

ਉੱਚੀ ਪੜ੍ਹਨ ਦਾ ਅਨੰਦ

ਕਿਤਾਬਾਂ ਵਿਚ ਦੇਖਕੇ ਅਤੇ ਉੱਚੀ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਣਾਉਣ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਨ ਹਨ, ਉਦੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਉਹ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਪੜ੍ਹਨ ਨਾ ਲੱਗ ਜਾਣ। ਇਹ ਸਮਾਂ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਅਤੇ ਨੇੜਤਾ ਦੇ ਪਲਾਂ ਦਾ ਅਨੰਦ ਲੈਣ ਦਾ ਹੈ, ਰੁਚੀਆਂ ਦੱਸਣ ਅਤੇ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਂਚਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗਾਂ ਦੀ ਸਲਾਹ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਰੋਜ਼ਾਨਾ 20 ਮਿੰਟ ਪੜ੍ਹਨ ਨਾਲ ਉਸ ਲਈ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਪੜ੍ਹਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਲਾਭ ਉਠਾਉਣ ਲਈ ਇਥੇ ਕੁੱਝ ਤਰੀਕੇ ਦਿਤੇ ਗਏ ਹਨ

ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦੀ ਸਥਿਤੀ (The starting position)

ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਸਥਿਤੀ ਤੁਹਾਡੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਕੁੱਝ ਬਿਆਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਰੱਖੋ, ਸੋਫੇ ਜਾਂ ਬਿਸਤਰ ਤੇ ਬੈਠੋ ਜਾਂ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਇਕੱਠੇ ਬੈਠੋ।

ਉਮਰ ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ਕਿਤਾਬ ਚੁਣੋ (Suit the book to the age)

ਬੱਚੇ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਨਾਲ ਜਾਂਚਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਵਾਦ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਕੱਪੜੇ ਜਾਂ ਗੱਤੇ ਦੀ ਜਿਲਦ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਚੁਣੋ ਜੋ ਕਿ ਕਾਫ਼ੀ ਹੰਡਣ ਸਾਰ ਹੋਣ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਸ਼ਿਸ਼ੂ ਕਿਤਾਬ ਦੇ ਇਕ ਪੰਨੇ ਤੇ ਇਕ ਤਸਵੀਰ ਦਾ ਨਾਮ ਲੈਣਾ ਹੀ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ, ਬੱਚੇ ਕਿਤਾਬ ਵਿਚਲੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਦਿਖਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਹਿਲਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ, ਅਤੇ ਫਿਰ ਲੰਬੀਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪੇਚੀਦਾ ਕਹਾਣੀਆਂ। ਕੁੱਝ ਸਮੇਂ ਤੱਕ, ਯਾਨਿ ਕਿ ਕੁੱਝ ਦਿਨਾਂ ਜਾਂ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਲੰਬੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹ ਰਹੇ ਹੋਵੋ, ਪਰ ਇਕ ਸਮੇਂ ਤੇ ਇਕ ਅਧਿਆਇ (ਪਾਠ) ਹੀ ਪੜ੍ਹੋ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਸੰਦ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖੋ (Follow their interests)

ਇਹ ਜਿਹੀ ਕਿਤਾਬ ਚੁਣੋ ਜੋ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਪਸੰਦ ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ਹੋਵੇ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਤਾਬ ਦੇ ਆਖਰੀ ਪੰਨੇ ਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕਿਤਾਬ ਵਿਚ ਰੁਚੀ ਖੋ ਦੇਣ। ਕੋਈ ਗਲ ਨਹੀਂ। ਤੁਹਾਡਾ ਮੰਤਵ ਹੈ ਪੜ੍ਹਨ ਨੂੰ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਬਣਾਉਣਾ, ਨਾ ਕਿ ਕਿਤਾਬ ਦੇ ਅੰਤ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣਾ।

ਕਿਤਾਬ ਦੇ ਵਿਸ਼ਾ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਉ (Adapt the text)

ਤੁਸੀਂ ਕਿਤਾਬ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ, ਸਿਰਫ ਤਸਵੀਰਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਦੱਸਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਪਾਤਰਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਬਦਲ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਾਂਵਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਾ ਜਾਣਦਾ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਖਿੱਚੋ (Catch children's attention)

ਗੁੱਡੇ ਰੰਗ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਤਸਵੀਰਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਖਿੱਚਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਤਿਲਮਿਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਧਿਆਨ ਚਲਦੀ ਫਿਰਦੀ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਾਲੀ ਕਿਤਾਬ ਨਾਲ ਖਿੱਚ ਸਕਦੇ ਹੋ-ਉਪਰ ਉਠਣ ਵਾਲੇ ਫਲੈਪ ਵਾਲੀ ਕਿਤਾਬ, ਦ੍ਰਿਸ਼ ਉਜਾਗਰ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਕਿਤਾਬ, ਟੁੱਕੜੇ ਖਾਂਚਿਆਂ ਵਿਚ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਕਿਤਾਬ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਜੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ, ਉਸ ਨੂੰ ਅਧਾਰ ਬਣਾ ਕੇ ਅੱਗੇ ਵਧੋ: ਕੋਈ ਕ੍ਰਿਆ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਸੰਦ ਹੈ, ਕੋਈ ਜਾਨਵਰ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਕ੍ਰਿਸ਼ਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪੜ੍ਹਨ ਨੂੰ ਨਾਟਕੀ ਬਣਾਓ (Make your reading dramatic)

ਤੁਹਾਡਾ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਦਾ ਨਾਟਕੀ ਅੰਦਾਜ਼ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਕਹਾਣੀ ਵਿਚ ਬਣਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਨਰਸਰੀ ਦੀਆਂ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਵਿਚਲੇ ਤਾਲ ਉਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿਉ। ਭਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰੋ ਅਤੇ ਤਸਵੀਰ ਵਿਚ ਉਸ ਚੀਜ਼ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰੋ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਗੱਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਅਲੱਗ ਅਲੱਗ ਪਾਤਰਾਂ ਲਈ ਆਪਣੀ ਅਵਾਜ਼ ਬਦਲ ਲਓ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਲਈ ਅਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਨਕਲ ਉਤਾਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸ ਖੁਸ਼ੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਵੋ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰੋ (Involve children)

ਜਦੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਇਕ ਕਹਾਣੀ ਕਈ ਵਾਰੀ ਸੁਣ ਲਈ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਥੋੜ੍ਹਾ ਕੁੱਕ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਅਗਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੁੱਝ ਕਹਾਣੀਆਂ ਵਿਚ ਦੁਬਾਰਾ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਅਸਾਨ ਬਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਕੁੱਝ ਸ਼ਬਦ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਦੁਹਰਾਉਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਦੁਹਰਾਉਣਗੇ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਤਾਬ ਦਾ ਪੰਨਾ ਪਰਤਣ ਦੀ ਖੁੱਲ੍ਹ ਦੇ ਕੇ ਵੀ ਬੱਚੇ ਦਾ ਧਿਆਨ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿਚ ਲਗਾ ਕੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ (Ask questions)

ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਤੇ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਰੋਕ ਕੇ ਕਹਾਣੀ ਵਿਚਲੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਜਾਂ ਕਹਾਣੀ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ। ਜਦੋਂ ਅਜੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਬੋਲਣਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸਿੱਖਿਆ ਹੁੰਦਾ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ, “ਕੀ ਤੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਬਘਿਆੜ ਕਿਥੇ ਲੁੱਕਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ?” ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਗਿਣਤੀ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ, “ਤੈਨੂੰ ਇਸ ਪੰਨੇ ਤੇ ਕਿੰਨੀਆਂ ਬਿੱਲੀਆਂ ਨਜ਼ਰ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ?” ਵੱਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਪੁੱਛੋ, “ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਜਦੋਂ ਛੋਟੀ ਲੜਕੀ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੁੱਲ੍ਹੇਗੀ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?”

ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦਿਉ (Respond to questions)

ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਦਾ ਵੀ ਸਮਾਂ ਕੱਢੋ। ਜਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਅਜੇ ਬਹੁਤੇ ਸ਼ਬਦ ਨਹੀਂ ਵੀ ਬੋਲ ਸਕਦੇ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿਤਾਬ ਵਿਚਲੀ ਕਿਸੇ ਤਸਵੀਰ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਨ ਤੇ ਓਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਵਾਲ ਹੋਵੇ। ਜਿੱਧਰ ਬੱਚਾ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਉਸ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਨਾਂ ਲੈ ਕੇ ਜਵਾਬ ਦਿਉ। ਵੱਡੇ ਬੱਚੇ ਇਹ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਸੇ ਪਾਤਰ ਨੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿਉਂ ਕੀਤਾ। ਆਪਣੀ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਵਿਚ ਰੋਕ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਬਾਤ ਕਰੋ।

ਦੁਬਾਰਾ ਦੁਬਾਰਾ ਪੜ੍ਹੋ (Over and over again)

ਬੱਚੇ ਇਕ ਕਿਤਾਬ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਦੁਬਾਰਾ ਸੁਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ- ਜਦੋਂ ਕਿ ਕੁੱਝ ਬਾਲਗ ਵਿਆਕੁਲਤਾ ਕਾਰਣ ਕਿ(ਨੋਟ ਰਣਤੁਰਿਦਦ) ਅਲਗ ਅਲਗ ਕਿਸਮ ਦੀ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰਿਚਿਤ ਸਮਗਰੀ ਦੀ ਇਸ ਚਾਹਤ ਲਈ ਧੀਰਜ ਰੱਖੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਦੁਹਰਾਉਣਾ ਸ਼ਬਦ ਸਿੱਖਣ, ਸਿਧਾਂਤ ਜਾਨਣ ਅਤੇ ਕਿਤਾਬ ਵਿਚਲੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਇਕ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਦੇ ਰਹੋ (Keep it up)

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਪੜ੍ਹਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਇਕ ਦੂਸਰੇ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਕੇ ਸੁਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਇਕੱਠੇ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹੋਏ ਗੁਜ਼ਾਰੇ ਹੋਏ ਪਲ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯਾਦ ਰਹਿਣਗੇ।

ਦੁਆਰਾ ਬੈਟਸੀ ਮਾਨ

The Pleasures of Reading Aloud

There are lots of reasons to look at books and read aloud to children, starting when they are very young and continuing well after they can read for themselves. It's a time to enjoy moments of relaxation and closeness, to share interests and explore the world. In addition, experts suggest that reading to children 20 minutes a day improves their chances of success in school.

Here are some ways to make the most of your reading time.

The starting position

Your physical position communicates your interest and caring. Place yourself at child level, cuddled on the sofa or bed or sitting on the floor together.

Suit the book to the age

Babies explore books through all their senses, including taste, so choose cloth or cardboard books that will take heavy wear and tear. Later, toddlers are interested in naming things in books with one picture per page. Gradually, children become interested in the stories in books, first very simple ones, then progressively longer and more complicated stories. Eventually, you may be reading longer books over a period of days or even weeks, one chapter at a time.

Follow their interests

Choose a book that suits the child's age and interests. Younger children may lose interest before you arrive at the last page. That's okay. The goal is to make reading fun, rather than to get to the end of the book.

Adapt the text

You can adapt a book to the age of the child you are reading to. For young children, try just describing the pictures or telling the story in your own words. You might also change the names of the characters to names of people the child knows.

Catch children's attention

Bright colours and clear illustrations catch children's interest. You can hold the attention of a squirming child with books that have moving parts—flaps that lift, scenes that pop up, pieces that go into slots. Build on what you know interests them: an activity they enjoy, an animal that appeals to them.

Make your reading dramatic

Making your reading dramatic will also keep children interested in the story. Emphasize the rhythm in nursery rhymes. Use gestures and point to what you're talking about in the pictures. Change your voice for different characters in the story and make sounds for the animals. Encourage the children to imitate you and join in the fun.

Involve children

When children have heard a story several times already, you can involve them by pausing to let them fill in the next words. Some stories have a refrain that makes this easy, for instance, "I'll huff and I'll puff and I'll blow your house down!" in the Three Little Pigs. Just letting a child turn the page can keep him or her involved in reading.

Ask questions

From time to time, stop and ask questions about the pictures or the story. Even before a child can talk you might ask, "Can you see where the wolf is hiding?" If a child is learning to count, you could ask, "How many cats do you see on this page?" Draw older children into the action by asking, "What do you think will happen if Goldilocks eats the porridge?"

Respond to questions

Take time to answer the children's questions too. For children who don't yet say many words, just pointing at a part of an illustration may be a question. Respond by naming whatever the child is pointing to. Older children might ask why a character did something. Pause in your reading to discuss their ideas.

Over and over again

Children love to hear the same book read over and over again—much to the dismay of some adults who would like a bit more variety. Be patient with this preference for familiar material. Repetition is part of the way children learn the words, the concepts and the story that a book contains.

Keep it up

When your children can read for themselves, you can take turns reading to each other. The good feelings of these moments spent sharing the pleasure of books will last many years.

by Betsy Mann