

မူကြိုကျောင်းနေအရွယ်များ - မှီခိုကင်းသည့် စွန့်စားသူများ 3½ - 5 YEARS - BURMESE 3½ - 5 နှစ်



သင့် ကလေး သင်ယူနေသည့် ကျွမ်းကျင်မှုများ

သင့်ကလေးသည် သိသိသာသာအစီအစဉ်ကင်းလာပြီး စွန့်စားတတ်လာသည်။ များသောအားဖြင့် စူးစမ်းလေ့လာပြီး အရာဝတ္ထုများအပေါ် တွယ်တက်လာပါသည်။ ဤအဆင့်၌ ကလေးများသည် အန္တရာယ်ကို နားမလည်သဖြင့် တစ်ချိန်လုံး ကြီးကြပ်ပေးရန် လိုအပ်သည်။

အိမ်တွင်

- အိမ်အနီးအနားတွင် ဘေးကင်းလုံခြုံရေး အကြောင်းကို သင့် ကလေးအား သင်ကြားပေးပါ။
- သန့်ရှင်းရေးသုံးကုန်ပစ္စည်းများ၊ ငါးဖွားသတ်ဆေးများနှင့် ဆေးဝါးများ အပါအဝင် အဆိပ်အတောက် အားလုံးကို ကလေးများ လက်လှမ်းမမီသော နေရာ၌ ထားပါ။ ကြမ်းပြင်မှ 1.5 မီတာမြင့်သော ဘီရို၌ ကလေးမဖွင့်နိုင်အောင် သော့ခတ်၍ထားလျှင် ပိုကောင်းပါသည်။ ကလေးဖွင့်၍မရသော အဖုံးများမှာ 'ကလေးဖွင့်၍မရသောအဖုံးသာ' ဖြစ်ပြီး 'ကလေးအား အကာအကွယ်ပေးရန်' မဟုတ်ကြောင်း သိရှိထားပါ။
- ကြယ်သီးပုံစံခတ်ခဲများကို ကလေးများ လက်လှမ်းမမီသည့် အမြင့်နေရာ၌ ထားသိပြီး ကိရိယာပစ္စည်းများ (ဥပမာ- အဝေးထိန်းကိရိယာများ (Remote controls) ဝေါ်ရို ဓါတ်ခဲထည့်ခန်းများကို အလုပ်တံထားပါ။
- မီးခြစ်ဆံနှင့် မီးခြစ်များကို ကလေးများ လက်လှမ်းမမီသော နေရာ၌ ထားပါ။
- အရေးပေါ် အခြေအနေ၌ မီးဘေးအန္တရာယ်မှ လွတ်မြောက်ရန် အစီအစဉ်တစ်ခုပြုလုပ်ဖန်တီးပြီး ကလေးများနှင့် ပုံမှန် လေ့ကျင့်ထားပါ။ သင့် ကလေးများအား အကယ်၍ သူတို့ မီးလောင်မှုအတွင်း ကျရောက်နေလျှင် လေးဖက်တွင်းသွားပြီး သွား၊ သွား၊ သွားဟု သင်ကြားပေးထားပါ။ အကယ်၍ သူတို့၏ အဝတ်အစားများကို မီးစွဲလျှင် မည်သို့ ရပ်ရန်၊ လဲရရန်၊ ဖုံးရန်နှင့် လိမ့်ရန် ကိုလည်းသူတို့အား သင်ကြားပေးပါ။
- မကွဲမရှနိုင်သောမှန်များ သို့မဟုတ် အကွဲသော ဖလင်ပြားများကို နိုင်သည့် ပြတင်းပေါက်များနှင့် တံခါးများတွင် တပ်ဆင်ထားပါ။ ကလေး၏ ခေါင်းအမြင့် နေရာ၌ တောက်ပသည့် အရောင်ကပ်ခွာများကို ကပ်ထားပေးပါ။ သို့မှသာ သူတို့သည် သူတို့၏ လမ်းကြောင်း၌ မှန်ရှိကြောင်း သိမြင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။



ထိခိုက်မှု အဖြစ်များသည့် အကြောင်းရင်းများ

- စက်ဘီးများနှင့် စကူတာများကိုသို့သော ကစားစရာ ကိရိယာ သို့မဟုတ် ဘီးတပ်ကိရိယာများမှ လိမ့်ကျမှုများ
- ခွေးကိုကိုင်ခြင်း
- မော်တော်ယာဉ် တိုက်မှုများနှင့် ယာဉ်ထွက်ပေါက် တိုက်မှု ဖြစ်ရပ်များ။
- နောက်ဖေး ရေကူးကန်များ၊ ရေချိုးရေလောင်းများနှင့် အိမ်အတွင်းနှင့်အနီးတစ်ဝိုက်ရှိ အခြားသော ရေများတွင် ရေနစ်ခြင်း။

လမ်းနှင့်ဆိုင်သော အကြံဉာဏ်များ

- လမ်းအနီး၌ သင့် ကလေး၏ လက်ကို အမြဲတမ်း ကိုင်ထားပါ။ လူကူးလုံခြုံရေး စည်းမျဉ်းများကို ရှင်းပြပြီး ယာဉ်ကြော အချက်ပေးသင်တန်းများကို လိုက်နာ၍ လမ်းဖြတ်ကူးနေစဉ် ဥပမာကောင်းတစ်ခု ပေးပါ။
- ရပ်ရန်၊ ကြည့်ရန်၊ နားထောင်ရန်နှင့် စဉ်းစားရန် တို့ကို သင့် ကလေးအား သင်ကြားပေးပါ။

ကစားရာ နေရာ၌

- စက်ဘီးများ၊ စက်တံသုတ်များနှင့် စကူတာစီးစရာများတို့ အပါအဝင် သင့် ကလေး အသက်အရွယ်နှင့်ဖွံ့ဖြိုးမှု အဆင့်တို့နှင့် ကိုက်ညီသော ကစားစရာ ကိရိယာကို ရွေးပါ။
- ကြမ်းတမ်းသောလမ်းကြောင်းများ၊ ပန်းခြံဒေါင့်စွန်းနှင့် ခြံတိုင်များ အပါအဝင် အန္တရာယ်များမှ အဝေးတွင် ကစားကွင်းကိရိယာများနှင့် ကစားစရာအခန်းငယ်များကို တပ်ဆင်ပါ။ အန္တရာယ်မှကာကွယ်ပေးသည့် ပစ္စည်းများ (ဥပမာ သရေးပြား) ကို ကိရိယာ၏ အောက်ခြေနှင့် ချောဆင်းသည့်နေရာ၌ ထားရှိပေးပါ။
- ကစားစရာကိရိယာ အားလုံးမှ ချောဆင်းမည့်အမြင့်နေရာသည် 1.5 မီတာထက် မမြင့်စေရ။
- ဩစတြေးလျနိုင်ငံ စံနှုန်း AS 4989 နှင့်ကိုက်ညီသည့် ခုန်ပျံပတ္တမြားချပ် (trampoline) ကိုရှာဝယ်ပါ။ ၎င်းတွင် အန္တရာယ်ကင်း အခုအခံများနှင့် ပိုက်ကွန်များ ပါရှိရမည်။
- 30 စင်တီမီတာထက်နက်သော ရေကူးကန်များနှင့် ရေခဲခဲစိမ့်ကန်များ အားလုံးကို အန္တရာယ်ကင်း အကာအရံများ တပ်ဆင်ထားရမည်။ အကာအရံများနှင့် ဝတ်တံခါးများ ကောင်းမွန်နေကြောင်း သိရှိစေရန် ပုံမှန် စစ်ဆေးထိန်းသိမ်းထားပါ။
- သင့်ကလေးများ တိရစ္ဆာန်များနှင့် ကစားနေသည့်အခါ နီးနီးကပ်ကပ် ကြီးကြပ်ပေးပါ။
- သင့် ကလေးသည် စက်တံစီးသည့်အခါ သို့မဟုတ် စက်ဘီး၊ စက်တံသုတ် သို့မဟုတ် စကူတာ စီးသည့်အခါ ဦးထုပ်အမာကို မှန်မှန်ကန်ကန်နှင့် ဖြည့်စွာ အမြဲတမ်း ဝတ်ဆင်စေပါ။ ကလေးများသည် စက်တံစီးသည့်အခါ လက်ကောက်ဝတ်ရိုး အကာအရံများ၊ တံတောင်ဆစ်နှင့် ခူး အခုအခံများကိုလည်း ဝတ်ထားသင့်သည်။
- စက်ဘီး၊ စကူတာနှင့် စက်တံ စီးသည့်အခါတိုင်း ကြီးကြပ်ပေးပါ။
- ကလေးများအား လမ်းမပေါ်တွင် စက်ဘီးစီးရန် သို့မဟုတ် စက်တံစီးရန် ခွင့်မပြုပါနှင့်။
- ကလေးများ၏ မျက်စိခန့် အမြင့်နေရာ၌ရှိသော သစ်ပင် အကိုင်အခတ်များနှင့် ခြံနွယ်များကို ဖြတ်ပစ်ပါ။

မူကြိုကျောင်းနေအရွယ်များ- မှီခိုကင်းသည့် စွန့်စားသူများ 3½ - 5 နှစ်

ကားနှင့်ဆိုင်သော အကြံဉာဏ်များ

- သင့်ကလေးငယ်အား မည်သည့်အခါမျှ ကားအတွင်း တစ်ယောက်တည်း မထားပါနှင့်။ ကားအတွင်း အပူချိန်သည် အမြင့် အပူချိန်ထက် 20 - 30° အထိ ပို၍ ပူနိုင်သည်။ သင် ကားမှ ထွက်ခွာသည့်အခါ အသေးအဖွဲ့သွားယူသည့် တိုင်အောင် သင့် ကလေးကို တပါတည်းခေါ်သွားပါ။
- သိုင်းကြီး အသင့်ပါသည့် သို့မဟုတ် အတည်ပြုထားသည့် ထိုင်ခုံမြင့်စုံတစ်ခုပါရှိသော အတည်ပြုထားပြီး အသေအချာ ခြံအောင်ကိုက်ညီထားသည့် အရှေ့ဖက်ကို မျက်နှာမူထားသော ကလေးကားထိုင်ခုံကို သုံးပါ။
- သင့် ကလေးသည် သူတို့၏ ကားထိုင်ခုံကို ကန့်သတ် အရွယ်အစားခန့် ကြီးပြင်းလာသည်အထိ အသုံးပြုရပါမည်။
- ခရီးသွားနေစဉ်အတွင်း ရေခဲခဲချိုတို့ကို ရှောင်ကြဉ်ရန် အေးသော အရည်များများ တိုက်ပေးပါ။
- ကလေးများ ယာဉ်ကြောပေါ်တွင် ရောက်နေမှု လျော့နည်းလာစေရန် လမ်းပလက်ဖောင်းဘေး၌ ကားအတက်၊ အဆင်း ပြုလုပ်စေပါ။

ကလေး ကားထိုင်ခုံများနှင့် ရေကူးကန်၊ ရေခွေးစိမ်ကန် အကာအရံများအတွက် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ အပါအဝင် ဤအချက်အလက်စာရွက်ပါ အကြောင်းအရာတစ်ခုခုနှင့် ပတ်သက်သည့် အသေးစိတ်အချက်အလက်များ ပိုမိုသိရှိလိုပါက ကျေးဇူးပြု၍ www.kidsafevic.com.au တွင်ကြည့်ရှုပါ။

အထွေထွေ ဘေးကင်းလုံခြုံရေး အကြံဉာဏ်များ

1. သင့်တွင် လက်ရှိအသုံးဝင်သော အရေးပေါ်အသက် ကယ်နည်း (CPR)/ ရှေ့ဦးသူနာပြုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ ရှိရပါမည်။
2. သင့်ကလေးအား အခြေခံ ရေကူးအတတ်ပညာကို သင်ကြားပေးပြီး ကျွမ်းကျင်သော ရေကူးသင်တန်းများတွင် အပ်နှံပါ။
3. ရေကူးကန်အတွင်း သို့မဟုတ် အနီးတစ်ဝိုက်တွင် စည်းမျဉ်းများ သတ်မှတ်ထားပါ။ အချိန်တိုင်း ကလေးများအား အနီးကပ် ကြီးကြပ်ပေးပါ။
4. အိပ်ခန်းနေရာ အပြင်ဖက်၌ မီးအချက်ပြကိရိယာများ တပ်ဆင်ပါ။ ၎င်းတို့အား စစ်ဆေးသည့် ခလုတ်ကို နှိပ်ပြီး လစဉ် စစ်ဆေးပါ။ ဓါတ်ခဲကို နှစ်စဉ် လဲပေးပါ။ မှန်မှန်ကန်ကန် အလုပ်လုပ်သည့်မီးအချက်ပြ ကိရိယာများသည်သာ လူ့အသက်ကို ကယ်တင်ပေးပါသည်။
5. ခွေးများအား အစာကျွေးနေစဉ် ကလေးများကိုခွေးအနားသို့ မသွားပါစေနှင့်။ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်များ အနီးရှိ ကလေးများအား အခြံတမ်း ကြီးကြပ်ပေးပါ။
6. သင့် ကလေး၏ အသက်အရွယ်၊ ဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့်ကိုက်ညီသည့် ကစားစရာကိရိယာနှင့် အရုပ်များကို ရွေးချယ်ပေးပါ။



ပိုမိုသော အချက်အလက်များ အတွက်

Kidsafe Victoria

9036 2306

အဆိပ်အတောက် သတင်းအချက်အလက် စင်တာ

13 11 26

မိခင်မွေးဖွားဆိုင်ရာနှင့် ကလေးကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ 24 နာရီ ဖုန်းလိုင်း

13 22 29

Raising Children Network

ဗစ်တိုးရီးယားပြည်နယ် သုံးစွဲသူရေးရာဆိုင်ရာ ကစားစရာအရုပ်နှင့်

1300 364 894

www.raisingchildren.net.au

မွေးကင်းစကလေး ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရေး ဖုန်းလိုင်း

ကလေးထိန်းကျောင်းရေးဆိုင်ရာ အရေးပေါ်ဖုန်း ဗစ်တိုးရီးယား

132 289

ထောက်ခံသူ-



Education
and Training

