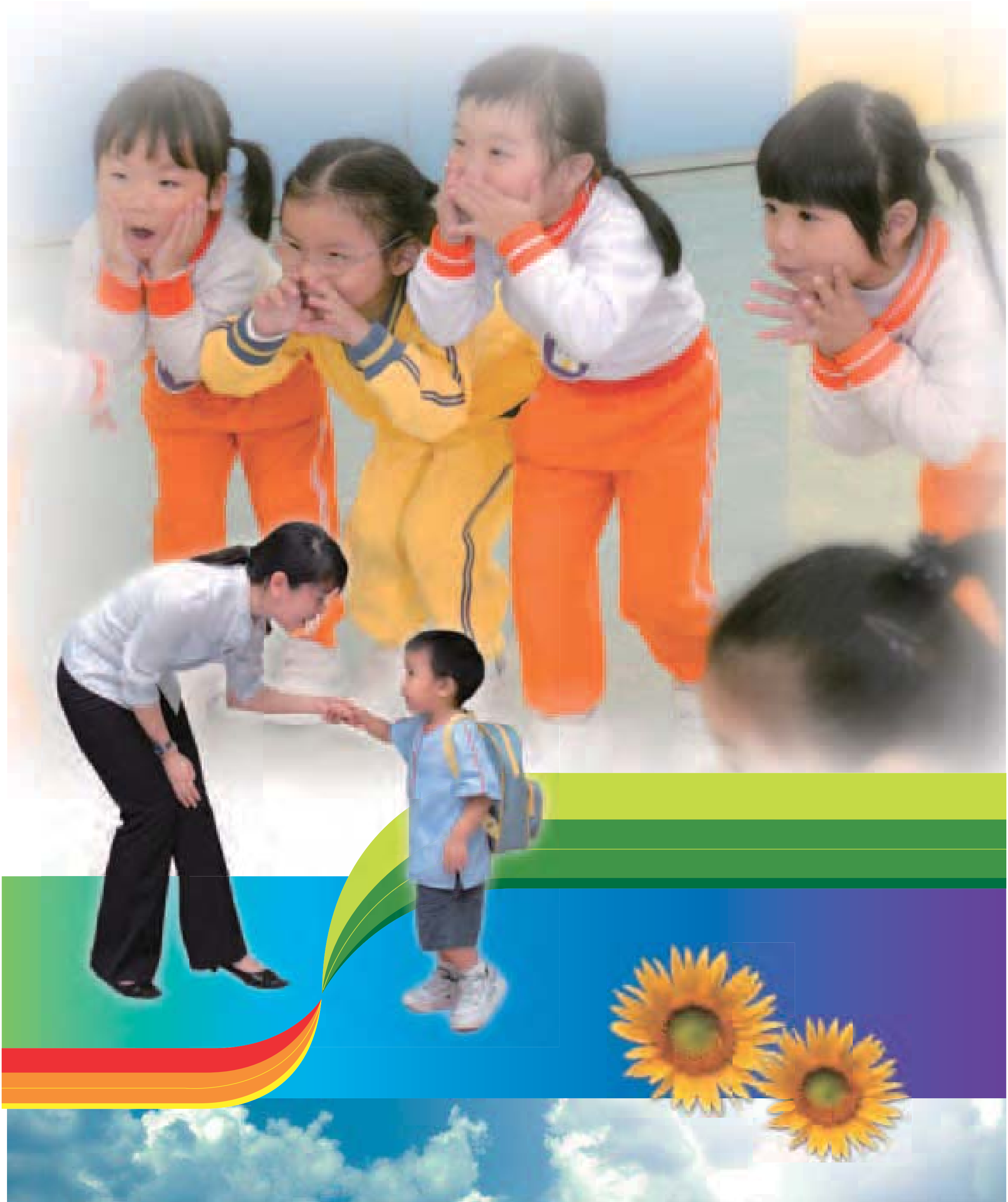
印度文 Hindi

अपने बच्चे की बालवाड़ी (किंडरगार्टन) आयु में मदद करना



विषय–सूची

	प्रस्तावना	2
अध्याय 1	आप बाल विकास के बारे में कितना जानते हैं	4
अध्याय 2	अपने बच्चे की सुखद वृद्धि में कैसे मदद करें	10
अध्याय 3	एक अच्छी बालवाड़ी क्या है	18
अध्याय 4	स्कूली जीवन को अपनाने में माता–पिता कैसे अपने बच्चों की सहायता कर सकते हैं	26
अध्याय 5	नई पीढ़ी के पालन–पोषण के लिए गृह–स्कूल का सहयोग	34
अध्याय 6	व्यापक और सुखद सीखने के अनुभव द्वारा बच्चों की क्षमता का विकास करना	38
परिशिष्ट 1	बाल सेवा संगठन	44
परिशिष्ट 2	ईडीबी के क्षेत्रीय शिक्षा कार्यालय	48
परिशिष्ट 3	निःशुल्क गुणवत्ता बालवाड़ी शिक्षा	50
परिशिष्ट 4	बालवाड़ी शिक्षा पाठ्यक्रम गाइड	51

प्रस्तावना

हम जीवन की प्रथम शिक्षा परिवार से ग्रहण करते हैं। माता–पिता अपने बच्चों के विकास और शिक्षा प्राप्ति में एक अहम भूमिका निभाते हैं। शिक्षण ब्यूरो (EDB) सभी माता–पिताओं को निम्नलिखित संदेश पहुंचाना चाहता है:

1. शिक्षा, परिवार से शुरू होती है। माता–पिता अपने बच्चों के सबसे पहले और सबसे महत्वपूर्ण शिक्षक होते हैं;
2. एक बच्चे का पालन–पोषण करने में बालवाड़ी निश्चित रूप से एक अहम भूमिका निभाते हैं परंतु पारिवारिक शिक्षा का स्थान कभी नहीं ले सकते।

अपने बच्चे की बालेवाड़ी (किंडरगार्टन) आयु में मदद करना

हम माता–पिता का ध्यान इन संदेशों की ओर आकर्षित करने और उनके बच्चों का साथ पाने में निपुणता हासिल करने का यह सुअवसर प्राप्त करना चाहेंगे। माता–पिता और विद्यालयों को अपने बच्चों के लिए आजीवन सीखने की नींव रखने के समान लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए मिलकर काम करना चाहिए। यह बच्चों को एक सुखद और विविध जीवन अनुभव देकर पूरा किया जा सकता है जो उनकी विकास संबंधी आवश्यकताओं को पूरा करता है जिससे सीखने में उनकी रूचि विकसित होती है और जीवन जीने की सही आदतों को विकसित करने में मदद मिलती है।

बच्चों का पालन पोषण करना माता–पिता का जन्मजात कर्तव्य है और परवरिश एक कला है। हम सच में यह आशा करते हैं कि सभी माता–पिता बच्चों के स्वस्थ और सुखद विकास को सुनिश्चित करने में भाग लेंगे। इस पुस्तिका पर जनता के विचारों का अपार स्वागत है। कृपया अपनी टिप्पणियां Kindergarten Inspection Section, Education Bureau, Wu Chung House, 213 Queen's Road East, Wan Chai, Hong Kong को भेजें।

आप बाल विकास के बारे में कितना जानते हैं

आप बालवाड़ी बच्चों के बारे में क्या जानते हैं?

आइए, पढ़े वे क्या कहते हैं:

- शुरूआती सालों के दौरान मेरा शरीर बड़ी तेजी से बढ़ा। मुझे शरीर का संचलन समन्वय सीखने के लिए और विभिन्न आकाशीय धारणाएं जैसे ऊपर और नीचे, दूर और पास समझने के लिए बहुत व्यायाम करना पड़ता था। मुझे भागने, कूदने, चढ़ाई करने और साइकिल चलाने आदि का बड़ा शौक था। कृपया मुझे हर दिन की पर्याप्त शारीरिक गतिविधियां करने दें जिससे कि मेरी लंबाई बढ़ सके और मजबूती आए।

- जब मैं तीन साल का हुआ तो मैं लिखने या कुछ बनाने के लिए ठीक से पेंसिल नहीं पकड़ पाता था। मुझे मुफ्त में चित्रकारी और प्ले डो, बीड थ्रेडिंग जैसे पूर्व लेखन खेलों के अवसरों की आवश्यकता थी। मेरी 4 या 5 साल की आयु के बीच अपनी उंगलियों और पेंसिल पर पकड़ बेहतर हुई। मेरे तालमेल में भी सुधार हुआ। और फिर मैं लिखने के लिए तैयार था।

- मुझे अपनी अच्छी मोटर निपुणता के अभ्यास के लिए खिलौनों से खेलने की बड़ी आवश्यकता थी। खिलौनों के साथ खेलना बड़ा मजेदार लगता था। जिससे मेरा बौद्धिक विकास भी हुआ। कुछ खिलौने जैसे ब्लॉक्स और प्ले डो मेरी कलात्मकता को और अधिक खोल सकते थे। पानी और रेत के साथ खेलने से मेरे मनोभावों को राहत मिलती थी। खेल द्वारा सीखने ने मेरे सीखने के अनुभव को मनोरंजक बनाया और जल्दी सोचने और बेहतर सीखने में मदद की!

- जब मैंने बालवाड़ी में प्रवेश किया तब मैं केवल छोटे वाक्यांश ही बोल पाता था। मैं खुद से बातें करना और युवक जो बोलते थे उनकी नकल करना पसंद करता था। बालवाड़ी में मैंने खेलों और गतिविधियों के जरिए से बहुत सीखा जैसे रोल–प्ले और इमैजिनेटिव प्ले। हर साल भाषा में मेरी निपुणता बढ़ती गई। बाद में मैं और अधिक प्रभावी ढंग से अधिक जटिल वाक्यों और गूढ़ शब्दावली का प्रयोग कर संवाद कर सका!

- बालवाड़ी में प्रवेश के दौरान मैं कुछ हद तक आत्मकेंद्रित था और अन्य लोगों के विचार या संदर्भों को समझ नहीं पाता था। बालवाड़ी में अन्य बच्चों के साथ खेलने से मैंने दूसरों के साथ मिलजुल कर रहने का सही तरीका सीखा। उसके साथ–साथ मेरे अंदर अधिक आत्मनियंत्रण आया और समूह का एक हिस्सा होने में नियम का पालन करना सीखा।
- मुझे संगीत से प्रेम था और अक्सर उससे प्रभावित हो जाता था। बालवाड़ी में अन्य बच्चों के साथ गाने के, लयबद्ध ढंग से हिलने और संगीत संबंधी खेलों को खेलने के मेरे पास अधिक अवसर थे। इससे मेरी संगीत प्रतिभा बाहर आई, संगीत में रूचि बढ़ी, और मेरी कल्पनाशक्ति में विकास हुआ!
- मुझे कला और शिल्प से प्रेम था। बालवाड़ी में अध्यापक मुझे विभिन्न कला सामग्रियों का अवलोकन करने, बनाने, जांचने और उसे कुछ रचित करने के लिए प्रेरित करते थे। मैं अपने चारों ओर की चीजों से अधिक अवगत हो गया जिससे मेरी समझ और प्रशंसा बढ़ी। धीरे–ध ीरे मैं साधारण चित्रकारियां करने में समर्थ हुआ जैसे लोगों की, घर की, हवाईजहाज की आदि। यहां तक कि मैं खुद को अपनी कल्पना शक्ति के सहारे व्यक्त कर सका और अपने खुद के चित्र गढ़ने लगा।
- बालवाड़ी में प्रवेश से पूर्व मुझे खाने, कपड़े पहनने और चीजों को सुव्यवस्थित करने में बड़ों की सहायता लेनी पड़ती थी। यहां मैने अपने आप खाना, हाथ धोना, मुंह पोछना और शौचालय जाना सीखा। मम्मी–पापा प्लीज मुझे कोशिश करने के अधिक मौके दें ताकि मैं और अच्छे से अपना ख्याल रख सकूं और अपनी स्वच्छता की आदतें बेहतर बना सकूं।
- शुरूआती वर्षों के दौरान मैंने वास्तविक जीवन अनुभवों से सीख ली। मैंने चीजों को परखने के लिए खुद अपने विवेक का इस्तेमाल किया जैसे मैंने खुद अपनी आंखों से अवलोकन किया, छुआ और अपने हाथों से कुशलतापूर्वक चीजों का प्रयोग किया आदि। इससे पहले मैं चीजों का अनुमान अंर्तज्ञान से लगाता था। जैसे जैसे मैं दूसरों के साथ बाते करने में, अमूर्त तर्कों में, शब्दों और चिन्हों जैसी धारणाओं का अनुभवी हुआ तब मेरी समझ और विकसित हुई।

माता पिता को ध्यान रखना चाहिए कि:

प्रत्येक बच्चे की वृद्धि और विकास समान प्रक्रिया से होती है परंतु प्रत्येक व्यक्ति अपनी–अपनी विकास दर के अनुसार विकसित होता है। सभी बच्चे अलग–अलग हैं, इनकी तुलना एक दूसरे के साथ न करें।

अपने बच्चे की सुखद वृद्धि में कैसे मदद करें

स्वस्थ और सुखद वृद्धि में शारीरिक बनावट, बुद्धि और भावनाओं का संतुलित विकास शामिल है।

अपने बच्चे के शारीरिक स्वास्थ्य की देखभाल करनां

- उनको जल्दी सोने और जल्दी उठने की आदत सीखाएं
- सुनिश्चित करें कि उन्होंने पर्याप्त नींद ली है
- उन्हें बैठने और खड़े होने की सही मुद्रा सिखाएं
- निजी स्वच्छता पर जागरूकता बढ़ाएं
- उन्हें ताजा और संतुलित आहार दें

- उन्हें पर्याप्त मात्रा में समय पर भोजन दें
- उनकी खाने की अच्छी आदतें विकसित करने में मदद करें, जैसे:
  - ➢ संतुलित आहार की आदत बनाएं रखें
  - ➢ नियमित घंटों में नियंत्रित रूप से खाना दें
  - ➢ अत्यधिक अल्पाहार (स्नैक्स) लेने से बचें
  - ➢ खाने से पहले हाथ धोएं
  - ➢ खाने की बर्बादी से बचें
- घर और आसपास के वातावरण की सुरक्षा के लिए सावधानी बरतें
  - ➢ सामान्य स्तर पर बच्चों के सामने आने वाले वातावरण के संभावित खतरों को पहचानें
- अपनी देखभाल खुद करने में उनकी मदद करें ताकि उनमें समन्वय और स्वयं की देखभाल करने की क्षमता विकसित हो, जैसे तैयार होने, चीजों को सुव्यवस्थित करने आदि
- उन्हें पर्याप्त शारीरिक गतिविधियां करने दें

बच्चों के बौद्धिक विकास को आसान बनाएं

- अपने बच्चों के साथ बात करने के अनेक अवसर तलाशें। खुले प्रश्नों का प्रयोग करें ताकि वे अपनी राय और विचारों को स्वतंत्र रूप से व्यक्त कर सकें
- धैर्य के साथ उनकी बातों को सुनें और उनके विचारों और भावनाओं को समझने की कोशिश करें
- बच्चों का उचित मार्गदर्शन करें और रोज़मर्रा के उनके अनुभवों को बांटने के लिए उन्हें प्रोत्साहित करें
- बच्चों के साथ नियमित रूप से पुस्तकालय जाएं, पढ़ने में उनकी रूचि बढ़ाने के लिए उनके साथ किताबें पढ़ें
- उन्हें अक्सर संगीत सुनने दें। इससे इनकी कल्पनाशक्ति, एकाग्रता और भावनाएं प्रबल होंगी।
- बच्चो के साथ खेलने में अधिक समय बिताए
  - ➢ उन्हें पहल करने का मौका दें और अधिक प्रतिबंध लगाने और निर्देश देने से बचें ताकि उनकी रचनात्मकता और कल्पनाशक्ति बढ़ें
- बच्चों के लिए खिलौनें का चयन करने के लिए कुछ सामान्य सुझावः
  - ➢ उनकी क्षमता के अनुसार खिलौने चुनें
  - ➢ उनकी रूचि के अनुसार खिलौने चुनें
  - ➢ तेज किनारों या छोटे घटकों वाले खिलौनें से बचें और सुनिश्चित करें कि सामग्री सुरक्षित है
  - ➢ उनकी रचनात्मकता को बाहर लाने के लिए विविध या खुली सामग्री का उपयोग करें
  - ➢ घरेलू सामान या पुनःचक्रित उत्पादों का अच्छा उपयोग करने के लिए उनसे स्वयं के खिलौने बनवाएं

- जब आपके बच्चे अपने खिलौनों के साथ खेल रहे हों तो निम्न बातों पर ध्यान दें:
  - ➢ उन्हें एक समय में बहुत सारे खिलौने देने से बचें
  - ➢ खेलने के बाद उन्हें साफ करने के लिए प्रोत्साहित करते रहें
  - ➢ उन्हें सिखाएं कि अपने खिलौनों को बटोरें और नए खिलौने मिलने पर पुराने खिलौने न छोड़ें
- उन टेलीविजन कार्यक्रम और कंप्यूटर गेम को चुनें जो आपके बच्चों के लिए उपयुक्त हों। उनके साथ टीवी देखें और समय–समय पर आवश्यकतानुसार समझाएं। टीवी या कंप्यूटर स्क्रीन देखने के दौरान उन्हें उनकी आंखों की सुरक्षा के लिए सही तरीका बताएं
- बच्चों के जीवन अनुभव को समृद्ध बनाने के लिए उन्हें यात्राओं और प्रदर्शनियों के लिए ले जाएं। उनके सामान्य ज्ञान को व्यापक बनाने के लिए उनसे उससे संबंधित विषयों पर चर्चा करें

बच्चों के भावनात्मक और व्यवहारिक विकास का ध्यान रखें

- सभी बच्चों को प्यार और सहारे की जरूरत होती है। आपको उनकी विशिष्टता स्वीकार करनी चाहिए और विशिष्ट और उचित प्रोत्साहन देना चाहिए। उनके आत्मविश्वास का निर्माण करने में उनकी मदद करें
- बच्चों का सम्मान करना चाहिए इससे पहले कि वे ये सीखें कि दूसरों का सम्मान कैसे करते हैं। वे क्या कहते हैं ये सुनें, समझें और उनकी भावनाओं को स्वीकार करने का प्रयास करें। यह बच्चों को उनका आत्मसम्मान बनाने में मदद करता है
- बच्चों को दूसरों की नकल करना बहुत पसंद आता है। वयस्कों को हमेशा उनका आदर्श होना चाहिए। याद रखें, आपका काम आपके शब्दों से ऊपर होता है
- परिवार के सदस्यों के बीच अच्छा तालमेल और सामंजस्यपूर्ण संबंध बच्चों में सुरक्षा की भावना पैदा करता है। जो बच्चें एक देखभाल भरे वातावरण में बढ़ते हैं वे भावनात्मक रूप से अधिक स्थिर हो जाते है
- बच्चे आमतौर पर चीजों को आंशिक रूप से ही समझ पाते हैं। आपको धैर्य के साथ उनका अच्छी तरह से इस पर मार्गदर्शन करना चाहिए कि वे क्या कर सकते हैं और कैसे उसे ठीक से करना है। आपके द्वारा दिए गए निर्देश स्पष्ट और विशिष्ट होने चाहिए, जैसे "खिलौने गलत जगह पर मत रखों" के बजाय "कृपया खिलौने वापस टोकरी में डालो" कहें
- बच्चों पर मोहित होना या रोक लगाना उन्हें सही और गलत समझने के विकास में बाधा डालेंगे। यदि उनका व्यवहार खतरनाक, अशांत या विनाशकारी हो जाता है तो आपको उन्हें रोकना चाहिए
- बच्चों की व्यक्तिगत रूप से आलोचना करने के बजाय अपने बच्चों को उनकी शरारत पर ध्यान दिलाएं, जैसे, "आप बड़े असभ्य बच्चें हैं" कहने के बजाए " मैं जानता हूं कि आप दुखी हैं लेकिन फूलदान पर अपना गुस्सा उतारना सही नहीं है", ऐसा कहें

- आप भले ही बच्चों के व्यवहार पर सहमत न हों परंतु तब भी आप उनकी भावनाओं को स्वीकार करने की कोशिश कर सकते हैं
- बच्चों को शब्दों में उनकी भावनाओं को स्पष्ट करने के लिए प्रोत्साहित करें न कि आक्रामक, विनाशकारी या आक्रामक व्यवहार का सहारा लेने के लिए
- बच्चों की भावनाओं में वायु संचार के लिए छुट्टी के दिन उनके लिए उपयुक्त गतिविधियों और खेलों की व्यवस्था करें। उदाहरण के लिए, उन्हें स्वतंत्रता से भागने और कूदने के लिए एक पार्क में ले जाएं
- बच्चों को मामूली बातों में विकल्प दें। उदाहरण के लिए, उन्हें अपने कपड़ों का रंग खुद चुनने दें जिससे उन्हें सम्मानित महसूस होगा और वे आजादी का मजा लेंने

माता–पिता को ध्यान रखना चाहिए कि:

जैसे–जैसे बच्चे बड़े होते हैं उन्हें जीवन की परिस्थितियों में सीखने या उनके अनुकूल चलने में समस्याएं पैदा हो सकती हैं। इनमें से अधिकतर समस्याएं न तो गंभीर होती हैं और न ही स्थायी। यदि आप उनका उपयुक्त और ठीक समय पर समाधान निकालने के लिए अधिक समय देना और प्रयास करना चाहते हैं तो वे हल की जा सकती हैं। आपको अधिक चिंतित होने के बजाय सकारात्मक और स्वीकार करने वाला रवैया अपनाना चाहिए, जैसे कि जल्द ही स्कूल के प्राचार्य, शिक्षकों या उपयुक्त पेशेवरों से संपर्क करना चाहिए (परिशिष्ट 1 देखें)। तब आप मिलकर कोई समाधान निकालने में समर्थ होंगे जो आपके बच्चों के स्वस्थ और सुखद विकास में सहायता करेगा।

एक अच्छी बालवाड़ी क्या है

वातावरण और सुविधाएं

- सुरक्षित और स्वच्छ भौतिक वातावरण
- विशाल खेल क्षेत्र
- विभिन्न खिलौने और सीखने के संसाधन
- बच्चों की आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए समझने योग्य शिक्षण की सुविधा
- सीखने के लिए एक प्रेरक माहौल

स्कूल प्रबंधन

- *शिक्षा अध्यादेश और शिक्षा विनियमों (Education Ordinance)* के प्रावधानों का अनुपालन करें *(Education Regulations)*
- स्कूल परिसर के अंदर एक प्रमुख स्थान में पंजीकरण का प्रमाण पत्र और शुल्क प्रमाणपत्र पोस्ट करें
- प्रत्येक कक्षा के एक प्रमुख स्थान पर कक्षा की आज्ञाप्राप्त आपूर्ति को प्रदर्शित करें
- *शिक्षा विनियमों (Education Regulations)* के अनुसार शिक्षण स्टाफ तैनात करें
- उचित रूप से बच्चों के लिए भोजन और परिवहन की व्यवस्था करें
- पारदर्शी रहे। स्कूल संचालन, विकास और भविष्य की योजनाओं के बारे में लोगों को जानकारी प्रदान कर

स्कूल के लक्ष्य

- सामाजिक विकास की धारा में बने रहना
- माता – पिता द्वारा स्वीकार्य होना

पाठ्यक्रम उद्देश्य

- हांगकांग की प्री–प्राइमरी शिक्षा नीति और बाल विकास की विशेषताओं की धारा में बने रहना
- बच्चों में सीखने के सकारात्मक रवैये और अच्छी आदतों को बढ़ावा देना
- बच्चों को उनके चौतरफा और संतुलित विकास के लिए पोषित करना

पाठ्यक्रम सामग्री

- बच्चों की क्षमताओं, रूचियों और आवश्यकताओं पर आधारित सीखने की बाल–केंद्रित गतिविधियों का आयोजन
- खेल और गतिविधियों के माध्यम से बच्चों को खुशी से सीखने दें
- बच्चों के सामाजिक कौशल और रचनात्मकता के विकास के लिए गतिविधियां प्रदान करना
- बच्चों के लिए हर दिन पर्याप्त संगीत और शारीरिक गतिविधियों का प्रबंध करना

सीखना और सिखाना

- शिक्षकों को व्यवसायिक ज्ञान और दृष्टिकोण से भरपूर होना चाहिए
- शिक्षकों को स्नेही और धैर्यवान होना चाहिए और बच्चों के साथ अच्छा संबंध स्थापित करने में समर्थ होना चाहिए
- बच्चों को हर दिन अपनी गतिविधियां स्वयं चुनने के लिए पर्याप्त समय देना चाहिए ताकि उनकी आत्म–समझ की क्षमता बढ़े
- शिक्षकों को व्यक्तिगत भिन्नताओं का सम्मान करना चाहिए और उनकी आवश्यकताओं का ध्यान रखना चाहिए
- शिक्षकों को सीखने के स्थानों का और खेलने की सामग्री का प्रभावी रूप से उपयोग करना चाहिए
- कार्यभार बच्चों की क्षमता के अनुसार उपयुक्त मात्रा में होना चाहिए और उसकी सामग्री में विविधता होनी चाहिए

सीखने के लिए आंकलन

- आंकलन को बाल–विकास के सिद्धान्तों से जुड़ा होना चाहिए। यह उम्मीद न करें कि एक ही वर्ग स्तर के सभी बच्चों का प्रदर्शन समान मानक का होगा और उनकी एक दूसरे के साथ तुलना न करें।
- विभिन्न पहलुओं में बच्चों के प्रदर्शन और प्रगति के निरंतर अवलोकन रिकॉर्ड के आधार पर आकलन किया जाना चाहिए। श्रुतलेख, परीक्षण, या परीक्षाओं का प्रयोग आंकलन के लिए नहीं किया जाना चाहिए।
- आंकलन प्रक्रिया में माता–पिता को शामिल किया जाना चाहिए। जैसे, स्कूल के संदर्भ में माता–पिता को घर में बच्चों के प्रदर्शन के बारे में जानकारी देने के लिए निमंत्रित करना।

शिक्षण ब्यूरो माता पिता के निर्देशन हेतु उनके बच्चों के लिए बालवाड़ी या बाल सेवा केंद्र का चयन करने के लिए हर वर्ष *Profile of Kindergartens and Kindergarten-cum-Child Care Centres* प्रकाशित करता है। प्रोफाइल में सूचीबद्ध जानकारी में स्कूल की प्रस्ठभूमि और विशेषताएं, फीस, कर्यचारी योग्यताएं, पाठ्यक्रम की जानकारी, विधार्थियों की संख्या, शिक्षक–विध्यार्थी अनुपात, स्कूल की सुविधाएँ आदि शामिल हैं। यह प्रोफाइल ईड़ीबी के क्षेत्रीय शिक्षा कार्यालय, गृह मंत्रालय विभाग के सार्वजनिक पूछताछ सेवा केंद्र, स्वास्थ्य विभाग के मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य केंद्र, समाज कल्याण विभाग के एकीकृत परिवार सेवा केंद्र पर उपलब्ध है। माता–पिता निम्नलिखित वेबसाइट भी देख सकते हैं :

http://www.edb.gov.hk या http://www.chsc.hk/kindergarten/

स्कूली जीवन को अपनाने में माता–पिता कैसे अपने बच्चों की सहायता कर सकते हैं

अध्याय 4

स्कूली जीवन को अपनाने में माता–पिता कैसे अपने बच्चों की सहायता कर सकते हैं

बालवाड़ी में पढ़ना बच्चों के लिए एक नए स्तर की शुरूआत को चिन्हित करता है। यह बहुत महत्वपूर्ण है कि बच्चों को स्कूली जीवन को आसानी के साथ अपनाने में सहायता के लिए स्कूल और माता–पिता मिलकर कार्य करें। अपने बच्चे की पढ़ाई के प्राथमिक स्तर से पहले या प्राथमिक स्तर के दौरान, आप निम्न तरीकों से अपने बच्चों को स्कूली जीवन के लिए तैयार करने में उनकी सहायता कर सकते हैं:

- घर पर, अपने बच्चों को स्वयं के कौशलों को विकसित करने लिए अवसर दें, जैसेकि:
  - ➢ कपड़े बदलना: बटन लगाना, जिप लगाना, जूते बांधना
  - ➢ सफाई सुथरा रहना
  - ➢ पसीना पोंछना और बहती हुई नाक को साफ करना
  - ➢ खाने पीने का उचित तरीका
  - ➢ शौचालय प्रशिक्षण

- दैनिक जीवन में, अपने बच्चों को सीखने का अवसर दें:
  - ➢ वैकल्पिक रूप से सुने
  - ➢ सवाल जवाब कर
  - ➢ उन्हें अपनी जरूरतों को व्यक्त करने दें
  - ➢ अन्यों से मिलने जुलने दें
- माता–पिता, स्कूल आरंभ होने से पहले, ''अनुस्थापन दिवस'' अथवा ''अनुस्थापन सप्ताह'' और साथ ही साथ नए अध्यापकों और वातवरण में घुलने–मिलने के लिए अनुकूलन गतिविधियों में बच्चों के साथ स्कूल आएं।

अध्याय 4

स्कूली जीवन को अपनाने में माता–पिता कैसे अपने बच्चों की सहायता कर सकते हैं

- अपने बच्चे के साथ स्कूल परिसर में थोड़ी सी चहलकदमी कर उन्हें नए वातावरण में घुलने मिलने में मदद करें
- स्कूल में मौजूद सुविधाओं के बारे में जानने के लिए अपने बच्चे की सहायता करें
- अपने बच्चे को ड्रॉप ऑफ और पिक–अप सुविधाओं के बारे में समझाएं और उन्हें सुरक्षा सावधानियों के बारे में बताएं। बच्चों में सुरक्षा की भावना पैदा करने में सहायता के लिए उनसे वादा करें कि स्कूल से छुट्टी होने के बाद उन्हें पिक किया जाएगा
- अपने बच्चों को उनकें सहपाठियों के साथ अच्छी तरह पेश आने के लिए प्रोत्साहित करें। एक ही समय में अन्य माता–पिताओं के बारे में जानने की कोशिश करें
- अपने बच्चे के अध्यापकों से नजदीकी संपर्क बनाए रखें
- अपने बच्चों से रोजाना बातचीत करके, स्कूली जीवन के बारे में उनकी भावनाओं और विचारों को साझा कर और उनके किसी भी संदेह को दूर कर सुरक्षित महसूस करने में उनकी सहायता करें। ऐसा करना उनके स्कूली जीवन को आसानी से अपनाने में सहायक होगा

बालवाड़ी जीवन में बच्चे द्वारा सामना कि जा रही परेशानियों को समझें

- स्कूली जीवन के शुरूआत में बच्चे कुछ स्थितियों में खुद को काफी परेशान महसूस कर सकते हैं, जैसेकि:
  - ➢ घर से दूर होना
  - ➢ माता–पिता से अलग होना
  - ➢ खुद को अनजान वातावरण में महसूस करना
  - ➢ अपरिचित लोगों (अध्यापक और अन्य बच्चे) के समूह में होना
  - ➢ खुद का एक काफी बड़े क्षेत्र में होने का एहसास
  - ➢ दिनचर्या को पालन करना

- स्कूल सत्र के शुरू में बच्चे असाधारण शिष्टाचार वाला बर्ताव कर सकते हैं, जैसेकिः
  - ➢ माता–पिता से असाधारण लगाव या माता–पिता पर खासतौर से भरोसा करना
  - ➢ बहुत ज्यादा थका हुआ महसुस कर सकते हैं
  - ➢ जल्दी से गुस्सा आ सकता है
  - ➢ ऊंगलियों को बार चुसना
  - ➢ बिना किसी खास वजह के बिस्तर पर पेशाब करना

क्योंकि आपका बच्चा स्कूली जीवन को पूरी तरह से नहीं जान पाता है इसलिए यह सभी बातें अस्थाई होती हैं। आपको बहुत ज्यादा परेशान होने की जरूरत नहीं है और आपका बच्चा आपकी और स्कूल की देखभाल और दिशानिर्देश के अंतर्गत बहुत जल्द ही इस नए वातावरण को अपना लेगा।

- यदि आपकी सभी तैयारियों के बावजूद आपका बच्चा अब भी रोना जारी रखता है स्कूल जाने से डरता है तोः
  - ➢ चिंता न करें क्योंकि बच्चों के नए वातावरण को अपनाने के तरीके अलग अलग होते हैं
  - ➢ उसे धमकाए नहीं या बच्चे को किसी तरह का लालच न दें
  - ➢ उन्हें आराम से दिलासा दें और यह भरोसा दिलाएं कि उनके टीचर उनकी देखभाल करेंगे
  - ➢ स्कूली जीवन अपनाने के लिए उन्हें और अधिक समय दें
  - ➢ उन्हें उपयुक्त समर्थन और प्रोत्साहन दें और उनके साथ उनके स्कूली जीवन को साझा करें
  - ➢ अध्यापकों के साथ नजदीकी संपर्क बनाए रखें, यदि आवश्यक हो तो, बच्चे के बेहतर जीवन के लिए, स्कूल में अपने बच्चे के व्यवहार को समझने के लिए अध्यापकों के साथ मिलकर कार्य करें

नई पीढ़ी के पालन–पोषण के लिए गृह–स्कूल का सहयोग

माता–पिता और स्कूल साझेदार होते हैं। बच्चे के मजबूत विकास को सुनिश्चित बनाने के लिए स्कूल को माता–पिता के समर्थन और सहायता की आवश्यकता होती है। इसलिए माता–पिता को स्कूल में अपने बच्चों की कार्यप्रदर्शन को समझने के लिए एक नजदीकी गृह–स्कूल संबंध स्थापित होना आवश्यक है, जिससे दोनों पक्षों के बीच एक संबंध को बेहतर बनाता है। माता–पिता की सक्रिय भागीदारी गृह–स्कूल सहयोग की सहक्रियता का अच्छा कदम हो सकता है:

- स्कूल के वातावरण और पाठ्यक्रम व्यवस्थाओं के अच्छी तरह से समझने के स्कूल का दौरा करें
- निरीक्षण करें कि आपका बच्चा स्कूल में कितना सिख रहा है
- बच्चे के सीखने के और विकास के अभिलक्षणों को समझें। अपने बच्चे को समय से पहले लिखित कार्य देने, या अपने बच्चे के अभ्यास का मूल्यांकन करने के लिए अनउपयुक्त उपकरणों जैसे लिखना (इमला), टेस्ट और परीक्षा आदि करने का अनुरोध न करें

- स्कूल द्वारा आयोजित माता–पिता गतिविधियों में भाग लें जैसेकि माता–पिता–अध्यापक एसोसिएशन, एजुकेशन सेमिनार, माता–पिता व बच्चों की गतिविधियां, और माता–पिता सहायक के रूप में स्वैच्छिक
- अपने बच्चे के स्कूल में प्रतिदिन के अनुभवों के बारे में जानने के लिए अध्यापकों के साथ नजदीकी संबंध बनाए रखें
- माता–पिता हैंडबुक और स्कूल द्वारा जारी सूचनाओं में दी गई जानकारी को पढ़ें। जरूरत पड़ने पर स्कूल से संचार करने हेतु माता–पिता के सूचना पत्र, बच्चों की हैंडबुक आदि का प्रयोग करें
- यदि आपके बच्चे को निश्चित प्रकार के खाने, तापमान, प्रतिदिन प्रयोग किए जाने वाली चीजों या खिलौनों से एलर्जी है तो आपको इसके बारे में स्कूल को बताना चाहिए ताकि उसके लिए उपयुक्त व्यवस्था की जा सके
- स्कूल द्वारा उपलब्ध कराए गए संचार माध्यम का प्रयोग करें। सकारात्मक फीडबैक दें और स्कूल के विकास को आगे बढ़ाने के लिए अपनी टिप्पणियां दें

व्यापक और सुखद सीखने के अनुभव द्वारा बच्चों की क्षमता का विकास करना

अध्याय 6

व्यापक और सुखद सीखने के अनुभव द्वारा बच्चों की क्षमता का विकास करना

गुणवत्तापूर्ण शुरूआती बाल्यावस्था शिक्षा का उद्देश्य बच्चों को नैतिक, बौद्धिक, शारीरिक, सामाजिक कौशल और सौंदर्यता के अनुक्षेत्र में संतुलित संवृद्धि प्राप्त करने हेतु तैयार करना और उसके सर्वांगीण व्यक्तित्व विकास को बढ़ावा देना है।

गुणवत्ता बाल्यावस्था शिक्षा के लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए, खेल और महत्वपूर्ण गतिविधियां आवश्यक हैं। एक आरामदय और सुखद सीखने का माहौल बच्चों की क्षमता का विकास, सीखने में उनकी रूचि उन्नत करना और स्वस्थ्य और उत्साहपूर्वक विकसित होने में सक्षम करता है।

एक गुणवत्ता बालवाड़ी को करना चाहिए:

- बच्चों की क्षमता से मेल न खाने वाले पाठ्यक्रम को अपनाना नहीं चाहिए
- नर्सरी कक्षा के बच्चें को लिखने के लिए ना कहे
- बहुत ज्यादा होमवर्क न दें
- दोहराव नकल कार्य न दें
- प्रशिक्षण अभ्यास के उद्देश्य से केवल गणित अभ्यास कराने से बचें
- यांत्रिक कंप्यूटर अभ्यास कराने से बचें
- दोहराव नकल या अंग्रेजी शब्दावली का दुहराव याद कराने से बचें
- इमला, परीक्षा या मूल्यांकन उपकरण के रूप में परीक्षाओं का उपयोग ना करें

उपरोक्त अभ्यास बच्चों की सीखने में रूचि और रचनात्मकता में बाधा डालने जैसा होगा

माता–पिता को अपने बच्चों को प्रोत्साहित करना चाहिए:

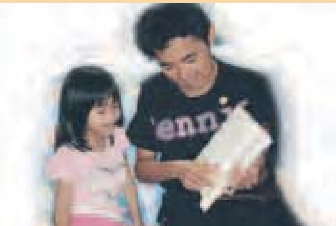
- एक जिज्ञासा मन के लिए
- खोजने के लिए
- अपनी रचनात्मकता और कल्पना को काम में लाने के लिए
- अच्छी सामग्री पढ़ने की आदतों बनाने के लिए
- पूरे भरोसे के साथ अपनी भावनाओं और विचारों को व्यक्त करने के लिए
- उनकी सीखने की रूचि को विकसित करना जो जीवनभर सीखने के लिए आधार तैयार करती है

अपने बच्चों को कैसे प्यार करें

सभी माता–पिता अपने बच्चों को प्यार करते हैं। हालांकि, बच्चों को प्यार की जरूरत है न कि लाड़–प्यार से बिगाड़ने की। माता–पिता का प्यार बच्चों के लिए एक आवश्यक पोषक तत्व है और माता–पिता एवं बच्चों का संबंध बनाए रखने के लिए सबसे महत्वपूर्ण आधार है। हर बच्चा शारीरिक बनावट, प्रतिभा, चरित्र और रूचियों के संदर्भ में विशिष्ट होता है। माता–पिता को अपने बच्चों की विशिष्टता को समझना और स्वीकार करना चाहिए, और अपने बच्चों से उचित उम्मीदें ही रखनी चाहिए।

जीवन अपने आप में एक सीखने की प्रक्रिया है। बच्चों को अपने विकास के पाठ्यक्रम में परीक्षण और गलतियों से सीखने की जरूरत है। माता–पिता को अपने बच्चों की शरारत पर सटीक होना चाहिए, व्यक्तिगत तौर से नहीं, और उन्हें धैर्यपूर्वक मार्गदर्शन प्रदान कराना चाहिए। जब बच्चा अच्छा प्रदर्शन करें तो उसे विशिष्ट प्रोत्साहन दें, जैसे उनके प्रयासों और एकाग्रता की तारीफ करें। जब बच्चे को असफलताओं का सामना करना पड़े तो माता–पिता को उन्हें समर्थन और प्रोत्साहन देना चाहिए। इसके अलावा, माता–पिता को प्रतिदिन कुछ समय अपने बच्चों के साथ खेल कर बिताना चाहिए, उनके साथ बात करनी चाहिए, वे क्या कह रहे है उसे सुनना चाहिए और उनकी भावनाओं और जज्बातों को सहानुभूति देनी चाहिए।

बच्चों को अनुशासित करने में, माता–पिता को अपने दृष्टिकोण और व्यवहार में संगत होना चाहिए। उनका व्यवहार उनके शब्दों के अनुरूप होना चाहिए। उन्हें अपने बच्चों के लिए एक अच्छा उदाहरण स्थापित करना चाहिए। माता–पिता को बच्चों में अच्छी आदतें और स्वस्थ्य और उत्साहपूर्वक विकसित होने में मदद के लिए शिक्षकों के साथ भी सहयोग करना चाहिए।



माता–पिता के संदर्भ के लिए "अपने बच्चों को कैसे प्यार करें" पर कुछ सुझाव:

अपने बच्चों से प्यार करें लेकिन उनके साथ जरूरत से ज्यादा लाड प्यार न करें

बच्चों की क्षमताओं की यथार्थवादी उम्मीदें हैं

शारीरिक और मनोवैज्ञानिक तंदुरूस्ती दोनों पर ध्यान दें

उनकी खुशी और उदासी को साझा करें

अपने बच्चों के साथ रोजाना बातचीत करें

जब बच्चें गलती करें तो संयम रखें

अपने बच्चों के लिए अच्छी भूमिका मॉडल को स्थापित करें

अपने प्रोत्साहन और प्रशंसा के साथ उदार करें

शरारत सुधारने के लिए उचित अनुशासन रखें

अच्छा घर–स्कूल संबंध को बनाएं रखें

पेशेवर सहायता सेवाएं निम्नानुसार हैं:

1. स्वास्थ्य विभाग (Department of Health)

टेलीफोन: 2961 8989 / 2961 8991

2. बाल मूल्यांकन केंद्र, स्वास्थ्य विभाग
(Child Assessment Centres, Department of Health)

- Fanling Child Assessment Centre
टेलीफोन: 2639 1402
- Pamela Youde Child Assessment Centre (Shatin)
टेलीफोन: 2210 1600
- Tuen Mun Child Assessment Centre
टेलीफोन: 2468 5261
- Ha Kwai Chung Child Assessment Centre
टेलीफोन: 3651 5600
- Central Kowloon Child Assessment Centre
टेलीफोन: 2246 6633
- Pamela Youde Child Assessment Centre (Kwun Tong)
टेलीफोन: 2727 8474
2727 8475
- Ngau Tau Kok Child Assessment Centre
टेलीफोन: 2921 1028

3. परिवार स्वास्थ्य सेवा, स्वास्थ्य विभाग
(Family Health Service, Department of Health)

टेलीफोन: 2961 8855
2112 9900 (24 - घंटे स्वचालित टेलीफोन पूछताछ प्रणाली)

4. परिवार सेवा सेक्शन और एकीकृत परिवार सेवा केंद्र, समाज कल्याण विभाग
(Integrated Family Services and Integrated Family Service Centres, Social Welfare Department)

हॉटलाइन: 2343 2255

5. बाल उत्पीड़न के विरूद्ध (Against Child Abuse)

- Head Office
टेलीफोन: 3542 5722
- Chuk Yuen Centre
टेलीफोन: 2351 6060
- Tuen Mun Centre
टेलीफोन: 2450 2244
- Kwai Chung Centre
टेलीफोन: 2915 0607
- हॉटलाइन: 2755 1122

6. हांगकांग, समाज सेवा परिषद (सेवा विकास – परिवार और समुदाय) (The Hong Kong Council of Social Service - Family and Community Service)

   टेलीफोन: 2876 2421

7. हांगकांग परिषद की प्रशिक्षुता बाल शिक्षा और सेवाएँ (Hong Kong Council of Early Childhood Education and Services)

   टेलीफोन: 2788 1666

8. शिक्षा ब्यूरो (Education Bureau)

   टेलीफोन: 2891 0088 (सामान्य पूछताछ)

   2832 7700 (विद्यालय स्थान आवंटन सेक्शन – प्राइमरी वन प्रवेश)

अन्य संस्थाओं की हॉटलाइन

1. 'द बॉयज़ एंड गर्ल्स' क्लब एसोसिएशन ऑफ हांगकांग (The Boys' and Girls' Clubs Association of Hong Kong)
   माता–पिता के लिए हॉटलाइन: 2866 6388
2. टंग वाह ग्रुप ऑफ हास्पिटल्स (Tung Wah Group of Hospitals)
   बाल सेवा हॉटलाइन: 2770 2262
3. हांगकांग लूथरेण सोशल सर्विस (Hong Kong Lutheran Social Service)
   लूथरेण माता–पिता के लिए हॉटलाइन: 3622 1111

व्जीमत त्मिमितमदबम

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

हांगकांग क्षेत्रीय शिक्षा कार्यालय (Hong Kong Regional Education Office)

	फोन
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

कॉवलू क्षेत्रीय शिक्षा कार्यालय (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

न्यू टेरिटोरिज पूर्वी क्षेत्रीय शिक्षा कार्यालय (New Territories East Regional Education Office)

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

न्यू टेरिटोरिज पश्चिमी क्षेत्रीय शिक्षा कार्यालय (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

निःशुल्क गुणवत्ता बालवाड़ी शिक्षा

सरकार ने निःशुल्क गुणवत्ता बालवाड़ी शिक्षा नीति लागू की है जो स्कूली वर्ष 2017/18 से प्रभावी है। इस नीति का उद्देश्य अच्छी गुणवत्ता और अत्यधिक सस्त ी बालवाड़ी शिक्षा उपलबध् कराना है और छात्रों में उनकी विशिष्ट जरूरतों के अनुसार सेवाओं को उन तक पहुंचाने का बढावा दना है। नई नीति के तहत, निशुल्क गुणवत्ता बालवाड़ी शिक्षा योजना में शामिल होने वाली योग्य स्थानीय गैर–लाभकारी बालवाड़ी के सभी योग्य बच्चों को तीन साल के लिये आधे दिन की गुणवत्ता सेवा के लिये मूल सब्सिड़ी प्रदा की जाएगी। पूर्णदिवसीय और लम्बे पूर्णदिवसीय बालवाड़ी सेवाओं में भाग लेने वाले साझेदार किंडरगार्टनों को इसके अलावा अतिरिकत सब्सिड़ी प्रदा की जाएगी ताकि माता–पिता निम्निस्तरीय सब्सिड़ीप्राप्त स्कूल फीस का भुगता कर पाऐ ।

यह सुनिश्चित करने के लिए कि वित्त ीय कमी की वजह से किसी भ ी बच्चे को बालवाड़ी शिक्षा से वंचित ना होना पडे, ऐसे जरूरतमंद परिवारो को मौजूदा बालवाड़ी एंड चाइल्ड केयर सेंटर फी रेमिशन स्कीम के तहत फीस में छूट देना जारी रहेगा। इसके लिये यह जरूरी है कि ऐसे जरूरतमंद परिवार 'स्टूडैन्ट् फाइनैन्टस ऑकफस ऑफ वर्किंग फैम्ली' और 'स्टूडैन्ट् फाइनैन्शल असिस्टन्स ऐजन्टसी' का साधान परीक्षा पास कर सकें ।

पूछताछ हॉटलाइन : 2802 2345

बालवाड़ी शिक्षा पाठ्यक्रम गाइड

स्कूली वर्ष 2016/17 में, पाठ्यक्रम विकास काउंसिल ने बालवाड़ी शिक्षा पाठ्यक्रम गाइड प्रकाशित किया था। इस गाइड में पाठ्यक्रम उद्देश्य तथा फ्रेमवर्क, पाठ्यक्रम योजना, अध्ययन और अध्यापन एवं मूलयांकन, बच्चों की विविधता के लिए सेवाएं देना, बालवाड़ी और प्राथमिक शिक्षा के बीच तालमेल बनाने तथा अंतराफलक बनने में सुधार लाने, घ र–स्कूल में सहयोग और सामुदायिक संसाधनों का उपयोग तथा शिक्षकों का पेंविरीय विकास शामिल है। माता–पिता बच्चों के पहले शिक्षक होते हैं इसलिए सरकार माता–वपता को प्रोत्साहित करती है कि बालवाड़ी पाठ्यक्रम की बुनियादी समझ रखें ताकि वे अपने बच्चों के स्वस्थ और खुशहाल विकास के लिए स्कूल के साथ सहयोग कर सकें।

बालवाड़ी शिक्षा पाठ्यक्रम गाइड निम्नलिखित स्थान पर देखा जा सकता है:

EDB website > Education System and Policy > Kindergarten Education > About Kindergarten Education > *Kindergarten Education Curriculum Guide*

अपने बच्चे की बालवाड़ी (किंडरगार्टन) आयु में मदद करना

शिक्षण ब्यूरो

2017

सरकारी लजिस्टिक्स विभाग द्वारा मुद्रित