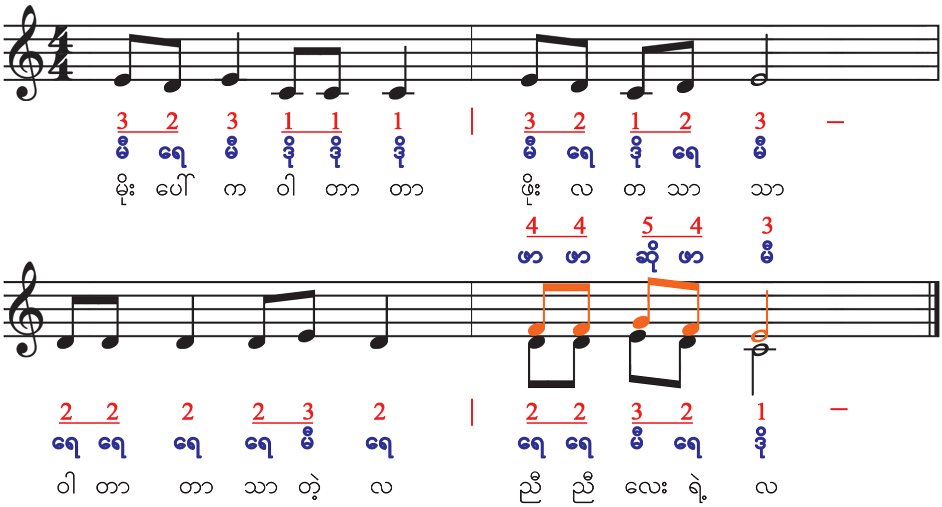
ဖိုးလ တသာသာ၊

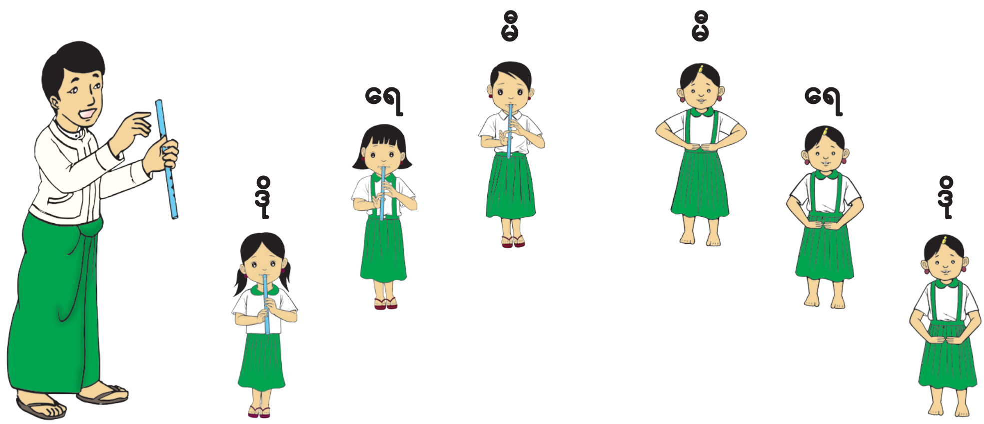
ဝါတာတာ သာတဲ့လ

ညီညီလေးရဲ့လ။

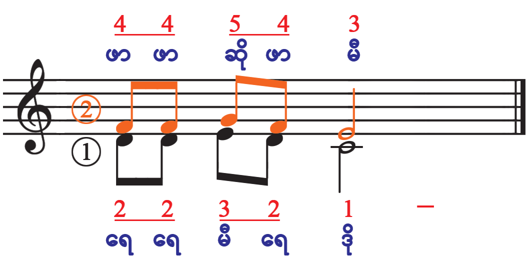
3 2 3 1 1 1 | 3 2 1 2 3 –
မိ ရေ မိ ဒို ဒို ဒို | မိ ရေ ဒို ရေ မိ
မိုး ပေါ် က ဝါ တာ တာ ဖိုး လ တ သာ သာ
2 2 2 2 3 2 | 2 2 3 2 1 –
ရေ ရေ ရေ ရေ မိ ရေ | ရေ ရေ မိ ရေ ဒို
ဝါ တာ တာ သာ တဲ့ လ ညီ ညီ လေး ရဲ့ လ

ညီညီလေးရဲ့လ တေးကဗျာကို လက်ကွက်မှန်မှန် မှုတ်ကြစို့





နှစ်ယောက်တစ်တွဲတွဲပြီး ပထမသံစဉ်နှင့် ဒုတိယသံစဉ်ကို တစ်ထပ်တည်းမှုတ်ကြရအောင်



① ပထမသံစဉ်

② ဒုတိယသံစဉ်

①+② တစ်ထပ်တည်းမှုတ်မယ်

ညီညီလေးရဲ့လ တေးကဗျာကို မှုတ်ကြစို့

အသံအနိမ့်အမြင့် မှန်မှန်နဲ့
မှုတ်နေတယ်နော်

စည်းချက်အနှေးအမြန်ကို
သတိထားပြီး မှုတ်ကြမယ်နော်

အားလုံးညီညီညာညာ မှုတ်ကြစို့

ညီညီလေးရဲ့လ တေးကဗျာကို အဖွဲ့လိုက်ညီညီညာညာသရုပ်ဖော်ကြစို့

ဆက်လက်လေ့ကျင့်ရန်

စမ်းချောင်းလေး

Key-C

တေးသွား-ပြင်သစ်

5 6 5 1̇ | 5 6 5 0 | 6 6 5 6 | 5 4 3 2 3 1
ဆို လာ ဆို ဒို ဆို လာ ဆို လာ လာ ဆို လာ ဆို ဖာ မီ ရေ မီ ဒို
တောင် တော သာ ယာ သဘာ ဝ ပါ စီး ရစ် ခွေ လို့ စမ်းချောင်းလေး ရဲ့ အား မာန်

5 6 5 1̇ | 5 6 5 0 | 6 6 5 6 | 5 4 3 2 1 0
ဆို လာ ဆို ဒို ဆို လာ ဆို လာ လာ ဆို လာ ဆို ဖာ မီ ရေ ဒို
ငြိမ့် အေး သာ ယာ သူ စီး လာ အပန်းလည်းပြေ ဖို့ စမ်းချောင်းလေးတေး သံ

သားသားမီးမီး

Key-C

တေးသွား-ပြင်သစ်

1 1 5 5 | 6 6 5 – | 4 4 3 3 | 2 2 1 –
ဒို ဒို ဆို ဆို လာ လာ ဆို ဖာ ဖာ မီ မီ ရေ ရေ ဒို
ညီ ညီ ညာ ညာ သွား ကြ မယ် သား သား မီး မီး ကျောင်း သို့ ကွယ်

5 5 4 4 | 3 3 2 – | 5 5 4 4 | 3 3 2 –
ဆို ဆို ဖာ ဖာ မီ မီ ရေ ဆို ဆို ဖာ ဖာ မီ မီ ရေ
သန့်သန့် ရှင်း ရှင်း ဝတ် လို့ ရယ် ကျောင်းရောက်ရင် ကွယ် အမှိုက်ကောက်မယ်

1 1 5 5 | 6 6 5 – | 4 4 3 3 | 2 2 1 –
ဒို ဒို ဆို ဆို လာ လာ ဆို ဖာ ဖာ မီ မီ ရေ ရေ ဒို
ညီ ညီ ညာ ညာ သွား ကြ မယ် သား သား မီး မီး ကျောင်း သို့ ကွယ်

ညီညီလေးရဲ့လ

Key-F

တေးသွား-စန္ဒရားချစ်ငွေ

3 2 3 1 1 1 | 3 2 1 2 3 – | 2 2 2 2 3 2 | 2 2 3 2 1 –

မိ ရေ မိ ဒို ဒို ဒို မိ ရေ ဒို ရေ မိ ရေ ရေ ရေ ရေ မိ ရေ ရေ ရေ မိ ရေ ဒို

မိုး ပေါ်ကဝါတာတာ ဖိုး လ တ သာ သာ ဝါ တာ တာ သာ တဲ့ လ ညီ ညီ လေးရဲ့ လ

ကစားကြမယ်

Key-F

တေးသွား-အင်္ဂလန်

5 | 1. 1 1. 1 1. 2 | 3. 3 3. 3 3 – | 5 6 5. 3 1. 2 |

ဆို ဒို ဒို ဒို ဒို ဒို ရေ မိ မိ မိ မိ မိ ဆို လာ ဆို မိ ဒို ရေ

တူ တူ ပုန်းတမ်း က စား တူ တူ ပုန်း တမ်း ကစား သူငယ် ချင်း များ နဲ့ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်

ဖန် ခုန် ကြ မယ် ဟေ့ ဖန် ခုန် ကြ မယ် ဟေ့ သူငယ် ချင်း များ နဲ့ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်

ထုပ်ဆီး တိုး မယ် ဟေ့ ထုပ်ဆီး တိုးမယ် ဟေ့ သူငယ် ချင်း များ နဲ့ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်

3 3 2. 2 1. 0

မိ မိ ရေ ရေ ဒို

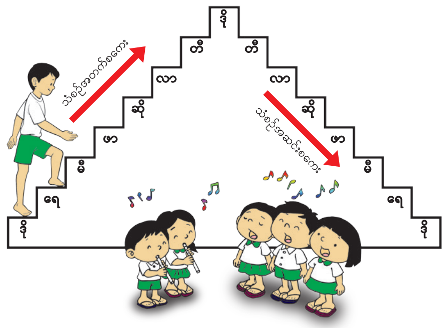
တူ တူ ပုန်းတမ်း ကစား

ဖန် ခုန် ကြ မယ် ဟေ့

ထုပ် ဆီး တိုး မယ် ဟေ့

ဒုတိယတန်းသင်ခန်းစာအနှစ်ချုပ်

- Scale သံစဉ်လှေကား



- Repeat ထပ်ကျော့အမှတ်အသား

- Breath အသက်ရှူရန်

- Dotted Crotchet

- Dotted Quaver