

உங்கள் பிள்ளை
விரைவில்
பள்ளிக்குச்
செல்லவுள்ளாரா?
இதற்குத்
தயாராவதற்கான
சில ஆலோசனைகள்

ஒன்றாகச் சேர்ந்து கற்றுக்கொள்ளத் தயாராகுதல்



Together supporting
children... Starting early!



பள்ளி செல்லத் தொடங்கும்போது தங்களைத் தாங்களே சுயமாக கவனித்துக் கொள்ளக்கூடிய பிள்ளைகள், கற்றுக்கொள்ளத் தயாராக உள்ளனர்.

பள்ளி உடைகள் அசௌகரியமாக இருக்கக்கூடும்



பள்ளி செல்லத் தொடங்கும்முன், பள்ளி ஆடைகளை சில முறை அணிந்து பார்ப்பதன் மூலம் உங்கள் பிள்ளைக்கு பின்வரும் நன்மைகள் கிடைக்கும்:

- வெவ்வேறு shirts, shorts, ஆடைகள் மற்றும் காலணிகளுக்கு தம்மைப் பழக்கப்படுத்திக்கொள்ள முடியும்
- அவற்றுடன் எப்படி நடப்பது, ஓடுவது, உட்காருவது மற்றும் விளையாடுவது என்பதைக் கற்றுக்கொள்ள முடியும்.

Jackets-க்கான zip-ஐப் போடுவது மற்றும் buttons- ஐப் பூட்டுவது போன்ற செயற்பாடுகளை சுயமாகச் செய்வதன் மூலம், உங்கள் பிள்ளையால் சுதந்திரமாக இயங்க முடியும்.

தயாராவதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதை நினைவில் வைத்துக்கொள்ள உங்கள் பிள்ளைக்கு உதவுதல்:

- படங்களைப் பயன்படுத்துங்கள் அல்லது ஒவ்வொரு படிமுறையையும் வரைவதன் மூலம், அவர்கள் பின்பற்றவேண்டிய ஒரு காட்சித் திட்டத்தை உருவாக்குங்கள்.
- ஒவ்வொரு பள்ளி நாளிலும் காட்சித் திட்டத்தைப் படித்து, அவர்கள் அதைத் தொடர்ந்து பின்பற்றச் செய்யுங்கள்.

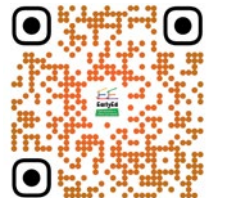
வீட்டிலே பள்ளி ஆடை அணிந்து, வழக்கமாகச் செய்யக்கூடிய பிற விடயங்களைச் செய்து, பள்ளிக்குச் செல்வது போல உங்கள் பிள்ளையுடன் நடத்து விளையாடலாம்.

காலையில் தயாராகுதல் வழக்கமான செயற்பாடுகளின் படங்களை வரையவும்



உங்கள் பிள்ளை கற்றுக்கொள்ளத் தயாராக இருப்பதற்கு உதவுதல்

இந்த தகவலேடு Learn to Play – Play to Learn என்ற தொடரின் நீட்சியாகும். இது மலிவான அல்லது இலவசமான மற்றும் வீட்டில் அல்லது உங்கள் சுற்றுப்புறத்தில் செய்யக்கூடிய, அனைவரையும் உள்ளடக்கிய செயல்பாடுகளுக்கான யோசனைகளை வழங்குகிறது. NSW கல்வித் துறையின் நிதியுதவியான Start Strong Pathways ஊடாக, எமது சமூகத்துடன் இணைந்து, EarlyEd ஆசிரியர்கள் மற்றும் சிகிச்சையாளர்களால் இந்தத் தொடர் முதலில் உருவாக்கப்பட்டது. City of Parramatta 2023 Community Capacity Building Grant மூலம் மொழிபெயர்ப்புகளுக்கு நிதியுதவியளிக்கப்பட்டது.



பள்ளிப் பையை தயார் செய்வது அவ்வளவு சுலபம் இல்லை



பள்ளிப் பையை தயார் செய்து அதன் zip-ஐ மூடுவது கடினம். குறிப்பாக அது கொக்கியொன்றில் தொங்கும்போது அல்லது பொருட்கள் நிறைந்திருக்கும் போது மூடுவது கடினம் முன்சூட்டியே பயிற்சி செய்வதன் மூலம் உங்கள் பிள்ளை பின்வருவனவற்றைக் கற்றுக்கொள்ள உதவுங்கள்:

- Zip-ஐ மூடுவதற்கு இலகுவான வழியைக் கண்டறிய உதவுதல். குறிப்பாக அது கொக்கியில் தொங்கும்போது அல்லது தரையில் இருக்கும்போது எளிதாக இருக்கிறது என்பதை கண்டறிதல்
- பையின் zip-ஐ மூடும்போது பின்வரும் படிமுறைகளை தமக்குத் தாமே சொல்லிக்கொள்ள பழக்குங்கள்:
 - எல்லா பொருட்களையும் உள்ளே தள்ளவும்.
 - பையின் பக்கத்தை ஒரு கையால் பிடித்துக் கொள்ளவும்.
 - மறு கையைப் பயன்படுத்தி zip-ஐ மெதுவாக மேலே இழுக்கவும்.

மதிய உணவுப் பெட்டிகளைப் பயன்படுத்துவது கடினமாக இருக்கலாம்:

பள்ளியில் மதிய உணவு நேரத்தை எளிதான, மன அழுத்தம் இல்லாத நடைமுறையாக மாற்ற உதவுங்கள். உங்கள் பிள்ளைக்கு அவர்களின் மதிய உணவுப் பெட்டியைப் பயன்படுத்தி பயிற்சி செய்ய வாய்ப்பு கொடுங்கள். பின்வருமாறு பயிற்சி வழங்கலாம்:

- பெட்டியைத் திறந்து தங்கள் மடியில் அதனை வைத்து சமநிலைப்படுத்துதல்
- உள்ளே உள்ள பொருட்களை கையாளுதல். குறிப்பாக packets, yoghurt பெட்டிகள், snack bars போன்றவற்றைத் திறப்பது மற்றும் வாழைப்பழங்களை உரிப்பது போன்றவை. உங்கள் பிள்ளைக்கு எது பொருத்தமானது அல்லது அவர்கள் விரும்பும் வகை எது என்பதைக் கண்டறிய, வெவ்வேறு பெட்டிகளை முயற்சிக்கவும். இந்தப் பயிற்சிகள் அனைத்திற்கும் பிள்ளைகள் தங்கள் உடலியக்க மற்றும் நுண்ணியக்கத் திறன்கள், ஒருங்கிணைப்பு மற்றும் வலிமையைப் பயன்படுத்த வேண்டும்!

மதிய உணவுப் பெட்டியைக் கையாளுதல்



எனது பையை எப்படி கண்டுபிடிப்பது? அவை அனைத்தும் ஒரே மாதிரியானவை.

உங்கள் பிள்ளை தனது உடைமைகளைக் கண்டறிய உதவுங்கள்:

- எல்லாவற்றின் மேலும் பெயரிடுங்கள். உங்கள் பிள்ளையின் பெயரை அடையாளம் காண உதவுவதன்மூலம் அவர்கள் தங்கள் பொருட்களைக் கண்டுபிடிக்க முடியும்.
- ரிப்பன் அல்லது tag போன்ற பெரிய மற்றும் எளிதாகத் தெரியக்கூடிய ஒன்றை அவர்களின் பையில் இணைப்பதன் மூலம் அவர்களால் அதை இலகுவாகக் கண்டுபிடிக்க முடியும்.

இது அவர்கள் விரும்பும் விடயமாக இருக்கலாம் அல்லது நீங்கள் விசேடமாகச் செய்த ஒன்றாக இருக்கலாம். பின்னர் பையை கண்டுபிடிக்க பயிற்சி கொடுங்கள்.

Backpack- ஐ சுமந்து செல்லப் பழகிக் கொள்ளுதல்.
ஒரு பிள்ளையால் தனது முதுகில் ஒரு backpack- ஐ அணிய முடியாவிட்டால், அல்லது அது அசௌகரியமாக இருந்தால், அவர் அதை எடுத்துச் செல்ல மாட்டார். சுயமாக இயங்குவது எப்படி என்பதை அவர்கள் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும் மற்றும் அதை தாங்களாகவே சுமந்து செல்ல வேண்டும்.

உங்கள் பிள்ளை தனது முதுகில் ஒரு backpack- ஐ அணிவதற்கும் அதைச் சுமப்பதற்கும் பயிற்சி கொடுங்கள். இரண்டு தோள்பட்டைகளையும் பயன்படுத்தி அதை எப்படி அணிவது என்று பேசுங்கள். பிள்ளைகள் அதிகளவு முன்னோக்கி சாயாமல் நிமிர்ந்து நடக்க வேண்டும். பையின் அனைத்துப் பகுதிகளிலும் சுமை சமமாகச் செல்லுமாறு அதனை தயார் செய்வதுடன், அதிக எடையுள்ள பொருள் அவர்களது முதுகிற்கு அருகில் இருக்குமாறு வைப்புகள்.

உங்கள் backpack-ஐ அணிந்து பயிற்சி செய்யுங்கள்

