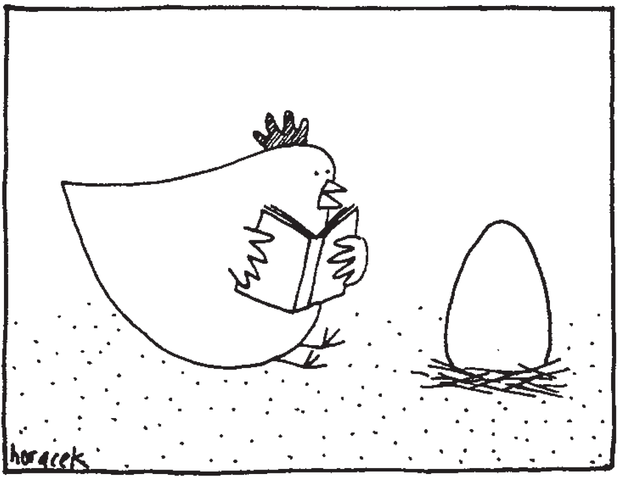
မီးမဖွားခင် ကလေးငယ်တွေ ကို အသံထွက်စာဖတ်ပြခြင်းရဲ့ အကျိုးကျေးဇူး (၅) ချက်



1. ကိုယ်ဝန်ဆောင်ကာလ ရက်သတ္တပတ် ၂၅ (သို့မဟုတ်) ၂၆ ဝန်းကျင်လောက်မှာ သားအိမ်ထဲမှာရှိတဲ့ ကလေးငယ်ဟာ အပြင်ကကြားရတဲ့ အသံတွေကို ခေါင်းလေးလှည့်ပြီးတော့ တုံ့ပြန်နေတတ်ပါပြီ။ တတိယမြောက်သုံးလပတ် အတောအတွင်းမှာ သင့်အသံကို ကလေးငယ်က မှတ်မိနေပြီဖြစ်ပြီး နှလုံးခုန်မြန်ခြင်းဖြင့် သင့်အသံကို တုံ့ပြန်လာပါလိမ့်မယ်။ သင့်ကလေးငယ်ဟာ ဖွံ့ဖြိုးနေဆဲဖြစ်သော်လည်း သူတို့လေးတွေဟာ နားထောင်တတ်နေပါပြီ။

2. သင်စာဖတ်ပြတဲ့အခါ (သို့မဟုတ်) သီချင်းဆိုပြတဲ့အခါ သင့်အသံဟာ သာမန်စကားပြောနေတာမျိုးနဲ့ မတူပါဘူး။ သင့်ရင်သွေးငယ်ဟာ သင်ပြောလိုက်တဲ့ မတူညီတဲ့ အသံတွေကို နှစ်သက်လာမှာဖြစ်ပြီးတော့ စာဖတ်ပြခြင်းနဲ့ သီချင်းဆိုပြခြင်းတို့ရဲ့ စည်းချက်တွေကိုလည်း အကျွမ်းတဝင်ရှိလာမှာဖြစ်ပါတယ်။

3. တတိယသုံးလပတ်မှာ သီချင်းတစ်ပုဒ်ပုဒ်ကို ပုံမှန်ဆိုပြတာနဲ့ စာအုပ်တစ်အုပ်အုပ်ကို ပုံမှန်ဖတ်ပြတာတွေကို လုပ်ကြည့်ပါ။ မီးဖွားပြီးနောက်ပိုင်းမှာ အဲ့ဒီ လိုရင်းနှီးကြားဖူးနေတဲ့ သီချင်းနဲ့ စာအုပ်တွေကို ရင်သွေးငယ်က ဘယ်လို တုံ့ပြန်သလဲဆိုတာကို စောင့်ကြည့်ပါ။ အဲ့ဒီသီချင်းနဲ့ စာအုပ်တွေဟာ ကလေးငယ်ကို နှစ်သိမ့်မှုနှင့် စိတ်သက်သာရာရစေတာကို မြင်တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

4. စာအုပ်ကိုအသံထွက်ဖတ်ပြဖို့အတွက် အဆင်ပြေတဲ့နေရာတစ်ခုကို ပြုလုပ်ထားတာဟာ သင့်ရင်သွေးနဲ့ သံရော်ဇဥ်ပိုစေရုံသာမက မီးဖွားဖို့စောင့်နေချိန်အတွင်းမှာလည်း နေ့စဥ်လုပ်ရိုးအသစ်တစ်ခုကို သင့်အနေနဲ့ အကျွမ်းတဝင်နေသားကျစေဖို့အတွက်ကိုပါ အထောက်အကူပြုပါတယ်။

5. သင့်ရင်သွေးလေးကို စာအုပ်ဖတ်ပြဖို့အတွက်ဖြစ်စေ၊ သီချင်းဆိုပြဖို့အတွက်ဖြစ်စေ အထူးခင်မင်ရင်းနှီးတဲ့ မိသားစုဝင် (သို့မဟုတ်) မိတ်ဆွေတွေကိုလည်း ဖိတ်ခေါ်ပါ။ ဒါမှ သင့်ကလေးဟာ သူတို့ရဲ့အသံတွေကိုလည်း မှတ်မိလာပါလိမ့်မယ်။

Family Reading Partnership
40 Catherwood Rd. Ste D01 Ithaca, NY 14850
607.277.8602 www.familyreading.org

Start reading now and keep reading!

- မီးမဖွားခင် သင့်ကလေးငယ်ကို စာဖတ်ပြပါ။ မီးဖွားပြီးသွားရင် သင့်အသံဟာ ကလေးငယ်ကို နှစ်သိမ့်မှုပေးရာ ရောက်ပါလိမ့်မယ်။

- မီးဖွားပြီးသွားရင် ရင်သွေးငယ်ကို လက်မောင်းမှာထွေးပွေ့ပြီးတော့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကြမ်းပြင်ပေါ်မှာ အတူတူလှဲအိပ်ပြီးတော့ပဲဖြစ်ဖြစ် စာဖတ်ပြပါ။ စာအုပ်စာပေဖတ်ခြင်းကို နေ့စဉ်လုပ်နေကျ လုပ်ရိုးတစ်ခုဖြစ်အောင် လုပ်ယူပါ။

မကြာမီ Family Reading Partnership ကနေ သင့်အိမ်စာကြည့်တိုက်လေးအတွက် ဒီလိုအစီအစဉ်တွေက နေတစ်ဆင့် စာအုပ်တွေ ထပ်ရဖို့ရှိပါတယ်။

Books to Grow On

Cayuga Medical Center မှာ မွေးဖွားတဲ့ရင်သွေးငယ်တွေဟာ အနီရောင်စာအုပ်အိတ်ထဲမှာ Welcome Baby Book နှင့် စကားပြောဖို့၊ သီချင်းဆိုဖို့၊ စာဖတ်ဖို့နဲ့ ဆော့ကစားဖို့ ဆိုတဲ့ လက်ကမ်းစာစောင်တွေကို လက်ခံရရှိထားပါတယ်။

အသက် (၂) လ မှ (၄) နှစ် အတွင်း ကလေးကျန်းမာရေးစစ်ဆေးဖို့အတွက် လာရောက်ပြသကြိမ် (၈) ကြိမ်မြောက်မှာတော့ Tompkins County မှာရှိတဲ့ သင့် ကလေးဆရာဝန်ကနေပြီး သင့်မိသားစုအတွက် စာအုပ်အသစ် တစ်အုပ်ပြန်ပေးမှာဖြစ်ပါတယ်။

ကလေးငယ်တွေဟာ Welcome to School Book ဆိုတဲ့ စာအုပ်ကို မူကြိုကျောင်း စတက်တဲ့အချိန်မှာ လက်ခံရရှိပါမယ်။

Bright Red Bookshelf

မိသားစုတွေအတွက် အိမ်ကိုယူသွားပြီးဖတ်နိုင်ဖို့ တစ်ပတ်နွမ်း ရင်သွေးငယ်ဖတ်စရာ စာအုပ်တွေကို နေရပ်တစ်ဝိုက်မှာရှိတဲ့ Bright Red Bookshelf စာအုပ်စင် (၅၀) ကျော်တွေမှာ အခမဲ့ရယူနိုင်ပါတယ်။ စာအုပ်စင်တည်နေရာပြ မြေပုံကို ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ ဝက်ဘ်ဆိုက်ဒ်မှာ ကြည့်နိုင်ပါတယ်။: http://www.familyreading.org/our-programs/bright-red-bookshelf/

သင့်ရင်သွေးလေးကို စာဖတ်ပြပေးဖို့အတွက် အချိန်စောလွန်းတယ်ဆိုတာ မရှိပါဘူး။ စာဖတ်ပြပေးခြင်းရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးကတော့ တစ်သက်စာဖြစ်ပဲပါတယ်။

ကစားပေးပါ။

သင့်ရင်သွေးငယ်ဟာ အရာရာကို စူးစမ်းသိချင်နေပါတယ်။ ကလေးငယ်တွေ သင်ယူနိုင်ဖို့အတွက် သဘာဝအကျဆုံးနည်းလမ်းကတော့ ဆော့ကစားတာပဲဖြစ်ပါတယ်။ ကလေးငယ်နဲ့ ဆော့ကစားဖို့ အချိန်ပေးတာဟာ သူတို့လေးတွေနဲ့ သင်အခုလိုအတူတူရှိပြီး အချိန်ကုန်စေရတာကို တစ်နည်းအားဖြင့် တန်ဖိုးထားတတ်အောင် သင့်အနေနဲ့ သင်ပြပေးတာပဲဖြစ်ပါတယ်။ ဆော့ကစားခြင်းဟာ ရင်သွေးငယ်လေးတွေရဲ့ လူမှုဆက်ဆံရေးနဲ့ ဘာသာစကားစွမ်းရည်တိုးတက်ဖို့အတွက် အထောက်အကူဖြစ်စေပါတယ်။

သင့်မျက်နှာဟာ ကစားစရာအရုပ်တစ်ခုပါ။ သင့်မျက်နှာနဲ့ လက်တွေဟာ ကလေးငယ်ရဲ့ အကြိုက်ဆုံးနဲ့ အရေးပါအရာရောက်ဆုံး ကစားစရာအရုပ်တွေအနေနဲ့ လပေါင်းများစွာထိရှိနေမှာဖြစ်ပါတယ်။ သင့်အနေနဲ့ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နဲ့ မျက်နှာပုံစံအမူအရာအမျိုးမျိုး၊ လက်လှုပ်ရှားမှုပုံစံအမျိုးမျိုးတွေကို လုပ်ပြပါ။ သူတို့လေးတွေကလည်း သင့်ကို အတုယူပြီး လိုက်လုပ်လာပါလိမ့်မယ်။

အာရုံငါးပါးစလုံး ခံစားမှုရအောင် လုပ်ပေးပါ။ ကလေးငယ်နဲ့ ကစားပေးတာဟာ သူတို့လေးတွေကို ပျော်စေရုံသက်သက်ပဲမဟုတ်ပါဘူး။ သင့်နေ့စဉ်လုပ်နေကျကိစ္စတွေကိုပါ ရင်သွေးငယ်လေးတွေကို လိုက်ပါကြုံတွေ့ခံစားစေတာဟာလည်း သူတို့လေးတွေရဲ့ အာရုံငါးပါးစလုံးကို ခံစားလေ့လာစူးစမ်းနိုင်ဖို့အတွက် ကောင်းတဲ့နည်းလမ်းတစ်ခုပါပဲ။ သင်အဝတ်လဲနေချိန်မှာ ကလေးငယ်က သင့်အဝတ်ဗီရိုမှာ မြင်တွေ့ရတဲ့ အရောင်အသွေးစုံ အဝတ်အစားတွေနဲ့ အဝတ်အထည်သားမျိုးစုံတွေကိုပဲဖြစ်စေ၊ သင်မီးဖိုချောင်မှာ ချက်ပြုတ်နေတဲ့အခါ ထွက်လာတဲ့ အနံ့တွေကိုပဲဖြစ်စေ စတဲ့ နေ့စဉ်လုပ်နေကျကိစ္စတွေဟာ သူတို့လေးတွေကိုလည်း ပျော်ရွှင်ပီတိဖြစ်စေရပါတယ်။

စောင့်ကြည့်ပါ။ အချိန်ပေးပါ။ သင့်ကလေးငယ် သူ့ဘာသာကစားနေတာကို အသာလေး အချိန်ပေးပြီးစောင့်ကြည့်နေရင် သင့်အနေနဲ့ အများကြီးမြင်တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ ကလေးငယ်တွေဟာ အနှောက်အယှက်မရှိဘဲ၊ အကူအညီမပါဘဲနဲ့ သူတို့ တက်မြောက်လိုက်တဲ့အရာတွေကို ကျွမ်းကျွမ်းကျင်ကျင်နဲ့လုပ်နိုင်ဖို့ကို နှစ်သက်တတ်ကြပါတယ်။ တစ်ခါတလေ ကလေးငယ်လုပ်နေတာတွေဟာ ဘာမှမဟုတ်ဘူးလို့ ထင်ရပေမဲ့လည်း သူတို့လေးတွေအတွက်ကတော့ အသေးအမွှားလေးကအစ အကုန်လုံးအသစ်အဆန်းတွေချည်းပါပဲ။

သင့်ကလေးရဲ့ အချက်ပြတာတွေကို သတိထားစောင့်ကြည့်ပြီး လိုက်လုပ်ပေးပါ။ လူကြီးတွေလိုပဲ ကလေးငယ်တွေဟာလည်း အမြဲလိုလို လူအနားမနေချင်ကြပါဘူး။ သင့်ကလေးဟာ လူအနားမကပ်ချင်တော့တဲ့အခါ ခေါင်းကိုတစ်ဖက်လှည့်ပစ်တာ (သို့မဟုတ်) ဂျီကျလာတာ စတာတွေကို လုပ်ပြီး သူတို့လေးတွေလည်း အနားယူလိုကြောင်း အချက်ပြလာပါလိမ့်မယ်။

အားသွင်းဖို့လိုတဲ့အရာတွေကို ပစ်ထားပါ။ သင့်ရင်သွေးငယ်လေးရဲ့ဦးနှောက်ဟာ အလျင်အမြန်နဲ့ ဖွံ့ဖြိုးနေတာပါ။ သူတို့လေးတွေကို ဖုန်းကြည့်ဖို့ပေးထားတာထက်စာရင် ကလေးဖတ်စရာစာအုပ်တွေနဲ့ ကစားစရာအရုပ် ရိုးရိုးလေးတွေ ချထားပေးပါ။ သင့်အနေနဲ့ ကလေးငယ်တွေနဲ့ စကားပြောပေးတာ၊ ကစားပေးတာဟာ သူတို့လေးတွေအတွက်တော့ အကောင်းဆုံးသင်ယူဖို့နည်းလမ်းပဲဖြစ်ပါတယ်။ ကလေးကစားစရာအရုပ်ရွေးတဲ့အခါမှာလည်း အလင်းရောင်မထွက်တဲ့အရုပ်နဲ့ အသံမမြည်တဲ့အရုပ်တွေကိုရွေးပေးပါ။ အဲ့ဒီလို အလင်းထွက်၊ အသံမြည်တဲ့အရုပ်တွေဟာ ကလေးငယ်တွေကို အလွန်အကျွံလှုံ့ဆော်မှုဖြစ်စေပြီးတော့ သူတို့လေးတွေရဲ့ သင်ယူနိုင်မှုစွမ်းရည်ကို လာပြီး အကန့်အသတ်ဖြစ်စေတတ်ပါတယ်။ အကယ်၍ သင့်အနေနဲ့ ကလေးငယ်အနားမှာ ဖုန်းသုံးတဲ့အခါ၊ ဖုန်းကြည့်တဲ့အခါမျိုးတွေမှာ ဆိုရင်တော့ မိသားစုဝင်တွေ၊ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းတွေနဲ့ ရုပ်/သံ ဖုန်းပြောတာ (သို့မဟုတ်) ချစ်ရတဲ့သူတွေရဲ့ ဓါတ်ပုံတွေပြဖို့ကို တတ်နိုင်သလောက် လုပ်ပေးပါ။

စကားပြောပေးပါ

မိမိရင်သွေးငယ်လေးတွေကို မီးဖွားပြီးအချိန်ကစပြီး စကားပြောပေးတာဟာ ဘာသာစကား သင်ယူဖို့အတွက် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းပဲဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့လေးတွေဟာ စကားတော့မပြောနိုင်သေးပေမဲ့လည်း နားထောင်နေတတ်ကြပါတယ်။

ချစ်ခြင်းမေတ္တာ သုံးပြီးပြောဆိုပေးပါ။ ကလေးငယ်တွေဟာ အလှည့်ကျပုံစံ စကားပြောဆိုခြင်းနဲ့ ဘာသာစကားကို စတင်သင်ယူကြပါတယ်။ သူတို့လေးတွေဟာ ချစ်စရာတီတီတာတာပြောမယ်၊ သင့်ကိုကြည့်မယ်၊ ပြီးရင် ခဏစောင့်မယ်။ သင်ကလည်း တီတီတာတာ ပြန်ပြောပြီး ခဏစောင့်ပေးမယ်၊ ပြီးရင် သူတို့လေးတွေ တီတီတာတာနဲ့ ပြန်ပြောလာပါလိမ့်မယ်။ အခုလို ပထမဦးဆုံးအနေနဲ့ “စကားပြောဆိုခြင်း” တွေဟာ သင့်ရင်သွေးငယ်ကို ဘာသာစကားနဲ့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို သင်ကြားပေးပါတယ်။

ကလေးအနှီးလဲလှယ်ပေးချိန်မှာ စကားပြောပေးပါ။ အနှီးလဲပေးတဲ့အခါတွေဟာ စကားပြောပေးဖို့ အကောင်းဆုံးအချိန်တွေပဲဖြစ်ပါတယ်။ သင့်ကလေးဟာ သင့်ကိုကြည့်နေရတာကို နှစ်သက်သဘောကျပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကလေးငယ်က သင့်မျက်နှာကို ကြည့်နေမှာဖြစ်ပြီး သင်ပြောသမျှ စကားလုံးတိုင်းကိုလည်း နားထောင်နေမှာဖြစ်ပါတယ်။

နူးညံ့သိမ်မွေ့စွာ ပြန်ပြောပေးပါ။ ငိုကြွေးခြင်းဟာ ရင်သွေးငယ်လေးတွေရဲ့ ပထမဦးဆုံးအနေနဲ့ စကားပြောကြည့်တာပဲဖြစ်ပါတယ်။ ကလေးငိုသံ ကြားရကြောင်းကို သင်က နူးညံ့သိမ်မွေ့တဲ့အသံနဲ့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာနဲ့ပြည့်နေတဲ့ စကားလုံးတွေကိုရွေးပြီး စကားပြန်ပြောပေးပါ။

စကားလုံးတွေများများပြောပေးပါ။ ကလေးငယ် ဘာကိုကြည့်တတ်သလဲနဲ့ ဘာအကြောင်းအရာတွေကို ပြောတတ်သလဲဆိုတာကို လေ့လာစောင့်ကြည့်ပါ။ ဥပမာ။ ။ ပန်းပင်နှင့် တိရစ္ဆာန်လေးတွေအကြောင်းလား၊ ကစားစရာအရုပ်နှင့် အစားအသောက်အကြောင်းလား စသဖြင့်ပေါ့။ ပြောနေတဲ့အကြောင်းအရာပေါ်မှာ မူတည်ပြီးတော့မှ သင့်စိတ်ထဲပေါ်လာတဲ့ နာမည်တွေ၊ အရောင်တွေ၊ ပုံသဏ္ဍာန်တွေနဲ့ အနံ့တွေကို ပြောပြပေးပါ။ ကလေးငယ်တွေဟာ စကားလုံးတွေရဲ့ ဆိုလိုရင်းအဓိပ္ပါယ်ကို ထပ်ခါတလဲလဲ ကြားရတာကနေတစ်ဆင့် သင်ယူကြပါတယ်။

သင်ဘာလုပ်နေသလဲဆိုတာကို ပြောပြပေးပါ။ မိမိရင်သွေးငယ်ကို အဝတ်အစားမလဲပေးမီ သူတို့လေးတွေကို “အခု အင်္ကျီလဲပေးတော့မယ်နော်” ဆိုပြီး ပြောပြပေးပါ။ မကြာခင်မှာပဲ သင်ပြောလိုက်တဲ့စကားလုံးတွေကို သူတို့လေးတွေက နားလည်လာပြီးတော့ သူတို့ဘာသာ အသံနဲ့ အမူအရာနဲ့ တုံ့ပြန်လာပါလိမ့်မယ်။ သူတို့လေးတွေကိုလည်း သင့်အနေနဲ့ မေးခွန်းတွေ ပြန်မေးလို့ရပါတယ်။ သူတို့လေးတွေ စကားလုံးတွေသုံးပြီး ခွန်းတုံ့ပြန်တာမျိုးတော့မရှိသေးပေမဲ့၊ အဓိကအရေးကြီးတာက သူတို့လေးတွေကို အပြန်အလှန် စကားပြောဆိုတဲ့နေရာမှာ ထည့်ပြီးပြောဆိုပေးဖို့ပါပဲ။

Every Baby! Every Day!
Talk. Sing. Read. Play.
A Community Campaign led by the Family Reading Partnership

Family Reading Partnership

သီချင်းဆိုပြပါ။

ဂီတသံစဉ်ဟာ သင့်ကလေးရဲ့ဦးနှောက်ကို နိုးထစေပါတယ်။ ရင်သွေးငယ်လေးတွေဟာ သီချင်းတစ်ပုဒ်မှာပါတဲ့ စည်းချက်နဲ့ သံစဉ်တွေကို နှစ်သက်သဘောကျပါတယ်။ ပြီးတော့ သီချင်းဆိုပြတာဟာလည်း ဘာသာစကားကို သင်ယူဖို့အတွက် ကောင်းတဲ့နည်းလမ်းတစ်ခုပါပဲ။

ဆိုသာဆိုပြပါ။ သင့်ကိုယ်သင် အသံမကောင်းဘူးလို့ထင်ပေမဲ့လည်း ရင်သွေးငယ်လေးကို သီချင်းဆိုပြပေးပါ။ သင့်အသံဟာ ကလေးငယ်အတွက်တော့ အထူးတလည်ဖြစ်စေပြီး သူတို့လေးတွေကို နှစ်သိမ့်မှုပေးရာရောက်ပါတယ်။

သင့်ငယ်ဘဝက သီချင်းတွေကိုပြန်ဆိုပြပါ။n. သင်ငယ်ငယ်တုန်းက ဆိုခဲ့တဲ့သီချင်းတွေကို မှတ်မိပါသေးလား။ အဲဒီသီချင်းတွေကိုလည်း သူတို့လေးတွေကို လက်ဆင့်ကမ်းပေးပြီး ပြန်ဆိုပြပါ။ ကာရံညီတဲ့သီချင်းတွေဟာ ရင်သွေးငယ်လေးတွေ စာတတ်မြောက်မှုအပိုင်း ဖွံ့ဖြိုးဖို့အတွက်ကို အထူးအထောက်အကူဖြစ်စေပါတယ်။ .

လှုပ်ရှားရင်းနဲ့ သီချင်းဆိုပြပါ။ ဂီတသံစဉ်နဲ့ ခန္ဓာကိုယ်လှုပ်ရှားမှုဟာ သဘာဝကျစွာပဲ အမြဲဒွန်တွဲလျက်ရှိပါတယ်။ ကလေးငယ်နဲ့အတူ သီချင်းဆိုရင်း ကတာ၊ လှုပ်ရမ်းတာ၊ ထွေးပွေ့တာတွေကို လုပ်ပေးခြင်းအားဖြင့် သင့်ကလေးရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးမှုကို အထောက်အကူဖြစ်စေပါတယ်။

အပြောင်းအလဲလုပ်ပေးပါ။ သီချင်းဆိုပြတာ (သို့မဟုတ်) သီချင်းညည်းပြတာကို မြန်မြန်၊ နှေးနှေး၊ ညင်ညင်သာသာနဲ့ မတိုးမကျယ် စတဲ့အပြောင်းအလဲလေးတွေလုပ်ပြီး ဆိုပြပါ။ ဒီလိုလုပ်ပေးတာဟာ သီချင်းကို အသစ်တစ်ဖန်ပြန်ဖြစ်စေပြီး ကလေးငယ်အတွက်လည်း စိတ်ဝင်စားစရာဖြစ်စေပါတယ်။

ကိုယ်ပိုင်မူပြုလုပ်ပါ။ ကြားဖူးနေကျသံစဉ်တွေကို သုံးပြီး စာသားတွေကိုပြောင်းဆိုပေးပါ။ သင့်ကလေးနာမည်ကိုထည့်ပြီးတော့ သီချင်းဆိုပြတာ (သို့မဟုတ်) သင်ဘာလုပ်နေတာလဲဆိုတာကို စာသားပြောင်းပြီး သီချင်းဆိုပြတာတွေကို လုပ်ပေးပါ။ သင်သီချင်းဆိုပြီး ရင်သွေးငယ်ကို ငြိမ်သွားအောင်လုပ်ပေးတာဟာ သူတို့လေးတွေရဲ့ သူတို့ကိုယ်သူတို့ သက်သာစေအောင်လုပ်နိုင်စွမ်းကိုလည်း အထောက်အကူပြုရာရောက်စေပါတယ်။

Family Reading Partnership ကလည်း ကူညီဖို့အသင့်ပါပဲ။ Tompkins County မှာ နေထိုင်သူတွေအတွက် မိသားစုဖတ်စရာစာအုပ်တွေ၊ စကားပြောတာ၊ သီချင်းဆိုတာနဲ့ အတူတူဆော့ကစားတာ စတဲ့အကြောင်းအရာတွေကို ဝက်ဘ်ဆိုဒ်နဲ့ လူမှုကွန်ယက်တွေမှာ အခုလို ကမ်းလှမ်းလုပ်ပေးထားတဲ့ အစီစဉ်တွေကိုလည်း သွားရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ပါတယ်။

www.familyreading.org

Family Reading Partnership

စာဖတ်ပြပါ။

ရင်သွေးငယ်လေးတွေနဲ့ အတူတူအချိန်ပေးပြီး စာအုပ်တွေဖတ်ပြတာဟာ သူတို့လေးတွေရဲ့ စာအုပ်စာပေချစ်တတ်တဲ့စိတ်ကို ဘဝတစ်သက်တာဖြစ်စေပါတယ်။ သင့်ကလေးငယ်ကို စာဖတ်ပြတဲ့အခါ သူတို့လေးတွေက ငြိမ်ငြိမ်မနေပေမဲ့လည်း သူတို့လေးတွေဟာ နားထောင်ခြင်းဆိုတာကို လေ့ကျင့်နေကြတာဖြစ်ပြီး၊ စာအုပ်မှာပါတဲ့ ရုပ်ပုံလေးတွေဟာလည်း သူတို့လေးတွေကို ပန်းချီအနုပညာကိုစပြီး ခံစားတတ်အောင် သင်ကြားမိတ်ဆက်ပေးနေပါတယ်။

ထွေးပွေ့ထားပြီး စာဖတ်ပြပါ။ သင့်အနေနဲ့ ရင်သွေးငယ်ကို ပေါင်ပေါ်တင်ထားပြီး အတူတူစာဖတ်ခြင်းဟာ သင့်ကလေးကို သူတို့လေးတွေ နှစ်သက်သဘောကျတဲ့ အရာတွေနဲ့ ပိုပြီးချိတ်ဆက်မိစေဖို့အတွက် အထောက်အကူဖြစ်စေပါတယ်။ အဲ့ဒီအရာတွေကတော့ သင့်အသံနဲ့ သင်နဲ့အတူတူရှိပြီး စာအုပ်တွေဖတ်ရတာကိုပဲဖြစ်ပါတယ်။ အခုလို နေ့တိုင်းစာအုပ်ဖတ်ပြတာဟာ သံရောဇဉ်ပိုခိုင်မြဲလာစေဖို့ နည်းလမ်းကောင်းတစ်ခုဖြစ်ပြီး သင့်ကလေးငယ်အတွက် လုံခြုံစိတ်ချရခြင်းကိုလည်း ခံစားရစေပါတယ်။

ရုပ်ပုံတွေကို ဖတ်ပြပါ။ စာအုပ်တစ်အုပ်လုံးကိုကုန်အောင် ဖတ်ပြဖို့အတွက် သင့်ကလေးငယ်ဟာ အဆင်သင့်ဖြစ်မနေတာမျိုးတွေ ရှိကောင်းရှိပါလိမ့်မယ်။ ပြီးတော့ သူတို့လေးတွေ စာရွက်လှန်တတ်ပြီဆိုရင်လည်း လှန်တာကိုပဲ ပိုပြီးစိတ်ဝင်စားတာတွေ ရှိကောင်းရှိပါလိမ့်မယ်။ အဲ့ဒီအခါ ရုပ်ပုံလေးတွေအကြောင်းပြောပါ။ သင့်ကလေးငယ်မြင်ရတဲ့ရုပ်ပုံကားချပ်တွေကို လက်ညှိုးထိုးပြပြီး၊ ပုံလေးတွေရဲ့နာမည်ကိုပြောပြပေးပါ။ စိတ်ကူးရှိရင် ရှိသလို သင့်အနေနဲ့ ကိုယ်ပိုင်ဇာတ်လမ်းပုံပြင်တွေထွင်ပြီးတော့လည်း ပြောပြလို့ရပါသေးတယ်။

စာအုပ်တွေကို လက်လှမ်းမီရာမှာထားပေးပါ။ စာအုပ်တွေကို ကလေးတွန်းလှည်း၊ အနီးအိတ်၊ ကားနဲ့ အနီးလဲစားပွဲတွေမှာ တင်ထားပေးပါ။ ရက်ချိန်းစောင့်နေရင်းပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဆော့နေတဲ့အချိန်မှာပဲဖြစ်ဖြစ် ကလေးငယ်ဂျီကျလာရင် စာအုပ်ပေးဖတ်ဖို့ကို သတိရပါ။

ထပ်ခါတလဲလဲလုပ်ပေးပါ။ ရင်သွေးငယ်လေးတွေဟာ ထပ်ခါတလဲလဲ လုပ်ရတာကို နှစ်ခြိုက်ကြသလို အဲ့ဒီလိုလုပ်ရင်းကနေတစ်ဆင့် သင်ယူတတ်ကြပါတယ်။ သင့်ကလေးငယ်ဟာ စာအုပ်တစ်အုပ်တည်းကိုပဲ ထပ်ခါတလဲလဲ ဖတ်ပြပေးဖို့ပြောလာတဲ့အခါမျိုးတွေမှာဆိုရင် သင့်အနေနဲ့ သတိထားပေးရမှာက ဒီလိုထပ်ခါတလဲလဲနဲ့ ခဏခဏဖတ်ပြတာကနေတစ်ဆင့် သူတို့လေးတွေ အများကြီးသင်ယူနေကြတာ ဖြစ်ကြောင်းဆိုတာကိုပါပဲ။

စာကြည့်တိုက်ကို အလည်အပတ်သွားပေးပါ။ နေရပ်ဝန်းကျင်တစ်ဝိုက်မှာရှိတဲ့ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့စာကြည့်တိုက်အားလုံးမှာ ကလေးသူငယ်တွေအတွက် သင့်တော်ကောင်းမွန်တဲ့ ပုံပြင်စာအုပ်တွေ အများကြီးရှိပါတယ်။ သင်ကိုယ်တိုင်ဖတ်ဖို့ စာအုပ်တစ်အုပ်ကိုလည်း စာကြည့်တိုက်မှာ သွားယူဖတ်ရင်းနဲ့ပေါ့။ မိမိနှစ်သက်တဲ့အရာတစ်ခုကို လုပ်ဖို့အတွက် အချိန်ပေးရတာဟာ သင့်မှာ ကလေးရှိလာပြီးနောက်ပိုင်းမှာ ပိုပြီးတော့အရေးကြီးလာပါပြီ။ သင်ကိုယ်တိုင်စာဖတ်နေတာကို ကလေးငယ်ကမြင်ရင် သူတို့လေးတွေကလည်း ဖတ်ချင်လာတဲ့အတွက် စာအုပ်ကိုလိုချင်လာပါလိမ့်မယ်။

Books To Grow On ☆ အသက် (၂) လပြည့်
အရွယ် ရင်သွေးငယ်

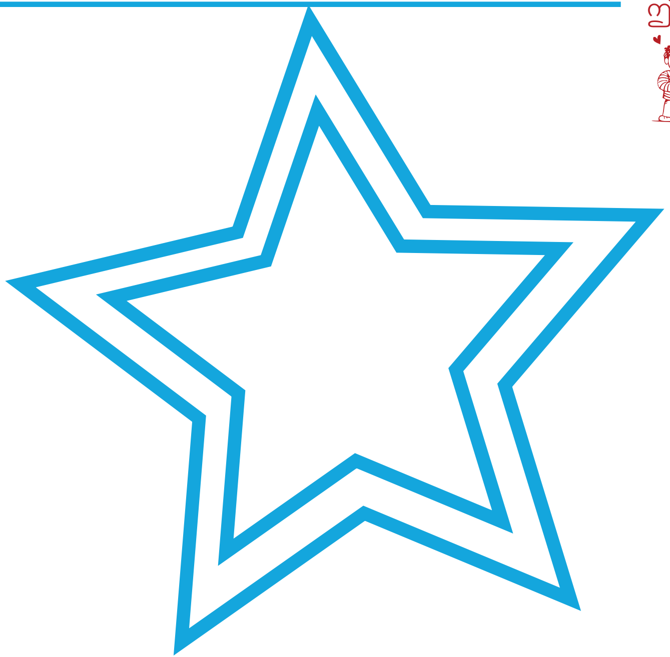
ဤစာအုပ်ကို သင့်ထံ ယူဆောင်လာပါသည်။

Family Reading Partnership

စပွန်ဆာကနေ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

United Way

United Way of Tompkins County
Impact Partner



(၂) လပြည့်အရွယ် ကြီးထွားမယ်

- ပြုံးရတာနဲ့ အာ နဲ့ အို ဆိုပြီး တီတီတာတာပြောရတာကို သဘောကျပါတယ်။
- သင့်မျက်နှာနဲ့ ထင်ထင်ရှားရှားမြင်ရတဲ့ ရုပ်ပုံတွေကို ကြည့်ရတာ သဘောကျပါတယ်။
- သူတို့လေးတွေရဲ့ရှေ့မှာရှိတဲ့ အရာဝတ္ထုတွေကို မျက်လုံးနဲ့ အာရုံစိုက်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။
- အသံလာရာဘက်ကို ခေါင်းလှည့်ကြည့်တတ်ပြီး သင့်အသံကို လည်း မှတ်မိနေတတ်ပါတယ်။

သင်နဲ့ သင့်ရင်သွေး (၂) လပြည့်အရွယ် အတူတူကြီးထွားမယ်

★ သင့်ကလေးငယ် တီတီတာတာအသံပြုတဲ့အခါ သင့်အနေနဲ့ ပြုံးပြပြီး တီတီတာတာနဲ့ ပြန်ပြီးပြောပေးပါ။ ခဏစောင့်ပေးပြီး သူတို့လေးတွေ ပြန်ပြောနိုင်ဖို့ အချိန်ပေးပါ။ ဒီလိုချစ်စရာကောင်းတဲ့ အပြန်အလှန်ပြောဆိုခြင်းဟာ သင့်ရင်သွေးငယ်ရဲ့ ပထမဦးဆုံးသော စကားပြောဆိုခြင်းတွေပဲဖြစ်ပါတယ်။

★ သင့်ကလေးငယ်နဲ့ မျက်နှာချင်းဆိုင်တာတွေ များများလုပ်ပေးပါ။ သူတို့လေးတွေရဲ့မျက်လုံးကို တည့်တည့်ကြည့်ပြီး သူတို့အတွက် မျက်နှာအမူအရာမျိုးစုံလုပ်ပြပါ။ သင့်မျက်နှာဟာ ရင်သွေးငယ်ရဲ့ ပထမဦးဆုံးနဲ့ အကြိုက်ဆုံးကစားစရာတစ်ခုပါ။ ပြီးတော့မှ သင့်မျက်နှာဟာ လူမှုဆက်ဆံရေးပိုင်းဆိုင်ရာနဲ့ စိတ်ခံစားချက်ပိုင်းဆိုင်ရာကို သင်ယူဖို့အတွက် အကောင်းဆုံးသော အရာလည်းဖြစ်ပါတယ်။

★ ထင်သာမြင်သာရှိလွန်းတဲ့ ရုပ်ပုံတွေကို ကလေးငယ်ရှေ့မှာ ကိုင်ပြပါ။ ဥပမာ။ ။ အဖြူအမဲနှစ်ရောင်စပ် ကစားစရာအရုပ် (သို့မဟုတ်) အဖြူအမဲ ရုပ်ပုံကားချပ်တွေကိုပေါ့။ ကိုင်ထားတဲ့အရာကို ဖြည်းဖြည်းချင်း ဟိုဒီရွှေ့ပြပါ။ ဒီလိုဖြည်းဖြည်းချင်းရွှေ့ပြတာဟာ ကလေးငယ်ရဲ့မျက်လုံးလေးတွေနဲ့ပဲ ရွှေ့တဲ့အရာကို လိုက်ကြည့်တတ်စေဖို့ပါပဲ။ အခုလိုလုပ်တာဟာ နောက်ပိုင်းကျရင် စာဖတ်၊ စာရေးတဲ့အခါ အသုံးဝင်လာပါလိမ့်မယ်။

★ ကလေးငယ်ကို စကားပြောတဲ့အခါ သီချင်းဆိုသလိုပြောပေးပါ။ ကလေးငယ်တွေကို သီချင်းဆိုသလိုလုပ်ပြီးစကားပြောတာဟာ ကျွန်ုပ်တို့ အလိုလိုလုပ်နှင့်ပြီးသာပဲဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိုလုပ်ရတာဟာလည်း အကြောင်းအရင်းရှိပါတယ်။ အကြောင်းကတော့ ရင်သွေးငယ်တွေဟာ အသံမြင့်/စူးတဲ့ အသံတွေကို ပိုပြီးကြားနိုင်လို့ပါပဲ။ သင့်အသံဟာ သူတို့လေးတွေအတွက်တော့ နှစ်သိမ့်မှုပေးရာရောက်ပါတယ်။ ပြီးတော့ သင်စကားများများပြောပေးလေလေ သူတို့လေးတွေ ဘာသာစကားကို သင်ယူတတ်မြောက်ဖို့ အကူအညီဖြစ်လေလေပါပဲ။

စကားပြောပေး၊ သီချင်းဆိုပေး၊ စာဖတ်ပေး၊ ကစားပေးပါ။

★ သီချင်းတစ်ပုဒ်ကို ကလေးငယ်နားထောင်ဖို့နဲ့ လိုက်ဆိုဖို့အတွက်ဖွင့်ထားပေးပါ (သို့မဟုတ်) ဒီအတိုင်းပဲ အတူတူနားထောင်ဖို့ ဖွင့်ထားမယ်ဆိုရင်လည်း ရပါတယ်။ သီချင်းမှာပါတဲ့ စည်းချက်နဲ့ ကာရံနဘေတွေဟာ ကလေးငယ်ကို ဘာသာစကားစွမ်းရည် တိုးတက်ဖို့အတွက် အထောက်အကူ ဖြစ်စေပါတယ်။

★ အပြင်လမ်းထွက်လျှောက်ပေးပါ။ ပြီးရင် ကလေးငယ်က ဘာတွေကိုလိုက်ကြည့်တတ်သလဲ ဆိုတာကို သတိထားလေ့လာကြည့်ပါ။ ကလေးငယ်ဟာ ငှက်ကလေးတွေရဲ့အသံ ကြားရတဲ့အခါ (သို့မဟုတ်) ဖြတ်သွားဖြတ်လာလှုပ်နေတဲ့ ကားသံတွေ ကြားတဲ့အခါ အသံလာရာဘက်ကို ခေါင်းလှည့်ကြည့်တတ်ပါသလား။ ကလေးငယ်ကိုလည်း ဘာတွေကြားနေရသလဲ၊ မြင်နေရသလဲဆိုတာကို ပြောပြပေးပါ။

★ အသက် (၂) လပြည့် အရွယ်လေးတွေဟာ အနံ့ခံအား အရမ်းကောင်းကြပါတယ်။ အပြင်သွားရင် ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ကလေးငယ်အနံ့ခံနိုင်ဖို့အတွက် ပန်းပင်တွေရှိပါသလား။ သင့်ကလေးငယ် အပြင်လောကကို အာရုံငါးပါးစလုံးနဲ့ ကြုံတွေ့ခံစားစေခြင်းဟာ ရင်သွေးငယ်တွေရဲ့ဦးနှောက် ဖွံ့ဖြိုးမှုကို အထောက်အကူဖြစ်စေပါတယ်။

★ သင့်ကလေးကို စာအုပ်ဖတ်ပြတဲ့အခါ စကားလုံးတိုင်းကို ဖတ်ပြဖို့မလိုသလို တစ်အုပ်လုံး ပြီးတဲ့အထိလည်း ဖတ်ပြဖို့မလိုပါဘူး။ သင့်ကလေးငယ်နဲ့အတူ အရောင်အသွေးစုံလှတဲ့ ရုပ်ပုံလေးတွေကိုပဲ ကြည့်ပြီး ပုံလေးတွေက ဘာတွေလဲဆိုတာကို ပြောပြပေးပြီးတော့လည်း သင်ပေးလို့ရပါတယ်။

နောက်ထပ်စိတ်ကူးအကြံဉာဏ်နဲ့ အခြားအစီအစဉ်တွေကို ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်မှာ ဝင်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။ www.familyreading.org

Books To Grow On ☆ အသက် (၄) လပြည့် အရွယ် ရင်သွေးငယ်

ဤစာအုပ်ကို သင့်ထံ ယူဆောင်လာပါသည်။

Family Reading Partnership

စပွန်ဆာကနေ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

United Way of Tompkins County
Impact Partner

(၄) လပြည့်အရွယ် ကြီးထွားမယ်

- ဒီအရွယ်မှာ ပိုပြီးတော့မှ နိုးကြားနေမယ်၊ စကားပိုပြောနေမယ်။
- သင့်အပြုံးနဲ့ မျက်နှာကို ကြည့်နေရတာကို သဘောကျနေမယ်။
- အသံလေးတွေလုပ်ပြီးပြောနေမယ်၊ သူတို့အသံကို သူတို့ပြန်ကြားရတာကို သဘောကျနေမယ်။
- ပစ္စည်းတွေကို ပါးစပ်ထဲကောက်ထည့်ပြီး စူးစမ်းသိချင်နေမယ်။
- သူတို့လေးတွေရဲ့ လက်လေးတွေနဲ့ မီတဲ့အရာတွေကို လှမ်းဆွဲနေမယ်။

သင်နဲ့ သင့်ရင်သွေး (၄) လပြည့်အရွယ် အတူတူကြီးထွားမယ်

ကလေးငယ်ကို ပြုံးပြပါ။ ပြီးတော့ ရယ်စရာကောင်းတဲ့မျက်နှာပုံစံမျိုးတွေကို လုပ်ပြပါ။ (၄) လပြည့်အရွယ်လေးတွေဟာ ပြုံးရတာကို နှစ်သက်ပြီးတော့ သူတို့လေးတွေရဲ့ ကိုယ်ပိုင်ဟာသဉာဏ်ကိုလည်း စူးစမ်းလေ့လာနေတတ်ပါတယ်။ အတူတူ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နဲ့ ရယ်စရာတွေ ပြုလုပ်ပါ။

အသံတွေကို အတူတူစူးစမ်းလေ့လာပါ။ လျှာကို တောက်ခနဲ မြည်အောင်ခေါက်ပြတာ (သို့မဟုတ်) လေထဲကို မွှေးမွှေးပေးပြတာမျိုးတွေကို လုပ်ပြပါ။ ပြီတော့ သူတို့လေးတွေ ဘယ်လိုတုံ့ပြန်သလဲဆိုတာကို စောင့်ကြည့်ပါ။ အဲဒီအခါမှာ သင့်ကလေးငယ်ဟာ အသံညံညံလေးတွေ တော်တော်လေးလုပ်တတ်လာတာကို သင့်အနေနဲ့ သတိထားကောင်းထားမိလာပါလိမ်မယ်။ သင့်ရင်သွေးက တီတီတာတာနဲ့အသံပြုပြီး စကားပြောနေပြီဆိုရင် သူတို့လေးတွေပြောလိုက်တဲ့ အသံအတိုင်းကိုယူပြီး ပြန်စကားပြောပေးတာမျိုးလုပ်ပေးပါ။

ကလေးငယ်ရဲ့ပါးစပ်နဲ့ အရာဝတ္ထုပစ္စည်းတွေကို စူးစမ်းလေ့လာဖို့အတွက် ခွင့်ပြုပေးပါ။ ဥပမာ။ ။ကစားစရာအရုပ်ပျော့ပျော့လေးတွေ၊ သင့်လက်ချောင်းတွေနဲ့ စာအုပ်တွေ အပါအဝင်ပေါ့။ သင့်ရင်သွေးငယ်ဟာ အာရုံ (၅) ပါးဖြစ်တဲ့ အမြင်၊ အကြား၊ အနံ့၊ အထိ နဲ့ အရသာ ဆိုတဲ့ အာရုံတွေကနေတစ်ဆင့် သင်ယူနေတတ်ကြပါပြီ။ အဲ့ဒီအာရုံခံစနစ်တွေထဲမှာ ထိသိခြင်းဆိုတဲ့အာရုံက မွေးကင်းစကတည်းက အဖွံ့ဖြိုးဆုံးအာရုံတစ်ခုပါ။ အထူးသဖြင့် ပါးစပ်နားတစ်ဝိုက်မှာပေါ့။ ဒါကြောင့် ကလေးငယ်တွေဟာ တွေ့မြင်သမျှ အရာတွေကို ပါးစပ်ထဲကောက်ထည့်တတ်ကြတာပါပဲ။ ဒီလို ပါးစပ်ထဲထည့်တာ၊ ဝါးတာတွေဟာ စကားပြောလာနိုင်ဖို့အတွက် ကလေးငယ်ရဲ့ လျှာ၊ နှုတ်ခမ်း၊ ပါးနဲ့ မေးရိုးတွေကို စကားစပြောဖို့အတွက် အဆင့်သင့်ဖြစ်အောင် ပြင်ဆင်ပေးပါတယ်။

အသက် (၄) လပြည့်အရွယ် ရင်သွေးငယ်ဟာ သူတို့လေးတွေရဲ့ရှေ့မှာရှိတဲ့ လက်လှမ်းမီတဲ့အရာတွေကို လှမ်းယူချင်တာ၊ ထိချင်ကိုင်ချင်တာတွေ ဖြစ်လာပါပြီ။ ဒီအတွက် လှုပ်လိုက်ရင် အသံမြည်တဲ့ ပလုတ်တုတ်လိုမျိုး ကစားစရာအရုပ်ကလေးတွေကို ချထားပေးပါ။ ကလေးငယ်အနေနဲ့ သူထိကိုင်လိုက်တဲ့အရာ အသံမြည်သွားတယ်ဆိုရင် ကလေးငယ်ရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့အရာတွေအပေါ် သူတို့လေးတွေလုပ်လိုက်တဲ့ လုပ်ရပ်တစ်ခုကြောင့် အကျိုးဖြစ်ပေါ်လာပုံကို သင်ယူနားလည်လာပါလိမ့်မယ်။

စကားပြောပေး၊ သီချင်းဆိုပေး၊ စာဖတ်ပေး၊ ကစားပေးပါ။

တိရစ္ဆာန်အကောင်လေးတွေရဲ့အသံနဲ့ လှုပ်ရှားပုံစံတွေကို လိုက်လုပ်ပြီး ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နဲ့ ကစားပေးပါ။ သင်က ပုံကြီးချဲ့ပြီးလုပ်ပြနိုင်လေလေ သူတို့လေးတွေရဲ့ အာရုံစူးစိုက်မှုကို ရနိုင်လေလေပါပဲ။

အသက် (၄) လပြည့်အရွယ် ကလေးငယ်တွေဟာ သင်စာဖတ်ပြတာကို နားထောင်နေရတာထက် ပါးစပ်ထဲ စာအုပ်ကောက်ပြီးကိုက်ရတာကို ပိုပြီးလုပ်တတ်ကြပါတယ်။ အဲ့ဒီလိုလုပ်မယ် ဆိုရင်လည်း ဘာမှကိစ္စမရှိပါဘူး။ ကလေးဖတ်စရာစာအုပ်တွေဟာ သူတို့လေးတွေ ကိုက်မယ်ဆိုရင်လည်း စာအုပ်အသားကို အမာသားနဲ့လုပ်ထားမို့လို့ ကိုက်လို့ရပါတယ်။

သင့်ကလေးငယ်နဲ့ အတူတူသီချင်းဆိုပါ။ သူတို့လေးတွေဟာ သင့်သီချင်းဆိုသံကို နှစ်သက်ကြပြီး၊ ကာရံညီတဲ့သီချင်းတွေကို ခဏခဏ ဆိုပြပေးတာဟာ သူတို့လေးတွေရဲ့ ဘာသာစကားသင်ယူမှုကို တိုးတက်စေနိုင်ပါတယ်။

ရင်သွေးငယ်ကို ဝမ်းလျှားမှောက်ပေးနေစေတဲ့အခါတွေမှာ ကြည့်မှန် ယူပြပါ။ မှန်ထဲမှာပေါ်နေတဲ့ သူတို့လေးတွေရဲ့မျက်နှာကို ကြည့်နိုင်ဖို့အတွက် မှန်ကို ကလေးငယ်ရှေ့မှာ ထောင်ပြထားပေးပါ။ ဒီအခါ သင့်ရင်သွေးငယ်ဟာ သူ့ခေါင်းနဲ့ ရင်ဘတ်ကို ပင့်မဖို့အတွက် အားသွန်ခွန်စိုက် ကြိုးစားနေတာကို သင့်အနေနဲ့ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ သင့်အနေနဲ့ ကလေးငယ်ကို ဝမ်းလျှားမှောက်ပေးနေစေတဲ့အခါတိုင်းမှာ သူတို့လေးတွေရဲ့အနားမှာ အမြဲတမ်း အတူတူရှိနေပေးပါ။

နောက်ထပ်စိတ်ကူးအကြံဉာဏ်နဲ့ အခြေအနေအစီအစဉ်တွေကို ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်မှာ ဝင်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။ www.familyreading.org

Books To Grow On ☆ အသက် (၆) လပြည့် အရွယ် ရင်သွေးငယ်

ဤစာအုပ်ကို သင့်ထံ ယူဆောင်လာပါသည်။

Family Reading Partnership

စပွန်ဆာကနေ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

United Way

United Way of Tompkins County
Impact Partner

(၆) လပြည့်အရွယ် ကြီးထွားမယ်

- သင့်ဘက်ကိုလှည့်ပြီး သင်စကားပြောနေချိန် ပါးစပ်လှုပ်တာကို ကြည့်နေတတ်ပါပြီ။
- မာ မာ၊ ဒါ ဒါ၊ ဘာ ဘာ ဆိုတဲ့အသံထွက်နည်းအသစ်တွေနဲ့ တွတ်တီးတွတ်တာ ပြောတတ်နေလောက်ပါပြီ။
- မှန်ကြည့်ရတာကို ကြိုက်ပြီး၊ မြင်ဖူးနေကျ မျက်နှာတွေကိုလည်း မှတ်မိနေပါ ပြီ။
- ပစ္စည်းတစ်ခုခုကို မျက်စိရှေ့မှာ မမြင်ရတော့ဘူးဆိုရင်လည်း အဲ့ဒီပစ္စည်းဟာ မျက်ကွယ်တစ်နေရာရာမှာရှိနေတယ်ဆိုတဲ့ အရာဝတ္ထုပစ္စည်းတွေရဲ့ တည်ရှိနေတတ်ပုံကို စတင်နားလည်နေပါပြီ။

သင်နဲ့ သင့်ရင်သွေး (၆) လပြည့်အရွယ် အတူတူကြီးထွားမယ်

⭐ ကလေးငယ်က တွတ်တီးတွတ်တာတွေပြောနေတယ်ဆိုရင် သူတို့လေးတွေ ပြောလိုက်တဲ့အသံအတိုင်းကို ယူပြီး စကားလုံးရိုးရိုးရှင်းရှင်းလေးတွေသုံးပြီးတော့မှ ပြန်ပြီး ပြောပေးပါ။ ဥပမာ။ ။ ကလေးငယ်က “ba” (ဘ) လို့ အသံပြုပြောလာရင် သင့်အနေနဲ့ “book” (စာအုပ်) ဆိုပြီး အသံထွက်ရလွယ်တဲ့စကားလုံးနဲ့ ပြန်ပြီး ပြောပေးတာမျိုးကိုဆိုလိုတာပါ။ စကားလုံးအမှန်တွေမပြောနိုင်သေးခင်မှာ ဒီလိုတွတ်တီးတွတ်တာပြောနေတာတွေဟာ သူတို့လေးတွေ စကားတကယ်ပြောနိုင်ဖို့အတွက်ကို လေ့ကျင့်နေကြတာပဲဖြစ်ပါတယ်။

⭐ တူ…တူ…ရေ…ဝါး… ဆိုပြီး တူတူပုန်းတမ်းကစားပေးပါ။ ဒီလိုတူတူပုန်းတမ်းကစားပေးတာဟာ အကယ်၍ ကလေးငယ်ဟာ သင့်အနားမှာမနေရတဲ့အခါမျိုးတွေမှာဆိုရင် သူတို့လေးတွေ သင့်ကို လောလောဆယ်မှာ မမြင်ရပေမယ့်လည်း “ခဏနေရင် ပြန်လာမှာပဲ” ဆိုတဲ့ လုံခြုံစိတ်ချရတဲ့ ခံစားချက်ကို ဒီကစားနည်းက ပေးစွမ်းနိုင်ပါတယ်။ ဒါ့အပြင် တူ…တူ…ရေ…ဝါး… လို့ပြောပြီး တူတူပုန်တမ်းကစားလို့ ထွက်လာတဲ့ သူတို့လေးတွေရဲ့ ရယ်သံတွေဟာ ဘာနဲ့မှမတူပါဘူး။

⭐ သင့်ရင်သွေးငယ်ဟာ အာရုံငါးပါးစလုံးကနေ သင်ယူနေပါပြီ။ ကလေးငယ်ကို အနံ့ခံစရာတွေ၊ ထိသိဖို့ အရာဝတ္ထုတွေ၊ မြင်တွေ့ဖို့ အရောင်စုံတွေ၊ ကြားနာဖို့ အသံတွေ ပြုလုပ်ပေးထားပါ။ သူတို့လေးတွေ တစ်ခုခုကို အပြင်မှာ လက်တွေ့ကြုံတွေ့ခံစားနေရတဲ့ အချိန်အခိုက်အတန့်လေးတွေမှာလည်း စကားလုံးဝေါဟာရ ကြွယ်ဝလာဖို့အနေနဲ့ ဖြစ်နေတဲ့ အဖြစ်အပျက်တွေကို ပြောပြပေးပါ။ သင်ကိုယ်တိုင်အနေနဲ့လည်း ဖြည်းဖြည်း အေးအေးဆေးဆေးနဲ့ ဘေးပတ်ဝန်းကျင်လောကကို လိုက်စူးစမ်းပြီး ကလေးတစ်ယောက်လိုအမြင်နဲ့ကြည့်ပါ။

⭐ သင့်ရင်သွေးငယ်ရဲ့ ဘဝအစဖြစ်တဲ့ ပထမနှစ်တစ်လျှောက်လုံးမှာ သူတို့လေးတွေဟာ သင့်မျက်နှာကိုကြည့်ခြင်းကနေတစ်ဆင့် အများကြီးလေ့လာသင်ယူသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။ ကလေးငယ်နဲ့အတူ မျက်နှာချင်းဆိုင်ပြီး သင်ပြောဆိုလုပ်ကိုင်လိုက်သမျှအရာတွေဟာ သူတို့လေးတွေရဲ့ အာရုံစူးစိုက်မှု၊ အတွေးအခေါ် ခံယူချက်၊ လူမှုပိုင်းစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးမှုနဲ့ ဘာသာစကားသင်ယူတိုးတက်မှု စတာတွေအပေါ်မှာ ရေရှည်အရာထင် အကျိုးသက်ရောက်မှုတွေ ရှိနေပါလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့် ကလေးငယ်တွေနဲ့ နေ့တိုင်းစကားပြောတဲ့အခါမျိုးတွေမှာ သူတို့လေးနဲ့ တစ်ပြေးညီတည်းဖြစ်အောင် ထိုင်ချပြီး မျက်လုံးချင်းဆိုင်၊ မျက်နှာချင်းဆိုင်ပြီးတော့ ပြောဆိုပေးပါ။

စကားပြောပေး၊ သီချင်းဆိုပေး၊ စာဖတ်ပေး၊ ကစားပေးပါ။

⭐ စာဖတ်ခြင်းဟာ စိတ်ခံစားချက်တွေကို စူးစမ်းလေ့လာနိုင်ဖို့အတွက် ကောင်းမွန်တဲ့ နည်းလမ်းတစ်ခုပဲဖြစ်ပါတယ်။ တခြားကလေးသူငယ်တွေရဲ့ ဓါတ်ပုံအစစ်တွေကိုမြင်ရင် သင့် (၆) လအရွယ် ကလေးငယ်ဟာလည်း သိချင်စပ်စုနေမိမှာ အသေအချာပါပဲ။ နောက်ပြီးတော့ သူတို့လေးတွေဟာ သင့်အနေနဲ့ စိတ်ခံစားချက်တွေကို သရုပ်ဆောင်ပြနေတဲ့အခါမျိုးတွေကို ကြည့်နေရတာကိုလည်း သဘောတွေ့နေတတ်ကြပါလိမ့်မယ်။ အထူးသဖြင့် သင်က ရယ်စရာလည်းကောင်းအောင်လုပ်ပြပြီး ပုံကြီးချဲ့ပြီး သရုပ်ဆောင်ပြနိုင်တဲ့အခါမျိုးမှာပေါ့။

⭐ ရင်သွေးငယ်လေးတွေရဲ့ လူမှုပိုင်းစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သင်ယူမှုတွေဟာ အခြားဖွံ့ဖြိုးမှုနယ်ပယ်တွေနဲ့ အနာဂတ်သင်ယူမှုတွေအတွက် အရေးပါပြီး အခြေခံကျကြောင်းကို ကလေးသူငယ် ငယ်ဘဝဆိုင်ရာ သုတေသနလေ့လာချက်များစွာအရ တွေ့ရှိရပါတယ်။ ကလေးငယ်လေးတွေအနေနဲ့ သူတို့လေးတွေခံစားနေရတာတွေကို ပြနိုင်ဖို့အတွက် စိတ်ခံစားချက်အမျိုးမျိုးကို ထုတ်ဖော်ပြသလာတာကိုလည်း သင့်အနေနဲ့ သတိထားမိလာပါလိမ့်မယ်။ အဲ့ဒီအခါ သူတို့လေးတွေ ဘာတွေခံစားနေရသလဲဆိုတာကို သင့်အနေနဲ့ ပြန်ပြီး ပြောပြဆွေးနွေးဖို့ လုပ်ပေးပါ။ ဥပမာ။ ။ “ဖျော်ရည်ဖျော်တဲ့စက်က အသံအကျယ်ကြီးထွက်လာလို့ လန့်သွားတာလား” ဆိုတာမျိုးပေါ့။ ဒီလိုပြောပြပေးတာဟာ သူတို့လေးတွေကိုယ်တိုင်ကြုံတွေ့ခံစားနေရတဲ့ စိတ်ခံစားချက်တွေကို သိနားလည်လာစေပြီး သင့်နဲ့ရင်သွေးငယ်ကြား သံယောဇဉ်ပိုခိုင်မြဲလာစေပါတယ်။

နောက်ထပ်စိတ်ကူးအကြံဉာဏ်နဲ့ အခြေအနေတွေကို ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်မှာ ဝင်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။ www.familyreading.org

အသက် (၁၂) လပြည့်
အရွယ် ရင်သွေးငယ်

Books To Grow On

ဤစာအုပ်ကို သင့်ထံ ယူဆောင်လာပါသည်။

Family Reading Partnership

စပွန်ဆာကနေ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

United Way

United Way of Tompkins County
Impact Partner

(၁၂) လပြည့်အရွယ် ကြီးထွားမယ်

- ဘာသာစကားကို အများကြီးနားလည်နေပါပြီ။
- သူတို့လေးတွေ စကားမပြောနိုင်သေးပေမဲ့လည်း သင်ဘာတွေပြောနေသလဲဆိုတာကို နားထောင်နေတတ်ပါပြီ။
- စာရွက်လှန်တာ (သို့မဟုတ်) စာအုပ်ကိုင်တာတွေကို စလုပ်နေတတ်လောက်ပါပြီ။
- တချို့ပုံပြင်တွေကို ထပ်ခါတလဲလဲ နားထောင်ချင်နေတတ်ပါပြီ။

သင်နဲ့ သင့်ရင်သွေး (၁၂) လပြည့်အရွယ် အတူတူကြီးထွားမယ်

⭐ ပျော်ရွှင်ဖွယ် ပထမဦးဆုံးသောတစ်နှစ်ပြည့် မွေးနေ့မင်္ဂလာလေးပဲဖြစ်ပါတယ်။ သင်ရော၊ သင့်ကလေးငယ်ရော အတော်လေးကိုကြီးထွားလာကြပါပြီနော်။ ကလေးငယ်တွေရဲ့ ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးမှုနှုန်းဟာ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် မှာ မတူကြတာကို သတိရပေးပါ။ တဖြည်းဖြည်းကြီးထွားလာတာကိုပဲ ဦးစားပေး စောင့်ကြည့်ပေးရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဘယ်အရွယ်မှာဆိုရင်တော့ဖြင့် ဘယ်လောက်တောင်ကြီးထွားလာရမှာ ဆိုတာကို ဦးစားပေးရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အကယ်၍ သင့်ရင်သွေးငယ်လေးရဲ့ ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးမှုနှုန်းအပေါ် စိုးရိမ်စရာတွေရှိရင်တော့ ကလေးအထူးကုဆရာဝန်နဲ့ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးတာဟာ အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းပါပဲ။ အကယ်၍ လိုအပ်လာခဲ့ရင်လဲ ငွေကုန်ကြေးကျ ခံစရာမလိုဘဲ စောစောသိ၊ စောစောတိုင်ပင် ကုသမှုခံယူနိုင်ဖို့ ကလေးသူငယ်တွေအတွက် အစောပိုင်းဝင်ရောက်စီစဥ်ပေးမှု (Early Intervention) အကူအညီတွေလည်းရှိပါတယ်။

⭐ သင့်ရင်သွေးငယ်ဟာ ဘာသာစကားစွမ်းရည်နဲ့ စာတတ်မြောက်မှုစွမ်းရည်တွေကို နေ့စဥ်လုပ်နေကျအရာတွေဖြစ်တဲ့ စကားပြောတာ၊ သီချင်းဆိုတာ၊ စာဖတ်တာနဲ့ အတူတူဆော့ကစားတာတွေကနေတစ်ဆင့် လေ့လာသင်ယူပါတယ်။ အပေးအယူလုပ်တမ်း ကစားကြည့်ပါ။ ဥပမာ။ ။ သင်က အရုပ်တစ်ခုကို ကလေးငယ်လက်ထဲ ထည့်ပေးလိုက်မယ်။ ပြီးတော့ ပေးလိုက်တဲ့ပစ္စည်းကို သူတို့လေးတွေဆီကတစ်ဆင့် သင့်ကိုပြန်ပေးခိုင်းကြည့်ပါ။ အဲ့ဒီလို အရုပ်ကို ပေးလိုက်၊ ယူလိုက်နဲ့လုပ်ကြည့်ပါ။ အခုလိုလုပ်ပေးတာဟာ နောင်လာမဲ့အခါ စကားပြောဖို့အတွက် သင့်တော်ကောင်းမွန်တဲ့လုပ်ရပ်တစ်ခုပဲဖြစ်ပါတယ်။

⭐ သင့်ကလေးငယ်ဟာ အသံအမျိုးမျိုးတွေလုပ်ပြီးပြောနေတဲ့အခါ သူတို့လေးတွေဟာ တကယ်တမ်းတော့ သင်နဲ့ဆက်သွယ်ပြီး စကားပြောနေတာပဲဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့လေးတွေ လုပ်လိုက်တဲ့အသံတွေကို စကားလုံးတွေနဲ့ ထည့်ဖြည့်ပြီး ပြန်ပြောပေးပါ။ ဥပမာ။ ။ သင်တို့ဟာ အပြင်သွားနေတဲ့အခါမျိုးမှာ ကလေးငယ်က အသံပြုတယ်ဆိုရင် သူတို့လေးတွေ ဘာကိုမြင်မိလို့အသံပြုတာလဲဆိုတာကို သတိထားကြည့်ပေးပါ။ အဲ့ဒီအခါ သင့်အနေနဲ့ "ငှက်ကလေးတွေကို ကြည့်နေတာလား။ အဲ့ဒီငှက်ကလေးတွေက အသံတအားဆူတာပဲနော်" ဆိုပြီး ပြောပြပေးတာမျိုးပေါ့။

⭐ သင့်မိသားစုအတွက် ကလေးသူငယ် အစောပိုင်းစာတတ်မြောက်မှုဆိုင်ရာ၊ ဒေသအရင်းအမြစ်များနဲ့ နောက်ထပ်အကြံပြုချက်တွေကို ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ လူမှုကွန်ယက်စာမျက်နှာမှာ သွားပြီးကြည့်လို့ရပါတယ်။

စကားပြောပေး၊ သီချင်းဆိုပေး၊ စာဖတ်ပေး၊ ကစားပေးပါ။

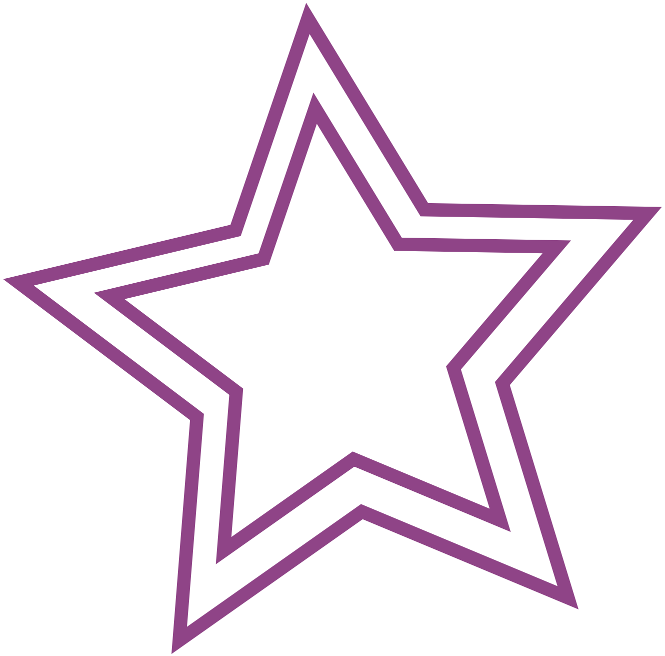
⭐ သင့်ရင်သွေးငယ်ကို သူတို့လေးတွေရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းတွေကို သတိထားကြည့်မိဖို့အတွက် လုပ်ပေးပါ။ အဲဒါကိုလုပ်ပြဖို့အတွက် သင့်အနေနဲ့ သင့်ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းတွေကို အရင်ဆုံးလက်ညိုးထိုးပြပြီး သူတို့လေးတွေကိုလည်း သင်လုပ်သလို အတူတူလိုက်လုပ်ဖို့ပြောပြပေးပါ။ ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်းတွေကို ရေတွက်ခြင်းဟာ နံပါတ်စဥ်ရေတွက်လာနိုင်ဖို့အတွက် သင်ကြားပေးခြင်းရဲ့ အစလို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။

⭐ စာအုပ်တွေဖတ်ပြပြီး စာအုပ်ထဲမှာ ပြောပြထားတဲ့အကြောင်းအရာအတိုင်းကိုလိုက်ပြီး သရုပ်ဆောင်ပြတာ၊ လှုပ်ရှားပြတာတွေကို လုပ်ကြည့်ပါ။ အသက် (၁၂) လပြည့်အရွယ် ကလေးငယ်နဲ့ ဂီတသံစဥ်နဲ့ အတူတူကခုန်ရတာဟာ အရင်ကထက် ပိုပြီးပျော်စရာကောင်းနေမှာပါ။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သူတို့လေးတွေဟာ အရင်တုန်းကထက်ပိုပြီးလှုပ်ရှားလာနိုင်လို့ပါပဲ။ ရိုးရိုးအခြေခံ တူရိယာလေးတွေ (သို့မဟုတ်) အသံမြည်တဲ့အရုပ်ကလေးတွေနဲ့လည်း ကစားပေးပါ။ ဥပမာ။ ။ ခေါင်းလောင်းလေးတွေ၊ သဲ/ဆန် ထည့်ထားတဲ့ လှုပ်လိုက်ရင် အသံမြည်တဲ့ ပလတ်စတစ်ကြက်ဥ (egg shaker) လေးတွေနဲ့ စည်းချက်တုတ်ချောင်း (rhythms sticks) လေးတွေပေါ့။ ဘာသာစကားသင်ယူမှုကို အခုလိုခန္ဓာကိုယ်လှုပ်ရှားမှုကိုပါ ပေါင်းစပ်လိုက်တာဟာ သူတို့လေးတွေရဲ့ ဦးနှောက်ကို လှုံ့ဆော်ပေးဖို့အတွက် ကောင်းမွန်တဲ့နည်းလမ်းတစ်ခုပါပဲ။

⭐ သင့်ကလေးငယ်ဟာ စာအုပ်တစ်အုပ်တည်းကိုပဲ ထပ်ခါတလဲလဲဖတ်ချင်တယ်ဆိုရင်တော့၊ သေချာတယ်... သူတို့လေးတွေ အဲ့ဒီစာအုပ်ကို နှစ်သက်တယ်ဆိုတာကိုပေါ့။ သီချင်းဆိုပြတာ ဆိုရင်လည်း အဲ့ဒီလိုပါပဲ။ သင့်အနေနဲ့တော့ ခေါင်းမူးချင်စရာ ဖြစ်ကောင်းဖြစ်နေပါလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ သင့်ရင်သွေးငယ်ဟာ ဘာသာစကားကို အဲ့ဒီလို ထပ်ခါတလဲလဲလုပ်ခြင်းကနေတစ်ဆင့် သင်ယူနေတယ်ဆိုတာကို သင့်အနေနဲ့ သတိရပေး ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ သင်က သီချင်းကို အင်္ဂလိပ်လိုပဲဆိုဆို ဗမာလိုပဲဆိုဆို (သို့မဟုတ်) စာအုပ်တစ်အုပ်တည်းကို ထပ်ခါတလဲလဲ ခဏခဏ ဖတ်ပြတာဟာ သူတို့လေးတွေရဲ့ ဘာသာစကားသင်ယူမှုကို တိုးတက်စေဖို့အတွက် အလွန်ကောင်းမွန်နည်းလမ်းတစ်ခုပဲဖြစ်ပါတယ်။

နောက်ထပ်စိတ်ကူးအကြံဉာဏ်နဲ့ အခြေအစီအစဉ်တွေကို ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်မှာ ဝင်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။ www.familyreading.org

ဤစာအုပ်ကို သင့်ထံ ယူဆောင်လာပါသည်။
Family Reading Partnership
စပွန်ဆာကနေ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။
United Way
United Way of Tompkins County
Impact Partner



(၁၈) လပြည့်အရွယ် ကြီးထွားမယ်

- စာအုပ်တစ်အုပ်ကို ဖတ်ဖို့အတွက် မျှပေးနေတတ်ပါပြီ။
- လှုပ်ရှားနေရတာကို ကြိုက်တတ်နေပါပြီ။ သင်စာဖတ်ပြနေရင်လည်း လှုပ်လှုပ်ရှားရှားနဲ့ လျှောက်သွား နေတတ်ပါပြီ။
- မြင်ဖူး၊ တွေ့ဖူးထားတဲ့ တိရစ္ဆာန်လေးတွေရဲ့ရုပ်ပုံကားချပ်တွေကို ကြည့်ရတာကြိုက်ပြီးတော့ အဲ့ဒီအကောင်လေးတွေရဲ့အသံ အတိုင်းတုပြီး လိုက်လုပ်နေတတ်ပါပြီ။
- သူတို့လေးတွေကြိုက်တတ်တဲ့ ရုပ်ပုံကားချပ်တွေကို လက်ညှိုးထိုးပြတတ်ပြီး စကားလုံး တစ်လုံးနှစ်လုံးလောက် ပြောတတ်နေပါပြီ။

သင်နဲ့ သင့်ရင်သွေး (၁၈) လပြည့်အရွယ် အတူတူကြီးထွားမယ်

★ ကလေးငယ်ဟာ ဘာသာစကားနဲ့ စာတတ်မြောက်မှုပိုင်းဆိုင်ရာတွေကို သူတို့လေးတွေ မွေးကင်းစအရွယ်လေးကတည်းက စပြီးသင်ယူနေတယ်ဆိုတာကို အခုလောက်ဆိုရင်တော့ သင့်အနေနဲ့ရော သိမြင်ထားပြီးလောက်ရောပေါ့။ (၁၈) လပြည့်အရွယ် ကလေးငယ်တွေကို ကျောင်းတွေမှာလို အတန်းတွေတက်ပြီး "စာသင်" တာမျိုးတွေလုပ်ဖို့ မလို့သေးပါဘူး။ ဒီအတိုင်းပဲ ရိုးရိုးလေးနဲ့ နေ့တိုင်းစကားပြောပေးတာ၊ သီချင်းဆိုပြတာ၊ စာဖတ်ပြတာနဲ့ အတူတူဆော့ကစားပေးတာတွေဟာ စာတတ်မြောက်မှု ဖွံ့ဖြိုးဖို့အတွက် အကောင်းဆုံးသောနည်းလမ်းပဲဖြစ်ပါတယ်။

★ အသက် (၁၈) လပြည့်အရွယ် ကလေးငယ်ဟာ လှုပ်လှုပ်ရှားရှား သွားလာနေတတ်ပြီး အရာဝတ္ထုပစ္စည်းတွေကိုလည်း သူတို့လေးတွေ သူ့ဘာသူ ကောက်ကိုင်နိုင်ပြီး လေ့လာစူးစမ်းနေတတ်ပါပြီ။ သူတို့လေးတွေ အဲ့ဒီလိုလုပ်နိုင်ဖို့အတွက်နဲ့ စာအုပ်တွေကိုလည်း ကိုင်ကြည့်စူးစမ်းနိုင်ဖို့အတွက် သင့်အနေနဲ့ ခွင့်ပြုထားပေးပါ။ ပြီးတော့ ဖယောင်းရောင်စုံခြယ်တံနဲ့ အရောင်တွေခြယ်နိုင်ဖို့အတွက်ကို မဂ္ဂဇင်း၊ သတင်းစာ၊ မီနူးကတ်၊ ကတ်ထူစက္ကူကတ်ပြားတွေလည်း ချပေးထားပါ။

★ အသက် (၁၈) လပြည့်အရွယ် ရင်သွေးငယ်ဟာ သူတို့လေးတွေရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ လုပ်နိုင်သမျှအရာတွေဖြစ်တဲ့ လမ်းလျှောက်တာ၊ အပေါ်တက်တာ၊ ခုန်တာ၊ လျှော်ဆင်းတာ စတဲ့အရာတွေအားလုံးကို လိုက်လုပ်နေပြီးတော့မှ အပျော်ကြီးပျော်နေပါလိမ့်မယ်။ ဒီအသက်အရွယ်မှာ သူတို့လေးတွေ စာအုပ်ကို ဘယ်လိုဘယ်ပုံနဲ့ ကြည့်ရမယ်၊ ဖတ်ရမယ် ဆိုတာမျိုးမရှိပါဘူး။ ကလေးငယ်လေးတွေဟာ လှုပ်လှုပ်ရှားရှားနဲ့ လျှောက်သွားနေပေမဲ့လည်း သူတို့လေးတွေဟာ နားထောင်နေတတ်ကြပါတယ်။ သူတို့လေးတွေ စာအုပ်ကိုကိုင်ပြီး ဘယ်လိုပဲဖတ်ဖတ်၊ အပေါ်အောက်ပြောင်းပြန်ပဲဖတ်ဖတ် ဒီအရွယ်မှာစာအုပ်ကိုင်တာဟာ ကောင်းတဲ့လက္ခဏာတစ်ခုပါ။

★ အသက် (၁၈) လပြည့်အရွယ် ရင်သွေးငယ်ဟာ သူတို့လေးတွေရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ လုပ်နိုင်သမျှအရာတွေဖြစ်တဲ့ လမ်းလျှောက်တာ၊ အပေါ်တက်တာ၊ ခုန်တာ၊ လျှော်ဆင်းတာ စတဲ့အရာတွေအားလုံးကို လိုက်လုပ်နေပြီးတော့မှ အပျော်ကြီးပျော်နေပါလိမ့်မယ်။ ဒီအသက်အရွယ်မှာ သူတို့လေးတွေ စာအုပ်ကို ဘယ်လိုဘယ်ပုံနဲ့ ကြည့်ရမယ်၊ ဖတ်ရမယ် ဆိုတာမျိုးမရှိပါဘူး။ ကလေးငယ်လေးတွေဟာ လှုပ်လှုပ်ရှားရှားနဲ့ လျှောက်သွားနေပေမဲ့လည်း သူတို့လေးတွေဟာ နားထောင်နေတတ်ကြပါတယ်။ သူတို့လေးတွေ စာအုပ်ကိုကိုင်ပြီး ဘယ်လိုပဲဖတ်ဖတ်၊ အပေါ်အောက်ပြောင်းပြန်ပဲဖတ်ဖတ် ဒီအရွယ်မှာစာအုပ်ကိုင်တာဟာ ကောင်းတဲ့လက္ခဏာတစ်ခုပါ။

စကားပြောပေး၊ သီချင်းဆိုပေး၊ စာဖတ်ပေး၊ ကစားပေးပါ။

★ သင့်ကလေးငယ်အနေနဲ့ စာအုပ်ကို အိမ်တစ်အိမ်လုံးအနှံ့ ယူသွားဖို့ အားပေးပါ။ ကြောင်ကလေးကို ဖတ်ပြတာ၊ သူတို့လေးတွေရဲ့ အငယ်တွေကိုပြန်ဖတ်ပြတာနဲ့ ကလေးတွန်းလှည်းလေး စီးတဲ့အခါလည်း စာအုပ်တွေ ယူသွားပေးပါ။ အိမ်အနှံ့မှာ စာအုပ်တွေကို သင့်ရဲ့ (၁၈) လပြည့်အရွယ် ကလေးငယ် လက်လှမ်းမီတဲ့နေရာတွေမှာ အလွယ်တကူချထားပေးတာဟာ သူတို့လေးတွေကို စာအုပ်စာပေနဲ့နေသားတကျရှိစေဖို့အတွက်ကိုလည်း ထောက်အကူဖြစ်စေပါတယ်။ ကလေးငယ် အချိန်မရွေး စာအုပ်တွေကောက်ကိုင်လို့ရအောင် စာအုပ်တွေကို ခြင်းတောင်းထဲထည့်ထားပေးတာ (သို့မဟုတ်) စင်အနိမ့်တွေမှာတင်ပေးထားတာတွေကို လုပ်ပေးပါ။

★ ဟန်ဆောင်တမ်းကစားတာဟာ ကလေးငယ်တွေ စာတတ်မြောက်မှုဖွံ့ဖြိုးရေးအတွက် အရေးကြီးတဲ့ခြေလှမ်းတစ်ခုပဲဖြစ်ပါတယ်။ သင့်ရင်သွေးငယ် အသက် (၁၈) လ ပြည့်ပြီးပြီဆိုရင်တော့ သူတို့လေးတွေဆီမှာလည်း အခြေခံဟန်ဆောင်နည်းလေးတွေ တစ်ချို့ကိုစပြီး သိထားနေပြီးလောက်ပါပြီ။ ဥပမာအနေနဲ့ သူတို့လေးတွေကို ရိုးရိုးလေးနဲ့ ဘယ်လိုဟန်ဆောင်တမ်း ကစားလို့ရသလဲဆိုရင်တော့...အမွေးပွအရုပ်ကလေးတွေအတွက် အိပ်ရာဝင်ပုံပြင်ဖတ်ပြသလိုမျိုး ဟန်ဆောင်ပြီး ဖတ်ခိုင်းစေတာမျိုးပေါ့။ ဒီလိုမျိုး ဟန်ဆောင်တမ်းကစားပေးတာဟာ သူတို့လေးတွေရဲ့ စိတ်ကူးဉာဏ်ကွန့်မြူးနိုင်စွမ်းနဲ့ ပုံသဏ္ဌာန်သင်္ကေတဆိုင်ရာနဲ့ပတ်သက်ပြီး စဉ်းစားတွေးခေါ် နိုင်စွမ်းကို ပြုစုပျိုးထောင်ပေးရာ ရောက်ပါတယ်။

★ အသက် (၁၈) လပြည့်အရွယ် ကလေးငယ်က စာအုပ်ထဲမှာပါတဲ့ ရုပ်ပုံကားချပ်တစ်ခုကို လက်ညှိုးထိုးပြတာ (သို့မဟုတ်) ရုပ်ပုံလေးနဲ့ပတ်သက်ပြီး စကားလုံးတစ်လုံးနှစ်လုံး ပြောလာတာမျိုးဆိုရင် အဲ့ဒီပုံလေးနဲ့ဆက်စပ်တဲ့အကြောင်းအရာတွေကို သူတို့လေးတွေ ပိုပြီးနားလည်လာအောင်၊ စကားလုံးအရာဝေါဟာရပိုပြီးကြွယ်ဝလာအောင် သင့်အနေနဲ့ သူတို့လေးတွေအတွက် ကျယ်ကျယ်ပျံ့ပျံ့ရှင်းပြပေးပါ။ ဥပမာ။ ။ ကလေးငယ်က စာအုပ်ကို အပေါ်အောက်ပြောင်းပြန် ကိုင်ပြီးဖတ်နေတဲ့သူတစ်ယောက်ယောက်ကို လက်ညှိုးထိုးပြတယ် ဆိုကြပါစို့။ အဲ့ဒီအခါ သင့်အနေနဲ့ "စာအုပ်ကပြောင်းပြန်ဖြစ်နေတယ်" ဆိုပြီး အပေါ်အောက်ပြောင်းပြန်ဆိုတာ ဘယ်လိုလဲသိရအောင် သူတို့လေးတွေအတွက် သင်ကိုယ်တိုင် လုပ်ပြပါ။

ဤစာအုပ်ကို သင့်ထံ ယူဆောင်လာပါသည်။
Family Reading Partnership

စပွန်ဆာကနေ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။
United Way
United Way of Tompkins County
Impact Partner

(၂) နှစ်ပြည့်အရွယ် ကြီးထွားမယ်

- သူ့ဘာသာသူ တစ်ယောက်တည်း သွားလာလှုပ်ရှားနေတတ်ပါပြီ။
- သင်အနားမှာရှိနေတယ်ဆိုတဲ့စိတ်နဲ့ သူ့ဘာသာသူ လိုက်ပြီး စူးစမ်းလေ့လာနေတတ်ပါပြီ။
- စာအုပ်ထဲမှာပါတဲ့ ရုပ်ပုံကားချပ်လေးတွေက ဘာတွေလဲဆိုတာကို ပြောပြနေတတ်ပါပြီ။
- သူတို့လေးတွေမှာ အကြိုက်ဆုံးစာအုပ်တွေဆိုတာ ရှိနေပါပြီ။

သင်နဲ့ သင့်ရင်သွေး (၂) နှစ်ပြည့်အရွယ် အတူတူကြီးထွားမယ်

⭐ ပျော်ရွှင်ဖွယ် အသက် (၂) နှစ်ပြည့် မွေးနေ့မင်္ဂလာလေးပဲဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအရွယ်လေးတွေဟာ "(၂) နှစ်သားအရွယ် တအားဆိုးတယ်" (Terrible Twos) ဆိုပြီးတော့ သူတို့လေးတွေဟာ တော်တော်များများ အထင်လွဲခံရပါတယ်။ အဲ့ဒီလိုပြောမဲ့အစား "(၂) နှစ်သားအရွယ် အံ့မခန်းဖွယ်" (Terrific Twos) ဆိုပြီး ပြောင်းပြီးတော့ ပြောပေး၊ မြင်ပေးပါ။ ဒီအချိန်ဟာ ရင်သွေးငယ်လေးတွေ သူတို့ကိုယ်သူတို့ ယုံကြည်မှုတွေ ရှိလာစေဖို့အတွက်ကို စပြီး မြေတောင်မြှောက်ပေးဖို့ အကောင်းဆုံးနဲ့ စိတ်လှုပ်ရှားစရာအဖြစ်ဆုံး အချိန်ပဲဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ပြုစုပျိုးထောင်ပေးဖို့အတွက် သူတို့လေးတွေကို စကားပြောပေးတာကပဲ စရတာဖြစ်ပြီး ရေရှည်မှာလည်း အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိပါတယ်။ ဆိုလိုတာကတော့ သင့်ကလေးငယ် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်အကောင်းဖက်ကနေတွေးပြီး မြင်လာတတ်စေဖို့နဲ့ စကားလုံးဝေါဟာရတွေ ကြွယ်ဝလာစေဖို့အတွက်ကို တစ်နေ့တာမှာ သူတို့လေးတွေ ဘာတွေလုပ်နေတတ်သလဲဆိုတာကို သင့်အနေနဲ့ ပြန်ပြီး ပြောပြပေးပါ။

⭐ လမ်းလျှောက်တတ်ခါစအရွယ် ရင်သွေးငယ်တွေဟာ သူတို့လေးတွေပြောချင်တာတွေကို တတွတ်တွတ်နဲ့ ပြောလို့မဆုံးနိုင်အောင်ဖြစ်နေတာကို သင်အနေနဲ့လည်း မြင်တွေ့ရပြီးဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့လေးတွေ ဘာကိုပြောနေတာလဲဆိုတာကိုတော့ သင့်အနေနဲ့ နားလည်ဖို့ ခက်ခဲနေပါလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ နောက်ပိုင်းကျရင် ပြောချင်တာကို ပြောတတ်၊ ပြောရဲ ဖြစ်လာဖို့အတွက် သူတို့လေးတွေ အခုလို တတွတ်တွတ်နဲ့ပြောနေတာဟာ ကောင်းသောလေ့လာသင်ယူမှု တစ်ခုပဲဖြစ်ပါတယ်။ ရိုးရှင်းတဲ့ ရွေးချယ်စရာလေးတွေကို ကလေးငယ်ကို လုပ်ခိုင်းကြည့်ပါ။ ဥပမာ။ ။ အဝတ်အစားဝတ်ပေးတဲ့အခါ အင်္ကျီနှစ်ထည်ထဲက တစ်ထည်ကို ရွေးခိုင်းပါ။ ဒီလိုမျိုးရွေးခိုင်းတဲ့အခါတွေမှာ လုပ်နိုင်တယ်ဆိုတဲ့ခံစားချက်ကို သူတို့လေးတွေရဲ့ စိတ်ထဲမှာခံစားရစေပြီးတော့မှ ကလေးအတွက်ရော၊ လူကြီးအတွက်ပါ နေ့စဉ်လုပ်နေကျအရာတွေအားလုံးကို ချောချောမွေ့မွေ့နဲ့ ပိုပြီး အလုပ်တွင်စေပါတယ်။

⭐ လမ်းလျှောက်တတ်ခါစအရွယ် ကလေးငယ်ရဲ့ ဦးနှောက်ဟာ လျင်မြန်တဲ့နှုန်းနဲ့ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နေတာဖြစ်ပြီးတော့မှ ဒီအရွယ်မှာ စိတ်ခံစားရလွယ်/ စိတ်ထိခိုက်လွယ်ပါတယ်။ ကလေးငယ်ရဲ့ စိတ်ထဲမှာ တစ်ခုခုကို အကြီးအကျယ် စိတ်ခံစားချက်ဖြစ်နေတဲ့အချိန်မှာ စကားပြောဖို့အတွက် သူတို့လေးတွေဟာ ဘာသာစကားအခက်အခဲတွေ့တာမျိုး ရှိတတ်ပါတယ်။ ဒါကို လူကြီးဖြစ်သူတွေက စာနာနားလည်ပေးပြီးတော့ သူတို့လေးတွေကို ကူညီပေးဖို့လိုပါတယ်။ ကလေးငယ်တွေ ကြုံတွေ့ခံစားနေရတာတွေကို မေးမြန်းပြောဆိုပေးတာဟာ သူတို့လေးတွေရဲ့ လူမှုပိုင်းစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနဲ့ ဘာသာစကားစွမ်းရည်တိုးတက်မှုကို အထောက်အပံ့ ဖြစ်စေပါတယ်။

⭐ လမ်းလျှောက်တတ်ခါစ ကလေးငယ်ကို စကားပြောပေးတာ၊ သီချင်းဆိုပြတာ၊ စာဖတ်ပြတာ၊ ကစားပေးတာ စတာတွေကို နေ့တိုင်းလုပ်ပေးပါ။ သင့်ရင်သွေးငယ်ဟာ သင့်အနားက ကွာသွားပြီးဆိုရင် သူတို့လေးတွေရဲ့စိတ်ထဲမှာ အကြီးအကျယ်ခံစားနေရတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ညအိပ်ရာမဝင်ခင်မှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အပြင်မသွားခင်မှာပဲဖြစ်ဖြစ် သူတို့လေးတွေနဲ့အတူတူ စာအုပ်ဖတ်ပြပေးတာ (သို့မဟုတ်) သီချင်းဆိုပြပေးတာတွေကို နှစ်သိမ့်ပေးတဲ့အနေနဲ့ လုပ်ပေးရပါတယ်။

စကားပြောပေး၊ သီချင်းဆိုပေး၊ စာဖတ်ပေး၊ ကစားပေးပါ။

⭐ ကလေးဖတ်စရာ စာအုပ်တွေထဲမှာ ထပ်ခါတလဲလဲနဲ့ ခဏခဏပြောပြထားတဲ့အရာတွေ၊ ကာရံနဘေ ညီတဲ့ ကဗျာလေးတွေနဲ့ အသံသရုပ်ဖော်ထားတဲ့အရာတွေ အများကြီးတွေ့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ စာအုပ်ထဲမှာ အဲဒီလိုမျိုးပါတာတွေအကုန်လုံးကိုလည်း အသက် (၂) နှစ်သားအရွယ် ကလေးငယ်တွေက နှစ်ခြိုက်သဘောကျကြပါတယ်။ သူတို့လေးတွေက အကြိမ်ကြိမ် အခါခါ ဖတ်ပြဖို့ကို ပြောလာရင်လည်း သင့်အနေနဲ့ မငြီးငြင်ဘဲနဲ့ အဲ့ဒါတွေကို ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နဲ့ ဖတ်ပြပါ။

⭐ စာအုပ်ဖတ်ပြနေရင်းနဲ့လည်း သင့်အနေနဲ့ "ဒီဇာတ်ကောင်လေးတွေက ဘာလုပ်နေသလဲလို့ထင်လဲ" ဆိုပြီး ကလေးငယ်တွေဖြေနိုင်ဖို့အတွက် မေးခွန်းတွေဖွင့်မေးတာမျိုး လုပ်ပေးပါ။ ဒီလိုလုပ်ပေးတာဟာ သူတို့လေးတွေအတွက် ဖတ်ပြနေတဲ့ အကြောင်းအရာကို အာရုံစိုက်တတ်လာအောင်နဲ့ သူတို့လေးတွေရဲ့ စိတ်ထဲမှာရှိနေတာလေးတွေကို သူတို့ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကူးညဏ်လေးတွေနဲ့ ပြောတတ်လာစေဖို့အတွက်ပဲဖြစ်ပါတယ်။

⭐ လမ်းလျှောက်တတ်ခါစအရွယ် ကလေးငယ်က စာအုပ်ပါအကြောင်းအရာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး တစ်ခုခု ပြောလာပြီဆိုရင်လည်း သူတို့လေးတွေပြောလာတဲ့အကြောင်းအရာကို ဝါကျစာကြောင်းတွေအနေနဲ့ ပြောတတ်လာအောင် သင့်အနေနဲ့ ကူဖြည့်ပြီး ပြောပေးပါ။ အကယ်၍ ကလေးငယ်က စာအုပ်ထဲမှာပါတဲ့ ကုန်တင်ကား အကြောင်းကိုပြောလာရင် သင့်အနေနဲ့ "ကုန်တင်ကားက သစ်တွေ တင်နေတယ်" ဆိုပြီး ဝါကျစာကြောင်းအပြည့်ဖြစ်အောင် ပြန်ပြောပေးပါ။

⭐ စာကြည့်တိုက်ကနေ ဖတ်ဖို့စာအုပ်အသစ်တွေ သွားယူဖတ်ပါ။ ဒါမှမဟုတ်ဘူးဆိုရင်လည်း The Shops at Ithaca Mall ရဲ့ စားသောက်ဆိုင်တန်းလျှာအနီးမှာရှိတဲ့ Nook မိသားစုစာဖတ်တဲ့နေရာလေးမှာ ခဏဝင်ကြည့်၊ ဝင်ဖတ်တာတွေကိုလည်း လုပ်လို့ရပါတယ်။

နောက်ထပ်စိတ်ကူးအကြံဉာဏ်နဲ့ အခြားအစီအစဉ်တွေကို ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်မှာ ဝင်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။ www.familyreading.org

Books To Grow On

အသက် (၃) နှစ်ပြည့် အရွယ် ရင်သွေးငယ်

ဤစာအုပ်ကို သင့်ထံ ယူဆောင်လာပါသည်။

Family Reading Partnership

စပွန်ဆာကနေ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

United Way

United Way of Tompkins County
Impact Partner

(၃) နှစ်ပြည့်အရွယ် ကြီးထွားမယ်

- စကားလုံးဝေါဟာရတွေ အရမ်းကြွယ်နေပါပြီ။
- အပြင်ကမ္ဘာကြီးကိုလည်း လေ့လာစူးစမ်းဖို့နဲ့ နားလည်လာအောင်လုပ်ဖို့အတွက်ကို စိတ်အားထက်သန်နေပါပြီ။
- ရယ်စရာကောင်းတဲ့ စာအုပ်တွေနဲ့ စိတ်ကူးတွေယဉ်ပြီးဖတ်ရတဲ့ စာအုပ်တွေကို နှစ်သက်သဘောကျနေတတ်ပါပြီ။
- သူတို့လေးတွေ အကြိုက်ဆုံး စာအုပ်တစ်အုပ်ဆိုတာ ရှိနေပါပြီ။ အကုန်လုံးနီးပါးကိုလည်း အလွတ်ရနေတတ်ပြီး သင့်ကိုလည်း နှုတ်တိုက်ပြန်ပြောပြနိုင်ပါပြီ။

သင်နဲ့ သင့်ရင်သွေး (၃) နှစ်ပြည့်အရွယ် အတူတူကြီးထွားမယ်

★ ပျော်ရွှင်ဖွယ် အသက် (၃) နှစ်ပြည့် မွေးနေ့မင်္ဂလာလေးပဲဖြစ်ပါတယ်။ (၃) နှစ်အရွယ် ကလေးငယ်တွေဟာ "ဘာဖြစ်လို့လဲ" ဆိုတဲ့မေးခွန်းကို သင့်ကို ခဏခဏမေးလာပါလိမ့်မယ်။ ဒီလိုမေးလာတဲ့အချိန်တိုင်းဟာ စကားအပြန်အလှန်ပြောကြဖို့အတွက် ကောင်းမွန်တဲ့အချိန်ပဲဖြစ်ပါတယ်။ သင့်ကို မေးလိုက်တဲ့မေးခွန်းတိုင်းကိုလည်း အဖြေတွေအားလုံးသိထားစရာမလိုပါဘူး။ သူတို့လေးတွေကိုရော ဘယ်လိုထင်သလဲလို့ ပြန်မေးပြီးတော့မှ အပြန်အလှန်အနေနဲ့ စကားတွေဆက်ပြောနေလို့ရပါတယ်။

★ အသက် (၃) နှစ်ပြည့်အရွယ် ကလေးငယ်ရဲ့ စကားလုံးဝေါဟာရတွေဟာ အလျင်အမြန်နဲ့တိုးပွားလာနေပါပြီ။ ပြီးတော့ သူတို့လေးတွေ သိထားပြီးသား၊ မြင်တွေ့ဖူးပြီးသား အရာဝတ္ထုပစ္စည်းတွေကို ပြောပြလိုတဲ့အခါမှာလည်း အဲ့ဒီပစ္စည်းရဲ့ အခြေအနေနဲ့ပုံသဏ္ဍာန်ကို ဖော်ပြတဲ့အခါ သုံးရတဲ့စကားလုံးလေးတွေကိုလည်း စပြီးတော့မှ သုံးနှုန်းပြောဆိုလာတတ်နေပါပြီ။ အိမ်မှာနေတဲ့အခါ "I Spy" ဆိုတဲ့ ခန့်မှန်းတမ်း ကစားကြည့်ပါ။ သင့်ကလေးငယ်မြင်နေရတဲ့ ပစ္စည်းတစ်ခုခုကို ကောက်ကိုင်ပြီး အဲ့ဒီပစ္စည်းရဲ့ပုံသဏ္ဍာန်ကိုဖြစ်စေ၊ အရောင်ကိုဖြစ်စေ သူတို့လေးတွေကို သဲလွန်စပေးပြီး ခန့်မှန်းခိုင်းကြည့်ပါ။ အကယ်၍ သင်တို့ဟာ မနက်စာကို ပန်ကိတ် စားနေတယ်ဆိုရင် "အခု မြင်နေရတဲ့အရာက ဝိုင်းဝိုင်းလေးနဲ့ ညိုညိုလေးမြင်နေရတယ်" ဆိုပြီး သင့်အနေနဲ့ ပြောပေးပြီးတော့မှ သူတို့လေးတွေကို အဲ့ဒီအရာက ဘာလဲဆိုတာကို ခန့်မှန်းခိုင်းကြည့်ပါ။

★ ရင်သွေးငယ်လေးတွေ ဝေါဟာရကြွယ်ဝဖို့အတွက် ကလေးချေ့တေးကဗျာတွေကို ဆိုပြလို့ရပါတယ်။ သူတို့လေးတွေ အဲ့ဒီသားချေ့တေးကဗျာတွေရဲ့ ကာရံနဘေကို ကြားဖူးသွားပြီ၊ မှတ်မိသွားပြီဆိုရင်တော့ သင့်အနေနဲ့ ကဗျာတစ်ကြောင်း ဆိုပြလို့ပြီးခါနီးမှာ ခဏစောင့်ပေးပြီးတော့ သူတို့လေးတွေ ကဗျာအဆုံးသတ်ကို ဆက်ဆိုနိုင်ဖို့အတွက် ခဏရပ်ပေးလိုက်ပါ။

★ ဖတ်စရာစာအုပ်နဲ့ ရေးဆွဲစရာတွေကို ကလေးငယ် သူ့ဘာသူ ယူသုံးလို့ရနိုင်အောင် ဖယောင်းရောင်စုံတွေနဲ့ စာရွက်တွေကို လက်လှမ်းမီတဲ့နေရာတွေမှာ ချထားပေးပါ။

စကားပြောပေး၊ သီချင်းဆိုပေး၊ စာဖတ်ပေး၊ ကစားပေးပါ။

★ ပြင်ပလောက ဘာသာဝတရားကြီးမှာ တစ်နှစ်ပတ်လုံး မော်ဆန်တဲ့ အလှတွေနဲ့ ပြည့်နက်နေပါတယ်။ အပြင်ကို အတူတူ အလည်အပတ်ထွက်ကြပါ။ ပန်းသီးခြံကို သွားလည်တာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ Tompkins County မှာရှိတဲ့ Family Reading Partnership ကနေ လုပ်ပေးထားတဲ့ ပုံပြင်များနဲ့လမ်းလျှောက်စကြံ (Story Walks) တွေထဲက တစ်ခုခုကို သွားလည်တာမျိုးဖြစ်ဖြစ်ပေါ့။

★ ချက်ပြုတ်ခြင်းနဲ့လည်း စာဖတ်ခြင်းကို လေ့ကျင့်လို့ရပါတယ်။ အဲ့ဒီမှာ ချက်ပုံချက်နည်း ရေးပြထားတာကို လိုက်ဖတ်ပြီး၊ ပါဝင်ပစ္စည်းတွေကို အချိုးအစားဘယ်လိုထည့်ရမယ်ဆိုတဲ့ အဆင့်ဆင့်ညွှန်ပြထားတာတွေကို လိုက်နာတတ်အောင်လို့လဲ လေ့ကျင့်ပေးလို့ရပါတယ်။ ဒီလိုချက်ပြုတ်တာကို အတူတူ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်လိုက်လုပ်ကြည့်ပါ။ ဥပမာ။ ။ ပန်းသီးဆော့စ် လိုဟာမျိုးတွေကို အတူတူလုပ်စားကြည့်ပေါ့။

★ စိတ်ကူးယဉ်ပြီး ပျော်ရတဲ့အရသာကို စာဖတ်ခြင်းက ပေးစွမ်းနိုင်ပါတယ်။ သင့်ရင်သွေးငယ်အတွက် သူတို့ကိုယ်ပိုင်စာအုပ်တစ်အုပ် လုပ်ဖို့ကူညီပေးပါ။ လိုအပ်တာတွေကတော့ စာရွက်တွေ၊ ဖယောင်းရောင်စုံနဲ့ ရောင်စုံခဲတံတွေပဲလိုတာပါ။ ကလေးငယ်ကို ပုံဆွဲစေပြီး စာလုံးတွေကို ရေးစမ်းကြည့်စေပါ (သို့မဟုတ်) သူတို့လေးတွေပြောပြတဲ့စာလုံးကို သင်က ရေးပေးပါ။

နဓာက်ထပ်စိတ်ကူးအကံဉာဏ်နဲ့ အခဖြ်းအစီအစဥ်တွကေို ကျွန်ပ်ုတို့ရဲ့ ဝက် ဘ်ဆိုဒ်မှာ ဝင်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။ www.familyreading.org

အသက် (၄) နှစ်ပြည့်
အရွယ် ရင်သွေးငယ်

Books To Grow On

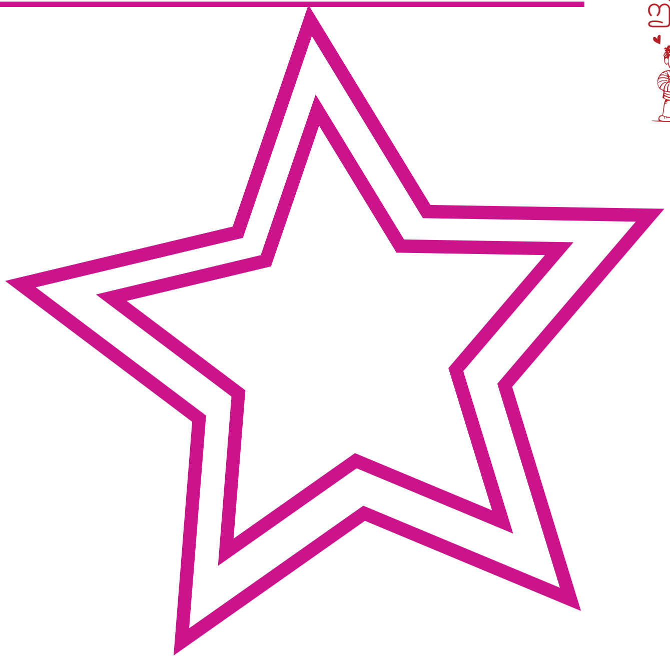
ဤစာအုပ်ကို သင့်ထံ ယူဆောင်လာပါသည်။

Family Reading Partnership

စပွန်ဆာကနေ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

United Way

United Way of Tompkins County
Impact Partner



(၄) နှစ်ပြည့်အရွယ် ကြီးထွားမယ်

- စာရေးတတ်၊ ဖတ်တတ်နေလောက်ပါပြီ။ အထူးသဖြင့် သူတို့လေးတွေအတွက် အဓိပ္ပါယ်ရှိတဲ့စကားလုံးတွေဖြစ်တဲ့ ကိုယ့်နာမည်ကို ရေးတတ်၊ ဖတ်တတ်နေပါပြီ။
- သူတို့လေးတွေ ကြားဖူးတဲ့ ပုံပြင်တွေကို ပြန်ပြောပြနေတတ်ပါပြီ။
- စာလုံးတစ်ချို့ကို မြင်ရင်သိနေတတ်ပြီးတော့ အဲ့ဒီစာလုံးရဲ့အသံကို ထွက်တတ်နေပါပြီ။
- စာရေးထားတဲ့အရာတွေကိုမြင်ရင် ရေးထားတဲ့စာတွေက အဓိပ္ပါယ်ရှိမှန်း နားလည်နေပါပြီ။

သင်နဲ့ သင့်ရင်သွေး (၄) နှစ်ပြည့်အရွယ် အတူတူကြီးထွားမယ်

ပျော်ရွှင်ဖွယ် အသက် (၄) နှစ်ပြည့် မွေးနေ့မင်္ဂလာလေးပဲဖြစ်ပါတယ်။ (၄) နှစ်အရွယ် ကလေးငယ်တွေဟာ ဘာသာစကားဆိုတဲ့အရာဟာ နေရာတိုင်းမှာရှိနေတယ်ဆိုတာကို သိသွားပါပြီ။ ဘယ်ကိုပဲသွားသွား လမ်းညွှန်ဆိုင်းဘုတ်တွေပဲဖြစ်ဖြစ်၊ စျေးကုန်တိုက်တွေမှာပဲဖြစ်ဖြစ် စတဲ့နေရာတွေမှာ ရေးထားတဲ့စာတွေကို မြင်ရင် သိချင်နေတတ်တဲ့သူတို့လေးတွေကို ကူညီပေးပါ။

အသက် (၄) နှစ်အရွယ် ရင်သွေးငယ်နဲ့အတူ စာဖတ်တဲ့အခါ သူတို့လေးတွေကို အရင်ဆုံးဖတ်စေပါ။ သင့်အနေနဲ့ "ကဲ...ဘယ်ကနေ စဖတ်မလဲ" ဆိုပြီးတော့ အစပျိုးပေးပါ။ စာဖတ်နေရင်းနဲ့ မကြာမကြာ ဖတ်နေတာကိုရပ်ပြီး ဘာဆက်ဖြစ်လာမလဲဆိုတာကို သူတို့လေးတွေကို မေးပေးပါ။

ဒီအသက်အရွယ်လေးတွေအတွက် ပုံပြင်တွေပြောပြတာဟာ စာတတ်မြောက်ရေးအတွက် ကောင်းမွန်တဲ့လုပ်ရပ်တစ်ခုပဲဖြစ်ပါတယ်။ စာအုပ်ထဲမှာပါတဲ့ အကြောင်းအရာအတိုင်း အပြင်မှာ လိုက်ပြီး သရုပ်ဆောင်ပြပါ (သို့မဟုတ်) သင်မနေ့က တစ်နေ့တာမှာ ဘာတွေလုပ်ခဲ့သလဲဆိုတာကို ညအိပ်ရာမဝင်ခင် ပုံပြင်အနေနဲ့လည်းပြောပြလို့ရပါတယ်။ ဒါတွေကို နေ့စဉ်ပုံမှန်လုပ်ပေးပါ။

စကားပြောပေးတာ၊ သီချင်းဆိုပြတာ၊ စာဖတ်ပြတာနဲ့ ကစားပေးတာ စတာတွေကို နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ပုံမှန်လေးလုပ်နေပေးပါ။ ကလေးဖတ်စရာစာအုပ်နဲ့ စာရေးဖို့အတွက် လိုအပ်တဲ့ပစ္စည်းတွေကို သူတို့လေးတွေ လက်လှမ်းမီနိုင်တဲ့နေရာတွေမှာ ချထားပေးပါ။ စာရေး၊ စာဖတ်တာနဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့မှ သူတို့လေးတွေ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုရှိလာစေဖို့အတွက် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းကတော့ ဒီလိုအရေးအဖတ်လုပ်တဲ့အခါ ပျော်စရာကောင်းအောင် လုပ်ပေးတာပဲဖြစ်ပါတယ်။

စကားပြောပေး၊ သီချင်းဆိုပေး၊ စာဖတ်ပေး၊ ကစားပေးပါ။

အသက် (၄) နှစ်အရွယ် ရင်သွေးငယ်ကို မွေးကင်းစကတည်းက ဒီနေ့ဒီအချိန်အထိ ဘယ်လိုဘယ်ပုံကြီးပြင်းလာခဲ့တယ်ဆိုတာကို ပြန်ပြီး ပြောပြပေးပါ။ အရင်တုန်းကရိုက်ထားတဲ့ ဓါတ်ပုံတွေကိုယူပြပြီး ဘာတွေဖြစ်ခဲ့သလဲဆိုတာကို ပြန်ပြောပြပေးပါ။ ကလေးငယ်ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ပုံစံအတိုင်းကို စာရွက်ပေါ်မှာ ကိုယ်ရဲ့နံဘေးပတ်ပတ်လည်ကနေပြီး လိုက်တိုင်းချရေးဆွဲပါ။ ဒီလိုလုပ်ပေးတာဟာ သူတို့လေးတွေ ဘယ်လောက်တောင် ကြီးထွားလာခဲ့ပြီလဲ ဆိုတာကို ပြောပြပေးရင်း ပျော်စရာကောင်းတဲ့ လုပ်ရပ်တစ်ခုပဲဖြစ်ပါတယ်။

လူကြီးဖြစ်သူတွေဟာ ကလေးငယ်လေးတွေ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက်မတူကြပုံကို ပြောဆိုဆွေးနွေးတာမျိုးတွေ လုပ်လေ့လုပ်ထ မရှိကြပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ကလေးငယ်လေးတွေဟာ ဒီအကြောင်းအရာတွေကို သဘောပေါက်နားလည်နေတတ်ပါပြီ။ ဒါကြောင့် သူတို့လေးတွေကို ကလေးတစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက်မှာ ကြီးထွားပုံမတူကြကြောင်း၊ အဲ့ဒီလို မတူကြပေမဲ့လည်း အကုန်လုံးကို တန်းတူညီတူနဲ့မခွဲခြားပဲ နားလည်လက်ခံပြီး ပြောဆိုဆက်ဆံတတ်ဖို့ကို သင်ပြပေးဖို့အတွက် ဒီအရွယ်ဟာ အသင့်တော်ဆုံး အရွယ်ပဲဖြစ်ပါတယ်။

ကာရံညီတဲ့ကဗျာတွေကို ရွတ်ဆိုပေးခြင်းဟာ ကလေးငယ်တွေအတွက် ဘာသာစကားမှာရှိတဲ့ အသံနေအသံထားတွေကို သတိထားမိစေဖို့ အထောက်အကူဖြစ်စေပါတယ်။ စာဖတ်ပြတဲ့အခါ စာအုပ်ထဲမှာပါတဲ့ ကာရံနဘောတွေအပြင် သင့်အနေနဲ့ စဉ်းစားလို့ရတဲ့ အခြားကာရံညီတဲ့ စကားလုံးလေးတွေကိုလည်း ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နဲ့ ရွတ်ဆိုပြောပြပေးပါ။

နောက်ထပ်စိတ်ကူးအကြံဉာဏ်နဲ့ အခြားအစီအစဉ်တွေကို ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်မှာ ဝင်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။ www.familyreading.org

Family Reading Partnership

ချစ်ခင်ရပါသော မိသားစုများတို့

သင့်ရင်သွေးငယ်လေး မူကြိုကျောင်းစတက်တာကို ဝမ်းသာဂုဏ်ယူမိပါတယ်။ Family Reading Partnership ကနေပြီး သင့်ကလေးငယ်ရဲ့ပညာရေးခရီးစဉ်အစကို စာအုပ်လက်ဆောင်လေးနဲ့ ဂုဏ်ပြုပေးချင်ပါတယ်။ သင့်မိသားစုအနေနဲ့ အခုလို ဘဝတစ်သက်တာအတွက် အရေးပါတဲ့ခရီးစဉ်ကို အစပြုလာရင်းနဲ့ တစ်ပြိုက်နက်တည်းမှာပဲ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ ဝန်ဆောင်မှုတွေကိုလည်း ဆက်ပြီးတော့အသုံးပြုပေးဖို့ကို တိုက်တွန်းလိုပါတယ်။ ကိုယ့်မိသားစုလေးထဲမှာပဲဖြစ်စေ၊ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ပတ်ဝန်းကျင်အသိုင်းအဝိုင်းထဲမှာပဲဖြစ်စေ စာအုပ်စာပေတွေကို ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နဲ့ မပျက်ဆက်လက် ဖတ်ရှုမွေ့လျော်နိုင်ဖို့အတွက်ကိုလည်း နှိုးဆော်တိုက်တွန်းပေးလိုက်ရပါတယ်။

Story Walks

Tompkins County အတွင်းမှာရှိတဲ့ Story Walks (၇) ခုထဲက တစ်ခုခုကို အလည်သွားပြီးတော့ အဲ့ဒီမှာ ပြထားပေးတဲ့ ပုံပြင်လေးတွေကို သွားရှာပြီး ဖတ်ကြည့်တာမျိုးတွေကို လုပ်လို့ရပါတယ်။ တည်နေရာပြမြေပုံကို ဝက်ဘ်ဆိုဒ်မှာ ဝင်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။

Bright Red Bookshelves

Tompkins County အတွင်းမှာရှိတဲ့ စာအုပ်စင်တွေထဲကနေ တစ်ပတ်နွမ်း ရင်သွေးငယ်ဖတ်စရာ စာအုပ်တွေကိုလည်း အိမ်ယူသွားပြီးတော့ ဖတ်နိုင်ပါတယ်။ တည်နေရာပြမြေပုံကို ဝက်ဘ်ဆိုဒ်မှာ ဝင်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။

သင့်ရင်သွေးငယ်နဲ့အတူ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် အချိန်ကုန်ချင်တဲ့နည်းလမ်းလေးတွေကို ရှာနေတယ်ဆိုရင်တော့ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ဝက်ဘ်ဆိုဒ်ကို Follow လုပ်ထားပေးပါ။ www.familyreading.org

www.familyreading.org

Connecting families with young children to the joy of books and read-aloud experiences to expand their horizons.

စာအုပ်တွချေည်းပဲ ဖတ်ရမယ်မဟုတ်ပါဘူး။

အောက်ဖော်ပြပါအချက်တွေဟာ ကလေးငယ်တွေကို အပြင်မှာ ပေးကစားရင်းနဲ့ သူတို့လေးတွေရဲ့စာတတ်မြောက်မှုအပိုင်းကို အထောက်အပံ့ဖြစ်စေတဲ့အချက်လေးတွေပဲဖြစ်ပါတယ်။

-ကလေးငယ်တွေကို အပြင်မှာဆော့ကစားစေခြင်းဟာ သူတို့လေးတွေရဲ့အာရုံစူးစိုက်နိုင်စွမ်းကို အထောက်အကူပြုတယ်ဆိုတာကို သင်သိပါသလား။ အပြင်မှာဆော့ကစားစေခြင်းဟာ ပျော်ဖို့အတွက်ပဲသက်သက်မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီလိုကစားပေးတာဟာ သူတို့လေးတွေရဲ့အာရုံထိတွေ့သိမြင်ခံစားနိုင်တဲ့ ဦးနှောက်ဖွံ့ဖြိုးမှုအပိုင်းကိုလည်း တိုးတက်စေပါတယ်။

- ကလေးငယ်တွေဟာ ဘားတန်းခုန်ကူးတာ (monkey bars) သို့မဟုတ် သစ်ပင်ပေါ်တက်တာတွေလိုမျိုး ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးပါအောင်ကို လှုပ်ရှားပေးရတဲ့အခါမျိုးတွေမှာဆိုရင် လက်နဲ့လက်ကောက်ဝတ်မှာရှိတဲ့ ကြွက်သားအငယ်လေးတွေ ဖွံ့ဖြိုးလာဖို့အတွက် အခြေခံဖြစ်တဲ့ သူတို့လေးတွေရဲ့ကြွက်သားအကြီးတွေကို သုံးကြရပါတယ်။ အဲ့ဒီကြွက်သားငယ်လေးတွေဟာ သူတို့လေးတွေနောက်ပိုင်းကျရင် ခဲတံ၊ ဘောပင်နဲ့ ကီးဘုတ်ကိုင်နိုင်ဖို့အတွက် လိုအပ်တဲ့ ကြွက်သားငယ်တွေပဲဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် ကလေးငယ်တွေ အပြင်ထွက်ကစားတာဟာ သူတို့လေးတွေ စာရေးနိုင်ဖို့အတွက် အထောက်အကူပြုမဲ့ ကြွက်သားတွေကို အမှန်တကယ်ပဲ ဖွံ့ဖြိုးစေပါတယ်။

- အပြင်မှာဆော့ကစားဖို့လုပ်ပေးတာဟာ စကားပြောတတ်ဖို့နဲ့ ဘာသာစကားသင်ယူဖို့အတွက် အခွင့်အရေး အလားအလာအများကြီးဖြစ်စေပါတယ်။ သင့်ရင်သွေးငယ်ရဲ့ဘာသာစကားတိုးတက်မှုကို သင်ဟာ သူတို့လေးတွေနဲ့အပြင်မှာ အတူတူရှိနေတဲ့အခါ ကလေးငယ်လေးတွေ ဘာတွေလုပ်နေသလဲဆိုတာကို သင့်အနေနဲ့ ပြောဆိုပေးခြင်းအားဖြင့် ကူညီပံ့ပိုးပေးနိုင်ပါတယ်။ ဥပမာ။ ။ သူတို့လေးတွေ အမြင့်ခုန်နေတာမျိုး၊ အမြန်ပြေးနေတာမျိုး (သို့မဟုတ်) ပိုးကောင်းလေးကို အသာအယာထိကြည့်နေတာမျိုး စတာတွေကိုလုပ်နေတဲ့အချိန်မှာ သင်ပြောလိုက်တဲ့ စကားလုံးအသုံးအနှုန်းဟာ သူတို့လေးတွေအနေနဲ့ မျက်မြင်လက်တွေ့သင်ယူနေရတဲ့ ဝေါဟာရတွေအဖြစ် တမ်းတမ်းစွဲမှတ်မိနေမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အခုလိုမျိုး လက်တွေ့ကျကျ သင်ယူသွားနိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် သင်ပြောပြလိုက်တဲ့ စကားလုံးရဲ့အနက်အဓိပ္ပါယ်ကိုလည်း ပိုနားလည်ပြီးတော ရေရှည်လည်းမှတ်မိနေနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

- သူတို့လေးတွေအပြင်မှာ ဆော့ကစားနေတဲ့အခါ သင်နဲ့ကလေးငယ် နှစ်ယောက်အတူတူသဘာဝပတ်ဝန်းကျင်အကြောင်းတွေကိုလည်း ပြောပြလို့ရပါတယ်။ ဥပမာ။ ။ “လေတွေတိုက်နေတယ်နော်” (သို့မဟုတ်) “ရွှံ့ဗွက်က ပျော့စိစိ ပျစ်ချွဲချွဲနဲ့နော်” စသဖြင့်ပေါ့။ သင့်ကလေးငယ် ဘာတွေသတိထားမိသလဲ၊ ဘာတွေခံစားနေရသလဲ ဆိုတာတွေကို မေးပေးပါ။ သင့်ရင်သွေးငယ်ဟာ ပြင်ပလောကနဲ့ထိတွေ့ရတဲ့အခါ အိမ်ထဲမှာနေတာထက်စာရင် ဘာသာစကားသင်ယူမှုအပိုင်းမှာ တိုးတက်လာစေနိုင်ပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ အပြင်မှာရှိတဲ့ သဘာဝတရားဟာ အမြဲတမ်းပြောင်းလဲနေလို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ပြင်ပလောက သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကနေပြီးတော့ သူတို့လေးတွေအတွက် လှုပ်ရှားမှုတွေ၊ စူးစမ်းလေ့လာမှုတွေ၊ ထိတွေ့မြင်ကြား အာရုံခံနိုင်မှုတွေ၊ စိန်ခေါ်မှုတွေ၊ ခံစားချက်တွေနဲ့ စိတ်ကူးစိတ်သန်းတွေ စတာတွေကို အလားအလာအများကြီးနဲ့ ပေးစွမ်းနိုင်တာကြောင့်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

- မူကြိုကျောင်းစတက်တဲ့ချိန်ဟာ တကယ့်ကို အပြောင်းအလဲအကြီးကြီးဖြစ်တဲ့ အချိန်ပါပဲ။ သင့်ကလေးငယ်အနေနဲ့ မူကြိုကျောင်းသွားတက်ရတာနဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့မှ ခံစားချက်တွေအမျိုးမျိုးနဲ့ အများကြီးရှိနေနိုင်ပါလိမ့်မယ်။ ဒါတွေကို ပြေလျော့စေဖို့အတွက် သူတို့လေးတွေ နေ့စဉ်လုပ်နေကျအရာတွေကို အမြဲတမ်း အချိန်မှန်မှန်နဲ့ လုပ်စရာရှိတာတွေကို လုပ်စေတာမျိုးနဲ့ သူတို့လေးတွေခံစားနေရတာတွေကို နားထောင်ပေးတာမျိုး သင့်အနေနဲ့ လုပ်ပေးလို့ရပါတယ်။ အပြင်ထွက်ကစားတာဟာ သင့်ကလေးငယ်အတွက် အပန်းပြေစေပြီးတော့ ကလေးပီပီ ပျော်ရွှင်မှုကို အရိုးရှင်းဆုံးနည်းနဲ့ ခံစားနိုင်စေဖို့အတွက် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းပဲဖြစ်ပါတယ်။ ရင်သွေးငယ်လေးတွေအနေနဲ့ စိုးရိမ်ပူပန်စရာတွေဖြစ်နေတဲ့အခါမျိုးတွေမှာ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားတာ၊ လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်တာနဲ့ သူတို့လေးတွေရဲ့ခန္ဓာကိုယ်မှာဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ခံစားချက်တွေကို သူတို့ကိုယ်တိုင်သတိထားမိခြင်းဟာ ကလေးငယ်လေးတွေကို သက်တော့သက်သာရှိစေပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် သင့်အနေနဲ့ သူတို့လေးတွေကို အပြင်ခေါ်သွားပြီး လမ်းထွက်လျှောက်တာ၊ စကားပြောပေးတာ၊ ဆော့ကစားပေးတာမျိုးတွေကို လုပ်ပေးပြီး ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နဲ့ အချိန်ကုန်ဆုံးစေဖို့အတွက်ကို တိုက်တွန်းလိုက်ရပါတယ်။