

(၄-၂-၂၀၂၀)ရက်နေ့နှင့် (၅-၂-၂၀၂၀)ရက်နေ့များတွင် ဝဏ္ဏသိဒ္ဓိအားကစားရုံ(B) ၌ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့သည့် အားကစားနှင့်ကာယပညာသိပ္ပံကျောင်း (၆)ကျောင်း ဆောင်ရွက်နေမှုများကို သုံးသပ်ခြင်းနှင့်ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေး အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲတွင် ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးဒေါက်တာမြင့်ထွေး ပြောကြားခဲ့သည့်အဖွင့်မိန့်ခွန်း ကောက်နုတ်ချက် နေပြည်တော်။

၂၀၂၀ ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ (၄)ရက်နေ့

- ယနေ့အခမ်းအနားကို ကြွရောက်လာကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။ ကျွန်တော့်အနေနဲ့ ဆရာတို့အားလုံးကို ပညာရပ်ပိုင်းဆိုင်ရာမှာ အလွန်လေးစားတဲ့ အကြောင်း ပထမဦးစွာ ပြောကြားလိုပါတယ်။
- အားကစားနှင့်ကာယပညာသိပ္ပံကျောင်း (၆)ကျောင်းရဲ့ ဆောင်ရွက်နေမှုများကို သုံးသပ်ခြင်းနှင့် ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေးကိစ္စရပ်များဟာ ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံရဲ့ အားကစားလောကအတွက် အလွန်အရေးကြီးတဲ့ကိစ္စရပ်တစ်ရပ်အဖြစ် ဆရာတို့ဒီမှာထိုင်နေတဲ့သူအားလုံးက ဆွေးနွေးကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- အားကစားလောကတိုးတက်အောင် ဘယ်လို Roadmap၊ ဘယ်လို Framework ချမယ်၊ ဒီကျောင်းတွေကို ဘယ်လိုလုပ်မယ်ဆိုတာကို ဆရာတို့က ဆွေးနွေးကြဖို့ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အလွန်အရေးကြီးတဲ့ Workshop ဖြစ်ပါတယ်။
- ဆရာတို့က shape လုပ်မယ်၊ ပုံဖော်တွေ့မယ်၊ အားကစားလောကကိုဆက်ပြီးတော့ အရှေ့တောင်အာရှလက်ရွေးစင်၊ အာရှလက်ရွေးစင်၊ ကမ္ဘာ့လက်ရွေးစင်အထိကို ရည်မှန်းရမယ်၊ အနည်းဆုံး အာရှအဆင့်ထိရောက်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမယ်ဆိုတာကို ဆွေးနွေးရန်ဖြစ်ပါတယ်။
- ဆရာတို့မှာ အကြံဉာဏ်တွေ အများကြီးရှိပါတယ်။ အရင်ကအခြေအနေ အကြောင်းကြောင်းကြောင့် မပြောနိုင်ခဲ့လို့ လူကြီးတွေကမသိဘူး၊ ယခုဒီနေရာမှာ ဆရာတို့က အကုန်ပြောရမယ်၊ ဒီမှာတက်တဲ့ participant အားလုံးဟာ အတူတူပဲဖြစ်ပြီး ကိုယ့်ရှုထောင့်ကနေကိုယ်ပြောရမည်ဖြစ်ပါတယ်။ ပြောတာကိုဘာမှ ဝန်မလေးပါနှင့် ပြောတဲ့သူအားလုံးဟာ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြတ်ပြတ်သားသား အကောင်းမြင်ဝါဒ positive perspective and thinking နဲ့ ပြောစေချင်ပါတယ်။

- ယခင်သုံးသပ်ချက်နှင့် ပြုပြင်ခြင်းအတွက် report တစ်ခုရှိပါတယ်။ brainstorming လုပ်တဲ့ report ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော့်အနေနှင့် ဘာလုပ်ချင်သလဲဆိုတော့ ကျောင်း (၆) ကျောင်းမှာ သင်တန်းပေးနေတဲ့ပုံစံတွေ ဟုတ်သလား/ မဟုတ်ဘူးလား၊ အားကစားအချိန်ကိုရော လုံလုံလောက်လောက် ပေးသလား/ မပေးဘူးလား၊ သိပ္ပံနည်းကျ training ပေးသလား/ မပေးဘူးလား၊ ဒီမှာပညာရှင်များပါပါတယ်၊ ပြေးနေတာ stamina ကောင်းရုံ strong ဖြစ်ရုံသာမက သိပ္ပံနည်းကျဖြစ်အောင် လုပ်ရမည်ဖြစ်ပါတယ်။ သိပ္ပံနည်းကျမဖြစ်သေးပါက ဖြစ်အောင်ဘာတွေပံ့ပိုးပေးရမလဲ၊ scientific approach, biometrics ဒါတွေအကုန်လုံးကိုလုပ်မယ်၊ နောက်တခါ သင်တန်းသားတွေကို ဆန်းစစ်မှုပုံစံက ဟုတ်သလား/ မဟုတ်ဘူးလား၊ ကြည့်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ကျောင်းသားတွေ ဆန်းစစ်တဲ့ပုံစံက computerize လုပ်ထားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာ-မခင်သည် high jump ပထမဆန်းစစ်ချက်မှာ လေးပေနဲ့ဘယ်လောက်လက်မ နောက်ဆန်းစစ်ချက်မှာ ဘယ်လောက်တက်လာလဲ၊ ကျောင်းသားတွေအားလုံးရဲ့ individual record, progress record က computerized system လုပ်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာ - မခင်သည် high jump ပဲဖြစ်ဖြစ် long jump ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မီတာ (၁၀၀)ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မီတာ (၅,၀၀၀)ပဲဖြစ်ဖြစ် သတ်မှတ်ကာလမှာ တိုးတက်မှုမရှိဘူးဆိုရင် ဘာကြောင့်မတက်သလဲ သူမက မကြိုးစားလို့လား၊ နည်းပြကြောင့်လား၊ ဘာတွေလိုနေလို့လဲ၊ အားမရှိလို့လား၊ သုံးလတစ်ခါ ကျောင်းသားတစ်ဦးချင်းစီကို သုံးသပ်ရမယ်၊ သုံးသပ်တဲ့အခါ ဒုတိယကျောင်းအုပ်တွေ၊ နည်းပြတွေ၊ သူ့ရဲ့အနီးကပ်ရှိနေတဲ့ individual coach တွေရပါမယ်၊ ထိုင်ပြီးသေသေချာချာစဉ်းစားရမယ်၊ လူတိုင်းက တိုးတက်နေရမယ်၊ မတိုးတက်ရင် ဘာကြောင့်လဲ၊ ဒါတွေကိုသုံးသပ်ရမယ်၊ လုပ်မှရမယ်၊ အစားအသောက်ကိုလည်း စဉ်းစားရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- မိမိတို့ကျွေးတာ ဟုတ်သလား/ မဟုတ်ဘူးလား၊ ပိုက်ဆံပိုပေးသင့်ရင်ပေးရမယ်၊ ၁၀၀၀ ဆို ၁၀၀၀ ပိုပေးမယ်၊ ပိုပေးတဲ့အခါ ကျွန်တော်တို့ဘက်မှာလည်း nutritionist တွေရှိတယ်၊ ဆရာတို့ဘက်မှာလည်း ဆရာဝန်တွေရှိတယ်၊ တကယ်ပဲ nutritious food ဖြစ်ရဲ့လား အလေးမမှာကျွေးတာနဲ့ ပြေးခုန်ပစ်မှာကျွေးတာ မတူပါဘူး၊ အောင်လအန်ဆန်းတောင်မှ သူစားတဲ့အစာက မတူဘူး၊ မိမိတို့ကအဲဒီဟာတွေကို သုံးသပ်ရမယ်၊ သုံးသပ်တဲ့အခါမှာ ပညာရှင်တွေနဲ့ သုံးသပ်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

- ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်နဲ့ အဖွဲ့ကတော့ ထိုင်းနိုင်ငံကို အမြန်ဆုံးသွားကြည့်သင့်ပါတယ်။ သူတို့ကျောင်းတွေမှာ training ဘယ်လိုပေးနေလဲဆိုတာကြည့်ပြီး ပြန်ရောက်ရင် ဒီ အစည်းအဝေးက ဆုံးဖြတ်ချက်ထွက်တာတွေနဲ့ ပြန်ကြည့်ပြီးတော့ လုပ်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့ဆီကကူးချဖို့ မဟုတ်ဘဲ လုပ်လို့ရတဲ့အရာမှန်သမျှ လုပ်ဖို့ဖြစ်ပါတယ်။ အခုလုပ်လို့ ရမယ့်အရာ အခုလုပ်မယ်။ နောက်(၁)နှစ်၊ (၂)နှစ် Resource ရှိတော့မှ လုပ်လို့ရမှာတွေကို လည်း လုပ်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီဟာတွေကို စဉ်းစားသုံးသပ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- နောက်တစ်ခုက မျိုးဆက်သစ်တွေကို ဘယ်လိုရှာနေလဲ၊ ဆရာတွေအနေနဲ့ ကျေနပ်ရဲ့လား၊ သွားပြီးတော့ ပြေးခုန်ပစ်တွေကိုဘယ် criteria နဲ့ရွေးမလဲ၊ ဘောလုံးကျတော့ ဘာနဲ့ရွေး မလဲဆိုတာ သတ်မှတ်ချက်တွေကို အဖွဲ့ချုပ်တွေရဲ့ ပညာရှင်တွေ အစည်းအဝေးလာ တက်တဲ့ထဲတွင် လက်ရွေးစင်ဟောင်းတွေ ပါရပါမယ်။ အဖွဲ့ချုပ်မှ နည်းစနစ်ကျွမ်းကျင်သူ တွေပါမယ်။ သူတို့ရဲ့ အကြံဉာဏ်တွေယူပြီး criteria တွေကို ပြောင်းသင့်ရင်ပြောင်းရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ပြီးခဲ့တဲ့အပတ်က နာဂဘက်ကိုရောက်ခဲ့ပါတယ်။ နာဂလူမျိုးတွေက Muscle တွေ ကျစ်လျစ် ပါတယ်။ ချင်းလူမျိုးတွေလည်း အလားတူပါပဲ။ ဘယ်လိုအားကစားနည်းတွေမှာ အားသာ နိုင်သလဲ၊ မျိုးဆက်သစ်တွေကို တိုင်းဒေသကြီးနှင့်ပြည်နယ်ပွဲတွေမှာ ရှာမှာလား၊ ကျောင်း ပြိုင်ပွဲတွေမှာရှာမှာလား၊ ဆရာတို့အားလုံး brainstorming လုပ်ပါ။ ဒီနေ့ဒီနေရာမှာသာ မကဘဲ ကျောင်းတွေမှာလဲ focus group ဆွေးနွေးပွဲတွေ လုပ်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ကျောင်း သားများရဲ့ focus Group ၊ နည်းပြတွေရဲ့ focus group ၊ အုပ်ချုပ်သူတွေရဲ့ focus group ကျောင်းသားဘက်ကအမြင်ကလည်း အရေးကြီးပါတယ်။ ဖြစ်နိုင်လျှင် စားဖိုမှူးတွေတောင် အုပ်စုဖွဲ့ပြီး focus group လုပ်ထားသင့်ပါတယ်။
- ကျောင်း (၆)ကျောင်းမှ စားဖိုမှူးတွေ၊ ဒုတိယစားဖိုမှူးတွေ ဘယ်လိုအကြံဉာဏ်ပေးမလဲ၊ group တွေဖွဲ့ပြီးတော့ focus group discussion တွေလုပ်ပါ။ နည်းပြမှာလည်း group တွေလုပ်ထားပါ။ နည်းပြမှာလည်း အားကစားနည်းတစ်ခုချင်း ပေါင်းလုပ်မယ်။ နောက် အကုန်လုံးပေါင်းလုပ်မယ်။ အဖြေတွေထွက်လာရင် အပေါ်ကနေ ဆရာတို့အားလုံးနဲ့ တိုင်ပင်ပြီး သုံးသပ်ကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- နောက်တစ်ခုက ကျောင်းသားတွေက နံနက် PT ထလုပ်၊ နံနက် (၇:၃၀)နာရီကနေ နေ့ခင်း (၁၂:၃၀) နာရီထိ ကျောင်းတက်၊ ထမင်းစား၊ တစ်နာရီလောက်နား၊ ညနေကျမှ မွန်းလွဲ

(၂:၃၀)နာရီကနေ ညနေ(၅:၃၀)နာရီအထိ training ဆင်းရ၊ ဒီအချိန်က အလွန်နည်းပါတယ်။ ညရောက်တော့လည်း စာဖတ်ရသေးတယ်။ ဒါကြောင့် ကျောင်း (၂)ကျောင်း (သို့မဟုတ်) (၁)ကျောင်းလောက်ကိုပဲ purely အားကစားပဲလုပ်မယ်။ အားကစားလုပ်တဲ့အခါမှာ ဦးနှောက်အလုပ်လုပ်ဖို့အတွက် စာကိုတော့သင်ရမယ်။ စာမေးပွဲမဖြေရဘူး၊ ပြီးရင်သူတို့ရှေ့ရေးကို ကြည့်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့ကို အားကစားမှူးခန့်မယ်။ ပညာရေးဝန်ကြီးဌာနမှာခန့်မယ်။ ဒါတွေလည်း စဉ်းစားရမှာဖြစ်ပါတယ်။

- ဆိုလိုတာက ပြောင်မြောက်တဲ့ အားကစားသမားထွက်လာဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ဥပမာ - ကျောင်းတစ်ကျောင်းကိုတော့ အဲဒီအတိုင်းလုပ်မယ်။ ကျောင်း (၆)ကျောင်းမှာရှိတဲ့ အတော်ဆုံးလူတွေကိုခေါ်ပြီး အဲဒီကျောင်းမှာထားပြီး ဆက်ပြီးပံ့ပိုးမယ်။ အဲဒီလိုလုပ်မလား၊ နေပြည်တော်မှာထားမလား၊ ဒီအတိုင်းသွားနေလို့မရပါဘူး။
- အခုလည်း အောင်မြင်သင့်သလောက် အောင်မြင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော့်အနေနဲ့ ဒီထက် (၅)ဆလောက် အောင်မြင်စေချင်ပါတယ်။ ပြီးခဲ့တဲ့ အရှေ့တောင်အာရှ အားကစားပြိုင်ပွဲတွင် ကံကောင်းလို့ ကမ္ဘောဒီးယားအောက် မရောက်ခဲ့တာဖြစ်ပါတယ်။ မကြာခင် (၂)လ (၃)လလောက်မှာစပြီး အကောင်အထည်ဖော်ရင် နောက် SEA Games အတွက်ကို ကျွန်တော်တို့က well-prepared ဖြစ်မှာပါ။
- ကျောင်း (၆)ကျောင်းကို ကြည့်တဲ့အခါမှာ (၂၀၁၉-၂၀၂၀) မှာ သန်း (၆,၂၃၃)သန်း ခွဲဝေချထားတယ်။ ပိုက်ဆံတွေကိုခွဲတဲ့နေရာမှာ သုံးသင့်တဲ့နေရာမှာသုံးသလား၊ မသုံးသင့်တဲ့နေရာတွေမှာ သုံးနေသလား၊ ဘယ်နေရာမှာသုံးရင် ပိုကောင်းမလဲ၊ ပိုက်ဆံတွေခွဲဝေ အသုံးချမှုပုံစံတွေကို လေ့လာသင့်ပါတယ်။ ဘတ်ဂျက်ကလူရယ်၊ ကျောင်းအုပ်ရယ်၊ ဗဟိုကလူရယ် လေ့လာပေးပါ။ ဘတ်ဂျက်ကတော့ တိုးတောင်းရမှာဖြစ်ပါတယ်။ လာမည့်နှစ် ဘတ်ဂျက်မှာ နှစ်ဆနီးပါးလောက်တော့ တင်နိုင်မယ်ထင်ပါတယ်။ အားကစားကွင်းတွေ ပြင်တာလုပ်မယ်။ ကျွန်တော်တို့ပံ့ပိုးပေးမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- နောက်ပြီး individually ကျောင်းသားတစ်ဦးချင်းစီရဲ့ တိုးတက်မှု overall လေ့လာဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာ - ကျောင်းတစ်ခုလုံးကို ဘယ်လိုလေ့လာမလဲ၊ အဲဒီဟာကို checklist နှင့်လုပ်မယ် တစ်ရက်တည်းနဲ့ အဖြေပေါ်တယ်။ မဟုတ်ဘူးဆိုလျှင် ဘာလို့ မဟုတ်သလဲ၊ အဲဒါ monitoring checklist လုပ်တာ၊ အဲဒီဟာကို လုပ်ပေးရတဲ့အပြင် ကျောင်းတိုင်း ကျောင်းတိုင်းမှာ အခုရှိလား၊ မရှိလားတော့မသိဘူး၊ Year End Evaluation နှစ်ကုန်တဲ့

အခါမှာ အဘက်ဘက်က ပြန်လည်သုံးသပ်တဲ့ evaluation ပြီးရင် အစည်းအဝေးခေါ်ပြီး တင်ပြကာ ကျောင်းတွေမှာတွေ့ရှိတာတွေ တင်ပြမယ်။ Evaluation လုပ်တဲ့အခါမှာ မုံရွာကျောင်းကို ကယားကျောင်းနဲ့ ဗဟိုကသွားလုပ်၊ တောင်ကြီးကျောင်းကို မန္တလေး ကျောင်းနဲ့ ဗဟိုကလူနဲ့သွားလုပ်၊ evaluation of the whole school system လုပ်ရန် လိုပါတယ်။ အပြစ်ရှာတာမဟုတ်ဘဲ အကြောင်းရှာတာဖြစ်ပါတယ်။ Fault finding မဟုတ်ဘဲ fact finding လုပ်ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအပေါ်မှာကြည့်ပြီး နောက်နှစ်တွေမှာ ဘယ်လိုပြုပြင် ပြောင်းလဲမယ်။

- နောက်တစ်ခုက ကျောင်းတွေမှာ sports psychology ကိုဘယ်လောက်သင်လဲ၊ sports ethics ကို ဘယ်လောက်သင်လဲ၊ sports ethics နဲ့ sports psychology ကို ကျောင်း တွေမှာ သင်တယ်ဆိုတာ talk show တွေလုပ်မယ်၊ အမေးအဖြေလုပ်မယ်၊ ကျောင်းသား တွေက သိရမယ်၊ sports psychology က အလွန်အရေးကြီးပါတယ်၊ ရှုံးသွားရင်လည်း အရှုံးကို ရင်ဆိုင်ရဲရမယ်၊ နိုင်တိုင်းလည်း သိပ်ပြီးကိုယ့်ကိုကိုယ် မာန်မာန မထောင်ကြွား ရဘူး၊ ဒါတွေကအစ အဲဒီဟာတွေကို ဘယ်လိုသင်လဲဆိုတာ အတိအကျတော့မသိဘူး၊ ဒါမှ သာလျှင် responsibility တို့ integrity တို့ အထက်အောက် ရိုသေလေးစားဖို့စသဖြင့် ဖြစ် လာမှာ ဖြစ်ပါတယ်၊ ဒါတွေလည်း ပြန်သင်ပေးစေချင်ပါတယ်။
- နောက်အရေးကြီးဆုံးက ကျောင်းတွေမှာရှိတဲ့ coach တွေရဲ့ caliber က ဘယ်လောက် ရှိလဲ၊ မရှိဘူးဆိုရင် နိုင်ငံခြား short course တွေဘာတွေ ပို့သင့်ရင်ပို့ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်၊ ဆရာမကောင်းရင် တပည့်ကကောင်းဖို့ chance အလွန်နည်းတယ်၊ Coach တွေကို ဘယ်လို capacity မြှင့်မလဲဆိုတာကို coach တွေကပဲတင်ပြပါ၊ ဘယ်လိုလုပ်ရင် ဒါထက် ပိုကောင်းမလဲ၊ လက်ရွေးစင်ဟောင်းကြီးတွေရှိတယ်၊ သူတို့က အတွေ့အကြုံအလွန်ရှိကြ တဲ့အတွက် အကြံဉာဏ်ပေးစေလိုပါတယ်၊ ဒီ workshop ကထွက်လာတာတွေကို သေချာ seriously consider လုပ်မယ်၊ သေချာအလေးအနက်ထားပြီး စည်းရုံးဖို့လိုမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ဒီနေ့ကတော့ အချက် (၆)ချက်ဖြစ်တဲ့ ကျောင်းအုပ်ချုပ်ရေးစီမံခန့်ခွဲရေးနှင့် ထောက်ပံ့ရေး၊ သင်တန်းသားရွေးချယ်မှု နည်းစနစ်နှင့်စံနှုန်း၊ လေ့ကျင့်ရေးနှင့် အကဲဖြတ်စောင့်ကြပ် ကြည့်ရှုမှုများ၊ အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးနှင့် ကျန်းမာကြံ့ခိုင်ရေး၊ ပညာရေးနှင့်စာသင်ကြားရေး၊ အလုပ်အကိုင်နှင့်အခွင့်အလမ်း စတာတွေကို develop လုပ်ပေးမှာဖြစ်ပါတယ်။

- အရေးကြီး တာ grouping အရေးကြီးပါတယ်၊ ဘယ် group က ဘယ်သူပါလဲဆိုတာ ကျောင်းတွေအားလုံးက မျှရမှာဖြစ်ပါတယ်၊ ဒီ group ကို lead လုပ်တဲ့ moderator အရေးကြီးဆုံးပဲဖြစ်ပါတယ်၊ သူကနေပြီး ဆွေးနွေးရတယ်၊ group output တစ်ခုကောင်းဖို့ ဆိုတာ group moderator သည် အဓိကဖြစ်ပါတယ်၊ group moderator မကောင်းရင် အချင်းချင်းရန်ဖြစ်မယ်၊ စကားနည်းလာမယ်၊ မပြောတော့ဘူး၊ ပြောအောင်မေး အကုန် လုံးက interactive ဖြစ်နေရမှာဖြစ်ပါတယ်၊ sense of ownership ငါတို့ group ရဲ့ presentation ဟာ ကျန်တဲ့ group ထက်ပိုကောင်းရမယ်၊ အဲဒါကို သေချာလုပ်ပေးပါ၊ အရမ်းအရေးကြီးပါတယ်၊
- နောက်တစ်ချက်က ရန်ကုန်ကျောင်းကို surprise သွားကြည့်တဲ့အခါမှာ ပြေးတဲ့ကျောင်း သားတွေက ဘယ် exercise က ဘယ် muscle တွေကို သက်ရောက်သလဲ၊ ပုံနဲ့သေချာ ရှင်းပြ၊ ပုံတွေတော့ရှိတယ် သိပ်မရှင်းလင်းသေးဘူး၊ spring ဘယ်လိုကိုင်ဆွဲရင် ဘယ် muscle သန်သလဲဆိုတာ တစ်ခါထဲပြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်၊ ဒါမှကျောင်းသားတွေက ဒီဟာက တော့ ဘယ်ကြွက်သားကို သန်မာစေတယ်ဆိုတာ ပုံနဲ့တကွသိရမှာ ဖြစ်ပါတယ်၊ သူတို့ လုပ်နေတယ်ဆိုတာ ဆရာ/နည်းပြခိုင်းလို့ လုပ်ရတာမဟုတ်ဘဲ သူတို့ဘာအတွက် လုပ် သလဲဆိုတာ သိရမှာဖြစ်ပါတယ်၊
- နောက်တစ်ချက်က ဘာလုပ်ရမလဲဆိုတော့ internet မှာရှာဖို့အတွက် DG က group တစ်ခုဖွဲ့လိုက်ပါ၊ အဲဒါကိုဗဟိုက (၂၂)မျိုးသော အားကစားနည်းများကို internet က ကြည့် လိုက်ရင် အများကြီးပဲ၊ အခု print out လုပ်၊ video တွေ download လုပ် ပြန်ကြည့်၊ ပိုက်ဆံအကုန်အကျအနည်းဆုံးနဲ့ အကျိုးရှိမှာဖြစ်ပါတယ်၊ internet က video လုပ်မယ်၊ Do and don'ts တွေရှိမယ်၊ ကျောင်းတွေမှာရှာဖို့ အချိန်မရှိဘူး၊ ဗဟိုကနေရှာပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်၊
- Group ကို လေးငါးယောက်နဲ့ဖွဲ့ထား၊ အားကစား (၂၂)မျိုးကို internet က download ဆွဲ ပြီး အကုန်လုံးကို ကျောင်းတွေကို ဝေမျှရမှာဖြစ်ပါတယ်၊ video camera တွေ၊ television တွေ အကုန်ဝယ်ပေးထားရန် လိုမယ်ဖြစ်ပါတယ်၊ ကျောင်းသားတစ်ယောက် အားကစား လေ့ကျင့်နေတဲ့ပုံကို video ရိုက်ထားပြီးတော့ ပြန်ကြည့်ပြီး coach က အကုန်လုံးပြန် ဝေဖန်ပါ၊ လုပ်တာ ဟုတ်လား/ မဟုတ်လား၊ game ဆိုရင်လည်း အပျော်တမ်းကစားတာ

ရှိတယ်။ video ရိုက်ပြီးတော့ ပြန်ပြီးဝေဖန်သုံးသပ်၊ အဲဒါအကောင်းဆုံးပဲ၊ ဒါမှ အမှားကို မြင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

- ထိုင်းနိုင်ငံဆိုရင် ခြင်းလုံးကို video ရိုက်ကွက်တွေကအစ ကြည့်တယ်။ ကျွန်တော်တို့ ထက်တောင်တော်နေသေးပါတယ်။ အဲဒါတွေကိုသေချာစွာလုပ်ပါ။ coach က အရေးကြီး ပါတယ်။ အားကစားသမားတိုင်း human physiology သိရမယ်။ နှလုံးကဘယ်လိုခုန် တယ်။ sports physiology ပြောပြရမယ်။ sports medicine ကို သပ်သပ်သင်ပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ စိတ်ဝင်စားအောင် နည်းလမ်းရှာရမယ်။ သင်တာထက် video တွေနဲ့ ပြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- Human Physiology ဟာအလွန်ကို စိတ်ဝင်စားဖို့ကောင်းပါတယ်။ နှလုံးနှင့်အဆုတ်အား ကောင်းရင် ဘာဖြစ်တယ်။ ဒုတိယဝန်ကြီးမှ သြစတြေးလျမှာ သင်ခဲ့တာတွေကို အကုန် ဖြန့်ဝေပါ။ ပညာတွေကိုဝေမျှပါ။ ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံရဲ့ sports လောကတစ်ခုလုံး တိုးတက် ဖို့အတွက် လက်ရွေးစင်ဟောင်းတွေ ပညာရှင်တွေရှိတယ်။ အိတ်သွန်ဖာမှောက် သေချာ ဆွေးနွေးပါ။ ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံကို ၁၉၆၀ ခုနှစ်တွေကလို ပြန်ဖြစ်စေချင်ပါတယ်။ ဗဟာဒူး၊ ဂျနီဖာတင်လေး၊ ရေကူးတင်မောင်နီတို့ခေတ်လို ပြန်မြင်လိုပါတယ်။
- အင်္ဂလိပ်စာကိုလည်း သင်ပေးကြပါ။ TED Talks ကြည့်ပါ။ နောက်ပြီးတော့ ကျောင်းတိုင်း မှာ review meeting တွေပြန်လုပ်၊ ကျောင်းအုပ်ကြီးမှ coach တွေခေါ်ဆွေးနွေးပြီး လိုအပ် တာတွေပြော၊ အချင်းချင်းပြောရမှာဖြစ်ပါတယ်။ DG တို့ဗဟိုမှညွှန်ကြားပြီး ဆွေးနွေးစေ မယ်ဆိုရင် အလွန်ကိုအကျိုးရှိမည်ဖြစ်ပါတယ်။ brainstorming လုပ်ထားတဲ့ လူသစ်ရွေး ချယ်ရေးမှာ အကြံပြုတာတွေ အများကြီးရှိပါတယ်။ နည်းပြများရဲ့အခြေအနေ၊ အားကစား ကွင်း/ ရုံများ၊ အားကစားနည်းအရေအတွက်၊ အသင်းအဖွဲ့အားကစားနည်းများ၊ အဓိက အချက်များ၊ အကြံပြုသုံးသပ်ချက်များကို ဆွေးနွေးမယ်ဆိုရင် ဒီထဲမှာပါတာတွေ မကဘူး၊ ဒါထက်ပိုကောင်းအောင် အကြံဉာဏ်ပေးကြဖို့ လိုပါတယ်။
- နိဂုံးချုပ်အနေနဲ့ ပြောချင်တာကတော့ workshop ဆိုတာက ပြတ်ပြတ်သားသား ပွင့်ပွင့် လင်းလင်း အပြုသဘောဆောင်တဲ့ အကြံပြုချက်တွေပေးကြပါ။ innovative thinking၊ out-of-the-box thinking အပြင်ဘက်ကို ခေါင်းပြုထွက်ပြီးကြည့်ပါ။ အဲဒီလိုကြည့်လို့ ရအောင် internet ကနေ information တွေရှိဖို့လိုပါတယ်။ ကျောင်းသားတွေအတွက် focus group discussion လုပ်ဖို့လိုပါတယ်။ နည်းပြတွေအတွက်လုပ်ရမယ်။ စားဖို့မှူးတွေ

လည်းလုပ်ရမယ်၊ သန့်ရှင်းရေးအလုပ်သမားကအစ focus group discussion လုပ်ဖို့ လိုပါတယ်၊

- နောက်ဆုံးပြောချင်တာက ကျွန်တော်တို့ဒီ workshop ကထွက်လာတဲ့ outcome တင်ပြ ချက်အားလုံးကို ဗဟိုမှာ ဒုတိယဝန်ကြီး၊ ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်၊ ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူး ချုပ်၊ ညွှန်ကြားရေးမှူးတွေနဲ့ ပြန်ပြီးဆွေးနွေးမှာဖြစ်ပါတယ်၊ လိုအပ်ရင် ကျောင်းအုပ်ကြီး တွေပါ ပြန်ထိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်၊ ဘယ်လိုလုပ်မှာလဲဆိုတာကို သတ်သတ်မှတ်မှတ် roadmap နဲ့ framework ကို ချပြီးလုပ်ရင် မအောင်မြင်စရာ လုံးဝမရှိပါဘူး၊ ကျွန်တော့် အနေနဲ့ ဒီမှာထိုင်နေတဲ့ ဆရာ/ဆရာမတွေကို အလွန်အားကိုးပါတယ်၊ ဒီကိစ္စဟာ နိုင်ငံ အတွက်လုပ်တဲ့ workshop ဖြစ်ပါတယ်၊ ဒီ workshop က ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံနဲ့ sports လောကတစ်ခုလုံးကို အလွန်ကြီးမားတဲ့ အပြောင်းအလဲဖြစ်အောင် လုပ်မယ့် workshop ကြီးတစ်ခုဖြစ်တယ်ဆိုတာကို ဆရာတို့အားလုံးက ခံယူပြီး seriously discuss လုပ်ပေးဖို့ မေတ္တာရပ်ခံပါတယ်လို့ ပြောကြားရင်း နိဂုံးချုပ်အပ်ပါတယ်။

အစည်းအဝေးတက်ရောက်သူများစာရင်း -

- ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနမှ ဒုတိယဝန်ကြီး၊
- အားကစားနှင့်ကာယပညာဦးစီးဌာန ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်၊
- ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်များနှင့် အရာရှိကြီးများ၊
- နယ်ပယ်အသီးသီးမှ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များ၊
- သိပ္ပံကျောင်း(၆)ကျောင်းနှင့်အခြေခံပညာဦးစီးဌာနမှ ကျောင်းအုပ်ကြီးနှင့်အရာရှိကြီးများ၊
- တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ်ညွှန်ကြားရေးမှူးများ၊
- လက်ရွေးစင်ဟောင်းများ၊
- အဖွဲ့ချုပ်မှ နည်းစနစ်ကျွမ်းကျင်သူများ၊

(ဤမိန့်ခွန်းသည် ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး၏ လက်ရေးမူမှ ပြန်လည်ရိုက်နှိပ်ထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။)