شمارو چوٿون جون 2009

راند روند ۾

اچو ته راند روند ۾ سکون

ڪيڏڻ جو صحيح طريقو

هي شمارو اوهان جي پسنديده عنوان راندين تي مشتمل آهي ! ٻارئو.! ڇا اوهان ڄاڻو ٿا ته رانديون مزيدار هجڻ سان گڏ وڏ ڪوڙ سارا فائدا پڻ ڏين ٿيون. راندين جي ذريعي اوهان تمام گهڻيون شيون سکو ٿا جيئن گڏجي سڏجي ڪم ڪرڻ، ڳالهه ٻولهه، بحث مباحثو ڪرڻ، مسئلن جو حل ڳولهڻ وغيره . ان کان سواءِ راند اوهان کي چُست ۽ تندرست بڻائي ٿي ۽ راند ۾ ڪيڏڻ سان اوهان نوان دوست پڻ ٺاهي سگهو ٿا. هن ڀيري اسان راندين جي مختلف قسمن ۽ اُنهن سان لاڳاپيل سرگرمين تي ڳالهائينداسين ۽ اهو پڻ سڪنداسين ته انهن کي ڪيڏڻ جو صحيح طريقو ڪهڙو آهي، اميد ته اوهان کي ڏاڍو مزو ايندو، ...سو اچو ته سکون...!

راند روند شماري ۾ اندر پڙهندا ...

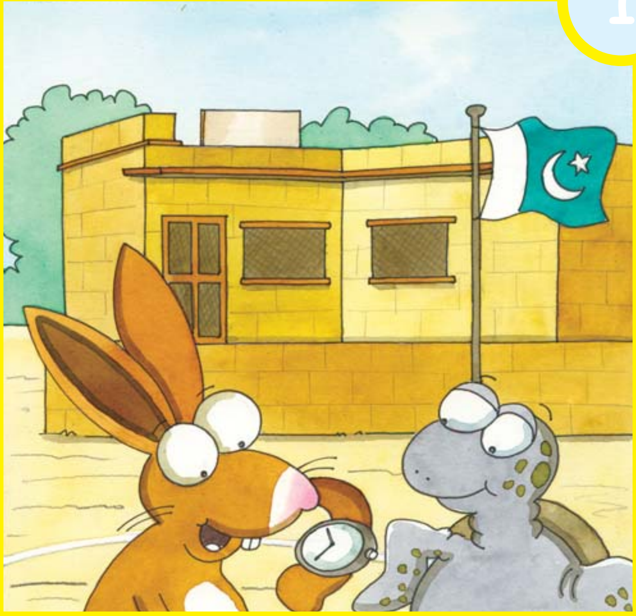
- اسڪول ۾ راند جو ڏهاڙو
- نقطا ملايو ۽ ڳولهيو ته ڪهڙي راند پئي کيڏجي
- محفوظ ۽ غير محفوظ راندين ۾ فرق ڪريو
- ٻار ڪهڙيون رانديون کيڏي سگهن ٿا..؟
- اڪيلائيءَ ۾ ۽ دوستن سان راند ڪيڏڻ
- اوهان جي ڄاڻ لاءِ

نوٽ: هن شماري ۾ گهٽي قدر معلومات ننڍن ٻارن ۽ ناخوانده والدين جي آسانيءَ لاءِ تصويرن جي ذريعي سمجهائي وئي آهي. پر ڪجهه معلومات سمجهڻ لاءِ ٻارن کي استادن جي مدد ۽ رهنمائيءَ جي ضرورت پوندي.

هي شمارو آر سي سي – اِي سي ڊي پروگرام تحت آغا خان فائونڊيشن ۽ رائل نيدر لينڊ ايمبسي جي تعاون سان تيارڪيو ويو.
طباعت ۽ اشاعت: سنڌ ايجوڪيشن فائونڊيشن

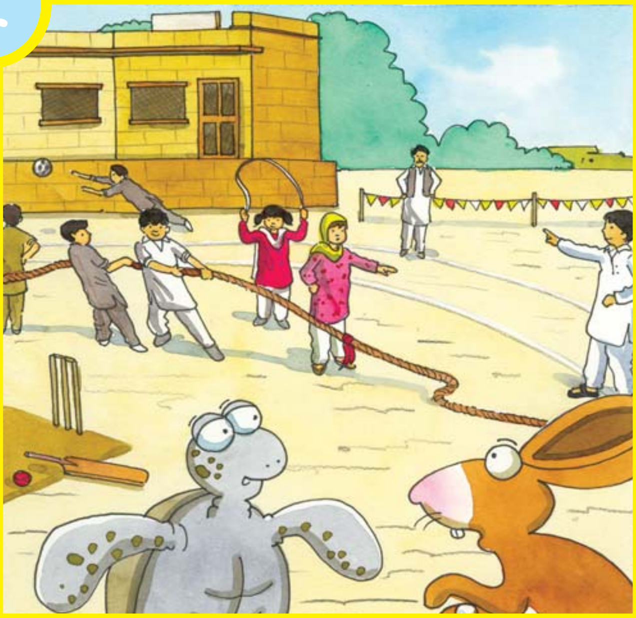
RCC Releasing Confidence & Creativity AN EARLY CHILDHOOD DEVELOPMENT PROGRAM

1



گوشي ۽ ڪاچو هر روز جيان اڄ بہ صبح جو سوير اسڪول پهتا

2



ٻارن ڪي ڪلاس جي ڪمرن ۾ موجود نہ ڏسي هو ٻئي حيران ٿي ويا
جو تہ ٻارَ ٻريان اسڪول جي ميدان تي ٻيٺل هئا. اهو واضح نظر پئي
آيو تہ گرائونڊ مختلف قسم جي راندين لاءِ تيار ڪيو ويو هو.

3

گوشي ۽ ڪاچو ميدان ۾ بيٺل ٻارن جي ويجهو آيا.

4

ٻيا ٻار بہ وڌي اچي اُن جٿي ۾ شامل ٿيا جتي گوشي ۽ ڪاچو راندين
جي ڏهاڙي ۽ سندن وڻندڙ راندين بابت ڳالهائي رهيا هئا.

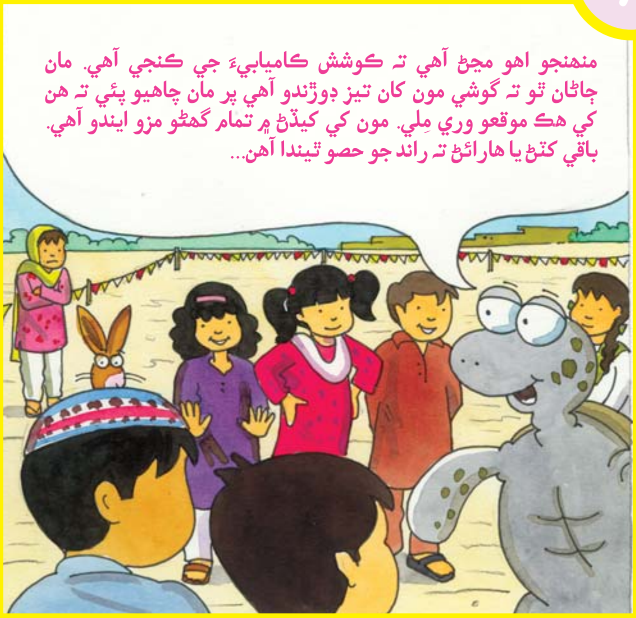
5

پار اهو ٻُڌي حيران ٿيا تہ گوشي اجان بہ ڊوڙڻ واري راند کي پسند ڪري ٿو، جڏهن تہ هن گذريل هفتي تمام خراب نموني ڪاڇوءَ کان هارڪادي هئي، جڏهن تہ ڪاڇو هورڙيان هلندڙ هڪ ڪُمي آهي....

6

گوشي هاڻ سمجهي ويو هو تہ ڪاڇوءَ تي ٺٺوليون ڪرڻ هن جي غلطي هئي ۽ هن گذريل راند جي مقابلي مان گهڻو ڪجھ سکيو هو....

7



رابعہ ڪانسواءِ سمورا ٻار غور سان ڪاڇوءَ جون ڳالهيون ٻڌي رهيا هئا، جيڪو ٻارن کي سمجهائي رهيو هو تہ ڪيئن پنهنجون قابليتون ۽ صلاحيتون استعمال ڪري راندين مان وڌ ۾ وڌ فائدو حاصل ڪري سگهجي ٿو.

8

گوشيءَ ڏٺو تہ رابعہ ميدان جي ٻاهرين پاسي هڪڙي ڪنڊ ۾ اڪيلي بيٺل هئي، هوءَ ڏاڍي پريشان نظر آئي ۽ راندين جي ان ايڏي وڏي سرگرمي ۾ ڪا بہ دلچسپي ڪونہ وٺي رهي هئي.

9

ڪاڇوءَ پيار وچان رابعہ جي ڪلهي تي پنهنجي ٻانهن جو گهيرو آندو ۽ ڪيس راندين جي اهميت ٻڌائڻ شروع ڪئي....

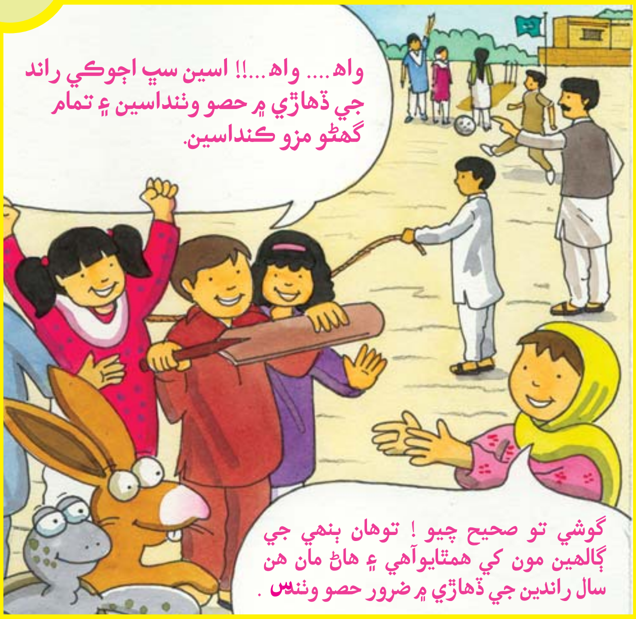
10

ڪاڇو ٻين ٻارن طرف مڙيو ۽ سيني کي ٻڌايائين تہ اوهان مان هر هڪ ٻار هڪجهڙو ناهي هوندو ۽ ٻين کان نرالو هجڻ هڪ خوبي آهي. اهميت ان ڳالهہ جي آهي تہ اسان اهو سکون تہ ٻيا جيئن آهن انهن کي ايئن قبوليون.

11

گوشي مڃيو تہ هُن گذريل ڊوڙ واري مقابلي ۾ هارائڻ مان سبق پرايو ۽ هن اهو بہ سکيو تہ هو تہ ٻيهر ڪنهن تي بہ چٿرون ۽ ٺٺوليون نہ ڪندو.

12



اُن کان پهريان جو گوشي ۽ ڪاڇو وڌيڪ ڪجهہ ـ ڳالهائين سيئي ٻار راند جي ميدان ڏانهن ڊوڙيا جتي انهن جا استاد مختلف راندين کيڏڻ لاءِ ٽيمون جوڙي رهيا هئا.

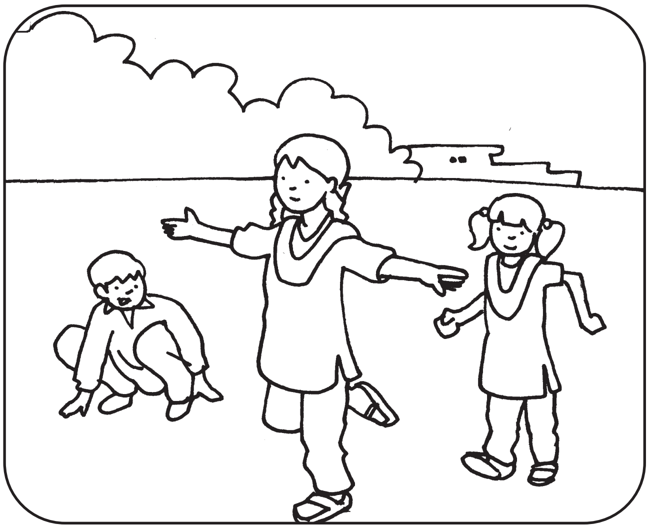
ان ڏينهن اسڪول جي راندين جو ڪجهہ الڳ ئي مزو هو. ٻارن پاڻ کي تمام گهڻو پُرسڪون محسوس ڪيو ۽ خوب مزو ڪيو. راند ۾ حصو وٺڻ لاءِ هر هڪ کي گهرايو ويو ۽ ڪيترن ئي راندين ۾ ٻارن پنهنجن والدين ۽ استادن کي پڻ هارايو. انهيءَ کي تہ حقيقي خوشي چئبو آهي.

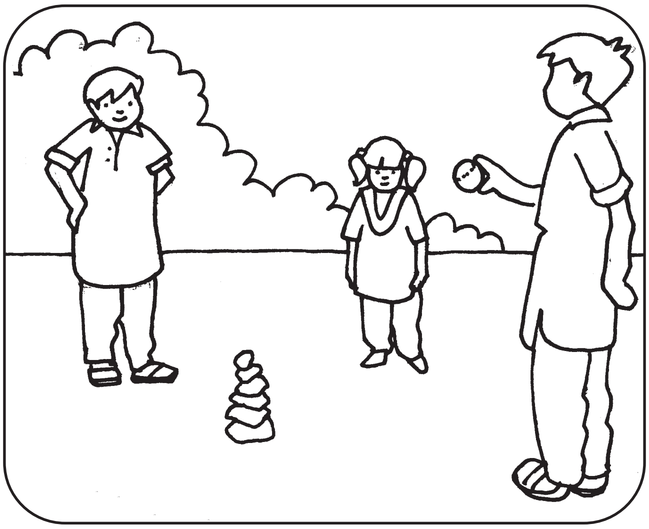
سرگرمي 1

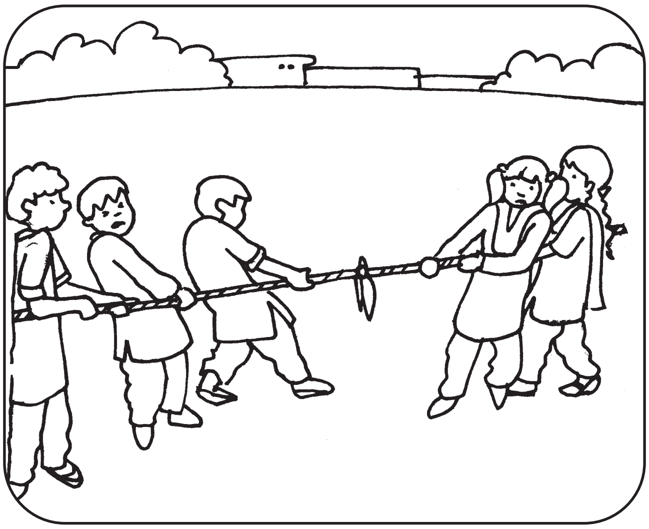
نقطا ملايو ۽ ٻڌايو تہ گهڻا ٻار ڊوڙي رهيا آهن.

سرگرمي 2

هيٺ ڏنل تصويرن ۾ رنگ ڀريو ۽ سڃاڻي ٻڌايو تہ ٻار ڪهڙيون ڪهڙيون رانديون ڪيڏي رهيا آهن.



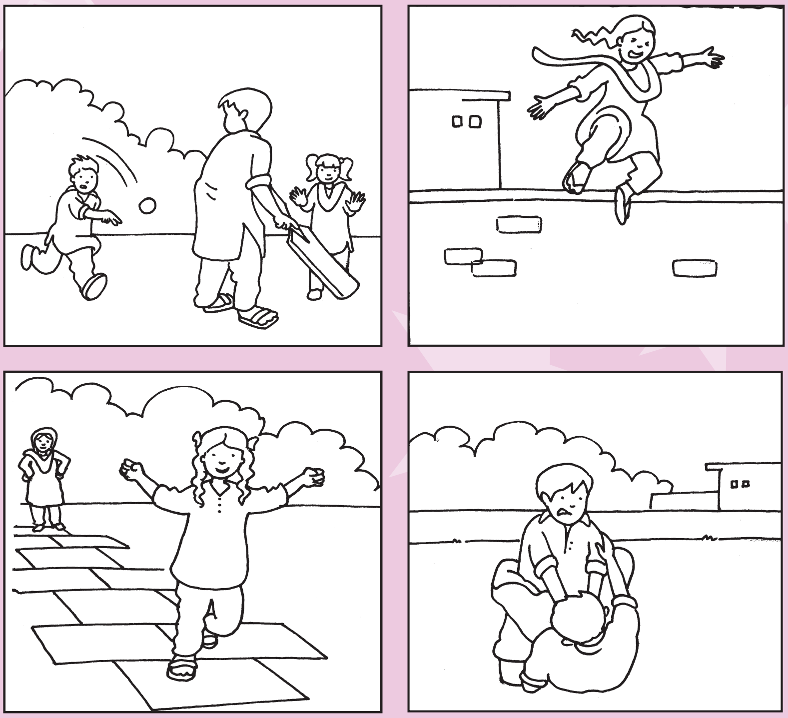




1. بال پٿر
2. رسو ڇڪڻ
3. پٿو گرم
4. منٻڪ

3 سرگرمي

هيٺ ڏنل تصويرن کي رنگ ڀريو ۽ انهن راندين جي سڃاڻپ ڪريو جيڪي اوهان دوستن گڏجي ۽ اڪيلي سِر بہ کيڏي سگهو ٿا.



سرگرمي 4

هيٺ ڏنل تصويرن مان اُن راند ۾ رنگ ڀريو جيڪا اوهان جي نظر ۾ هڪ محفوظ ۽ صحت بخش راند آهي ۽ جنهن کي کيڏڻ ۾ اوهان کي مزو پڻ اچي. اُنهن راندين تي ليڪ لڳايو جيڪي کيڏڻ ۾ غير محفوظ سمجهيون وڃن ٿيون ۽ پوءِ پنهنجي استادن سان اُن بابت ڳالهائيو ته اوهان ڇو اهڙي قسم جي راندين کيڏڻ کان لنوايو پيا.

اوهان جي ڄاڻ لاءِ:

راند جي اهميت

راند هڪ اهڙو ذريعو آهي جنهن جي وسيلي ٻار پنهنجي باري ۾، پنهنجي آس پاس موجود ماڻهن جي باري ۾، پنهنجي ماحول ۽ برادريءَ جي باري ۾ ڄاڻ حاصل ڪندا آهن. راند هڪ اهڙي سرگرمي آهي جيڪا ٻار پنهنجي مرضيءَ سان چونڊيندا آهن، پنهنجو پاڻ اُن جا اصول طئه ڪندا آهن ۽ پنهنجي اندروني خواهشن جي ذريعي انهن کي سرانجام ڏيندا آهن. راند هڪ اهڙو اهم ذريعو آهي جنهن جي وسيلي ٻارن جي نشوونما ٿيندي آهي. اهو چوڻ بلڪل فضول آهي ته راند جي ڪائي اهميت ناهي ۽ اها هڪ بيڪار سرگرمي آهي. راند سان جسماني نشو نما حاصل ٿئي ٿي، ڳالهائڻ ٻولهائڻ جا گُر سکن ٿا. ٻارن ۾ تخليقي صلاحيت بيدار ٿئي ٿي ۽ هو اهو پڻ سکن ٿا ته سماجي رابطا ڪيئن وڌائجن، پنهنجن جذبن کي ڪيئن اظهارجي ۽ هن دنيا بابت ڄاڻ ڪيئن حاصل ڪجي. ان کان علاوه جڏهن ٻار پنهنجن دوستن سان کيڏندا آهن ته هو پاڻ ۾ بحث مباحثو ڪرڻ سکندا آهن، مسئلن جا حل ڳولهي لهندا آهن ۽ ڳالهائڻ جون صلاحيتون پڻ حاصل ڪندا آهن.

گروهه ۾ گڏجي کيڏڻ جا فائدا

گروهه ۾ گڏجي کيڏڻ سان نه صرف اوهان جا نوان دوست ٺهندا پر ائين ڪرڻ سان اوهان جون ڪوڙ ساريون صلاحيتون پڻ نشونما حاصل ڪنديون جهڙوڪ سماجي رابطا وڌائڻ، حال احوال ڪرڻ، هڪٻئي جو سهڪار حاصل ڪرڻ.

پنهنجي راءِ کان اسان کي آگاهه ڪريو

اسان هن شماري جي پڙهندڙن جي راءِ جو انتظار ڪنداسين ۽ خاص ڪري اسانکي اوسيئڙو رهندو پنهنجن ننڍڙن پڙهندڙن جو. توهان اسانکي نئين ايندڙ شماري لاءِ ڪهاڻيون يا پنهنجي ٺاهيل ڪنهن تصوير کي هيٺ ڏنل ائڊريس تي موڪلي سگهو ٿا:

سنڌ ايجوڪيشن فائونڊيشن
پلاٽ 9، بلاڪ 7، ڪهڪشان ڪلفٽن 5، ڪراچي 75600 پاڪستان
UAN: (92-21) 111-424-111, Fax: (92-21) 9651652
اِي ميل

هي شمارو آر سي سي – اِي سي ڊي پروگرام تحت آغا خان فائونڊيشن ۽ رائل نيندر ليند ايمبسي جي تعاون سان تيارڪيو ويو.
طباعت ۽ اشاعت: سنڌ ايجوڪيشن فائونڊيشن
RCC Releasing Confidence & Creativity
AN EARLY CHILDHOOD DEVELOPMENT PROGRAM