

မာတိကာ

အခန်း အကြောင်းအရာ စာမျက်နှာ
အမှတ်စဉ်နှင့် ရည်ရွယ်ချက် ၇
ကျေးဇူးတင်လွှာ ၉
စာရွှေသု၏အမြင် (ပါမောက္ခမောင်မောင်အေး) ၁၀
၁။ နိဒါန်း ၁၁
၁-၁။ အမှာစကား ၁၁
၁-၂။ ရည်ရွယ်ချက် ၁၁
၁-၃။ မြန်မာနိုင်ငံ စက်ရေတွင်းနှင့် သုံးစွဲသူများသမိုင်း ၁၄
၁-၄။ စက်ရေတွင်းတူးသူနှင့် သုံးစွဲသူကဏ္ဍ ၁၆
၂။ စက်ရေတွင်းတူးရန် လေ့လာစုံစမ်းခြင်း ၁၇
၂-၁။ ရည်ရွယ်ချက် ၁၇
၂-၂။ စက်ရေတွင်းတူးဖော်ခွင့်ပြုမိန့် ၁၇
၂-၃။ ကုန်ကျစရိတ် ၁၈
၂-၄။ စက်ရေတွင်းတူးရန် ဆက်သွယ်ခြင်း ၁၉
၂-၅။ အတွေ့အကြုံရှိ တွင်းတူးဆရာ (သို့) အဖွဲ့ရှာဖွေခြင်း ၁၉
၂-၆။ စက်ရေတွင်းတူးရန် ဆွေးနွေးခြင်း ၂၀
၆-က။ တွင်းတူးရန်နေရာ ၂၀
၆-ခ။ တွင်းတူးခန္ဓာထားများဆွေးနွေးခြင်း ၂၁
၆-ဂ။ ပိုက်၊ ပိုက်ဆက်ပစ္စည်းတန်ဖိုးနှင့် ဝယ်ယူခြင်း ၂၂
၆-ဃ။ ရေတင်စက် (သို့) ရေစုပ်စက်တန်ဖိုးနှင့် ဝယ်ယူခြင်း ၂၂
၆-င။ သိထားသင့်သော စက်ရေတွင်းသုံးပစ္စည်းအခေါ်အဝေါ်များ ၂၅
၂-၇။ လုပ်ငန်းဝန်ဆောင်မှုစာချုပ် ချုပ်ဆိုကြပုံ ၂၅
၂-၈။ တွင်းတူးလုပ်ငန်းနှင့် တွင်းတူးချိန်ကာလ ၂၆
၂-၉။ စက်ရေတွင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ဆွေးနွေးသင့်သည်များ ၂၇
၃။ စက်ရေတွင်းတူးလုပ်ငန်းနှင့်ပတ်သက်၍ သိထားသင့်သည်များ ၂၉
၃-၁။ စက်ရေတွင်း၏ အနက်ပေးပေးခြင်း ၂၉
၃-၂။ တူးဖော်ရမည့်ရေတွင်းအရွယ်အစားနှင့် ရေထုတ်ယူရမည့် အနေအထား ၃၁
၃-၃။ တွင်းပေါက်အကျယ်၊ ပိုက်အရွယ်အစား၊ ရေဝင်ဆန်ခါပေါက်အကျယ်နှင့် ကျောက်စရစ် ရံသင့်၊ မရံသင့် ၃၂
၄။ စက်ရေတွင်းတူးရန် ရေအောင်းလွှာရှာဖွေရေးနည်းလမ်းများ ၃၅
၄-၁။ ရည်ရွယ်ချက် ၃၅
၄-၂။ ရေအောင်းလွှာရှာဖွေရေးနည်းများ ၃၅
၅။ စက်ရေတွင်းတူးရန် နေရာရွေးချယ်ခြင်း ၃၈
၅-၁။ နိဒါန်း ၃၈

၅-၂။ စက်ရေတွင်းနှင့် ဘူမိဗေဒမြေသဘာဝအခြေအနေများကို ကြိုတင်လေ့လာခြင်း ၃၈
၅-၃။ မြေအောက်ရေဆိုင်ရာအခြေအနေများကို ကြိုတင်လေ့လာခြင်း ၃၈
၅-၄။ စက်ရေတွင်းတူးရန် ရည်ရွယ်သည့်နေရာအတွက် စဉ်းစားရမည့်အချက်များ ၃၉
၅-၅။ စက်ရေတွင်းနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ သိထားသင့်သည့်အချက်အလက်အချို့ ၄၀
၅-၆။ စက်ရေတွင်းတည်နေရာနှင့် သတ်မှတ်အကွာအဝေး၌ ရှိသင့်သည့်ရင်းမြစ်များ ၄၁
၆။ စက်ရေတွင်းတူးဖော်ခြင်း ၄၂
၆-၁။ နိဒါန်း ၄၂
၆-၂။ မြေနေမှုနာကောက်ယူခြင်း၊ ရေဝင်ဆန်ခါစိတ်ခြင်းနှင့် ပိုက်ချခြင်း ၄၃
၆-၃။ စက်ရေတွင်းဆေးကြောခြင်း၊ ရေမှုတ်စမ်းသပ်ခြင်းနှင့် ရေနေတိုင်းတာခြင်း ၄၃
၆-၄။ စက်ရေတွင်းမှ ရေထွက်တိုင်းတာခြင်း ၄၄
၆-၅။ ရေထိပ် (Water Level) တိုင်းတာခြင်း ၄၆
၆-၆။ ရေနေမှုနာယူ၊ ရေစမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း ၄၆
၆-၇။ အုတ်ခုံပြုလုပ်ခြင်း၊ ရေတင်စက်တပ်ဆင်ခြင်းနှင့် ရေပိုက်သွယ်တန်းခြင်း ၄၇
၇။ စက်ရေတွင်းဆိုင်ရာမှတ်တမ်းများ ရယူသိမ်းဆည်းခြင်း ၄၉
၇-၁။ စက်ရေတွင်းဆိုင်ရာမှတ်တမ်းများ ရယူသိမ်းဆည်းခြင်း ၄၉
၇-၂။ စက်ရေတွင်းမှတ်တမ်း၊ ရေစမ်းသပ်စစ်ဆေးချက်မှတ်တမ်း၊ ရေတင်စက်မှတ်တမ်း (နမူနာ) များ ၅၀
၈။ လွယ်ကူသောနည်းစနစ်များဖြင့် ရေသန့်စင်ခြင်း ၅၄
၈-၁။ နိဒါန်း ၅၄
၈-၂။ ရေအနည်ထိုင်၍ သန့်စင်အောင်ပြုလုပ်နည်း ၅၄
၈-၃။ အရပ်ဒေသအလိုက် ရိုးရာနည်းပညာဖြင့် တစ်နိုင်တစ်ပိုင်ရေသန့်စင်ခြင်း ၅၅
၈-၄။ ကျောက်ချဉ်ထည့်ခြင်း ၅၅
၈-၅။ အိမ်သုံးရေဂါလန်အမြောက်အမြားကို သံဓာတ်ဖယ်ရှားနည်း ၅၅
က။ မိမိအိမ်ဝင်းအတွင်း၊ စက်ရေတွင်းအနီးပြုလုပ်ပုံ (Outdoor Type) ၅၆
ခ။ လုပ်ဆောင်ပုံအဆင့်ဆင့် ၅၇
၂။ ရေသန့်စင်ယူနစ်တပ်ဆင်ရာ၌ အသုံးပြုပစ္စည်းများ စုဆောင်းခြင်း ၅၈
၃။ ယူနစ်တပ်ခြင်း ၅၉
ခ။ တိုက်ခန်း၊ အိမ်ခန်းသုံး သံဓာတ်ဖယ်ရှားပေးသောရေစစ်ကိရိယာပြုလုပ်ပုံ ၆၀
ဂ။ ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းခြင်း ၆၁
၉။ ရေစမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်းနှင့် ရရှိသောအဖြေကို ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်း ၆၂
၉-၁။ နိဒါန်း ၆၂
၉-၂။ ရေစမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်းနှင့် ရရှိမည့်ဓာတ်ပစ္စည်းများ၏ ဂုဏ်သတ္တိများ ၆၂
၉-၃။ မြေအောက်ရေတွင် ပျော်ဝင်နေနိုင်သည့် ဓာတ်ပစ္စည်းများ ၆၃
၉-၄။ ရေစမ်းသပ်ရရှိသည့်အဖြေအပေါ် ဆွေးနွေးခြင်း ၆၆
၁၀။ စက်ရေတွင်း ကလိုရင်းခပ်ခြင်း ၆၈
၁၀-၁။ နိဒါန်း ၆၈

၁၀-၂။ ကလိုရင်းဆေးခပ်သင့်သောအနေအထားနှင့် အချိန်ကာလ ၆၈
၁၀-၃။ စက်ရေတွင်းထဲသို့ ကလိုရင်းဆေးခပ်ခြင်း ၆၈
၁၀-၄။ အမြင့်တင်ရေလှောင်ကန်အား ကလိုရင်းပိုးသတ်ဆေးခပ်ခြင်း ၇၀
၁၀-၅။ ကလိုရင်းဆေးခပ်ခြင်းအကျိုးအာနိသင် ထိရောက်မှု ရှိ၊ မရှိ စမ်းသပ်နည်း ၇၁
၁၀-၆။ ကလိုရင်းဆေးခပ်ခြင်းဖြင့် သန့်စင်အောင် မဆောင်ရွက်နိုင်သည့်အခြေအနေ ၇၂
၁၁။ စက်ရေတွင်းပြုပြင်ထိန်းသိမ်းခြင်း ၇၃
၁၁-၁။ ရည်ရွယ်ချက် ၇၃
၁၁-၂။ ရေထွက်နှုန်းကျဆင်းခြင်းနှင့် သဲလိုက်လာခြင်းအကြောင်း ၇၃
၁၁-၃။ ရေဝင်ဆန်ခါပေါက် ပိတ်ဆို့ခြင်းအကြောင်း ၇၄
၁၁-၄။ ကျွမ်းကျင်သူနှင့် စက်ရေတွင်းပြုပြင်ထိန်းသိမ်းနည်းများ ၇၄
၁၁-၅။ အိမ်တွင်းတစ်နိုင်တစ်ပိုင် ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းခြင်း ၇၆
၁၁-၅-၁။ ကလိုရင်းဆေးခပ်ဆေးကြောခြင်း ၇၆
၁၁-၆။ ကျွမ်းကျင်နားလည်သည့်သူဖြင့် တွင်းပြုပြင်ထိန်းသိမ်းခြင်း ၇၆
၁၁-၇။ အကျိုးသက်ရောက်မှု ၇၆
၁၂။ သင့်စက်ရေတွင်းအတွက် သတိပေးကောက်နုတ်ချက် (အကျဉ်းချုပ်) ၇၇
၁၂-၁။ စစ်ဆေးပြုပြင်ခြင်း ရေစမ်းသပ်ခြင်း ၇၇
က။ စက်ရေတွင်းကို ကာကွယ်ထိန်းသိမ်းခြင်း ၇၇
ခ။ စက်ရေတွင်းကို ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းခြင်း ၇၇
ဂ။ ရေစမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း ၇၈
၁၂-၂။ စက်ရေတွင်းနှင့်ပတ်သက်သော သိထားသင့်သည့်ကောက်နုတ်ချက်အချို့ ၇၈
၁။ စက်ရေတွင်းနှင့်ပတ်သက်၍ သိထားရန်နှင့်ဆောင်ရွက်ရန် ၇၈
၂။ စက်ရေတွင်း၏ဝန်းကျင်နှင့် ပတ်သက်၍ဆောင်ရွက်ရန် ၇၉
၁၃။ စက်ရေတွင်းဆိုင်ရာ အထွေထွေဗဟုသုတ ၈၁
၁၃-၁။ လူတို့အသုံးပြုကြသည့် ရေတွင်းအမျိုးအစားများ ၈၁
က။ လက်တူးတွင်း (ရေတွင်း) ၈၁
ခ။ စက်ရေတွင်း ၈၂
ဂ။ ရေစုဆောင်းရယူသောတွင်း ၈၂
ဃ။ ရေဖြည့်တွင်း ၈၃
၁၃-၂။ ရေတင်စက်များ ၈၃
က။ လက်နှိပ်တုံကင်ပန့် (လက်နှိပ်ရေတင်စက်) ၈၄
ခ။ ရေမြှုပ်ပန့် ၈၄
ဂ။ ဂျက်ပန့် (အားပြင်းပန့်) ၈၅
ဃ။ လေအားသုံးပန့် ၈၆
၁၃-၃။ ရေတင်စက်ရွေးချယ်ရာတွင် အခြေခံသိထားရမည့်အချက်အလက်များ ၈၆
၁၃-၄။ သိထားသင့်သည့် စက်ရေတွင်းထိန်းသိမ်းရေးဆိုင်ရာများ ၈၆
၁၃-၅။ ငလျင်နှင့် စက်ရေတွင်း ၈၇

၁၄။ မြေအောက်ရေဆိုင်ရာ အထွေထွေဗဟုသုတ ၈၉
၁၄-၁။ မြေအောက်ရေဆိုင်ရာ သုတရသ ၈၉
၁၄-၂။ ကမ္ဘာမြေမျက်နှာပြင်တွင် ရေပျံ့နှံ့တည်နေပုံ ၉၂
၁၄-၃။ မြေအောက်ရေ ၉၂
၁၄-၄။ ရေသံသရာလည်ပုံနှင့် မြေအောက်ရေပျံ့နှံ့နေပုံ ၉၄
၁၄-၅။ မြေအောက်ရေ စိမ့်ဝင်စီးဆင်းပုံ ၉၄
၁၄-၆။ မြေအောက်ရေကို အသုံးပြုရသည့်အကြောင်း ၉၅
၁၄-၇။ မြေလွှာနှင့် ရေအောင်းလွှာဆက်စပ်နေပုံ ၉၆
၁၄-၈။ မြေအောက်ရေနှင့် ပတ်ဝန်းကျင် ၉၆
၁၄-၉။ မြေပေါ်ရေနှင့် မြေအောက်ရေအပြန်အလှန်အကျိုးသက်ရောက်မှု ၉၇
၁၄-၁၀။ မြေအောက်ရေညစ်ညမ်းမှု ၉၇
၁၄-၁၁။ မြန်မာနိုင်ငံနှင့် မြေအောက်ရေ ၉၈
၁၄-၁၂။ မြေပေါ်ရေနှင့် မြေအောက်ရေ ၉၉
၁၄-၁၃။ မြေပေါ်ရေနှင့် မြေအောက်ရေ အပြန်အလှန်အကျိုးသက်ရောက်မှု ၁၀၀
၁၄-၁၄။ ရေထုတ်ယူနေကြသည့် အဓိကမြေအောက်ရေအောင်းလွှာများ ၁၀၀
၁၄-၁၅။ မြေအောက်ရေ ဥပဒေ ၁၀၁
၁၅။ စက်ရေတွင်း (မြေအောက်ရေ) နှင့် ကျန်းမာရေး ၁၀၂
၁၅-၁။ စက်ရေတွင်းရေ သုံးစွဲသူများ သိထားသင့်သည့်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာများ ၁၀၂
၁၅-၂။ သောက်သုံးရေတွင်ပါဝင်သည့် ရေအရည်အသွေးအခြေအနေသတ်မှတ်ချက်များ ၁၀၄
၁၆။ နောက်ဆက်တွဲများ ၁၀၉
နောက်ဆက်တွဲ-၁။ ကျောက်စရစ်ရံခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများ ၁၀၉
နောက်ဆက်တွဲ-၂။ မြေအောက်ရေနှင့် စက်ရေတွင်းများဆိုင်ရာ အခေါ်အဝေါ်၊ အသုံးအနှုန်း ၁၁၅
နောက်ဆက်တွဲ-၃။ ဒဗလူအိပ်ချိအိုကျန်းမာရေးအဆင့်သတ်မှတ်ချက် ၁၂၁
နောက်ဆက်တွဲ-၄။ အမေရိကန်နိုင်ငံရှိ စက်ရေတွင်းတူးခ ဈေးနှုန်းများ ၁၂၃
နောက်ဆက်တွဲ-၅။ မြန်မာနိုင်ငံတွင်း စက်ရေတွင်းတူးလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်နေကြသူများစာရင်း ၁၂၇
၁၇။ ဇယားစာရင်း ၁၃၄
၁၈။ ပုံစာရင်း ၁၃၅
၁၉။ ကျမ်းကိုးစာရင်း ၁၃၆
၂၀။ စာရေးသူ၏ ကိုယ်ရေးမှတ်တမ်း ၁၃၇