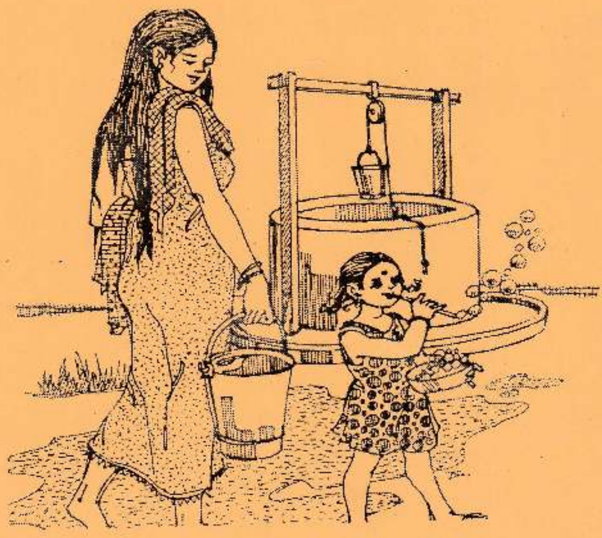
ஆரம்ப பிள்ளைப் பருவ விருத்திக்கான

வீட்டை அடிப்படையாகக் கொண்ட செயல்முறைகள்



மூன்றாம் புத்தகம்

கழுவும் போதும் குளிக்கும் போதும்

பெண்கள் விவகார அமைச்சு
சிறுவர் செயலகம்
யுனிசெப் அனுசரனையுடன்

மறுபதிப்பு - 2005
அனுசரணை - சிறுவர் பாதுகாப்பு ஸ்ரீலங்கா

முன்னுரை

குழந்தை பிறந்த நேரந் தொடக்கம் தன் சூழலுக்கு இசைவான முறையில் துரிதமாக வளர்கிறது. அதன் அறிவு, அடிப்படை ஆற்றல்கள், எண்ணங்கள் என்பனவும் படிப்படியாக விருத்தியடைகின்றன. பெற்றோர், பெரியோர், அயல் அட்டச் சூழல் ஆகியன அதன் விருத்திக்குத் துணைபுரிகின்றன.

ஆயினும் மேற்சொன்ன வளங்களைக் குழந்தை பயனுள்ள முறையில் உபயோகிப்பதற்கு அக் குழந்தையின் அறிவாற்றல் செம்மையான முறையில் நெறிப்படுத்தப்படல் வேண்டும். இது விடயத்தில் பாலர் பாடசாலைகள் கணிசமான பங்காற்றுகின்றன. ஆயினும் இலங்கையில் பாலர் பாடசாலைக்குச் செல்லும் வாய்ப்பற்ற பிள்ளைகள் தொகை பெரிதாகும். ஆகவே, பெற்றோர் தம் குழந்தைகளின் விருத்தியைச் செவ்வனே நெறிப்படுத்துவதற்கு ஏற்றவாறாக வீட்டைப் பகைப்புலமாகக் கொண்ட உணர்வூட்டும் நிகழ்ச்சித் திட்டங்களை வகுத்தல் அவசியம்.

போக்குவரத்து, சுற்றாடல், மகளிர் விவகார அமைச்சின் சிறுவர் செயலகம் இந்தத் தேசிய தேவையை நிறைவேற்ற முற்பட்டுள்ளது. பெற்றோர் மத்தியில் இது தொடர்பான உணர்வை ஏற்படுத்தும் பொருட்டு எட்டுச் சிறு நூல்களை அது உருவாக்கியுள்ளது.

இது தொடர்பாக யுனிசெப் எமக்களித்த உற்சாகத்துக்கும் உதவிக்கும் எம் நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம். இத்துறையில் தேர்ச்சி பெற்ற திறனாளர்களின் பங்களிப்புக்கும் வீட்டைப் பகைப்புலமாகக் கொண்ட செயற்பாடுகளை வெளி இடங்களில் பரீட்சிப்பதற்கு ஒத்தாசை புரிந்த வெவ்வேறு அமைப்புகளின் ஆதரவுக்கும் எம் நன்றி உரித்தாகுக.

பெற்றோர் தம் குழந்தைகளின் பூரண விருத்தியை ஊக்குவிப்பதற்கு இந் நூல்கள் வழிகாட்டுமென நம்புகிறோம்.

டீற்றா விமலசிறி
மேலதிக செயலாளர்
மகளிர் பிரிவு

சிறுவர் செயலகத்தின் பணிப்பாளரின் செய்தி

இலங்கையில் ஆரம்பப் பராய சிறு வயதிலுள்ள பிள்ளைகளின் பூரண அபிவிருத்திக்கான நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளும் அரச மற்றும் அரச சார்பற்ற நிறுவனங்களினதும் செயல்களை இணைக்கும் நிறுவனமாக நடவடிக்கைகள் மேற்கொள்வதே சிறுவர் செயலகத்தின் பொறுப்பாகும்.

இவ்வுலகில் பிறக்கும் குழந்தையை சிறந்த ஒரு பிரஜையாக உருவாக்குவதற்கு ஆரம்ப அடித்தளமாக இருப்பது வீடே. ஒரு நாளைக்கு வெறும் நான்கு மணித்தியாலங்கள் மட்டுமே சிறுவர் நிலையத்தில் கழிக்கின்றன. மிகுதியான அதிக நேரங்களை வீட்டிலேயே கழிக்கும் பிள்ளைகளின் பூரண அபிவிருத்திக்கான பாரிய பொறுப்பு பெற்றோரின் கைகளிலேயே தங்கியுள்ளது.

பெற்றோர்கள் மற்றும் முதியோர்கள் நாளாந்த வீட்டுவேலைகளில் ஈடுபடும் போது தேவைக்கேற்ப சிறுவர்களையும் அவ்வேலைகளில் சேர்த்துக்கொண்டும் அவர்களுடன் உரையாடிக்கொண்டும் அவர்களுக்கு உற்சாகத்தைப் பெற்றுக்கொடுப்பதும் மிகவும் முக்கியமாகும்.

1993 ஆம் ஆண்டு தொடக்கம் சிறுவர் செயலகத்தால் நடாத்தப்பட்ட ஆய்வின்படி 1996 ஆம் ஆண்டின் ''யுனிசெப்'' நிறுவனத்தின் அனுசரணையுடன் வெளியிடப்பட்ட ஆரம்ப பருவ சிறுவர் அபிவிருத்திக்கு வீட்டில் செய்யும் செயற்பாடுகள் என்ற நூல்கள் பிரயோசனமாக அமைந்துள்ளன.

மற்றைய நாட்களை விட பிள்ளைகளை பற்றி பெற்றோரையும் முதியோர்களையும், மேலும் மேலும் அறிவூட்ட வேண்டிய காலகட்டத்தில் இந்நூல்களை மீண்டும் அச்சிட்டு வீட்டை அடிப்படையாகக் கொண்டு ஆரம்பப் பருவ விருத்தி வேலைத்திட்டத்தை அமுல்படுத்த முன்வந்த இலங்கை சிறுவர் பாதுகாப்பு நிறுவனத்திற்கும், இந்நூல்களை வெளியிட துணைப்புரிந்த திருமதி மயூரா குணசிங்க அவர்களுக்கும் செல்வி. அமரா அமரசிங்க அவர்களுக்கும் யுனிசெப் நிறுவனத்திற்கும், ஆய்வு செய்வதற்கு உதவியாக இருந்த அனைவருக்கும் எமது மனமார்ந்த நன்றிகள்.

வினித்தா வீரசேகர
பணிப்பாளர்
சிறுவர் செயலகம்
சமூக நல அமைச்சு

அறிமுகம்

பெற்றோரே தம் பிள்ளைகளுக்கு முதலாவது ஆசிரியர்கள். ஒரு குழந்தை தன் புலன்கள் மூலமாகப் பெறும் ஆரம்ப அனுபவங்கள் ஆத்தமுடையனவானால் அக் குழந்தையின் விருத்தி அவற்றால் தாக்கம் பெறும். குழந்தையின் எதிர்கால விருத்தியின் முன்னேற்றம் அது முதிர்ச்சியடையும் வேகத்தைப் பொறுத்தே அமையும்.

ஓர் இருப்பிடத்தில் உள்ளோர், அந்த இருப்பிடத்தின் நடவடிக்கைகள், அங்குள்ள வாய்ப்பு, வசதிகள் என்பன குழந்தையின் அறிவு விருத்தியடைவதற்கு வழி வகுக்கின்றன. இந்த வாய்ப்புகள் புலன் வழி உணர்வுகளையும் அனுபவங்களையும் குழந்தை அறிந்து கொள்ள உகந்த முறையில் ஏற்பாடு செய்யப்படல் வேண்டும்.

வாய்ப்புகளும் வளங்களும் போதிய அளவில் கிடைத்தால் மட்டும் விருத்தி ஏற்பட்டுவிடாது. அந்த வாய்ப்புகளுடனும் வளங்களுடனும் குழந்தை உறவாடுதல் மூலமே குழந்தை புலன் வழி அனுபவங்களைக் கற்றுக் கொள்கிறது. முன்னர் பெற்ற ஓர் அனுபவத்துடன் தொடர்புபடுத்துவதன் மூலமே புதிய அனுபவங்களைக் குழந்தை கற்றுக்கொள்கிறது. பெரியவர்களின் பராமுகமும் புதிய அனுபவங்களைப் பெறும் வாய்ப்புகள் இல்லாமையும் குழந்தையின் இடர்ப்பாட்டுக்கும் விருத்தி குறைவடைவதற்கும் ஏதுவாகலாம்.

ஒரு குழந்தையின் அறிவு விருத்திக்கு; அதன் பிறப்பிற்கும் முதன் முறை பாடசாலை செல்வதற்கும் இடைப்பட்ட காலம் மிக முக்கியமானதாகும். விருத்தியடையும் இந்தப் பருவத்திலே பெற்றோர் முக்கிய பங்கேற்க வேண்டியது அவசியம்.

இந்த எட்டுச் சிறு நூல்களிற் கொடுக்கப்பட்டுள்ள செயற்பாடுகள் பெற்றோர் தம் குழந்தைகளை இலகுவான மனை சார்ந்த நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடச் செய்வதற்கும் அவை பற்றி உரையாடுவதற்கும் உதவும். அவற்றின் மூலம் பிள்ளைகள் அறிவையும் அடிப்படை ஆற்றல்களையும் நல்ல பழக்க வழக்கங்களையும் கற்றுக்கொள்ள வாய்ப்பேற்படும். வீட்டிலே மேலும் பல நடவடிக்கைகள் இடம் பெறலாம். அவை எல்லாமே இவ்வாறு பயன்படத்தக்கவை. குழந்தையின் விருத்தி எவ்வாறு படிப்படியாக நிகழ்கிறதென்பதைப் பெற்றோர் நேரிற் காணும் வாய்ப்பினைப் பெறுகிறார்கள். பிள்ளை பாலர் பாடசாலைக்குப் போனாலும் போகாவிட்டாலும் விருத்தி நிகழ்ந்து கொண்டே இருக்கிறது. எனினும் **இதனை உணர்ந்து பிள்ளையின் விருத்திக்கு ஆக்கமும் ஊக்கமும் அளித்தல் பெற்றோர் கடமையாகும்.**

வீட்டைப் பின்புலமாகக் கொண்ட இந்தச் செயற்திட்டம் முறையான பாடசாலையிற் சேரமுன் பாலர் பாடசாலையிற் பயிலும் வாய்பற்ற பிள்ளைகளுக்கு நல்ல அனுபவங்களையும் அடிப்படை அறிவையும் நல்ல பழக்க வழக்கங்களையும் புகட்டும் நோக்கத்துடன் தொடக்கப்பட்டதாகும்.

பாலப் பருவப் பிள்ளையின் விருத்திக்கென வீட்டைப் பின்னணியாகக் கொண்ட செயற்பாடுகள் அடங்கிய முதல் எட்டுப் புத்தகங்களும் பாலப் பருவப் பிள்ளையின் விருத்திக்கான செயற்திட்டமாகச் சிறுவர் செயலகத்தினால் முன் வைக்கப்பட்டுள்ளது.

இந்தச் செயற்பாடுகளைக் கிராமப் பகுதிகளில் உள்ள பிள்ளைகளோடு பரீட்சித்துப் பார்ப்பதற்கு தொண்டர் தாபனங்கள், அரசாங்க நிறுவனங்கள் ஆகியவற்றிலிருந்த பதினெட்டு அனுசரணையாளர்களும் கிராமிய மட்ட மத்தியஸ்த தொண்டர்களும் பெரிதும் உதவினார்கள்.

புத்தகங்களின் முதற் பகுதியில்

1) இளம்பிள்ளைகள் பற்றி மனத்திருத்த வேண்டிய உண்மைகளும்
2) பெற்றோருக்கு உணர்வூட்டும் நிகழ்ச்சிகளை நடத்திக் காண்பிக்கும் பயிற்சி உத்தியோகத்தர்களுக்குப் பயனுள்ள உண்மைகளும் அடங்கியுள்ளன.

செயற்பாடுகள்: இரண்டு வயது மட்டப் பாலகர்களுக்கு உகந்த, வீடு சார்ந்த செயற்பாடுகள் (மூன்று வயதுக்கு உட்பட்டவர்களும் மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்டவர்களுக்குமான சிறுவர்களுக்கு)

மூன்று வயதுக்குட்பட்ட பாலகர்: இரண்டு வயது முதல் மூன்று வயது வரையான பாலகர்களை மட்டுமே குறிக்கும்.

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட பாலகர்கள்: மூன்று வயது முதல் ஐந்து வயது வரையான பாலகர்களைக் குறிக்கும். பாலகர்களின் முதிர்ச்சி, தனித்துவமான வேறுபாடுகள் ஆகியவற்றிற் கவனஞ் செலுத்துதல் அவசியம்.

வருங்காலத்தில் 0-2 வயதுப் பாலகர்களுக்கு உகந்த செயற்பாடுகளைத் தயாரிக்க எண்ணுகிறோம்.

மயுரா குணசிங்க
அமரா அமரசிங்க

நம் குழந்தைகள்

- **நம் அன்பை எதிர்பார்க்கின்றனர்:**

  - அவர்களை நம் மடிமேல் வைத்துத், தடவி, அவர்களுடன் அன்பாய்ப் பேசி அவர்கள் மீது நம் அன்பைத் தெரிவிப்போம்.
  - நமது ஓய்வு நேரத்தில் நம் குழந்தைகளை நமக்கு அருகே கொண்டுவந்து, அன்புடன் பேசி அவர்களுக்கு விருப்பமானது என்ன விருப்பமில்லாதது எதுவென்று அறிவோம்.

- **தம்மைக் கவனித்துக் கொள்ளுமாறு எதிர்பார்க்கிறார்கள்**

  - அவர்களை எப்போதும் கவனிப்போம்.
  - எதைப்பற்றியும் அவர்கள் பயப்படும் போது அவர்களை நமக்கு அருகே கொண்டு வந்து அவர்களது பயத்தைப் போக்க உதவுவோம்.
  - அவர்கள் நம்மீது நம்பிக்கை கொள்ளும் முறையில் நடந்து கொள்வோம்.

- **நமது கவனத்தை எதிர்பார்க்கின்றனர்**

  - அவர்கள் சொல்வதைக் கவனித்துக் கேட்போம்.
  - அவர்களுடைய கேள்விகட்கு மறுமொழி சொல்வோம்.
  - அவர்கள் சொல்வது நமக்குத் தெளிவாக விளங்குவதாக அவர்கள் உணரும் படி செய்வோம்.
  - அவர்களுடன் விளையாடுவோம்.
  - அவர்கள் சொல்வதையும் செய்வதையும் மதிப்போம்.

நாம் நினைவில் வைக்க வேண்டியன

- **ஒரே வயதுடைய குழந்தைகளும் ஒரே மாதிரியானவர்களில்லை.**
- அவர்கள் பல விதங்களில் வித்தியாசமானவர்கள்.

  யோசிக்கிற விதங்களில், அலுவல்களைச் செய்கிற விதங்களில், நடந்துகொள்ளும் விதங்களில்).

- **அவதானிப்பதாலும் பரிசோதனை செய்வதாலும் விளையாட்டின் மூலம்** அவர்கள் கற்கிறார்கள்.
- பிற குழந்தைகளுடன் சேர்ந்து விளையாடியும் கதைத்தும் பாடியும் அவர்கள் பிறருடன் சேர்ந்து பழக கற்கிறார்கள்.
- குழந்தைகள் தமது பொழுதை மகிழ்வுடன் கழிக்க விரும்புகிறார்கள்.

  (அவர்கள் மகிழ்ச்சியுடன் இருக்க, நாம் இயலுமான சகல வாய்ப்புக்களையும் கொடுப்போம்).

- நாம் காட்டுகிற **முன்மாதிரியைப் பின்பற்றியே குழந்தைகள் நல்ல பழக்கவழக்கங்களை பழகுகிறார்கள்.**
  (உதாரணமாக, மரியாதையாகப் பேசுவது, நல்லபடி நடப்பது, முறையாக வேலை செய்வது, பகிர்ந்து கொள்வது, உதவி செய்வது).

குழந்தைகளுடன் வீட்டை அடிப்படையாகக் கொண்ட செயல் முறைகளில் ஈடுபடும் போது பின் வருவனவற்றை நினைவில் வைத்திருப்போம்

- நாம் **வீட்டிற் செய்கிற வேலைகளின் அடிப்படையில்,** குழந்தைகளை ஊக்கப்படுத்துகிற செயல்முறைகளைத் தெரிந்தெடுப்போம்.
- **ஒருநாளில் இரண்டுக்கு அதிகமான செயல்முறைகளில்** குழந்தைகளை **ஈடுபடுத்த வேண்டாம்.**
- குழந்தை தொடர்ந்தும் செய்ய விரும்பினால் இன்னும் **செயல்முறைகளை அறிமுகப்படுத்துவோம்.**
- வேலை செய்யும் போது அல்லது செய்து முடிந்த பிறகு அந்தச் செயல்முறைகள் பற்றிக் **குழந்தைகளுடன் கதைப்போம்.**
- குழந்தைகளுடைய திறமைகளுக்கும் வயதுக்கும் ஏற்ற விதமாக அவர்களுக்கான **செயல்முறைகளை ஒழுங்கு செய்வோம்.**
- குழந்தைகளை மேலும் மேலும் செயல்முறைகளில் வற்புறுத்தி ஈடுபடுத்தாமல் **அன்புடன் ஒரு சில செயல்முறைகளில் ஈடுபடுத்துவோம்.**
- அவர்கள் **எதையும் திருப்திகரமாகச் செய்யும் போதெல்லாம் பாராட்டுவோம்.**
- குழந்தை **செய்யத் தொடங்கிய வேலையை முடிக்கும்படி இனிமையான முறையில்** குழந்தையை உற்சாகப்படுத்துவோம்.

பெற்றோருக்கான விழிப்புணர்வு வேலைத் திட்டங்களை நடத்தும் பயிற்றும் அலுவலர்களுக்கு பயனுள்ள விடயங்கள்

சந்திப்பு

- பெற்றோரை **ஒவ்வொருவராக** அல்லது (5 அல்லது 6 பேரைக் கொண்ட) சிறு குழுக்களாகச் சந்திக்கவும்.
- சந்திப்புக்கு வசதியான **இடமும் நேரமும் திகதியும் பற்றி முடிவு செய்த பின்** பெற்றோருக்கு **வேளைக்கே தெரிவிக்கவும்.**
- அவர்களுடன் நெருக்கமான உறவைப் பேணும் விதமாக, அவர்களுடைய பெயர்களை அறிந்து **அவர்களை அவர்களது** பெயர்களால் அல்லது அவர்கள் அழைக்கப்பட விரும்பும் முறையில் அவர்களை **அழைக்கவும்.**

பேசுதல்

- உங்கள் கருத்துக்களை எளிமையான மொழியில் தெளிவாகச் சொல்லுங்கள்.
- பெற்றோரிடமிருந்து குழந்தைகள் ஏற்கெனவே நிறையக் கற்றுவிட்டார்கள் என்றும் அவர்கள் தங்கள் **நாளாந்த வேலைகளைச் செய்கிற போதே இன்னும் அதிகம் கற்குமாறு தூண்டப்பட்டு** உற்சாகப் படுத்தப்படலாம் என்றும் அவர்கட்குத் தெரியப்படுத்துங்கள்.

நம்பிக்கையைக் கட்டியெழுப்பல்

- பெற்றோரை நீங்கள் நம்புவதை அவர்கட்குத் தெரியப்படுத்தி அவர்கள் உங்களை நம்ப வேண்டும் என்று கேட்டுக் கொள்ளுங்கள்.

விளங்கப்படுத்தல்

- **அறிவையும் அனுபவத்தையும் நல்ல பழக்கங்களையும்** பெற்றோர் செய்யும் வீட்டு வேலைகள் மூலமே குழந்தைகள் பெற்றுக் கொள்வதற்கான சந்தர்ப்பங்களைப் பெற்றோர் பயன்படுத்த உதவுவதே உங்களுடைய பங்கு என்று விளங்கப்படுத்துங்கள்.
- குழந்தைகள் எல்லாவற்றையும் ஒரே நேரத்தில் சரியாகச் செய்ய முடியாது என்றும் எதையும் திரும்பத் திரும்பச் செய்தே தங்களது பிழைகளை அவர்கள் திருத்திக் கொள்கிறார்கள் என்றும் பெற்றோருக்கு விளங்கப்படுத்துங்கள்.

கலந்தாலோசனை

- பெற்றோர் தமது குழந்தைகளுடன் அன்போடு பேசி, தடவி, அவர்கள் சொல்வதைக் கவனித்துக் கேட்டு அவர்கள் எப்படித் தங்கள் **அறிவையும் திறமைகளையும் நோக்கையும்** எவ்வாறு விருத்தி செய்கிறார்கள் என்று கவனித்துவரவேண்டிய தேவை பற்றிப் பெற்றோர்களுடன் கலந்து பேசுங்கள்.

செய்து காட்டுதல்

- செயல் முறைகளைப் பெற்றோருக்குச் செய்து காட்டுவது அவசியமாகும். அப்படிப்பட்ட சந்தர்ப்பத்தில், அவசியமான பொருட்களைச் சேகரித்துப், பெற்றோருக்கு நடைமுறை அனுபவம் கிடைக்கும் விதமாக, ஒரு செயல் முறையைச் செய்து காட்டுங்கள்.

தொடக்க நிலைப் பிள்ளைப்பருவ விருத்திக்காக வீட்டை அடிப்படையாகக் கொண்ட செயல்முறைகள் பற்றி எட்டுச் சிறு நூல்கள் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளன. இது அவற்றுள் ஒன்று

உணவு வேளை

நிலவரங்கள்

1. கிணற்றில் குளிக்கும் போது
2. குழாய்க்கிணற்றில் குளிக்கும் போது
3. நீரோடையில் அல்லது வாவியில் குளிக்கும் போது
4. குழந்தையைக் குளிப்பாட்டிய பின்பு, தாய் குளிக்கும் போது
5. துணி துவைக்கும் போது
6. கோப்பை, பீங்கான், சட்டி, பானை கழுவும் போது

குளித்தல் / கழுவுதல்

செயல்முறைகள் பற்றிய அறிமுகம்

- கிணறுகள், குழாய்க் கிணறுகள், நீரோடைகள், வாவிகள், போன்றவற்றுள் உங்கள் பிரதேசத்தின் வழமையான குளிக்கும் இடங்களை மட்டுமே பெற்றோருக்கான விழிப்புணர்வு வேலைத்திட்டங்கட்குத் தெரிவு செய்யுங்கள்.

கதைத்தல்

- குளிக்கப் போகும்போது கொண்டு செல்ல வேண்டிய பொருட்கள் பற்றிப் பேசுங்கள் ஒவ்வொன்றையும் அதன் உபயோகத்தையும் விவரியுங்கள்.
- குளிக்கப் போகும் வழியில் கண்டதை விவரியுங்கள்.

விளங்கப்படுத்தல்

- குளிப்பதன் அவசியத்தை விளங்கப்படுத்துங்கள்
- தண்ணீருடன் விளையாடக் குழந்தைகளது ஆசையை விளங்கப்படுத்துங்கள்.
- விளையாட்டின் மூலம் கிடைக்கும் கல்வி பற்றி விளங்கப்படுத்துங்கள்
- நீர் எவ்வாறு பாய்கிறது, தெறிக்கிறது, குமிழாகிறது, மண்ணுள் புதைகிறது என்று விளங்கப்படுத்துங்கள்.

  கேட்கக் கூடிய கேள்விக்கு ஒரு உதாரணம்:

  "மகனே, மகளே, வேறு எங்கே இருந்து நமக்குத் தண்ணீர் கிடைக்கும் என்று எனக்குச் சொல்ல முடியுமா?"

  பதில்: குளம், மழை, வாவி, ஆறு

செய்து காட்டுதல்

- தண்ணீரை அளக்கும் விதம்
- வித்தியாசமான வடிவமான பாத்திரங்களில் தண்ணீர் ஊற்றுதல்.
- மிதக்கிற பொருட்கள் எவை, தாழுகிற பொருட்கள் எவை என்று பார்ப்பது.
- தண்ணீரில் கரைகிற பொருட்கள், எவை கரையாத பொருட்கள் எவை என்று பார்ப்பது.

கலந்துரையாடல்

- குழந்தைகள் தண்ணீருடன் விளையாடுவதில் உள்ள நன்மை தீமைகள்,
- குளிக்கும் போது தண்ணீருடன் விளையாடுவது பற்றிப் பெற்றோருடைய எண்ணங்கள்.
- குளிப்பதன் நன்மையும் குளிப்பது ஒரு நல்ல பழக்கம் என்பதும்,
- குளிக்கும் இடத்தில் மற்றவர்கள் பற்றிய கரிசனையுடன் இருக்கும்படி குழந்தையைப் பழக்குவது ஆகியன பற்றிக் கலந்து பேசுங்கள்.

பெற்றோரை ஊக்குவித்தல்

- தமது எண்ணங்களைப் பேசும்படியும்
- முன்வைக்கப்பட்ட செயல் முறைகளின் சிறப்புக்களையும் குறைபாடுகளையும் பற்றிக் கலந்து பேசும்படியும்
- முன்வைக்கப்பட்ட செயல்முறைகளைப் பற்றிப் பெற்றோருடன் குழுக்களாகக் கலந்தாலோசனை செய்யும்போது புதிய செயல்முறைகளை உருவாக்கும் படியும் பெற்றோரை ஊக்குவிக்கவும்.

குளித்தல் 1

கிணற்றில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- குழந்தையுடன் அன்பாகக் கதைத்துக், குளிக்கப்போகும் போது கொண்டு செல்லவேண்டிய பொருட்களுக்குப் பெயர்களைச் சொல்லி

  உதாரணம்:

  (துவாய்கள், உடம்பைத் துடைக்கும் துணிகள், துப்புரவான உடைகள்) அவற்றைச் சேகரிக்கக் குழந்தையின் உதவியைப் பெறுவோம்.

  * தாயுடனான ஒரு பந்தத்தை விருத்தி செய்கிறது.
  * பொருட்களின் பெயர்களை அடையாளம் காண்கிறது.
  * எதையும் செய்ய முதல் ஆயத்தமாகும் திறமையை விருத்தி செய்கிறது.

- கிணற்றுக்குப் போகிற வழியில் குழந்தை காணுகிறவற்றைப் பற்றிக் கதைத்து குழந்தையின் அக்கறைக்கு உரியதைப் பற்றிக் கதைக்க உற்சாகப்படுத்துவோம்.

  * சுற்றாடலில் பார்த்ததை அடையாளம் காண்கிறது.
  * கண்டவைகளைப் பற்றிக் கதைத்துக் கேள்வி கேட்கிறது.

குளித்தல் 1

கிணற்றில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- குளிப்பதற்குக் கொண்டு போக வேண்டிய பொருட்களை (சவர்க்காரம், துவாய், உடம்பைத்துடைக்கும் துணி, துப்புரவான உடைகள், வாளி ஆகியன) சேகரித்துக் கிணற்றடிக்குக் கொண்டுபோக குழந்தையின் ஒத்துழைப்பைப் பெறுவோம்.

> * வேலைக்கு ஆயத்தமாகிறது.
> * தாய்க்கு உதவும் பழக்கத்தை விருத்தி செய்கிறது.
> * பொறுப்பை ஏற்கப் பழகுகிறது.

- கிணற்றுக்குப்போகிற வழியில் குழந்தை காணுகிறவை (செடிகள், பூச்சிகள், பூக்கள்) பற்றியும் கிணற்று அயலில் உள்ளவை (கிணற்றுப் படி, கிணற்று நீர், ஆகியன) பற்றியும் குழந்தையிடம் அன்பாகக் கதைப்போம்.

  குழந்தையின் கேள்விகளுக்குக் காது கொடுத்துப் பொறுமையாக பதில் சொல்லுவோம்.

  புதிய பொருட்கள் மீது குழந்தையின் கவனத்தைத் திருப்புவோம்.

> * தெரிவதை அவதானித்துக் கேள்வி கேட்கிறது.
> * தாயுடன் நெருக்கமான உறவை விருத்தி செய்கிறது.

குளித்தல் 1

கிணற்றில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- கிணற்றுக்குப் போகும் வழியில் சந்திக்கிறவர்களுடன் மரியாதையாகக் கதைத்துக் குழந்தையையும் மரியாதையாகக் கதைக்க ஊக்குவிப்போம்.

  முன்னர் குழந்தைக்குத் தெரியாத எவரையும் சந்தித்தால் அவரை குழந்தைக்கு அறிமுகம் செய்வோம்.

  * அயலாரை அறியப் பெறுகிறது.
  * சமூக அடிப்படையில் விருத்தியடைகிறது.

- கிணற்றில் நீர் அள்ள வாளியும் கயிறும் தேவை என்று குழந்தையிடம் சொல்லுவோம். வாளியின் கைப்பிடி பற்றியும் கயிற்றினால் கட்டப்பட்ட முடிச்சைப் பற்றியும் குழந்தையிடம் கதைப்போம்.

  * ஒரு பொருளை விபரிக்கிறது.
  * அவதானித்துப் பழகுகிறது.

குளித்தல் 1

கிணற்றில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- கிணற்றுக்குப் போகும் வழியில் சந்திக்கிறவர்களுடன் மரியாதையாகக் கதைத்துக் குழந்தையும் சிறிது கதைப்பதற்குச் சந்தர்ப்பம் கொடுப்போம்.

  குழந்தைக்குத் தெரியாத எவரையும் சந்தித்தால் குழந்தைக்கு அறிமுகம் செய்வோம்.

> * உடனடியான சூழலில் வாழும் மக்களை அறியக்கிடைக்கிறது.
>
> * சமூக அடிப்படையில் விருத்தியடைகிறது.

- கிணற்றில் நீர் அள்ளப் பயன்படுவன (வாளி, கயிறு போன்றவை) பற்றிக் குழந்தையிடம் கேளுங்கள். குழந்தை அறிய விரும்புகிறவை பற்றி விளங்கப்படுத்துவோம்.
- இப்பொருட்களை (வாளி, கயிறு) வேறு என்ன தேவைக்குப் பாவிக்கலாம் என்று குழந்தையிடம் கேட்டு வாளியில் கயிற்றைக் கட்டுவதற்குப் பழக்குவோம்.

> * பொருட்களின் பிரயோசனம் பற்றிக் கற்கிறது.
>
> * தாய்க்கு உதவுகிறது.
>
> * புதிய அனுபவங்களைப் பெறுகிறது.

குளித்தல் 1

கிணற்றில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உபட்ட குழந்தைகட்கு

- குளிக்கப்பாவிக்கும் தண்ணீரின் நிறம் சவர்க்காரத்தைப் பாவித்த பின்பு கீழே வழியும் தண்ணீரின் நிறத்திலும் வித்தியாசமானது என்பதைக் கவனிக்கக் குழந்தைக்கு ஒரு சந்தர்ப்பம் கொடுப்போம்.

  உதாரணம்: சுத்தமான தண்ணீருக்கும் சவர்க்காரம் பூசிக் கைகளைக் கழுவிய தண்ணீருக்கும் உள்ள வித்தியாசம்.

  * சுத்தமான தண்ணீரையும் சவர்க்காரத் தண்ணீரையும் அவதானிக்கின்றது.
  * தண்ணீரைப் பாவிக்கும் போது தண்ணீர் பற்றி அனுபவம் பெறுகிறது.

- கிணற்றில் தண்ணீரை அள்ளிக் குழந்தையின் தலையில் ஊற்றும் போது தண்ணீர் எப்படி கீழே ஓடுகிறது என்று குழந்தையை அவதானிக்கச் செய்வோம்.

  உதாரணம்: தண்ணீர் வாய்க்கால் வழியே ஓடுகிறது.

  * தண்ணீர் எப்படி ஓடுகிறது என்று அவதானிக்கிறது.
  * கண்டதைப் பற்றிக் கதைக்கிறது

குளித்தல் 1

கிணற்றில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- குழந்தையின் உடம்பில் சவர்க்காரத்தைப் பூசும்போது எப்படி நுரை வருகிறது என்றும் சவர்க்காரத்துடன் சேரும் போது தண்ணீரின் நிறம் எப்படி மாறுகிறது என்றும் குழந்தையை கவனிக்கும்படி உற்சாகப்படுத்துவோம். இவைபற்றிக் கேள்வி கேட்போம்.

> * தண்ணீரில் சவர்க்காரம் சேரும் போது அதன் நிறம் எப்படி மாறுகிறது என்று அவதானிக்கிறது.
>
> * கண்டதைப் பற்றிக் கதைக்கிறது.

- குழந்தை குளிக்கும்போது, (கிணற்றிலிருந்து அடுத்த வாளி தண்ணீரை ஊற்றும் வரை) தண்ணீர் எப்படி ஒரு சரிவில் கீழே ஓடுகிறது என்றும் குளிக்க வார்க்கும் போது தண்ணீர் எப்படித் தெறிக்கிறது என்றும்குழந்தை கவனிக்கும்படி வழிகாட்டுவோம்.

  உதாரணம்:

  தண்ணீர் வாய்க்கால் வழியே ஓடுகிறது.

  தண்ணீர் சரிவு வழியே ஓடுகிறது.

> * கவனத்துடன் அவதானிக்கிறது.
>
> * கண்டதை விவரிக்கிறது.

குளித்தல் 1

கிணற்றில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- நாம் குழந்தையைக் குளிப்பாட்டும் போது குழந்தையுடன் அன்பாகக் கதைத்துத் தலையில் ஊற்றப்படும் தண்ணீரை ஒரு சிறிய பாத்திரத்தில் எப்படி ஊற்றுவது என்றும் அதை எப்படித் தன் உடம்பில் ஊற்றுவது எனவும் காண்பிப்போம்.

  * தண்ணீருடன் விளையாடுவதில் அக்கறை பெறுகிறது.
  * தானே குளிப்பதற்கு ஆர்வம் பெறுகிறது.

- குழந்தைக்கு நாம் சவர்க்காரம் தேய்த்துக் கழுவும்போது குழந்தையும் தன் உடம்பில் சவர்க்காரம் பூச அனுமதிப்போம்.

  * பார்த்துச் செய்வதன் மூலம் அனுபவம் பெறுகிறது.
  * சுத்தமாக இருக்கப் பழகுகிறது.

குளித்தல் 1

கிணற்றில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- குழந்தையை நாம் குளிப்பாட்டும் போது தலையில் விழும் தண்ணீரை ஒரு சிறிய பாத்திரத்தில், ஒன்று, இரண்டு, மூன்று, என்று எண்ணிக் கொண்டு ஏந்தும்படி ஊக்குவிப்போம். ஏந்திய தண்ணீரை ஒன்று, இரண்டு, மூன்று என்று சொல்லியபடி தன் உடம்பில் ஊற்றும்படி சொல்லுவோம்.

  தண்ணீர் நிரம்பிய பாத்திரத்தையும், தண்ணீர் குறைவாக உள்ள பாத்திரத்தையும் கவனிக்க விட்டு அதைப்பற்றிக் கதைப்போம்.

> * தானாகக் குளிக்கப் பழகுகிறது.
> * குளிக்கும் போது எண்ணப் பழகுகிறது.

- அழுக்கைப் போக்குவதற்காகக் குழந்தையை நன்றாகச் சவர்க்காரமும் தண்ணீரும் கொண்டு கழுவும்போது குழந்தையையும் தன்னைச் சுத்தப்படுத்துவதற்கு வழிகாட்டி, சுத்தமாக இருப்பதன் தேவையைப் பற்றிக் கதைப்போம். உடம்பின் எந்தப் பகுதிகள் நன்றாகச் சுத்தம் செய்யப்பட வேண்டும் என்றும் குழந்தைக்கு நினைவூட்டுவோம்.

> * நல்ல சுகாதாரப் பழக்கங்க்ள் பழகுகிறது.
> * தன் வேலையைச் செய்யப் பழகுகிறது.

குளித்தல் 2

குழாய்க் கிணற்றில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- குழந்தையுடன் அன்பாகக் கதைத்துக் குளிப்பதற்கு கொண்டு போக வேண்டிய சவர்க்காரம், வாளி, அண்டா, துவாய், குளித்த பிறகு அணியும் துப்புரவான உடைகள் போன்ற பொருட்களின் பெயர்களைச் சொல்லுவோம். அவற்றைச் சேகரிக்கக் குழந்தையின் உதவியைப் பெறுவோம். அவை பற்றிக் கதைப்போம்.

> * பொருட்களின் பெயர்களை அடையாளங் காணுகிறது.
> * தேவையானவற்றைத் தெரிந்தெடுக்கப் பழுகுகிறது.

- தண்ணீர்க் குழாயிலிருந்து அண்டாவுக்குள் தண்ணீர் விழும் சத்தத்தைக் குழந்தை கேட்கும்படி செய்வோம். அதேபோல் சத்தமிடும்படி குழந்தையை ஊக்குவிப்போம்.

> * சத்தத்தைக் கவனமாகக் கேட்கிறது.
> * கேட்பதில் மகிழ்ச்சி அடைகிறது.
> * சத்தங்களைப் போல செய்கிறது.

குளித்தல் 2

குழாய்க் கிணற்றில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- குளிப்பதற்கு ஆயத்தப்படுத்த அவசியமான சவர்க்காரம், வாளிகள், அண்டா, துப்புரவான உடைகள் போன்றவற்றை எடுப்பதில் குழந்தையின் பங்குபற்றுதலைப் பெறுவோம். ஒவ்வொன்றினதும் உபயோகம் பற்றிக் குழந்தைக்கு நினைவூட்டி அவை பற்றிக் கதைப்போம்.

  * குளிக்கத் தேவையானதைத் தெரிந்தெடுக்கிறது.
  * கணித அனுபவம் ஒன்றைப் பெறுகிறது.

- தண்ணீர்க் குழாயிலிருந்து அண்டாவுக்குள்ளும் சிறிய ஒரு பாத்திரம் அல்லது வெறும் தகரம் ஒன்றுக்குள்ளும் தண்ணீர் விழும் சத்தத்தைக் குழந்தையைக் கேட்கச் செய்வோம். கேட்ட சத்தங்களின் வித்தியாசம் பற்றிக் குழந்தையிடம் கதைப்போம்.

  * சத்தங்களின் வித்தியாசத்தைக் கண்டு கொள்கிறது
  * வாசிப்பதற்கு முன் ஒரு திறமையை விருத்தி செய்கிறது.

குளித்தல் 2

குழாய்க் கிணற்றில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- நாங்கள் குழந்தைக்குச் சவர்க்காரம் தேய்த்துக் கழுவும்போது குழந்தையையும் தன்உடம்பில் சவர்க்காரம் பூசும்படி செய்வோம். (கண்ணுக்குள் சவர்க்காரம் போகாதபடி கவனித்துக்கொள்வோம்.)

> * எளிமையான அறிவுறுத்தல்களைப் பின்பற்றி நடக்கிறது.
> * தனது வேலையைத் தானே செய்யப் பழகுகிறது.

- நாம் குழந்தையைச் சிறிய பாத்திரமொன்றால் குளிப்பாட்டும் போது குழந்தையை ஒன்று, இரண்டு, மூன்று என்று எண்ணும்படி ஊக்குவிப்போம்.

> * கணித அனுபவங்களைப் பெறுகிறது.
> * தாயுடன் நெருங்கிய பந்தத்தை ஏற்படுத்துகிறது.
> * சத்தங்களைப் போலி செய்கிறது.

- குளிப்பாட்டப்படும் போது உடம்பு எப்படி ஈரமாகிறது என்றும் தரையில் விழும் தண்ணீர் எப்படி ஒரு வாய்க்கால் / சரிவு வழியே ஓடுகிறது எனவும் குழந்தை காணும்படி செய்து இவை பற்றிக் கதைப்போம்.

> * தண்ணீர் சரிவு வழியே ஓடுகிறது என்று கற்கிறது.
> * கண்டதைப் பற்றிக் கதைக்கிறது.

குளித்தல் 2

குழாய்க் கிணற்றில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- நாம் குழந்தையின் உடம்பின் மீது சவர்க்காரம் பூசிச் சுத்தப்படுத்தும் போது, குழந்தையைத் (தன் கண்களைத் தவிர்த்து உடம்பின் மீது சவர்க்காரம் பூசும்படி சொல்லுவோம்.)

> * தனது அன்றாட வேலைகளைச் செய்யப் பழகுகிறது.
>
> * நல்ல சுகாதாரப் பழக்கமொன்றைப் பழகுகிறது.

- நாம் குழந்தயைக் குளிப்பாட்டும் போது ஒன்று, இரண்டு, மூன்று எண்ணும்படியும் எத்தனை பொருட்கள் (உதாரணமாக: ஒரு அண்டா, இரண்டு கோப்பைகள் போல) அங்கே கிடக்கின்றன என்று அவதானிக்கும்படியும் ஊக்குவிப்போம்.

> * கணித அனுபவம் ஒன்றைப் பெறுகிறது.
>
> * எண் பெறுமானங்களைக் கற்கிறது.

- தன்னைக் குளிப்பாட்டும் போது தண்ணீர் எப்படி ஓடுகிறது என்றும் தண்ணீர் எப்படித் புதைகிறது அல்லது சுற்றி ஓடுகிறது என்றும் குழந்தையுடன் கதைப்போம்.

> * தண்ணீர் சுற்றி ஓடுவதைக் காணுகிறது.
>
> * கண்டதைப் பற்றிக் கதைக்கிறது.

குளித்தல் 2

குழாய்க் கிணற்றில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உபட்ட குழந்தைகட்கு

- குளித்த பின்பு, குழந்தை தனது கைகளையும் கால்களையும் ஒரு துவாய்/துணி கொண்டு துடைக்க உதவி செய்வோம். குழந்தை தன்னைத் துடைத்த பிறகு தண்ணீர் எவ்வளவுக்கு உலர்ந்துவிட்டது என்று பார்ககச் செய்வோம்.

> * தாயைப் பார்த்துச் செய்கிறது.
> * தன்னைத் தானே உலரவைத்துப் புதிய அனுபவமொன்றைப் பெறுகிறது.

- குழந்தையின் உடைகளை உடுத்திவிடும் போது, குழந்தையுடன் அன்பாகக் கதைத்துக் குழந்தையையும் பங்கு பற்றச் செய்வோம்.

  உதாரணம்:

  "பிள்ளை, கைகளை நீட்டுங்கள், இப்போது கைகளை உயர்த்துங்கள் போன்று"

> * உடுத்துவதற்கு உதவுகிறது.
> * தாயுடன் நெருக்கமான பந்தத்தை ஏற்படுத்துகிறது.

- குளிப்பாட்டும் போது உடம்பு எப்படி ஈரமாகிறது என்றும் தரையில் விழும் தண்ணீர் எப்படி ஒரு வாய்க்கால்/சரிவு வழியே ஓடுகிறது எனவும் குழந்தை காணும்படி செய்து இவை பற்றிக் கதைப்போம்.

> * தண்ணீர் சரிவு வழியே ஓடுகிறது என்று கற்கிறது.
> * கண்டதைப் பற்றிக் கதைக்கிறது.

குளித்தல் 2

குழாய்க் கிணற்றில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- குழந்தை குளித்த பின்பு உடம்பை ஒரு துவாய்/துணி கொண்டு உலர்த்திய பின்பு குழந்தையின் உடம்பு எப்படி உலர்ந்துவிட்டது எனவும் துவாய்/துணி எப்படி ஈரமாகிவிட்டது எனவும் காட்டுவோம். நீரை உறுஞ்சும் வேறு பொருட்கள் பற்றியும் கதைப்போம்.

> * துவாய் ஈரத்தை உறுஞ்சுகிறது என்று அறிகிறது.
> * அவதானத்தின் மூலம் கற்கிறது.

- குழந்தையைத் தானாகவே உடுக்கும்படி ஊக்குவிப்போம். சட்டையின் கைகளையும் கழுத்தையும் காட்டி அதை எப்படி அணிவது என்று காட்டுவோம்.

> * தனது வேலையை தானே செய்யப் பழகுகிறது.

குளித்தல் 3

நீரோடை அல்லது வாவியில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உபட்ட குழந்தைகட்கு

- நீரோடை/வாவிக்குக் குளிக்கப் போவதற்குத் தேவையான (சவர்க்காரம், துவாய், துப்பரவான உடைகள் ஆகிய) பொருட்களை எடுப்பதில் குழந்தையின் உதவியைப் பெறுவோம். குளிக்கப் போகும் போது குழந்தையிடம் போகும் வழியிலும் சுற்றிவரவும் கண்டவற்றைப் பற்றியும் நீரோடை/வாவி பற்றியும் அன்புடன் கதைப்போம்.

> * குளிக்கக் கொண்டுபோக வேண்டியவை பற்றிக் கற்கிறது.
>
> * பெற்றோருடன் தயக்கமில்லாது கதைக்கிறது.

- நீரோடையில், தண்ணீர் எப்படி ஓடுகிறது. நீர்க் குமிழிகள் எப்படி உண்டாகின்றன என்பன பற்றி "தண்ணீர் ஓடுகிறது", "குமிழ்கள் உண்டாகின்றன" என்று சொல்லிக் கொண்டே காட்டுவோம். அவை பற்றிக் கதைக்கும்படி குழந்தையை ஊக்குவிப்போம்.

> * நீரோடையில் தண்ணீர் எப்படி ஓடுகிறது என்று அவதானிக்கிறது.
>
> * கண்டதைச் சொல்லிக் காட்டுகிறது.

குளித்தல் 3

நீரோடை அல்லது வாவியில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- நீரோடை/வாவிக்குக் குளிக்கப் போவதற்குத் தேவையான (சவர்க்காரம், துவாய், துப்பரவான உடைகள் பாத்திரங்கள்) ஆகிய பொருட்களை எடுப்பதில் குழந்தையின் உதவியைப் பெறுவோம்.

  குளிப்பதற்குக் கொண்டு போகிறவை. வழியிலும் சுற்றிவரவும் காணுகிறவை நீரோடை/வாவி ஆகியன பற்றி அன்புடன் கதைத்து, ஆழமான பகுதிக்குப் போகக் கூடாது என்று சொல்லி குளிப்பதைப் பற்றிக் குழந்தைக்கு உள்ள பயத்தை இல்லாது செய்வோம்.

  > * குளிப்பதற்குக் கொண்டுபோக வேண்டியவை பற்றிக் கற்கிறது.
  > * தடையின்றி கதைக்கிறது.
  > * இயற்கையில் உள்ள அழகான பொருட்களைக்கண்டு மகிழ்கிறது.

- நீரோடையில் தண்ணீர் ஓடும் விதம். குமிழ்க்ள் உண்டாகும் விதம், தண்ணீரில் ஒரு கல் விழும்போது நீர் வளையங்கள் உண்டாகும் விதம் என்பன பற்றிக் கதைக்கும்படி குழந்தையை ஊக்குவிப்போம்.

  > * தண்ணீரை அவதானித்து அனுபவங்களைப் பெறுகிறது.
  > * கண்டதை விவரிக்கிறது.

குளித்தல் 3

நீரோடை அல்லது வாவியில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உபட்ட குழந்தைகட்கு

- குழந்தை நீரோடையில் குளிக்கும் போது குழந்தையிடம் சில கேள்விகளைக் கேட்போம்.

  உதாரணம்: "உங்களுக்கு குளிருகிறதா? இன்னமும் உங்களுக்கு குளிருகிறதா? இப்போது உங்களுக்கு குளிரவில்லையா?" குழந்தை எவ்வாறு உணருகிறது என்று பேசும் விதமாக வழிநடத்துவோம்.

  > * தண்ணீர் பற்றிய உணர்வை அனுபவிக்கிறது.
  > * அனுபவித்தது பற்றிக் கதைக்கிறது.

- உடம்பில் சவர்க்காரம் பூசிக் கழுவும்போது தண்ணீரின் நிறம் எப்படி மாறுகிறது என்று குழந்தைக்குக் காட்டுவோம். அதைப் பற்றிக் கதைப்போம். ஒரு கிண்ணம் தண்ணீரில் சவர்க்காரத் துண்டு ஒன்றைக்கரைத்து என்ன நடத்திறது என்று அவதானிக்கக் குழந்தைக்கு ஒரு வாய்ப்பைக் கொடுப்போம்.

  > * சவர்க்காரம் கரைக்கப்படும்போது தண்ணீரின் நிறம் மாறுகிறது என்று அனுபவமூலம் அறிகிறது.

குளித்தல் 3

நீரோடை அல்லது வாவியில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- நீரோடையில் குளிக்கும் போது குழந்தை உணரும் குளுமையையும் புத்துணர்வையும் பற்றியும் தண்ணீருக்குள்ளிருந்து வெளியே வரும் போது உணரும் வித்தியாசத்தையும் பற்றிக் கதைப்போம்.

> * குளிர்ந்த நீர் பற்றிய உணர்வை அனுபவிக்கிறது.
>
> * அனுபவத்தைப் பற்றிக் கதைக்கிறது.

- சவர்க்காரம் பூசி உடம்பைக்கழுவும் போது தண்ணீரின் நிறம் மாறுகிறது என்று குழநதைக்குக் காட்டுவோம்.

  குழந்தையைத் தன் கை கால்களில் சவர்க்காரம் பூசித் தானாகவே கழுவச் செய்வோம்.

> * செய்ல்முறை மூலம் அனுபவத்தைப் பெறுகிறது.

குளித்தல் 3

நீரோடை அல்லது வாவியில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உபட்ட குழந்தைகட்கு

- நீரோடையில் என்னென்ன பொருட்கள் மிதக்கின்றன என்று குழந்தையிடம் கேட்போம். குழந்தை அவதானிக்காவிட்டால் காட்டுவோம்.

 * கவனித்து கேள்விகட்கு மறுமொழி சொல்லுகிறது.

- குழந்தை குளித்த உடம்பை உலரத் துடைத்த பின்பு துப்புரவான உடைகளை உடுத்திவிடுவதில் குழந்தையும் பங்குபற்றச் செய்வோம்.

 * நல்ல பழக்கமொன்றைப் பழகுகிறது.
 * தன் வேலையைச் செய்யப் பழகுகிறது.
 * தானாகவே அலுவல்களைச் செய்வதில் மகிழ்வு அடைகிறது.

குளித்தல் 3

நீரோடை அல்லது வாவியில் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- (நீரோடையின் அருகே காணப்படும் இலைகள், கற்கள், மரத்துண்டுகள், காகிதம் போன்ற) பொருட்களை நீரில் போடும் படியும் எவை மிதக்கின்றன எவை தாழுகின்றன என்றும் அவதானிக்கும் படியும் குழந்தையிடம் சொல்லுவோம். அவதானித்தவை பற்றிக் குழந்தையிடம் கேள்வி கேட்போம்.

> * அவதானித்துக் கேள்விக்கு மறுமொழி சொல்லுகிறது.

- குளித்த பிறகு துப்புரவான உடைகளை உடுக்க வேண்டும் என்று குழந்தைகட்கு நினைவூட்டி தன் உடுப்புக்களைத் தானே உடுக்க உதவுவோம்.

> * நல்ல சுகாதாரப் பழக்கமொன்றைக் கற்கிறது.
> * தன் வேலையைச் செய்யக் கற்கிறது.
>
> தனது வேலைகளைச் செய்வதில் மகிழ்வு அடைகிறது.

குளித்தல் 4

குழந்தையைக் குளிப்பாட்டிய பின்பு தாய் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உபட்ட குழந்தைகட்கு

- குழந்தையைக் குளிப்பாட்டிய பிறகு, குழந்தையைப் பாதுகாப்பான ஒரு இடத்தில் இருக்க வைத்து, நாங்கள் குளிக்கும் போது குழந்தையை தான் விரும்பும் ஒரு காரியத்தில் ஈடுபடுத்துவோம். குழந்தையிடம் விளையாடத் தேவையாயன (தண்ணீர் ஊற்றக் கூடிய வெறும் தகரங்கள், சிரட்டை போன்ற) பொருட்களைக் கொடுபோம்.

> * கையிலுள்ள விளையாட்டுப் பொருள்களுடன் தடையின்றி விளையாடுகிறது.
>
> * ஒரு பாத்திரத்திலிருந்து இன்னொன்றுக்கு தண்ணீரை ஊற்றக் கற்கிறது.

- நாங்கள் குளிக்கும் போது, குழந்தையை இடைக்கிடையே கவனித்து குழந்தையின் விளையாட்டு பற்றிக் கேள்வி கேட்டுக் கொண்டு தன்பாட்டில் விளையாடும்படி குழந்தையை ஊக்குவிப்போம்.

> * தாயுடன் நெருக்கமான உறவை விருத்தி செய்கிறது.
>
> * விளையாட்டு அலுவல்கள் பற்றிக் கதைக்கிறது.

குளித்தல் 4

குழந்தையைக் குளிப்பாட்டிய பின்பு தாய் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- குழந்தைக்கான ஒரு விளையாட்டை ஏற்பாடு செய்து, நாங்கள் (பொருத்தமான குளியல் உடையுடன், தலைமயிரை அவிழ்த்து) ஆயத்தமாகிக் குளிக்கும் போது குழந்தையுடன் அன்பாகக் கதைத்துக் கவனமாக விளையாடும்படி சொல்லுவோம்.

> * பொறுமையாக இருக்கப் பழகுகிறது.
>
> * கவனமாகவும் தடையின்றியும் விளையாடுகிறது.

- நாங்கள் குளிக்க முன்பு தண்ணீருடன் விளையாடுவதற்குக் குழந்தைக்கு வழிகாட்டுவோம். நாம் குளிக்கும் போது குழந்தையுடன் விசாரிக்கிற தோறணையில் கதைப்போம்.

  பாத்திரங்களுக்குள் தண்ணீரை ஊற்றுதல், இணைத்த கைகளுக்குள் சேர்த்த தண்ணீரால் பாத்திரங்களை நிரப்புதல் பெரிய பாத்திரம் ஒன்றில் உள்ள தண்ணிரை பல சிறிய பாத்திரங்களுக்குள் ஊற்றி தண்ணீரை அளத்தல்.

> * அளவு பற்றி அனுபவம் ஒன்றைப் பெறுகிறது.
>
> * ஒரு பாத்திரத்திலிருந்து இன்னொன்றுக்கு ஊற்றப் பழகுகிறது.

- சவர்க்காரமும் தண்ணீரும் கொண்டு நம்மைக் கழுவும்போது சவர்க்காரம் கரைத்த தண்ணீர் உள்ள பாத்திரம் ஒன்றைக் குழந்தையிடம் கொடுத்து மெல்லிய குழாயால் குமிழ்கள் ஊதும்படி சொல்லுவோம். குமிழ்கள் உண்டாகிக் காற்றில் மிதக்கும் விதம்பற்றி அவதானித்து மகிழச் செய்வோம்.

> * புதிய அனுபவம் ஒன்றைப் பெறுகிறது.
>
> * தன்பாட்டில் மகிழ்வுடன் இருக்கிறது.
>
> * கேள்விக்கு மறுமொழி சொல்ல பழகுகிறது.

குளித்தல் 4

குழந்தையைக் குளிப்பாட்டிய பின்பு தாய் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- நாங்கள் சவர்க்காரம் தேய்த்து நம்மைச் சுத்தப்படுத்தும் போது குழந்தையிடம் சவர்க்காரம் கரைத்த தண்ணீர் உள்ள பாத்திரம் ஒன்றைக் கொடுத்து மெல்லிய குழாய் ஒன்றால் குமிழ்களை ஊதி மகிழ விடுவோம்.

> * புதிய அனுபவம் ஒன்றைப் பெறுகிறது.
> * விளையாடி மகிழ்கிறது.

குளித்தல் 4

குழந்தையைக் குளிப்பாட்டிய பின்பு தாய் குளிக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- குழந்தைக்கான ஒரு விளையாட்டை ஏற்பாடு செய்து, நாங்கள் (பொருத்தமான குளியல் உடையுடன், தலைமயிரை அவிழ்த்து) ஆயத்தமாகிக் குளிக்கும் போது குழந்தையுடன் அன்பாகக் கதைத்துக் கவனமாக விளையாடும்படி சொல்லுவோம்.

> * பொறுமையாக இருக்கப் பழகுகிறது.
>
> * கவனமாகவும் தடையின்றியும் விளையாடுகிறது.

- நாங்கள் குளிக்க முன்பு தணீருடன் விளையாடுவதற்குக் குழந்தைக்கு வழிகாட்டுவோம். நாம் குளிக்கும் போது குழந்தையுடன் விசாரிக்கிற தோறணையில் கதைப்போம்.

  பாத்திரங்களுக்குள் தண்ணீரை ஊற்றுதல், இணைத்த கைகளுக்குள் சேர்த்த தண்ணீரால் பாத்திரங்களை நிரப்புதல், பெரிய பாத்திரம் ஒன்றில் உள்ள தண்ணீரை பல சிறிய பாத்திரங்களுக்குள் ஊற்றித் தண்ணீரை அளத்தல்.

> * அளவு பற்றி அனுபவம் ஒன்றைப் பெறுகிறது.
>
> * ஒரு பாத்திரத்திலிருந்து இன்னொன்றுக்கு ஊற்றப் பழகுகிறது.

- சவர்க்காரமும் தண்ணீரும் கொண்டு நம்மைக் கழுவும்போது சவர்க்காரம் கரைத்த தண்ணீர் உள்ள பாத்திரம் ஒன்றைக் குழந்தையிடம் கொடுத்து மெல்லிய குழாயால் குமிழ்கள் ஊதும்படி சொல்லுவோம். குமிழ்கள் உண்டாகிக் காற்றில் மிதக்கும் விதம்பற்றி அவதானித்து மகிழச் செய்வோம்.

> * புதிய அனுபவம் ஒன்றைப் பெறுகிறது.
>
> * தன்பாட்டில் மகிழ்வுடன் இருக்கிறது.

கழுவுதல் 1

துணி துவைக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உபட்ட குழந்தைகட்கு

- துணிகளைத் துவைக்க நாங்கள் கொண்டுபோக வேண்டியவை பற்றிக் குழந்தைக்கு நினைவூட்டி, குழந்தையால் கொண்டு வரக்கூடிய (உதாரணமாக: சவர்க்காரம்) போன்ற எதையும் எடுத்துவரச் செய்வோம்.

  * கொண்டு போக வேண்டியவற்றை அடையாளம் கண்டு அவை பற்றிக் கதைக்கிறது.
  * தாய்க்கு உதவும் பழக்கத்தை விருத்தி செய்கிறது.

- துணி துவைக்கும் இடத்தில் குழந்தை உடுப்புக்களை (பாவாடை, காற்சட்டை, சாரம், ரவிக்கை) வகைப்படுத்தும்படி செய்வோம்.

  * முறையாக வகைப்படுத்தப் பழகுகிறது.
  * கேள்விகட்கு மறுமொழி சொல்லுகிறது.

- குழந்தையிடம் அண்டா ஒன்றில் தண்ணீர்கொடுத்து, நாம் துணி துவைக்கும் பொழுது, கைக்குட்டை போன்ற ஒன்றைக் குழந்தை துவைக்கும்படி செய்வோம்.

  * தண்ணீருடன் விளையாடுகிறது.
  * தண்ணீரில் கழுவுவதில் மகிழ்ச்சியடைகிறது.

கழுவுதல் 1

துணி துவைக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- அழுக்குத் துணிகள், சவர்க்காரம், ஒரு பாத்திரம் ஆகியன போல, துணி துவைக்க அவசியமான பொருட்களை எடுக்கவும் துவைக்குமிடத்துக்குக் கொண்டு போகவும் குழந்தையின் உதவியைப் பெறுவோம்.

* தாய்க்கு உதவும் பழக்கத்தை விருத்தி செய்கிறது.

- துணிகள் எவ்வளவு அழுக்கானவை (சிறிது ஆழுக்கானவையா, அதிகம் அழுக்கானவையா) என்ற அடிப்படையில் அல்லது துணிகளின் நிறத்தின் (வெண்மை/நிறமான) அடிப்படையில் குழந்தை துணிகளை வகைப்படுத்தச் செய்வோம்.
- அழுக்கேறிய பகுதிகளில் எப்படி அதிகம் சவர்க்காரம் பூசப்பட்டு நன்றாகத் தேய்த்துக் கழுவப்படுகிறது என்று குழந்தையைக் கவனிக்கச் செய்து, அது பற்றிக் குழந்தையுடன் கதைப்போம்.

* முறையாக வகைப்படுத்தக் கற்கிறது. * முறையாக வகைப்படுத்துவதில் புது அனுபவம் ஒன்றைப் பெறுகிறது.

- நாம் நமது துணிகளைக் கழுவி முடிக்கும் வரை, குழந்தையிடம் கைக்குட்டை அல்லது பெனியன் ஒன்றைக் கொடுத்து, அழுக்கான பகுதிகளில் அதிக சவர்க்காரம் பூசிக் கழுவும்படி செய்வோம்.

* கழுவும் அனுபவம் ஒன்றைப் பெறுகிறது. * தண்ணீரை அளைவதில் மகிழ்ச்சி பெறுகிறது.

கழுவுதல் 1

துணி துவைக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- துணிகளில் சவர்க்காரம் பூசிக் கழுவும் போது தண்ணீரின் நிறம் மாறுகிறது என்று குழந்தைக்கு விளங்கப்படுத்தி, தண்ணீரின் நிறத்தில் ஏற்படும் மாற்றத்தை (சுத்தமான தண்ணீர், துணி கழுவிய தண்ணீர்) என்று அவதானிக்கச் செய்வோம்.

> * நிறத்தில் ஏற்படும் மாற்றத்தை அவதானிக்கிறது.
> * கண்டதைப் பற்றிக் கதைக்கிறது.

- துணி துவைக்கும் இடத்தில் குழந்தை உடுப்புக்களை (பாவாடை, காற்சட்டை, சாரம், ரவிக்கை) வகைப்படுத்தும்படி செய்வோம்.

> * முறையாக வகைப்படுத்தப் பழகுகிறது.
> * கேள்விகட்கு மறுமொழி சொல்லுகிறது.

- துணிகளை வெய்யிலில் போடும் போது, குழந்தையிடம் ஈரத்துணிகள் காய்வதற்கு அவை வெய்யிலில் போடப்பட வேண்டும் என்று சொல்லுவோம்.

  குழந்தை கழுவிய கைக் குட்டையை வெய்யிலில் போட்டு, அது உலர்ந்த பிறகு அதைத் தொட விட்டு அதைப் பற்றி கதைப்போம்.

> * துணிகளை உலர்த்துவதில் அனுபவம் பெறுகிறது.
> * உணர்ந்ததைப் பற்றிக் கதைக்கிறது.

கழுவுதல் 1

துணி துவைக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- அழுக்குப் போகக் கழுவிய பின்பு தண்ணீரின் நிறம் எப்படி மாறுகின்றது என்று கவனிக்கும்படி குழந்தையை ஊக்குவித்து அதைப்பற்றிக் கதைப்போம். தண்ணீரில் அழுக்கு நிறம் இல்லாமலாகும் வரை துணிகள் கழுவப்படுவதைக் குழந்தைக்குக் காட்டுவோம்.

> * புதிய அனுபவம் ஒன்றைப் பெறுகிறது.
> * யோசிப்பதற்கு ஊக்குவிக்கப்பகிறது.
> * தண்ணீரின் நிறம் எப்படி மாறுகிறது என்று அவதானிக்கிறது.

- கழுவிய துணிகளை வெய்யிலில் போடக் குழந்தையின் உதவியைப் பெறுவோம். குழந்தையிடம் அன்பாகக் கதைத்து துணிகள் எங்கே போடப்பட வேண்டும் என்று குழந்தையிடம் சொல்லுவோம்.

  உதாரணமாக அம்மாவுடைய துணிகள் இங்கே, அப்பாவுடைய துணிகள் அடுத்தாற் போல, பிறகு சின்னத் தங்கையுடையது என்ற விதமாக.

> * அவரவர்க்குரிய துணிகள் பற்றிய அனுபவமொன்றை விருத்தி செய்கிறது
> * தாய்க்கு உதவும் பழக்கத்தை விருத்தி செய்கிறது.

கழுவுதல் 1

துணி துவைக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- குழந்தையிடம் ஈரமான உடுப்பு ஒன்றையும் வெய்யிலில் காய்ந்த உடுப்பு ஒன்றையும் கொடுத்து அவற்றைத் தொடச் செய்வோம். அவற்றை ஈரமான துணி எனவும் உலர்ந்த துணி எனவும் அடையாளம் காண ஒரு சந்தர்ப்பம் கொடுத்து அதைப் பற்றிக் கதைப்போம்.

> * உலர்வையும் ஈரத்தையும் அனுபவிக்கிறது.
>
> * அனுபவித்ததைப் பற்றிக் கதைக்கிறது.

- குழந்தையிடம் எந்த உடுப்புகள், எவருடைய உடுப்புக்கள் மடிக்கப்படுகின்றன என்று கேட்போம். உலர்ந்த உடுப்புக்களை மடிக்கும்போது அவை பற்றிக் கதைக்கும்படி ஊக்குவிப்போம்.

  உதாரணம்: அப்பாவின் பெரிய சாரம், என்னுடைய சிறிய பாவாடை, என்பது போல.

> * உடுப்புக்கள் பற்றி எதையாவது குறிப்பாகச் சொல்லுகிறது.
>
> * தாயுடன் நெருக்கமான உறவை விருத்தி செய்கிறது.

கழுவுதல் 1

துணி துவைக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- துணிகள் வெய்யிலில் எப்படிக் காய்கின்றன என்று குழந்தை விளங்குவதற்கு உதவுவோம். குழந்தையை ஈரத்துணியைத் தொடச்செய்து வெய்யிலில் போடச் செய்வோம்.

  * மெல்லிய துணிகள் விரைவாக உலர்கின்றன.
  * தடித்த துணிகள் உலர அதிக நேரமாகிறது.

- உடுப்புக்களில் அதிகம் மடிப்புக்கள் உள்ள (கொலர், கரைகள் போன்ற), இடங்கள் உலர அதிக நேரமாகிறது என்று கவனிக்கச் செய்வோம். கண்டதைப் பற்றிக் கதைக்கச் செய்வோம்.

  * வெய்யிலில் ஈரம் உலர்கிறதென்று அனுபவமூலம் அறிகிறது.
  * அனுபவத்தைப் பற்றிக் கதைக்கிறது.

- உலர்ந்த துணிகளை நாம் மடிக்கும் போது தனக்கு இயலுமான மாதிரிக் குழந்தையையும் உடுப்புக்களை மடிக்க விடுவோம்.

  * கைகளைப் பாவிக்கும் ஒரு பயிற்சியைப் பெறுகிறது.
  * நல்ல பழக்கமொன்றை வளர்க்கிறது.

கழுவுதல் 2

வீட்டில் கோப்பை, பீங்கான், சட்டி, பானை கழுவும் போது

மூன்று வயதுக்கு உபட்ட குழந்தைகட்கு

- சமைக்கப் பாவித்த சட்டி, பானைகளைக் கழுவப் பாவிக்கும் பொருட்கள் பற்றிக் குழந்தையிடம் கதைப்போம். கழுவ முதலும் கழுவிய பின்பும் சட்டி, பானைகளைக் குழந்தைக்குக் காட்டுவோம்.

> * பாத்திரங்கள் கழுவப்பட வேண்டுமென்று கற்கிறது.
> * கண்டதைப் பற்றிக் கதைக்கிறது.

- கழுவிக் காயவைத்த பானைகளை நாங்கள் (முறையாக) அடுக்கும் போது, குழந்தைக்கும் ஏதாவது பொறுப்பைக் கொடுப்போம். குழந்தையின் விளையாட்டுப் பொருட்களும் இப்படியே சரியான இடங்களில் வைக்கப்பட வேண்டும் என்று குழந்தைக்கு நினைவூட்டுவோம்.

> * முறையாக வேலை செய்யப் பழகுகிறது.
> * பொறுப்புணர்வை விருத்தி செய்கிறது.

கழுவுதல் 2

வீட்டில் கோப்பை, பீங்கான், சட்டி, பானை கழுவும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- சமைக்கப் பாவித்த சட்டி, பானைகளை நாங்கள் கழுவும் போது, குழந்தையையும் எந்த வகையிலாவது உதவி செய்யப் பண்ணுவோம். சட்டிகள் சரியாகக் கழுவப்படாவிட்டால், அவற்றில் அழுக்கு மிஞ்சி, (கரப்பான், போல) பூச்சிகள் அவற்றால் பெருகும் என்று சொல்லுவோம்.

> * ஒரு வேலை ஏன் அப்படிச் செய்யப்படுகிறது என்று கண்டுபிடிக்கிறது.
> * வீட்டில் உள்ள பொருட்களைப் பற்றிய விளக்கத்தை விருத்தி செய்கிறது.

- பாத்திரங்களை நாங்கள் கழுவும் போது, குழந்தையை நமக்கு அருகாக இருத்தி, பாத்திரங்களைக் கழுவுவதால் தண்ணீரின் நிறம் எப்படி மாறுகிறது என்று அவதானிக்க விடுவோம். பாத்திரங்கைள நாங்கள் கழுவும் போது குழந்தை கேட்கும் கேள்விகட்கு மறுமொழி சொல்லிப் பாத்திரங்களை அவற்றின் இடங்களில் கவனமாக வைக்கும்படி பழக்குவோம்.

> * பாத்திரங்களை கழுவும்போது தண்ணீரின் நிறம் மாறுகிறது என்று விளங்கிக் கொள்கிறது.
> * வேலை செய்ய ஒரு பயிற்சி பெறுகிறது.

கழுவுதல் 2

வீட்டில் கோப்பை, பீங்கான், சட்டி, பானை கழுவும் போது

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- கழுவிய (சட்டி, பானை போன்ற) பாத்திரங்கள் வெய்யிலில் காயவிடப்படுகின்றன என்று கவனிக்க குழந்தைக்கு ஒரு வாய்ப்புக் கொடுப்போம். குழந்தை தனது சின்ன சட்டி பானைகள், சிரட்டை போன்றவற்றைக் கழுவி வெய்யிலில் காயவைத்து அவை எப்படி உலருகின்றன என்று பார்க்க விடுவோம்.

> * வெய்யிலில் தண்ணீர் உலருகிறது என்று கற்கிறது.
>
> * புதிய அனுபவமொன்றைப் பெறுகிறது.

- உணவு உண்ண முதல், பீங்கான்களை நன்றாகக் கழுவும் விதத்தைக் குழந்தை கவனிக்க விடுவோம்.

> * சுத்தமான பாத்திரங்களைப் பாவிக்கும் பழக்கத்தை விருத்தி செய்கிறது.

- தனது தட்டையும் கோப்பையையும் கழுவுவதில் குழந்தையின் உதவியைப் பெறுவோம்.

> நல்ல சுகாதாரப் பழக்கமொன்றுக்குப் பழக்கப்படுகிறது.

கழுவுதல் 2

வீட்டில் கோப்பை, பீங்கான், சட்டி, பானை கழுவும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- கழுவிய சட்டி பானைகள் வெய்யிலில் காயவிடப்படும் விதத்தையும் வெய்யிலில் காய்ந்த பின்பு சட்டி பானைகளில் இருந்த ஈரம் எப்படி உலர்ந்தது என்பதையும் குழந்தையைக் காண விடுவோம்.

> * வெய்யிலின் சூட்டில் ஈரம்உலர்கிறது என்று அறிகிறது.
> * பொருட்களைத் துப்புரவாக வைப்பதில் ஒரு அனுபவம் பெறுகிறது.

- உணவு உண்ணும் முன்பு பீங்கான்களைக் கழுவுவதில் குழந்தையை ஈடுபடுத்துவோம். தட்டுக்கள் எப்படி ஒன்றின் மேல் ஒன்று வைக்கப்படுகின்றன என்று குழந்தையை அவதானிக்கச் செய்து அவற்றைக் கவனமாக ஒன்றின் மேல் ஒன்றாக வைக்கச் செய்வோம்.

> * அன்றாட வேலைகளில் தாய்க்கு உதவும் பழக்கத்தை விருத்தி செய்கிறது.

- தனது தட்டையும் கோப்பையையும் நன்றாகக் கழுவிச் சரியான இடத்தில் வைக்கும்படி குழந்தைக்குப் பழக்குவோம்.

> * தனது வேலையைச் சுதந்திரமாகச் செய்யப் பழகுகிறது.
> * நல்ல சுகாதாரப் பழக்கமொன்றுக்குப் பழக்கப்படுகிறது.

கழுவுதல் 2

வீட்டில் கோப்பை, பீங்கான், சட்டி, பானை கழுவும் போது

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- கழுவி அழுக்கு அகற்றப்பட்ட பீங்கான்களும் கோப்பைகளும் புதியதாகத் தெரிகின்றன என்பதைக் குழந்தைக்குக் காட்டுவோம். அது பற்றிக் குழந்தையிடம் கதைப்போம்.

* சுத்தமான பாத்திரத்தை அடையாளம் காணுகிறது.

* கண்டதைப் பற்றிக் கதைக்கிறது.

கழுவுதல் 2

வீட்டில் கோப்பை, பீங்கான், சட்டி, பானை கழுவும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- சட்டி பானைகள், பீங்கான்கள், கோப்பைகள் ஆகியவற்றிலிருந்து அகற்றப்பட வேண்டியனவான (சட்டி பானைகளிலிருந்து) கரி, எண்ணெய், (தட்டுக்களிலிருந்து) உணவின் மிச்சங்கள், (தேனீர்க் கோப்பைகளிலிருந்து) கறை போன்றவை பற்றிக் குழந்தையிடம் கதைப்போம். அவற்றைக் கழுவப் பாவிக்கும் பொருட்கள் பற்றிக் குழந்தைக்கு நினைவூட்டுவோம்.

> * கோப்பை, பீங்கான்களைச் சுத்தப்படுத்துவதன் மூலம் கழுவுவதற்குக் கற்கிறது.

- அழுக்கு அகற்றப்பட்டு ஒன்றாகக் கழுவப்பட்ட சட்டி பானைகள், தட்டுக்கள்/கோப்பைகள் புதிய தோற்றம் உடையனவாக இருப்பதைக் குழந்தையைக் காணச் செய்வோம்.

> * பொருட்களைத் துப்புரவாக்கும் பழக்கத்தை விருத்தி செய்கிறது.
> * தனது எண்ணங்களைக் கூறும் பயிற்சி ஒன்றைப் பெறுகிறது.