THE EDUCATION STATE

VICTORIA State Government | Education and Training

आपके बच्चे की प्रतिदिन सहायता के लिए, साक्षरता और अंक ज्ञान से संबंधित सुझाव

0 से 12 तक वर्ष की आयु के बच्चों के माता-पिता और देखभालकर्ताओं के लिए एक मार्गदर्शिका

शिक्षा तथा प्रशिक्षण विभाग (Department of Education and Training)
द्वारा प्रकाशित

Department of Education and Training,
2 Treasury Place, East Melbourne, Victoria 3002.

ISBN: 978-0-7594-0636-0

विषय-वस्तु

मैं इस पुस्तिका का उपयोग कैसे करूँ? 4

मुझे सहायता कहाँ से मिल सकती है? 6

जन्म से लेकर विद्यालय की कक्षा 2 तक - साक्षरता 9

बोलने और सुनने में अपने बच्चे की सहायता करना 10

पढ़ने में अपने बच्चे की सहायता करना 12

लिखने में अपने बच्चे की सहायता करना 17

जन्म से लेकर विद्यालय की कक्षा 2 तक - अंक ज्ञान 23

घर में एक-साथ गणित करना 24

कक्षा 3 से कक्षा 6 तक - साक्षरता 33

बोलने और सुनने में अपने बच्चे की सहायता करना 34

पढ़ने में अपने बच्चे की सहायता करना 37

लिखने में अपने बच्चे की सहायता करना 39

कक्षा 3 से कक्षा 6 तक - अंक-ज्ञान 45

अपने बच्चे के साथ अंक-ज्ञान का अभ्यास करना 45

मैं इस पुस्तिका का उपयोग कैसे करूँ?

अनुसंधान दर्शाता है कि बच्चों के सीखने, विकसित होने, स्वास्थ्य, सुरक्षा और सकुशलता में उनके परिवार का महत्वपूर्ण योगदान होता है। आपकी देखभाल में रहने वाले बच्चे को स्कूल के लिए तैयारी करने, और फिर जब वो स्कूल में पहुँच जाए तो सफलता पाने में आपका परिवार एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है।

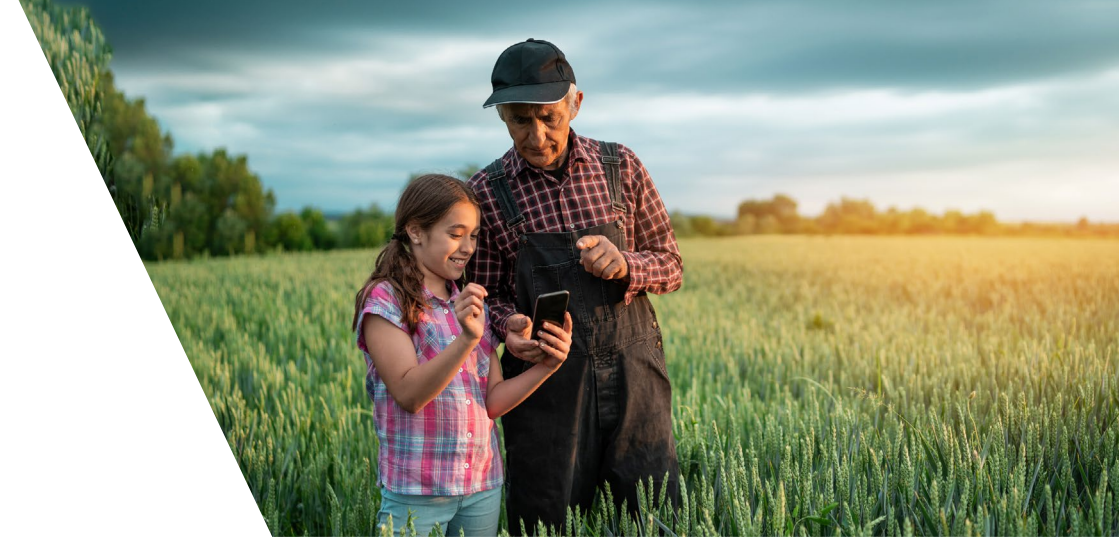
इस पुस्तिका में इस बारे में कुछ उपयोगी सुझाव दिए गए हैं कि आप अपने बच्चे का साक्षरता और अंक-ज्ञान कौशल बढ़ाने में किस तरह से सहायता कर सकते हैं। इसमें, कुछ रोचक, सस्ती, आसानी से उपलब्ध और व्यवहारिक गतिविधियों के बारे में बताया गया है जो आप घर पर अपने बच्चे के साथ कर सकते हैं। इस पुस्तिका में कुछ ऐसे प्रश्न भी दिए गए हैं जिन्हें पूछकर आप अपने बच्चे की सीखने में सहायता कर सकते हैं। इन व्यवहारिक गतिविधियों को करने से आपके बच्चे में पढ़ने और लिखने की अच्छी योग्यता विकसित होगी, और उसे अच्छी तरह से बोलना सीखने में तथा एक अच्छा श्रोता बनने में सहायता मिलेगी।

गणना करना और सँख्याओं का प्रयोग करना, आकृतियों को पहचानना, तथा गणित के ज्ञान को आगे बढ़ाने और उसे व्यक्त करने के लिए भाषा का उपयोग करना आदि कई सामान्य गतिविधियाँ घर पर करके भी आप अंक-ज्ञान के उनके कौशल को बढ़ाने में सहायता कर सकते हैं।

साक्षरता और अंक-ज्ञान से जुड़ी ये गतिविधियाँ आपके लिए इस बात का सुनहरा अवसर है कि आप ज्ञानार्जन के लिए महत्वपूर्ण मूल्यों जैसे कि उत्साह, दृढ़ता और जिज्ञासा आदि को बढ़ावा दे सकें।

बच्चे की साक्षरता और अंक-ज्ञान की प्रतिभा का विकास करने में सहायता के लिए, इन उपयोगी सुझावों और गतिविधियों का प्रयोग बच्चे के बड़े भाई या बहन तथा दादा-दादी, नाना-नानी, या बच्चे के जीवन से जुड़े किसी अन्य संबंधित व्यक्ति द्वारा भी किया जा सकता है।

इस पुस्तिका में साक्षरता और अंक-ज्ञान की गतिविधियों को दो आयु वर्गों के हिसाब से बाँटा गया है: जन्म से लेकर स्कूल की कक्षा 2 तक, और कक्षा 3 से लेकर कक्षा 6 तक। आपके बच्चे के आयु वर्ग के हिसाब से उचित भागों में जाएँ और ध्यान रखने योग्य बातों तथा उपयोगी सुझावों को देखें। आपको सारी गतिविधियाँ करना ज़रूरी नहीं है, लेकिन कुछ गतिविधियों को प्रतिदिन करने से आपके बच्चे की प्रवीणता बढ़ेगी।



यह पुस्तिका विक्टोरियन बाल अवस्था ज्ञानार्जन तथा विकास फ्रेमवर्क (Victorian Early Years Learning and Development Framework) (जन्म से लेकर 8 वर्ष तक की आयु तक) और विक्टोरियन पाठ्यक्रम (Victorian Curriculum) (लेवल्स फाउंडेशन से 10 तक) के अनुकूल है, इन दोनों में यह बताया गया है कि सभी बच्चों के लिए क्या सीखना महत्वपूर्ण होता है। इस पुस्तिका में दी गई गतिविधियाँ इन मानदण्डों को ध्यान में रखकर बनाई गई हैं, तथा आपके बच्चे की बाल अवस्था सेवा और स्कूल में प्रतिदिन पढ़ाई जाने वाली विषय-सामग्री में सहायक होती हैं।

विक्टोरियन बाल अवस्था ज्ञानार्जन तथा विकास फ्रेमवर्क (Victorian Early Years Learning and Development Framework) के बारे में और अधिक जानकारी के लिए इस वेबसाइट पर जाएँ:

http://www.education.vic.gov.au/Documents/childhood/providers/edcare/veyldframework.pdf

विक्टोरियन पाठ्यक्रम (Victorian Curriculum) के बारे में और अधिक जानकारी के लिए इस वेबसाइट पर जाएँ:

http://victoriancurriculum.vcaa.vic.edu.au/

यदि अंग्रेज़ी आपकी मातृभाषा नहीं है, तो आप अपने बच्चे के साथ ये गतिविधियाँ, अंग्रेज़ी की बजाय अपनी मातृभाषा में कर सकते हैं। अनुसंधान दर्शाता है कि छोटी आयु में दो या अधिक भाषाएँ सीखने से बच्चों को कई तरह के लाभ होते हैं, और इससे उन्हें स्कूल में सभी विषयों मे सफलता पाने में सहायता मिलती है।

मुझे सहायता कहाँ से मिल सकती है?

आपके बच्चे की मातृत्व तथा बाल स्वास्थ्य नर्स (Maternal and Child Health Nurse)

आपके बच्चे की मातृत्व तथा बाल स्वास्थ्य नर्स (Maternal and Child Health Nurse) आपके बच्चे के स्वास्थ्य और विकास के बारे में सलाह दे सकती है, और आपके बच्चे को सीखने के लिए प्रोत्साहित करने के तरीकों के बारे में सामान्य सलाह दे सकती है।

आपके बच्चे के बाल अवस्था (Early Years) शिक्षक, किंडरगार्टन के अध्यापक और स्कूल के अध्यापक

आप अपने बच्चे के साक्षरता और अंक-ज्ञान कौशल को आगे बढ़ाने में कैसे सहायता कर सकते हैं इस बारे में आपके बच्चे के बाल अवस्था (Early years) शिक्षक, किंडरगार्टन के अध्यापक और स्कूल के अध्यापक आपको परामर्श दे सकते हैं।

आप अपने बच्चे के बाल अवस्था (Early years) शिक्षक, किंडरगार्टन के अध्यापक, या अध्यापक से जिन विषयों पर चर्चा कर सकते हैं उनमें शामिल है:

- साक्षरता और गणित के ज्ञान के बारे में आपके बच्चे का रवैया और आत्मविश्वास
- साक्षरता और गणित में आपके बच्चे की प्रगति
- आपका बच्चा साक्षरता और गणित में जिन लक्ष्यों को पाने के लिए मेहनत कर रहा है उन लक्ष्यों के बारे में, तथा उन्हें पाने के लिए आप अपने बच्चे की कैसे सहायता कर सकते हैं
- आपके बच्चे को जो चीजें कठिन लगती हैं उनमें उसकी सहायता के लिए आप जो कदम उठा सकते हैं
- इस पुस्तिका में दिए गए उपयोगी सुझावों के बारे में आपके बच्चे का रवैया कैसा रहा।

ऑनलाइन संसाधन

छोटे बच्चों के माता-पिता तथा देखभालकर्ताओं के लिए, शिक्षा तथा प्रशिक्षण विभाग (Department of Education and Training) द्वारा इस वेबसाइट पर सामान्य जानकारी तथा संसाधन उपलब्ध करवाए गए हैं:
https://www.vic.gov.au/education-information-parents

इस विभाग की वेबसाइट पर माता-पिता और देखभालकर्ताओं के लिए वो जानकारी और संसाधन भी उपलब्ध हैं जिनसे वे स्कूल जा सकने की आयु वाले बच्चों को सीखने में सहायता कर सकते हैं:
https://www.vic.gov.au/supporting-your-childs-education

विक्टोरियन प्रीमियर'रीडिंग चैलेंज' हर साल मार्च से सितंबर तक चलता है। इसमें भाग लेने वाले बाल अवस्था सेवाओं तथा स्कूलों द्वारा आपके बच्चे का नाम दर्ज करवा दिया जाएगा - अन्यथा आप इस वेबसाइट पर जाकर अपने बच्चे का नाम दर्ज करवा सकते हैं:
https://www.vic.gov.au/premiers-reading-challenge?Redirect=1

विक्टोरियन सरकार की 'खोजें, प्रयोग करें, साझा करें शिक्षा (FUSE)' वेबसाइट की सहायता से, आपके घर के कम्प्यूटर या आपकी स्थानीय लाइब्रेरी के माध्यम से, सीखने के अच्छे साधनों से जुड़ना आसान हो जाता है। इसमें वो खेल भी दिए गए हैं जो आप अपने बच्चे के साक्षरता और अंक-ज्ञान कौशल को बढ़ाने के लिए, उनके साथ खेल सकते हैं:
https://fuse.education.vic.gov.au

जन्म से लेकर विद्यालय की कक्षा 2 तक
साक्षरता

बच्चे के जन्म के समय से ही उसके भाषा और साक्षरता कौशल को विकसित करने में परिवार की मुख्य भूमिका होती है। इस दुनिया के बारे में किसी बच्चे की समझ और सीखने की उसकी क्षमता पर इस बात का गहरा असर पड़ता है कि उसका परिवार बच्चे की साक्षरता को कितना महत्व देता है।

माता-पिता और देखभालकर्ताओं के ध्यान देने योग्य थोड़ी महत्वपूर्ण जानकारी:

- स्कूल की शुरुआत के सामय जिन बच्चों की साक्षरता अच्छी होती है वे अंग्रेज़ी जैसे भाषा आधारित विषय में ही नहीं बल्कि स्कूल में भी अच्छा करते हैं।
- बाल अवस्था में, संगीत, चलना-फिरना, नृत्य. कहानी, विज़ुअल आर्ट्स और नाटक, तथा बोलने, देखने, पढ़ने, चित्रकारी करने और लिखने सहित संवाद की विभिन्न प्रकार की गतिविधियाँ साक्षरता कहलाती हैं। आप अपने बच्चे को, जन्म के बाद किसी भी समय से पुस्तकें पढ़कर सुना सकते हैं।
- मौखिक भाषा कौशल पढ़ने और लिखने के कौशल का पूर्वानुमान लगाने के लिए एक महत्वपूर्ण साधन होता है, अतः आपका बच्चा जितना अच्छी तरह से बोल सकेगा, उसका संपूर्ण साक्षरता कौशल उतनी ही अच्छी तरह से विकसित हो सकेगा। जितना संभव हो उतना अपने बच्चे से बात करें और बहुधा उन्हें बातचीत में शामिल करते रहें।
- बच्चों के जीवन के बाल्यकाल में साक्षरता हमेशा आनंददायक होती है। जब आप बाहर घूमने जाते हैं वो समय और खेल का समय (प्लेटाइम), अपने बच्चे को बातचीत में संलग्न करने के लिए अच्छी गतिविधियाँ होती हैं। मनोरंजक गतिविधियाँ भी बच्चों को नए-नए शब्द सिखाने और बात करने के नए तरीके सिखाने के लिए सर्वश्रेष्ठ अवसर होती हैं।

बोलने और सुनने में अपने बच्चे की सहायता करना

अपने बच्चे से बात करना

अपने बच्चे से नियमित रूप से बातचीत और इंटरेक्ट (विभिन्न गतिविधियाँ) करने से भी उसका भाषाई और सुनने का कौशल बढ़ता है और भाषा के बारे में उसका आत्मविश्वास मजबूत होता है। संभव है कि आप ही उनके लिए भाषा का एकमात्र स्रोत हों, इसलिए आपकी उनसे जितनी ज़्यादा बातचीत और सहभागिता होगी, उतनी ही जल्दी वे नए शब्द सीखेंगे और बेहतर प्रवाह में बोल सकेंगे।

ग्रोसरी खरीदने, बागबानी करने, रात्री का भोजन पकाने, लैटरबॉक्स से चिट्ठियाँ निकालने, घर का काम करने, और कार या बस में यात्रा करने जैसी रोज़मर्रा की गतिविधियों के बारे में चर्चा करते समय अपने बच्चे को उस बातचीत में शामिल करें।

घर से बाहर घूमने जाने (आउटिंग) से भी बहुत सारे नए-नए शब्द सीखने का अवसर मिलता है। घर से बाहर जाने (आउटिंग) पर होने वाली बातचीत से, इस दुनिया के बारे में आपके बच्चे की समझ बढ़ती है। किसी स्थानीय किसान बाज़ार, पार्क, चिड़ियाघर, शॉपिंग सेन्टर, संग्रहालय, पुस्तकालय तथा कला दीर्घाओं में जाने को, बाहर घूमने जाना (आउटिंग) कहा जा सकता है।

अन्य मनोरंजक गतिविधियों में शामिल हो सकता है:

- तुकबंदियाँ, कविताएँ और गाने साझा करना। अपने बच्चे को इनमें शामिल होने के लिए प्रोत्साहित करें।
- पारिवारिक इतिहास और पारिवारिक फोटोज़ को साझा करना और उनके बारे में बात करना।
- चित्रों वाली विभिन्न किताबों को देखना, उदाहरण के लिए, शिल्पकला की पुस्तकें, स्वयं बनाई गई (DIY) पुस्तकें, कॉफी टेबल पर रखी जाने वाली सजावट वाली पुस्तकें और विज्ञापनों वाले कैटेलॉग्स। अपने बच्चे से पूछें कि उन चित्रों में क्या दिखाया गया है और उसके साथ मिलकर उस बारे में एक कहानी बनाएँ।
- पुट्ठे तथा घर के अन्य सामानों को ईकट्ठा करें ताकि आपका बच्चा उनसे कई चीजें बना सके। अपने बच्चे से यह बताने के लिए कहें कि वो क्या बना रहा है।
- बच्चों के लिए तैयार किए गए रेडियो कार्यक्रमों तथा पॉडकास्टों को, अपने बच्चे के साथ सुनें और उनके बारे में चर्चा करें।
- विभिन्न स्थानीय तथा विदेशों के चिड़ियाघरों, मछलीघरों (एक्वेरियम्स), किलों, दीर्घाओं और संग्रहालयों का वर्चुअल भ्रमण करना।
- अपने बच्चे के साथ शब्दावली से जुड़े खेल खेलना जैसे कि, ".....का विपरीत शब्द क्या है? (उदाहरण के लिए "बड़े का विपरीत शब्द क्या है?"), "..... का दूसरा शब्द क्या है?" (उदाहरण के लिए "क्रोधित का दूसरा शब्द क्या है?") और "कौन से शब्द की ध्वनि दूसरे शब्दों से अलग है: बैट, हैट, डोर?"

मौखिक रूप से कहानियाँ सुनाना

अपने बच्चे के बोलने और सुनने के कौशल, और उनकी याददाश्त तथा कल्पनाशक्ति को बढ़ाने के लिए कहानियाँ सुनाना एक बहुत अच्छा तरीका होता है। आप या तो खुद कहानी सुना सकते हैं, नहीं तो अपने बच्चे से कहानी सुनाने के लिए कह सकते हैं।

कहानी सुनाई जा सकती है:

- आपके बच्चे के मनपसंद खिलौने के बारे में
- परिवार के किसी अन्य सदस्य के बारे में
- पालतू पशु के बारे में
- किसी पुस्तक या टेलिविज़न कार्यक्रम के एक मनपसंद काल्पनिक पात्र के बारे में
- किसी प्रसिद्ध व्यक्ति के बारे में
- अलगअलग पेशों वाले लोगों, जैसे कि अंतरिक्ष यात्रियों (एस्ट्रॉनॉट्स), अग्निशमन कर्मचारियों, नर्सों और अध्यापकों के काम के बारे में
- काल्पनिक पात्रों वाले किसी काल्पनिक संसार के बारे में
- एक ऐसे काल्पनिक पशु के बारे में जो बोल सकता है।

कहानी सुनाना शुरू करने के बारे में कुछ उपयोगी सुझाव यहाँ प्रस्तुत हैं:

- कहानी को अलग-अलग तरह की आवाज़ों, कठपुतलियों, या अंगुलियों के खेल से रोमांचक बनाएँ।
- अपने बच्चे के लिए एक ड्रैस-अप बॉक्स (विभिन्न परिधानों वाला डिब्बा) बनाएँ जिसे वो कहानी सुनाने या काल्पनिक नाटक प्रस्तुत करने के लिए काम में ले सके।
- आपके बच्चे की रुचि के अनुसार शुरुआत करें।
- किसी पात्र की रचना और उसके लिए अनुकूल परिदृश्य तैयार करके शुरुआत करें।

पढ़ने में अपने बच्चे की सहायता करना

साथ में पढ़ना

जन्म के कुछ महीनों बाद ही पढ़ना शुरू कर दिया जाना चाहिए। एक व्यस्क व्यक्ति के रूप में आप चाहे बहुत ज़्यादा नहीं पढ़ते हों, या सामान्यतया आपको पढ़ना अच्छा नहीं लगता हो, यह महत्वपूर्ण है कि आप अपने बच्चे के भाषाई विकास को प्रोत्साहित करने, और पढ़ने में उनकी रुचि बढ़ाने के लिए आप यह मूल्यवान समय अपने बच्चे के साथ बिताएँ। साथ में पढ़ना, एक महत्वपूर्ण काम होता है। पढ़ने से आपके बच्चे की शब्दावली बढ़ती है, इस दुनिया के बारे में आपके बच्चे की समझ बढ़ती है, और भाषा का प्रयोग करने के लिए उनमें आत्मविश्वास उत्पन्न होता है। पढ़ना, बोले जाने वाले और लिखे जाने वाले शब्दों के बीच लिंक (संबंध) बनाने के लिए भी महत्वपूर्ण होता है।

कुछ सामान्य सुझाव इस प्रकार हैं:

- आपके पुस्तकालय के कहानी सत्र में हिस्सा लेने के लिए, और साथ में मिलकर पुस्तकें चुनने और पढ़ने के लिए, वहाँ जाएँ। पुस्तकालय के कहानी सत्र, एक समूह का हिस्सा बनकर, अपने बच्चे के साथ पढ़ने का आनंद उठाने का अच्छा तरीका होते हैं।
- अपने बच्चे को उसकी रुचि के अनुसार, पुस्तकें, पत्रिकाएँ, कैटेलॉग्स, या मल्टीमीडिया (कहानियाँ) चुनने के लिए प्रोत्साहित करें।
- प्रतिदिन पढ़ने के लिए एक समय निर्धारित करें। रात को सोने से पहले बिस्तर में बैठकर पढ़ने की आदत डालना एक अच्छी बात होती है।
- आप इस तरह से बैठें कि आपका बच्चा पुस्तक में लिखे शब्दों और चित्रों को देख सके।
- प्रत्येक शब्द के साथ पेज पर अपनी अंगुली घुमाएँ ताकि आपका बच्चा शब्दों और ध्वनियों को पहचान सके और याद रख सके।
- बिना शब्दों वाली सचित्र पुस्तकें साथ में पढ़ें, कल्पनाओं, विचारों और शब्दावली को विकसित करने के लिए किताब में दिए गए चित्रों का नाम बताएँ और उनकी व्याख्या करें।
- पुस्तकों में तुकबंदी, लय या दोहराव को ढूँढें। इससे आपके बच्चे में भाषा के प्रति लगाव उत्पन्न होगा।
- अपने बच्चे को पढ़कर सुनाते समय, कहानियों को हाव-भावों की अभिव्यक्ति के साथ पढ़ें, या कहानी के पात्रों की आवाज़ें निकालने की कोशिश करें। इससे पढ़कर सुनाना मनोरंजक बनाने में सहायता मिलेगी।
- पुस्तक की विशेषताओं को इंगित करें - उदाहरण के लिए, शब्द तथा चित्र, मुखपृष्ठ, साइड वाला हिस्सा जहाँ लेखक का नाम आदि चीजें लिखी हुई होती है, विषय-वस्तु वाला पेज, या शीर्षक।

- बच्चे जिन अज्ञात शब्दों को पढ़ें या सुनें उनके अर्थ के बारे में उनसे बातचीत करें। शब्दकोष का उपयोग करते हुए शब्दों के बारे में जानकारी प्राप्त करें। जो रोचक शब्द आपको दिखें उनके बारे में बातचीत करें और प्रश्न पूछें, उदाहरण के लिए, "यहाँ लिखा हुआ है कि वो पहाड़ी से नीचे 'लुढ़क' गई। आपको क्या लगता है कि वो पहाड़ी से नीचे कैसे गई?" यहाँ लिखा है कि "उसने एक 'अच्छी' पुस्तक पढ़ी। हम अच्छी के अलावा और कौनसा शब्द काम में ले सकते हैं?"
- यदि आपके बच्चे में आत्मविश्वास हो तो उसे सारी या थोड़ी बहुत पुस्तक पढ़ने के लिए प्रोत्साहित करें।
- यदि आपका बच्चा खुद पढ़ने के बारे में आश्वस्त हो, तो बिना किसी व्यवधान के उसे पढ़ने दें। पढ़ने में आत्मविश्वास होने से प्रवाहात्मकता आती है। गलतियों के बारे में, थोड़ी देर पढ़कर रुकने के बाद, या अगली बार पढ़ते समय बात की जा सकती है।
- अपने बच्चे को उसकी गति के हिसाब से पढ़ने दें। जब आप उनको पढ़कर सुनाएँ तो अच्छी गति का प्रदर्शन करें।
- अपने बच्चे को, पुस्तकों को दोबारा पढ़ने का अवसर दें।
- अपने बच्चे से उस भाषा में बात करें और पढ़कर सुनाएँ जो आपके परिवार में बोली जाती है और जो लोग कोई दूसरी भाषा बोलते हैं उन्हें इस बात के लिए प्रोत्साहित करें कि वो आपके बच्चे से उस भाषा में बात करें।
- अपने बच्चे को यह देखने दें कि आप और परिवार के दूसरे सदस्य मन बहलाने के लिए पढ़ते हैं। विशेषकर लड़कों के लिए उन पुरुषों को देखना महत्वपूर्ण होता है जो पढ़ने की इच्छा रखते हैं।
- अपने बच्चे को, विक्टोरियन मुख्यमंत्री (प्रीमियर) 'रीडिंग चैलेंज' में हिस्सा लेने के लिए प्रोत्साहित करें जो हर साल मार्च से सितंबर तक चलता है। इसमें भाग लेने वाले बाल अवस्था सेवाओं तथा स्कूलों द्वारा आपके बच्चे का नाम दर्ज करवा दिया जाएगा - अन्यथा आप इस वेबसाइट पर जाकर अपने बच्चे का नाम दर्ज कर सकते हैं: https://www.vic.gov.au/premiers-reading-challenge?Redirect=1#for-students-parents-and-early-childhood-services

कठिन शब्दों को पढ़ने, समझने में अपने बच्चे की सहायता करना

जब आपका बच्चा आपको पढ़कर सुनाना शुरू करेगा, तो उसे लंबे या जटिल शब्दों को पढ़ने में अक्सर कठिनाई होगी। नीचे बताए गए तरीके अपनाने से उनके स्वयँ-ठीक करने के कौशल को आगे बढ़ाने में सहायता मिलेगी और व्याख्यान को समझने में उन्हें सहयोग मिलेगा।

यह महत्वपूर्ण है कि बच्चे को कठिन शब्दों को अपने आप पढ़ने और समझने के लिए समय दिया जाए, क्योंकि बच्चों को अगर समय दिया जाता है तो अक्सर वे स्वयँठीक कर लेते हैं। उनकी पढ़ने की गति हमारी पढ़ने की गति से धीमी होती है और पढ़ने समझने में उन्हें समय लगता है।

बच्चे को थोड़ा लगे रहने दें, "उस शब्द की पहली ध्वनी क्या है?" जैसे संकेत देकर उन्हें थोड़ा प्रेरित करें।

प्रेरित करने में सहायता के लिए नीचे दिए गए प्रश्न पूछे जा सकते हैं:

- चलो इस शब्द को देखते हैं। यह शब्द किस अक्षर (या अक्षरों) से शुरु होता है? उस अक्षर (या अक्षरों) से कौन सी ध्वनि होती है?
- उस शब्द के मध्य में कौन से अक्षर हैं? उन अक्षरों से कौन सी ध्वनि होती है?
- यह शब्द किस अक्षर (या अक्षरों) से खत्म होता है? उस अक्षर (या अक्षरों) से कौन सी ध्वनि होती है?
- क्या हम उन ध्वनियों को मिलाकर एक शब्द बना सकते हैं?
- इस चित्र को देखो। इस चित्र में क्या तुम कोई ऐसी चीज़ देख सकते हो जो उस अक्षर से शुरू होती है?
- तुम्हारे हिसाब से इस शब्द का अर्थ क्या हो सकता है? इसे दूसरी तरह से कैसे बोला जा सकता है?

यदि ऊपर दिए गए प्रेरक सुझावों से सहायता नहीं मिल रही है, तो आप बस कह सकते हैं कि: "यह शब्द ..... है"।

बच्चे द्वारा बार-बार किए जा रहे प्रयासों की प्रशंसा करना, सीखने का एक महत्वपूर्ण पहलू होता है। यह प्रशंसा किसी विशेष बात के लिए, उदाहरण के लिए, "वो वाक्य दोबारा पढ़ना बहुत अच्छा था, तुमने वो शब्द अपने आप समझकर पढ़ लिया" या सामान्य प्रशंसा हो सकती है जैसे कि "तुम बहुत मेहनत कर रहे हो, ये बहुत अच्छी बात है।"

एक अन्य युक्ति यह भी हो सकती है कि आप अपने बच्चे से यह पूछें कि उसने कोई शब्द कैसे समझा। ऐसा करने से पढ़ने की उन प्रक्रियाओं को बल मिलता है जो वे आपसे और स्कूल में सीखते हैं।

पुस्तकों के बारे में चर्चा

किताबों की विषय-वस्तु और अर्थ के बारे में चर्चा करना, पढ़कर सुनाने का एक महत्वपूर्ण हिस्सा होता है। किसी पुस्तक को पढ़ने से पहले, पढ़ते समय और पढ़ने के बाद उस पुस्तक के बारे में चर्चा करें, और अपने बच्चे को उस पुस्तक के बारे में उनके विचारों को साझा करने और प्रश्न पूछने के लिए प्रोत्साहित करें। पाठ्य भाग की बातों को जोड़ते हुए मार्गदर्शक प्रश्न पूछने से बच्चों को इस बारे में सोचने के लिए प्रोत्साहन मिलता है कि वे क्या पढ़ रहे हैं।

यहाँ कुछ प्रश्न दिए गए हैं जो आप किसी पुस्तक को पढ़ने से पहले, पढ़ते समय और पढ़ने के बाद पूछ सकते हैं:

- किताब के कवर को देखो। तुम्हारे हिसाब से यह पुस्तक किस बारे में होगी?
- इस पुस्तक की जो पृष्ठभूमि है वो तुम्हें कैसा महसूस कराती है?
- तुम इसकी कहानी के शुरुआती पात्र का विवरण कैसे दोगे?
- इसके चित्रों में क्या होता हुआ दिखता है?
- तुमको क्या लगता है कि आगे क्या होने वाला है?
- एक पात्र ने ऐसा क्यों किया होगा? अगर तुम ऐसी स्थिति में होते तो तुम क्या करते?
- इसकी कहानी में तुम्हारा मनपसंद पात्र कौनसा था? तुम्हें वो पात्र क्यों अच्छा लगा?
- इस पुस्तक का कौन सा भाग तुम्हें सबसे अच्छा लगा?
- क्या तुम इस कहानी को अपने शब्दों में मुझे सुनाने की कोशिश कर सकते हो?

स्क्रीन टाइम का अधिकाधिक लाभ उठाना

आप टीवी और अन्य स्क्रीनों के कार्यक्रमों और गेमों, जिन्हें आप साथ में देखते या खेलते हैं, के बारे में चर्चा करने के लिए अपने बच्चे से वो ही प्रश्न पूछ सकते हैं जो आप पुस्तक पर चर्चा के दौरान पूछते हैं (ऊपर देखें)। विज़ुअल मीडिया को समझना आपके बच्चे की साक्षरता का महत्वपूर्ण भाग होता है।

अपने बच्चे को पढ़ने में संलग्न रखने में सहायता के लिए इंटरनेट पर भी कई अच्छे खेल उपलब्ध हैं। इन खेलों में शामिल है:

- फोनिक्स खेल जो पढ़ने और अक्षर की ध्वनि के बारे में जागरूकता को बढ़ाते हैं। फोनिक्स में किसी शब्द की ध्वनियों की अलग-अलग आवाज़ आती है, और फिर एक शब्द बनाने के लिए उन ध्वनियों को संयुक्त रूप दिया जाता है।
- व्याकरण, पंचुएशन (विभिन्न चिन्ह) और स्पैलिंग के खेल।
- शब्द-ज्ञान के खेल।

खेलों और अन्य साधनों के लिए अपनी ऑनलाइन खोज शुरू करने में आपकी सहायता के लिए कुछ अच्छी वैबसाइट्स की एक छोटी सी सूची इस प्रकार है

- https://fuse.education.vic.gov.au (Early Childhood या Primary Students टैब्स चुनें)
- http://education.abc.net.au
- http://www.abc.net.au/tv/programs/play-school-story-time
- https://actf.com.au/

Taking Small Bytes (http://fuse.education.vic.gov.au/?ZY2GMP) भी एक उत्कृष्ट स्रोत है। इसमें 100 डिजिटल गतिविधियाँ हैं जिन्हें आप कर सकते हैं और जिनके बारे में अपने बच्चे से चर्चा कर सकते हैं। इसमें इस बारे में भी उपयोगी सुझाव हैं कि डिजिटल तकनीक को किस तरह से बुद्धिमतापूर्ण रूप से और सुरक्षित रूप से काम में लिया जा सकता है।

दुनिया के बारे में साथ-साथ पढ़ना

यह दुनिया ऐसे अक्षरों और शब्दों से भरी पड़ी है जिन्हें आप अपने बच्चे के साथ पढ़ सकते हैं।

गतिविधियों में निम्नांकित चीज़ें शामिल की जा सकती हैं:

- अपने बच्चे के सामानों के नाम बोलें और उन नामों के अक्षरों और ध्वनियों के बारे में बात करें।
- अपने बच्चे को यह दिखाना महत्वपूर्ण होता है कि दैनिक प्रयोजनों के लिए पढ़ना कितना उपयोगी होता है। जब आप रसीदों, शुभकामना कार्डों, कैलण्डरों, शॉपिंग (ख़रीददारी की) सूची, खादय़-पदार्थों के लेबलों, दिशा-निर्देशों, नक्शों, समाचारपत्रों, ईमेलों, संकेतों, मौसम के पूर्वानुमानों और वेबसाइटों को पढ़ें तो अपने बच्चे को शामिल करें। उदाहरण के लिए, आप किसी भोजन बनाने की विधि को साथ में पढ़ सकते हैं और अपने बच्चे का मनपसंद भोजन बना सकते हैं। या फिर आप अपने बच्चे से कहें कि, किसी खरीददारी सूची में से आप जैसे-जैसे एक-एक चीज़ खरीदते, ऑनलाइन ओर्डर करते, या खोलते जाएँ वैसे-वैसे वो उस सूची को पढ़े और सही का निशान लगाए।
- जिस सूप के पैकेट पर शब्दों या नामों के प्रथम अक्षरों के संकलन का संक्षिप्त रूप लिखा हो उसे पकाएँ और जब आप वो सूप पीएँ तब उन अक्षरों को बोलते जाएँ।
- शब्द को ढूँढने का खेल खेलें। कागज़ के टुकड़ों पर कुछ शब्द लिखें और उन्हें कमरे में जहाँ-तहाँ रख दें। उनमें से एक शब्द बोलें और अपने बच्चे से उन टुकड़ों में से सही शब्द वाला टुकड़ा ढूँढने के लिए कहें।
- घर के सामानों पर पोस्ट-इट (गोंद लगी कागज़ की चिपकियाँ) चिपका दें ताकि आपका बच्चा प्रतिदिन नए शब्द पढ़ और सीख सके।

लिखने में अपने बच्चे की सहायता करना

लिखना सीखने की शुरुआत घसीटे और चित्र बनाकर होती है। यह एक महत्वपूर्ण पहला कदम होता है और इसे प्रोत्साहित किया जाना चाहिए। अगला कदम होता है अपने बच्चे को वर्णमाला - कैपिटल और लोअर केस दोनों - लिखने का अभ्यास शुरू करवाने से पहले उसे अक्षर जैसी आकृतियाँ बनाने के लिए प्रोत्साहित करना। इसके बाद अपने बच्चे को छोटे शब्दों वाले वाक्य लिखने के लिए प्रोत्साहित करें।

यदि आपका बच्चा अभी लिख नहीं सकता है, तो आप उसके लिए लिख सकते हैं। एक युक्ति ये है:

- अपने बच्चे से किसी ऐसे अनुभव या चीज़ के बारे में बात करने के लिए कहें जो उन्हें पसंद हो।
- अपने बच्चे से पूछें कि वो उस बातचीत के कौन से हिस्से को लिखवाना चाहते हैं।
- जब आपका बच्चा बोल रहा हो, तो उसके सुझावों को लिख लें। उसकी भाषा में लिखें।
- अपने बच्चे से कहें कि आपने जो लिखा है उसे वो आपको वापस बताए, या उससे उस लिखाई को पढ़ने के लिए कहें।
- आपका बच्चा उस लिखाई से मेल करने के लिए कोई चित्र बना सकता है या कुछ और बना सकता है।

जब आपके बच्चे में लिखने के लिए आत्मविश्वास आ जाए तब उसे थोड़ी बहुत या सारी राइटिंग (लिखाई) करने के लिए कहें। जब आपका बच्चा लिखना शुरू कर दे तब निम्नांकित करने की कोशिश करें:

- विषय के बारे में बात करें ताकि आपके बच्चे के पास विचार करने के लिए कुछ सुझाव हों। इससे उनमें लिखना शुरु करने के लिए आत्मविश्वास आएगा।
- अपने बच्चे को वो शब्दावली सिखाएँ जिसकी उसे ज़रूरत पड़ सकती हो।
- आप अपने बच्चे के साथ समान विषय पर लिखकर उसे प्रोत्साहित कर सकते हैं। फिर आप दोनों अपनी राइटिंग एक दूसरे को दिखा सकते हैं और दोनों के अंतर पर चर्चा कर सकते हैं।

जब आपका बच्चा लिख रहा हो तब उसकी सहायता के लिए कुछ सामान्य उपयोगी सुझाव ये हैं:

- अपने बच्चे को उपयोगी साधन दें जैसे कि पैन, पैंसिलें, चाक, व्हाइटबोर्ड्स, कागज़ या कॉपी, तथा लिखने के लिए एक जगह उपलब्ध करवाएँ जैसे कि मेज, ट्रे, बेंच या फर्श पर कोई जगह। अपने बच्चे के पैन और पेंसिलों को रखने के लिए एक विशेष 'राइटिंग बॉक्स' बनाने से उन्हें यह देखने में सहायता मिलती है कि लिखना एक महत्वपूर्ण गतिविधि होती है।
- लिखने के विभिन्न तरीके अपनाएँ जैसे कि एक छोटे से व्हाइटबोर्ड का उपयोग करना, कंक्रीट पर चॉक से लिखना, काँच पर लिखने वाले पैन, मिट्टी में लिखने के लिए डंडियाँ या अंगुलियों से लिखने का पेंट या शेविंग क्रीम।
- अपने बच्चे की, उसकी राइटिंग जोर से पढ़ने में सहायता करें।
- अपने बच्चे को एक ऐसा चित्र, ड्राइंग या कोलाज तैयार करने के लिए कहें जो उनके विचारों को विज़ुअली दर्शाता हो।
- अपने बच्चे के काम को हमेशा गर्व से अपने घर की किसी मुख्य जगह पर प्रदर्शित करें। इससे उनका विश्वास बढ़ेगा और लिखने की महत्ता व्यक्त होगी।
- लिखने के लिए प्रोत्साहित करने हेतु एक 'आइडिया बैग' या 'आइडिया फोल्डर' बनाएँ। लिखने के आइडियाज़ की प्रेरणा के लिए, फोटोज़, पत्रिकाओं, ब्रोचर्स, मूवी के टिकट्स में से काटी गई तस्वीरें, या अगर कोई और चीज मिले तो उसे भी इकट्ठा करें।

अनुभवों और रुचियों के बारे में लिखना

आप अपने बच्चे के अनुभवों और रुचियों को लिखने में सहायक तत्वों की तरह काम में लें।

प्रसंगों में शामिल हो सकते हैं:

- हाल ही में हुए किसी अनुभव, जैसे कि किसी विवाह या किसी जन्मदिन पार्टी, या किसी भ्रमण (एक्सकर्शन) के बारे में लिखना। उदाहरण के लिए, म्यूज़ियम में घूमकर आने के बाद उस दिन की गतिविधियों के वर्णन को लिखा जा सकता है, वहाँ देखे गए डायनोसोरों के बारे में एक रिपोर्ट, "आज मैंने जो सबसे अच्छी चीज सीखी" उसके बारे में एक रिपोर्ट, किसी डायनोसोर परिवार के बारे में एक छोटी से कहानी, या वहाँ प्रदर्शित वस्तुओं की एक लिखित सूची।
- ट्रैम्पलीन पर समय बिताने, या पैदल घूमने के बाद उस गतिविधि का वर्णन किया जा सकता है कि किस तरह से कूदा गया/कदम रखे गए, 'ट्रैम्पलीन पर/पैदल चलने की मेरी सर्वश्रेष्ठ योग्यता', ट्रैम्पलीन पर/पैदल चलते समय हुई किसी घटना की कहानी, या ट्रैम्पलीन पर जाने/पैदल चलने की शर्तें तथा बोली।
- कोई ऐसी चीज जो उन्हें आकर्षित करती है। आपका बच्चा अपने एक शौक या किसी अन्य रुचि के बारे में एक पोस्टर बना सकता है या छोटा सा लेख लिख सकता है।
- कोइ ऐसा सपना या स्मृति जिसके बारे में उसने हाल ही में बात की थी।

रचनात्मक रूप से लिखना

रचनात्मक रूप से लिखने में आनंद आता है इसलिए, यह लिखने के प्रति प्रेम को बढ़ाने का उत्कृष्ट तरीका होता है। इससे आपके बच्चे की कल्पनात्मकता विकसित होती है, जो कि महत्वपूर्ण बातों पर विचार करने और समस्या के समाधान के लिए उपयोगी है, और यह बात सिद्ध भी हो चुकी है। आप कोई नई रचना करने के लिए किसी ऐसी पुस्तक को प्रेरणा-स्रोत बना सकते हैं जो आप दोनों ने हाल ही में साथ में पढ़ी थी।

रचनात्मक रूप से लिखने के लिए कुछ सुझाव इस प्रकार हैं:

- कार्टून के रूप में एक छोटी कहानी की रचना करें।
- पत्रिकाओं में से लोगों के चित्रों को काट लें और स्पीच बबल्स तथा डायलॉग्स (बातचीत) का सृजन करें।
- अपना खुद का एक सुपरहीरो बनाएँ और उसे किसी छोटे साहसिक काम पर भेजें।
- वेबसाइटों पर उपलब्ध आर्टवर्क, जैसे कि पेंट्रिग्स और फोटोग्राफ्स को एक कहानी की प्रेरणा के रूप में प्रयोग करें।
- बारी-बारी से वाक्य लिखकर या कार्टून सेल्स लिखकर, साथ मिलकर एक कहानी लिखें या कार्टून की रचना करें।
- एक सरल कहानी की रूपरेखा में एक पात्र होता है जिसका एक लक्ष्य होता है (उदाहरण के लिए: फुटबाल का मैच जीतने का; एक खोया हुआ कुत्ता खोजने का; इस संसार को बचाने का), और उस पात्र को अपना लक्ष्य पाने के लिए कई समस्याओं का सामना करना पड़ता है लेकिन अंततः वो समाधान खोज लेता है। यह रूपरेखा किसी ऐसी कहानी का आधार हो सकती है जिसे आप साथ में लिख सकते हैं।
- किसी सर्च इंजन पर जाकर स्टॉक फोटोज़ को चुनें, या आपने जो फोटोज़ खींची हों उनमें से कोई एक फोटो छाँट लें, और उन्हें एक स्लाइड शो में या किसी दस्तावेज़ में पेस्ट करे दें और उसके बाद उनमें लेबल्स या वाक्य एड करें।

घर पर प्रतिदिन लिखने का अवसर

पढ़ने की तरह, अपने बच्चे के साथ लिखना भी घर में एक दैनिक गतिविधि बन जाना चाहिए।

लिखने के लिए इन सुझावों को अपना कर देखें:

- खरीददारी की सूची लिखें या सूची में और चीजें शामिल करें।
- परिवार के संदेशों को लिखने और पढ़ने के लिए एक बोर्ड रखें।
- अपने बच्चे को, उसके खुद के लिए रिमाइंडर्स लिखने के लिए स्टिकी नोट्स का एक पैड दें।
- अपने साप्ताहिक मेन्यू साथ मिलकर प्लान करें और लिखें।
- अपने पारिवारिक फोटो एलबम के फोटोज़ के लिए शीर्षक लिखें।
- अपने बच्चे के आर्टवर्क और रचनाओं के लिए लेबल्स लिखें।
- चुंबकीय अक्षरों का प्रयोग करके शब्द बनाकर उन्हें फ्रिज पर या चुंबकीय बोर्ड पर चिपकाएँ
- शुभकामना कार्ड्स, जन्मदिन कार्ड्स, और धन्यवाद नोट्स बनाएँ और उनमें लिखें।
- फुटपाथ पर मैसेजेस (संदेश) और अभिवादन लिखें जिनका आपके पड़ोसी आनंद उठा सकें।
- एक पारिवारिक कैलण्डर लगाएँ और परिवार के कार्यक्रमों को उसमें लिखें।

जन्म से लेकर विद्यालय की कक्षा 2 तक
अंक-ज्ञान

बच्चे के जीवन के प्रारंभिक वर्ष, तेजी से सीखने का समय होता है। अनुसंधान बताता है कि शिशुओं में संख्याओं को समझने की सहज क्षमता होती है। अपने बच्चे के प्रथम अध्यापक के रूप में, उनकी अंक-ज्ञान की योग्यताओं को छोटी उम्र से ही विकसित करने में आपकी भूमिका महत्वपूर्ण होती है।

छोटी उम्र में अंक-ज्ञान विकसित होने से बच्चों को सीखने और आगे बढ़ने के लिए महत्वपूर्ण आधार मिल जाता है। इससे उनको, सामान्य समस्याओं के समाधान और पैसों को संभालने सहित, दैनिक जीवन के लिए तैयार होने में सहायता मिलती है।

गणित में, संख्याओं, आकृतियों, नमूनों, आकारों, समय और माप पर बताना शामिल होता है। रोज़मर्रा के अनुभवों में गणित को सम्मिलित करना आसान और मजेदार होता है। गणित सब जगह होती है - प्लेग्राउंड (खेल के मैदान) में, दुकानों पर और घर में।

बच्चों को चीजें बनाने, गिनने, चित्रकारी करने और सँख्याओं के बारे में बात करने के कई अनुभवों की आवश्यकता होती है। इस भाग से, आपकी देखभाल में रहने वाले बच्चों में इन योग्यताओं का विकास करने में, आपको सहायता मिलेगी। आपको ऐसा लग सकता है कि आपका बच्चा अपने अर्ली चाइल्डहुड सेन्टर, किंडरगार्टन या स्कूल में जो गणित करता है वो उस गणित से अलग है जो आपको सिखाई गई थी, लेकिन फिर भी आप अपने बच्चे की कई तरह से सहायता कर सकते हैं। अपने बच्चे को यह समझाकर कि सँख्याएँ और गिनती किस प्रकार से दैनिक जीवन का हिस्सा होते हैं, उसके लिए कनेक्शन्स बनाएँ।

घर में एक-साथ गणित करना

गणित के बारे में बात करना

यह महत्वपूर्ण होता है कि बच्चों के लिए गणित से जुड़ी विशेष भाषा योग्यता को विकसित किया जाए। प्लेग्राउँड (खेल) के मैदान में जाने, या घर पर सहायता करने से, इन योग्यताओं के विकास में एक समृद्ध और सार्थक संदर्भ मिलता है। आपके बच्चे को इन शब्दावलियों और बोली को असरदार तरीके से काम में लेने में थोड़ा समय लग सकता है, लेकिन गणित की इस बातचीत को सुनना और समझना भविष्य में सीखने के लिए एक मज़बूत आधार होता है।

गणित की भाषा को विकसित करने के बारे में कुछ उपयोगी सुझाव:

- जब चीजों के बारे में पूछें तो विशेष शब्दावली का प्रयोग करें। उदाहरण के लिए अपने बच्चे से फ्रिज में से 'एक लीटर' दूध की बोतल लाने के लिए, या अलमारी (कबर्ड) में से 'एक किलो' आटे का थैला निकालने के लिए कहें।
- खाना पकाते समय, चाय का चम्मच, मिलिलीटर्स, और कप जैसे उपयोग किए जाने वाले मापों के बारे में बात करें। खाली और भरा हुआ (फुल) के बारे में विचारों पर चर्चा करें।
- जब आप साथ में पैदल घूमने जाएँ, बात करें या खेलें तो आपका बच्चा जब फैंस पर 'चढ़े', खंभों के 'बीच में' फिसले, और मंकी बार्स के 'नीचे' झूले तो अपने बच्चे के मूवमैंट्स (गतिविधियों) का वर्णन करे। इससे आपके बच्चे को, स्थान-संबंधी जागरूकता की भाषा को समझने में सहायता मिलती है।
- गतिविधियों का वर्गीकरण करने से आपके बच्चे को 'समान' और 'अलग' जैसे वर्गों को समझने में सहायता मिलेगी। रीसाइकलिंग का उपयोग, चीजों को कचरे में डालने के लिए छाँटने के अवसर के रूप में करें। उदाहरण के लिए कागज़, प्लास्टिक, भोजन अपशिष्ट और साधारण कचरा।

गिनती

छोटे बच्चों के लिए, गिनती करना गणित के शुरुआती अनुभवों में से एक होता है।

अंकों को बोलना सीखने की शुरुआत अक्सर किसी मनपसंद गीत या कविता और गिनती की सँख्याओं को दोहराने से होती है। बच्चे सँख्याओं को अलग-अलग पहचानने और समझने से पहले अक्सर सँख्याओं को बोलना सीखते हैं।

अपने बच्चे को गिनती सीखने के लिए प्रोत्साहित करने के लिए कुछ गतिविधियाँ और सुझाव ये हैं:

- गिनती के क्रम के लिए इन गीतों और कविताओं को सुनें, ये सभी www.youtube.com पर मिल सकते हैं:
  - फाइव लिटिल डक्स (Five Little Ducks)
  - टैन इन द बेड (Ten in the Bed)
  - 1, 2, 3, 4, 5, वन्स आइ कॉट अ फिश अलाइव (1, 2, 3, 4, 5 Ince I Caught a Fish Alive)
  - टैन ग्रीन बोटल्स (Ten Green Bottles)
  - फाइव लिटिल मंकीस (Five Little Monkeys)
  - 1, 2, बकल माय शू (1, 2, Buckle My Shoe)

- बच्चे एक समूह की सभी चीजों को गिनकर शुरुआत करेंगे, उदाहरण के लिए हाथ और पाँव की अंगुलियाँ, उनके कपड़ों पर लगे बटन, घर तक चलकर जाने के कदम, या उनके खिलौने।
- बच्चे जैसे-जैसे चीजों के एक समूह को गिनना शुरू करते हैं, वे हर चीज को एक सँख्या से संबधित करके देखने लगते हैं। शुरुआत में, आपका बच्चा जब किसी चीज से मिलती हुई सँख्या बोले तो उसे वो चीज छूने के लिए प्रोत्साहित करें।
- जब बच्चे किसी चीज के एक समूह को गिनना शुरू करते हैं, तो बच्चों को उन चीजों को एक लाइन में व्यवस्थित करने की ज़रूरत हो सकती है ताकि वो आराम से गिनती कर सकें। बाद में वे चीजों को व्यवस्थित किए बिना किसी भी चीज से गिनती शुरू कर सकते हैं।
- जब आपके बच्चे में आत्मविश्वास आ जाए, तो गिनती का अभ्यास करने के लिए अलग-अलग सँख्याओं को प्रारंभ बिंदु बनाएँ। उदाहरण के लिए, 6 या 10 से गिनना शुरू करो। अपने बच्चे से फॉरवर्ड (आगे की तरफ) और बैकवार्ड (उल्टी) गिनती बोलने के लिए कहें। उसे कोई भी एक सँख्या बताकर उससे पूछें कि इसके पहले कौनसी सँख्या आती है, या इसके बाद कौनसी सँख्या आती है।

प्रतिदिन गिनना

आप दैनिक गतिविधियों में गिनना शामिल कर सकते हैं, जैसे कि:

- किसी फ़ल को छः टुकड़ों में काटें और अपने बच्चे से उन टुकड़ों को गिनने के लिए कहें।
- आप नाश्ते के लिए जितने टोस्ट बनाएँ उनके टुकड़ों को गिनें।
- टेबल पर रखी कटलरी (जैसे चम्मच छुरी काँटा आदि) की सँख्या जोड़कर कुल सँख्या निकालें।
- किसी कार या बस में यात्रा कर रहे लोगों की सँख्या गिनें।
- जब आप सड़क पर पैदल चलें तो घरों की सँख्या गिनें।
- आपके घर में रसोई से बाथरूम तक जाने के लिए जितने कदम चलना होता है वो गिनें।
- अपने बच्चे के साथ ग्रोसरी की खरीददारी करते समय गिनने का अभ्यास करें (उदाहरण के लिए, आप थैली में जो सेब डालें उनकी सँख्या गिनें)।
- आपका बच्चा जो चित्र बनाए उसमें कितनी चीजें हैं उस बारे में बात करने के लिए अपने बच्चे को प्रोत्साहित करें।

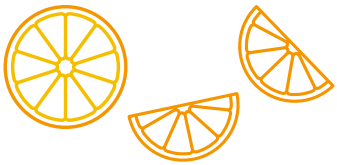
सँख्याओं को ढूँढना

सँख्याओं को ढूँढना, आपके बच्चे के लिए एक मजेदार और आकर्षक गतिविधि होती है। अपने बच्चे से कहें कि वो चारों तरफ विद्यमान सँख्याओं को ढूँढे। कारों की नंबर प्लेट्स, साइनों, कैलण्डर्स, समाचार-पत्र, शॉपिंग केटेलॉग्स, स्पीड साइन्स, और घरों पर अंकित सँख्याओं को देखें और पढ़ें।

प्लेइंग कार्ड्स का प्रयोग करें

कार्ड्स से खेलना हमेशा एक दिलचस्प गतिविधि होती है, विशेषकर बारिश वाले दिन या छुट्टियों के समय। आप:

- प्लेइंग कार्ड्स से आप सँख्याओं का मिलान करने वाले 'स्नैप' जैसे खेल, खेल सकते हैं।
- कार्डों पर लिखी सँख्याओं को सबसे छोटी से सबसे बड़ी सँख्या, या सबसे बड़ी से सबसे छोटी सँख्या के क्रम में जमाएँ।



दुकान-दुकान खेलना

दुकान-दुकान खेलने से आपके बच्चे की सामाजिक कुशलताओं का विकास होने के साथ-साथ, उसके गणित सीखने के लिए वास्तविक संसार की एक झलक सामने लाने में सहायता मिलती है। दुकान-दुकान खेलने का एक तरीका यह हो सकता है कि घर पर ही एक छोटी-दुकान बनाई जाए। कुछ सुझाव और गतिविधियाँ इस प्रकार हैं:

- भोजन और ग्रोसरी के सामानों को इकट्ठा करें और स्टिकी नोट्स पर उनका मूल्य लिखकर या शॉपिंग केटेलॉग्स में अंकित मूल्यों को काटकर उन चीजों पर चिपका दें।
- हम चीजें खरीदने के लिए सिक्कों, नोटों या कार्ड्स से, पैसे कैसे देते हैं उस बारे में बात करें।
- कागज से मनी बनाएँ या प्ले मनी काम में लें और उस छोटी-दुकान से चीजें बेचें।
- पुरानी रसीदों और कीमत लिखे टैग्स को इकट्ठा करें और उस छोटी-दुकान में इनका प्रयोग करें।
- अलग-अलग सिक्कों की आकृतियों और उन पर दिखने वाले पशुओं और व्यक्तियों सहित सिक्कों की विभिन्न विशेषताओं पर ध्यान दें। उनके फर्क के बारे में चर्चा करें। कागज के नीचे सिक्का रखकर कागज के ऊपर उस जगह पर पेंसिल को रगड़ें और सिक्के की आकृति बनाएँ।
- खेलने के लिए एक क्रेडिट कार्ड बनाएँ और उस पर एक लाइन में कुछ सँख्याएँ लिखें। एक कागज का कीपैड बनाएँ और उस कागज पर लिखी सँख्याओं से मिलान करते हुए उस कीपैड पर लिखी सँख्याओं को दबाएँ।
- अपने बच्चे को, ऊँचाई के हिसाब से (सबसे उँचा सबसे पहले और सबसे छोटा सबसे बाद में) या मूल्य के हिसाब से (सबसे सस्ता सबसे पहले और सबसे महँगा सबसे बाद में) फूड (खाद्य-सामग्री) का ओर्डर देने के लिए कहें।
- खाने के सामानों (जैसे कि टी बैग्स का डिब्बा या चावल का थैला, और भार के हिसाब से मिलने वाले अन्य सामान) को तोलने के लिए किचन स्केल काम में लें।

खेल खेलना

खेल खेलकर गणित को दिलचस्प और इंटरेक्टिव बनाने से आपके बच्चे का गणित के प्रति आकर्षण बढ़ाने में सहायता मिलेगी। यहाँ कुछ सुझाव दिए जा रहे हैं:

- अपने बच्चे को आकृतियाँ, सँख्याएँ, और नमूने पहचानने में सहायता करने के लिए 'आइ स्पाई (I Spy)' या दूसरे खेल खेलें।
- पूरे परिवार को गणित में शामिल करने के लिए बोर्ड गेम्स एक अच्छा माध्यम हो सकते हैं। पासा फेंकते (डाइस रोल करते) समय अपने बच्चे की, गिनने, आगे बढ़ने, और डाइस पर आई सँख्या तक आगे बढ़ने के बाद रुकने में सहायता करें।
- डाइस का प्रयोग करते समय आपका बच्चा कुल सँख्या जानने के लिए डाइस पर सामने दिख रहे सभी बिंदुओं को गिन सकता है। कुछ समय बाद वो डाइस पर सामने दिख रही सँख्या को बिना गिने ही पहचानने लग जाएगा।
- अपने बच्चे के साथ सँख्या खेल ऑनलाइन खेलें। साधनों के लिए, ऑनलाइन खोज शुरु करने में आपकी सहायता के लिए अच्छी वेबसाइटों की एक सूची प्रस्तुत है:
    - https://fuse.education.vic.gov.au (select Early Childhood or Primary Students tabs)
    - http://education.abc.net.au
    - http://www.abc.net.au/countusin
    - http://www.ictgames.com/resources.html

आकृतियों के साथ खेलना

आकृतियों के साथ खेलने से, अलग-अलग आकृतियों के प्रति आपके बच्चे की जागरुकता बढ़ने में सहायता मिलती है। इससे उनके हाथों-आँखों का समन्वय भी बेहतर होता है। कुछ सुझाव और गतिविधियाँ इस प्रकार हैं:

- जिगसॉ पज़ल्स, टेंग्राम्स या आकृतियों को श्रेणीबद्ध करने के खिलौनों से आपके बच्चे को समस्या के समाधान का कौशल और स्थान-संबंधी जागरूकता को सिखाने में सहायता मिलती है।
- विभिन्न आकृतियों के बीच समानताओं और अंतर को बताएँ और उन पर ध्यान दें। उदाहरण के लिए घुमावों, कोनों या किनारों वाली आकृतियाँ।
- आकृतियों के चित्र बनाने में अपने बच्चे की सहायता करें, उनको काटें और समूहों में छाँटे। अपने बच्चे से पूछें कि उसने उन आकृतियों को इसी तरह से क्यूँ छाँटा।
- प्लेडो और कुकी कटर का प्रयोग करके अलग-अलग आकृतियाँ बनाएँ। अपने बच्चे को उसके दैनिक जीवन से जुड़ी आकृतियों, जैसे गोल गेंद, चौकोर खिड़की या षट्कोणीय स्टॉप साइन, को पहचानने के लिए प्रोत्साहित करें।
- साथ में कागज के हवाईजहाज़ बनाने में कोण, आकार, हाल्विंग (आधे में मोड़ना) और समरूपता सहित गणित के कई सिद्धांतों का एक-साथ उपयोग होता है। हवाई जहाज़ बन जाने के बाद, आप यह तुलना कर सकते हैं कि कौनसा हवाई जहाज़ अधिक दूरी तक उड़ा था और उस दूरी को मापने का भी आनंद उठा सकते हैं।
- टॉवर बनाने के लिए बिल्डिंग ब्लॉक्स का प्रयोग करना, अपने बच्चे से कहें कि एक टॉवर को बनाने में जितने ब्लॉक्स लगे थे उतने ही ब्लॉक्स से दूसरा टॉवर बनाए जो पहले वाले से अलग हो।

नमूने बनाना

नमूनों को पहचानना और बनाना, सँख्याओं, आकृतियों और समरूपता के बारे में जानने के लिए महत्वपूर्ण गणितीय योग्यता होती है। गतिविधियों में शामिल है:

- कपड़ों, रैपिंग पेपर, भवनों, क्रॉकरी और फर्नीचर पर बने नमूनों को पहचानें और उनके बारे में समझाएँ। एक स्क्रैपबुक बनाएँ ताकि कला और शिल्प करते समय आइडियाज़ के लिए उसे काम में लिया जा सके।
- एक नमूने को शुरु करने के लिए, रंगीन पेग्स (कपड़ों पर लगाने वाली चिमटियाँ), ब्लॉक्स, मनके (बीड्स) या कटलरी काम में लें ताकि आपका बच्चा उस नमूने को पूरा करने के लिए आगे काम जारी रख सके। जब उनमें इस बारे में आत्मविश्वास आ जाए, तब उनसे कहें कि अपने आप एक नमूना बनाएँ।
- कुछ नमूनों से एक लयग बनाने का प्रयास करें। एक निश्चित लय से ताली बजाएँ और अपने बच्चे से उसकी नकल करने के लिए कहें, फिर बाद में अपने बच्चे से कहें कि वो अपनी खुद की बनाई हुई लय में ताली बजाए।
- अपने बच्चे को, उसके खुद के नमूने को चित्रित करने, बनाने और समझाने के लिए कहें। शुभकामना कार्डों में किनारों के रूप में उनका प्रयोग करें।

गणित के साथ गतिविधि करना

नीचे दिए गए सुझावों में गिनती के लिए शरीर की गतिशीलता को माध्यम बनाया जाता है:

- जब आप गेंद से खेलें तो गेंद के हर टप्पे को गिनें।
- अनुमान लगाएँ कि ...तक पहुँचने के लिए कितनी बार कूदना होगा, उसके बाद गिनें कि ...तक पहुँचने के लिए कितनी बार कूदना होगा।
- किसी पार्क में, बेंच से फिसल पट्टी तक चढ़ते या चलकर जाते समय अपने बच्चे के साथ उन कदमों को गिनें।
- अपने बच्चे से कहें कि वो उसके किसी दोस्त के साथ सी-सॉ पर संतुलन बनाने के लिए तरीके ढूँढे।
- रस्सी कूदते समय वो कविताएँ या गीत गाएँ जिनमें गिनती हो।

चीजों को मापना

नाप और पैमाने को समझना, आपके बच्चे के गणित के ज्ञान के लिए महत्वपूर्ण होता है। कुछ सुझाव और गतिविधियाँ इस प्रकार हैं:

- अपने परिवार के सदस्यों की लंबाई नापने के लिए दीवार पर मापने का चार्ट काम में लें।
- अपने बच्चे से आस-पास की चीजों के बारे में बात करें और उन्हें यह तय करने में सहायता करें कि कौनसी चीज बड़ी या छोटी है, लंबी या शॉर्ट (नाटी) है।
- अपने बच्चे के लिए एक डोरी को काटें - कितनी भी लंबी हो, चलेगी। आपके घर की कौनसी चीज आपके 'नापने की डोरी टेप' से लंबी या छोटी है यह पता लगाने के लिए घर की चीजों को उस डोरी से नापें। अपने बच्चे से उस चीज का पता लगाने के लिए कहें जो उस डोरी जितनी लंबी है।
- नापने के अन्य तरीके भी आजमाएँ, जैसे कि कप, जग, चाय का चम्मच, आइसी पोल स्टिक्स, पद-छाप, या हाथों की लंबाई।
- अपने बच्चे की, ब्लॉक्स से ऐसा टॉवर बनाने में सहायता करें जो उसके मनपसंद खिलौने से ऊँचा हो। अपने बच्चे से कहें कि उस टॉवर की ऊँचाई नापने के लिए उसमें लगे सारे ब्लॉक्स को गिने और यह बताए कि कुल सँख्या कितनी है।
- कौन सबसे दूर छलांग लगा सकता है, कौन एक टाँग पर सबसे ज़्यादा देर तक खड़ा रह सकता है, या एक जार भरने के लिए उसमें कितने बटन डालने होंगे, इस बारे में अनुमान लगाएँ और फिर मापें।
- डिब्बों को भरके और खाली करके उनके आकार का पता लगाएँ। पहले अनुमान लगाएँ, बाद में देखें कि किस डिब्बे में ज़्यादा या कम आता है।
- मौसम और दिन के समय में बदलाव पर ध्यान दें। बारिश कितनी होती है यह नापने और जाँचने के लिए एक पुरानी बोतल से 'वर्षा मापी' बनाएँ।

पता लगाने के लिए प्रश्न पूछें

आपने बच्चे को गणित की बातें जानने के लिए प्रोत्साहित करने हेतु उनसे इन प्रश्नों जैसे प्रश्न पूछें:

- तुमको कौनसी आकृतियाँ दिख रही हैं?
- हम ...कैसे नाप सकते हैं?
- हम आधा कैसे प्राप्त कर सकते हैं?
- ...को साझा करने का सबसे अच्छा तरीका क्या है?
- मैं ...से ..तक कैसे जाऊँ?
- क्या पास में है: सैडपिट या झूला?
- तुम किसी टॉवर को, इससे पहले कि वो गिर जाए, कितना ऊँचा बना सकते हो?

एनिमेशन्स जो साथ में मिलकर देखे जा सकते हैं

- लोग अपने परिवार के साथ दैनिक परिस्थितियों में जब चलते हैं, बात करते हैं और खेलते हैं, तो एवरी डे मैथ्स एनिमेशन्स उन्हें साथ मिलकर गणित को एक्सप्लोर (अध्ययन) करने के लिए प्रोत्साहित करते हैं। तीन एनिमेशनों का यह सैट परिवारों को गणित और अंक-ज्ञान के बारे में घर में, सूपरमार्केट में और बाहर खुली जगहों पर, बातचीत करने में सहायता करता है।
  https://fuse.education.vic.gov.au/?WSC2SM
- मैथस्कॉट्स एनिमेशन सीरीज़ की रचना, परिवारों को अंकज्ञान में भाग लेने में सहायता करने और गणित सीखने के बारे में घर पर ही स्कूल(होम-स्कूल) में संबंधों का निर्माण करने के लिए, की गई है। परिचयात्मक एपिसोड के बाद, 9 अलग-अलग एपिसोड हैं (हरेक एक से दो मिनट का है) लंबे समय वाले खेल के प्रारूपों में, लोगों को एपिसोड में प्रस्तुत गणित के बारे में बात करने के लिए प्रोत्साहित करने हेतु सहायता करने(प्रॉम्प्ट्स) और प्रश्नों के साथसाथ स्वतः रुक जाने का प्रावधान है। इनमें कुछ गतिविधियों के सुझाव भी होते हैं जिन्हें, यदि परिवार के लोग चाहें तो एपिसोड देखने के बाद कर सकते हैं।
  https://fuse.education.vic.gov.au/pages/mathscots

कक्षा 3 से कक्षा 6 तक
साक्षरता

पढ़ने के कुछ प्राथमिक वर्ष आपके बच्चे के लिए एक बहुत अच्छा समय होता है। पुस्तकों से उनको नए आइडियाज़ और नए अनुभवों की जानकारी मिलती है, और उनकी कल्पनात्मकता बढ़ती है।

पढ़ने के बारे में हमेशा सकारात्मकता से बात करें ताकि आपका बच्चा भी पढ़ने का मूल्य समझे। अपने बच्चे के साथ जितना हो सके उतना पढ़ते रहें। जब आपके बच्चे में लिखने के लिए आत्मविश्वास आ जाए तब उसे सारी या थोड़ी बहुत पुस्तक पढ़ने के लिए प्रोत्साहित करें। जब वे पढ़ रहे हों तो हमेशा धीरज रखें और तेज गति से पढ़ने पर ज़ोर न दें। इसके अलावा, अपने बच्चे में पुस्तकें पढ़ने की नींव रखने के लिए, हो सके उतना पढ़ने का काम खुद करें।

इन सालों का ये समय एक ऐसा समय होता है जब बच्चा इस दुनिया के बारे में ज़्यादा सीखता है। उनको चर्चाओं में शामिल करने से उनकी बोलने की योग्यता में सुधार होता है, और उनको इस दुनिया को समझने में और इस दुनिया में उनकी क्या जगह है यह समझने में सहायता मिलती है।

इन्हीं सालों में आपका बच्चा और अधिक आत्मविश्वास के साथ लिखने भी लगेगा। अच्छी तरह से लिखने की क्षमता, आपके बच्चे को प्रभावशाली रूप से बात करने में सक्षम बनाती है और स्कूल में तथा भविष्य में उनके करियर्स में सफलता की संभावनाओं को बढ़ाती है। अपने बच्चे को विभिन्न प्रकार के विषयों पर और रुचियों के बारे में ज़्यादा से ज़्यादा लिखने के लिए प्रेरित करें।

साक्षरता हमेशा मजेदार और आकर्षक हो सकती है। अपने बच्चे को उसकी रुचि के अनुसार किताबें और गतिविधियाँ चुनने दें, और हमेशा सभी गतिविधियों को यथोचित रूप से मनोरंजक और विनोदपूर्ण बनाएँ। इससे आपके बच्चे में पढ़ने, बोलने और लिखने के प्रति आकर्षण पनपने में सहायता मिलेगी।

बोलने और सुनने में अपने बच्चे की सहायता करना

अपने बच्चे से बात करना

जब आपका बच्चा प्राथमिक विद्यालय में जाएगा तो वो और भी धाराप्रवाह रूप में और विश्व के बारे में और भी अधिक जानकारी सहित बोलने लगेगा।

अधिक धाराप्रवाह रूप में बातचीत करने के बारे में कुछ उपयोगी सुझाव इस प्रकार हैं:

- ग्रोसरी (किराना के सामान) खरीदने, बागबानी करने, रात का भोजन पकाने, मेलबॉक्स से डाक निकालने, घर का काम करने, और बस या कार में करने जैसी दैनिक गतिविधियों के बारे में बातचीत में अपने बच्चे को शामिल करते रहें।
- आपके बच्चे का दिन कैसा बीता उस बारे में उससे विशेष प्रश्न पूछने की कोशिश करें। सामान्य प्रश्न जैसे कि "तुम्हारा दिन कैसा रहा?" पूछने से एक शब्द "अच्छा" का उत्तर मिलने की संभावना होती है। विशेष प्रश्न पूछें जैसे कि "तुम कक्षा में जो किताब पढ़ रहे हो वो किस बारे में है?" या "आज तुमने लंचटाइम में क्या किया?"
- दिन की घटनाओं और अभी क्या हो रहा हे उस बारे में चर्चा करते समय अपने बच्चे को भी उस बातचीत शामिल करें। उसकी राय पूछें। इससे उनको अलग-अलग परिप्रेक्ष्य समझने में सहायता मिलती है और उनकी शब्दावली बढ़ती है।
- सामान्य संवादों से, बच्चे को उत्तर में ज़्यादा बातें बोलने के लिए प्रोत्साहित करें, जैसे कि "किस कारण से तुमने ऐसा कहा? उसके बाद क्या हुआ? उसके बाद तुमने क्या सोचा?"
- अपने बच्चे के पढ़ने, लिखने और हर तरह के के व्याख्यानों (टैक्स्ट) को देखने में वास्तविक रूचि दर्शाएँ। विषयों के बारे में बात करने से एक अर्थपूर्ण बातचीत होती है और आपके बच्चे को उन्हें महत्वपूर्ण मानने में सहायता मिलती है।
- आपका बच्चा स्कूल में जिन विषयों पर पढ़ रहा है उनमें रुचि दिखाएँ। ये विषय चर्चाएँ शुरु करने के लिए एक अच्छा माध्यम आधार हो सकते हैं।
- अपने बच्चे को प्रोत्साहित करें कि वो अपनी दैनिक समस्याओं और भावनाओं के बारे में बात करे।
- प्रश्नों और चर्चाओं के सहारे दूसरे लोगों की भावनाओं को जानें। इससे आपके बच्चे के मन में दूसरों के प्रति संवेदना जागृत होने में सहायता मिलेगी।
- दुनिया के बारे में अपने बच्चे के अनुभवों और ज्ञान को बढ़ाने के लिए प्रश्न पूछें और चर्चाएँ करें, विशेषकर नए अनुभवों या भ्रमण के दौरान।

समाचार और सामयिक घटनाओं के बारे में चर्चा करना

जैसे-जैसे आपका बच्चा बड़ा होता है, वो समाचारों और सामयिक घटनाओं के प्रति और अधिक जागरूक हो जाता है। समाचारों और सामयिक घटनाओं पर चर्चा करने से आपके बच्चे की दुनियादारी की समझ बढ़ सकती है।

किसी घटना के बारे में प्रश्न पूछना आपके बच्चे को उसके बारे में गंभीरता से सोचने के लिए प्रेरित कर सकता है और उनमें संवेदना उत्पन्न कर सकता है। सामाजिक मुद्दों पर चर्चा करते समय प्रश्न पूछने से आपके बच्चे का मौखिक भाषा प्रवाह विकसित होने में सहायता मिलती है।

किसी नए समाचार या सामयिक घटना पर चर्चा के दौरान आप जो प्रश्न पूछ सकते हैं, उनमें से कुछ इस प्रकार हैं:

- तुमको क्या लगता है, वो घटना किस कारण से हुई?
- तुमको क्या लगता है, लोगों पर इसका क्या असर पड़ेगा?
- क्या यह उचित है?
- तुमको क्या लगता है, लोग ऐसा क्यों सोचते/करते हैं?
- क्या इस समाचार रिपोर्ट का दूसरा पक्ष भी हो सकता है?
- तुमको क्या लगता है, आगे क्या होगा?
- इस समस्या का हल कैसे निकाला जा सकता है?

आपकी बातचीत को आगे बढ़ाने के लिए कुछ अन्य गतिविधियाँ:

- किसी खराब या दुखःद समाचार में, लोगों या सहायता करने वाले संगठनों को ध्यान में रखते हुए, अपने बच्चे को उन समाचारों में कोई अच्छी बात खोजने के लिए प्रेरित करें। उदाहरण के लिए उनसे पूछें कि "इस घटना में सहायता करने वाले लोग कौन हैं?"
- किसी एक मुद्दे के बारे में अलग-अलग पक्ष जानने के लिए विभिन्न लेख साथ बैठकर पढ़ें। उसके बाद अलग-अलग विचारों पर चर्चा करें।
- किसी एक विषय पर वाद-विवाद करें. जिसमें आप और आपका बच्चा उस मुद्दे के अलग-अलग पक्षों पर बोले।
- किसी मुद्दे के बारे में पॉडकास्ट्स को डाउनलोड करें और सुनें।
- विभिन्न "अगर ऐसा होता तो क्या होता?" परिदृश्यों पर चर्चा करें। इससे आपके बच्चे के समस्या का समाधान निकालने के कौशल और कल्पनात्मकता को विकसित करने में सहायता मिलेगी।

कई समाचार बच्चों के लिए परेशान करने वाले या असंमंजस में डालने वाले हो सकते हैं। यह सुनिश्चित करें कि, आपने वही समाचार चुने हैं जो बच्चों के लिए उचित हैं। कुछ उत्कृष्ट पॉडकास्ट और ऑनलाइन कार्यक्रम ऐसे हैं जो आयु के अनसुार उचित तरीके से सामाचार प्रस्तुत करते हैं:

- किड्सन्यूज़ (Kidsnews):
  https://www.kidsnews.com.au
- बिहाइंड द न्यूज़ (Behind the News):
  https://www.abc.net.au/btn
- स्क्वीज़ किड्स पॉडकास्ट:
  https://www.squizkids.com.au
- एबीसी किड्स न्यूज़ पॉडकास्ट (ABC kids news podcast):
  https://www.abc.net.au/kidslisten/news-time

पढ़ने में अपने बच्चे की सहायता करना

पढ़ने के लिए प्रोत्साहित करने के लिए कुछ उपयोगी सुझाव इस प्रकार हैं:

- यह सिफारिश की जाती है कि प्राथमिक शिक्षा के आगे के बाद में भी आप साथ में पढ़ना जारी रखें, चाहे आपका बच्चा अपनेआप पढ़ लेता हो तो भी।
- अपने बच्चे को अक्सर स्थानीय लाइब्रेरी में ले जाएँ ताकि वे किताबें, चुन सकें, उधार ले सकें और रिन्यु करवा(फिर से ले) सकें। विद्यालय की छुट्टियों के शुरुआती दिनों में बच्चों को लाइब्रेरी में ले जाने से कई सप्ताह तक अपने आप पढ़ने के लिए प्रोत्साहन मिलता है।
- क्राफ्ट या अपने बच्चे की पसंद की अन्य गतिविधियों के विषय पर नॉनफिक्शन पुस्तकें ढूँढे। अधिकाँश लाइब्रेरियों में अच्छी तरह से व्यवस्थित करके रखी गई पुस्तकों वाले हिस्से होते हैं (उदाहरण के लिए डेवी डैसिमल नंबर 745)
- अपने बच्चे को उसके स्कूल की लाइब्रेरी से पुस्तकें उधार लेने के लिए भी प्रोत्साहित करें।
- यदि आपके बच्चे को कोई लेखक पसंद है, तो उसी लेखक की कोई दूसरी पुस्तक या पुस्तकों की कोई सीरीज़ ढूँढें।
- अपने बच्चे को, उसके मनपसंद लेखक या चित्रकार की वेब साइट पर उस लेखक या चित्रकार के बारे में पढ़ने के लिए प्रोत्साहित करें।
- अपने बच्चे से अलग-अलग शैलियों जैसे कि फैंटसी (कोरी कल्पना), साइंसफिक्शन (विज्ञान आधारित काल्पनिक कहानी), एक्शन और एडवंचर (साहसिक कारनामों) की किताबें पढ़वाना शुरू करें।
- अपने बच्चे सेअलग-अलग तरह के (व्याख्यान) टैक्स्ट, जैसे कि कविताएँ, संगीत के बोल, और लघु-नाटक पढ़वाना शुरु करें।
- अपने बच्चे को नॉनफिक्शन सामग्री पढ़ने के लिए प्रोत्साहित करें। समाचार-पत्र या कोई ऑनलाइन एन्साइक्लोपीडिया पढ़ना एक अच्छी शुरुआत हो सकती है, लेकिन हो सकता है कि आपके बच्चे को इतिहास की किताबों या अपने मनपसंद खिलाड़ी या मशहूर व्यक्ति की जीवनी पढ़ना पसंद हो।
- अपने बच्चे को इस बात के लिए प्रोत्साहित करें कि यदि उनको कोई शब्द समझ में नहीं आए तो शब्दकोष (डिक्शनेरी) काम में ले ले।
- अपने बच्चे को, उसकी आयु के अनसुार ऐसे यथोचित वीडियो गेम्स खेलने दें जिसमें पढ़ने की ज़रूरत पड़ती हो।
- अपने बच्चे को, विक्टोरियन प्रीमियर 'रीडिंग चैलेंज' में हिस्सा लेने के लिए प्रोत्साहित करें जो हर साल मार्च से सितंबर तक चलता है। इसमें भाग लेने वाले स्कूलों द्वारा आपके बच्चे का नाम दर्ज करवा दिया जाएगा - अन्यथा आप इस वेबसाइट पर जाकर अपने बच्चे का नाम दर्ज करवा सकते हैं: https://www.vic.gov.au/premiers-reading-challenge?Redirect=1#for-students-parents-and-early-childhood-services
- पृष्ठ 43 पर "एक साक्षरता संपन्न घर की रचना करना" भी देखें।

पुस्तक के बारे में बातचीत

आपके बच्चे को उसकी मनपसंद पुस्तकों की विषयवस्तु और अर्थ के बारे में और अधिक गहराई से विचार करने में सहायता के लिए पुस्तक के बारे में बातचीत एक महत्वपूर्ण युक्ति होती है। पहले वाले भाग, स्कूल से पहले से कक्षा 2 तक, साक्षरता, में पुस्तक के बारे में बातचीत के अन्तर्गत दिए गए प्रश्न मुख्यतया कथानक और पात्रों को याद करने से संबंधित थे (पृष्ठ 15 देखें)। जब आपका बच्चा प्राथमिक स्कूल में पहुँच जाए तब भी इन प्रश्नों को पूछना महत्वपूर्ण होता है। जैसे-जैसे आपका बच्चा प्राथमिक स्कूल में आगे की कक्षाओं में पहुँचे, तो आप जो पुस्तक साथ में पढ़ रहे हैं, या आपका बच्चा अगर किसी पुस्तक को अपने आप पढ़ रहा है तो उस पुस्तक के बारे में चर्चा करते समय उसमें और प्रश्न जोड़ते जाएँ।

कुछ अन्य प्रश्नों में शामिल हो सकता है:

- क्या इस कहानी में मुख्य पात्र में कोई बदलाव आता है? उस पात्र मे कैसे बदलाव आता है?
- अगर तुम इस पुस्तक का अंत बदल सकते, तो वो क्या होता?
- तुम्हारे हिसाब से यह कहानी मुख्यतया क्या संदेश देती है।
- इस कहानी के मुख्य संदेश के बारे में तुम्हारी क्या राय है?
- क्या तुम इस कहानी को किसी दूसरी घटना या मुद्दे से जोड़ सकते हो?
- दूसरे लोग इसे अलग तरीके से कैसे देख सकते हैं?

लिखने में अपने बच्चे की सहायता करना

आपका बच्चा जब प्राथमिक स्कूल में आगे की कक्षाओं में जाएगा, तो वो लंबे रचनात्मक लेखन लिखने लगेगा, अलग शैलियों में लिखना, और नॉन-फिक्शन तथा प्रेरणादायक लेखन का प्रयास शुरु करेगा।

स्कूल के इन सालों में लिखने में अपने बच्चे की सहायता के लिए कुछ सामान्य सुझाव इस प्रकार हैं:

- उनको सामान्य योग्यता बढ़ाने के लिए लिखने के लिए प्रोत्साहित करना जारी रखें। इसमें शामिल हो सकता है रैसिपी, पारिवारिक संदेश, शॉपिंग लिस्ट और शुभकामना कार्ड लिखना।
- कोई ऐसी शांत जगह ढूँढने का प्रयास करें जहाँ बैठकर आपका बच्चा लिख सके। कोई समतल सतह जैसे कि कोई मेज, बैंच टॉप या ट्रे ठीक रहती है।
- रंगीन पैन और पेंसिलें, और अलग-अलग रंगों के कागज जैसे स्टेशनरी के सामान उपलब्ध करवाएँ।
- आपका बच्चा लिखना शुरु करे उससे पहले, लेखन के विषय पर चर्चा करने से हमेशा मदद मिलती है। इससे आपके बच्चे को लेखन का काम शुरु करने के लिए विचार और विश्वास प्राप्त होगा।
- आप बच्चा जिस विषय पर लिखने जा रहा है उसके बारे में चर्चा करने के बाद, उसकी सहायता करने के लिए आप कुछ तर्क या कहानी की रूपरेखा के बिंदु लिखकर उसे दे सकते हैं। जिसके बाद वो उन बिंदुओ पर विस्तार से लिख सकते हैं।
- अपने बच्चे को, काल्पनिक, वास्तविक, और एडवंचर (साहसिक कारनामे) जैसी अलग-अलग शैलियों में लिखने के लिए प्रोत्साहित करें।
- अपने बच्चे को विभिन्न प्रकार के साहित्य का लेखन करने के लिए प्रोत्साहित करें जैसे कि कविताएँ, लघु-नाटक या फिल्म की कहानियाँ आदि।
- आपके बच्चे ने जो पुस्तक पढ़ रखी हो उसे रचनात्मक लेखन के प्रेरक स्त्रोत के रूप में काम में लें।
- प्रेरणादायक लेखन स्कूल में एक फोकस बन जाएगा, विशेषकर हाई स्कूल में। अपने बच्चे से, किसी विशेष मुद्दे के बारे में उसकी राय और विचारों को लिखने के लिए कहें।
- अपने बच्चे को इस बात के लिए प्रेरित करें कि वो अपना काम आपको दिखाने पहले (संपादित) करके ठीक करले। उनको यह भी सुनिश्चित करना होगा कि उनके लेखन का कोई अर्थ हो। अपने बच्चे को उसका लेखन जोर से पढ़ने के लिए कहना उसके लेखन में गलतियोंयों का पता लगाने का एक अच्छा तरीका होता है।
- डिक्शनेरी काम में लेने से स्पैलिंग की गल्तियाँ कम करने में सहायता मिलती है।
- थसॉरस काम में लेने से आपके बच्चे की शब्दावली बढ़ने में सहायता मिलती है।

कुछ मजेदार गतिविधियाँ इस प्रकार हैं:

- अपनी खुद की पुस्तक बनाने के लिए स्क्रैप पेपर का उपयोग करें। घर पर किताबों की एक छोटी सी लाइब्रेरी तैयार करने के लिए कागजों को एक-साथ स्टेपल करें और कहानियाँ, पहेलियाँ, चुटकुले लिखें।
- अपने बच्चे को इस बात के लिए प्रेरित करें कि वो अपने साथ एक डायरी रखे जिसमें वो अपनी भावनाओं और अनुभवों को लिख सके।
- किसी पुस्तक या फिल्म की समीक्षा लिखें। अपने बच्चे को इस बात के लिए प्रेरित करें कि वो उस फिल्म से संबंधित अच्छे और बुरे बिंदुओं के बारे में, और उस फिल्म को कैसे और भी बेहतर बनाया जा सकता था उस बारे में अपनी राय रखे।
- 'फाउंड कविता' की रचना करें। अलग-अलग पुस्तकों या कविताओँ में से क्रम रहित लाइनें या वाक्यांश लें और उन्हें एक कविता के रूप में व्यवस्थित करें। अलग-अलग लाइनों को कैसे विभिन्न क्रमों में रखा जा सकता है, और उससे इस रचना का अर्थ कैसे बदल सकता है इस बारे में चर्चा करना मनोरंजक हो सकता है।
- अपने बच्चे को एक ऐसा विषय दें जिसके दो स्पष्ट पहलू हों, जैसे कि "होमवर्क पर प्रतिबंध लगा दिया जाना चाहिए।" अपने बच्चे से कहें कि वो इस विषय के पक्ष और विपक्ष में वो अपने तर्कों को व्यक्त करने के लिए कुछ पैरेग्राफ लिखे।
- यदि आपके बच्चे ने पिछले दिनों कोई उपन्यास पूरा किया है या कोई फिल्म पूरी देखी है, तो उससे कहें कि वो इसके बारे में अपनी प्रतिक्रिया को रचनात्मक रूप से लिखकर प्रकट करें। हो सकता है कि वो वैकल्पिक समाप्ति, कोई छोटा सा सीक्वल, या किसी पात्र के दृष्टिकोण से डायरी में कुछ बातें लिखे।

डिजिटल रूप से लिखना और रचना करना

हम अब एक ऐसी दुनिया में रहते हैं जहाँ डिजिटल तकनीक भरी पड़ी है। अपने बच्चे को साहित्य में सफलता का पूरा अवसर देने कर लिए, यह महत्वपूर्ण है कि आपका बच्चा तकनीक के प्रति सहज हो और अपने विचारों को व्यक्त करने तथा अपनी रचनात्मकता दिखाने के लिए विभीन्न तकनीकों का प्रयोग कर सके।

आपका बच्चा जो गतिविधियाँ कर सकता है उनमें से कुछ इस प्रकार हैं:

- किसी विशेष रुचि, जैसे कि कोई शौक, किसी खेल की एक टीम, या उनकी पसंद की किसी ऐतिहासिक घटना को दिमाग में रखकर एक वेबसाइट बनाना।
- किसी शौक या रुचि के बारे में एक ब्लॉग लिखना।
- एक लघुफिल्म का कथानक लिखना और फिर एक मोबाइल फोन, टेबलेट या वीडियो रिकॉर्डर से उस फिल्म की शूटिंग करना। एडिटिंग सॉफ्टवेयर से उस फिल्म को एडिट करना और टाइटल्स बनाना।
- एक रेडियो स्क्रिप्ट लिखना और किसी मोबाइल फोन, टेबलेट, या डिजिटल वॉइस रिकोर्डर से उस स्क्रिप्ट को रिकॉर्ड करना।
- एक लघु कथा लिखना किसी मोबाइल फोन, टेबलेट, या डिजिटल वॉइस रिकोर्डर से उसे रिकॉर्ड करना। माहौल और सस्पेंस उत्पन्न कर ने के लिए डिजिल फिल्म स्कोर संगीत या ध्वनि प्रभाव(साउंड इफेक्ट) खोजना।
- परिवार के सदस्यों को ईमेल या इंसटेंट मैसेजेस लिखना।
- हाल ही के पारिवारिक भ्रमण, या अपनी निजी रुचि से जुड़ी किसी बात के बारे में परिवार के लिए एक प्रस्तुति की रचना करने के लिए प्रस्तुति या स्लाइड सॉफ्टवेयर का प्रयोग करना।
- किसी एप्प का उपयोग करते हुए एक लघु फिल्म तैयार करना, जैसे कि ऑस्ट्रेलियन चिल्ड्रन्स टेलीविज़न फाउंडेशन (Australian Children's Television Foundation) की द लिटिल लंच एप्प (The Little Lunch App): https://actf.com.au/education/resources/id/10429/

पारिवारिक प्रोजेक्ट्स

पढ़ने और लेखन के काम में सारे परिवार को शामिल करने के अवसर का लाभ उठाएँ।

कुछ पारिवारिक प्रोजेक्ट्स में शामिल हो सकता है:

- दोस्तों या रिश्तेदारों को ईमेल करना।
- रिश्तेदारों और दोस्तों से संवाद करने के लिए अपनी सोशल नैटवर्किंग साइट्स पर साथ में बैठकर मैसेजेस लिखना।
- कोई पुस्तक श्रंखला साथ में पढ़ना।
- घर की कोई नई चीज कैसे काम करती है यह जानने के लिए उसके दिशा-निर्देशों को साथ में पढ़ें।
- परिवार में हुए आयोजनों या यात्रा के अनुभवों को किसी पत्रिका या ऑनलाइन ब्लॉग में लिखें।
- नाटक लिखना और परिवार और दोस्तों के सामने उसे प्रस्तुत करना।
- साथ में मिलकर एक फिल्म की कहानी लिखना और फिल्म बनाना।
- समाचारों के लेखों को पढ़ना, छाँटना और ईकट्ठा करना, और उस बारे में एक एलबम बनाना, उदाहरण के लिए, किसी खेल टीम, मनपसंद पशू, या मनोरंजक गतिविधि से संबंधित लेख।
- वर्ग पहेली(क्रॉसवर्ड्स), शब्द पहेलियाँ, ब्रेन-टीज़र्स, और प्रश्नोत्तरियाँ(क्विज़ेस)।
- हर दिन वर्ल्डली को हल करने के लिए परिवार के सब लोग मिलकर दिमाग लगाना। बच्चों के लिए उचित प्रारूप ऑनलाइन उपलब्ध हैं उदाहरण के लिए https://wordlegame.org/wordle-for-kids.
- लाइब्रेरियों और किताबों की दुकानों पर एक साथ जाकर देखना कि वहाँ क्या-क्या उपलब्ध है। चैरिटी दुकानों और गैराज सेल्स में सस्ती किताबें खोजना।
- साथ मिलकर किसी भ्रमण की योजना बनाना, सार्वजनिक परिवहन समय-सारणियों, नक्शों, और सूचना ब्रोचरों को पढ़ने सहित।

एक साहित्य-संपन्न घर की रचना करना

एक साहित्य-संपन्न घर की रचना करने से आपके बच्चे को पढ़ने, लिखने, बोलने और सुनने का हर अवसर मिलेगा। इस तरह के वातावरण से बच्चों को, इन योग्यताओं को दिनचर्या के एक महत्वपूर्ण और सामान्य हिस्से के रूप में देखने का अवसर मिलता है।

एक साहित्य-संपन्न घर की रचना करने के लिए कुछ उपयोगी सुझाव इस प्रकार हैं:

- पुस्तकें। बहुत सारी पुस्तकें। बहुत सारी पुस्तकें होने से आपका बच्चा पढ़ने को एक सामान्य गतिविधि के रूप में देखेगा और हमेशा उसके पढ़ने के लिए कोई नई चीज उपलब्ध रहेगी।
- वर्णमाला के अक्षरों और शब्दों के पोस्टरों और लेबलों का उपयोग करके अपने बच्चे के लिए बैडरूम या घर को भाषा-संपन्न बनाएँ।
- अपने बच्चे की पुस्तकों को प्रदर्शित करने के लिए एक पुस्तकों की अलमारी की व्यवस्था करें।
- एक आरामदायक जगह बनाएँ जहाँ आपका बच्चा पढ़ सके, शायद गद्दियों और कंबलों से, ताकि आपके बच्चे को यह समझने में सहायता मिले कि पढ़ना एक आरामदायक और मनोरंजक गतिविधि है।
- लेखन सामग्रियाँ और लिखने के लिए एक मेज उपलब्ध करवाएँ। अलग-अलग तरह के पैन और पेंसिलें, और लेखन का काम करने के लिए एक अलग जगह होने से, आपके बच्चे में बार-बार लिखने का उत्साह पैदा होता है। अपने बच्चे के पैन और पेंसिलों को रखने के लिए एक विशेष लेखन बॉक्स बनाने से आपके बच्चे को यह देखने में सहायता मिलती है कि लेखन एक महत्वपूर्ण गतिविधि है।
- कल्पनायुक्त नाटक प्रस्तुत करने के लिए रंगमंच का सामान (प्रॉप्स), और क्राफ्ट प्रोजेक्ट्स के लिए सामान एकत्रित करें। ये चीजें, बोलने और लिखने का अभ्यास करने का आधार बन सकती हैं।
- हर सप्ताह 'पारिवारिक अध्ययन समय' के लिए एक समय निर्धारित करें जब परिवार का हर सदस्य पढ़े, या तो अकेले या फिर साथ में।
- आपका बच्चा क्या पढ़ और लिख रहा है इस बारे में नियमित रूप से चर्चा करें।
- सबसे महत्वपूर्ण है, कि आप खुद उसे पढ़ें। अपने बच्चे के सामने पढ़ने का नमूना पेश करना, बच्चे में पढ़ने की आदत डालने के उपयोगी तरीकों में से एक है। बच्चे अगर अपने माता-पिता को अक्सर पढ़ते हुए देखते हैं - तो उन्हें भी पढ़ने के लिए प्रेरणा मिलती है - और यह देखने को मिलता है कि पढ़ना दिनचर्या का एक सामान्य हिस्सा होता है। बच्चे के भाई-बहन, दादा-दादी, नाना-नानी, या बच्चे के जीवन से जुड़े अन्य व्यक्ति भी पढ़ने का आदर्श हो सकते हैं।

कक्षा 3 से कक्षा 6 तक
अंक-ज्ञान

अपने बच्चे के साथ अंक-ज्ञान का अभ्यास करना

ज्ञानार्जन में परिवार का भागीदार होना, स्कूल और उससे आगे भी बच्चे की सफलता के सटीक पूर्वानुमानों में से एक होता है।

गणित पर चर्चा और गणित सीखने में शामिल होने से आपके बच्चे को स्कूल के भीतर और बाहर सीखने में सहायता मिलती है। आपका बच्चा भी गणित की महत्ता का सार्वजनिक परिवहन से जाना, दुकानों से सामान खरीदने के लिए तुलना करना और सर्वोत्तम समय चुनना, बजट निर्धारित करना, और भोजन पकाना जैसी दैनिक गतिविधियों से संबंध जोड़ने लगेगा।

गणित के बारे में सकारात्मकता से बात करें ताकि आपका बच्चा भी उसे महत्वपूर्ण समझे। यदि आपके स्कूल के दिनों में आपका गणित का अनुभव आदर्श से कम था, तो "स्कूल में मेरी गणित अच्छी नही थी", या "मुझे गणित अच्छी नहीं लगती थी क्योंकि वो बहुत कठिन थी" जैसी टिप्पणियाँ करने से बचें। ऐसी टिप्पणियाँ करने से बच्चे की खुद से अपेक्षा कम हो जाती है, और लोगों के गणित में स्वाभाविक रूप से अच्छे या कमजोर होने से संबंधित मिथक बने रह सकते हैं।

इसके विपरीत, अगर आपने गणित में अच्छा प्रदर्शन किया था, तो उत्तरों या समाधानों को तुरंत बताने से बचें। अपने बच्चे को इस बात के लिए प्रोत्साहित करें कि वो गणित की समस्या का हल कैसे निकाल सकता है। इससे उनका आत्मविश्वास बढ़ता है और उनकी समझ और भी गहरी होती है।

आपका खुद का स्कूल का अनुभव चाहे कुछ भी रहा हो, इस बात के प्रति आशवस्त रहें कि आजकल गणित रटकर सीखने के बारे में नहीं है। आजकल, ध्यान यह स्वीकारने पर दिया जाता है कि उत्तर पाने के कई तरीकें होते हैं, और इस बारे में भी ध्यान दिया जाता है कि कोई तरीका अगर चुना गया है तो आपने वो कैसे और क्यों चुना।

कई गतिविधियाँ ऐसी होती हैं जिनसे, आपको अपने बच्चे के साथ घर पर गणित का अभ्यास करने में सहायता मिल सकती है। इन गतिविधियों में हिस्सा लेते समय इनको गति से जोड़ने से बचें। अपने बच्चे से, गणित के किसी प्रश्न का तुरंत हल निकालने की अपेक्षा करने से गणित के प्रति चिंता का भाव जागृत हो सकता है। हल निकालने की प्रक्रिया पर ध्यान देने का प्रयास करें, परिणाम पर नहीं।

खेल-कूद के बारे में चर् करना

खेलकूद आपके बच्चे को गणित में संलग्न रखने का एक अच्छा अवसर हो सकते हैं, विशेषकर यदि वो एक उत्सुक खिलाड़ी है तो। अपने बच्चे का मनपसंद खेल खेलते या देखते समय पूछे जा सकने वाले कुछ प्रश्न इस प्रकार हैं:

- तुम्हारे मनपसंद खेल में स्कोर का हिसाब कैसे रखा जाता है? उस हिसाब में कौनसी गणित होती है?
- दूसरे खेलों में स्कोर का हिसाब कैसे रखा जाता है - उदाहरण के लिए, टेनिस, गोल्फ, क्रिकेट, नेटबाल, फुटबाल।
- तुम स्कोर का टोटल मालूम करने के लिए कौनसी गणित काम में लेते हो?
- क्रम में सबसे ऊपर कौन है? यह कैसे तय किया जाता है?
- क्या स्कोर को रिकार्ड करने के कोई अन्य तरीके भी हैं?
- तुम्हारे मनपसंद खेल के गेम्स कितने मिनट और सैकण्ड्स तक चलते हैं? उस गेम में समय को कैसे विभाजित किया जाता है? आधे, चौथाई या किसी अन्य में?
- अलग-अलग खेल के मैदान और कोर्ट्स किस आकार के हैं? किनारों और कोणों के बारे में बात करें।
- तुम किसी खेल के मैदान की परिधि और क्षेत्र का अनुमान किस तरह से लगा सकते हो?
- MCG के खेल मैदान या तुम्हारे स्थानीय खेल मैदान में कितनी कारें खड़ी की जा सकती हैं? हम इसका पता कैसे लगा सकते हैं?

मौसम का पूर्वानुमान देखना

चूँकि मौसम रोज़ बदलता रहता है, अपने बच्चे से गणित के बारे में चर्चा करने के लिए मौसम एक अच्छा विषय हो सकता है। इन गतिविधियों को करके देखें:

- इस वेब साइट पर जाएँ, http://www.bom.gov.au/vic/
- मौसम संबंधी आपकी स्थानीय स्थितियों के ग्राफ़ का रिकॉर्ड रखने के लिए एक थर्मामीटर और/या वर्षा मापक काम में लेरं।
- अपने बच्चे से प्रतिदिन के अधिकतम और न्यूनतम तापमानों के बीच के फर्क के बारे में पूछें। क्या उनको मौसम में बदलाव का कोई पैटर्न या दौर दिखता है?
- सात दिन का पूर्वानुमान खोजें, फिर एक-एक दिन का वास्तविक तापमान रिकॉर्ड करें और उसकी पूर्वानुमान से तुलना करें। अपने बच्चे से पूछें कि क्या वो पूर्वानुमान सटीक था। उनसे पूछें कि उन्हें क्या समानताएँ और क्या फर्क दिखे।
- मौसम की वेबसाइट पर दी गई जानकारी देखकर यह जानें कि आपके क्षेत्र और अन्य क्षेत्रों के मौसम में क्या अंतर है। अपने बच्चे से पूछें कि आपके क्षेत्र में अन्य क्षत्रों की तुलना में कितनी बारिश आती है। अपने बच्चे से, आपके क्षेत्र और उन अन्य क्षेत्रों के तापमान में फर्क बताने के लिए कहें। ज़्यादा या कम बारिश आने से किस पर असर पड़ सकता है।

रैसिपीज़ साझा करना

खाना पकाते समय गणित पर चर्चा करने से गणित का ऐसा अध्ययन किया जा सकता है जिसमें माप, समय, और खर्चा शामिल है। यहाँ कुछ ऐसी गतिविधियाँ बताई जा रही हैं जिन्हें आप घर पर कर सकते हैं:

- रैसिपियों को एकत्रित करें और पढ़ें और उनमें बताए गए मात्रा के अंशों, मिलिलीटर्स और ग्राम आदि के बारे में चर्चा करें। अपने बच्चे से, मापने वाले कप, चम्मचों से बिल्कुल सही मात्रा नापने के लिए कहें।
- इस बारे में चर्चा करें कि आप किसी रैसिपी में बताई गई मात्रा की आधी या दोगुनी मात्रा बनाने के लिए आपको क्या करना होगा। अपने बच्चे से कहें कि उस मात्रा के हिसाब से नए माप दर्ज करें। इस बारे में चर्चा करें कि आपको ऐसा क्यों और कब करने की ज़रुरत पड़ सकती है।
- रैसिपी में बताए गए तापमान और पकाने के समय का पता लगाएँ। इस बारे में चर्चा करें कि अलग-अलग रैसिपीज़ को पकाने का तापमान और समय अलग-अलग क्यों होता है?
- यह अनुमान लगाएँ कि, उस रैसिपी के अनुसार व्यंजन बनाने के लिए सभी सामग्रियों को खरीदने में कितने पेसे खर्च होंगे। इसकी तुलना सामानों की वास्तविक कीमत से करें। अपने बच्चे से यह पूछें कि उनके हिसाब से सारे सामान खरीदकर भोजन बनाना ठीक रहेगा या टेक-अवे लाना।
- रैसिपी में दिए गए संक्षिप्त रूपों की एक सूची बनाएँ और फिर उनका पूरा नाम लिखें - उदाहरण के लिए, लीटर के लिए एल, मिलिलीटर के लिए एमएल, टी-स्पून के लिए टीएस, टेबलस्पून के लिए टीबीएसपी।
- सूपरमार्केट में उपलब्ध ताज़ा फ़लों और सब्ज़ियों के मूल्यों और मार्केट में विक्रेताओं के यहाँ उपलब्ध फ़लों और सब्ज़ियों के मूल्यों के बारे में मालूम करें।

कैटेलॉग्स को देखें

कैटेलॉग्स के बारे में चर्चा करना, अपने बच्चे के पैसे और प्रतिशत के ज्ञान को बढ़ाने का एक अच्छा तरीका हो सकता है। ये कुछ प्रश्न हैं जो आप पूछ सकते हैं:

- $40 में तुम कैटेलॉग कि कौनसी चीजें खरीद सकते हो? $40 में तुम कितनी चीजें खरीद सकते हो?
- कैटेलॉग में से पाँच चीजें चुनें, फिर यह हिसाब लगाएँ कि अगर उन चीजों पर 50% की सेल होती तो वो चीजें कितने में आती? क्या इस बात से कोई फर्क पड़ता है कि आप चाहे सभी चीजों की कीमत जोड़कर उसमें से 50% घटा दें या फिर हर चीज की कीमत में से 50% घटाया जाए और फिर सभी चीजों का मूल्य जोड़ा जाए?
- उस कैटेलॉग में सेल पर सबसे यथोचित मूल्य किस चीज का है? क्या आप अपने तर्कों को भली-भाँति समझा सकते हैं?
- अलग-अलग कैटेलॉग्स देखकर यह तुलना करें कि कोई एक चीज अलग-अलग दुकानों पर कितने में मिल रही है। आपको क्या पता लगा?
- एक ऐसा उदाहरण ढूँढें जहाँ कई चीजों पर कीमत में छूट दी जा रही है। हिसाब लगाएँ कि इससे वास्तव में कितने पैसों की बचत होगी।
- 'यह समझें कि किसी चीज का 10% और फिर 20% कैसे मालूम किया जा सकता है। क्या ऐसा कोई तरीका है जिससे 10% के विभाज्यों (मल्टीपल्स) में गणना करना आसान हो सकता है?'

यात्रा समय-सारणियाँ

कुछ ऐसे प्रश्न प्रस्तुत हैं जिन्हें अपने बच्चे से पूछने से समय के बारे में उसका ज्ञान और समस्या का हल निकालने की उसकी योग्यता में सुधार होगा:

- क्या इस समय-सारणी में तुम अपनी यात्रा शुरू करने की जगह बता सकते हो?
- इस मार्ग पर यात्रा करने में शीघ्रातिशीघ्र और अभी कितना समय लगेगा?
- इस पूरे मार्ग पर यात्रा करने में कितनी देर लगती है?
- इस मार्ग पर कितने स्टाप हैं?
- यदि सभी स्टेशनों पर नहीं रुका जाए तो इस मार्ग की यात्रा पर लगने वाले समय में कितना फर्क आ जाएगा?
- यह यात्रा करने में कितने पैसे लगते हैं? यात्रा के अन्य विकल्पों की तुलना में क्या यह उचित मूल्य है?
- यात्रा करने के लिए कौनसा रूट सबसे अच्छा रहेगा? तुम ऐसा क्यों मानते हो?
- ट्रेनिंग में समय पर पहूँचने के लिए, तुमको घर से कब जाना होगा?

पैसों को संभालना

अपने बच्चे को पैसे के बारे में, पैसे बचाने के बारे में सोचने के लिए और यह ध्यान में रखने के लिए प्रोत्साहित करें कि वे पैसे को कैसे खर्च करते हैं, यह बहुत महत्वपूर्ण है। कुछ सुझाव और गतिविधियाँ इस प्रकार हैं:

- अपने बच्चे को ये हिसाब लगाने के लिए कहें कि कोई चीज खरीदने के बाद कितने पैसे वापस मिलेंगे।
- यह पता लगाएँ कि पूरे परिवार के लिए एक-साथ घूमने जाने पर कितना खर्चा होगा? उदाहरण के लिए, किसी थीम पार्क में जाने के खर्च में, यातायात, प्रवेश टिकटों, खाने की चीजों और ट्रांसपोर्ट आदि के लिए होने वाला खर्चा भी शामिल किया जा सकता है।
- उपहार खरीदने या आपका बच्चा कोई चीज खरीदना चाहता है तो उसके लिए पैसे बचाने के बारे में चर्चा करें। यह पता लगाना कि अगर उसको हर सप्ताह थोड़े से पैसे मिलते हैं तो उस चीज को खरीदने के लिए पैसे बचाने में कितने दिन लगेंगे।
- जेब-खर्च के पैसों को बढ़ना के लिए बातचीत करते समय प्रतिशत के हिसाब से बढ़ाने की बात करें। उदाहरण के लिए 5% की वृद्धि की जाए तो हर सप्ताह कितने पैसे हुए? क्या ऐसा करना मासिक रूप से पैसे बढ़ाने से बेहतर है?
- अपने बच्चे से उसके जेब-खर्च या जन्म-दिन पर उसे मिले पैसों का कुछ प्रतिशत बचाने के लिए और यह पता करने के लिए कहें कि वो कितने पैसे होंगे। उदाहरण के लिए, अगर तुम हर सप्ताह 40% बचाओ तो तुम्हारे पास कितने पैसे होंगे?
- समाचार-पत्र पढ़ें या समाचार देखें। शेयर बाजार में क्या हो रहा है और कोई परिवर्तन क्यों हो सकता है इस पर चर्चा करें।

फ्रैक्शन (खंडों) को समझना

फ्रैक्शन, गणित का वो हिस्सा है जो दैनिक जीवन में बहुत ज़्यादा प्रासंगिक होता है। हम फ्रैक्शन्स के अपने ज्ञान से हर समय समस्याओं को सुलझाते और निर्णय लेते हैं।

फ्रैक्शन्स के बारे में अपने बच्चे से बात करते समय गणितीय भाषा का प्रयोग करें। आपका बच्चा स्कूल में गणितीय भाषा के जिन शब्दों को काम में लेता है उनमें से कुछ इस प्रकार हैं:

फ्रैक्शन - किसी संपूर्ण, सँख्याओं के समूह का कोई सा भी भाग (उदाहरण के लिए, $\frac{4}{5}$)

गणक (न्यूमरेटर) - संपूर्ण के भागों की सँख्या दर्शाना (उदाहरण के लिए, फ्रैक्शन $\frac{4}{5}$में, 4 न्यूमरेटर है)

विभाजक (डिनोमीनेटर) - बताता है कि संपूर्ण को कितने बराबर हिस्सों में बाँटा गया है (उदाहरण के लिए, फ्रैक्शन $\frac{4}{5}$में, 5 डिनोमीनेटर है)

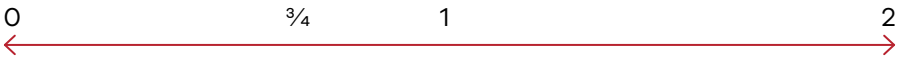
शुद्ध खंड (प्रोपर फ्रैक्शन) - जब न्यूमरेटर का परिमाण (की वैल्यू) डिनोमीनेटर से कम होता है (उदाहरण के लिए, $\frac{3}{5}$)

अशुद्ध खंड (इम्प्रोपर फ्रैक्शन) - जब न्यूमरेटर डिनोमीनेटर से बड़ा या बराबर होता है (उदाहरण के लिए, $\frac{5}{3}$)

समान खंड (इक्विलेंट फ्रैक्शन) - वो फ्रैक्शन्स जिनमें समान वैल्यू या राशि (अमाउँट) होता है (उदाहरण के लिए, $\frac{2}{3} = \frac{4}{6}$)

मिश्रित संख्याएँ (मिक्स्ड नंबर्स) - एक संपूर्ण सँख्या और एक फ्रैक्शन (उदाहरण के लिए, $1\frac{1}{2}$)

बच्चे यह सीखकर शुरुआत करते हैं कि संपूर्ण सँख्याओं के बीच में कई सँख्याएँ होती हैं। आपके बच्चे को यह बात समझाने के लिए सँख्याओं की एक लाइन एक प्रभावशाली मॉडल होता है:



आपका बच्चा, फ्रैक्शन्स, डेसिमल्स, अनुपात (रेशियो) और प्रतिशत के बीच संबंध को भी समझने लगता है।

दशमलव (डेसिमल्स) - एक ऐसा फ्रैक्शन जो किसी संपूर्ण को दस बराबर भागों (tenths) या सौ बराबर भागों (hundredths) में बाँटने से बनता है। उदाहरण के लिए, 75 लाल पेनों को 0.75 के रूप में या .75 के रूप में दोबारा लिखा जा सकता है।

अनुपात (रेशियो) - दो या अधिक मात्राओं की तुलना। उदाहरण के लिए, फ़लों के एक कटोरे में सेब और नाशपतियाँ हैं। सेबों और नाशपतियों के इस रेशियो को 3:4 के तौर पर दिखाया जाएगा।

प्रतिशत - 100 में से भागों की सँख्या होती है। उदाहरण के लिए, 100 बटनों के एक संग्रह में, 75 बटन लाल रंग के हैं। इस चीज को 75 प्रतिशत या 75% के रूप में दिखाया जा सकता है।

फ्रैक्शन्स को दैनिक जीवन में कैसे काम में लिया जाता है उस बारे में सकारात्मक रूप से बातचीत करें। अपने बच्चे के लिए फ्रैक्शन के नमूने बनाने से आपके बच्चे को फ्रैक्शनों को समझने में सहायता मिलेगी। दैनिक रूप से काम आने वाली इन वस्तुओं का उपयोग करते हुए इन सुझावों पर अमल करने का प्रयास करें:

- एक औरेंज को काटते समय क्या तुम उसका आधा और चौथाई हिस्सा दिखा सकते हो?
- क्या तुम एक सेब को बराबर के छः टुकड़ों में काट सकते हो? सेब का एक टुकड़ा पूरी सेब का कितना फ्रैक्शन होगा? चार टुकड़े? इस बात को कहने के लिए तुम दूसरा कौनसा तरीका अपना सकते हो?
- गिलास में उसकी क्षमता का कितना प्रतिशत पानी भरा हुआ है? उस गिलास में पानी और हवा का कितना अनुपात है?
- दीवार घड़ी की सुईयाँ क्वाटर पास्ट (सवा...) बजे का समय कैसे दिखाती है? हम इस समय को बताने के लिए क्वाटर (सवा) शब्द क्यों बोलते हैं?
- यदि तुम एक तौलिये को तीन बराबर परतों में समेटो, तो कौनसा फ्रैक्शन होगा?

ऑनलाइन जुड़ना

यहाँ कुछ अन्य वेबसाइटों का विवरण दिया जा रहा है जो आप अपनी स्थानीय लाइब्रेरी में जाकर देख सकते हैं। कुछ वेबसाइटों को एप्प्स के रूप में विभिन्न डिवाइसों पर डाउनलोड किया जा सकता है:

- https://fuse.education.vic.gov.au (select Early Childhood or Primary Students tabs)
- http://splash.abc.net.au
- http://www.ictgames.com/resources.html
- https://www.scratchjr.org/
- https://www.kodable.com/parents

© विक्टोरिया राज्य (शिक्षा तथा प्रशिक्षण विभाग) 2022 (© State of Victoria (Department of Education and Training) 2022)

आपके बच्चे की प्रतिदिन सहायता के लिए साक्षरता और अंकज्ञान के बारे में उपयोगी सुझाव, क्रिएटिव कॉमन्स एट्रीब्यूशन अन्तर्राष्ट्रीय लाइसेंस 4.0 (Creative Commons Attribution 4.0 International) के अन्तर्गत उपलब्ध करवाए गए हैं। आप इस लाइसेंस के तहत किए गए इस काम का पुनः उपयोग, इस शर्त पर कर सकते हैं कि आप इसका श्रेय विक्टोरिया राज्य (शिक्षा तथा प्रशिक्षण विभाग) को दें, अगर इसमें कोई बदलाव किए गए हों तो उनके बारे में बताएँ तथा इस लाइसेंस की अन्य शर्तों को पूरा करें, देखें: Creative Commons Attribution 4.0 International

यह लाइसेंस लागू नहीं होता है:

- विक्टोरियन सरकार लोगो तथा लोगो सहित किसी भी इमेज, फोटोग्राफ, ट्रेडमार्क या ब्रांडिंग पर; तथा
- किसी तृतीय पक्ष द्वारा सप्लाई की गई सामग्री पर।

कॉपीराइट से सबंधित पूछताछ copyright@education.vic.gov.au

22-22