ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ
ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန

# လူမှုရေး
# ပထမတန်း

၂၀၁၇-၂၀၁၈

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ
ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန

# လူမှုရေး
## ပထမတန်း

၂၀၁၇–၂၀၁၈

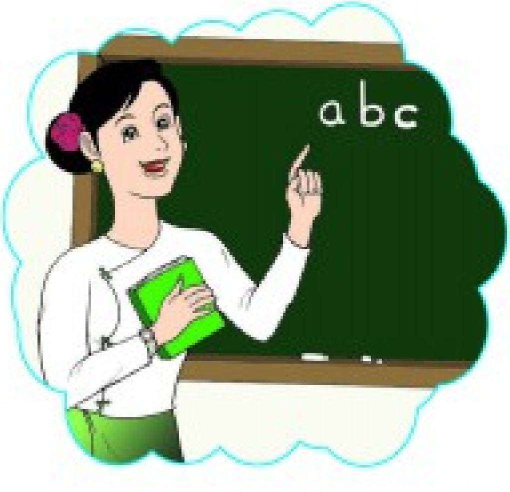
# မာတိကာ

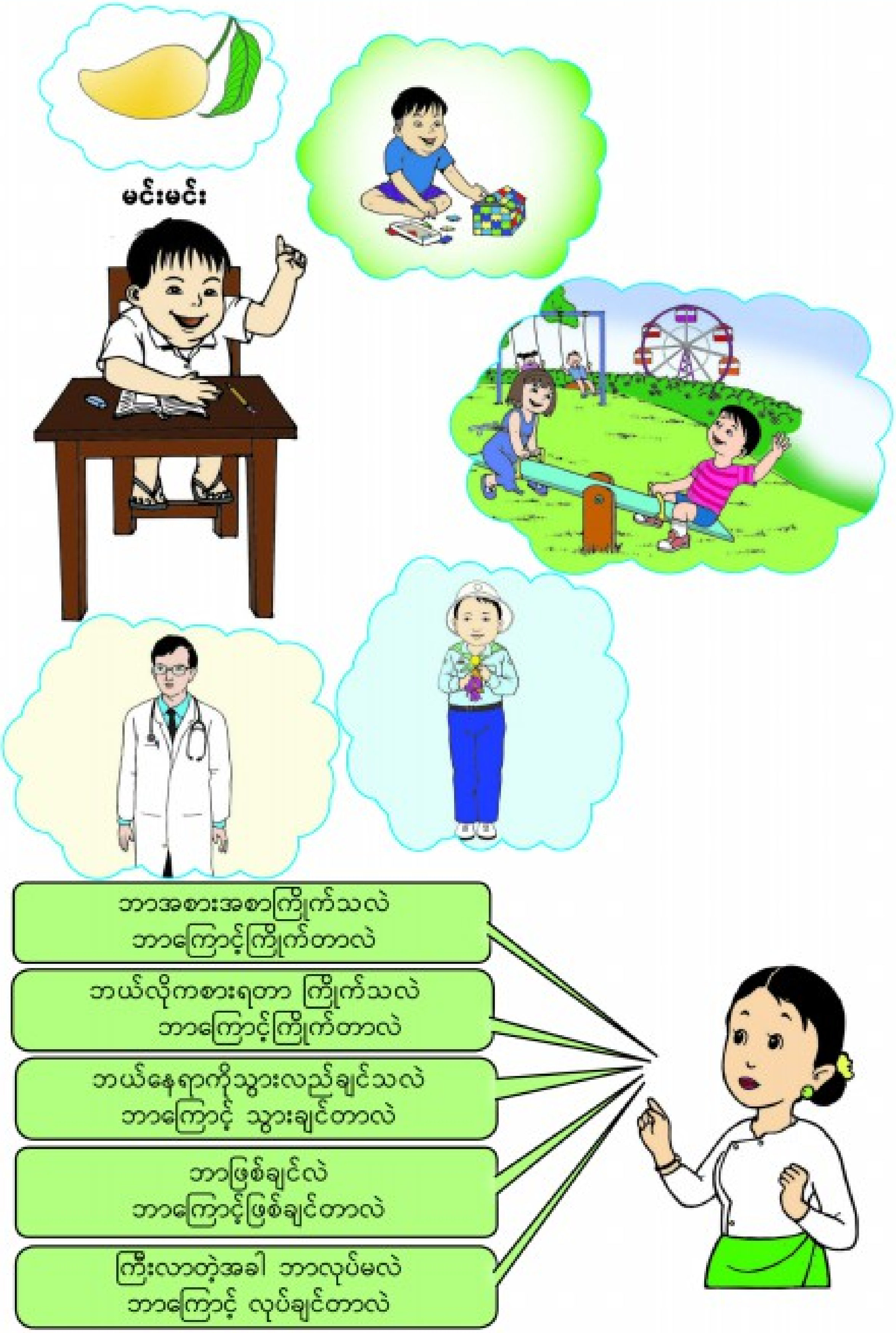

| အခန်း | သင်ခန်းစာ | စာမျက်နှာ |
| --- | --- | --- |
| ၁ | မောင်မောင်နှင့် သူငယ်ချင်းများအကြောင်း | ၁ |
| ၂ | မိသားစုနှင့်နေအိမ် | ၄ |
| ၃ | ကျွန်ုပ်တို့စားသုံးသော အစားအစာများ | ၁၈ |
| ၄ | ကျွန်ုပ်တို့ဝတ်ဆင်သော အဝတ်အထည်နှင့် အသုံးအဆောင်များ | ၂၆ |
| ၅ | မိုးလေဝသအခြေအနေအလိုက် ကျွန်ုပ်တို့၏နေထိုင်မှု | ၃၄ |
| ၆ | ကျွန်ုပ်အားကျဂုဏ်ယူရသော သမိုင်းဝင်ခေါင်းဆောင်များ | ၄၄ |
| | (၆–၁) အနော်ရထာ | ၄၆ |
| | (၆–၂) ဘုရင့်နောင် | ၅၄ |
| | (၆–၃) အလောင်းမင်းတရား | ၆၄ |
| | လေ့ကျင့်ခန်းများ | ၇၂ |

# အခန်း(၁) မောင်မောင်နှင့် သူငယ်ချင်းများအကြောင်း

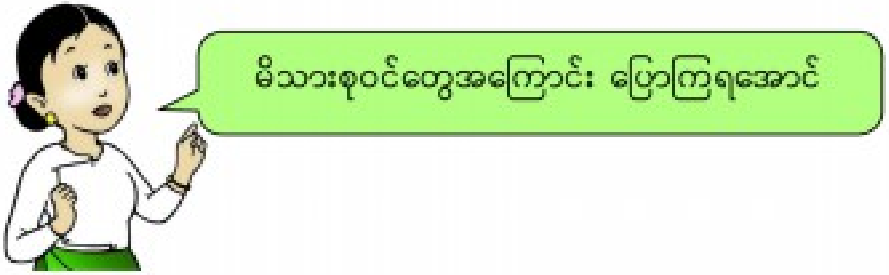
မောင်မောင်

ဝါဝါ

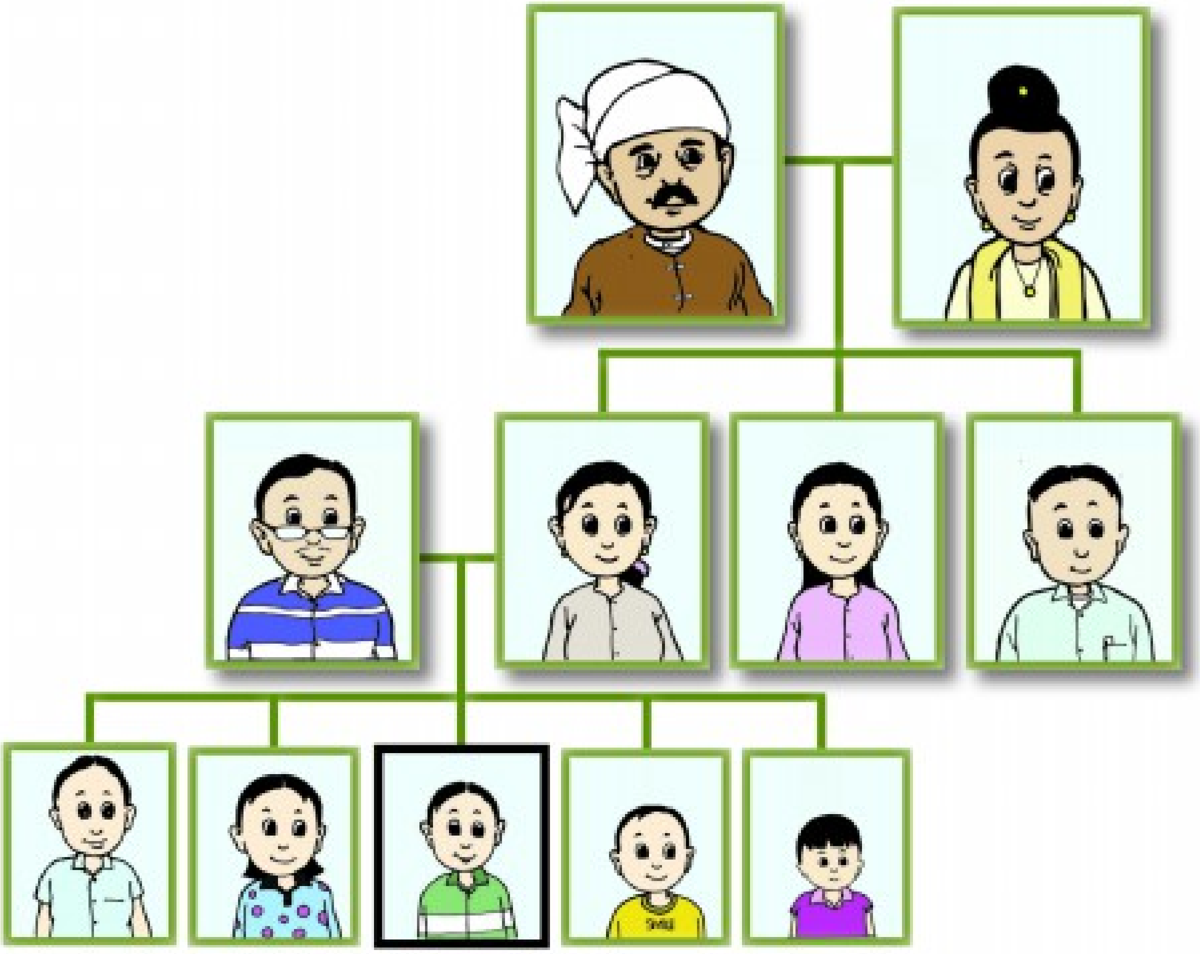


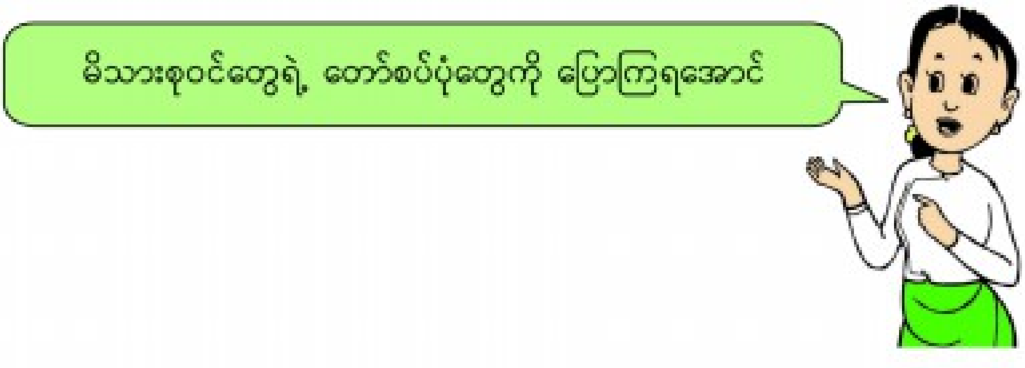

မင်းမင်း
ဘာအစားအစာကြိုက်သလဲ
ဘာကြောင့်ကြိုက်တာလဲ
ဘယ်လိုကစားရတာ ကြိုက်သလဲ
ဘာကြောင့်ကြိုက်တာလဲ
ဘယ်နေရာကိုသွားလည်ချင်သလဲ
ဘာကြောင့် သွားချင်တာလဲ
ဘာဖြစ်ချင်လဲ
ဘာကြောင့်ဖြစ်ချင်တာလဲ
ကြီးလာတဲ့အခါ ဘာလုပ်မလဲ
ဘာကြောင့် လုပ်ချင်တာလဲ

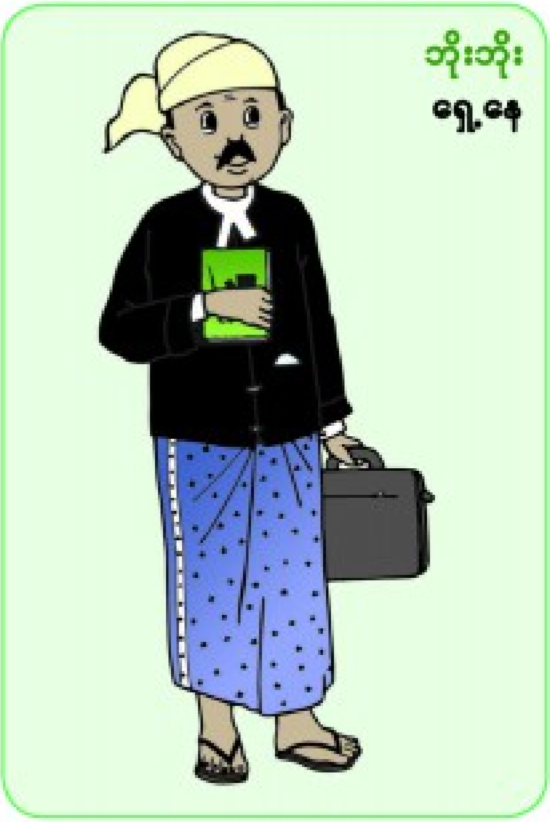
# အခန်း(၂) မိသားစုနှင့် နေအိမ်



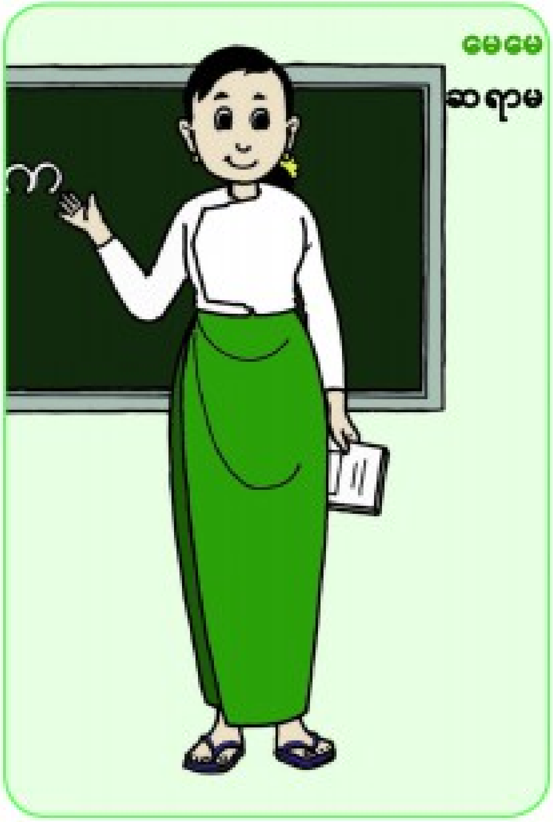
## မောင်မောင်နှင့် သူ၏ အတူနေမိသားစုဝင်များ






ဘိုးဘိုး
ရှေ့နေ

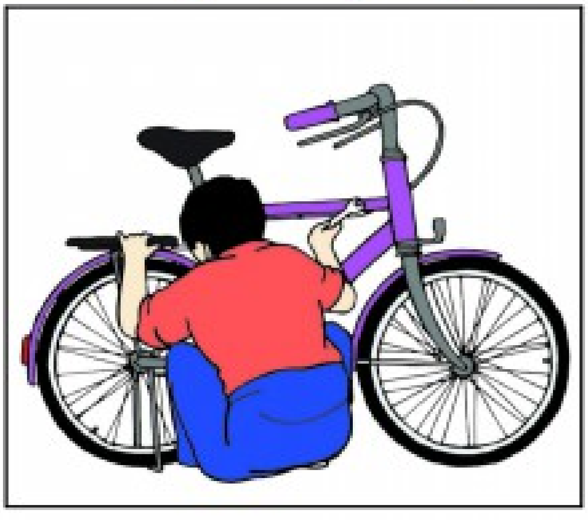
ဖေဖေ
အင်ဂျင်နီယာ

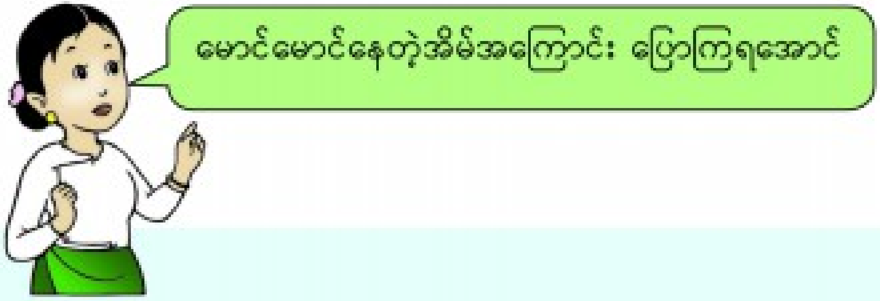

မေမေ
ဆရာမ

ဒေါ်လေး
ဆရာဝန်

ဦးဦး
တက္ကသိုလ်ကျောင်းသား
ကျောင်းသူ၊ကျောင်းသား
ကိုကို
မမ
မောင်မောင်
ညီလေး
မူကြိုကျောင်းသား
မိသားစုဝင်တွေ
ဘာလုပ်ကြသလဲ

အိမ်မှာ သူတို့ဘာတွေလုပ်ကြသလဲ



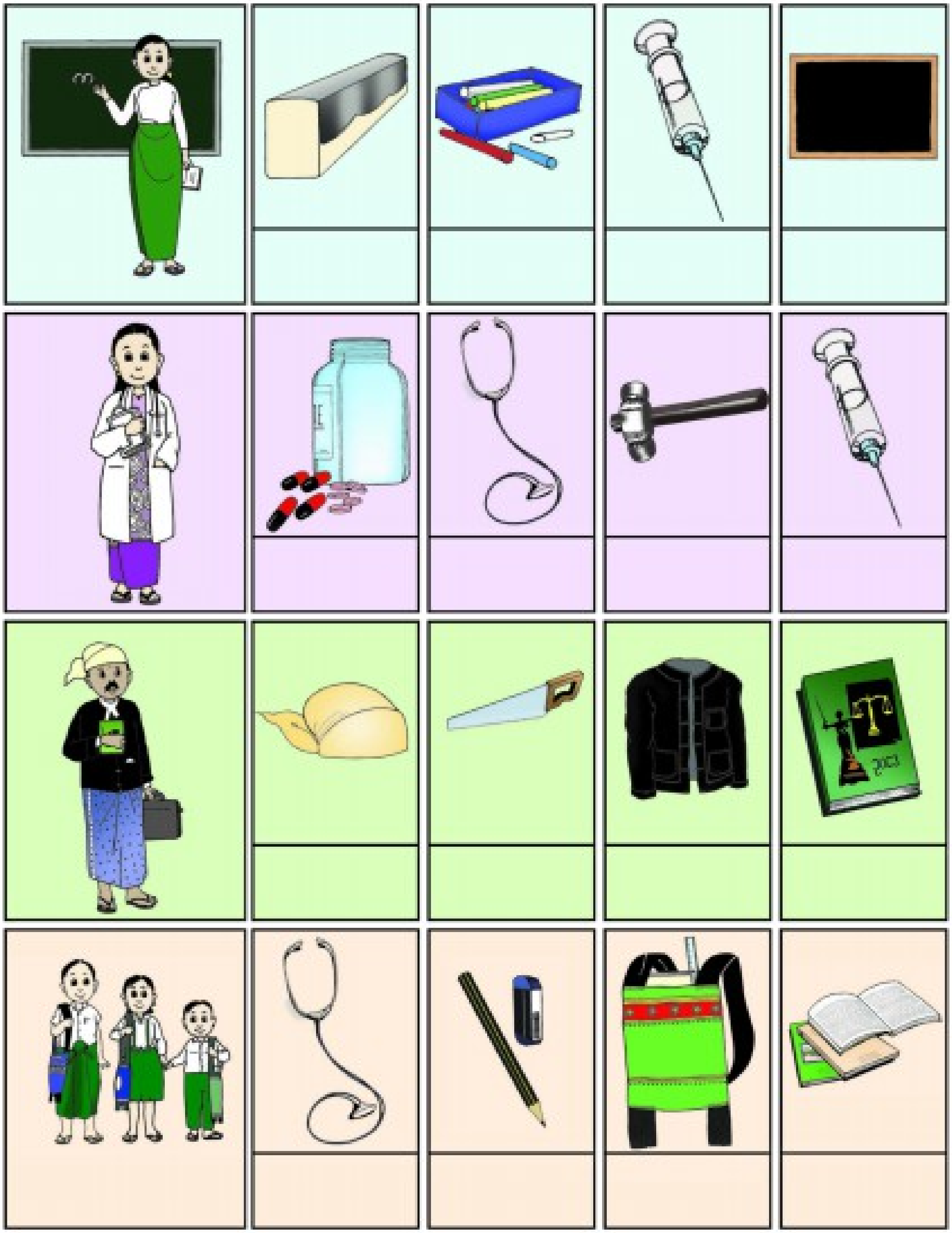

မောင်မောင်နေတဲ့အိမ်အကြောင်း ပြောကြရအောင်

အိမ်အမျိုးမျိုးကို
လေ့လာကြရအောင်

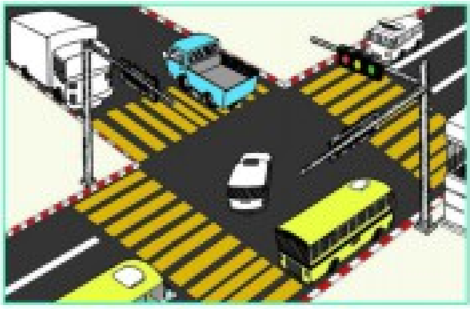
အိမ်ဘာကြောင့်
လိုအပ်သလဲ

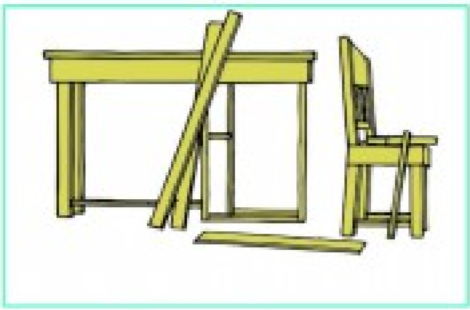
**လေ့ကျင့်ခန်း**

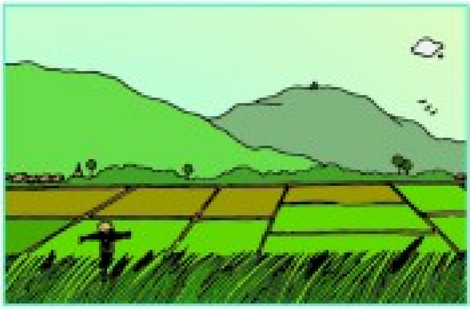
လုပ်ငန်း(၁) ပေးထားတဲ့ အလုပ်အကိုင်နဲ့ မသက်ဆိုင်တဲ့ပစ္စည်းကို ကြက်ခြေခတ် (**x**)ပါ။



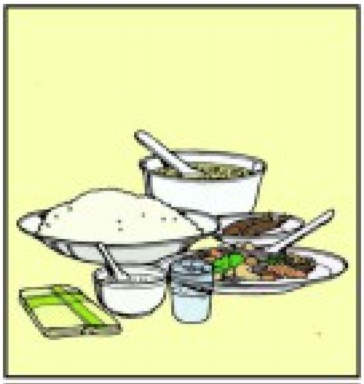
လုပ်ငန်း(၂)   ယှဉ်တွဲပါ။

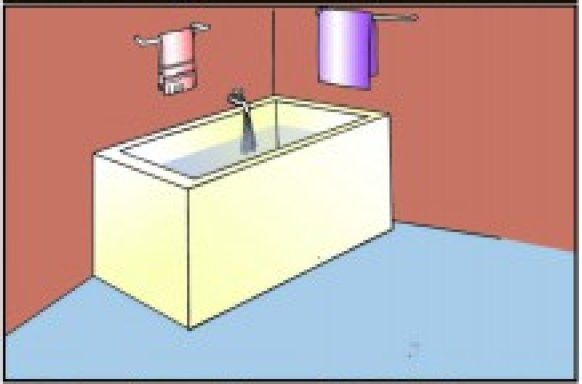


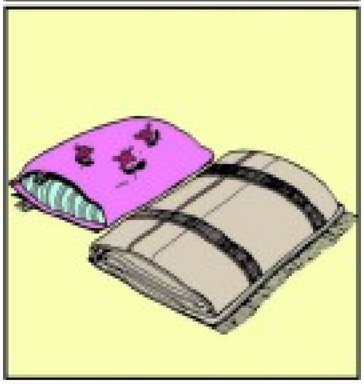




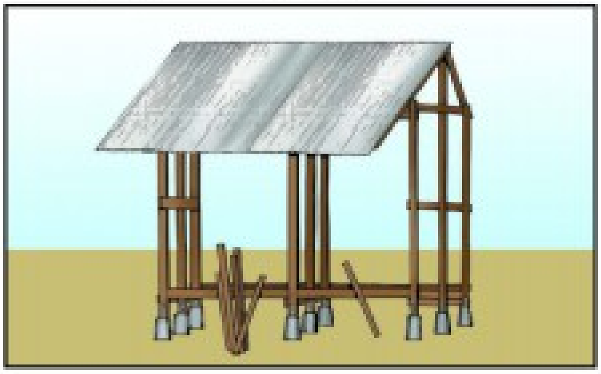
လုပ်ငန်း(၃)　ယှဉ်တွဲပါ။







လုပ်ငန်း(၄)  ယှဉ်တွဲပါ။



လုပ်ငန်း(၅) မေးခွန်းတွေကိုဖြေဆိုပါ။

(၁) အတူနေ မိသားစုဝင်တွေက ဘယ်သူတွေလဲ။

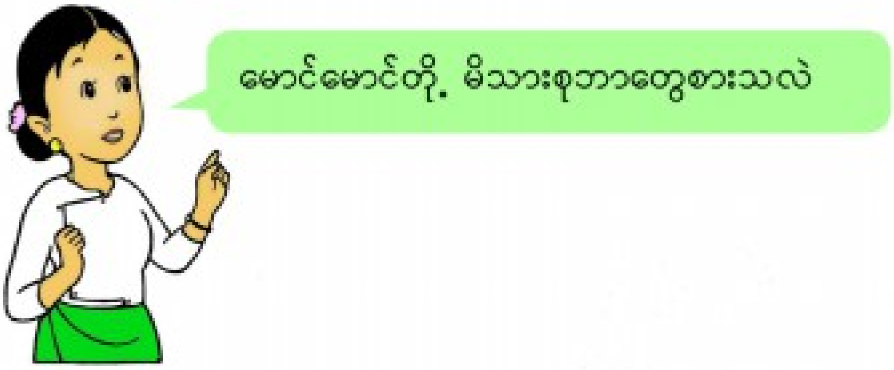
(၂) အတူနေ မိသားစုဝင်တွေရဲ့ အလုပ်အကိုင်ကိုပြောပြပါ။

(၃) ဘယ်လိုအိမ်မျိုးမှာ နေသလဲ။

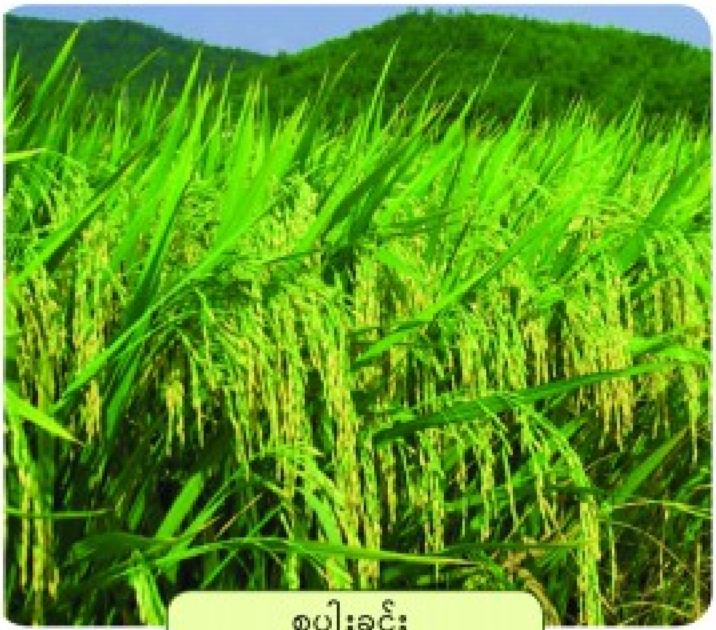
(၄) အိမ်မှာ ဘယ်လိုအခန်းတွေ ရှိသလဲ။

(၅) နေချင်တဲ့အိမ်ပုံစံကို ပုံဆွဲပြပါ။

# အခန်း(၃) ကျွန်ုပ်တို့စားသုံးသော အစားအစာများ



ဒီဟင်းထဲမှာ ဘာတွေပါသလဲ
ခရမ်းကြွပ်သီး
သရက်သီး
ရှောက်ရွက်
ငါးပိရည်ကျို
သခွားသီး
ကန်စွန်းရွက်
ခရမ်းသီး
မျှစ်
ကြက်သား
အာလူး
အသီးအရွက်အစုံကြော်
ပဲကြီးဟင်းချို

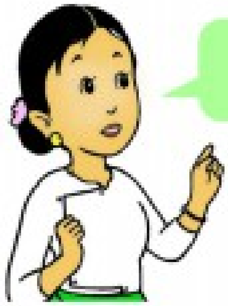


စပါးခင်း

ထမင်း

ကန်စွန်းခင်း

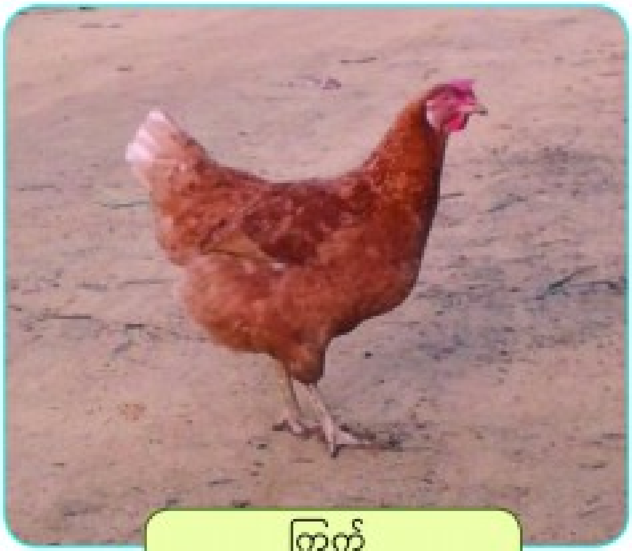
ကန်စွန်းရွက်ကြော်



စားစရာတွေကို ဘယ်အရာတွေက ရသလဲ

လိမ္မော်ပင်

လိမ္မော်သီး

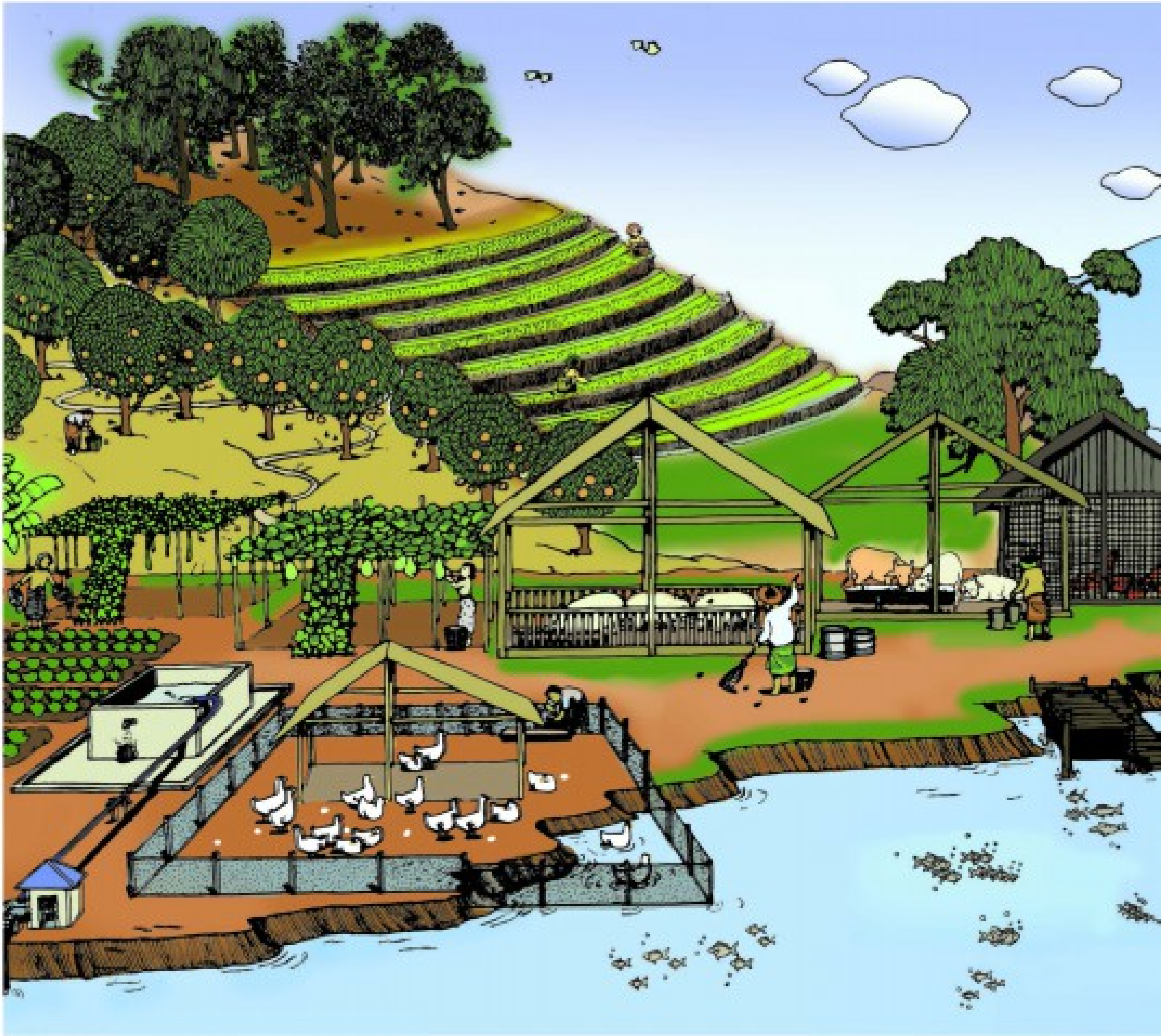


ကြက်

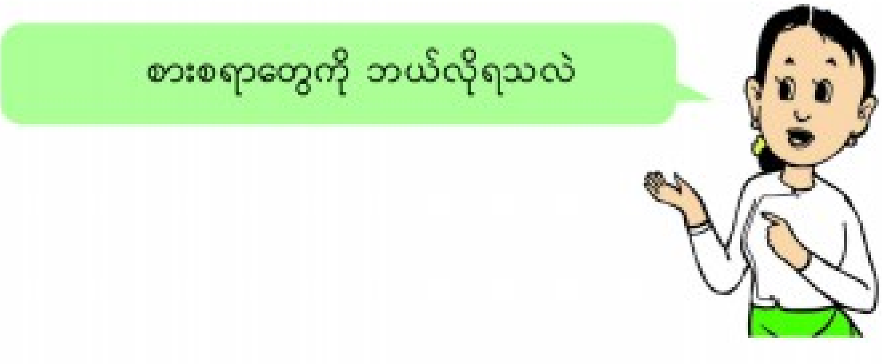
ကြက်သားဟင်း

ငါး

ငါးဟင်း



စားစရာတွေကို ဘယ်နေရာကရသလဲ


စားစရာတွေကို ဘယ်လိုရသလဲ

## လေ့ကျင့်ခန်း

လုပ်ငန်း(၁) ယှဉ်တွဲပါ။

လုပ်ငန်း(၂) ပန်းကန်ထဲက အစားအစာက ဘာလဲ။

ဘာတွေ ပါသလဲ။

လုပ်ငန်း(၃) မနက်စာ အဆာပြေ ဘာစားခဲ့သလဲ။

လုပ်ငန်း(၄) အမေဈေးက ဘာစားစရာဝယ်ခဲ့သလဲ။

လုပ်ငန်း(၅) သိတဲ့ ဟင်းသီးဟင်းရွက်တွေကို ပြောပြပါ။

လုပ်ငန်း(၆) ရေထဲက ဘာအစားအစာတွေ ရသလဲ။

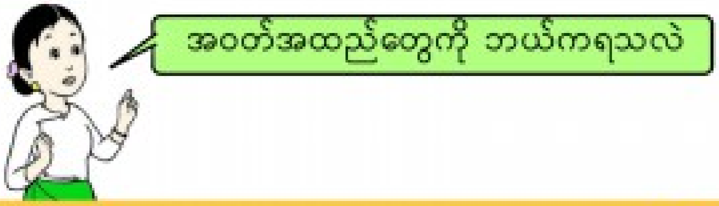
လုပ်ငန်း(၇) နေ့စဉ်စားတဲ့ အစားအစာတွေကို ပြောပြပါ။

အဲဒီအစားအစာတွေကို ဘယ်နေရာက ရသလဲ။

ဘယ်လိုရသလဲ။

# အခန်း(၄)

## ကျွန်ုပ်တို့ဝတ်ဆင်သော အဝတ်အထည်နှင့် အသုံးအဆောင်များ

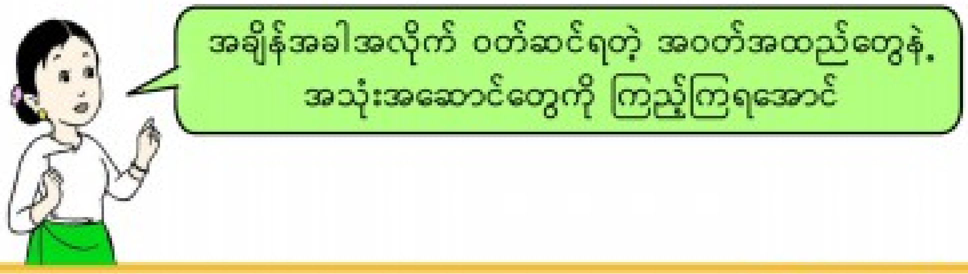


ဝါပင်၊ ဝါဂွမ်း၊ ဝါချည်၊ ချည်ထည်

သိုး၊ သိုးမွေး၊ သိုးမွေးချည်လုံး၊ သိုးမွေးထည်

**ပိုးကောင်၊ ပိုးဥ၊ ပိုးချည်၊ ပိုးထည်**

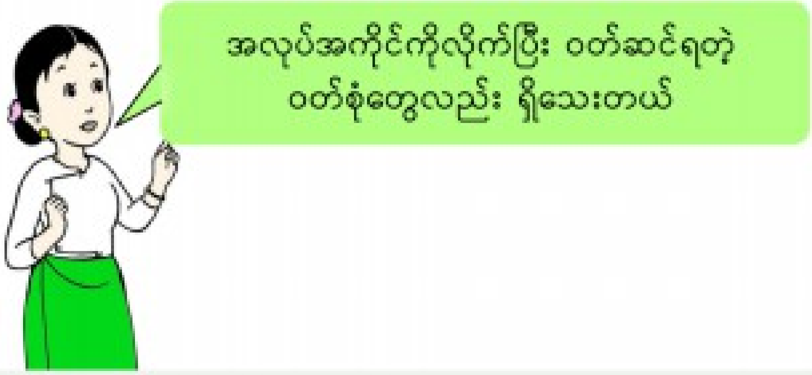
**ကျောက်မီးသွေး၊ ရေနံ၊ နိုင်လွန်ချည်၊ နိုင်လွန်ထည်**



ပူအိုက်တဲ့နေ့မှာ ဝတ်ဆင်တဲ့ အဝတ်အထည်နဲ့ အသုံးအဆောင်အမျိုးမျိုး

မိုးရွာတဲ့နေ့မှာ ဝတ်ဆင်တဲ့ အဝတ်အထည်နဲ့ အသုံးအဆောင်အမျိုးမျိုး

ချမ်းအေးတဲ့နေ့မှာ ဝတ်ဆင်တဲ့ အဝတ်အထည်နဲ့ အသုံးအဆောင်အမျိုးမျိုး


အလုပ်အကိုင်ကိုလိုက်ပြီး ဝတ်ဆင်ရတဲ့
ဝတ်စုံတွေလည်း ရှိသေးတယ်

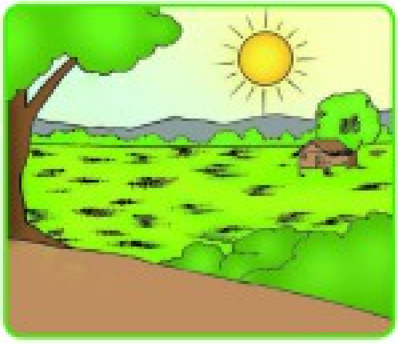
## လေ့ကျင့်ခန်း

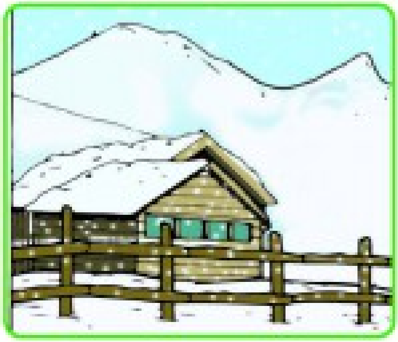
လုပ်ငန်း(၁) ပူအိုက်တဲ့နေ့မှာ သုံးရတဲ့ပစ္စည်းတွေကို ရွေးပြီး အမှန်(✓) ခြစ်ပါ။

လုပ်ငန်း(၂) မိုးရွာတဲ့နေ့မှာ သုံးရတဲ့ပစ္စည်းတွေကို ရွေးပြီး အမှန်(✓) ခြစ်ပါ။

လုပ်ငန်း(၃) ချမ်းအေးတဲ့နေ့မှာ သုံးရတဲ့ပစ္စည်းတွေကို ရွေးပြီး အမှန်(✓) ခြစ်ပါ။

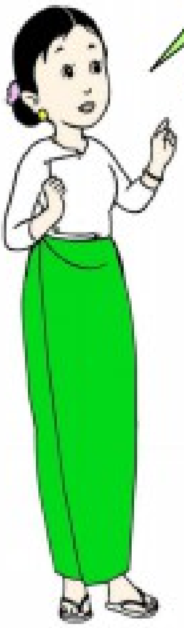
လုပ်ငန်း(၄)　　ယှဉ်တွဲပါ။

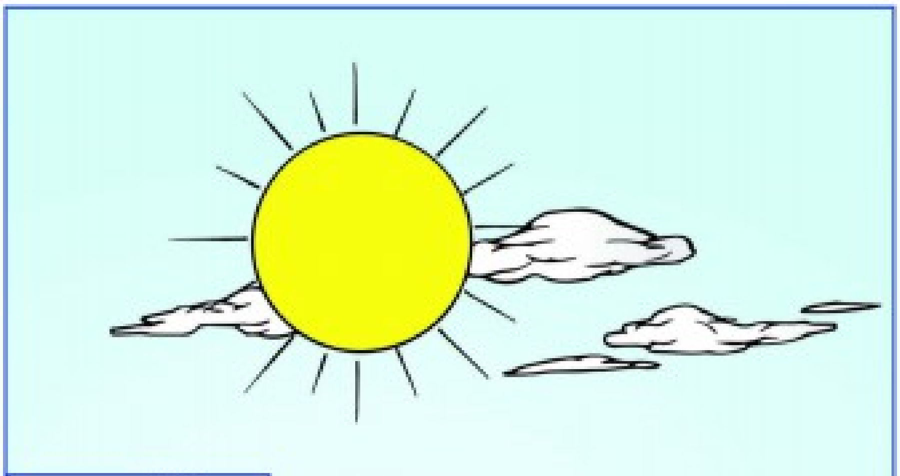




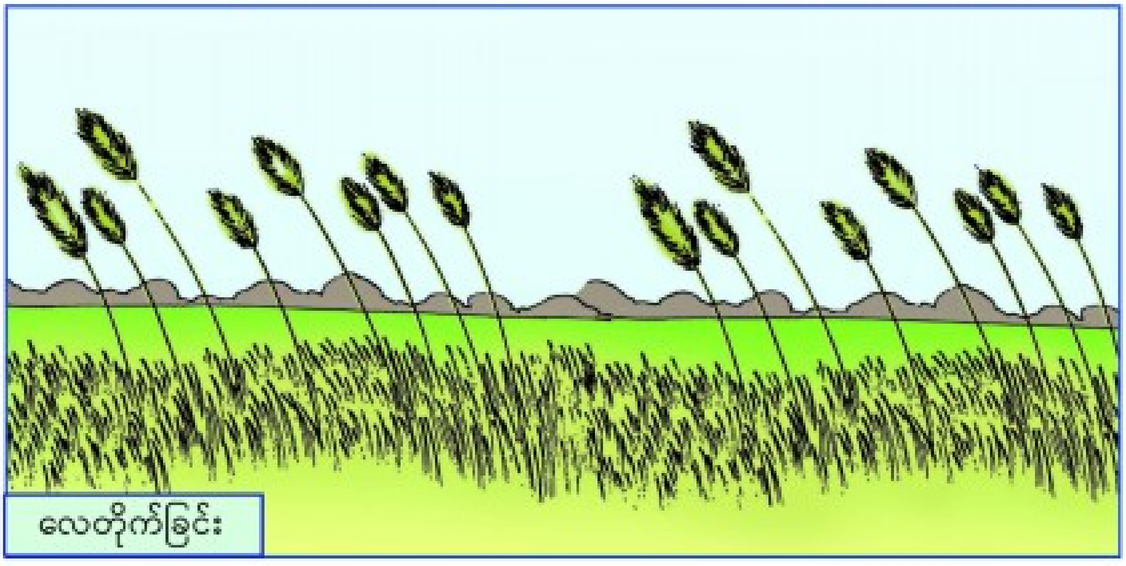
လုပ်ငန်း(၅)　သိုးမွေးနဲ့လုပ်ထားတဲ့ ပစ္စည်း (၃)မျိုးကိုပြောပြပါ။
လုပ်ငန်း(၆)　အခုဝတ်ထားတဲ့ အဝတ်အထည်တွေကို ဘယ်အရာက ရသလဲ။
လုပ်ငန်း(၇)　မိုးရွာတဲ့နေ့ ကျောင်းသွားရင် ဘယ်ပစ္စည်းတွေကို ရွေးမလဲ။
လုပ်ငန်း(၈)　တူညီဝတ်စုံ (၃)မျိုးကို ပြောပြပါ။

# အခန်း(၅) မိုးလေဝသ အခြေအနေအလိုက် ကျွန်ုပ်တို့၏ နေထိုင်မှု

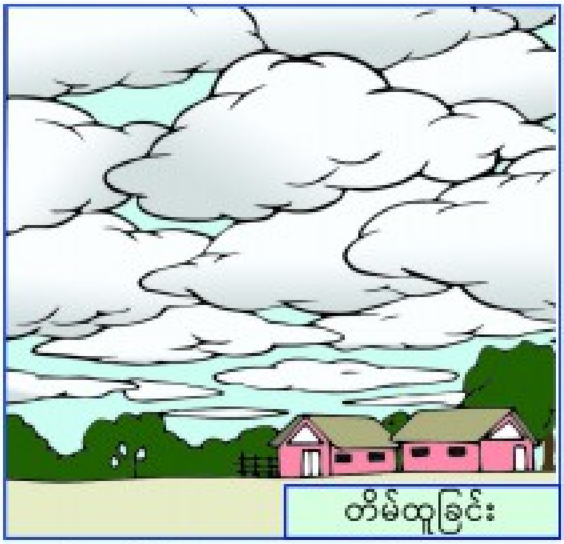


နေသာခြင်း



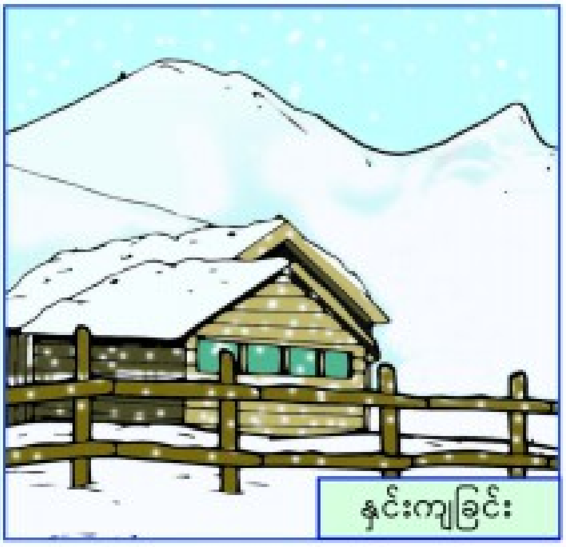
လေတိုက်ခြင်း



တိမ်ထူခြင်း

မိုးရွာခြင်း

လျှပ်စီးလက်ခြင်း

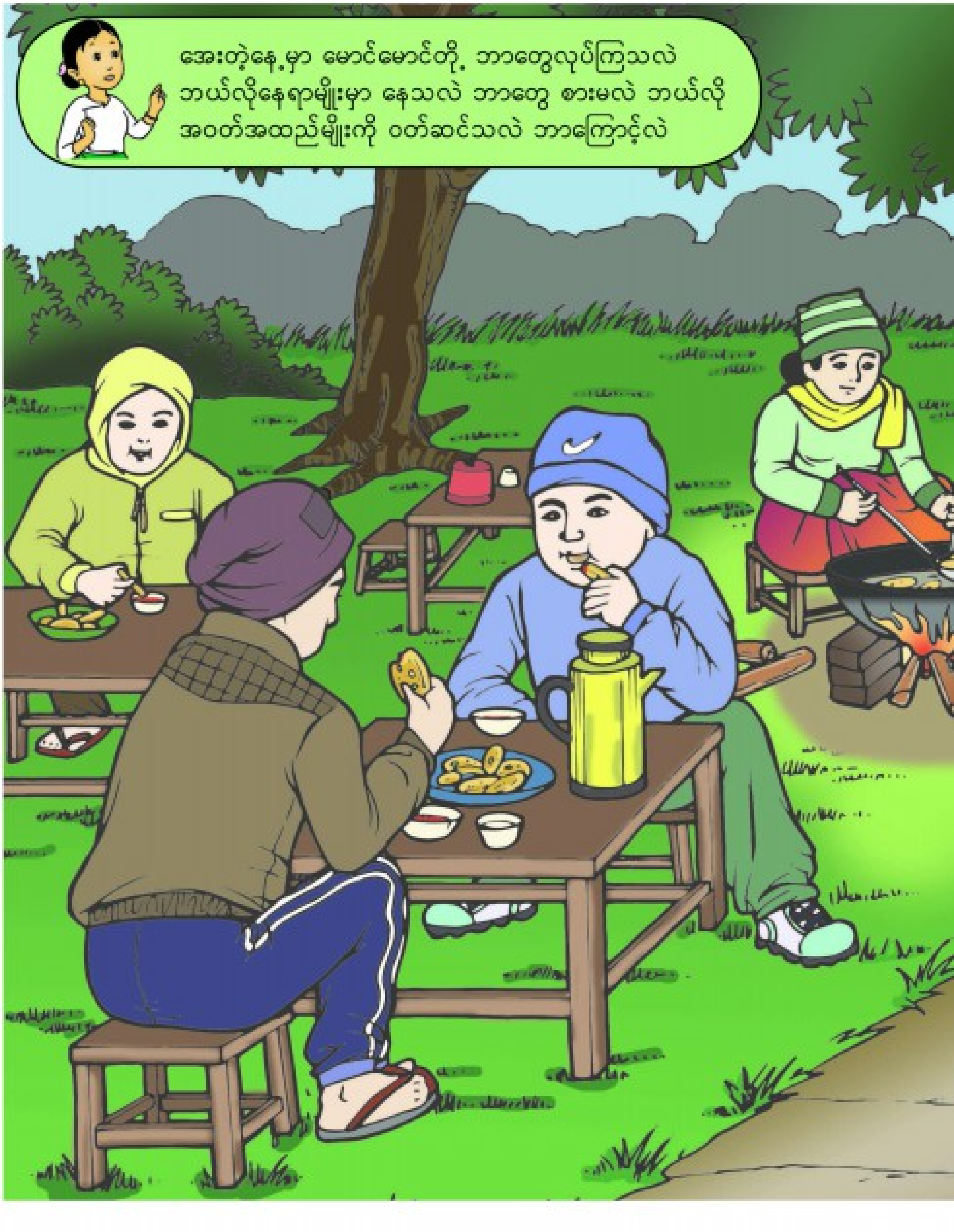


နှင်းကျခြင်း

လေမုန်တိုင်းတိုက်ခြင်း

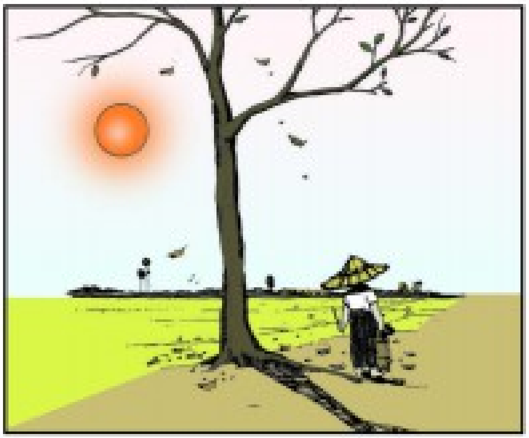
နေသာတဲ့နေ့မှာ မောင်မောင်တို့ ဘာတွေလုပ်ကြသလဲ
ဘယ်လိုနေရာမျိုးမှာ နေသလဲ ဘာတွေ စားသလဲ
ဘယ်လိုအဝတ်အထည်မျိုးကို ဝတ်ဆင်သလဲ
ဘာကြောင့်လဲ

မိုးရွာတဲ့နေ့မှာ မောင်မောင်တို့ ဘာတွေလုပ်ကြသလဲ
ဘယ်လိုနေရာမျိုးမှာ နေသလဲ ဘာတွေစားမလဲ
ဘယ်လိုအဝတ်အထည်မျိုးကို ဝတ်ဆင်သလဲ
ဘာကြောင့်လဲ


အေးတဲ့နေ့မှာ မောင်မောင်တို့ ဘာတွေလုပ်ကြသလဲ
ဘယ်လိုနေရာမျိုးမှာ နေသလဲ ဘာတွေ စားမလဲ ဘယ်လို
အဝတ်အထည်မျိုးကို ဝတ်ဆင်သလဲ ဘာကြောင့်လဲ

## လေ့ကျင့်ခန်း

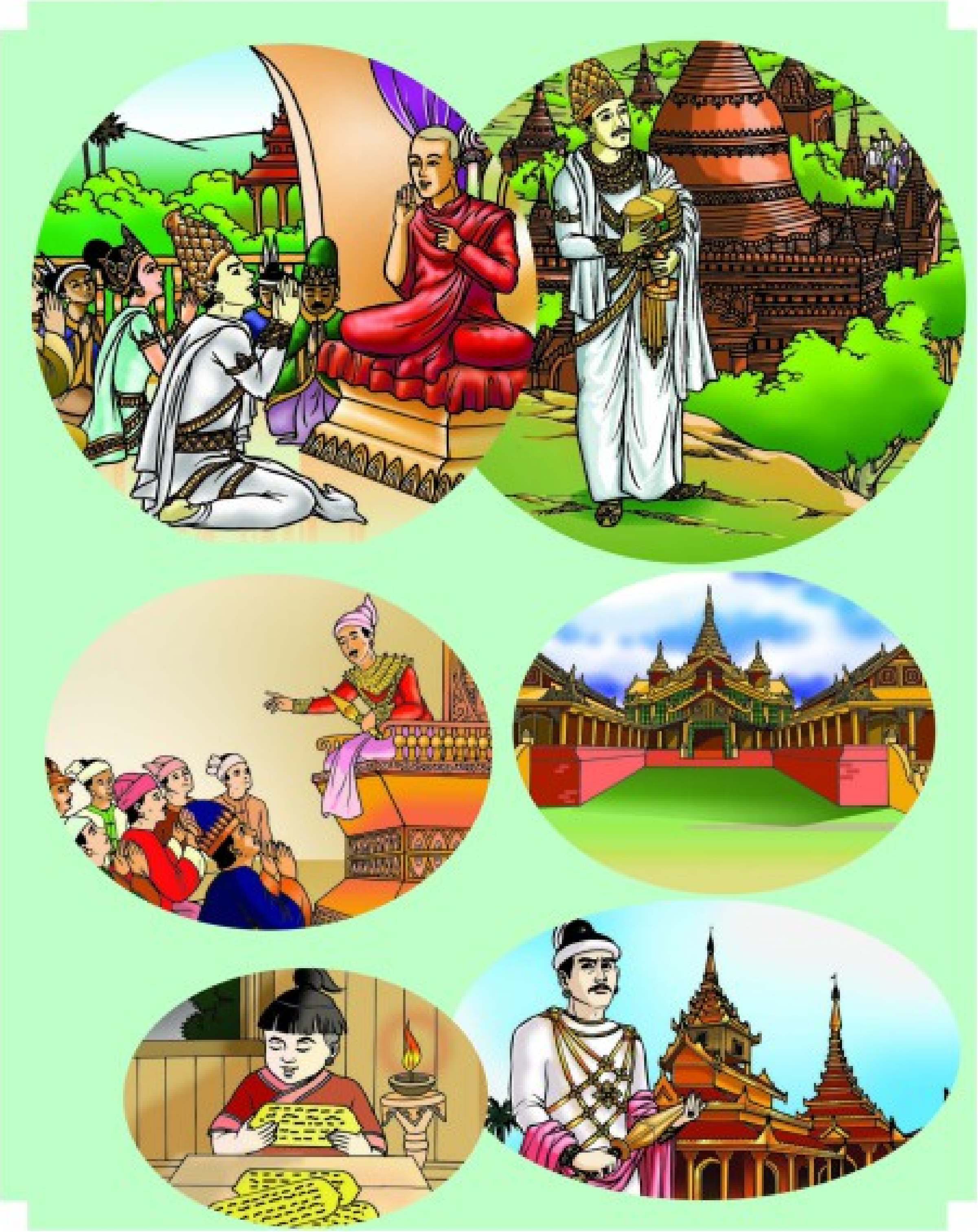
လုပ်ငန်း(၁) ယှဉ်တွဲပါ။



လုပ်ငန်း(၂)  အောက်ပါပုံကိုကြည့်ပြီး မြင်တာတွေကို ပြောပြပါ။

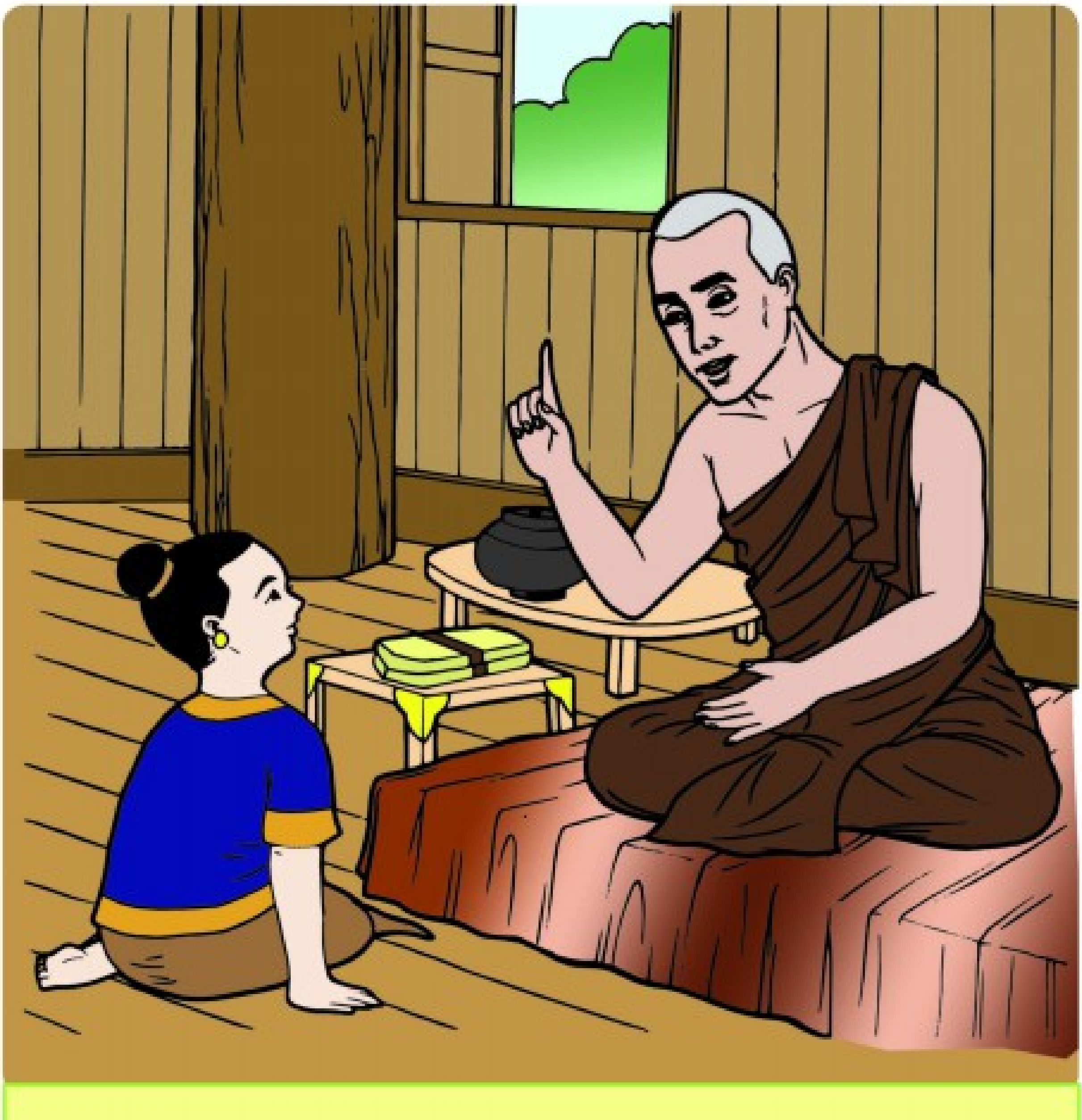
# အခန်း(၆)

# ကျွန်ုပ်အားကျဂုဏ်ယူရသော သမိုင်းဝင်ခေါင်းဆောင်များ

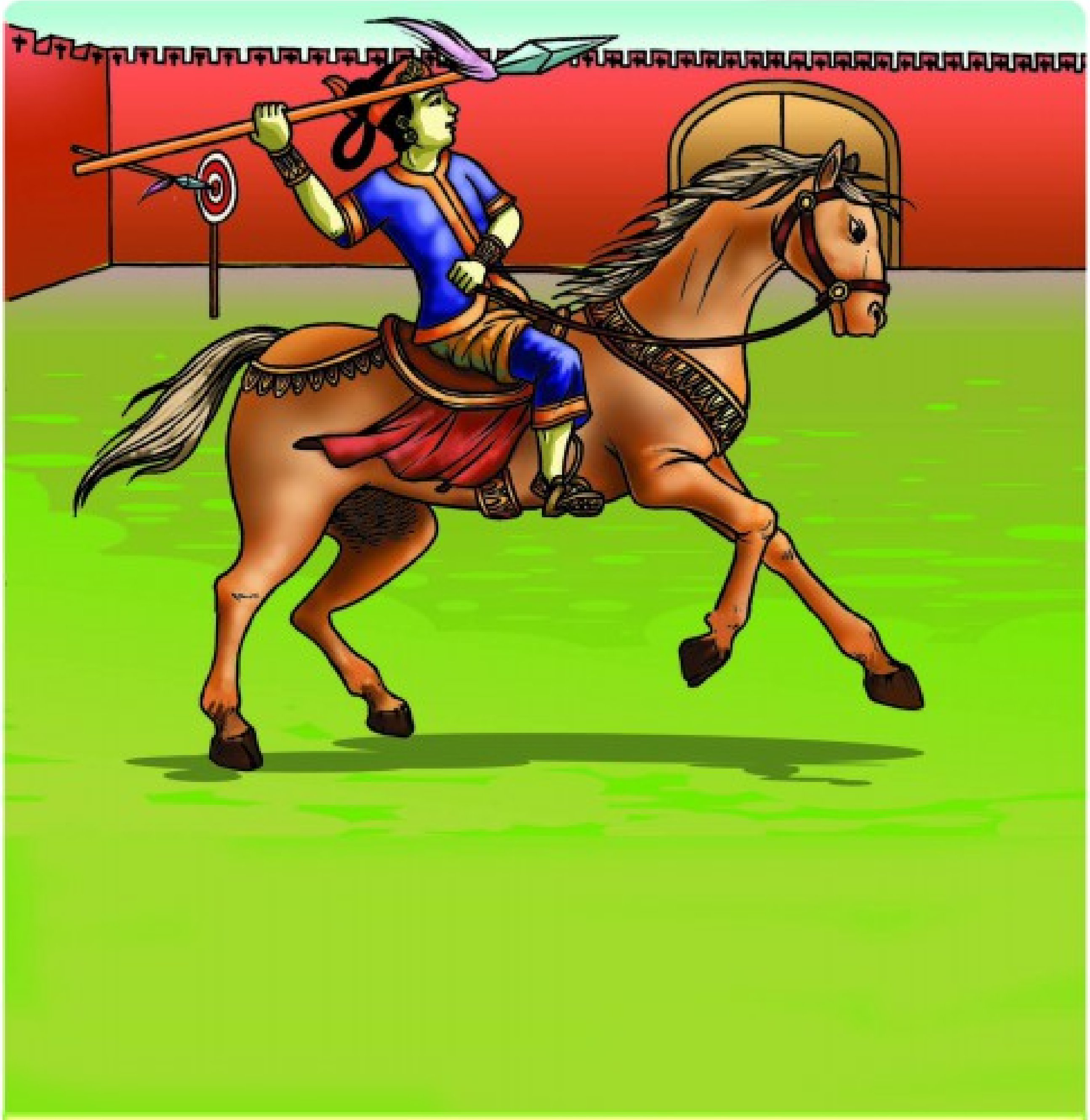


ဘိုးဘိုးက
ညတိုင်း စိတ်ဝင်စားစရာ
ကောင်းတဲ့ ခေါင်းဆောင်တွေအကြောင်းကို
ပြောပြတယ် အဲဒီထဲက အားကျဂုဏ်ယူပြီး
အတုယူစရာကောင်းတဲ့ သမိုင်းဝင်
ခေါင်းဆောင်တွေ အကြောင်း
သူငယ်ချင်းတို့ကို ပြောပြမယ်နော်

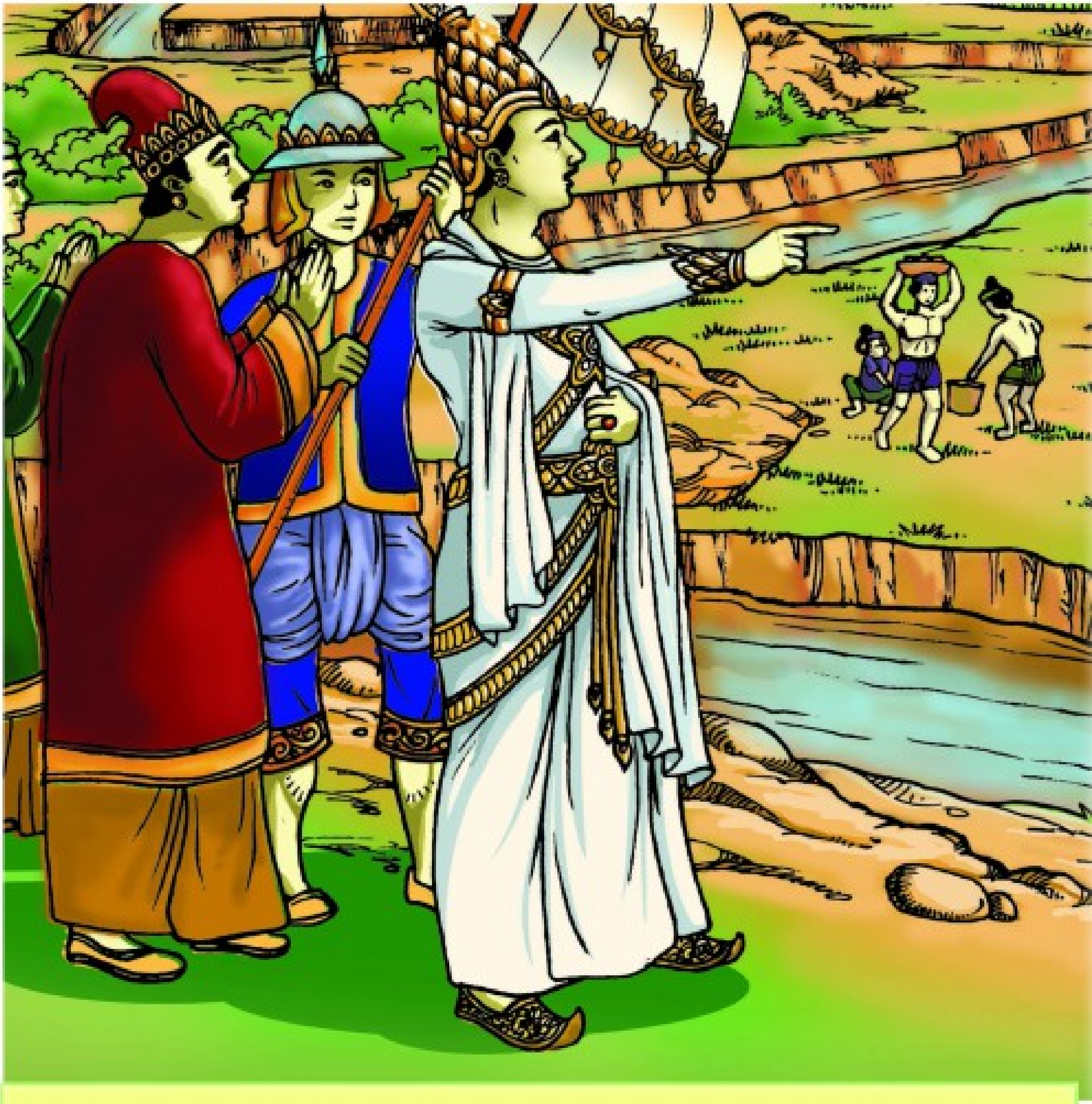
## (၆-၁) အနော်ရထာ



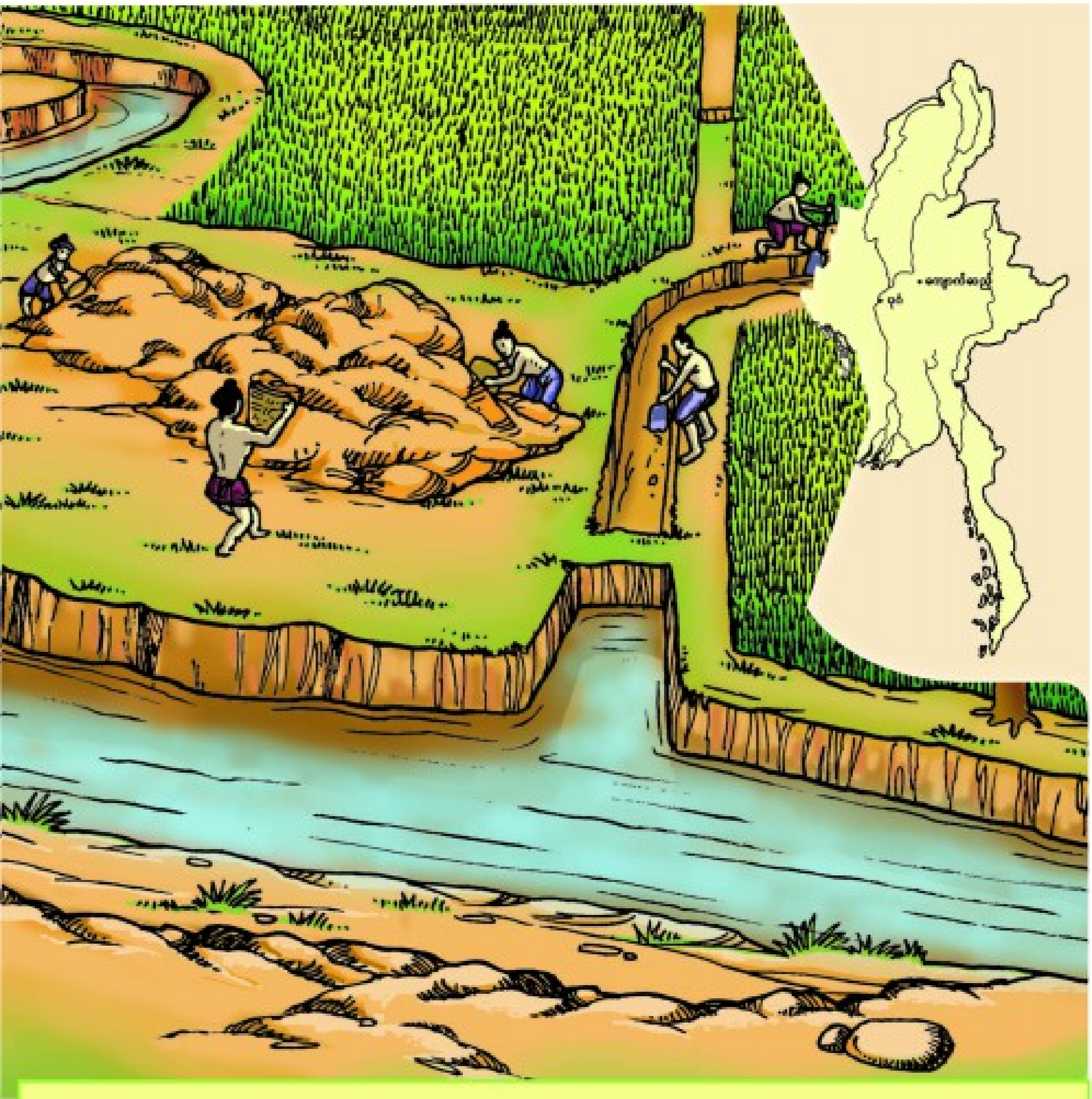
ပုဂံပြည်မှာ ထီးနန်းစိုးစံခဲ့တဲ့ ဘုရင်တစ်ပါးမှာ  အနော်ရထာဆိုတဲ့ သားတော်တစ်ပါး မွေးဖွားခဲ့တယ်။



အနော်ရထာမင်းသားလေးဟာ ငယ်ငယ်ကတည်းက ရဲစွမ်းသတ္တိရှိသူဖြစ်တယ်။ ခေါင်းဆောင်ကောင်း တစ်ဦးရဲ့ အရည်အချင်းတွေနဲ့လဲ ပြည့်စုံသူဖြစ်တယ်။



အနော်ရထာမင်းကြီး နန်းတက်လာတဲ့အခါ အင်အားတောင့်တင်းတဲ့ နိုင်ငံတော်ကြီးကို တည်ထောင်ဖို့ ပထမဆုံးကြိုးပမ်းခဲ့တယ်။ နိုင်ငံတော်ရဲ့ စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ဖို့ စိုက်ပျိုးရေးကို အဓိကဆောင်ရွက်ခဲ့တယ်။

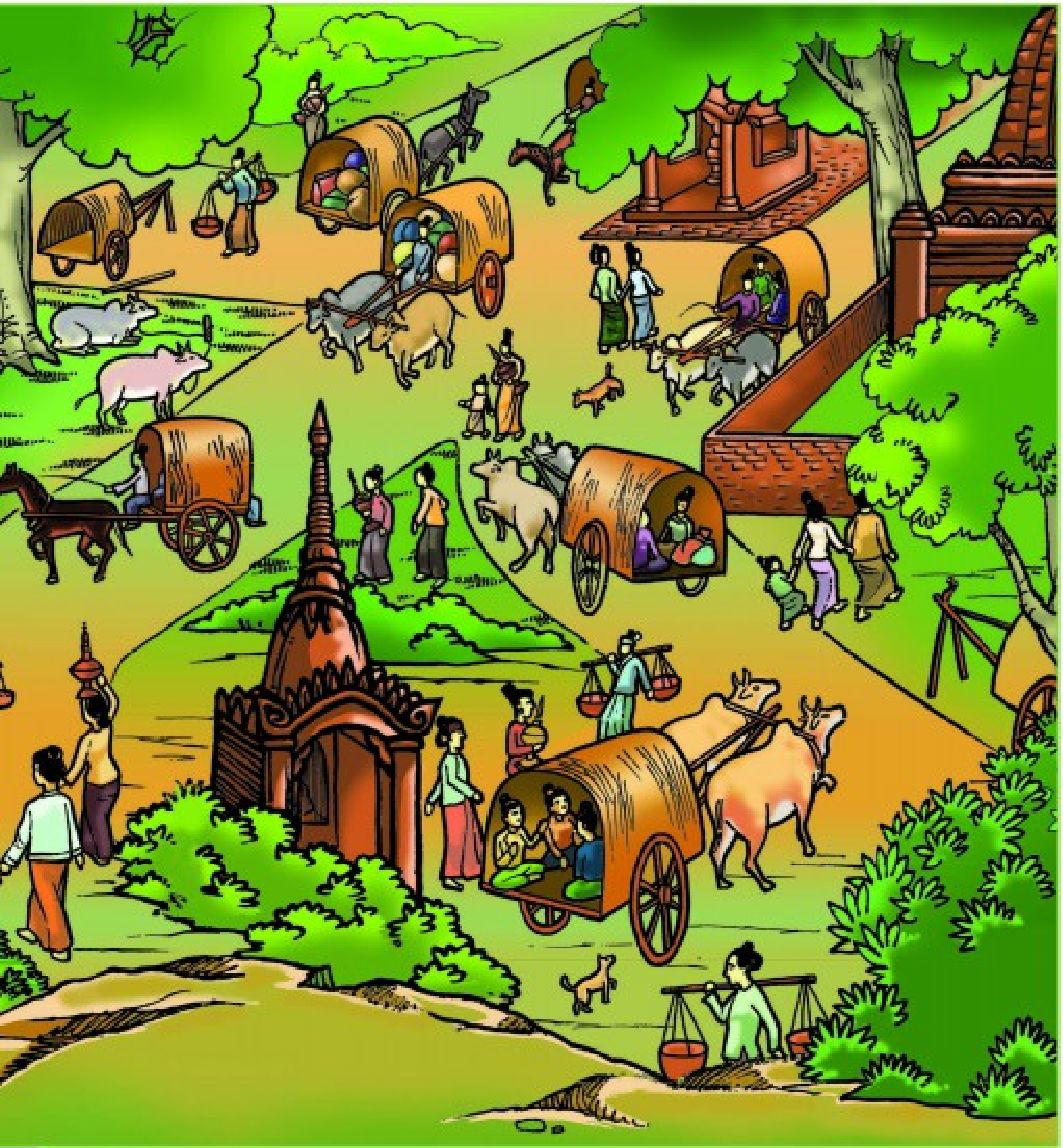


ကျောက်ဆည်ဒေသတစ်ဝိုက်မှာ ဆည်တွေကို တည်ဆောက်ခဲ့တယ်။ စိုက်ပျိုးရေးသာမက ကုန်သွယ်ရေးကိုလဲ တိုးတက်ဖို့ ကြိုးပမ်းခဲ့တယ်။

အနော်ရထာမင်းကြီးရဲ့ ဒုတိယစွမ်းဆောင်ချက်ကတော့ ပထမမြန်မာနိုင်ငံမှာ ဗုဒ္ဓသာသနာ ထွန်းကားလာဖို့ ကြိုးပမ်းခြင်းဖြစ်တယ်။

ရှင်အရဟံရဲ့ အကူအညီနဲ့ ပုဂံပြည်မှာ ဗုဒ္ဓသာသနာ ပြန့်ပွားလာတယ်။

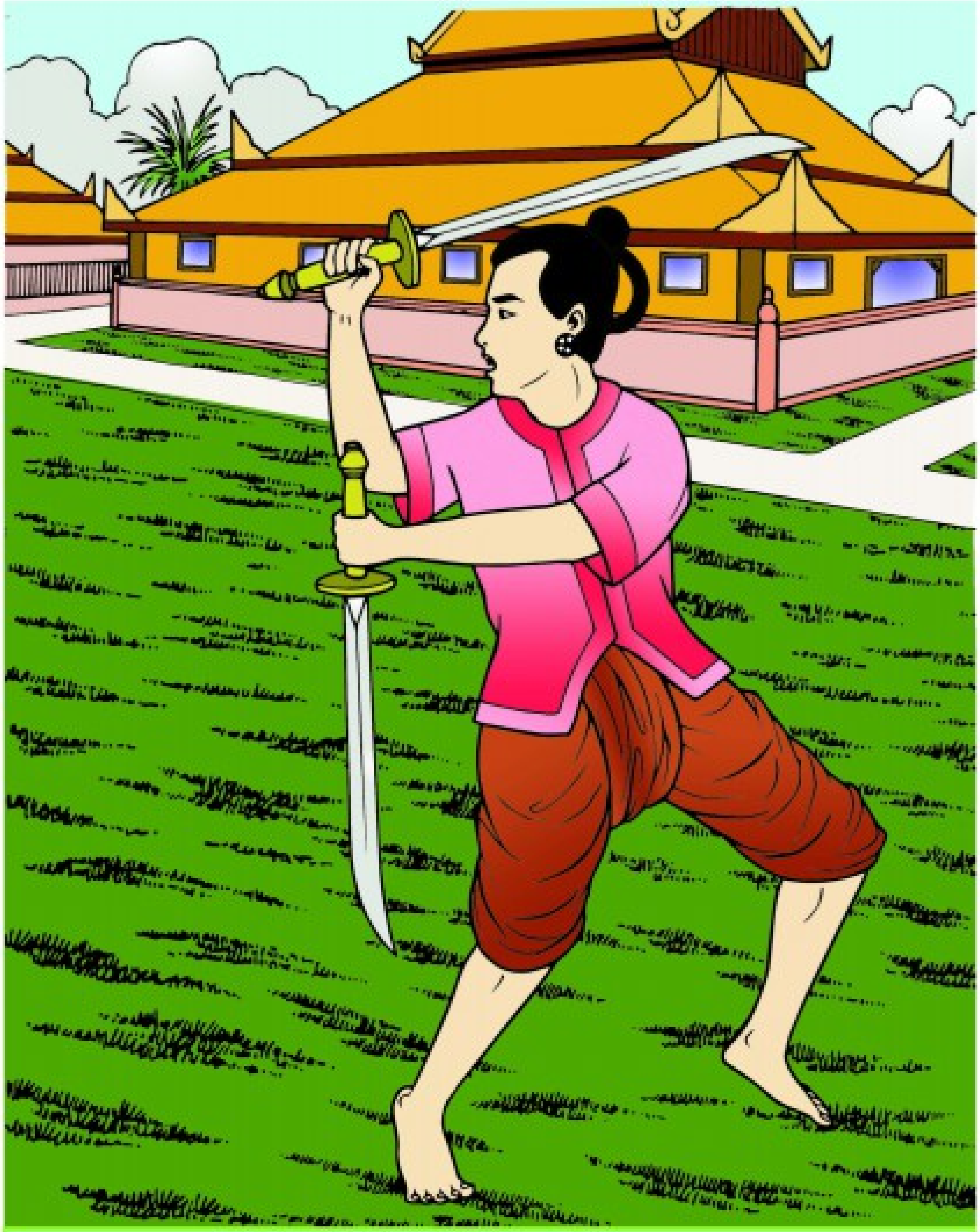
အနော်ရထာမင်းကြီးဟာ တကွဲတပြားဖြစ်နေတဲ့ နိုင်ငံငယ်တွေကို ပထမအကြိမ် စုစည်းနိုင်ခဲ့တဲ့ ဘုရင်တစ်ပါးဖြစ်တယ်။



အနော်ရထာမင်းကြီး တည်ထောင်ခဲ့တဲ့ ပထမမြန်မာနိုင်ငံဟာ ကျယ်ဝန်းပြီး အေးချမ်းသာယာတဲ့ နိုင်ငံဖြစ်ခဲ့တယ်။

# (၆–၂) ဘုရင့်နောင်

ဘုရင့်နောင်ရဲ့ ငယ်နာမည်ကတော့ ရှင်ရဲထွဋ်ဖြစ်တယ်။ ငယ်ငယ်ကတည်းက ကျန်းမာသန်စွမ်းပြီး ဉာဏ်ရည်လဲ ထက်မြက်သူဖြစ်တယ်။

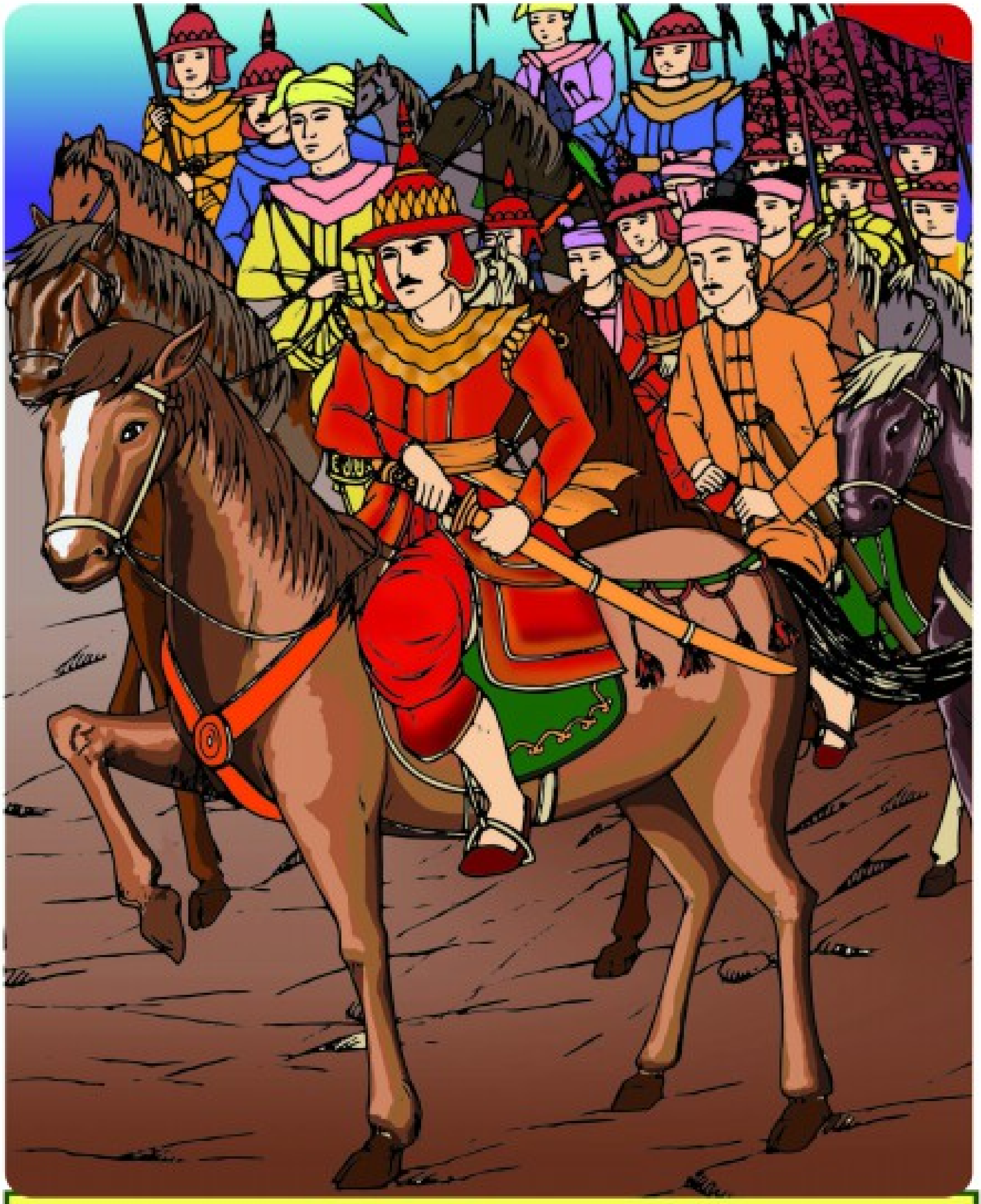


ဘုရင့်နောင်ဟာ မားခုတ်၊ လှံထိုး၊ ဆင်စီး၊ မြင်းစီး အတတ်ပညာတွေကို ကျွမ်းကျွမ်းကျင်ကျင် တတ်မြောက်တယ်။

ဘုရင့်နောင်ဟာ မင်းကြီး တပင်ရွှေထီးဆီမှာ စစ်သူကြီးအဖြစ် ရဲရဲရင့်ရင့် အမှုထမ်းခဲ့တယ်။

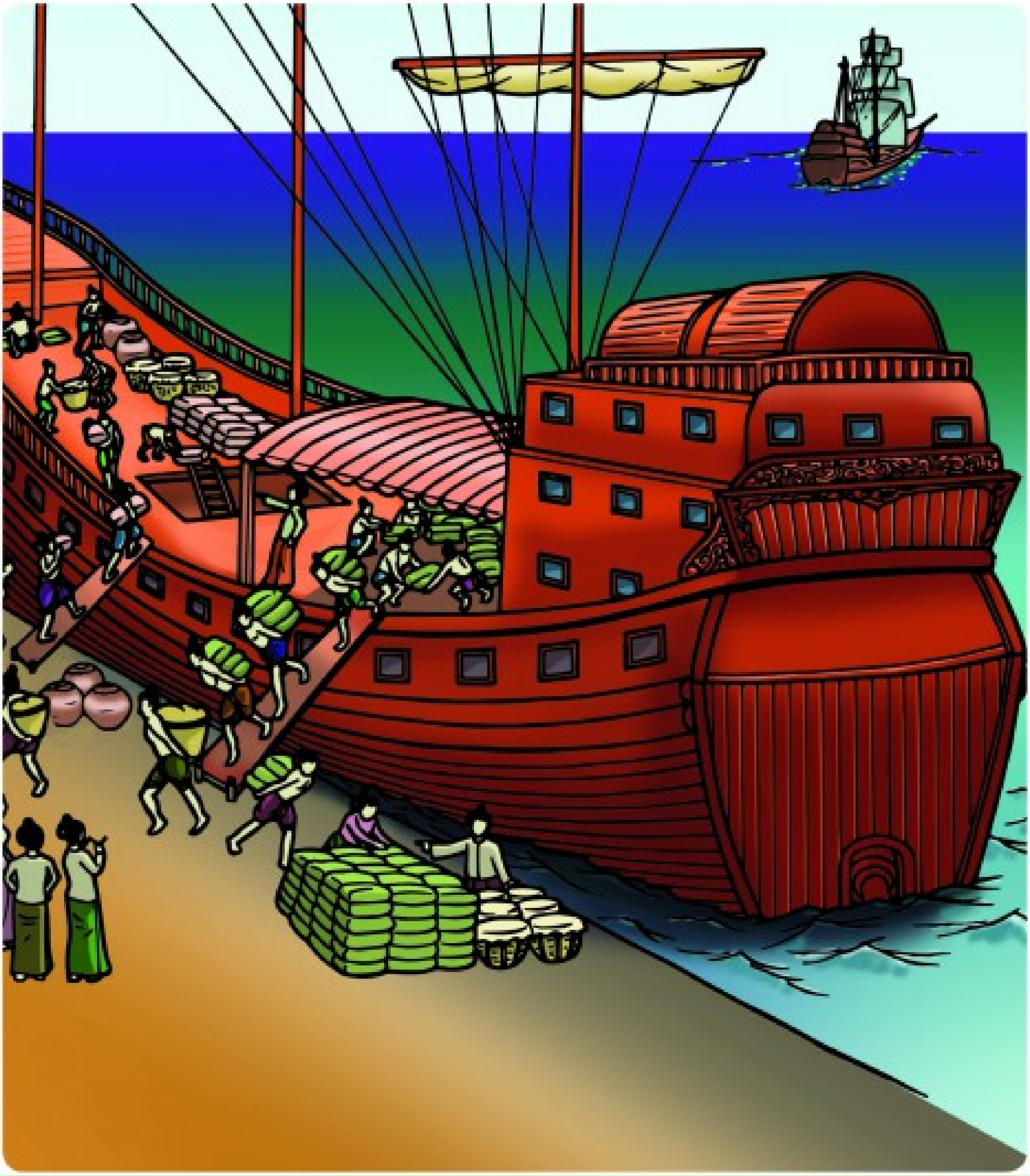
ဘုရင့်နောင် တိုက်ခဲ့တဲ့ တိုက်ပွဲတွေထဲမှာ နောင်ရိုးတိုက်ပွဲဟာ အထင်ရှားဆုံးဖြစ်တယ်။

တပင်ရွှေထီး နတ်ရွာစံတဲ့အခါ ဘုရင့်နောင်ဟာ မင်းဖြစ်လာပြီး ဒုတိယအကြိမ် မြန်မာနိုင်ငံကို တည်ထောင်ခဲ့တဲ့ ဘုရင်လို့ ထင်ရှားလာခဲ့တယ်။



တိုင်းရင်းသားစည်းရုံးရေးကို ဆောင်ရွက်ခဲ့တာကြောင့် ဘုရင့်နောင်ကို တိုင်းရင်းသားအားလုံးက ချစ်ခင်လေးစားကြတယ်။

ဘုရင့်နောင်ဟာ နိုင်ငံရဲ့စီးပွားရေး တိုးတက်လာစေဖို့ လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးကို အားပေးခဲ့တယ်။



ဘုရင့်နောင်လက်ထက်မှာ ကုန်ပစ္စည်းတွေကို ဟံသာဝတီဆိပ်ကမ်းကနေ နိုင်ငံခြားကို သင်္ဘောတွေနဲ့ တင်ပို့ရောင်းချခဲ့တယ်။

ဘုရင့်နောင်ဟာ ဗုဒ္ဓသာသနာကို ကြည်ညိုလေးစားတဲ့ မင်းဖြစ်တယ်။ အလွန်ခမ်းနားတင့်တယ်တဲ့ ကမ္ဘောဇသာဒီ နန်းတော်ကြီးကို ဟံသာဝတီနေပြည်တော်မှာ တည်ဆောက်ခဲ့တယ်။

ဘုရင့်နောင်ရဲ့ ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်မှုကြောင့် အရှေ့တောင်အာရှ နိုင်ငံတွေထဲမှာ မြန်မာနိုင်ငံဟာ ထင်ရှားတဲ့ နိုင်ငံဖြစ်လာတယ်။

## (၆–၃) အလောင်းမင်းတရား

အလောင်းမင်းတရားဟာ မုဆိုးဘိုရွာသားဖြစ်တယ်။ ငယ်နာမည်ကတော့ မောင်အောင်ဇေယျ လို့ခေါ်တယ်။

ငယ်ငယ်ကတည်းက ထက်မြက်တည်ကြည်သူဖြစ်တဲ့အတွက် အရွယ်ရောက်လာတဲ့အခါမှာ အများရဲ့ ယုံကြည်လေးစားခြင်းကို ခံရတယ်။

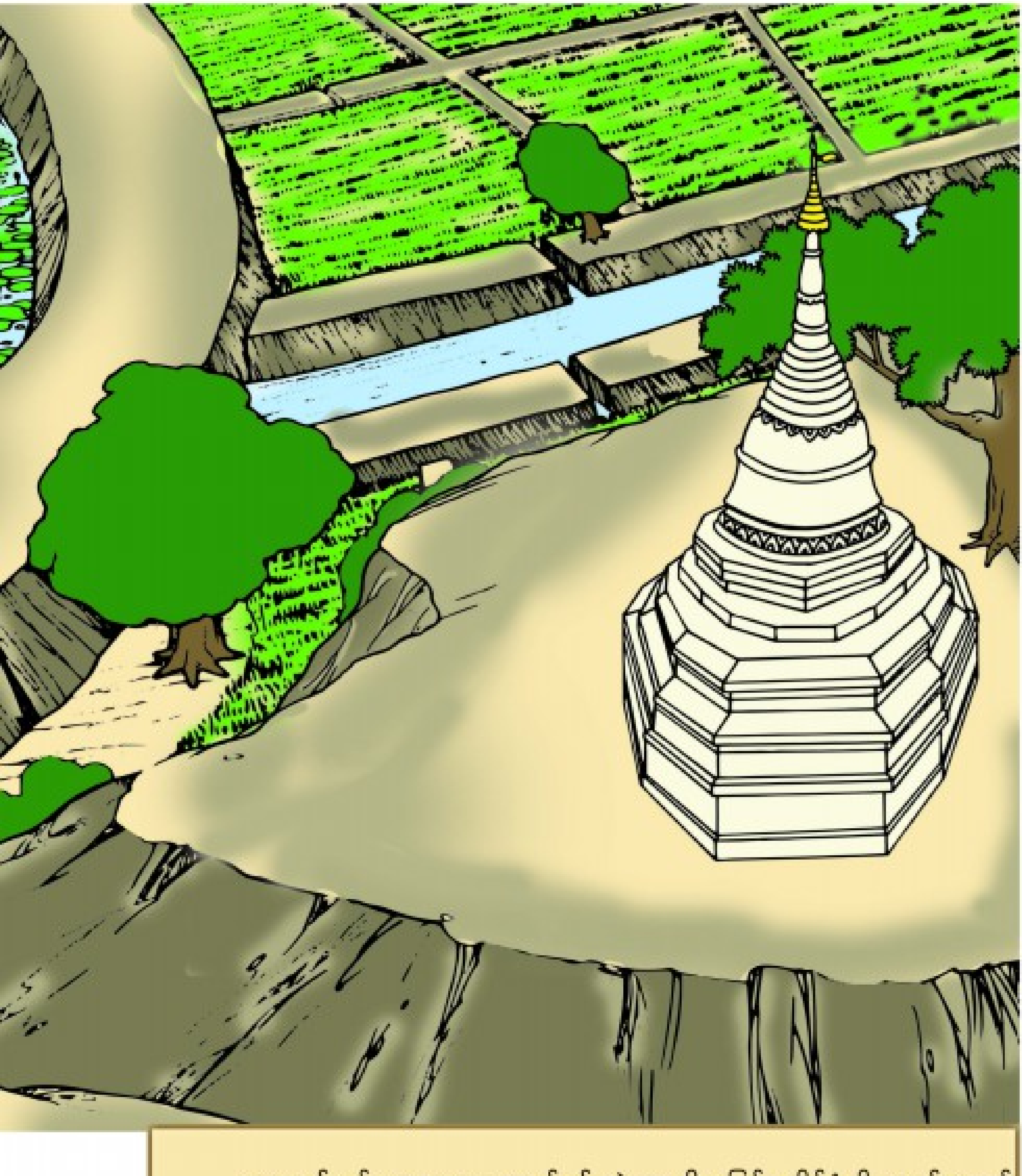
ဦးအောင်ဇေယျဟာ မုဆိုးဘိုရွာကို ပတ်ဝိုင်းပြီး ထန်းလုံးတပ်တည်ဆောက်ခဲ့တယ်။ လာတိုက်တဲ့ ရန်သူတွေကို ထန်းလုံးတပ်ထဲကနေပြီး တွန်းလှန်ပစ်ခဲ့တယ်။

ဦးအောင်ဇေယျဟာ နိုင်ငံတော်အတွက် သက်စွန့်ကြိုးပမ်းခဲ့သူတွေကို ချီးမြှင့်မြှောက်စားခဲ့တယ်။

ဦးအောင်ဇေယျဟာ မုဆိုးဘိုရွာကို ရတနာသိင်္ဃကုန်းဘောင်လို့ အမည်ပေးပြီး မြို့တော်တည်ခဲ့တယ်။ အဲဒီမြို့တော်မှာ ထီးနန်းစိုးစံခဲ့တယ်။

အလောင်းမင်းတရားဆိုတဲ့ ဘွဲ့ကိုလည်း ခံယူခဲ့တယ်။ အလောင်းမင်းတရားဟာ တစ်နိုင်ငံလုံးကို စည်းရုံးနိုင်ခဲ့ပြီး မြန်မာနိုင်ငံကို ပြည်ပရန်သူတွေရဲ့ ကျူးကျော်မှုအန္တရာယ်ကနေ ကာကွယ်ပေးနိုင်ခဲ့တယ်။

အလောင်းမင်းတရားဟာ စီးပွားရေးနဲ့ သာသနာရေးတိုးတက်စေဖို့ ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ခဲ့တယ်။ စိုက်ပျိုးရေးအောင်မြင်စေဖို့ မဟာနန္ဒာကန်ကို တူးဖော်ပေးခဲ့တယ်။



အလောင်းမင်းတရားဟာ ကျယ်ဝန်းတဲ့ တတိယမြန်မာနိုင်ငံကို တည်ထောင်နိုင်ခဲ့တဲ့အတွက် မြန်မာ့သမိုင်းမှာ ထင်ရှားခဲ့တယ်။

## လေ့ကျင့်ခန်း (၁)

လုပ်ငန်း(၁) အနော်ရထာရဲ့ အရည်အချင်းတွေထဲက အားကျတဲ့ အရည်အချင်းကို အမှန်(✔) ခြစ်ပါ။ ဘာကြောင့် အားကျရသလဲ ပြောပြပါ။

| အနော်ရထာ၏ အရည်အချင်းများ | |
|---|---|
| သတ္တိရှိခြင်း | |
| ခေါင်းဆောင်နိုင်ခြင်း | |

လုပ်ငန်း(၂) အနော်ရထာရဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေထဲက နှစ်သက်တဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေကို အမှန်(✔) ခြစ်ပါ။

လုပ်ငန်း(၃) လုပ်ငန်း(၂)တွင် အမှန်(✔)ခြစ်ထားတဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေကို ဘာကြောင့် ကြိုက်နှစ်သက်ရသလဲ ပြောပြပါ။

## လေ့ကျင့်ခန်း (၂)

လုပ်ငန်း(၁) ဘုရင့်နောင်ရဲ့ အရည်အချင်းတွေထဲက အားကျတဲ့ အရည်အချင်းကို အမှန်(✔) ခြစ်ပါ။ ဘာကြောင့် အားကျရသလဲ ပြောပြပါ။

| ဘုရင့်နောင်၏အရည်အချင်းများ | |
|---|---|
| ကျန်းမာသန်စွမ်းခြင်း | |
| ရဲရင့်ခြင်း | |
| ဉာဏ်ထက်မြက်ခြင်း | |

လုပ်ငန်း(၂) ဘုရင့်နောင်ရဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေထဲက နှစ်သက်တဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေကို အမှန်(✔) ခြစ်ပါ။

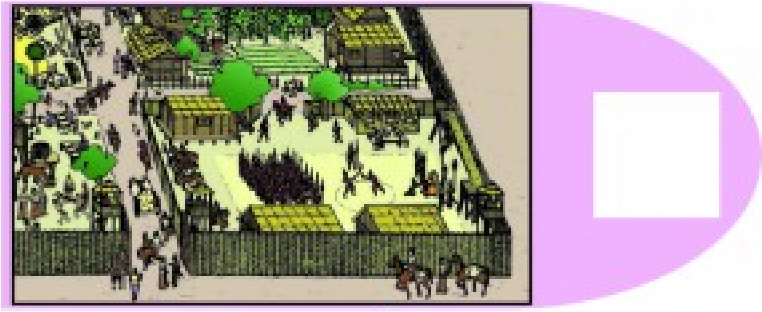
လုပ်ငန်း(၃) လုပ်ငန်း(၂)တွင် အမှန်(✔)ခြစ်ထားတဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေကို ဘာကြောင့် ကြိုက်နှစ်သက်ရသလဲ ပြောပြပါ။

## လေ့ကျင့်ခန်း (၃)

လုပ်ငန်း(၁) အလောင်းမင်းတရားရဲ့ အရည်အချင်းတွေထဲက အားကျတဲ့ အရည်အချင်းကို အမှန်(✔) ခြစ်ပါ။ ဘာကြောင့်အားကျရသလဲ ပြောပြပါ။

| အလောင်းမင်းတရား၏ အရည်အချင်းများ | |
|---|---|
| ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်ခြင်း | |
| ဉာဏ်ရည်ထက်မြက်ခြင်း | |

လုပ်ငန်း(၂) အလောင်းမင်းတရားရဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေထဲက နှစ်သက်တဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေကို အမှန်(✔) ခြစ်ပါ။



လုပ်ငန်း(၃) လုပ်ငန်း(၂)တွင် အမှန်(✔) ခြစ်ထားတဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေကို ဘာကြောင့် ကြိုက်နှစ်သက်ရသလဲ ပြောပြပါ။

လုပ်ငန်း(၄) အခန်း(၆) သင်ခန်းစာ (၃)ခုထဲက ဘယ်သင်ခန်းစာကို အနှစ်သက်ဆုံးလဲ။ ဘာကြောင့်နှစ်သက်တာလဲ ပြောပြပါ။

လုပ်ငန်း(၅) မိမိတို့ဒေသမှာ နေထိုင်တဲ့သူ ဒါမှမဟုတ် မိမိသိတဲ့ လူတွေထဲက နှစ်သက်သူတစ်ယောက်ရဲ့အကြောင်းကို ပြောပြပါ။
(က) သူက ဘယ်သူလဲ။
(ခ) ဘာကြောင့် နှစ်သက်ရသလဲ။

လုပ်ငန်း(၆) ခေါင်းဆောင်ကောင်းတစ်ယောက်ရဲ့ အရည်အချင်းတွေကို ပြောပြပါ။

CREATE

JICA

မြန်မာနိုင်ငံပညာရေးဝန်ကြီးဌာနမှ အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ရာတွင်
ဂျပန်နိုင်ငံတကာ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရေးအေဂျင်စီမှ နည်းပညာကူညီပံ့ပိုးမှုပေးပါသည်။