



CHILDREN'S  
HOME  
SOCIETY OF  
CALIFORNIA  
www.chs-ca.org

ਵਾਯੂ ਸੀਐਚਸੀ ਫੈਮਲੀ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਲਈ, ਕਰਿਪਾ ਕਰਕੇ (714) 712-7888 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਸੀਐਚਸੀ ਤਤਕਾਲ ਸਖਿਣ ਅਤੇ ਸਖਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, (888) ਸੀਐਚਐਸ-4-ਕੋਆਈਡੀਐਸ ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਫੈਮਲੀ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਪੈਡਕਾਸਟ, ਅਤੇ ਸੀਐਚਸੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਾਡੀ ਵੈਬਸਾਈਟ [www.chs-ca.org](http://www.chs-ca.org) ਤੇ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।



### Corporate Headquarters

1300 West Fourth Street  
Los Angeles, CA 90017  
(213) 240-5900  
(213) 240-5945 Fax

# ਸਕੂਲ ਦੀ ਤਿਆਰੀ

ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਫਲ ਹੋਣ ਲਈ ਹੁਨਰ ਦੇਣਾ

C H I L D R E N ' S H O M E S O C I E T Y O F C A L I F O R N I A



ਇੱਕ ਬੱਚਾ ਸਕੂਲ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੈ ਇਸ ਦਾ  
ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ? ਸਕੂਲ ਵੱਚਿ ਸਫਲਤਾ ਸਰਿਫ਼  
ਪੜ੍ਹਾਈ ਵੱਚਿ ਸਫਲਤਾ ਬਾਰੇ ਹੀ ਨਹੀ ਹੈ,  
ਲੇਕਨਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਹੁਨਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ  
ਹੈ ਤਾਂਕਿ ਉਹ ਸੱਖਿਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਸਕਣ।  
ਸਕੂਲ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ, ਅਸੀ ਬੱਚਿਆਂ  
ਦੀ ਸਕੂਲ ਵੱਚਿ ਅਤੇ ਜਦਿਗੀ ਭਰ ਸਫਲਤਾ  
ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।





ਸਕੂਲ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਲਗਭਗ ਛੇ ਸਾਲ ਤੱਕ ਬੱਚੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਪਰ ਹਰ ਬੱਚੇ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਦੀ ਇਹ ਉਮਰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਵੱਚਿ ਵਕਿਅਸ ਦੇ ਖੇਤਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਖਿਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਸਹਯੋਗ ਕਰਨ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮੂਲ ਕਾਬਲੀਅਤ (ਅੰਦਰੂਨੀ ਤਾਕਤ) ਹੈ ਅਤੇ ਅਕਾਦਮਿਕ ਕਾਬਲੀਅਤ (ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਹੁਨਰ) ਦਾ ਸੁਮੇਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਾਮਯਾਬੀ ਲਈ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।



## ★ ਮੂਲ ਕਾਬਲੀਅਤਾਂ ★

ਮੂਲ ਕਾਬਲੀਅਤਾਂ ਸਕੂਲ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਦੇ ਵਕਿਅਸ ਲਈ ਇੱਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੁਰੂਆਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਮਨ ਦੀ ਤਾਕਤ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮੂਲ ਕਾਬਲੀਅਤਾਂ ਵੱਚਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ: ਲਚਕਤਾ, ਸੰਜਮ, ਤੰਦਰੁਸਤੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਹੁਨਰ ਅਤੇ ਨਾਜੁਕ ਸੋਚ।

### ★ ਲਚਕਤਾ

ਲਚਕਤਾ ਤਣਾਅ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਹੈ। ਲਚਕਤਾ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵੱਚਿ ਅਡਜਸਟ ਹੋਣ, ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰਵੱਈਆ ਰੱਖਣ, ਖਤਰੇ ਅਤੇ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹਾਲਾਤਾਂ ਉੱਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਟੈਸਲੇਆਂ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲੈਣ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਲਚਕਤਾ ਦੇ ਵਕਿਅਸ ਲਈ ਸੁਝਾਅ:

- ਇੱਕ ਇਕਸਾਰ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਦੇ ਹਸਿਆਬ ਨਾਲ ਚੱਲੋ ਤਾਂਕਿ ਬੱਚੇ ਇਹ ਭਰੋਸਾ ਕਰਨਾ ਸਖਿਣ ਕਿ ਮਾਪੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਬਾਅਦ ਵਾਪਸ ਮੁੜ ਆਉਣਗੇ।
- ਆਪਣੇ ਉੱਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਅਜਹੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡੋ ਜਿਸ ਵੱਚਿ ਵਾਰੀ-ਵਾਰੀ ਖਲਿਅਤੀ ਖੇਡਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਲਬਲੇ ਬਣਾਉਣਾ, ਝੂਲੇ ਝੂਲਣਾ, ਸਲਾਈਡਜ਼ ਤੇ ਹੇਠਾਂ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਫੁਟਬਾਲ ਜਾਂ ਬਾਸਕਟਬਾਲ ਖੇਡਣਾ।
- ਆਤਮ ਸਨਮਾਨ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਅਜਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਬਣਾਓ ਜਿਸ ਵੱਚਿ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬਹੁਤ ਚੰਗਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਬਣਾਉਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਖੋਜ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ।

### ★ ਸੰਜਮ

ਸੰਜਮ ਇੱਛਾਵਾਂ, ਵਹਿਾਰ ਅਤੇ ਜਜਬਾਤਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸੰਭਾਲਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਹੈ। ਸੰਜਮ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਸੁਝਾਅ:

- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹੌਲੇ ਹੋਣ ਅਤੇ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਕੇ ਤਣਾਅ ਅਤੇ ਉਤਾਰ-ਚੜਾਅ ਨਾਲ ਨਜਨਿਣਾ ਸਖਿਅਉਣ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰੋ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ "1 ਯੋਜਨਾ" ਬਣਾ ਕੇ ਦੱਚਿ ਜੋ ਉਹ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। "ਰੁਕੋ, ਸਾਹ ਲਓ, ਅੱਗੇ ਵਧੋ"।
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸੋਚੋਬਾਜ਼ੀ ਅਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ ਸਖਿਅਓ।
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਸਾਫ਼ ਆਪਣੀਆਂ ਉਮੀਦਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ ਤਾਂਕਿ ਉਹ ਆਪ ਚੁਣ ਸਕਣ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, "ਮੈਂ ਵੇਖਿਆ ਤੁਸੀਂ ਕੁਰਸੀ ਠੁੱਡੇ ਮਾਰ ਰਹੇ ਹੋ।" "ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤੁਸੀਂ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਠੁੱਡੇ ਮਾਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬਾਹਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਬਾਲ ਨੂੰ ਠੁੱਡੇ ਮਾਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।"

### ★ ਤੰਦਰੁਸਤੀ

ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਚੰਗੀ ਮਾਨਸਕਿ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸਹਿਤ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਆਤਮ ਸਨਮਾਨ ਦਾ ਵਕਿਅਸ ਹੈ ਜਿਸ ਵੱਚਿ ਮਕਸਦ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ ਕੁਝ ਸੁਝਾਅ:

- ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਪੂਰਾ ਪਰਵਿਾਰ ਇੱਕ ਵਾਰ ਰੋਟੀ ਮਲਿ ਕੇ ਖਾਏ ਤਾਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਵਚਿਾਰ, ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਚਿਤਾਵਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰ ਸਕੋ।
- ਮਲਿ ਕੇ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਦੀ ਭੋਜਨ ਯੋਜਨਾ ਅਤੇ ਰਾਸਨ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ।
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ ਸਖਿਅਓ (ਤੰਦਰੁਸਤ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਕੱਪੜੇ ਪਹਨਿਣਾ, ਆਪਣੇ ਸਮਾਨ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ, ਟਾਇਲਟ ਦੀਆਂ ਜਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸੁਤੰਤਰ ਤੌਰ ਸੰਭਾਲਣਾ ਆਦਿ)।

### ★ ਸਮਾਜਿਕ ਹੁਨਰ

ਸਮਾਜਿਕ ਹੁਨਰ ਵੱਚਿ ਹੋਰਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ, ਮਜ਼ਬੂਤ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਮੋਹ, ਲੜਾਈਆਂ ਸੁਲਝਾਉਣਾ, ਈਮਾਨਦਾਰ ਬਣਨਾ, ਇੱਕਜੁਟਤਾ ਵਖਿਅਉਣਾ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਵਖਿਅਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲਿ ਹੈ। ਸਮਾਜਿਕ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਝਾਅ:

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜਜਬਾਤ ਨੂੰ ਨਾਮ ਦੇਣ ਅਤੇ ਉਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਉਸਦੀ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ।
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਵੱਚਿ ਇਕੱਠੇ ਖੇਡਣ ਲਈ ਮੈਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਬੋਰਡ ਗੇਮਜ਼, ਬਾਹਰੀ ਖੇਡ, ਸੰਗੀਤਕ ਗਤੀਵਧੀਆਂ ਕੰਮ ਅਤੇ ਨਾਟਕੀ ਖੇਡ।
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਯਿਮਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉਣ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦੱਚਿ ਜਸਿਦੀ ਹਰ ਕੋਈ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

### ★ ਨਾਜੁਕ ਸੋਚ

ਨਾਜੁਕ ਸੋਚ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ, ਟੀਚੇ ਸੈਟ ਕਰਨ, ਹਾਲਾਤ ਵੱਚਿ ਕਾਰਨ ਅਤੇ ਤਰਕ ਲਾਗੂ ਕਰਨ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਵਸਿਲੇਸੁਣ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਸਰਿਜਣਾਤਮਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸੋਚਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਹੈ। ਨਾਜੁਕ ਸੋਚ ਨੂੰ ਪ੍ਰਫੁੱਲਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਝਾਅ:

- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਖੁਲਾਸੇ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ: ਤੁਹਾਡੇ ਬਲਾਕ ਕਉ ਗਚਿ? ਤੁਸੀਂ ਦੁੱਧ ਕਉ ਡੋਲਆ? ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅੱਗੇ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੱਚਿ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗੱਤੇ ਦੇ ਬਕਸੇ, ਕਾਗਜ਼, ਖਾਲੀ ਟਸਿ ਦੇ ਬਕਸੇ, ਮੋਮ ਦੇ ਰੰਗ, ਕੈਚਿ, ਅਤੇ ਟੇਪ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਨਾਲ ਬੁੱਤ, ਵਾਹਨ, ਫਗਿਰ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਮੰਜੂਰੀ ਦੱਚਿ।
- ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਾ ਇੱਕ ਨਕਸ਼ਾ ਖਚਿ ਅਤੇ ਹਰ ਕਮਰੇ ਵੱਚਿ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਨਾਂ ਦੱਚਿ।

ਅਕਾਦਮਿਕ ਕਾਬਲੀਅਤ ਵਿਚ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸਾਖਰਤਾ, ਹਸਿਬ, ਰਚਨਾਤਮਕ ਕਲਾ, ਸਾਇੰਸ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਵਗਿਆਨ ਸ਼ਾਮਲਿ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।



ਜਦੋਂ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਰੋਜ਼ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲਿ ਕਰੋ ਜੋ ਉਸਨੂੰ ਕੁਝ ਸਖਿਅੁਦੇ ਅਤੇ ਆਤਮ-ਨਰਿਭਰ ਬਣਾਉਦੇ ਹਨ: ਪਕਾਉਣਾ, ਕੱਪੜੇ ਧੋਣਾ, ਮੇਜ਼ ਸੈਟ ਕਰਨਾ, ਬਗੀਚਾ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਸੈਰ ਲਈ ਜਾਣਾ।

★ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸਾਖਰਤਾ

ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸਾਖਰਤਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਘਰ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਸੁਣਨ, ਬੋਲਣ, ਪੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਲਿਖਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਹੈ। ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸਾਖਰਤਾ ਦੇ ਹੁਨਰ ਦੇ ਵਕਿਸ ਲਈ ਸੁਝਾਅ:

- ਗੀਤ ਅਤੇ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਗਾਓ।
- ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ ਸਪੀ ਅਤੇ ਫਰਿ ਪੁੱਠੇ ਕ੍ਰਮ ਵਿਚ ਸੁਣਾਓ।
- ਇੱਕ ਕਤਿਬ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਲ ਤਸਵੀਰ ਦੇ ਨਾਂ ਦੱਸੋ।
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਪਹਲਿ ਅਤੇ ਆਖਰੀ ਨਾਮ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ ਸਖਿਅੋ। ਪਹਲਿ ਨਾਮ ਲਿਖਣ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਸੁਰੂ ਕਰੋ।



★ ਸਾਇੰਸ

ਸਾਇੰਸ ਵਿਚ ਕਾਰਨ ਅਤੇ ਪਰਭਾਵ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ, ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਪੜਤਾਲ, ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣਾ, ਅਤੇ ਭਵਿਖਵਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਵਗਿਆਨ ਦੇ ਹੁਨਰ ਦੇ ਵਕਿਸ ਲਈ ਸੁਝਾਅ:

- ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸੰਤੁਲਨ ਨੂੰ ਵਗਿਤ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਜਮਾ ਕੇ ਵੇਖੋ (ਅਖਾਂ ਖੋਲ ਕੇ ਬਨਾਮ ਬੰਦ ਕਰਕੇ, ਖੱਬੇ ਪੈਰ ਬਨਾਮ ਸੱਜੇ ਪੈਰ ਤੇ ਖਲੋਣਾ ਆਦਿ)।
- ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛੋ: ਧਰਤੀ ਉੱਤੇ ਮੀਰ ਨਾਲ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ਪੱਤੇ ਭੂਰੇ ਜਾਂ ਹਰੇ ਕਉ ਹਨ? ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੈਦੇ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਨਹੀ ਦੇਵੋਗੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?
- ਕੁਦਰਤੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਅਤੇ ਪਛਾਣ ਕਰੋ ਜਵਿ ਕੀ ਪਥਰ, ਪੱਤੇ, ਪੈਦੇ, ਫੁੱਲ, ਰੁੱਖ, ਸਪੀਆਂ, ਰੇਤ, ਪਾਣੀ, ਅਤੇ ਕੀੜੇ।

★ ਹਸਿਬ

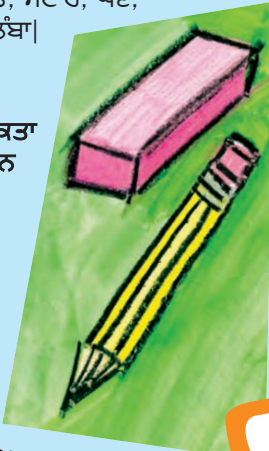
ਹਸਿਬ ਵਿਚ ਨੰਬਰਾਂ, ਆਕਾਰਾਂ, ਪੈਟਰਨਾਂ, ਅਤੇ ਬਣਾਵਟ ਦੀ ਪਛਾਣ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਗਣਿਤੀ ਕਰਨ ਯੋਗ ਹੋਣਾ, ਸਮਾਨ ਦੇ ਮਾਤਰਾ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਉਣਾ, ਮਾਪਣਾ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਸਪਿਾਂਤ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਾ। ਗਣਿਤ ਸਖਿਣ ਲਈ ਸੁਝਾਅ:

- ਚੀਜ਼ਾਂ ਗਣਿ (10 ਜ ਵੱਧ)।
- ਯਾਦਾਸ਼ਤ ਜਾਂ ਮੇਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਖੇਡ ਖੇਡੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ -ਕੱਪੜੇ ਅੱਡ-ਅੱਡ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਜੁਰਾਬਾਂ ਮੈਚ ਕਰਨੀਆਂ ਜਾਂ ਭਾਂਡੇ ਰੱਖਣੇ।
- ਬਣਾਵਟ ਅਤੇ ਸਾਈਜ਼ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨੀ: ਗੋਲਾਕਾਰ, ਵਰਗ, ਚਤੁਰਭੁਜ, ਤਕਿਣ, ਅੰਡਾਕਾਰ, ਡਾਇਮੰਡ, ਸਟਾਰ, ਘਣ, ਪ੍ਰਜਿਮ, ਸਲਿੰਡਰ, ਵੱਡਾ, ਛੋਟਾ ਅਤੇ ਲੱਬਾ।

★ ਸਰਿਜਣਾਤਮਕ ਕਲਾ

ਸਰਿਜਣਾਤਮਕ ਕਲਾ ਵਿਚ ਸਰਿਜਣਾਤਮਕਤਾ ਜਾਹਰ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਢੰਗ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜਵਿ ਕੀ ਡਰਾਇੰਗ, ਪੇਟਗਿ, ਬੁੱਤ ਕਲਾ, ਕਹਾਣੀਆਂ ਬਣਾਉਣਾ, ਗਾਉਣਾ, ਨਚਣਾ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤ ਬਣਾਉਣਾ। ਸਰਿਜਣਾਤਮਕ ਕਲਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਝਾਅ:

- ਕਠਪੁਤਲੀਆਂ ਜਾਂ ਗੁੱਡੇ-ਗੁੱਡੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ ਦੱਸੋ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਰੁਚੀ(ਰੇਲ ਗੱਡੀ, ਕੁਦਰਤ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰ ਆਦਿ)ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕੋਈ ਇੱਕ ਗੀਤ ਅਤੇ ਡਾਂਸ ਤਿਆਰ ਕਰੋ।
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਣ ਲਈ ਪਾਣੀ ਵਾਲੇ ਰੰਗ, ਮੇਮ ਵਾਲੇ ਰੰਗ, ਮਾਰਕਰ ਅਤੇ ਪੇਟ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਓ।



★ ਸੋਸਲ ਸਟੱਡੀਜ਼

ਸੋਸਲ ਸਟੱਡੀਜ਼ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹੋਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਮਾਜਕ ਸਖਿਆ ਦੇ ਵਕਿਸ ਲਈ ਸੁਝਾਅ :

- ਪੁਲਸਿ ਸਟੇਸ਼ਨ, ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ, ਫ਼ਾਇਰ ਵਭਿਗ, ਸੀਨੀਅਰ ਨਾਗਰਕਿ ਦੇ ਸੈਟਰ, ਬੈਂਕ, ਪੋਸਟਆਫ਼ਿਸ ਆਦਿ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀ ਜੇ ਵੇਖਦੇ ਹੋ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ਹੋਰ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਫ਼ਰਕ ਅਤੇ ਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰੋ-ਵੱਖ ਵੱਖ ਰੇਸਤਰਾਂ ਵਿਚ ਜਾਓ, ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰਵਿਜਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਮਊਨਟਿ ਵਿਚ ਵੱਖ ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣੋ।
- ਸਥਾਨਕ ਸੀਨੀਅਰ ਸੈਟਰ ਜਾਂ ਦੂਰ ਸਹਰਿਾਂ ਜਾਂ ਵਦਿਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਰਹਣਿ ਵਾਲੇ ਦੇਸਤਾਂ ਲਈ ਕਾਰਡ ਬਣਾਉ।

ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਉਪਹਾਰ ਤੁਹਾਡਾ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਜਾਂ ਸਾਂਝੇ ਸੈਕਾਂ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਹੋਏ ਗੁਜ਼ਰਿਆ ਸਮਾਂ ਵਧੀਆ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਦਾ ਉਪਹਾਰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦਖਿਉਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸੁਰੱਖਿਤ, ਪਖਿਆਰਾ ਅਤੇ ਕੁੱਝ ਸਖਿਣ ਯੋਗ ਹੈ।