

အခန်း (၆)

သင်ကြားရေးအစီအစဉ်များ၊

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ စီစဉ်ဆောင်ရွက်ခြင်း



အခန်း (၆)

သင်ကြားရေးအစီအစဉ်များ၊ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

စီစဉ်ဆောင်ရွက်ခြင်း

၆. ၁ သုဇယံတန်းကလေးများအတွက် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

သုဇယံတန်းကလေးများသည် 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 ပြင်ပတွင် ဖြစ်စေ စုပေါင်းကစားခြင်း (သို့မဟုတ်) စိတ်ကြိုက်ရွေးချယ် ကစားခြင်း၊ (သို့မဟုတ်) သတ်မှတ်ထားသော ကစားရန်နေရာများတွင် နှစ်ယောက်တွဲ (သို့မဟုတ်) အုပ်စုလိုက်ကစားခြင်း စသည်များ

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

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

သုဇယံတန်း တစ်နေ့တာအစီအစဉ်

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

အချိန်	မိနစ်	လုပ်ငန်း	အသေးစိတ်အကြောင်းအရာ	ပါဝင်မှု
၀၉:၁၅ - ၁၀:၁၅	၆၀	စီစဉ်ထားသည့် လုပ်ငန်းများ	ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း ဖွံ့ဖြိုးမှု (ဘာသာစကားနှင့် စာရေး စာဖတ်သင်ယူချိန်) - အသံများ၊ စကားများကို အာရုံစိုက် နားထောင်တတ်ခြင်း (နားထောင်ခြင်း) - နေ့စဉ်သုံးဝေါဟာရများ၊ စကားလုံးများ၊ ဝါကျများ၊ သီချင်း၊ ကဗျာ၊ ပုံပြင်များ၊ ဇာတ်လမ်းများပြောခြင်း (ပြောဆိုခြင်း) - ပတ်ဝန်းကျင်ရှိစာများ၊ ရုပ်ပြစာအုပ်များကို ဖတ်ရှုမှတ်စာစာများကို ဖတ်တတ်လာ ခြင်း (စာဖတ်ခြင်း) - မိမိတို့၏ အတွေ့အကြုံများနှင့် စိတ်ကူး များကို ရုပ်ပုံဖြင့်လည်းကောင်း၊ စာဖြင့် လည်းကောင်း ဖော်ပြတတ်ခြင်း (စာရေးခြင်း)	ကလေးအားလုံး နှင့်အတူတကွ
၁၀:၁၅ - ၁၀:၄၅	၃၀	ပုံမှန်	ခေတ္တနားချိန် - ကိုယ်လက်သန်ရှင်းရေး - အိမ်သာတက်ခြင်း၊ ဆေးကြောခြင်း - မုန့်စားခြင်း	တစ်ဦးချင်း
၁၀:၄၅ - ၁၁:၁၅	၃၀	စီစဉ်ထားသည့် လုပ်ငန်းများ	အင်္ဂလိပ်စာ	ကလေးအားလုံးနှင့် အတူတကွ
၁၁:၁၅ - ၁၂:၁၅	၆၀	စီစဉ်ထားသည့် လုပ်ငန်းများ	အကြောင်းအရာအရ လုပ်ငန်းစဉ်များပြုလုပ်ခြင်း - သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ်အလိုက် ပြင်ဆင်ထားသော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ	ကလေးအားလုံး နှင့်အတူတကွ
၁၂:၁၅ - ၁၂:၄၅	၃၀	ပုံမှန်	နေ့လယ်စာ စားချိန် - နေ့လယ်စာ စားသုံးခြင်း - ပုံပြင်ပြောခြင်း - နားခြင်း၊ အိပ်ခြင်း - လွတ်လပ်စွာ ကစားခြင်း - စိတ်ကူးဖြင့် ကစားရသော ကစားနည်းများ - ကစားခြင်း (အတူလုပ် တမ်းကစားခြင်း) - ပုံဆွဲခြင်း၊ ဆေးခြယ်ခြင်း၊ ပုံဖော်ခြင်း - သီဆိုခြင်း၊ ကခြင်း	အားလုံးစုပေါင်း
၁၂:၄၅ - ၁:၃၀	၄၅	ပုံမှန်	နားခြင်း၊ ပုံပြောခြင်း၊ လွတ်လပ်စွာကစားခြင်း	ကလေးအားလုံးနှင့် အတူတကွ
၁:၃၀ - ၁:၄၀	၃၀	စီစဉ်ထားသည့် လုပ်ငန်းများ	တီထွင်ဖန်တီးမှု လုပ်ငန်းများ - တီထွင်မှုလုပ်ငန်းများ	ကလေးအားလုံး နှင့်အတူတကွ
၁:၄၀ - ၁:၄၅	၃၀	ပုံမှန်	- တစ်နေ့တာ အနှစ်ချုပ် သုံးသပ်ခြင်း - အိမ်ပြန်ရန် ပြင်ဆင်၊ နှုတ်ဆက်သီချင်းဆိုခြင်း	ကလေးအားလုံး နှင့် အတူတကွ တစ်ဦးချင်း

၆. ၂ အကြောင်းအရာအခြေပြု ပေါင်းစပ်ချဉ်းကပ်နည်း

သုဇယံတန်းအတွက် ဘာသာရပ်တစ်ခုချင်းစီအဖြစ် ဖွဲ့စည်းထားခြင်းမရှိသကဲ့သို့ ကျောင်းသုံးဖတ်စာအုပ် အဖြစ်လည်း ပြုစုထားခြင်း မရှိပါ။ ဆရာများအနေဖြင့် မိမိတို့ကလေးများနှင့် သင့်လျော်မည်ဟု ယူဆကာ ရွေးချယ်ထားသော အကြောင်းအရာ ခေါင်းစဉ်တစ်ခုချင်းစီတွင် ကလေးများက လက်တွေ့လုပ်ငန်းများလုပ်ဆောင် ရင်း သင်ယူကြရမည်ဖြစ်သည်။

ထိုသို့သင်ယူရာတွင် သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ်ကြီး(၆)ခု ဖြစ်သည့် ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာချမ်းသာခြင်း၊ စာရိတ္တ၊ မိတ္တနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခြင်း၊ အပြန်အလှန် ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း၊ သင်္ချာ အခြေခံများကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်း၊ အနုပညာရသခံစားမှုနှင့် ဖန်တီးခြင်းနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို သိရှိ နားလည်ခြင်း စသည်တို့ဖြစ်သည်။ ၎င်းနယ်ပယ်များတွင် ကလေးများ ရရှိသွားမည့် အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် စိတ်နေသဘောထားများကို သင်ယူရန်အတွက် လုပ်ငန်းများစီစဉ်ရာတွင် အကြောင်းအရာအခြေပြု ပေါင်းစပ် ချဉ်းကပ်နည်းကို အသုံးပြုပါသည်။

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

ထိုသို့ဆောင်ရွက်ရာတွင် ဆရာဆရာမများအနေဖြင့် အကြောင်းအရာကွန်ရက် ရေးဆွဲပြီး ပြင်ဆင်သင့်ပါ သည်။ ဥပမာအားဖြင့် “မိမိအကြောင်း”ကို အကြောင်းအရာအဖြစ် ရွေးချယ်စီစဉ်လုပ်ကိုင်ရာတွင် သင်ယူ ဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ် တစ်ခုချင်းစီအတွက် “မိမိအကြောင်း”နှင့် ချိတ်ဆက်နေသော အကြောင်းအရာများကို ရွေးချယ် သင့်ပါသည်။

ထို့နောက် နယ်ပယ်တစ်ခုချင်းစီအလိုက် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို စဉ်းစားဖော်ထုတ်ကာ မိမိကလေး များနှင့် အသင့်လျော်ဆုံးဖြစ်မည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို သတ်မှတ်ဆုံးဖြတ်ကာ အချိန်ဇယားတွင် ထည့်သွင်းပြီး စီစဉ်ရပါမည်။ အကြောင်းအရာကြီးတစ်ခုလျှင် ရက်သတ္တပတ်နှစ်ပတ်အတွက် သတ်မှတ်စီစဉ် သင့်ပါသည်။ “မိမိအကြောင်း”ကို အကြောင်းအရာအဖြစ် ရွေးချယ်ပြီး စဉ်းစားဖော်ထုတ်ထားသည့် အကြောင်း အရာများနှင့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို အောက်တွင် နမူနာအဖြစ်ဖော်ပြထားပါသည်။ ထိုလုပ်ငန်းများကိုပင် အချိန်ဇယားတွင် ထည့်သွင်းပြီး တစ်ပတ်စာအချိန်ဇယားအဖြစ်လည်း နမူနာကို ဖော်ပြထားပါသည်။

မိမိအကြောင်း သင်ယူမှုလုပ်ငန်းကွန်ရက်

ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာခြင်း

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

ပတ်ဝန်းကျင်လောကကို သိရှိနားလည်ခြင်း

အကြောင်းအရာ	လုပ်ငန်းများ
- အာရုံငြိမ်းပါးဖြင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်း	● Magic Bag ကစားနည်း ● အကြားအာရုံသုံး၍ ကစားခြင်း ● မှတ်ဉာဏ်ကစားခြင်း

စာနိက္ခ၊ မိတ္တနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှု

အကြောင်းအရာ	လုပ်ငန်းများ
- မိမိနှင့်အခြားသူ၏ တူညီမှု မတူညီမှုများ	● မိတ်ဆက်ခြင်း ● နှစ်ဦးအပြန်အလှန် ပြောခြင်း
- မိမိ၏ အမူအကျင့်များ	● ကောင်းသောအမူအကျင့်များ ကစားနည်း

မိမိ
အကြောင်း

အနုပညာရသခံစားမှု

အကြောင်းအရာ	လုပ်ငန်းများ
- သိဆိုခြင်း	● ဟန်အမူအရာဖြင့် သိဆိုခြင်း ● ကာရန်နှင့်အညီ သိဆို ကခုန်ခြင်း
- လက်မှုလုပ်ငန်း ပြုလုပ်ခြင်း	● စက္ကူရုပ်ခေါက်ခြင်း ● ရုပ်ပုံများရေးဆွဲခြင်း

ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း

အကြောင်းအရာ	လုပ်ငန်းများ
- နားထောင်ခြင်း	● မိတ်ဆက်ခြင်း ● တစ်နှစ်တာအတွက် 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
၀၈:၃၀ - ၀၉:၀၀	ကျောင်းလာချိန် ကြိုဆို၊ နေရာချ၊ ရောက်နှင့်သူများက စိတ်ကြိုက် အတန်းအတွင်း၊ အပြင် လွတ်လပ်စွာကစားခြင်း။				
၀၉:၀၀ - ၀၉:၁၅	ကျောင်းစတင်- အခြားအတန်းကြီးများနှင့်အတူ နိုင်ငံတော် သီချင်းသီဆိုခြင်း၊ အလံတော်အလေးပြုခြင်း၊ ဘုရားရှိခိုးခြင်း။ စုပေါင်းချိန်- ကလေးများနှင့်ရာသီဥတုအခြေအနေ၊ရပ်ရွာအခြေအနေ၊ ကလေးများ အခြေအနေ စသည်အားဖြင့် ပြောခြင်း၊ တစ်နေ့တာ အစီအစဉ်ပြောခြင်း။				
၀၉:၁၅ - ၁၀:၁၅	ပြောဆိုဆက်သွယ် - နှုတ်ဆက်ခြင်း - မိတ်ဆက်ခြင်း - 'ကျောင်းခန်းဝင်' ကဗျာ	ပြောဆိုဆက်သွယ် - ကျောင်းခန်းဝင် ကဗျာ - လမ်းလျှောက်ပုံ မျိုးစုံကစားနည်း - အသံအမျိုးမျိုးကို နားထောင်ခြင်း	ပြောဆိုဆက်သွယ် - အသံအမျိုးမျိုးကို နားထောင်ခြင်း - 'ကျောင်းခန်းဝင်' ကဗျာ	ပြောဆိုဆက်သွယ် - ကျောင်းခန်းဝင် ကဗျာ - ပုံပြင်စာအုပ် မိတ်ဆက် - 'ကျနော်အမေလား ခင်ဗျာ' ပုံပြင်	ပြောဆိုဆက်သွယ် - 'ကျနော်အမေလား ခင်ဗျာ' ပုံပြင်
၁၀:၁၅ - ၁၀:၄၅	ခေတ္တနားချိန် - ကိုယ်လက်သန်ရှင်းရေး				
၁၀:၄၅ - ၁၀:၅၅	အင်္ဂလိပ်စာ				
၁၀:၅၅ - ၁၁:၄၅	ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ - မိမိနှစ်သက်သော အစားအစာ	ပတ်ဝန်းကျင် - အရာဝတ္ထုများကို အာရုံငါးပါးဖြင့် စူးစမ်းလေ့လာခြင်း	ပတ်ဝန်းကျင် - မိမိနှစ်သက်သော ကစားနည်းများ	ပတ်ဝန်းကျင် - အရာဝတ္ထုများကို အာရုံငါးပါးဖြင့် စူးစမ်းလေ့လာခြင်း	ပတ်ဝန်းကျင် - မိမိနှစ်သက်သူများ
၁၁:၄၅ - ၁၂:၁၅	သင်္ချာဆိုင်ရာ - အရာဝတ္ထုများယှဉ်တွဲခြင်း(အရောင်)	မိတ္တူ စာရိတ္တ - မိမိကိုယ်ကိုသိခြင်း	သင်္ချာဆိုင်ရာ - အရာဝတ္ထုများ ယှဉ်တွဲခြင်း (ပုံသဏ္ဌာန်)	မိတ္တူ စာရိတ္တ - မိမိကိုယ်ကိုသိခြင်း	သင်္ချာဆိုင်ရာ - အရာဝတ္ထုများယှဉ်တွဲခြင်း (အရွယ်အစား)
၁၂:၁၅ - ၁၂:၄၅	နေ့လယ်စာ စားချိန်				
၁၂:၄၅ - ၁၃:၃၀	နားခြင်း၊ ပုံပြောခြင်း၊ လွတ်လပ်စွာ ကစားခြင်း				
၁၃:၃၀ - ၁၄:၀၀	တီထွင်ဖန်တီး - မိမိနှစ်သက်ရာလူ တိရစ္ဆာန်ပုံဆွဲခြင်း	သီဆိုကပြ - မိမိအကြောင်း သီချင်း	တီထွင်ဖန်တီး - စက္ကူရုပ်ခေါက်ခြင်း	သီဆိုကပြ - "လူရှည်ကြီး" ကဗျာ	တီထွင်ဖန်တီး - စက္ကူရုပ်ခေါက်ခြင်း
၁၄:၀၀ - ၁၄:၃၀	တစ်နေ့တာအနှစ်ချုပ်သုံးသပ်၊ အိမ်ပြန်ရန်ပြင်ဆင်၊ နှုတ်ဆက်သီချင်းဆိုခြင်း				

သုငယ်တန်းစာသင်နှစ် 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	
၄	တို့ရပ်ရွာ	ဇူလိုင်လ
၅	အပင်များ	ဩဂုတ်လ
၆	ရာသီဥတု	
၇	သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး	စက်တင်ဘာလ
၈	ဈေးများ	
၉	ပွဲတော်များ	
၁၀	ငါး	အောက်တိုဘာလ
၁၁	ရေ	
၁၂	ပိုးကောင်လေးများ	နိုဝင်ဘာလ
၁၃	အိမ်များ	ဒီဇင်ဘာလ
၁၄	ငှက်များ	ဇန်နဝါရီလ
၁၅	နို့တိုက်သတ္တဝါများ	

၆. ၃ သုငယ်တန်းစာသင်ခန်း

သုငယ်တန်းသည် ကလေးအများစုအတွက် အိမ်မှကျောင်းသို့ အကူးအပြောင်းကာလတစ်ခု ဖြစ်သည်။ ထိုအကူးအပြောင်းကို ညင်သာစွာအကူးပြောင်းနိုင်ရန် ကလေးများနေထိုင် လုပ်ကိုင်ရမည့် စာသင်ခန်း ပတ်ဝန်းကျင်အနေအထားသည် အိမ်နှင့်များစွာမကွာဟသင့်ပါ။ အချို့သောကလေးများအနေဖြင့် မူလတန်း ကြိုကျောင်းများတွင် သင်ယူခဲ့သည့်အတွေ့အကြုံရှိသဖြင့် အများနှင့်နေထိုင်လုပ်ကိုင်ရန် ကျင့်သားရပြီး ဖြစ်နေနိုင်သော်လည်း ကလေးအများစုမှာမူ အိမ်နှင့်မတူသည့် ပတ်ဝန်းကျင်အသစ်တစ်ခုတွင် နေသား တကျဖြစ်အောင် အားထုတ်ကြိုးစားပြီး ညီညွတ်နေကြရမည်ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်ရာ သုငယ်တန်းစာသင်ခန်းများ ကို စီစဉ်ရာတွင် ပထမတန်းကဲ့သို့ ပုံစံကျစာသင်ခန်းမျိုးမဟုတ်ဘဲ လွတ်လပ်စွာ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နိုင်ပြီး လုံခြုံနွေးထွေးမှုကို ခံစားရသည့် စာသင်ခန်းမျိုးဖြစ်အောင် စီစဉ်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

စာသင်ခန်းပတ်ဝန်းကျင်

သုငယ်တန်းများအတွက် နေရာရွေးချယ်စီစဉ်ရာတွင် မူလတန်းကြိုအတန်းများမှာကဲ့သို့ပင် သီးခြား အဆောက်အအုံဖြစ်ပါက ကောင်းပါသည်။ သို့ရာတွင် သီးခြားအဆောက်အအုံမဖြစ်သည့်တိုင် အဓိက အဆောက်အအုံတစ်ခုရှိ ကျယ်ပြန့်၍ လုံခြုံစိတ်ချရသောအခန်းဖြစ်ပါကလည်း ကောင်းစွာစီစဉ် နိုင်ပါသည်။ လေဝင်လေထွက်ကောင်းပြီး အလင်းရောင်ကောင်းစွာရရှိသည့် ထောင့်ခန်းမျိုးဖြစ်ပါက ပို၍ သင့်လျော်ပါသည်။ ထိုအခန်းများနှင့်တွဲလျက် အိမ်သာနှင့် လက်ဆေးရန်နေရာများကို စီစဉ်သင့်ပါသည်။ ထိုသို့မဟုတ်ပါကလည်း သုငယ်တန်းစာသင်ခန်းသည် အိမ်သာ၊ လက်ဆေးရန် နေရာများနှင့် အနီးဆုံး တွင် ရှိသင့်ပါသည်။

ကလေးများအားလုံး အတူဆော့ကစားရန်ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက် တတ်နိုင်သမျှ နေရာ လွတ်များ စီစဉ်ထားပါ။ စာသင်ခန်းအလယ်တွင် ဆရာနှင့်အတူ စုပေါင်းလုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်နိုင်ရန် နေရာလွတ် ရှိရပါမည်။

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

စာဖတ်ရန်နေရာ၊ အတူလုပ်ကစားရန်နေရာနှင့်လက်မှုလုပ်ငန်းများ လုပ်ကိုင်ရန်နေရာများအတွက် နေရာသီးသန့်ရှိရမည်။

သင်ပုန်းသည်ကလေးများအတွက် မနိမ့်လွန်း မမြင့်လွန်းအနေအထားတွင်ရှိသင့်ပြီး ကလေးများ လွတ်လပ်စွာရေးခြစ်နိုင်ရန် သီးသန့်သင်ပုန်းတစ်ခု ထားသင့်သည်။ ကလေးလက်ရာများကို ကပ်၍သော် လည်းကောင်း၊ ချိတ်ဆွဲ၍သော်လည်းကောင်း ပြသထားရန် နေရာရှိရမည်။

ကလေးများ၏ လွယ်အိတ် ကျောပိုးအိတ်နှင့် အခြားအသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများ ထားသိုရန် နေရာများ သတ်မှတ်ထားရှိရမည်။

သုငယ်တန်းစာသင်ခန်းသည် ကလေးများအတွက်လုံခြုံစိတ်ချမှုရှိပြီး လှပသပ်ရပ်၍ သန့်ရှင်းမှုရှိနေ ရပါမည်။

သဲကစားရန်နှင့် ရေကစားရန်နေရာများကိုလည်း ရံဖန်ရံခါ စီစဉ်ပေးရပါမည်။ စာသင်ခန်း ပြင်ပတွင် လွတ်လပ်စွာ လှုပ်ရှားကစားရန် နေရာအသင့်အတင့် ရှိရန် လိုအပ်သည်။

လူမှုဆက်ဆံရေးတွင်ပါဝင်ခြင်း

သုငယ်တန်းစာသင်ခန်း၏ လူမှုဆက်ဆံရေး ပတ်ဝန်းကျင်သည် ကလေးများအတွက် နွေးထွေး

လုံခြုံမှုရှိနေရမည်။ သို့မှသာ ကလေးများသည် မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်စိတ်ချစွာ သင်ယူလုပ်ကိုင်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။

ကလေးများသည် မိဘများနှင့် ဆရာ၊ ဆရာမများကို အတုခိုးလုပ်ဆောင်လေ့ရှိသောကြောင့် သုငယ်တန်းစာသင်ခန်းနှင့် ပတ်သက်ဆက်သွယ်သူအားလုံး၏ ပြောဆိုပြုမူမှုများသည် ကလေးများအတွက် စံနမူနာပြုဖြစ်နေရမည်။

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

သင်ယူမှုတိုင်းတွင် ကလေးအားလုံးပါဝင်မှုရှိစေရန် ကလေးတစ်ဦးချင်းအပေါ် အာရုံစိုက်ရမည်။ အထူးလိုအပ်ချက်ရှိသောကလေးများ လူမှုဆက်ဆံရေးအားနည်းသည့် ကလေးများကို အထူးအာရုံစိုက် ပံ့ပိုးပေးရမည်။

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

သုငယ်တန်းဆရာများသည် ကလေးများအား စည်းကမ်းပေးခြင်းနှင့် အပြစ်ပေးခြင်း၏ ခြားနားမှုကို ကွဲကွဲပြားပြားသိနားလည်ထားရမည်။ ကလေးများအတွက် စည်းကမ်းသည် အမှန်တကယ်လိုအပ်၍ ရှိရမည်။ 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 လိုက်နာရမည့်မသိဘဲ 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 ဆက်သွယ်နေသူအားလုံးအနေဖြင့် ကလေးများအား စိတ်ပိုင်း၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိခိုက်နစ်နာစေသော ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းလုံးဝ မပြုလုပ်သင့်ပါ။

၆. ၄ သင်ယူရန်နေရာများ

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

ကလေးများအတွက် ဖန်တီးပေးနိုင်သော သင်ယူရန်နေရာအမျိုးမျိုးရှိပြီး ဆရာများအနေဖြင့် သင်ယူရန် နေရာများအလိုက် 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။

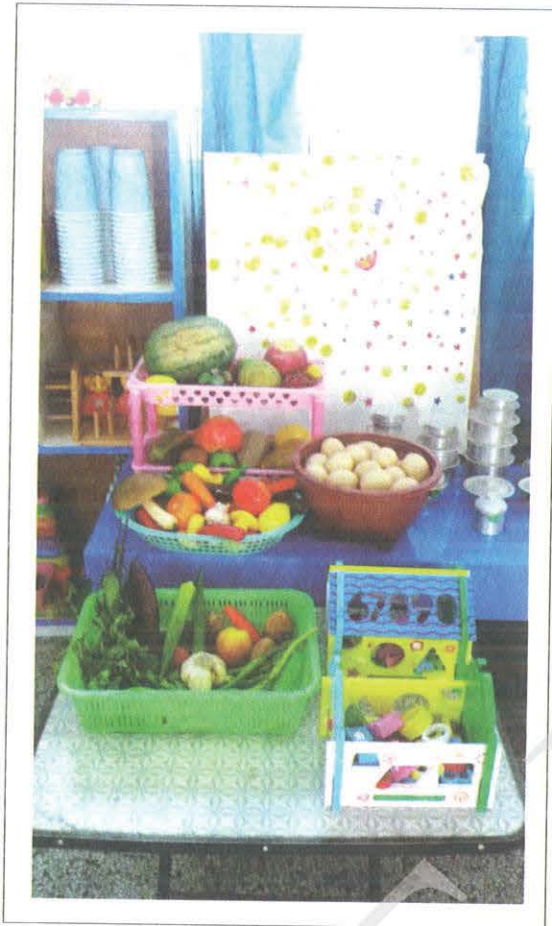
၆. ၄. ၁ တီထွင်ဖန်တီးရန်နေရာ

သုဇယံတန်းကလေးများ 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 ကျွမ်းကျမ်းကျင့်ကျင့် အသုံးပြုနိုင်ခြင်း၊ ရုပ်ပုံကိုကြည့်ပြီး ဖတ်စေခြင်း၊ မိမိစိတ်ထဲ၌ရှိသည်များကို ထုတ်ဖော်ပြောနိုင်ခြင်းများ ရရှိရန် အတွက် စာဖတ်ရန်နေရာကို ထားပေးခြင်း ဖြစ်သည်။ (ပုံပြင်စာအုပ်များ၊ ရုပ်ပုံစာအုပ်များ၊ ပုံစတာများ၊ ရုပ်ပုံကားချပ်များ စသည်တို့ထားရှိ ပေးရမည်။)





၆. ၄. ၃ အတုလုပ်တမ်းကစားရန်နေရာ

ကလေးများသည် မိမိစိတ်ကူးကို လက် တွေ့ အကောင်အထည်ဖော်ကစားခြင်း (ဈေး ရောင်းတမ်း၊ ထမင်းချက်တမ်း၊ ဆရာမ လုပ်တမ်း . . .) ဖြင့် လက်တွေ့ ဘဝအတွေ့ အကြုံနှင့် ပတ်သက်သော ကျွမ်းကျင်မှုများ ဖြစ်သည့် မိမိကိုယ်ကို စိတ်ချယုံကြည်မှု၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက် တတ်မှု၊ အခက်အခဲဖြေ ရှင်းနိုင်မှု၊ ယဉ်ကျေးစွာ ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၊ အခြားသူများ ကို ထောက်ထားညွှာတာမှု စသည်တို့ကို ရရှိရန်အတွက် အတု လုပ်တမ်းကစားရန်နေရာကို ထားပေးခြင်း ဖြစ်သည်။ (မီးဖိုချောင်သုံး၊ အိမ်သုံး ပစ္စည်း များ၊ အရုပ်များ စသည်တို့ကိုထားရှိပေးရမည်။)



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

သင်ခန်းစာပြင်ဆင်ခြင်း

သုဇယံတန်းဆရာများသည် သုဇယံတန်းကလေးများရရှိသွားမည့် သင်ယူဖွံ့ဖြိုးမှု နယ်ပယ် (၆) ခုမှ မျှော်မှန်း ထားသောရလဒ်များ ရရှိသွားရန် အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ရာတွင် သင်ခန်းစာ ပြင်ဆင်ပုံကို အသေးစိတ် ဖော်ပြထားပါသည်။