

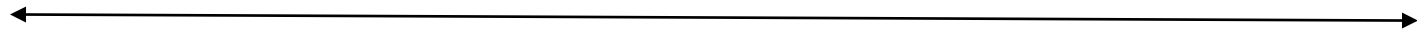
ཉམས་ལྗོངས་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་བཞུགས་ཀྱི་ཐོ། CURRICULUM VITAE.

❖ འབྲེལ་བ་འཐབ་ས་ འགྲུལ་འཕྲིན་ཨང་ ༡༡༤༣༤༧༥༩/ ༡༡༣༠༤༤༤

སློག་འཕྲིན་ tsheringpenjor.pce@rub.edu.bt

❖ ད་ལྟོའི་ལྷ་འགན་ ལེགས་བཤད་པ་ལས་རིགས་པ།

སྤྱི་ལོ་ལྷ་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།



❖ ཤེས་ཡོན་ལ་གསལ། Education Details.

༢༠༡༣ རྣང་རིག་གཙུག་ལག་གོང་མའི་ཤེས་ཡོན། ཏྲ་མགོ་རྣང་པའི་གཙུག་ལག་སློབ་གྲྭ།
Master of Arts (MA) in Buddhist Studies, Tango University
Of Buddhist Studies.

༢༠༡༥ ཤེས་རིག་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་གོང་མ། སྤྱི་ལོ་ལྷ་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།
Post Graduate Diploma in Education.(PgDE) Paro collage
of Education.

༢༠༡༢ རྣང་པའི་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཡོན། ཏྲ་མགོ་རྣང་པའི་གཙུག་ལག་སློབ་གྲྭ།
Bachelor of Arts (BA) in Buddhist Studies, Tango University
of Buddhist Studies.

༢༠༠༩ རྣང་རིག་འབྲིང་རིམ་ཤེས་ཡོན། གྲྭ་ཚང་ཚོས་རྒྱུགས་ལྷན་ཚོགས།
Intermediary Course (class xii) Drat Shang Board Examination,
Thimphu.

༢༠༠༤ སློབ་རིམ་ ༡༠ པ། བ་ཇོ་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་གོང་མ། དབང་འདུས་ཕོ་བྲང།
Class x, Bajo Higher Secondary school.

❖ སློབ་སྦྱང་དང་གོ་བསྐྱུར་ཞལ་འཛེམས། Training and Workshops.

- ༢༠༠༩ གཙུག་ལག་སློབ་གྲུ་འི་ ལྷན་གཞི་གཞི་པའི་སྦྱང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོད།
 Attended training as Health worker of religious institute.
- ༢༠༡༡ སྤྱི་ཕན་རིག་སྐྱེལ་ རྫོང་ཁའི་སློབ་རིག་སྦྱང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོད།
 Attended training on Dzongkha computing
- ༢༠༡༤ ལྷན་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛེམས་ཀྱི་ཞལ་འཛེམས་ཞང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོད།
 Attended GNH youth workshop.
- ༢༠༡༥ རྒྱལ་ཡོངས་རྫོང་ཁའི་གོས་བསྐྱུར་ཞང་ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་སྤྱན་ལུ་ཕུལ་ཡོད། ལྷན་འཛེམས་རིག་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲུ་
 གྲུ།
 Presented paper in the National Dzongkha seminar meeting. PCE,
- ༢༠༡༦ དུས་རབས་ ༢༡ 'པའི་སློབ་སྦྱོར་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ གོ་བསྐྱུར་ཞལ་འཛེམས་ཞང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོད།
 Attended Transformative pedagogy.
- ༢༠༡༧ རྫོང་ཁའི་ཕན་ལུ་ཚན་གྱི་བཅའ་མར་སྦྱོད་ལེན་གྱི་གོ་བསྐྱུར་ཞལ་འཛེམས་ཞང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོད།
 Attended Dzongkha Effective Communication.
- ༢༠༡༩ དམ་ཤེས་དང་འདུ་ཤེས་སློ་ཚལ་གྱི་ཁྱད་རིག་གོང་འཕེལ་གྱི་གོ་བསྐྱུར་ཞལ་འཛེམས་ཞང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོད།
 Attended professional Development program on Neuroscience-based Mindfulness & Emotional Intelligence and helping Skills.
- ༢༠༢༠ སློབ་སྦྱོར་གཅིག་སྦྱོལ་གྱི་བཅའ་མར་འཕུལ་རིག་སྦྱང་བཅའ་མར་ཞལ་འཛེམས་ཞང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོད།
 Attended ICT Integration for Active Teaching-Learning
- ༢༠༢༠ སློབ་དཔོན་ཁྱད་རིག་གནས་ཚད་ཀྱི་སྦྱང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོད།
 Attended Bhutan professional standards Teachers workshop.
- ༢༠༢༡: རིག་ཚལ་ཚན་གྱི་ལྷན་སྐྱུང་དང་ མཐོ་བའི་མཚོ་རིག་གི་སྦྱང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོད། དགོ་ལེགས་ཕུག།
 Attended Competency- based Learning and HOTS workshop.

❖ **ལྷན་རིག་ཅན་གྱི་ཉམས་ལྗོད། Professional Experience**

༢༠༡༦-༢༠༡༨ འོད་ཟེར་གླིང་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་གོང་མ་ནང་ འོག་གི་འགན་འཁུར་ཚུ་འབག་ཡོད་པ།

2016-2018 Shouldered the following responsibilities in Yoezerling Higher Secondary school.

- ལས་བྱེད་དྲུང་ཆེན། Staff Secretary
- རྫོང་ཁའི་ལས་ཁུངས་འགོ་ཁྲིད་པ། Head of Department, Dzongkha
- སློབ་རིམ་ ༡༢ པའི་སློབ་ཁང་སློབ་དཔོན། Class Teacher of grade XII
- ལམ་སྲོལ་འགོ་ཁྲིད་པ། Culture Coordinator
- རྩོད་རིགས་འགོ་ཁྲིད་པ། Games and Sports Coordinator
- དུ་ར་ཡ་ན་ཚོགས་པ་ཕྱན་གྱི་འགོ་ཁྲིད་པ། Tarayana Club Coordinator
- ཕྱོགས་སྡེ་འགོ་ཁྲིད་པ། House Master
- ཚོས་རྒྱུགས་ཚོགས་རྒྱུང་གི་འཇུག་མི། Examination Committee Member
- སློབ་གྲྭའི་གསལ་བཤད་པ། School's Speaker

༢༠༡༨-༢༠༢༡ དགོ་ལེགས་ཕུག་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་གོང་མ་ནང་ འོག་གི་འགན་འཁུར་ཚུ་འབག་ཡོད་པ།

2018-2021 Shouldered the following responsibilities in Gelephu Higher secondary school.

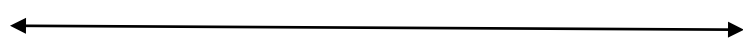
- སློབ་ཁང་སློབ་དཔོན། Class Teacher of grade XII
- ལམ་སྲོལ་འགོ་ཁྲིད་པ། Culture Coordinator
- རྒྱུག་ལམ་འགོ་འཛིན། Discipline Head
- ཕྱོགས་སྡེ་འགོ་ཁྲིད་པ། House Leader
- ཚོས་རྒྱུགས་འགོ་ཁྲིད་པའི་ལས་རོགས་པ། Assistant Examination Coordinator
- སློབ་གྲྭའི་གསལ་བཤད་པ། School's Speaker
- རྩོད་རིགས་འགོ་ཁྲིད་པའི་ལས་རོགས་པ། Assistant Games and Sports Coordinator

❖ ལཱ་གི་ཉམས་སྦྱོང་། Work Experiences:

- ༢༠༡༤ རྫོང་ཁའི་ཚུམ་རིག་འགོ་ཁྲིད་པ་དཔལ་འཛོམས་ལས་སྡེ་ནང་ ལས་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་
 རྫོང་ཁའི་ཚུམ་རིག་འགོ་ཁྲིད་པ། (ལོ་ངོ་ ༡)
 Served as cultural Researcher in Bhutan GNH youth. (1 year)
- ༢༠༡༤-༢༠༡༧ རྫོང་ཁའི་སློབ་སྦྱོང་པ། འོད་ཟེར་གླིང་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་གོང་མ། སྤེལ། (ལོ་ངོ་ ༣)
 Dzongkha Teacher at Yoezerling Hss,paro. (3 years)
- ༢༠༡༧-2023 རྫོང་ཁའི་སློབ་སྦྱོང་པ། དགེ་ལེགས་སུག་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་གོང་མ། གསར་སྤང།
 Dzongkha Teacher at Gelephu Hss, Sarpang
- ༢༠༡༩ གསར་སྤང་རྫོང་ཁག་གི་མེད་འོག་དང་རྫོང་ཁག་གི་ལས་བྱེད་པ་ཚུ་ལུ་ རྫོང་ཁ་ཡིག་འགྲུལ་རྣམ་གཞག་གི་
 སྦྱོང་བཅར་བྱིན་ཡོད། (ཉིན་མ་ ༣)
 Conducted official correspondence on Dzongkha to Sarpang gewog
 and Dzongkhag staffs as a lead trainer. (3 days)
- ༢༠༢༡: དགེ་ལེགས་སུག་ཁྲོམ་སྡེའི་རྫོང་སློབ་ཚུ་ལུ་ རིག་ཅུལ་ཅན་ལྟ་བུ་སྤྱད་དང་ མཐོ་བའི་མནོ་རིག་གི་སྦྱོང་
 བཅར་བྱིན་ཡོད། (ཉིན་གངས་ ༢)
 Conducted Competency- based Learning and HOTS for Dzongkha
 Teacher of gelephu Thromdee as a lead trainer.
- ༢༠༢༡: དགེ་ལེགས་སུག་དང་སུག་གི་ཁྲོམ་སྡེའི་འཕུས་མི་ཚུ་ལུ་ མི་མང་མཐུན་འབྲེལ་དང་སྤྲིག་ལམ་རྣམ་
 བཞག་གི་སྦྱོང་བཅར་བྱིན་ཡོད། (ཉིན་གངས་ ༣)
- 2021: Conducted Public relation& Driglam Namzha for gelephu& p/ling
 Thromdee members as a lead trainer.

❖ **རིག་རྒྱལ་གཞན་གྱི་རིག་ས།** **Other skills, competencies** (*acquired outside formal training*) and interest:

- ཡིང་སྐད། ལྷོ་མཚམས་པ། རྒྱ་སྐད། ཚངས་སྐད། བོད་སྐད། ཤར་ཕྱོགས་པའི་ཁ་སྐད་ཚུ་སྲུབ་ནི་ལུ་ཐོགས་ཆགས་མེད་པ།
- Fluent in English, Ihotsham, Hindi, Tshangkha, Tibetan & Sharchop.
- རྒྱ་ག་རིག་གི་ཤེས་ཡོན་དང་ཉམས་སྦྱང་ལེགས་ཤོམ་སྤེལ་ཡོད།
- Good computer knowledge.
- རྫོང་ཁ་དང་ཡིང་སྐད་གཉིས་ནང་ བྲི་ནི་དང་རྩོམ་ནི་ ལྷག་ནི་ཚུ་ནང་ ལེགས་ཤོམ་ཡོད།
- Good writing and composition skill in Dzongkha & English.
- རྩེད་རིགས་རྩེ་ནི་ནང་ལུ་ཉམས་སྦྱང་དང་ཕྱོགས་སྲུབ་ཡོད།
- Good at playing games and sports.
- ཞབས་ཁྲ་འཁྲབ་ནི་དང་འབྲེན་ནི་ གསར་རྩོམ་འབད་ནི་ནང་ལུ་ཉམས་སྦྱང་ཡོད།
- Good at Dancing, singing & composition.
- འགོ་ཁྲིད་པའི་སྲུས་ཚད་དང་ཉམས་སྦྱང་ རྒྱད་རིག་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་ཡོད།
- Good Leadership quality.
- མི་སྡེ་ཞབས་ཁྲོག་དང་འབྲེལ་བའི་ ཁས་བླང་གི་ལུ་འབད་ནི་ལུ་ ཉམས་སྦྱང་དང་ཕྱོགས་སྲུབ་ཡོད།
- Volunteering in social services.
- ལས་རིམ་ག་ཅི་བརྩམ་ཡིན་རུང་ འགོ་འདྲེན་འབབ་ནི་ལུ་ཉམས་སྦྱང་དང་ཕྱོགས་སྲུབ་ཡོད།
- Good at Conducting and organizing any events.



བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་སྤུན་སྲུམ་ཚོགས་པར་ཤོག །