

बालवाड़ी के पहले के लिए पारिवारिक सुझाव:

प्रारंभिक वर्षों के मूल्यांकन का सीधा आकलन स्वयं और पर्यावरण के बारे में जागरुकता

- दुनियां को समझना और घर और समुदायिक अनुभवों के साथ संबंध बनाने की क्षमता।
- अपने बच्चे को परिचित बातें लोग और काम के बारे में बात करने के लिए उत्साहित करें।
- दूसरे बच्चों से बात करने के लिए और खेलने के लिए मौके प्रदान करने के लिए अपने बच्चे को अलग-अलग जगह पर ले कर जाएं।
- अपने बच्चे को यह विचार करने के लिए उत्साहित करें कि अन्य लोग या जानवर क्या सोचते या महसूस करते हैं।
- अपने बच्चे को समझायें कि हम जो कुछ करते हैं उसके पीछे क्या कारण है।

उदाहरण के लिए: हम अपने हाथों को गर्म रखने के लिए दस्ताने पहनते हैं।

- हम दातुन अपने दाँत साफ रखने के लिए करते हैं।

एक साथ घर से निकलने से पहले: अपने बच्चे को समझायें कि आप कहाँ जा रहे हो और वहाँ जा कर क्या करोगे।

उदाहरण के लिए: हम आज दूध और ब्रैड खरीदने के लिए करियाने की दुकान पर जा रहे हैं।

संज्ञात्मक कौशल – बुनियादी गणि और समस्या सुलझाने के कौशल

अपने वातावरण में संकेतों को देखें और अपने बच्चे से बात करें कि उनका क्या मतलब है।

उदाहरण के लिए: रुकें, रेलवे चौराहा, बंद, जायें, आदि।

- ऐसे शब्दों का प्रयोग करें जैसे कि कम/ ज्यादा, बड़ा/ छोटा, बड़ा/ और बड़ा/ सबसे बड़ा, इलावा/ ऊपर/ अंतर्गत/ ज्यादा खेलते समय इन शब्दों का प्रयोग करें।
- सीढ़ियों में ऊपर या नीचे जाते समत गिनती करें।
सामाजिक चिन्ह देखें, जैसे कि आपके घर या अपार्टमेंट का नंबर, फोन या कम्प्यूटर का कीपैड।
- ऐसे अक्षर देखें जैसे कि बच्चे या परिवार के सदस्य के नाम का पहला अक्षर वर्णमाला की किताब के अक्षर या खिलौनों पर लिखे हुए अक्षर।
जब आपका बच्चा निराश महसूस करें तो समस्या का हल करने के लिए नए मार्ग चुनने के मौकों को उत्साहित करें।
- उदाहरण के लिए— तुम निराश लग रहे हो, क्या हो अगर आप पहेली टुकड़ा चलाएं और फिर से कोशिश करें।

भाषा और संचार

बोलने वाली भाषा समझना और भावनाओं को अभिवक्त करने की क्षमता

- यह महत्वपूर्ण है कि आप अपने बच्चे के साथ गए बातें करें और किताबें पढ़ें। नये

शब्दों के बारे में बात करें जो गानों या कहानियों में हो सकते हैं।

- बिस्तर पर जाने से पहले हर रात अपने बच्चे के साथ किताबों को देखें। आप शब्दों को पढ़ सकते हैं या फिर सिर्फ तस्वीरों के बारे में इकट्ठे बात कर सकते हैं।
- पुस्तकें लेने या कार्यक्रमों में हिस्सा लेने के लिए नियमित रूप में पुस्तकालय जाएं, जैसे कि कहानी वार।
- अपने बच्चे के साथ सांस्कृतिक ऐतिहासिक और पारिवारिक कहानियां सांझी करें, भले ही वह छोटी क्यों न हों।
- उदाहरण के लिए, 'जब मैं तुम्हारी उम्र का था'
- 'एक बार की बात है'। अपने बच्चे को भी कहानियां सांझी करने के लिए उत्साहित करें।
- अपने बच्चे को ध्यान से सुनें, टिप्पणी के साथ प्रतिबंधित करें, स्वाल पूछें और अपने बच्चे को विचारों के बारे में ज्यादा गहराई से सोचने के लिए उत्साहित करें

शारीरिक विकास

इस में बच्चों के लिए दो महत्वपूर्ण गतिविधियाँ शामिल हैं। कुल संचालक और सूक्ष्म संचालक।

सूक्ष्म संचालक छोटी मांसपेशियों और गतिविधियों का उपयोग जिसमें हाथ-आँख के तालमेल की जरूरत होती है।

अपने बच्चे को प्रोत्साहित करें:-

- कि वह सामग्री जैसे कि बर्फ, रेत, मिट्टी और गूँधे हुए आटे को खींचे दबाये और निचोड़ें।

- छोटी चीज़े उठायेँ जैसे कि बेरियाँ, सिक्के, मोती और खिलौने जैसे कि निर्माण के डिब्बे, कारें या जानवर आदि।
- चम्मच, कांटे, पेंसिल, पेंट, ब्रश या पुटपाय चॉक का इस्तेमाल करें। आपका बच्चा वरुस्क पर्यवेक्षण के साथ पेचकस या कैंची जैसे उपकरण का भी प्रयोग कर सकता है।

कुल संचालक – बड़ी मांसपेशियों का प्रयोग जो टाँगों, बाजुओं या शरीर को नियंत्रित करती हैं।

- अपने बच्चे को वातावरण का पता लगाने दें जितना हो सके स्वास्थ्य और सुरक्षा को ध्यान में रखें।
- अपने बच्चे को धीरे-धीरे चढ़ने और उतरने के लिए प्रोत्साहित करें और अलग-अलग किस्म की सतहों पर खेलने दें जैसे कि कीचड़, घास, रेत, पत्थर, गलीचा आदि।
- अपने बच्चे को गेंद फेंकने और पकड़ने के लिए प्रोत्साहित करें और अन्य चीजें जैसे कि बल्ले और स्कूप प्रयोग करने के लिए उत्साहित करें।
- अपने बच्चे को ऐसी जगहों पर लेकर जाएं जहां भागने, खेलने और कूदने के लिए बहुत जगह हो जैसे कि पार्क या गराऊँड।
- अपने बच्चे को कम्बल और तकियों के साथ किले बनाने दें और काल्पनीय स्थानों जैसे कि महल, गाड़ियां या खेत बनाने की इजाजत दें और उन को उन काल्पनिक स्थानों में खेलने दें।