



လေးစားရပါသော မိသားစုများနှင့် အုပ်ထိန်းသူများ ,

သင်ယူခြင်းဆိုတာ မွေးဖွားပြီးကတည်းကစတင်ခဲ့ကြပါတယ်! မိမိဘက်မှ ကလေးများအား သင်ယူခြင်းကို ကလေးဘဝကတည်းက ဘယ်လိုခွန်အားပေးနိုင်တယ်ဆိုတာ သိရှိမည်ဖြစ်ပြီး ကူညီထောက်ပံ့မှုပိုင်းမှာလည်း အကျိုးပြုစေပါလိမ့်မည်။ ဤအချက်သည် မိသားစုများအတွက် အလွန်အရေးကြီးသော အချက်တစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။ သင်ယူမှုတွင် ကလေးများကို သင်ဘယ်လို ကူညီရမလဲဆိုတာနှင့် သူငယ်တန်းမှာအောင်မြင်မှုရရှိရန် ပြင်ဆင်ရာတွင် လိုအပ်သော လမ်းညွှန်မှုနှင့် အချို့သောသတင်းအချက်အလက်များကို ပေးစေလိုခြင်းငှါ ဤပြုစုထားသော အချက်အလက်များကို အတူတကွ ပြုလုပ်ထားခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

သင့်ကလေးကို သူငယ်တန်းမှာ အောင်မြင်ဖို့ ပြင်ဆင်ချက်များပြုလုပ်နိုင်စေရန် သင့်ဘက်မှ ကလေးကို ဘယ်လို ထောက်ပံ့ပေးရမည့်ဆိုသည့်စိတ်ကူးများ ရနိုင်ဖို့ ကျွန်ုပ်တို့ အဖွဲ့ အစည်းများမှ ကျွမ်းကျင်မှုစာရင်းများ အပါအဝင် အချို့သော အလွန်တန်ဖိုးရှိသည့်အရာများ သင့်ကိုပံ့ပိုးပေးဖို့ ရန် အတူတကွပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ မိသားစုများသို့ မဟုတ် စောင့်ရှောက်သူများနှင့်အတူ စာဖတ်ခြင်း၊ စူးစမ်းရှာဖွေခြင်းနှင့် ပျော်ရွှင်စွာကစားခြင်းများ ကဲ့သို့ သောအရာတို့ ကို အတူတကွအချိန်ပေးခြင်းသည် သားသမီးများ၏ တန်ဖိုးအရှိဆုံးအရင်းအမြစ်ဖြစ်စေပါသည်။ ကလေးများအတွက် သူငယ်တန်းစတင်နိုင်စေရန် ကျွမ်းကျင်မှုအကြံပြုချက်များအားလုံးကို စာရင်းပြုစုထားသော်လည်း ဘဲ အားလုံးကို ပြုလုပ်စေရန်မလိုအပ်ပါ။

ကလေး၏တတ်ကျွမ်းမှုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေခြင်း၊ ကူညီပံ့ပိုးရန် ပျော်ရွှင်ဖွယ်ရာများကို အတူတူလုပ်ဆောင်ခြင်းနှင့် သူငယ်တန်းတွင် ကလေးများ ဘာတွေသင်ယူရမလဲဆိုသည့် ဆက်စပ်သော သတင်းအချက်အလက်များစွာဟာ သင့်ကို သင့်ကလေး သူငယ်တန်းမှာအောင်မြင်မှုရစေရန်အတွက် ပြင်ဆင်နိုင်ရန် ပြုစုချက်တွင်ပါဝင်ထားပါသည်။ မိမိသား/သမီးများ သူငယ်တန်း စတင်မည့်အချိန်တွင် အချို့သောမေးခွန်းကိုများကိုသိရှိစေလိုခြင်းငှါ မီဂျီကန်ပညာရေးဌာနမှ လမ်းညွှန်ချက် ၆ ခုလည်းဘဲပါဝင်ထားပါသည်။ အပိုလမ်းညွှန်ချက်များကို [http://www.michigan.gov/mde/0,4615,7-140-6530\\_6809-152726--,00.html](http://www.michigan.gov/mde/0,4615,7-140-6530_6809-152726--,00.html) ဌာတွင် ရှိနိုင်ပါသည်။

သူငယ်တန်းအတွက် အောင်မြင်ရန်ပြင်ဆင်ထားမှုကို (မိသားစုများနှင့်စောင့်ရှောက်သူများ) ကလေးများအားလုံး သေသေချာချာပြင်ဆင်ထားစေလိုပါသည်။ အတူတကွလုပ်ဆောင်ခြင်းအားဖြင့် လူတိုင်းအတွက် ပျော်စရာ အတွေ့အကြုံနှင့် အောင်မြင်မှုတစ်ခုကို ပြုလုပ်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

ရိုသေလေးစားစွာဖြင့် ,

*The School Readiness Advisory Committee  
A workgroup of the Ingham Great Start Collaborative*

၇.၇.၁၆

*Ingham GSC ဝက်ဘ်ဆိုက်ဝင်ကြည့်လိုလျှင် [www.InghamGreatStart.org](http://www.InghamGreatStart.org) Facebook စာမျက်နှာစစ်ဆေးလိုလျှင် <http://www.facebook.com/InghamGreatStart>*

ဤစာရွက်စာတမ်းများကို U.S. ပညာရေးဦးစီးဌာန နှင့် မီဂျီကန်ပညာရေးဦးစီးဌာနတို့ အောက်မှ ချီးမြှင့်သည့် ထောက်ပံ့ကြေးဖြင့် ထုတ်လုပ်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။



ကလေးများ သူငယ်တန်းတွင်အောင်မြင်ဖို့ ပြင်ဆင်ထားရမည့်အရာများကို ကူညီနိုင်လိမ့်မည့် အောက်ပါ ဖွံ့ဖြိုးမှုအချက်အလက်များကို မတူကွဲပြားချားနားသောကျွမ်းကျင်မှုများ သင်ယူရရှိလိမ့်မည်။ ဤကျွမ်းကျင်မှုတွင် ပါဝင်သော အချို့ အရာများမှာ :

**ဘာသာစကား ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး**

- သင်နှင့်အတူတူဖတ်ပြီးသော ဇာတ်လမ်းနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ မေးခွန်းတွေဖြေဆိုခြင်း
- စကားပြောကြရာတွင် နှစ်ခါ သို့မဟုတ် ထပ်ခါ ထပ်ခါ ပြန်လည်ပြောဆိုခြင်း
- ပုံပြင်ထဲမှ သင်ယူခဲ့သော အတွေ့အကြုံ များနှင့် စကားပြောအဆိုများထဲမှ စကားလုံးများကို အသုံးပြုခြင်း
- စကားပြောသည့်အခါ လူအများနားလည်သည့် စကားပြောဆိုခြင်း
- I, he, she, him, her, his, နှင့် hers မှန်ကန်စွာအသုံးပြုခြင်း

**စာတတ်မြောက်မှု ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး**

- (rhyming) အရှေ့အသံထွက်များ) စာလုံးပေါင်းများကို အသံထွက်နားဆင်ခြင်း
- စာလုံးပေါင်းသတ်ပုံအကြီး ၁၈ခု၊ အသေး ၁၅ ခုနှင့်အတူ အချို့ အသံထွက်ပြုလုပ်ထုတ်ဖော်ခြင်း
- သူ/သူမ၏ ကိုယ်ပိုင်စာဖြင့်ရေးသောအမည်ကို အသိအမှတ်ပြုခြင်း
- တစ်ချိန်တည်းမှာဘဲ စာအုပ်တစ်အုပ်ကို အရှေ့အနောက် စာမျက်နှာများလှန်ပြီး ကြည့်ရှုခြင်း
- သူ/သူမ၏နာမည်ရှေ့ ဆုံးစာလုံးကို အကြီး နဲ့ ရေးပြီး ကျန်စာလုံးကို အသေးများဖြင့် ရေးခိုင်းခြင်း

**သင်္ချာဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး**

- အသံကြယ်ကြယ်ဖြင့် ၂၀ အထိရည်တွက်ခြင်း
- အရာဝတ္ထုတစ်ခုချင်းစီအတွက် နံပါတ် ၁ မှ ၁၀ အထက် ညွှန်ပြခြင်းနှင့် အသုံးပြုခြင်း
- နံပါတ် ၁ - ၁၀ ကို ဖော်ထုတ်ခြင်း
- အခြေခံပုံစံမျိုးစုံ (စတုရန်း၊ စက်ဝိုင်း၊ တြိဂံ)
- (အစိမ်း၊ အဖြူ၊ အစိမ်း၊ အဖြူ) နှစ်မျိုးနှစ်စား ပုံစံခွဲဖန်းတီးခြင်း
- ဘုံထားရှိခြင်း (အရောင်၊ အရွယ်အစား၊ ပုံဖော်)

**ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး**

- ခြေနှစ်ဖက်စလုံးနဲ့ ခုန်ခြင်း
- စာတစ်စောင်၊ ဂဏန်း သို့မဟုတ် ပုံသဏ္ဍာန် ရေးဆွဲ သို့မဟုတ် ရေးချရာတွင် သုံးချောင်းထောက် ဆုပ်ကိုင် (လက်မနှင့် လက်နှစ်ချောင်း)ကို အသုံးပြုခြင်း
- ကလေးအသက်အရွယ်နဲ့ လိုက်ဖက်သည့် ကတ်ကြေးကို အသုံးပြုခြင်း

**လူမှု ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး**

- အခြားလူကြီးများနှင့်ကလေးများကို ယုံကြည်မှုရှိခြင်း
- ကိုယ့်ဘေးမှကလေးနှင့်သာဆော့ကစားခြင်းမဟုတ်ဘဲ အခြားသောကလေး များနှင့်လည်း ဆော့ကစားခြင်း
- အုပ်စုထဲတွင် ပါဝင်ခြင်းနှင့်သင်ယူခြင်း

**စိတ်ခံစားမှုဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး**

- အချိန်တိုးချဲ့ ကာလတစ်ခုအတွက် အဓိက စောင့်ရှောက်သူများမှ ခွဲခြားထားရှိခြင်း
- သူ/သူမ၏လိုအပ်ချက်များကို (လက်ဆေးကြောခြင်း၊ အိမ်သာသွားပြီးလျှင် သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ခြင်း)တို့ ကို တာဝန်ယူလုပ်ဆောင်ခြင်း
- သူ/သူမ၏ခံစားချက်အမှုအရာများကို ထိန်းချုပ်ခြင်း
- မိမိတို့ ကိုယ်ပိုင်နှင့် အခြားသူများ၏ ပစ္စည်းများကို သတိထားဆင်ခြင်ခြင်း

**သင်ယူဖို့ ချဉ်းကပ်ခြင်း**

- အသစ်သောအရာများကို သင်ယူဖို့ သိချင်စိတ် နှင်လှုံ့ဆော်မှု ဖော်ပြခြင်း
- တာဝန်များကို အခြားသူများပေါ်မှီခိုခြင်းမရှိ မိမိတစ်ဦး ထဲသာလျှင် အချိန် ၁၀-၁၅ မိနစ်ပေး ပြီးလုပ်ဆောင်ခြင်း
- (ပုံပြင်နားထောင်ခြင်း) ကဲ့သို့ သော လှုပ်ရှားမှုများ အတွက် အချိန် ၁၀-၁၅ ပေးပြီး အားရုံစိုက်လုပ်ခြင်း
- (ကုန်စုံဆိုင်၊ စာကြည့်တိုက်) ကဲ့သို့ သော ပတ်ဝန်းကျင်အတွေ့အကြုံ များကို မှတ်မိသတိရ ဆက်နွယ်ခြင်း
- မှတ်မိလွယ်မည့်ရိုးရိုးလုပ်စဉ်များနှင့် လမ်းညွှန်ချက်နှစ်ခုကို လိုက်လုပ်ခိုင်းခြင်း
- (ပဟေဠိအတူတကွလုပ်ဆောင်ခြင်း) ကဲ့သို့ သော ရိုးရှင်းသောပြဿနာများကို ဖြေရှင်းခြင်း

# မိမိနေအိမ်တွင် ဘာတွေလုပ်ဆောင်နိုင်ပါသလဲ?

## မိဘလမ်းညွှန် # ၁၆

သင့်ကလေး၏ ဦးဆုံးသော သင်ပြပေးသူတစ်ယောက်အနေဖြင့် သင့်မှာ အဓိက အရေးကြီးအခန်းကဏ္ဍတစ်ခုရှိရမည်။ သင့်ကလေး၏ ဘဝအောင်မြင်မှုနှင့် ကျောင်းအတွက်ပြင်ဆင်ချက်တို့ကို ကူညီနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

မကြာခဏ သင့်ကလေး၏ကိစ္စရပ်များတွင် သူတို့နှင့်အတူ အချိန်ပေးပြီးအတူရှိနေပေးခြင်းဟာ အင်မတန်မှတန်ဖိုးကြီးလှပါသည်။ ကလေး များနှင့်အတူရှိနေသည့်အချိန်တွင် ကျောင်းအတွက်ပြင်ဆင်မှုမှာ ပိုမိုထိရောက်စေမည့် အရာများကို သင်ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

- **နေ့စဉ်နေ့ တိုင်းစာဖတ်ပါ။** သင့်ကလေးနှင့်အတူ စာအတူတူဖတ် မေတ္တာမျှဝေပါ။ သင့်ကလေးကို တစ်နေ့ မိနစ် ၃၀ စာဖတ်ရှုခြင်းကနေ အကျိုးခံစားခွင့်ရှိပါတယ်ဆိုသည့် လေ့လာတွေ့ ရှိ မှုကို ပြသပါ။ ဒါတွေအားလုံးကို တချိန်တခါတည်း နဲ့ ပြီးဆုံးစေဖို့ ရန် မဟုတ်ပါ။
- **အပြော နှင့် နားထောင်ပါ။** သင့်ကလေးနှင့်ပြောဆို/နားထောင်ခြင်းအရာပြုလုပ်သည့်အခါ သူ/သူမဘက်မှလည်း မိမိတို့ လိုအပ်နေသည့် ဘာသာစကားတည်ဆောက်ခြင်းကျွမ်းကျင်မှု သိရှိလာကြတယ်။
- **စကားလုံးများ .** သင့်ကလေး၏ ဘဝတွင် အရာဝတ္ထုများကို ဖော်ပြသည့်အခါ သတ်နိုင်သမျှ များစွာသော စကားလုံးများကို သုံးပေးပါ။ သင့်ကလေးသိရှိထားသော စကားလုံးအရေအတွက်များသည် သူ/သူမ၏စာဖတ်မှုတွင် အောင်မြင်စေရန် ပံ့ပိုးပေးမည်ဖြစ်သည်။ 'ကလေးဆွေးနွေးချက်' မသုံးပါနဲ့။ အကယ်၍ သင့်ကလေးဟာ သဒ္ဒါနည်းမှန်ကန်စွာမသုံးခဲ့လျှင် ထိုစကားလုံးကို မှန်ကန်စွာပြန်လည်ပြောဆိုခိုင်းပါ။
- **လေးစားပါ။** သင့်ကလေးနှင့် အခြားသူများကို ရိုသေလေးစာမှုရှိပါ။ သင့်ကလေးဟာ မိမိထံမှ ကြည့်ယူပြီး သင်ယူနေပါတယ်။ သင့်ရဲ့ လုပ်ရပ်တွေကို သင့်ကလေးမှထိုနည်းတူပြန်လည်လုပ်ခိုင်းစေလိုလျှင်ကိုယ့်လုပ်ရပ်ကို သေချာလုပ်ပါ။

- **သင့်ကလေးနှင့်အတူဆော့ကစားပါ။** အမြဲတမ်းအတူဆော့ကစားပေးသောသူတစ်ယောက်အနေဖြင့် သင့်ကိုမြင်တွေ့ ခိုင်းပါ။ ကစားမှုဆိုတာ ကလေး၏အလုပ်တစ်ခု ဖြစ်ကြောင်းကို သတိရပါ။ ကစားမှုမှတစ်ဆင့် ကလေးများသည် ပြဿနာများဖြေရှင်းခြင်းနှင့်ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်များကို သင်ယူနေပါတယ်။
- **မိမိတို့ယ်တိုင် တတ်နိုင်စွမ်းသူ တစ်ယောက်အနေဖြင့် မြင်နိုင်ရန် သင့်ကလေးကိုကူညီပါ။** သင့်ကလေးလုပ်ဆောင်သမျှအား လုံးကို ထုတ်ဖော်ညွှန်ပြခြင်းအားဖြင့် 'လုပ်ပိုင်ခွင့်' ကို မိမိ ကိုယ်မိမိ လေးစား တည်ဆောက်မှုကူညီပါ။ သင့်ကလေး အတွက် ကောင်းသော အရာများကို ကြည့်ပြီး ကြိုးစားအားထုတ်မှုပြုလုပ်ပါ။ သင့်ကလေးကို သူ/သူမသည် မည်မျှအံ့ဩဖွယ် ကောင်းသောသူဖြစ်ကြောင်းကို တွေ့မြင်ဖို့ ရန်ကူညီပါ။
- **သင့်ကလေးနှင့်အတူ ချက်ပြုတ်ပါ။** တိုင်းတာခြင်း၊ လောင်းထည့်ခြင်း၊ မွှေနှောခြင်း၊ ဟင်းဖော်စပ်နည်းဖတ်ခြင်း၊ သန့်ရှင်းရေးလုပ်ခြင်း နှင့်စားသောက်ခြင်းတို့ကို သင့်ကလေးနှင့် အတူ ပြုလုပ်ပါ။ ချက်ပြုတ်လှုပ်ရှားမှုသည် သေးငယ်သောကြွက်သားများ အလုပ်လုပ်စေရန် အလွန်ကောင်းသောနည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။ ဤကြွက်သားများသည် နောင်ကလေးများစာရေး ရာတွင်အသုံးဝင်စေပါသည်။
- **သင့်ကလေးနှင့်အတူ ပုံဆွဲခြင်းနှင့်ရောင်စုံခြယ် ခြင်းပြုလုပ်ပါ။** ဤအရာများဟာ ကလေးများ၏မြန်ဆန်လှပသော ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် စာရေးသားခြင်းများအတွက် လက်ချောင်းများ အတွင်းရှိကြွက်သားများ ပြင်ဆင် ကူညီမှု ကိုတိုးတက်လာစေလိမ့်မည်။

**အကူအညီတောင်းပါ။** အကယ်၍ မည်သည့်အပိုင်းမဆို သင့်ကလေး၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှင့်ပတ်သက်ပြီး စိုးရိမ်ပူပန်း မှုရှိခဲ့လျှင် နှင့် သူ/သူမသည်သုံးနှစ်အောက်ဖြစ်လျှင် 1-800-Early On သို့ ခေါ်ဆိုပါ။ အကယ်၍ သုံးနှစ်အထက်ဖြစ်လျှင် [Build Up Michigan](http://buildupmichigan.org) (<http://buildupmichigan.org>), သင့်ဒေသခံကျောင်းခရိုင်၊ သို့မဟုတ် မီဂျီကန်ပညာရေးဌာန၏ အထူးပညာရေးရုံးမှ 1 - 888 - 320 - 8384 သို့ ဆက်သွယ်ပါ။



UPDATED MAY 2015

ဤစာရွက်စာတမ်းများကို U.S. ပညာရေးဦးစီးဌာန နှင့် မီဂျီကန်ပညာရေးဦးစီးဌာနတို့ အောက်မှ ချီးမြှင့်သည့် ထောက်ပံ့ကြေးဖြင့် ထုတ်လုပ်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

# ကလေးကို သူငယ်တန်းတွင် ဘယ်လိုကျောင်းအပ်စာရင်းသွင်းမလဲ? မိဘလမ်းညွှန် #၃

ကလေးတစ်ယောက်ရဲ့ အသက်ဟာ စက်တင်ဘာလ ၁ ရက်နေ့ မတိုင်ခင် ၅ နှစ်ပြည့်မှ သူငယ်တန်းတွင် ကျောင်းအပ်စာရင်းပေးသွင်းရမည်\*

နေသူဖြစ်ခဲ့လျှင် သင်ကျောင်းအပ်သည့်အခါ ကျောင်းကိုအသိပေးထားပါ။

**အောက်ပါတစ်ရက်စာတမ်းအချို့ သည် ကလေးကို သူငယ်တန်း ကျောင်းအပ်သည့်အခါလိုအပ်ပါသည်။**

- လာမည့်ကျောင်းတက်နှစ်အတွက် နွေဦးကာလ အစောပိုင်း၌ သူငယ်တန်းကျောင်းအပ်ဖို့ များသောအစိုးရကျောင်းခရိုင်များတွင် စတင်အပ်ကြပါသည်။
- ရက်အတိအကျကိုတော့ ကိုယ့်ဒေသခံကျောင်းများဆီသို့ ဆက်သွယ်စုံစမ်းပါ။
- အကယ်၍ မိမိဒေသမှကျောင်းခရိုင်ထက်အခြားကျောင်းခရိုင်မှာ ကလေးကို ကျောင်းအပ်ဖို့ ပိုပြီးစိတ်ဝင်စားလျှင်၊ အဲဒီကျောင်းခရိုင်မှာ ကျောင်းရွေးချယ်ပိုင်ခွင့် ထားရှိမှုရှိမရှိ ဆက်သွယ်စုံစမ်းပါ။ အကယ်၍ရှိခဲ့လျှင် လျှောက်လွှာဖြည့်စွက် နောက်ဆုံးရက်ဘယ် နေ့ လဲဟုမေးမြန်းပါ။
- လျှောက်လွှာဖြည့်ဖို့ နာမည်၊ လိပ်စာနှင့် ဖုန်းနံပါတ်များ အဆင်သင့်ဖြစ်ပါစေ။ ကလေး၏ဆရာဝန်အကြောင်းအချက်အလက်များကိုလည်းယူဆောင်သွားပါ။
- ဘာတွေယူဆောင်လာရမည်ဆိုသည့်အရာကို သိရှိဖို့ သင့်ဒေသကျောင်းခရိုင်ဆီသို့ မေးမြန်းပါ။
- သူတို့ လိုအပ်သည့် လျှောက်လွှာဖြည့်စွက်ချက်များအားလုံး သင့်၌ မရှိခဲ့သော်လည်း သင့်ကလေးကို သူငယ်တန်းအတွက် သင်ဆက်ပြီးမှကျောင်းအပ်ခဲ့သင့်ပါတယ်။ ဝန်ထမ်းများမှ လိုအပ်သည့် လျှောက်လွှာများကို ရယူကူညီပေးနိုင်ပါတယ်။
- အကယ်၍သင့်ဟာ ယာယီနေထိုင်သူ သို့မဟုတ် လတ်တလောမှာဘဲ အိမ်ယာဆုံးရှုံးသူအဖြစ် နေထိုင်သူဖြစ်ခဲ့လျှင် ကလေးကျောင်းအပ်သည့်အခါ သင့်ရဲ့ ကျောင်းကို အသိပေးပါ။
- အကယ်၍ သင့်ကလေးသည် စကားပြောချို့ယွင်းသည့်ရောဂါကုထုံး ကဲ့သို့ သော ဝန်ဆောင်မှုကိုခံယူ

- ကလေး၏အသက်အရွယ်သိရှိဖို့ မွေးစာရင်း လိုအပ်ပါတယ်။ အခြားသောမွေးသက္ကရာဇ် အထောက်အထားအနေဖြင့် (နိုင်ငံကူးလက်မှတ်၊ ဆေးရုံမွေးစာရင်းမှတ်တမ်း၊ မွေးစားစာရင်းမှတ်တမ်း သို့မဟုတ် နှစ်ခြင်းခံလက်မှတ်) တို့ ကိုလက်ခံနိုင်ပါသည်။
- နေထိုင်ကြောင်းသက်သေအထောက်အထား အနေဖြင့် (ယာဉ်မောင်းလိုင်စင်၊ မဲပေးရန်စာရင်းသွင်း ထားသည့်ကတ်၊ ရေ/မီးဖိုဆောင်သည့်စာရွက်၊ အိမ်ငှားစာရွက်စာတမ်း၊ ဝင်ငွေခွန်အချုပ်စာရွက်စာတမ်း၊ မိမိနာမည်နှင့် အိမ်လိပ်စာပါသည့် ဘယ်ရုံးစာရွက်စာတမ်းမဆို) တစ်ခုခုယူသွားရမည်။
- ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးကြောင်းမှတ်တမ်းလိုအပ်တယ်။ ဘာသာရေးကြောင့် သို့မဟုတ် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာများအတွက် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းမှ ကင်းလွတ်စေဖို့ တောင်းဆိုမှုအတွက် လျှောက်ထားရန် သင့်ကျောင်းသို့ ဆက်သွယ်စုံစမ်းပါ။ လက်ရှိကာကွယ်ဆေးထိုးမှတ်တမ်းကို [Michigan Care Improvement Registry \(www.mcir.org\)](http://www.mcir.org) ၌တွေ့ ရှိ နိုင်ပါသည်။
- မျက်စိအမြင်နှင့်နား ကြားနားစစ်ဆေးမည်။ ကလေးအယောက်စီတိုင်း မျက်စိအမြင်နှင့် နားကြားနားစစ်ဆေးမှုကို သူငယ်တန်းမတက်ခင် စစ်ဆေးမှုလိုအပ်ပါတယ်။

**\*အသက်မပြည့်သေးဘဲစောစီးစွာ သူငယ်တန်းကျောင်း စာရင်းသွင်းသူများအတွက် သိရှိရမည့်အချက် အလက်များကို မိဘလမ်းညွှန် # ၄ မှာဖတ်ရှုပါ။**



UPDATED MAY 2015

ဤစာရွက်စာတမ်းများကို U.S. ပညာရေးဦးစီးဌာန နှင့် မီချီဂန်ပညာရေးဦးစီးဌာနတို့ အောက်မှ ချီးမြှင့်သည့် ထောက်ပံ့ကြေးဖြင့် ထုတ်လုပ်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

# ကလေးတွေ သူငယ်တန်းမှာ ဘာတွေပြုလုပ်ကြလိမ့်မလဲ?

## မိဘလမ်းညွှန် #၉

အကယ်၍သင့်ကလေးသည် မူကြိုသို့ မဟုတ် ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးစင်တာသွားပြီးဆိုလျှင် သူငယ်တန်းသည် သူ့အတွက် 'ကြီးမားသော' ပြောင်းလဲမှုဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

- သူငယ်တန်းအစီအစဉ်သည် မူကြိုထက် ပိုမိုကြီးကျယ်ခမ်းနားလိမ့်မည်။ ယနေ့ ကျောင်းများတွင် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ပိုမိုထိရောက်စေရန် သင်ကြားရေးအချိန်ပိုရှိလာသည်။
- သင်ယူခြင်းအတွက် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ထိ ရောက်စေဖို့ အစီအစဉ်များရွေးချယ်ရန် ဒေသခံကျောင်းများတွင် ခွင့်ပြုထားပါသည်။ ကျောင်းများလည်း သူငယ်တန်းအတွက် နေ့စဉ်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်များ ရွေးချယ်ရမည်။
- မိချီဂန်ပြည်နယ်မှလည်းသူငယ်တန်းပြီးဆုံးချိန်တွင် ကလေးများဘာတွေ သင်ယူခဲ့ကြသင့်သလဲဆို သည့်အချက်ကို ကောင်းစွာ ရည်မှန်းချက်ထားရှိမှု ရှိပါသည်။

**သူငယ်တန်းရဲ့ နေ့စဉ်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်တွေကို သင့်ကလေး၏ဆရာ/မထံ သင့်ကိုမျှဝေဖို့ တောင်းဆိုပါ။ ထို့နောက်တွင် ကျောင်း၏အချို့ အကြောင်းအရာများကို သင့်ကလေးနှင့်အတူ ပြောဆိုနိုင်ပါမည်။ ဥပမာအားဖြင့်**

- အုပ်စုငယ်နှင့်ကြီးဖွဲ့ ချိန်
- ကလေးများအတွက် အခန်းပတ်ပတ်လည် 'အလယ်ဗဟို' သို့ မဟုတ် စီမံကိန်းတစ်ခုကို တစ်ဦးတည်းလုပ်ဆောင်ချိန်
- သရေစာစားချိန်
- ထမင်းစားဆောင်တွင် နေ့လည်စာစားချိန်
- လှုပ်လှုပ်ရှားရှားနှင့် တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်ချိန်
- အပိုသင်ခန်းစာများဖြစ်ကြသော အားကစားရုံ၊ ဂီတ၊ အနုပညာ၊ စာကြည့်တိုက်နှင့် ကွန်ပျူတာများ ရှိသည့်အချိန်

သူငယ်တန်းရဲ့ လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်တွေဟာ ဘယ်လိုမျိုး ဖြစ်နေပါစေကိစ္စမရှိပါ။ အရေးကြီးဆုံးသည် သင်ယူဖို့ အခွင့်အလမ်းအမျိုးမျိုးနှင့် မြောက်များသောအရာ တို့သာဖြစ်ပါတယ်။

- သူငယ်တန်းကျောင်းသား/သူများသည် သင်ယူမှုအခွင့်အလမ်းအများကြီးလိုအပ်တယ်ဆိုတာကို ဆရာ/မကောင်းများက သိပါတယ်။ လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်ချက်များသည် ပုံမှန်ဘာသာ ရပ်နယ်ပယ်တွင် လူမှုရေး/စိတ်ခံစားမှု ဆိုင်ရာ၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့်အတူ ရောနှောနေကြပါတယ်။
- ဆရာ/မများနှင့်တွေ့ဆုံပြောဆိုခြင်းအားဖြင့် သင့်ကလေး ဘာတွေပြုလုပ်နေတယ်ဆိုတာကို သင်သိရှိသင်ယူ ရရှိနိုင်ပါသည်။ ဤလုပ်ဆောင်ချက်သည် သင့်ကလေး ၏အပြောင်းအလဲ ဖြစ်စဉ်အတောအတွင်း သင့်အနေနဲ့ အတူတကွညှိနှိုင်းကူညီဆောင်ရွက်ခြင်းဟာ အင်မတန်မှ အရေးကြီးသောအရာဖြစ်ပါတယ်။
- ထိုလုပ်ဆောင်ချက်ကို ကောင်းကောင်းလုပ်ဆောင်လာ သည့်အခါ သင့်ကလေးသည် နေ့စဉ်နေ့တိုင်းကျောင်း တက်ပျော်လာပါလိမ့်မည်။

**မူကြိုကျောင်းတက်နှစ်မှ အပြောင်းအလဲဟာ - ပိုမို ကျယ်ပြန့်လာပါတယ်။ စာသင်ခန်းထဲမှ အတွေ့အကြုံများလည်းဘဲ ကွဲပြားခြားနားလာပါတယ်။**

- သင်ကြားပို့ချချိန်ပိုမိုလာခြင်းနှင့် ဆရာ/မများမှ ညွှန်ကြားဆောင်ရွက်ချက်များ ပိုမိုရှိလာ
- လွတ်လွတ်လပ်လပ်ကစားခြင်းအချိန်လျော့နည်းလာပြီး အုပ်စုဖွဲ့ စီမံကိန်းအချိန်ပိုမိုရှိလာ
- စာသင်ခန်းပြင်ပအချိန်လျော့ချပြီး အခန်းတွင်း လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုများပိုမိုရှိလာ
- စာလုံးနှင့်နံပါတ်များရေးချခြင်းကို ပိုမိုရှိလာ
- ကျောင်းစည်းမျဉ်းစည်းကမ်းပိုမိုကျယ်ပြန့်လာ
- စာသင်ခန်းတွင် ကလေးများပိုမိုများပြားလာ



UPDATED MAY 2015

ဤစာရွက်စာတမ်းများကို U.S. ပညာရေးဦးစီးဌာန နှင့် မိချီဂန်ပညာရေးဦးစီးဌာနတို့ အောက်မှ ချီးမြှင့်သည့် ထောက်ပံ့ကြေးဖြင့် ထုတ်လုပ်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

# အဘယ်ကြောင့် သူငယ်တန်းတွင် ကစားပါသလဲ?

## မိဘလမ်းညွှန် #၁၀

သင်ယူဖို့ နည်းလမ်းများစွာရှိပါတယ်။ ကလေး တို့ကို ဆော့ကစားမှုတွင် အားပေးအားမြှောက်မှုနှင့် သူတို့ စိတ်ဝင်စားလာသည့်အချိန်မှာတော့ ကလေးများနှင့်လူကြီးများအချင်းချင်း သင်ယူဖို့ အကောင်းဆုံးသောအချိန်ဖြစ်စေပါသည်။

နှစ်ပေါင်းများစွာသောလေ့လာတွေ့ ရှိမှုအရ ဆော့ကစားခြင်းသည် ပျော်ရွှင်ဖွယ်ရာနှင့်ဂိမ်းများထက် ပိုမိုကောင်းမွန်ကြောင်းပြသထားပါသည်။

**ဆော့ကစားမှုသည် များစွာသောနေရာများတွင် အခိုင်အမာတိုးတက်မှုနှင့်တိုးမြှင့်လာစေသည့်အရာများတွင် အောက်ပါအချက်အလက်များလည်း ပါဝင်ပါသည်။**

- **စိတ်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ :**  
ဦးနှောက်ဖွံ့ဖြိုးသန်မာမှုနှင့်ဆော့ကစားမှုတို့ကြားတွင် နီးစပ်သောဆက်နွယ်မှုတစ်ခု ရှိပါတယ်။ နောက်ပိုင်း ကျောင်းတွင် စာရေးသားခြင်းနှင့် စာဖတ်ခြင်းများ ကိုအောင်မြင်စေရန်အတွက် အခြေခံချပေးလာသည်။ ထိုအတွေ့အကြုံများသည် ကလေးများ၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကိုကူညီပံ့ပိုးပေးပါသည်။
- **လူမှုရေးဆိုင်ရာ :**  
စိတ်ကူးစိတ်သန်းကောင်းဖို့ ရန်အတွက် ဆော့ကစားမှုသည် အရေးကြီးသောအရာတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ပြဿနာဖြေရှင်းကျွမ်းကျင်နည်းများကို ဖန်တီးတိုးတက်လာစေရန်အတွက်လည်း ကူညီပေးပါသည်။
- **စိတ်ခံစားမှုဆိုင်ရာ :**  
ယုံယုံကြည်ကြည်နဲ့ ဆော့ကစားမှုပြုလုပ်ပါက

ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့်သနာကရုဏာမှုတိုးတက်ကောင်းမွန်လာပါသည်။ ထိုအရာများဟာ ကလေးများ မိမိတို့၏ အပြုအမူများကို ထိန်းချုပ်ဖို့ သင်ယူကူညီပေးပါသည်။

- **ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ :**  
ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်းလူးလိမ့်ဆော့ကစားခြင်းသည် ကလေးများ၏ကြွက်သားဖွံ့ဖြိုးခြင်း နှင့်ဦးနှောက်ကြီးထွားလာခြင်းကို ကူညီပေးပါသည်။

**ဆော့ကစားခြင်းမှာ အခြားသင်ယူမှုအကျိုး ခံစားခွင့်ရှိပါတယ်**

- သူငယ်တန်းကျောင်းသား/သူအများစုဟာ အချိန်ကြာမြင့်စွာ ထိုင်ခြင်းနှင့်နားထောင်ခြင်းအတွက်အဆင်သင့်မဖြစ်သေးပါ။
- ကလေးများ၏အားသာချက်များနှင့်စိတ်ဝင်စားမှုများကို ဆရာ/ဆရာမများ အသုံးပြုလာသည့်အခါ ဆော့ကစားမှုသည်ပိုပြီးကောင်းမွန်ကြောင်း သုသေတနာများပြသထားပါသည်။ အတွေ့အကြုံများမှတစ်ဆင့် သင်ယူဖို့ အခွင့်အလမ်းတွေကို ဆရာ/ဆရာမများ ပံ့ပိုးပေးနိုင်မည်။
- ကလေးငယ်တစ်ယောက်၏ ဆော့ကစားမှုသည် သူ/သူမ၏အလုပ်ဖြစ်ပါသည်။ သူငယ်တန်းအခန်းတစ်ခန်းမှာ ဆော့ကစားမှုမှ တစ်ဆင့် သင်ယူဖို့ အခွင့်အလမ်းများဖြည့်စွက်ပေးနိုင်မည့်အခန်းဖြစ်စေရပါမည်။
- မိဘများမှ ကလေးများ၏ကျောင်းတက်ရက်များကို စိတ်ဝင်တစားရှိလာသည့်အခါနှင့် ဆရာ/မ များမှ စာသင်ခန်းပြင်ပ၊ အတွင်းပိုင်းတွင် ကလေးများ၏ သင်ယူခြင်းကို ပံ့ပိုးပေးသည့်အခါ ကလေးများသည် ကျောင်းကို ချစ်ခင်နှစ်သက်ကြပါသည်။



UPDATED MAY 2015

# ကျောင်းတက်ပထမရက်တွင် ကလေးများ တုန်လှုပ်ခြောက်ခြားစေသည့်အရာများကို စိတ်သက်သာလွယ်ကူစေရန် မိမိဘက်မှ မည်သို့ ကူညီပေးနိုင်မလဲ?

## မိဘလမ်းညွှန် # ၁၈

### အပြုသဘောဆောင်သည့် နည်းလမ်းအတိုင်း ဆက်ရှောက်ပါ။

- သင့်ကလေးသည် သူ/သူမ၏ အောင်မြင်ဖို့ စွမ်းရည်အတွက် သင့်ရဲ့ ယုံကြည်စိတ်ချမှုဟာ သူ့ကိုစိတ်ပျော်ရွှင်စေတယ်။
- သင်ပြောသမျှ /လုပ်သမျှအရာအားလုံးဟာ သင့်ကလေးကို သြဇာလွှမ်းမိုးနေပါတယ်။ သင်ဖော်ပြနေသော ခံစားချက်များကိုလည်း သူ/သူမမြင်တွေ့ နေပါတယ်။
- သူငယ်တန်းစတင်သည့်အကြောင်းအရာအားလုံးကို သင့်ဘက်မှ ပျော်ရွှင်မှုနှင့်စိတ်လှုပ်ရှားမှုပြုသဖို့ အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။ သင့်ကလေးဟာ သင့်နောက်ကို လိုက်လာပါလိမ့်မည်။
- ကျောင်းစဖွင့် ပထမနေ့ ရက်အတွက် အဆင်သင့်ဖြစ်စေရန် အတူတကွစာဖတ်ဖို့ စာအုပ်ကောင်းအများအပြားရှိပါတယ်။

### နံနက်စာစားသုံးခြင်းသည် သင့်ကလေး၏ ကိုယ်ခန္ဓာကို အားအင်ပြည့်ဝစေပါတယ်။

ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော နံနက်စာကို စားသုံးခြင်း စေခြင်းသည် သင့်ကလေးကို တနေကုန် စွမ်းအင်ပြည့်ဝစေဖို့ ရန်အတွက် နည်းလမ်းကောင်းတစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။ ဤအစားအသောက်ဟာ အင်မတန်မှ အရေးကြီးပါတယ်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် တမနက်လုံးလန်းဆန်းတက်ကြွသော 'အားအင်' ရရှိဖို့ သင့်ကလေး၏ကိုယ်ခန္ဓာမှာလိုအပ်ပါသည်။ မြောက်မြားစွာသော လေ့လာတွေ့ ရှိချက်အရ နံနက်စာကို ပုံမှန်နေ့ တိုင်း စားသုံးသော ကလေးများသည် ကျောင်းမှတ်တမ်းနှင့် အကျင့်စာရိတ္တ ပိုမိုကောင်းမွန်ကြောင်းတွေ့ ရှိရပါသည်။ ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သော နံနက်စာမှ အားအင်အပြည့်ရရှိစေမှုဟာ မှတ်ဉာဏ်တိုးတက်မှုကို လည်းကူညီပေးပါသည်။

### ရွေးချယ်မှုဆိုတာ လုပ်ဆောင်ပိုင်ခွင့် အာဏာပေးခြင်း ဖြစ်သည်။

ကျောင်းဝတ်စုံများ၊ အစားအသောက်နှင့် ကျောင်းစာရေးကရိယာများကို စိတ်ကြိုက်သင့်ကလေးကို ရွေးချယ်ခိုင်းပါ။ ဤအရာဟာ ကလေးကို ပိုပြီးယုံကြည်စိတ်ချမှုနှင့်စိတ်ထိန်းချုပ်မှုတို့ကို ဖြစ်စေပါတယ်။ ဒါတင်မက ကလေး၏ လွတ်လွတ်လပ်လပ်ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်မှု စွမ်းရည်ကိုလည်း တိုးတက်စေပါသည်။

### မနက် အချိန်အလှအယက်ဖြစ်စေမှုကို ရှောင်ရှားပါ။

- ကျောင်းသွားဖို့အဆင်သင့်ဖြစ်စေရန်အတွက်အိမ်ယာထ အချိန်စောခိုင်းစေခြင်းဟာ ကလေးကိုအချိန်လုံလောက်ပေးပြီး မိမိနေအိမ်တွင်ပိုပြီးအနားယူခိုင်းစေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဒါဟာ သင့်ကလေးကိုပိုပြီး သက်တောင့်သက်သာဖြစ်စေမှုကို ကူညီပေးပါသည်။
- ကျောင်းမဖွင့်မည်ကတည်းက ကျောင်းဝတ်စုံနှင့်စာရေးကရိယာများတို့ ကိုများစွာသောမိသားစုများအတွက် ကောင်းစွာထုတ်ပိုးဖြန့်ဖြူးပေးပြီးဖြစ်သည်။

### ဝတ်ဘိုင်ဟုပြောဆိုနှုတ်ဆက်ခြင်းသည် 'မပြတ်မဆိုနေသောလုပ်ရပ်' ထက်သာပို၍ကောင်း၏ ။

- ပထမနေ့ ရက် ကလေးကို ကျောင်းမှာထားခဲ့ခြင်းဟာ ခက်ခဲစေပါလိမ့်မည်။ ကလေးကို ချစ်ခြင်းမေတ္တာပြသသည့်အနေဖြင့်ထပ်မံနှုတ်ဆက်သွားကြဖို့ ဟာ အကောင်းဆုံးသောနည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်ကြောင်းကို လေ့လာပြသထားပါသည်။
- ကလေးကို စိတ်သက်သာရာရစေပြီး နောက်တစ်ကြိမ်မှာ သင့်ကိုပြန်လည်မြင်တွေ့ ပါလိမ့်မည်ဆိုသည့်အရာကိုလည်း ကလေးကိုသိခိုင်းပါစေ။ သင်ပြန်သွားတာကို လိုက်ကြည့်ပြီး စိတ်မကောင်းဖြစ်စေသည့် အမှုအရာအဆင်မပြေမှု သင့်ကလေးကိုမခံစားခိုင်းပါစေနဲ့ ။
- ကျောင်းစဖွင့်ရက်မတိုင်မီ ဆရာ/မများသည် စိတ်ကူးစိတ်သန်း ကောင်းကောင်းနှင့်အတူမိဘကိုကူညီပေးနိုင်ပါသည်။



ဤစာရွက်စာတမ်းများကို U.S. ပညာရေးဦးစီးဌာန နှင့် မီရှီဂန်ပညာရေးဦးစီးဌာနတို့ အောက်မှ ချီးမြှင့်သည့် ထောက်ပံ့ကြေးဖြင့် ထုတ်လုပ်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

# ကလေး၏ ပညာရေးမှာ မိမိဘက်မှဘယ်လို စေ့စပ်ပါဝင်ပေးနိုင်ပါသလဲ?

## မိဘလမ်းညွှန် # ၂၀

သင့်ကလေး၏ပညာရေးတွင်သင့်ဘက်မှစေ့စပ်ပါဝင်ပေးမှုဟာ အင်မတန်မှအရေးကြီးပါကြောင်း သုတေသန လေ့လာမှုမှာ ပြသထားပါသည်။

မိဘများရဲ့ စေ့စပ်ပါဝင်မှုဟာ သင့်ကလေးကို ကျောင်းမှာအောင်မြင်ဖို့ ကူညီပေးပါသည်။ ကလေး၏ အကျင့်စာရိတ္တကောင်းမွန်ပြီး ကျောင်းပျက်ကွက်လျော့နည်းမှုကဲ့သို့ သော အကျိုးရလဒ်ဖြစ်စေပါတယ်။ သင်ယူမှုကိုပံ့ပိုးပေးသော နေအိမ်ဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ကလေး၏ အောင်မြင်မှုအကျိုးကို သက်ရောက်စေပါတယ်။ သင့်ဝင်ငွေ၊ ပညာရေးအဆင့်အတန်းနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ နောက်ခံထက်ပိုအရေးကြီးပြီး ပျော်စရာလည်းကောင်းပါတယ်။

### သင့်ကလေးကျောင်းမှာအောင်မြင်ဖို့ အရာသုံးခုကို ကူညီရပါမည်။

- ၁. ကလေး၏အချိန်ကို ကောင်းစွာကိုင်တွယ်ကူညီပါ။
- ၂. အိမ်စာကူညီပါ။
- ၃. ကျောင်းအကြောင်းပြောပါ။

### သင့်ကလေးကောင်းစွာပြုမှုလုပ်ဆောင်နိုင်ရန် အောက်ပါအကြံပြုချက်များ ကူညီပါလိမ့်မည်။

- မိသားစု နေ့ စဉ်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်တစ်ခု စတင်ပါ။ စာလေ့လာဖို့ တိတ်ဆိတ်သောနေရာတစ်ခုနှင့် အချိန်ပေးပါ။ အိပ်ယာဝင်ချိန် အမြဲအချိန်တထပ်တည်းဖြစ်စေပါ။ ညစာအတူတကွစားပါ။
- တီဗီကြည့်ချိန်သတ်မှတ်ပါ။ ကျောင်းပြီးညနေပိုင်းလှုပ်ရှားမှုနှင့်စောင့်ရှောက်မှုကိုသတ်မှတ်ပါ။
- စည်းကမ်းနှင့်အလုပ်ကြိုစားမှု၏တန်ဖိုးကိုပြပါ။
- အထူးပင်ကိုယ်စွမ်းရည်များကို ပံ့ပိုးပေးခြင်းနှင့် အာရုံစိုက်မှုထားပေးပါ။
- အောင်မြင်မှုများကို မိသားစုဝင်များနှင့်သူငယ်ချင်းများကို မျှဝေပါ။
- ကျောင်းအတွေ့ အကြုံအကြောင်းများကို အပြုသဘောဆောင်ပြောဆိုပါ။

### နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးဖြင့် စေ့စပ်ပါဝင်ပါ :

**ဆက်ဆံပြောဆိုခြင်း :** သတင်းစာစောင်များနှင့် အသိပေးကြေညာချက်များအားလုံးကို ဖတ်ပြီးပြန်လည်တုန့်ပြန်ပါ။ မိဘ-ဆရာ တိုင်ပင်ညှိနှိုင်းအစည်း အဝေးတက်ရောက်ပါ။ အကယ်၍ စကားပြန်လိုအပ်ခဲ့လျှင် ရရှိနိုင်ပါလိမ့်မည်။

### အခမဲ့လုပ်အားပေးခြင်း :

ဆရာ/မများကိုကူညီခြင်းအားဖြင့် သင့်ကလေး၏အခန်းကို ပံ့ပိုးပေးပါ။ လေ့လာရေးခရီးသွားပါ။ အခြားကလေးများနှင့်အတူ သင့်မိသားစုရဲ့ ယဉ်ကျေးမှုကိုမျှဝေပါ။

### မိဘ ခေါင်းဆောင်မှု :

မိဘဆိုင်ရာအသင်း/မိဘဆိုင်ရာအဖွဲ့ အစည်းသို့ မဟုတ်အခြားမိဘအုပ်စုများနှင့်ပူးပေါင်းပါဝင်ပါ။ ဒီအုပ်စုတွေဟာ ကျောင်းအတွက်ကူညီပေးဖို့ များစွာ သောအခွင့်အလမ်းများကို လုပ်ဆောင်ပေးပါသည်။ သင့်ကို အခြားသောမိဘများနှင့် ကျောင်းဝန်ထမ်းများ ကို ချိတ်ဆက်ပေးဖို့ အခွင့်အလမ်းကိုလည်းဘဲ လုပ်ဆောင်ပေးပါသည်။

### ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်း :

အကယ်၍ သင်သည် အကြံပေးကောင်စီ သို့ မဟုတ် ကော်မတီများတွင် ပါဝင်ဆက်ကပ်ဖို့ ဆန္ဒရှိခဲ့လျှင် သက်ဆိုင်ရာကျောင်းအုပ်ဆရာကြီးကို အသိပေးစေလိုပါသည်။ ကျောင်းက ဘုတ်အဖွဲ့ အစည်းအဝေးများသို့ မဟုတ်အလုပ်ဆိုင်ရာအစည်းအဝေးများကိုတက်ရောက်ပေးပါ။

အကယ်၍သင်သည် မသန်မစွမ်းကလေးတစ်ဦး၏ မိဘဖြစ်လျှင် (IEP) သီးခြားပညာရေးအစီအစဉ်၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် ကောင်းမွန်စွာပါဝင်ပါ။ (IEP) သီးခြားပညာရေးအစီအစဉ်လမ်းစဉ်တွင် သင့်ရဲ့ စေ့စပ်ပါဝင်မှုသည် အလွန်ပင်အရေးကြီးပါသည်။



UPDATED MAY 2015

ဤစာရွက်စာတမ်းများကို U.S. ပညာရေးဦးစီးဌာန နှင့် မီရှီဂန်ပညာရေးဦးစီးဌာနတို့ အောက်မှ ချီးမြှင့်သည့် ထောက်ပံ့ကြေးဖြင့် ထုတ်လုပ်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။



# ကလေးများ သူငယ်တန်းအတွက် အဆင်သင့်ဖြစ်ဖို့ စာဖတ်ကူညီပေးရန် စာအုပ်များရှိပါသလား?

ဟုတ်ကဲ့ရှိပါတယ်! သင့်ကလေး သူငယ်တန်းတွင် လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်များကိုသတိပြုမိဖို့ ကူညီပေးနိုင်သော အောက်ပါပျော်ရွှင်စရာကောင်းသည့် စာအုပ်အချို့ ရှိပါတယ်။

**[Monkey: Not ready for kindergarten](#) by Marc Brown** ISBN: 9780553496581  
Monkey's family models a positive, family-centered approach to preparing for kindergarten.

**[Kindergarten rocks](#) by Katie Davis** ISBN: 9780152064686  
Dexter isn't worried about starting kindergarten, but his stuffed dog, Rufus, is definitely nervous.

**[Kindergarten diary](#) by Antoinette Portis** ISBN: 9780061456916  
Annalina describes her transition to kindergarten by keeping a record of her first month of school.

**[Welcome to kindergarten](#) by Anne Rockwell** ISBN: 9780802776648  
A simple, reassuring look at kindergarten routines.

**[Planet kindergarten](#) by Sue Ganz-Schmitt** ISBN: 9781452118932  
A child imagines going to kindergarten is a journey to another planet.

**[Miss Bindergarten gets ready for kindergarten](#) by Joseph Slate** ISBN: 9781442053038  
This classic animal alphabet book cleverly shows how teachers prepare for students while the students are preparing to go to school.

**[Is your buffalo ready for kindergarten?](#) by Audrey Vernick** ISBN: 9780062067197  
An entertaining and reassuring look at first day worries, this story follows a cartoon buffalo who learns there is a place for everyone in kindergarten.

**[Timothy goes to school](#) by Rosemary Wells** ISBN: 9780140567427  
In this classic starting school story Timothy learns about being accepted and making new friends.

**[How do dinosaurs go to school?](#) by Jane Yolen** ISBN: 9780439020817  
Explains how young dinosaurs should behave during a typical school day.

**[Mom, it's my first day of kindergarten!](#) by Hyewon Yum** ISBN: 9780374350048  
In a delightful twist mom is more nervous about school starting than her child. A great book to start conversations about parents' and children's feelings about kindergarten.

*ဤစာရွက်စာတမ်းများကို U.S. ပညာရေးဦးစီးဌာန နှင့် မီဂျီဂန်ပညာရေးဦးစီးဌာနတို့ အောက်မှ ရှိရှိပြုစုခဲ့သည့် ထောက်ပံ့ကြေးဖြင့် ထုတ်လုပ်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။*



Find these titles and more at your [CADL branch](#) or on our website: [cadl.org](#).

Don't have a library card? Visit any [CADL branch](#) or [cadl.org](#) to find out how to get one.

\* The East Lansing Public Library serves East Lansing residents: [elpl.org](#).