ஆரம்ப பிள்ளைப் பருவ விருத்திக்கான

வீட்டை அடிப்படையாகக் கொண்ட செயல்முறைகள்

ஏழாம் புத்தகம்

ஓய்வு நேரம்

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 அர்த்தமுடையனவானால் 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 விருத்தியடைதற்கு 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 வாயப்பற்ற 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) இளம் பிள்ளைகள் பற்றி மனதிருந்த வேண்டிய உண்மைகளும்
2) பெற்றோருக்கு உணர்வூட்டும் நிகழ்ச்சிகளை நடத்திக் காண்பிக்கும் பயிற்சி உத்தியோகத்தர்களுக்குப் பயனுள்ள உண்மைகளும் அடங்கியுள்ளன.

செயற்பாடுகள்: இரண்டு வயது மடடப் 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 பழகக் 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 வைத்திருப்போம

- 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.**

பெற்றோரின் விழிப்புணர்ச்சிக்கான செயற் திட்டங்களை நடத்தும் போது, பயிற்றுனர்கள் கவனத்திற் கொள்ள வேண்டிய 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 சொல்வதைத் 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.

ஆரம்ப பிள்ளைப் பருவ விருத்திக்காக வீட்டை
அடிப்படையாகக் கொண்ட செயல் முறைகள்
அடங்கிய எட்டுச் சிறு நூல்கள்
தயாரிக்கப்பட்டுள்ளன இது அவற்றுள் ஒன்று.

ஓய்வு நேரம்

நிலவரங்கள்

1. குழந்தைகளுடன் மகிழ்ந்திருக்கும் போது
2. சுற்றாடல் பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தும் போது
3. தோட்ட வேலை முடிந்த பின்பு

ஓய்வு நேரம்

செயல்முறைகளின் அறிமுகம்

- ஓய்வு நேரம் என்பது வேலைக்குப் பின் ஆறுதலாயிருப்பதற்கானது. குழந்தை / குழந்தைகளுடன் விளையாடுவது பெற்றோருக்குப் பெரும் இன்பம் தருகிறது. விளையாடும் போது தங்களால் இலேசாகக் கையாளக் கூடிய பொருள்களைப் பற்றிக் குழந்தைகள் ஆவலுடன் கற்கின்றன. பெற்றோர் அவர்களது விளையாட்டில் சேர்ந்து கொள்வது அவர்களுக்குத் திருப்தியையும் மகிழ்ச்சியையும் கொடுக்கும்.

கதைத்தல்

- குழந்தைகளுக்காக ஏற்பாடு செய்யக்கூடிய விளையாட்டுக்கள்.
- குழந்தைகளின் விளையாட்டில் பெற்றோர் எப்படி மகிழ்வடையலாம்.
- மண், களிமன், விதைகள் ஆகியவற்றைப் பாவித்து குழந்தைகள் எப்படிச் சுதந்திரமாகவும் ஆக்கமான முறையிலும் விளையாடித் தாமே விடயங்களைக் கண்டறியலாம் என்பன பற்றிக் கதைக்கவும்.

விளங்கப்படுத்தல்

- தங்கள் புலன்களைப் பாவித்துக் குழந்தைகள் விளையாட்டின் மூலம் கற்கும் விதம்.
- தங்கள் பாட்டிலேயே திரவியங்களுடன் பரிசோதனை செய்து பொருட்களை உருவாக்கக் குழந்தைகள் விரும்புவது.
- சூழலில் உள்ள ஒலிகளையும் பொருட்களையும் குழந்தைகள் அடையாளம் கண்டு அவை பற்றிக் கதைப்பதன் பெரும் அவசியம்.
- மற்றவர்களைப் போல நடித்து போலி செய்யக் குழந்தைகள் விருபுகின்றனர், மிருகங்களையும் வாகனங்களையும் விளையாட்டாகப் போலி செய்கின்றனர் என்பன பற்றிப் பெற்றோருக்கு விளங்கப்படுத்துவோம்.

செய்து காட்டுதல்

- விளையாட்டுக்களை ஏற்பாடு செய்யும் விதம்.
- மணல், விதைகள், இலைகள் கொண்டு செய்யக்கூடிய ஆக்க வேலைகள்.
- குழந்தைகளுடன் குறுக்கிடாமல் விளையாட்டுக்களில் பெற்றோர் பங்குபற்றும் விதம் ஆகியவற்றைச் செய்து காட்டுங்கள்.

கலந்தாலோசனை

- குழந்தைகளோடு தோட்டத்தில் உலாவப் போவதன் நன்மையையும், நாம் அக்கறை காட்டாத பொருள்கள் பற்றி அவர்களின் அக்கறையும்

  உதாரணம்: நத்தைகள், எறும்புகள் ஆகியன.
- அவர்களோடு சேர்ந்து பாடி அவர்களுக்கு கதைகள் சொல்லுவதன் அவசியம்
- சிறு குழந்தைகளது அற்பமான சாதனைகளையும் பெற்றோர் மெச்சும் விதம் என்பனவற்றைப் பற்றிப் பெற்றோருடன் கலந்து பேசுங்கள்.

பெற்றோரை ஊக்குவித்தல்

- பெற்றோர்கள் தங்கள் குழந்தைகளுடன் விளையாடும் முறைகள் பற்றி (தங்கள் புதிய எண்ணங்களைப் பகிர்ந்து) பேசும்படியும்
- குழந்தைகளின் செயல்முறைகளில் பங்குபற்றும்படியும்
- மற்றப் பெற்றோரும் கற்க ஏதுவாக பாடல்களையும் கதைகளையும் வழங்கும் படியும் பெற்றோரை ஊக்குவிக்கவும்.

கவனிக்க வேண்டியன:

- ஒரே செயல்முறையின் **இரு மட்டங்க்ள்** இரண்டு பக்கங்களில் தரப்பட்டுள்ளன.
- **இடப்புறத்தில்** உள்ளவை **மூன்று வயதிற்கு உட்பட்ட** குழந்தைகட்குப் பொருத்தமானவை.
- **வலது புறத்தில்** உள்ளவை **மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட** குழந்தைகட்குப் பொருத்தமானவை.
- குழந்தையின் முதிர்ச்சியின் அடிப்படையில் அவர்களது ஆற்றலை மதிப்பிட வேண்டும் என்பதால் **வயதின் அடிப்படையில் தீர்மானிக்க அவசியமில்லை.**

ஓய்வு நேரம் 1

குழந்தைகளுடன் மகிழ்ந்திருக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- ஓய்வு வேளையில் பெற்றோர் இருவரும் குழந்தையுடன் கூட இருந்து அன்பாகக் கதைத்து குழந்தையின் விருப்பத்துக்குரியவை. விளையாட விரும்பும் விளையாட்டுக்கள் எவை என்று அறிவோம்.

> * மூத்தோருடன் நெருக்கமான உறவை விருத்தி செய்கிறது.
> * கதைத்துக் கேள்விகளுக்கு மறுமொழி சொல்லுகிறது.
> * பெற்றோரால் நேசிக்கப்படுவதில் மகிழுகிறது.

- சுத்தமான மணல் கிடைக்கக் கூடிய ஒரு இடத்தில் (தோட்டத்தில்) மணலுடன் விளையாடக் குழந்தைக்கு ஒரு வாய்ப்புக் கொடுப்போம்.

  உதாரணம்: மணற்சோறாக்கல், இணைந்த கைகளுக்குள் மணலெடுத்துச் சிரட்டைகளை நிரப்புதல், மண் குவியல்கள் செய்தல்.

> * சுதந்திரமாக விளையாடி மகிழுகிறது.

- (வீட்டிலோ அயலிலோ வாழும்) தன் வயதையொத்த பிற குழந்தைகளோடு விளையாடும்படி குழந்தையை ஊக்குவிப்போம்.

> * சமூகப் பழக்கம் பெறுகிறது.

ஓய்வு நேரம் 1

குழந்தைகளுடன் மகிழ்ந்திருக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- ஓய்வு வேளையில் பெற்றோர் இருவரும் குழந்தையுடன் அமர்ந்து அன்பாகக் கதைத்துக் குழந்தையின் அக்கறைக்குரியவற்றையும் தேவைகளையும் அறிவோம். குழந்தை சொல்லுவதைப் பொறுமையாகக் கேட்போம்.

> * மூத்தோருடன் நெருங்கிய உறவை விருத்தி செயகிறது.
> * மகிழ்ச்சி அடைகிறது.
> * தெளிவாகக் கதைக்கப் பழகுகிறது.

- தோட்டத்தில் சுத்தமான மணலுடன் விளையாட ஒரு வாய்ப்பளிப்போம். மணற்சோறாக்கவும் மணலை அளக்கவும் குழந்தையிடம் சுத்தமான சிரட்டைகளைக் கொடுப்போம். தன் விரல்களாலோ தடியொன்றாலோ மணலிற் கோலங்களும் கோடுகளும் கீற விடுவோம்.

> * பெற்றோரின் பங்குபற்றுதலால் மகிழுகிறது.
> * விளையாட்டின் மூலம் எழுதுவதற்கு முன்பு தேவையான திறமையை விருத்தி செய்கிறது.

- வீட்டிலோ அயலிலோ உள்ள குழந்தைகளுடன் விளையாடும்படி குழந்தையை ஊக்குவிப்போம்.

> * சமூகப் பழக்கம் பெறுகிறது.

ஓய்வு நேரம் 1

குழந்தைகளுடன் மகிழ்ந்திருக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- குழந்தையின் ஒத்துழைப்புடன் சுற்றாடலிலிருந்து பெறப்பட்ட பொருட்களால் விளையாட்டுப் பொருட்கள் சில செய்வோம்.

  உதாரணம்:

  * பழந்துணியால் பொம்மைகள், பந்துகள்
  * இலைகளால் ஊதல்கள்
  * இலைகளால் தொப்பிகள்
  * ஈர்க்கால் பொறிகள்

> * மூத்தோர் செய்த பொம்மைகளால் ஈர்க்கப்படுகிறது.
> * விளையாட்டுப் பொருள்கள் செய்து மகிழுகிறது.

- சுற்றாடலிலிருந்து பெறப்பட்ட பொருட்களிலிருந்து செய்யப்பட்ட விளையாட்டுப் பொருட்களைப் பாவிக்கும் விதத்தைக் காட்டிக் குழந்தையுடன் விளையாடுவோம்.

> * மூத்தோருடன் விளையாடி மகிழுகிறது.

- குழந்தையோடு மகிழ்ந்திருந்து குழந்தை தனக்குத் தெரிந்த அல்லது விருப்பமான ஒருவரைப் போன்று நடிக்கும் போது குழந்தையிடம் கேள்விகள் கேட்போம்.

> * ஒருவரைப் போன்று நடித்து விளையாடிச் சுதந்திரமாக உரையாடப் பழகுகிறது.
> * பெற்றோரின் பங்குபற்றுதலில் மகிழ்வடைகிறது.

ஓய்வு நேரம் 1

குழந்தைகளுடன் மகிழ்ந்திருக்கும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- குழந்தையின் ஒத்துழைப்புடன் சுற்றாடலிலிருந்து பெறப்பட்ட பொருட்களால் குழந்தைக்கான விளையாட்டுப் பொருட்களைச் செய்யுங்கள்.

  உதாரணம்:

  * தடிகளால் பொம்மைகளும் பாவைகளும்,
  * பழந்துணியால் பொம்மைகள், பந்துகள்,
  * இலைகளால் ஊதல்கள்,
  * பூவரசங் காயால் பம்பரங்கள்,
  * தகர மூடிகளால் தராசுகள்,
  * பனை ஓலையால் விசிறிகள் போன்றன.

> * சுற்றாடலில் காணப்படுவனவற்றை மதிக்கப் பழகுகிறது.
> * மூத்தோரின் ஈடுபாட்டால் மகிழ்ச்சி அடைகிறது.

- செய்யப்பட்ட விளையாட்டுப் பொருட்களைப் பாவித்து விளையாடக் குழந்தைக்கு வழி காட்டுவோம்.

> * சுற்றாடலிலிருந்து பெறப்பட்ட பொருட்களுடன் விளையாடி மகிழ்கிறது.

- பெற்றோரையோ காலையில் வீட்டுக்கு வந்தவர்களைப் போல நடிக்க ஒரு சந்தர்ப்பம் கொடுத்துக் குழந்தையுடன் மகிழ்ந்திருப்போம்.

> * நினைவிலிருக்கிறபடி திருப்பிச் செய்யப் பழகுகிறது.
> * பிறரைப் போன்று தானும் நடிக்கும் போது சுதந்திரமாகக் கதைக்கிறது.

ஓய்வு நேரம் 2

சுற்றாடல் பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தும் போது

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- குழந்தையைத் தோட்டத்தில் உலாவக்கொண்டு போவோம். புதியதாக எதையும் குழந்தைக்குக் காட்டிக் குழந்தை கேட்கும் கேள்விகளுக்கு மறுமொழி சொல்லுவோம்.

> * சுற்றாடல் பற்றி அறியும்ஆர்வத்தை விருத்தி செய்கிறது.
> * தாயுடனும் தகப்பனுடனும் நெருக்கமான ஒரு பாசத்தை விருத்தி செய்கிறது.

- குழந்தை விளையாட ஒரு பொம்மை வீடு செய்வோம். வீட்டிலோ அயலிலோ உள்ள மற்றக் குழந்தைகளுடன் அங்கு விளையாடும்படி ஊக்குவிப்போம்.

> * வீட்டில் காணுவதைத் தானும் செய்கிறது.
> * மற்றக் குழந்தைகளுடன் விளையாடி சமூகப் பழக்கம் பெறுகிறது.
> * கருத்துக்களைப் பரிமாற ஊக்குவிக்கப்படுகிறது.

- நாம் சிநேகமாக உரையாடிக்கொண்டிருக்கும் போது, குழந்தையை அர்த்தமுள்ள ஒரு காரியத்தில் ஈடுபடுத்துவோம்.

  தோட்டத்திலிருந்து நான்கு அல்லது ஐந்து இலைகளைக் கொண்டு வந்து அவற்றை நிலத்தில் வரிசையாக வைக்கும்படி சொல்லுவோம். கற்கள் கொண்டு வந்து ஒவ்வொரு இலை மேலும் ஒன்றை வைக்கச் சொல்லுவோம்.

> * கணித அனுபவமொன்றைப் பெறுகிறது.
> * பொருத்திப் பார்க்கப் பழகுகிறது.
> * சிந்திப்பதை ஊக்குவிக்கிறது.

ஓய்வு நேரம் 2

சுற்றாடல் பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்டகுழந்தைகட்கு

- குழந்தையைத் தோட்டத்தில் அல்லது வெளியில் அல்லது சிநேகிதர்/ உறவினர் வீட்டுக்கு உலாவக் கொண்டு போகும் போது குழந்தை காணுகிறவற்றைப் பற்றி குழந்தையைக் கேள்வி கேட்டுக் குழந்தை கேட்கிற கேள்விகட்கு எளிமையான மறுமொழிகள் சொல்லுவோம்.

  * சுற்றாடல் பற்றிக் கற்கிறது.
  * தாய் / தகப்பனுடைன் நெருக்கமான உறவை ஏற்படுத்துகிறது.

- குழந்தையின் உதவியுடன் ஒரு பொம்மை வீடு/கடை செய்து மற்றக் குழந்தைகளுடன் விளையாட ஊக்குவிப்போம்.

  * சமூகப் பழக்கம் பெறுகிறது.
  * கணித அனுபவங்கள் பெறுகிறது.
  * எண்ணங்களைப் பரிமாறுகிறது.

- நாம் சிநேகிதமாக உரையாடிக் கொண்டிருக்கும் போது, குழந்தையை அர்த்தமுள்ள ஒரு காரியத்தில் ஈடுபடுத்துவோம்.

  தோட்டத்திலிருந்து நான்கு விதமான இலைகளைக் கொண்டு வரச்சொல்லி, நடு நரம்பின் வழியே இரண்டாக வெட்டி / கிழித்து அவற்றைக் குழப்பிவைப்போம். குழந்தையை ஒவ்வொரு இலையின் இரண்டு பகுதிகளையும் பொருத்தி ஒன்றாக வைக்கச் செய்வோம்.

  * கணித அனுபவம் ஒன்றைப் பெறுகிறது.
  * பொருத்திப் பார்க்கப் பழகுகிறது
  * சிந்திப்பதை ஊக்குவிக்கிறது.

ஓய்வு நேரம் 2

சுற்றாடல் பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தும் போது

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- துப்புரவான மணலில் குழந்தையைத் தனது விரலாலோ ஒரு தடியாலோ தரையில் வைத்த ஒரு கல்லைச் சுற்றி ஒரு கோடு கீறச் செய்வோம்.

  * கண்களினதும் கைகளினதும் ஒருங்கிணைவை விருத்தி செய்கிறது.
  * எழுதுவதற்குத் தயார் நிலையை எட்டுகிறது.

- குழந்தையால் பெயர் சொல்லக் கூடிய மூன்று பொருட்களை அருகாக வைப்போம். குழந்தைக்குத் தெரியாமல் ஒன்றை ஒளிப்போம். காணாமற் போனது எது என்று குழந்தையிடம் கேட்போம். (ஒவ்வொரு பொருளாக எடுத்துத் திரும்பத் திரும்பச் செய்யலாம்).

  * நினைவில் வைத்திருக்கும் ஆற்றலைப் பெறுகிறது.

- பின்னேர ஓய்வு நேரத்தில் குழந்தையுடன் அன்பாகக் கதைத்து எளிமையான பாட்டுக்கள் பாடுவோம். கேட்க நல்ல கதைகள் சொல்லி மகிழுவோம்.

  * பெற்றோரின் அன்பில் மகிழுகிறது.
  * பாட்டில் / கதை கேட்பதில் அனுபவம் பெறுகிறது.

ஓய்வு நேரம் 2

சுற்றாடல் பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தும் போது

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- குழந்தையிடம் பழைய பத்திரிகைத் துண்டு ஒன்றும் வெண்கட்டி / கரித்துண்டு ஒன்றும் கொடுத்துத் தான் கண்ட எதையாவது கீற அல்லது கிறுக்க வழி காட்டுவோம்.

  * விரல் இயக்கக் கட்டுப்பாட்டையும் எழுத ஆயத்தத்தையும் விருத்தி செய்கிறது.

- குழந்ததை கண்டு பழக்கப்பட்ட ஐந்து கொருட்களை (இலை, கல், விதை, பென்சில், பழம்) பற்றிக் குழந்தையிடம் கேட்டு அவற்றைக் கொண்டு வருவோம். குழந்தைக்குத் தெரியாமல் ஒன்றை எடுத்து எதைக் காணவில்லை என்று கேட்போம். (ஒரு தடவை எல்லாவற்றையும் எடுத்துவிட்டு இருந்த பொருட்கள் எவை என்று கேட்போம்).

  * நினைவில் வைக்கும் ஆற்றலைப் பெறுகிறது.

- பின்னேர ஓய்வு நேரத்தல் குழந்தையிடம் அன்பு காட்டிக் குழந்தையுடன் சேர்ந்து பாடுவோம். விருப்பமான கதை சொல்லி மகிழுவோம்.

  * அன்பும் பாதுகாப்பும் பற்றி மகிழ்ச்சி அடைகிறது.
  * பாடவும் கதைகேட்கவும் பழகுகிறது.

ஓய்வு நேரம் 3

தோட்ட வேலை முடிந்த பின்பு

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- தோட்டத்தில் பாதுகாப்பான ஒரு இடத்தில் குழந்தை கட்டுப்பாடின்றி ஓடி விளையாடச் சுதந்திரம் கொடுப்போம்.

> * சுதந்திரமாக விளையாடுகிறது.
>
> * விளையாடி உடற்பயிற்சி பெறுகிறது.

- ஆறுதலாக மரத்தின் அடியில் உட்கார்ந்து குழந்தைக்கு கேட்க விருப்பமான ஒரு கதை சொல்லுவோம். குழந்தைக்கு நினைவிருக்கும் கதையொன்றைச் சொல்ல ஒரு வாய்ப்புக் கொடுப்போம்.

> * கேட்டுப் பழக்கப்படுகிறது.
>
> * கேட்டதை நினைவில் வைத்துத் திருப்பிச் சொல்லுகிறது.

- தோட்டத்துக்குள் வரும் பறவைகளைப் பார்த்து அவற்றின் நிறங்களையும் அழகையும் காணும்படி குழந்தையை ஊக்குவிப்போம். பறவைகளின் சத்தங்களுக்குக் காது கொடுக்கும் படி குழந்தையை ஊக்குவிப்போம்.

> * பறவைகளின் குண இயல்புகள் பற்றிக் கண்டுபிடிக்கிறது
>
> * நமது சூழலில் வாழும் பறவைகளை நேசிக்கப் பழகுகிறது.

ஓய்வு நேரம் 3

தோட்ட வேலை முடிந்த பின்பு

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- குழந்தையை ஓடியும் தவழ்ந்தும் உருண்டும் மரங்களில் ஏறியும் விளையாட விடுவோம். குழந்தையின் பாதுகாப்புப் பற்றிக் கவனித்துக் கொள்ளுவோம்.

> * உடல் இயக்கத்தினைக் கட்டுப்படுத்தப் பழகுகிறிது.

- நிழல் மரமொன்றின் கீழோ வசதியான ஒரு இடத்திலோ ஆறுதலாக உட்கார்ந்து மிருகங்களையும் பறவைகளையும் பற்றிக் குழந்தை விரும்பும் கதையொன்றைச் சொல்லுவோம். கதையில் ஒரு பாத்திரத்தை நடித்துக்காட்டச் செய்வோம். கதையில் ஒரு பகுதியையாவது சொல்லும்படி ஊக்குவிப்போம்.

> * போலி செய்து பழகி விளையாடி மகிழ்கிறது.
> * மிருகங்களிலும் பறவைகளிலும் விருப்பத்தை வளர்க்கிறது.
> * கதை சொல்ல ஊக்குவிக்கப்படுகிறது.

- தோட்டத்துக்குள் வரும் பறவைகளைப் பார்த்து அவற்றின் அழகு, நிறங்கள், சத்தங்கள், உணவு ஆகியவற்றை அவதானித்து மகிழும்படி குழந்தையை ஊக்குவிப்போம். குழந்தையிடம் இவற்றைப் பற்றிக் கதைப்போம். பறவைகளது சத்தங்களை வைத்து அவற்றை அடையாளம் காணும்படி செய்வோம்.

> * நமது சூழலில் உள்ள பறவைகளின் அழகில் மகிழுகிறது.
> * பறவைகளின் சத்தத்தைப் போன்று தானும் செய்கிறது.
> * தான் கண்டவை பற்றி விவரித்துக் கதைகள் சொல்லுகிறது.

ஓய்வு நேரம் 3

தோட்ட வேலை முடிந்த பின்பு

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- சுற்றாடலில் தான் விரும்பியதை அவதானிப்பதற்குக் குழந்தைக்கு ஒரு வாய்ப்புக் கொடுப்போம்.

  உதாரணம்:

  * ஓணான் தலையை ஆட்டும் விதம்.
  * அணில் பழத்தைக் கையிலெடுத்துத் தின்னும் விதம்.

> * அவதானித்துப் பழகுகிறது.
> * அழகானதைப் பார்ப்பதில் மகிழ்வடைகிறது.
> * சுற்றாடல்மீது நேசத்தை விருத்தி செய்கிறது.

- தோட்டத்தில் உள்ள சத்தங்களைக் கேட்டும் பொருட்களைத் தொட்டும் முகர்ந்தும் சுவைத்தும் அனுபவம் பெறுவதற்குக் குழந்தைக்கு உதவுவோம்.

> * தோட்டத்தில் உள்ள இயற்கையான பொருட்களூடு புலன் வழி அனுபவங்களைப் பெறுகிறது.
> * கண்டவை, கேட்டவை, தொட்டவை பற்றிக் கதைக்கிறது.

ஓய்வு நேரம் 3

தோட்ட வேலை முடிந்த பின்பு

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- சுற்றாடலில் (நமக்கு அழகாக இல்லாவிட்டாலும்) தனக்கு அழகாகத் தெரிவதைக் குழந்தை அவதானிக்க ஒரு சந்தர்ப்பம் கொடுப்போம்.

  உதாரணம்: * நத்தை ஊரும் விதம், எறும்புகள் நிரையாக புற்றுக்குப்போவது, பூவிலிருந்து பூவுக்கு வண்ணத்துப் பூச்சி தாவுவது

> * கூர்ந்து கவனித்துக் கற்கிறது.
> * சுற்றாடல் மீது நேசத்தை வளர்க்கிறது.
> * அழகானதைக் கண்டு மகிழுகிறது.

- சத்தங்களைக் கேட்டும் பொருட்களை முகர்ந்தும் சுவைத்தும் தொட்டுப் பார்த்தும் குழந்தை அனுபவங்களைப் பெற வாய்ப்புக்களைக் கொடுப்போம். (குழந்தை தன் புலன்களின் வழியாகவே அனுபவங்களைப் பெறுகிறது).

  உதாரணங்கள்:

  * வெவ்வேறு சத்தங்களைக் கேட்டல்
  * (நஞ்சில்லாத) இலைகளை நசுக்கல் (மா, கொய்யா, துளசி, மாதுளை)
  * மா, கொய்யா, மாதுளை, நெல்லி போன்ற பழங்களையும், வல்லாரை, துளசி ஆகிய இலைகளையும் கழுவிச் சுவைத்தல்
  * இலைகள், கற்கள், விதைகள் போன்றவற்றைத் தொட்டு அடையாளம் காணல்.
  * அழகான பூக்களின் பல் வேறு நிறங்களை அவதானித்தல்

> * இயற்கையில் உள்ள பொருள்களிலிருந்து புலன்வழி அனுபவங்களைப் பெறுகிறது.

ஓய்வு நேரம் 3

தோட்ட வேலை முடிந்த பின்பு

மூன்று வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு

- நமது வேலை முடிந்த பின்பு குழந்தைகள் பாட விரும்பும் பாட்டுக்களை அவர்களுடன் சேர்ந்து பாடுவோம். சிரட்டைகள், தடிகள், கைகள் (தட்டுதல்) மூலம் தாளம் போட உதவுவோம்.

* பாடி மகிழுகிறது.
* தாளம் போடப் பழகுகிறது.

ஓய்வு நேரம் 3

தோட்ட வேலை முடிந்த பின்பு

மூன்று வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகட்கு

- நமது வேலை முடிந்ததும் குழந்தைகளுடன் சேர்ந்து பாடுவோம். கைகள் (தட்டியும்), சிரட்டை, தடிகள் கொண்டும் தாளம் போடப் பழக்குவோம்.

* பாடி மகிழுகிறது.

* தாளம் போடப் பழகுகிறது.