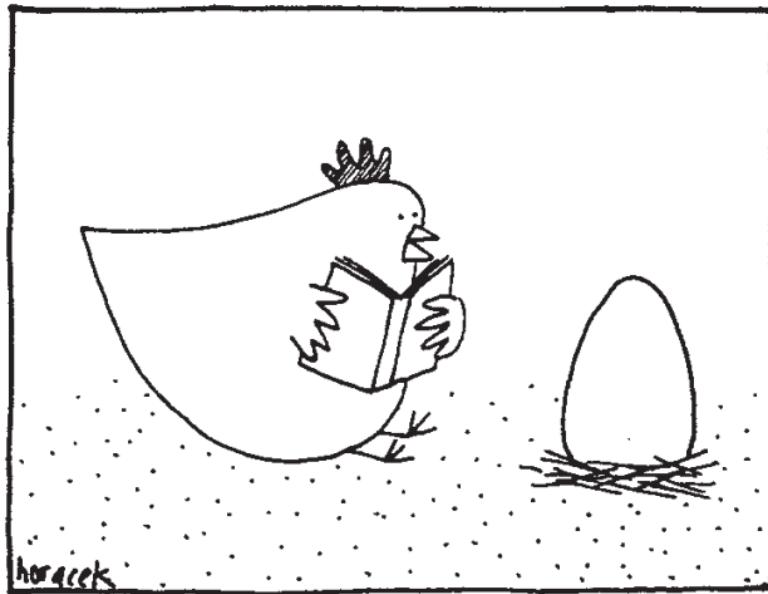


जन्म से पहले बच्चों को जोर से पढ़कर सुनाने के 5 बेहतरीन कारण!



1. लगभग 25वें या 26वें सप्ताह में, गर्भ में पल रहे बच्चे अपना सरि घुमाकर आवाजों पर प्रतक्रिया करते हैं। तीसरी तमिही में, आपका बच्चा पहले से ही आपकी आवाज पहचान सकता है और बढ़ी हुई हृदय गतिके साथ प्रतक्रिया करेगा। भले ही आपका बच्चा अभी भी वकिसति हो रहा हो, लेकिनि वह सुन रहा है!
2. जब आप पढ़ते या गाते हैं, तो आपकी आवाज की आवाज़ आम बातचीत से अलग होती है। आपका बच्चा आपके द्वारा की जाने वाली अलग-अलग आवाजों का आनंद लेगा और पढ़ने और गाने की लय से परचिति हो जाएगा।
3. अपने तीसरे तमिही में नियमित रूप से गाने के लए एक गाना और ज़ोर से पढ़ने के लए एक कतिब चुनने का प्रयास करें। अपने बच्चे के जन्म के बाद, देखें कविह उस परचिति गीत और कतिब पर कैसे प्रतक्रिया करता है! आप पा सकते हैं कि इससे उसे सुकून और शांति मिलती है।
4. ज़ोर से पढ़ने के लए एक आरामदायक जगह बनाने से आपको अपने बच्चे के साथ बंधन बनाने और उनके आने का इंतजार करते समय एक नई दनिचर्या से परचिति होने में मदद मिल सकती है।
5. अपने बच्चे के लए गाने या ज़ोर से पढ़ने के लए कसी खास परविर के सदस्य या दोस्त को आमंत्रित करें। इस तरह आपका बच्चा भी अपनी आवाज पहचान लेगा!



Family Reading
Partnership

Start reading now and keep reading!

♥ अपने बच्चे के जन्म से पहले उसे पढ़कर सुनाएँ और जन्म के बाद उसे आपकी आवाज़ सुनकर सुकून मिलिएगा।

♥ जन्म के बाद, अपने बच्चे को अपनी बाहों में लेकर या साथ में फरश पर लटिकर पढ़कर सुनाएँ। कतिबें शेयर करना अपनी दिनिचर्या का हसिसा बनाएँ!

जल्द ही आपको इन कार्यक्रमों के माध्यम से अपनी होम लाइब्रेरी के लिए और अधिकि पुस्तकें प्राप्त होंगी

Family Reading Partnership.

— Books to Grow On —

क्रैयुगा मेडिकिल सेंटर में जन्मे बच्चों को लाल कतिब के थैले में एक **Welcome Baby Book** और एक टॉक, सगि, रीड, प्ले विड मी पैम्फलेट मिलता है।



2 महीने से 4 साल की उम्र के बीच 8 वेल-चाइल्ड वजिटि पर आपके परविर को टॉमपक्सि काउंटी में आपके बच्चे के डॉक्टर से एक नई बुक मिलिएगी।

बच्चों को किडिगार्टन में प्रवेश करने पर एक **Welcome to School Book** मिलती है।

— Bright Red Bookshelf —



समुदाय में 50 से ज्यादा ब्राइट रेड बुकशेल्फ पर बच्चों की हल्के-फुल्के इस्तेमाल की गई कतिबें परविरों के लिए मुफ्त उपलब्ध हैं। हमारी वेबसाइट पर बुकशेल्फ के स्थानों का एक नक्शा है: <http://www.familyreading.org/our-programs/bright-red-bookshelf/>

अपने बच्चे को पढ़कर सुनाने के लिए कभी भी बहुत जल्दी नहीं होती, और इसके फ़ायदे ज़दिगी भर चलते हैं!

खेलें!

आपका बच्चा हर चीज़ के बारे में उत्सुक है! खेलना बच्चों के सीखने का स्वाभाविक तरीका है। जब आप अपने बच्चे के साथ खेलते हैं, तो आप उन्हें सखियां हैं कि आप उनके साथ समय बताना करतीना महत्वपूर्ण मानते हैं। खेल बच्चों को सामाजिक कौशल और भाषा विकास के लिए मदद करता है।

आपका चेहरा एक खलौना है! आपका चेहरा और हाथ कई महीनों तक आपके बच्चे के पसंदीदा और सबसे महत्वपूर्ण खलौने होंगे। चंचल बनें और अलग-अलग चेहरे और हाथ की हरकतें बनाने की कोशशि करें- हो सकता है कि आपका बच्चा आपकी नकल करने की कोशशि करे!

इंदूरियों को सकरयि करें! अपने बच्चे के साथ खेलने का मतलबे उनका मनोरंजन करना नहीं है। बस अपनी रोज़मरा की दिनचरिया को परा करना और अपने बच्चे को उसकी सभी इंदूरियों से तलाश करने के लिए परोत्साहित करना खेलने का एक शानदार तरीका है। जब आप कपड़े पहनते हैं तो आपका बच्चा आपकी अलमारी में मौजूद रंगों और बनावटों का आनंद ले सकता है और जैब आप खाना बनाते हैं तो रसोई में मौजूद खुशबू का आनंद ले सकता है।

देखें और प्रतीक्षा करें। जब आप अपने बच्चे को खेलते हुए चूपचाप देखने के लिए समय नकालते हैं, तो देखने के लिए बहुत कुछ होता है। बच्चे बनिए कसी रकावट या सहायता के नए कौशल सीखना पसंद करते हैं। कभी-कभी ऐसा नहीं लगता कि वे बहुत कुछ कर रहे हैं, लेकिन हर छोटी चीज़ उनके लिए बलिकुल नई होती है!

अपने बच्चे के संकेतों पर प्रतकिरयि करना सीखें। वयस्कों की तरह, बच्चे भी हमेशा सामाजिक होना पसंद नहीं करते। जब आपका बच्चा बहुत ज़्यादा समय बताता लेता है, तो वह मुड़कर दूर चला जाता है या थोड़ा परेशान होकर आपको बताता है कि उसे आराम की ज़रूरत है।

बैटरी का इस्तेमाल बंद करें! आपके बच्चे का दिमाग बहुत तेजी से बढ़ रहा है, इसलिए स्क्रीन के बजाय, उसे कतिंबं पढ़ने के लिए दे और उसे खेलने के लिए सरल वस्तुएँ दें। उनके साथ बात करना और खेलना ही उन्हें सबसे अच्छा सीखने का तरीका है। बच्चे के लिए खलौने चुनते समय, ऐसे खलौने चुनें जो रोशनी न करें या शोर न करें। ये खलौने शाशुआँ के लिए बहुत ज़्यादा उत्तेजक हो सकते हैं और वास्तव में उनकी सीखने की क्षमता को सीमित कर सकते हैं। बच्चे के आसपास फौने या स्करीन का उपयोग करते समय, दोस्तों और परविर के साथ वीडियो चैट या प्रयिजनों की तस्वीरें लेने पर ध्यान केंद्रित करें।

बातचीत

जन्म से ही बच्चों से बोकरी ना उन्हें भाषा सीखने म मदद करी ने का सबसे अच्छोरीका है। भले ही वे अभी बोनहीं करी सके, लेकिन वे सन री हे हैं!

प्यार की भाषा का परयोग करें। बच्चे बारी-बारी से बात करना सीखते हैं। वे ककते हैं, औपकी और देखते हैं और प्रतीक्षा करते हैं। आप ककते हैं और प्रतीक्षा करते हैं, और वे भी ककते हैं। ये शुरुआती “बातचीत” आपके बच्चे को भाषा और प्रयार करिए जाने के बारे में सखियां हैं।

चेंजगि टेबल चैट करें। डायपरगि एक शानदार बातचीत का समय है। आपका बच्चा आपको देखना पसंद करता है और आपके चेहरे को देखेगा और जब आप उनसे बात करेंगे तो आपकी बातें सुनेगा।

धीरे से जवाब दें। रोना आपके बच्चे के बात करने का पहला तरीका है! धीरे से और प्रयोग भरे शब्दों के साथ जवाब दें ताकि उन्हें पता चले कि आप सुन रहे हैं।

एक उदार शब्द दाता बनें। ध्यान दें कि आपका बच्चा क्या देखता है और उसके बारे में बात करें!



फूल और जानवर, खलौने और भोजन- आप उनके नाम, रंग, आकार, गंध, कसी भी चीज़ के बारे में बात कर सकते हैं जो दिमाग में आती है। बार-बार शब्दों को सुनने से बच्चे सीखते हैं कि उनका क्या मतलब है।

आप क्या करते हैं, इसके बारे में बात करें।

अपने बच्चे के कपड़े बदलने से पहले, उन्हें बताएं “मैं अब आपकी शरट बदलने जा रहा हूँ।” जल्द ही वे आपके शब्दों को समझेंगे और अपनी आवाज़ और हरकतों से जवाब देंगे। आप उनसे सवाल भी पूछ सकते हैं। वे अभी शब्दों से जवाब नहीं दे सकते, लेकिन बच्चों के लिए यह जानना ज़रूरी है कि वे बातचीत को हसिसा हैं।



**Every Baby! Every Day!
Talk. Sing. Read. Play.**

A Community Campaign led by the Family Reading Partnership

Family Reading Partnership

गाओ!

संगीत आपके बच्चे के मसृताषिक को जगाता है! बच्चे गाने की लये और धन को आनंद लेते हैं, और यह उनके लिए भाषा सीखने का एक मजेदार तरीका है।

बस गाओ! अपने बच्चे के लिए गाओ, भले ही आपको लगे कि आपकी आवाज़ बहुत अच्छी नहीं है, लेकिन आपकी आवाज़ उनके लिए खास है और सुकून देने वाली है।

अपने बचपन के गाने गाओ! क्या आपको बचपन के गाने याद हैं? उन्हें अपने नन्हे-मुन्हों को सुनाएँ! तुकबंदी वाले गाने आपके बच्चे के साक्षरता विकास के लिए वैशिष्ट रूप से सहायक होते हैं।



गाते समय हल्लिं-डुलों

संगीत और हरकतें सवाभाविक रूप से एक साथ चलते हैं। अपने बच्चे के साथ नौचिना और गाते समय उसे हल्लिना-डुलाना और पकड़ना आपके बच्चे के शारीरिक विकास में सहायक होता है।

बदलाव करें। तेज़, धीमे, धीमे, थोड़े जोर से गाएँ या गुनगुनाएँ। ये सभी सरल बदलाव आपके बच्चे के लिए गाने को एक नया और दिलचस्प अनुभव बनाते हैं।

इसे व्यक्तिगत बनाएँ। परचिति धुनों का उपयोग करें और शब्दों को बदलें। अपने बच्चे का नाम इसतेमाल करें या जो भी आप कर रहे हैं उसके बारे में गोएँ! जब आप अपने बच्चे को गाने सुनाकर शांत होने में मदद करते हैं, तो आपे उसे खुद की शांत करने की क्षमता का समर्थन कर रहे होते हैं।

फैमली रीडिंग पार्टनरशिप आपकी मदद के लिए हमेशा तैयार है! टॉमपकसि काउंटी के नविसियों को पढ़ने, बात करने, गाने और खेलने के लिए परविरों को साथ लाने के लिए हम जो कार्यक्रम पेश करते हैं, उनके बारे में अधिक जानने के लिए हमारी वेबसाइट और सोशल मीडिया पर जाएँ।

www.familyreading.org

पढ़ें!

साथ में किताबें पढ़ने का आनंद लेने में समय बताने से आपके बच्चे में पढ़ने के प्रतिआजीवन प्रयार विकसित होता है। भले ही जब आप पढ़ते हैं तो बच्चा शांत और स्थिर न हो, फरि भी वह सुनने का अभ्यास कर रहा है और तस्वीरें उसे कला से परचिति करा रही हैं।

आराम से बैठो और पढ़ो। अपने बच्चे को गोद में लेकर साथ में पढ़ना आपके बच्चे को उन चीजों से जड़ने में मदद करता है जो उसे सेबसे ज़्यादा पसंद हैं: आपकी आवाज़ और आपके साथ रहना, किताबों से! यह बंधन बनाने का एक शानदार तरीका है और हर दिन साथ में पढ़ना आपके बच्चे को सुरक्षित और संरक्षित महसूस करने में मदद कर सकता है।



चतिरों को पढ़ें। हो सकता है कि आपका बच्चा परी किताब पढ़ने के लिए तैयार न हो, और जब वह सीख जाएगा तो उसे पनने पलटने में ज़्यादा दिलचस्पी हो सकती है! चतिरों के बारे में बातें करो। उन चीजों की ओर इशारा करें जिन्हें आपका बच्चा देख सकता है और उनका नाम बताएँ। अगर आप चाहें तो अपनी खुद की कहानी बनाएँ!

किताबें अपने पास रखें। अपनी घुमक्कड़ गाड़ी, डायपर बैग, कार और चेंजिंग टेबल पर किताबें रखें। जब बच्चा चड़िचड़ि हो, जब आपको अपॉइंटमेंट के लिए इंतजार करना हो या खेलने के दौरान किताबों के बारे में सोचें।

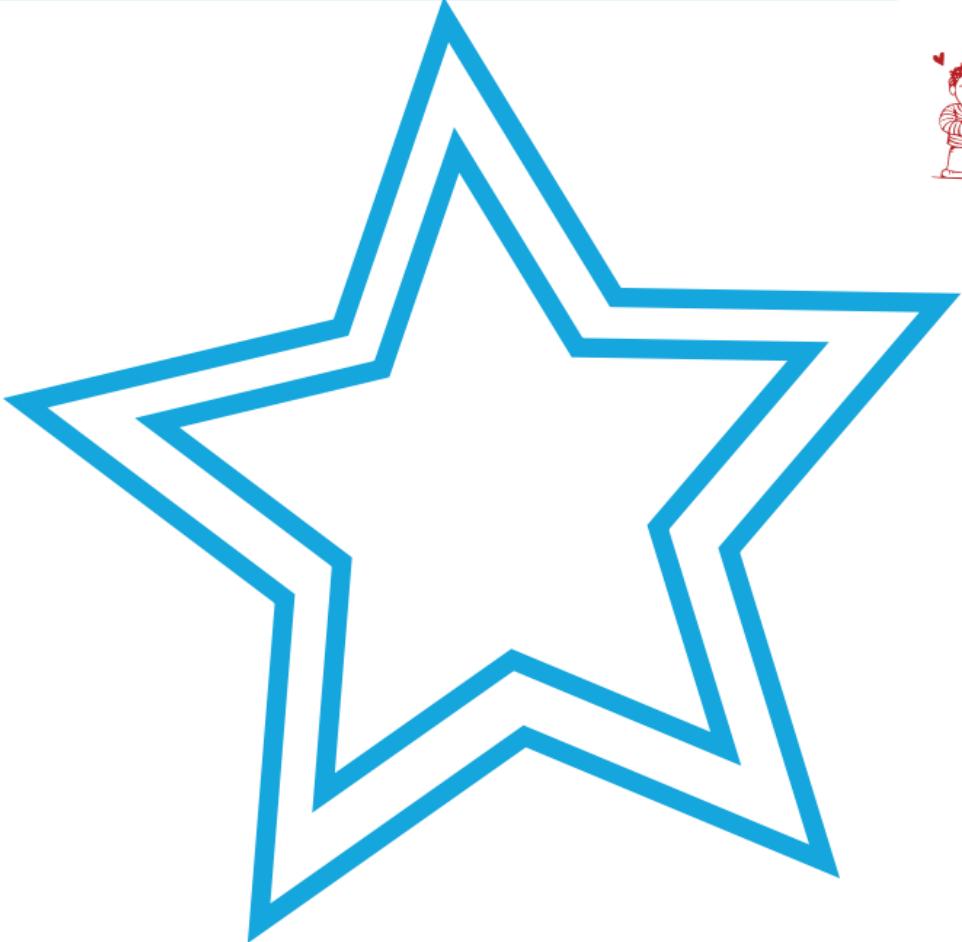
बार-बार... और बार-बार! बच्चे दोहराव से प्रयार करते हैं और उससे सीखते हैं। अगर आपका बच्चा एक ही किताब बार-बार पढ़ना चाहता है, तो बसे याद रखें कि ऐसा इसलिए है क्योंकि विह बहुत कुछ सीख रहा है!

लाइब्रेरी जाएँ। हमारे सभी स्थानीय पुस्तकालयों में बच्चों के लिए बेहतरीन कहानियाँ होती हैं। अपने लिए भी कोई किताब लो। जब आपके घर में बच्चा आ जाए, तो अपनी पसंद की चीजों के लिए समय नकिलना और भी ज़रूरी हो जाता है, और अगर बच्चा आपको किताबें के साथ देखता है, तो वह भी एक किताब चाहेगा!



**Every Baby! Every Day!
Talk. Sing. Read. Play.**
A Community Campaign led by the Family Reading Partnership





यह पुस्तक द्वारा प्रदान की गई है



Family Reading
Partnership

की ओर से प्रायोजन के लिए धन्यवाद



United Way
of
Tompkins County
Impact Partner

आपका बढ़ता हुआ 2 महीने का बच्चा

- ♥ मस्कुराना और कोयल की तरह बोलना पसंद करता है- आह और ओह जैसी आवाजें नकालना
- ♥ आपके चेहरे और हाई कंट्रास्ट वाली तस्वीरों को देखना पसंद करता है
- ♥ अपनी आँखों को अपने सामने मौजूद चीजों पर केंद्रित कर सकता है
- ♥ आवाजों की ओर अपना सरि घुमाता है और आपकी आवाज़ की आवाज़ को पहचान सकता है

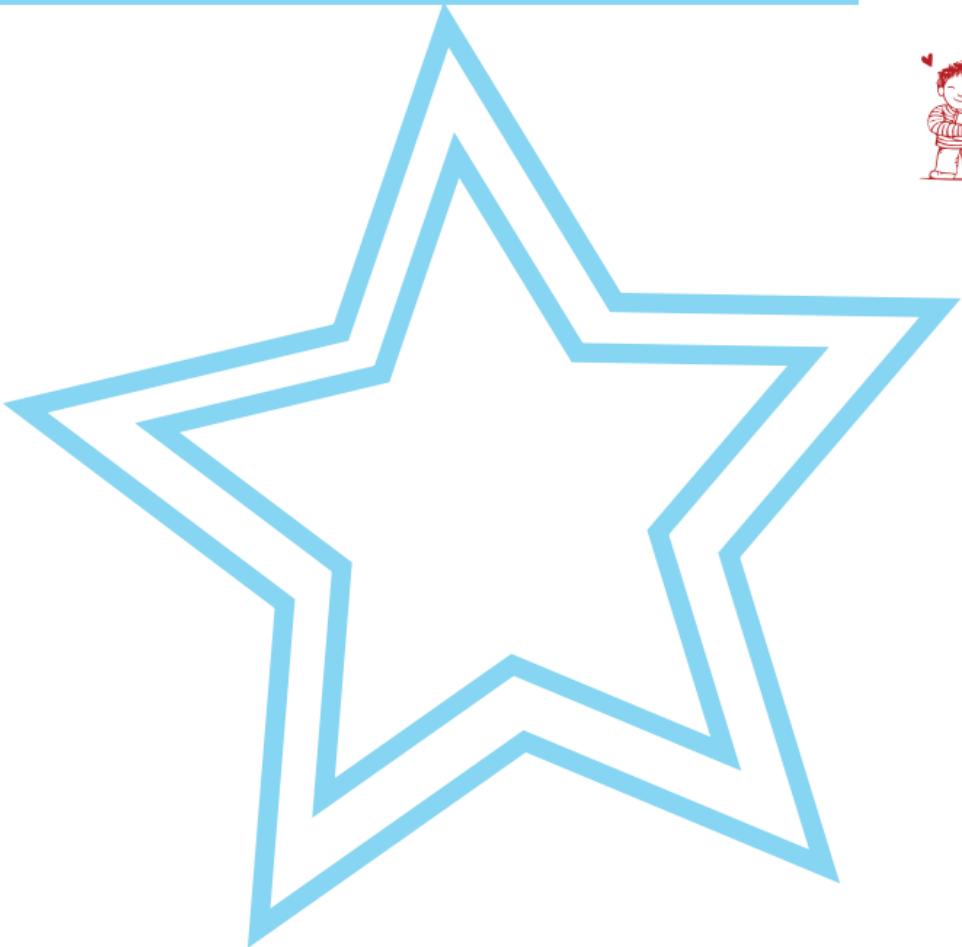
साथ-साथ बढ़ना:

आप और आपका 2 महीने का बच्चा

- ★ जब आपका बच्चा कूक करे, तो मुस्कुराएँ और वापस कूकों रुके और उन्हें जवाब देने का मौका देये प्यार भरी बातचीत आपके बच्चे की पहली बातचीत होती है!
- ★ अपने बच्चे को आमने-सामने का भरपूर समय दें उनकी आँखों में देखें और अपने बच्चे को दर्खिने के लिए अलग-अलग भाव बनाएँ। आपका चेहरा आपके बच्चे का पहला और पसंदीदा खलौना है और उनके सामाजिक और भावनात्मक सीखने के लिए सबसे अच्छा साधन है।
- ★ अपने बच्चे के सामने एक हाई कंट्रास्ट वाली छवि रखने की कोशिश करें, जैसे कि एक काला और सफेद खलौना या चत्तिरा। अपने बच्चे को अपनी आँखों से उसका अनुसरण करने का अभ्यास करने में मदद करने के लिए धीरे-धीरे वस्तु को एक तरफ से दूसरी तरफ घुमाएँ। यह कौशल बाद में पढ़ने और लखिने के लिए काम आएगा।
- ★ अपने बच्चे से गाने वाली आवाज़ में बात करें। हम अक्सर बनियां सोचे-समझे बच्चों से इस तरह बात करते हैं और इसका एक कारण है: बच्चे ऊँची आवाज़ को ज्यादा आसानी से सुन लेते हैं। आपकी आवाज़ आराम का स्रोत है और जितना अधिक आप बात करेंगे, उतना ही आप अपने बच्चे की भाषा को विकसित करने में मदद करेंगे।

बात करें, गाएँ, पढ़ें, खेलें:

- ★ अपने बच्चे के लिए कोई गाना बजाएँ और उसे साथ में गाएँ। या बस साथ में सुनो। संगीत में लय और तुकबंदियाँ आपके बच्चे के भाषा विकास में सहायता करती हैं।
- ★ बाहर टहलने जाएँ और देखें कि आपके बच्चे का ध्यान किसी चीज़ पर जाता है। क्या आपका बच्चा पक्ष्यों या कारों की आवाज़ की ओर अपना सरि घुमाता है? अपने बच्चे से बात करें कि वह क्या देखता और सुनता है!
- ★ 2 महीने के बच्चों में गंध की बहुत अच्छी समझ होती है। क्या आपके बच्चे के लिए बाहर कोई फूल है जिसे वह सुंघ सके? जब आपका बच्चा अपनी सभी इंद्रियों से दुनिया का अनुभव करता है, तो इससे उसके मस्तिष्क को विकसित होने में मदद मिलती है।
- ★ जब आप अपने बच्चे के साथ पढ़ते हैं तो आपको कतिअब के हर शब्द को पढ़ने या अंत तक पढ़ने की ज़रूरत नहीं होती। अपने बच्चे के साथ रंगीन चित्रों को देखना और उनके बारे में बात करना आपके बच्चे के लिए सीखने का एक शानदार तरीका है।



यह पुस्तक द्वारा प्रदान की गई है



Family Reading
Partnership

की ओर से प्रायोजन के लिए धन्यवाद



United Way of
Tompkins County
Impact Partner

आपका बढ़ता हुआ 4 महीने का बच्चा

- ♥ ज्यादा सतरक और मलिनसार है
- ♥ आपको मुस्कुराते हुए देखना और आपका चेहरा देखना पसंद करता है
- ♥ आवाज़ नकिलना और अपनी आवाज़ सुनना पसंद करता है
- ♥ अपने मुँह से चीज़ों को टटोलता है
- ♥ अपने हाथों से चीज़ों को ढूँढ़ता है

साथ-साथ बढ़ना:

आप और आपका 4 महीने का बच्चा

★ अपने बच्चे को देखकर मस्कुराएँ और मजेदार चेहरे बनाएँ! आपके 4 महीने के बच्चे को मस्कुराना बहुत पसंद है और वह अपने हास्य-बोध को तलाश रहा है। साथ में मौजे-मस्तौ करें!

★ साथ में आवाजेसुनो अपनी जीभ चटकाएँ या चुंबन दे और देखें कि आपका बच्चा कैसे प्रतिक्रिया करता है! आपको लग सकता है कि आपका बच्चा थोड़ा शोर मचाने ले गा है। जब आपका बच्चा कूक करे, तो बातचीत जारी रखने के लिए उसकी आवाजेदोहराएँ।

★ अपने बच्चे को अपने मुँह से चीजें तलाशने दे- मलायम खलौने, आपके हाथ, यहाँ तक कि किताबें भी। आपका बच्चा अपनी सभी इंद्रियों के ज़रए सीखता है और जन्म के समय सपरिश सबसे ज़्यादा वकिसति होता है, खासकर मुँह के आस-पास। इसलिए बेच्चे हर चीज़े मुँह में डाल लेते हैं! चीज़ों को मुँह में लेना और चबाना भी आपके बच्चे की जीभे, होठ, गाल और जबड़े को बात करने के लिए तैयार होने में मदद करता है!

★ आपका 4 महीने का बच्चा अपने सामने की चीज़ों को छना चाहता है। ऐसी वस्तुएँ बाहर रखें जो आवाज़ करती हों, जैसे करिंड़खड़ाहटा। जब वे कैंसी चीज़ को छते हैं और वह आवाज़ करती हैं तो आपका बच्चा सीखता है कि उनके कार्यों का उनके ऑस-पास की दुनिया पर प्रभाव पड़ता है!

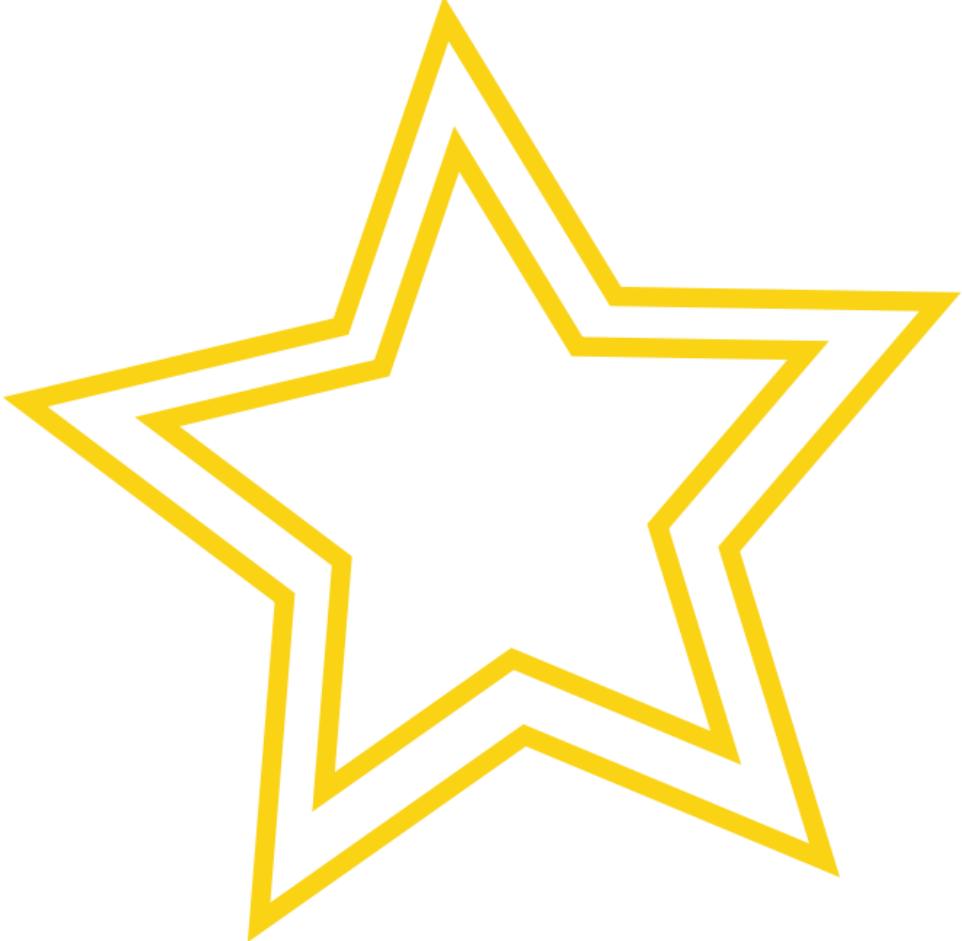
बात करें, गाएँ, पढ़ें, खेलें:

★ जानवरों की मजेदार आवाजों और हरकतों के साथ मजेकरों आप जितना ज़्यादा बढ़ा-चढ़ाकर बोलेंगे, उतना ही ज़्यादा आप अपने बच्चे का ध्यान अपनी ओर खीचे पाएँगे।

★ हो सकता है कि आपके 4 महीने के बच्चे को किताब पकड़कर मुँह में डालने में ज़्यादा दलिचसपी हो, बजाय इसके कि आप उसे पढ़ते हुए सुनें, और यह ठीक है! बोर्ड बुक बच्चों के लिए एक बढ़िया वकिलप है क्योंकि वे मज़बूत होती हैं।

★ अपने बच्चे के साथ गाएँ। आपका बच्चा आपको गाते हुए सुनना पसंद करेगा और तुकबंदी और दोहराव वाले गाने उसकी भाषा को वकिसति करने में मदद करेंगे।

★ पेट के बल लेटने के लिए अपने साथ एक आईना लाएँ। अपने बच्चे के चेहरे के सामने आईना रखने की कोशशि करें ताकि वह अपना परतबिबि देख सके औप देख सकते हैं कि आपका बच्चा अपना सरि और छाती उठाने के लिए अतरिकित मेहनत कर रहा है! पेट के बल लेटने के दौरान हमेशा अपने बच्चे के साथ रहें।



यह पुस्तक द्वारा प्रदान की गई है



Family Reading
Partnership

की ओर से प्रायोजन के लिए धन्यवाद



United Way
of
Tompkins County
Impact Partner

आपका बढ़ता हुआ 6 महीने का बच्चा

- ♥ जब आप बोलेंगे तो आपकी तरफ मुड़ेगा और आपके मुँह पर नज़र रखेगा
- ♥ शायद बड़बड़ा रहा हो— मा मा, दा दा, बा बा जैसी नई आवाजें नंकिल रहा हो
- ♥ आईने में देखना और जाने-पहचाने चेहरों को देखना पसंद करता है
- ♥ ऑबजेक्ट परमानेस वकिसति कर रहा है— यह समझ रहा है कि जब कोई वस्तु दर्खिाई नहीं देती, तब भी वह मौजूद रहती है

साथ-साथ बढ़ना:

आप और आपका 6 महीने का बच्चा

★ जब आपका बच्चा बड़बूढ़ाता है तो उसके द्वारा की जाने वाली आवाजों को दोहराएँ और उन आवाजों के साथ उसे सरल शब्द कहें उदाहरण के लिए, अगर आपका बच्चा “बा” कहता है तो आप “बक” कह सकते हैं बड़बूढ़ाना आपके बच्चे को असली शब्द बोलने से पहले बोलने का अभ्यास कराता है!

★ लुका-छपी जैसे कछु छपने-ढंगने वाले खेलों का आनंद लो। अगर आपका बच्चा आपसे दूर सम्मय बतिता है, तो लुका-छपी आपके बच्चे को यह भरोसा दलिलाकर ज्यादों सुरक्षित मैंहसुस करा सकती है कैं भले ही वह आपको न देख पाए, लेकिन आपे हमेशा वापेस आएंगी। साथ ही, लुका-छपी के खेल के दौरान आपके बच्चे की हँसी की आवाज़ जैसी कोई चीज़ नहीं है!

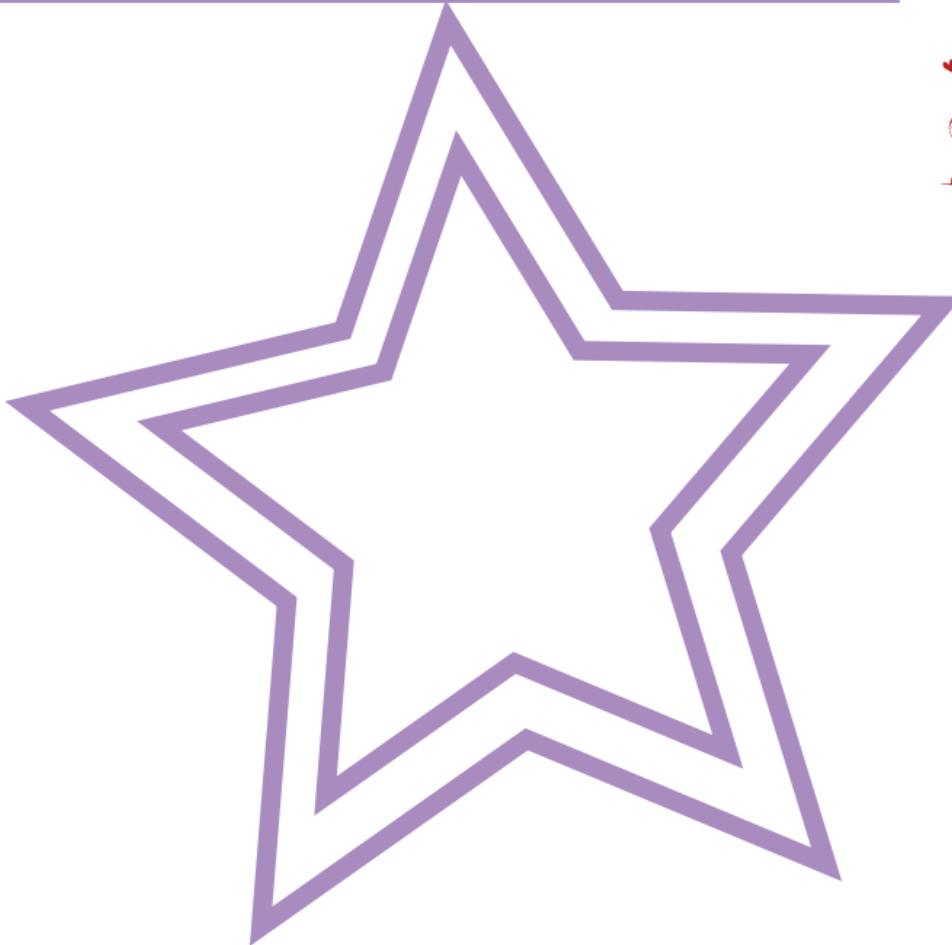
★ आपका बच्चा अपनी सभी इंदरियों के ज़रएँ सीखता है। अपने बच्चे को संघने के लिए चीजें छने के लिए बनावट, देखने के लिए रंग और सुनने के लिए आवाजें यह बताना कि आपका बच्चा उस पल में क्या अनुभव करता है, उस शब्दावली बनाने में मदद करेगा। अपने आपे को धीमा होने दे और अपने बच्चे की आँखों से देनाया पर ध्यान देने का आनंद लो!

★ आपके बच्चे के जीवन के पहले वर्ष के दौरान, वे आपुके चेहरे को देखकर बहुत कछु सीखते रहेंगे। आपके द्वारा साझा किया गया सारा इंटरैक्टिव आमने-सामने का समय उनके ध्यान, धारणा, सामाजिक-भावनात्मक विकास और भाषा विकास पर दीर्घकालिक पेरभाव डालेगा। इसलिए हर दिन उनेकी आँखों के स्तर पर और आमने-सामने बैठने के लिए समय निकालें।

बात करें, गाएँ, पढ़ें, खेलें:

★ पढ़ना एक साथ भावनाओं का पता लगाने का एक शानदार तरीका है! अन्य बच्चों की वास्तविक जीवन की तस्वीरें नशिचति रूप से आपके जिजियास 6 महीने के बच्चे को आकर्षित करेंगी और वे आपको पेरतयेके भावना को परदरेशति करते हुए देखकर परसन होंगे - खासकर यदि आप मूरखतोपूर्ण व्यवहार करते हैं और थोड़ा अतिशयोकर्ता करते हैं!

★ बचपन में अधिक से अधिक शोध से पता चलता है कि सामाजिक-भावनात्मक शिक्षा विकास के सभी अन्य क्षेत्रों और भविष्य की सभी शिक्षाओं के लिए अभीनिन अंग है। आप यह देखना शर्कर सकते हैं कि आपका बच्चा अधिक जटलि भावनाओं को व्यक्त कर रहा है। अपने बच्चे की भावनाओं के बारे में सौचने और बात करने की कोशशि करें। उदाहरण के लिए, “आपे चतिति लग रहे हैं। ब्लॉडर ने बहुत तेज़ आवाज़ की और मुझे नहीं लगता कि आपको यह पसंद आया!” इससे आपके बच्चे को अपनी भावनाओं को पहचानने में मदद मिलिगी और अपने बच्चे की भावनाओं पर वेचियार करने से आपके बंधन को मज़बूती मिलिगी।



यह पुस्तक द्वारा प्रदान की गई है



Family Reading
Partnership

की ओर से प्रयोजन के लिए धन्यवाद



United Way
of
Tompkins County
Impact Partner

आपका बढ़ता हुआ 12 महीने का बच्चा

- ♥ अब वह ज्यादा भाषा समझता है
- ♥ आप जो कह रहे हैं उसे सुन रहा है, भले ही वह अभी बात न कर रहा हो
- ♥ वह पन्ने पलटना या कत्तिब को खुद से पकड़ना शुरू कर सकता है
- ♥ वह एक ही कहानी को बार-बार सुनना चाहता है

साथ-साथ बढ़ते हुए

आप और आपका 12 महीने का बच्चा

★ पहला जन्मदनि मुबारक! आप और आपका बच्चा बहुत बड़े हो गए हैं याद रखें, हर बच्चे का वकिस पथ अलग होता है परगतिपर नज़र रखें, समय-सीमा पर नहीं अगर आपे अपने बच्चे के वकिस को लेकर चेतिति है, तो आपका बाल रोग वशीषज्ज एक बेहतरीन संसाधन है अगर ज़रूरत हो, तो शुरुआती हस्तक्षेप के ज़रए मुफ्त में सेहायता उपलब्ध है।

★ आपका बच्चा रोज़मरा की बातचीत- बातचीत, गाना, पढ़ना और साथ खेलना-कहना सीखता है आगे-पीछे के खेल खेलने की कोशशि करे उदाहरण के लए, आप अपने बच्चे को कोई खलौना देसकते हैं और उसे उसे वापस आपको देने के लए परोत्साहिति कर सकते हैं खलौने को कुछ बार आगे-पीछे करने की कोशशि करे यह भवषिय की बातचीत के लए बढ़िया अभ्यास है।

★ जब आपका बच्चा आवाज करता है, तो वह संवाद कर रहा होता है उसकी आवाज को शबदों में परिणाम उदाहरण के लए, अगर आप बाहर हैं और आपका बच्चा आवाज करता है, तो ध्यान देकर विह क्या देख रहा है आप कह सकते हैं “मैंने देखा कर्तुम पक्षी को देख रहे हों वह शौर करने वाला पक्षी है!”

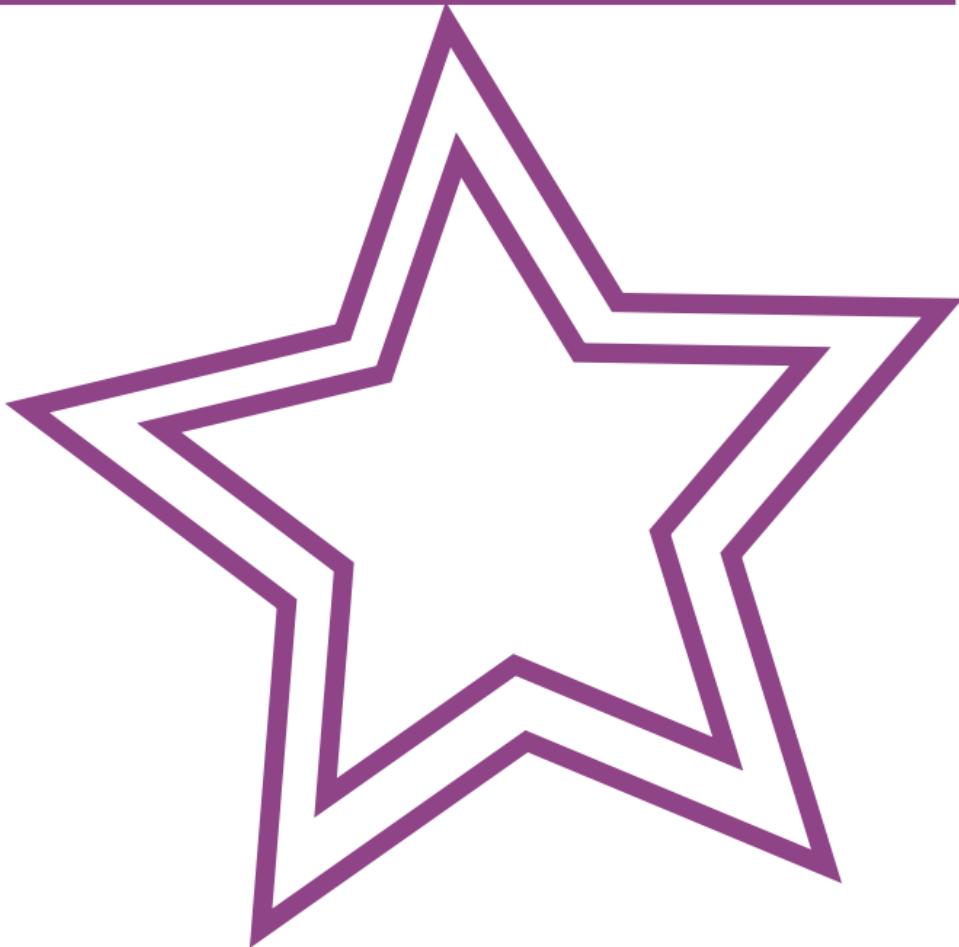
★ सथानीय संसाधनों और अपने परविर के लए परारंभकि साक्षरता सगाई के बारे में अधिकि सुझावों के लए हमें सोशल मीडिया पर फ़ालोंकरना सुनश्चेति करें।

बात करें, गाएं, पढ़ें, खेलें:

★ अपने बच्चे को उसके शरीर के अलग-अलग हसिसों पर ध्यान केदूति करने के लए परोत्साहिति करें आप अपने शरीर के सभी हसिसों की ओर इशारा करके दखिला सकते हैं और अपने बच्चे को भी ऐसा करने के लए परोत्साहिति कर सकते हैं! शरीर के अंगों की गनिती करना ओपके बच्चे के लए संख्याओं के बारे में सीखना शुरू करने का एक शानदार तरीका है।

★ कतिबों से आपको एक साथ हलिने-डुलने और हलिने-डुलने की प्रेरणा मलिती है! अपने बारह महीने के बच्चे के साथ संगीत और नृत्य बहुत मज़दार हो सकता है क्योंकि विपहले की तुलना में ज्यादा हलिने-डुलते हैं घंटियों, अंडे के शेकर, लय की छड़ियों या अन्य बुनियादी उपकरणों के साथ खेलने का अनुभव करे! भाषा को गति के साथ जोड़ना एक अद्भुत मस्तिष्कित उत्तेजना है।

★ आपको पता चल जाएगा कि आपका बच्चा कतिब को तब पसंद करता है जब वह चाहता है कि आप उसे बार-बार पढ़ें और यह गानों के साथ वशीष रप से आम है। यह आपको चक्कर में डाल सकता है, लेकनि ध्यान रखेकि आपका बच्चा दोहराव के माध्यम से भाषा सीख रहा है! चाहे आप अंगरेजी में गाएँ या (इस अनुवाद की भाषा डाले), एक कतिब को बार-बार दोहराना आपके बच्चे के भाषा वकिस के लए बहुत अच्छा है।



यह पुस्तक द्वारा प्रदान की गई है



Family Reading
Partnership

की ओर से प्रयोजन के लिए धन्यवाद



United Way of
Tompkins County
Impact Partner

आपका बढ़ता हुआ 18 महीने का बच्चा

- ♥ साझा करने के लिए कोई पुस्तक चुन सकते हैं
- ♥ हलिना-डुलना पसंद है और पढ़ते समय आप चलते-फरिते रह सकते हैं
- ♥ परचिति जानवरों की तस्वीरें देखना और उनकी आवाज नकिलना पसंद है
- ♥ उन्हें पसंद आने वाली कसी तस्वीर की ओर इशारा कर सकते हैं और उसके बारे में एक या दो शब्द कह सकते हैं

साथ-साथ बढ़ना:

आप और आपका 18 महीने का बच्चा

★ अब तक आपने देखा होगा कि भाषा और साक्षरता सीखना जन्म से ही शर हो जाता है! अपने 18 महीने के बच्चे को औपचारिक कक्षाओं या गतिविधियों के मौद्यम से “सखिना” ज़री नहीं है हरे दिन साथ में बात करना, गाना, पढ़ना और खेलना साक्षरता विकास के लिए सबसे अच्छा नुस्खा है।

★ आपका 18 महीने का बच्चा चलता-फरिता है और वस्तुओं को उठाकर उन्हें सवतंतर रूप से तलाशने में सक्षम है। अपने बच्चे को कतिबों और अन्य लखित सामग्रियों जैसे पैटरिकाएँ, समाचार पेटर, टेक-आउट मैनू, अनाज के डब्बियों और क्रेयॉन के साथ खेलने और तलाशने का मौका दें।

★ आपका 18 महीने का बच्चा शायद अपने शरीर से जो कुछ भी कर सकता है, उसे तलाशने में आनंद लें रहा है- चलना, चढ़ना, उछलना, फसिलना और बहुत कुछ। इस उम्र में कतिबों को तलाशने का कोई गलत तरीका नहीं है। छोटे बच्चे अक्सर चलते-फरिते हुए भी सुन रहे होते हैं। इस उम्र में कतिबों के साथ कोई भी बातचीत अच्छी होती है, यहाँ तक कि उल्टा पढ़ना भी!

★ इस उम्र में गतिको प्रोत्साहित करने वाले गाने गाना और कतिबों पढ़ना बहुत मजेदार हो सकता है।

बात करें, गाएँ, पढ़ें, खेलें:

★ अपने बच्चे को घर में हर जगह कतिबों ले जाने के लिए प्रोत्साहित करें- बलिली को, बच्चे को पढ़कर सुनाएँ और उसे गाड़ी में घमाएँ। अपने घर में हर जगह कतिबों उपलब्ध रखना। आपके 18 महीने के बच्चे को कतिबों के साथ घर जैसा महस्स कराने का एक शानदार तरीका है। कतिबों को फेरश पर या कम शेलफ पर टोकरियों में रखने की कोशशि करें। आपका बच्चा कभी भी कतिब उठा सके!

★ नाटक खेलना साक्षरता की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है और आपके 18 महीने के बच्चे में नाटक करने के कुछ बुनियादी कौशल विस्तृत होने लगे हैं। सोने से पहले भरवां जानवरों को पढ़ने का नाटक करने जैसा सरल काम भी आपके 18 महीने के बच्चे की कल्पना और प्रतीकात्मक सोच को प्रोत्साहित करेगा।

★ जब आपका 18 महीने का बच्चा कस्ती कतिब में कस्ती चतिर की ओर इशारा करता है या उसके बारे में एक या दो शब्द कहता है, तो अपने बच्चे की समझ और शब्दावली का विस्तार करने के लिए उसके बारे में अधिक बात करके जेवाब दें। उदाहरण के लिए, यदि आपका बच्चा कस्ती को उल्टा पढ़ते हुए दरिखाता है, तो आप कह सकते हैं “कतिब उल्टा है” और फिर खुद इसका प्रदर्शन करें।

अधिक विचारों और हमारे अन्य कार्यक्रमों को देखने के लिए,
www.familyreading.org पर जाएं।   



यह पुस्तक द्वारा प्रदान की गई है



Family Reading
Partnership

की ओर से प्रयोजन के लिए धन्यवाद



United Way of
Tompkins County
Impact Partner

आपका बढ़ता हुआ 2 साल का बच्चा

- ♥ ज़्यादा स्वतंत्र हो रहा है
- ♥ खुद से ही खोजबीन करना पसंद करता है, इस सुरक्षा के साथ किसी भी आप उसके आस-पास हैं
- ♥ किताबों में चित्रों पर टपिपणी कर सकता है
- ♥ उसकी पसंदीदा किताबें हैं

साथ-साथ बढ़ना:

आप और आपका 2 साल का बच्चा

★ दूसरे जन्मदिन की शभकामनाएँ! इस उम्र को अक्सर “भयानक दो” के रूप में गलत तरीके से परभिष्ठित कर्यां जूता है। इसके बजेय, दो के बारे में वह सब देखने की कोशशि करें जो शानदार है! यह आपके बच्चे के उभरते आत्मविश्वास का समर्थन करने का एक रोमांचक समय है और बातचीत बहुत मददगार साबित होती है। अपने बच्चे को रोज़मरा के पलों में क्या करते हुए देखते हैं इसका वरणन करें ताकि उनकी सकारात्मक आत्म-छेवा और शब्दोवली का समर्थन किया जा सके।

★ आप शायद सुमझ गए होंगे कि छोटे बच्चों को राय रखने वाले क्यों माना जूता है। इसे नेविट करना चुनौतीपूरण हो सकता है, लेकिन यह एक सुवस्थ तरीका है जिससे आपका बच्चा खुद को मुख्य करेना सीखता है। कपड़े पहनते समय दौशरेट में से एक चुनने जैसे सुरक्षा वकिलप देने का प्रयास करें। इससे आपके बच्चे को सशक्त महसूस करने में मदद मिलिएगी और सभी के लाएं दैनिक दिनचर्या बेहतर हो जोएगी।

★ अपने बच्चे के साथ हर दिन बात करना, गाना, पढ़ना और खेलना जारी रखें। आपके बच्चे को आपसे अलग होने की बड़ी भावनाएँ हो सकती हैं। गड़नाइट या अलवृदि कहने से पहले एक आरामदायक दिनचर्या के रूप में एक साथ काई कृतिब पढ़ेया कोई गाना गाएं।

★ आपके बच्चे का मसूतिक तेजी से बढ़ रहा है और यह उम्र भावनात्मक हो सकती है। जब बच्चे बड़ी भावनाओं को अनुभव करते हैं तो उन्हें भाषा का उपयोग करने में कठिनी आती है और उन्हें मदद के लाएं सहानभूत रखने वाले वयस्कों की ज़रूरत होती है। आपके बच्चे को जो अनुभव हो रहा है उसके बारे में बात करना उनके सामर्जिक-भावनात्मक और भाषाई वकिलों का समर्थन करता है।

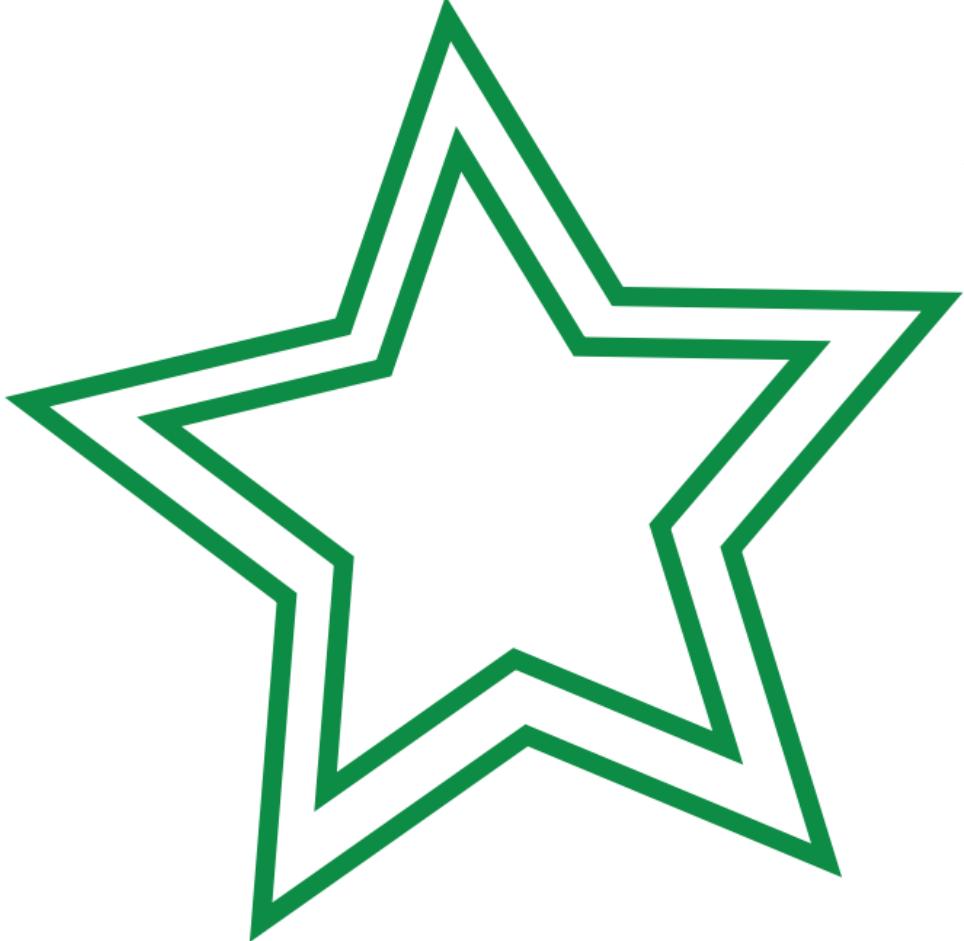
बात करें, गाएँ, पढ़ें, खेलें:

★ कतिबें दोहराव, तकबंदी और ध्वनिप्रभावों से भरी होती हैं। भाषा के ये सभी हसिसे दो साल के बच्चों को पैसंद आते हैं। मेज़े करें और अगर आपका बच्चा इसे बार-बार सुनने चाहे तो हैरान ने हो।

★ पढ़ते समय, खुले सूबाल पूछे जैसे “आपको क्या लगता है कि किरिदार क्या कर रहे हैं?” इससे आपके बच्चे को कृतिब से जुड़ने और अपने खुद के विचार विकसित करने में मदद मिलती है।

★ जब आपका बच्चा कृतिब पर टपिपणी करता है, तो उसे वाक्य बनाने में मदद करें। अगर वह कृतिब में ट्रेकों के बारे में बात करता है, तो आप एक पूरे वोक्य के साथ जवाब देसकते हैं जैसे “मैं ट्रेकों को लकड़ी उठाते हुए देखता हूँ।”

★ लाइब्रेरी में पढ़ने के लाएं कुछ नई कृतिबेलेया इथाका मॉल में द शॉप्स के अंदर फूड कोर्ट के पोस स्थिति नुक्कड़ पर रुकें।



यह पुस्तक द्वारा प्रदान की गई है



Family Reading
Partnership

की ओर से प्रायोजन के लिए धन्यवाद



United Way of
Tompkins County
Impact Partner

आपका बढ़ता हुआ 3 साल का बच्चा

- ♥ तेज़ी से शब्दावली का वसितार होता है
- ♥ अपनी दुनिया को जानने और समझने के लिए उत्सुक होता है
- ♥ ऐसी कतिबें पढ़ना पसंद करता है जो उसे हँसाती हों और कल्पना को बढ़ावा देती हों
- ♥ हो सकता है कि उसे कोई पसंदीदा कतिब लगभग याद हो गई हो और उसे आपको सुनाने में मज़ा आता हो

साथ-साथ बढ़ते हुए:

आप और आपका 3 वर्षीय बच्चा

★ तीसरे जन्मदूनि की शुभकामनाएँ! आप अपने तीन वर्षीय बच्चे को बहुत सारे “क्यों” प्रश्न पूछते हुए देख सकते हैं यह बातचीत करने के लिए एक बढ़िया नमिंतरण है। आपको सभी उत्तरों की आवश्यकता नहीं है- अपने बच्चे से पूछें कि वै क्या सोचते हैं और बातचीत जारी रखें।

★ आपके तीन वर्षीय बच्चे की शब्दावली तेज़ी से बढ़ रही है और वे वर्णनात्मक शब्दों को परिचित वस्तुओं से जोड़ना शर्करे रहे हैं घर पर “आई सुपाई” जैसे अनुमान लगाने वाले रखेल खेलने का प्रयास करें कोई ऐसी वस्तु चुने जासि आपका बच्चा देख सकता है और फरि अपने बच्चे को वस्तु के आकार या रंग के बारे में संकेत दें यदि आप नाश्ते में पैन के खा रहे हैं तो आप कह सकते हैं “मैं कुछ गोल और भूरे रंग की चीज़ देखता हूँ” और अपने बच्चे से अनुमान लगाने को कहें कि वह वस्तु क्या है।

★ नर्सरी कवतिएँ आपके बच्चे के लिए शब्दावली सीखने का एक बढ़िया तरीका है। एक बार जब आपका बच्चा किसी कवति से परेंचिति हो जाए, तो अंत तक पहुँचने पर रुके और उन्हें इसे समाप्त करने का मौका दें।

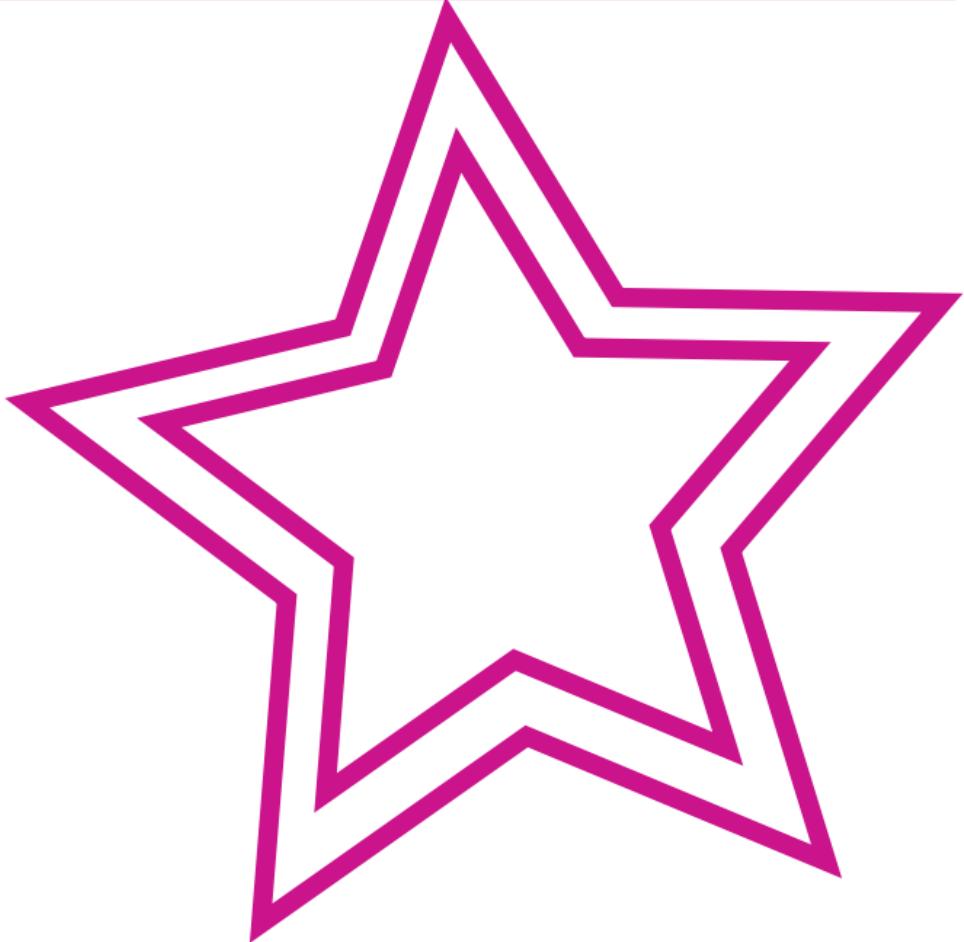
★ कतिबे और लेखन सामग्री जैसे क्रेयॉन और कागज़ को अपने बच्चे की आसान पहुँच में रखें ताकि वह खुद उनका इस्तेमाल कर सके!

बात करें, गाएँ, पढ़ें, खेलें:

★ पूरे साल प्रकृति में जादू होता है। साथ में बाहर न किलो! सेब के बगीचे में जाएँ या टाँमपैकसि काउंटी में फैमली रीडिंग पार्टनरशिप द्वारा ऑफर की जाने वाली स्टोरी बॉक में से किसी एक पर टहलें।

★ खाना पकाने की परियोजनाएँ पढ़ने और नरिदेशों का पालन करने का अभ्यास करने का एक शानदार तरीका है। साथ में कोई रेसपी फौलों करके मज़े करें- शायद सेबों की चटनी के लिए!

★ पढ़ने से कलपना का आनंद मिलता है। अपने बच्चे को अपनी खुद की कतिब बनाने में सहायता करें। आपको बस कुछ कागज़ और क्रेयॉन या रंगीन पेसेलि चाहिए। आपका बच्चा चतिर बना सकता है और अक्षर लखिने को प्रयोग कर सकता है। या आप लखिने सकते हैं कि वै क्या कहते हैं।



यह पुस्तक द्वारा प्रदान की गई है



Family Reading
Partnership

की ओर से प्रायोजन के लिए धन्यवाद



United Way of
Tompkins County
Impact Partner

आपका बढ़ता हुआ 4 साल का बच्चा

- ♥ पढ़ने या लिखने की कोशशि कर सकते हैं, खास तौर पर ऐसे शब्द जो उनके लिए अर्थपूर्ण हों जैसे कितिनका अपना नाम
- ♥ सुनी हुई परचिति कहानियों को फरि से सुनाना पसंद करते हैं
- ♥ कुछ अक्षरों को पहचान सकते हैं और अक्षर-ध्वनि का मिलान कर सकते हैं
- ♥ समझते हैं कछिपाई में संदेश होता है

साथ-साथ बढ़ते हुए:

आप और आपका 4 वर्षीय बच्चा

★ चौथा जन्मदिन मबारक! आपके चार वर्षीय बच्चे ने पाया है कि भाषा हर जगह है। जहां भी आप सड़क के संकेतों, करिने की दुकानें आदि परे जाते हैं, वहां शब्दों की तलाश करके प्रृष्ठि के बारे में उनकी बढ़ती जागरूकता का समर्थन करें।

★ साथ-साथ पढ़ते समय अपने चार वर्षीय बच्चे को आगे बढ़ने के लिए प्रोत्साहिति करें। आप उनसे पूछ सकते हैं “हम कहां से शुरू करें?” पढ़ते समय बीच-बीच में रुकें और अपने बच्चे से पूछें कि उन्हें क्या लगता है कि आगे क्या होगा।

★ कहानी सुनाना इस उम्र के लिए एक शानदार साक्षरता गतिविधि है। आप कतिबो से परचिति कहानयों को अभेनिय करके देख सकते हैं यो सोने से पहले अपने दिन के बारे में कहानी सुनाकर कहानी सुनाने को अपनी दिनिचर्या में शामिल कर सकते हैं।

★ हर दिन बात करना, गाना, पढ़ना और खेलना जारी रखें। अपने बच्चे की खेलने के लिए कतिबो और लेखन सामग्री आसानी से पहुंच में रखें। एक पाठक और लेखक के रूप में अपने बच्चे का आत्मविश्वास वकिस्ति करने में आप उसका समर्थन करना जारी रख सकते हैं, इसका सबसे अच्छा तरीका है इसे मजेदार बनाए रखना।

बात करें, गाएँ, पढ़ें, खेलें:

★ अपने चार साल के बच्चे के बचपन से लेकर अब तक के सभी तरीकों पर विचार करें। पुरानी तसवीरें लाएँ और कुछ कहानयों साझा करें। अपने बच्चे के शरीर को कागज़ के एक टुकड़े पर खीचना एक मजेदार कला गतिविधि हो सकती है, जो इस बात पर विचार करते हुए की जा सकती है कि आपका बच्चा कतिबा बड़ा हो गया है।

★ वयस्क अकस्मात बच्चों के साथ मतभेदों पर चर्चा करने से कतराते हैं, लेकिन चार साल के बच्चे समझदार और जागरूक होते हैं। यह महत्वपूर्ण बातचीत शर्करने और मतभेदों के बोवजूद समझ और स्वीकृति की नीव रखने के लिए एक दम सही उम्र है।

★ मजेदार तुकबंदियाँ आपके बच्चे को भाषा में ध्वनयों को पहचानने की क्षमता वकिस्ति करने में मदद करेंगी। कतिबो में मौजूद शब्दों के साथ तुकबंदियाँ करने वाले और भी शब्द बनाने में मज़ा लो।



Family Reading Partnership

प्रयि परविर,

आपके बच्चे के कडिरगारूटन में प्रवेश लेने पर बधोई। **Family Reading Partnership** इस उपलब्धि का जशन एक कृतिब के उपहार के साथ मेनाना चाहेगी। जैसे-जैसे आपका परविर यह बड़ा कदम उठाता है, हम आपको अपने परविर और परे समुदाय में कृतिबों के साथ चंचल जुड़ाव की बढ़ावा देने के लए हमारी सेवाओं का उपयोग जारी रखने के लए प्रोत्साहिति करते हैं!



Story Walks

टॉमपकसि काउंटी में हमारे सात **Story Walks** में से कसी एक पर कहानी के पने ढूँढते हुए टहलें। सभी स्थानों के लए हमारी वेबसाइट देखें।



Bright Red Bookshelves

टॉमपकसि काउंटी में मौजद हमारी बुकशेलफ में से कसी एक से घर ले जाने के लए मुफ्त में इस्तेमाल की गई बच्चों की कृतिब का आनंद लें। अपने आस-पास के स्थानों को खोजने के लए मानचतिर के लए हमारी वेबसाइट देखें!

अपने बच्चे के साथ जुड़ने के लए और अधकि वचिरों की तलाश में हैं? हमें फॉलो करें!

www.familyreading.org



Connecting families with young children to the joy of books and read-aloud experiences to expand their horizons.

यह सरिफ़ कतिबों के बारे में नहीं है!

यहाँ कुछ तरीके दण्डि गए हैं जनिसे बाहर खेलना साक्षरता सीखने में सहायता करता है!

- क्या आप जानते हैं कि बाहर खेलना बच्चों को ध्यान कौशल वकिसति करने में मदद करता है? बाहर खेलना सरिफ़ मजेदार नहीं है; संवेदी इनपुट वास्तव में मस्तिष्क के वकिस में सुधार करता है!

- जब बच्चे परे शरीर की हरकतें करते हैं, जैसे कबिंदर की सलाखों से झूलना या पेड़ पर चढ़ना, तो वे अपनी बड़ी मांसपेशयों का इस्तेमाल करते हैं जो उनके हाथों और कलाई में छोटी मांसपेशयों का आधार बनती हैं- जो पेन या पेसलि पकड़ने या कीबोर्ड का इस्तेमाल करने के लिए ज़रूरी होती है। इसलिए जब बच्चे बाहर खेलते हैं, तो वे वास्तव में उन मांसपेशयों का वकिस करते हैं जनि पर उन्हें लखिने के लिए नरिभर रहना पड़ता है!

- बाहर समय बताने से बोलने और भाषा सीखने के लिए अनंत अवसर मिलते हैं। जब आप अपने बच्चे के साथ बाहर होते हैं तो आप उनके द्वारा की जा रही गतविधियों के बारे में बात करके उनके भाषा वकिस का समर्थन कर सकते हैं। उदाहरण के लिए, यदि आपका बच्चा ऊँचौ छलांग लगाता है या तेज़ दौड़ता है या कसी कीड़े को धीरे से छूता है, तो आप उनके कार्यों का वर्णन करने के लिए जसि भाषा का उपयोग करते हैं, वह ठोस शब्दावली शब्द बन जाएगी जसि वे अपने अनुभव के संदरभ में सीखते हैं। इस तरह से सीखने से लंबे समय तक चलने वाली शब्द समझ वकिसति होती है क्योंकि यह सारथक अनुभव पर आधारित होती है।

- बाहर खेलते समय, आप अपने आस-पास की प्राकृतिक दुनिया के बारे में बातचीत भी कर सकते हैं। उदाहरण के लिए, “हवा बह रही है” या “कीचड़ चपिचपि और चपिचपि लग रहा है।” अपने बच्चे से पछों कवि क्या नोटसि करते हैं और महसूस करते हैं। आपके बच्चे के बाहरी अनुभव भाषा के वकिस को जन्म दे सकते हैं जो घर के अंदर नहीं हो सकता क्योंकि लिंगातार बदलते बाहरी वातावरण में करियाओं, अंवलोकनों, संवेदी धारणाओं, चुनौतियों, भावनाओं और कल्पना के लिए बहुत संभावनाएँ होती हैं।

- कडिरगारटन जाना एक बड़ा बदलाव है। आपके बच्चे के मन में इसके बारे में बहुत सारी भावनाएँ हो सकती हैं। आप अपने बच्चे को दनिचरया को सुसंगत रखकर और उनकी भावनाओं को सुनकर अधिक आराम महसूस करने में मदद कर सकते हैं। बाहर खेलना आपके बच्चे के लिए आराम करने और बस एक बच्चे की तरह रहने का आनंद लेने का एक शानदार तरीका हो सकता है। आंदोलन, व्यायाम और शारीरिक संवेदनाओं को नोटसि करना चति होने पर शांत और स्थिर होने के लिए सहायक गतविधियाँ हैं। इसलिए हम आशा करते हैं कि आप जुड़ने, घूमने, बात करने, खेलने और पल का आनंद लेने के लिए बाहर जाएँगे - यह जानते हुए कि आप एक ही समय में अपने बच्चे की सीखने में सहायता कर रहे हैं!