

Reorientation Training for PHS II through mobile tablets အတွက်
Training schedule Training package
(School Health)
(19-5-2020)

လိုအပ်သောစာရွက် စာတမ်းများ/ သင်ကြားမည့်နည်းလမ်းများ

- မှီငြမ်း သင်ရိုးစာအုပ်အဖြစ် ‘ကျောင်းကျန်းမာရေးလက်စွဲ’အား အသုံးပြုရန်
- သင်ကြားမည့်နည်းလမ်းများ- Power point presentation၊ အပြန်အလှန်ဆွေးနွေးခြင်း၊ အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးခြင်း
- သင်တန်းအကြံဆန်းစစ်ခြင်း၊ သင်တန်းအပြီးဆန်းစစ်ခြင်း

အကြံဆန်းစစ်ခြင်းနှင့် သင်တန်းအပြီးပြန်လည်ဆန်းစစ်ခြင်း

- သင်တန်းမစမီနှင့် သင်တန်းပြီးဆုံးချိန်တွင် နောက်ဆက်တွဲ (က) ပါ မေးခွန်းပုံစံများဖြင့် မေးမြန်း ရန်ဖြစ်ပါသည်။
- ရည်ရွယ်ချက်အနေဖြင့် သင်တန်း၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုအား စမ်းသပ်နိုင်ရန်ဖြစ်ပါသည်။

အချိန်ဇယားနှင့် သင်ကြားရန်ခေါင်းစဉ်များ

စဉ်	သင်ကြားမည့်ခေါင်းစဉ်	ကြာချိန် (မိနစ်)
၁။	သင်တန်းဆရာများနှင့် သင်တန်းသား/သူများ အချင်းချင်း မိတ်ဆက်ခြင်း၊ အကြံဆန်းစစ်ခြင်း (နောက်ဆက်တွဲ (က) ဖြင့်)	၃၀
၂။	ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်၊ ကျောင်းကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၏တာဝန်နှင့်ဝတ္တရားများ (ကျောင်းအုပ်ဆရာ/မကြီးများ၏အခန်းကဏ္ဍ) ကျောင်းကျန်းမာရေးကော်မတီအဆင့်ဆင့်ဖွဲ့စည်းပုံနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ	၃၀
၃။	ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းစဉ်များ -ကျောင်းအခြေပြုကျန်းမာရေးအသိပညာမြှင့်တင်ရေးလုပ်ငန်း	၃၀
၄။	ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းစဉ်များ - ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်း	၃၀
၅။	ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းစဉ်များ - ကျောင်းအခြေပြုရောဂါကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်းများ	၃၀
၆။	ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းစဉ်များ -ကျောင်းတွင်းအာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးနှင့်အစားအစာများဘေးအန္တရာယ်ကင်းဝေးရေးလုပ်ငန်း -ကျောင်းကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်း -ပြည်သူ့လူထု၏ပူးပေါင်းပါဝင်မှုနှင့် ကျောင်းမှပြည်သူ့အတွင်းသို့ မူမှန်လူနေမှုဘဝ ဟန်များ ရောက်ရှိရေးလုပ်ငန်း -နှစ်သိမ့်ပညာပေးဆွေးနွေးခြင်းနှင့် လူမှုရေးပံ့ပိုးမှုလုပ်ငန်း၊ -သင်တန်းနှင့်သုတေသန၊ ကာယနှင့်အားကစားလုပ်ငန်း	၃၀
၇။	-ကျန်းမာရေးအဆင့်မြှင့်ကျောင်း ထူထောင်ရေးလုပ်ငန်းများ အရှိန်အဟုန်မြှင့် ဆောင်ရွက်ခြင်း -ကျောင်းကျန်းမာရေးစီမံချက်လုပ်ငန်းများ -ကျောင်းကျန်းမာရေးသီတင်းပတ်လှုပ်ရှားမှု	၃၀

၈။	- ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းများ ဆန်းစစ်ကြီးကြပ်ခြင်းနှင့် လုပ်ငန်းဆန်းစစ်ပုံစံများ -ကျောင်းအလိုက် ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းစဉ်များ ရေးဆွဲခြင်း နှင့် မှတ်တမ်းတင်ခြင်း -သင်တန်းအပြီးဆန်းစစ်ခြင်း	၃၀
	စုစုပေါင်း ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်း သင်ကြားချိန် (မိနစ်)	၂၄၀

နောက်ဆက်တွဲ (က)

ညွှန်ကြားချက်။ အဖြေများကို အဖြေလွှာပေါ်တွင် သီးသန့်ဖြေဆိုပါ။

အောက်ပါအချက်အလက်များအားမှန်လျှင် ‘မှန်’ဟုရေး၍၊ မှားလျှင် ‘မှား’ ဟုရေးရန်။

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

၂။ ကျောင်းကျန်းမာရေးအဆင့်မြှင့်တင်ရေးလုပ်ငန်းစဉ် (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 သြဂုတ်လနှင့် ဖေဖော်ဝါရီလ များတွင် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါသည်။

၇။ ကျောင်းကျန်းမာရေးအဆင့်မြှင့်တင်ရေးအဖွဲ့အစည်းများသည် မြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရအဖွဲ့အစည်းများ/သို့မဟုတ် အသိပညာများ သင်ယူနိုင်ရန်နှင့် ပညာရေးဝန်ထမ်းများ အလုပ်လုပ်ကိုင်နိုင်ရန် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ် သည့်နေရာဌာနတစ်ခုဖြစ်စေရန် အစဉ်အမြဲဆောင်ရွက်လျက်ရှိသော ကျောင်းကိုဆိုလိုပါ သည်။

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

၉။ ကျောင်းသား/သူများအား ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အမူအကျင့်များ ရရှိစွဲမြဲကျင့် သုံးလာစေရန် ကျောင်းများတွင်နည်းလမ်းမျိုးစုံဖြင့် ပညာပေးလျက်ရှိရာ ဘဝတွက်တာကျွမ်း ကျင်စရာဘာသာရပ် လည်း ပါဝင်ပါသည်။

၁၀။ ကျောင်းတွင်းအာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးအတွက် ကျောင်းများတွင်ဆောင်ရွက်နိုင်သည့် နည်း လမ်း (၅) မျိုးရှိပါသည်။

အဖြေလွှာပုံစံ

အမည် ဇ

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

၆။ မှန်

၂။ မှား

၇။ မှန်

၃။ မှား

၈။ မှား

၄။ မှား

၉။ မှန်

၅။ မှန်

၁၀။ မှန်