

# مل کر تعلیم کے لیے تیار ہونا

کیا آپ کا بچہ عنقریب سکول شروع کر رہا ہے؟ یہاں آپ کے بچے کو تعلیم کے لیے تیار کرنے میں مدد دینے والی کچھ تجاویز دی جا رہی ہیں۔



مل کر بچوں کو سہارا دینا۔۔۔  
جلد آغاز!

جو بچے سکول کے آغاز کے وقت خودمختار ہوں اور اپنا خیال خود رکھ سکتے ہوں، وہ تعلیم کے آغاز کے لیے تیار ہوتے ہیں۔

سکول کا لباس شروع میں عجیب محسوس ہو سکتا ہے۔ بچوں کو اپنے سکول کے کپڑے پہننے کی مشق کرنے دیں تاکہ وہ:

- قمیض، شارٹس، ڈریس اور جوتوں کے احساس کے عادی ہو جائیں
- ان کپڑوں میں حرکت کرنا، بھاگنا، بیٹھنا اور کھیلنا سیکھ لیں۔

خودمختار بننے کے لیے، بچوں کو اپنا لباس خود پہننے کے قابل ہونا چاہیے۔ انہیں جوتے پہننے، جیکٹ کی زپ بند کرنے اور بٹن بند کرنے کے قابل ہونا چاہیے۔

سکول کا لباس عجیب محسوس ہو سکتا ہے۔



## صبح تیار ہونا۔

تیاری کے معمول کی ڈرائنگز بنائیں



اپنے بچے کو یہ یاد رکھنے میں مدد دیں کہ روزانہ سکول کے لیے تیار ہوتے ہوئے کیا کرنا ہو گا:

- تصویری استعمال کریں یا ہر مرحلے کی ڈرائنگ بنا کر بچے کو ایک تصویری پلان مہیا کریں جس پر وہ عمل کر سکے۔
- سکول کے ہر دن پر تصویری پلان کو پڑھیں اور اس کے مطابق چلنا بچے پر چھوڑ دیں۔

گھر میں آپ "سکول کا ڈراما" کھیل سکتے ہیں اور کپڑے بدل کر تیار ہونے، سکول جانے اور دوسرے ایسے کاموں کے معمول کا ڈراما کر سکتے ہیں۔

## اپنے بچے کو سیکھنے کے لیے تیار ہونے میں مدد دیں۔

یہ وسیلہ Learn to Play \_ Play to Learn سلسلے کی ایک کڑی ہے جس میں گھر میں یا گھر کے آس پاس ایسے کم قیمت اور مفت کاموں کی تجاویز شامل ہیں جنہیں سب لوگ کر سکتے ہیں۔ یہ سلسلہ شروع میں اساتذہ اور EarlyEd کے تھراپسٹس نے Start Strong Pathways, NSW ڈیپارٹمنٹ آف ایجوکیشن کی فنڈنگ کے ذریعے ہماری کمیونٹی کے اشتراک سے تیار کیا تھا۔ تراجم کے لیے مالی وسائل Multicultural NSW Innovation Grant 2022 کے تحت دیے گئے ہیں۔



## سکول بیگ پیک کرنا اتنا آسان نہیں ہوتا۔



سکول بیگ کو پیک کرنا اور اس کی زپ بند کرنا مشکل ہوتا ہے، خاص طور پر جب یہ کھوٹی پر لٹک رہا ہو یا چیزوں سے بھرا ہوا ہو۔ بچے کو اس مشق کے ذریعے مدد دیں:

- زپ بند کرنے کا آسان ترین طریقہ تلاش کریں۔ کیا کھوٹی پر لٹکتے ہوئے بیگ کی زپ بند کرنا زیادہ آسان ہے یا زمین پر رکھے بیگ کی؟
- اپنے بچے کو سکھائیں کہ بیگ کی زپ بند کرتے ہوئے اپنے لیے یہ مراحل بولے:
  - اپنی ساری چیزوں کو اندر دھکیلیں۔
  - ایک ہاتھ سے وزن ڈال کر بیگ کو ایک طرف سے نیچا کریں۔
  - دوسرے ہاتھ سے آہستہ سے زپ کو اوپر اور آگے کھینچیں۔

## لنچ باکس کو استعمال کرنا



لنچ باکس استعمال کرنا مشکل ہو سکتا ہے

لنچ کے وقت کو ایک آسان، پریشانی سے پاک سکول کا معمول بنانے میں مدد دیں۔ اپنے بچے کو لنچ باکس کے استعمال کی مشق کرنے کے مواقع دیں۔ بچے ان چیزوں کی مشق کرے:

- لنچ باکس کھولنا اور اسے اپنی گود میں درست توازن کے ساتھ رکھنا
- باکس میں رکھی چیزوں کو کھولنا اور استعمال کرنا جیسے مختلف پیکٹ، یوگرٹ کٹینر، سنیک بار کھولنا اور کیلے چھیلنا۔

مختلف ڈبے آزما کر دیکھیں کہ کونسا ڈبا آپ کے بچے کے لیے مناسب ہے یا اسے پسند آتا ہے۔ ان سب کاموں کے لیے بچے کو اپنی انگلیوں سے کام لینے کی مہارت، حرکتوں کی پلاننگ، ربط اور طاقت استعمال کرنی پڑتی ہے!

## میں اپنا بیگ کیسے ڈھونڈوں؟

سارے بیگز ایک جیسے  
لگتے ہیں



اپنے بچوں کو ان کی چیزیں تلاش کرنے میں مدد دیں:

- ہر چیز پر نام کا لیبل لگائیں۔ بچے کو اپنا نام پہچاننا سکھائیں تاکہ وہ اپنی چیزیں تلاش کر سکے۔
- بچے کے بیگ پر ربن یا ٹیگ جیسی کوئی بڑی اور نمایاں چیز لگائیں تاکہ بچہ اسے آسانی سے تلاش کر سکے۔ یہ بچے کی پسند کی کوئی چیز یا آپ دونوں کی مل کر بنائی ہوئی کوئی خاص چیز ہو سکتی ہے۔ پھر بیگ تلاش کرنے کی مشق کریں۔

## بیگ پیک اٹھانے کا عادی بننا

اگر بچہ اپنی پشت پر بیگ پیک نہ سنبھال سکتا ہو یا اسے یہ مشکل لگتا ہو تو وہ اسے نہیں اٹھائے گا۔

بچے کو سیکھنا ہو گا کہ وہ کیسے خودمختار بنے گا اور خود بیگ اٹھائے گا۔ اپنے بچوں کے ساتھ بیگ پیک پہننے اور اٹھائے رکھنے کی مشق کریں۔ اس بارے میں بات کریں کہ دونوں کندھوں کے سٹریپس استعمال کرتے ہوئے بیگ پیک کو کیسے پہنا جائے۔

ضروری ہے کہ بچے جسم سیدھا رکھتے ہوئے چل سکیں اور زیادہ آگے کو نہ جھکیں۔ وزن کو بانٹنے کے لیے بیگ کی سب جیبوں میں چیزیں بانٹ کر رکھیں اور زیادہ بھاری چیز کو بچے کی کمر کے قریب رکھیں۔