



*Tsoom Kav Tswj ntawm
Cov Neeg Ntseeg Siab*

*Michelle Rivas
Tuam Thawj Coj*

*Michael Baker
Lwm Thawj Coj*

*Christine Jefferson
Tus Neeg Saib Xyuas
Ntaub Ntawv*

*Stacey E. Bastian
Tus Neeg Hauv Pawg*

*Basim Elkarra
Tus Neeg Hauv Pawg*

*Linda Fowler, J.D.
Tus Neeg Hauv Pawg*

*Rebecca Sandoval
Tus Neeg Hauv Pawg*

*Tuam Thawj Tswj
Steve Martinez, Ed.D.*

*Txhawb txhua tus me
nyuam kom muaj txoj kev
ntshaw los ua tau yam zoo
tshaj plaws txhua hnuv*

Lub Rau Hli 23, 2023

Rau Cov Neeg Ua Haujlwm thiab Twin Rivers School Community,

Txhua tus nyiam so haujlwm. Qhov tseeb, qee zaus kev rov hais dua los ntawm kev ua haujlwm niaj hnuv cuam tshuam nrog kev ua haujlwm tuaj yeem ua rau peb noj qab haus huv. Peb tuaj yeem ua kom qeeb, so thiab xav txog, thiab peb tuaj yeem siv sijhawm los txaus siab rau tej yam uas feem ntau tsis haum rau hauv peb lub neej ua haujlwm niaj hnuv.

Muab hais tias lub tsev kawm ntawv yog peb cov menyuam txoj haujlwm, lub caij ntuj sov tuaj yeem muab lawv so zoo los ntawm kev ua haujlwm ib hnuv ntev uas lawv paub thaum xyoo kawm ntawv. Txawm li cas los xij, peb yuav tsum nco ntsoov tias rau xyoo "lub caij ntuj sov swb" lossis "lub paj hlwb" uas yog los ntawm peb cov tub ntshais kawm tawm hauv tsev kawm ntawv ntev heev yog qhov tiag. Cov kev tshawb fawb qhia tau hais tias nyob rau lub caij ntuj sov, qee cov tub ntshais kawm poob ntawm 40 - 90% ntawm qhov lawv kawm. Li no cov lus qhia, "lub caij ntuj sov swb."

Ua ntej koj nyeem, thov tsis txhob txhawj kuv tab tom qhia tias txhua tus yuav tsum tau ntaus cov phau ntawv thiab rub tawm cov ntawv qhia lej. Txaus siab rau koj lub caij ntuj sov thiab cia koj cov menyuam txaus siab rau lawv. Peb tuaj yeem nrhiav txoj hauv kev muaj tswv yim thiab lom zem los txhawb kev kawm zoo thiab sib koom ua ke qee qhov kev nyeem ntawv, sau ntawv thiab lej rau hauv peb lub caij ntuj sov lom zem.

Ua kom nquag plias

Txhawb koj cov menyuam kom tawm sab nraud thiab ua si. Lub cev noj qab nyob zoo txhawb kev kawm. Nov yog qee cov lus qhia los koom nrog kev kawm hauv kev lom zem sab nraum zoov.

- Ua si cov kev sib tw sib tw thiab suav lub sijhawm nws yuav siv los ua kom tiav ib feem ntawm kev sib tw, xws li khiav lub ceg tawv lossis ua luam dej ceg tawv.
- Thaum ua si baseball lossis softball, hais kom cov menyuam kwv yees qhov deb ntawm lub hauv paus. Tom qab ntawd qhia lawv li cas suav 12 ntiv tes hauv ib kauj ruam-ko taw. Qhov no tuaj yeem npog ntiv tes rau hauv ko taw thiab ko taw rau hauv vaj.

Ua tswv yim

Xav txog kev tsim ib qho kev ua si. Lub hom phiaj yuav yog dab tsi? Txoj cai yog dab tsi?

- Hais kom cov me nyuam sau los yog hais kom nrov cov cai thiab pab lawv hnov lawv tus kheej ua tus sau ntawv.
- Ua si daim npav thiab ntshais qee qhov lej. Kev Ua Si Mus Ntses nrog cov menyuam yau tso cai rau koj nug, "Yog tias koj muaj plaub ntawm peb daim npav, pes tsawg tus uas suav tag nrho?"

Nplooj 2

Pab tau

Hais kom cov me nyuam pab ua hauj lwm thiab ntawv rau txoj hauj lwm.

- Xav kom koj cov menyuam sau cov npe khoom noj lossis coj lawv mus yuav khoom noj thiab muab lawv cov npe ntawm cov khoom siv hlwb los sau rau koj kom lawv cov txuj ci nco thiab saib xyuas cov ntsiab lus ntse.
- Tej zaum lawv tuaj yeem sau qhov lawv xav tau rau kev ua kis las lub caij ntuj sov lossis kev ua si, tsis yog tsuas yog sau npe nrov thiab cia siab tias koj yuav nco ntsoov txhua yam!
- Nug koj cov menyuam los pab txheeb xyuas koj cov zaub mov txawv. Qhov no yog ib txoj hauv kev zoo los pab cov menyuam yaus txheeb thiab teeb tsa.

Muaj ntau yam kev pabcuam hauv peb lub vev xaib los pab koj kom kawm tau lub caij ntuj sov, suav nrog [cov ntawv ua lej lej](#). Tsis tas yuav ua kom nruj lossis raug nplua, tsuas yog nrhiav txoj hauv kev los qhia peb cov tub ntxhais kawm tias kev nyeem ntawv, lej, lus thiab kev sau ntawv muaj nyob ib puag ncig peb, thiab lawv tuaj yeem lom zem.

Kev pab koj cov menyuam kawm ntawv mus txog lub caij ntuj sov yuav pab kom lawv rov qab mus kawm ntawv kom zoo dua. Peb cov menyuam muaj nqis txhua yam uas peb tuaj yeem ua tau los pab lawv txaus siab rau lub neej txoj kev kawm tas mus li.

Nrog kev zoo siab,



Steve Martinez, Ed.D.
Tuam Thawj Tswj, Twin Rivers Unified