چلتے پھرتے بات کریں

باہر کسی جگہ جاتے ہوئے
اپنے شیر خوار یا بچے سے
بات کرنے میں آسانی کے
لیے ان کارڈز کا استعمال
کریں۔ یہ ان کی گویائی اور
گفتگو کی مہارت کو بہتر
بنانے میں مدد دے گا۔

دیکھیں، سنیں
اور بات کریں!

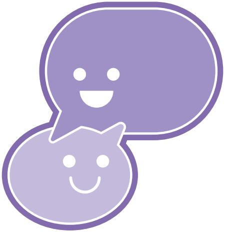
National Literacy Trust

Better Health Start for Life

Language: Urdu

دیکھیں، سنیں،
اور بات کریں۔

اپنے بچے سے کی جانے والی باتیں اس کے مستقبل کے لیے نہایت اہم ہو سکتی ہیں۔



کیا آپ جانتے ہیں؟

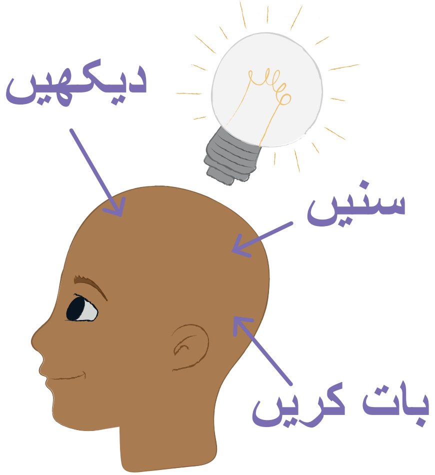
الفاظ کی ادائیگی کے قابل ہونے سے قبل اپنے بچوں کے ساتھ بات کرنا انہیں گفتگو سیکھنے میں مدد دیتا ہے۔

ان کی نکالی جانے والی آوازوں کی نقل کرتے ہوئے ان کے ساتھ ”غوں غاں“ جیسی گفتگو کرنے کی کوشش کریں!

کیوں؟

پانچ سال کی عمر تک پہنچنے پر آپ کے بچے کے دماغ کا 90% حصہ نمو پا ہو جاتا ہے۔

آپ ان سے بات کرنے اور انہیں سننے کے زیادہ سے زیادہ مواقع تلاش کرتے ہوئے، اور انہیں نئی چیزوں سے متعارف کرواتے ہوئے اس دماغی نشوونما کو بڑھا سکتے ہیں۔

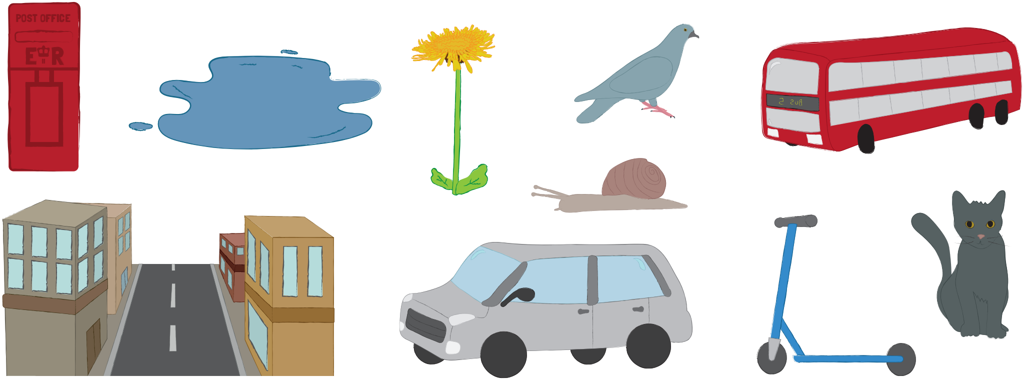


کیسے؟

- آئیڈیاز کے لیے کارڈز کو پڑھیں، اور انہیں اپنے ساتھ باہر لے جائیں۔
- اپنے بچے کا اشارہ سمجھیں (غور کریں کہ اسے کس چیز میں دلچسپی ہے)۔
- اپنے بچے سے کی جانے والی ہر بات نہایت اہم ثابت ہو گی۔

ہو سکتا ہے کہ آپ اس حوالے سے مشاہدہ اور بات کریں...

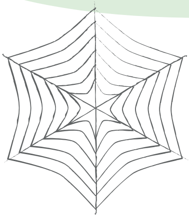
وہ چیزیں جو زندہ ہیں، جو حرکت کرتی ہیں، جنہیں آپ سن یا سونگھ سکتے ہیں، موسم، حروف اور اعداد، حرکت کرنے کے مختلف طریقہ کار، انداز، ٹیکسچرز، اور بہت کچھ



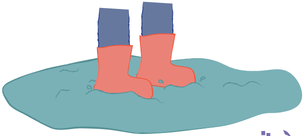
آپ یہ کر سکتے ہیں:

حساب

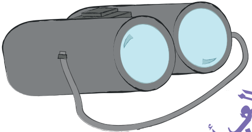
انتبه للأشياء الصغيرة



استخدم حواسك



رش الماء في بركة



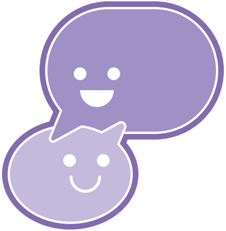
العب أنا استطلع

غنِ أغنية أو أغاني الحضانة

ألف قصة أو أغنية

تحرك بإيقاعات مختلفة

اپنے بچے کا اشارہ سمجھیں۔ ان چیزوں کے متعلق بات کریں جو وہ کر رہے ہیں اور جن کا انہوں نے مشاہدہ کیا۔

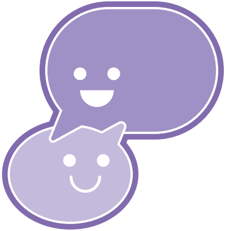


کیا آپ جانتے ہیں؟

اپنے بچے کی حرکات اور ادا کردہ الفاظ میں دلچسپی ظاہر کرنے سے اس کے اعتماد میں اضافہ ہوتا ہے۔

یہ اچھا آئیڈیا ہے!
چھوٹے قدم رکھنا آپ
کو توازن قائم رکھنے
میں مدد دیتا ہے
جب آپ میرے کچھ کرنے
پر بات کرتے ہیں تو
میں اس سے نئے الفاظ
سیکھتا/سیکھتی ہوں

اپنے شیر خوار یا بچے سے بات کرنے کے دوران اسے سوچنے اور جواب دینے کے لیے وقت دیں۔

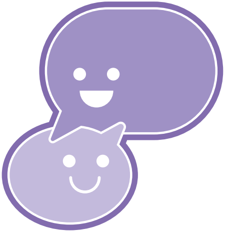


بہترین تجویز:

اپنے بچے سے بات کرنے کے دوران اس کے جواب کے لیے کم از کم 5 سے 15 سیکنڈز تک انتظار کریں۔

جب میں اس کے
جواب کا انتظار کرتا
ہوں، تو وہ مجھے
بہتر جواب دیتی ہے
آپ کا مجھے سوچنے
کے لیے وقت دینا میرے
لیے مددگار ہوتا ہے

اپنے بچے کی نکالے جانے والی آوازوں اور کہے جانے والے الفاظ کو واپس دہرائیں، اور ایک یا دو مزید آوازیں یا الفاظ شامل کریں۔



کیا آپ جانتے ہیں؟

جب آپ اپنے بچوں کے کہے جانے والے الفاظ کی نقل کرتے ہیں، تو انہیں نظر آتا ہے کہ آپ سن رہے ہیں۔ ایک یا دو اضافی الفاظ شامل کرنے سے وہ نئے الفاظ، اور طویل جملے ادا کرنے کا طریقہ سیکھتے ہیں۔

ہاں، اس بلی کی دم
ملائم ہے
ڈا ڈا ڈا، ہاں، بلی
بلی
ڈاڈاڈاڈا

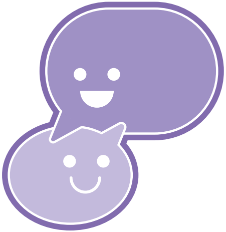
اگر آپ کے پاس وقت ہو، تو کچھ دیر ٹھہریں۔ رفتار آہستہ کریں اور اپنے بچے کو دکھائیں کہ آپ سن رہے ہیں۔

بہترین تجویز:

اپنے بچوں کو زیادہ قریب سے دیکھنے میں مدد دیں، تاکہ وہ ان چیزوں کا مشاہدہ کریں جنہیں وہ دیکھ یا سن سکتے ہیں۔

بات کرتے ہوئے آپ کا چہرہ
دیکھنے سے، مجھے بات چیت
سیکھنے میں مدد ملتی ہے
جب میں رفتار کم
کرتا ہوں اور اسے
پوری توجہ دیتا ہوں،
تو وہ بہت خوش نظر
آتا ہے

اپنے پوچھے جانے والے سوالات کے متعلق سوچیں۔ بہترین سوالات وہ ہوتے ہیں جو کہ ایک لفظ کے جواب کے بجائے سوچنے کی ترغیب دیتے ہیں۔



کیا آپ جانتے ہیں؟

اگر آپ اپنے بچے کے تمام سوالات کا جواب نہیں دے پاتے تو اس میں کوئی مضائقہ نہیں۔ مل کر جوابات تلاش کرنے کے لیے لائبریری جائیں یا انٹرنیٹ استعمال کریں۔

مجھے لگتا ہے کہ
گھونگھا جا رہا ہے ...
؟
میں سوچ رہا ہوں کہ
یہ گھونگھا کہاں جا
رہا ہے؟

جب بھی ممکن ہو، اپنے روزمرہ کے معمول میں دیکھنے، سننے اور بات کرنے کو شامل کریں۔

یہ آپ کے بچے کی گویائی اور گفتگو کی مہارتوں کے لیے مددگار ہو گا۔

اگر آپ اپنے بچے کی زبان کی نمو کے متعلق فکرمند ہیں تو براہ کرم اپنے ہیلتھ وزیٹر، Family Hub یا طفلی نگہداشت کے فراہم کنندہ سے بات کریں۔

ہم نے آپ کو اپنے بچے کی مدد کرنے کے حوالے سے آپ کی مدد کرنے کے لیے، ان کارڈز کو بہتر بنانے کی غرض سے گویائی اور زبان کے تھیراپسٹ، اساتذہ، کمسن بچوں کے ماہرین اور والدین سے رابطہ کیا ہے۔

اپنے بچے کی نشوونما میں مدد کی غرض سے مزید مفت سرگرمیاں اور وسائل حاصل کرنے کے لیے، **wordsforlife.org.uk** پر جائیں

National Literacy Trust

Better Health Start for Life