

## प्रिय अभिभावक गण

समस्त वर्ष आपके बच्चों की देखभाल करने एवं उन्हें शिक्षित एवं संस्कारित करने में हमें अच्छा लगा। बच्चे ग्रीष्म अवकाश अपने प्राकृतिक संरक्षक यानि अपने माता पिता के साथ बिताएंगे। हम आपसे अपेक्षा करते हैं की नीचे दिए गए सुझावों पर अमल करें जिससे यह समय आपके बच्चों के लिए उपयोगी साबित हो एवं बच्चे संबंधों को समझना एवं जीना सीखें :

- ✓ अपने बच्चों के साथ कम से कम दो बार खाना अवश्य खाएं।
- ✓ उन्हें किसानों के महत्त्व और उनके कठिन परिश्रम के बारे में बताएं और उन्हें बताएं कि अपना खाना बेकार न करें।
- ✓ खाने के बाद उन्हें अपनी प्लेटें खुद धोने दें। इस तरह के कार्यों में बच्चे मेहनत की कीमत समझेंगे।
- ✓ उन्हें अपने साथ खाना बनाने में मदद करने दें। उन्हें उनके लिए सब्जी या फिर सलाद बनाने दें।
- ✓ तीन पड़ोसियों के घर जाएं। उनके बारे में और जानें और घनिष्ठता बढ़ाएं।
- ✓ दादा दादी नाना नानी के घर जाएं और उन्हें बच्चों के साथ घुलने मिलने दें। उनका प्यार और भावनात्मक सहारा आपके बच्चों के लिए बहुत जरूरी है। उनके साथ तस्वीरें लें।
- ✓ उन्हें अपने काम करने की जगह पर लेकर जाएं जिससे वो समझ सकें कि आप परिवार के लिए कितनी मेहनत करते हैं।
- ✓ किसी भी स्थानीय त्योहार या स्थानीय बाजार को मिस न करें।
- ✓ अपने बच्चों को किचन गार्डन बनाने के लिए बीज बोने के लिए प्रेरित करें। पेड़ पौधों के बारे में जानकारी होना भी आसके जो बच्चों के विकास के लिए जरूरी है।
- ✓ अपने बचपन और अपने परिवार के इतिहास के बारे में बच्चों को बताएं।
- ✓ अपने बच्चों को बाहर जाकर खेलने दें। उन्हें चोट लगने दें एवं गंदा होने दें। कभी कभार गिरना और दर्द सहना उनके लिए अच्छा है। सोफे के कुशन जैसी आराम की ज़िन्दगी आपके बच्चों को आलसी बना देगी।
- ✓ उन्हें कोई पालतू जानवर जैसे कुत्ता बिल्ली बिड़िया या मछली पालने दें।
- ✓ उन्हें कुछ लोक गीत सुनाएं। अपने बच्चों के लिए रंग बिरंगी तस्वीरों वाली कुछ कहानी की किताबें लेकर आएं।
- ✓ बच्चों को सुबह जल्दी उठने एवं व्यायाम व सैर करने की आदत डालें।
- ✓ अपने बच्चों को टीवी मोबाइल फोन कंप्यूटर और इलेक्ट्रॉनिक गैजेट्स से दूर रखें। इन सबके लिए तो उनका पूरा जीवन पड़ा है।
- ✓ उन्हें चॉकलेट्स जैली क्रीम कैंडिस जैसे वाले पेय पदार्थ और पप्स जैसे बेकरी प्रोडक्ट्स और समोसे जैसे तले हुए खाद्य पदार्थ देने से बचें।
- ✓ अपने बच्चों की आंखों में देखे और ईश्वर को धन्यवाद दें कि उन्होंने इतना अच्छा तोहफा आपको दिया। अब से आने वाले कुछ सालों में वो नई ऊंचाईयों पर होंगे।
- ✓ माता पिता होने के नाते यह जरूरी है कि आप अपना समय बच्चों को दें।
- ✓ अगर आप माता पिता हैं तो इसे पढ़कर आपकी आंखें नम जरूर हुई होंगी और अगर आंखें नम हैं तो वजह साफ है कि आपके बच्चे वास्तव में इन सब चीजों से दूर हैं।
- ✓ इस एसाईनमेंट में लिखा एक एक शब्द ये बता रहा है कि जब हम छोटे थे तो ये सब बातें हमारी जीवन शैली का हिस्सा थीं जिसके साथ हम बड़े हुए हैं लेकिन आज हमारे ही बच्चे इन सब चीजों से दूर हैं जिसकी वजह हम खुद हैं।
- ✓ ग्रीष्म अवकाश के उपरांत हम विद्यालय में बच्चों से उनके अनुभव मौखिक अथवा लिखित रूप में जानना चाहेंगे।

आपके सहयोग की अपेक्षा में

