



SIMPLE STEPS

ကျော်ကျော်ညီညီလကဖျော်စိ

တၢ်ဖးလံာ် တၢ်ကွဲးလံာ် တၢ်သးဝံင်တၢ် တၢ်လိာ်ကွဲး တၢ်ကတိာ်(တဲတၢ်)

တၢ်သ့လံာ်သ့လံာ်အခိၣ်ထံးခိၣ်ဘိတဖၣ်

ဒီးန့ၣ်ဘၣ်ခိၣ်ဖးသ့ခိၣ်ဖျါလၢနမၤလၢပျဲတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢအပူၤသ့ၣ်တဖၣ်!

ဟ့ၣ်ကုၣ်ဟ့ၣ်ဖးဝဲဖိသၣ်စးထီၣ်လၢအိၣ်ဖျါ တုၤလၢထီၣ်တၢ်ဘျီကွီ(မူကွီ)သ့သ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

မၤဝံၤမၤတၢ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤညီညီဖိလွံ(၄)ခါလၢယံာ်(၅)ခါအဖီခိၣ်ဝံၤဒီးကျးထီၣ်စတံၣ်ကၢၣ်(sticker) လၢတၢ်ကတိာ်လၢအလီၤပလီၢ်အပူၤန့ၣ်တက့ၢ်. စတံၣ်ကၢၣ်(sticker)မ့ၢ်ပျဲထီၣ်ယံာ်(၅)ခါဒီးန့ၣ်ဘၣ်ခိၣ်ဖးန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဖးလံာ်—ဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်သးအိၣ်အဲၣ်ဖးလံာ်ကမၤစၢနဖိလၢအကမၤလိတၢ်လၢအတၢ်အိၣ်မူအပူၤဒီတစါညါလီၤ.

- ☐ ၁. လဲၤလၢလံာ်ရီၤဒီးဖဲကွၢ်လီၢ်န့ၣ်လံာ်သ့ၣ်တဖၣ်လၢကဖးအီၤလၢဟံၣ်
- ☐ ၂. လဲၤဒီကန့ၣ်လံာ်ရီၤဒီးအတၢ်တဲပူၤအဆၢကတီၢ်(Story Time)
- ☐ ၃. တ့ထီၣ်တၢ်ဖးလံာ်လီၢ်လၢအမ့ၢ်ဒီးသုးတၢ်မၤကလၢသးလၢကဖးလံာ်အဂီၢ်
- ☐ ၄. ဟးဆ့ၣ်တရံးလၢနဟံၣ်ခိၣ်ဟံၣ်ယၢဒီးဒုးန့ၣ်လံာ်မဲၣ်ဖျါလၢနထီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်
- ☐ ၅. ဖးလံာ်ဒ်သီးသီးလၢတၢ်ချၢ

တၢ်ကွဲးလံာ်—ကွဲးစဝံၤစဝံၤလံာ်(ကွဲးကွဲး), ဆွဲတၢ်ဒီးသုးအစုနၢဘိထီၣ်ပျါသ့ၣ်တဖၣ် ကမၤစၢကတိာ်ကတီၢ်နဖိလၢကစးထီၣ်ကွဲးလံာ်အဂီၢ်

- ☐ ၁. လိာ်ကွဲးဖၣ်စိၣ်ဒ်သီးသီး(puzzle—တၢ်လိာ်ကွဲးအကွဲးအခိတကလုာ်လၢပျဲဘၣ်ထီထီၣ်အီၤလၢအလီၢ်ဘၣ်ကျဲဘၣ်)
- ☐ ၂. သုဖျါဒိၣ်(play-doh) ဒီးပာ်လိာ်ကွဲးအီၤလၢတၢ်အိၣ်. (play-doh—တၢ်လိာ်ကွဲးတကလုာ်လၢအလီၢ်ကံးဒီးကပံာ်ဘၣ်ဆၣ်အိၣ်ဒီးအလွဲၢ်)
- ☐ ၃. ကွဲးလံာ်မဲၣ်ဖျါ မ့တမ့ၢ် ဆွဲတၢ်အနၢၣ်ဒိၣ်ယီၤအကွၢ်အဂီၢ်လၢတၢ်ချၢ (ဒီးဟီၣ်ခိၣ်ဝါ, လၢမဲၣ်ဖိခိၣ် မ့တမ့ၢ်စနီၣ်ဖိခိၣ်)
- ☐ ၄. ဆွဲနဟံၣ်ဖိယီၤဖိအဂီၢ်ဒီး တဲသကိးပျဲတကမၤစုာ်စုာ်အတၢ်လီၤဆီသ့ၣ်တဖၣ်
- ☐ ၅. တီၢ်လီၤတၢ်အကျိၤယီၤဖိတကျိၤလၢလံာ်ကဘျံးအဖီခိၣ် ဒီးမၤနဖိတံာ်တံာ်အီၤ မ့တမ့ၢ် ဖျိယာ်အီၤလၢတၢ်အကျိၤအဝဲန့ၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.



တၢ်သးဝံၣ်တၢ်–တၢ်သးဝံၣ်မၤစၢၤန့ၣ်ဖိသးကနၣ်ဟ့ၣ်တၢ်ကတိၤဖျါအကလုာ်သ့ၣ်တဖၣ် ဒီးမၤစၢၤအဝဲသ့ၣ်လၢ ကန့ၣ်အါထီၣ်တၢ်ကတိၤအဖျါတဖၣ်!

- ☐ ၁. အိၣ်ထီၣ်တၢ်သးဝံၣ်ဒီး ဂဲၤကလံၣ်ဒ်သးသး
 - ☐ ၂. ယုတၢ်ပီးတၢ်လီၤလၢအအိၣ်လၢနဟံၣ်ပူၤ ဒီးလိာ်ကွဲၤဟံၣ်ကဲအိၣ်ဒ်တၢ်ဒုတၢ်အူအသိး
 - ☐ ၃. ထုးထီၣ်ဒီးသးဝံၣ်ဂဲၤလိာ်ကွဲၤထီၣ်သးဝံၣ်လၢနကစၢ် ဖဲနမၤဟံၣ်တၢ်မၤအခါ
 - ☐ ၄. ဒိကနၣ်သကိးတၢ်သးဝံၣ်အကလုာ်လၢအသီတဖၣ်
 - ☐ ၅. သးဝံၣ်တၢ်သးဝံၣ်လၢနဘၣ်သးအိၣ်ကတၢ်(ကွဲး)တယုာ်; ဒီးသးဝံၣ်အိၣ်ချူ ထီၣ်န့ၣ်ဒီးအလီၢ်, ချူ ထီၣ်ဒီးချူ ထီၣ်ကွၢ်ကွၢ်

တၢ်လိာ်ကွဲၤ–တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲၤအဆၢကတီၢ် ကဟ့ၣ်ဝဲဒၣ်န့ၣ်ဖိအတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်ဒ်ကကုာ်ထီၣ်ပသီထီၣ်လၢ တၢ်ကျူ ခိၣ်န့ၣ်, တၢ်ကတိၢ်သ့ၣ်ဖျါတဖၣ်, ဒီးသ့ၣ်လိာ်မၤသကိးတၢ်ဒီးပုၤဂၤ.

- ☐ ၁. ထီၣ်ထီၣ်တၢ်လိာ်ကွဲၤအကုာ်ဖိ မ့တမ့ၢ် စးခိတလါဖိ လၢအဖိခိၣ်တပတီၢ်ဒီးတပတီၢ် တုၤအထီၣ်ကတၢ်ဖဲ နမၤသ့
- ☐ ၂. ဂဲၤကဲဒိဒ်နကဲဆၣ်ဖိကိာ်ဖိတကလုာ်; ဒီးကိးသိၣ်ဒ်ဆၣ်ဖိကိာ်ဖိအဝဲန့ၣ်ကိးသိၣ်အသိး
- ☐ ၃. ကွဲၤလိထီၣ်ဖျါဘီလ်(balls) မ့တမ့ၢ် တၢ်ပီးတၢ်လီၤလၢအကပုာ် ဆူတလါဖိအပူၤ မ့တမ့ၢ် တယၢ် အအပူၤ
- ☐ ၄. တုၤထီၣ်တၢ်အကွၢ်အဂီၢ်တမံၤမံၤဒီးတၢ်ပီးတၢ်လီၤလၢနထံၣ်အိၣ်လၢတၢ်ချၢ
- ☐ ၅. သူဖျါဒိၣ်(play-doh) လၢကတုၤထီၣ်တၢ်သးသမူအိၣ်အကလုာ်တဖၣ်, ကဲဒိတၢ်အိၣ်ဒီးတဲထီၣ်အိၣ်လၢတၢ်တဲပူၤအသိး

တၢ်ကတိၤ(တဲတၢ်)–သံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်ဒီးစံးကတိၤသကိးတၢ်ဒီးန့ၣ်ဖိမၤစၢၤအဝဲသ့ၣ်လၢကမၤလိအါထီၣ်တၢ်ကတိၤ ဖျါလၢအသီတဖၣ်.

- ☐ ၁. နးနဲၣ်တၢ်အိၣ်အကလုာ်တဖၣ်လၢတၢ်ဆါတၢ်အိၣ်အလီၢ် ဒီးသံကွၢ်န့ၣ်ဖိတၢ်အိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်အမံၤ မ့ တမ့ၢ် အလွဲၢ်
- ☐ ၂. လဲၤဟးကသုၣ်ကသီသကိးန့ၣ်ဖိလၢဖိကရၢၢ်(park) ဒီးယုကွၢ်လိာ်ကွဲၤသကိးဆၣ်ဖိကိာ်ဖိဒီးတၢ်ယၢ်ဖိ သ့ၣ်တဖၣ် မ့ၢ်နကထံၣ်ပုၤကလုာ်လဲၣ်
- ☐ ၃. တဲပုးန့ၣ်ဖိတၢ်သၢမံၤလၢနအဲၣ်ဘၣ်ယးဒီးအိၣ်
- ☐ ၄. ဂံၢ်သကိးခိၣ်သ့ၣ်ဖဲနဟးခါထီၣ်နခိၣ်ဒီးန့ၣ်ဖိအခါ
- ☐ ၅. မၤန့ၣ်ဖိမၤစၢၤနလၢ ကနီၤဖးလီၤတၢ်ဆျၢၣ်အကလုာ်တဖၣ်လၢအကလုာ်ဒၣ်ဝဲစုာ်စုာ်; တဲသကိးဘၣ်ယး တၢ်ကူတၢ်ကၤအညၣ်သ့ၣ်တဖၣ်လၢအလီၤဆီ မ့တမ့ၢ် လီၤကဲလိာ်အသးဒ်လဲၣ်