आपका बच्चा जब किंडरगार्टन स्कूल में जाता है

लगभग पाँच-वर्ष की आयु के बच्चे

5

आपका चार वर्ष का मस्त बच्चा, पाँच वर्ष का होने के लिए बड़ा हो कर अपेक्षातया अधिक शांत और कम उत्तेजनशील गया है। पाँच वर्ष के बच्चे वयस्क लोगों के प्रति मित्रवत, बातूनी और स्नेही होते हैं। वे आपको खुश करने के लिए आतुर रहते हैं, परन्तु उन्हें यह बोध रहता है कि वे बड़े हो रहे हैं और वे चाहते हैं कि उनके बारे में ऐसे बच्चों के रूप में सोचा जाये जो स्कूल जाने के लिए तैयार हैं।

पाँच वर्ष की आयु के बच्चे यह जानते हैं कि लिखित शब्दों का कुछ मतलब होता है। वे कुछ अक्षरों और शब्दों को पहचान सकते हैं और पढ़ने व लिखने का अभिनय कर सकते हैं। उन्हें अपने लिए कहानियों का पढ़ा जाना या सुनाया जाना प्रिय होता है। उन्हें विशेष रूप से वे कहानियां पसन्द आती हैं जिनमें बहुत-सा एक्शन, गति, और दोहराव होता है।

पाँच वर्ष की आयु के बच्चे अपनी स्वतन्त्रता आजमाने के लिए उत्सुक होते हैं, परन्तु उन्हें सीमायें निर्धारित करने और समझने में मदद के लिए घर से मार्गदर्शन की ज़रूरत होती है। पाँच-वर्षीय बच्चे दिनचर्यायें चाहते हैं, जिनमें स्कूल के लिए तैयार होना भी शामिल है। स्वास्थ्यवर्धक नाश्ते के साथ घर पर शान्त और तनावमुक्त तरीके से दिन की शुरुआत करना, स्कूल में सकारात्मक दिन पाने में उनकी मदद करेगा। पहली रात को ही कपड़ों को चुन लेना और सैंडविच या स्नैक्स तय कर लेना, सुबह के कार्यों के दबाव को कम करने में मदद कर सकता है।

स्कूल में सफल होने के लिए बच्चों को किन निपुणताओं की ज़रूरत होती है?

हममें से उन लोगों के लिए जिन्हें बच्चों की स्कूल के लिए तैयारी के बारे में चिन्ता रहती है, यह महत्वपूर्ण है कि वे:

- सामाजिक रूप से व्यवस्थित, भावात्मक रूप से सुरक्षित और शारीरिक रूप से मजबूत व तालमेल युक्त हों।
- वयस्क व अन्य लोगों के साथ बात कर सकें, लिखित भाषा के कुछ अक्षरों और बोली जाने वाली भाषा में उनमें से हर एक की आवाजों (उदाहरण के लिए अक्षर "म" से "मममम" की आवाज निकलती है) के बीच सम्बन्ध पर ध्यान दे सकें तथा कहानियों, पुस्तकों और पढ़ने में रुचि दिखा सकें।
- किसी संख्या और उसके द्वारा प्रदर्शित होने वाली मात्रा के बीच सम्बन्ध को पहचान सकें, पैटर्न्स को पहचान सकें (उदाहरण के लिए : किसी कालीन के सिरे पर रंग के पैटर्न को दोहराना), पुस्तकों में और परिवेश में आकृतियों व पहचान सकें (उदाहरण के लिए: कुछ निशान वर्ग के होते हैं), मदों को किसी निश्चित क्रम में रख सकें (उदाहरण के लिए सबसे बड़े से सबसे छोटे के क्रम में)।
- अपने परिवेश/पड़ोस, पशु और पौधों के जीवन, तथा अपने परिवारों और समुदायों में लोगों की भूमिकाओं के बारे में जागरूक हों।
- वैयक्तिक रचनात्मकता और कला के माध्यम से आत्म-अभिव्यक्ति की समझ के साथ सहज हों (उदाहरण के लिए: किसी उद्देश्य को दिमाग में रख कर चिकनी मिट्टी, रंग, रंगीन पेन आदि का प्रयोग करना)।

किंडरगार्टन के अध्यापकों को हर बच्चे का स्कूल के पहले कुछ हफ्तों के दौरान उन निपुणताओं और योग्यताओं को दर्शाने वाले संकेतकों पर मूल्याकंन करना चाहिये जिनकी उन बच्चों से तर्कसंगत रूप से अपेक्षा की जा सकती है जो किंडरगार्टन कक्षा शुरू कर रहे हैं। अध्यापक इन सात विकास सम्बन्धी आयामों पर जानकारी प्रदान करते हैं: व्यक्तिगत और सामाजिक विकास, भाषा और साक्षरता, गणित सम्बन्धी सोच, विज्ञान सम्बन्धी सोच, सामाजिक ज्ञान, कला, तथा शारीरिक विकास व स्वास्थ्य। कृपया निर्धारित पालक-अध्यापक संगोष्ठी के दौरान अपने बच्चों के परिणामों के बारे में अध्यापक से चर्चा करें।

उन कुछ चीजों में जो आप किंडरगार्टन में अपने बच्चे की शिक्षा को सहारा देने के लिए कर सकते हैं, इनमें निम्नलिखित शामिल हैं परन्तु वे इन्हीं तक सीमित नहीं हैं:

व्यक्तिगत और सामाजिक विकास

- **सप्ताह के लिए एक योजना तैयार करें।** किसी भी उस चीज को प्रमुखता देते हुए जो आपकी साधारण दिनचर्या से अलग होगी, अपने बच्चे को समय व कार्यक्रमों की साप्ताहिक योजना बनाने में आपकी मदद करने दें। यह चीजों के क्रम को समझने में उसकी मदद करेगा और वह अपनी आगामी समय-सारिणी/निर्धारित कार्यक्रम को जान कर सुरक्षित महसूस करेगा।

- **चुनना/निर्णय लेना।** जब आप अपने बच्चे को कुछ तर्क-संगत चुनने देते हैं और निर्णय लेने देते हैं तो आप स्वतन्त्रता को प्रोत्साहित करते हैं, जैसे कि सोने के समय पर पढ़ने के लिए कहानी चुनना या किसी रिश्तेदार अथवा मित्र के लिए बर्थडे कार्ड चुनना।

भाषा और साक्षरता

- **शब्दों के साथ खेलें।** अपने बच्चे के पहले नाम का प्रयोग करते हुए नाम का खेल (नम गेम) खेलें और उसके नाम के पहले अक्षर जैसी ही आवाज के साथ शुरू होने वाले शब्दों को सोचने और पहचानने में उसकी मदद लें। गीतों को गाने, कवितायें सुनाने, तुक मिलाने के अवसर ढूँढें।

- **एक शब्द-कार्ड फाइल बनायें।** उन शब्दों को लिखें जिन्हें आपका बच्चा पढ़ना चाहता है, हर इन्डेक्स कार्ड पर एक शब्द, और जब वह नये शब्द सीख ले तो नये कार्ड्स जोड़ दें। जब वह किसी शब्द की नकल करना चाहे या किसी विशेष नये शब्द को बोलने का अभ्यास करना चाहे तो उसे फाइल से शब्द कार्ड चुनने के लिए प्रोत्साहित करें।

- **बोले शब्द लिखें।** अपने बच्चे की ड्रॉइंग पर उसके द्वारा आपको बताये गये शब्दों को लिखकर कोई कहानी जोड़ने में मदद करने का प्रस्ताव दें। जब आप पत्र लिखते हैं तो उसे आपके द्वारा बोले जाने वाले शब्दों को सुनने दें ताकि वह बोली जाने वाली और लिखी जाने वाली भाषा के बीच के सम्बन्ध को देख सकें। कहानियां सुनाना उन्हें लिखने की दिशा में पहला महत्वपूर्ण कदम है।

- **कोई भूमिका निभायें।** पढ़ने के बाद, किसी एक चरित्र का अभिनय करें और अपने बच्चे को साथ में पढ़ी हुई कहानियों का अभिनय करने के लिए प्रोत्साहित करें। भूमिका उत्साह के साथ निभायें। चरित्र के शब्दों को जोर देकर दोहराना बाद में भाषा के धारा प्रवाह को बढ़ावा देगा जब आपका बच्चा अपने आप पढ़ना शुरू करेगा।

गणित सम्बन्धी सोच

- **अपने बच्चे के साथ चीजों को इकट्ठा करें।** कई चीजों को इकट्ठा करें, जैसे कि डिब्बे के ढक्कन, बटन, चाबी के छल्ले, और उन्हें अपने बच्चे के साथ चुने गये भिन्न नियमों का प्रयोग करते हुए अलग-अलग करें (उदाहरण के लिए: छोटी चीजों से बड़ी चीजों को, बर्तन के ढक्कनों से बोतलों के ढक्कनों को)

- **समानता खोजी बनें।** कपड़ों पर, वाल पेपर में, रकाबी पर, कार्पेट में समानता की तलाश करें।

- **गिनते रहें।** अपने बच्चे के साथ घर में काम करते हुए, कपड़े धोते समय मौजों की संख्या, खाना बनाते समय आलुओं की संख्या को ऊँची आवाज में गिनें। सवाल (समस्याएं) सुलझायें, जैसे कि, "हमें कितने क्रैकर्स की ज़रूरत होगी जिससे कि हर किसी को सूप के साथ दो क्रैकर मिल जायें?"

- **अपने बच्चे के साथ आकृतियां ढूंढे।** उन सभी आकृतियों (त्रिभुज, वृत्त, वर्ग आदि) की तलाश करें जो आप अपने घर के अन्दर ढूंढ सकते हैं या स्टोर के रास्ते में देख सकते हैं।

विज्ञान सम्बन्धी सोच

- **अपने विवेक को किसी वैज्ञानिक की तरह प्रयोग करें।** अपने बच्चे को वातावरण की चीजों को देखने, सूंघने, सुनने और महसूस करने के लिए प्रोत्साहित करें। जंगल में चहल-कदमी करें और उन चीजों के बारे में बात करें जिन्हें आप छू सकते हैं, सूंघ सकते हैं, देख सकते हैं और सुन सकते हैं।

- **अपने बच्चे के साथ आश्चर्य चकित हों।** अपने बच्चे को सुनने दें कि आप उन चीजों के बारे में किस तरह चकित होते हैं जो आपके लिए कौतुहल या विस्मय पैदा करती हैं, जैसे कि, "मैं चकित हूँ कि गार्डन होज से धुंधलके में हम इन्द्रधनुष क्यों (कैसे) देख सकते हैं।" यह पूछते हुए अपने बच्चे से उसकी व्याख्याओं के बारे में सवाल करें, "तुम्हें यह कैसे मालूम है?" या, "मुझे बताओ तुम ऐसा क्यों सोचते हो।" अपने डॉक्टर, प्लम्बर, और केबिल टीवी टेक्नीशियन जैसे लोगों को अपने बच्चे को उन सवालों के जवाब बताने के लिए प्रोत्साहित करें जो वह समझ सकता है।

सामाजिक ज्ञान

- **भिन्न जगहों के लिए भिन्न कानून।** अपने बच्चे के साथ इस विषय पर बातचीत करें कि आप किस जगह हैं - और वहां व्यवहार के नियम किस तरह बदल सकते हैं, जैसे कि किसी थियेटर में व्यवहार और किसी बॉल गेम में व्यवहार।

- **समुदाय में कर्मचारियों के बारे में बताएं।** अपने बच्चे के साथ उन लोगों की भूमिकाओं के बारे में बातचीत करें जो आपके परिवार की सहायता करते हैं, जैसे कि कूड़ा इकट्ठा करने वाला, डाक कर्मचारी, दुकान का कर्मचारी।

कला

- **रचनात्मकता पोषित करें।** कला सम्बन्धी चीजें समीप रखें (रंगीन चॉक, मार्कर, कागज, कैंची) और अपने बच्चे को उसके विचार और भाव रचनात्मक ढंगों में व्यक्त करने के लिए प्रोत्साहित करें। उसकी रचनाओं के बारे में बातचीत करने को प्रोत्साहित करें ("मुझे अपनी तस्वीर के बारे में बताओ")। उसे पुतले और निर्माण सामग्री लाकर दें, जैसे कि ब्लॉक्स और मकान बनाने के खिलौने।

- **साथ में मिलकर संगीत बजाएं और उसका आनन्द लें।** उसके लिए कार में गायें, कोई वाद्ययन्त्र बनायें, बीट पर ताली बजायें, नाचें, विभिन्न प्रकार का रिकॉर्ड किया हुआ संगीत चलायें और भिन्न आवाजों के बारे में बातचीत करें। कोई शो देखें या किसी कन्सर्ट में जायें।

शारीरिक विकास और स्वास्थ्य

- **गतिविधि को बढ़ावा दें।** उसे हर रोज पड़ोस में, अपने आंगन में, अथवा किसी व्यवस्थित स्पार्ट्स में या दौड़ आदि के कार्यक्रमों में खेलने की सुविधा दें।

- **अपने बच्चे के लिए मदद करने के तरीकों की व्यवस्था करें।** उससे छोटे-छोटे घरेलू काम करने के लिए कहें जिनमें वह अपने हाथों का प्रयोग कर सके, जैसे कि सब्जियां छीलना, जूस डालना, खुले अंडों को तोड़ना और जेलो मिलाना।

MARYLAND STATE DEPARTMENT OF EDUCATION
Achievement Matters Most

Maryland State Department of Education - Early Learning Office
अधिक जानकारी के लिए 410-767-0335 पर कॉल करें।