ကျောင်းကျန်းမာရေးနှင့်လူငယ်ကျန်းမာရေး
မြို့နယ်နှင့်ကျောင်းအဆင့် ဆင့်ပွားသင်တန်း
သင်တန်းဆရာလက်စွဲ

၂၀၁၈

ကျောင်းကျန်းမာရေးဌာနခွဲ

ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန

၁။ နိဒါန်း

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနသည် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၊ ပညာရေးမိသားစုများနှင့် ပြည်သူလူထုတစ်ရပ်လုံး ကျန်းမာကြံ့ခိုင်ရေးအတွက် ကျန်းမာရေးအဆင့်မြှင့်ကျောင်းလုပ်ငန်းစဉ်(၉)ရပ်ဖြစ်သည့် ကျောင်းအခြေပြု ကျန်းမာရေးအသိပညာမြှင့်တင်ရေးလုပ်ငန်း၊ ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်း၊ ရောဂါကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်း၊ ကျောင်းတွင်းအာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးနှင့် အစားအစာများအန္တရာယ်ကင်းဝေးရေးလုပ်ငန်း၊ ကျောင်းကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်း၊ ပြည်သူလူထု၏ပူးပေါင်းပါဝင်မှုနှင့် ကျောင်းမှပြည်သူအတွင်းသို့ မှုမှန်လူနေမှုဘဝဟန်များ ရောက်ရှိရေးလုပ်ငန်း၊ နှစ်သိမ့်ပညာပေးဆွေးနွေးခြင်းနှင့် လူမှုရေးပံ့ပိုးမှုလုပ်ငန်း၊ သင်တန်းနှင့်သုတေသနလုပ်ငန်း၊ ကာယနှင့် အားကစားလုပ်ငန်းများကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါသည်။ အဆိုပါလုပ်ငန်းစဉ်များအနက် သင်တန်းနှင့်သုတေသနလုပ်ငန်းမှာ အရေးကြီးသောအခန်းကဏ္ဍမှပါဝင်ပြီး မြို့နယ်တိုင်းတွင် တစ်နှစ်လျှင်တစ်ကြိမ် မြို့နယ်ကျောင်းကျန်းမာရေးသင်တန်းနှင့် ကျောင်းအဆင့်ကျောင်းကျန်းမာရေးဆင့်ပွားသင်တန်းများကို သင်ကြားပို့ချပေးလျက်ရှိပါသည်။ အဆိုပါသင်တန်းများကျင်းပပို့ချပေးခြင်းဖြင့် ပညာရေးနှင့်ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၏ ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းများနှင့်ပတ်သက်သော ဗဟုသုတများမြင့်မားလာပြီး လုပ်ငန်းစွမ်းဆောင်ရည်များမြင့်မားလာမည်ဖြစ်သည်။

သို့ဖြစ်ပါ၍ ယခုပြုစုထုတ်ဝေသော သင်တန်းလက်စွဲစာအုပ်မှာ မြန်မာနိုင်ငံတစ်ဝှမ်းလုံးတွင် ကျင်းပလျက်ရှိသော ကျောင်းကျန်းမာရေးသင်တန်းများတွင် သင်တန်းပို့ချသူများ အသုံးပြုနိုင်ရန်ရည်ရွယ်၍ ရေးသားထုတ်ဝေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

၂။ ရည်ရွယ်ချက်

- ကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားများအပါအဝင် ပညာရေးမိသားစုများနှင့်ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများအားလုံးကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းများနှင့် ပတ်သက်၍ဗဟုသုတမြင့်မားလာစေရန်။

- ပညာရေးမိသားစုများနှင့် ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများအားလုံး ကျောင်းကျန်းမာရေး လုပ်ငန်းများနှင့်ပတ်သက်၍စွမ်းဆောင်ရည်များမြင့်မားလာစေရန်။
- မြန်မာနိုင်ငံတစ်ဝှမ်းတွင် ကျောင်းကျန်းမာရေးအဆင့်မြှင့်ကျောင်းများ ပေါ်ထွန်းလာစေရန်။

၃။ သင်တန်းအတွက်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

- မိမိမြို့နယ်အတွင်းရှိ မြို့နယ်ပညာရေးမှူး၊ အခြေခံပညာဦးစီးဌာနမှ ကျောင်းကျန်းမာရေးတာဝန်ခံများ၊ မြို့နယ်ကျောင်းကျန်းမာရေးကော်မတီဝင်များနှင့် ကျောင်းကျန်းမာရေးဆင့်ပွားသင်တန်းပြုလုပ်မည့် အချိန်၊ နေရာ၊ ဖိတ်ကြားမည့်သင်တန်းသူ/ သားဦးရေနှင့် သင်တန်း၏ရည်ရွယ်ချက်များကို ကြိုတင်ညှိနှိုင်းဆွေးနွေးရမည်ဖြစ်ပါသည်။
- သင်တန်းသားစာရင်းအတည်ပြုပြီး သင်တန်းသားများအား အချိန်မီဖိတ်ကြားနိုင်ရန် အခြေခံပညာဦးစီးဌာနနှင့် ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။
- သင်တန်းတွင်အသုံးပြုမည့် စာရွက်စာတမ်းများ၊ ပစ္စည်းကိရိယာများအား ကြိုတင်စီစဉ်ထားရန် ဖြစ်ပါသည်။

၄။ သင်ကြားရန်နည်းလမ်းများ

၄-၁။ သင်တန်းပို့ချမည့်သူများ

- ကျောင်းကျန်းမာရေးဌာနခွဲမှ တာဝန်ရှိသူများ၊
- ပြည်နယ်နှင့်တိုင်းဒေသကြီး/ ခရိုင်/ မြို့နယ်ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနများမှ ကျောင်းကျန်းမာရေးတာဝန်ခံများ၊
- ကျန်းမာရေးအဆင့်မြှင့်ကျောင်း ဆရာဖြစ်သင်တန်းတက်ရောက်ပြီးသူများ၊

၄-၂။ သင်တန်းတက်ရောက်မည့်သူများ

- ခရိုင်နှင့် မြို့နယ်ပညာရေးမှူးရုံးမှ ကျောင်းကျန်းမာရေးတာဝန်ခံများ၊
- မြို့နယ်အတွင်းရှိ အခြေခံပညာကျောင်းများအားလုံးမှ ကျောင်းအုပ်ဆရာ/ ဆရာမကြီးများ၊ ကျောင်းကျန်းမာရေးတာဝန်ခံများ၊

- အခြေခံကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၊

၄-၃။ သင်တန်းပို့ချမည့်အချိန်

- မြို့နယ်အဆင့်နှင့်ကျောင်းအဆင့် ဆင့်ပွားသင်တန်းများအား နှစ်စဉ်အခြေခံပညာကျောင်းများမဖွင့်မီတွင် ခေါ်ယူကျင်းပနိုင်ပါသည်။

၄-၄။ လိုအပ်သောစာရွက် စာတမ်းများ/ သင်ကြားမည့်နည်းလမ်းများ

- မှီငြမ်း သင်ရိုးစာအုပ်အဖြစ် 'ကျောင်းကျန်းမာရေးလက်စွဲ' အား အသုံးပြုရန်
- ပျို့ဖော်ဝင်လာမည့် မိန်းကလေးများအတွက်သိမှတ်ဖွယ်ပိုစတာနှင့် လက်ကမ်းစာစောင်များ
- သင်ကြားမည့်နည်းလမ်းများ- Power point presentation၊ အပြန်အလှန်ဆွေးနွေးခြင်း၊ အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးခြင်း။
- သင်တန်းသူ/ သားများ၏ အမည်၊ ရာထူး၊ ဌာန၊ လိပ်စာ၊ ဖုန်းနှင့် Email Address များ မှတ်တမ်းတင်နိုင်ရန် မှတ်တမ်းတင်စာရွက်များ။
- သင်တန်းအကြိုဆန်းစစ်ခြင်း၊ သင်တန်းအပြီးဆန်းစစ်ခြင်းနှင့် သင်တန်းအားသုံးသပ်မည့် မေးခွန်းလွှာများနှင့် အဖြေလွှာများ။

၅။ အကြိုဆန်းစစ်ခြင်းနှင့် သင်တန်းအပြီးပြန်လည်ဆန်းစစ်ခြင်း

- တက်ရောက်လာသောသင်တန်းသူ/ သင်တန်းသားများအား သင်တန်းမစမီနှင့် သင်တန်းပြီးဆုံးချိန်တွင် နောက်ဆက်တွဲ (က)နှင့် (ခ) ပါ မေးခွန်းပုံစံများဖြင့် မေးမြန်းရန်ဖြစ်ပါသည်။
- ရည်ရွယ်ချက်အနေဖြင့် သင်တန်း၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုအား စမ်းသပ်နိုင်ရန်ဖြစ်ပါသည်။

၆။ အချိန်ဇယားနှင့် သင်ကြားရန်ခေါင်းစဉ်များ

- သင်တန်းအချိန်ဇယားအား မိမိတို့အရပ်ဒေသနှင့် လိုက်လျောညီထွေဖြစ်စေရန် သင့်လျော်သလို ပြုပြင်ရေးဆွဲနိုင်ပါသည်။

- သင်တန်းတက်ရောက်လာသူများမှာပညာရေးမိသားစုများဖြစ်သည့်အလျောက် မိုငြမ်းစာအုပ်များမှပညာရေးဝန်ထမ်းများနှင့်သက်ဆိုင်သည်များကိုသာ ထုတ်နှုတ်သင်ကြားနိုင်ပါသည်။

သင်တန်းပထမနေ့

စဉ်	အချိန်	သင်ကြားမည့်ခေါင်းစဉ်	ကြာချိန် (မိနစ်)	စာမျက်နှာ အညွှန်း
	၈:၀၀-၈:၃၀	ကြွရောက်လာသောဧည့်သည်တော်များနှင့် သင်တန်းသားများအား မှတ်ပုံတင်ခြင်း၊ မှတ်တမ်းဓါတ်ပုံရိုက်ကူးခြင်း		
၁။	၈:၃၀-၉:၀၀	သင်တန်းဆရာများနှင့် သင်တန်းသား/သူများ အချင်းချင်းမိတ်ဆက်ခြင်း၊ အကြိုဆန်းစစ်ခြင်း (နောက်ဆက်တွဲ (က) ဖြင့်)	၃၀	
၂။	၉:၀၀-၉:၄၅	ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်၊ ကျောင်းကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၏တာဝန်နှင့်ဝတ္တရားများ (ကျောင်းအုပ်ဆရာ/မကြီးများ၏အခန်းကဏ္ဍ)	၄၅	၄+ ၁၉-၂၃
၃။	၉:၄၅-၁၀:၃၀	ကျောင်းကျန်းမာရေးကော်မတီအဆင့်ဆင့်ဖွဲ့စည်းပုံနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ	၄၅	၂၄-၃၃
၄။	၁၀:၃၀-၁၁:၁၅	ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းစဉ်များ ကျောင်းအခြေပြုကျန်းမာရေးအသိပညာမြှင့်တင်ရေးလုပ်ငန်း	၄၅	၃၄-၄၄
၅။	၁၁:၁၅-၁၂:၀၀	ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းစဉ်များ ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်း	၄၅	၅၆-၆၂
	၁၂:၀၀-၁၂:၄၅	နေ့လည်စာစားချိန်	၄၅	
၆။	၁၂:၄၅-၁:၃၀	ကျောင်းအခြေပြုရောဂါကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်းများ ကူးစက်ရောဂါကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်း	၄၅	၆၃-၇၂
၇။	၁:၃၀-၂:၁၅	ကျောင်းအခြေပြုရောဂါကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်းများ မကူးစက်နိုင်သောရောဂါများကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်း၊ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များနှင့်စာသင်ကျောင်းများ	၄၅	၇၃-၉၇

၈။	၂:၁၅- ၂:၃၀	နားချိန်/ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားချိန်		
၉။	၂:၃၀- ၃:၁၅	ကျောင်းတွင်းအာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးနှင့် အစားအစာများဘေးအန္တရာယ်ကင်းဝေးရေးလုပ်ငန်း၊ ကျောင်းကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်း	၄၅	၉၈-၁၂၂
၁၀။	၃:၁၅- ၄:၀၀	ပြည်သူလူထု၏ပူးပေါင်းပါဝင်မှုနှင့် ကျောင်းမှပြည်သူအတွင်းသို့ မူမှန်လူနေမှုဘဝဟန်များ ရောက်ရှိရေးလုပ်ငန်း၊ နှစ်သိမ့်ပညာပေးဆွေးနွေးခြင်းနှင့် လူမှုရေးပံ့ပိုးမှုလုပ်ငန်း၊ သင်တန်းနှင့်သုတေသန၊ ကာယနှင့်အားကစားလုပ်ငန်း	၄၅	၁၂၃-၁၃၃
	၄:၀၀- ၄:၃၀	ပထမနေ့သင်တန်းအားပြန်လည်သုံးသပ်ဆွေးနွေးခြင်း	၃၀	

သင်တန်းဒုတိယနေ့

စဉ်	အချိန်	သင်ကြားမည့်ခေါင်းစဉ်	ကြာချိန် (မိနစ်)	စာမျက်နှာ အညွှန်း
၁။	၉:၀၀- ၉:၄၅	ကျန်းမာရေးအဆင့်မြင့်ကျောင်း ထူထောင်ရေးလုပ်ငန်းများ အရှိန်အဟုန်မြင့် ဆောင်ရွက်ခြင်း	၄၅	၁၃၄-၁၃၈
၂။	၉:၄၅- ၁၀:၃၀	ကျောင်းကျန်းမာရေးစီမံချက်လုပ်ငန်းများ	၄၅	၁၃၉-၁၅၁
၃။	၁၀:၃၀- ၁၁:၁၅	ကျောင်းကျန်းမာရေးသီတင်းပတ်လှုပ်ရှားမှု	၄၅	၁၅၂-၁၅၇
၄။	၁၁:၁၅၁ ၂:၀၀	ပျိုရွယ်သူ ကျန်းမာရေး ပျိုရွယ်သူမျိုးဆက်ပွားဆိုင်ရာသိမှတ်စရာ (၁၀-၁၄ နှစ်)	၄၅	၄၅-၅၂
	၁၂:၀၀- ၁၂:၄၅	နေ့လည်စာစားချိန်	၄၅	
၅။	၁၂:၄၅- ၁:၃၀	ပျိုရွယ်သူ ကျန်းမာရေး ပျိုရွယ်သူမျိုးဆက်ပွားဆိုင်ရာသိမှတ်စရာ (၁၅-၁၉ နှစ်)	၄၅	၅၃-၅၅

၆။	၁:၃၀-၂:၁၅	ပျိုဖော်ဝင်လာမည့်မိန်းကလေးများအတွက် သိမှတ်ဖွယ် (Menstrual Hygiene Management)	၄၅	
၇။	၂:၁၅-၂:၃၀	နားချိန်/ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားချိန်	၁၅	
၈။	၂:၃၀-၃:၁၅	ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းများ ဆန်းစစ်ကြီးကြပ်ခြင်းနှင့် လုပ်ငန်းဆန်းစစ်ပုံစံများ	၄၅	၁၅၈-၁၇၃
၉။	၃:၁၅-၄:၀၀	အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးခြင်း ကျောင်းအလိုက် ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းစဉ်များ ရေးဆွဲခြင်းနှင့် မှတ်တမ်းတင်ခြင်း	၄၅	
	၄:၀၀-၄:၃၀	သင်တန်းအပြီးဆန်းစစ်ခြင်း နောက်ဆက်တွဲ (က)ဖြင့်ဆန်းစစ်ခြင်း နောက်ဆက်တွဲ (ခ) ဖြင့်ဆန်းစစ်ခြင်း	၃၀	

၇။ သင်တန်းသားများမှ သင်တန်းအားသုံးသပ်ခြင်း

- တက်ရောက်လာသောသင်တန်းသူ/ သင်တန်းသားများအား သင်တန်းပြီးဆုံးချိန်တွင် နောက်ဆက်တွဲ (ခ) ပါ မေးခွန်းပုံစံဖြင့် မေးမြန်းရန်ဖြစ်ပါသည်။
- ရည်ရွယ်ချက်အနေဖြင့် သင်တန်းအပေါ် သင်တန်းသူ/သားများ၏ ထင်မြင်သုံးသပ်ချက်များအား ဆန်းစစ်နိုင်ရန်ဖြစ်ပါသည်။သို့မှသာ သင်တန်း၏ လိုအပ်ချက်များအား ပြန်လည်သုံးသပ် ပြင်ဆင်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

၈။ အစီရင်ခံခြင်း

- သင်တန်းပြုလုပ်ပြီးစီးပါက သင်တန်းပြုလုပ်ပြီးစီးကြောင်းအား မြို့နယ်ကျန်းမာရေးမှူးမှ ပြည်နယ်/တိုင်းဒေသကြီးကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနမှူးများထံမှတဆင့် ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်ထံ အစီရင်ခံတင်ပြရန်ဖြစ်ပါသည်။ ညွှန်ကြားရေးမှူး (ကျောင်းကျန်းမာရေးဌာနခွဲ)၊ ရုံးအမှတ် (၄၇)၊ နေပြည်တော်သို့ အစီရင်ခံစာ မိတ္တူပေးပို့ရန်ဖြစ်ပါသည်။
- အစီရင်ခံစာတွင် သင်တန်းပြုလုပ်သည့် အချိန်၊ သင်တန်းတက်ရောက်သူများ၊ သင်တန်းဆန်းစစ်ချက်များ၊ သင်တန်းသားများ၏ အုပ်စုအလိုက်တင်ပြမှုများနှင့်

သင်တန်းသားများ၏ သင်တန်းအပေါ်သုံးသပ်ချက်များအပြင် ဖြစ်နိုင်ပါက သင်တန်းမှတ်တမ်းဓါတ်ပုံများပါ ပူးတွဲ၍ နောက်ဆက်တွဲ (ဂ)ပုံစံအတိုင်း အစီရင်ခံရန်ဖြစ်ပါသည်။

နောက်ဆက်တွဲ (က)

ညွှန်ကြားချက်။ အဖြေများကို အဖြေလွှာပေါ်တွင် သီးသန့်ဖြေဆိုပါ။

အောက်ပါအချက်အလက်များအားမှန်လျှင် 'မှန်' ဟုရေး၍၊ မှားလျှင် 'မှား' ဟုရေးရန်။

၁။ ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းများတွင် အဓိကအခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်သူများမှာ ကျောင်းအုပ်ဆရာ/ မကြီးများနှင့် ကျောင်းဆရာ/မ များ ဖြစ်ပါသည်။

၂။ ကျောင်းကျန်းမာရေးအဆင့်မြင့်ကျောင်းလုပ်ငန်းစဉ် (၇) ရပ်ရှိပါသည်။

၃။ စင်သုံးစင်ကျောင်းလုပ်ငန်းများတွင် ဆေးလိပ်ကင်းစင်ကျောင်း၊ မူးယစ်ကင်းစင်ကျောင်း နှင့် ခြင်ကျားကင်းစင်ကျောင်းတို့ပါဝင်သည်။

၄။ ကျောင်းကျန်းမာရေးသီတင်းပတ် အခမ်းအနားများကိုနှစ်စဉ် ဂျူလိုင်လ ဒုတိယပတ်တွင် ကျင်းပလေ့ရှိပါသည်။

၅။ ကျောင်းအိမ်သာများဆောက်လုပ်ရာတွင် ရေထွက်ပင်ရင်းမှ ပေ(၅၀)အကွာတွင် ဆောက်လုပ်ရပါမည်။

၆။ ကျောင်းသူ/ သားများအကြား သန်ကောင်ရောဂါကူးစက်ခြင်း၊ သန်ကောင်ရောဂါ၏ နောက်ဆက်တွဲအာဟာရချို့တဲ့ခြင်းများ ကင်းဝေးစေရန်ရည်ရွယ်၍ မူလတန်း၊ အလယ်တန်း နှင့် အထက်တန်း ကျောင်းသား/သူများအားလုံးအား သန်ချဆေးတိုက်ကျွေးခြင်းကို နှစ်စဉ် ဩဂုတ်လနှင့် ဖေဖော်ဝါရီလ များတွင် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါသည်။

၇။ ကျောင်းကျန်းမာရေးအဆင့်မြင့်ကျောင်းဆိုသည်မှာ ကျောင်းသား/သူများ အသိပညာများ သင်ယူနိုင်ရန်နှင့် ပညာရေးဝန်ထမ်းများ အလုပ်လုပ်ကိုင်နိုင်ရန် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သည့်နေရာဌာနတစ်ခုဖြစ်စေရန် အစဉ်အမြဲဆောင်ရွက်လျက်ရှိသော ကျောင်းကိုဆိုလိုပါသည်။

၈။ ကူးစက်တတ်သောရောဂါများမှ ကာကွယ်နိုင်ရန်အတွက် ကျောင်းသား/သူများအကြား လက်ဆေးခြင်းအလေ့အကျင့်များ ကောင်းမွန်စွာပေါ်ထွန်းလာစေရန် လက်ဆေးကန်များအား ကျောင်းသား/သူ (၅၀)ဦးလျှင် တစ်ခုကျဆောက်လုပ်သင့်ပါသည်။

၉။ ကျောင်းသား/သူများအား ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အမူအကျင့်များ ရရှိစွဲမြဲကျင့်သုံးလာစေရန် ကျောင်းများတွင်နည်းလမ်းမျိုးစုံဖြင့် ပညာပေးလျက်ရှိရာ ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်စရာဘာသာရပ် လည်း ပါဝင်ပါသည်။

၁၀။ ကျောင်းတွင်းအာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးအတွက် ကျောင်းများတွင်ဆောင်ရွက်နိုင်သည့် နည်းလမ်း (၅) မျိုးရှိသည်။

အဖြေလွှာပုံစံ

အမည် ....နေ့စွဲ......................................

မေးခွန်းပါအချက်အလက်များအား သေချာစွာဖတ်ရှု၍ မှန်လျှင် 'မှန်' ဟုရေး၍ မှားလျှင် 'မှား' ဟု ရေးပါ။

မေးခွန်းအမှတ်	အဖြေ	အမှတ်ပေးရန်
၁။		
၂။		
၃။		
၄။		
၅။		
၆။		
၇။		
၈။		
၉။		
၁၀။		
	စုစုပေါင်းရမှတ်	

အဖြေမှန်များမှာ-

၁။ မှန်

၂။ မှား

၃။ မှား

၄။ မှား

၅။ မှန်

၆။ မှန်

၇။ မှန်

၈။ မှား

၉။ မှန်

၁၀။ မှန်

နောက်ဆက်တွဲ (ခ) သင်တန်းသားများ၏ သင်တန်းအပေါ်သုံးသပ်ချက်ပုံစံ

၁။ အဖြေတစ်ခုကိုသာ(√) အမှတ်အသားပြု၍ရွေးချယ်ပါ။

		အလွန်ညံ့	ညံ့	သင့်	ကောင်း	အလွန်ကောင်း
၁။	သင်တန်းပြုလုပ်သည့်နေ့ရက်					
၂။	သင်တန်းပြုလုပ်သည့်ကာလအချိန်အတိုင်းအတာ					
၃။	သင်တန်းနေရာ၊အခင်းအကျင်းနှင့်ပြင်ဆင်ထားရှိမှု					
၄။	အကြောင်းကြားဖိတ်ကြားခြင်း					
၅။	စာရွက်စာတမ်းပံ့ပိုးမှု					
၆။	သင်တန်းအချိန်ဇယား					

၂။ သင်တန်းတွင်ပါဝင်သောအကြောင်းအရာများသည် -

☐ (၁) လိုအပ်သည်ထက်ပိုများနေသည်။

☐ (၂) လိုအပ်ချက်နှင့်ကိုက်ညီပါသည်။

☐ (၃) လိုအပ်ချက်လုံလောက်မှုမရှိပါ။

၃။ သင်တန်းတွင်ပြောကြားသူဆရာများ၏ညှိနှိုင်းဆွေးနွေးမှုကိုဘယ်လိုသဘောရသလဲ။

		အလွန်ညံ့	ညံ့	သင့်	ကောင်း	အလွန်ကောင်း
၁။	ရှင်းလင်းမှု					
၂။	ဆက်ဆံရေး					
၃။	သင်ကြားမှုစွမ်းရည်					

၄။ သင်တန်းတက်ရောက်ပြီးနောက်ကျောင်းကျန်းမာရေးနှင့် လူငယ်ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းစဉ်များအတွက် ဆောင်ရွက်ရမည့်လုပ်ငန်းစဉ်များအားနားလည်ပါသလား။

(၁)အပြည့်အဝ (၂)တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း (၃)အနည်းငယ်

(၄)လုံးဝနားမလည်ပါ

၅။ ကျောင်းကျန်းမာရေးနှင့်လူငယ်ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းများတွင်မိမိ၏ကျောင်းတွင်ဆောင်ရွက်နိုင်ပြီဟုထင်ပါသလား။

(၁) ထင်ပါသည် (၂) မထင်ပါ (၃) မသိပါ

၆။ သင်တန်းတွင်သင်၏အကြိုက်နှစ်သက်ဆုံးအပိုင်း

____

____

၇။ သင်တန်းတွင်သင်၏မကြိုက်နှစ်သက်ဆုံးအပိုင်း

____

____

၈။ နောင်ပြုလုပ်မည့်သင်တန်းများအတွက်သင်၏အကြံပြုချက် -

____

____

____

၉။ ကျောင်းကျန်းမာရေးနှင့်လူငယ်ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းစဉ်များ အောင်မြင်ရန်အတွက်သင်၏အကြံပြုချက် -

နောက်ဆက်တွဲ (ဂ) ကျောင်းကျန်းမာရေးဆင့်ပွားသင်တန်း အစီရင်ခံစာပုံစံ

တိုင်းဒေသကြီး/ ပြည်နယ်...

မြို့နယ်...

၁။ နိဒါန်း

၂။ ရည်ရွယ်ချက်

၃။ မြို့နယ်အတွင်းရှိ

- ထက်/ လယ်/ မူ/ ဘက ကျောင်းအရေအတွက်
- ထက်/ လယ်/ မူ/ ဘက ဆရာ/ မ အရေအတွက်
- ထက်/ လယ်/ မူ/ ဘက ကျောင်းသား/ ကျောင်းသူ အရေအတွက်

၄။ သင်တန်းကျင်းပသည့် ကာလ

၅။ သင်တန်းကျင်းပသည့် နေရာ

၆။ သင်တန်းဆရာများ

၇။ သင်တန်းတက်ရောက်သူများ (နောက်ဆက်တွဲဖြင့် ဖော်ပြရန်)

၈။ သင်တန်း၏ အကျိုးရလဒ်များ

၉။ သင်တန်းသားများ၏ သင်တန်းအပေါ်သုံးသပ်ချက်များနှင့် အကြံပြုချက်များ

နောက်ဆက်တွဲပူးတွဲပေးပို့ရန်

၁။ သင်တန်းအချိန်ဇယား

၂။ သင်တန်းသားစာရင်း

၃။ သင်တန်းမစတင်မီနှင့် သင်တန်းပြီးဆုံးပြီး ဆန်းစစ်ချက်ရလဒ်များ

၄။ မှတ်တမ်းဓါတ်ပုံများ