

# एक दिनचर्या बनाना

3-5 साल



घर के अंदर



## यह आपके बच्चे की मदद करेगी

यह गतिविधि आपके बच्चे की भाषा और साक्षरता, गणित के ज्ञान के विकास में मदद करती है और साथ ही उसके दिन को स्थिरता और वह अनुमान देती है जो आपके बच्चे की भलाई के लिए बहुत जरूरी है।

## इस्तेमाल किए जाने वाले मुख्य शब्द

ब्रेकफास्ट, लंच, स्नैक, डिनर, पैक अप से पहले और बाद और दौरान खाना।

## पूछे जाने वाले प्रश्न

आज जो हम करने जा रहे हैं, उसके बारे में सोचते हैं हम क्या योजना बनाएंगे?

आप आगे क्या करेंगे?

पता नहीं कि क्या हम दोपहर के भोजन से पहले या बाद में ऐसा करेंगे?

आपको क्या लगता है कि हमें ऐसा करना चाहिए?

कौन से और शब्द हैं जो 'पी' ध्वनि से शुरू होते हैं (उदाहरण के लिए)?

## गतिविधि

हर रोज, नाश्ते के तुरंत बाद, अपने दिन की योजना बनाना!

अपने बच्चे के साथ उन जरूरी चीजों के बारे में बात करें जो आप करने जा रहे हैं और एक सूची बनाना शुरू करें। अपनी सूची बनाने के लिए:

- कागज के ऊपर लिखें "आज हम करेंगे....." फिर पेज पर नीचे लिखें, 'सुबह की चाय,; दोपहर का खाना,' स्नैक्स' 'रात का खाना'
- एक साथ, तय करें कि कौन सी घटनाएं कब होती हैं जो 'बिस्तर लगाना' 'सुबह की चाय से पहले हो सकता है, जबकि लंच से पहले 'टेडी बियर की पिकनिक पर जाएं' हो सकता है। जब आपने यह सब अपनी सूची में लिखा है तो इन शब्दों के बारे में बातें करें- खास तौरपर जो वह आवाज निकालते हैं, अपने बच्चे को इन शब्दों का प्रतिनिधित्व करने वाली तस्वीरें बनाने के लिए कहें।
- जो गतिविधियाँ आप रोज कर सकते हैं वह हैं जैसे 'खिलौने पैक करना' आप 'खिलौने पैक करना' के इवेंट कार्ड बना सकते हैं और बच्चे इस पर तस्वीर बना सकते हैं और हर दिन इस पर नीला टिक करके अपनी योजना में शामिल करें। अपनी योजना वहां दिखाएं, जहां आपका बच्चा देख सकता है।

## मजा करें/आनंद उठाएं

## साधन/संसाधन/सामग्री

कागज का बड़ा टुकड़ा (A3)। टिप पेन और पेंसिल ब्लू टैक (या समान)

