आपका बच्चा जब प्री-किंडरगार्टन स्कूल में जाता है

लगभग चार वर्ष की आयु के बच्चे

4

कक्षा में या घर पर व्यस्ततम और सर्वाधिक क्रियाशील बच्चे चार-वर्ष की आयु के होते हैं। वे अपनी आयु के बहुत सारे बच्चों के इर्द-गिर्द रहना चाहते हैं और हमेशा दौड़ने, कूदने, चढ़ने, और धक्का देने के लिए अपनी बड़ी मांसपेशियों का प्रयोग करते हुए दिखते हैं।

कभी-कभी चार-वर्षीय बच्चों को समझना मुश्किल होता है। एक मिनट में, वे आत्म-विश्वासी और साहसी हैं तो अगले ही मिनट में उन्हें फिर से आश्वासन चाहिये। छोटे बच्चों को कोशिश करने के लिए प्रशंसा किये जाने की और उनकी दुनिया का पता लगाने के लिए प्रोत्साहित किये जाने की ज़रूरत होती है। तथापि, उन्हें अपनी सुरक्षा के लिए बनाये गये नियमों का पालन करना चाहिये। उन्हें स्वतन्त्रता विकसित करनी चाहिए और अपने लिए कुछ तर्क-संगत चुनाव करने चाहियें, परन्तु उनकी सख्त सीमायें भी होनी चाहियें।

अपने व्यवहार और क्रिया कलापों पर नियत सीमाओं को आजमाना चार वर्ष की आयु के बच्चों के स्वभाव में होता है। उन्हें सही और गलत के बीच अन्तर को सीखने की ज़रूरत होती है। उन्हें स्कूल के नियमों को पालन करने के लिए प्रोत्साहित किये जाने की ज़रूरत है, परन्तु वे यह भी चाहते हैं कि कोई उनके पक्ष को भी सुने। ध्यान रखें कि अधिकांश चार वर्ष की आयु के बच्चे सहयोगी होना चाहते हैं। परन्तु वे दूसरों के साथ सहयोगात्मक रूप से खेलने और काम करने के लिए रणनीतियों का पता लगाने की कोशिश में व्यस्त हैं। वे नियमों के लिए कारणों को समझना शुरू कर रहे हैं और यह पता लगा रहे हैं कि मित्र होने का मतलब क्या होता है। यह कठिन काम है, विशेष रूप से इन छोटे बच्चों के लिए जो अभी स्कूल की जिन्दगी शुरू कर रहे हैं।

उन कुछ चीजों में जो आपके बच्चे को प्री-किंडरगार्टन में आने से पहले जाननी चाहियें और जिन्हें वह करने योग्य होना चाहिए, निम्नलिखित बातें शामिल हैं परन्तु वे इन तक ही सीमित नहीं हैं:

- दिनचर्याओं को चुनना और उनका पालन करना शुरू करना, जैसे कि सोने से पहले कोई कहानी सुनना
- लिखित अक्षरों में अपने पहले नाम को पहचानना शुरू करना
- यह जानना कि किसी वयस्क व्यक्ति से मदद के लिए कैसे कहा जाये
- मनपसन्द पुस्तक को उसके कवर से पहचानना और यह कहना कि इसे जोर से पढ़ा जाये
- अक्षरों, शब्दों, संख्याओं, और गिनती के बारे में जिज्ञासु होना
- परिचित गीतों से कुछ शब्दों को या लय के हिस्सों को दोहराना
- आधारभूत दो-या तीन-कदम के निर्देशों का पालन करना, जैसे कि, "अपना कोट लें, इसे पहनें, और दरवाजे के पास खड़े हों।"
- किसी कहानी को सुनना जब वह जोर से पढ़ी जाये
- पुस्तकों को सावधानी पूर्वक संभालना
- घर पर कुछ आधारभूत नियमों का पालन करना, जैसे कि खिलौनों को अलग रखना

आपका बच्चा प्री-किंडरगार्टन में क्या सीखेगा?

शैक्षणिक कार्यक्रम प्रारम्भिक शिक्षा के सात विकास सम्बन्धी आयामों में आपके बच्चे के विकास की सहायता करने के लिए आयोजित किये जायेंगे: व्यक्तिगत और सामाजिक विकास, भाषा और साक्षरता, गणित सम्बन्धी सोच, विज्ञान सम्बन्धी सोच, सामाजिक ज्ञान, कला, तथा शारीरिक विकास व स्वास्थ्य। कहानियों और पुस्तकों में रुचि रखना उन सर्वाधिक महत्वपूर्ण नज़रियों में से एक है जो बच्चे पढ़ना शुरू करने से पहले के वर्षों के दौरान विकसित करते हैं। इसी कारण से, आप देखेंगे कि भाषा और साक्षरता के बारे में शिक्षा देना आपके बच्चे के प्री-किंडरगार्टन कार्यक्रम के क्षेत्रों में एक प्रमुख लक्ष्य है।

छोटे बच्चों को कोशिश करने के लिए प्रशंसा किये जाने की और उनकी दुनिया का पता लगाने के लिए प्रोत्साहित किये जाने की ज़रूरत होती है।

पढ़ने और बातचीत करने की एक दिनचर्या बनायें।

रोजाना अपने बच्चे के साथ पढ़ने और बातचीत करने के लिए एक विशेष समय निर्धारित करें।

उन कुछ चीजों में जो आप प्री-किंडरगार्टन में अपने बच्चे की शिक्षा को सहारा देने के लिए कर सकते हैं, निम्नलिखित शामिल हैं परन्तु वे इन्हीं तक सीमित नहीं हैं:

व्यक्तिगत और सामाजिक विकास

- **उसे स्वयं के लिए इसे करने दें।** अपने बच्चे को सुबह स्वयं कपड़े पहनने के लिए समय दें और उसे स्कूल के कपड़े पहली रात को ही चुन लेने में मदद करने के लिए कहें।
- **पद्धतियां निर्धारित करें -** बिस्तर पर जाने, कार में सवार होने के लिए तैयार होने, स्कूल या चाइल्ड केअर के लिए जाने, गुडबाई कहने, आदि के लिए रूटीन्स निर्धारित करें। ये रिचुअल्स छोटे बच्चों को सुरक्षित और नियन्त्रण में महसूस करने में मदद करते हैं।

भाषा और साक्षरता

- **उसको कहानी सुनाने दें।** अपने बच्चे को बताने दें कि जिस पुस्तक को आप साथ पढ़ रहे हैं उसके चित्रों में उसे क्या दिखाई देता है।
- **पढ़ने और बातचीत करने की एक दिनचर्या बनायें।** रोजाना अपने बच्चे के साथ पढ़ने और बातचीत करने के लिए एक विशेष समय निर्धारित करें, जैसे कि डिनर के ठीक बाद, या जब वह सोने के लिए जाने वाला हो। किसी भी समय पढ़ें और कहानी में चरित्रों, विचारों और घटनाओं के बारे में बातचीत करें।
- **उसके नाम का पटल लगायें।** अपने बच्चे को उसका नाम पहचानने में मदद करने के लिए उसे एक पटल पर लिखें जिसे आप उसके बेडरूम के दरवाजे पर लगायें।
- **फिर उससे उसके नाम के हस्ताक्षर करायें।** आपके द्वारा मित्रों या रिश्तेदारों को भेजे जाने वाले पत्रों पर या कार्ड्स पर अपने बच्चे को उसका नाम लिखने दें।
- **डिक्टेशन लिखें।** बच्चे को अपने विचार आपको बताने के लिए प्रोत्साहित करें, और फिर उसके लिए उन्हें लिखें। अथवा उससे विचारों को कागज पर तस्वीरों के रूप में प्रकट करवायें, जिन पर आप फिर उसके लिए रिश्तदारों को भेजने हेतु लैबल लगा सकते हैं। अपने बच्चे को किसी रिश्तेदार या मित्र के लिए एक धन्यवाद पत्र या निमन्त्रण पत्र लिखाने के लिए कहें।

गणित सम्बन्धी सोच

- **ग्रोसरी स्टोर का पता लगायें।** इंगित करें कि दुकान में भोजन किस तरह व्यवस्थित है: सीरियल (अनाज) इस पंक्ति में, कैन्ड फ्रूट्स इस पंक्ति में, कागज का सामान यहां पर, आदि आदि।
- **इंगित करें और पैटर्न्स निर्धारित करें।** उसका ध्यान कालीन के सिरे के आसपास की डिज़ाइन की ओर आकर्षित करें अथवा बटनों को, रंगीन चाकों को या गेम के टुकड़ों को भिन्न तरीकों से लगायें और देखें कि क्या आपका बच्चा पैटर्न्स को जारी रख सकता है।
- **गिनते रहें।** साथ में गिनें कि आपके घर और ग्रोसरी स्टोर के बीच कितने स्टॉप सिग्नल, ट्रैफिक लाइट्स या गैस स्टेशन हैं। लाइब्रेरी में गिनती सम्बन्धी पुस्तकें ढूंढें, और जब आप उन्हें पढ़ें, तो तस्वीरों में दी गयी चीजों को साथ मिल कर गिनें।

विज्ञान सम्बन्धी सोच

- **प्रकृति सम्बन्धी पुस्तकें तलाशें।** लाइब्रेरी जायें और तितलियों व ककून्स (कोया), डायनासोर, चिड़ियों व पशुओं के बारे में पुस्तकें माँगें, जिनमें कि आप दोनों की रूचि हो। पशु किस तरह बड़े होते हैं, वे कहां रहते हैं, उनमें किस तरह बदलाव आते हैं, आदि के बारे में बात करें।
- **अपने बच्चे की उसके सवालों के सम्बन्ध में मदद करें।** जब आपका बच्चा "क्यों" सम्बन्धी सवाल पूछे तो ध्यान पूर्वक सुनें और जवाब ढूंढने में उसे शामिल करने के तरीके निकालें, जैसे कि किसी विशेषज्ञ से पूछना, किसी पुस्तक में ढूढंना, अथवा प्रमाण इकटठा करने के लिए साथ में देखना - खोजना।

सामाजिक ज्ञान

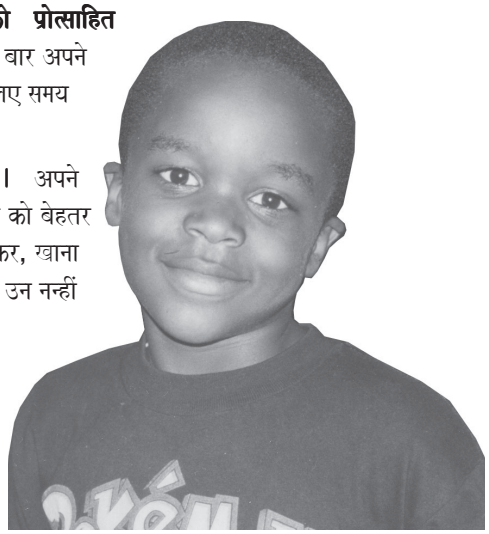
- **अपने परिवार के बारे में बात करें।** अपनी आयु, आकार, बाल और आंख के रंग, और प्रतिभाओं (उदाहरण के लिए: गाने, खींचने, बागवानी करने नलसाजी करने, कारों और मोटर साइकिलों की मरम्मत करने आदि) में समानताओं और भिन्नताओं के बारे में चर्चा करें।
- **लोगों द्वारा किये जाने वाले काम के बारे में बात करें।** जब आप और आपका बच्चा दिन में गुजरें, तो उन कामों को करते हुए दिखाई देने वाले सब लोगों के बारे में बात करें जिनसे दूसरों की मदद होती है।

कला

- **अपने बचपन के गीतों के बारे में बतायें।** अपने बच्चे को कुछ गीत सिखायें जिन्हें आपने स्कूल या कैम्प में गाया था।
- **उसे प्रदर्शित करें कि आप उसकी परवाह करते हैं।** अपने बच्चे के द्वारा किये जाने वाले काम तथा उसके द्वारा बनायी जाने वाली कला सम्बन्धी वस्तुओं में रुचि दर्शायें।

शारीरिक विकास और स्वास्थ्य

- **हरकत और गतिविधि को प्रोत्साहित करें।** हफ्ते में कम से कम कई बार अपने आंगन में या पार्क में जाने के लिए समय प्रदान करें।
- **उसे खाना बनाना सिखायें।** अपने बच्चे को सब्जियां धोकर, केक को बेहतर मिला करके, बर्तनों को सुखा कर, खाना तैयार करने में मदद करने देकर उन नन्हीं उंगलियों को व्यस्त रखें।



MARYLAND STATE DEPARTMENT OF EDUCATION
Achievement Matters Most

Maryland State Department of Education - Early Learning Office
अधिक जानकारी के लिए 410-767-0335 पर कॉल करें।