ਆਰੰਭਕ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਪੜਾਅ ਵਿੱਚ ਕੀ ਆਸ ਕਰੀਏ:

ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਗਾਈਡ

The East London Research School

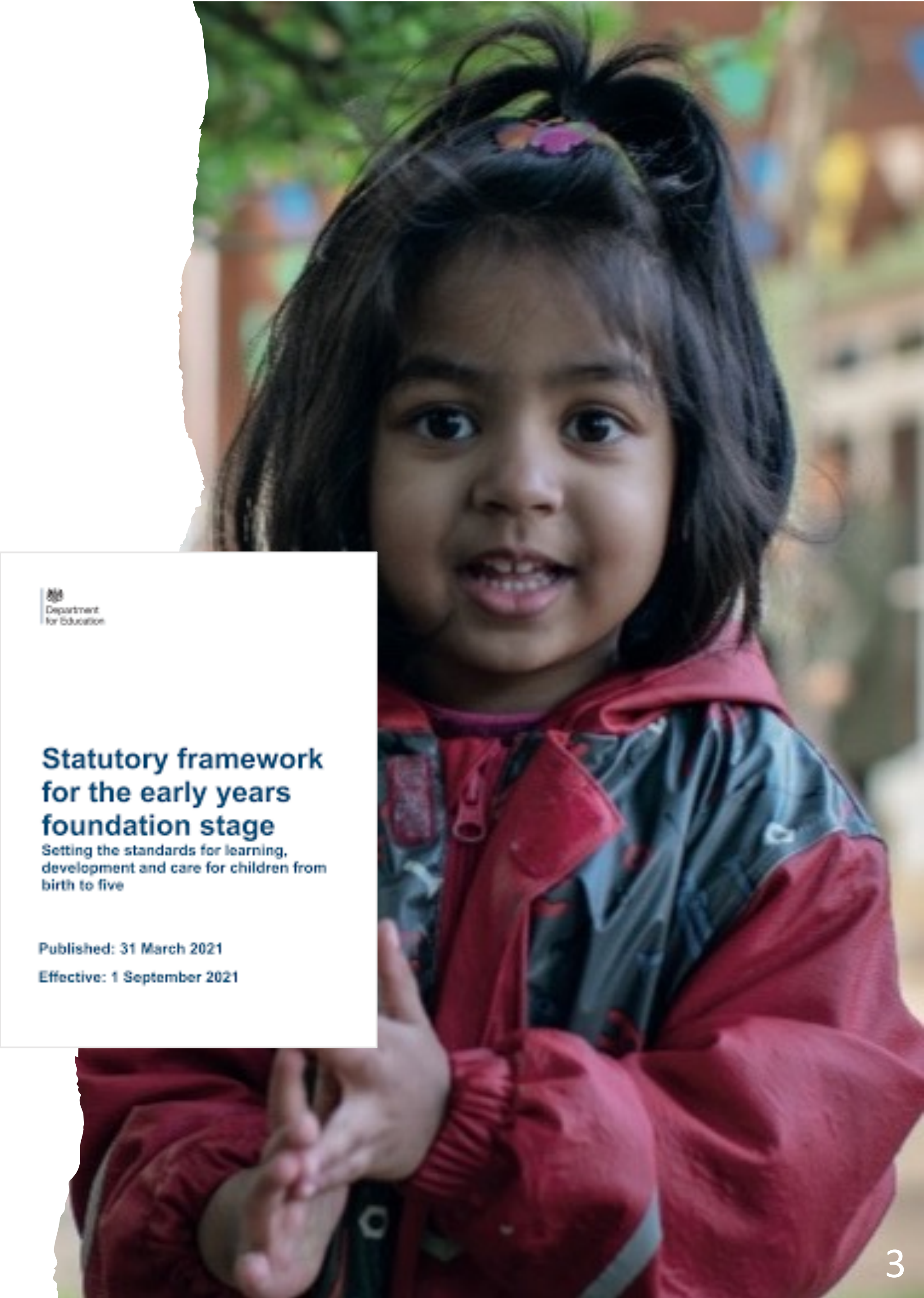
Funded by Department for Education

ਵਿਸ਼ਾ-ਸੂਚੀ

1. ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਸੱਤ ਖੇਤਰ
2. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ
3. ਜੋ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ, ਜੀਵਨ-ਭਰ ਲਈ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ
4. ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਭਾਈਵਾਲੀ
5. ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਅਧਿਆਪਨ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਦੀਆਂ ਤਿੰਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ
6. ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਮਾਮਲੇ: ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ
7. ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
8. ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਮਾਮਲੇ: 3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ
9. 3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
10. ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਮਾਮਲੇ: 4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ
11. 4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
12. ਜਾਂਚ ਬਿੰਦੂ
13. ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ ਹੈ

ਆਰੰਭਕ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਪੜਾਅ (ਈ.ਵਾਈ.ਐਫ.ਐਸ.) ਵਿੱਚ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ

- ਆਰੰਭਕ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦਾ ਬੁਨਿਆਦੀ ਪੜਾਅ (ਈ.ਵਾਈ.ਐਫ.ਐਸ.) ਇਹ ਰੇਖਾ-ਚਿੱਤਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਇਹ ਮਾਰਗ-ਦਰਸ਼ਿਕਾ ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਪੰਜ ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ* ਲਈ ਹੈ। ਇਹ ਈ.ਵਾਈ.ਐਫ.ਐਸ. ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।
- ਈ.ਵਾਈ.ਐਫ.ਐਸ. ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਸੱਤ ਖੇਤਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਸ ਮਾਰਗ-ਦਰਸ਼ਿਕਾ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਸੱਤ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਉਮਰ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡਿਆ ਗਿਆ ਹੈ**:
    - *ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ*
    - 3-4
    - 4-5 (*ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨ ਸਾਲ)*
- ਹਰੇਕ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੁਝਾਅ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦਰਾਂ 'ਤੇ ਵਿਕਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਹਰ ਉਮਰ ਸਮੂਹ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਜ਼ੇਦਾਰ, ਸੁਗਲੀਆ ਤਜ਼ਰਬਿਆਂ ਲਈ ਮੁੱਖ ਸੁਝਾਅ ਮਿਲਣਗੇ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਘਰ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।



*'ਮਾਪੇ' ਸ਼ਬਦ ਮਾਪੇ, ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ ਅਤੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। **ਉਮਰ ਸਮੂਹ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਮੈਟਰਜ਼ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਸਾਰੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ, ਨਰਸਰੀਆਂ, ਨਰਸਰੀ ਸਕੂਲਾਂ, ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਨਰਸਰੀ ਅਤੇ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨ ਕਲਾਸਾਂ ਵਿੱਚ ਸਟਾਫ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਇੱਕ ਗੈਰ-ਵਿਧਾਨਕ ਗਾਈਡ ਹੈ।

ਈ.ਵਾਈ.ਐਫ.ਐਸ. ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਸੱਤ ਖੇਤਰ

*ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਉਤਸੁਕਤਾ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨੂੰ ਜਗਾਉਣ ਲਈ **ਤਿੰਨ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਖੇਤਰ** ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ।*

ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ

ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ

*ਤਿੰਨ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ **ਚਾਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਖੇਤਰਾਂ** ਦੁਆਰਾ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅਤੇ ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।*

ਸਾਖਰਤਾ

ਗਣਿਤ

ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

ਪ੍ਰਗਟਮਈ ਕਲਾਵਾਂ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ਾਇਨ

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

- ਬੱਚੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦਰਾਂ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਵਿਕਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਬਿਲਕੁਲ-ਤਰਤੀਬ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਵਿਵਸਥਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ!
- ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਦਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਕ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, *ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਮੈਟਰਜ਼ (ਵਿਕਾਸ ਮਾਮਲੇ)*, ਵਿਆਪਕ ਉਮਰਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਤੈਅ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਨੁਭਵ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ।
- ਇਸ ਗਾਈਡ ਵਿੱਚ, '*ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਛੋਟਾ/ਛੋਟੀ ਬੱਚਾ/ਬੱਚੀ ਹਾਂ*' ਵਿਆਪਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦਾ ਹੈ। '*ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਥੋੜ੍ਹਾ/ਥੋੜ੍ਹੀ ਵੱਡਾ/ਵੱਡੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ/ਜਾਂਦੀ ਹਾਂ*' ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰਨ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਅਤੇ ਦੋ ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

- *ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਮੈਟਰਜ਼* ਵਿੱਚ ਕੁਝ ***ਜਾਂਚ ਬਿੰਦੂ*** ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸੰਭਾਲਕਰਤਾ ਜਾਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਾਲਾਂ ਵਾਲੀ ਵਿਵਸਥਾ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਠੇ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਅੱਗੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ।
- ਇਹ 'ਜਾਂਚ ਬਿੰਦੂ' ਹਰ ਬੱਚੇ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤਣ ਲਈ ਕੋਈ 'ਟਿਕਲਿਸਟ' ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਕਦੀ-ਕਦਾਈਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਹੀ ਮਦਦ ਨਾਲ, ਉਹ ਜਲਦੀ ਹੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦੇਰ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਸਿੱਖਣ ਵਾਲੇ 70% ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੀਆਂ। 'ਦੇਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ' ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ *ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ, ਖੇਡਣ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਨ* ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮੌਕਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਹੋਣਗੀਆਂ, ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਕੀ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲੇ।
- ਹਰੇਕ ਬੱਚਾ ਠੀਕ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਵੱਧ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੋ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ, ਜੀਵਨ-ਭਰ ਲਈ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਸੀ?

- ਪਹਿਲੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲ ਦਾ ਸਮਾਂ ਦਿਮਾਗ਼ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਦਿਮਾਗ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪਰਸਪਰ-ਗੱਲਬਾਤ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਦਿਮਾਗ ਹਰ ਇੱਕ ਸਕਿੰਟ ਵਿੱਚ ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਦੱਸ ਲੱਖ ਤੋਂ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਪਰਕ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ!
- ਇਹ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪਲ (ਜੋ 'ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਾਪਸੀ' ਵੱਜੋਂ ਜਾਣੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ)। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਆਕਾਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿੱਖਣ, ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਵਿਵਹਾਰ ਵਿੱਚ ਹੁਣ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।
    - *ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਮਾਗ ਦਾ 80% ਤੋਂ ਵੱਧ ਹਿੱਸਾ ਤਿੰਨ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।*
    - *ਹਰੇਕ ਭੋਜਨ ਦਾ 75% ਤੱਕ ਹਿੱਸਾ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਵੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।*
    - *ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ ਅਤੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਲੱਖਾਂ ਨਵੇਂ ਸੰਪਰਕਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ।*

ਜੋ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ, ਜੀਵਨ-ਭਰ ਲਈ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ

ਪਿਆਰ ਭਰੀ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆਤਮਕ ਦੇਖਭਾਲ

- ਖੋਜ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਚੀਜ਼ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਉਹ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਤਮਕ ਦੇਖਭਾਲ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਜੋ ਸੰਕੇਤ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜੋ ਆਰਾਮ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਦੀ ਦੁਨੀਆ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਰੋਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਨਾਲ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਹ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ – ਹਰੇਕ ਸਰੀਰਕ-ਹਰਕਤ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦੀ ਹੈ

- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਗਰਮ ਰਹਿਣਾ ਅਤੇ ਚੰਗਾ ਖਾਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਰਾਹੀਂ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਉਹ ਹਿਲਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਿਮਾਗ ਸੰਪਰਕ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।
- ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸੰਤੁਲਨ, ਮੁਦਰਾ ਅਤੇ ਤਾਲਮੇਲ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਹ ਬੁਨਿਆਦਾਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਥਿਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬੈਠਣ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ।
- ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਪੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਲਿਖਣ ਲਈ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਤਾਲਮੇਲ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਰਗਰਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਉਹ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸਮਾਜਿਕ ਨਿਯਮਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਜਿੱਠਣ ਬਾਰੇ ਵੀ ਸਿੱਖ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ

ਜੋ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ, ਜੀਵਨ-ਭਰ ਲਈ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ

- ਖੋਜ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਘਰ ਵਿੱਚ ਜੋ ਕੁਝ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਿੱਖਲਾਈ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਫ਼ਰਕ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਇਕੱਠੇ ਖੇਡਣਾ, ਗੀਤ ਗਾਉਣਾ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਦਾ ਆਨੰਦ ਲੈਣਾ, ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਜਾਣਾ, ਚਿੱਤਰਕਾਰੀ ਕਰਨਾ, ਡਰਾਇੰਗ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਅੱਖਰਾਂ, ਅੰਕਾਂ ਅਤੇ ਆਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਖੇਡ ਦੁਆਰਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕਰਨ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਹਨ।
- ਸਿੱਖਣ ਦੀਆਂ ਇਹ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਫਰਕ ਲਿਆਉਣਗੀਆਂ।

ਜੋ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ, ਜੀਵਨ-ਭਰ ਲਈ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ

ਗੱਲ ਕਰਨਾ, ਖੇਡਣਾ, ਪੜ੍ਹਨਾ

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਬਿਹਤਰੀਨ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦੇਣੀ

- ਬੱਚੇ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਚੀਜਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਾਂ ਕਰਨ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਦੋਪੱਖੀ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਕੱਢੋ।
- ਆਪਣੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸ਼ਰਮ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਕਰੋ – ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਲਈ ਕਦੇ ਵੀ ਜਲਦੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ!
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਹੈ ਉਸ ਵੱਲ ਜਾਓ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਗੱਲ ਕਰਨੀ

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਫਾਇਦੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹਨ।

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਉਸ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਖੇਡੋ ਜਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਹਿਜ ਅਤੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ।
- ਆਪਣੀ ਘਰੇਲੂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਗਾਓ, ਕਹਾਣੀਆਂ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਸੁਣਾਓ – ਕਵਿਤਾ ਅਤੇ ਦੁਹਰਾਓ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਘਰੇਲੂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਵਿਰਸੇ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ - ਉਹ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਤਰਫ ਨੇੜਤਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਗੇ।

ਖੇਡਣਾ

- ਖੇਡ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਖੇਡਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਥਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੂਝ-ਬੂਝ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਈ ਵਾਰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਵੀ ਮਦਦਗਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਖੇਡਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਖੇਡ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਬੱਚੇ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਕਨਵੈਨਸ਼ਨ (1989) ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।
- ਨਹਾਉਣ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਰਾਤ ਦੇ ਖਾਣੇ ਵਰਗੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਈ ਪਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਖੇਡ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਅਤੇ ਸਹਿਜ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ।

ਪੜ੍ਹਨਾ

- ਨੇੜਤਾ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਗੱਲਾਂਬਾਤਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਤਾਬਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਾਉਣਾ ਇੱਕ ਪਿਆਰਾ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।
- ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਕਿਤਾਬਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਦਾ ਸ਼ੌਕ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਕਹਾਣੀਆਂ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰੋ।
- ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜੋ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਸੁਣਨਾ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਕੱਠੇ ਮਿਲ ਕੇ ਮਜ਼ਾ ਕਰੋ! ਬੇਤੁਕੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਕਿਤਾਬ ਵਿੱਚ ਜੋ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਕਰ ਕੇ ਦੱਸੋ।

ਕੁਝ ਕੁ ਮਿੰਟ ਵੀ ਫਰਕ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੋ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ, ਜੀਵਨ-ਭਰ ਲਈ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ

ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉੱਜਵਲ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਚਿਤ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਕਰਨੀ

- ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਰਵੱਈਏ ਨੂੰ ਆਕਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਗੱਲ ਵਿੱਚ ਫਰਕ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਦੇਖਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।
- ਲੜਕੇ ਅਤੇ ਲੜਕੀਆਂ ਸਭ ਕੁਝ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ! ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਅਕਸਰ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਹੀ ਵੱਖਰਾ ਸਲੂਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੀਮਾਵਾਂ ਜਲਦੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਰੱਖ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਵੱਖ-ਵੱਖ
ਪਰਿਵਾਰ, ਇੱਕੋ
ਜਿਹਾ ਪਿਆਰ
Stonewall

ਜੋ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ, ਜੀਵਨ-ਭਰ ਲਈ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ

- ਸਾਰੀਆਂ ਨਸਲਾਂ, ਪਿਛੋਕੜਾਂ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਲਈ ਇਕੱਠੇ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਨਸਲਵਾਦ ਹਰ ਕਿਸੇ ਲਈ ਕਿੰਨਾ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਹੈ। ਨਸਲ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਨਸਲਵਾਦ ਨੂੰ ਚੁਣੌਤੀ ਦੇਣ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਹੈ।
- ਨਸਲਵਾਦ ਵਿਰੋਧੀ ਰਵੱਈਏ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ: ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਨਸਲ, ਪਿਛੋਕੜ ਜਾਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸੰਬੱਧਤਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ, ਬੱਚੇ ਦੂਜੀਆਂ ਨਸਲਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਜਿਗਿਆਸੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਚਮੜੀ ਦੇ ਰੰਗ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ ਦੇਖ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਅਜਿਹੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਸਹਿਜ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਜਵਾਬ ਸ਼ਾਂਤ, ਸਾਕਾਰਾਤਮਕ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ-ਭਰਪੂਰ ਹੋਵੇ।

ਜੋ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ, ਜੀਵਨ-ਭਰ ਲਈ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ

ਨਸਲ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿੱਚਕਾਰ, ਬੱਚੇ ਸੁਭਾਵਿਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਬਾਰੇ ਉਤਸੁਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਖਿਡੌਣੇ ਦੇਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨਸਲਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਾਕਾਰਾਤਮਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ।
- ਤਿੰਨ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ, ਬੱਚੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜੇਕਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਉਚਿਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਾਂਝਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਦਿਖਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਨੂੰ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਪੰਜ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਬੱਚੇ ਨਾਇਨਸਾਫ਼ੀ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲਾਂਬਾਤਾਂ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕਿਸੇ ਦੀ ਚਮੜੀ ਦੇ ਰੰਗ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕਿਵੇਂ ਅਣਉਚਿਤ ਗੱਲਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਇਸ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਣ ਅਤੇ ਦਿਖਾਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਖੇਡ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ, ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਕੰਮਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਭਾਈਵਾਲੀ

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗ ਬੱਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਜਾਣਦੇ ਹਨ - ਪਰ *ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ* ਬਾਰੇ ਇੰਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਫੇਰ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

- ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਾਲਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰਤ ਭਾਈਵਾਲੀ ਹੋਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।
- ਇੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤ, ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਭਾਈਵਾਲੀ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਮੁੱਖ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸੰਭਾਲਕਰਤਾ ਦਰਮਿਆਨ ਦੋ-ਪੱਖੀ ਸੰਚਾਰ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗੀ
- ਈ.ਵਾਈ.ਐਫ.ਐੱ. ਦੌਰਾਨ, ਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਬਾਰੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨੀ

ਦੋ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ‘ਤੇ ਤਰੱਕੀ ਦੀ ਜਾਂਚ

- ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਜੋ ਕਿਸੇ ਸੈਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਚਾਈਲਡ ਮਾਈਂਡਰ ਕੋਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੂਜੇ ਅਤੇ ਤੀਜੇ ਜਨਮ-ਦਿਨ ਦਰਮਿਆਨ ਵਿਕਾਸਾਤਮਕ ਜਾਂਚ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਕ- ਕਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਹੈਲਥ ਵਿਜ਼ਟਰ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੋਵੇਗੀ।
- ਇਹ ਜਾਂਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਮੁੱਖ-ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਘਰ ਵਿੱਚ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ, ਖੇਡਣ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਦੇ ਰਹਿਣ ਦੇ ਸੁਝਾਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਲਿਖਤੀ ਸੰਖੇਪ-ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਿਵੇਂ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਆਰੰਭਕ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਪੜਾਅ ਦਾ ਵਿਵਰਨ (ਈ.ਵਾਈ.ਐਫ.ਐਸ.ਪੀ.)

- ਰਿਸੈਪਸ਼ਨ ਸਾਲ ਦੀ ਅੰਤਿਮ ਟਰਮ ਵਿੱਚ, ਅਧਿਆਪਕ ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਲਈ ਈ.ਵਾਈ.ਐਫ.ਐਸ. ਵਿਵਰਨ ਵੱਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਇੱਕ ਮੁਲਾਂਕਣ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਇਹ ਵਿਵਰਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿੱਖਲਾਈ ਦੀ ਇੱਕ ਤੁਰੰਤ ਜਾਂਚ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚਿੰਤਤ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ?

- ਮਾਪੇ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ।
- ਹੈਲਥ ਵਿਜ਼ਟਰ ਅਤੇ ਆਰੰਭਕ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰਾਂ ਕੋਲ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਮਾਹਰਾਨਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਇਕੱਠੇ ਕੰਮ ਕਰਕੇ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਜਾਂ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੈਟਿੰਗ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਵਧੀਕ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਅਧਿਆਪਨ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀਆਂ ਤਿੰਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਾਲਣੇ ਵਿੱਚ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ 'ਹੁਣ ਤੱਕ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹਾਨ ਦਿਮਾਗ, ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਸਿੱਖਣ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨ' ਨੂੰ ਦੇਖ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ।

ਅਸੀਂ **ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਅਧਿਆਪਨ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਦੀਆਂ ਤਿੰਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ** ਰਾਹੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਤਾਕਤਵਰ ਸਿਖਿਆਰਥੀ ਬਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ:

- ***ਖੇਡਣਾ ਅਤੇ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨਾ*** - ਮੈਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ 'ਕੁਝ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ'।
- ***ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਸਿੱਖਣਾ*** - ਮੈਂ ਧਿਆਨ-ਕੇਂਦਰਤ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਆਉਣ 'ਤੇ ਵੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਰਹਿੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣਦਾ ਹਾਂ।
- ***ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਚਨਾ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਸੋਚਣਾ*** - ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ, ਸੁਝਾਵਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਸਬੰਧ ਬਣਾਉਣਾ, ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।

ਖੇਡਣਾ ਅਤੇ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨਾ

- ਮੈਂ ਸਮਝਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰੇ ਕੰਮਾਂ ਦਾ ਦੁਨੀਆਂ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ ਅਤੇ ਅੱਗੇ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲਗਾਵਾਂਗਾ/ਗੀ ਜਾਂ ਖੇਡਾਂਗਾ/ਗੀ।
- ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਵਾਸਤੇ ਮਦਦ ਲਈ ਮੈਂ ਖੇਡਣ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਾਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਰਗੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਗਤ ਸਹਾਇਤਾ-ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਪਹੇਲੀ ਸੁਲਝਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ, ਮੈਂ ਬੇਹਦ ਹੌਲੀ ਅਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਇਹ ਕਹਿ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ: "ਇਹ ਵਾਲਾ ਕਿੱਥੇ ਜਾਂਦਾ ਹੈ? - ਮੈਨੂੰ ਅਗਲਾ ਵੱਡਾ ਘੋੜਾ ਲੱਭਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਸੁਤੰਤਰ ਚੋਣਾਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਖੁਦ ਦੀਆਂ ਰੁੱਚੀਆਂ ਅਤੇ ਆਕਰਸ਼ਣਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਤੋਂ ਆਪਣੀ ਸੈਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਇਹ ਮੇਰੇ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਨਵੇਂ ਤਜ਼ਰਬਿਆਂ ਲਈ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

ਸਰਗਰਮ ਸਿੱਖਿਆ

- ਮੈਂ ਦੱਸੇ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਰੁਟੀਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਸੌਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪਾਲਣੇ ਵਿੱਚ ਜਾਣਾ।
- ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਭਵਿੱਖਬਾਣੀ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਕੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਂ ਇੱਕ ਪਰਿਚਿਤ ਰੁਟੀਨ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਜਦੋਂ ਬਾਲਗ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਲਈ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੋਲ੍ਹਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਕੋਟ ਚੁੱਕ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਟੀਚਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਤ ਵਿਵਹਾਰ ਦਿਖਾਉਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮੈਂ ਮੇਜ਼ ਦੇ ਉੱਪਰ ਇੱਕ ਖਿਡੌਣੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਇੱਕ ਨੀਵੇਂ ਮੇਜ਼ ਦੇ ਕਿਨਾਰਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਖਿੱਚ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਤੁਰਨ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ, ਮੈਂ ਇੱਕ ਸਟੋਰੇਜ ਬਾਕਸ ਨੂੰ ਉਲਟਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਇਸ 'ਤੇ ਖੜ੍ਹ ਸਕਾਂ ਅਤੇ ਉੱਤੇ ਇੱਕ ਚੀਜ਼ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਗ਼ਲਤੀਆਂ ਨੂੰ ਖੁਦ ਠੀਕ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਪਹੇਲੀ ਵਾਲੇ ਟੁਕੜੇ ਨੂੰ ਸਲਾਟ ਵਿੱਚ ਧੱਕਣ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਾਕਤ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਮੈਂ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਇੱਕ ਹੋਰ ਟੁਕੜਾ ਅਜ਼ਮਾਉਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਫਿੱਟ ਹੋਵੇਗਾ।
- ਜਦੋਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਰਹਿੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

ਰਚਨਾ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸੋਚਣਾ

- ਮੈਂ ਦਿਖਾਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸਧਾਰਨ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਵਾਲਾਂ ’ਤੇ ਬੁਰਸ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਦਿਖਾਵਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬੁਰਸ਼ ਵਰਗੀ ਵਸਤੂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸ ਹਾਂ, ਜਾਂ ਦਿਖਾਵੇ ਵਾਲੇ ਕੱਪ ਤੋਂ 'ਪੀ' ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਛਾਂਟ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸੰਭਾਲਨ ਦੇ ਸਮੇਂ 'ਤੇ, ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨਿਰਮਾਣ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਨੂੰ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਟੋਕਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖਣਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਸਿੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਇੱਕ ਟੀਚਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਬਾਰੇ ਸੋਚਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਅਸਲੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਤਿੰਨ ਦੋਸਤਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਨੌਂ ਸਟ੍ਰਾਬੇਰੀਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ, ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਯੋਜਨਾ ਜੋ ਮੈਂ ਵਰਤ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਉਹ ਇੱਕ (ਸਟ੍ਰਾਬੇਰੀ) ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਦੇ ਮੂਹਰੇ, ਫੇਰ ਦੂਜੀ ਅਤੇ ਫੇਰ ਤੀਜੀ ਰੱਖਾਂ ਹੈ। ਆਖਰ ਵਿੱਚ, ਮੈਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਹਰ ਕਿਸੇ ਕੋਲ ਇੱਕੋ ਜਿੰਨੀਆਂ ਸਟ੍ਰਾਬੇਰੀਆਂ ਹਨ।

ਰਚਨਾ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸੋਚਣਾ

- ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ‘ਦਿਖਾਵਾ ਕਰਨਾ’ ਪਸੰਦ ਹੈ। ਕੋਈ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋਣ ਦਾ ਦਿਖਾਵਾ ਕਰਕੇ ਮੈਂ ਹੋਰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਜ਼ਰੀਏ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਜਦੋਂ ਮੈਂ 'ਥ੍ਰੀ ਬਿਲੀ ਗੋਟਸ ਗ੍ਰਫ' ਖੇਡ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ "ਸ਼ਾਇਦ ਟ੍ਰੋਲ ਇਕੱਲਾ ਅਤੇ ਭੁੱਖਾ ਹੈ? ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਭਿਆਨਕ ਹੈ।”
- ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਮੈਂ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਿੱਖਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਖ਼ੁਦ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸਪੱਸ਼ਟੀਕਰਨਾਂ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਬਣ ਜਾਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਜਦੋਂ ਮੈਨੂੰ ਡਾਇਨਾਸੌਰ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਇਹ ਦੇਖ ਕੇ ਦੱਸ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਜੇਕਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵੱਡੇ ਤਿੱਖੇ ਦੰਦ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜੇ ਮਾਸ ਖਾਣ ਵਾਲੇ ਹਨ।
- ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੋਚ-ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜੋ ਮੇਰੇ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਤ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਦੇ ਭਟਕਾਅ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਛੋਟਾ/ ਟੀ ਬੱਚਾ/ ਚੀ ਹੁੰਦਾ/ ਦੀ ਹਾਂ...

- ਮੈਂ ਜਾਣੀਆਂ-ਪਛਾਣੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਵੱਲ ਮੁੜਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਉੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਨਾਲ ਹੈਰਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਦੇ ਸ੍ਰੋਤ ਦਾ ਸਹੀ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਅਤੇ ਪਿਤਾ ਦੀ ਆਵਾਜ਼।
- ਮੈਨੂੰ ਚਿਹਰਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਪਸੰਦ ਹੈ। ਮੈਂ ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਹਾਵ-ਭਾਵਾਂ ਅਤੇ ਹਰਕਤਾਂ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜੀਭ ਬਾਹਰ ਕੱਢੋਗੇ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਬਾਹਰ ਕੱਢਾਂਗਾ/ਗੀ। ਆਪਣੀ ਉਮਰ ਵਧਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਮੈਂ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਚਿਹਰਿਆਂ ਵੱਲ ਦੇਖਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਦੋਂ ਉਹ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ:
ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਛੋਟਾ / ਟੀ ਬੱਚਾ/ ਚੀ ਹੁੰਦਾ/ ਦੀ ਹਾਂ...

- ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਕਰਦੇ ਹੋ ਮੈਂ ਉਸ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਤੁਤਲਾ ਕੇ ਗੱਲਬਾਤ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ 'ਵਾਰੀ' ਲੈਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਗਾਉਣ, ਸੰਗੀਤ ਅਤੇ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢਣ ਵਾਲੇ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ
- ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੀ ਅਵਾਜ਼ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸੁਣਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਹ ਮੈਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦੀ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਸਧਾਰਨ ਹਦਾਇਤ ਨੂੰ ਸੁਣ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਤੁਹਾਡਾ ਧਿਆਨ ਖਿੱਚਣ ਲਈ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਇਹ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਭੁੱਖਾ/ਖੀ ਜਾਂ ਨਾਖੁਸ਼ ਹੋਵਾਂ ਤਾਂ ਰੋਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਕਲਕਲ, ਹੱਸਣ, ਕੂ-ਕੂ ਕਰਨ ਜਾਂ ਤੁਤਲਾਉਣ ਵਰਗੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਛੋਟਾ / ਟਾ ਬੱਚਾ/ ਚੀ ਹੁੰਦਾ/ ਦੀ ਹਾਂ...

- ਮੈਨੂੰ ਤੁਤਲਾਣਾ ਪਸੰਦ ਹੈ। ਮੈਂ 'ਬਾਬਾ' ਅਤੇ 'ਮੰਮਾ' ਵਰਗੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਵਰਤਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ /ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੱਥ-ਹਿਲਾਉਣਾ ਅਤੇ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਨਾ।
- ਜਦੋਂ ਮੈਨੂੰ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢਦੇ ਹੋਏ ਉੱਥੇ ਪਹੁੰਚਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਾਂ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਇਸ਼ਾਰਿਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਹਰ ਸਮੇਂ ਤੁਤਲਾਉਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਖੇਡ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹੋਵਾਂ ਤਾਂ ਇੱਕਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਜਦੋਂ ਮੈਂ 'ਗੱਲਬਾਤ' ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਸੁਰ, ਆਵਾਜ਼ ਦਾ ਪੈਮਾਨਾ ਅਤੇ ਤੀਬਰਤਾ ਬਦਲਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਆਵਾਜ਼, ਇੱਕ ਤੱਕਣੀ ਜਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਗੱਲਬਾਤ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ:
ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਥੋੜ੍ਹਾ / ੜ੍ਹੀ ਵੱਡਾ / ਡੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ / ਦੀ ਹਾਂ...

- ਮੈਂ 'ਕੱਪ', 'ਦੁੱਧ', 'ਡੈਡੀ' ਵਰਗੇ ਇੱਕਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਰਥਪੂਰਨ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਅਕਸਰ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ 'ਸਭ ਖ਼ਤਮ', 'ਨਹੀਂ' ਅਤੇ 'ਬਾਏ-ਬਾਏ'।
- ਮੈਂ ਸਧਾਰਨ ਹਦਾਇਤਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ: "ਨੈਨੀ ਨੂੰ ਦਿਓ" ਜਾਂ "ਰੁਕੋ"।
- ਮੈਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਦੇ ਹੋ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਵੱਲੋਂ ਚੁਣੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਤ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ ਦੂਰ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਪਰ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਕੋਈ ਦਿਲਚਸਪ ਚੀਜ਼ ਦੇਖਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਔਖਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ:
ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਥੋੜ੍ਹਾ / ੜ੍ਹੀ ਵੱਡਾ / ਡੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ / ਦੀ ਹਾਂ...

- ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਸਮਝਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਤਾਂ ਮੈਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਇਸ਼ਾਰਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਪਰ ਮੈਂ ਅਕਸਰ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਸ਼ੇ ਵੱਲ ਚਲਾ/ਲੀ ਜਾਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ 'ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਲਾਉਣ' ਵਰਗੀ ਦਿਖਾਵੇ ਵਾਲੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਬੋਲੀ ਦੀਆਂ ਧੁਨੀਆਂ ਪੀ, ਬੀ, ਐਮ. ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਉਚਾਰਨ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ: ਐਲ/ਆਰ/ਡਬਲਊ/ਵਾਈ ਐਫ਼/ਦ ਐਸ/ਸ਼/ਚ/ਡੀਜ਼ੈੱਡ/ਜੇ (l/r/w/y f/th s/sh/ch/dz/j)।
- ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਉਚਾਰਨ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉੱਚਾਰਨ-ਇਕਾਈ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ 'ਕੇਲਾ' ਅਤੇ 'ਕੰਪਿਊਟਰ'।
- ਮੈਂ ਕੁਝ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਗ਼ਲਤ ਉਚਾਰਨ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਨੂੰ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਹੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਮੇਰੀ ਕਹੀ ਗੱਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੇ ਹੋ। ਮੈਂ ਬੋਲਣ ਲਈ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਗੁਆਏ ਬਗੈਰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਕਾਰਾਤਮਕ ਨਮੂਨੇ ਤੋਂ ਸਿੱਖਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਥੋੜ੍ਹਾ / ੜ੍ਹੀ ਵੱਡਾ / ਡੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ / ਦੀ ਹਾਂ...

- ਮੈਨੂੰ ਸਧਾਰਨ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਨਾ ਪਸੰਦ ਹੈ। ਮੈਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਸਮਝ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਰਿਚਿਤ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਇੱਕ ਕਿਤਾਬ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀ ਕਿਸ਼ਤੀ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਸਾਂਝੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਪੁੱਛਦੇ ਤਾਂ ਮੈਂ ਇੱਕ ਸੇਬ ਲੈ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਲੰਬੇ ਵਾਕਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਖੇਡ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਉਸ ਸਮੇਂ "ਟੈਡੀ ਤੋਂ ਛਲਾਂਗ ਮਰਵਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ" ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋ: "ਆਪਣਾ ਕੋਟ ਲੱਭੋ।" ਮੈਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ 'ਕੌਣ', 'ਕੀ' ਅਤੇ 'ਕਿੱਥੇ' ਬਾਰੇ ਸਧਾਰਨ ਸਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ (ਪਰ ਆਮ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਇਹ ਕਿ 'ਕਿਉਂ' ਨਹੀਂ)।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਛੋਟਾ / ਟਾ ਬੱਚਾ/ ਚੀ ਹੁੰਦਾ/ ਦੀ ਹਾਂ...

- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਲਗਾਤਾਰ ਮੈਨੂੰ ਪਿਆਰ ਭਰੀ, ਨਿੱਘੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਤਮਕ ਦੇਖਭਾਲ ਪਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਮੈਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਿੱਖਦਾ/ਦੀ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਦਿਲਾਸਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਮੈਂ ਸ਼ਾਂਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਖਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਪਸੰਦ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਨਹੀਂ।
- ਮੈਂ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ, ਇਸ਼ਾਰੇ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਖਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਕੱਪ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਾਂ ਦੇਖ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਪੀਣ ਲਈ ਕੁਝ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਮੈਂ ਉਦਾਸੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹਾਲਾਤ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ। ਮੈਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕੋਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਸਤੂ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਗਲਵੱਕੜੀਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਇੱਕ ਵਿਆਪਕ ਸਮੂਹ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਹੋਣ ’ਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਬਣ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਛੋਟਾ / ਟੀ ਬੱਚਾ/ ਚੀ ਹੁੰਦਾ/ ਦੀ ਹਾਂ...

- ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਰਿੜ੍ਹਦਾ/ਦੀ ਜਾਂ ਪਰ੍ਹਾਂ ਜਾਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਪਿੱਛੇ ਮੁੜ ਕੇ ਦੇਖਾਂਗਾ/ਗੀ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਅਜੇ ਵੀ ਉੱਥੇ ਹੋ।
- ਮੈਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਸਕਰਾਉਂਦੇ ਦੇਖਣਾ ਚੰਗਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਇਕੱਲੇ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਤਮਵਿਸ਼ਵਾਸ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਮੁੱਖ-ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਨਵੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਸਮੇਂ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਮੁੱਖ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਮਹਿਫ਼ੂਜ਼ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰ ਹੋ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਕੁਝ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਈ ਵਾਰ ਨਿਰਾਸ਼ ਹੋ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਥੋੜ੍ਹਾ / ੜ੍ਹੀ ਵੱਡਾ / ਡੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ / ਦੀ ਹਾਂ...

- ਮੈਂ ਇਹ ਸਮਝਣ ਲੱਗਾ/ਗੀ ਹਾਂ ਕਿ ਆਪਣੀ ਵਾਰੀ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਕੁਝ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕਿਵੇਂ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ। ਇਸ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਪਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ
- ਮੈਨੂੰ ਹੋਰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਚਮੜੀ ਦੇ ਰੰਗ, ਵਾਲਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ, ਲਿੰਗ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਅਪਾਹਜਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਧਰਮ ਵਰਗੇ ਵਖਰੇਵਿਆਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਦੋਸਤੀ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਨਾਟਕ ਰਾਹੀਂ ਹੋਰ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਹੋਰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ: "ਮੈਂ ਉਦਾਸ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ...।" ਜਾਂ "ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਪਸੰਦ ਹੈ ਜਦੋਂ..."
- ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਖਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਪੌਟੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹਾਂ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਛੋਟਾ/ਟੀ ਬੱਚਾ/ਚੀ ਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ...

- ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਪੇਟ ਭਾਰ ਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਸਿਰ ਉੱਪਰ ਚੁੱਕ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਸਿੱਧੀਆਂ ਬਾਹਾਂ ਨਾਲ ਉੱਪਰ ਵੱਲ ਧੱਕ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਪੇਟ ਤੋਂ ਆਪਣੀ ਪਿੱਠ ਵੱਲ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਪਿੱਠ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਪੇਟ ਵੱਲ ਘੁੰਮ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਹਿੱਲਣ-ਜੁਲਣ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਚਾਰਦਿਵਾਰੀ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਅਤੇ ਅੰਦਰ ਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ।
- ਮੈਂ ਬਿਨਾਂ ਸਹਾਰੇ ਬੈਠ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਅਤੇ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਰਿੜ੍ਹਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਖੜ੍ਹਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਕੁੱਦ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਇਹ ਮੈਨੂੰ ਤੁਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਮੇਰੇ ਤਾਲਮੇਲ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਸਤੂਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਛੋਟਾ/ਟੀ ਬੱਚਾ/ਚੀ ਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ...

- ਮੈਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੱਥ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਹੱਥ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਗਿਰਾਉਣਾ ਪਸੰਦ ਹੈ।
- ਹੱਥ ਹਿਲਾਉਣ, ਲੱਤ ਮਾਰਨ, ਘੁੰਮਣ, ਰਿੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਰਨ ਦੇ ਕਾਫੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਭਿਆਸ ਦੁਆਰਾ, ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਥੋੜ੍ਹਾ / ੜ੍ਹੀ ਵੱਡਾ / ਡੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ / ਦੀ ਹਾਂ...

- ਮੈਂ ਤਾੜੀਆਂ ਵਜਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤ ਤੇ ਜ਼ਮੀਨ 'ਤੇ ਪੈਰ ਪਟਕਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ
- ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਅਤੇ ਜਾਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮੈਂ ਫਿੱਟ ਹੋ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੱਡੇ ਬਕਸੇ, ਘੁਰਨੇ ਅਤੇ ਸੁਰੰਗਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਗੇਂਦਾਂ 'ਤੇ ਲੱਤ ਮਾਰਨਾ, ਸੁੱਟਣਾ ਅਤੇ ਫੜਨ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣਾ ਚੰਗਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਥੋੜ੍ਹਾ/ੜ੍ਹੀ ਵੱਡਾ/ਡੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ...

- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੁਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਦੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਤਰੀਕੇ ਲੱਭਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਤੁਰ, ਦੌੜ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਛਾਲ ਮਾਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਚੜ੍ਹ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਪੌੜੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਗੇੜੇ ਖਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਘੁੰਮ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਰੱਸੀਆਂ ਦੀ ਸੁਤੰਤਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟਾਇਰ ਵਾਲੇ ਝੂਲੇ।
- ਮੈਂ ਪਹੀਏ ਨਾਲ ਰਿੜ੍ਹਨ ਵਾਲੇ ਖਿਡੌਣੇ 'ਤੇ ਬੈਠ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਸਕੂਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਈਸਾਈਕਲ ਦੀ ਸਵਾਰੀ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਸਾਖਰਤਾ

- ਮੈਨੂੰ ਗੀਤ ਅਤੇ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਸੁਣਨਾ ਪਸੰਦ ਹੈ।
- ਮੈਨੂੰ ਗੀਤਾਂ ਅਤੇ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦਾ ਆਨੰਦ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ, ਤਾਲਾਂ, ਧੁਨਾਂ ਅਤੇ ਲਯ (ਟੈਂਪੋ) ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਗੀਤਾਂ ਅਤੇ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਵਿਚਲੇ ਕੁਝ ਸ਼ਬਦ ਬੋਲ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਉਂਗਲਾਂ ਦੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਇਸ਼ਾਰਿਆਂ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਗੀਤ ਗਾਉਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਕਵਿਤਾ ਬੋਲਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ
- ਮੈਂ ਖੇਡਣ ਸਮੇਂ ਗਾਉਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕਿਤਾਬਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਪਸੰਦ ਹਨ।
- ਮੈਂ ਕਿਤਾਬ ਵਿੱਚਲੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਗਟਾਉਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਸਾਖਰਤਾ

- ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਮਨਪਸੰਦ ਕਿਤਾਬਾਂ ਹਨ। ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਕਿਤਾਬਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨੂੰ ਖੁਦ ਦੇਖਣਾ ਵੀ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਵਾਕਾਂ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਉਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਜਾਣੀਆਂ-ਪਛਾਣੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਕਰ ਕੇ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਸਹਾਇਕ-ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੇਰੀ ਪਰਿਚਿਤ ਪ੍ਰਿੰਟ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਨਾਮ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਅੱਖਰ, ਬੱਸ ਜਾਂ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੇ ਨੰਬਰ ਅਤੇ ਲੋਗੋ ਦੇਖਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਡਰਾਇੰਗ ਬਣਾਉਣੀ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਬਣਾਈ ਛਾਪ ਨੂੰ ਅਰਥ ਦੇਣਾ ਪਸੰਦ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਨਾਮ ਲਈ ਆਪਣੀ ਤਸਵੀਰ 'ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਬਣਾਉਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਗਣਿਤ

- ਮੈਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਉੱਤੇ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ (ਸਟੈਕਿੰਗ) ਬਲਾਕਾਂ ਅਤੇ ਕੱਪਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ ਪਸੰਦ ਹੈ। ਮੈਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦੂਜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪਾਉਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਬਾਹਰ ਕੱਢਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਅੰਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਫਿੰਗਰ ਰਾਈਮਜ਼ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਤਿੰਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੱਕ ਦੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਗਟਾਉਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ - ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਤਿੰਨ ਬਲਾਕਾਂ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਟਾਵਰ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇੱਕ ਕੱਢ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ/ਗੀ।
- ਮੈਂ 'ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ', 'ਹੋਰ' ਜਾਂ 'ਪਹਿਲਾਂ ਜਿੰਨਾ' ਕਹਿ ਕੇ ਮਾਤਰਾਵਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢ ਕੇ, ਇਸ਼ਾਰੇ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਕੁਝ ਨੰਬਰਾਂ ਨੂੰ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਕਹਿ ਕੇ ਗਿਣਤੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਦਿਖਾਉਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਗਣਿਤ

- ਮੈਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰੁਟੀਨ ਵਿੱਚ ਗਿਣਨਾ ਅਤੇ ਖੇਡਣਾ ਪਸੰਦ ਹੈ। ਮੈਂ ਕਈ ਵਾਰ ਨੰਬਰਾਂ ਨੂੰ ਵਿੱਚੋਂ ਛੱਡ ਦਿੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ - '1-2-3-5।' ਮੈਨੂੰ ਚੜ੍ਹਾਈ ਚੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱੜਨਾ ਚੰਗਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।
- ਮੈਨੂੰ ਬਲੌਕਾਂ ਅਤੇ ਬਕਸਿਆਂ ਵਰਗੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਨਾਲ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਇਨਸੈੱਟ ਪਹੇਲੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਲਝਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਕਾਰ ਅਤੇ ਭਾਰ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਇਸ਼ਾਰਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ: 'ਜ਼ਿਆਦਾ ਵੱਡਾ/ਥੋੜ੍ਹਾ/ਜ਼ਿਆਦਾ ਛੋਟਾ', 'ਉੱਚਾ/ਨੀਵਾਂ', 'ਲੰਬਾ', 'ਭਾਰੀ'।
- ਮੈਂ ਪੈਟਰਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪੈਟਰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਵਸਥਿਤ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਛੋਟਾ/ਟਾ ਬੱਚਾ/ਚੀ ਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ...

- ਮੈਨੂੰ ਲੱਤ ਮਾਰਨ ਅਤੇ ਲਹਿਰਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਉਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਬਣਤਰਾਂ, ਆਵਾਜ਼ਾਂ, ਗੰਧ ਅਤੇ ਸਵਾਦ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਚਾਰ-ਦਿਵਾਰੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਸੁਭਾਵਿਕ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਚੰਗਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਿੱਲੀ ਅਤੇ ਸੁੱਕੀ ਰੇਤ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਪੇਂਟ।

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਥੋੜ੍ਹਾ/ੜ੍ਹੀ ਵੱਡਾ/ਡੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ...

- ਮੈਨੂੰ ਕੁਦਰਤੀ ਸੰਸਾਰ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚਿੱਕੜ ਵਿੱਚ ਲੱਤਾ ਮਾਰਨਾ, ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਅਤੇ ਮਿਨੀਬੀਸਟਾਂ (ਮਕੜੀ ਆਦਿ) ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨਾ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਦਰਮਿਆਨ ਸਬੰਧ ਬਣਾਉਣਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਲੋਕਾਂ ਦਰਮਿਆਨ ਅੰਤਰ ਦੇਖਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਅਰਥਪੂਰਨ ਕਲਾ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ਾਇਨ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਛੋਟਾ/ਟੀ ਬੱਚਾ/ਚੀ ਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ...

- ਮੈਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਸੰਗੀਤ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਇਹ ਬਦਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਂ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ
- ਮੈਂ ਸੰਗੀਤ 'ਤੇ ਥਿਰਕਦਾ/ਦੀ ਅਤੇ ਨੱਚਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਗੀਤਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ 'ਪੀਪੋ' ਵਿੱਚ ਵਾਕਾਂ ਅਤੇ ਐਕਸ਼ਨਾਂ ਬਾਰੇ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਉਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢਣ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਆਵਾਜ਼ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਗੀਤਾਂ ਅਤੇ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਕੁਝ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਲਯਬੱਧ ਅਤੇ ਦੁਹਰਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਵਾਜ਼ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਸਾਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਵਜਾਉਣ ਦਾ ਆਨੰਦ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਬੇਹਦ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਪੈਟਰਨ ਦੇਖਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੈਂ ਮਨੁੱਖੀ ਚਿਹਰੇ ਵਰਗੇ ਪੈਟਰਨਾਂ ਵੱਲ ਖਿੱਚਿਆ ਜਾਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਅਰਥਪੂਰਨ ਕਲਾ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ਾਇਨ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਥੋੜ੍ਹਾ/ੜ੍ਹੀ ਵੱਡਾ/ਡੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ...

- ਮੈਨੂੰ ਛਾਪ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਛਾਪ ਬਣਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਬੁਰਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਪੇਂਟ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਛਾਪ ਬਣਾਉਣ ਰਾਹੀਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਕਈ ਵਾਰ ਆਪਣੀ ਛਾਪ ਨੂੰ ਅਰਥ ਦਿੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਐਕਸ਼ਨ ਸੌਂਗਜ਼, ਜਿਵੇਂ ਕਿ 'ਟਵਿੰਕਲ ਟਵਿੰਕਲ ਲਿਟਲ ਸਟਾਰ' ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਅਰਥਪੂਰਨ ਕਲਾ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ਾਇਨ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਥੋੜ੍ਹਾ /ੜ੍ਹੀ ਵੱਡਾ/ਡੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ...

- ਮੈਂ ਦਿਖਾਵਾ ਕਰਨ ਦੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਦਿਖਾਵਾ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਇੱਕ ਵਸਤੂ ਦੂਜੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਮੈਂ ਲੱਕੜੀ ਵਾਲੇ ਬਲੌਕ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੰਨ ਕੋਲ ਪਕੜਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਦਿਖਾਵਾ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਫ਼ੋਨ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਪਲੇਅ-ਡੋ (ਖੇਡਣ ਵਾਲੀ ਮਿੱਟੀ) ਵਰਗੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦਾ ਕੁਸ਼ਲਤਾ ਨਾਲ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਨਾਲ ਜੋ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਸਮੇਂ ਆਪਣੀ ਕਲਪਨਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਸਧਾਰਨ ਮਾਡਲ ਬਣਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ

- ਮੈਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਪਿਆਰ ਭਰੀ, ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆਤਮਕ, ਸ਼ੁਗਲ ਵਾਲੀ ਗੱਲਬਾਤ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਕਿ ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਮੈਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ - ਹਿੱਲਾਉਣਾ, ਗਲੇ ਲੱਗਾਣਾ ਜਾਂ ਗਾਉਣਾ।
- ਮੈਨੂੰ ਦੋ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਰਮਿਆਨ ਪ੍ਰਬੰਧਨਯੋਗ ਵਿਕਲਪ ਪੇਸ਼ ਕਰੋ।

ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

- ਗਾਣਾ ਗਾਉਣ ਵਾਲੀ ਆਵਾਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਇਸ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਭਾਸ਼ਾ ਅਨੁਸਾਰ ਢਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
- ਮੇਰੀ ਤੁਤਲਾਹਟ ਪ੍ਰਤੀ ਹੁੰਗਾਰਾ ਭਰੋ।
- ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ "ਮੈਂ ਤੁਹਾਡਾ ਦੁੱਧ ਕੱਪ ਵਿੱਚ ਪਾ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।"
- ਦੋ-ਪੱਖੀ 'ਗੱਲਬਾਤ' ਕਰੋ - 'ਲੁਕਣ-ਮੀਚੀ' ਅਤੇ ਨਕਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡੋ।
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਸਾਡੀ ਘਰੇਲੂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ

- ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੇ ਪੇਟ ਜਾਂ ਪਿੱਠ ਭਾਰ, ਨਰਮ ਚਟਾਈ ਜਾਂ ਕੰਬਲ 'ਤੇ ਪਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਹਿਲਾ ਸਕਾਂ ਅਤੇ ਘੁੰਮ ਸਕਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਉੱਤੇ ਬੈਠਣ ਦਿਓ, ਆਪਣੇ ਉੱਤੇ ਚੜ੍ਹਨ ਦਿਓ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਹਿੱਲਣ-ਜੁੱਲਣ, ਉਛਲਣ ਜਾਂ ਝੂਲਣ ਦਿਓ।
- ਮੈਨੂੰ ਸਾਰੇ ਮੌਸਮਾਂ ਵਿੱਚ ਬਾਹਰ ਸਰਗਰਮ ਰਹਿਣ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮੌਕੇ ਦਿਓ!

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

- ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨੈਪੀ ਬਦਲਦੇ ਸਮੇਂ ਗੀਤ ਅਤੇ ਕਵਿਤਾ ਗਾਓ।
- ਮੈਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਮੈਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੱਸੋ। ਮੈਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਸੁਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਮੇਰੇ ਬੋਲਣ ਜਾਂ ਆਵਾਜ਼ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਨੂੰ ਸੁਣੋ ਜਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇਖਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰੋ। ਮੈਂ ਜੋ ਕਹਿੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਓ ਅਤੇ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਸ਼ਬਦ ਜੋੜ ਕੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰੋ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਮੈਨੂੰ ਸਮਾਂ ਦਿਓ - 10 ਸਕਿੰਟ ਮੈਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਜਵਾਬ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ

- ਮੈਨੂੰ ਸਨੈਕ ਜਾਂ ਦੁਪਹਿਰ ਦੇ ਖਾਣੇ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਡਰਿੰਕ ਪਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣ ਦਿਓ।
- ਮੇਰੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ 'ਉਦਾਸ', 'ਪਰੇਸ਼ਾਨ', 'ਗੁੱਸੇ' ਵਰਗੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਨਾਮ ਦੇ ਕੇ ਮੇਰੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰੋ।
- ਨਮੂਨੇ ਨਾਲ ਵਾਰੀ ਲੈਣੀ - "ਕੀ ਮੈਂ ਵਾਰੀ ਲੈ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?" "ਅਗਲੀ ਵਾਰੀ ਮੇਰੀ।"

ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ

- ਮੈਨੂੰ ਪਕੜਨ, ਚੁੱਕਣ, ਨਿਚੋੜਨ ਅਤੇ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਿਓ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫਿੰਗਰ ਪੇਂਟ, ਪਲੇਅਡੋ, ਚੱਮਚ, ਬੁਰਸ਼, ਸ਼ੈੱਲ।
- ਮੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਜੁੱਤਾ ਪਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਦਿਓ।
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਗੇਂਦ ਵਾਲੀ ਖੇਡ ਖੇਡੋ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਤੱਕ: ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਗਣਿਤ

- ਮੈਨੂੰ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਉੱਤੇ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ (ਸਟੈਕਿੰਗ) ਕੱਪ ਅਤੇ ਬਲੌਕ (ਜਾਂ ਗੱਤੇ ਦੇ ਬਕਸੇ!) ਦਿਓ। 'ਵਿੱਚ', 'ਉੱਤੇ', 'ਹੋਰ', 'ਬਹੁਤ-ਸਾਰੇ' ਵਰਗੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਮੇਰੇ ਕੱਪੜੇ ਪੁਆਉਣ ਸਮੇਂ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਗਿਣੋ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ "ਇੱਕ ਜੁਰਾਬ, ਦੋ ਜੁਰਾਬਾਂ।"
- ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਫਿੰਗਰ ਰਾਈਮ ਗਾਓ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੂ ਲਿਟਲ ਡਿੱਕੀ ਬਰਡਜ਼
- ਮੈਨੂੰ ਬਾਥ ਵਿੱਚ ਡੱਬਿਆਂ ਨਾਲ 'ਪੂਰੇ' ਅਤੇ 'ਖਾਲੀ' ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਦਿਓ।

ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

- ਨਵੇਂ ਬਣੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲ ਮੇਰੀ ਜਾਣ-ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਵਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਬਣਾਉਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਾਂ।
- ਮੇਰੇ ਲਈ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਲੱਕੜ ਦੀਆਂ ਮੇਖਾਂ, ਚਮਚਿਆਂ, ਪੈਨ, ਡਾਟ, ਕੋਨ, ਗੇਂਦਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਖਜ਼ਾਨੇ ਵਾਲੀ ਟੋਕਰੀ ਬਣਾਉ।
- ਮੈਨੂੰ ਕੁਦਰਤੀ ਦੁਨੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਦਿਓ। ਵਾਟਰ-ਪਰੂਫ ਜੁੱਤਿਆਂ ਅਤੇ ਇੱਕ ਛੱਤਰੀ ਨਾਲ ਮੀਂਹ ਵਿੱਚ ਖੜੇ ਹੋਣ ਦਿਓ, ਚਿੱਕੜ ਵਿੱਚ ਲਿਬੜਨ ਦਿਓ, ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਅਤੇ ਮਿਨੀਬੀਸਟਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨ ਦਿਓ।

ਸਾਖਰਤਾ

- ਲਿਪਟ ਜਾਓ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਬੋਰਡ ਅਤੇ ਕੱਪੜੇ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰੋ। ਮੇਰੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੱਸੋ।
- ਅਜਿਹੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰੋ ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨਸਲਾਂ, ਸੱਭਿਆਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਮੈਨੂੰ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਮੋਟੀਆਂ ਪੈਨਸਿਲਾਂ/ਕ੍ਰੇਆਨ/ਚਾਕ ਦਿਓ।

ਅਰਥਪੂਰਨ ਕਲਾ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ਾਇਨ

- ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ, ਪੈਰਾਂ, ਪੇਂਟ ਬੁਰਸ਼ ਨਾਲ ਕਿਹੜੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਬਣਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਮੈਨੂੰ ਫਰਸ਼ 'ਤੇ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਕਾਗਜ਼ ਦਿਓ। ਮੈਨੂੰ ਗੰਦ ਪਾਉਣ ਦਿਓ।
- ਮੇਰੇ ਲਈ ਗਾਓ। ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਗਾਉਣ, ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤ ਸੁਣਨ ਦਿਓ।

3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

- ਮੈਨੂੰ ਲੰਬੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਨਾ ਪਸੰਦ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਵਿੱਚੋਂ ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਯਾਦ ਰੱਖ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਸੱਚਮੁੱਚ ਰੁੱਝਿਆ/ਰੁੱਝੀ ਹੋਇਆ/ਹੋਈ, ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਕਿਧਰੇ ਹੋਰ ਦੇਣ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਜੋ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਬਾਰੇ ਸੁਣਨਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰਾ ਨਾਮ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋ: "ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਰੁਕੋ ਅਤੇ ਸੁਣੋ।"
- ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਨੂੰ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦ ਸਿੱਖਣਾ ਪਸੰਦ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਮਤਲਬ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ
- ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜੋ ਵਧੇਰੇ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੋ ਹਿੱਸੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ: "ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਕੋਟ ਲਿਆਵੋ ਅਤੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ 'ਤੇ ਉਡੀਕ ਕਰੋ।"
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੋਈ ਗੱਲ ਕਿਉਂ ਹੋਈ ਹੈ, ਮੈਂ ਸਮਝ ਜਾਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ "ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੁੰਡੀ ਇੰਨੀ ਵੱਡੀ ਕਿਉਂ ਹੋ ਗਈ ਹੈ?"

3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

- ਮੈਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਗੀਤ ਜਾਣਦਾ/ਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗਾਉਣ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਲੰਬੀ ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਕਿਤਾਬਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਨੂੰ ਨਰਸਰੀ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਅਜੇ ਵੀ ਇਹ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਅੰਤ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਅਜੇ ਵੀ ਗਲਤੀਆਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ 'ਦੌੜੇ (ran)' ਲਈ 'ਦੌੜਨਾ (runned)'। ਮੈਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਜਵਾਬ ਦਿਓ ਅਤੇ ਸਹੀ ਅੰਤ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ "ਹਾਂ, ਮੈਂ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਦੌੜੇ ਸੀ!"
- ਮੈਂ ਅਜੇ ਵੀ ਕੁਝ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਉਚਾਰਨ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ। ਇਹ ਉਹ ਧੁਨੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਲੱਗ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਜੇ (j), ਦ (th), ਚ (ch) ਅਤੇ ਸ਼ (sh)।

3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

- ਮੈਂ ਚਾਰ ਤੋਂ ਛੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਲੰਬੇ ਵਾਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸੁਝਾਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਲਈ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ-ਹਰਕਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਨਜ਼ਰੀਆ ਦੇ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਅਸਹਿਮਤ ਹੋ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਲੰਬੀ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਖੇਡਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਦਿਖਾਵਾ ਕਰਨ ਲਈ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ: "ਆਓ ਬੱਸ 'ਤੇ ਚੱਲੀਏ... ਤੁਸੀਂ ਉੱਥੇ ਬੈਠੋ... ਮੈਂ ਡ੍ਰਾਈਵਰ ਹੋਵਾਂਗਾ/ਗੀ।

3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ

- ਮੈਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰ ਹੋ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਸਾਧਨਾਂ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਖੁਦ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਹਰ ਕਿਸੇ ਲਈ ਫਲ ਲਿਆਉਣ ਜਾਂ ਸਨੈਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੀ ਪਲੇਟ ਧੋਣ ਵਰਗੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਨਵੇਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਆਤਮਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਬਣ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੂਰੀ ਸੈਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਟ੍ਰਿਪਾਂ 'ਤੇ ਜਾਣ ਵਿੱਚ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੈ।
- ਮੈਨੂੰ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ ਪਸੰਦ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਖੇਡ ਦੇ ਸੁਝਾਆਂ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਦੇ ਸਮੇਂ, ਮੈਂ ਝਗੜਿਆਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਲੱਭ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਸਪਾਈਡਰ-ਮੈਨ ਨਹੀਂ ਬਣ ਸਕਦੇ, ਅਤੇ ਮੈਂ ਹੋਰ ਵਿਚਾਰਾਂ ਲਈ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ

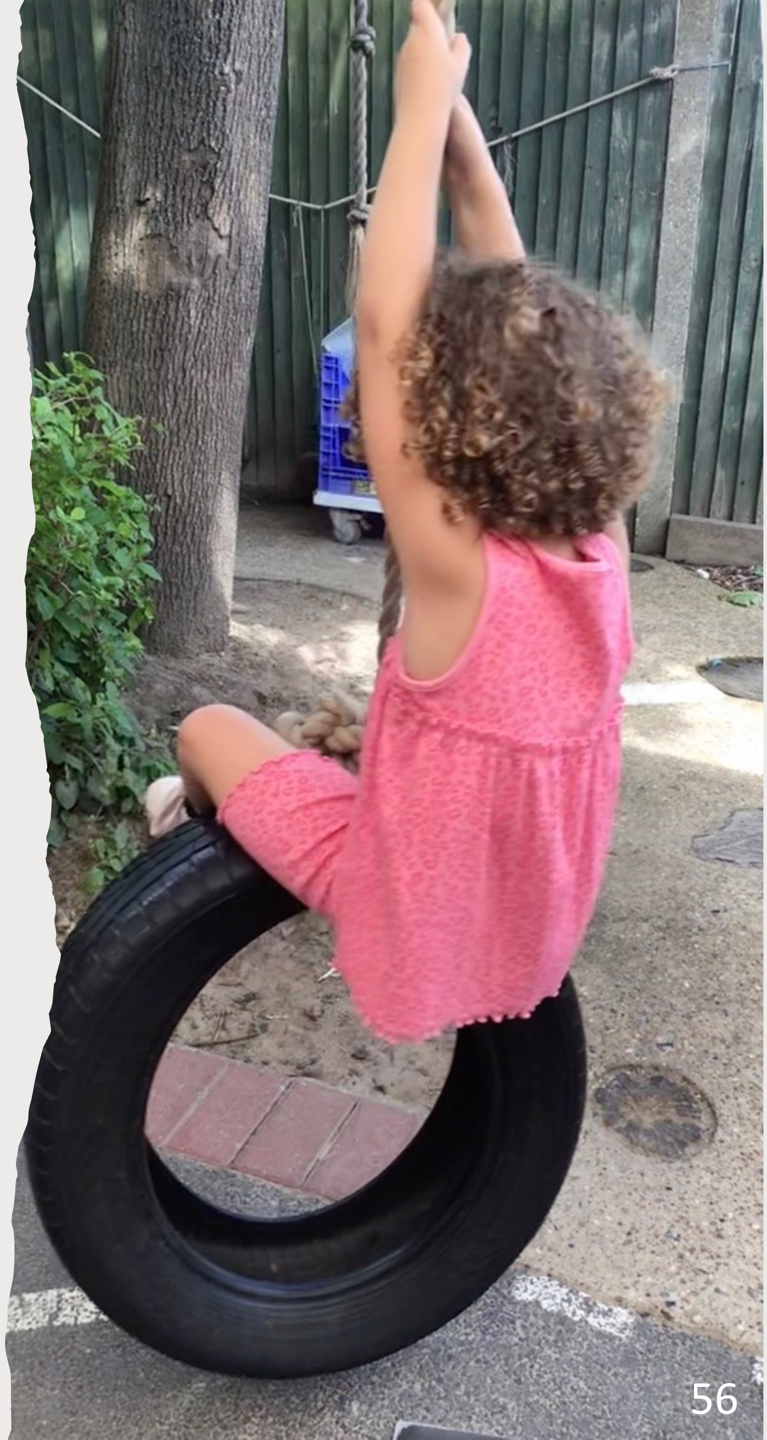
- ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਨਿਯਮ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਮਾਂ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਯਾਦ ਦੁਆਉਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਬਾਲਗ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ ਢੁਕਵੇਂ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਦਾਅਵਾ ਕਰਨਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜੋ ਉਦੋਂ ਵਾਪਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਖੇਡ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਸਮਝ ਬਣਾ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਹੋਰ ਲੋਕ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਮੈਂ ਬਟਨਾਂ, ਜ਼ਿਪਾਂ ਲਗਾਉਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਲਈ ਪੇਯ-ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ (ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਵਿੱਚ) ਪਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਮਹੀਨ ਸਰੀਰਕ-ਹਰਕਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ

- ਮੈਂ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰ ਹੋਣ ਦਾ/ਦੀ ਚਾਹਵਾਨ ਹਾਂ। ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ।
- ਮੈਂ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਨਾਲ ਖਾਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਮੈਂ ਚਾਕੂ ਅਤੇ ਕਾਂਟੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣ ਅਤੇ ਉਤਾਰਨ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰ ਬਣ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਕੋਟ ਪਹਿਨ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੱਪ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਦੇਖ-ਭਾਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰ ਬਣ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਬੁਰਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋ ਅਤੇ ਸੁਕਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਬੁਰਸ਼ ਕਰਨਾ ਕਿੰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਅਤੇ ਕਸਰਤ ਬਾਰੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਚੋਣਾਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ

- ਮੈਂ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰਕ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ – ਸੰਤੁਲਨ ਕਰਨਾ, ਸਵਾਰੀ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਗੇਂਦ ਦੇ ਹੁਨਰ।
- ਮੈਂ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਬਦਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਕਦਮ ਚੁੱਕ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਪੌੜੀਆਂ ਅਤੇ ਚੜ੍ਹਾਈ ਵਾਲੇ ਸਾਜ਼-ਸਮਾਨ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਰੱਸੀ ਕੁੱਦ, ਟੱਪ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਇੱਕ ਲੱਤ ’ਤੇ ਖਲੋ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤਕ ਮੂਰਤਾਂ ਵਰਗੀ ਖੇਡ ਲਈ ਸਰੀਰਕ ਮੁਦਰਾ ਬਣਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਵੱਡੀਆਂ ਹਰਕਤ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਝੰਡਿਆਂ ਅਤੇ ਸਟ੍ਰੀਮਰਾਂ ਨੂੰ ਲਹਿਰਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਦਰਜੇ 'ਤੇ ਪੇਂਟ ਅਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਬਣਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਸਮੂਹ ਅਤੇ ਟੀਮ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਕਦੀ-ਕਦੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।



3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ

- ਮੈਂ ਸੰਗੀਤ ਅਤੇ ਲਯ-ਤਾਲ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸਰੀਰਕ ਹਿੱਲ-ਜੁੱਲ ਦੇ ਕ੍ਰਮ ਅਤੇ ਪੈਟਰਨ ਨੂੰ ਵਰਤਣਾ ਅਤੇ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੋਚ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਹਰਕਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਇੱਕ ਤਖ਼ਤੀ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਅਤੇ ਚੌੜਾਈ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕੀ ਇਸ ਦੇ ਉੱਪਰ ਰਿੜ੍ਹਨਾ, ਤੁਰਨਾ ਜਾਂ ਦੌੜਨਾ ਹੈ।
- ਮੈਨੂੰ ਜੋ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਮੈਂ ਉਸ ਲਈ ਸਹੀ ਸਾਧਨ ਚੁਣ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਲੱਕੜ ਦੇ ਵੱਡੇ ਬਲਾਕਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਹਿਲਾਉਣ ਅਤੇ ਚੁੱਕਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਇੱਕ ਹੱਥ ਵਾਲੇ ਔਜ਼ਾਰ ਜਿਵੇਂ ਕੈਂਚੀ ਵਰਤ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਪੈਨ ਅਤੇ ਪੈਨਸਿਲਾਂ ਫੜਨ ਵੇਲੇ ਮੇਰੀ ਪਕੜ ਆਰਾਮਦੇਹ ਹੈ ਅਤੇ ਵਧੀਆ ਕੰਟਰੋਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਦਿਖਾ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਕੀ ਮੈਂ ਖੱਬੇ ਹੱਥ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਾਂ ਸੱਜੇ ਹੱਥ ਦੀ।

3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਸਾਖਰਤਾ

ਮੈਂ ਪ੍ਰਿੰਟ ਬਾਰੇ ਪੰਜ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਗੱਲਾਂ ਸਮਝਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ:

- *ਪ੍ਰਿੰਟ ਦਾ ਅਰਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ;*
- *ਪ੍ਰਿੰਟ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ;*
- *ਅਸੀਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਲਿਖਾਈ ਨੂੰ ਖੱਬੇ ਤੋਂ ਸੱਜੇ ਅਤੇ ਉੱਪਰ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਾਂ;*
- *ਇੱਕ ਕਿਤਾਬ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਿੱਸਿਆਂ ਦੇ ਨਾਮ;*
- *ਅਸੀਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੇ ਪੰਨੇ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਕਰਕੇ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਾਂ।*

ਮੈਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਧੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਮੁਆਫ਼ਕ ਬਣਾਉਣਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਧੁਨੀ ਸਬੰਧੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਜੋ ਮੈਂ:

- *ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਪਹਿਚਾਨ ਸਕਾਂ ਅਤੇ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਾਂ;*
- *ਇੱਕ ਸ਼ਬਦ ਵਿੱਚ ਉਚਾਰਖੰਡਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰ ਸਕਾਂ ਜਾਂ ਤਾੜੀ ਮਾਰ ਸਕਾਂ;*
- *ਇੱਕੋ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਧੁਨੀ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣ ਸਕਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਨੀ (ਪੈਸਾ) ਅਤੇ ਮਦਰ (ਮਾਂ)।*

3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਸਾਖਰਤਾ

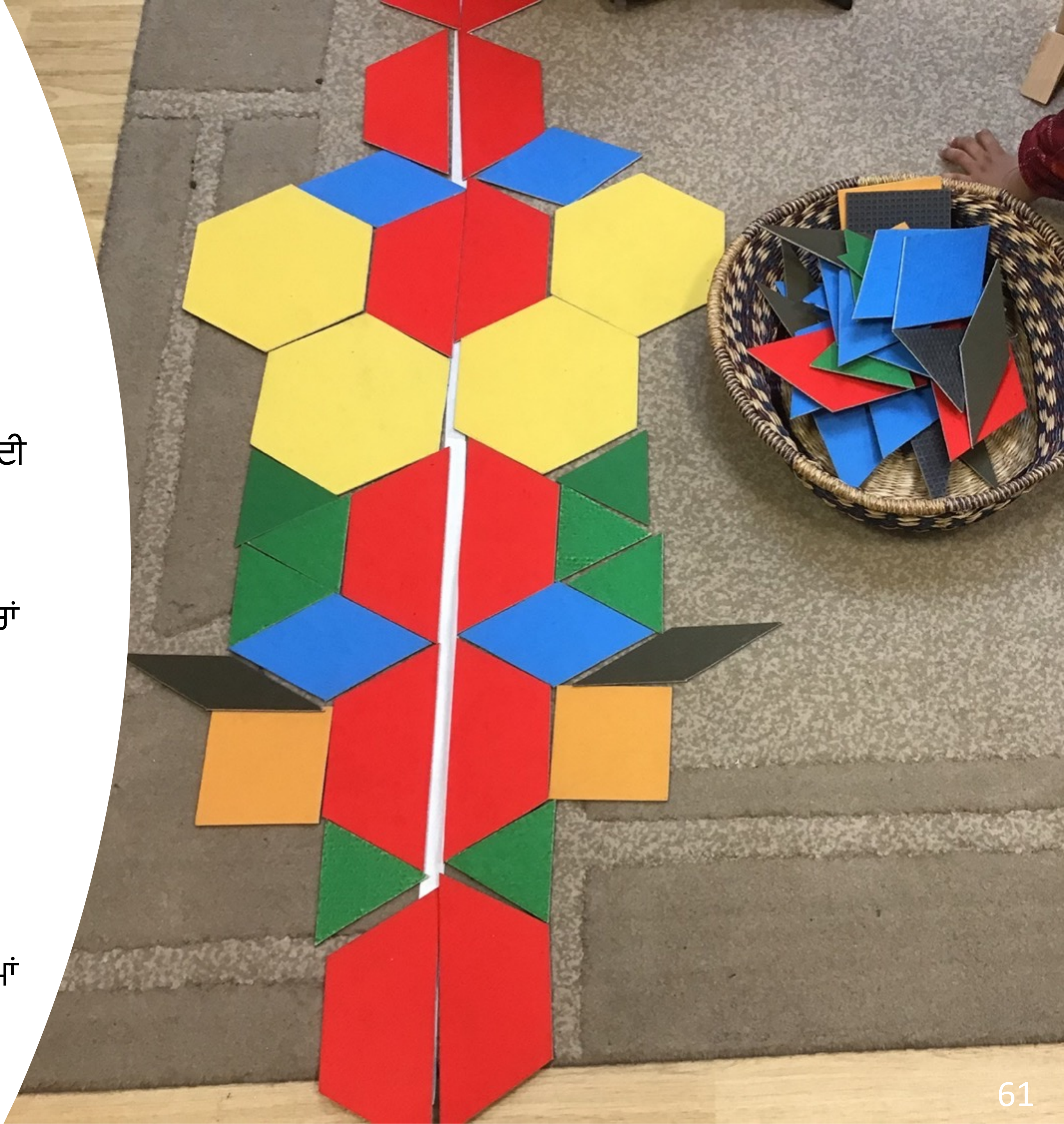
- ਮੈਨੂੰ ਕਹਾਣੀਆਂ ਬਾਰੇ ਲੰਬੀ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਆਨੰਦ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਆਪਣੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ, ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਲਿਖਤ ਵਿੱਚ ਧੁਨੀਆਂ ਅਤੇ ਅੱਖਰਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਗਿਆਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਜਾਂ ਪੂਰਾ ਨਾਮ ਲਿਖ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਕੁਝ ਅੱਖਰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਲਿਖ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਗਣਿਤ

- ਮੈਂ 3 ਵਸਤੂਆਂ ਤੱਕ ਦੇ ਸਮੂਹਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖਰੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗਿਣਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਪਹਿਚਾਣ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, (*ਇਸ ਨੂੰ 'ਇੱਕ ਝਲਕ ਵਿੱਚ ਦੇਖ ਕੇ ਗਿਣਤੀ ਦੱਸਣਾ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ*)।
- ਮੈਂ ਪੰਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਕ੍ਰਮਵਾਰ ਕਹਿ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਹਰੇਕ ਆਈਟਮ ਲਈ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨੰਬਰ ਕਹਿ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ: 1,2,3,4,5।
- ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਵਸਤੂਆਂ ਦੇ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਸਮੂਹ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਮੈਂ ਜਿਸ ਆਖਰੀ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁੱਲ ਕਿੰਨੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਹਨ (ਇਸ ਨੂੰ '*ਕਾਰਡੀਨਲ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ*' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)।
- ਮੈਂ 5 ਤੱਕ 'ਉਂਗਲਾਂ ਦੇ ਨੰਬਰ' ਦਿਖਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ 5 ਤੱਕ ਸਹੀ ਅੰਕ (ਸੰਖਿਆ ਚਿੰਨ੍ਹ) ਦਾ ਸਹੀ ਮਾਤਰਾ ਨਾਲ ਮੇਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਜਦੋਂ ਮੈਂ 3 ਘੋਗੇ ਗਿਣਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਨੰਬਰ 3 ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

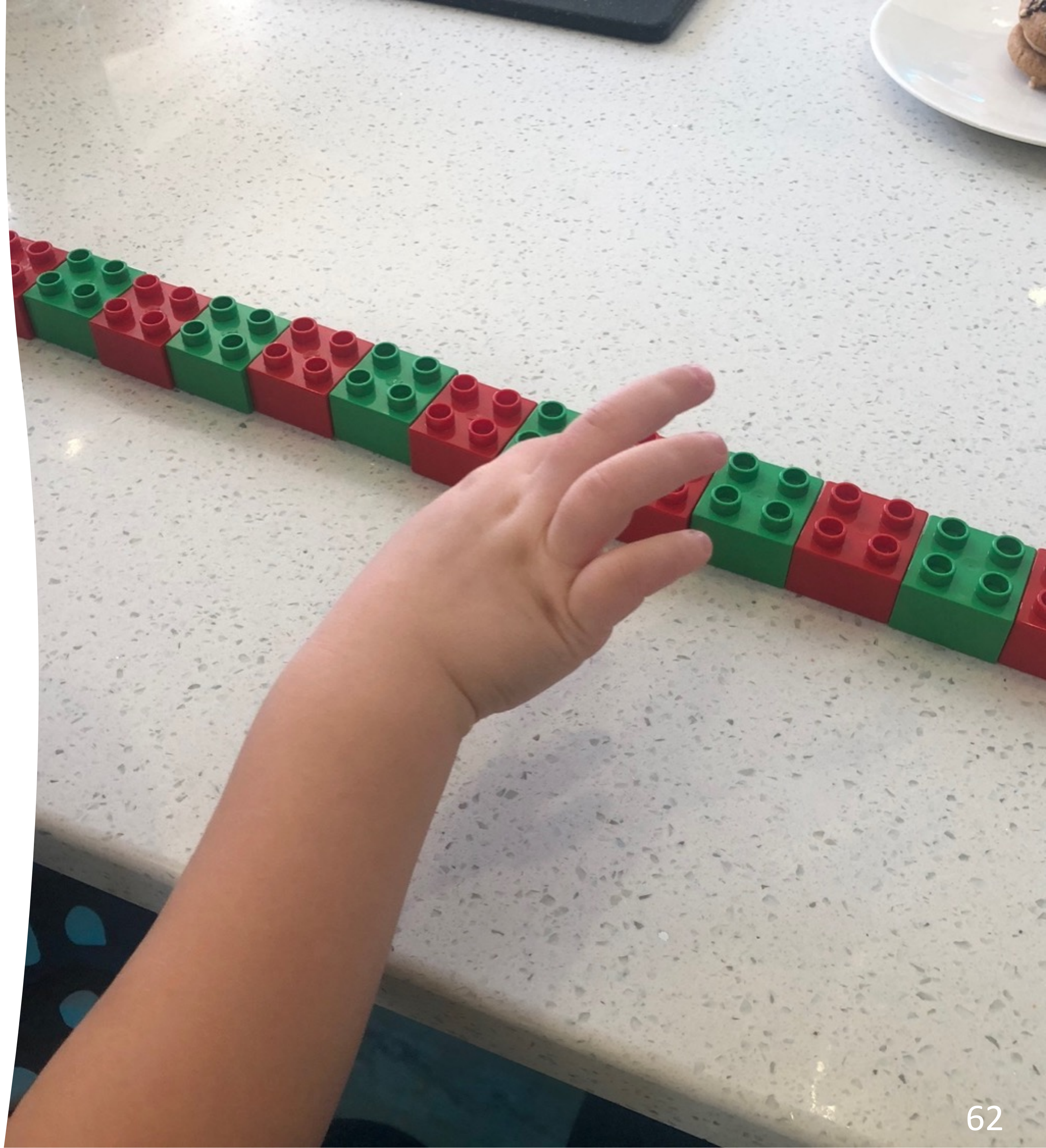
3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਗਣਿਤ

- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਅਤੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਅੰਕ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ '(ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼)ਤੋਂ ਵੱਧ', '(ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼) ਤੋਂ ਘੱਟ' ਵਾਲੀਆਂ ਮਾਤਰਾਵਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਗਣਿਤਕ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ 2ਡੀ (ਸਮਤਲ) ਅਤੇ 3ਡੀ (ਠੋਸ) ਆਕਾਰਾਂ ਦੀ ਖੋਜਬੀਨ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਹੈ। ਮੈਂ 'ਨੁਕੀਲੇ' ਵਰਗੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਆਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਗਣਿਤਕ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ: 'ਪਾਸੇ', 'ਕੋਨੇ', 'ਸਿੱਧਾ', 'ਸਮਤਲ', 'ਗੋਲ'।
- ਮੈਂ ਸਿਰਫ ਸ਼ਬਦਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ "ਬੈਗ ਮੇਜ਼ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਹੈ।" - ਬਿਨਾਂ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕੀਤੇ।
- ਮੈਂ ਇੱਕ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਰਸਤੇ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ 'ਸਾਹਮਣੇ' ਅਤੇ 'ਪਿੱਛੇ' ਵਰਗੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਰਸਤਿਆਂ ਅਤੇ ਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।



3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਗਣਿਤ

- ਮੈਂ ਆਕਾਰ, ਲੰਬਾਈ, ਭਾਰ ਅਤੇ ਸਮਰੱਥਾ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਵਸਤੂਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਤੁਲਨਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਸਹੀ ਬਣਤਰ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਛੱਤ ਲਈ ਤਿਕੋਣਾ ਪ੍ਰਿਜ਼ਮ।
- ਮੈਂ ਨਵਾਂ ਆਕਾਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ - ਇੱਕ ਚਾਪ, ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਤਿਕੋਣ ਆਦਿ।
- ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪੈਟਰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇਖਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਕੱਪੜਿਆਂ 'ਤੇ ਧਾਰੀਆਂ, ਵਾਲਪੇਪਰ 'ਤੇ ਡਿਜ਼ਾਈਨ। ਮੈਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ 'ਨੁਕੀਲੀ', 'ਧੱਬੇਦਾਰ', 'ਗੋਲਾ' ਆਦਿ।
- ਮੈਂ ਏ.ਬੀ.ਏ.ਬੀ. ਪੈਟਰਨ ਬਣਾ ਅਤੇ ਵਧਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ – ਸੋਟੀ, ਪੱਤਾ, ਸੋਟੀ, ਪੱਤਾ।
- ਮੈਂ ਦੁਹਰਾਓ ਵਾਲੇ ਪੈਟਰਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਗ਼ਲਤੀ ਲੱਭ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੇ ਕ੍ਰਮ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਨ ਲਈ 'ਪਹਿਲਾਂ', 'ਫੇਰ' 'ਬਾਅਦ' ਵਰਗੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।



3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

- ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੀ ਖੋਜਬੀਨ ਕਰਨ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਇੱਕੋ ਜਿਹੀਆਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਕੁਦਰਤੀ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੇ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਦੀ ਖੋਜਬੀਨ ਅਤੇ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਵਿਆਪਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਉਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਸ ਦੀ ਮੈਂ ਪੜਚੋਲ ਅਤੇ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ
- ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਜੀਵਨ-ਕਹਾਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਲੋਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨੌਕਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਹੈ।
- ਮੇਰੀ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਹੈ ਕਿ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਮੈਨੂੰ ਬੀਜ ਬੀਜਣ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਹੋ ਰਹੇ ਪੌਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਪੌਦਿਆਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੋਵਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਚੱਕਰ ਦੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਰਵਾਂਈ, ਇੱਕ ਸੁੰਡੀ ਜਾਂ ਇੱਕ ਚੂਚਾ।

3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

- ਮੈਂ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਕੁਦਰਤੀ ਵਾਤਾਵਰਨ ਅਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਜੀਵਿਤ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਾਕਤਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੈਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਕਿਸ਼ਤੀ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਧੱਕਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਪਾਣੀ ਕਿਵੇਂ ਉੱਪਰ ਵੱਲ ਧੱਕਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਅਤੇ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਦੇਖਦੀ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣ ਵੇਲੇ।
- ਮੈਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਫਰਕ ਬਾਰੇ ਸਾਕਾਰਾਤਮਕ ਰਵੱਈਆ ਬਣਾਉਣਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦੇਸ਼ ਹਨ। ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਤਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੈਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦੇਖਿਆ ਹੈ।

3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਅਰਥਪੂਰਨ ਕਲਾ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ਾਇਨ

- ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵਸਤੂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਖਾਵੇ ਵਾਲੀ ਸਧਾਰਨ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਇੱਕੋ ਜਿਹੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹਨ।
- ਮੈਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਸੈੱਟ, ਗੁੱਡੀਆਂ ਅਤੇ ਗੁੱਡੀਆਂ ਦੇ ਘਰਾਂ ਆਦਿ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਗੁੰਝਲਦਾਰ 'ਛੋਟੇ ਸੰਸਾਰ' ਬਣਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਬਲਾਕਾਂ ਅਤੇ ਉਸਾਰੀ ਕਿੱਟਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ, ਕਲਪਨਾਤਮਕ 'ਛੋਟੇ ਸੰਸਾਰ' ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਇਮਾਰਤਾਂ ਵਾਲਾ ਸ਼ਹਿਰ ਅਤੇ ਇੱਕ ਪਾਰਕ।
- ਮੈਨੂੰ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਨਾਲ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਦਾ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਜੋੜ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਬਣਤਰਾਂ ਬਾਰੇ ਪੜਚੋਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਅਰਥਪੂਰਨ ਕਲਾ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ਾਇਨ

- ਮੈਂ ਨਿਰੰਤਰ ਲਾਈਨਾਂ ਨਾਲ ਬੰਦ ਆਕਾਰ ਬਣਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਆਕਾਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਵਧਦੀ ਜਟਿਲਤਾ ਅਤੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਨਾਲ ਡਰਾਇੰਗ ਬਣਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੇਰਵਿਆਂ ਸਮੇਤ ਇੱਕ ਗੋਲੇ ਦੇ ਨਾਲ ਚਿਹਰੇ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣਾ।
- ਮੈਂ ਹਿੱਲ-ਜੁੱਲ ਜਾਂ ਉੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਰਗੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਡਰਾਇੰਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਡਰਾਇੰਗਾਂ ਅਤੇ ਪੇਂਟਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੁਸ਼ੀ, ਉਦਾਸੀ, ਡਰ ਆਦਿ।
- ਮੈਨੂੰ ਰੰਗਾਂ ਅਤੇ ਰੰਗਾਂ ਦੇ ਮਿਸ਼ਰਣ ਦੀ ਖੋਜਬੀਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।

3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਅਰਥਪੂਰਨ ਕਲਾ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ਾਇਨ

- ਮੈਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਜੋ ਸੁਣਦਾ/ਸੁਣਦੀ ਹਾਂ ਉਸ ਲਈ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਪੂਰੇ ਗੀਤ ਯਾਦ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਗਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਲੋਂ ਗਾਏ ਸੁਰ ਦੇ ਉਤਾਰ-ਚੜ੍ਹਾਅ ਅਨੁਸਾਰ ਗਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ('ਅਵਾਜ਼ ਦੇ ਉਤਾਰ-ਚੜ੍ਹਾਅ ਦਾ ਮੇਲ ਕਰਨਾ')।
- ਮੈਂ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਗੀਤਾਂ ਦੀ ਸੁਰੀਲੀ ਬਣਤਰ (ਮੂਵਿੰਗ ਮੈਲੋਡੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ, ਹੇਠਾਂ ਅਤੇ ਉੱਪਰ) ਅਨੁਸਾਰ ਗਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਗੀਤ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਇੱਕ ਗੀਤ ਨਾਲ ਇੱਕ (ਹੋਰ) ਗੀਤ ਬਣਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਜਾਣਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਲਈ ਵਧਦੇ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਨਾਲ ਸਾਜ਼ ਵਜਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਹੈ। ਮੈਨੂੰ ਸਿਰ ਹਿਲਾ ਕੇ, ਮੁਸਕਰਾ ਕੇ ਅਤੇ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਕਰਕੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।
- ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਖੇਡ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਖਾਣਾ ਖਾ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਬਾਹਰ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਵਾਓ। ਦੱਸੋ ਕਿ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਮੇਰੇ ਲਈ ਕੀ ਅਰਥ ਹੈ।
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਹੋ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜੋ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਸੁਣਨ ਵਾਲੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ 'ਸਾਈਮਨ ਸੇਅਜ਼'।

ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ

- ਮੈਨੂੰ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਦਿਓ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਸਨੈਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੀ ਪਲੇਟ ਨੂੰ ਧੋਣਾ।
- ਇਸ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਦਿਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠਦੇ ਹੋ, ਉਦਾਹਰਨ ਵੱਜੋਂ *"ਮੈਨੂੰ ਥੋੜਾ ਗੁੱਸਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਇੱਕ ਡੂੰਘਾ ਸਾਹ ਲੈਣ ਜਾ ਰਿਹਾ/ ਰਹੀ ਹਾਂ।"* ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰੋ ਕਿ ਮੈਂ ਉਦਾਸ ਜਾਂ ਨਿਰਾਸ਼ ਕਿਉਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਇੱਕ 'ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਜਾਰ' ਬਣਾਓ।

ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ

- ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰੋ ਪਰ ਮੈਨੂੰ ਆਖਰੀ ਮ ਪੂਰੇ ਕਰਨ ਦਿਓ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੱਪ ਨੂੰ ਉੱਤੇ ਖਿੱਚਣਾ।
- ਮੈਨੂੰ ਸਰਗਰਮ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਦੌੜਨ, ਕੁੱਦਣ, ਸੰਤੁਲਨ ਬਣਾਉਣ, ਚੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਛੂਟਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮੌਕੇ ਦਿਓ।
- ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨਰਸਰੀ ਜਾਂ ਚਾਈਲਡਮਾਈਂਡਰ ਤੱਕ ਪੈਦਲ-ਤੁਰਨ, ਸਕੂਟਰ ਚਲਾਉਣ ਜਾਂ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।

3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਗਣਿਤ

- ਸਿਰਫ਼ ਨਾਵਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰੋ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ "ਸਾਡੇ ਕੋਲ **ਦੋ** ਸੇਬ ਹਨ!"
- ਮੈਨੂੰ ਅਸਲ ਕਾਰਨ ਲਈ ਗਿਣਨ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮੌਕੇ ਦਿਓ ਅਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਖਰੀ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿਓ - *"**3** ਕੂਕੀਜ਼ ਹਨ।"*
- ਸਿਰੀਅਲ ਵਾਲੇ ਬਾੱਕਸ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਬਣਤਰ (ਗੋਲ, ਤਿਕੋਣ) ਕੱਟੋ, ਫੇਰ ਇੱਕ ਸਧਾਰਨ ਬੁਝਾਰਤ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਸ ਬਣਤਰ ਨੂੰ 2-4 ਛੋਟੇ ਟੁਕੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੱਟੋ।
- ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਪਾਰਕ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਜੋ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ 'ਉੱਤੇ', 'ਹੇਠਾਂ', ਅਤੇ 'ਵਿਚਕਾਰ' ਵਰਗੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਪਲੇ-ਡੋ ਬਣਾਉ।

ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

- ਦਿਲਚਸਪ ਕੁਦਰਤੀ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰੋ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਕੰਕਰ, ਸਿੱਪੀਆਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਉਦੋਂ ਬਰਫ਼ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਦਿਓ, ਜਦੋਂ ਇਹ ਥੋੜ੍ਹੀ ਪਿਘਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ (ਤਾਂ ਜੋ ਠੰਡਕ ਕਾਰਨ ਮੇਰਾ ਸਰੀਰ ਸੁੰਨ੍ਹ ਨਾ ਹੋਵੇ)
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਬੀਜ ਅਤੇ ਬਲਬ ਲਗਾਓ।
- ਮੈਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਲੈ ਜਾਓ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ।

ਸਾਖਰਤਾ

- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਕਹਾਣੀਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ? ਮੈਨੂੰ ਸੋਚਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਦਿਓ।
- ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡੋ। ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਵਾਕ ਬਣਾਓ।
- ਮੈਨੂੰ ਜਨਮ-ਦਿਨ ਕਾਰਡ ਅਤੇ ਖ਼ਰੀਦਦਾਰੀ ਸੂਚੀਆਂ ਲਿਖਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦਿਓ।

ਅਰਥਪੂਰਨ ਕਲਾਵਾਂ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ਾਇਨ

- ਕੱਪੜੇ ਸੁਕਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਚੂੰਢੀਆਂ ਅਤੇ ਘਰ ਵਿੱਚਲੀਆਂ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਘਰ ਦੇ ਬਣੇ ਪੇਂਟ ਬੁਰਸ਼ ਬਣਾਓ।
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਦਿਖਾਵੇ ਵਾਲੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ।
- ਮੈਨੂੰ ਗੁਫ਼ਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਗੱਤੇ ਦਾ ਡੱਬਾ ਅਤੇ ਕੁਝ ਕੱਪੜਾ ਦਿਓ।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

- ਮੈਂ ਸਮਝਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸੁਣਨਾ ਹੈ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਮੈਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜੋ ਗੱਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਸੁਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦ ਵਰਤ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਸਿੱਖੇ ਹਨ। ਮੈਂ ਉਸ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸਪੱਸ਼ਟ, ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਣਾਏ ਵਾਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਵਿਚਾਰ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਅੱਗੇ ਦਿੱਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਚਾਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਬਣਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ: 'ਅਤੇ', 'ਜਾਂ', 'ਪਰ', 'ਕਿਉਂਕਿ।'

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ:ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

- ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮੈਂ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਹੱਲ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਸਮਾਜਿਕ ਵਾਕਾਂਸ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਹੁੰਗਾਰਾ ਭਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ: "ਗੁੱਡ ਮਾਰਨਿੰਗ, ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਹਾਲ-ਚਾਲ ਹੈ?"
- ਮੈਂ ਜਾਣੀਆਂ-ਪਛਾਣੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਸੁਣਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਵਾਕਾਂਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਦੁਹਰਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਕਹਾਣੀਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਸਿੱਖੇ ਹਨ।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

- ਮੈਂ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਗੀਤਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਤੁਕਬੰਦੀ, ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਗੀਤ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਮੇਰੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਹੈ ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਕਿਤਾਬ।
- ਮੈਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਸੁਣਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੈਂ ਜੋ ਕੁਝ ਸਿੱਖਿਆ ਹੈ ਉਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਮੈਨੂੰ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਨ ਦਾ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਅਤੇ ਪਰਿਚਿਤ ਕਹਾਣੀਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ:ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ

- ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਤੇ ਮਾਣ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਜੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਨਿਰਪੱਖਤਾ ਨਾਲ ਖੇਡ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੁਣਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਿਆਲੂ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਵਾਲਾ/ਲੀ ਕਿਵੇਂ ਬਣਨਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਉਸ ਵੇਲੇ ਵੀ ਜਦੋਂ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਮਦਦ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਜਾਣਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਹੋਰ ਲੋਕ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਸਫਾਈ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ

ਮੈਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ:

- ਨਿਯਮਤ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ;
- ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣਾ;
- ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਬੁਰਸ਼ ਕਰਨਾ;
- 'ਸਕ੍ਰੀਨ ਸਮੇਂ' ਲਈ ਸਿਆਣਪ ਵਾਲਾ ਸਮਾਂ;
- ਚੰਗੀ ਨੀਂਦ ਦਾ ਰੂਟੀਨ ਹੋਣਾ;
- ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਪੈਦਲ ਯਾਤਰੀ ਬਣਨਾ।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ

ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਹੇਠਾਂ ਲਿਖੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ:

- *ਘੁੰਮਣਾ*
- *ਰਿੜ੍ਹਨਾ*
- *ਤੁਰਨਾ*
- *ਕੁੱਦਣਾ*
- *ਦੌੜਨਾ*
- *ਰੱਸੀ ਕੁੱਦਣਾ*
- *ਛੜੱਪੇ ਮਾਰਨਾ*
- *ਚੜ੍ਹਨਾ*

- ਮੈਂ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਗਤੀ ਅਤੇ ਦਿਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਲਈ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ

- ਮੈਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਅਤੇ ਖੂਬੀ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਵਧ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਪੀ.ਈ. ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਜਿਵੇਂ ਨ੍ਰਿਤ, ਤੈਰਾਕੀ ਅਤੇ ਜਿਮਨਾਸਟਿਕ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਸਰੀਰਕ ਤਾਕਤ, ਤਾਲਮੇਲ ਅਤੇ ਸੰਤੁਲਨ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਉਪਕਰਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਰਾਇੰਗ ਅਤੇ ਲਿਖਣ ਲਈ ਪੈਨਸਿਲਾਂ, ਪੇਂਟ ਬੁਰਸ਼, ਕੈਂਚੀਆਂ, ਚਾਕੂ, ਕਾਂਟੇ ਅਤੇ ਚੱਮਚੇ।
- ਮੇਜ਼ 'ਤੇ ਬੈਠਣ ਜਾਂ ਫਰਸ਼ 'ਤੇ ਬੈਠਣ ਵੇਲੇ ਮੇਰੀ ਸਰੀਰਕ-ਮੁਦਰਾ ਚੰਗੀ ਹੈ।
- ਮੈਨੂੰ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵੱਡੇ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਉਪਕਰਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦਾ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਗੇਂਦ ਸੁੱਟਣ, ਪਕੜਨ, ਲੱਤ ਮਾਰਨ, ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ, ਬੱਲੇਬਾਜ਼ੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਲਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਅਚੂਕਤਾ ਅਤੇ ਦਰੁਸਤਤਾ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ

- ਮੈਂ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਹੱਥ-ਲਿਖਤ ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜੋ ਤੇਜ਼, ਸਹੀ ਅਤੇ ਕੁਸ਼ਲ ਹੈ। ਇਸ ਪੜਾਅ 'ਤੇ, ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਸਹੀ ਬਣਾਉਣਾ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ‘ਗੋਲਾ-ਉੱਤੇ-ਥੱਲੇ' ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਅੱਖਰ 'ਡੀ(d)' ਲਿਖਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ) ਇਸ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿੰਨਾ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰਾ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਦਿਨ ਦੇ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਪਰਬੰਧਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਡਿਨਰ ਲਈ ਲਾਈਨ ਬਣਾਉਣੀ ਅਤੇ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣਾ।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਸਾਖਰਤਾ

- ਮੈਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਅੱਖਰਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਧੁਨੀਆਂ ਬੋਲ ਕੇ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਧੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਇਹ ਜਾਣੇ-ਪਹਿਚਾਣੇ ਅੱਖਰ-ਧੁਨੀ ਅਨੁਰੂਪਤਾ ਨਾਲ ਬਣੇ ਛੋਟੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ' ਐੱਚ.-ਏ.-ਟੀ. (h-a-t)'।
- ਮੈਂ ਕੁਝ ਅੱਖਰ ਸਮੂਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ 'ਦ (th)', 'ਸ਼(sh)', 'ਈ(ee)' ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਧੁਨੀਆਂ ਬੋਲਣੀਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ।
- ਮੈਂ ਕੁਝ ਆਮ ਅਪਵਾਦ ਸ਼ਬਦ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ' ਕਰੋ (do)' ਅਤੇ 'ਕਿਹਾ (said)' (ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਧੁਨੀ ਸਬੰਧੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨਾਲ ਜੋੜੇ ਜਾਣਗੇ)।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ:ਸਾਖਰਤਾ

- ਮੈਂ ਸਧਾਰਨ ਵਾਕਾਂਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਵਾਕਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜੋ ਜਾਣੇ-ਪਹਿਚਾਣੇ ਅੱਖਰ-ਧੁਨੀ ਅਨੁਰੂਪਤਾ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾ ਕੇ ਬਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਮੈਂ ਕੁਝ ਅਪਵਾਦ ਸ਼ਬਦ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦੁਬਾਰਾ ਪੜ੍ਹਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਸ਼ਬਦ ਪੜ੍ਹਨ, ਆਪਣੀ ਧਾਰਾ-ਪ੍ਰਵਾਹਤਾ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਧਾ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਸਾਖਰਤਾ

- ਮੈਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਰਣਮਾਲਾ ਦੇ ਛੋਟੇ ਅੱਖਰ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਅੱਖਰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਲਿਖ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਧੁਨੀਆਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਕੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ-ਜੋੜ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਅੱਖਰ/ਰਾਂ ਨਾਲ ਧੁਨੀ ਲਿਖ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਜਦੋਂ ਮੈਨੂੰ ਧੁਨੀ-ਅੱਖਰ ਦੀ ਅਨੁਰੂਪਤਾ ਦਾ ਪਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਛੋਟੇ ਵਾਕ ਲਿਖ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਰਣਮਾਲਾ ਦੇ ਵੱਡੇ ਅੱਖਰ ਅਤੇ ਫੁੱਲ ਸਟਾਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਜੋ ਲਿਖਿਆ ਹੈ ਉਸ ਬਾਰੇ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਮੁੜ ਤੋਂ ਪੜ੍ਹਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਇਸ ਦੇ ਮਾਇਨੇ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਗਣਿਤ

- ਮੈਂ ਵਸਤੂਆਂ, ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਧੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਗਿਣ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਬਿਨਾਂ ਗਿਣਤੀ ਕੀਤੇ ਪੰਜ ਵਸਤੂਆਂ ਤੱਕ ਦੇ ਸਮੂਹ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਪਹਿਚਾਣ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਇਸ ਨੂੰ 'ਇੱਕ ਝਲਕ ਵਿੱਚ ਦੇਖ ਕੇ ਗਿਣਤੀ ਦੱਸਣਾ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਸਹੀ ਅੰਕ (ਸੰਖਿਆ ਚਿੰਨ੍ਹ) ਦਾ ਸਹੀ ਮਾਤਰਾ ਨਾਲ ਮੇਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਮੈਂ 'ਸਨੈਪ' ਖੇਡ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿੱਥੇ ਕੁਝ ਕਾਰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਅੰਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਵਿੱਚ ਬਿੰਦੂਆਂ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਦਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਗਿਣਤੀ ਗਿਣ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਸਿਲਸਿਲੇਵਾਰ ਅੰਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ 'ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ/ਇੱਕ ਤੋਂ ਘੱਟ' ਸਬੰਧ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ:ਗਣਿਤ

- ਮੈਂ 10 ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਤੱਕ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਹੋਰ ਅੰਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾ ਕੇ ਅੰਕ ਬਣਦੇ ਹਨ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ 3 ਅਤੇ 3, 6 ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਸੰਖਿਆ ਦੀ ਰਚਨਾ (ਸੰਯੋਜਨ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਮੈਨੂੰ 0-5 ਅਤੇ ਕੁਝ 10 ਤੱਕ ਦੇ ਨੰਬਰਾਂ ਲਈ ਨੰਬਰ ਬਾਂਡ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੋਲ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਕਾਰਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘੁਮਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਇਸ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਥਾਂ ਸਬੰਧੀ ਤਰਕ ਦੇ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਨਵੇਂ ਆਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਜੋੜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਵਰਗ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਦੋ ਤਿਕੋਣਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮੇਰੀ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਆਕਾਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੋਰ ਆਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅੰਕਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਮੈਂ ਦੁਹਰਾਓ ਵਾਲੇ ਪੈਟਰਨ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਇਸ ਦੀ ਨਕਲ ਅਤੇ ਰਚਨਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਲੰਬਾਈ, ਭਾਰ ਅਤੇ ਸਮਰੱਥਾ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ "ਇਹ ਉਸ ਨਾਲੋਂ ਭਾਰੀ ਹੈ।"

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ:ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

- ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਲੈ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਵਰਣਨ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੇਅਰ ਡ੍ਰੈਸਰ, ਪੁਲਿਸ, ਨਰਸਾਂ, ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ।
- ਮੈਂ ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰੀਆਂ ਜਾਣੀਆਂ-ਪਛਾਣੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੇ ਪਾਤਰਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਅਤੇ ਵਿਪਰੀਤਤਾ ਦੁਆਰਾ ਅਤੀਤ ਅਤੇ ਵਰਤਮਾਨ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਇੱਕ ਸਧਾਰਨ ਨਕਸ਼ੇ ਤੋਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਲੀਕ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

- ਮੈਂ ਸਮਝਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਕੁਝ ਥਾਵਾਂ ਮੇਰੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਲਈ ਖਾਸ ਹਨ।
- ਮੈਂ ਸਮਝਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਖਾਸ ਸਮਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਮਨਾਉਂਦੇ ਹਨ।
- ਮੈਂ ਸਮਝਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਇਸ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਅੰਤਰ ਹਨ।
- ਮੈਨੂੰ ਕੁਦਰਤੀ ਸੰਸਾਰ ਬਾਰੇ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਜੋ ਦੇਖਦਾ/ਦੀ, ਸੁਣਦਾ/ਦੀ, ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਉਸ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਜਾਣਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਜਿਸ ਸਥਾਨਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਉਹ ਦੂਜੇ ਵਾਤਾਵਰਣਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਸਮਝਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਰੁੱਤਾਂ ਬਦਲਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸੰਸਾਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ:ਅਰਥਪੂਰਨ ਕਲਾ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ਾਇਨ

- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਲਾਤਮਕ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਖੋਜਬੀਨ, ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਸੁਧਾਰ ਕਰਕੇ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰ ਕੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਕੇ, ਆਪਣੀ ਪਿਛਲੀ ਸਿੱਖਿਆ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗਾਤਮਕ ਰਚਨਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ, ਸ੍ਰੋਤ ਅਤੇ ਹੁਨਰ ਸਾਂਝੇ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਸੰਗੀਤ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਇਜ਼ਹਾਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਉਸ ’ਤੇ ਥਿਰਕ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ: ਅਰਥਪੂਰਨ ਕਲਾ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ਾਇਨ

- ਮੈਂ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਇਕੱਲੇ ਗਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਅਵਾਜ਼ ਦੇ ਉਤਾਰ-ਚੜ੍ਹਾਅ ਅਤੇ ਧੁਨ ਦਾ ਅਨੁਸਰਣ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਫੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਰੱਥ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਦਿਖਾਵੇ ਵਾਲੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਕਥਾਨਕ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਸੰਗੀਤ ਅਤੇ ਨ੍ਰਿਤ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਆਨੰਦ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਜਾਂ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ:ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ

- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਅਜਿਹੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡੋ ਜਿੱਥੇ ਮੈਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਸੁਣਨੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਖਜ਼ਾਨੇ ਦੀ ਭਾਲ।
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਵਿਆਪਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰੋ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਗੈਰ-ਗਲਪ ਅਤੇ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
- ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਕੰਮਾਂ 'ਤੇ ਟਿੱਪਣੀ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਉੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ, ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਣੇ ਵਾਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
- ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲ ਦੋ-ਪੱਖੀ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।

ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ

- ਮੇਰੀ ਗੱਲ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣੋ। ਮੈਨੂੰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੱਲ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਜਿੱਠਣ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਉਦੋਂ ਵੀ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ ਜਦੋਂ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਔਖਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ

- ਮੈਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਰਗਰਮ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨ ਜਿੰਨੀ ਹੱਦ ਤੱਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਜਗ੍ਹਾ ਦਿਓ।
- ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ-ਪੈਰਾਂ ਭਾਰ ਰਿੜ੍ਹਨ, ਚੜ੍ਹਨ, ਰੱਸੀ ਉੱਤੇ ਆਪ ਨੂੰ ਖਿੱਚਨ ਅਤੇ ਮੰਕੀ ਬਾਰ (ਲਟਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਲਾਖਾਂ) 'ਤੇ ਲਟਕਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਇਹ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਮੈਨੂੰ ਲਿਖਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਤਾਕਤ ਵਧਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੀਆਂ।
- ਮੈਨੂੰ ਇੱਕ ਹੱਥ ਵਾਲੇ ਔਜ਼ਾਰ ਜਿਵੇਂ ਛਿੱਲਣ ਵਾਲੇ ਉਪਕਰਨ ਅਤੇ ਚਾਕੂਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦਿਓ।

4 ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ:ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਗਣਿਤ

- ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਛੋਟੇ ਸਮੂਹਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੱਸੋ, ਇਹ ਮੈਨੂੰ 'ਇੱਕ ਝਲਕ ਵਿੱਚ ਗਿਣਤੀ ਕਰਨ' ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਬਿਨਾਂ ਗਿਣੇ ਤੁਰੰਤ ਦੱਸਣਾ ਕਿ ਕਿੰਨੇ ਹਨ) ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ "ਪੀਜ਼ਾ ਦੇ 3 ਟੁਕੜੇ ਬਾਕੀ ਹਨ।"
- ਮੈਨੂੰ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚੋਂ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ "ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਵਾਸਤੇ 6 ਅੰਡੇ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ?"
- ਅੰਕਾਂ ਅਤੇ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨਾਲ ਨੰਬਰ ਸਨੈਪ ਜਾਂ ਬਿੰਗੋ ਬਣਾਓ। ਅੰਕਾਂ ਦਾ ਸਹੀ ਮਾਤਰਾ ਨਾਲ ਮੇਲ ਕਰੋ।
- ਵਸਤੂਆਂ ਨਾਲ ਪੈਟਰਨ ਬਣਾਓ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਬਟਨ ਜਾਂ ਸਿੱਪੀਆਂ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ 'ਵੱਡਾ, ਛੋਟਾ, ਵੱਡਾ...' ਕੋਈ ਗਲਤੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

- ਫੋਟੋਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਬਾਰੇ ਅਤੀਤ ਅਤੇ ਵਰਤਮਾਨ ਦੋਵਾਂ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੱਸੋ।
- ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਪੂਜਾ ਅਸਥਾਨਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਅਹਿਮੀਅਤ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਲੈ ਜਾਓ।
- ਮੈਨੂੰ ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦਿਓ। 'ਪਿਘਲਣ' ਜਾਂ 'ਉਬਾਲਣ' ਵਰਗੇ ਬਦਲਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਸਾਖਰਤਾ

- ਹਰ ਰੋਜ਼ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਦੇ ਰਹੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨਸਲਾਂ, ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ, ਲਿੰਗ ਅਤੇ ਧਰਮ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਦੇਣ।
- ਅਜਿਹੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡੋ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਹਦਾਇਤ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕੁੱਦ (h-o-p) ਸਕਦੇ ਹੋ?" ਮੈਨੂੰ ਸ਼ਬਦ ਦੀਆਂ ਧੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਜੋੜਨਾ ਪਵੇਗਾ।
- ਮੈਨੂੰ ਕਹਾਣੀਆਂ ਬਣਾਉਣ ਦਿਓ - ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੇਰੇ ਲਈ ਲਿਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਰ ਕੇ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।
- ਸਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਫੋਟੋ ਅਧਾਰਤ ਕਿਤਾਬ ਬਣਾਓ ਜਾਂ ਉਸ ਸਮੇਂ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਪਾਰਕ ਵਿਚ ਗਏ ਸੀ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਉਸ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦ ਲਿਖਣ ਦਿਓ।

ਅਰਥਪੂਰਨ ਕਲਾਵਾਂ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ਾਇਨ

- ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਨਪਸੰਦ ਗੀਤ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਗਾਓ ਅਤੇ ਨੱਚੋ। ਮੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਖੁਦ ਦਾ ਰੁਟੀਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।
- ਇੱਕ ਮਾਡਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਡੋਰੀ, ਕੈਂਚੀ, ਗੂੰਦ, ਸਟਿੱਕੀ ਟੇਪ ਅਤੇ ਬਕਸੇ ਦਿਓ।

ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ *ਜਾਂਚਬਿੰਦੂ*

- ਕੀ ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਤਲਾਉਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਲਗਭਗ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ, ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਸੁਣਨ 'ਤੇ ਹੁੰਗਾਰਾ ਭਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਤੁਤਲਾ ਕੇ ਗੱਲਬਾਤ ਵਿੱਚ 'ਵਾਰੀ ਲੈਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ'?
- ਕੀ ਮੈਂ ਲਗਭਗ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਤਲਾ ਕੇ ਅਤੇ ਇਕੱਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ 'ਵਾਰੀ ਲੈਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ'? ਕੀ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਸੰਕੇਤ ਅਤੇ ਇਸ਼ਾਰਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਲਗਭਗ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ, ਕੀ ਮੈਂ 'ਮੰਮਮੰਮ', 'ਡੈਡਾ' ਅਤੇ 'ਟੇਟੇ' ('ਟੈਡੀ') ਵਰਗੇ ਇੱਕਲੇ ਸ਼ਬਦ ਵਰਤਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਤਾ ਹੈ?
- ਲਗਭਗ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ’ਤੇ, ਕੀ ਮੈਂ 2 ਵਸਤੂਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ: "ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੇਂਦ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਕਾਰ?"

ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ *ਜਾਂਚਬਿੰਦੂ*

- ਲਗਭਗ 15 ਮਹੀਨਿਆਂ 'ਤੇ ਕੀ ਮੈਂ ਲਗਭਗ 10 ਸ਼ਬਦ ਬੋਲ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਾਰੇ ਅਜੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਨਾ ਹੋਣ।
- ਲਗਭਗ 18 ਮਹੀਨਿਆਂ 'ਤੇ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ "ਐਡਮ, ਆਪਣੇ ਜੁੱਤੇ ਪਾਓ" ਵਰਗੀ ਸਧਾਰਨ ਹਦਾਇਤ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸੁਣ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਲਗਭਗ 18 ਮਹੀਨਿਆਂ 'ਤੇ, ਕੀ ਮੈਂ ਕਈ ਬੋਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਧੁਨੀਆਂ ਅਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 20 ਸਪੱਸ਼ਟ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਲਗਭਗ 18 ਮਹੀਨਿਆਂ 'ਤੇ, ਕੀ ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਏਕਲ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਕੁਝ ਦੋ-ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਵਾਕਾਂਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ/ਝਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਮੈਨੂੰ ਦਿਓ।" ਜਾਂ "ਜੁੱਤੇ ਪਾਓ"?
- ਲਗਭਗ ਦੋ ਸਾਲ 'ਤੇ, ਕੀ ਮੈਂ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਦਿਖਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ? ਕੀ ਮੈਂ ਕਦੀ-ਕਦੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ *ਜਾਂਚਬਿੰਦੂ*

ਮੇਰੇ ਦੂਜੇ ਜਨਮ ਦਿਨ ਵੱਲ:

- ਕੀ ਮੈਂ 50 ਤੱਕ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਕੀ ਮੈਂ "ਹੋਰ ਦੁੱਧ" ਵਰਗੇ ਦੋ ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਸ਼ਬਦ ਜੋੜ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਅਕਸਰ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਵਸਤੂਆਂ ਦੇ ਨਾਮ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਜਗ੍ਹਾ ਦਾ ਵਰਨਣ ਕਰਨ ਲਈ ਪੜਨਾਂਵ (ਉਹ/ਉਸਨੂੰ), ਬਹੁਵਚਨ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ? ਇਹ ਔਖੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰਾਂ।
- ਮੈਂ ਜੋ ਕਹਿ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਕੀ ਮੈਂ ਉਸ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸ਼ਬਦ ਸਮਝ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ – 200 ਤੋਂ 500 ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚਕਾਰ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਸਧਾਰਨ ਸਵਾਲਾਂ ਅਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ: "ਤੁਹਾਡੀ ਟੋਪੀ ਕਿੱਥੇ ਹੈ?" ਜਾਂ "ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਲੜਕਾ ਕੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ?"

ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ *ਜਾਂਚਬਿੰਦੂ*

ਮੇਰੇ ਤੀਜੇ ਜਨਮ ਦਿਨ ਵੱਲ:

- ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਇਕੱਠੇ ਇੱਕ ਕਿਤਾਬ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਾਂ, ਕੀ ਮੈਂ ਸਹੀ ਤਸਵੀਰ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਕੇ ਇਹ ਦਿਖਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਕਾਰਵਾਈ-ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ: "ਕੌਣ ਛਾਲ ਮਾਰ ਰਿਹਾ ਹੈ?"
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰਾ ਨਾਮ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਧਿਆਨ ਦਿੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ? ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਜੇਸਨ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਹੁਣ ਰੁੱਕ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਸੀਂ ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ।"
- ਕੀ ਮੈਂ ਲਗਭਗ 300 ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ? ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਬਦ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ (ਇੱਕ ਸਪੰਜ ਧੋਣ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ)। ਸਮੇਂ (ਹੁਣ, ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ), ਅਤੇ ਜਗ੍ਹਾ (ਉੱਥੇ) ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਬਦ।

ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ *ਜਾਂਚਬਿੰਦੂ*

ਲਗਭਗ 3 ਸਾਲ 'ਤੇ

- ਕੀ ਮੈਂ 5 ਤੱਕ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਿਆਂ ਜੋੜ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਪੜਨਾਵਾਂ ('ਮੈਂ', 'ਉਸ', 'ਉਹ'), ਅਤੇ ਬਹੁਵਚਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਸਬੰਧ-ਸੂਚਕਾਂ ('ਵਿੱਚ', 'ਉੱਤੇ', 'ਹੇਠਾਂ') ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ – ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।
- ਕੀ ਮੈਂ ਤਿੰਨ ਮੁੱਖ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ: *"ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਗੁੱਡੀ ਦਾ ਚਿਹਰਾ ਧੋ ਸਕਦੇ ਹੋ?"*
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰਾ ਨਾਮ ਵਰਤਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਇੱਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਵੱਲ ਲਿਜਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ *ਜਾਂਚਬਿੰਦੂ*

ਮੇਰੇ ਚੌਥੇ ਜਨਮ-ਦਿਨ ਵੱਲ:

- ਕੀ ਮੈਂ 4-6 ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਾਲੇ ਵਾਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਕੀ ਮੈਂ 'ਕਿਉਂਕਿ', 'ਜਾਂ', 'ਅਤੇ' ਵਰਗੇ ਜੋੜਨ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਾਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ? ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਮੈਨੂੰ ਆਈਸਕ੍ਰੀਮ ਪਸੰਦ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਮੇਰੀ ਜੀਭ ਨੂੰ ਠੰਡ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀ ਹੈ।"
- ਕੀ ਮੈਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਾਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ: "ਮੈਂ ਪਾਰਕ ਜਾ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ।" ਅਤੇ "ਮੈਂ ਦੁਕਾਨ 'ਤੇ ਗਿਆ/ਗਈ।"?
- ਕੀ ਮੈਂ ਸਧਾਰਨ 'ਕਿਉਂ' ਵਾਲੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ ਦੀ *ਜਾਂਚਬਿੰਦੂ*

- ਲਗਭਗ 7 ਮਹੀਨੇ ’ਤੇ, ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਨਾਮ ’ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ? ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਲਗਭਗ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ’ਤੇ, ਕੀ ਮੈਂ ਅਜਨਬੀਆਂ ਕੋਲ ਹੋਣ ਸਮੇਂ ਸ਼ਰਮ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਕੁਝ ਖਾਸ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਲਈ ਪਹਿਲ ਦਿਖਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਲਗਭਗ 18 ਮਹੀਨਿਆਂ ’ਤੇ, ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਦੁਨੀਆਂ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਉਤਸੁਕ ਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ? ਕੀ ਮੈਂ ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- 2 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ, ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਜੋਂ ਦੇਖਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ? ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੀ ਮੈਂ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਕਿਸ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ ਹੈ, ਕੀ ਖਾਣਾ ਹੈ, ਕੀ ਪਹਿਨਣਾ ਹੈ?
- 2 ਅਤੇ 3 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ, ਕੀ ਮੈਂ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਦਾ ਆਨੰਦ ਲੈਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਜਾਂਚਬਿੰਦੂ

ਆਪਣੇ ਤੀਜੇ ਜਨਮਦਿਨ ਵੱਲ:

- ਕੀ ਮੈਂ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਵਾਰੀ ਲੈ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ? (ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਨਾਲ) ਕੀ ਮੈਂ 'ਤੁਹਾਡੇ' ਅਤੇ 'ਮੇਰੇ' ਦੀ ਸਮਝ ਦਿਖਾਉਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਕੁਝ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਲਈ ਟਿਕ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

ਲਗਭਗ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ:

- ਕੀ ਮੈਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਖੇਡਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇਕੱਲੇ ਖੇਡਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਦਿਖਾਵੇ ਵਾਲੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ 'ਮੰਮੀ' ਜਾਂ 'ਡੈਡੀ' ਬਣਨਾ?)
- ਕੀ ਮੈਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭੂਮਿਕਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹੋਰ ਦਿਖਾਵੇ ਵਾਲੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ? ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਰੁਫੈਲੋ ਬਣਨਾ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਵਿਵਾਦਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ ਦੇ *ਜਾਂਚਬਿੰਦੂ*

- ਲਗਭਗ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ’ਤੇ, ਕੀ ਮੈਂ ਦਿਨ ਸਮੇਂ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸੁੱਕਾ/ਕੀ ਰਹਿੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ? ਇਹ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਆਮ ਹੈ ਪਰ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਨਹੀਂ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮੁੱਖ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਭਾਈਵਾਲੀ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।
- ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਕੁਝ ਖਾਸ ਆਵਾਜ਼ਾਂ, ਗੰਧ ਜਾਂ ਸੁਆਦ ਕਰਕੇ ਬਹੁਤ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਇੱਕ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਚੀਜ਼ ਵੱਲ ਜਾਂਦੇ ਜਾਪਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰੁਕਦੇ ਜਾਪਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਵੱਖਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਮੁੱਖ ਵਿਅਕਤੀ ਧਿਆਨ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਅਨੁਭਵ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਕਾਸ ਸਬੰਧੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ ਹੋਰ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਮੇਂ ਲਈ ਚਿੰਤਤ, ਉਦਾਸ ਜਾਂ ਗੁੱਸੇ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮੁੱਖ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਚਾਈਲਡਮਾਈਂਡਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ ਦੇ *ਜਾਂਚਬਿੰਦੂ*

- ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ, ਕੀ ਮੈਂ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਅਤੇ ਮਜ਼ੇ ਨਾਲ ਇੱਧਰ-ਉੱਧਰ ਤੁਰ-ਫਿਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਲਗਭਗ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ’ਤੇ, ਕੀ ਮੈਂ ਬੈਠਣ ਵਾਲੀ ਸਥਿਤੀ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਉੱਤੇ ਖਿੱਚ ਕੇ ਬੈਠ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਪਹਿਲੀ ਉਂਗਲੀ ਅਤੇ ਅੰਗੂਠੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਲਗਭਗ ਮੇਰੇ ਦੂਜੇ ਜਨਮ-ਦਿਨ ’ਤੇ, ਕੀ ਮੈਂ ਦੌੜ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਗੇਂਦ ਨੂੰ ਕਿੱਕ ਮਾਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ’ਤੇ ਮੈਦਾਨ ਤੋਂ ਦੋਵੇਂ ਪੈਰ ਚੁੱਕ ਕੇ ਕੁੱਦ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਲਗਭਗ ਮੇਰੇ ਤੀਸਰੇ ਜਨਮਦਿਨ ’ਤੇ, ਕੀ ਮੈਂ ਆਤਮਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਚੜ੍ਹਾਈ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ, ਕੀ ਮੈਂ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਗੇਂਦ ਨੂੰ ਫੜ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਈਸਾਈਕਲ ਨੂੰ ਪੈਡਲ ਮਾਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ ਦੇ *ਜਾਂਚਬਿੰਦੂ*

- ਜੇਕਰ ਮੈਨੂੰ ਕੁਰਸੀ 'ਤੇ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਬੈਠਣਾ ਔਖਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੇਟ ਦੀਆਂ ਮੁੱਖ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਪੈਡਲਾਂ ਵਾਲੀ ਬੈਠਨ-ਵਾਲੀ ਟ੍ਰਾਈਕ 'ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਅਤੇ ਸੌਫਟ ਪਲੇ ਉਪਕਰਣ 'ਤੇ ਛਾਲ ਮਾਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਕੇ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਮੁੱਖ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਚਾਈਲਡ-ਮਾਈਂਡਰ ਅਜਿਹੇ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ-ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਭਾਲੇਗਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਭਾਰ ਘੱਟ, ਵੱਧ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਮਾੜੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਚਿੰਤਤ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਵਾਸਤੇ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਹੈਲਥ ਵਿਜ਼ਟਰ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਹੋਰ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ ਹੈ

ਸ੍ਰੋਤ	ਲਿੰਕ	ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਸਹਾਇਤਾ
ਐਕਸ਼ਨ ਫਾਰਮ ਚਿਲਡ੍ਰਨ	https://www.actionforchildren.org.uk	ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਕਈ ਪਰਕਾਰ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸ੍ਰੋਤ।
ਬੁੱਕ ਟਰੱਸਟ	https://www.booktrust.org.uk/books-and-reading/bookfinder/ https://www.booktrust.org.uk/books-and-reading/tips-and-advice/reading-tips/	ਹਰੇਕ ਉਮਰ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਲੱਭੋ। ਸੁਝਾਅ, ਸਲਾਹ, ਪੜ੍ਹਨ ਸਬੰਧੀ ਗਾਈਡਾਂ।
ਬਾਇਲਿੰਗੁਲਿਜ਼ਮ ਮੈਟਰਜ਼	http://www.bilingualism-matters.ppls.ed.ac.uk/parents-questions/	ਦੋ-ਭਾਸ਼ੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਬਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ (ਅੱਠ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ)।
ਬੋਰੋਮੀ	https://www.boromi.co.uk/dailyplay-2	ਸਕੂਲੀ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੌਰਾਨ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਈਮੇਲਾਂ ਸਰਲ, ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਅਤੇ ਖੇਡ ਅਧਾਰਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।
ਸਬੀਬੀਜ਼ ਗ੍ਰੋਨ-ਅੱਪਸ	https://www.bbc.co.uk/cbeebies/grownups	ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਸੁਝਾਅ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ।

ਦ ਈਸਟ ਲੰਡਨ ਰਿਸਰਚ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਡੀ.ਐਫ.ਈ. ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਦੀ ਵਿਸ਼ਾ-ਸਮੱਗਰੀ, ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਗਟਾਏ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰੀਏ।

ਹੋਰ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ ਹੈ

ਸ੍ਰੋਤ	ਲਿੰਕ	ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਸਹਾਇਤਾ
ਡੀ.ਆਰ.ਈ.ਐਮ.ਈ. ਫੈਮਿਲੀ ਮੈਥਸ	https://familymath.stanford.edu/wp-content/uploads/2020/12/Math-Snacks.pdf	ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਗਣਿਤ ਲੱਭਣਾ
ਅਰਲੀ ਮੂਵਰਜ਼	https://www.earlymovers.org.uk/activities	0-5 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ।
ਈਜ਼ੀ ਪੀਜ਼ੀ	https://www.easypeasyapp.com	ਐਪ: ਸੁਝਾਅ, ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਣਾ
ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਈਵਜ਼	https://www.familylives.org.uk/advice/early-years-development/	ਆਰੰਭਕ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।
ਫ਼ਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਯੀਅਰਜ਼	https://foundationyears.org.uk/2019/09/resources-for-parents/	ਈ.ਵਾਈ.ਐਫ਼.ਐਸ. ਬਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਸ੍ਰੋਤ।
ਫੌਰਮੀ ਬੁੱਕਸ	https://www.formybooks.com	ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਭਾਂਤ-ਭਾਂਤ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ।

ਦ ਈਸਟ ਲੰਡਨ ਰਿਸਰਚ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਡੀ.ਐਫ਼.ਈ. ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਦੀ ਵਿਸ਼ਾ-ਸਮੱਗਰੀ, ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਗਟਾਏ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰੀਏ।

ਹੋਰ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ ਹੈ

ਸ੍ਰੋਤ	ਲਿੰਕ	ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਸਹਾਇਤਾ
ਹਾਰਵਰਡ ਸੈਂਟਰ	https://developingchild.harvard.edu/resources/how-to-5-steps-for-brain-building-serve-and-return/	ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਵਾਲੀ ਵੀਡੀਓ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਪਰਸਪਰ-ਗੱਲਬਾਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ।
ਹੰਗਰੀ ਲਿਟਲ ਮਾਈਂਡਜ਼	https://hungrylittleminds.campaign.gov.uk	ਨਵ-ਜਨਮਿਆਂ ਤੋਂ ਪੰਜ ਤੱਕ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਰਲ, ਸ਼ੁਗਲ ਵਾਲੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ।
ਆਈ.ਸੀ.ਏ.ਐੱਨ.: ਟਾਕਿੰਗ ਪੁਆਇੰਟ	https://ican.org.uk/i-cans-talking-point/parents/	ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਜੋ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹਨ।
ਲਿਟਰੇਸੀ ਟਰੱਸਟ	https://wordsforlife.org.uk/activities/	ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਵੀਡੀਓ
ਲਵ ਮਾਈ ਬੁੱਕਸ	http://www.lovemybooks.co.uk	ਨਿਊਜ਼ਲੈਟਰ, ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਵੀਡੀਓ।
ਮੰਤਰਾਲਿੰਗੁਆ	https://uk.mantralingua.com	65 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਦੋਭਾਸ਼ਾਈ ਕਿਤਾਬਾਂ।

ਦ ਈਸਟ ਲੰਡਨ ਰਿਸਰਚ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਡੀ.ਐਫ.ਈ. ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਦੀ ਵਿਸ਼ਾ-ਸਮੱਗਰੀ, ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਗਟਾਏ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰੀਏ।

ਹੋਰ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ ਹੈ

ਸ੍ਰੋਤ	ਲਿੰਕ	ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਸਹਾਇਤਾ
ਮੈਟਲ (ਲੌਰਾ ਹੈਨਰੀ – ਐਲੇਨ ਐਮ.ਬੀ.ਈ. ਅਤੇ ਐਮਾ ਵੋਰੋਲੋ)	https://www.mattel.com/sites/mattel_mattelcom/files/2020-07/Supporting_you_to_raise_antiracist_children2.pdf	ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ: ਨਸਲਵਾਦ ਵਿਰੋਧੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ।
ਨੈਸ਼ਨਲ ਚਾਈਲਡਬਰਥ ਟਰੱਸਟ	https://www.nct.org.uk	ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ।
ਐਨ.ਐਚ.ਐਸ. – ਚਿਲਡ੍ਰਨਜ਼ ਟੀਥ	https://www.nhs.uk/live-well/healthy-body/taking-care-of-childrens-teeth/	ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ।
ਐਨ.ਐਚ.ਐਸ. ਚੇਂਜ 4 ਲਾਈਫ਼	https://www.nhs.uk/change4life	ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਾਣ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹਿੱਲ-ਜੁੱਲ ਲਈ ਅਸਾਨ ਤਰੀਕੇ।
ਟਾਇਨੀ ਹੈਪੀ ਪੀਪਲ	https://www.bbc.co.uk/tiny-happy-people	ਬਾਲ ਵਿਕਾਸ ਸਲਾਹ, ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਵੀਡੀਓ।
ਯੂਨੀਸੇਫ਼ ਪੇਰੇਂਟਿੰਗ	https://www.unicef.org/parenting/	ਬਾਲ ਵਿਕਾਸ ਸਲਾਹ, ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਵੀਡੀਓ।
ਤੁਹਾਡੇ ਪੰਜ ਤੱਕ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ 50 ਚੀਜ਼ਾਂ	https://www.50thingstodo.org/about/the-app	ਐਪ: ਘੱਟ/ਬਿਨਾਂ ਖਰਚ ਦੇ ਤਜ਼ਰਬੇ।

ਦ ਈਸਟ ਲੰਡਨ ਰਿਸਰਚ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਡੀ.ਐਫ਼.ਈ. ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਦੀ ਵਿਸ਼ਾ-ਸਮੱਗਰੀ, ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਗਟਾਏ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰੀਏ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਧੰਨਵਾਦ ਨਾਲ

ਇਸ ਮਾਰਗ-ਦਰਸ਼ਨ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਲਈ, ਫਲਿਸ ਜੇਮਜ਼, ਈਸਟ ਲੰਡਨ ਰਿਸਰਚ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਐਵੀਡੈਂਸ ਲੀਡ ਇਨ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਜੂਲੀਅਨ ਗ੍ਰੇਨੀਅਰ, ਈਸਟ ਲੰਡਨ ਰਿਸਰਚ ਸਕੂਲ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ, ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰਾਂ, ਸਲਾਹਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਅਕਾਦਮਿਕਾਂ ਦੇ ਪਰਿਚਾਲਕ ਸਮੂਹ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਅਤੇ ਸੁਝਾਆਂ ਨਾਲ ਇਸ ਗਾਈਡ ਨੂੰ ਆਕਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਦਿੱਤਾ:

ਲਿਜ਼ ਪੇਮਬਰਟਨ, ਸਾਰਾਹ ਰੀਡ, ਸੂ ਰੋਬ ਓ.ਬੀ.ਈ., ਜੀਨ ਗ੍ਰੋਸ ਸੀ.ਬੀ.ਈ., ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਟੇਡ ਮੇਲਹੁਈਸ਼ ਓ.ਬੀ.ਈ., ਡਾਕਟਰ ਅਮੀਲੀਆ ਰੌਬਰਟਸ, ਲਾਲਾ ਮੈਨਰਸ ਅਤੇ ਸੈਲੀ ਸਮਿਥ, ਐਲੀਸਨ ਹੈਂਡਰਸਨ, ਵੈਂਡੀ ਰੈਟਕਲਿਫ ਐਚ.ਐਮ.ਆਈ., ਈਓਵਿਨ ਕ੍ਰਿਸਫੀਲਡ, ਚੇਨਗੇਟਾਈ ਸ਼ਰੀਫ, ਲੌਰਾ ਹੈਨਰੀ-ਅਲੇਨ ਐਮ.ਬੀ.ਈ., ਐਸ਼ਲੀ ਟੀਕਲ, ਡੋਨਾ ਗੇਅਵੁੱਡ, ਕੌਂਸਟੇਨਟੀਨੋਸ ਸਕੋਰਡਾਸ, ਗਿੱਲ ਹੋਲਡਨ, ਕਲੇਅਰ ਲਿਸ਼ਮੈਨ ਅਤੇ ਐਲੀਸਨ ਜੋਨਜ਼।

ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਗਾਈਡ ਨੂੰ ਲਿਖਣ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ।

ਅਸੀਂ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ 4 ਚਿਲਡ੍ਰਨ ਅਤੇ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਫਾਰ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਦੇ ਰਣਨੀਤਕ ਭਾਈਵਾਲੀ 'ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਕਦੋਂ (What to expect, when)?' (2015) ਦੇ ਕੰਮ 'ਤੇ ਹੋਇਆ ਹੈ।