

سکول شروع کرنے کے لیے تیاری

آپ اپنے بچے کو سکول کے اچھے آغاز کے لیے
کیسے مدد دے سکتے ہیں

سماجی یا سوشل صلاحیتیں کیا ہوتی ہیں؟

سماجی صلاحیتوں میں یہ شامل ہو سکتا ہے:

- دوسروں کو چیزوں کے استعمال میں شریک کرنا
- باری لینا اور باری دینا
- بات کرنا، بات سمجھنا اور سمجھانا
- اپنے آپ پر کنٹرول رکھنا (یعنی بچہ اپنے جذبات اور طرز عمل کنٹرول کرنے کے قابل ہو)
- دردمندی (یہ سمجھنے کے قابل ہونا کہ دوسرے کیسا محسوس کرتے ہیں)

بچوں کو سکول کے اچھے آغاز کے لیے کن چیزوں کی ضرورت ہوتی ہے؟

بچے کو کچھ اہم کام کرنے آنے چاہئیں جیسے:

- بچہ مدد مانگنے کے قابل ہو
- بچہ خود ٹائلٹ میں فارغ ہو سکتا ہو
- بچہ اپنے کام خود کر سکتا ہو جیسے جوتے اور جمپر پہننا، اپنا لنچ کھولنا
- بچہ قبیلچی اور پنسلیں استعمال کرنے کے قابل ہو
- بچہ سماجی اور جذباتی صلاحیتیں رکھتا ہو



مجھے مزید معلومات یا مدد کہاں سے مل سکتی ہے؟

- اگر آپ اپنے بچے کے سکول کے آغاز کے متعلق کسی سے بات کرنا چاہتے ہیں تو آپ ان سے رابطہ کر سکتے ہیں:
- مقامی چائلڈ اینڈ فیملی ہیلتھ نرس
- ڈاکٹر (جی پی) یا پیڈیاٹریشن (بچوں کا سپیشلسٹ)
- آپ کا مقامی سکول

ہم اپنے بچوں کی مدد کیسے کر سکتے ہیں؟

- بلے گروپ میں جائیں
- کپڑے پہننے، لنچ باکس کھولنے اور باری لینے اور دینے کی مشق کرنے کا موقع دیں
- روزانہ اپنے بچے کے ساتھ باتیں کریں، گائیں، پڑھیں اور کھیلیں
- چھوٹے بچوں کے تعلیمی ادارے (پری سکول) میں داخل کروائیں
- سکول کے آغاز کے پروگرام (ٹرانزیشن پروگرام) میں شریک ہوں
- سکول کے تعارفی پروگرام (اورینٹیشن پروگرام) میں اپنا نام لکھوائیں اور شریک ہوں

یہ وسیلہ 'Stronger Seeds Taller Trees'

(طاقور بیج، لمبے درخت) کے عنوان سے

پراجیکٹ کے تحت تیار کیا گیا ہے۔

جنرل پریکٹیشنر ڈاکٹرز اس اقدام کے متعلق مزید معلومات ساؤتھ ویسٹرن سڈنی پرائمری ہیلتھ نیٹ ورک (PHN) کے آن لائن جی پی نیوزلیٹر میں لے سکتے ہیں۔

ساؤتھ ویسٹرن سڈنی پرائمری ہیلتھ نیٹ ورک

[South Western Sydney](https://www.southwesternsydneyphn.com.au)

[Primary Health Network](https://www.primaryhealthnetwork.com.au)

[swsphn.com.au](https://www.swsphn.com.au)

ذہن میں رکھنے کی اہم باتیں

- اپنے بچے کو سب سے زیادہ آپ جانتے ہیں۔ اگر آپ کے خیال میں کوئی مسئلہ ہو تو مدد مانگیں
- جلد مدد مانگ لینا سب سے بہتر ہے لیکن کسی بھی وقت مدد مانگنے میں حرج نہیں
- اپنی تشویش پر بات کرنے کے لیے یہ پرچہ اپنے ڈاکٹر کے پاس لے جائیں
- اگر آپ کو لگے کہ آپ کی تشویش پر درست قدم نہیں اٹھایا جا رہا تو یاد رکھیں کہ آپ کسی اور سے ڈاکٹر سے بھی رائے لے سکتے ہیں



STRONGER SEEDS, TALLER TREES

Increasing early supports to improve child outcomes