

ဒီမောရစ် လူထုစာသင်ကျောင်း၏ မိဘများနှင့် လူမှုအဖွဲ့ အစည်းဝင်များ၊

ဆယ်ကျော်သက်လူငယ်များအတွက် ကျောင်းချိန်ကို နောက်ကျ၍စခြင်းသည် အိပ်ရေး ပိုဝစေကြောင်း၊ ကျန်းမာရေး ပိုကောင်းစေကြောင်း၊ ပညာရေး၌ တိုးတက်မှုရှိစေကြောင်းနှင့် ကျောင်းတက်ရောက်မှု ရာခိုင်နှုန်းပိုတိုးလာကြောင်း လေ့လာတွေ့ ရှိရသည်။ ထို့ နည်းတူပင် မူလတန်းအရွယ် ကျောင်းသူကျောင်းသားများသည် သူတို့ သဘာဝအိပ်ရာ နိုးထချိန်နှင့်နီးစပ်သည့် မနက်စောစောအချိန်တွင် ကျောင်းစတင်ခြင်းသည် သူတို့ အတွက် အကျိုးရှိစေသည်။

ကလေးလူငယ်များဆိုင်ရာ အမေရိကန် ပညာရေးအဖွဲ့ (American Academy of Pediatrics) ၏ အကြံပြုချက်နှင့်အညီ ဒီမောရစ် လူထုစာသင်ကျောင်း (Des Moines Public Schools) သည် ကျောင်းသားများအတွက် ကျောင်းစချိန်နှင့် ပြီးချိန်ကို အပြောင်းအလဲပြုလုပ်ရန် ဆင်ခြင်သုံးသပ်လျက်ရှိသည်။

- အလယ်နှင့် အထက်တန်းကျောင်းသားများသည် မနက် ၈:၃၀ ထက်မစောဘဲ ကျောင်းစ၍ ညနေ ၃:၃၀ ခန့် လောက်တွင် ကျောင်းပြီးပါမည်။
- မူလတန်းကျောင်းသားများသည် မနက် ၇:၅၀ တွင် ကျောင်းစပြီး ညနေ ၂:၄၅ တွင် ကျောင်းပြီးပါမည်။
- စမောက်စ် (Smouse)၊ ရူဘီ ဗင် မီတာ (Ruby Van Meter)၊ ခရိုင်တစ်ဝန်း အစီအစဉ် (District Wide Programs) နှင့် အစောပိုင်းကလေးဘဝအတွက် အထူးပညာရေးအစီအစဉ် (Early Childhood Special Education) များသည် မနက် ၉:၁၅ တွင် ကျောင်းစပြီး ညနေ ၄:၁၀ တွင် ကျောင်းပြီးပါမည်။

ဒီမောရစ် လူထုစာသင်ကျောင်းသည် အဆိုပါ အကြံပြုထားသည့်ပြောင်းလဲမှုများအတွက် လူထုထံမှ ထင်မြင်ချက်များကို တောင်းခံလိုပါသည်။ ၁၀ မိနစ်ခန့် သာကြာမည်ဖြစ်သည့် အောက်ပါ လေ့လာစမ်းစစ်ချက်ကို ကျေးဇူးပြု၍ ဖြည့်စွက်ပေးပါ။ သင်၏တုံ့ ပြန်အကြံပေးချက်သည် အဆုံးအဖြတ်ပေးရမည့် ဤအစီအစဉ်အတွက် အရေးကြီးသည့်အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

1. သင်၏ကျောင်းသား (များ)သည် အောက်ပါဖော်ပြပါ မည်သည့်အုပ်စုတွင်ပါဝင်သနည်း။
သက်ဆိုင်သည့်အုပ်စုအားလုံးကို ရွေးချယ်ပေးပါ

- မူလတန်းကျောင်းသား
- အလယ်တန်းကျောင်းသား
- အထက်တန်းကျောင်းသား
- ဒီမောရစ် လူထုကျောင်းများတွင် ကျောင်းသားများ ကျောင်းအပ်ထားခြင်းမရှိပါ

2. ကျောင်းသားများ၏ အချိန်ဇယားနှင့်ပတ်သက်၍ စဉ်းစားသုံးသပ်သည့်အခါ အောက်ပါအချက်များ၏ ဦးစားပေးအရေးကြီးမှုကို ၁ မှ ၆ အထိ အမှတ်များဖြင့် ကျေးဇူးပြု၍ ဖော်ပြပေးပါ။ ၁ က အလွန်အရေးကြီးသည်၊ ၆ က လုံးဝအရေးမကြီးဟု ဆိုလိုသည်။

- ___ ကျောင်းသား၏အိပ်ရေးနှင့် အထွေထွေကျန်းမာရေး
- ___ ကျောင်းသား၏ပညာရေးလုပ်ဆောင်ချက်
- ___ ကျောင်းမစမီနှင့် ကျောင်းပြီးနောက်ပိုင်း ကြည့်ရှုထိန်းသိမ်းရမှု
- ___ ကျွန်ုပ်၏အလုပ်ချိန်
- ___ ဘတ်စ်ကားမဟုတ်သော အခြားသယ်ယူပို့ဆောင်ရေး ရရှိနိုင်မှု
- ___ ကျောင်းပြီးနောက်နှင့် အခြားအပိုလုပ်ဆောင်မှုများနှင့် အချိန်ကိုက်ညီမှု

3. ကျောင်းစချိန်ပြောင်းလဲခြင်းသည် သင်နှင့် သင့်မိသားစုအပေါ် မည်သည့်အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိလိမ့်မည်နည်း။

- အလွန်ကောင်းသည့် အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိမည်
- ကောင်းသည့် အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိမည်
- အကျိုးသက်ရောက်မှု မရှိပါ
- မကောင်းသည့် အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိမည်
- အလွန်မကောင်းသည့် အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိမည်

4. ကျေးဇူးပြု၍ အောက်ပါဖော်ပြချက်များကို ဖတ်ရှုပြီး မည်သည့်အတိုင်းအတာအထိ သင်သဘောတူကြောင်း သို့မဟုတ် သဘောမတူကြောင်း ရွေးချယ်ပေးပါ။

ကျောင်းစခန်းကို ပြောင်းလဲခြင်းသည် ကျောင်းသားများအတွက် ပိုမိုကောင်းမွန်သည့် အိပ်ချိန်ကို ရရှိစေပါမည်	လုံးဝသဘောမတူပါ	သဘောမတူပါ	ထင်မြင်ချက်ပေးစရာမရှိပါ	သဘောတူပါသည်	လုံးဝသဘောတူသည်
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ကျောင်းစခန်းကို ပြောင်းလဲခြင်းသည် ကျောင်းနောက်ကျမှနှင့် ကျောင်းပျက်ကွက်မှုများကို လျော့နည်းစေမည်	လုံးဝသဘောမတူပါ	သဘောမတူပါ	ထင်မြင်ချက်ပေးစရာမရှိပါ	သဘောတူပါသည်	လုံးဝသဘောတူသည်
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ကျောင်းစခန်းကို ပြောင်းလဲခြင်းသည် ပညာရေးလုပ်ဆောင်မှုများတွင် တိုးတက်မှုရှိစေမည်။ အထူးသဖြင့် မနက်ပိုင်းအချိန်များတွင် ဖြစ်သည်	လုံးဝသဘောမတူပါ	သဘောမတူပါ	ထင်မြင်ချက်ပေးစရာမရှိပါ	သဘောတူပါသည်	လုံးဝသဘောတူသည်
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ကျောင်းစခန်းကို ပြောင်းလဲခြင်းသည် အထက်တန်းကျောင်းသားများအတွက် မူးဝေ၍ ကားမောင်းခြင်းအန္တရာယ်ကို လျော့နည်းစေမည်	လုံးဝသဘောမတူပါ	သဘောမတူပါ	ထင်မြင်ချက်ပေးစရာမရှိပါ	သဘောတူပါသည်	လုံးဝသဘောတူသည်
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ကျောင်းစခန်းကို ပြောင်းလဲခြင်းသည် ကျောင်းသား၏ကျန်းမာသုခရေးရာများတွင် တိုးတက်မှုရှိစေမည်	လုံးဝသဘောမတူပါ	သဘောမတူပါ	ထင်မြင်ချက်ပေးစရာမရှိပါ	သဘောတူပါသည်	လုံးဝသဘောတူသည်
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ကျောင်းစခန်းကို ပြောင်းလဲခြင်းသည် ကျောင်းသားများအတွက် ကျောင်းပြီးနောက် အလုပ်တစ်ခုရရှိဖို့ အတားအဆီးဖြစ်စေပါလိမ့်မည်	လုံးဝသဘောမတူပါ	သဘောမတူပါ	ထင်မြင်ချက်ပေးစရာမရှိပါ	သဘောတူပါသည်	လုံးဝသဘောတူသည်
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ကျောင်းစခန်းကို ပြောင်းလဲခြင်းသည် ကျွန်ုပ်၏ကျောင်းသား(များ) အတွက် ကလေးထိန်းပြဿနာ ဖြစ်စေပါလိမ့်မည်	လုံးဝသဘောမတူပါ	သဘောမတူပါ	ထင်မြင်ချက်ပေးစရာမရှိပါ	သဘောတူပါသည်	လုံးဝသဘောတူသည်
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ကျောင်းစခန်းကို ပြောင်းလဲခြင်းသည် ကျောင်းသားများအတွက် ကျောင်းပြီးနောက် လုပ်ဆောင်စရာများတွင် ပါဝင်ရန် အတားအဆီးဖြစ်စေပါလိမ့်မည်	လုံးဝသဘောမတူပါ	သဘောမတူပါ	ထင်မြင်ချက်ပေးစရာမရှိပါ	သဘောတူပါသည်	လုံးဝသဘောတူသည်
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

5. ကျောင်းစခန်းကို ပြောင်းလဲမှုနှင့်ပတ်သက်၍ သင့်တွင် ထပ်ဆင့်မှတ်ချက်ပေးစရာ သို့မဟုတ် စိုးရိမ်ပူပန်မှုများ ရှိပါသလား။
