

CONTENT
မာတိကာ

- FORE WORD 11
- စကားဦး 13

Image of Myanmar

1. The Shinbyu, Nartha Ceremony 17
ရှင်ပြုနားသ အလှူတော်မင်္ဂလာ
2. The Independence Day (or) A day we should never forget 23
လွတ်လပ်ရေးနေ့ (သို့မဟုတ်) မမေ့နိုင်တဲ့နေ့တစ်နေ့
3. Some delicious Myanmar traditional food 28
ရသစုံစွာ မြန်မာရိုးရာအစားအစာ
4. Chinlon (or) The most popular game in Myanmar 31
ခြင်းလုံး (သို့မဟုတ်) ရေပန်းအလွန်စား မြန်မာအားကစား
5. Myanmar, The Golden Land 36
မြန်မာ သို့မဟုတ် ရွှေနိုင်ငံ
6. The person we can never forget (The leader who sacrificed his life for his country) 40
မေ့မရနိုင်တဲ့သူ (တိုင်းပြည်အတွက် အသက်ပေးလှူခဲ့တဲ့ ခေါင်းဆောင်)

၆	UTA (ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်)	
7.	The Martyrs' Day (or) The day we have to mourn	45
	အာဇာနည်နေ့ (သို့မဟုတ်) ကြေကွဲဝမ်းနည်းဖွယ်ရာနေ့	
8.	A famous pagoda festival in Myanmar	50
	မြန်မာနိုင်ငံ၏ အထိကရ ဘုရားပွဲ	
9.	The role of farmers in Myanmar	55
	မြန်မာနိုင်ငံ လယ်သမားတို့၏ အခန်းကဏ္ဍ	
10.	Natural Resources of Myanmar	60
	မြန်မာနိုင်ငံ၏ သဘာဝရင်းမြစ်များ	
11.	The most enjoyable public holiday of the year	65
	သင်္ကြန်ပွဲတော် (သို့မဟုတ်) တစ်နှစ်တာ ပျော်ရွှင်ဖွယ်အကောင်းဆုံး အားလပ်ရက်	
12.	How the earthquake destroyed the ancient pagodas in Myanmar	70
	cလျင်ဖျက်ဆီးခံ ရှေးဟောင်းမြန်မာစေတီပုထိုးများ	
13.	Myanmar, the land of pagodas	75
	များလှစေတီ မြန်မာပြည်	
14.	Thadingyut Festival	79
	သီတင်းကျွတ်ပွဲတော်	
15.	Tazaungdaing Festival	82
	တန်ဆောင်တိုင်ပွဲတော်	
16.	Mohinga (or) A well known Myanmar delicacy	86
	မုန့်ဟင်းခါး (သို့မဟုတ်) လူကြိုက်များတဲ့မြန်မာ့ရသာမွန်	
17.	A visit to historical pagodas in Bagan	90
	သမိုင်းဝင်ဘုရားများရှိရာ ပုဂံသို့ ဘုရားဖူးတစ်ခေါက်	
18.	Myanmar customs worth preserving Why we should keep our own culture and tradition	95
	ထိန်းသိမ်းထားသင့်သည့် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့ထုံးစံများ	
19.	Some popular festivals in Myanmar	100
	ပွဲတော်စုံစွာ ပြည်မြန်မာ	

မြန်မာ့ပုံရိပ်နှင့် အခြားအက်ဆေးများ	၇
20. Myanmar Thanakha	104
မြန်မာ့သနပ်ခါး	
21. Myanmar Women's Hair-Styles	109
မြန်မာအမျိုးသမီးတို့ရဲ့ ကေသာအလှ	
22. An Evening Walk in Yangon	113
ညနေခင်း လမ်းလျှောက်ထွက်ခြင်း	
23. Tourist attractions in Myanmar	117
နယ်လှည့်ခရီးသည်တို့ စုံမက်ဖွယ်ရာ မြန်မာပြည်မှာ	
24. Flood Disaster	121
ရေဘေးအန္တရာယ်	
25. Places of interest in Myanmar	126
မြန်မာပြည်မှာ စိတ်ဝင်စားဖွယ် နေရာစုံစွာ	
26. The role of unity in nation building	130
နိုင်ငံတူထောင်ရေးတွင် စည်းလုံးမှု၏ အခန်းကဏ္ဍ	
27. The Wedding ceremony in Myanmar	135
မြန်မာ့ထုံးတမ်းစဉ်လာ မင်္ဂလာဆောင်	

Others	
1. Peace.	143
ငြိမ်းချမ်းရေး	
2. Why people hate war	148
စစ်ဆိုလျှင် မကြားချင်ပြီ	
3. The importance of forests	153
တောအုပ်အဖြာဖြာ အရေးပါ	
4. The importance of love	158
ချစ်ခြင်းမေတ္တာသည်သာ အခရာ	
5. Natural Disasters	163
သဘာဝ ဘေးအန္တရာယ်များ	
6. The poet I Like Best	168
အကျွန်ုပ် အနှစ်သက်ဆုံး ကဗျာဆရာ	

UTA (ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်)	၈
7. Ways to keep our environment always green	171
စိမ်းလန်းစေလို ဝန်းကျင်တစ်ခု	
8. How people around us can influence our character	176
တံငါနားနီးတံငါ၊ မုဆိုးနားနီးမုဆိုး	
9. Activities for welfare of others	181
ပရဟိတလုပ်ငန်းများ	
10. Human Trafficking (or) Anti Trafficking in Persons	186
လူကုန်ကူးမှု တိုက်ဖျက်ရေး	
11. Flies: The dangerous insects	191
ယင်ကောင် သို့မဟုတ် အန္တရာယ်များတဲ့ အင်းဆက်ပိုး	
12. Enemies of Youths Today	196
ယနေ့ လူငယ်ထုရဲ့ ရန်ခွယ်အသွယ်အသွယ်	
13. The importance of being punctual	200
အချိန်လေးစားမှုဟာ အရေးပါ	
14. The pros and cons of life in a city	204
မြို့နေလူနေမှုဘဝ၏ ကောင်းကျိုးဆိုးပြစ်များ	
15. A rose by any other name would smell as sweet (or) (put silk on a goat and it's still a goat)	208
နဂိုရိုရိုမှ နဂိုထီးထွက်	
16. Video Internet Games: The Pros and Cons	212
ဗီဒီယိုအင်တာနက်ဂိမ်း ကစားခြင်းရဲ့ ကောင်းကျိုးဆိုးပြစ်	
17. A market scene	216
ဈေးကွက်မြင်ကွင်းတစ်ခု	
18. A Birthday Present I Received	221
ကျွန်တော်ရထားတဲ့ မွေးနေ့လက်ဆောင်	
19. How I celebrated My last Birthday	226
ပြီးခဲ့တဲ့ ကျွန်တော်မွေးနေ့ ကျွင်းပခဲ့ပုံ	

မြန်မာ့ပုံရိပ်နှင့် အခြားအက်ဆေးများ	၉
20. Why I admire my father	230
လေးစားအပ်ပေ တို့ဖေဖေ	
21. Prevention is better than cure	234
ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်းသည် ကုသခြင်းထက် ပိုကောင်း၏	
21. Some interesting competitions in Myanmar	238
ပြိုင်ပွဲစုံစွာ ပြည်မြန်မာ	
22. Shopping Centres in Our Country	243
ဈေးဝယ်ဖို့နေရာ မြန်မာပြည်မှာ	
23. The pleasure one gets from helping others	247
အကူအညီပေးခြင်းမှ ရရှိသည့် ကြည်နူးမှု	
24. The importance of beauty	251
အလှတရားကို အလေးထား	
25. A place I like to visit but not to live	256
မနေချင်ပေမယ့် အလည်တော့လာချင်ပါရဲ့သည်နေရာ	
26. The Importance of Computer Knowledge in Education	260
ကွန်ပျူတာ ဗဟုသုတ ပညာရေးမှာ အရေးပါ	
27. Anti narcotic drug activity	264
မူးယစ်ဆေးဝါး တိုက်ဖျက်ရေး	

✦