2016

Challenge Game

NAUNG TAUNG PARTICIPANTS

WRITER BY JQY

NAUNG TAUNG | Hopong, Shan State

Contacts

ငါးကလေး 3

သံမှိုလမ်းလျှောက် 4

အုံအွမ် (ဖားအော်သံ) 5

SPIDER WEB (ပင့်ကူအိမ်) 6

ဘဲလမ်းလျှောက် (DUCK WALK) 6

BLOCK TRAIN (ရထားအကွက်လေးများ) 7

မျက်စိမှိတ်ဖြတ်ပြေး 7

ကြိုးကွန်ယက် (အမယ်ဘုတ်ကဲ့ သူ့ချည်ငင်) 8

ကော်ရုပ်လဲကျ (FALLEN DOLL) 8

ကမ်းမမြင်လမ်းမမြင် 9

စောင်လှန် 10

အဆိပ်ပင်လယ် 10

ကြက်ဥပစ် 11

ဆင်ကန်းတောတိုး 11

ပူစီဖောင်းသယ် 12

စည်းဝိုင်းထဲက ရေဗူး 12

ကားစီးခြင်း 13

အတူတကွလွှမ်းလျှောက်ခြင်း (WALK TOGETHER) 13

လျှပ်စစ်ကြိုး 14

ဂဏန်းပေါင်းစက် (THE CALCULATOR) 15

THE MAZE (ဂင်္ဘာ) 15

သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင် 16

ဤကစားနည်းများ ရေးဆွဲရာတွင် ပါဝင်ခဲ့သူများ 18

CHALLENGE GAME

အတူတကွ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ခြင်းဆိုင်ရာများ

ဤ အတူတကွ ပူးပေါင်း လုပ်ဆောင်ခြင်းဆိုင်ရာများကို နှောင်တောင်းပရဟိတ ဘုန်းတော်ကြီးသင် ပညာရေးကျောင်းမှ ၂၀၁၆ ခုနှစ်၊ မတ်/ဧပြီ ကာလတွင် တောင်ကြီးတက္ကသိုလ်မှ ပအိုဝ်းကျောင်းသား/ သူများနှင့် နှောင်တောင်း US Scholar ကျောင်းသား/ကျောင်းသူများအား သင်တန်းပေးမည့် ကြိုတင်သင်တန်းတွင် အောက်အဆုံးတွင် ပါသည့် သင်တန်းသား/သူများက ပူးပေါင်း ရေးသားသည်။

မှတ်ချက်။ ။ ဤတွင် ကစားသွားမည့် ကစားနည်းများသည် စိန်ခေါ်မှု ပါဝင်သော ကစားနည်းများ ဖြစ်သဖြင့် အချိန်ကို မငဲ့ညာဘဲ ကစားနည်းကို ပြီးသည်အထိ ကစားပေးသွားရပါမည်။ ရံဖန်ရံခန် အချိန်တိုတို အတွင်းပြီးသွားနိုင်သော်လည်း ရံဖန်ရံခါတွင် နှစ်နာရီ သုံးနာရီမျှမက တစ်ရက်နီးပါး ကြာသွားနိုင်သည်မျိုးလည်း ရှိတတ်ပါသေးသည်။ ဦးဆောင်သူ စွမ်းရည်ပြည့်ဝဖို့ လိုအပ်ပါသည်။ မည်သည့် အခြေအနေသို့ ရောက်နေပါစေ ကစားနည်းခြင်းကို ပြီးဆုံးအောင်မြင်သည့်အထိ ကစားပေးရမည်။

ငါးကလေး

ရည်ရွယ်ချက် = အာရုံစူးစိုက်မှု ရှိစေရန်၊ အချင်းချင်း နားလည်ခွင့်လွှတ်တတ်စေရန်၊ သည်းခံနိုင်ရန်

လိုအပ်ချိန် = (၁၀) မိနစ်မှ (၄၅) မိနစ် အထိ

လုပ်ဆောင်နည်း အဆင့်ဆင့် = သင်တန်းပံ့ပိုးသူမှ တနေရာရာတွင် ငါးကလေးကောင်တွေ့ရှိခဲ့ပုံကို ပြောပြပါ။ ဥပမာ = ကျွန်တော်/ကျွန်မလေ ဒီကို လာတုန်းက ရေကန်တခု တွေ့ခဲ့တယ်။ အဲရေကန်မှာ ငါးလေးတကောင်က အပေါ်ကို ခုန်ထွက်လာပါရော။ အပေါ်လည်းရောက်ရော ငါးလေးက ရေထဲ ပြန်ခုန်ချတယ်။ သူက ပြောလိုက်သေးတယ်။ ချမ်းလိုက်တာ တဲ့။ ဒါနဲ့ ဆက်ကြည့်နေတာ ငါးလေးနှစ်ကောင် တက်လာပါရော။ အပေါ်လည်းရောက်ရော ပြန်ခုန်ချတာပဲ။ သူတို့လေ ပြန်တက်လာပြီး ချမ်းလိုက်တာ ချမ်းလိုက်တာ လို့ တက်ပြောကြပြန်ရော။

ထိုပုံပြင်လေးပြောပြီးနောက် ထိုပုံပြင်နှင့် ပတ်သက်၍ တခုခု လုပ်ကြရအောင် ဟုပြောကာ သင်တန်းဆရာမှ အလယ်သို့ဝင်၍ ပထမတယောက်ကို `ငါးလေးတကောင်´ ဒုတိယတယောက်ကို `ရေထဲခုန်ချ´ တတိယ တယောက်ကို `ချမ်းလိုက်တာ´ ဟု ကိုယ်တိုင် လိုက်လံပြသပါ။ ငါးလေးတကောင်ပုံ၊ ရေထဲခုန်ချပုံနှင့်

ချမ်းလိုက်တာဟု ပြောသည့် ပုံများကို သင်တန်းသားများထံမှ အမူအယာ ပြန်ယူပါ။ အမူအယာများ လုပ်မပြနိုင်ပါက သင်တန်းဆရာမှသာလျှင် မိမိကြိုက်နှစ်သက်ရာ အမူအယာဖြင့် လုပ်စေပါ။ ထို့နောက် ငါးလေးတကောင်မှနေ၍ ငါးလေး သုံးလေးကောင်ကို သူတို့ နားလည်သည်အထိ ကစားပေးပါ။ အားလုံး နားလည်လောက်ပါက သူတို့အား စိန်ခေါ်ပါ။ ငါးကလေး ဘယ်နှစ်ကောင်အထိ ရအောင် လုပ်ကြမလဲဟု မေးကာ ထိုအကောင်ရေ ရောက်သည်အထိ ကစားပေးပါ။ သူတို့အခြေအနေကို ကြည့်၍ ခုနစ်ကောင် ၊ ရှစ်ကောင် အထိမျှသာ စိန်ခေါ်ပါစေ။ မအောင်မြင်မချင်း ကစားပေးပါ။

သင်ခန်းစာ။ ။ မည်ကဲ့သို့ ခံစားရသနည်းစသဖြင့် 3 H ကို မေးနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ်ပါကလည်း ခံစားချက်၊ တွေ့ရှိချက်၊ သင်ခန်းစာများကို မေးနိုင်ပါသည်။ ထို့နောက်တွင် မိမိဘဝတွင် ဤကစားနည်းမှ မည်ကဲ့သို့သော အတွေ့အကြုံကို ရယူသွားမည်နည်းဟု မေးကာ အဆုံးသတ်ပါ။

သံမှိုလမ်းလျှောက်

ရည်ရွယ်ချက် ။ အချင်းချင်း ရင်းနှီးစေရန်နှင့် တယောက်ကို တယောက် နားလည်စေရန်

လိုအပ်ချိန် ။ နှစ်နာရီခန့်= (၂း၀၀ နာရီ) မှ (၃း၀၀) နာရီဝန်းကျင်

လိုအပ်ပစ္စည်း ။ မျက်စိမှိတ်ပေးရန် ပိတ်စ။ နံရံကပ် ခမောက်သံမှိုနှင့် ပန်းကန်ခွက်ယောက်များ (သက်ဆိုင်ရာ အဖြစ် အရက်ပြန်၊ ဘီတာဒိုင်း၊ ဂါဝွမ်း၊ ပတ်တီး စသည်များလည်း ယူထားပါ)

လုပ်ဆောင်နည်းအဆင့်ဆင့်။ သင်တန်းသားများကို မိမိအယုံကြည်ရဆုံးသူ တဦးဦးကို ခေါ်ယူ၍ တွဲစေပါ။ မိမိ ယုံကြည်ရသူနှင့် အတူတကွ ထိုင်ပါ။ ထို့နောက် (လိုအပ်ပါက) မိနစ် အနည်းငယ်ခန့် မျက်နှာချင်းဆိုင်၍ တရားထိုင်စေပါ။ ပြီးလျှင် တယောက်က လက်ဝါးဖြန့်ပြီး ကျန်တယောက်က ထိုလက်ဝါးပေါ် လက်ချင်းထပ်ကာ လက်ချည်းသက်သက် ဆွဲခေါ်စေပါ။ ထိုအတွင်း မျက်စိမှိတ်ထားစေပါ။ မိနစ်အနည်းငယ်ကြာသော် နောက်တယောက် ပြောင်းပါ။ တယောက်နဲ့ တယောက် လက်ချည်းသက်သက် တွဲခေါ်ပြီးပါက တယောက်မှ တယောက်ကို တနေရာသို့ ခေါ်သွားခြင်းဖြင့် စပါ။ အတွဲခေါ် ခံရသူမှ မျက်လုံးမှိတ်ပါ။ သို့မဟုတ် အဝတ်စ တခုခုဖြင့် ပိတ်ထားစေပါ။ ပြီးလျှင် လူပြောင်းပါ။ တနေရာမှ တနေရာသို့ ခေါ်သွားခြင်းပြီးပါက တယောက်၏ အသံကို တယောက်မှတ်စေကာ ထိုအသံဖြင့် ဆွဲခေါ်ပါ။ အသံဖြင့် မှတ်ပြီးပါက သင်တန်းဆရာမှ သင်တန်းသားများကို နေရာရွှေ့ပေးရမည်။ ပြီးလျှင် အသံဖြင့် ခေါ်မည်လား ထိတွေ့ပြီးမှ ခေါ်မည်လား မေးကာ အပြင်သို့ ထွက်ကာ ၁၀ မိနစ်ခန့် အရှည်ရှိ ခရီးကို တလှည့်စီ မျက်စိမှိတ်လျက် သင်တန်းဆရာမှ လမ်းပြ၍ သွားစေပါ။ သင်တန်းဆရာမှ လမ်းကို ကြိုတင်ရွေးထားရပါမည်။ ထိုအတောအတွင်း သင်တန်းခန်းမတွင် သံမှိုခင်းခြင်း၊ သံမှိုကြားတွင် ကျောက်ခဲ သို့မဟုတ် အိုးခွက်ပန်းကန်များ ထည့်ခြင်း ပြုလုပ်၍ အကွာအဝေး တခုကို သတ်မှတ်လိုက်ပါ။ အပြင်မှ ပြန်ရောက်လာသော သင်တန်းသားများကို အံ့ဩဘနန်းဖြစ်အောင်

ကြိုဆိုပါ။ ထို့နောက် တလှည့်စီ မျက်လုံးအပိတ်လိုက် သံမှိုခင်းလမ်း ဖြတ်လျှောက်စေပါ။ နှစ်ယောက်စီ ပြီးသော် မျက်လုံးအဖွင့်လိုက် မိသားစုဖြင့် ဖြတ်ကျော်စေပါ။ ထို့နောက် သင်တန်းသားအားလုံး ဖြတ်ကျော်စေပါ။ သံမှိုကို သင်တန်းသား အားလုံးဆန့်နိုင်သည့် အနေအထားအတိုင်း ပြင်ဆင်ပါ။

မှတ်ချက်။ ။ အန္တရယ်ရှိသည့် ကစားနည်းဖြစ်ပါသဖြင့် သင်တန်းနည်းပြအားလုံးမှ ဂရုစိုက်ပေးပါရန်။

အုံအွမ် (ဖားအော်သံ)

ရည်ရွယ်ချက် = အချင်းချင်းရင်းနှီး၍ တယောက်၏ လိုအပ်ချက်များကို တယောက်က အလိုအလျှောက် သိလာစေရန် အချင်းချင်း နားလည်သဘောပေါက်ရန်

လိုအပ်ချိန် = ၁၀ မိနစ်မှ မိနစ် ၃၀ အထိ

လိုအပ်ပစ္စည်း = မရှိ

လုပ်ဆောင်နည်းအဆင့်ဆင့်။ ။ သင်တန်းသားများအား အိပ်ဖို့ လွယ်ကူသည့် အချိန်မဟုတ်ပါက မတ်တပ်ရပ်၍ မျက်စိမှိတ်ခိုင်းပါ။ အိပ်ဖို့လွယ်ကူသည့် အချိန် ဥပမာ နေ့လည်စာစားပြီး စသည့်အချိန်များ ဖြစ်ပါက မတ်တပ်ရပ်၍ နောက်ပြန်လှည့်ပါ။ ထိုင်၍လည်း ရပါသည်။ သင်တန်းသားများ ညှိနှိုင်းထားခြင်း မရှိစေဘဲ တယောက်က အုံ ဟုအော်ပါ။ နောက်တယောက်မှ အွမ် ဟုအော်ပါစေ။ ထိုကဲ့သို့ အော်ချိန်တွင် တိုင်ပင်မထားသော နှစ်ယောက် သို့တည်းမဟုတ် တယောက်တည်းမဟုတ်ခဲ့ပါက ဖားတကောင်ဟု သတ်မှတ်ပါ။ ထိုအတိုင်း အုံအွမ် တစ်စုံပြီးတိုင်း တကောင်ဟုတွက်သွားပါ။ အချိန်အတိုင်းအတာ တခုအထိ ဖန်တီးပေးပြီးနောက် စိန်ခေါ်ချက်ထုတ်ပါ။ ဘယ်နှစ်ကောင်အထိ ရအောင် အော်ကြမည်နည်း။ ထိုကဲ့သို့ စိန်ခေါ်ပြီးပါက ထိုအရေအတွက် အထိ ရောက်အောင် ကစားသွားပါ။

စည်းကမ်းချက်။ ။ မတိုင်ပင်ရ။ အစီအစဉ်အတိုင်း မဟုတ်ရ။ တယောက်တည်း မဖြစ်ရ။ နှစ်ယောက် ညှိမထားရ။ ပရမ်းပတာ အနေအထားအတိုင်း သွားရမည်။ တိုင်ပင်စေခဲ့ပါက သူတို့ တိုင်ပင်ထားသည့်အတိုင်း သွားပါစေ။

မူကွဲ။ ။ ထိုအနေအထားအတိုင်း နေ၍ တစ်၊ နှစ်၊ သုံး၊ လေး စသည်ကို ရေတွက်နိုင်သည်။

Spider Web (ပင့်ကူအိမ်)

ရည်ရွယ်ချက် = အချင်းချင်း ရင်းနှီးမှု ရှိစေရန်၊ ခွဲခြား ဆက်ဆံမှု ကင်းစေရန်၊ စဉ်းစားဆင်ခြင်နိုင်ရန်

လိုအပ်ချိန် = နာရီဝက်မှ နှစ်နာရီ

လိုအပ်ပစ္စည်း = ကြွပ်ကြွပ်ကြိုးများ

လုပ်ဆောင်နည်းအဆင့်ဆင့်။ ။ သင်တန်းနည်းပြများမှ အောက်ကြမ်းပြင်တွင် သက်တောင့်သက်သာ အနေအထားရှိသည့် နေရာတစ်ခုတွင်လည်းကောင်း ဘေးနှစ်ဖက်နှစ်ချက်တွင် ကြိုးများ အလွယ်တကူ ချည်နိုင်ရန်လွယ်ကူသည့် နေရာတွင်လည်းကောင်း ကြိုးကို ချည်ပါ။ ထို့နောက် ကြွပ်ကြွပ်ကြိုးများဖြင့် လူတကိုယ် ဝင်နိုင်သည့် အပေါက်များကိုဖန်တီးထားပေးပါ။ ရင်ညွန့်အနေအထားလောက်ရှိသော အမြင့်တွင် ဖြစ်ပါစေ။ ကလေးများဖြစ်ပါက သို့မဟုတ် အလျင်လိုပါက အပေါက်ကို ခပ်နိမ့်နိမ့် ထားနိုင်သည်။ လူဦးရေထက် သုံးလေးကွက် အပိုထားပေးပါ။ ထို့နောက် သင်တန်းသားများကို ထိုကြိုးကို မထိစေပဲ တဖက်သို့ အပေါက်မှတဆင့် သွားစေပါ။

စည်းကမ်းချက်များ။ ။ ကြိုးကိုမထိစေရ။ ထိပါက ထိသောသူ အစကနေ တဖန်ပြန်ဝင်ရမည်။ စည်းကမ်းချက်က ဤတစ်ခုတည်းသာ ဖြစ်သည်။ တယောက်ကို တပေါက်စီသာ ဖြတ်ခွင့်ပေးပါ။

ဘဲလမ်းလျှောက် (duck walk)

ရည်ရွယ်ချက် = အချင်းချင်း ခင်မင်ရင်းနှီးစေရန် ပူးပေါင်းပါဝင်မှုရှိစေရန်

လိုအပ်ချိန် = နာရီဝက်မှ တစ်နာရီ

လိုအပ်ပစ္စည်း = A4 (သို့မဟုတ်) သစ်ရွက်များ၊ Stop watch ။ ပွဲပိုးသူ သုံးဦး၊ ပိုက်ဘုတ်နှင့် မာကာ

လုပ်ဆောင်နည်းအဆင့်ဆင့်။ ။ သင်တန်းနည်းပြများမှ ပိုက်ဘုတ်တွင် တစ်မှ စ၍ မိမိလိုအပ်ချိန်အထိ ဂဏန်းကို အစဉ်လိုက် ရေးထားပါ။ တစ်ရာဂဏန်းကျင်အထိ ရေတွက်ဖြစ်သည်က များပါသည်။ အချိန်ကို တွက်သည့် နာရီတခု ဆောင်ထားပါ။ သင်တန်းဆရာတစ်ဦးမှ အချိန်ကို တွက်ပြီးနောက် မှတ်သားပေးရန် အသင့်အနေအထားတွင် နေပါ။ ထို့နောက် သင်တန်းသားများကို စာရွက် သို့မဟုတ် သစ်ရွက် စသဖြင့် တခုခု ပေးလိုက်ပါ။ ပြီးလျှင် သတ်မှတ်ထားသည့် နေရာအတွင်း ဟိုဟိုဒီဒီ လမ်းလျှောက်စေပါ။ မိမိလိုချင်သည့် အနေအထားရောက်အောင် လျှောက်စေပါ။ ပုံစံကွက်ကျပြီးဆိုပါက ထိုနေရာတွင် ရပ်စေ၍ မိမိလက်တွင် ပါသော စာရွက်ကို ချနင်းကာ တိတ် စသဖြင့် တစ်ခုခုဖြင့် အသေကပ်ထားပါ။ သင်တန်းနည်းပြမှလည်း တစ်ရွက်ယူ၍ နေရာတစ်ခု သတ်မှတ်လိုက်ပါ။ ထို့နောက် သင်တန်းဆရာသည် အောက်ပါ စည်းကမ်းများဖြင့်

စတင်၍ အစမ်းနှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်မျှ လျှောက်ပြပါ။ တကြိမ်လျှောက်တိုင်း အချိန်သတ်မှတ်သည့် နာရီကို ကြည့်နေပါ။ စတင်လျှောက်ပါ။ အကြိမ် ၄၀ ကျော်လာလျှင် စိန်ခေါ်ချက်စပါ။ အချိန်ကို တစ်နာရီ ဝန်းကျင် ဆော့ပါ။

စည်းကမ်းချက်များ။ ။ (၁) စကားမပြောရ။ (၂) ကိုယ်ဟန်အမူအရာ မပြရ။ (၃) တနေရာတည်း နှစ်ယောက် မရပ်ရ။ (၄) မိမိနေရာမှ ထွက်ပြီးပါက ပြန်မဝင်ရ။ (၅) ဘဲလမ်းကို မပိတ်ရ။ (၆) လိုအပ်ပါက အခြားစည်းကမ်းများလည်း ထပ်ထုတ်ပေးနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ တယောက်တည်း ဘဲနောက်လိုက်၍ ဘဲဝင်မည့် အကွက်ကို ကြိုတင်ပေးဝင်သည့် အခါမျိုး ဖြစ်တတ်သည်။ ထိုအခါ စည်းကမ်းချက်တိုးပါ။

Block Train (ရထားအကွက်လေးများ)

ရည်ရွယ်ချက် = တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးကိုယ်ချင်းစာတတ်ရန်။

လိုအပ်ချိန် = နာရီဝက်မှ နှစ်နာရီ

လိုအပ်ပစ္စည်း = ကြွပ်ကြွပ်ကြိုးများ၊ တစ်ပေဝန်းကျင် အကွက်လေးများ (သင်တန်းသား အခြေအနေကို ကြည့်၍ အကွက်ဆင်ပါ။)

လုပ်ဆောင်နည်းအဆင့်ဆင့် ။။ ပထမဦးဆုံး တပေ ပတ်လည်ရှိ အကွက်လေးများကိုစီတန်း၍ အနည်းငယ်စီခြားကာ ထောင့်ချိုးတခု ဖန်တီးထားပါ။ ထို့နောက် သင်တန်းသားကို နှစ်ဖွဲ့ခွဲပါ။ သင်တန်းသားများကို တဖက်ထောင့်စီတွင် နေစေပါ။ ပြီးလျှင် သူတို့ခြေကို ကြွပ်ကြွပ်ကြိုးဖြင့် ပူးတွဲချည်ပါ။ ပြီးလျှင် တဖက်တနေရာစီအတူနေစေပါ။ ထို့နောက် တဖက်စီ ဆန့်ကျင်ဘက် အကွက်မှနေ၍ တဖက်မှတဖက်သို့ အတူကူးစေပါ။ တဖက်သို့ ရောက်သော အဖွဲ့ကို အနိုင်ပေးနိုင်သည်။

မျက်စိမှိတ်ဖြတ်ပြေး

ရည်ရွယ်ချက် = ယုံကြည်မှု ရှိစေရန်၊ ရဲပုံ့စေရန်၊ သူတပါးအပေါ် ယုံကြည်စေရန်။

လိုအပ်ချိန် = ၅ မိနစ်မှ မိနစ် ၂၀ အထိ

လိုအပ်ပစ္စည်း = မရှိ

လုပ်ဆောင်နည်း အဆင့်ဆင့်။ ။ သင်တန်းသားများအားလုံးကို ညီတူညီမျ လက်တဆန့်အကွာတွင် မျက်နှာချင်းဆိုင် ရပ်စေပါ။ သူတို့လက်ကို ဆန့်ကာ လက်ဖျားချင်းထိ၍ ညီတူရပ်စေပါ။ ထို့နောက် တဖက်မှနေ၍ ထိုသင်တန်းသားများ၏ ဆန့်တန်းထားသော လက်ကြားမှ အရင်ဆုံး မျက်စိဖွင့်ကာ ဖြတ်ပြေးပါ။ နောက် မျက်စိမှိတ်ကာ ဖြတ်ပြေးပါ။ တန်းစီထားသည့် အစမှနေ၍ စတင်ဖြတ်ပေးပြီးပါက နောက်ဆုံးတွင် ပြန်တန်းစီပေးပါ။ သင်တန်းနည်းပြမှ ရှေ့တွင် ပြေးရင်း လွန်လာနိုင်သည့် သင်တန်းသားများကို ဖမ်းထားပေး ရန်လည်း လိုအပ်သည်။ နောက်ဆုံးမှ ပြေးရင်း ရှေ့တွင် ထပ်တန်းရင်း သင်တန်းသားများ ကုန်သွားသည် အထိ ပြေးစေပါ။ နှစ်ကြိမ်ပြုလုပ်ပါ။

စည်းကမ်းချက်။ ။ ပြေးလာသူ အနီးရောက်မှ လက်ရုတ်ရန်။ ပြေးလာသူအား မထိခိုက် မနာကျင်စေရန်။

ကြိုးကွန်ယက် (အမယ်ဘုတ်ကဲ့ သူ့ချည်ငင်)

ရည်ရွယ်ချက် = စိတ်ရှည်သည်းခံတတ်ရန်။ ပြဿနာများ ကြုံလာပါက ဖြေရှင်းတတ်ရန်

လိုအပ်ချိန် = တစ်နာရီနီးကျင်

လိုအပ်ပစ္စည်း = ကြွပ်ကြွပ်ကြိုးများ

လုပ်ဆောင်နည်းအဆင့်ဆင့် ။ ပထမဦးဆုံး သင်တန်းနည်းပြမှ သင်တန်းသား အရေအတွက် အလိုက် တလံခန့်ရှိ ကြွပ်ကြွပ်ကြိုးများကို ဖြတ်ထားရန်။ ထို့နောက် သင်တန်းသားများကို စက်ဝိုင်းပုံစံ စုစေပါ။ နောက် သင်တန်းနည်းပြမှ သင်တန်းသားများကို ထိုကြွပ်ကြွပ်ကြိုးအား စု၍ ကြိုးစတစ်စကို ကိုင်စေပါ။ နောက် အောက်ကြိုးစကို မွှေနောက်က ထိုကြိုးစကိုလည်း တယောက် တပင်ယူစေပါ။ ပြီးလျှင် မိမိတဖက်စီကိုင်ထားသော ကြိုးကို သေချာကိုင်ထားစေ၍ သင်တန်းနည်းပြမှ လွှတ်လိုက်ပါ။ ထိုကြိုးကို အတတ်နိုင်ဆုံး အဝိုင်းပြုလုပ်စေပါ။ မဝိုင်းနိုင်ပါကလည်း ရပါသည်။ ကြိုးကို မလွှတ်စေဘဲ ရှင်းစေပါ။

စည်းကမ်းချက်။ ကြိုးကို သေချာစွာ ကိုင်ပါစေ။

ကော်ရုပ်လဲကျ (Fallen Doll)

ရည်ရွယ်ချက် = မိမိကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်ရန်။ သူတပါးကို ယုံကြည်ရန်

လိုအပ်ချိန် = တစ်နာရီမှ နှစ်နာရီ

လိုအပ်ပစ္စည်း = လူတရပ်အမြင့်ရှိ တက်ရန် ဆင်းရန် လွယ်ကူသော ခုန်အမြင့်

လုပ်ဆောင်နည်း အဆင့်ဆင့်။ ပထမဦးဆုံး ယုံကြည်ရသည်ဆိုသော သင်တန်းသား/သူကို နှစ်ဦးချင်းစီ ရွေးချယ်ကာ မတ်တပ်ရပ်စေပါ။ သင်တန်းနည်းပြမှလည်း နှစ်ယောက်တွဲကာ တယောက်မှရပ်၍ တယောက်မှ ကျောဘက်ကနေ အရုပ်ကြိုးပြတ် လဲကျစေပါ။ နောက်တယောက်က သေချာထိန်းပြပါ။ ထိုနည်းအတိုင်း သင်တန်းသားများအားလုံးကို ပြုလုပ်စေပါ။ နှစ်ယောက်တွဲ အချင်းချင်း ပြုလုပ်စေပြီးနောက် သုံးယောက်တွဲပါ။ သုံးယောက်တန်းစီ ရပ်၍ အလယ်မှလူကို နောက်သို့ လဲချစေပြီးလျှင် တွန်းထုတ်ကာ ရှေ့သို့ ယိုင်လဲစေပါ။ ရှေ့မှ နောက်မှ တွန်းသည်ကို အလယ်မှ လူကာ အရုပ်လို နေရပါမည်။ လူလဲကစားပြီးလျှင် လေးယောက်။ လေးယောက်ပြီးလျှင် ငါးယောက်တွဲပါ။ ငါးယောက်လဲ အချင်းချင်း အလယ်တွင် အလှည့်ကျနေစေပြီးမှ အရုပ် လုပ်စေပြီးနောက် ခေတ္တနားပါ။ ပြီးလျှင် လူတရပ်အမြင့်ရှိ ခုံပေါ်သို့ တက်၍ လဲချရမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောကာ အောက်မှ အပေါ်မှ ကျလာမည့်သူ ဒဏ်ရာမရောက်စေရန် မည်သို့ ကာကွယ်ရမည်နည်းကို ဆွေးနွေးစေပါ။ လက်တွေ့ နေစေပြီးလျှင် သင်တန်းနည်းပြမှ ပထမဦးဆုံး အရုပ်ကြိုးပြတ်လဲကျပြပါ။

စည်းကမ်းချက်။ ။ ရဲရဲဝံ့ဝံ့လုပ်ပါ။

ကမ်းမမြင်လမ်းမမြင်

ရည်ရွယ်ချက် = အချင်းချင်း ယုံကြည်မှု ရှိစေရန်

လိုအပ်ချိန် = တစ်နာရီ

လိုအပ်ပစ္စည်း = အနီးတဝိုက်တွင် ရှိသော သစ်ပင်များကို သင်တန်းဆရာများက မှတ်သား၍ ယူဆောင်ရမည့် ပစ္စည်းအဖြစ် သတ်မှတ်ရန်

လုပ်ဆောင်နည်းအဆင့်ဆင့်။ ။ သင်တန်းသားများအားလုံးကို လိုအပ်သလောက် အဖွဲ့ခွဲပါ။ အရေအတွက် အလိုက် လေးဖွဲ့ သို့မဟုတ် ငါးဖွဲ့ခွဲပါ။ ပြီးလျှင် သင်တန်းခန်းမနှင့် အကွာအဝေးညီမျှသော ဆန့်ကျင်ဘက် နေရာ အသီးသီးသို့ ခေါ်ဆောင်သွားပါ။ အားလုံးကို မျက်လုံးအဂတ်စည်းစေပါ။ ထိုမှလျှင် မိမိသင်တန်းခန်းမသို့ ပြန်စေပါ။ လမ်းတွင် ပေါ်များသည့် သစ်ပင် ကျောက်ခဲ စသည့် ဒေသအလျောက် သစ်ရွက် တမျိုးမျိုး ဂါးရွက် တမျိုးမျိုးကို ခူးယူ ယူဆောင်ခဲ့စေပါ။ သင်တန်းနည်းပြများမှ အယောင်ဆောင်များ၊ နှောင့်ယှက်မည့်သူများ ပြုလုပ်ပေးရမည်။ လမ်းကို မှားခေါ်ခြင်း၊ အသံတုပြခြင်းများ လုပ်ဆောင်နိုင်သည်။

စည်းကမ်းချက်။ ။ သစ်ရွက် သစ်ခက် တခုခုကို လမ်းတွင် အနည်းဆုံး နှစ်မျိုးရှာစေပါ။

စောင်လှန်

ရည်ရွယ်ချက် = ရင်းနှီးစေရန်

လိုအပ်ချိန် = ၅ မိနစ်မှ မိနစ် ၃၀ ထိ

လိုအပ်ပစ္စည်း = စောင်

လုပ်ဆောင်နည်းအဆင့်ဆင့် ။ သင်တန်းသားများအားလုံး အရေအတွက်နှင့် ကိုက်ညီသည့် စောင်ကို ရှာယူကာ ခင်းပါ။ ထိုစော်ပေါ် သင်တန်းသားများအားလုံး တက်ခိုင်းပါ။ ပြီးလျှင် ထိုစောင်ကို အထက်အောက် လှန်ခိုင်းပါ။ စောင်ကို လှန်စဉ်အတွင်း သင်တန်းသားများ အောက်ကို မဆင်းရ။ စောင်ပေါ်တွင် အစဉ်အမြဲ ရှိလျက် စောင်ကို လှန်ရမည်။

စည်းကမ်းချက်။ ။ စောင်လှန်စဉ် စောင်အောက်သို့ ဆင်းခြင်း စသည် တခုခုကြောင့် စောင်အပြင် ထွက်ခဲ့ပါက အစကနေ ပြန်စစေပါ။

အဆိပ်ပင်လယ်

ရည်ရွယ်ချက် = အချင်းချင်း ရင်းနှီးမှု ရရှိစေရန်

လိုအပ်ချိန် = တစ်နာရီမှ နှစ်နာရီ

လိုအပ်ပစ္စည်း = စာရွက်များ၊ ခုံများ၊ ကြွပ်ကြွပ်ကြိုးများ

လုပ်ဆောင်နည်း အဆင့်ဆင့်။ သင်တန်းသားများအားလုံး သွားရန် အဆင်ပြေမည့် လမ်းတခု ဖန်တီးပါ။ လမ်းတွင် ကျောက်ခဲများ ချထားပါ။ ခပ်လှန်းလှန်းတွင် ခုံတစ်ခုံ ချထားပါ။ နောက် ပန်းတိုင်တစ်ခုကို သတ်မှတ်ပါ။ ပြီးလျှင် သင်တန်းသား အရေအတွက်၏ သုံးပုံတစ်ပုံခန့် A4 စာရွက် သို့မဟုတ် Flip Chart အမာကို ဖြတ်၍ ပေးပါ။ စမှတ် နေရာတခု ဖန်တီးပေးပြီးလျှင် ထိုမှ စထွက်၍ ပန်းတိုင်သို့ ထိုစာရွက်များ ချနင်း၍ သွားစေပါ။ သင်တန်းသားချင်းချင်း လက်တွဲမဖြုတ်ရ။ လက်တွဲဖြုတ်ခြင်း စာရွက်အပြင်ဘက်တွင် မနင်းရ။ ထိုအတိုင်း ပန်းတိုင်သို့ တွဲသွားရမည်။ စာရွက်များ ပေးဂေစဉ် သတိထားရမည်။ မလောက်မင အနေအထားမှာ ရှိနေရမည်။ ဂေထားသည့် စာရွက် ပြည့်စုံနေပါက မုန်တိုင်းဟုခေါ်ကာ စာရွက်ကို လုယူနိုင်သည်။ မလောက်င ပါက မုန်တိုင်းအတွင်း လေ့တစ်စင်းမျောလာသည်ဆိုကာ စာရွက်တရွက် ထပ်ပေးနိုင်သည်။ ထို့နောက် စမှတ်မှ နေ၍ ပန်းတိုင်သို့ သင်တန်းသားများအား သွားခိုင်းပါ။

စည်းကမ်းချက်။ ။ လက်တွဲမဖြုတ်ရ။

ကြက်ဥပစ်

ရည်ရွယ်ချက် = မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်ရန်၊ အချင်းချင်း နားလည်စေရန်။ အချိန်ကို အကျိုးရှိစွာ အသုံးချတတ်စေရန်။ နည်းလမ်းသစ် ရှာဖွေတတ်ရန်

လိုအပ်ချိန် = မိနစ်သုံးဆယ်မှ တစ်နာရီ

လိုအပ်ပစ္စည်း = ကြက်ဥနှင့် အရွယ်တူ သံပုရာသီး သို့မဟုတ် အာလူး။ ကြက်ဥ

လုပ်ဆောင်နည်း အဆင့်ဆင့် ။ သင်တန်းသားများကို ဝိုင်းဝိုင်းနေစေပါ။ အာလူးသဖြင့် ကြက်ဥအရွယ် အစားရှိ တစ်စုံတရာကို ပေးကာ နာမည်ခေါ်၍ တဦးထံမှ တဦးသို့ ပစ်စေပါ။ `ခွန်မောင်´ ဆို၍ ပစ်ပေးလျှင် ခွန်မောင်မှ ဖမ်း၍ `နန်းခင်´ ဟုအော်ကာ နန်းခင်သို့ ပြန်ပစ်ပေးပါ။ မိမိပစ်သည့်လူကို သေချာမှတ်ထားစေပါ။ မိမိပစ်ခဲ့သူကိုသာ နောက်တကြိမ်တွင်လည်း ပြန်ပစ်စေပါ။ အချင်းချင်း မှတ်မိပြီဆိုပါက အချိန်သတ်မှတ်ကာ ပစ်စေပါ။ အချိန်အနည်းဆုံးသို့ ရောက်လာပါက ထို အာလူးစသည့် တခုခု အစားအား ကြက်ဥကို အစားထိုးပါ။ နောက် ယခင် အာလူး စသည့် တခုခုဖြင့် ကစားခဲ့သည့် စံချိန်အတိုင်း ပြန်လည် ကစားစေပါ။

စည်းကမ်းချက်။ နာမည်ခေါ်၍ ပစ်ရန် (ဤတခုတည်းသာ)

ဆင်ကန်းတောတိုး

ရည်ရွယ်ချက် = အဖွဲ့စိတ်ဓာတ်တည်ဆောက်ရန်

လိုအပ်ချိန် = ၂ နာရီ

လိုအပ်ပစ္စည်း = မျက်စိပိတ်ရန် ပိတ်စ။ မျက်စိပိတ်ခံထားရသော လူအုပ်ကြီး၏ တန်းစီသွားမှုအတွက် လုံခြုံသော နေရာအကျယ်အဝန်း

လုပ်ဆောင်နည်းအဆင့်ဆင့်။ ။ အုပ်စုသည် ဆင်တကောင်နှင့် ဆင်ဦးစီးတယောက်၏ လမ်းညွှန်ချက်အရ တောတွင်း၌ လမ်းလျှောက်သွားကြရမည်။ ဆင်ဦးစီးမှလွဲ၍ ကျန်သည့် လူများအားလုံး မျက်စိတ်မှိတ်ထားရမည်။ ဆင်သည် လူစကား နားမလည်၍ သင်္ကေတဖြင့်သာ ပြနိုင်သည်။ လူစကာမတတ်သော ဆင်ကို သင်္ကေတဖြင့် ခေါ်ဆောင်သွားရမည်ဖြစ်၍ သင်္ကေတကို ရှေးဦးစွာ နားလည်အောင် လုပ်ထားကြစေဖို့လိုသည်။ ဆင်ကိုယ်လုံး က အချင်းချင်း ပြောခွင့်ရှိသည်။ ဆင်ဦးစီးသည် ဆင်ကို မထိရ။ မကိုင်ရ။ သင်တန်းဆရာ

လမ်းညွှန်သည့်အတိုင် သွားရမည်။ နေရာ အခက်အခဲ မရှိခဲ့ပါက ခုံ စားပွဲ စသည်တို့ဖြင့် အခက်အခဲအသစ် ကို ဖန်တီးနိုင်သည်။

သတိပြုရန်။ ပွဲပိုးသူများအားလုံးက သင်တန်းသားများ အန္တရာယ်မဖြစ်စေရန် လိုက်လံစောင့်ရှောက်ပါ။ တောခြောက်ခြင်း။ လေတိုက်ခြင်း စသည့် အနှောင့်အယှက်များပေးနိုင်သည်။ ဆင်ဦးစီးကိုသော်လည်းကောင်း ပွဲပိုးသူကိုယ်တိုင်လည်းကောင်း ဖြစ်စဉ်ကို မှတ်ထားရန်လိုသည်။

စည်းကမ်းချက်။ ဆင်ဦးစီး စကားမပြောရ။

ပူစီဖောင်းသယ်

ရည်ရွယ်ချက် = အချင်းချင်း ယုံကြည်မှု ရှိစေရန်

လိုအပ်ချိန် = ၅ မိနစ်မှ ၁၀ မိနစ်

လိုအပ်ပစ္စည်း = ပူစီဖောင်း

လုပ်ဆောင်နည်း အဆင့်ဆင့် = သင်တန်းသားများကို အဖွဲ့နှစ်ဖွဲ့ခွဲ၍ ကျောချင်းကပ် တန်းစီစေပါ။ သင်တန်းနည်းပြမှ ထိုသင်တန်းသားများ ကျောကြားထဲသို့ လေမှုတ်ထားသော ပူစီဖောင်းကို ထည့်လိုက်ပါ။ ကျောဖြင့်သာ ဆင့်ကမ်းသွားစေပြီး နောက်ဆုံး ထည့်စရာ တခုခုဆီကို ထည့်စေပါ။

စည်းကမ်းချက်။ မကျရ။ လက်ဖြင့် မကိုင်ရ။ ဖောက်ဖျက်ပါက အစမှ ပြန်စရမည်။

စည်းဝိုင်းထဲက ရေပူး

ရည်ရွယ်ချက် = ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်တတ်ရန်

လိုအပ်ချိန် = ၁၅ မိနစ်

လိုအပ်ပစ္စည်း = ကျောက်ခဲ တဂက်ထည့်ထားသော ပုံး၊ သို့မဟုတ် ရေသန့်ဗူး။ စည်းဝိုင်းတခု၊ ကြွပ်ကြွပ်ကြိုး

လုပ်ဆောင်နည်း အဆင့်ဆင့် ။ သင်တန်းသားများကို နှစ်ဖွဲ့ခွဲပါ။ ထို့နောက် သင်တန်းဆရာကိုယ်တိုင် ပြင်ဆင်ထားသည့် ပုံမှန် အကျယ်အဝန်းရှိ စည်းဝိုင်းတခုအတွင်း ကျောက်စရစ်ခဲ (သဲ) ထည့်ထားသော ရေသန့်ဗူးကို ပြပါ။ ထို့နောက် တဖွဲ့စီမှ နှစ်ဦးကို ခေါ်ထုတ်ပါ။ ထိုနှစ်ဦးကို စည်းဝိုင်းထဲမှ ရေသန့်ဗူးအား

စည်းအပြင် ပန်းကန် သို့မဟုတ် တခုခု ထဲသို့ ကြွပ်ကြွပ်ကြိုးကိုသာ အသုံးပြု၍ ထုတ်စေပါ။ သူတို့အား မျက်စိပိတ်ထားရမည်။ အဖွဲ့ဝင်များက သူတို့ကို ကူညီညွှန်ပြပြောဆိုပေးနိုင်သည်။ သူတို့ကြိုက်သည့်နည်းဖြင့် သယ်ယူပါစေ။ အမြန်ဆုံး သယ်ထုတ်ချိန်ကို သတ်မှတ်ကာ ပြိုင်စေပါ။

စည်းကမ်းချက်။ ။ သဲထည့်ထားသော ရေသန့်ဗူးသည် စည်းဝိုင်းအပြင်သို့ လက်ဖြင့် မထိဘဲ သယ်ထုတ်ရန်။

ကားစီးခြင်း

ရည်ရွယ်ချက် = ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်တတ်စေရန်။ နားလည်သည်းခံ ဖေးမကူညီတတ်ရန်

လိုအပ်ချိန် = တစ်နာရီ

လိုအပ်ပစ္စည်း = ဖလစ်ချပ်များ

လုပ်ဆောင်နည်းအဆင့်ဆင့် ။ သင်တန်းနည်းပြမှ သင်တန်းသားများအား မက်လုံးတစ်ခုပေးသည့် အနေဖြင့် သင်တန်းပြီးလျှင် တနေရာသို့ ခေါ်သွားမည်။ ဘယ်ကို သွားချင်သလဲဟု မေးကာ သွားချင်သည့် နေရာများကို ချရေးထားမည်။ လေးခုလောက်ရေးပြီးနောက် ပြန်လာရန် သင်တန်းပြုလုပ်သည့် နေရာကို ထည့်သွင်းထားမည်။ ပြီးလျှင် ထိုနောက် သင်တန်းသားများအားလုံး ဝင်ဆန့်နိုင်သည့် အတိုင်းအတာအတိုင်း ဖလစ်ချပ်ကို ချခင်းလိုက်ပါ။ ထိုအပေါ် သင်တန်းသားအားလုံး တက်ရပ်ခိုင်းလိုက်ပါ။ ပြီးလျှင် သူတို့ ပြောထားသည့် နေရာကို ပြောပါ။ ကဲ ငပလီရောက်ပြီ သို့မဟုတ် ပြင်ဦးလွင် ရောက်ပြီ လည်ကြ ပတ်ကြပါ စသဖြင့် ပြောပြီး ပြန်ဆင်းခိုင်းပါ။ ထို့နောက် စာရွက် တချို့ကို ခေါက်လိုက်ပါ။ ပြီးလျှင် နောက် တဒေသကို ရောက်ပြီ ဖြစ်ကြောင်း ခုနက ကားချောင်သော်လည်း ခုက ပစ္စည်းတချို့ဝယ်လိုက်သဖြင့် နည်းနည်းကြပ်သွားကြောင်း ပြောကာ တဆင့်ချင်းစီ စာရွက်ကို ခေါက်သွားပါ။

စည်းကမ်းချက်။ ။ ကားထွက်ပြီ ဟုအော်ပြီးနောက် သုံးစက္ကန့်ခန့် စာရွက်ပေါ် နေစေပါ။ ထိုအတွင်း စာရွက်အတွင်း စာရွက်ဘေးသို့ ထွက်မကျမှ နောက်တဆင့်သို့ ထပ်တက်ပါ။

အတူတကွလွမ်းလျှောက်ခြင်း (walk together)

ရည်ရွယ်ချက် = အတူတကွ ပူးပေါင်း ပါဝင်လာစေရန်။ ရင်းနှီးမှု ပိုလာစေရန်

လိုအပ်ချိန် = ၁၀ မိနစ်မှ နာရီဝက်

လိုအပ်ပစ္စည်း = သင့်တော်သည့် အကွာအဝေးဖြင့် သတ်မှတ်ထားသည့် အစတနေရာနှင့် အဆုံးတနေရာ

လုပ်ဆောင်နည်းအဆင့်ဆင့် ။ မြေပြင်တွင်လည်းကောင်း သင်တန်းခန်းမတွင်လည်းကောင်း ပြုလုပ်နိုင်သည်။ တနေရာရာကို သတ်မှတ်ပေးထားပါ။ အစမှ အဆုံးသို့ ခြေသန်းချင်းထိ၍ အတူတကွ လမ်းလျှောက်စေပါ။ တဖက်တွင် ရှိသည့် စည်းပေါ်သို့ ခြေတပြိုင်တည်း ကျရမည်။

သတိပြုရန်။ ။ ခြေသန်းချင်းသာ ထိရမည်။ ခြေထောက်ချင်း နင်းပါက တဖက်လူ မခံနိုင်လောက်အောင် နာနိုင်သည့်အတွက် ရှောင်ရှားပေးပါ။

စည်းကမ်းချက် ။ ခြေထောက်ချင်းနင်းပါက အတိုင်းအတာတခုအထိ လက်ခံပေးပါ။ တဖက်သား မခံနိုင်လောက်ပါက အစမှ ပြန်စစေပါ။ ခြေသန်းချင်း မထိ အတွဲပြုတ်ပါက အစမှ ပြန်စစေပါ။

လျှပ်စစ်ကြိုး

ရည်ရွယ်ချက် = အချင်းချင်း နားလည်စေရန် အသင်းအဖွဲ့တည်ဆောက်ရန်

လိုအပ်ချိန် = တစ်နာရီမှာ သုံးနာရီ

လိုအပ်ပစ္စည်း = ကြွပ်ကြွပ်ကြိုးများ၊ ခုံများ၊

ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရန် ။ ဆယ့်တစ်လက်မ အရွယ် အကျယ်အဝန်းရှိ ကြွပ်ကြွပ်ကြိုးတန်းတစ်ခု ပြုလုပ်ပါ။ အောက်မှ ခြောက်လက်မ အမြင့်ရှိပါစေ။ ထိုမှ တဆင့် သင်တန်းသား တဝက်ဆန့်သည့် ဘောင်တခု ဖန်တီးထားပေးပါ။ နောက် တဆင့် မျက်နှာ အရပ်လောက် အမြင့်မှ တဖက်သို့ကူးရန် ကြိုးကို အမြင့်ထားပါ။ ခုံတခု အလျားလိုက်ထားပါ။ ဆက်၍ အောက်ကို ငုံ့၍ သွားရန်လွယ်ကူသည့် ခုံတလုံးချထားပါ။ ပြီးမှ သာမန်ခုန်၍ ရနိုင်သည့် အမြင့်တစ်ခု ဖန်တီးထားပါ။

လုပ်ဆောင်နည်းအဆင့်ဆင့် ။ ထိုကြိုးအဆင့်ဆင့်ထဲသို့ သင်တန်းသားများအားလုံး တယောက်နဲ့ တယောက် အဆက်မပြတ်စေဘဲ အတူတကွ ဖြတ်ကျော်ရမည်။ အစပိုင်း ၁၁ လက်မ အကျယ်အဝန်းရှိ ကြိုးတန်းထဲသို့ အပေါ်အောက် မထိစေဘဲ ဝင်ရမည်။ ကြိုးထိပါက အစက ပြန်စရမည်။ အဆက်အသွယ် ပြတ်ပါက အစက ပြန်စရမည်။ အဆုံးအထိ လက်တွဲ မဖြုတ်ဘဲ ခုန်ရမည့်နေရာ ငုံ့ရမည့်နေရာ အားလုံး ဖြတ်ရမည်။

စည်းကမ်းချက်။ ။ အဆက်အသွယ် မပြတ်ရ။ ကြိုးမထိရ။

ဂဏန်းပေါင်းစက် (The Calculator)

ရည်ရွယ်ချက် = ရင်းနှီးမှုရှိစေရန် ။ သွက်လက်စေရန်။ အာရုံစိုက်စေရန်။ ညှိနှိုင်းတတ်စေရန်

လိုအပ်ချိန် = နာရီဝက်

ပြင်ဆင်ထားရမည့်ပုံ = စက်ဝိုင်း သို့မဟုတ် လေးထောင့် အကွက်ထဲသို့ ဂဏန်းများကို အစီအစဉ် မကျစွာ ချရေးထားပါ။ အပြင်စည်း သတ်မှတ်ထားပါ။ သင်တန်းသား အရေအတွက်ထက် ထက်ဝက်ပိုပါ။

လုပ်ဆောင့်ရမည့် နည်းလမ်း အဆင့်ဆင့်။ သင်တန်းသားများကို ထိုစည်းဝိုင်းအတွင်း ဂဏန်းများကို လက်ဖြင့် လည်းကောင်း။ ခြေဖြင့်လည်းကောင်း ကောင်းမွန်စွာ ထိရမည်ဟု ပြောကာ သူတို့ နေချင်သည့် ပုံစံဖြင့် နေစေ၍ လူတိုင်း အနည်းဆုံး နှစ်ကွက်ထိရမည်ဟု ပြောကာ ကစားစေပါ။ တစ်ဟု အော်ပြီး အော်သည့်သူက တစ်ဂဏန်းကို ပြေးပုတ်ရမည်။ နောက်တယောက်က နှစ်ဟု အော်ကာ နှစ်ဂဏန်းကို ပြေးပုတ်ရမည်။ စသဖြင့် အစီအစဉ်အတိုင်း သွားမည်။ သူတို့ အားလုံးပြီးချိန်ကို အချိန်သတ်မှတ်ပေး လိုက်ပါ။ ဘယ်လောက်မြန်မြန်ပြီးနိုင်သလဲဆိုသည်ကို သတ်မှတ်ပါ။ ထို့နောက် စိန်ခေါ်ပါ။

သတိပြုရန်။ သင်တန်းသား အရေအတွက် များပါက အဖွဲ့ခွဲကာ ပြိုင်စေပါ။

စည်းကမ်းချက်။ နံပါတ်ကို သို့မဟုတ် ဂဏန်းကို အော်သည်မှ အပ အခြားစကား မပြောရ။ အချင်းချင်း ဆက်သွယ် ညွှန်ပြမှု မပြုလုပ်ရ။ စည်းဝိုင်းတွင်း နှစ်ယောက် ပြိုင်မဝင်ရ။ မိမိအော်သည့် ဂဏန်းအတိုင်း သွားထိရမည်။

The maze (ဝင်္ကဘာ)

ရည်ရွယ်ချက် = မှတ်ဉာဏ်တိုးတက်စေရန်။ အသင်းအဖွဲ့တည်ဆောက်ရန်

လိုအပ်ချိန် = နာရီဝက်

လိုအပ်ပစ္စည်း = အလျားလိုက် (၈) ကွက် အနံလိုက် (၈) ကွက်ပါသော ဇယားကွက်ကြီး အလျားဖက်မှ A, B, C, D ဖြင့်မှတ်သွားပါက အနံဘက်မှ 1, 2, 3, 4 စသဖြင့် မှတ်သားထားပေးပါ။ အစတကွက် အပြင်ဘက်တွင် စတင်ရန် အမှတ်အသား တခုလုပ်ထားပါ။

လုပ်ဆောင်နည်း အဆင့်ဆင့်။ ။ ဇယားကွက်ဘေးတွင် တန်းစီစေပါ။ အစတယောက်မှနေ၍ တယောက်ပြီးမှ တယောက် ဝင်စေပါ။ ဝင်၍ မှန်သွားပါက ဘာမှ ပြောမည် မဟုတ်ဘဲ မှားသွားပါက NO ဟု ပြောမည်။ NO ဟု အပြောခံရပါက နောက်တွင် သွားပြန်တန်းစီ ရမည်။ နောက်တယောက် ဆက်ဝင်မည်။ မှန်ပါက ဆက်သွားမည်။ NO ဟု ပြောလာပါက နောက်ကို သွားတန်းစီ ရမည်။

သတိပြုရန်။ သင်တန်းနည်းပြက ထိုဂက်ဘာသည် မည်သို့ ဆက်သွားရမည်ကို ဂက်ဘာဆန်ဆန် ကြိုတင်ပြုလုပ်ထားရမည်။

စည်းကမ်းချက်။ စကားမပြောရ။ အမူအရာ မပြရ။ တခုခုဖြင့် မှတ်မထားရ။

သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင်

ရည်ရွယ်ချက် = တယောက်နှင့် တယောက် သံသယရှင်းစွာ မြင်တတ်ရန်။ အသင်းအဖွဲ့တည်ဆောက်ရန်

လိုအပ်ချိန် = နာရီဂက်

လိုအပ်ပစ္စည်း = ပုံပြင် (တခါတုန်းက အရမ်းစည်းလုံးတဲ့ တယောက်နဲ့ တယောက် အရမ်းချစ်ကြတဲ့ ရွာလေး တရွာ ရှိတယ်။ ရွာထဲကလူတွေ တယောက်ကို တယောက် တခါမှ အပြစ်မတင် အပြစ် မမြင်ဖူးကြပါဘူး။ အဲလိုနေရင်း တနေ့မှာ ရွာသားသုံးယောက်ဟာ ဘယ်သူမှ မသိဘဲ ရွာအပြင်ကို အလည်ထွက်ခဲ့ကြတယ်။ ကံဆိုးချင်တော့ ရွာအပြင်မှာ သူတို့ကို သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင်တကောင်က ကိုက်လိုက်ပါတယ်။ သူတို့ သုံးယောက်လုံးဟာ မမျှော်လင့်ဘဲ သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင် ဖြစ်လာခဲ့ကြတယ်။ သူတို့ဟာ ဆက်လက်ပြီး အသက်ရှင် နေထိုင်ချင်ရင်တော့ သူများသွေးတွေကို စုပ်ရတော့။ ဒါပေမယ့် သူတို့ရွာပြင်ထွက်လာတာ ဘယ်သူမှ မသိဘူးဆိုတော့ သူတို့ဟာ ဘယ်သူမှ မသိအောင် ရွာထဲ ပြန်ဂင်ခဲ့ကြတယ်။ သူတို့ဟာ အရင်ပုံစံအတိုင်းပဲ လုပ်စရာရှိတာ လုပ်တယ်။ ဘယ်သူမှလည်း မသိတော့ နဂိုရ်အတိုင်းပဲ ပြန်နေတယ်။ ညရောက်တာနဲ့ သုံးယောက်သား တိုင်ပင်ပြီးတော့ သူတို့ဟာ လူတယောက်ကို သတ်စားတယ်။ အစတော့ ရွာသားတွေ သတိမထားမိပေမယ့် လေးငါးညဆိုတော့ ရွာသားတွေက နည်းနည်းရိပ်မိလာတယ်။ အဲဒီမှာ ရွာမှာ ထူးဆန်းတဲ့ အခြေအနေကို ရွာသားတချို့က ရိပ်မိပြီး တိတ်တဆိတ်လေး စုံစမ်းကြည့်လိုက်တော့ ညညမှာ သွေးထစုပ်တဲ့ ရွာသားထဲက သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင်ကို သူတို့ သွားတွေ့တယ်။ ဒါပေမယ့် သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင်က သူတို့ကို ဘယ်သူတွေ သိသွားတယ်ဆိုတာကို သူတို့က သိနေတယ်။ ဟိုစုံထောက်သုံးယောက်ကလည်း ငါတို့ သူတို့ နာမည်တိုက်ရိုက်ပြောလိုက်ရင်ဖြင့် ငါတို့ အသတ်ခံရနိုင်တယ်။ ဒီတော့ ငါတော့ တခြားလူကို ယုံအောင် ပြောပြီး ဖုတ်ကောင်တွေကို ရွာပြင်ထုတ်ရအောင်လို့ တိုင်ပင်တယ်။ သူတို့ တိုင်ပင်ပြီး လုပ်တာ အရမ်းကောင်းလွန်းလို့ သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင်တွေဟာ ရွာပြင်ထုတ်ခံရပြီး ရွာသားတွေဟာ ညိမ်းညိမ်းချမ်းချမ်း နေထိုင်သွားကြတယ်တဲ့။

ပုံပြင်လေးကတော့ ဒါပါပဲ။

ဒါပေမယ့် ပုံပြင်က အဲလိုလည်း မဟုတ်ပြန်ဘူးတဲ့။

သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင်တွေဟာ ရွာသားတွေပဲ ဆိုတော့ ရွာသားလိုပဲ ပုံမှန်နေထိုင်တယ်။ စုံထောက်တွေက သူတို့ သွေးစုပ် ဖုတ်ကောင်ပါ လို့ပြောလိုက်တိုင်း သူတို့က သွေးစုပ် ဖုတ်ကောင် မဟုတ်ပါဘူးလို့ ပြန်ငြင်းနိုင်သတဲ့။ ပြန်ငြင်းတာ တော်လွန်းတော့လည်း သူတို့ဟာ ရွာသားတွေ အကုန်လုံးကို စားခွင့်ရသွားသတဲ့။ ပုံပြင်လေးက ဒီလိုလည်း ဖြစ်နေပြန်တယ်တဲ့။

လုပ်ဆောင်နည်းအဆင့်ဆင့်။ သင်တန်းဆရာက ပုံပြင်ကို ပြော၍ ထိုပုံပြင်ထဲအတိုင်း သင်တန်းသားများကို မဲလိပ် ပြုလုပ်ပေးပါ။ မဲသုံးလိပ်က သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင်။ မဲသုံးလိပ်က စုံထောက်ဟု ထည့်ပြီးနောက် ကျန်မဲများကို ရွာသားဟု ထည့်ပါ။ ညွှန်ကြားချက် သေချာပေးပါ။ မိမိရရှိသော မဲကို မည်သူ့အားမျှ မပြရန် ပြောပါ။ သင်တန်းဆရာ လုပ်ခိုင်းသည့်အတိုင်း လိုက်လုပ်ပေးရန် မေတ္တာရပ်ခံပါ။ ထို့နောက် မဲနှိုက်စေပါ။ ပြီးလျှင် အားလုံးကို မျက်စိမှိတ်စေပါ။ အားလုံး မျက်စိမှိတ်ပြီးပြီဆိုကာမှ သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင်ဟု ရထားသော သူများ ကို သင်တန်းဆရာအား အကြည့်ချင်းဆုံအောင် ကြည့်စေပါ။ အခြားမသက်ဆိုင်သူများလည်း ကြည့်တတ်သဖြင့် သေချာစွာ မပြတ် ညွှန်ကြားနေပါ။ သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင်ကို သိရပါက စုံထောက်ကို မေးပါ။ စုံထောက်ကို သိပြီ ဆိုပါက သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင် ဆိုသူများ စုံထောက်ကို မျက်ရိပ်ပြစေပါ။ ပြီးလျှင် စုံထောက်ကလည်း မိမိက စုံထောက်ဖြစ်ကြောင်း အရိပ်အကဲ ပြစေပါ။ ပြီးလျှင် ပြန်လည်၍ မျက်စိမှိတ်စေပါ။ စကားအရ ပြောရလျှင် `ညကို ရောက်လာပါပြီ။ ညဟာ မှောင်လာပါပြီ။ ရွာသားတွေဟာ တနေကုန် အလုပ်လုပ်ထားရလို့ ပင်ပန်းနေပြီ။ အားလုံး အိပ်ကုန်ပါပြီ။ (အားလုံး မျက်စိမှိတ်မမှိတ် သေချာကြည့်ပြီးမှ) အဲဒီအချိန်မှာ သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင် ဟာ ထလာပါတယ်။ သူတို့ဟာ ရွာသားထဲက တယောက်ကို စားလိုက်ပါတော့တယ်´ ဟု ပြောကာ သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင်အား ထစေပါ။ သူတို့ လက်ညှိုးထိုးရာ တယောက်ကို စည်းဝိုင်းအပြင်ထုတ်ပါ။ ပြီးလျှင် မနက်လင်းပါစေ။ သူတို့ကို ဖိအားပေးပါ။ ရွာသားထဲက တယောက်က ပျောက်သွားပါပြီ။ တယောက်မျက်နှာ တယောက် ကြည့်ကြပါဦး စသဖြင့် ပြောပြီး ပြန်အိပ်စေပါ။ ထို့နောက် ညတွင် တယောက် ထပ်အသတ်ခံရပါစေ။ နောက်နေ့တွင် စုံထောက်များ အလုပ်လုပ်လို့ ရပါပြီ။ စုံထောက်များလည်း စုံထောက်ပီပီ လျှို့ဝှက်လှုပ်ရှားရမည့် သူများပီပီ ရွာသားများကို စောင်းပါး ရိတ်ခြည်ပြောကာ ဆွဲဆောင်ပါစေ။ ထိုမှ နေ့ ၄ မိနစ် ည ၄ မိနစ်ဖြင့် လုပ်သွားပါ။ နေ့တွင် သင်တန်းသား တဝက်ခန့် သဘောတူညီမှု ရရှိပါက အခြား ရွာသားကို သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင်ဟု သတ်မှတ်ကာ ထုတ်ပယ်စေနိုင်ပါသည်။ ဤအတိုင်း ကစားသွားပါ

သတိပြုရန်။ ။ သင်တန်းသားများ ၃၀ လောက်ရှိပါက သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင် စသည်တို့ကို ၅ ကောင် စသဖြင့် လုပ်ပါ။ အခြေအနေကြည့်၍ လုပ်သွားပါ။ ဤဂိမ်းကို နှစ်ကြိမ်ပြန်ကစားရလေ့ ရှိတတ်ပါသည်။ ညွှန်ကြားချက် ကောင်းကောင်းပေးနိုင်ပါမှ တကြိမ်တည်းနဲ့ ပြီးပါမည်။ နေ့ခင်းဘက် ရွာသားအများစုက သဘောတူ၍ သတ်နိုင်သည့် သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင် ကို မဲပေးရာတွင် သင်တန်းသား တဝက်အမြဲကျော်နေပါစေ။ ဖြည်းဖြည်းချင်းတော့ လျော့လာပါမည်။

စည်းကမ်းချက်။ ညရောက်လျှင် အားလုံး မျက်စိမှိတ်ရန်။ သင်တန်းဆရာက ထစေမှ ထရန်။

ဤကစားနည်းများ ရေးဆွဲရာတွင် ပါဝင်ခဲ့သူများ

စဉ်	အမည်	ပညာအရည်အချင်း	နေရပ်လိပ်စာ	ဆက်သွယ်ရန်
၁။	ဦးကုမုဒ	၁၀ တန်း	လဲင်းခါး၊ ဟိုပုံးမြို့နယ်	၀၉-၂၅၉၈[redacted]
၂။	ခွန်ကျော်ဆန်း	Geo (3rd)	ဘန်းယဉ်၊ ဈေးပိုင်းရပ်၊ ဆီဆိုင်	၀၉-၂၅၀၂[redacted]
၃။	ခွန်ကျော်မင်းဦး	B.A philo (3rd)	ဝါးလီးရွာ၊ ပင်လောင်းမြို့နယ်	၀၉-၃၆၃၅[redacted]
၄။	ခွန်အောင်တိုး	ဉပဒေ	ဟိုပုံးမြို့	
၅။	ခွန်ဇေယျ	Law (2nd)	ပတ်တလယ်ရွာ၊ နောင်တရားမြို့	၀၉-၂၅၄၆[redacted]
၆။	ခွန်သားညို	မြန်မာစာ (တ-နစ်)	ငိုချိုးရွာ၊ ဟိုပုံးမြို့နယ်	၀၉-၄၅၂၇[redacted]
၇။	ခွန်အောင်ကျော်စိုး	အထကကျောင်းသား	ပင်သာ၊ ပင်လောင်းမြို့နယ်	၀၉-၂၆၂၁[redacted]
၈။	ခွန်မောင်ကျား	Geog- (3rd)	လွယ်ထွဲရွာ၊ လွိုင်ကော်မြို့နယ်	၀၉၂၅၈၀၃[redacted]
၉။	အောင်သူရိန်	Phi	အွံ့အား၊ တောင်ကြီးမြို့နယ်	
၁၀။	ခွန်အောင်ခင်	Geog- (3rd)	နောင်တောင်း	၀၉-၂၅၃၉[redacted]
၁၁။	ခွန်ချစ်သွေးညီ	Geog- (2nd)	ရပ်ကွက် (၄)၊ နောင်တရားမြို့	၀၉-၇၈၀၅[redacted]
၁၂။	ပေးခွန်ချဲ	B.A (eng)	ဆိုက်ခေါင်၊ ဆီဆိုင်မြို့နယ်	၀၉-၂၆၀၁[redacted]
၁၃။	ခွန်နေဝင်း	Geo (4th)	ပုန်းအင်းရွာ၊ တောင်ကြီးမြို့နယ်	၀၉-၂၆၁၂[redacted]
၁၄။	နန်းစပယ်	B.Sc (Botany)	ထီဖူးရွာ၊ ကျောက်တန်း	၀၉၂၆၃၄[redacted]
၁၅။	မူသဲင်ရောင်	စီးပွားစီမံ (4th)	ထီတလိရွာ၊ ပင်လောင်းမြို့နယ်	၀၉-၇၈၆၁[redacted]
၁၆။	နန်းအုံးဆွေ	Maths (3rd)	စံဖူးရွာ၊ ဟိုပုံးမြို့နယ်	၀၉-၄၅၂၇[redacted]
၁၇။	နန်းဗိုကဂ်	Eco (4th)	စံဖူးရွာ၊ ဟိုပုံးမြို့နယ်	၀၉-၇၈၁၀[redacted]
၁၈။	နန်းပွင့်ဖြူ	Eco (4th)	ပုံချောင်ရွာ၊ ဟိုပုံးမြို့နယ်	၀၉-၇၈၆၁[redacted]
၁၉။	နန်းပဦး	B.A (Eco)	ထီထပ်ရွာ၊ ကျောက်တလုံးမြို့နယ်	၀၉-၂၅၄၅[redacted]
၂၀။	နန်းနုနုထွေး	B.A (Eco)	ကျောက်တန်း၊ ဟိုပုံးမြို့နယ်	၀၉-၇၈၄၉[redacted]
၂၁။	နန်းငဲဖွန်	Myan (3rd)	ထမ်းယမ်း၊ ဆီဆိုင်	၀၉-၇၉၃၃[redacted]
၂၂။	နန်းစိုးမိုးကြည်	Eco (4th)	နောင်ပိုးရွာ၊ ပင်လောင်းမြို့နယ်	၀၉-၃၂၄၅[redacted]
၂၃။	နန်းမေဘဲ့	B.A (Geog)	ခနွဲကောင်ထို၊ နောင်တရားမြို့နယ်	၀၉-၂၅၂၇[redacted]
၂၄။	နန်းလုလုမိုး	Philo (3rd)	ဖက်ရဲ၊ တောင်ကြီး	၀၉-၂၅၂၇[redacted]
၂၅။	နန်းဆန်းမေ	Law (3rd)	ပင်အွန်းရွာ၊ ဆီဆိုင်မြို့နယ်	၀၉-၂၆၂[redacted]

၂၆။	နန်းစိမ်းသူ	Geo (3rd)	မြေမဲရွာ၊ ရပ်စောက်မြို့နယ်	၀၉-၄၅၂ [redacted]
၂၇။	နန်းထူးခမ်း	Myan (2nd)	ပင်အွဥ်း၊ ဆီဆိုင်	၀၉-၂၆၃ [redacted]
၂၈။	နန်းခမ်းဆျူး	Philo (2nd)	လွယ်သောဂ်၊ ဆီဆိုင်	၀၉-၇၈၁ [redacted]
၂၉။	နန်းလှဲဖြူ	Physics	ကျောက်တလုံး၊ ပင်တွန်	၀၉-၇၇၉ [redacted]
၃၀။	နန်းချယ်ရီ	Gerog (4th)	ကောင်စေတီရွာ၊ ဟိုပုံးမြို့နယ်	၀၉-၃၁၇ [redacted]
၃၁။	နန်းစန်းရီ	Eco	ပဆျားကြီး၊ ဆီဆိုင်မြို့နယ်	၀၉-၂၅၄ [redacted]
၃၂။	နန်းသူဇာခိုင်	Eng (4th)	နောင်ထော်၊ ဆီဆိုင်	၀၉-၂၅၃ [redacted]
၃၃။	နန်းစိန်ဂင်း	Mya (4th)	ဘုရားဖြူ၊ နောင်တရား	၀၉-၂၅၀ [redacted]
၃၄။	နန်းအစ်	Eco (3rd)	တောင်ပို့ကြီး၊ နောင်တရား	၀၉-၂၆၅ [redacted]
၃၅။	နန်းစန်းရီ	၁၀ တန်းအောင်	နောင်တောင်း၊ ဟိုပုံး	၀၉-၂၆၃ [redacted]
၃၆။	နန်းရွှေလီဂင်း	**စီးပွားရေး (1st)**	ထီတလီရွာ၊ ပင်လောင်းမြို့	၀၉-၄၅၁ [redacted]
၃၇။	နန်းအေးရှု	B.A (Eng)	ထီတလီရွာ၊ ပင်လောင်းမြို့	၀၉-၂၆၃ [redacted]
၃၈။	ခွန်သားညီ	B.A (Geo)	၆-မိုင်၊ တောင်ကြီးမြို့	၀၉-၂၅၃ [redacted]
၃၉။	နန်းအေးရီ	Myan (2nd)	ဆိုက်ခေါင်၊ ဆီဆိုင်မြို့နယ်	၀၉-၇၈၄ [redacted]

ဤ Lesson Plan ကို အတူရေးဆွဲခဲ့ကြသော်လည်း စာရင်းတွင် မပါဝင်ခဲ့သော သင်တန်းဆရာ ဆရာမများအား အထူးတောင်းပန်အပ်ပါသည်။ ဦးဆောင် ရေးဆွဲပေးသော နန်းရီရီလေး(နောင်ယာဆုံင်း) အားလည်း အထူး ကျေးဇူးတင်ပါသည်။ လျှပ်စစ်မီးအခြေအနေကြောင့် အချို့သတ်ပုံအမှားများ စကားအထားအသို အမှားများအား ပြင်ဆင်ခွင့်/ချိန် မရလိုက် သည်ကို ခွင့်လွှတ်ပေးကြပါရန်…

မေတ္တာဖြင့်

ဂျေဂျူဝိုင်