mgyoe.com

စိတ်ကူးချိုချိုအနုပညာ

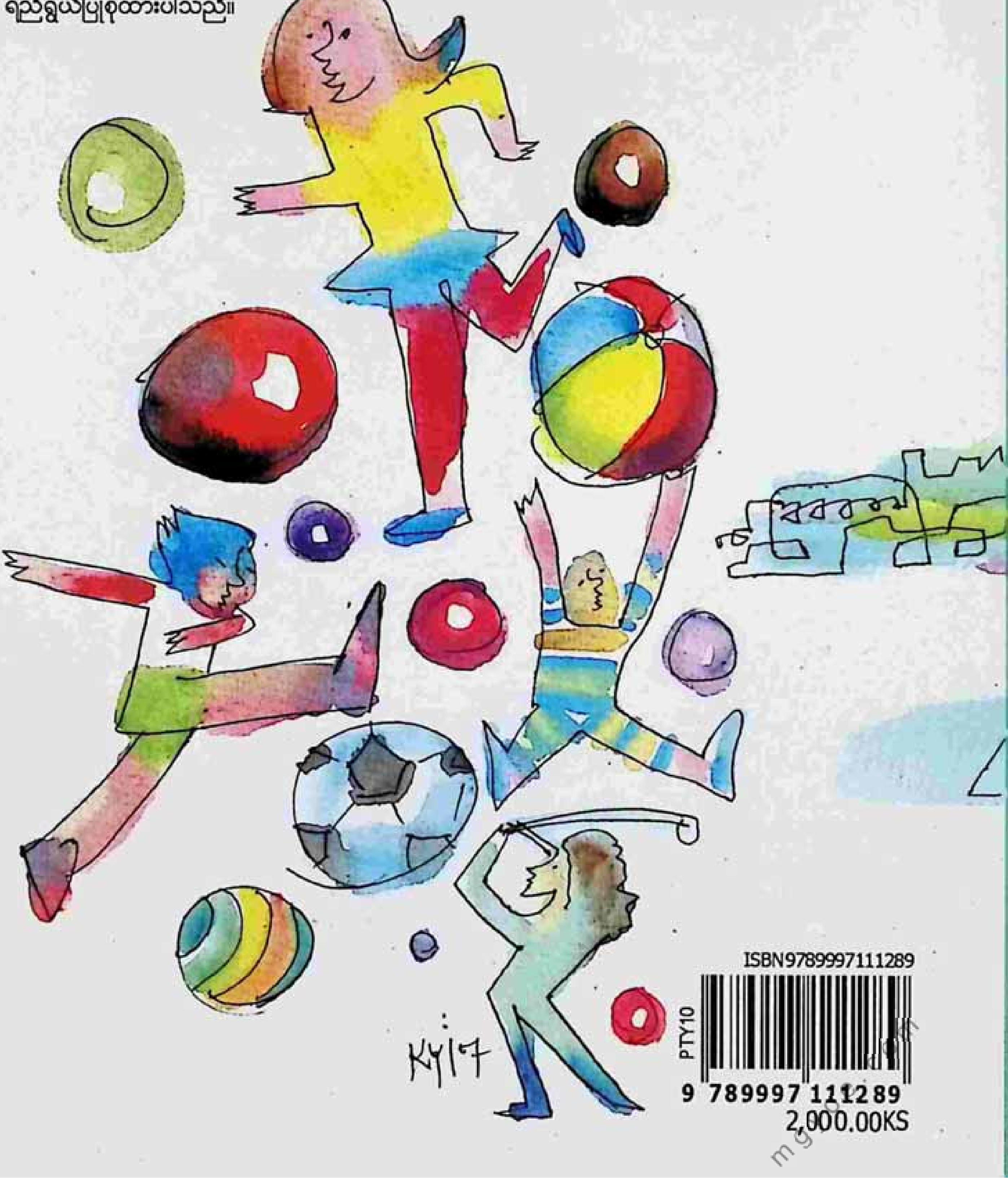
ကလေးများအတွက်
လက်တွေ့လေ့ကျင့် စာစီစာကုံးများ
(မူလတန်းနှင့် မူလတန်းလွန်အဆင့်)

ဖြိုးသာရ

mgyoe.com

mgyoe.com

သင့်ကလေးငယ်အတွက်
မြန်မာစာစီစာကုံးရေးသားရာတွင်
ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ပေါ့ပေါ့ပါးပါး စနစ်ကျနစွာဖြင့်
အခြေခံကျကျ ရေးကျင့်ရရန်
ရည်ရွယ်ပြုစုထားပါသည်။



ISBN9789997111289
PTY10
9 789997 111289
2,000.00KS

mgyoe.com

ကလေးများအတွက် လက်တွေ့လေ့ကျင့် စာစီစာကုံးများ

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၄၀၁၃၅၉၁၂၀၇ နှင့်

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၄၀၀၅၆၄၀၆၀၈ တို့ဖြင့်

မျက်နှာဖုံးနှင့်အတွင်းပုံများကို **Ba Htay Kyi** ရေးဆွဲပြီး ထုတ်ဝေသူ - ဦးစန်းဦး၊ စိတ်ကူးချိုချိုစာအုပ်တိုက်၊ ၈၅၊ ၁၆၄ လမ်း၊ တာမွေမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်နှင့် ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်၊ ရန်ကုန်တို့က ပထမအကြိမ် စောင်ရေ- ၅၀၀ရိုက်နှိပ်ကာ ၂၀၀၈ခု၊ ဩဂုတ်လတွင် တန်ဖိုး ၂၀၀၀ ကျပ်ဖြင့် ဖြန့်ချိသည်။

စာအုပ်ချုပ် - ကိုမြင့်

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

မာတိကာ

	စာစီစာကုံးအကြောင်း မိတ်ဆက်အမှာ	၁
၁။	ကျွန်တော်၏အကြောင်း	၇
၂။	ကျွန်မ၏ဖေဖေ	၁၁
၃။	မွေးမေမေ	၁၄
၄။	ကျွန်မ၏အိမ်ကလေး	၁၇
၅။	ကျွန်တော်တို့ကျောင်း	၂၃
၆။	မြတ်ဆရာ	၂၇
၇။	ကျောင်းမှန်မှန်တက် စာမခက်	၃၁
၈။	ကျောင်းစာကြည့်တိုက်	၃၆
၉။	ကျောင်းသားနှင့်အားကစား	၄၁
၁၀။	ကျောင်းသားနှင့်စိတ်ဓာတ်	၄၅
၁၁။	ကျောင်းသားနှင့် စည်းကမ်း	၄၉
၁၂။	အချစ်ဆုံးသူငယ်ချင်း	၅၃
၁၃။	ကျွန်တော့်ဝါသနာ	၅၇
၁၄။	အကျွန်ုပ်ရည်မှန်းချက်	၆၁
၁၅။	မွေးရပ်မြေ	၆၅
၁၆။	ကျောင်းပိတ်ရက်	၆၈
၁၇။	သင်္ကြန်ပွဲ	၇၂
၁၈။	သီတင်းကျွတ်မီးထွန်းပွဲတော်	၇၆

mgyoe.com

mgyoe.com

၁၉။ တန်ဆောင်တိုင်ပွဲတော် ၇၉
၂၀။ တပို့တွဲလ ထမနဲပွဲ ၈၃
၂၁။ လွတ်လပ်ရေးနေ့ ၈၆
၂၂။ ပြည်ထောင်စုနေ့ ၉၀
၂၃။ အမျိုးသားနေ့ ၉၃
၂၄။ အပျော်ဆုံးနေ့ ၉၇
၂၅။ မမေ့နိုင်သောနေ့ ၁၀၀
၂၆။ အချိန်၏တန်ဖိုး ၁၀၃
၂၇။ စာဖတ်ခြင်း၏အကျိုး ၁၀၆
၂၈။ စည်းလုံးခြင်းသည် ခွန်အား ၁၀၉
၂၉။ ကျန်းမာသန့်ရှင်းရောဂါကင်း ၁၁၂
၃၀။ ပညာရဲရင့်ပွဲလယ်တင့် ၁၁၅
၃၁။ အများအကျိုးဆောင် ကိုယ့်အကျိုးအောင် ၁၁၈
၃၂။ ရိုးရိုးယဉ်ယဉ်ဝတ်စားပြင် ၁၂၁
၃၃။ ခါနွေဦး ၁၂၄
၃၄။ မိုးရာသီ ၁၂၇
၃၅။ ချစ်သောဆောင်း ၁၃၀
၃၆။ နံနက်ခင်း ၁၃၅
၃၇။ လသာသောည ၁၃၉
၃၈။ အာစရိယပူဇော်ပွဲ ၁၄၂
၃၉။ မိဘကျေးဇူး ၁၄၅
၄၀။ တို့ပိုင်တဲ့မြေ ၁၄၉

mgyoe.com

mgyoe.com

စာစီစာကုံးအကြောင်း မိတ်ဆက်အမှာ

"စာစီစာကုံး"တဲ့ ကလေးတို့ရေ။

စာစီစာကုံးဆိုတာ ဘာလဲ။

စာစီစာကုံးကို ဘယ်လိုရေးရသလဲ။

ဘာကြောင့် စာစီစာကုံးကို ရေးရတာလဲ။

အဲဒီမေးခွန်းလေးတွေကို အရင်ဆုံး အဖြေပေးလိုက်ပါရစေ။

စာစီစာကုံးဆိုတာ စာတွေကို အစီအစဉ်တကျဖြစ်အောင် ဖန်တီးခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ အစီအစဉ်ဆိုတာ သိကြသလား။ တစ်ပြီးရင်နှစ်၊ နှစ်ပြီးတော့သုံးလာတယ်နော်။ အဲဒီလိုပဲ မနက်အိပ်ရာကထ၊ ပြီးရင် သွားတိုက်၊ ပြီးရင် မျက်နှာသစ်၊ ပြီးရင် အိပ်ရာသိမ်း၊ ပြီးရင်အစာစား၊ ပြီးရင် အဝတ်လဲ၊ ပြီးရင် ကျောင်းသွားရတယ်လေ။ ဖေဖေပြီးမှမေမေ၊ မေမေပြီးမှ မမ၊ မမပြီးမှ မောင်လေး၊ ညီလေး၊ ညီမလေးကို နေရာပေးရတယ်။ အဲဒါမျိုးကို အစီအစဉ်လို့ ခေါ်တယ်။

ဒီအတိုင်းပေါ့ကွယ်။ စာတွေကို အစီအစဉ်အလိုက်စီပြီး ပန်းကုံးကလေးလို လှပညီညာအောင် သီကုံးရတာမျိုးပေါ့။ တစ်ပွင့်ပြီးတစ်ပွင့် ညီညီကလေးသီထားတဲ့ ပန်းကုံးကလေးကို လူတွေနှစ်သက်ပန်ဆင်လိုကြတယ်မဟုတ်လား။ ကလေးတို့ ရေးသီထားတဲ့ စာစီစာကုံးဟာလည်း အစီအစဉ်တကျနဲ့ ဖတ်သူနှစ်သက်စဖွယ် ဖြစ်နေရမယ်လေ။

mgyoe.com

အခြေခံပညာကို စတင်သင်ကြားနေကြပြီဖြစ်တဲ့ ကလေးတို့အတွက် စာစီစာကုံး ရေးသားခြင်းဟာ အရေးပါတဲ့ လက်တွေ့လေ့ကျင့်သင်ခန်းစာတစ်ရပ်ဖြစ်တယ်။ ဒီသင်ခန်းစာဟာ ကလေးတို့ ကျောင်းသားဘဝတစ်လျှောက်လုံး အဆက်မပြတ်တွေ့ထိနေရမယ့် သင်ခန်းစာပဲ။ အတန်းတွေမြင့်လာတာနဲ့အမျှ အတွေးတွေ ရင့်ကျက်လာအောင် လေ့ကျင့်ပေးတဲ့ သင်ခန်းစာလည်း ဖြစ်တယ်။

ဒါကြောင့် စာစီစာကုံးကို ရေးတတ်ဖို့လိုတယ်။ အဲဒီအတွက် ပထမဆုံး ကလေးတို့မှာ လိုအပ်တာကတော့ အတွေးပါပဲ။ တွေးတတ်ရပါမယ်။ အဲဒီလို တွေးတတ်ဖို့အတွက် လိုအပ်တာရှိပြန်ရော၊ အဲဒါကတော့ မေးတတ်ဖို့ပေါ့၊ စာစီစာကုံးဆိုတာ အမေးအဖြေပုစ္ဆာမဟုတ်တဲ့အတွက် သူ့မှာ မေးခွန်းတွေပါမလာဘူး။ ကလေးတို့ကို ခေါင်းစဉ်ပဲ ပေးလိုက်မှာ။

အဲဒီမှာ ကလေးတို့က ကိုယ့်ဘာသာ မေးခွန်းတွေ မေးရမယ်။ တွေးရမယ်။ ဖြေရမယ်။ ပြီးတော့မှ ချရေးရမယ်။

ပေးထားတဲ့ စာစီစာကုံး ခေါင်းစဉ်ကဘာလဲ၊ ဘာတွေပါသင့်သလဲ၊ ဘာတွေထည့်ရေးရင် ကောင်းမလဲဆိုတာတွေးရမှာနော်။ ကလေးတို့အတွက် ဉာဏ်ရည်တွေ ထက်မြက်လာစေနိုင်တဲ့ သင်ခန်းစာ ဖြစ်တယ်။ စာစီကုံးရေးတတ်တဲ့သူဟာ လူတော်ပဲနော်။

ဒါပေမယ့် စာစီစာကုံးကို ရေးချင်သလိုတော့ ချရေးခွင့် မရှိဘူး ကလေးတို့ရေ။ သူ့မှာ စည်းကမ်းဥပဒေတွေ ရှိတယ်။ အဲဒါကိုသေသေချာချာ သိထားရမယ်။

စာစီစာကုံး တစ်ပုဒ်မှာ အပိုင်းသုံးပိုင်း ခွဲခြားထားတယ်။

၁။ နိဒါန်း

၂။ စာကိုယ်နဲ့

၃။ နိဂုံးတို့ ဖြစ်ကြတယ်။

mgyoe.com

အစပိုင်းကို 'နိဒါန်း'လို့ ခေါ်တယ်၊ နိဒါန်းဆိုတာ အပွင့်ပေါ့ကွယ်၊ အဲဒီအပိုင်းဟာ စာစီစာကုံးတစ်ပုဒ်ရဲ့ အသက်ပေါ့။ ကိုယ်ရေးတဲ့ စာစီစာကုံးဟာ ဘာလဲဆိုတာ ပြောပြရမယ်။ စာစီစာကုံးခေါင်းစဉ်ရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို ဖွင့်ပြရမယ်။ အစဟာ သိပ်အရေးကြီးတယ်။ အစပိုင်းမှာ ဆွဲဆောင်မှု ရှိရမယ်။ ဆက်ပြီး ဖတ်ချင်လာအောင် ရေးတတ်ဖို့လိုတယ်။

အလယ်ပိုင်းကိုတော့ "စာကိုယ်"လို့ခေါ်တယ်။ စာကိုယ်ဟာ လူတစ်ယောက်ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်လိုပဲ အင်္ဂါရပ်တွေ ပြည့်စုံနေရမယ်။ ဘာကြောင့်ဘယ်လို၊ ဘယ်တုန်းက၊ ဘယ်လောက်ထိဆိုတဲ့ အကြောင်းပြတာတွေပါရမယ်။ မြင်ကွင်းကိုချဲ့ပေးရမယ်။ ကလေးတို့ တွေ့မိမြင်မိသမျှ၊ သိထားနားလည်သမျှကို ရေးနိုင်သလောက် ရေးခွင့်ရှိတယ်။ အစီအစဉ်တကျပေါ့နော်။ ဒီအပိုင်းမှာ စာစီစာကုံးရေးတဲ့သူရဲ့ ဉာဏ်ရည်နဲ့ အသိတွေအလိုက် ကွဲပြားခြားနားသွားလိမ့်မယ်။ မှာချင်တာကတော့ ကလေးတို့ စာများများဖတ်ပါ။ ပတ်ဝန်းကျင်ကို အမြဲမျက်စိဖွင့်လေ့လာပါ။ ဗဟုသုတတွေ များများလေ့လာပါ။ မသိတာမှန်သမျှ လူကြီးသူမတွေဆီမှာ မေးမြန်းမှတ်သား ဆည်းပူးကြပါ။

နောက်ဆုံးအပိုင်းကိုတော့ 'နိဂုံး'လို့ခေါ်တယ်။ အဆုံးသတ်အပိုင်းပါပဲ။ စာစီ စာကုံးတစ်ပုဒ်လုံးကို ခြုံပြီး နိဂုံးချုပ်ရမှာဖြစ်တယ်။ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါသည်။ ကြိုးဆိုရပါဦးမည်။ ဝမ်းမြောက်မိပါတော့သည်။ စသဖြင့် နိဂုံးဟာ ကိုယ်ရေးခဲ့သမျှတွေအပေါ် ကျေနပ်အားရမှုရှိနေတဲ့ ဟန်ပန်ပေါ်လွင် နေစေရမယ်။ ကိုယ်ရေးတဲ့ စာစီစာကုံးတစ်ပုဒ်လုံးကို ဖတ်ပြီးသွားတဲ့သူအနေနဲ့လည်း နှစ်သက် ကျေနပ်သွားစေရမယ် ကလေးတို့ရေ။

ကလေးတို့အနေနဲ့ စာစီစာကုံးကို အခုမှစပြီး ထိတွေ့ကြရတာဆိုတော့ အများကြီး လေ့ကျင့်ကြရဦးမှာပေါ့ကွယ်။ အခု အစပျိုးတဲ့အချိန်မှာ အရေးကြီးပါတယ်။ ဒီတော့ အစကတည်းက အတွေး၊အမေး၊

mgyoe.com

mgyoe.com

အရေးကောင်းကောင်းနဲ့ လေ့ကျင့်မှုများများ လုပ်ထားကြရလိမ့်မယ်။

ဒီစာအုပ်ကလေးထဲမှာ ကလေးတို့အတွက် စာစီစာကုံးလေးတွေ လက်ဆောင်ရေး သားပေးလိုက်ပါတယ်။ ဘယ်လိုတွေးသလဲ၊ ဘယ်လို မေးသလဲ။ ဘယ်လိုရေးသလဲ ´လေ့လာပါ။ ကိုယ့်ဘာသာတွေးပါ။ ကိုယ့်ဘာသာမေးပါ။ ကိုယ့်ဘာသာရေးကြည့်ကြပါ။ တဖြည်းဖြည်း ကျွမ်းကျင်လာပါလိမ့်မယ်။ ကလေးတို့ မြင်တတ်အောင် သရုပ်ဖော်ပုံ ကလေးတွေကို တည့်ပေးထားပါတယ်။ စိတ်ကူးထဲမှာ မြင်ကြည့်တတ် အောင် လေ့ကျင့်ပါ။

နောက်ထပ်မှာချင်တာကတော့ ကလေးတို့ စာတွေများများ ရှာဖတ်ပါ။ ကလေးတို့ အရွယ်ဖတ်ဖို့မှတ်ဖို့ စာအုပ်တွေ အများကြီးရှိ ပါတယ်။ စာဖတ်ကျင့်ကို မွေးယူပါ။ စာဖတ်ပြီး ဗဟုသုတတွေကို မှတ်သားပါ။ ဆရာမိဘတွေကို မေးမြန်းကြပါ။ ပုံတို ပတ်စတွေကို ဥပမာပေးတတ်အောင် မှတ်ထားကြပါ။

စာစီစာကုံးဆိုတာ ရိုးရိုးစာရေးတတ်ရုံနဲ့ မရပါဘူး။ စာစီစာကုံး ရေးဖို့ ကလေးတို့မှာ အတွေးတွေ ရှိရပါလိမ့်မယ်။ အကြားတွေ၊အသိ တွေ ရှိရပါလိမ့်မယ်။ ပြီးတော့ အမေးနဲ့အရေးကို လေ့ကျင့်ယူကြပါ။

ကဲ သင်ခန်းစာ စကြမယ်။

စာစီစာကုံး ရေးကြရအောင်။

ဖြိုးသာရ

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျွန်တော်၏အကြောင်း

အတွေးမေးခွန်းများ

နိဒါန်း ။ ။ နာမည်ဘယ်လိုခေါ်သလဲ။ အသက် ဘယ်လောက်ရှိပြီလဲ။ ဘယ်အတန်းရောက်ပြီလဲ၊ ဘယ်ကျောင်းမှာ တက်နေသလဲ။

စာကိုယ် ။ ။ အဖေနဲ့ အမေရဲ့ နာမည်တွေက ဘာတွေလဲ။ သူတို့ ဘာလုပ်ကြသလဲ။ အိမ်မှာ မောင်နှမ ဘယ်နှစ်ယောက် ရှိသလဲ။ ဘယ်အတန်းရောက်ကြပြီလဲ။ အဘိုးအဘွား ရှိသလား။ မိသားစု ဘယ်မှာနေကြသလဲ။

ကျောင်းမှာ အဆင့်ဘယ်လောက်ရှိသလဲ။ စာကြိုးစားရဲ့လား။ အတန်းပိုင်က ဘယ်သူလဲ။ သူငယ်ချင်းတွေက ဘယ်သူတွေလဲ၊ ဘယ်အချိန်မှာ ကစားသလဲ၊ ဘယ်အချိန်မှာ စာကျက်သလဲ။ ကျောင်းပိတ်ရက်တွေမှာ ဘာလုပ်သလဲ။

နိဂုံး ။ ။ ကြီးလာရင် ဘာဖြစ်ချင်သလဲ၊ ဘာလုပ်မလဲ။ ဘယ်လို ဆုံးဖြတ်ထားသလဲ။

ကဲ–မေးခွန်းတွေကို မေးပြလိုက်ပြီ ကလေးတို့ရဲ့အဖြေဟာ စာစီစာကုံး တစ်ပုဒ်ဖြစ်လာတော့မယ်။ လက်တွေ့ လေ့ကျင့်ကြည့်ကြပါ။

ကိုယ့်အကြောင်းကို ကိုယ်စရေးကြည့်ပါ။

ပေးထားတဲ့ နမူနာ စာစီစာကုံးကလေးကိုကြည့်ပြီး ကိုယ့် အကြောင်း ပြောင်းရေးပါ။

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျွန်တော်၏အကြောင်း

ကျွန်တော်၏အမည်မှာ မောင်ဇေယျာထွန်း ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်၏အသက်မှာ (၁၀)နှစ် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်သည် မန္တလေးမြို့ ချမ်းအေးသာဇံမြို့နယ် အမှတ် (၄) မူလတန်းနှင့် မူလတန်းလွန်ကျောင်းတွင် စတုတ္ထတန်း၌ ပညာသင်ကြားနေပါသည်။

ကျွန်တော်၏ဖေဖေမှာ ဦးဇော်ထွန်းဖြစ်၍ မေမေက ဒေါ်သက်သက်မာဖြစ်ပါသည်။ ဖေဖေက စည်ပင်သာယာရုံးအရာရှိတစ်ဦးဖြစ်ပြီး မေမေက ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးတွင် တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသော ဆရာဝန်မတစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်တို့တွင် မောင်နှမ နှစ်ယောက်သာရှိပြီး ကျွန်တော်၏ညီမလေးက ပထမတန်းတွင် ပညာသင်နေပါသည်။ ကျွန်တော်တို့အိမ်တွင် ဘိုးဘိုးနှင့်ဘွားဘွားတို့လည်း အတူတူနေကြပါသည်။ ကျွန်တော်တို့ မိသားစုသည် မဟာမြိုင်ရပ်ကွက်ရှိ စည်ပင်သာယာအိမ်ရာ တိုက်အမှတ် အေ(၇)တွင် နေထိုင်ကြပါသည်။

ကျွန်တော်သည် အတန်းတွင်း၌ အဆင့် ၁ မှ ၁၀ အတွင်းရှိသော ကျောင်းသား တစ်ယောက်ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်သည် ထိုအဆင့်မှ မကျစေရန် စာကို အထူးကြိုးစား ပါသည်။ ကျွန်တော်၏ အတန်းပိုင်ဆရာမမှာ ဒေါ်သိန်းသိန်းဖြစ်ပြီး ကျွန်တော့်ကို အလွန်ဂရုစိုက်ပါသည်။

ကျွန်တော့်တွင် အလွန်ခင်မင်သော သူငယ်ချင်းနှစ်ယောက်ရှိပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ ချမ်းစိမ့်စိမ့်ချမ်းနှင့် အံ့မခန်းသျှန်တို့ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်တို့သည် အိမ်နီးချင်းများ ဖြစ်ကြပြီး ကစားဖော်၊ စာကျက်ဖော်များလည်း ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်သည် နံနက်ခင်း

mgyoe.com

တွင် စာကျက်ပါသည်။ ညနေခင်းတွင် ကစားပါသည်။ ညစာစားအပြီးတွင် အိမ်စာများတို့ လုပ်ပါသည်။ ကျောင်းပိတ်အားရက်များတွင် မေမေဝယ်ပေးသော စာအုပ်များကို ဖတ်ပါသည်။ ဖွားဖွားပြောပြသော ပုံပြင်များကိုလည်း နားထောင်မှတ်သားပါသည်။

ကျွန်တော်ကြီးလာလျှင် မေမေ့နည်းတူ ဆရာဝန်တစ်ဦးဖြစ်ချင်ပါသည်။ ထိုသို့ ဖြစ်လာအောင်လည်း ကျွန်တော်ကြိုးစားပါမည်။ ဖေဖေနှင့်မေမေတို့၏ ကျေးဇူးကို ဆပ်ရပါမည်။ ကျွန်တော်သည်မိမိကိုယ်ကို လူတော်လူကောင်း လူလိမ္မာ တစ်ဦးဖြစ်ရန် ကြိုးစားရမည်ဟု ဆုံးဖြတ်ထားပါသည်။ ။

မှတ်ချက်အမှာ

ကဲ... စာစီစာကုံးတစ်ပုဒ်ဖြစ်သွားပြီးနော်။ ကလေးတို့ သေသေချာချာ ဖတ်ကြည့်ပါ။ ဘာခက်သလဲ။ ဘာမှ မခက်ပါဘူးနော်။

အစီအစဉ်တကျ ချရေးသားဖို့သာ လိုပါတယ်။ မင်းတို့လေးတွေရဲ့ ကိုယ်ပိုင်အကြောင်းကို အခုပဲပြောင်းပြီး လက်တွေ့လေ့ကျင့် ရေးသားကြည့်လိုက်ပါ။

ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ပြန်ဖတ်ပြီး ဘာထည့်ရေးရင် ကောင်းဦးမလဲ ဆိုတာ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ပြန်မေးကြည့်ကြပါ။ ရေးပြီးရင် လူကြီးတွေကို ပြကြည့်ပါ။

ကလေးတို့အတွက် စိတ်ဝင်စားစရာအကောင်းဆုံး သင်ခန်းစာ ဆိုတာ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

ဆက်ပြီးတော့ ရေးထားတဲ့ စာစီစာကုံးတွေကိုလေ့လာပြီး ဒီလိုပဲ လက်တွေ့ လေ့ကျင့်ကြည့်ကြပါ။ ဒီအချိန်ကစပြီး လေ့ကျင့်ထားခဲ့ရင် ကလေးတို့ ကျောင်းသား ဘဝတစ်လျှောက်လုံးမှာ စာစီစာကုံးဆိုတာ ဘယ်လိုမှ အခက်အခဲမရှိတဲ့ သင်ခန်းစာ တစ်ပုဒ်ဖြစ်လာမှာ သေချာ တယ်လို့ ပြောပါရစေ။

❒

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျွန်မ၏ ဖေဖေ

အတွေးမေးခွန်းများ

နိဒါန်း ။ ။ ဖေဖေ့နာမည် ဘယ်သူလဲ။ ဖေဖေက အသက် ဘယ်လောက်ရှိပြီလဲ။ ဘာအလုပ်လုပ်သလဲ။ ဖေဖေက သမီးကို ချစ်သလား။

စာကိုယ် ။ ။ ဖေဖေ့ပုံစံကို ရေးပြပါ။ ဖေဖေက သမီးကို ဘာလုပ်ပေးသလဲ။ သမီးသဘောအကျဆုံး တစ်ခုကိုရေးပြပါ။ ဖေဖေက ဘယ်အချိန် အလုပ်သွား အလုပ်ပြန်သလဲ။ ပြန်လာရင် ဘာပါလာသလဲ။ သမီးဖေဖေ့ အိမ်ပြန်ချိန်ကို မြင်အောင်ရေးပြပါ။ ဖေဖေက မိသားစုကို ဘယ်လိုတာဝန်ယူထားသလဲ။ တာဝန်ကျေသလား။

နိဂုံး ။ ။ ဖေဖေ့ကို ချစ်သလား။ ချစ်ရင် ဘယ်လိုနေရမလဲ။ ဖေဖေ မကြိုက်တာ လုပ်မှာလား။ ဖေဖေကြိုက်တာဘာလဲ။ အဲဒါကို ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။ ဖေဖေ့ကို ဘယ်လိုကျေးဇူးဆပ်မယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ထားသလဲ။

မှတ်ချက်အမှာ

ဖေဖေ့ကြောင်း ရေးတဲ့အခါ ဖေဖေ့ကို မျက်လုံးထဲမှာ ပြန်မြင်အောင်ကြည့်ပါ။ ဖေဖေ့အကြောင်း သမီးသိသမျှကို သရုပ်ဖော်ရေးပါ။

အဲဒီလို ရေးတဲ့အခါ မကျေမနပ်ဖြစ်တာမျိုး မရေးရပါ။ စာစီစာကုံး ဆိုတာ စာရည်မွန်ဖြစ်ပါတယ်။ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့တဲ့ အရေးအသားကို ရေးရပါမယ်။ လက်တွေ့လေ့ကျင့်ယူကြပါ။

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျွန်မ၏ဖေဖေ

ကျွန်မ၏ ဖေဖေမှာ ဦးကျော်ဇောဦး ဖြစ်ပါသည်။ ဖေဖေ၏အသက်မှာ (၄၀) နှစ်ဖြစ်ပါသည်။ ဖေဖေသည် သတင်းထောက်တစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။ ဖေဖေသည် တစ်ဦးတည်းသောသမီးဖြစ်သည့် ကျွန်မကို အလွန်ချစ်ပါသည်။

ဖေဖေ၏ပုံစံကို ကြည့်လျှင် အမြဲတမ်းဖျတ်လတ်တက်ကြွနေပါသည်။ ဘောင်းဘီရှည်ကို ဝတ်လေ့ဝတ်ထရှိပြီး ကက်ဦးထုပ်ကို ဆောင်းတတ်ပါသည်။ ဖေဖေသည် အိပ်ရာမှ နံနက်စောစောထလေ့ရှိပါသည်။ ကျွန်မကိုလည်း စောစောနှိုးတတ်ပါသည်။ ကျွန်မ အိပ်ရာမှ နိုးသည့်အခါ ဖေဖေက လမ်းထိပ်သို့ခေါ်၍ မုန့်ကျွေးပါသည်။ ကျွန်မသည် ဖေဖေနှင့် လက်ဖက်ရည်လိုက်သောက်ရသည်ကို အလွန်သဘောကျပါသည်။ ဖေဖေက ကျွန်မ စားချင်သော အစာကို ကျွေးတတ်ပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ မုန့်အချိုများကျွေး၍ ကျွန်မချောင်းဆိုးသည့်အခါ ဖေဖေ့ကို မေမေက အပြစ်တင်၍ စကားများကြပါသည်။ ထိုအချိန်တွင် ကျွန်မက ဖေဖေ့ကို ဖက်ထားလိုက်ပါသည်။

ဖေဖေသည် ကျွန်မကို ကျောင်းလိုက်ပို့ပြီးသည်နှင့် အလုပ်ထွက်လုပ်ပါသည်။ ဖေဖေ့တွင် ဒစ်ဂျစ်တယ်လ်ကင်မရာတစ်လုံးရှိပြီး ကင်မရာအိတ်ကို ခါးပိုက်ပိုက်ထားတတ်ပါသည်။ ဖေဖေအိမ်သို့ ပြန်လာချိန်မှာမူ မိုးချုပ်တတ်ပါသည်။ သို့သော် ဖေဖေပြန်လာလျှင် စားစရာတစ်ခုခု ပါလာတတ်ပါသည်။ ကျွန်မတို့ မောင်နှမများက ဖေဖေပြန်အလာကို စောင့်နေကြပါသည်။ ကိုကိုနှင့် မောင်လေးတို့ထက် ဖေဖေက ကျွန်မကို ပိုချစ်သည်ဟု ထင်ပါသည်။ ကျွန်မ ဘာကိုပဲမှာလိုက်ပါစေ ဖေဖေက ဝယ်လာဖို့ မမေ့တတ်ပါ။ ဖေဖေအိမ်ပြန်လာလျှင် မေမေကလည်း ဆီးကြိုတတ်ပါသည်။ ဖေဖေက

mgyoe.com

မေမေလိုသောငွေကို ထုတ်ပေးပါသည်။ ကျွန်မတို့ကိုလည်း မုန့်ဖိုးများ ပေးပါသည်။ ဖေဖေသည် မိသားစုအပေါ် အလွန်တာဝန်ကျေသူတစ်ဦး ဖြစ်ပါသည်။ အိမ်တွင် လိုအပ်သည်များကို ဖေဖေက အမြဲကြည့်ပြီး လုပ်ပေးတတ်ပါသည်။

ကျွန်မသည် ကျွန်မ၏ဖေဖေကို အလွန်ချစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဖေဖေ့စကားကို အစဉ်အမြဲ နားထောင်ပါသည်။ ဖေဖေက စာမကြိုးစားလျှင် မကြိုက်ပါ။ အတန်းထဲတွင် အဆင့်မကျအောင် အမြဲသတိပေးပါသည်။ ကျွန်မ ဖေဖေမကြိုက်သည်ကို ဘယ်တော့မှ မလုပ်ပါ။ ဖေဖေ့ကို ကျေးဇူးဆပ်နိုင်ရန် စာကို ကြိုးစားပါသည်။ ဖေဖေဖြစ်စေချင်သော ပညာတတ်ထူးချွန်သူတစ်ဦး ဖြစ်ရန် ကျွန်မ ကြိုးစားမည်ဟု ဆုံးဖြတ်ထားပါသည်။

□

mgyoe.com

mgyoe.com

မွေးမေမေ

အတွေးမေးခွန်းများ

နိဒါန်း ။ ။ မေမေ့နာမည် ဘယ်သူလဲ။ မေမေက အသက်ဘယ်လောက်ရှိပြီလဲ။ ဘာအလုပ်လုပ်သလဲ။ မေမေက သမီးကို ချစ်သလား။

စာကိုယ် ။ ။ မေမေ့ပုံစံကို ရေးပြပါ။ မေမေက သမီးကို ဘာတွေလုပ်ပေးသလဲ။ ဘယ်လိုပြင်ဆင်ပေးသလဲ။ ဘယ်လို ဂရုစိုက်သလဲ။ ဘယ်လိုကျွေးမွေးသလဲ။ ဘာတွေ သင်ပေးသလဲ၊ ဘာတွေ ပြောပြသလဲ။ မေမေနဲ့ ဘယ်သွားလေ့ရှိသလဲ။ မှတ်မိသမျှ ချပြီးရေးပြပါ။

နိဂုံး ။ ။ မေမေ့ကို ချစ်သလား၊ မေမေနဲ့ နေရတာပျော်သလား။ မေမေ့ကို ခွဲနိုင်သလား၊ မေမေ့ကျေးဇူးကို သိရဲ့လား။ မေမေ့ကို ဘယ်လို ကျေးဇူးဆပ်မယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ထားသလဲ။

မှတ်ချက်အမှာ

ကိုယ့်အမေရဲ့အကြောင်း ကိုယ်ရေးရတာလောက် ပျော်စရာကောင်းတာ မရှိဘူးထင်ပါတယ်။

အတွေးမေးခွန်းပါ အချက်တွေနဲ့ ကိုက်ညှိပြီး လက်တွေ့ရေးကြည့်ကြပါ။ ပြီးရင် မေမေ့ကို ပြန်ပြပါ။ မေမေ ပြုံးပျော်ပါစေ။

mgyoe.com

mgyoe.com

မွေးမေမေ

မေမေ၏အမည်မှာ ဒေါ်ချယ်ရီ ဖြစ်ပါသည်။ မေမေ၏အသက်မှာ ၃၅ နှစ် ဖြစ်ပါသည်။ မေမေသည် ဈေးကြီးတွင် ဖိနပ်အမျိုးမျိုးရောင်းပါသည်။ မေမေ့ဆိုင်အမည်မှာ 'ချယ်ရီဖိနပ်ဆိုင်' ဖြစ်ပါသည်။ မေမေသည် စကားပြော အလွန်ကောင်းပါသည်။ မေမေက ကျွန်မကို အလွန်ချစ်ပါသည်။ အလွန်လည်း အလိုလိုက်ပါသည်။

မေမေသည် အလွန်ချောသော အမျိုးသမီးတစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။ မေမေ့ဆံပင်ကလည်း အလွန်ပင်ရှည်ပါသည်။ မေမေက ကျွန်မကို ငယ်ငယ်ကတည်းက ဆံပင်အရှည်ထားပေးပါသည်။ မေမေ့လို ဆံပင်အရှည်ကြီးဖြစ်လာအောင်ဟု ပြောပါသည်။ မနက်တိုင်း မေမေက ကျွန်မကို ခေါင်းဖြီးပေးပါသည်။ ဆံပင်စည်းပေးပါသည်။ သနပ်ခါးလိမ်းပေးပါသည်။ ကျွန်မစားရန် ပေါင်မုန့် ကြက်ဥကြော် လုပ်ထားပေးပါသည်။ ကျောင်းအတွက်လည်း ထမင်းဘူး ထည့်ထားပေးပါသည်။ ကျွန်မဝတ်ရန် ကျောင်းအင်္ကျီထုတ်ထားပေးပါသည်။ ကျောင်းကားလာလျှင် မေမေက ကျွန်မကို ကားပေါ်အထိ လိုက်တင်ပေးပါသည်။

ကျောင်းမှ ပြန်ရောက်ပြီး ကျွန်မကစားနေချိန်တွင် မေမေ ဈေးဆိုင်သိမ်း၍ ပြန်လာပါသည်။ ကျွန်မကိုခေါ်၍ ရေချိုးပေးပါသည်။ ထမင်းစားချိန်တွင် မေမေက ကျွန်မကြိုက်တတ်သော ဟင်းကို သီးသန့်ချက်ထားပေးပါသည်။ ငါးအရိုးကြောက်သော ကျွန်မအတွက် အရိုးထွင်ပေးပါသည်။ မေမေက ကျွန်မကို အလွန်ဂရုစိုက်ပါသည်။ ကျွန်မဖျားသည့်အခါ မေမေ ဈေးမထွက်ပါ။ ကျွန်မနှင့် မေမေတို့သည် တစ်ပတ်လျှင် တစ်ကြိမ် ဘုရားသွားကြပါသည်။ မေမေက ကျွန်မကို ငယ်စဉ်ကပင် ဘုရားရှိခိုးစာများ

mgyoe.com

သင်ပေးပါသည်။ ထမင်းဟင်းချက်နည်းကိုလည်း သင်ပြပေးပါသည်။ ကျွန်မ စာကျက်လျှင် မေမေက ကျက်ပြီးသောစာများကို အလွတ်ပြန်ခိုင်းတတ်ပါသည်။ နာမလည်သည့် စာများကိုလည်း ရှင်းပြပါသည်။ ညအိပ်ရာဝင်တိုင်း ပုံပြင်လေးများ ပြောပြတတ်ပါသည်။

ကျွန်မသည် မေမေ့ကို အလွန်ချစ်ပါသည်။ မေမေနှင့် ဖက်၍အိပ်ရသည်ကို အလွန်ပျော်ပါသည်။ မေမေမရှိလျှင် မနေတတ်ပါ။ မေမေနှင့် တစ်သက်လုံးအတူတူနေရန် ဆုံးဖြတ်ထားပါသည်။ မေမေ့ကို ဘယ်တော့မှ ခွဲမသွားပါ။ မေမေ့ကျေးဇူးကို ဆပ်ချင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် မေမေဖြစ်စေချင်သော ဆရာဝန်မကြီးဖြစ်ရန် ကျွန်မ အစွမ်းကုန် ကြိုးစားမည် ဖြစ်ပါသည်။

□

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျွန်မ၏ အိမ်ကလေး

အတွေးမေးခွန်းများ

နိဒါန်း ။ ။ အိမ်ကလေးတည်ရှိရာ အရပ်ကို ရေးပါ။ ဘယ်လိုအိမ်ကလေးလဲ။ အဲဒီအိမ်ကလေးကို ဘယ်သူပိုင်သလဲ။ အိမ်မှာ ဘယ်သူတွေ နေကြသလဲ။

စာကိုယ် ။ ။ အိမ်ကလေးတည်ဆောက်ပုံကို ရေးပြပါ။ အိမ်ကလေးကို ဘာနဲ့ မိုးထားသလဲ။ အခန်းဘယ်နှစ်ခန်းရှိသလဲ။ ဘယ်သူတွေက ဘယ်လိုနေကြသလဲ။ အခန်းဖွဲ့ပုံကို ရေးပြပါ။ အိမ်ရဲ့ အနီးအနားမှာ ဘာရှိသလဲ။ ဘာသံတွေ ကြားရနိုင်သလဲ။ အိမ်ထဲကရော ဘာသံတွေ ထွက်ပေါ်လာသလဲ။ အိမ်ကလေး သာယာပုံကို ရေးပြပါ။

နိဂုံး ။ ။ အိမ်ကလေးရဲ့ ပြည့်စုံမှုကို မြင်သာအောင် သရုပ်ဖော်ပြပါ။ အိမ်ကလေးမှာ မိသားစု ဘယ်လိုနေကြပါသလဲ။ အိမ်ကလေးမင်္ဂလာရှိကြောင်းရေးပြီး အဆုံးသတ်ပါ။

မှတ်ချက်အမှာ

ဒီ စာစီစာကုံးဟာ သရုပ်ဖော်စာစီစာကုံးအမျိုးအစား ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်ရေးပြတာကို ဖတ်ပြီး မမြင်ဖူးတဲ့သူတွေ မြင်သာလာအောင် ရေးပြရပါတယ်။

mgyoe.com

 mgyoe.com

ကိုယ့်အိမ်ကလေးကို အစားထိုးပြီး ရေးကြည့်ပါ။ တိုက်ခန်းဆိုရင်လည်း ဖွဲ့စည်းပုံနဲ့ ပတ်ဝန်းကျင် မြင်ကွင်းကို ပေါ်လွင်အောင် ရေးပါ။

ကိုယ့်အိမ်ကလေးကို သူများတကာ သဘောကျလာအောင် ရေးတတ်ဖို့ လေ့ကျင့်ပါ။ ပျော်စရာကောင်းတဲ့ သင်ခန်းစာတစ်ပုဒ် ဖြစ်တာ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျွန်မ၏အိမ်ကလေး

ကျွန်မသည် ရန်ကုန်မြို့ မြောက်ဥက္ကလာပမြို့နယ် ရောလမ်းသွယ်တွင် နေထိုင်ပါသည်။ ကျွန်မနေသောအိမ်ကလေးမှာ နှစ်ထပ်ပျဉ်ထောင်အိမ် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုအိမ်ကလေးကို ဘိုးဘိုးကြီးပိုင်ပါသည်။ အိမ်တွင် ဘိုးဘိုးကြီး၊ ဘွားဘွားကြီး၊ ဖေဖေ၊ မေမေ၊ ကိုကိုနှင့် ကျွန်မတို့ မိသားစု နေထိုင်ကြပါသည်၊

အိမ်ကလေးကို သွပ်ဖြင့် မိုးထားပါသည်။ အိမ်၏အပေါ်ထပ်တွင် အခန်းသုံးခန်း ရှိပါသည်။ ဘိုးဘိုးကြီးနှင့် ကိုကိုတို့ အတူတူနေပါသည်။ တစ်ခန်းက ကျွန်မနှင့် ဘွားဘွားကြီး နေပါသည်။ တစ်ခန်းက ဖေဖေနှင့် မေမေနေပါသည်။ မျက်နှာစာရှိ အခန်းကျယ်ကြီးတွင် ဘုရားစင်ရှိပါသည်။ ရုပ်မြင်သံကြားစက် ရှိပါသည်။ အိပ်ခန်းသို့ မဝင်မီ ကျွန်မတို့အားလုံး ထိုအခန်းကျယ်ကြီး၌ ဇာတ်လမ်းများ ကြည့်ကြပါသည်။ အိမ်ကလေး၏ အောက်ထပ်တွင် ဧည့်ခန်းရှိပါသည်။ စာကြည့်ခန်းရှိပါသည်။ စာကြည့်ခန်းတွင် ဘိုးဘိုးကြီးနှင့် ဖေဖေတို့ ဝယ်ယူစုဆောင်းထားသော စာအုပ်များစွာ ရှိပါသည်။ ကျွန်မတို့ မောင်နှမနှစ်ယောက်သည် ထိုအခန်းတွင် စာကျက်ကြပါသည်။ ထမင်းစားခန်းတွင် စားပွဲကြီးတစ်လုံး ရှိပါသည်။ မီးဖိုခန်း၊ ရေချိုးခန်းနှင့် အိမ်သာမှာ အိမ်၏ အနောက်ဘက်၌ ရှိပါသည်။

ကျွန်မတို့အိမ်ကလေးမှာ အလွန်အေးချမ်းပါသည်။ အိမ်၏အနီးတွင် ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းနှင့် ဆုတောင်းပြည့် စေတီလေးရှိပါသည်။ နံနက်ခင်း တုံးခေါက်သံနှင့် ညအခါ ဆည်းလည်းသံကလေးများကို ကြားနေရတတ်ပါသည်။ အိမ်မှလည်း မိုးလင်း

mgyoe.com

mgyoe.com

သည်နှင့် ဘွားဘွားကြီး၏ ကြေးစည်သံက ပတ်ဝန်းကျင်သို့ ပျံ့သွားပါသည်။ ကျွန်မနှင့် ကိုကိုတို့၏ စာအော်ကျက်သံများကိုလည်း ကြားနိုင်ပါသည်။ အိမ်ရှေ့တွင် ဖေဖေစိုက်ပျိုးထားသော သစ်ခွပန်းပင်ကလေးများမှာ အိမ်အဝင်ကို အလှဆင်ပေးထားသည်နှင့် တူပါသည်။

ကျွန်မ၏ အိမ်ကလေးမှာ အမိုး၊ အကာ၊ အခင်းနှင့် ပြည့်စုံ၍ တောင့်တင်းခိုင်ခံ့ပါသည်။ ရေနှင့် မီးလည်းပြည့်စုံပါသည်။ ခြံဝင်းအတွင်း အရိပ်ရပင်နှင့် ပန်းအလှပင်များလည်း ရှိပါသည်။ မိသားစုအားလုံး အိမ်ကလေးတွင် စည်းလုံးညီညွတ်စွာနေထိုင်လျက်ရှိပါသည်။ ကျွန်မ၏အိမ်ကလေးတွင် ဆူသံပူသံ ရန်ဖြစ်သံများ လုံးဝမကြားရပါ။ ကျွန်မတို့အိမ်ကလေးသည် အလွန်ပင် ကျက်သရေမင်္ဂလာ ရှိသော အိမ်ကလေးဖြစ်ပါသည်။

□

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျွန်တော်တို့ကျောင်း

အတွေးမေးခွန်းများ

နိဒါန်း ။ ။ ကျောင်းအမည်ကို ရေးပါ။ ကျောင်း၏တည်နေရာကို ရေးပါ။ ကျောင်းက ဘာနှင့်နီးသလဲ။

စာကိုယ် ။ ။ ကျောင်းကို မြင်သာအောင် ရေးပြပါ။ အဆောင် ဘယ်နှခု ရှိသလဲ။

ဘယ်အတန်းတွေ ရှိသလဲ။ ကျောင်းသား ဘယ်လောက်ရှိသလဲ။ ကျောင်းတက်ကျောင်းဆင်းချိန်ကို ရေးပါ။ ကျောင်းတက်ခေါင်းလောင်းထိုးရင် ဘာလုပ်ရသလဲ။ ကျောင်းဝင်းထဲမှာ မုန့်ဆိုင်ရှိသလား။ ကစားကွင်းရှိသလား၊ ပန်းပင်တွေရှိသလား။ ကျောင်းမှာရှိသမျှ မြင်ကွင်းကို ချပြီး ရေးပါ။

နိဂုံး ။ ။ ကျောင်းက ဘာတွေ ထူးခြားသလဲ။ ထူးချွန်မှုတွေ ရှိသလား။ ကျောင်းအတွက် ဂုဏ်ယူကြောင်းရေးပြီး အဆုံးသတ်ပေးပါ။

mgyoe.com

မှတ်ချက်အမှာ

ကလေးတို့အနေနဲ့ ကျောင်းအကြောင်းကို ရေးတတ်အောင် မိမိကျောင်းကို အမြဲလေ့လာထားကြရမယ်။

ကျောင်းသွားကျောင်းပြန် စာသင်စာကျက်နေရုံနဲ့ မပြီးဘူး။ ကျောင်းရဲ့အကြောင်းကို သိအောင် လုပ်ထားရမယ်။

ဘာတွေ ဂုဏ်ယူစရာ ရှိသလဲ။

ဘာတွေ ကျော်ကြားသလဲ။ ကလေးတို့ သိရမယ်။ ကျောင်းရဲ့ ကျေးဇူးကို နားလည်အောင် ကြိုးစားရမယ်။ ကျောင်းကို ချစ်ရမယ်။

ဒါမှ လှပတဲ့ ဒီစာစီစာကုံးမျိုး ရေးနိုင်ကြမှာဖြစ်တယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျွန်တော်တို့ကျောင်း

ကျွန်တော်တို့ကျောင်းသည် အမှတ် (၄)အခြေခံပညာ မူလတန်းနှင့် မူလွန်တန်းကျောင်းဖြစ်ပါသည်။ ကျောင်း၏တည်နေရာမှာ မန္တလေးမြို့ချမ်းအေးသာဇံမြို့နယ် ၆၈ လမ်းပေါ်တွင် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်တို့ကျောင်းသည် မင်္ဂလာဈေးနှင့် နီးပါသည်။ မန္တလေးဆေးရုံကြီးနှင့်လည်း နီးပါသည်။ ကျောင်း၏မျက်နှာချင်းဆိုင်တွင် ဝိဇိတာရုံ ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်း ရှိပါသည်။

ကျွန်တော်တို့ကျောင်းသည် ဝင်းကျယ်ကြီးအတွင်းတွင် ရှိသည်။ တစ်ထပ်စာသင်ဆောင် ၅ ခု ရှိပါသည်။ နှစ်ထပ်စာသင်ဆောင် ၂ ခု ရှိပါသည်။ ကျောင်းတွင် မူလတန်းနှင့် မူလွန်တန်းဟူ၍ အတန်းများ ခွဲခြားထားပါသည်။ မူလတန်းတွင် သူငယ်တန်းမှ စတုတ္ထတန်းအထိဖြစ်ပြီး မူလွန်တန်းမှာ ပဉ္စမတန်းမှ သတ္တမတန်းအထိဖြစ်ပါသည်။ ကျောင်းသားကျောင်းသူ စုစုပေါင်း ၁၀၀၀ ကျော်ရှိပါသည်။ ဆရာမ ၃၀ ကျော် ရှိပါသည်။ ကျောင်းချိန်မှာ နံနက် ၉ နာရီမှ ညနေ ၃ နာရီအထိဖြစ်ပါသည်။ ကျောင်းတက်ခေါင်းလောင်း ထိုးသည့်အခါ ကျွန်တော်တို့အားလုံး ကွင်းပြင်ကြီးတွင် တန်းစီရပါသည်။ နိုင်ငံတော်အလံကို အလေးပြုရပါသည်။ နိုင်ငံတော်သီချင်းကို ဆိုရပါသည်။ ကျောင်းအုပ်ဆရာမကြီးက ဆုံးမစကားများပြောပြီး အတန်းတွင်းသို့ စီတန်းပြန်ဝင်ရပါသည်။

ကျွန်တော်တို့ကျောင်းဝင်းအတွင်းတွင် မုန့်ဆိုင်များ ရှိပါသည်။ သန့်ရှင်းသောမုန့်များကို ရောင်းရန် ဆရာမကြီးက ညွှန်ကြားထားပါသည်။ ကျောင်းဝင်းထဲတွင်

mgyoe.com

ဒန်းနှင့်လျှောများ ရှိပါသည်။ ကျောင်းဆင်းချိန်တွင် ကျွန်တော်တို့ကစားကြပါသည်။ ကျောင်းဝင်းအတွင်း၌ သစ်ပင်ပန်းပင်များ ရှိပါသည်။ ပန်းပွင့်များကို မနူးရဟု တားမြစ်ထားပါသည်။

ကျွန်တော်တို့ကျောင်းသည် အလွန်စည်းကမ်းရှိသော ကျောင်းဖြစ်ပါသည်။ မိဘများ ကျောင်းအတွင်းသို့ မဝင်ရပါ။ ကျောင်းတွင်း သန့်ရှင်းရေးကို အတန်းလိုက် တာဝန်ယူရပါသည်။ ကျွန်တော်တို့ကျောင်းတွင် စာကြည့်တိုက်ရှိပါသည်။ ကျောင်းစာကြည့်တိုက်တွင် စာအုပ်မျိုးစုံရှိ၍ အချိန်နှင့် ဖတ်ရှုရပါသည်။ ကွန်ပျူတာခန်းလည်း ရှိပါသည်။ အလှည့်ကျဝင်၍ သင်ကြားရပါသည်။ ထို့အပြင် ကျောင်းသားကျောင်းသူများ အတွက် ကြက်ခြေနီဆေးပေးခန်းလည်း ရှိပါသည်။

ကျွန်တော်တို့ကျောင်းသည် မန္တလေးမြို့တွင် နာမည်ကြီးသောကျောင်းဖြစ်ပါသည်။ မြို့နယ်အလိုက် ပညာထူးချွန်ဆုများ ရပါသည်။ ဆိုကရေးတီးပြိုင်ပွဲတွင်လည်း ဆုရသူများရှိပါသည်။ ဆရာမများသည် ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးရေးအတွက်ဂရုတစိုက် သင်ကြားပေးကြပါသည်။ ကျွန်တော်သည် ကျွန်တော်တို့ကျောင်းအတွက် အမြဲဂုဏ်ယူနေပါသည်။

□

mgyoe.com

mgyoe.com

မြတ်ဆရာ

အတွေးမေးခွန်းများ

နီဒါန်း ။ ။ ဆရာဆိုတာ ဘာလဲ။ ဆရာကို ဘာကြောင့် ရိုသေလေးစားသင့်သလဲ။

စာကိုယ် ။ ။ ဆရာ ဘယ်နှမျိုးရှိသလဲ။ ဆရာကို စော်ကားရင် ဘာဖြစ်တတ်သလဲ။ ဥပမာပြ ပုံပြင်တစ်ခု ရေးပြပါ။ တပည့်ဝတ်ကဗျာကို ရေးပါ။ ဘယ်လို လိုက်နာရမလဲဆိုတာ ရေးပါ။ ဆရာက ဘာတွေ သင်ပေးသလဲ။ ဘာတွေ လမ်းညွှန်ပေးသလဲ၊ ဘယ်လိုဆုံးမသလဲ၊ ဘယ်လို ဆက်ဆံသလဲ၊ ဆရာက ရိုက်တတ်သလား၊ ဘာကြောင့်ရိုက်တာလဲ။

နိဂုံး ။ ။ ဆရာ့ကျေးဇူးအကြောင်းရေးပြပါ။ ဆရာကောင်းတပည့်ဘာဖြစ်သလဲ၊ စကားပုံနဲ့ ဖော်ပြပါ။ တပည့်ကောင်းပီသအောင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ ရေးပါ။

မှတ်ချက်အမှာ

ကလေးတို့အနေနဲ့ စကားပုံလေးတွေ၊ ဥပမာပေးရတတ်တဲ့ ပုံတိုပတ်စလေးတွေကို မှတ်သားကျင့် လုပ်ထားပါ။

mgyoe.com

တပည့်ဝတ်၊ ဆရာ့ဝတ်၊ မိဘဝတ်၊ သားသမီးဝတ်ဆိုတဲ့ အလင်္ကာတွေကို ကျက်ထားပါ။

မူလတန်းနဲ့ မူလွန်တန်းမှာ စာစီစာကုံးကိုအရှည်ကြီး ရေးဖို့မလိုတဲ့အတွက် ကိုယ်သိသမျှကို တိုတိုတုတ်တုတ် ရေးတတ်ဖို့ လေ့ကျင့်ထားပါ။

စာလုံးပေါင်းကို အထူးဂရုစိုက်ပါ။

mgyoe.com

mgyoe.com

မြတ်ဆရာ

ဆရာဟူသည် အလွန်မွန်မြတ်သော ကျေးဇူးရှင်ဖြစ်ပါသည်။ အနန္တော အနန္တ ငါးပါးတွင် တစ်ပါးအပါအဝင်ဖြစ်ပါသည်။ အာစရိယဂုဏော အနန္တောဟူ၍ ဘုရားနှင့် တစ်ဂိုဏ်းတည်းထားပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဆရာ၊ ဆရာမများကို ရိုသေလေးစားကြရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ဆရာဟူသည်မှာ အသိ၊ အတတ်ပညာတစ်မျိုးမျိုးကို သင်ကြားပေးသူ ဖြစ်ပါသည်။ သင်ဆရာ၊ မြင်ဆရာ၊ ကြားဆရာဟူ၍ ရှိပါသည်။ ဆရာကို ကာပြန်ပြီး မစော်ကားရပါ။ ဆရာဗျိုင်းကို စော်ကားမိသဖြင့် အာခေါင်ကို လှံစူးသေရသော ပုံပြင်ကို ကြားဖူးပါသည်။ မေမေက တပည့်တို့၏ဝတ္တရားကို သင်ပေးပါသည်။ "ညီညာထကြွ၊ ဆုံးမနာယူ၊ လာမူကြိုဆီး၊ ထံနီးလုပ်ကျွေး၊ သင်တွေးအံ့ရွတ်၊ တပည့်ဝတ်၊ မချွတ်ငါးခုသာ"ဟု ဆိုပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဆရာ၏ ဆုံးမစကားကို လိုက်နာရပါမည်။ ဆရာလာလျှင် ကြိုဆိုနှုတ်ဆက်ရပါမည်။ ဆရာ့အနီးတွင် ကူညီကြရပါမည်။ ဆရာသင်ကြားသမျှကို ညီညီညာညာ ကျက်မှတ်ရွတ်ဖတ်ကြရပါမည်။

ဆရာသည် တပည့်များကို စာများသာမက အသိပညာကိုလည်း သင်ပေးပါသည်။ လိမ္မာအောင်လည်း လမ်းညွှန်ပါသည်။ စည်းကမ်းရှိအောင်လည်း ဆုံးမပါသည်။ တပည့်များအပေါ် သားသမီးကဲ့သို့ ဂရုစိုက်ပါသည်။ ဆရာသည် တပည့်များကို ဘယ်တော့မှ စိတ်မဆိုးပါ။ ကျွန်တော်တို့ကျောင်းတွင် ဆရာအချို့မှာ အရိုက်ကြမ်းပါသည်။ ဆိုးသော

mgyoe.com

ကျောင်းသားများကို ကြိမ်လုံးနှင့် ရိုက်တတ်ပါသည်။ လိမ္မာစေလို၍ ဆုံးမခြင်းဖြစ်သဖြင့် ဆရာ့ကို မပြစ်မှားရပါ။

ဆရာမပြနည်းမကျဟူသော စကားပုံရှိပါသည်။ ဆရာမရှိဘဲ မည်သည့်ပညာမျှ မတတ်မြောက်နိုင်ပါ။ ဆရာကောင်းတပည့် ပန်းကောင်းပန်ရသည်ဟု ဆိုပါသည်။ တပည့်မကောင်း ဆရာ့ခေါင်းဟုလည်း ဆိုပါသည်။ ကျွန်တော်သည် တပည့်ကောင်း ပီသလိုပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဆရာ၏ဆုံးမစကားကို နားထောင်ပါမည်။ ဆရာသင်ပေးသမျှ ကြိုးစားကျက်မှတ်ပါမည်။ ဆရာလမ်းညွှန်သည့်အတိုင်း လိုက်နာဆောင်ရွက်ပါမည်။ ဆရာ၏ကျေးဇူးမှာ အလွန်ကြီးမားလှပါသည်။ ဆရာ၏ကျေးဇူးကို ဆပ်လိုပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဆရာဂုဏ်ယူရသော တပည့်ကျောင်းသားတစ်ဦး ဖြစ်စေရမည်ဟု ကျွန်တော် ဆုံးဖြတ်ထားပါသည်။

❒

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျောင်းမှန်မှန်တက် စာမခက်

အတွေးမေးခွန်းများ

နိဒါန်း ။ ။ ကျောင်းသူကျောင်းသားတစ်ယောက်အတွက် အရေးအကြီးဆုံးတာဝန်က ဘာလဲ။ ပေးထားတဲ့ ခေါင်းစဉ်ရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို ဖွင့်ဆိုရှင်းပြပါ။

စာကိုယ် ။ ။ ကျောင်းမှန်မှန်တက်ရင် ဘယ်လိုအကျိုး ရှိနိုင်သလဲ။ဘာဖြစ်လာနိုင်သလဲ။ ကျောင်းက ဘာတွေသင်ပြဆုံးမသလဲ။ ကျောင်းပျက်ရင် ဘယ်လိုဖြစ်မလဲ။ ကျောင်းပျက်တာ ဘာကြောင့်လဲ။ မပျက်ရအောင် ဘယ်လိုလုပ်ကြမလဲ။ ကျောင်းတက်ပျက်ရင် တကယ်နစ်နာတာက ဘယ်သူဖြစ်မလဲ။

နိဂုံး ။ ။ ကျောင်းတက်မှန်အောင် ဘာကို ဂရုစိုက်ရမလဲ။ အိမ်စာကို ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ။ စာတတ်ရင် ဘာဖြစ်မလဲ။လူတော်ဖြစ်ချင်ရင် ဘာလုပ်ရမလဲ။ တိုက်တွန်းစကားနဲ့ အဆုံးသတ်ပါ။

mgyoe.com

mgyoe.com

မှတ်ချက်အမှာ

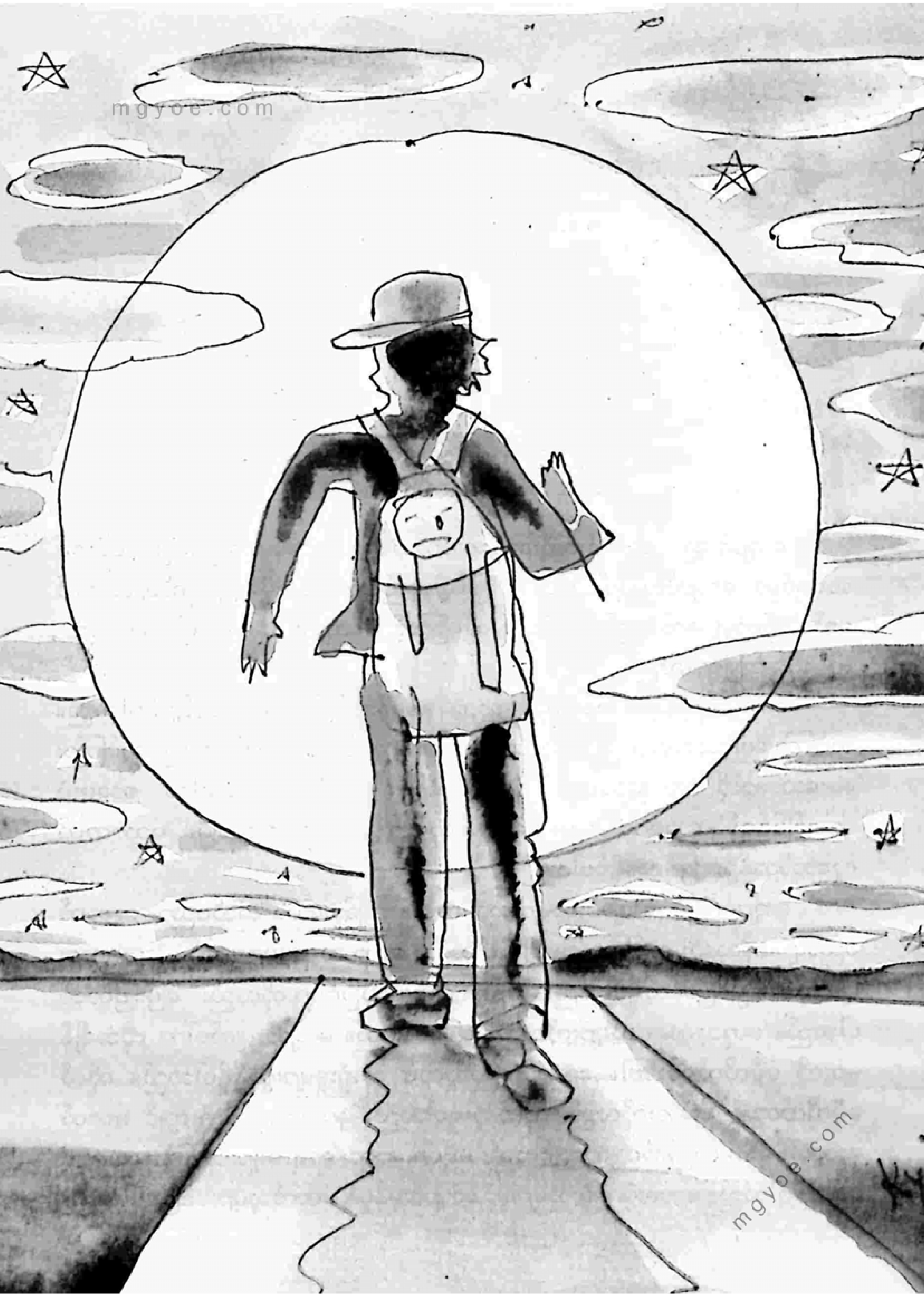
ဒီစာစီစာကုံးဟာ "ဖွင့်ဆိုရှင်းပြ" အမျိုးအစားဖြစ်တယ်။ စာစီစာကုံး ခေါင်းစဉ်ရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို ဖွင့်ဆိုပြီး အကျိုးအကြောင်း ရှင်းလင်းပြရမယ့် အရေးအသားဖြစ်တယ်။

အကြောင်းပြတတ်ရမယ်။

ဘာကြောင့်ဆိုတာ ရေးတတ်ရမယ်။

ကဲ- လက်တွေ့လေ့ကျင့်ကြည့်ပါဦး။ ပေးထားတဲ့ အတွေး မေးခွန်းကို ဖတ်စမ်းကြည့်၊ နမူနာကို လေ့လာကြည့်ပါ။

mgyoe.com


mgyoe.com
mgyoe.com

mgyoe.com

ကျောင်းမှန်မှန်တက် စာမခက်

ကျောင်းသူ ကျောင်းသားတစ်ယောက်အတွက် အရေးအကြီးဆုံး တာဝန်တစ်ရပ်မှာ ကျောင်းမှန်မှန်တက်ရေး ဖြစ်ပါသည်။ ကျောင်းမှန်မှန်တက်သူအတွက် မည်သည့်စာမျှ ခက်ခဲမည်မဟုတ်ပါ။ ထို့ကြောင့် "ကျောင်းမှန်မှန်တက် စာမခက်" ဟု ဆိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ကျောင်းမှန်မှန်တက်သူသည် စာကို မှန်မှန်သင်ကြားခွင့် ရမည်ဖြစ်ပါသည်။ သင်ကြားပေးသောစာကို နားမထောင်လိုက်ရပါက ကျက်မှတ်ရန်ခက်ပါသည်။ သင်ကြားပေးသောစာကို သေသေချာချာ နားထောင်ပြီး မှန်မှန်ကျက်မှတ်ပါက စာမေးပွဲအောင်မြင်ရန် သေချာပါသည်။ တစ်နှစ်တစ်တန်း မှန်မှန်အောင်ပြီး ပညာတတ်လူတော်တစ်ဦး ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။

ကျောင်းတွင် ကျောင်းစာများသာမကပါ။ အခြားသော အသိပညာ၊ အတတ်ပညာများကိုလည်း သင်ကြားပေးပါသေးသည်။ ဆရာ ဆရာမများသည် ဆုံးမ စကားများကို အမြဲပြောလေ့ရှိပါသည်။ ပညာရစေသောပုံပြင်များကိုလည်း ပြောပြတတ်ပါသည်။ ဗဟုသုတရဖွယ်များကိုလည်း ပြောပါသည်။ ကျောင်းပျက်ပါက ထိုအချိန်များကို မမီလိုက်တော့ပါ။ ကျောင်းပျက်သူတွင် ဆုံးရှုံးမှုများစွာ ရှိပါသည်။ ကိုယ်မမီလိုက်သော စာများကိုလည်း လိုက်ကူးရပါသည်။ နားမလည်ဘဲကူးလျှင် မတတ်တော့ပါ။ နားမလည်ဘဲကျက်လျှင်လည်း မရပါ။ ဆရာ၊ ဆရာမများကို ပြန်မပေးလျှင်ပို၍ ဆိုးပါသည်။ စာမေးပွဲကျရှုံးသူများမှာ ကျောင်းမှန်မှန် မတက်သူများပင်ဖြစ်ပါသည်။

mgyoe.com

ကျောင်းပျက်ရခြင်းမှာ အကြောင်းအမျိုးမျိုးရှိပါသည်။ အချို့က ပျင်း၍ကျောင်းပြေးကြပါသည်။ ဗိုက်အောင့်သည်။ ခေါင်းကိုက်သည်ဟု အကြောင်းပြကြပါသည်။ အလိုလိုက်သောမိဘများက ခွင့်တိုင်ပေးကြပါသည်။ အချို့ကမူ အမှန်တကယ် နေမကောင်းခြင်းဖြစ်ပါသည်။ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ ကျောင်းပျက်ပါက ပျက်သူအတွက် ထိခိုက်နစ်နာပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကျောင်းတက်မပျက်ကွက်ရစေရန် ကျန်းမာရေးကို ဂရုစိုက်ရပါမည်။ အိမ်စာများကိုလည်း မှန်မှန်လုပ်ရပါမည်။ အချို့ကျောင်းသားများသည် စာမကျက်ကြပါ။ ထို့ကြောင့် စာမရပါ။ ထိုအခါ စာမေးခံရမည်ကို ကြောက်ပြီး ကျောင်းပျက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ တစ်နေ့စာကို တစ်နေ့ မှန်မှန်ကျက်မှတ်လျှင် စာသည် ဘာမျှ မခက်ပါ။ စာတတ်မှ လူရာဝင်ပါမည်။ လူတော်လူမော်ဖြစ်လိုသူတိုင်း ကျောင်းမှန်မှန် တက်ကြပါဟု ကျွန်တော် တိုက်တွန်းလိုက်ပါသည်။

□

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျောင်းစာကြည့်တိုက်

အတွေးမေးခွန်းများ

နိဒါန်း ။ ။ ကျောင်းမှာ စာကြည့်တိုက်ရှိသလား။ ဘယ်နေရာမှာ ရှိသလဲ။ ဘယ်လိုအခန်းလဲ။ အခန်းအပေါက်ဝမှာ ဘာချိတ်ထားသလဲ။

စာကိုယ် ။ ။ စာကြည့်တိုက်ထဲမှာ ဘာတွေရှိသလဲ။ ဘယ်လိုစာအုပ်တွေထားသလဲ။ ဘယ်အချိန်မှာ စာကြည့်တိုက်ကို သွားသလဲ။ ဘာစာအုပ်တွေ ဖတ်သလဲ။ ဘာတွေမှတ်သလဲ။ စာကြည့်တိုက်အခန်းထဲမှာ စကားများလို့ရသလား။ စာရွက်တွေကို ဆုတ်ဖြဲလို့ရသလား။ ဘယ်သူက စောင့်ကြည့်နေသလဲ။ စာကြည့်တိုက်ထဲမှာ စာအုပ်တွေအပြင် တခြားဘာတွေ ရှိသေးသလဲ။

နိဂုံး ။ ။ ကျောင်းစာကြည့်တိုက်က ကျောင်းသားတွေရဲ့ ဘာဖြစ်သလဲ။ စာကြည့်တိုက်က ဘာတွေ ရသလဲ။ စာအုပ်တွေကို ဘယ်လိုရတာလဲ။ စာကြည့်တိုက်အတွက် ဘာလုပ်ပေးချင်သလဲ(စာအုပ်လှူတဲ့အကြောင်းနဲ့ အဆုံးသတ်ရင်ကောင်းတယ်)

mgyoe.com

mgyoe.com

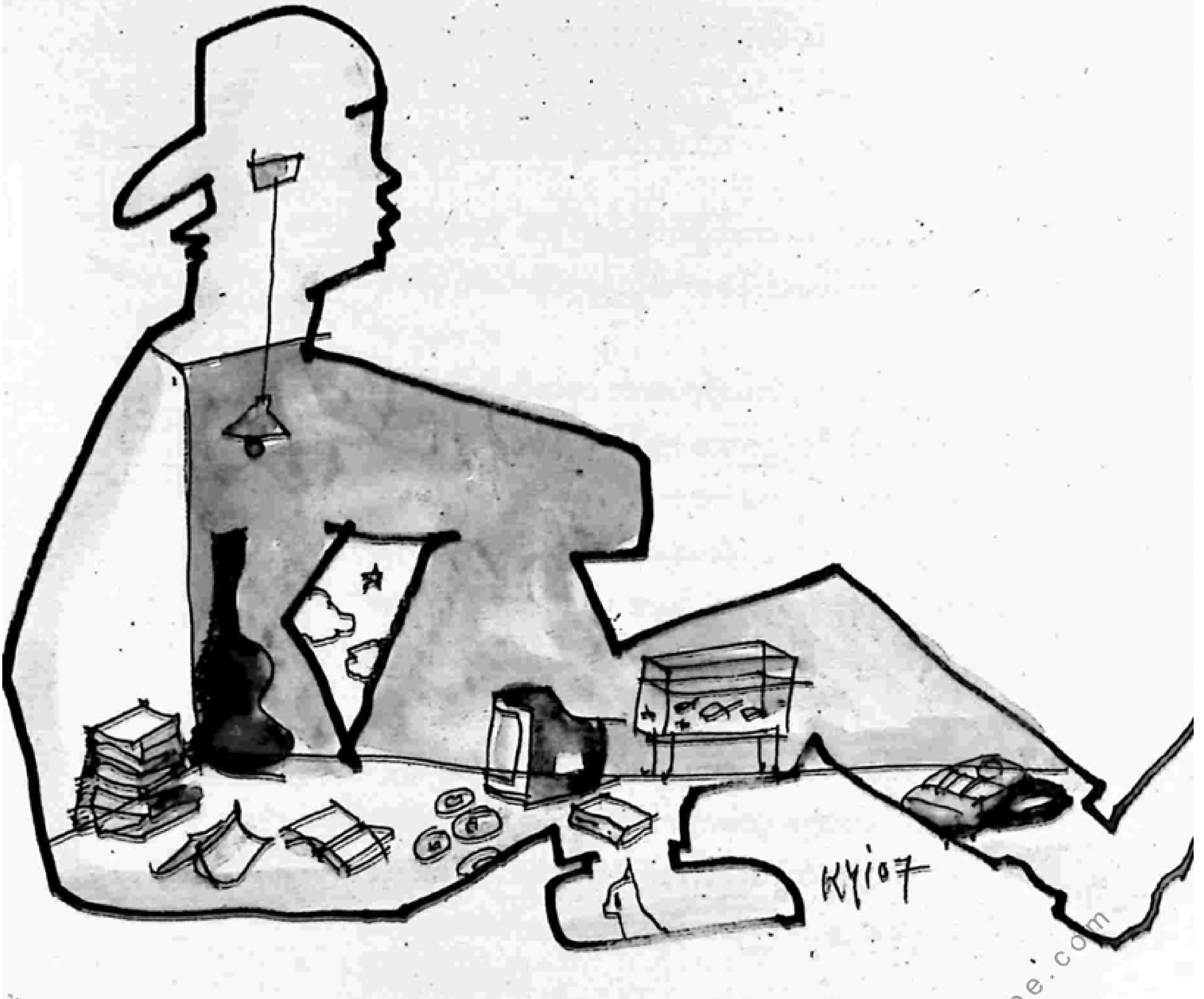
မှတ်ချက်အမှာ

ကျောင်းစာကြည့်တိုက်ထဲကို ဝင်ကြည့်ပါ။ တကယ်တွေ့တာတွေကို မှတ်ပြီး ကိုယ့်ဘာသာ မေးခွန်းထုတ်ပြန်ရေးပါ။

လက်တွေ့လေ့ကျင့်ရေး ကြည့်ဖို့က သိပ်အရေးကြီးပါတယ်။ စာစီစာကုံးကို မကျက်ကြပါနဲ့ ကလေးတို့ရေ။

mgyoe.com

mgyoe.com



mgyoe.com

mgyoe.com

ကျောင်းစာကြည့်တိုက်

ကျွန်မတို့ကျောင်းတွင် ကျောင်းစာကြည့်တိုက် ရှိပါသည်။ စာကြည့်တိုက်သည် ကျောင်းအုပ်ဆရာမကြီး၏ ရုံးခန်းနှင့် ကပ်လျက်တွင် ရှိပါသည်။ ကျယ်ပြန့်သော အခန်းကြီးလည်း ဖြစ်ပါသည်။ စာကြည့်တိုက်၏ အဝင်ဝတွင် "စိတ်ဓာတ်၊ စည်းကမ်း၊ ပညာ" ဟူသည့် စာတန်းကို ချိတ်ဆွဲထားပါသည်။

စာကြည့်တိုက်အတွင်းတွင် ဗီရို ၅ လုံးရှိပြီး စာအုပ်များကို ခွဲထည့်ထားပါသည်။ စာကြည့်စားပွဲရှည်ကြီး ၃လုံးရှိပါသည်။ စားပွဲပေါ်တွင် နေ့စဉ်ထုတ် သတင်းစာများ၊ အပတ်စဉ်ထုတ် ရွှေသွေး၊ ဂျာနယ်၊ ကလေးဂျာနယ်အမျိုးမျိုးကို တင်ထားပါသည်။ စိတ်ဝင်စားဖွယ် ကာတွန်း၊ ရုပ်ပြ၊ ပုံပြင်၊ မဂ္ဂဇင်းနှင့် ပညာပေးစာအုပ်များကိုလည်း ဗီရိုများတွင် စနစ်တကျ ထားရှိပါသည်။

ကျွန်မတို့သည် ကျောင်းမတက်မီအချိန်နှင့် ကျောင်းအားလပ်ချိန်များတွင် စာကြည့်တိုက်သို့သွား၍ စာဖတ်ကြပါသည်။ ကျွန်မသည် ပုံပြင်များကို အလွန်နှစ်သက်ပါသည်။ ဗဟုသုတဖြစ်ဖွယ် စာအုပ်များကိုလည်း ဖတ်ပါသည်။ အချို့အချက်အလက်များကို ကျွန်မ၏မှတ်စုစာအုပ်ထဲတွင် ကူးယူထားပါသည်။ စာကြည့်တိုက်အတွင်းတွင် မည်သူမျှ စကားမပြောရပါ။ စာရွက်များကို ဖြဲဆုတ်ခြင်း မပြုရပါ။ ဆရာမတစ်ဦးက အမြဲစောင့်ကြည့်နေပါသည်။

စာကြည့်တိုက်ခန်း၏ ထောင့်တစ်ခုတွင် ရုပ်မြင်သံကြားစက်ကြီး ရှိပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံတွင် ရုပ်မြင်သံကြားဖြင့် ပညာပေးဇာတ်လမ်းများ ဖွင့်ပြပေးပါသည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

သင်ခန်းစာများလည်း ပို့ချပေးပါသည်။ ကလေးကဗျာများ၊ အင်္ဂလိပ်သီချင်းများကို ကြည့်ရှုနားထောင်ရပါသည်။

ကျောင်းစာကြည့်တိုက်သည် ကျွန်မတို့ကျောင်းသူကျောင်းသားများ၏ အားကိုးရာ ဌာနတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ဗဟုသုတများကိုလည်း ရစေပါသည်။ အသိပညာများလည်း ရပါသည်။ အပျင်းလည်းပြေ ဉာဏ်ရည်လည်း တိုးသောနေရာဖြစ်ပါသည်။ ကျောင်းစာကြည့်တိုက်သို့ စာအုပ်လှူဒါန်းသူများစွာ ရှိသည်ဟု ဆိုပါသည်။ ထိုသူများကို ကျေးဇူးတင်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်မလည်း စာကြည့်တိုက်အတွက် စာအုပ်များ လှူဒါန်းရန် ဖေဖေ့ကို ပူစာခဲ့ပါသည်။ ဖေဖေက စာအုပ်များလှူသည့်အခါ ကျောင်းအုပ်ဆရာမကြီးက ကျေးဇူးတင်စကားပြောပြီး ဂုဏ်ပြုလက်မှတ် ပေးပါသည်။ ကျွန်မ အလွန်ပျော်ရွှင် ဝမ်းမြောက်ဂုဏ်ယူမိပါသည်။

❒

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျောင်းသားနှင့်အားကစား

အတွေးမေးခွန်းများ

နိဒါန်း ။ ။ ကျောင်းသားတစ်ယောက် စာကိုချည်း ကျက်မှတ်နေလို့ရသလား။ ကျန်းမာသန်စွမ်း ဉာဏ်ရည်တိုးဖို့ ဘာလုပ်သင့်သလဲ။

စာကိုယ် ။ ။ ဘယ်အချိန်မှာ ကစားကြမလဲ။ ဘာတွေ ကစားတတ်ကြသလဲ။ ယောကျ်ားလေးတွေက ဘယ်လိုကစားကြသလဲ။ မိန်းကလေးတွေက ဘယ်လိုကစားကြသလဲ။ ပေါင်းပြီးတော့ရော ဘာကစားကြသလဲ။ ကစားခုန်ပေါက်ခြင်းဟာ ဘာဖြစ်စေနိုင်သလဲ။ ငြိမ်ကုပ်နေသူဟာ ဘယ်လိုကလေးမျိုး ဖြစ်မလဲ။ အားကစားလုပ်ခြင်းဟာ ဘာဖြစ်စေနိုင်သလဲ။ ကစားနည်းမှာ စည်းကမ်းတွေရှိရဲ့လား။ ကစားနေရင်း ငြင်းခုန်တတ်တဲ့သူကို ဘာလုပ်သင့်သလဲ။ ကျောင်းမှာ အားကစားပြိုင်ပွဲလုပ်သလား။ ဘယ်လို ဆုပေးသလဲ။

နိဂုံး ။ ။ ဘာအားကစားကို စိတ်ထက်သန်သလဲ။ ကျောင်းပိတ်ရင် လေ့ကျင့်သလား။ ကျောင်းမှာ ဘယ်အဆင့်ရှိသလဲ။ မြို့နယ်အတွက် အရွေးခံရသလား။ ကြီးလာရင် နိုင်ငံအတွက် ဘာလုပ်ပေးမယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ထားသလဲ။

မှတ်ချက်အမှာ

ကိုယ်ဝါသနာပါတဲ့ အားကစားကို ရေးလို့ရပါတယ်။ လက်တွေ့ လေ့ကျင့်ရေးကြည့်ပါ။

mgyoe.com