ریموٹ تعلیم میں آپ کے بچے کی مدد

فہرستِ مشمولات

ریموٹ لرننگ کیا ہے؟ 2

ایک مستقل معمول 2

بصری شیڈیول کا نمونہ 3

اپنے بچے کے ساتھ کھیلنا 4

مطالعہ یا زبانی کہانی سنانا 5

تدریسی ٹیم کے ساتھ مل کر کام کرنا 5

گھر پر تدریس ترتیب دینا 6

تدریسی تجربات جو ریموٹ لرننگ میں مدد دیتے ہیں 6

آپ کے بچے اور اہل خانہ کی سماجی اور جذباتی بہبود میں مددگار ہونا۔ 7

اضافی وسائل 9

T&I 31867 Supporting Your Child with Remote Learning (Urdu)

پچھلے سال کے واقعات بچوں اور اہل خانہ کے لیے کئی غیر متوقع اور نئی مشکلات لائے ہیں۔ ہم اس محنت کی قدر کرنا چاہتے ہیں جو آپ نے اپنے بچوں کی نگہداشت اورتعلیم کے لیے کی ہیں۔ اس نئے تعلیمی سال کے دوران آپ کو اپنے بچوں کی انکے ریموٹ لرننگ میں سماجی-جذباتی اور تعلیمی ضروریات میں مدد کرنا جاری رکھنی ہوگی۔

ریموٹ لرننگ کیا ہے؟

کیوں کہ COVID-19 جاری ہے، بچے ریموٹ لرننگ میں حصہ لیں گے۔ ریموٹ لرننگ اس وقت ہوتی ہے جب ایک بچہ اپنی تعلیم گھر میں حاصل کرتا ہے۔ ذیل میں ریموٹ لرننگ کے قسموں کی دو تعریفیں ہیں جس میں آپ کا بچہ شامل ہوگا۔

- **ہم آہنگ تدریس** کا مطلب ہے کہ ایک آلے (ڈیوائس) کے ذریعے براہ راست تدریس فراہم کی جاتی ہے جیسے ایک کمپیوٹر یا ٹیبلٹ جس میں آپ کا بچہ حصہ لے رہا ہے۔ اس میں ایک وڈیو چیٹ شامل ہو سکتی ہے جس میں استاد ایک کہانی پڑھتا ہے اور آپ کے بچے سے سوالات کرتا ہے یا جس میں آپ کا بچہ ایک بڑے گروہ میں سرگرم حصہ لیتا ہے جیسے صبح کی ملاقات۔
- **غیر ہم آہنگ تدریس** کا مطلب ہے کہ تدریس ماقبل ریکارڈ کیے گئے اسباق، تعلیمی پلیٹ فارم، اور / یا عملی تجربات کے ذریعے فراہم کی جاتی ہے جو آپ کا بچہ خود اپنی تحقیق کر کے انجام دیتا ہے۔ اس میں فنی پروجیکٹس، مل کر تعمیر کرنا یا کہانی سنانا شامل ہو سکتے ہیں۔

یہ زمانہ سب کے لیے مشکل ہو سکتا ہے۔ یہ دستاویز خاندانوں اور نگہداشت فراہم کنندگان کی چھوٹے بچوں کو تعلیم دینے کے اس نئے طریقے میں مدد فراہم کر سکتا ہے۔ خاندان اپنے بچے (بچوں) کو سب سے اچھا جانتے ہیں، اور اپنے بچے کے پہلے استاد ہوتے ہیں۔ لہٰذا، ہم آپ کی جو کچھ آپ اپنے بچے کی اور اپنے اہل خانہ کی بہتری کے لیے کر رہے ہیں، اس کی حوصلہ افزائی کرتے ہیں۔

اس رہنما کتابچے میں وہ حکمت عملیاں ہیں جوآپ کی ریموٹ لرننگ میں مدد کر سکتی ہیں۔ ہم جانتے ہیں کہ سال کے دوران آپ کی ضروریات بدل سکتی ہیں، لہٰذا اپنے بچے کے استاد کے ساتھ مل کر ایک ریموٹ لرننگ کا ایک ایسا شیڈیول تیار کریں جو آپ کے اہل خانہ کے لیے موزوں ہو۔

ایک مستقل معمول

بچے پہلے سے معلوم شدہ معمولات میں بڑے خوش رہتے ہیں یہ سمجھنے کے قابل ہونا کہ کیا ہونے والا ہے بچوں کو حفاظت، گھبراہٹ سے دوری اور منتقلی میں مدد فراہم کرتا ہے۔ ایک معمول بناتے وقت ان چیزوں پر غور کرنا چاہیے۔

- ایسا معمول بنائیں جو پیش گوئی کے قابل ہو اور جو آپ کے اہل خانہ کے لیے موزوں ہو۔
- ایک بصری شیڈیول بنانے پر غور کریں تاکہ آپ کے بچے کو سمجھنے میں مدد مل سکے کہ کیا توقع رکھنا چاہیے۔ (مثالوں کے لیے صفحہ 3 ملاحظہ کریں)
- ایک معمول میں تبیلی کے لیے اپنے بچے کو تیار کریں۔ تبدیلی آنے سے قبل، 1-2 مرتبہ آنے والی تبدیلی کے بارے میں یاد دہانی کرائیں۔

گھر کے معمولات وسائل میں معمولات کو ترتیب دینے کے مشورے بھی ہیں. یہ وسیلہ 9 زبانوں میں دستیاب ہے۔

بصری شیڈیول کا نمونہ

بصری شیڈیول بنانے سے آپ کے بچے کو یہ سمجھنے میں مدد ملے گی کہ ہر روز انہیں کیا توقع رکھنی چاہیے۔ جب بچہ ریموٹ لرننگ میں حصہ لیتا ہے شیڈیول ان کی تعلیمی کاروائی میں ایک بصری معلومات دے کر یہ سمجھنے میں مدد دیتا ہے کہ کیا توقع کی جا رہی ہے جیسے کب ہم آہنگ تدریس، غیر ہم آہنگ تدریس، کھانے کا وقت، آرام، وغیرہ کا وقت ہو گا۔ ذیل میں ایک بصری شیڈیول کی ایک مثال دیکھیں۔ برائے مہربانی اس مثال کو بلاتامل ایک نمونے کے طور پر یا اپنا خود بنا کر استعمال کریں۔

بصری شیڈول کا نمونہ

پہلے	اب	بعد
 صبح کی ملاقات	 اسنیک	 کھیل کا وقت

اپنے بچے کے ساتھ کھیلنا

اپنے بچے کے ساتھ کھیلنا گھر پر ان کی تدریس میں مدد کرنے کا ایک طریقہ ہے۔ اس سے نئے انداز میں اپنے بچے سے تعلق بنانے اور ابلاغ کا موقع فراہم ہوتا ہے۔ آپ کے بچے کی تعلیمی ٹیم آپ کو کلاس روم تعلیم بنانے کے لیے چند مشورے دے گی مگر بچے کھیل کے ہر انداز کے ذریعے تدریس حاصل کرتے ہیں۔ لہٰذا، دن میں جتنا زیادہ یہ کھیلیں گے، اتنا ہی زیادہ سیکھیں گے!

کھیل اس طرح بچوں کو سیکھنے میں مدد دیتے ہیں:

- اپنے احساسات، خیالات اور تجربات کو بتانے کا ایک طریقہ فراہم کرتے ہیں۔
- بچوں کو نئے مسائل پر مشق اور انہیں حل کرنے کے ہنر پر عمل کرنے میں مدد۔
- خیالات اور نظریات کو جانچنے کے مواقع فراہم کر کے۔
- لسانی فروغ کے مواقع بنا کر۔

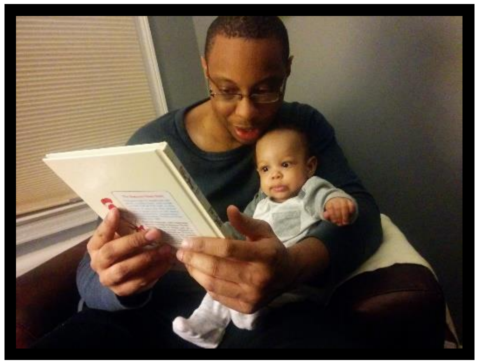
جب کھیل با مقصد ہو، بچوں کو نئی معلومات سے گزرنے کا بہتر موقع ملتا ہے۔ کھیل کے دوران ایک بڑے کے ساتھ آگے پیچھے باعمل ہونے یا روازنہ باعمل ہونے سے نئے خیالات سکھا سکتے ہیں اور لسانی فروغ میں مدد دے سکتے ہیں۔

کھیل کے ذریعے تدریس میں مدد دینے کی حکمت عملیاں:

- اپنے بچے کے ساتھ اپنی گھریلو زبان میں کھیلیں۔
- کھیلنے اور تدریس حاصل کرنا روزانہ کے کاموں سے ہو سکتا ہے (نہاتے ، کھانا بناتے، کپڑے دھوتے وقت وغیرہ)، لہٰذا جہاں آپ اسے شامل کر سکتے ہیں، کریں۔
- اپنے بچے کو بتائیں که وہ جو کام کر رہے ہیں آپ انہیں دیکھ رہے ہیں (مثلاً، "میں دیکھ رہا ہوں تم بکسوں کا ڈھیر بنا رہے ہو۔")
- کھلےسوالات پوچھیں۔ کھلےسوالات کا کوئی باقاعدہ جواب نہیں ہوتا اور ہونے والی تدریس کو آگے بڑھاتا ہے۔ اس سے بچے کو یه کہنے کا موقع ملتا ہے که آیا وہ سوچنے یا سوچنے کے نئے طریقے بنا رہا ہے (مثلاً، : "میں سوچ رہا ہوں که اگر تم ایک اور بکسے کو اوپر چڑھاو گے تو کیا ہوگا؟")۔
- جب ممکن ہو اس تدریس کی بنیاد، جو انکے کلاس روم میں دی جا رہی ہے، کو دیکھتے ہوئے بنائیں (مثلاً، : یاد ہے جب تمہارے استاد نے کہا تھا "All About Me؟" آپ بھی منفرد ہیں، بلکل اس کتاب میں اس دوست کی طرح ۔ جو چیز آپ کو منفرد بناتی ہے، وہ ہے---")
- آپ گھر میں بچے کے ساتھ جو کام کرتے ہیں اسے اپنے بچے کی تدریسی ٹیم کو بتائیں تاکه تعلیمی ٹیم آپ کو اور آپ کے بچے کو جان سکے۔

مطالعه یا زبانی کہانی سنانا

بچے کو ایک کہانی زبانی سنانا یا پڑھ کر سنانے سے ان کے ساتھ تعلقات بنانے کا ایک خاص وقت ہے۔ ریموٹ لرننگ کے دوران آپ سے پڑھنے کا کہا جا سکتا ہے، اپنے بچے کو ایک کہانی سنائیں، یا اپنے بچے کی مدد کریں جب بچے کے استاد انہیں کہانی سنا رہے ہوں۔



کہانیاں سنانے میں مدد دینے کے لیے حکمت عملیاں:

- کہانیوں کا تبادلہ ایک کتاب یا زبانی کہانی سنانے کے ذریعے کیا جا سکتا ہے۔
- کہانی سنانے سے پہلے تصاویرکو دیکھ لیں اور اپنے بچے سے اس میں توجہ والی چیز پر بات کریں۔
- چند مختصر سوالات پوچھیں تاکہ کہانی کے مطلب سمجھنے کی جانچ کر سکیں (مثلاً، "آپ کیا سمجھتے ہیں کہ لڑکی کیوں گھبرا رہی تھی؟")۔
- اگر آپ کا بچہ پسند کرتا ہے کہانی کو بار بار سن کر لطف اٹھائیں۔ اس سے مزید سمجھنے میں مدد ملتی ہے۔
- اپنے بچے کی یہ جاننے میں مدد کریں کہ آگے کیا ہونے والا ہے (مثلاً، " میں سوچ رہا ہوں کہ لڑکی اب کہاں جائے گی؟")۔
- کہانی کے اختتام پر اسکی جانچ کریں۔ ایسے سوالات کرنے کے بارے میں غور کریں جیسے "کونسا حصہ آپ کے لیے دلچسپ تھا؟" اور " آپ کا کیا خیال ہے انہوں نے ایسا کیوں کیا؟"
- جب آپ کا بچہ کسی لکھے ہوئے لفظ میں دلچسپی ظاہر کرے، اس کے نظر آنے اور اس کی آواز میں تعلق بنائیں (مثلاً، میں دیکھ رہا ہوں کہ C سے cat شروع ہوتا ہے جس سے "کہ" کی آواز نکلتی ہے؛ !cat")
- اسے اپنی دلچسپ کہانی بتائیں۔ اگر آپ کو ایک کہانی پسند ہے، ہو سکتا ہے کہ آپ کے بچے کو بھی وہ پسند ہو!

تدریسی ٹیم کے ساتھ مل کر کام کرنا

اپنے بچے کی تدریسی ٹیم کے ساتھ مل کر کام کرنا ایک بامعنی تدریس اور تعلقات بنانے کے لیے بہت اہم ہے۔ اپنے بچے کی تدریسی ٹیم کے قریب رہنے سے ریموٹ اسکول اور گھر کے درمیان تدریس کا فاصلہ کم کرنے میں مدد ملتی ہے، اور ساتھ ہی آپ کے بچے کو پروگرام سے منسلک رہنے کا احساس رہتا ہے۔ ایک مسلسل تعلق کے کئی انداز ہو سکتے ہیں۔ تدریسی ٹیم سے بات کریں کہ رابطے کا کون سا طریقہ آپ کے لیے بہترین ہوگا، جیسے ای میل یا فون۔ اگر آپ کے بچے کے پاس ایک انفرادی خاندانی خدمت منصوبہ ہے (IFSP) یا ایک انفرادی تعلیمی منصوبہ (IEP) ہے آپ فراہم کنندگان سے بھی تعلق میں آنا چاہیں گے (مثلاً، گویائی تھیراپسٹ، جسمانی معالج، جسمانی / ذہنی ورزش سے علاج والے) جو آپ کے بچے کی مدد کرتے ہیں۔

گھر پر تدریس ترتیب دینا

ریموٹ لرننگ کی کاروائی کے دوران آپ کے بچے کی تعلیمی ٹیم گھر پر عملی سرگرمیوں کی تجویز دے گی۔ یہ چند قابل غور چیزیں ہیں جو ان سرگرمیوں پر عمل کرنے کے دوران کی جانی چاہئیں۔

- آپ کے بچے کے گھر پر تعلیم کے لیے تمام ضروری چیزیں یہاں پہلے سے موجود ہیں! اپنے بچے کی تعلیم میں گھر کی اشیاء کا ستعمال کریں مثلاً باورچی خانے کی اشیاء، کپڑے یا پہننے کے لباس، لکھنے کا سامان، دوبارا استعمال کیا جانے والا یا قدرتی سامان، یا بٹن، بوتلوں کے ڈھکنے وغیرہ۔
- بچوں کو ایسی جگھوں کی تحقیق کرنے دیں جن میں وہ آسانی محسوس کرتے ہیں۔ اس سے خود بھی تدریسی کاروائی میں آسانی پیدا ہوگی۔ آپ کو اپنے گھر میں یا باہر کوئی کلاس روم نہیں بنانا ہے؛ بچے اس جگہ بہترین پڑھتے ہیں جو جانی پہچانی اور محفوظ ہو۔

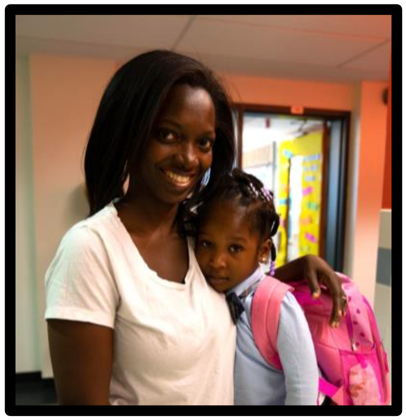
تدریسی تجربات جو ریموٹ لرننگ میں مدد دیتے ہیں

تدریسی ٹیموں کے لیے یہ بہت اہم ہے کہ انہیں پتا رہے کہ گھر پر تدریس کیسے دی جا رہی ہے۔ اس سے انہیں آپ کے بچے کی تدریس کو باہم منسلک رکھنے میں مدد ملے گی اور اس سے آپ کے بچے کی تدریس کی ایک بہتر شکل بنے گی۔ آپ کے بچے کے تجربات کو باٹنے سے تدریسی ٹیم کو تدریس اور نصاب کو کیسے آگے بڑھانا ہے، میں مدد مل سکتی ہے۔

- اپنے بچے کے کھیل کی وڈیوز اور تصاویر کو اپنے بچے کی تعلیمی ٹیم کے ساتھ بانٹیں۔
- اپنے بچے کے آرٹ ورک، بلاک بنانا، دریافتیں، وغیرہ کو بھی اپنے بچے کی تعلیمی ٹیم کے ساتھ بانٹیں۔
- جب ضرورت ہو تکنیکی مدد طلب کریں۔ آپ کی تدریسی ٹیم آپ کے لیے ریموٹ لرننگ میں مدد کا ایک وسیلہ ہے۔ اگر آپ کو اضافی تکنیکی مدد درکار ہے، برائے مہربانی اسے مکمل کریں Technical Support for Families form۔
- ہم آہنگ تدریس میں حصہ لینے کے دوران، آپ کا بچہ خاموش ہو سکتا ہے یا اجلاسوں کے دوران مشاہدہ کرنا چاہتا ہے اور اس میں کوئی حرج نہیں ہے۔
- جب آپ دستیاب ہوں اپنے بچے کے ساتھ ہم آہنگ تدریس میں بیٹھیں اور کھیل میں اس کے ساتھ شامل ہوں۔
- تدریسی ٹیم کے ساتھ مسلسل بات چیت کرتے رہیں کہ آپ کے اہل خانہ کے لیے کیا کام صحیح ہو رہا ہے اور کیا کام نہیں کر رہا ہے۔
- اپنی تدریسی ٹیم کو کسی ایسی متعلقہ معلومات کی اطلاع دیں جس سے آپ کے بچے کی تعلیم پر اثر پڑتا ہو، جیمسے شیڈیول میں تبدیلی، بیماری، نقصانات وغیرہ۔

آپ کے بچے اور اہلِ خانہ کی سماجی اور جذباتی بہبود میں مددگار ہونا۔

یہ وقت بڑوں اور بچوں کے لیے بہت مشکل ہے۔ یہ بہت ضروری ہے کہ ہم غور کریں کہ اس دوران بچے اور ساتھ ہی ہم خود بھی کیسے محسوس کر رہے ہیں۔ بچے اور بڑے دونوں کئی قسم کے جذبات محسوس کر رہے ہیں، اور یہ ہمارا کام ہے کہ اول تو اپنے احساسات کو تسلیم کریں اور بچوں کو ان کے جذبات سمجھنے میں مدد کریں۔ یہ بھی بہت ضروری ہے کہ اپنے بچے کو یہ بتائیں کہ ان کے تمام احساسات صحیح ہیں۔



جذبات کے بارے میں جاننا

چھوٹے بچوں نے اپنے جذبات کو سمجھنا شروع کر دیا ہے۔ مشق اور بڑوں کی مدد سے، بچے اپنے احساسات کو نام دے سکتے ہیں اور اس کا مناسب اظہار کر سکتے ہیں۔ اپنے بچے کو یہ سکھانے کے لیے کہ اپنے جذبات کا کیسے اظہار کیا جائے، کے بارے میں معلومات کے لیے برائے مہربانی یہ ملاحظہ کریں [Why is it Important for Children to Learn about Feelings?] (صرف انگریزی)

بڑے، بچوں کو احساسات سمجھنے میں ان طریقوں سے مدد کر سکتے ہیں:

- انہیں شروع میں احساسات سے متعلق الفاظ جیسے خوشی، اداسی، مضطرب اور ڈر کو نام دے کر سمجھائیں (مثلاً، "ایسا لگتا ہے کہ آپ بڑے خوش ہیں! مجھے سمجھ نہیں آ رہا کہ آپ کس لیے اتنا خوش ہو رہے ہیں")۔
- انہیں بتائیں کہ وہ کیسے اپنے احساسات کا اظہار کر سکتے ہیں۔ یہ کہنے پر غور کریں " لگتا ہے کہ آپ کو بہت غصہ آ رہا ہے۔ جب آپ کو غصہ آئے دیوار کو دھکا دو" یا ایسا لگتا ہے آپ اداس ہیں۔ جب وہ اداس ہوں آپ گلے لگنے کا کہہ سکتے ہیں یا اپنا پسندیدہ کھلونا مانگ سکتے ہیں۔

بچوں اور اہلِ خانہ کے لیے حکمت عملیاں

گہرے سانس لیں!

- گہری سانس اضطراب میں آرام دیتی ہے۔ اپنے بچے کے ساتھ ایسا کرنے سے آپ کو اور آپ کے بچے کو اضطراب مِیں آرام مل سکتا ہے۔
- اپنے بچے کے ساتھ، ایک ایسی جگہ کا انتخاب کریں جہاں آپ میں ہر ایک خاموش لمحہ اکیلے گزار سکے۔
- اپنے بچے کو ان کے ہاتھوں کو اپنے پیٹ پر رکھنے اور کئی گہری سانسیں لینے کا کہیں۔ خود کو پیٹ کی گہری سانس لینے کا نمونہ بنائیں اور سانس کو اندر باہر جاتے ہوئی سانس کو نام دیں۔
- انہیں یہ جاننے میں مدد کریں کہ اپنے جسم میں کہاں اپنی سانس محسوس کر رہے ہیں۔
- 5-10 سانس سے شروع کریں اور اپنے بچے کو دیکھیں کہ یہ کیسا رہا۔
- آپ روشنی کو مدہم کر کے اور ہلکی موسیقی چلا کر ایک آرام دہ اور خاموش ماحول بنانے پر بھی غور کر سکتے ہیں۔

آپ جن چیزوں کو کرنا چاہتے ہیں ان پر توجہ مرکوز رکھیں:

- اپنے بچے سے اس پر بات کریں جو وہ کرنا چاہتے ہیں۔ اس سے مثبت جذبات لانے میں مدد ملے گی (مثلاً، پارک ساتھ مل کر جانا، سورج کی روشنی سے لطف انداز ہونا، یا اپنے اہل خانہ کے درمیان وقت گزارنا)۔
- اس کے بارے میں اپنے بچے کے ساتھ بات کریں اس پر ایک دوسرے کے ساتھ تبادلہ خیال کریں اسے آپ کو پسند آنے کی کیا وجوہات ہیں۔

حکمت عملیاں برائے اہل خانہ

اگر ممکن ہو سکے،اس بیانیہ اور اپنے خیالات کو دوبارا ترتیب دیں۔ کبھی کبھار ہم ایک سوچنے کے انداز میں بند ہو جاتے ہیں جو اس لمحے ہماری مدد نہیں کرتا۔ صرف ایک آسان ترین سمت کی درستگی ہمیں حالات کو نئے انداز میں دیکھنے میں مدد دیتی ہے۔ ان مثالوں کو اپنے خیالات کی سمت کو درست کرنے کے بارے میں غور کریں۔

- " یہ ہمیشہ ایسا ہی کرتے ہیں " کو اس سے تبدیل کریں "مجھے سمجھ نہیں آ رہا انہیں کیا مشکل پیش آرہی ہے" یا "غالباً یہ میرے بارے میں نہیں ہے"۔
- " میں نہیں مان سکتا کہ انہوں نے ایسا کیا ہو گا" کو اس سے تبدیل کریں "شائد ابھی تک ان کے پاس ____ کرنے کی صلاحیت نہیں ہے"۔
- بجائے اسکے "یہ ٹرین پھر دیر سے آئی" یہ کہیں "میں اس موسیقی کو سننے میں لطف اٹھا رہا ہوں۔"
- کوئی مثبت پہلو نکالنے کی کوشش کریں، چاہے کتنی ہی چھوٹی ہو۔

خود سے بات کر کے اپنے آپ کو ٹھنڈا کریں۔ خود سے بات کرنا اسے کہتے ہیں جب آپ اپنے آپ سے ذہن میں یا باآواز بات کر رہے ہوتے ہیں۔ مثبت اور مکرر اثباتی زبان اس وقت آپ کی مدد کر سکتی ہے جب آپ مضطرب ہوں یا اندیشے میں اضافہ ہو رہا ہو۔ خود سے بات کرنے کی ان مثالوں پر غور کریں:

- یہ ڈراونی ہے مگر میں محفوظ ہوں۔
- میں اس کا حل نکال رہا ہوں کیونکہ مجھ میں قابلیت ہے۔
- یہ مشکل ہے، مگر میں اسے کر سکتا ہوں۔

اضافی وسائل

ذیل میں چند اضافی وسائل ہیں جو آپ کے لیے مددگار ہو سکتے ہیں۔ اس میں کتاب کی سفارشات، گھر پر کھیل کے مشاغل، والدین کے وسائل اور تکنیکی تجاویز ہیں۔ ان وسائل تک رسائی کے لیے اس وضاحت کے شروع میں دیے گئے لنکس کو دبائیں۔

براہ کرم متوجہ ہوں کہ ان میں چند تیسرے فریق کے ذرائع صرف انگریزی میں ہی دستیاب ہیں۔

صرف انگریزی

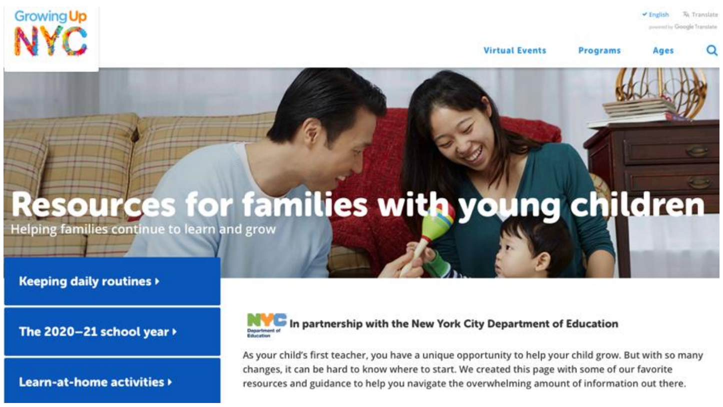
- Books for Topics: یہ ویب سائٹ کسی عنوان کی بنیاد پر مخصوص کتاب کی تجاویز فراہم کرتا ہے اپنے دلچسپی کے عنوان پر کلک کریں اور یہ آپ کو کون سی کتابیں دیکھنی چاہئیں اور یہ کہاں مل سکتی ہیں بتائے گا۔
- Units of Study Book List: یہ پری کنڈرگارٹن کتاب کی فہرست کی حال ہی میں تجدید کی گئی ہے جو نیو یارک شہر میں متنوع آبادی کی عکاسی کرتی ہے جس کی ہم خدمت کرتے ہیں۔ اس فہرست کے ساتھ پری کنڈرگارٹن کا گشتی وسیلہ، Units of Study ہے، لیکن اسے ایک خاندان اور نگہداشت فراہم کنندہ کے لیے ایک وسیلے کے طور پر استعمال کیا جا سکتا ہے۔

گھر پر کھیلنے کی سرگرمیاں

- Fun With Feelings: کارڈز آپ کو کھیل کے ذریعے بچوں کے ساتھ مل کر احساسات پر قابو پانے کو سیکھنے میں مدد دینا ہے۔ یہ وسیلہ اب خاندانوں کے لیے ڈاون لوڈ کرنے اور استعمال کرنے کے لیے دستیاب ہے۔
- Learn at Home: بچے ہر وقت، ہر جگہ اور تقریباً ہر چیز سے - کھیلنا پسند کرتے ہیں۔ کھیل کے دوران، وہ اپنے گرد دنیا کے بارے میں سیکھتے ہیں اور اہم صلاحیتوں کو کام میں لاتے ہیں۔ سرگرمیوں کی اس فہرست میں سے چنیں جس میں آپ اور آپ کے بچے کی دلچسپی کا سامان ہو تاکہ ان کے کھیل اور تدریس میں مدد ہو سکے۔
- Let's Play! یہ وسیلہ کھیل کی بنیاد پر مشورے ان شعبوں میں دیتا ہے جیسے ڈرامہ، فن، موسیقی، حرکت، ریاضی، تحریر، اور کہانی تاکہ آپ کو اپنے بچے کے لیے ریموٹ اور مخلوط تدریسی دن کے لیے منصوبہ بندی کرنے میں مدد مل سکے۔ آپ انہیں ایک نکتئہ آغاز کے طور پر استعمال کر سکتے ہیں تاکہ اپنے خود بامعنی اور عمر کے حساب سے سرگرمیوں کی منصوبہ بندی کر سکیں۔
- Spring Into Learning: ہفتے بھر سرگرمیوں سے بھرپور تجاویز جو عمر اور عنوان کے لحاظ سے بنائی گئی ہیں، کے لیے اسے دیکھیں۔

والدین کے وسائل

- [All the Way to K and Beyond](): اپنے بچے کے ساتھ مل کر بات کرنے سے انہیں تدریس اور اسکول کی تیاری کرنے میں مدد ملتی ہے۔ ذیل کے وسائل کو دن بھر مکالمہ جاری رکھنے کے لیے استعمال کریں۔ بچوں کی پیدائش سے پانچ سال کی سرگرمیوں کے ساتھ انگریزی اور ہسپانوی میں رنگین پوسٹر ڈاون لوڈ کریں!
- Boston Basics Toolkit: پیدائش سے تین سال کے بچوں میں محبت میں اضافہ، ذہنی دباو پر قابو اور حرکت سے تحقیق کرنا اور کھیلنا میں مدد کے لیے وڈیوز دیکھیں اور مشورے پڑھیں۔ یاد رکھیں، 80% دماغ کی نشونما زندگی کے پہلے تین سالوں میں ہوتی ہے؛ اس موقع سے فائدہ اٹھائیں!
- Growing Up NYC: ایک موبائل دوست ویب سائٹ ہےجو اہل خانہ کے لیے شہر کے پروگراموں اور ساتھ میں سرکاری تنظیموں اور کمیونٹی کے شراکت داروں کے ذریعے انگریزی اور ہسپانوی میں رسائی کے شہر پروگراموں کا اور خدمات کی فراہمی کے بارے میں جاننے اور ان تک رسائی فراہم کرنا آسان بناتی ہے۔ آپ اسے بھی دیکھ سکتے ہیں NYCDOE's special page جو صرف چھوٹے بچوں کے خاندان کے وسیلے کے لیے بنائی گئی ہے.



- Let's Learn NYC!: یہ تعلیمی عوامی ٹیلیوژن پروگرام WNET/THIRTEEN اور DOE کی پیشکش ہے۔ اس کی قسطوں کا مرکز K-3 سے دوسرے گریڈ کے بچوں کے بنیادی مطالعہ اور تحریری صلاحیتیں، ریاضیات، معاشرتی علوم اور سائنس ہے۔ آپ ان قسطوں کو اس پر بھی براہ راست دیکھ سکتے ہیں thirteen.org/live
- Nurturing Learning Series: نوزائیدہ اور نونہال اور پری اسکول کے اذہان کیسے طرح فروغ پاتے ہیں اور نگہداشت فراہم کنندگان کیھ سکتے ہیں اور اپنی تدریس کی نشونما کے لیے کرتے ہیں، جانیے۔
- Playing to Learn: آپ کی کھیل کی اہمیت کے بارے میں سمجھ میں اضافہ کرتی ہے، بشمول مختلف اقسام کے سماجی کھیل جیسے سولیٹیری اور آن لوکر کھیل۔
- Resources for Early Learning: اپنے پری اسکولر یا نونہال کے ساتھ کرنے والی جلد، پرلطف، کم قیمت سرگرمیاں دریافت کریں، انہیں عنوان، ہنر اور عمر کے لحاظ سےگروہ میں ترتیب دیں۔
- بات کریں. کھیلیں. مطالعہ کریں!: ہر روز، آپ کے بچے کے لیے مطالعے کے لیے تاحیات محبت کی تعمیر کرنے میں مدد کرنے کے لیے پُر لطف اور آسان طریقے ہیں۔ آپ کے K-3 اور پری کنڈرگارٹن بچے کے لیے یہاں مطالعہ کے لیے مشورے ہیں یہاں دیگر زبانیں تلاش کریں .
- Talking is Teaching: نوزائیدہ بچوں کے ساتھ بات کرنا ہمیشہ آسان نہیں ہوتا، خاص طور پر جب یہ جواب نہیں دے سکتے۔ بہترین سائنس پر مبنی لطف انگیز مشورے جو آپ کو اپنے بچے کے ساتھ بولنے، پڑھنے اور گا نے میں روزانہ مدد دیں گے، کے لیے یہاں دیکھیں۔ گھر کے اندرکرنے والی سرگرمیوں کی نئی کٹ دیکھیں!

- The Developing Child: جب نگہداشت فراہم کنندگان کسی بچے کے اشاروں اور ضروریات کے لیے حساس اور سرگرم باعمل ہوتے ہیں، وہ ایک خدمت سے بھرپور اور جوابی تجربات کا ماحول فراہم کرتے ہیں۔ اپنے بچے کے ساتھ مسلسل بار بار بہترین انداز کے تجربات سے لطف اندوز ہونے کے لیے جائیے۔
- Zero to Three: زندگی کے پہلے تین سال، جذباتی نشونما تعلقات زندگی بھر کے لیے صحت اور بہبود کی بنیاد ڈالتے ہیں۔ Zero-to-Three نگہداشت رکھنے والے بڑوں کو جو نوزائیدہ اور نونہال بچوں کی زندگی کو صحت مند اور مثبت فروغ دیتے میں مدد کرتا ہے۔

تکنیکی تجاویز اور مدد

- Ready4K Family Engagement Curriculum: NYCDOE آپ کو Ready4K پیش کرنے میں پرجوش ہے، ایک مفت وسیلہ کو آپ کے بچے کو تدریسی اہداف پر قائم رہنے میں مدد کرتا ہے۔ آپ ہر ہفتے تین عبارتیں موصول کریں گے جو خاص آپ کے بچے کی فروغ، خود انحصاری کے مشوروں کے لیے بنائی گئی ہے، کیونکہ والدین کی صحت اہم ہے! ہم آپ کو مقامی وسائل بھی بھیج رہے ہیں تاکہ آپ کو ضرورت پڑنے پر صحیح مدد حاصل کرنے میں مدد ملے۔ سائن اپ کے لیے یہ لنک دبائیں یا **"NYC"** سے 70138 ٹیکسٹ کریں۔

- Sparkler Play for Parenting: یہ ایپ اسکرین سے باہر کھیل پر مبنی تعلیمی سرگرمیوں اور تجاویز بچوں کے دل، دماغ جسم اور الفاظ کی فروغ کے لیے پیشکش کرتا ہے۔ اندراج کے لیے 1-2-1-2 کوڈ استعمال کریں، جو آپ کے خاندان کو مفت اسپارکلر کی رسائی دے گا

- Technical Support for Families: کیا آپ کو DOE کی ڈیوائس اور اس کے استعمال میں مدد درکار ہے، جیسے گوگل کلاس روم؟ یہ فارم مکمل کریں ہماری سروس ڈیسک سے مدد حاصل کرنے کے لیے!