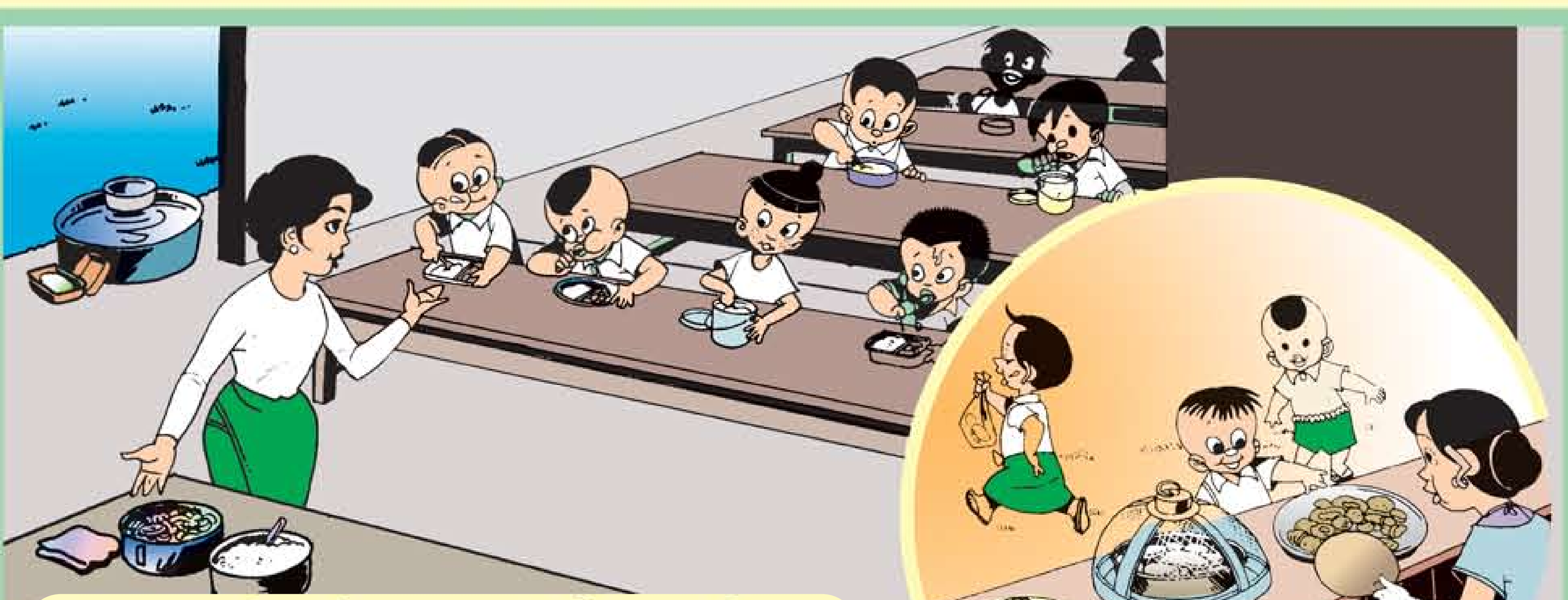
ကျန်းမာရေးအဆင့်မြှင့်ကျောင်းလုပ်ငန်းစဉ်များ

ကျောင်းအခြေပြုကျန်းမာရေးအသိပညာမြှင့်တင်ရေးလုပ်ငန်း

ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်း



ကျောင်းတွင်းအာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးနှင့်
အစားအစာများအန္တရာယ်ကင်းဝေးရေးလုပ်ငန်း

သင်တန်းနှင့်သုတေသနလုပ်ငန်း

ကျောင်းကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်း

နှစ်သိမ့်ပညာပေးဆွေးနွေးခြင်းနှင့်
လူမှုရေးပံ့ပိုးမှုလုပ်ငန်း

ရောဂါကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်း

ကျောင်းမှပြည်သူအတွင်းသို့
မှုမှန်လူနေမှုဘဝဟန်များ
ရောက်ရှိရေးလုပ်ငန်း

ကာယပညာနှင့်အားကစားလုပ်ငန်း

ကျန်းမာရေးအဆင့်မြှင့်ကျောင်းဆိုသည်မှာ

- မိမိတတ်နိုင်သမျှ လူအင်အား၊ ပစ္စည်းအင်အားကို အသုံးပြု၍ မိမိကျောင်းနှင့် ကျောင်းသားကျောင်းသူများ၊ ပညာရေး မိသားစုများ ကျန်းမာရေး အဆင့်အတန်းကို အစဉ်အမြဲ တိုးတက်မြင့်မားအောင် ဆောင်ရွက်နေသော ကျောင်းပင်ဖြစ်သည်။

ကျန်းမာရေးအဆင့်မြှင့်ကျောင်းလုပ်ငန်းစဉ်များ

(၁) ကျောင်းအခြေပြု ကျန်းမာရေး အသိပညာမြှင့်တင်ရေးလုပ်ငန်း

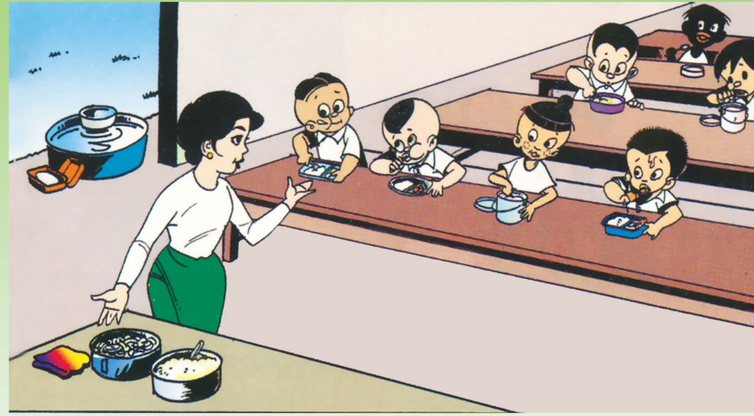
- ကျန်းမာရေး အသိပညာပေးခြင်းကို သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ အသုံးပြုကာ နည်းမျိုးစုံဖြင့် ဆောင်ရွက်ခြင်း။
- ဘဝတစ်သက်တာတွင် ကျန်းမာစွာ နေထိုင်တတ်သော နည်းလမ်း ကောင်းများ ရွေးချယ်နိုင်ပြီး မှန်ကန်သော ကျန်းမာရေး အပြုအမူ အကျင့်စရိုက်များ လက်ခံကျင့်သုံးတတ်လာစေရန် ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာ (Life skill Education) ဘာသာရပ်သင်ကြားလေ့ကျင့်ရာတွင် ပံ့ပိုးကူညီပေးခြင်း။

(၂) ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်း

- သန့်ရှင်းသော သောက်သုံးရေ လုံလောက်စွာ ရရှိရေး နှင့် ယင်လုံအိမ်သာ ရာနှုန်းပြည့် သုံးစွဲနိုင်ရေးအတွက် ဆောင်ရွက်ခြင်း။
- အစာ မစားမီနှင့် အိမ်သာ အဆင်း လက်ဆေးခြင်း အလေ့အကျင့် ဖြစ်ထွန်းလာစေရန် လက်ဆေးရန်နေရာများ၊ ရေနှင့် ဆပ်ပြာ အဆင်သင့် ဖြစ်စေရန် ဆောင်ရွက်ခြင်း။
- စနစ်တကျ အမှိုက်သိမ်းဆည်းခြင်းဖြင့် အမှိုက်ကင်းစင်ကျောင်းများ ထူထောင်ခြင်း။
- ကြွက်၊ ခြင်၊ ယင် ကင်းစင်သော ပတ်ဝန်းကျင် ထူထောင်ခြင်း။

(၃) ကျောင်းတွင်း အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးနှင့် အစားအစာ အန္တရာယ် ကင်းဝေးရေးလုပ်ငန်း

- ကျောင်းသားတိုင်း အာဟာရမျှတ၍ အန္တရာယ်ကင်းသော အစားအစာများ အကြောင်း နားလည်စွာ ရွေးချယ်စားသုံးတတ်စေရန် ပညာပေးခြင်းနှင့် အလေ့အကျင့်ပျိုးထောင်ခြင်း။
- ကျောင်းတွင်းအာဟာရ ကျွေးမွေးခြင်း။
- ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သော ကျောင်းမုန့်ဈေးဆိုင်များ ပေါ်ထွန်းရေး အတွက် ကျောင်းဈေးသည်များအား ပညာပေးခြင်း၊ အန္တရာယ် ကင်းသော အစားအစာများ ရောင်းချရေးအတွက် ကြပ်မတ်ဆောင်ရွက်ခြင်း။



(၄)ရောဂါကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်း

- ကျောင်းသားများတွင် အဖြစ်များသော သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါ၊ သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါ၊ သန်ကောင်ရောဂါ ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး လုပ်ငန်းများတွင် ကျောင်းသားလူငယ်များ ကိုယ်တိုင် ပါဝင် လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်တတ်စေရေးအတွက် လေ့ကျင့်ပျိုးထောင် ပေးခြင်း။
- မကူးစက်တတ်သော ရောဂါများ ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးအတွက် မှုမှန်ကျန်းမာရေး အလေ့အကျင့်များ ရရှိစေရန် ကျောင်းသားများအား အသိပညာပေးခြင်း၊ အလေ့အကျင့်ပျိုးထောင်ပေးခြင်း။