ਸਕੂਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨੀ

**ਨਰਸਰੀ ਅਤੇ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਇਹਨਾਂ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਆਸ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ;**

* ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰ ਸਕਣ।
* ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਬਾਲਗ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਨਾਮ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਰੁੱਕ ਸਕਣ, ਦੇਖ ਅਤੇ ਸੁਣ ਸਕਣ।
* ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਇੱਕ ਬਾਲਗ ਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਣ।
* ਆਪਣੇ ਕਪੜੇ ਪਹਿਨ ਸਕਣ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਜੁੱਤੇ ਅਤੇ ਕੋਟ ਪਾਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।
* ਆਪਣੇ ਆਪ ਟੌਇਲਲ ਜਾ ਸਕਣ, ਟੌਇਲਟ ਨੂੰ ਫਲੱਸ਼ ਕਰ ਸਕਣ ਅਤੇ ਹਰ ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋ ਸਕਣ।
* ਮੇਜ਼ ’ਤੇ ਬੈਠ ਸਕਣ ਅਤੇ ਕਾਂਟੇ ਅਤੇ ਛੁਰੀ ਨਾਲ ਖਾ ਸਕਣ।
* ਬੋਲਣ ਸਮੇਂ ਵਾਰੀ ਲੈ ਸਕਣ ਅਤੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਨਿਮਰਤਾ ਨਾਲ ਬੋਲ ਸਕਣ।
* ਨਵੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਖੁਸ਼ ਹੋਣ; ਮਿਸਾਲ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡਣੀਆਂ, ਅਪਰਿਚਿਤ ਭੋਜਨਾਂ ਲਈ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ।
* ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਕੂਲ ਆਉਣ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਪਹੁੰਚਣ।

**ਉਹ ਗੱਲਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਨਰਸਰੀ ਅਤੇ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਵਧੀਆ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨ ਲਈ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ**

* ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ – ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸੋਚਣ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
* ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੋ – ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾਓ ਕਿ ਪੜ੍ਹਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁਨਰ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਅਸੀਂ ਖੁਸ਼ੀ ਲਈ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇੱਕ ਕਿਤਾਬ ਸਾਂਝੀ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਪੜ੍ਹਿਆ ਹੈ ਉਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਕੇ ਵਧੀਆ (ਮਿਆਰੀ) ਸਮੇਂ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਗਭਗ ਦੱਸ ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
* ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਅਜਿਹੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡੋ ਜੋ ਵਾਰੀ ਲੈਣ ਅਤੇ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਜਿੱਤ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਨਾਲ ਵੀ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ।
* ਜਿਗਸਾਅ ਅਤੇ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਪਹੇਲੀਆਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਇਕਾਗਰਤਾ ਅਤੇ ਮਹੀਨ ਸਰੀਰਕ-ਹਰਕਤਾਂ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।
* ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸਾਨੂੰ ਨਿਯਮ ਬਣਾਉਣੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਹਰੇਕ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਨਿਰਪੱਖਤਾ ਨਾਲ ਵਿਵਹਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਉਹ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਦੀ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਉਹ ਇਸ ਦੇ ਆਦੀ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਸੱਚਮੁੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
* ਰੂਟੀਨ ਅਤੇ ਸੌਣ ਦਾ ਸਮਾਂ – ਬੱਚੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸੱਚਮੁੱਚ ਥੱਕ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੌਣ ਸਮੇਂ ਵਧੀਆ ਰੂਟੀਨ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਉਣ ਨਾਲ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਹੋਵੇਗੀ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮ 7:30 ਵਜੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬਿਸਤਰ ਵਿੱਚ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
* ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਰਸਰੀ ਦੀਆਂ ਕਵਿਤਾਵਾਂ, ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਹੋਵੇਗੀ।
* ਜਿੰਨਾ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਓਨੀ ਵਾਰੀ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਡ੍ਰਾਇੰਗ ਬਣਾਉਣ, ਲਿਖਣ, ਗਿਣਤੀ ਗਿਣਨ, ਕੈਂਚੀ ਨਾਲ ਕੱਟਣ ਅਤੇ ਚਿਪਕਾਉਣ ਲਈ ਗੋਂਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।
* ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਪੈਮਾਇਸ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਉਪਯੋਗੀ ਤਰੀਕੇ ਲੱਭੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੇਕ ਕਰਨਾ (ਸੇਕ ਕੇ ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣਾ), ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣਾ।
* ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰ ਬਣਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਿਓ – ਭਾਵੇਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਲੰਬਾ ਸਮਾਂ ਕਿਉਂ ਨਾ ਲੱਗੇ।