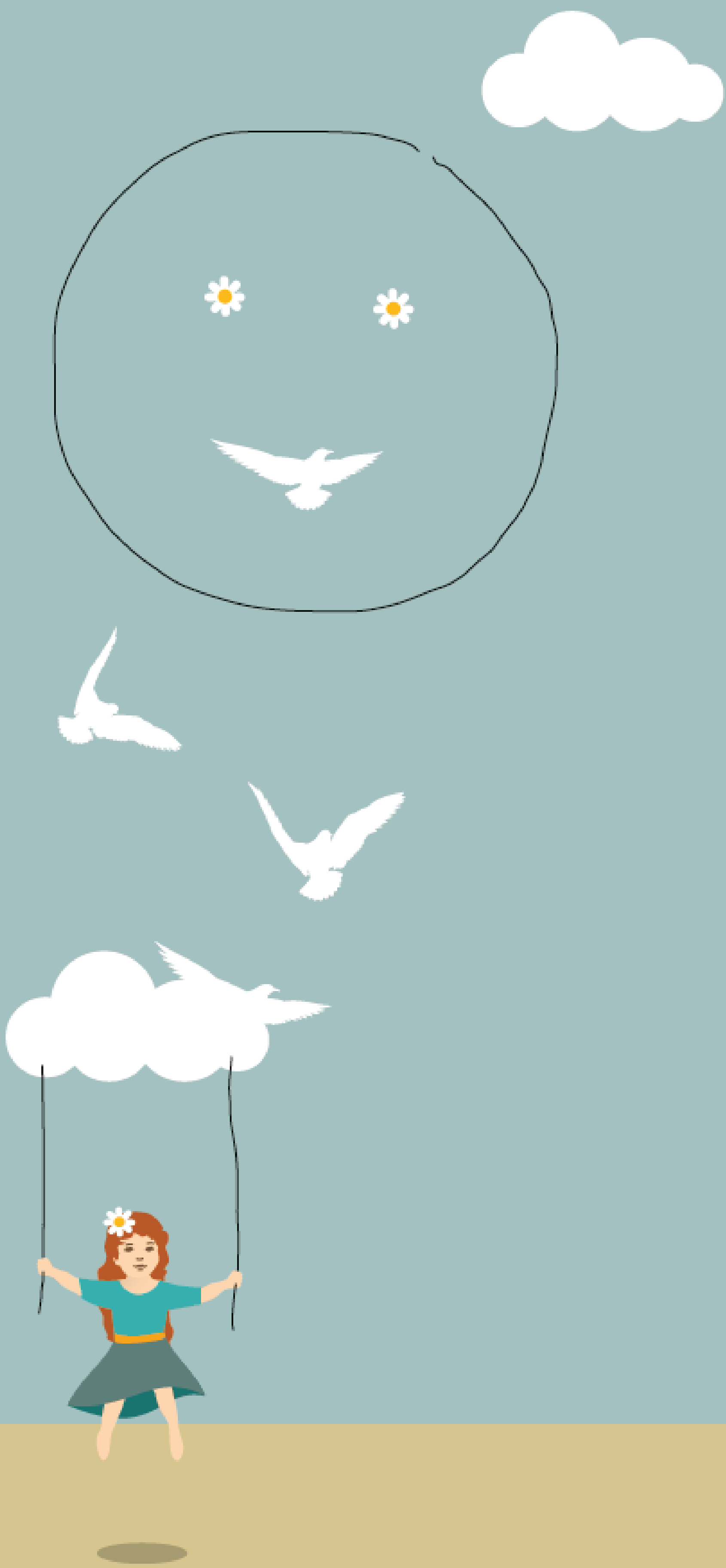
Kanton Bern
Canton de Berne



பாலர்பாடசாலைக்கு ஆயத்தமாகுதல்

Tamilisch

Impressum

Herausgeberin und Copyright
Bildungs- und Kulturdirektion
Amt für Kindergarten Volksschule und Beratung
akvb.bkd@be.ch

Illustration
Peter Gärtl, Thun

Auflage 2020
2019.ERZ.1598 / 276199

பிள்ளைகளுக்கு செயல்முறைகள் தேவை, அவைகளால் அவர்கள் வளர்ச்சியடைய முடியும்,
எடுத்துக்காட்டு, அவைகளால் அவர்கள் தம்மை ஒழுங்குபடுத்த முடியும்,
குழுவாக ஒன்றுசேர்தல், அவைகளால் அவர்கள் நன்கு பரா-மரிக்கப்படுவதை உணர்ந்து கொள்வர்.
பேராசிரியர். கலாநிதி Gerald Hüther

அன்பான பெற்றோரே

உங்கள் பிள்ளை விரைவில் பாலர்பாடசாலையில் சேரவுள்ளது. இது ஒரு முக்கிய காலம், ஏனென்றால் பிள்ளைகள் இந்த வயதில் இலகுவாக மற்றும் அதிகமாகக் கற்றுக்கொள்ள முடியும். நீங்கள் உங்கள் பிள்ளைக்கு எவ்வாறு அவர்களது வளர்ச்சியில் உதவிசெய்யலாம் என்பது குறித்து நாங்கள் உங்களுக்கு சில ஆலோசனைகளைத்தர விரும்புகிறோம். உணர்வுபூர்வமான தொடர்பு சிறுபிள்ளைகளுக்கு மிகவும் இன்றியமையாததாகும். இயற்கையாகப் பிள்ளைகள் புதியவற்றைக் கற்க விரும்புவதுடன் தம்மை உலகுடன் இணைத்துக் கொள்ள விரும்புகின்றனர். குடும்பத்துடன் உணர்வு ரீதியாக நெருங்கியிருப்பது, அவர்கள் உலகில் அடியெடுத்து வைப்பதற்கு சிறப்பான சந்தர்ப்பங்களை வழங்குகின்றது. அதிகமான பிள்ளைகள் ஏற்கனவே குழுக்களில் விளையாடி தமது முதல் அனுபவங்களைப் பெற்றிருப்பர். அவர்கள் விளையாடுவது இப்படியாக இருக்கும்: உதாரணமாக தமது சகோதரர்களுடன், அயலவர் பிள்ளைகளுடன் அல்லது அவர்கள் செல்லும் விளையாட்டுக்குழுப் பிள்ளைகளுடன், இதன்போது இவர்கள் தம்மைப் பராமரிக்கும் ஒரு நபரை கண்டு பழகியிருப்பர் உதாரணமாக விளையாட்டுக் குழுவிற்குப் பொறுப்பான ஒருவரை. பிள்ளைகள் மகிழ்வுடன் வீடு திரும்பி பெற்றோரிடம் வரும்போது பல கேள்விகளை வைத்திருப்பர் மற்றும் பலவற்றை விளக்கிக் கூறுவர்.

பாலர்பாடசாலையில் உங்கள் பிள்ளை அதிக நேரத்தை வேறு பிள்ளைகளுடன் செலவிட வேண்டியிருக்கும் இது உங்கள் பிள்ளைக்கு புதியது மற்றும் மீண்டும் மீண்டும் ஆச்சரியத்துக்குரியது. சிலவேளைகளில் சொந்தமாக எதையாவது கூறுவதற்கு தனது முறை வரும்வரை காத்திருக்க வேண்டியிருக்கும். உங்கள் பிள்ளை, அனைத்து மனிதர்களும் ஒரே விதமாகப் பழக மாட்டார்கள் (அல்லது ஒரேவிதமானவர்கள்) என்பதை-யும் அவர்களுக்கு வேறு விடயங்கள் முக்கியமானவை என்பதையும் அறிந்து கொள்ளும்.

பிள்ளைகள் இந்த வயதில் விளையாடும்போது கற்றுக்கொள்வதுடன் ஒன்றுசேர்ந்த விடயங்கள் மற்றும் விதிகளை நன்கு விளங்கிக் கொள்வர். சிறுபிள்ளைகள் செய்வதைத் திரும்பச் செய்வார்கள். ஆகவே பெற்றோர் மற்றும் வேறு வயதுவந்த பராமரிப்பாளர்கள் நடந்துகொள்ளும் விதம் மிக முக்கியமானது. யார் தமது பிள்ளைகளுக்கு உதாரணமாக முன்மாதிரிகையாக இருந்து, மற்றவர்கள் முதலில் கதைப்பதற்கு அனுமதிக்கின்றார்களோ, அவர்கள் பிள்ளைகளுக்கு அவதானத்தையும் மனதை ஒருநிலைப்படுத்தும் திறமைகளையும் ஊக்குவிக்கின்றார்கள்.

தானும் மற்றும் ஏனையவர்களுடனும் பழகிக்கொள்ளல்

Umgang mit sich und anderen

உங்கள் பிள்ளை வேறு பிள்ளைகளுடன் ஒன்றாக இருக்க விரும்புகிறது.
தான் தீர்மானிப்பது, மற்றவர்களில் கவனமெடுப்பது, தன்னை ஒருநிலைப்படுத்துவது, காத்திருக்க முடிவது: ஒரு குழுவில் சேர்ந்திருப்பதற்கு இவை தேவை. ஒரு விளையாட்டுக் குழுவில் அல்லது பாலர்பாடசாலையில் உங்கள் பிள்ளை அதே வயதுள்ள பிள்ளைகளுடன் பழகிக்கொள்ள முடியும். உங்கள் பிள்ளையை விளையாட்டுத் திடல்களில் வேறு பிள்ளைகளுடன் விளையாடுவதற்கும் அனுமதியுங்கள். அல்லது வேறு பிள்ளைகளை உங்கள் வீட்டுக்கு அழையுங்கள்.

உங்கள் பிள்ளை ஒரு குழுவில் சேர விரும்புகிறது.
பிள்ளைகள் அதிகமாகவுள்ள ஒரு குழுவில் உங்கள் மகளோ அல்லது மகனோ, கற்பிக்கும் நபர்களின் கவனத்தை வேறு பிள்ளைகளுடன் பகிர வேண்டியிருக்கும். சிலவேளைகளில் உங்கள் பிள்ளை, தனது முறை வரும்வரை தனது சொந்தத் தேவையைப் பின்போட அல்லது காத்திருக்க வேண்டி ஏற்படலாம்.

உங்கள் பிள்ளை தனது உணர்வுகளை வெளிப்படுத்த விரும்புகிறது.
இது நல்லது. உணர்வுகளை அறிந்து கொள்ள, அவற்றை வெளிப்படுத்த மற்றும் அவற்றை விளங்கிக்கொள்ள உங்கள் பிள்ளைக்கு உதவுங்கள். அத்துடன் மற்றவர்களுடன் பழகும்போது ஒரு எல்லை இருக்க வேண்டும் என்பதையும் அவர்களுக்குத் தெரிவியுங்கள். உங்கள் பிள்ளை எவ்வாறு மற்றவர்கள் தனக்கு மரியாதை தர வேண்டும் என விரும்புகின்றதோ, அதேபோன்றே, ஏனைய பிள்ளைகள் மற்றும் பெரியவர்களுடனும் மரியாதையுடன் பழகிக்கொள்ள வேண்டும்.

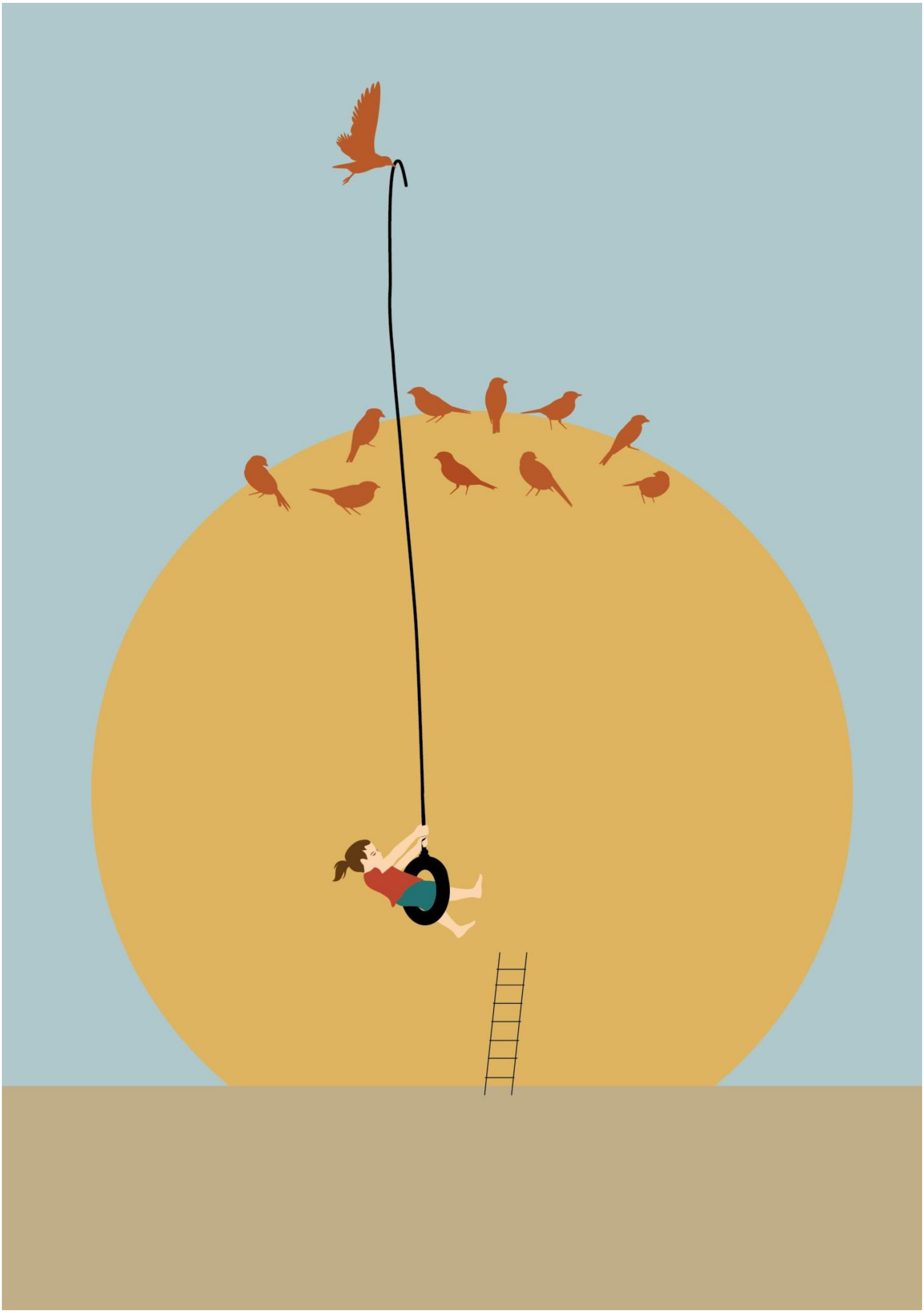
சொந்தமாகச் செயற்படல் மற்றும் நம்பிக்கை வைத்தல்

Selbstständigkeit und Vertrauen

உங்கள் பிள்ளை செயல்களை சொந்தமாக செய்ய விரும்புகிறது.
உங்கள் பிள்ளை செயல்களை முயற்சித்துப் பார்க்க சந்தர்ப்பங்களை வழங்குவதுடன், சொந்தமாக செய்ய விடுங்கள். உதாரணமாக உங்கள் பிள்ளைக்கு நேரத்தைக் கொடுத்து, தானே சொந்தமாக உடைகளை அணியவும் கழற்றவும் விடுங்கள். அத்துடன் மலசல கூடத்தை பாவிப்பதற்கும் பழகியிருக்க வேண்டும், இதன்மூலம் உங்கள் பிள்ளை பாலர்பாடசாலையில் இதைத் தாமாகவே செய்து கொள்ளலாம். எங்கு உதவி தேவைப்படுகின்றதோ, அங்கு மட்டுமே உதவுங்கள்.

உங்கள் பிள்ளை சொந்தமாகச் செயற்பட விரும்புகிறது
உங்கள் பிள்ளையை நீங்கள் ஓரளவு நம்புங்கள். ஏதாவது நிறைவே-றாவிட்டால், மீண்டும் முயற்சிசெய்யுமாறு உங்கள் பிள்ளைக்கு உற்சாகம் கொடுங்கள், ஏதாவது நிறைவேறினால், அவைகளுக்காக அவர்களுடன் சேர்ந்து மகிழ்ந்து கொள்ளுங்கள். உதாரணமாக உங்கள் பிள்ளையுடன் சேர்ந்து பாலர்பாடசாலைக்கான பாதையைப் பயிற்சி செய்யுங்கள். அல்லது நீங்கள் அவர்களுக்கு சுலபமான அப்பியாசங்களைக் கொடுங்கள் அதாவது தபாற்பெட்டியை வெறுமையாக்குவது அல்லது கத்தி கறண்டிகளை அதற்குரிய இடங்களில் பத்திரப்படுத்துவது.

உங்கள் பிள்ளை பயற்சி செய்ய மற்றும் பரீட்சிக்க விரும்புகிறது.
உங்கள் பிள்ளைக்கு உபகரணங்களை, உதாரணமாக நிறப் பென்சில்களை, கடதாசி, சோக், பசை, ஒட்டும் சுருள் அல்லது கத்தரிக்கோலை வழங்கிக் கொள்ளுங்கள். வீட்டு வேலைகளில் சேர்ந்து உதவுவதற்கு அல்லது சமையல் அறையில் -சீவுதல், வெட்டுதல், கலக்குதல், சலாட் கழுவுதல்- போன்ற சந்தர்ப்பங்களை, சரியாகச் செய்வதற்குப் பயிலுதல் மற்றும் அனுபவங்களைத் தேடிக்கொள்ளல்.



விளையாடுதல் மற்றும் கற்றுக்கொள்ளல்
Spielen und Lernen

உங்கள் பிள்ளை விளையாட விரும்புகிறது.
உங்கள் பிள்ளை தன்னை ஆச்சரியத்துக்கு உள்ளாக்க விரும்புவதுடன், விளையாட்டில் தன்னை மறந்துவிடக்கூடும். விளையாட்டின்போது உங்கள் பிள்ளை, தன்னை ஆழமாக்கிக் கொள்ள, சிலவற்றைத் திட்டமிட மற்றும் நீண்ட நேரத்திற்கு ஒரு விடயத்தைச் செய்துகொண்டிருக்கக் கற்றுக் கொள்கின்றது. உங்கள் பிள்ளைக்கு இந்த ஓய்வு இடத்தைக் கொடுங்கள். அவர்களை வித்தியாசமான அத்துடன் நாளாந்தம் பாவிக்கும் பொருட்களுடன் விளையாட மற்றும் பரீட்சித்துக்கொள்ள அனுமதியுங்கள். பிள்ளைகளுடன் நீங்கள் விளையாடும் நேரம் என்பது, மிகவும் பெறுமதி வாய்ந்ததாகும்.

உங்கள் பிள்ளை கற்க விரும்புகிறது.
கற்றல் என்பதன் அர்த்தம், அது இயலுகின்றதோ அல்லது இயலாமல் போகின்றதோ, ஆனால் அந்த அனுபவத்தை பயிற்சி செய்வதுடன் அதை ஆழமாக்கிக் கொள்ள வேண்டும். சிறு வயதில் உங்கள் பிள்ளை, பல வேளைகளில் விழுந்திருக்கும், ஏனென்றால் மீண்டும் மீண்டும் எழுந்து நின்றதால், ஆனால் இதனால்தான் நடக்கப் பழகிக்கொண்டது. நீங்கள் உங்கள் பிள்ளைக்கு உதவி செய்ய முடியும். அதன்போது நீங்கள் அவர்களின் அனைத்துச் செயற்பாட்டையும் உற்சாகப்படுத்த வேண்டும், அதன்போது அவர்கள் செய்ய முடிந்ததற்காக அவர்களைப் பாராட்ட வேண்டும், அத்துடன் புதியவற்றைச் செய்து பார்க்குமாறு கேட்டுக்கொள்ள வேண்டும்.

உங்கள் பிள்ளை விரும்புகிறது.
ஒன்றை விரும்புவது முக்கியமானது. ஆனால் உங்கள் பிள்ளை எப்பொழுதும் தான் விரும்புவதைப் பெற முடியாது. அவர்கள் காத்திருப்பதை மற்றும் ஏமாற்றம் ஏற்படுவதைப் பழகிக்கொள்ள வேண்டும். சீற்றம் அல்லது கோபம் எமது உணர்வுகளுடன் சம்பந்தமானது. நபர்களோ அல்லது பொருட்களோ இதனால் பாதிக்கப்படக்கூடாது. தேவைகளை பின்போட முடிவது உங்கள் பிள்ளையை பலமாக்கும்.

தான் விளங்கிக் கொள்வது மற்றும் விளங்க வைப்பது
Sich verständigen und verstanden werden

உங்கள் பிள்ளை தானே தெரிவிக்க விரும்புகிறது.
உங்கள் பிள்ளை என்ன செய்கின்றது மற்றும் எதை அனுபவித்தது என்பது குறித்து நீங்கள் அறிய விரும்புகின்றீர்களா, அத்துடன் அவர்கள் கூறுவதைக் கேட்கின்றீர்களா. அவர்களுடன் நாளாந்த விடயங்கள் குறித்து உரையாடுவதோடு, நீங்கள் இப்போது என்ன செய்துகொண்டிருக்கின்றீர்கள் அல்லது பிள்ளை எதை அவதானித்துக் கொண்டிருக்கின்றது என்பதை விளங்கப்படுத்துங்கள்.

உங்கள் பிள்ளை கேட்பதை விரும்புகின்றது.
உங்கள் பிள்ளையுடன் சேர்ந்து நீங்கள் படப் புத்தகங்களைப் பாருங்கள், நீங்கள் அவர்களுக்கு கதைகளைக் கூறுங்கள் மற்றும் நீங்கள் அவர்களுடன் சேர்ந்து பாடல்களைப் பாடுங்கள். இதன்மூலம் பிள்ளை அருகில் வருவதோடு மொழியையும் கற்றுக்கொள்கிறது. உங்கள் பிள்ளையுடன் நீங்கள் கட்டாயமாகத் தாய்மொழியில் பேசிக்கொள்ளுங்கள். எப்போது தாய்மொழி பற்றிக்கொள்கின்றதோ, இரண்டாவது மொழியைக் கற்றுக்கொள்வது மிக இலகுவானதாகும்.

உங்கள் பிள்ளை மொழியை அறிந்துகொள்ள விரும்புகிறது.
இலத்திரனியல் ஊடகங்களில் மட்டும் பாவிக்கப்படும் புதிய சொற்களை சிறு பிள்ளைகள் ஞாபகத்தில் வைத்திருக்க முடிவதில்லை.
பிள்ளைகளுக்குத் தம்மோடு கதைப்பதற்கு தம்மைச்சுற்றி நம்பிக்கையான நபர்கள் தேவைப்படுகிறார்கள். ஒரு பராமரிக்கும் நபரிடமிருந்து அவர்கள் தொடர்ந்தும் புதியவற்றை கற்றுக்கொள்வதுடன் அவற்றை முன்னுரிமையாகப் பாவிக்கவும் செய்கின்றார்கள்.

நடமாடுதல் மற்றும் உறக்கம்
Bewegung und Schlaf

உங்கள் பிள்ளை தானாக நடமாட விரும்புகிறது
உங்கள் பிள்ளையை ஏறுவதற்கு, சமநிலையாக நிற்பதற்கு, குஸ்தி போடுவதற்கு விடுங்கள். நீங்கள் பிள்ளையுடன் வெளியில் சென்று இயற்கையை அனுபவியுங்கள், மழை பெய்தாலும் பரவாயில்லை.

உங்கள் பிள்ளை போதுமான அளவு உறங்க விரும்புகிறது
பாலர்பாடசாலை நாட்களைச் சமாளிப்பதற்கு, உங்கள் பிள்ளைக்கு ஒரு தடையில்லாத இரவு நித்திரை பத்து தொடக்கம் 12 மணித்தியாலங்கள் முக்கியமானது. காலையில் பலத்தைப் பெற்றுக்கொள்வதற்கு ஒரு சுகாதாரமான மற்றும் போதிய அளவில் காலை உணவும் தேவை.

உங்கள் பிள்ளை வழக்கத்தை விரும்புகிறது.
ஒரு ஒழுங்கு முறையான நாளாந்த செயற்பாடு ஓரேவிதமான வழக்கத்துடன் உதாரணமாக உணவு நேரங்கள் மற்றும் உறங்கச் செல்லும் நேரங்கள் உங்கள் பிள்ளைக்கு உறுதியான நிலைப்பாட்டையும் பாதுகாப்பையும் கொடுக்கின்றது.

நீங்கள் மேலதிகமாக அறிய விரும்பினால், மேலதிக தகவல்களை இங்கே காணலாம்: www.be.ch/fit-fuer-den-kindergarten

உங்களுக்கு மற்றும் உங்கள் பிள்ளைக்கு ஒரு குறையுமில்லாத காலமாக அமைய நாங்கள் வாழ்த்துகின்றோம்.