میرا بچہ سکول شروع کر رہا ہے

والدین اور سنبھالنے والوں کیلئے رہنمائی

" کھیل تحقیق کی اعلی ترین صورت ہے۔"

— Albert Einstein

"بچوں کو یہ تربیت دینا ضروری ہے کہ وہ کیسے سوچیں، یہ نہیں کہ وہ کیا سوچیں۔"

— Margaret Mead

connect
Children and Families

TRANSITION TO SCHOOL

Urdu

'My child is starting school – a guide for parents and caregivers': NAATI accredited translation

میرا بچہ سکول شروع کر رہا ہے

سکول کا آغاز

تو آپ کا بچہ سکول شروع کر رہا ہے، جو ایک بہت خوش کن سنگ میل ہے۔ آپ کے بچے اور خاندان کو نئی صورتحال کا عادی ہونے میں وقت لگ سکتا ہے۔

یہاں ایک اچھے آغاز میں مدد کیلئے کچھ تجاویز دی جا رہی ہیں:

- گھر کے معمولات ایسے بنائیں کہ بچے کو دن میں آئندہ ہونے والے واقعات کا علم ہو اور ماحول پرسکون رہے
- اپنے بچے کے ساتھ بات چیت کا سلسلہ کھلا رکھیں
- روزانہ گھنٹی بجنے سے پہلے سکول پہنچیں
- اپنے بچے کے ساتھ روزانہ بات کریں کہ وہ گھر کیسے آئے گا
- بچے کے استاد کے ساتھ تعلقات بنائیں۔

اپنے بچے کے سکول سے واقفیت حاصل کریں

ہر سکول کا ماحول منفرد ہوتا ہے۔

اچھا ہو گا کہ آپ:

- سکول کے آغاز، تعارف اور معلومات کے سیشنوں میں جائیں
- سکول کا ویب سائیٹ دیکھیں یا نیوز لیٹر کی رکنیت حاصل کریں۔
- سکول کے سوشل میڈیا پیجز کو فالو کریں۔
- پرنسپل سے ملیں یا سکول کے دفتر میں عملے سے معلومات طلب کریں
- دوسرے والدین کے ساتھ تعلق پیدا کریں جن کے بچے اسی سکول میں ہیں۔

پڑھنا

پڑھنے کی اہلیت سیکھنے کیلئے ایک اہم بنیاد ہے۔ باتیں کرنے اور الفاظ کی آوازوں کی آگاہی سے پڑھنے میں کامیابی کے سلسلے میں ایک مضبوط بنیاد میسّر آتی ہے۔

اپنے بچے کے ساتھ باقاعدگی سے پڑھیں، ہم قافیہ الفاظ اور تصویریں بنائیں، گائیں، باتیں سنیں اور باتیں کریں۔ اس طرح پڑھنے کی وہ مہارتیں حاصل ہوتی ہیں جو معلومات کو سمجھنے اور اپنے خیالات دوسروں تک پہنچانے کیلئے ضروری ہیں۔

اگر انگلش آپ کی اولین زبان نہیں ہے تو اپنی مضبوط ترین زبان کے ساتھ ساتھ انگلش کا استعمال بھی جاری رکھیں تاکہ آپ کی کثیر اللّسانی مہارتوں کو فروغ ملے اور آپ کی تہذیبی شناخت برقرار رہے۔

حساب

حساب ہمارے ارد گرد ہر جگہ ہے اور ساری زندگی استعمال ہوتا ہے۔ آپ کا بچہ کسی پکوان کے اجزا تولتے ہوئے، گن گن کر سیڑھیاں چڑھتے ہوئے، مختلف بٹن الگ الگ کرتے ہوئے یا جرابوں کے جوڑے ملاتے ہوئے حساب سے کام لیتا ہے۔

جب بچے بلاکس یا ڈبوں سے کھیلتے ہیں، وہ جسامت، شکل اور گنجائش کے بارے میں 'حساب کی بنیاد پر' سوچتے ہیں۔

چیزوں کے محل وقوع کے بارے میں بات کریں جیسے پیچھے، برابر میں اور اوپر، اور پوچھیں 'یہ کتنے ہیں؟' 'کس طرف کو؟' یا 'کیا یہ کافی ہے؟'

دوستیاں

آپ کے بچے کو دوست بنانا مشکل لگ سکتا ہے۔ آپ اپنے بچے کو اس بارے میں سوچنے کی ترغیب دے کر اس کی مدد کر سکتے ہیں کہ کونسے کھیل کھیلے جا سکتے ہیں، کہاں کھیلے جا سکتے ہیں اور دوسروں کو کیسے شامل کیا جا سکتا ہے۔

آپ کا بچہ آپ کو دیکھ کر یہ مہارتیں پیدا کرے گا - کہ آپ کس طرح گفتگو شروع کرتے ہیں، معاملات سے نبٹتے ہیں اور دوسروں کا نقطۂ نظر قبول کرتے ہیں۔

کھیل کیلئے حوصلہ افزائی سے آپ کے بچے کو چہرے اور جسمانی تاثرات 'پڑھنے' کے مواقع ملتے ہیں اور اس طرح اس کی سوشل صلاحیتیں بڑھتی ہیں۔

جذبات کو سنبھالنا

سکول شروع کرنے پر آپ کے بچے میں بہت سے مختلف جذبات پیدا ہو سکتے ہیں اور یہ سمجھنے میں بہت وقت لگ سکتا ہے کہ ان جذبات کو کیسے سنبھالا جائے۔ بچے کے جذبات کو سن کر، ان کا اقرار کر کے اور قبول کر کے اسے سہارا دیں۔

اپنے بچے کو ان جذبات کو نام دینے میں مدد دیں اور اگر ضرورت ہو تو جذبات کو سنبھالنے کے مناسب طریقے دریافت کرنے میں مدد دیں۔ آپ کا بچہ اپنے اردگرد کے لوگوں کو دیکھ کر اپنے جذبات کو سنبھالنا سیکھے گا۔

سیکھنے کے اچھے رویّے

۱۔ اپنی دلچسپی کی چیزیں دریافت کرنا

آپ کا بچہ دلچسپی رکھنے، سوالات پوچھنے اور امکانات کی جستجو کے ذریعے سیکھتا ہے۔ اس طرح اسے تخلیقی کام کرنے اور شریک ہونے میں مدد ملتی ہے۔

۲۔ مسائل حل کرنا

مستقل مزاجی سے سرگرمیاں کرنے کیلئے اپنے بچے کی حوصلہ افزائی کریں، تب بھی جب ایسا کرنا پیچیدہ ہو۔۔ آپ بچے کو مسائل حل کرنے کیلئے خود اپنے طور پر طریقے سوچنے میں مدد دے سکتے ہیں۔

۳۔ کوششوں کا اعتراف کریں

جب آپ اپنے بچے کو کوشش کرتے ہوئے دیکھیں تو اس کا اعتراف کریں خواہ نتیجہ کچھ بھی ہو۔

اپنی مدد آپ کی مہارتیں

سکول میں آپ کے بچے کی خودمختاری بڑھے گی۔ آپ بچے کو چھوٹے، قابل حصول کام سونپ کر اس کا اعتماد بڑھا سکتے ہیں جیسے:

- دھلے کپڑے تہ کرنا
- کپڑے پہننا
- اپنا لنچ باکس کھولنا اور بند کرنا
- چیزیں سمیٹ کر رکھنا۔

اگر کام بچے کیلئے زیادہ مشکل ثابت ہو تو مدد کی پیش کش کریں اور یقینی بنائیں کہ آپ کا بچہ جانتا ہے کہ وہ استاد یا کسی طالبعلم سے مدد مانگ سکتا ہے۔

حرکات میں ربط بڑھانا

جسمانی مہارتوں سے آپ کے بچے کو سکول میں کھیلنے اور سیکھنے میں مدد ملتی ہے۔ بڑے اعضا کی حرکتیں جنہیں 'gross motor' مہارتیں کہتے ہیں، چڑھنے، گیند پھینکنے یا پکڑنے میں استعمال ہوتی ہیں۔ ان سے آئندہ انگلیوں کے استعمال یعنی 'fine motor' مہارتیں پیدا کرنے کیلئے مضبوط بنیاد میسّر آتی ہے۔

انگلیوں کے استعمال کی مہارتیں تصویریں بنانے، قینچی استعمال کرنے اور لنچ باکس کھولنے کیلئے درکار ہوتی ہیں۔ جب بچہ گھر میں ہوتو تعمیراتی کھلونوں سے کھیلنے، چمٹیاں اور چٹکیاں استعمال کرنے، یا باغبانی، سے اس کی انگلیوں کی مہارتوں کو تقویت مل سکتی ہے اور حرکات کا ربط بہتر ہو سکتا ہے۔

خاندان

آپ اپنے بچے کے اولین اور اہم ترین استاد ہیں۔ اپنے بچے کے سیکھنے کے عمل میں مثبت طریقے سے شریک رہ کر آپ اسے سکول میں کامیاب بننے میں مدد دے سکتے ہیں۔

کھیلنے، گانے اور کہانیاں سننے سنانے کے وافر مواقع فراہم کریں، اپنے بچے کے اساتذہ کے ساتھ مل کر کام کریں اور سیکھنے کے شوق کا نمونہ پیش کریں۔

تھوڑے کا بھی بہت اثر ہو سکتا ہے۔

اپنا خیال رکھیں

اپنا خیال رکھنے سے آپ کو اپنے بچے کا خیال رکھنے میں مدد ملتی ہے۔ جب آپ کا بچہ سکول شروع کرتا ہے تو ممکن ہے آپ فکرمند، یا اداس، یا خوش محسوس کریں یا حتیٰ کہ سکھ کا سانس لیں۔ ہو سکتا ہے آپ کو اپنے سکول کے زمانے کی باتیں بھی یاد آئیں۔

ان احساسات سے آگاہ ہونا اور ان کا اثر سمجھنا اہم ہے۔ اپنے بھروسے کے دوستوں کو اپنے احساسات کے بارے میں بتائیں اور اپنے بچے کے استاد کے ساتھ بات چیت کا اچھا تعلق استوار کریں۔

مزید معلومات

آپ اپنے بچے کے سکول میں مفت انٹرپریٹر (زبانی مترجم) لینے کی درخواست کر سکتے ہیں۔

اپنے بچے کے سکول کے آغاز کے بارے میں مزید معلومات کیلئے ہمارا ویب سائیٹ دیکھیں:

transitiontoschool.net

Celebrating Every Child