

နားမကြားသူများအတွက် Kansas ကျောင်း

၂၀၂၂-၂၀၂၃

အားကစားသမား ရှင်းလင်းရေးပွဲကော်စီ

မိဘ/အုပ်ထိန်းသူ/ကျောင်းသား-အားကစားသမား၊

KSD Athletics တွင် ကျောင်းသား/အားကစားသမားများ ပါဝင်ခြင်းမပြုမီ၊ ဤဖောင်များအား အပြည့်အစုံဖြည့်သွင်းရန် လိုအပ်ပါသည်။ ဤပွဲကော်စီတွင် ပါဝင်သည်များမှာ-

- ကျင့်ဝတ်သိက္ခာပုဒ်
- အသိပေးသဘောတူချက်
- မိဘနှင့် အားကစား သဘောတူညီချက် ဖောင်ပုံစံ
- ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အကျုံးဝင်မှု/ အရေးပေါ်ဆက်သွယ်ရန်/ ကုသမှုအတွက် ခွင့်ပြုချက်
- ထိခိုက်ရှာနှင့် ဦးခေါင်းထိခိုက်ဒဏ်ရာရမှု သတင်း ထုတ်ပြန်ချက်
- အကြိုပါဝင်မှု ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကဲဖြတ်ရေးပုံစံ

လေ့ကျင့်မှုများ၊ ပြိုင်ပွဲများ သို့မဟုတ် အားကစားပြိုင်ပွဲများတွင် မပါဝင်မီ ဖြည့်စွက်ပြီး လက်မှတ်ရေးထိုးထားသော ဖောင်များ လိုအပ်ပါသည်။ ခြွင်းချက်ရှိမည် မဟုတ်ပါ။ ကျေးဇူးပြု၍ စာရင်းသွင်းသည့်နေ့တွင် ပြည့်စုံစွာ ဖြည့်စွက်ထားသောပုံစံများကို ယူဆောင်လာပါ။

သင့်တွင် မေးခွန်းများ သို့မဟုတ် စိုးရိမ်ပူပန်မှုများရှိပါက (913) 324-5846 VP သို့မဟုတ် dmuszynski1@kssdb.org တွင် အားကစားဌာနသို့ လွတ်လပ်စွာ ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။

ကျင့်ဝတ်သိက္ခာပုဒ် - အားကစားသမားများ

ပြေးခုန်ပစ်သည် ကျောင်း၏ စုစုပေါင်းပညာရေးအစီအစဉ်၏ အဓိက အစိတ်အပိုင်း တစ်ခုဖြစ်သည်။ ကျောင်းတွင်းလှုပ်ရှားမှုများ၊ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများအပြင် စာသင်ခန်းနှင့် ကစားကွင်းတွင်ပါရှိသော ကျောင်းသားများ၏ ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေး၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ လူမှုရေးနှင့် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် ကျောင်း၏ဖော်ပြထားသော ရည်မှန်းချက်များနှင့် ကိုက်ညီရပါမည်။ ဤအခြေအနေတွင် အောက်ပါကျင့်ဝတ်သိက္ခာပုဒ် အကျုံးဝင်ပါသည်။

အားကစားသမားတစ်ဦးအနေဖြင့်၊ ကျွန်ုပ်၏တာဝန်မှာ-

1. ပညာရေးအောင်မြင်မှုကို အမြင့်မားဆုံးဦးစားပေးအဖြစ် သတ်မှတ်ပါ။
2. အသင်းဖော်တွေ၊ ပြိုင်ဘက်တွေ၊ တာဝန်ရှိသူတွေနဲ့ နည်းပြတွေကို လေးစားမှုပြပါ။
3. အားကစားအရာရှိများ၏ သမာဓိနှင့် တရားစီရင်မှုကို လေးစားပါ။
4. မျှတသောကစားပုံ၊ အားကစားစွမ်းရည်နှင့် မှန်ကန်သောအမူအကျင့်များကို ကွင်းအတွင်းနှင့်အပြင်တွင် ပြသပါ။
5. ဘေးကင်းရေး အသိအမြင် မြင့်မားမှုကို ထိန်းသိမ်းပါ။
6. ဆဲဆိုခြင်း၊ အောက်တန်းကျခြင်းနှင့် အခြားစော်ကားသော ဘာသာစကားနှင့် အမူအယာများကို အသုံးပြုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။
7. ကစားရမည့်ဂိမ်း၏ သတ်မှတ်ထားသော စည်းမျဉ်းများနှင့် စံနှုန်းများကို လိုက်နာပါ။
8. အားကစား ပစ္စည်းအားလုံးကို လေးစားပြီး ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ အသုံးပြုပါ။
9. အရက်၊ ဆေးရွက်ကြီး၊ အီလက်ထရွန်နစ် ဆေးလိပ်၊ တရားမဝင်နှင့် ညွှန်းမထားသော ဆေးဝါးများ၊ စတီးရွိုက်များ သို့မဟုတ် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု အစားအသောက်နှင့် ဆေးဝါးကွပ်ကဲရေးဌာန မှ ခွင့်ပြုချက်မရှိသော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု သို့မဟုတ် စွမ်းဆောင်ရည်ကို မြှင့်တင်ရန်အတွက် မည်သည့်အရာကိုမဆို ရှောင်ကြဉ်ပါ။
10. အရည်အချင်းပြည့်မီမှုနှင့် အားကစားပါဝင်မှုတို့နှင့် သက်ဆိုင်သောကြောင့် ပြည်နယ်၊ ကဏ္ဍနှင့် ကျောင်းအားကစားစည်းမျဉ်းများအားလုံးကို သိရှိပြီး လိုက်နာပါ။
11. အကျင့်စာရိတ္တဖြင့် အနိုင်ယူပါ။ ဂုဏ်သိက္ခာရှိစွာ ကျရှုံးပါ။

အောက်တွင် လက်မှတ်ရေးထိုးခြင်းဖြင့် ပါဝင်သော ကျောင်းသား အားကစားသမားများနှင့် မိဘများ၊ တရားဝင်အုပ်ထိန်းသူ/ စောင့်ရှောက်မှု ပေးသူသည် ဤနေရာတွင် ကျောင်းသားသည် လိုင်စင်ရဆရာဝန်၏ စာဖြင့်ရေးသားထားသော ဆေးစာမပါဘဲ အန်ဒရိုဂျင်/အန်နာဘောလစ် စတီးရွိုက်များကို အသုံးမပြုရန် သဘောတူပါသည်။

တရားမဝင် မူးယစ်ဆေးဝါးများ သုံးစွဲမှုနှင့် ပတ်သက်၍ နားမကြားသူများအတွက် Kansas ကျောင်း
မူဝါဒကို ဤစည်းမျဉ်းများကို ချိုးဖောက်မှုများအတွက် အရေးယူခံရမည်ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း ကျွန်ုပ်တို့
နားလည်ပါသည်။

ကျောင်းသား အားကစားသမား၏ ပုံနှိပ်အမည် နေ့စွဲ

ကျောင်းသား အားကစားသမား၏ လက်မှတ် နေ့စွဲ

မိဘ/အုပ်ထိန်းသူ လက်မှတ် နေ့စွဲ

ဤဖောင်ပုံစံ၏မိတ္တူကို ဒေသခံအထက်တန်း ကျောင်းရှိ အားကစား ဒါရိုက်တာ၏ရုံးခန်းတွင် နှစ်စဉ် သိမ်းဆည်းထားရမည်။

အကြောင်းကြားထားသော သဘောတူညီချက်

အားကစားထိခိုက်မှုအန္တရာယ်သတိပေးချက်နှင့် သဘောတူညီချက်

သဘာဝအားဖြင့်၊ အပြိုင်အဆိုင် ပြေးခုန်ပစ် အားကစားများသည် ပြင်းထန်သော၊ ကပ်ဘေးနှင့် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော မတော်တဆမှုများ ဖြစ်ပွားနိုင်သည့် အခြေအနေမျိုးတွင် ကျောင်းသားများကို ကျရောက် စေနိုင်သည်။

ကျောင်းသားများနှင့် မိဘ/အုပ်ထိန်းသူသည် ထိုကဲ့သို့သော ပါဝင်မှုတွင် ပါဝင်သည့်အန္တရာယ်များကိုအကဲဖြတ်ပြီး ထိုအန္တရာယ်များကြားမှပါဝင်ရန်ရွေးချယ်မှုပြုလုပ်ရပါမည်။ ညွှန်ကြားချက်၊ ကြိုတင်ကာကွယ်မှု သို့မဟုတ် ကြီးကြပ်မှုပမာဏ မည်မျှပင် ရှိပါစေ၊ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရနိုင်ခြေ အားလုံးကို လုံးဝဖယ်ရှားပစ်မည်မဟုတ်ပါ။ မော်တော်ယာဉ် မောင်းနှင်ခြင်းသည် အန္တရာယ်ရွေးချယ်မှုတွင်ပါဝင်သကဲ့သို့ အားကစားတွင်ပါဝင်ခြင်းသည် မူလအားဖြင့် အန္တရာယ်ရှိပါသည်။ ဤရွေးချယ်မှုတွင် ပါဝင်ရန် မိဘများနှင့် ကျောင်းသားများ၏ တာဝန်ဝတ္တရားများကို ကျော်လွန်၍မရနိုင်ပါ။ အရေးပေါ်အခြေအနေနှင့် လူနာတင်ယာဉ်ကဲ့သို့သော မည်သည့်ဆေးဘက်ဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှု အမျိုးအစားကိုမဆို အရေးပေါ်အခြေအနေများတွင် ဝန်ထမ်းများက သတ်မှတ်သည့်အတိုင်း လုပ်ဆောင်မည်။ ကလေး၏မိဘများ သို့မဟုတ် အုပ်ထိန်းသူသည် ဤဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ကုန်ကျစရိတ်များအတွက် တာဝန်ရှိပါသည်။

သင့်သား/သမီးအား အားကစားပြိုင်ပွဲတွင် ပါဝင်ခြင်း ကစားခြင်း သို့မဟုတ် လေ့ကျင့်ခြင်း တို့အတွက် ခွင့်ပြုခြင်းသည် ဒဏ်ရာအန္တရာယ်များစွာပါရှိသော လှုပ်ရှားမှုတစ်ခုဖြစ်ကြောင်း မိဘ/အုပ်ထိန်းသူမှ အသိအမှတ်ပြုပါသည်။ ကစားခြင်း သို့မဟုတ် လေ့ကျင့်ခြင်း၏ အန္တရာယ်များတွင် အောက်ပါတို့ ပါဝင်သည်- သေဆုံးခြင်း၊ တစ်ကိုယ်လုံး သို့မဟုတ် တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း လေဖြတ်ခြင်း၊ ဦးနှောက်ပျက်စီးခြင်း၊ အတွင်းအင်္ဂါများ၊ အရိုးများ၊ အဆစ်များ၊ အရွတ်များ၊ ကြွက်သားများ၊ အရွတ်များအားလုံးကို ပြင်းထန်စွာ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်း စသည်တို့ကို အားကစားသမားများနှင့် မိဘနှစ်ဦးလုံး နားလည်ထားရပါမည်။ နှင့် အရိုးစနစ်၏ အခြားရှုထောင့်များနှင့် ခန္ဓာကိုယ်၏ အခြားရှုထောင့်များ၊ ယေဘုယျ ကျန်းမာရေးနှင့် တစ်ကိုယ်ရည် ကျန်းမာရေးအတွက် ချို့ယွင်းနိုင်ခြေ။

အားကစားတွင်ပါဝင်ခြင်း၏ အန္တရာယ်များကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့ (မိဘနှင့်ကစားသမား) သည် ကစားနည်းစနစ်များ၊ လေ့ကျင့်မှု၊ စက်ကိရိယာများနှင့် အခြားအသင်းစည်းမျဉ်းများ စသည်တို့နှင့်ပတ်သက်သည့် နည်းပြများ၏ ညွှန်ကြားချက်များကို လိုက်နာရန် အရေးကြီးကြောင်း အသိအမှတ်ပြုပြီး ပြိုင်ပွဲနှင့် လေ့ကျင့်မှုတွင် အဆိုပါညွှန်ကြားချက်များကို လိုက်နာရန် သဘောတူပါသည်။

ဤလုပ်ငန်းဆောင်တာများတွင် ပါဝင်ခြင်းမှာ လုံးဝ ဆန္ဒအလျောက်ပါဝင်ခြင်းဖြစ်သည်ကို ကျွန်ုပ်နားလည်ပြီး အသိအမှတ်ပြုပါသည်။ ထို့ကြောင့် ခရိုင်မှ ဘွဲ့ရပြီးရန် လိုအပ်ချက်၏ သင်တန်းခရက်ဒစ်ကို မလိုအပ်ပါ။

ဤလှုပ်ရှားမှုများတွင်ပါဝင်ရန်အတွက် ကျွန်ုပ်နှင့်ကျွန်ုပ်၏သား/သမီးတို့သည် ထိုလှုပ်ရှားမှုများတွင်ပါဝင်ခြင်းနှင့်

ဆက်စပ်နိုင်သည့် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော အန္တရာယ်များအားလုံးကို တာဝန်ယူရန်နှင့် တာဝန်ယူရန်သဘောတူကြောင်း ကျွန်ုပ်နားလည်ပြီး အသိအမှတ်ပြုပါသည်။

ခရိုင်၊ ၎င်း၏ဝန်ထမ်းများ၊ အရာရှိများ၊ အေးဂျင့်များ သို့မဟုတ် စေတနာ့ဝန်ထမ်းများသည် ကျွန်ုပ်၏သား/သမီး၏ အဖြစ်အပျက်နှင့်/သို့မဟုတ် ပါဝင်ပတ်သက်မှုနှင့် ဆက်စပ်နေသည့် ငါ့သား/သမီးမှ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်း/နာမကျန်းမှုများအတွက် တာဝန်မကင်းကြောင်း နားလည်သဘောပေါက်ပြီး အသိအမှတ်ပြုသဘောတူပါသည်။ ဤလှုပ်ရှားမှုတွင်။

အထက်ဖော်ပြပါအရာများကို လုံးဝနားမလည်ပါက သင့်တွင်မေးခွန်းများရှိပါက၊ နောက်ထပ်အချက်အလက်များအတွက် ကျောင်းအားကစားဒါရိုက်တာ သို့မဟုတ် ကျောင်းစီမံခန့်ခွဲသူကို ဆက်သွယ်ပါ။ လက်မှတ်ပါရှိသော ဤစာရွက်ကို အားကစားဒါရိုက်တာထံ သိမ်းဆည်းထားမည်ဖြစ်သည်။ အထက်ဖော်ပြပါအချက်အလက်များကို ကျွန်ုပ်ဖတ်ရှုနားလည်ပြီး ကျွန်ုပ်၏သား/သမီးအား ပါဝင်ခွင့်ပေးပါသည်။

အထက်ဖော်ပြပါအချက်အလက်များကို ကျွန်ုပ်ဖတ်ရှုနားလည်ပြီး ကျွန်ုပ်၏သား/သမီးအား ပါဝင်ခွင့်ပေးပါသည်။

မိဘ လက်မှတ်

နေ့စွဲ

ကျောင်းသား လက်မှတ်

နေ့စွဲ

နားမကြားသူများအတွက် KANSAS ကျောင်း

အားကစား သမားများ

၂၀၂၂-၂၀၂၃ မိဘ သဘောတူခွင့်ပြုချက်

KSD တွင် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျောင်းသား-အားကစားသမားအတွေ့အကြုံကို ပိုမိုကောင်းမွန်စေရန်အတွက် ကျွန်ုပ်တို့ သဘောတူသည်-

- ကျွန်ုပ်၏ကလေးများကို တတ်နိုင်သမျှ လမ်းညွှန်မှု/အချက်အလက်ဆိုင်ရာ အစည်းအဝေးများသို့ လိုက်ပါသွားပါမည်။
- နည်းဗျူဟာနှင့် ကစားသမားရွေးချယ်မှု ဆုံးဖြတ်ရန် နည်းပြ၏ အခွင့်အာဏာကို လက်ခံပါမည်။
- ဂိမ်းများ သို့မဟုတ် အလေ့အကျင့်များအတွင်း ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းနှင့် အရက်အလွန်အကျွံသုံးစွဲခြင်းတို့ကို ရှောင်ကြဉ်ပါမည်။
- ကျွန်ုပ်၏ကလေးအား အားကစားသမား၏ကျင့်ဝတ်၊ အသင်းသဘောတူညီချက်နှင့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို လိုက်နာရန် ကူညီပေးပါမည်။
- အားကစား ပြုလုပ်နေစဉ်အတွင်း ကျွန်ုပ်၏ကလေးကို အားပေးပြီး နည်းပြအလုပ်ကို နည်းပြများထံ ထားခဲ့ပါမည်။
- ကျွန်ုပ်၏ကလေးသည် လေ့ကျင့်ခန်းများနှင့် ဂိမ်းများအားလုံးကို တက်ရောက်ကြောင်း သေချာပါစေမည်။ အကယ်၍ ကျွန်ုပ်၏ကလေး မတက်နိုင်ပါက နည်းပြများအား အကြောင်းကြားရန် ၎င်းတို့အား တာဝန်ရှိစေရန် တိုက်တွန်းမည်။
- နည်းပြများ၊ တာဝန်ရှိသူများ၊ ပရိသတ်များနှင့် အသင်းအားလုံး၏ ကစားသမားများအား ကောင်းမွန်သော သို့မဟုတ် ကြားနေမှတ်ချက်များသာ ပြောပါမည်။
- ကစားသမားအားလုံးအတွက် စိတ်အားထက်သန်မှု၊ စိတ်ဝင်စားမှုနှင့် ပံ့ပိုးမှုများကို ပြသပါ။
- အောင်မြင်ကြောင်း သေချာစေရန် KSD (ပညာရေး၊ အားကစား၊ ကျောင်းသားဘဝနှင့် အခြားအရာများ) တွင် ပရိဂရမ်အားလုံးနှင့် အနီးကပ်လုပ်ဆောင်ပါမည်။
- ပွဲပြီးသည့်နေ့များတွင် နည်းပြများနှင့် တွေ့ဆုံရန်နှင့် ပွဲအပြီးတွင် ချိန်းဆိုမှုများ မပြုပါ။
- နည်းပြများနှင့်တွေ့ဆုံရန် နည်းပြနည်းဗျူဟာ သို့မဟုတ် ကစားသမားအလှည့်အပြောင်း သို့မဟုတ် အသုံးပြုရန် ဆွေးနွေးရန် မဟုတ်ပါ။
- အဖွဲ့အတွက် သတ်မှတ်ထားသော စည်းကမ်းများနှင့် စည်းမျဉ်းများကို လေးစားပါမည်။
- စိတ်ပျက်နေပါက သင့်ကလေးအား ၎င်းတို့၏ နည်းပြများနှင့် စကားပြောရန် အားပေးပြီး ၎င်းတို့၏ စိတ်ပျက်မှုများကို ဖြေရှင်းနည်းနှင့် တိုးတက်စေရန် သင်ယူခိုင်းပါမည်။

၂၀၂၂-၂၀၂၃ အားကစားသမားများ၏သဘောတူညီချက်

အောက်ပါတို့ကို နားလည်ပါသည်-

- မည်သည့် အားကစားအစီအစဉ်တွင်မဆို ပါဝင်နိုင်ရန် ကျွန်ုပ်သည် အတန်းပျက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။
- ဖျားနာခြင်း သို့မဟုတ် အရေးပေါ်အခြေအနေများ မပေါ်ပေါက်ပါက ကျွန်ုပ်သည် ကျွန်ုပ်၏ အားကစားကို ကတိသစ္စာပြုပြီး လေ့ကျင့်ခန်းများ၊ ဂိမ်းများနှင့် ပြိုင်ပွဲအားလုံးကို တက်ရောက်ရပါမည်။ ကျွန်တော်ရဲ့ လက်ရှိအားကစားအပေါ်

စိတ်နှစ်ထားခြင်း မရှိခြင်းကြောင့် ယခုရာသီမှာ တချို့ပွဲတွေကို လွဲချော်စေနိုင်ပါတယ်။

- ပြိုင်ပွဲကျင်းပသည့်နေ့တွင် ကျွန်ုပ်တို့သည် အနည်းဆုံး အတန်းချိန် 6 ကြိမ် သို့မဟုတ် 3 ကြိမ်အပြည့် တက်ရောက်ရပါမည်။
- အရက်၊ မူးယစ်ဆေးဝါး သို့မဟုတ် ထိန်းချုပ်ထားသည့် မည်သည့်အရာများ (ဆေးလိပ်/စီးကရက်/အခိုးအငွေ့) လက်ဝယ်၊ အသုံးပြုမှု၊ ရောင်းချမှု၊ ပြင်ဆင်ခြင်း တို့အတွက် စည်းကမ်းပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် အဖွဲ့မှ ဖယ်ရှားခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။
- ကျွန်ုပ်တို့အား ထုတ်ပေးသော ယူနီဖောင်းနှင့် အားကစားပစ္စည်းအားလုံးအတွက် ငွေကြေးအရ ကျွန်ုပ်တို့တွင် တာဝန်ရှိပြီး ဆုံးရှုံးသွားသော သို့မဟုတ် ပျက်စီးသွားသော ပစ္စည်းများအတွက် ပေးချေပါမည်။
- ပြန်မပေးသော စက်ပစ္စည်းနှင့်/သို့မဟုတ် ယူနီဖောင်းများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏အကောင့်တွင် အားကစားကြေးများအဖြစ် ကျန်ရှိနေမည်ဖြစ်ပြီး အစီရင်ခံစာကတ်များ၊ လာမည့်အားကစားပြိုင်ပွဲများသို့ လွှဲပြောင်းခြင်း၊ မှတ်ပုံတင်ခြင်းနှင့်/သို့မဟုတ် ဘွဲ့ရခြင်းတို့ကို တားဆီးပါမည်။
- လာမည့်အားကစားရာသီမကစားမီ ကျွန်ုပ်တို့၏အားကစားနှင့်ပတ်သက်သည့် အခကြေးငွေအားလုံးကို ပေးဆောင်ရပါမည်။
- ဦးခေါင်းဒဏ်ရာ ခံစားရချိန် သို့မဟုတ် ခံစားရသည့်အခါတိုင်း၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ နည်းပြများနှင့် မိဘများ/အုပ်ထိန်းသူများထံ သတင်းပို့ရပါမည်။

ကျောင်းသားသဘောတူညီချက်- အထက်ဖော်ပြပါ အခြေအနေများအောက်တွင် ပါဝင်ရန် သဘောတူပါသည်။

ကျောင်းသား လက်မှတ် နေ့စွဲ

မိဘသဘောတူညီချက်- ကျွန်ုပ်တို့ မိဘများ/တရားဝင် အုပ်ထိန်းသူများသည် အားကစားသမားများနှင့် မိဘများ၏ သဘောတူညီချက်ကို ဖတ်ပြီး နားလည်ကြပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ကလေးသည် KSD နှင့် KSHAA အရည်အချင်းပြည့်မီမှု သတ်မှတ်ချက်များအားလုံးနှင့် သက်ဆိုင်ကြောင်းလည်း ကျွန်ုပ်တို့ နားလည်သဘောတူပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ကလေးကြောင့် ပျောက်ဆုံးသွားခြင်း၊ ခိုးယူခံရခြင်း သို့မဟုတ် ပျက်စီးသွားသော မည်သည့်အရာများအတွက်မဆို ကျွန်ုပ်တို့၏ဘဏ္ဍာရေးအရ တာဝန်ရှိကြောင်းကိုလည်း နားလည်သဘောတူပါသည်။

မိဘ/အုပ်ထိန်းသူ၏ လက်မှတ် နေ့စွဲ

နားမကြားသူများအတွက် KANSAS ကျောင်း
ကုသရေးဌာန 2022-2023 အရေးပေါ်ဆက်သွယ်ရန်
အခွင့်အာဏာ

အမည်-_____ အတန်း-_____

မွေးနေ့-_____/_____/_____

မိဘ/ အရေးပေါ်ဆက်သွယ်ရန် အချက်အလက်များ

အမည် _____ ဖုန်း (အိမ်)

လိပ်စာ _____ ဖုန်း (အလုပ်)

မြို့၊ စာတိုက်အမှတ် _____ မိုဘိုင်းဖုန်းနံပါတ် (စာသား)

အီးမေးလ် _____

အသက် မပြည့်သူကို ကုသရန် အခွင့်အာဏာ

အထက်ဖော်ပြပါ ကျောင်းသားအား အားကစားလှုပ်ရှားမှုများတွင် ၎င်း၏ကျောင်းကို ကိုယ်စားပြုရန်နှင့် ၎င်း၏ပြည်တွင်း သို့မဟုတ် မြို့ပြင်ခရီးစဉ်များတွင် အသင်းဝင်ထားသည့် မည်သည့်ကျောင်းအဖွဲ့ကိုမဆို လိုက်ပါရန် ဤနေရာမှ ကျွန်ုပ်တို့၏သဘောတူညီချက်ကို ပေးပါသည်။ ထိုသို့သော အားကစားလှုပ်ရှားမှုများ သို့မဟုတ် ထိုကဲ့သို့ ခရီးသွားလာမှုတွင် ကျောင်းသားအတွက် ကျိုးကြောင်းဆီလျော်စွာ လိုအပ်လာနိုင်သည့် အရေးပေါ်ဆေးကုသမှုကို ၎င်း၏ရွေးချယ်မှုရှိသော သမားတော်မှတစ်ဆင့် ရရှိရန် ကျောင်းကို ကျွန်ုပ်တို့ခွင့်ပြုပါသည်။ အားကစားလှုပ်ရှားမှုများ သို့မဟုတ် ထိုကဲ့သို့ ခရီးသွားလာမှုတွင် အထက်ဖော်ပြပါ ကျောင်းသားအား ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိမှုများအတွက် ကျောင်း သို့မဟုတ် ကျောင်းမှ တာဝန်ယူဆောင်ရွက်ပေးမည့် မည်သူ့ကိုမျှ တာဝန်မယူကြောင်းကိုလည်း ကျွန်ုပ်တို့/ကျွန်ုပ်တို့ သဘောတူပါသည်။ အရေးပေါ်

အခြေအနေနှင့် လူနာတင်ယာဉ်ကဲ့သို့သော မည်သည့်ဆေးဘက်ဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှု အမျိုးအစားကိုမဆို အရေးပေါ်အခြေအနေများတွင် ဝန်ထမ်းများက သတ်မှတ်သည့်အတိုင်း လုပ်ဆောင်မည်။ ကလေး၏မိဘများ သို့မဟုတ် အုပ်ထိန်းသူသည် ဤဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ကုန်ကျစရိတ်များအတွက် တာဝန်ရှိပါသည်။

KSHSAA အကြံပြုထားသော ဦးနှောက်ဒဏ်ရာနှင့် ဦးခေါင်းဒဏ်ရာ အချက်အလက်များ ထုတ်ပြန်ခြင်း ဖောင်

2022-20213

ကျောင်းသားအားကစားသမားများနှင့် မိဘ/အုပ်ထိန်းသူများ စာသင်နှစ်တိုင်းတွင် အားကစား သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လေ့ကျင့်မှု သို့မဟုတ် ပြိုင်ပွဲများတွင် မပါဝင်မီ ဤဖောင်ကို လက်မှတ်ရေးထိုးရပါမည်။

ဦးနှောက်ဒဏ်ရာအားလုံးသည် ပြင်းထန်သည်။ ၎င်းတို့သည် ဦးခေါင်းကို ထိခိုက်ခြင်း၊ ရိုက်ခြင်း သို့မဟုတ် ဆောင့်ခြင်းကြောင့် သို့မဟုတ် ဦးခေါင်းဆီသို့ တွန်းပို့သော တွန်းအားဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်၏ အခြားအစိတ်အပိုင်းသို့ ထိုးနှက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့သည် အပျော့စားမှ ပြင်းထန်သည့်အထိ အမျိုးမျိုးရှိနိုင်ပြီး ဦးနှောက်၏ ပုံမှန်အလုပ်လုပ်ပုံကို အနှောင့်အယှက်ပေးနိုင်သည်။ ဦးနှောက်ဒဏ်ရာ အများစုသည် ပျော့သော်လည်း ဦးနှောက်ဒဏ်ရာ အားလုံးသည် ပြင်းထန်နိုင်ချေရှိပြီး အသိအမှတ်ပြုမခံရပါက အချိန်ကြာမြင့်စွာ ဦးနှောက်ပျက်စီးခြင်းနှင့် သေဆုံးခြင်းအပါအဝင် နောက်ဆက်တွဲပြဿနာများ ဖြစ်လာနိုင်သည်။ တစ်နည်းဆိုရသော် “ထိခြင်း” သို့မဟုတ် ခေါင်းပေါ်တွင် ဘုသီးပေါက်ခြင်း တို့က ပြင်းထန်နိုင်သည်။ ဦးနှောက်ဒဏ်ရခြင်းကို မမြင်နိုင်ဘဲ သတိလစ်ခြင်းမရှိဘဲ အားကစား ဦးနှောက်ဒဏ်ရာရခြင်း အများစုသည် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ဦးနှောက်ဒဏ်ရခြင်း၏ လက္ခဏာများနှင့် လက္ခဏာများသည် ဒဏ်ရာပြီးနောက် ချက်ချင်းပေါ်လာနိုင်သည် သို့မဟုတ် အပြည့်အဝ ပေါ်လာရန် နာရီ သို့မဟုတ် ရက်များစွာ ကြာနိုင်သည်။ သင့်ကလေးသည် ဦးနှောက်ဒဏ်ရခြင်း၏ လက္ခဏာများ တစ်စုံတစ်ရာ တိုင်ကြားလာပါက သို့မဟုတ် သင်ကိုယ်တိုင် ဦးနှောက်ဒဏ်ရခြင်း၏ လက္ခဏာများကို သတိပြုမိပါက ဆေးကုသမှု ချက်ချင်းခံယူပါ။

ရောဂါလက္ခဏာများတွင် အောက်ပါတို့အနက် တစ်ခု သို့မဟုတ် တစ်ခုထက်ပို၍ ပါဝင်နိုင်သည်-	
<ul style="list-style-type: none"> • ခေါင်းကိုက်ခြင်း • ခေါင်းလေးခြင်း • ပျို့ခြင်း သို့မဟုတ် အန်ခြင်း • လည်ပင်းနာခြင်း • ဟန်ချက်ထိန်းရခက်ခြင်း သို့မဟုတ် မူးဝေခြင်း • မှန်ဝါးခြင်း၊ နှစ်ထပ်မြင်ခြင်း သို့မဟုတ် မှန်ဝါးသော အမြင်အာရုံ • အလင်း သို့မဟုတ် ဆူညံသံကြောင့် ထိခိုက်လွယ်ခြင်း • နှေးကွေးခြင်း သို့မဟုတ် နှေးကွေးခြင်းတို့ကို ခံစားရခြင်း • မှိုင့်ခြင်း သို့မဟုတ် တွေ့ဝေခြင်း ခံစားရခြင်း။ • အိပ်ငိုက်ခြင်း • အိပ်စက်မှုပုံစံများ ပြောင်းလဲခြင်း 	<ul style="list-style-type: none"> • သတိမေ့ခြင်း • “နေလို့ မကောင်းဘူး” • ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း သို့မဟုတ် စွမ်းအင်နည်းခြင်း • ဝမ်းနည်းခြင်း • ကြောက်ရွံ့ခြင်း သို့မဟုတ် စိုးရိမ်ပူပန်မှု • စိတ်ခံစားမှု ဖြစ်လွယ်ခြင်း • စိတ်ခံစားမှု ပိုများခြင်း • စိတ်ရှုပ်ခြင်း • အာရုံစူးစိုက်မှု သို့မဟုတ် မှတ်ဉာဏ်ပြဿနာများ (အားကစား လုပ်ပုံ မေ့သွားခြင်း) • တူညီသောမေးခွန်း / မှတ်ချက်ကို ထပ်ခါတလဲလဲ ပြောခြင်း

အသင်းဖော်များ၊ မိဘများနှင့် နည်းပြများမှ သတိပြုမိသော လက္ခဏာများမှာ-	
<ul style="list-style-type: none"> • မိုန်းနေပုံပေါ်သည် • မျက်နှာပေး မရှိခြင်း • ခိုင်းတာ နားမလည်ပုံ ပေါ်ခြင်း • ကစားနည်း မမှီခြင်း • ကစားပုံ၊ အမှတ်ပေး စနစ် သို့မဟုတ် ပြိုင်ဘက်အပေါ်မသေချာခြင်း • ကိုးရိုးကားရား လှုပ်ရှားမှု သို့မဟုတ် ဟန်ချိန် မထိန်းနိုင်မှု • မေးခွန်းတွေကို ဖြေဖြေချင်းဖြေသည် • အာလေးလျှာလေး ဖြစ်ခြင်း 	<ul style="list-style-type: none"> • အပြုအမူ သို့မဟုတ် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ပြောင်းလဲမှုများကို ပြသသည် • ထိခိုက် ဒဏ်ရာ မရရှိခင်တုန်းက အဖြစ်အပျက်များကို မမှတ်မိနိုင်ပါ • ထိခိုက် ဒဏ်ရာ ဖြစ်ပြီးနောက် အဖြစ်အပျက်များကို မမှတ်မိနိုင်ပါ • တက်ခြင်း။ • ပုံမှန်အမူအကျင့် သို့မဟုတ် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ပြောင်းလဲမှုတစ်ခုခု • သတိလစ်ခြင်း

CDC နှင့် 3rd International Conference in Sport မှ ဆီလျော်အောင် ဘာသာပြန်ထားသည်။

ကျွန်ုပ်၏ကလေးသည် ဦးနှောက်ဒဏ်ရာဖြင့် ဆက်ကစားနေပါက သို့မဟုတ် အမြန်ပြန် အားကစား လေ့ကျင့်ပါက ဘာဖြစ်နိုင်သနည်း။

ဦးနှောက်ဒဏ်ရာရှိခြင်း၏ လက္ခဏာများနှင့် လက္ခဏာရှိသော အားကစားသမားများအား ကစားခြင်းမှ ချက်ချင်း ဖယ်ရှားမည်။ ဦးနှောက်ဒဏ်ရာရှိခြင်း၏ ရောဂါလက္ခဏာများနှင့် လက္ခဏာများနှင့်အတူ ဆက်လက်ကစားခြင်းသည် လူငယ်အားကစားသမားသည် အထူးသဖြင့် ဒဏ်ရာကြီးကြီးမားမားကို ခံနိုင်ရည် မရှိပါ။ အထူးသဖြင့် အားကစားသမားသည် ပထမ ဦးနှောက်ဒဏ်ရာရှိခြင်းမှ လုံးဝ နုလန်ပြန်မထမီ (ဒုတိယထိခိုက်မှုဆိုင်ရာ ရောဂါလက္ခဏာစု) နောက်တစ်ကြိမ် ဦးနှောက်ဒဏ်ရာရှိခြင်း ဖြစ်ပြီးနောက် အချိန်အတိုင်းအတာတစ်ခုအထိ ထိခိုက်မိခြင်းမှ သိသိသာသာ ပျက်စီးနိုင်ခြေ တိုးလာပါသည်။ ၎င်းသည် ကြာရှည်စွာ ပြန်လည်ကောင်းမွန်လာစေရန် သို့မဟုတ် ဆိုးရွားပြင်းထန်ပြီး အသက်ဆုံးရှုံးစေသည့် အကျိုးဆက်များဖြင့် ပြင်းထန်သော ဦးနှောက်ရောင်ရမ်းခြင်းကိုပင် ဖြစ်စေနိုင်သည်။ ဆယ်ကျော်သက် သို့မဟုတ် ဆယ်ကျော်သက် အားကစားသမားများသည် ဒဏ်ရာ၏ လက္ခဏာများကို မကြာခဏ တိုင်ကြားခံရကြောင်း ကောင်းစွာသိရှိထားသည်။ ဦးနှောက်ဒဏ်ရာရှိခြင်းများတွင် ကွဲပြား ခြားနားမှု မရှိပါ။ ရလဒ်အနေဖြင့် အုပ်ချုပ်ရေးမှူးများ၊ နည်းပြများ၊ မိဘများနှင့် ကျောင်းသားများ၏ ပညာရေးသည် ကျောင်းသား-အားကစားသမားများ၏ ဘေးကင်းမှုအတွက် အဓိကသော့ချက်ဖြစ်သည်။

သင့်ကလေးသည် ဦးနှောက်ဒဏ်ရာရှိခြင်း ဖြစ်ခဲ့သည်ဟု ထင်ပါက၊

ဦးနှောက်ဒဏ်ရာရှိသည်ဟု သံသယရှိသည့် အားကစားသမားတိုင်းကို အားကစားမှ ဖယ်ရှားခြင်း သို့မဟုတ် လေ့ကျင့်မှု ချက်ချင်းပြုလုပ်သင့်သည်။ မည်မျှပြင်းထန်ပုံရသည် သို့မဟုတ် မည်မျှလျင်မြန်စွာ လက္ခဏာများ ရှင်းနေပါစေ၊ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာဆရာဝန် (MD) သို့မဟုတ် Osteopathic Medicine (DO) မှ ရေးထားသော ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ

ရှင်းလင်းမှုမရှိဘဲ မည်သည့်အားကစားသမားမျှ ဦးနှောက်ဒဏ်ရာ ရရှိပြီးနောက် လှုပ်ရှားမှုကို ပြန်လည်လုပ်ဆောင်နိုင်မည်မဟုတ်ပေ။ အားကစားသမားအား အနီးကပ်ကြည့်ရှုစစ်ဆေးခြင်းကို နာရီပေါင်းများစွာ ဆက်လက်လုပ်ဆောင်သင့်သည်။ သင့်ကလေးသည် ဦးနှောက်ဒဏ်ရာ ရှိသည်ဟု သင်ထင်ပါက သင့်ကလေး၏ နည်းပြကို အသိပေးသင့်ပြီး ရာသီတစ်ခုလုံးကို လွဲချော်ခြင်းထက် တစ်ပွဲကို လွဲချော်ခြင်းက ပိုကောင်းသည်ကို သတိရပါ။

သံသယရှိတဲ့အခါ အားကစားသမားက ထွက်ရမည်။

သိမြင်မှု အနားယူပြီး လေ့လာရန် ပြန်သွားခြင်း

ဦးနှောက်ဒဏ်ရာ ပြန်လည်ကောင်းမွန်လာစေရန် ပထမအဆင့်မှာ သိမြင်မှု အနားယူခြင်း ဖြစ်သည်။ ဒါက ဦးနှောက်ကို ကုသဖို့အတွက် မရှိမဖြစ် လိုအပ်သည်။ အာရုံစူးစိုက်မှု လိုအပ်သည့် လှုပ်ရှားမှုများဖြစ်သည့် ပညာရေးဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များကို ပြည့်မီအောင် ကြိုးစားခြင်း၊ အီလက်ထရွန်နစ် ကိရိယာများ အသုံးပြုခြင်း (ကွန်ပျူတာ၊ တက်ဘလက်များ၊ ဗီဒီယိုဂိမ်းများ၊ စာတိုပေးပို့ခြင်း စသည်) နှင့် ကျယ်လောင်သော ဆူညံသံများကို ထိတွေ့ခြင်းသည် ရောဂါလက္ခဏာများကို ပိုမိုဆိုးရွားစေပြီး ပြန်လည်ကောင်းမွန်လာစေရန် နှောင့်နှေးစေပါသည်။ ကျောင်းသားများသည် ဦးနှောက်ဒဏ်ရာရခြင်းမှ အစပိုင်းတွင် ပြန်လည် ကောင်းမွန်လာချိန်တွင် ၎င်းတို့၏ ပညာရေးဆိုင်ရာ အလုပ်တာဝန်ကို ပြုပြင်ရန်လိုအပ်နိုင်သည်။

ဦးနှောက်ဒဏ်ရာ ရရှိပြီးနောက် စောစောပိုင်းတွင် ဦးနှောက်ရှိ စိတ်ဖိစီးမှုကို လျော့ကျစေခြင်းသည် ရောဂါလက္ခဏာများကို လျော့နည်းစေပြီး ပြန်လည်နာလန်ထချိန်ကို တိုစေပါသည်။ ၎င်းတွင် ကျောင်းမှ ရက်အနည်းငယ်ကြာ အိမ်တွင်နေခြင်း၊ ပေါ့ပါးသော ကျောင်းအချိန်ဇယားအတိုင်း တဖြည်းဖြည်း ပုံမှန်သို့ တိုးလာခြင်းတို့ ပါဝင်နိုင်သည်။ ပညာရပ်ဆိုင်ရာ ပြုပြင်မွမ်းမံမှုများကို ကျောင်းသား၏ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးပေးသူများနှင့် ကျောင်းအမှုထမ်းများအကြား ပူးပေါင်းညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်သင့်သည်။ ကျောင်းသားအား စာသင်ခန်းဆက်တင်တွင် အပြည့်အဝ ပြန်လည်ပေါင်းစည်းပြီး ရောဂါလက္ခဏာမပြမချင်း ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုသို့ ပြန်သွားရန် ထည့်သွင်းစဉ်းစားခြင်းမပြုသင့်ပါ။ ရှားရှားပါးပါး ကိစ္စရပ်များတွင် ကျောင်းသားသည် ဦးနှောက်ဒဏ်ရာ အနှောင်းပိုင်း ဆင်ဒရမ်း ရောဂါရှာဖွေတွေ့ရှိပြီး ရက်သတ္တပတ်မှလများအထိကြာသော လက္ခဏာများရှိနိုင်သည်။ ဤအခြေအနေများတွင် ကျောင်းသားတစ်ဦးအား ထိတွေ့မှုမရှိသော ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု စည်းမျဉ်းကို စတင်ရန် အကြံပြုနိုင်သော်လည်း ၎င်းကို ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူ၏ တိုက်ရိုက်ကြီးကြပ်မှုအောက်တွင်သာ လုပ်ဆောင်မည်ဖြစ်သည်။

လေ့ကျင့်မှုနှင့် ယှဉ်ပြိုင်မှုသို့ ပြန်သွားရန်

Kansas ကျောင်းအားကစား ဦးခေါင်းဒဏ်ရာ ကာကွယ်ရေး ဥပဒေတွင် အားကစားသမားတစ်ဦးသည် ပြိုင်ပွဲ သို့မဟုတ် လေ့ကျင့်မှုတစ်ခုအတွင်း ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိခြင်း သို့မဟုတ် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်းဟု သံသယရှိပါက ပြိုင်ပွဲ သို့မဟုတ် လေ့ကျင့်မှုမှ ချက်ခြင်း ထုတ်ပယ်ရမည်ဖြစ်ပြီး လေ့ကျင့်မှုသို့ ပြန်၍မရနိုင်ကြောင်း ဖော်ပြထားပါသည်။ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်မှ အားကစားသမားအား အကဲဖြတ်ပြီး လေ့ကျင့်မှုနှင့် ပြိုင်ပွဲသို့ ပြန်လည်ဝင်ရောက်ရန် စာရေးသားခွင့်ပြုချက် ပေးသည့်အချိန်အထိ ပြိုင်ပွဲဝင်ရောက်ခွင့် မရှိပါ။ KSHSAA သည် အားကစားသမားသည် ဦးနှောက်ဒဏ်ရာရခြင်း သို့မဟုတ် ဦးနှောက်ဒဏ်ရာရရှိခဲ့သည်ဟု သံသယရှိပါက အားကစားသမားတစ်ဦးအား ထိုနေ့တွင်

လေ့ကျင့်မှု သို့မဟုတ် ပြိုင်ဆိုင်မှုမပြုလုပ်ရန် အကြံပြုထားသည်။ KSHSAA သည် အားကစားသမားတစ်ဦး၏ လေ့ကျင့်မှုနှင့် ယှဉ်ပြိုင်မှုသို့ ပြန်လည်ရောက်ရှိပါက ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူ (MD သို့မဟုတ် DO) ၏ ကြီးကြပ်မှုအောက်တွင် ဘွဲ့ရရှိထားသော ပရိုတိုကောကို လိုက်နာသင့်သည်ဟုလည်း အကြံပြုထားသည်။

ဦးနှောက်ဒဏ်ရာရရှိမှု အကြောင်း လက်ရှိနှင့် နောက်ဆုံးပေါ်အချက်အလက်များအတွက် သင်သည် အောက်ပါသို့ သွားနိုင်ပါသည်။

<http://www.cdc.gov/concussion/HeadsUp/youth.html>

<http://www.kansasconcussion.org/>

KSHSAA မှ စုဆောင်းရရှိသော ဦးနှောက်ဒဏ်ရာရရှိမှု အချက်အလက်နှင့် ပညာရေးဆိုင်ရာ အရင်းအမြစ်များအတွက် အောက်ပါသို့ သွားပါ-

<http://www.kshsaa.org/Public/General/ConcussionGuidelines.cfm>

ကျောင်းသား-အားကစားသမား ပုံနှိပ် အမည်

ကျောင်းသား-အားကစားသမား လက်မှတ်

နေ့စွဲ

မိဘ သို့မဟုတ် အုပ်ထိန်းသူ ပုံနှိပ် အမည်

မိဘ သို့မဟုတ် အုပ်ထိန်းသူ လက်မှတ်

နေ့စွဲ