

ਤੁਹਾਡੇ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ



ਵਿਸ਼ਾ - ਸੂਚੀ

	ਮੁਖਬੰਧ	2
ਅਧਿਆਇ 1	ਬਾਲ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਜਾਣਦੇ ਹੋ	4
ਅਧਿਆਇ 2	ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਵੱਧਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ	10
ਅਧਿਆਇ 3	ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਕੀ ਹੈ	18
ਅਧਿਆਇ 4	ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ	26
ਅਧਿਆਇ 5	ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਲਈ ਘਰ-ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ	34
ਅਧਿਆਇ 6	ਵਿਆਪਕ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਆਨੰਦਮਈ ਅਨੁਭਵਾਂ ਦੁਆਰਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਵੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰੋ	38
ਅੰਤਿਕਾ 1	ਬਾਲ ਸੇਵਾ ਸੰਸਥਾਵਾਂ	44
ਅੰਤਿਕਾ 2	ਸਿੱਖਿਆ ਬਿਊਰੋ ਦੇ ਖੇਤਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਫ਼ਤਰ	48
ਅੰਤਿਕਾ 3	ਮੁਫ਼ਤ ਕੁਆਲਿਟੀ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਸਿੱਖਿਆ	50
ਅੰਤਿਕਾ 4	ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਸਿੱਖਿਆ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਗਾਈਡ	51



ਪਰਿਵਾਰ ਇੱਕ ਉਹ ਸਥਾਨ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਸਾਨੂੰ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਆਪਣੀ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਅਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਬਿਊਰੋ (EDB) ਸਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸੰਦੇਸ਼ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ:

1. ਸਿੱਖਿਆ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅਧਿਆਪਕ ਹਨ।
2. ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਾਲਣ ਲਈ, ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉਹ ਕਦੇ ਵੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ।



ਅਸੀਂ ਇਸ ਮੌਕੇ ਨੂੰ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦਾ ਧਿਆਨ ਖਿੱਚਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਸੰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਹੁਨਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੰਬੇ-ਜੀਵਨ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਬੁਨਿਆਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਸਾਂਝੇ ਟੀਚੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਆਨੰਦਦਾਇਕ ਅਤੇ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਜੀਵਨ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਦੇਣ ਨਾਲ ਇਹ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਧੀਆ ਜੀਵਨ ਆਦਤਾਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ ਮੁੱਢਲੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਇੱਕ ਕਲਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਪੂਰੀ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਾਰੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਇੱਕ ਸਰਗਰਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਣਗੇ। ਇਸ ਕਿਤਾਬ ਲਈ ਜਨਤਕ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਬਹੁਤ-ਬਹੁਤ ਸਵਾਗਤ ਹੈ। ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਟਿੱਪਣੀ Kindergarten Inspection Section, Education Bureau, Wu Chung House, 213 Queen's Road East, Wan Chai, Hong Kong ਨੂੰ ਭੇਜੋ।



ਬਾਲ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ
ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਜਾਣਦੇ ਹੋ





- ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਤਿੰਨ ਸਾਲ ਦਾ ਹੋ ਗਿਆ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਲਿਖਣ ਜਾਂ ਡਰਾਈਂਗ ਲਈ ਇੱਕ ਪੈਨਸਿਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਫੜ ਸਕਿਆ। ਮੈਨੂੰ ਮੁਫਤ ਪੇਂਟਿੰਗ ਅਤੇ ਪ੍ਰੀ-ਲਿਟਿੰਗ ਦੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਜਿਵੇਂ ਪਲੇ-ਡੋਹ, ਬੀਡ-ਥਰਿੱਡਿੰਗ ਆਦਿ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮੌਕੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਚਾਰ ਜਾਂ ਪੰਜ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ, ਮੇਰਾ ਆਪਣੀਆਂ ਉਗਲੀਆਂ ਅਤੇ ਪੈਂਸਿਲਾਂ ਤੇ ਵਧੀਆ ਨਿਯੰਤਰਣ ਸੀ। ਮੇਰੇ ਤਾਲਮੇਲ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸੁਧਾਰ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਮੈਂ ਲਿਖਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਸੀ।
- ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੇ ਵਧੀਆ ਮੋਟਰ ਹੁਨਰ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਲਈ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੀ। ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਸੀ। ਇਸਨੇ ਮੇਰੇ ਬੌਧਿਕ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਵੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ। ਕੁਝ ਖਿਡੌਣਿਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਲਾਕ ਅਤੇ ਪਲੇ-ਡੋਹ, ਮੇਰੀ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕਤਾ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਰੇਤ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ ਮੇਰੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਖੇਡਣ ਦੁਆਰਾ ਸਿੱਖਣ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਆਨੰਦਦਾਇਕ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਮੈਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਸੋਚਣ ਅਤੇ ਬਿਹਤਰ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਇਆ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਕੇਵਲ ਛੋਟੇ ਅੱਖਰ ਹੀ ਪਾ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਵਿੱਚ, ਮੈਂ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਣ ਅਤੇ ਕਲਪਨਾਤਮਿਕ ਖੇਡ ਦੁਆਰਾ ਸਿੱਖਿਆ। ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਮੇਰੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਵਧਦੀ ਗਈ ਅਤੇ ਹੁਣ ਤਕ, ਮੈਂ ਵਧੇਰੇ ਗੂੰਝਲਦਾਰ ਵਾਕਾਂ ਅਤੇ ਗੋਪਨੀਯ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਵਰਤ ਕੇ ਵਧੇਰੇ ਪੁਠਾਵੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ।

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹੋ?

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣੋ ਜੋ ਉਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

- ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਮੇਰੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ। ਸਰੀਰ ਦੇ ਸੰਚਾਰਤਾਲਮੇਲ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਨੀਚੇ, ਦੂਰ ਅਤੇ ਨੇੜੇ ਵੱਖਰੇ ਵੱਖਰੇ ਸੰਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਕਾਫੀ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਪਿਆ। ਮੈਨੂੰ ਦੌੜਨਾ, ਕੁੱਦਣਾ, ਚੜ੍ਹਨਾ, ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣਾ ਆਦਿ ਦਾ ਸੌਕੀਨ ਸੀ। ਕ੍ਰਿਪਾਕਰਕੇ ਹਰ ਦਿਨ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਕਾਫੀ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਲੰਬਾ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣ ਸਕਾਂ।



- ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਮੈਂ ਖੁਦਗਰਜ਼ ਸੀ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਜਾਂ ਦਿਰਸ਼ਟੀਕੋਣਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਸਕਿਆ। ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਨੇ ਵਿੱਚ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਲਈ ਮੇਰੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਰਲਣ ਦੇ ਲਈ ਸਹੀ ਰਵੱਈਆ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ। ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਵਧੀਆ ਸੰਜਮ ਸੀ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਸਿੱਖੀ।
- ਮੈਂ ਸੰਗੀਤ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਇਸ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਵਿੱਚ, ਮੈਨੂੰ ਗਾਉਣ, ਤਾਲਬਧ ਬਣਾਉਣਾ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਗੀਤ ਖੇਡਾਂ/ਖੇਡਣ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਮੌਕੇ ਸਨ। ਇਸਨੇ ਮੇਰੀ ਸੰਗੀਤ ਪ੍ਰਤੀਭਾ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ, ਸੰਗੀਤ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਮੇਰੀ ਕਲਪਨਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ।
- ਮੈਂ ਕਲਾ ਅਤੇ ਕਰਾਫਟਸ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਵਿੱਚ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਲਾ ਸਮੱਗਰੀ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਦੇਖਣ, ਖਿੱਚਣ, ਖੋਜਣ ਅਤੇ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੱਤਾ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਹੋਰ ਜਾਣੂ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਇਸ ਨੇ ਮੇਰੀ ਸਮਝ ਅਤੇ ਵਡਿਆਈ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ। ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਮੈਂ ਲੋਕਾਂ, ਮਕਾਨ, ਹਵਾਈ-ਜਹਾਜ਼ ਆਦਿ ਵਰਗੀਆਂ ਸਧਾਰਨ ਤਸਵੀਰਾਂ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਕਲਪਨਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਚਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਸੀ।
- ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਮੈਨੂੰ ਖਾਣਾ ਖਾਣ, ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਮੈਂ ਬਾਲਗ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਸ। ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਵਿੱਚ ਮੈਂ ਖਾਣਾ ਖਾਣ, ਹੱਥ ਧੋਣ, ਮੂੰਹ ਪੂੰਝਣ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਟਾਇਲਟ ਜਾਣਾ ਸਿੱਖਿਆ। ਮੰਮੀ ਅਤੇ ਡੈਡੀ ਜੀ, ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਮੈਨੂੰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਹੋਰ ਮੌਕੇ ਦਿਓ, ਤਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਬਿਹਤਰ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਸਕਾਂ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਨਿੱਜੀ ਸਫਾਈ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਬਣਾ ਸਕਾਂ।

- ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਮੈਂ ਅਸਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਤੋਂ ਸਿੱਖਿਆ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਦਾ ਸੀ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਵੇਖਿਆ, ਛੋਹਿਆ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਹੇਰਾਫੇਰੀ ਕੀਤੀ। ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਮੈਂ ਅਨੁਭਵੀ ਰੂਪ ਤੋਂ ਕੁਝ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੈਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਜਿਆਦਾ ਤਜਰਬਾ ਹੋਣ ਨਾਲ, ਸੰਖੇਪ ਤਰਕ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਰਗੇ ਸੰਕਲਪ ਹੋਰ ਵੀ ਸਮਝਣ ਯੋਗ ਬਣ ਗਏ।

ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ

ਵਾਧਾ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਮਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਦਰ ਨਾਲ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਰ ਬੱਚਾ ਵਿਲੱਖਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਨਾ ਕਰੋ।





ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ
ਵੱਧਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹ



ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਵਾਧੇ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ, ਬੁੱਧੀ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਤੁਲਿਤ ਵਿਕਾਸ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰੋ

- ਜਲਦੀ ਸੌਣ ਅਤੇ ਸਵੇਰੇ ਜਲਦੀ ਉੱਠਣ ਦੀ ਆਪਣੀ ਆਦਤ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰੋ
- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਨੀਂਦ ਮਿਲ ਰਹੀ ਹੈ
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੈਠਣ ਅਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣ ਦੇ ਸਹੀ ਸਿਧਾਂਤ ਸਿਖਾਓ
- ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਸਫ਼ਾਈ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਧਾਓ
- ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤਾਜ਼ੀ ਅਤੇ ਸੰਤੁਲਿਤ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ



- ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਫੀ ਸਮੇਂ ਤਕ ਖਾਣਾ ਦੇਂਦੇ ਰਹੋ
- ਚੰਗੀ ਖਾਣ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:
 - > ਸੰਤੁਲਿਤ ਖੁਰਾਕ ਕਾਇਮ ਰੱਖੋ
 - > ਨਿਯਮਤ ਘੰਟਿਆਂ ਤੇ ਔਸਤਨ ਖਾਣਾ ਖਾਓ
 - > ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਨੈਕ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਚਾਓ
 - > ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੱਥ ਧੋਵੋ
 - > ਭੋਜਨ ਦੀ ਬਰਬਾਦੀ ਤੋਂ ਬਚੋ
- ਘਰ ਅਤੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਰਤੋ
 - > ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ
- ਆਪਣੇ ਤਾਲਮੇਲ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣਾ, ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਆਦਿ।
- ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਫੀ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਨ ਦਿਓ



ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਬੌਧਿਕ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉ

- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮੌਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਅੰਤ ਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਰਾਇ ਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਦਿਉ
- ਧੀਰਜ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜਜ਼ਬਾਤਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਨ ਦਿਓ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕੀ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ
- ਪੜ੍ਹਨ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਬਾਕਾਇਦਾ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਦਾ ਦੌਰਾ ਕਰੋ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਪੜ੍ਹੋ
- ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਸੰਗੀਤ ਸੁਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕਲਪਨਾ, ਇਕਾਗਰਤਾ ਅਤੇ ਜਜ਼ਬਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਾਰੋ
 - > ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦੇਣ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪਾਥੀਆਂ ਅਤੇ ਸੇਧ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦਿਉ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕਤਾ ਅਤੇ ਕਲਪਨਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ:
 - > ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਾਬਲੀਅਤ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦੇ ਹਨ
 - > ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਉਸਦੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਹੈ
 - > ਤਿੱਖੇ ਜਾਂ ਤਿੱਖੇ ਕੋਨੇ ਜਾਂ ਛੋਟੇ ਭਾਗਾਂ ਵਾਲੇ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚੋ, ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਖਿਡੌਣੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ
 - > ਆਪਣੀ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕਤਾ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਭਿੰਨ ਜਾਂ ਓਪਨ ਸਾਮੱਗਰੀ ਵਰਤੋ
 - > ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਖਿਡੌਣੇ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਘਰੇਲੂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਾਂ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕੀਤੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦਾ ਚੰਗਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ



- ਹਾਲਾਂਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡ ਰਹੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿਓ:
 - > ਇੱਕ ਵਾਰ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਖਿਡੌਣੇ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਚੋ
 - > ਖੇਡਣ ਦੇ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖਿਡੌਣੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ
 - > ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਖਿਡੌਣੇ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣਾ ਸਿਖਾਓ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਖਿਡੌਣੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪੁਰਾਣੇ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨੂੰ ਨਾ ਛੱਡੋ
- ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਗੇਮਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਦੁਕਵੀਆਂ ਹਨ। ਇੱਕੋ ਟੀਵੀ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ ਟੀਵੀ ਜਾਂ ਕੰਪਿਊਟਰ ਸਕ੍ਰੀਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਨਿਗਾਹ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਸਹੀ ਤਰੀਕਾ ਸਿਖਾਓ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਨੂੰ ਨਿਖਾਰਣ ਲਈ ਦੌਰੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀਆਂ ਲਈ ਲੈ ਜਾਓ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਸਬੰਧਤ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰੋ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਅਤੇ ਵਿਵਹਾਰਕ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਕਰੋ

- ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖਾਸ ਅਤੇ ਉਚਿਤ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ
- ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਜੋ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਸੁਣੋ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਮੰਨਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਵਧਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ
- ਬੱਚੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਨੀ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਨੌਜਵਾਨ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਆਪਣੇ ਚੰਗੇ ਰੋਲ ਮਾਡਲ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੋਲਦੀਆਂ ਹਨ
- ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵਿੱਚ ਚੰਗੇ ਤਾਲਮੇਲ ਅਤੇ ਮੇਲ ਯੋਗ ਰਿਸ਼ਤਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਵੱਡੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਥਿਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਹੱਦ ਤਕ ਅੰਸ਼ਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਮਝਣਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਧੀਰਜ ਨਾਲ ਸੋਧ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਸਹੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ " ਖਿਡੌਣੇ ਨੂੰ ਨਾ ਸੁੱਟੋ" ਦੀ ਬਜਾਏ "ਕਿੰਨ ਵੀ ਖਿਡੌਣੇ ਨੂੰ ਟੇਕਰੀ ਵਿੱਚ ਵਾਪਿਸ ਪਾਓ"
- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ 'ਤੇ ਨੁਕਤਾਚੀਨੀ ਜਾਂ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਛੁੱਟੀ ਦੇਣ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਹੀ ਅਤੇ ਗਲਤ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਆਵੇਗੀ। ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਿਹਾਰ ਖਤਰਨਾਕ, ਵਿਘਨਕਾਰੀ ਜਾਂ ਵਿਨਾਸ਼ਕਾਰੀ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਰੋਕ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੁਕਤਾਚੀਨੀ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਬੁਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿਓ,



ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ "ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੇ ਬੁਰੇ ਬੱਚੇ ਹੋ" ਦੀ ਬਜਾਏ "ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨਾਖੁਸ਼ ਹੋ, ਪਰ ਫੁੱਲਦਾਨ ਉੱਤੇ ਆਪਣਾ ਗੁੱਸਾ ਕੱਢਣਾ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ"

- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਿਹਾਰ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ, ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮੰਨਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਅਪਮਾਨਜਨਕ, ਵਿਨਾਸ਼ਕਾਰੀ ਜਾਂ ਹਮਲਾਵਰ ਵਿਵਹਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਉਭਾਰਨ ਲਈ ਢੁਕਵੀਂ ਮਨੋਰੰਜਨ ਦੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਖੇਡਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਭੱਜਣ ਅਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਕੁੱਦਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਾਰਕ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾਓ
- ਮਾਮੂਲੀ ਗੱਲਾਂ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਚੋਣ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੇ ਰੰਗਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਦਿਓ, ਉਹ ਫਿਰ ਮਾਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਖੁਦਮੁਖਤਿਆਰੀ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਨਗੇ

ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ:

ਜਿਉ-ਜਿਉ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਵੱਡੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਣ ਜਾਂ ਅਨੁਕੂਲਤਾ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾ ਤਾਂ ਗੰਭੀਰ ਹਨ ਅਤੇ ਨਾ ਸਥਾਈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਢੁਕਵੇਂ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਹੋਰ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਚਿੰਤਤ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਪਰ ਇਸਦੇ ਬਜਾਏ, ਸਕੂਲ ਦੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਜਾਂ ਸਬੰਧਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ (ਜਿਵੇਂ ਅੰਤਿਕਾ 1 ਦੇਖੋ) ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ, ਇੱਕ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਰਵੱਈਆ ਅਪਣਾਓ। ਮਿਲ ਕੇ, ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੇ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੋਗੇ ਜੋ ਬਦਲੇ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਿਤਕਰੇਗਾ।



ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਕੀ ਹੈ



ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਤੇ ਸਹੂਲਤਾਂ

- ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਭੌਤਿਕ ਵਾਤਾਵਰਨ
- ਇੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਖੇਡ ਖੇਤਰ
- ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੇ ਖਿਡੌਣੇ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਸਾਧਨ
- ਵਿਆਪਕ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ
- ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਇੱਕ ਉਤੇਜਕ ਮਾਹੌਲ



ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਬੰਧਨ

- ਸਿੱਖਿਆ ਆਰਡੀਨੈਂਸ (Education Ordinance) ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਨਿਯਮਾਂ (Education Regulations) ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ
- ਸਕੂਲ ਦੇ ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਅਤੇ ਫੀਸ ਦਾ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਪੇਸਟ ਕਰਨਾ
- ਕਲਾਸਰੂਮ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਨੂੰ ਹਰ ਕਲਾਸਰੂਮ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਥਾਂ ਤੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਤ ਕਰੇ
- ਸਿੱਖਿਆ ਨਿਯਮਾਂ (Education Regulations) ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰੇ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਖਾਣੇ ਅਤੇ ਦਰਾਂਸਪੋਰਟ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੇ
- ਪਾਰਦਰਸ਼ੀ ਰਹੇ। ਸਕੂਲ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ, ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇ

ਸਕੂਲ ਦੇ ਮਿਸ਼ਨ

- ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ
- ਮਾਪਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ





ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦਾ ਉਦੇਸ਼

- ਹਾਂਗਕਾਂਗ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਨੀਤੀ ਅਤੇ ਬਾਲ ਵਿਕਾਸ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ
- ਪਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਚੰਗੇ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਰਵੱਈਏ ਅਤੇ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਸੰਤੁਲਿਤ ਵਿਕਾਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ

ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਸਮੱਗਰੀ

- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਾਬਲੀਅਤਾਂ, ਰੁਚੀਆਂ ਅਤੇ ਲੋੜਾਂ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਬੱਚੇ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਸਿੱਖਣ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਵਿਵਸਥਿਤ ਕਰੋ

- ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਸਿੱਖਣ ਦਿਓ
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਮਾਜਿਕ ਹੁਨਰ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕਤਾ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ
- ਹਰ ਰੋਜ਼ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸੰਗੀਤ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਕਰੋ

ਸਿੱਖਣਾ ਅਤੇ ਸਿਖਾਉਣਾ

- ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਨਾ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਰਵਈਤਾ ਨਾਲ ਲੈਸ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
- ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਦੇਸਤਾਨਾ ਅਤੇ ਧੀਰਜ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਚੰਗੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਕਾਇਮ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਆਪਣੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਸਮਾਂ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਵੈ-ਸਿਖਲਾਈ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੋ ਸਕੇ
- ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਅੰਤਰਾਂ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
- ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਖੇਡਣ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਅਸਰਦਾਰ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਾਬਲੀਅਤਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ-ਮਿਲਾਪ ਲਈ ਕੰਮ ਵਿੱਚਦੀ ਮਾਤਰਾ ਢੁਕਵੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮੱਗਰੀ ਵਿੱਚ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।



ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਮੁਲਾਂਕਣ

- ਮੁਲਾਂਕਣ ਨੂੰ ਬਾਲ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਕੋ ਕਲਾਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਦੀ ਉਮੀਦ ਨਾ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਤੁਲਨਾ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਮੁਲਾਂਕਣ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਹਿਲੂਆਂ ਵਿੱਚ ਤਰੱਕੀ ਦੇ ਲਗਾਤਾਰ ਪੁਰਵਦਰਸ਼ਨ ਰਿਕਾਰਡ ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਨਿਰਣਾਇਕ, ਟੈਸਟ ਜਾਂ ਪ੍ਰੀਖਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਨਹੀਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।
- ਮੁਲਾਂਕਣ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਲਈ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੀ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿਉ।

ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਬਿਊਰੋ ਹਰ ਸਾਲ *Profile of Kindergartens and Kindergarten-cum-Child Care Centres* ਦੀ ਪ੍ਰੋਫਾਈਲ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਜਾਂ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਹਵਾਲਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਸੂਚੀਬੱਧ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਦੀ ਪਿੱਠਭੂਮੀ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ, ਫੀਸਾਂ, ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਯੋਗਤਾ, ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ, ਅਧਿਆਪਕ-ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਨੁਪਾਤ, ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਫਾਈਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬਿਊਰੋ ਦੇ ਖੇਤਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਫਤਰਾਂ (Regional Education Offices of EDB), ਘਰੇਲੂ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਪਬਲਿਕ ਸਰਵਿਸ ਕੇਂਦਰਾਂ (Public Enquiry Service Centres of Home Affairs Department), ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਜਣੇਪਾ ਅਤੇ ਬਾਲ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰਾਂ (Maternal and Child Health Centres of Department of Health), ਸਮਾਜਿਕ ਕਲਿਆਣ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਸੰਗਠਿਤ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰਾਂ (Integrated Family Service Centres of Social Welfare Department) ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ 'ਤੇ ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ। ਮਾਪੇ ਹੇਠਲੀਆਂ ਵੈਬਸਾਈਟਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹਨ:

<http://www.edb.gov.hk> ਜਾਂ <http://www.chsc.hk/kindergarten/>





ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੀ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ
ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ





- ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ, ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿਓ:
 - > ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣੋ
 - > ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦਿਓ
 - > ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦਰਸਾਉ
 - > ਦੂਸਰਿਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲੋ
- ਸਕੂਲ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਵੇਂ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣਾਂ ਨਾਲ ਜਾਣ ਪਛਾਣ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਸਕੂਲ ਦੇ "ਓਰੀਐਂਟੇਸ਼ਨ ਦਿਵਸ" ਜਾਂ "ਓਰੀਐਂਟੇਸ਼ਨ ਹਫ਼ਤੇ" ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਅਨੁਕੂਲ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲਿੰਗ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਪੜਾਅ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈ। ਇਹ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਮਾਪੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲੀ ਜੀਵਨ ਲਈ ਸੁਚਾਰੂ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਕੂਲ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਅ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲੀ ਜੀਵਨ ਲਈ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਘਰ ਵਿੱਚ, ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਵੈ-ਮਦਦ ਦੇ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਮੌਕੇ ਦਿਓ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:
 - > ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣਾ: ਬਟਨ ਲਗਾਉਣਾ, ਜਿੱਪ ਕਰਨਾ, ਜੁੱਤੇ-ਬੰਨਣਾ
 - > ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ
 - > ਪਸੀਨੇ ਨੂੰ ਪੂੰਝਣਾ ਅਤੇ ਚੱਲ ਰਹੇ ਨੱਕ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ
 - > ਖਾਣੇ ਦੀ ਮੇਜ਼ ਲਈ ਸਹੀ ਸਲੀਕਾ
 - > ਪਖਾਨੇ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ



- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮਣ ਨਾਲ ਨਵੇਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨਾਲ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਓ
- ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗਾਈਡ ਕਰੋ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਡਰਾਪ-ਆਫ ਅਤੇ ਪਿਕ-ਅਪ ਪ੍ਰਬੰਧ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਾਵਧਾਨੀ ਦੀਆਂ ਯਾਦ ਦਿਵਾਓ। ਵਾਅਦਾ ਕਰੋ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਕਿਊਰਿਟੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਚੋਂ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਹਿਪਾਠੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਦਿਓ। ਇਕੋ ਸਮੇਂ ਹੋਰ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨਾਲ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ
- ਹਰ ਰੋਜ਼ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ, ਜੇ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਹੋਵੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਜੀਵਨ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕਰੋ। ਇਹ ਸੁਚਾਰੂ ਢੰਗ ਨਾਲ ਅਨੁਕੂਲ ਸਮੇਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ



ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝੋ

- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲੀ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਸਾਧਾਰਣ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:
 - > ਘਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋਣਾ
 - > ਮਾਪਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਖ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ
 - > ਇੱਕ ਅਣਜਾਣ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ
 - > ਅਣਪਛਾਤਾ ਲੋਕਾਂ (ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬੱਚਿਆਂ) ਦੇ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਦੇ ਨਾਲ ਹੋਣਾ
 - > ਵਧੇਰੇ ਵਿਸਤਾਰਯੋਗ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ
 - > ਰੂਟੀਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ



- ਸਕੂਲੀ ਮਿਆਦ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਇੱਕ ਅਸਾਧਾਰਣ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਿਵਹਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:
 - > ਮਾਪਿਆਂ 'ਤੇ ਖਾਸ ਨਿਰੰਤਰਤਾ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਦਿਖਾਉਣਾ
 - > ਬਹੁਤ ਥਕਾਵਟ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ
 - > ਗੁੱਸੇ ਦਾ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਆਉਣਾ
 - > ਉਗਲਾਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਚੁੰਘਣਾ
 - > ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਬਿਸਤਰਾ ਗਿੱਲਾ ਕਰਨਾ

ਇਹ ਸਭ ਕੁਝ ਅਸਥਾਈ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਅਜੇ ਤੱਕ ਨਵੇਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚਿੰਤਾ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸੇਧ ਹੇਠ ਨਵੇਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋਣਗੇ।

- ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਤਿਆਰੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਅਜੇ ਵੀ ਰੋਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਡਰਦੇ ਹਨ:
 - > ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਨਵੇਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵੀਤਾ ਬਦਲਦੀ ਹੈ
 - > ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਲਈ ਧਮਕੀ ਨਾ ਦਿਓ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਵਤ ਨਾ ਦਿਓ
 - > ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਕੰਨਸੋਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਸੌਂਪ ਦਿਓ
 - > ਸਕੂਲ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਸਮਾਂ ਦਿਓ
 - > ਉਚਿਤ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਿਓ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ
 - > ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨ ਲਈ ਜੇ ਲੋੜ ਪਵੇ ਤਾਂ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਰੱਖਣਾ।





ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਲਈ ਘਰ-ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ



ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਹਿੱਸੇਦਾਰ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ, ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇਣ ਲਈ ਇੱਕ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਘਰ-ਸਕੂਲ ਸੰਬੰਧ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਬਦਲੇ ਵਿੱਚ ਦੋਵੇਂ ਧਿਰਾਂ ਵਿੱਚਕਾਰ ਤਾਲਮੇਲ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਸਰਗਰਮ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਘਰ-ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਦਾ ਤਾਲਮੇਲ ਵਧਾ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਅਤੇ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਦੀ ਬਿਹਤਰ ਸਮਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕੂਲ ਜਾਓ
- ਧਿਆਨ ਦਿਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ
- ਬਾਲ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਛੇਤੀ ਲਿਖਣ ਦੀ ਲਿਖਤ ਦੇਣ ਲਈ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਬੇਨਤੀ ਨਾ ਕਰੋ, ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਅਢਕਵੇਂ ਸਾਧਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ, ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਪ੍ਰੀਖਿਆ



- ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ-ਅਧਿਆਪਕ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ, ਸਿੱਖਿਆ ਸੈਮੀਨਾਰ, ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਜੋਂ ਸਵੈਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਓ
- ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨਾਲ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕ ਰੱਖੋ
- ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੁਆਰਾ ਜਾਰੀ ਨੋਟਸਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ। ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਨਿਊਜ਼ਲੈਟਰ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਹੈਂਡਬੁੱਕ ਆਦਿ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਕਿਸਮ ਦੇ ਭੋਜਨ, ਤਾਪਮਾਨ, ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਲੇਖਾਂ ਜਾਂ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਤੋਂ ਅਲਰਜੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਢੁਕਵੇਂ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਈ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
- ਸਕੂਲ ਦੁਆਰਾ ਮੁਹੱਈਆ ਸੰਚਾਰ ਚੈਨਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਸਕੂਲੀ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਫੀਡਬੈਕ ਅਤੇ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਦਿਓ





ਵਿਆਪਕ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਦੇ
ਆਨੰਦਮਈ ਅਨੁਭਵਾਂ ਦੁਆਰਾ
ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਵੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ
ਵਿਕਸਿਤ ਕਰੋ



ਕੁਆਲਿਟੀ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਬਚਪਨ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿੱਤਕਤਾ, ਬੁੱਧੀ, ਸਰੀਰਿਕ, ਸਮਾਜਿਕ ਮੁਹਾਰਤਾਂ ਅਤੇ ਸੁਹਜ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਤੁਲਤ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪੂਰੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਮਿਆਦ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਬਚਪਨ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਟੀਚੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਅਰਥਪੂਰਨ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਇੱਕ ਅਰਾਮਦਾਇਕ ਅਤੇ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰੇਗਾ, ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਵਾਧਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਵੇਗਾ।

ਕੁਆਲਿਟੀ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਨੂੰ ਇਹ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਇੱਕ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਨਾ ਅਪਣਾਉਣਾ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਾਬਲੀਅਤਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦਾ
- ਲਿਖਣ ਲਈ ਨਰਸਰੀ ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪੁੱਛੇ
- ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਮਵਰਕ ਨਾ ਦਿਓ
- ਦੁਹਰਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਨਕਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕਾਰਜਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯਤ ਨਾ ਕਰੋ
- ਸਿਰਫ਼ ਡਿਲਿੰਗ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਅੰਕਗਣਕ ਅਭਿਆਸਾਂ ਤੋਂ ਬਚੋ
- ਮਕੈਨੀਕਲ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੇ ਅਭਿਆਸਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ
- ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਦੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਉਣ ਵਾਲੀ ਨਕਲ ਜਾਂ ਰੋਟੇਗਰਾਫੀ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣਾ
- ਮੁਲਾਂਕਣ ਸਾਧਨਾਂ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ, ਟੈਸਟਾਂ ਜਾਂ ਪ੍ਰੀਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ

ਉਪਰੋਕਤ ਅਮਲ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਨੂੰ ਜ਼ਖਮੀ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕਤਾ ਨੂੰ ਰੁਕਾਵਟ ਦੇਵੇਗਾ।



ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲੋਂ ਪੁੱਛ-ਗਿੱਛ ਕਰੋ
- ਪੜ੍ਹਚੇਲ ਕਰੋ
- ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕਤਾ ਅਤੇ ਕਲਪਨਾ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕਰੋ
- ਵਧੀਆ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਬਣਾਉਣੀਆਂ
- ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਾਹਿਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਯਕੀਨ ਰੱਖੋ
- ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਿਖਣ ਦੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰੋ ਜੋ ਲੰਬੇ-ਜੀਵਨ ਤੱਕ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਰੱਖਦਾ ਹੈ

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ

ਸਾਰੇ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜਿਸ ਢੰਗ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਉਹ ਹੈ ਪਿਆਰ। ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਪਿਆਰ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤ ਹੈ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ-ਬਾਲ ਸਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਬੁਨਿਆਦ ਹੈ। ਹਰ ਬੱਚਾ ਸਰੀਰ, ਪਤਿਭਾ, ਚਰਿੱਤਰ ਅਤੇ ਹਿੱਤਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਿਲੱਖਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਵਿਲੱਖਣਤਾ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਵਾਜਬ ਉਮੀਦਾਂ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੀਵਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ ਇੱਕ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਲਈ ਇਸ ਕੋਰਸ ਵਿੱਚ ਅਜ਼ਮਾਇਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਗੜਬੜੀ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰੇ, ਨਾ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਧੀਰਜ ਨਾਲ ਅਗਵਾਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇ। ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਵਧੀਆ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਯਤਨਾਂ ਅਤੇ ਨਜ਼ਰਬੰਦੀ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖਾਸ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇ। ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਸਾਹਮਣਾ ਝੱਲ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ, ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ, ਉਹ ਜੋ ਉਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਸੁਣੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜਜ਼ਬਾਤਾਂ ਅਤੇ ਜਜ਼ਬਾਤਾਂ ਦੀ ਹਮਦਰਦੀ ਸਮਝਣ ਲਈ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਨੁਸ਼ਾਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ, ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਜ਼ਰੀਏ ਅਤੇ ਰਵੱਈਏ ਵਿੱਚ ਇੱਕਸਾਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਿਹਾਰ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਚੰਗੀ ਮਿਸਾਲ ਕਾਇਮ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਬਣਾਈਆਂ ਜਾਣ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।



ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਲਈ "ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਿਆਰ ਕਰੀਏ" 'ਤੇ ਕੁਝ ਸੁਝਾਅ:

- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰੋ ਪਰ ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦੀ ਯਥਾਰਥਿਤੀਕ ਆਸ ਰੱਖੋ
- ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਭਲਾਈ ਲਈ ਚਿੰਤਾ ਦਿਖਾਓ
- ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਅਤੇ ਉਦਾਸੀ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸੰਪਰਕ ਕਾਇਮ ਰੱਖੋ
- ਧੀਰਜ ਰੱਖੋ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਗਲਤੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹਨ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਵਧੀਆ ਰੋਲ ਮਾਡਲਜ਼ ਸੈਟ ਕਰੋ
- ਆਪਣੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਉਸਤਤ ਦੇ ਨਾਲ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਦਿਲ ਵਾਲੇ ਹੋਵੋ
- ਸ਼ਰਾਰਤੀ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹੀ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ
- ਚੰਗਾ ਘਰ-ਸਕੂਲ ਸਹਿਯੋਗ ਕਾਇਮ ਰੱਖੋ



ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ:

1. ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ (Department of Health)
ਟੈਲੀਫੋਨ: 2961 8989/2961 8991
2. ਬਾਲ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੇਂਦਰ, ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ
(Child Assessment Centres, Department of Health)
 - Fanling Child Assessment Centre
ਟੈਲੀਫੋਨ: 2639 1402
 - Pamela Youde Child Assessment Centre (Shatin)
ਟੈਲੀਫੋਨ: 2210 1600
 - Tuen Mun Child Assessment Centre
ਟੈਲੀਫੋਨ: 2468 5261
 - Ha Kwai Chung Child Assessment Centre
ਟੈਲੀਫੋਨ: 3651 5600
 - Central Kowloon Child Assessment Centre
ਟੈਲੀਫੋਨ: 2246 6633
 - Pamela Youde Child Assessment Centre (Kwun Tong)
ਟੈਲੀਫੋਨ: 2727 8474
2727 8475
 - Ngau Tau Kok Child Assessment Centre
ਟੈਲੀਫੋਨ: 2921 1028
3. ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ, ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ
(Family Health Service, Department of Health)
ਟੈਲੀਫੋਨ: 2961 8855
2112 9900 (24-ਘੰਟੇ ਆਟੋਮੈਟਿਕ ਟੈਲੀਫੋਨ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਸਿਸਟਮ)
4. ਇੰਟੈਗਰੇਟਿਡ ਫੈਮਿਲੀ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਅਤੇ ਇੰਟੈਗਰੇਟਿਡ ਫੈਮਿਲੀ ਸਰਵਿਸ ਸੈਂਟਰਜ਼, ਸਮਾਜ ਭਲਾਈ ਵਿਭਾਗ
(Integrated Family Services and Integrated Family Service Centres, Social Welfare Department)
ਹੋਟਲਾਈਨ: 2343 2255
5. ਬਾਲ ਦੁਰਵਵਹਾਰ ਵਿਰੁੱਧ (Against Child Abuse)
 - Head Office
ਟੈਲੀਫੋਨ: 3542 5722
 - Chuk Yuen Centre
ਟੈਲੀਫੋਨ: 2351 6060
 - Tuen Mun Centre
ਟੈਲੀਫੋਨ: 2450 2244
 - Kwai Chung Centre
ਟੈਲੀਫੋਨ: 2915 0607
 - ਹੋਟਲਾਈਨ: 2755 1122

6. ਹਾਂਗ ਕਾਂਗ ਕੌਂਸਲ ਆਫ ਸੋਸ਼ਲ ਸਰਵਿਸ - ਫੈਮਿਲੀ ਐਂਡ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸ
(The Hong Kong Council of Social Service - Family and Community Service)
ਟੈਲੀਫੋਨ: 2876 2421
7. ਹਾਂਗ ਕਾਂਗ ਕੌਂਸਲ ਆਫ ਅਰਲੀ ਬਚਪਨ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਸਰਵਿਸਜ਼
(Hong Kong Council of Early Childhood Education and Services)
ਟੈਲੀਫੋਨ: 2788 1666
8. ਸਿੱਖਿਆ ਬਿਊਰੋ (Education Bureau)
ਟੈਲੀਫੋਨ: 2891 0088 (ਜਨਰਲ ਪੁੱਛਗਿੱਛ)
2832 7700 (ਸਕੂਲ ਸਥਾਨਾਂ ਦੀ ਵੰਡ ਇਕਾਈ - ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਇੱਕਪਿਰਲੀ ਦਾਖਲਾ)

ਹੋਰ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਹੋਟਲਾਈਨ

1. ਹਾਂਗ ਕਾਂਗ ਦੀ ਲੜਕੇ ਅਤੇ ਲੜਕੀਆਂ ਦੀ ਕਲੱਬ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ
(The Boys' and Girls' Clubs Association of Hong Kong)
ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਹੋਟਲਾਈਨ: 2866 6388
2. ਤੁੰਗ ਵਹ ਗਰੁੱਪ ਆਫ ਹਾਸਪਿਟਲਸ (Tung Wah Group of Hospitals)
ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਹੋਟਲਾਈਨ: 2770 2262
3. ਹਾਂਗਕਾਂਗ ਲੂਥਰਨ ਸੋਸ਼ਲ ਸਰਵਿਸ (Hong Kong Lutheran Social Service)
ਲੂਥਰਨ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਹੋਟਲਾਈਨ: 3622 1111

ਹੋਰ ਹਵਾਲੇ

1. Parent Education Information at Kindergarten Stage
ਵੈੱਬਸਾਈਟ: <https://www.edb.gov.hk/en/student-parents/parents-related/parent-info/index.html>
2. HKEdCity
ਵੈੱਬਸਾਈਟ: <https://www.edcity.hk>

ਹਾਂਗਕਾਂਗ ਖੇਤਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਫ਼ਤਰ
(Hong Kong Regional Education Office)

ਟੈਲੀਫੋਨ

Enquiries	2863 4646
District School Development Sections	
Central & Western District	2863 4678
Wan Chai District	2863 4626
Hong Kong East District	2863 4649
Southern District	2863 4664
Islands District	2863 4634

ਕੋਵਲਨ ਖੇਤਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਫ਼ਤਰ
(Kowloon Regional Education Office)

Enquiries	3698 4108
District School Development Sections	
Yau Tsim & Mong Kok District	3698 4163
Sham Shui Po District	3698 4196
Kowloon City District	3698 4141
Wong Tai Sin District	3698 4219
Kwun Tong District	3698 4178
Sai Kung District	3698 4206

ਨਿਊ ਟੈਰੀਟੋਰੀਜ਼ ਪੂਰਬੀ ਖੇਤਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਫ਼ਤਰ
(New Territories East Regional Education Office)

ਟੈਲੀਫੋਨ

Enquiries	2639 4876
District School Development Sections	
Sha Tin District	2639 4857
Tai Po District	2639 4856
North District	2639 4858

ਨਿਊ ਟੈਰੀਟੋਰੀਜ਼ ਪੱਛਮੀ ਖੇਤਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਫ਼ਤਰ
(New Territories West Regional Education Office)

Enquiries	2437 7272
District School Development Sections	
Kwai Chung & Tsing Yi District	2437 5433
Tsuen Wan District	2437 5457
Tuen Mun District	2437 5483
Yuen Long District	2437 7217

ਮੁਫਤ ਕੁਆਲਿਟੀ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਸਿੱਖਿਆ

ਸਰਕਾਰ ਨੇ 2017/18 ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ ਤੋਂ ਮੁਫਤ ਦੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਸਿੱਖਿਆ ਨੀਤੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ। ਨੀਤੀ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਵਧੀਆ ਗੁਣਵੱਤਾ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਸਤੇ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਢੰਗਾਂ ਲਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣਾ ਹੈ। ਨਵੀਂ ਪਾਲਿਸੀ ਦੇ ਤਹਿਤ, ਮੁਫਤ ਯੋਗਤਾ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਸਿੱਖਿਆ ਸਕੀਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਯੋਗ ਸਥਾਨਕ ਗੈਰ-ਮੁਨਾਫ਼ਾ-ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਯੋਗ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਤਿੰਨ-ਸਾਲ ਦੀ ਮਿਆਦ ਦੀ ਅੱਧੀ-ਦਿਨ ਦੀ ਸੇਵਾ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਲਈ ਮੂਲ ਸਬਸਿਡੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਲਈ ਇੱਕ ਪੂਰਾ ਸਬਸਿਡੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜੋ ਪੂਰਾ ਦਿਨ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਦੀ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਮਾਪੇ ਘੱਟ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਸਬਸਿਡੀ ਵਾਲੀ ਸਕੂਲ ਦੀ ਫੀਸ ਅਦਾ ਕਰ ਸਕਣ।

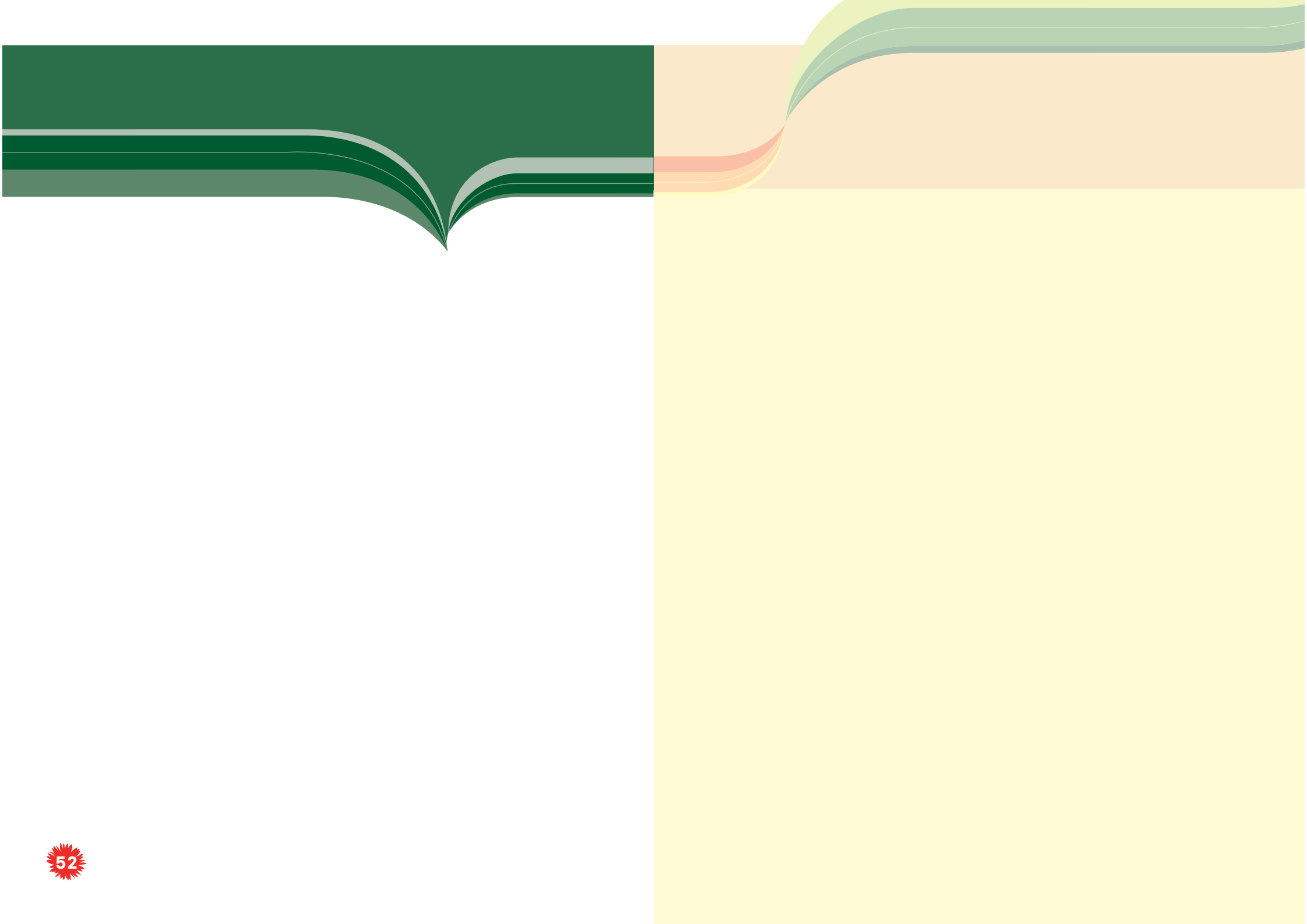
ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਵਿੱਤੀ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਕਾਰਨ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਲੋੜੀਂਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਮੌਜੂਦਾ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਅਤੇ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਦੀ ਫੀਸ ਅਦਾਇਗੀ ਸਕੀਮ ਤਹਿਤ ਫੀਸ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਜਾਰੀ ਰਹੇਗੀ। ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਏਜੰਸੀ ਦੇ ਵਿੱਤ ਦਫ਼ਤਰ।

ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਹੋਟਲਾਈਨ: 2802 2345

ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਸਿੱਖਿਆ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਗਾਈਡ

2016/17 ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ ਵਿੱਚ, ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਵਿਕਾਸ ਕੌਸਲ ਨੇ " ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਸਿੱਖਿਆ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਗਾਈਡ" ਨੂੰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਫਰੇਮਵਰਕ, ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੀ ਵਿਉਂਤਬੰਦੀ, ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਮੁਲਾਂਕਣ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਲਈ ਭੋਜਨ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ, ਸੈਟਲ-ਇਨ ਅਤੇ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸਿੱਖਿਆ, ਘਰੇਲੂ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਵਿਕਾਸ. ਮਾਪੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਅਧਿਆਪਕ ਹਨ, ਸਰਕਾਰ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਦੇ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸਮਝ ਰੱਖਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕੂਲਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਣ।

ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਸਿੱਖਿਆ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਗਾਈਡ ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਮਾਰਗ ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ:
EDB website > Education System and Policy > Kindergarten Education > About Kindergarten Education > *Kindergarten Education Curriculum Guide*





ਤੁਹਾਡੇ
ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ

ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ

2017

ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਮਾਲ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਛਾਪਿਆ ਗਿਆ।

