

## आत्मनिर्भरता



इससे पहले कि वे स्कूल शुरू करें, अपने बच्चे को इन चीजों को खुद करने के लिए सीखने में मदद करें:

- खुद से खाना
- हाथ धोना
- सुव्यवस्थित रखना
- कपड़े बदलना
- शौचालय जाना
- नाक साफ करना

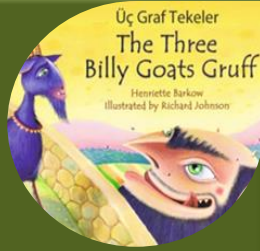
## बोलना और सुनना



स्कूल शुरू करने से पहले अगर बच्चे की भाषा विकसित है तो वो उसे स्कूल में आगे बढ़ने और प्रगति करने में मदद करेगी। जितना हो सके अपने घर में बच्चों के साथ मातृभाषा का प्रयोग करें। रोजमर्रा की चीजों के बारे में बातचीत करें और उन्हें बताएं कि वे उनके बारे में क्या सोचते हैं।

गाने, कवितायें और अन्य बोलने और सुनने वाले खेल आपके बच्चे की भाषा को विकसित करने के साथ साथ उनको बाकि बच्चों के साथ मिलजुल कर खेलना और अपनी बारी का इंतज़ार करना सिखने में भी मदद करेगा।

## कहानी वाचन



कहानी वाचन और किताबे साझा करना बच्चे की सोच और भाषा विकसित करने का बड़ा आसान और मजेदार तरीका है

तस्वीर और कहानी की पुस्तकों के लिए अप [स्थानीय निः शुल्क पुस्तकालय](#) से जुड़ें। तस्वीरों के बारे में अपने बच्चे से बात करें। उनसे सवाल पूछें जैसे "क्या आप लड़के को देख सकते हैं? वह क्या कर रहा है?"; "आप चित्र में कितने पक्षी देख सकते हैं?" "आपको क्या लगता है कि आगे क्या होगा?" अपनी मातृभाषा या अंग्रेजी का उपयोग करें। अधिक विचारों के लिए, "अपने बच्चे के साथ पढ़ना" (विभिन्न भाषाओं में [द बुकट्रस्ट](#) से मुफ्त में उपलब्ध) देखें।

## संख्या और गिनती



अपने बच्चे के साथ गिनती का अभ्यास करें। पूछें "कितने ...?" उदाहरण के लिए, "आप कितने बतख देख सकते हैं?" और एक साथ जवाब खोजने के लिए अपने बच्चे के साथ गिनती करें।

अपने आस पास संख्याओं को देखे - घरों पर, दुकानों पर, सड़क के संकेतों पर - और अपने बच्चे के साथ उनके बारे में बात करें - किसी भी भाषा में!

## विकल्प चुनना



छोटे बच्चों में अधिक आत्मविश्वास पैदा होता है जब वे क्या करना चाहते हैं, इसके बारे में उनसे चुनाव करने के लिए कहा जाता है। आप दो चीजों का एक सरल विकल्प प्रदान करके इस कार्य में मदद कर सकते हैं जैसे "क्या आप कोई खेल खेलना चाहेंगे या मेरे साथ इस कहानी को पढ़ना चाहेंगे?"

यह भोजन के समय भी काम करता है। आप "गाजर या खिरे के टुकड़े दे सकते हैं?" या पूछ सकते हैं की "क्या आप अपना खाना खत्म करने के बाद एक सेब या नारंगी पसंद करेंगे?" यह आपके बच्चे को उनके भोजन के बारे में विकल्प बनाने (प्रबंधित) में मदद करता है।

## मोटर स्किल्स



अपने बच्चे को सुरक्षा कैंची का उपयोग करने दें (अपनी देखरेख में!) या प्ले-डू, डुप्लो या बिल्डिंग ब्लॉक्स के साथ खेलें और खाना पकाने या बागवानी जैसी घरेलू गतिविधियों में शामिल हों। ये हाथ की ताकत, निपुणता और समन्वय को विकसित करने में उनकी मदद करने के शानदार तरीके हैं जिनकी उन्हें एक पेंसिल को नियंत्रित करने में आवश्यकता होगी।

अपने बच्चे को क्रेयॉन, चाक, पेंट, रेत, पानी, ब्रश आदि के साथ अपने भावों को व्यक्त करने दें।

## आईपैड, टैबलेट, फोन, ऐप



कई बच्चे टैबलेट और अन्य उपकरणों पर गेम खेलना पसंद करते हैं। सुनिश्चित करें कि आप वास्तव में जानते हैं कि आपका बच्चा क्या खेल रहा है और ऐसा करने में लगने वाले समय को सीमित करने का प्रयास करें। यह महत्वपूर्ण है कि आपके बच्चे को कई गतिविधियों का अनुभव हो, जिसमें दूसरों के साथ समय बिताना भी शामिल है। आप ऑनलाइन सुरक्षा के बारे में अधिक जानकारी [यहाँ](#) पा सकते हैं। याद रखें कि यू ट्यूब की आयु सीमा 13 वर्ष है। यू ट्यूब किड्स परिवार के अनुकूल और छोटे बच्चों के लिए अधिक उपयुक्त हैं।

## लिंक्स



बहुत सारी भाषाओं में गाने और कविताओं के लिए, [मामा लिसा](#) वेबसाइट देखें।

[यू ट्यूब किड्स](#)

[बुकट्रस्ट वेबसाइट](#) - अपने बच्चे के साथ पढ़ने के बारे में जानकारी

[द्विभाषी त्वरित सुझाव](#) - राष्ट्रीय साक्षरता ट्रस्ट (भाषाओं की एक श्रेणी में)

[0-3 और 3-5 साल के बच्चों के लिए प्रौद्योगिकी के लिए टिप्स](#)

[हैम्पशायर लाइब्रेरी](#) - निःशुल्क पुस्तकें पढ़ें और उधार लें