

رہسپشن شروع کرنا

تھاڈے بچے دا سکول دا پینڈا
گھروں شروع ہوندا اے۔



جان پچھان

سانوں سمجھ اے بئی بچے اپنی ای رفتار نال وڈے بوندے نیں،
اتے ایہہ وی جے اسیں سارے جمن لا توں ای سکھ رہے آن۔
جدوں سکولے جان دا ویلا آؤندا اے، کجھ بچیاں نوں ڈوجیاں
نالوں ودھ مدد دی لوڑ ہووے گی۔

کجھ بہت ای مُڈھلے بُنر* نیں جیہناں دی سکول تہاڈے بچے توں اپنے پہلے دن توں
پہلاں سکھن دی آس رکھدے نیں۔ ایہناں نوں ورتنا تہاڈے بچے دے ریسپشن دے
پینڈے نوں جنہاں ممکن ہوسکيا مثبت بناوے گا۔

جیکر تہاڈا بچہ پہلاں ای نرسری وچ، پری-سکول وچ، یا گھر وچ بچے نوں سانہن
والے کول اے، تاں ایہہ سیانے تہاڈے بچیاں نوں تیار کرن وچ مدد لئی تہاڈے اتے
تہاڈے بچے نال کم کرن گے۔

اپنے بچے وچ اعتماد اتے آزادی پیدا کرن لئی تسیں گھر وچ بہت کجھ کر سجدے او،
جیہدے نال اونہاں نوں سکول جانا شروع کرن لئی جذباتی اتے عملی مدد محسوس
ہوندی اے۔

*اسیں اس دستاویز نوں 'ریسپشن شروع کرن' دی تعریف آکھدے آن۔ کجھ لوک/ستھان ایہنوں 'سکول
دی تیاری' آکھدے نیں۔

میں تیار ہون وچ اپنے بچے دی مدد کیویں کر سکداں؟

تہاڈا بچہ جدوں سکولے جانا شروع کردا اے اوہ بہت سارے نویں کار وپہار اتے
معمولان دا عادی بنے گا۔ ایہہ کجھ شیواں نیں جیہڑیاں اونہاں نوں پہلاں نالوں ودھ
آزادی نال کرن دے لوڑ پوے گی۔

کابڈ دکھاؤندی اے بئی بچیاں دے وڈے بوندے ہوئے اپنے مایاں نال
اونہاں دا تعلق سب توں اہم کارن ہوندا اے، اتے تسیں
گھر وچ بہت کجھ کر سجدے او۔

جدوں تہاڈا بچہ گھر وچ تہاڈے نال یا کسے بور سانہن
والے نال ہوندا اے، تسیں اک بُنر دے طور تے سوادی
کمان دی مشق کر سجدے او (اسیں اس لکھت دے اخیر
وچ لنک پا دتے نیں)۔

ایہناں وچ کجھ بُنراں وچ ماہر ہون لئی ویلا لگدا اے، اس
لئی چنگی گل ایہہ بئی ایہناں نال اپنے روز دیہاڑ دے
معمول وچ بولی بولی جان پچھان کرو۔



جے میرے بچے دیاں وادھو لوڑاں بوون تے فیرکی بووے گا؟

- جیکر تہاڈے بچے نوں ریسپشن وچ گھل مل جان لئی وادھو مدد دی لوڑاں اے، تاں پک کرو بئی تسیں اوبناں دے نویں استاد/استانی نال جنی ودھ توں ودھ جانکاری بو سکے سانجھی کرو۔ اوہ تہاڈے بچے نوں آسرا دین لئی طریقے لبھن لئی تہاڈے نال رل کے کم کر سکدے نیں۔
- گرمیاں وچ جمے بچیاں، یاں انگریزی نوں اک وادھو بولی (EAL) دے طور تے بولن والے بچیاں نوں وادھو آسرے دی لوڑاں بو سکدی اے۔
- جے تہانوں پتہ اے یا شک اے بئی تہاڈے بچے دیاں اچھیاں تعلیمی لوڑاں (SEND) نیں، ودھن پھلن وچ فرق یاں کویل اے، تاں بو سکدا اے بئی اس ویلے اوہ ایہناں وچوں کجھ بُتر حاصل کرن جوگے نہ بون۔
- چھیتی مداخلت نال بہت وڈا فرق پیندا اے – آپنے بچے دی نرسری، سکول، ہیلتھ وزیٹر، بچیاں دے مقامی مرکز یاں ٹیراں دے مرکز توں مدد منگو۔

میں مدد لئی کیہدے نال گل کرسکدا آن؟

سارے بچیاں نوں آپنے بھروسے دے وڈیاں دی مدد دی لوڑاں بووے گی اس لئی اوہ ریسپشن شروع کرن بارے اعتماد اتے جوش محسوس کر سکدے نیں۔

جیکر تہانوں بور جانکاری چاہیدی اے تاں تہاڈے بچے نوں تہاڈے گھر وچ سانہن والا/نرسری/پری-سکول ٹیم یاں تہاڈی ہیلتھ وزیٹر، بچیاں دا مرکز یاں ٹیراں دا مرکز مدد کر سکدے نیں۔



میںوں بور وسیلے کتھوں لبھ سکدے نیں؟

تہاڈی اتے تہاڈے بچے دی رل کے تیار بون وچ مدد واسطے اسیں ستھار اتے وسیلیاں دی اک لسٹ وی جوڑی اے۔

ایہناں تیکر

<https://startingreception.co.uk> تے آن

لائن پنچیا جا سکدا اے۔



تعریف: ریسپشن شروع کرن تون پہلاں مشق کرن والے بُنر:

نویں بُنر سکھن وچ ویلا لگدا اے۔ گھر وچ مشق کرن نال تہاڈے بچے
نون ہور سُکھیائی اتے اعتماد نال سکولے جان وچ مدد ملے گی۔



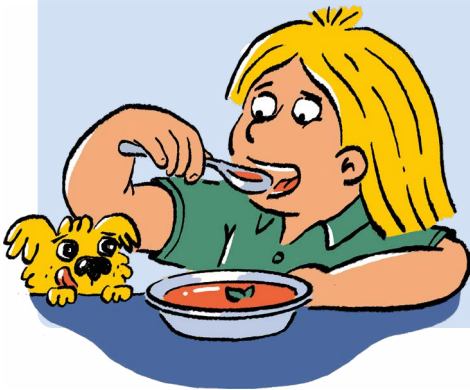
آزادی ودھاؤنا

آپنا دھیان آپ رکھنا

- ✓ آپنا کوٹ تے جُتی آپ پاؤنا/لابونا
- ✓ ٹوائلٹ ورتنا اتے ہتھ دھونا
- ✓ تھوڑی جہی مدد نال کپڑے پہننا، جیویں ٹوائلٹ جان یاں PE کرن مگروں
- ✓ کلٹری (مثلاً کانٹا تے چمچ، چاپ سٹکس) ورتنا اتے اک کھلے کپ وچوں پینا
- ✓ تہاڈے تون دور رہ کے ویلا لنگھاؤنا، پڑھدے ہوئے اوبناں نون سانہن والے وڈے
سانہن سکدے نیں

کھیڈ، تخلیق اتے تجسس

- ✓ خیالی کھیڈ وچ حصہ لینا (جیویں رول پلے)
- ✓ خاکے، تصویراں بناؤنا، رنگ بھرنا اتے
چمبیرٹنا
- ✓ کہانیاں والیاں کتاباں دی سانجھ
کرنا، مورتاں ویکھنا اتے کرداراں
بارے گل کرنا
- ✓ اپنے آل دوالے دی دنیا نون کھوجنا
(مثلاً فطرت نون دھیان نال
دیکھنا، گھر وچ شیواں نال
محتاط ہو کے کھیڈنا)



سکول وچ تہاڈا بچہ بہت سارے نویں لوکاں نال ملے گا اتے نویاں دوستیاں لائے گا۔
تیار ہون وچ اوہناں دی مدد واسطے کجھ شیواں وچ شامل نیں:



تعلق بناؤنا اتے گل بات کرنا

دوجیاں نال رہنا

- ✓ کھڈونے سانجھے کرن اتے واری لین دی مشق کرنا
- ✓ اوہناں نال اس بارے گل کرنا بئی اوہ کنج محسوس کر رہے نیں اتے کیوں
- ✓ رل کے کہانیاں دیاں کتاباں ویکھنا اتے کردار کیہ محسوس کر رہے نیں اس بارے گل بات کرنا ایہہ کرن دا اک چنگا ڈھنگ اے
- ✓ ایہہ پچھاننا شروع کرنا بئی دوہے کیہ محسوس کر رہے نیں، مثلاً سمجھنا بئی اک بیلی اداس تان نئیں
- ✓ اوہناں نوں بلاشیری دینا بئی اوہ آپنیاں اتے دوجیاں دیاں حدان آپ مقرر کرن (مثلاً جانا بئی 'نہ' کیویں کہنا اے)

گل بات اتے بولی

- ✓ رل کے گانڑیں اتے نرسری دیاں نظاماں گاؤنڑاں
- ✓ خوشی خوشی دوجیاں نال کمان کاراں، تجربیاں اتے اپنے آل دوالے دنیا بارے گلاں کرنا
- ✓ صاف صاف پول کے دسنا بئی اوہناں نوں مدد دی لوڑ اے (ٹٹی بھجی انگریزی وچ یاں اشاریاں دی زبان وچ)
- ✓ اوہناں دے ناں دا نمونہ پچھاننا (تان جے اوہناں نوں ایہہ اپنی کوٹ والی کلی یاں جیکٹ توں لہہ جاوے)

سننا اتے دھیان لاؤنا

- ✓ تھوڑے چر لئی دھیان دینڑاں
- ✓ سادہ ہدایتاں سننڑاں اتے اوہناں تے عمل کرنا
- ✓ اک کم نوں توری رکھنا بھاویں ایہہ اوکھا وی ہوئے تے جے کجھ پُٹھا ہو جاوے تان مدھ توں شروع کرنا



جسمانی واہا

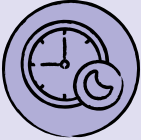


دن وچ گھٹوگھٹ تین گھنٹے بلدے جلدے ربنا



- ✓ پوڈے چڑھنا لتھنا
(اک ویلے اک پیر، کندھ دا سہارا لے کے)
- ✓ اُتانیہ چڑھنا، نسنہ، چھالوں مارنا اتے
کھیڈنا
- ✓ اک وڈی گیند جُپنا (بہتے ویلے)
- ✓ سوکھیاں بُجھارتاں اتے دستی کم کرنا، وڈھن
اتے چمبیڑن وچ اپنی پکڑ نوں پکا کرنا

صحت مند معمولات



- ✓ روز رات نوں لگ بھگ اکو ویلے بسترے وچ جانا، سکولے جان
لئی تیار ہون واسطے ویلے سر جاگنا
- ✓ سکرین ویکھنڑ دے ویلے نوں صلاح دتے گئے روز دے ویلے تیکر
محدود کرنا (صلاح دیکھو)
- ✓ صحت بناؤن والی غذا کھانا تے نت نویں کھانے
ازماؤنا
- ✓ دن وچ دو واری فلورائیڈ والے ٹوتھ پیسٹ
نال اپنے دند برش کرنا (تہانوں اوہناں
دے گھٹوگھٹ 7 ورھیاں دے ہون
تیکر اوہناں دا دھیان رکھن دی لوڑ
ہوے گی)



جے مینوں اپنے بچے دے ودھن پُھلن بارے فکر بوئے تاں مینوں کیہ کرنا چاہیدا اے؟

- جے تسیں اپنے بچے دے اگانہہ ودھن بارے فکرمند او، اپنے گھر وچ بچے نوں سانہن والے/نرسری/پری-سکول ٹیم، ہیلتھ وزیٹر، بچیاں دے مقامی مرکز یاں ٹبر دے مرکز نال گل کرو۔
- جے تہاڈا بچہ کویل نال ودھ پُھل رپیا اے یاں SEND (شک یاں پک) اے، تاں اوہناں دے ریسپشن شروع کرن توں وابوا چر پھلن اوہناں دی نرسری، گھر وچ بچے نوں سانہن والے، یاں ہیلتھ وزیٹر/نرسری/پری-سکول ٹیم نال گل کرو اتے اوہناں لئی سکول چُن دے بوئے اوہناں دیاں لوڑاں بارے وچار وٹاندرہ کرو۔
- اپنا دھیان آپ رکھن، جذبات نوں قابو وچ رکھن، سماجی مہارتاں، اتے ایسے ڈھنگ نال گل بات جیہڑی اوہناں دے ودھن پُھلن دے پڑا نال میل کھاندی ہووے، واسطے اپنے بچے دی مدد لئی تسیں اپنے بچے دے مڈھلے ورھیاں دے ادارے نال رل کے کم کر سکدے او۔
- ہو سکدا اے بئی تسیں اوہناں دے ودھن پُھلن، لوڑاں، کیہڑی شے نال اوہناں نوں بلاشیری ملدی اے، کیہڑی شے نال اوکھیائیاں آسکدیاں نیں، اوہ سب توں ودھیا کیویں سیکھدے نیں، اتے کیہڑیاں حکمت عملیاں چنگا کم کردیاں نیں بارے تفصیلاں سانجھیاں کرنا چاہو۔
- پک کرو بئی تسیں اہم جانکاری اپنے بچے نوں آسرا دین والے ہر جی، سنے اوہناں دے ریسپشن دے نویں استاد/استانی نال سانجھی کرو۔

وادھو لوڑاں والے تبراں واسطے وسیلے

بہت ساریاں ایہو جہیاں ستھان نیں جیہڑیاں تیار ہون وچ تہاڈی، تہاڈے بچے دی اتے اوہناں دے تعلیمی ادارے دی جانکاری اتے حکمت عملیاں نال مدد کر سکدیاں نیں، جیہدے نال بچہ بڑا سوکھا ریسپشن وچ آجاندا اے تے مستقبل دی کامیابی دی نینہہ رکھی جاندی اے۔

ایہناں وچ شامل نیں:

<https://www.familylives.org.uk>

<https://speechandlanguage.org.uk>

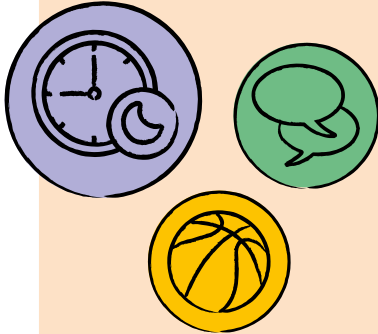
<https://dingley.org.uk>

<https://www.kids.org.uk>

بور جانو

بور جانکاری لئی ویکھو:

<https://startingreception.co.uk>



ایہہ تعریف سانجھے طور تے بنائی گئی سی



نوٹس:

fyi.bradford.gov.uk/receptionready

SCAN QR CODE



FAMILIES & YOUNG
PERSONS INFORMATION
BRADFORD DISTRICT

بور جانو

بور جانکاری لئی ویکھو:

<https://startingreception.co.uk>

