StartingBlocks.gov.au

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਖੇਡ ਦਾ ਮਹੱਤਵ

ਖੇਡਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸਿੱਖਣਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ।

'ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ' ਦੀ ਧਾਰਣਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਜਰਮਨ ਸਿਖਿਅਕ ਫਰੈਡਰਿਕ ਫਰੋਬਲ, ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਸੀ ਕਿ "ਖੇਡ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਮਾਨਵ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਸਰਬੋਤਮ ਤਰੀਕਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚਲੀ ਭਾਵਨਾ ਜ਼ਾਹਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।"

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਆਰੰਭਿਕ ਬਚਪਨ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾ ਦੇ ਸਿਖਿਅਕਾਂ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ 'ਖੇਡ ਅਧਾਰਤ' ਢੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਖੇਡ ਇੱਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਬੱਚੇ ਖੋਜ, ਕਲਪਨਾ ਅਤੇ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਦੀ ਆਪਣੀ ਕਮਾਲ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਿੱਥੇ ਖੇਡ ਨੂੰ ਅਕਸਰ 'ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲਾ ਕੰਮ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਇਸਦਾ ਬਹੁਤਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਹਨ। ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਜਵਾਨੀ ਤੱਕ ਬੱਚੇ ਦੀ ਖੇਡ ਦੀ ਕਿਸਮ ਅਤੇ ਮੰਤਵ ਬਦਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹੋਵੋਗੇ ਕਿ ਮਾਪੇ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖੇਡਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਜਾਂ ਲਾਲਚ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਖੇਡਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਖੇਡਣ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦਿਲਚਸਪੀ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਇਸਨੂੰ ਕੋਈ ਵਾਧੂ ਲਾਲਚ ਦਿੱਤੇ ਬਗੈਰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਖੇਡ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਨੂੰ ਸਹਿਯੋਗ ਕਿਵੇਂ ਮਿਲਦਾ ਹੈ?

ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ - ਵੱਡੀ ਅਤੇ ਛੋਟੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਚੁਸਤ ਖੇਡ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚੜ੍ਹਨਾ, ਦੌੜਨਾ, ਗੇਂਦ ਵਾਲੀਆਂ ਖੇਡਾਂ, ਪੁੱਟਣਾ, ਛਾਲ ਮਾਰਨੀ, ਅਤੇ ਨੱਚਣਾ। ਇਸ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ, ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ, ਸਰਗਰਮ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਦੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਮਦਦ ਵਿੱਚ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਲਈ ਹੁਨਰਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਸਮਾਜਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ - ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣ ਅਤੇ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਣ ਸਮੇਤ ਨਾਟਕੀ ਅਤੇ ਕਾਲਪਨਿਕ ਖੇਡ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸਮਾਜਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਹੁਨਰ ਅਤੇ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ:

- ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ, ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਚੋਣਾਂ ਅਤੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ
- ਸਫਲਤਾ ਅਤੇ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਕੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ
- ਆਪਣੀ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਕਰਨਾ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਤੀਰੇ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਾ ਜਾਂ ਤਣਾਅ ਘਟਾਉਣਾ ਸਿੱਖਣਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਅਜਿਹੀ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚਿੰਤਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹੋਰਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਦੌਰਾਨ ਹਮਦਰਦੀ ਅਤੇ ਨਿਰਪੱਖਤਾ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨਾ।

ਬੌਧਕ ਵਿਕਾਸ - ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਤੇ ਹੋਰਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੌਧਕ ਹੁਨਰਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੋਚਣ, ਯਾਦ ਰੱਖਣ, ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣ, ਸਭ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਖੇਡਣ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਬੌਧਕ ਹੁਨਰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਦੇ ਹਨ:

- ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਕਰਨਾ
- ਕਲਪਨਾ ਅਤੇ ਰਚਨਾਤਮਕਤਾ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ
- ਆਕਾਰ, ਰੰਗ, ਮਾਪ, ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਅੱਖਰਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਵਰਗੀਆਂ ਧਾਰਣਾਵਾਂ
- ਇਕਾਗਰਤਾ, ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਅਤੇ ਲਚਕੀਲਾਪਨ ਵਰਗੀਆਂ ਖੂਬੀਆਂ।

ਸਾਖਰਤਾ ਅਤੇ ਅੰਕਾਂ ਸਬੰਧੀ ਗਿਆਨ ਦਾ ਵਿਕਾਸ - ਖੇਡਣ ਲਈ ਸੋਚ, ਭਾਸ਼ਾ, ਗੱਲਬਾਤ, ਉਤਸੁਕਤਾ ਅਤੇ ਖੋਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਖੇਡਾਂ ਰਾਹੀਂ ਬੱਚੇ ਹੁਨਰ ਅਤੇ ਸਮਝ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਸਮਝ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ
- ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਬੋਲਣ ਦੇ ਹੁਨਰ
- ਲਿਖਣ, ਰੰਗ ਕਰਨ ਅਤੇ ਡਰਾਇੰਗ ਰਾਹੀਂ ਲਿਖਣ ਦੇ ਹੁਨਰ
- ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਕਿ ਕਹਾਣੀਆਂ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ (ਕਥਾਨਕ, ਪਾਤਰ, ਢਾਂਚਾ, ਮੰਤਵ ਅਤੇ ਇੱਕ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਰੂਪ)
- ਇਹ ਸਿੱਖਣਾ ਕਿ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਅਰਥ ਕੋਈ ਹੋਰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਇੱਕ ਬਲਾਕ ਇੱਕ ਟੈਲੀਫੋਨ ਲਈ ਚਿੰਨ੍ਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ) ਜੋ ਰਸਮੀ ਪੜ੍ਹਨ, ਸ਼ਬਦ-ਜੋੜ ਅਤੇ ਅੰਕਾਂ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਅੱਖਰ, ਸ਼ਬਦ ਜਾਂ ਅੰਕ ਚਿੰਨ੍ਹ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹਨ
- ਇਹ ਸਿੱਖਣਾ ਕਿ ਅੱਖਰ, ਸ਼ਬਦ, ਚਿੰਨ੍ਹ, ਅੰਕਾਂ ਅਤੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਉਦੇਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋਰਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਅਰਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਿਖਲਾਈ ਲਈ ਖੇਡ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਤਰੀਕਾ ਕਿਵੇਂ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ?

ਆਰੰਭਿਕ ਬਚਪਨ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਖਿਅਕ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਢਾਂਚੇਗਤ 'ਪਾਠਾਂ' ਜਾਂ ਰਸਮੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਖੇਡ ਅਧਾਰਤ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਉਮਰ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਅੰਦਰਵਾਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰਵਾਰ ਖੇਡਾਂ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਹਰ ਬੱਚਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਅਤੇ ਅਨੰਦ ਨਾਲ ਖੇਡ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਿਖਿਅਕ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ, ਖੇਡ ਦੁਆਰਾ ਇਹਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਦੇ ਹਨ:

- ਅਜਿਹੇ ਸਰੋਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਜੋ ਖੇਡ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ, ਰੁਚੀਆਂ, ਗਿਆਨ, ਖੂਬੀਆਂ, ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਸਰੋਤ ਜੋ ਬਲਾਕ ਜਾਂ ਗੱਤੇ ਦੇ ਬਕਸੇ ਵਰਗੀ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਬੇਰੋਕ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਰਚਨਾਤਮਕਤਾ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਡੱਬਿਆਂ ਤੋਂ ਇੱਕ ਕਾਰ ਬਣਾਉਣਾ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਅੰਤਰਾਂ, ਰੁਚੀਆਂ, ਵਿਕਾਸ ਸਬੰਧੀ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਖੇਡ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਬੱਚਾ ਚਿੱਤਰਕਾਰੀ ਕਰਨ ਜਾਂ ਲਿਖਣ ਲਈ ਪੈਂਸਿਲ ਫੜ੍ਹਨਾ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਿਖਿਅਕ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਂਗਲਾਂ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਉਸਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਕਾਰ ਦੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਫੜ੍ਹਨ ਲਈ ਦੇਵੇਗਾ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖੇਡਦਿਆਂ ਦੇਖਣਾ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਸਮਝ ਸਕਣ ਕਿ ਉਹ ਦੂਸਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਖੇਡਦੇ ਹਨ, ਖੇਡਣ ਦੌਰਾਨ ਉਹ ਕਿਹੜੇ ਹੁਨਰ ਅਤੇ ਸਮਝ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਕਿਹੜੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਪੱਕਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਦਲੀਲ, ਢੁਕਵੀਂ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਵਤੀਰੇ ਨੂੰ ਆਕਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਖੇਡਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਖੇਡਣ ਵਾਸਤੇ ਕਾਹਲੀ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਅਤੇ ਨਿਰਵਿਘਨ ਸਮਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ।

ਖੇਡਾਂ ਰਾਹੀਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਕਿਵੇਂ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਸਿੱਖਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਤਿਆਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਨੀਹਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਖੇਡ ਅਧਾਰਤ ਸਿਖਲਾਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੁਨਰ, ਸਮਝ ਅਤੇ ਸੁਭਾਅ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਜੀਵਨ ਭਰ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰੁਚੀਆਂ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਿਖਿਅਕਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰੁਚੀਆਂ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਖੇਡ ਅਨੁਭਵਾਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਸਕਣ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਸਿਖਿਅਕਾਂ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਨਾ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ
- ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਦਿਲਚਸਪ ਖੇਡ ਸਥਾਨਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ