படங்களில் உள்ள சுகாதார பழக்க வழக்கங்களின் முக்கியத்துவம் தொடர்பில் பிள்ளையுடன் கதையுங்கள்

சாப்பிட முன்
கைகளைக்
கழுவுவோம்

விளையாடியதன்
பின் கைகளைக்
கழுவுவோம்

மலசல கூடம்
சென்ற பின்
கைகளைக் கழுவுவோம்

பல் துலக்கி
முகம் கழுவுவோம்

நாம் பாதுகாப்புடன்

தினமும்
நீராடுவோம்

முகக்கவசங்களை
அணிவோம்

தும்மும் போது
முழங்கையினால் மூடிக்
கொள்வோம்

தும்மும் போது
கைக்குட்டையினை
பயன் படுத்துவோம்

முதல் ஆசான்

முன் பிள்ளைப்பருவ அபிவிருத்தி மத்திய நிலையங்களிலுள்ள பிள்ளைகளுக்கான செயற்பாடுகள்

முன் பிள்ளைப்பருவ அபிவிருத்தி அதிகார சபை- ஊவா மாகாண சபை

முதல் பாகம்

ஊவா மாகாண
முன் பிள்ளைப்பருவ அபிவிருத்தி
மத்திய நிலையங்களிலுள்ள
பிள்ளைகளுக்கான

முதல் ஆசான்

ஆலோசனை மற்றும் வழிகாட்டல்
கௌரவ ஊவா மாகாண ஆளுனர்
மற்றும்
ஊவா மாகாண பிரதம செயலாளர்

ஒருங்கிணைப்பு
செயலாளர்
ஊவா மாகாணக் கல்வி அமைச்சு

நெறியாள்கை மற்றும் தொழிநுட்ப உதவி
பணிப்பாளர்,
ஊவா மாகாண முன் பிள்ளைப்பருவ அபிவிருத்தி அதிகார சபை

பதிப்பாசிரியர்கள்
டப்லியு. எம். ஜயந்தா குணவர்தன
அதிபர்,
மாதிரி முன்பள்ளி
முன் பிள்ளைப்பருவ அபிவிருத்தி
அதிகார சபை

பு.ஸ்ரீதேவி (தமிழாக்கம்)
ஆரம்பக்கல்வி ஆசிரியர் ஆலோசகர்
கோட்டக் கல்விக் காரியாலயம்
பதுளை

பாடத்துறை உதவி
ஏன். விக்கிரமசிங்க
கிங்ஸ்டட் முன் பள்ளி
தயா குணசேகர வீதி, பதுளை

எஸ். நிர்மலா
ஷானிகா இந்துனில் பிரார்த்தனா
மாதிரி முன் பள்ளி
முன் பிள்ளைப்பருவ
அபிவிருத்தி அதிகார சபை
பிங்கராவ, பதுளை

கணினி வடிவமைப்பு மற்றும் அட்டை அமைப்பு
நிலூ அட்வர்டயிசின்
புத்தளை

பணிப்பாளரின் செய்தி

இலங்கையில் ஏற்பட்டுள்ள கொரோனா வைரஸ் காரணமாக ஊவா மாகாண ஆளுனரின் அறிவுறுத்தலுக்கு அமைவாக முன் பிள்ளைப்பருவ அபிவிருத்தி அதிகார சபையினால் முன்பள்ளி பிள்ளைகளுக்கு விடுமுறை வழங்கப் பட்டுள்ளது. இதனால் தற்போது ஒரு மாதத்திற்கும் அதிக காலமாக முறையானதோர் கற்றலின்றி பெற்றோருடன் வீட்டில் உள்ளனர். இக் காரணங்களின் அடிப்படையில் ஊவா மாகாண கௌரவ ஆளுனர் மற்றும் ஊவா மாகாண பிரதம செயலாளரின் அறிவுறுத்தல் மற்றும் வழிகாட்டலின் கீழ் ஊவா மாகாண கல்விச் செயலணியின் ஆலோசனையின் பேரில் செயற்பாடுகள் அடங்கிய இப்பத்திரிகை தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது.

பிள்ளைகளின் ஆளுமை விருத்தியின் மிக முக்கிய பருவம் முன் பிள்ளைப் பருவ அபிவிருத்திப் பருவம் என்பது சிக்மன் பிரய்ட் போன்ற உளவியலாளரின் கருத்தாகும். இதற்கென பெற்றோருக்கும் தனது வீட்டில் இருந்தவாறே பிள்ளைகளுக்கு வழிகாட்டியவாறு தனது பிள்ளையை விருத்தி செய்யலாம். இது வீட்டினை அடிப்படையாகக் கொண்ட செயன்முறையாகும். இதன் ஊடாக பிள்ளைகள் மற்றும் ஆசிரியர்களுக்கிடையே தொலைவானதோர் கல்வி தொடர்பொன்றே காணப்படுகின்றது. இவ்வாறான முறையியல்கள் ஏனைய நாடுகளில் ஆசிரியர்களற்ற தனித்த பிரதேசங்களில் வாழும் பெற்றோர்களை பலப்படுத்தியவாறு தனது பிள்ளையை விருத்தி செய்ய பயன்படுத்துகின்றனர். மேலும் வைரஸ் தொற்றினை காரணமாகக்கொண்டு முன்பள்ளி பிள்ளைகளுக்கிடையே சமூக இடைவெளியினை பாதுகாக்க முடியாத காரணத்தால் பெற்றோர்கள் முறையான சுகாதார பாதுகாப்பு முறையியல்களை பயன்படுத்தியவாறு பிள்ளைகளை தனது வீட்டில் விருத்திசெய்தல் இதன் மூலம் எதிர்ப்பார்க்கப் படுகின்றது.

இதன் மூலம் வழங்கப்பட்டுள்ள செயற்பாடுகளானது கடந்த விடுமுறைக்காலத்தில் ஏற்படுத்த இயலாது போன தேர்ச்சிகளை ஏற்படுத்துவதற்கு எதிர்ப்பார்க்கப்படுகிறது. தற்போது ஊவா மாகாண முன்பள்ளிகளில் அனுமதிக்கப்பட்டுள்ள பிள்ளைகளுள் 20388 பேர் 2021ம் ஆண்டு முதலாம் தரத்திற்கு உள்வாங்கப்படவேண்டியதுடன் இப்பிள்ளைகளின் பிரவேச ஆற்றல்கள் தேசிய தரங்களுக்கேற்ப உரித்தாக்குவதுடன் முறையான பாடசாலையின் ஆரம்பக்கல்வியினை பலப்படுத்தல் ஊவா மாகாணக் கல்வி அமைச்சு மற்றும் ஊவா மாகாண முன்பிள்ளைப்பருவ அபிவிருத்தி அதிகாரசபையின் முதன்மையானதொரு செயலாகும்.

வெளியிடல் மற்றும் வினியோகித்தல்
முன் பிள்ளைப்பருவ அபிவிருத்தி அதிகார சபை
ஊவா மாகாண சபை
தொலைபேசி இலக்கம் (94)5522295518 | 0770150561
E-mail - ecda.uva@gmail.com
Web - uvaecda.up.gov.lk

பிள்ளையுடன் பெற்றோர்

1. பிள்ளை பற்றிய விபரங்களை கூற வழிப்படுத்துங்கள்.
   பிள்ளையின் பெயர்
   பிள்ளையின் வயது
   பிள்ளை வசிக்கும் ஊரின் பெயர்
   பிள்ளை செல்லும் முன்பள்ளியின் பெயர்
   வீட்டில் இருப்போரின் பெயர்கள் அம்மா, அப்பா,...
2. பிள்ளை விரும்பும் கதையொன்றினை முன்வைக்குமாறு கூறுங்கள்.
3. பிள்ளைக்கு கேட்பதற்கு கதையொன்றினை கூறுங்கள்.
4. பிள்ளை தெரிந்த பாடல்களை பாட வழிப்படுத்துங்கள்.

பெற்றோருக்கான அறிவுறுத்தல்கள்

1. இப் பத்திரிகை ஊடாக வழங்கப்பட்டுள்ள செயற்பாடுகளுக்கு மேலதிகமாக மேலும் அவ்வாறான செயற்பாடுகளில் ஈடுபட உங்கள் பிள்ளையை வழிப்படுத்துங்கள்.
2. உங்கள் பிள்ளையுடன் இச்செயற்பாடுகள் செய்தமையினை மதிப்பிடுவதற்கு மீள இப் பத்திரிகையினை முன்பள்ளி ஆசிரியரிடம் ஒப்படையுங்கள்.
3. ஆசிரியர் மற்றும் பிள்ளையுடன் இப்பத்திரிகையினை பயன்படுத்துகையில் சுகாதார ரீதியான பாதுகாப்பு முறைகளை பின்பற்றுங்கள்.
4. பிள்ளையுடன் மகிழ்வுடனும் விரும்பத்தக்க வகையிலும் வழங்கப்பட்டுள்ள செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுங்கள்.
5. பெற்றோர் இச்செயற்பாடுகளை பிள்ளையினைக் கொண்டு செய்விப்பதற்கு பிரிதொரு நேரத்தினையும் பொருத்தமான இடமொன்றினையும் ஒதுக்கிக் கொள்ளுங்கள்.
6. பிள்ளைக்கு உதவி தேவைப்படும் சந்தர்ப்பங்களின் போது மாத்திரம் பெற்றொர் உதவி செய்யுங்கள்.

செயற்பாடு - 15

சிறிய நண்பர்கள் - கதையொன்று சொல்வோம்.

சங்கீதாவும் மாலதியும் நல்ல நண்பிகள். ஒரு நாள் சங்கீதா மாலதியை விடுமுறையின் போது அம்மாவுடன் தனது வீட்டிற்கு வருமாறு கூறினாள். எனவே ஒரு நாள் மாலதி அம்மாவுடன் சங்கீதா வீட்டிற்கு போனாள். சங்கீதாவின் வீட்டு முற்றத்தை கண்டதும் மாலதிக்கு மிக்க மகிழ்ச்சி.

”அடடா... இங்கே பாருங்கள்.. உனது பூந்தோட்டம் மிக அழகாய் உள்ளது.. முற்றம் எங்கும் மிக அழகான பூக்கள். தேன்குடிக்க வண்ணத்துப்பூச்சிகளும் தேன்சிட்டுக்களும் வந்துள்ளன.”.....

”நான் எந்நாளும் எனது பூங்கன்றுகளுக்கு நீர் ஊற்றுகின்றேன். அவற்றை அன்புடன் பார்த்துக்கொள்கிறேன்.” சங்கீதா சொன்னாள். நண்பர்கள் இருவரும் சந்தோஷமாக அங்குமிங்கும் ஓடித்திரிந்தனர். சங்கீதாவின் தோட்டம் முழுவதும் நிறைய பழ வகைகள் உண்டு. அது மட்டுமல்ல மிகவும் அழகாக வீட்டுத்தோட்டத்தில் காய்கறிகளும் வளர்த்துள்ளனர். மரங்களிலுள்ள பழங்களை பறித்து அனைவரும் பகிர்ந்து உண்டனர். சங்கீதாவின் தோட்டம் மிக அழகானது என்று மாலதி சொன்னாள்.

”நாங்கள் எல்லோரும் சேர்ந்து கன்றுகளை நடுவோம்.” சங்கீதாவின் அம்மா கூறினார். அவற்றிற்கு நீர் ஊற்றி மிகவும் அன்புடன் பராமறிக்கின்றோம். அதனால் தான் இம் மரஞ்செடி கொடிகள் நன்றாக வளர்ந்துள்ளன.

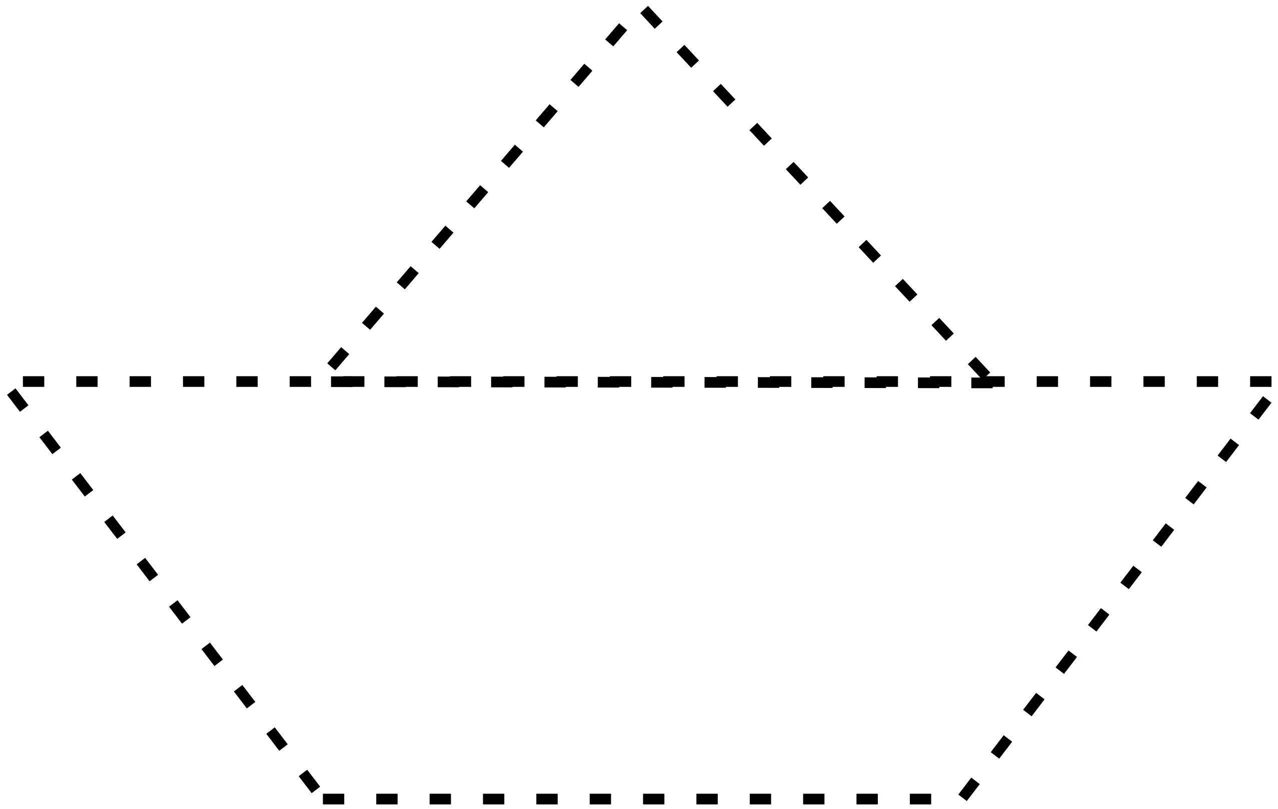
“உங்களுக்கு தெரியுமா? சூழலை, மரஞ்செடி கொடிகளை நேசித்தால் சூழலும் எம்மை பாதுகாக்குமென்று”

சங்கீதாவின் அப்பா சொன்னார்.. “அம்மா... நாங்களும் எங்கள் வீட்டில் இதே போல அழகாக கன்றுகளை நடுவோம். நானும் கன்றுகளுக்கு நீரூற்றி நன்றாக பார்த்துக்கொள்கிறேன்.”.. மாலதி அவளின் அம்மாவிடம் சொன்னார்.மாலதி அன்று மிகவும் மகிழ்ச்சியுடன் வீட்டிற்கு வந்தாள்.

நீங்களும் உங்கள் பிள்ளையுடன் பயனுள்ள ஒரு மரக்கன்றை நடுங்கள்.. அதனை பராமறிப்பதற்கு பிள்ளையை வழிப்படுத்துங்கள்.....

செயற்பாடு - 01

முறிகோடுகளை இணைப்போம். நிறந்தீட்டுவோம்.



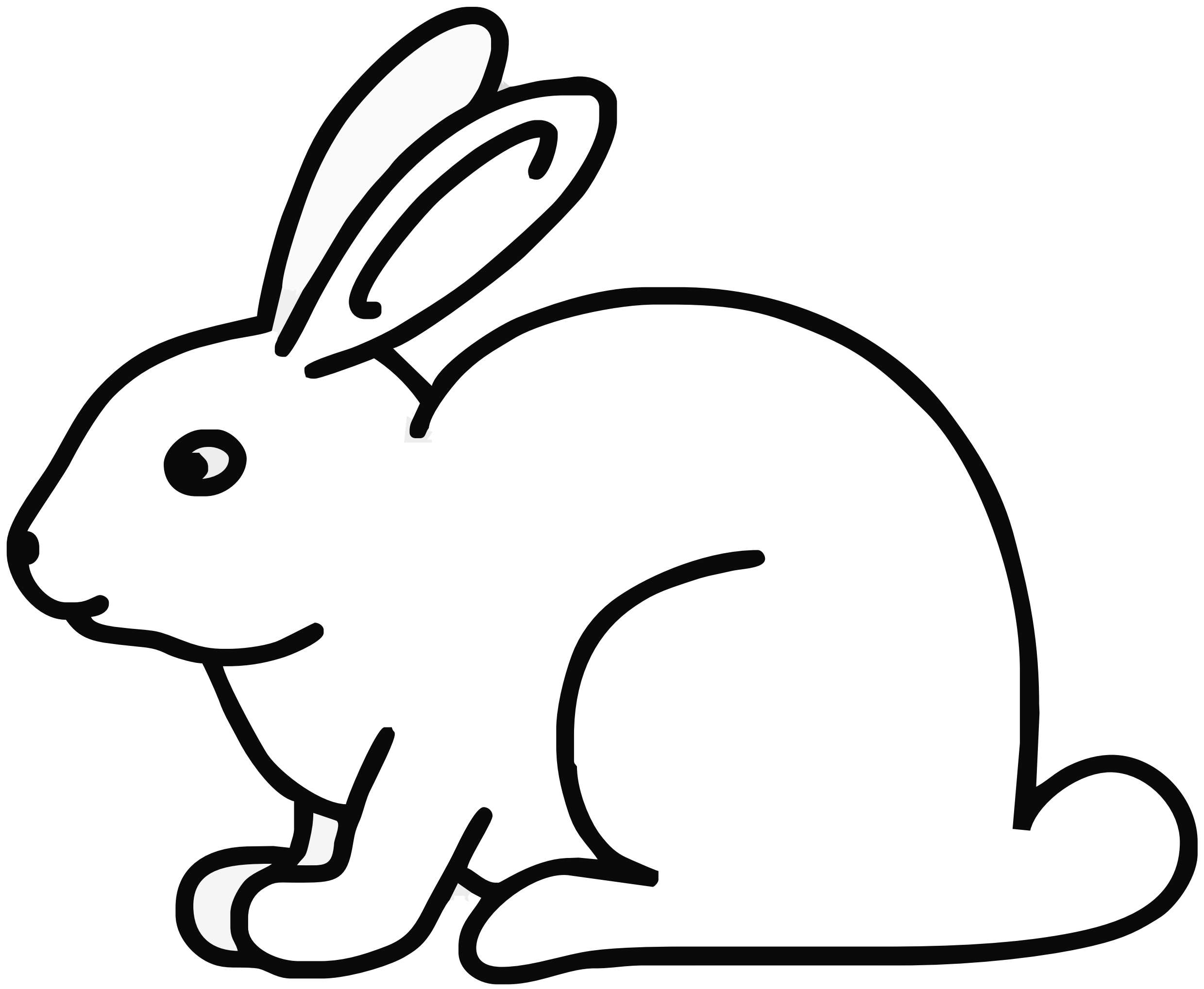
1. காகிதத்தினால் ஓடமொன்றை செய்வதற்கு பிள்ளைக்கு உதவுங்கள்.
2. பிள்ளைக்கு பாதுகாப்பினை வழங்கியவாறு நீருள்ள பேசினொன்றில் அதனை மிதக்க விடுங்கள்.
3. இப்பாடலை பாடச் செய்யுங்கள்.

காற்றடிக்கிறது மரங்கள் அசைய
சோ சோ என்று மழை பெய்கிறது.
ஓடம் செய்து மிதக்க விடுவோம்.
போவதைப் பார்த்துத் துள்ளி ஆடுவோம்.

செயற்பாடு - 02

பஞ்சினை உருட்டுவோம். ஒட்டுவோம்.

1. பஞ்சினை சிறிய துண்டுகளாக எடுத்து உருட்டி எடுப்பதற்கு பிள்ளைக்கு உதவுங்கள்.
2. கீழே தரப்பட்டுள்ள முயலினது உருவில் பிள்ளையைக் கொண்டு அமைத்துக் கொண்ட பஞ்சு உருண்டைகளை ஒட்டுவதற்கு உதவுங்கள்.
3. இங்கு தரப்பட்டுள்ள பாடலை பாடுவதற்கு உதவுங்கள்.
4. இயலுமெனில் அப்பாடலுக்கு நடனமாடுமாறு கூறுங்கள். முயலைப்பற்றி கூற சந்தர்ப்பம் வழங்குங்கள்.



நீளக்காதை உயர்த்தி உயர்த்தி சிறிய வாலை அடித்து அடித்து
அந்தப்பக்கம் இந்தப்பக்கம் கரணம் போடும் முயல் குட்டி
மிகவும் சாதுவான தோற்றம் பஞ்சுக்குவியல் போல வெள்ளை
அடுத்தவர்க்கு தொள்ளை செய்யா அழகு வாய்ந்த முயல் குட்டி

செயற்பாடு - 14

பிள்ளையுடன் தரப்பட்டுள்ள பொங்கல் பாடலை தாளத்தடன் பாடுவோம்.

பொங்கலோ பொங்கல்
பொங்கலோ பொங்கல்
பொங்கல் வருது பொங்கல் வருது
கொண்டாடலாம் வாங்க
உழைக்கும் அந்த உழவர்க்கெல்லாம்
நன்றி சொல்வோம் வாங்க

ஒளி கொடுக்கும் சூரியனும்
நமக்கு தெய்வம் தாங்க
இயற்கைக்கு நன்றி சொல்லி
கொண்டாடுவோம் வாங்க

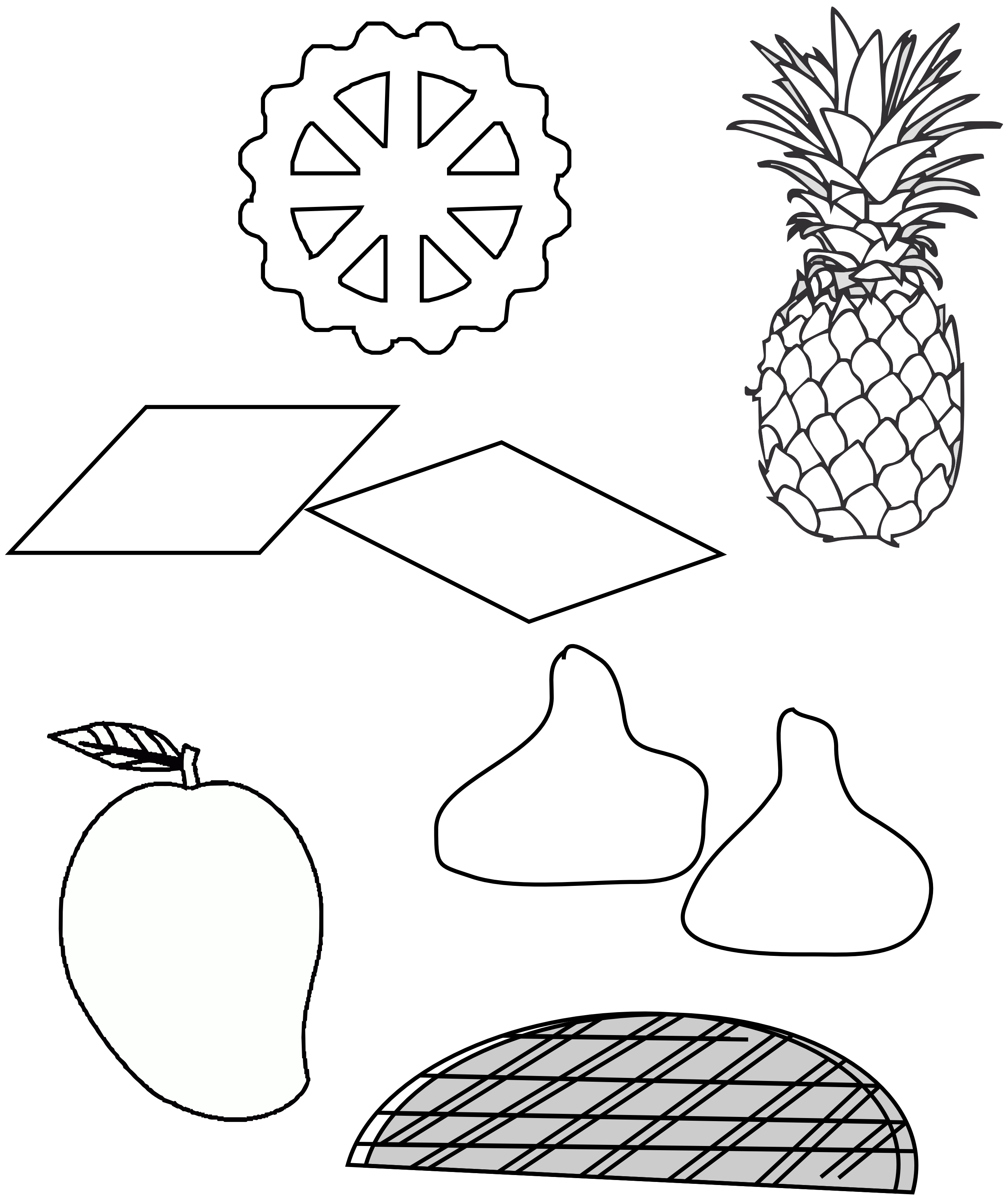
மஞ்சள் இஞ்சி கட்டிய பானையில்
பொங்கல் கொதிக்குதிங்கே
இனிக்கும் நல்ல சர்க்கரைப் பொங்கல்
சாப்பிடலாம் வாங்க

அழகழகாய்ப் புதுத் துணிகள்
அப்பா வாங்கினாங்க
புத்தாடை போட்டு நாங்க
ஆடும் ஆட்டம் பாருங்க

பொங்கலோ பொங்கல்
பொங்கலோ பொங்கல்

செயற்பாடு - 13

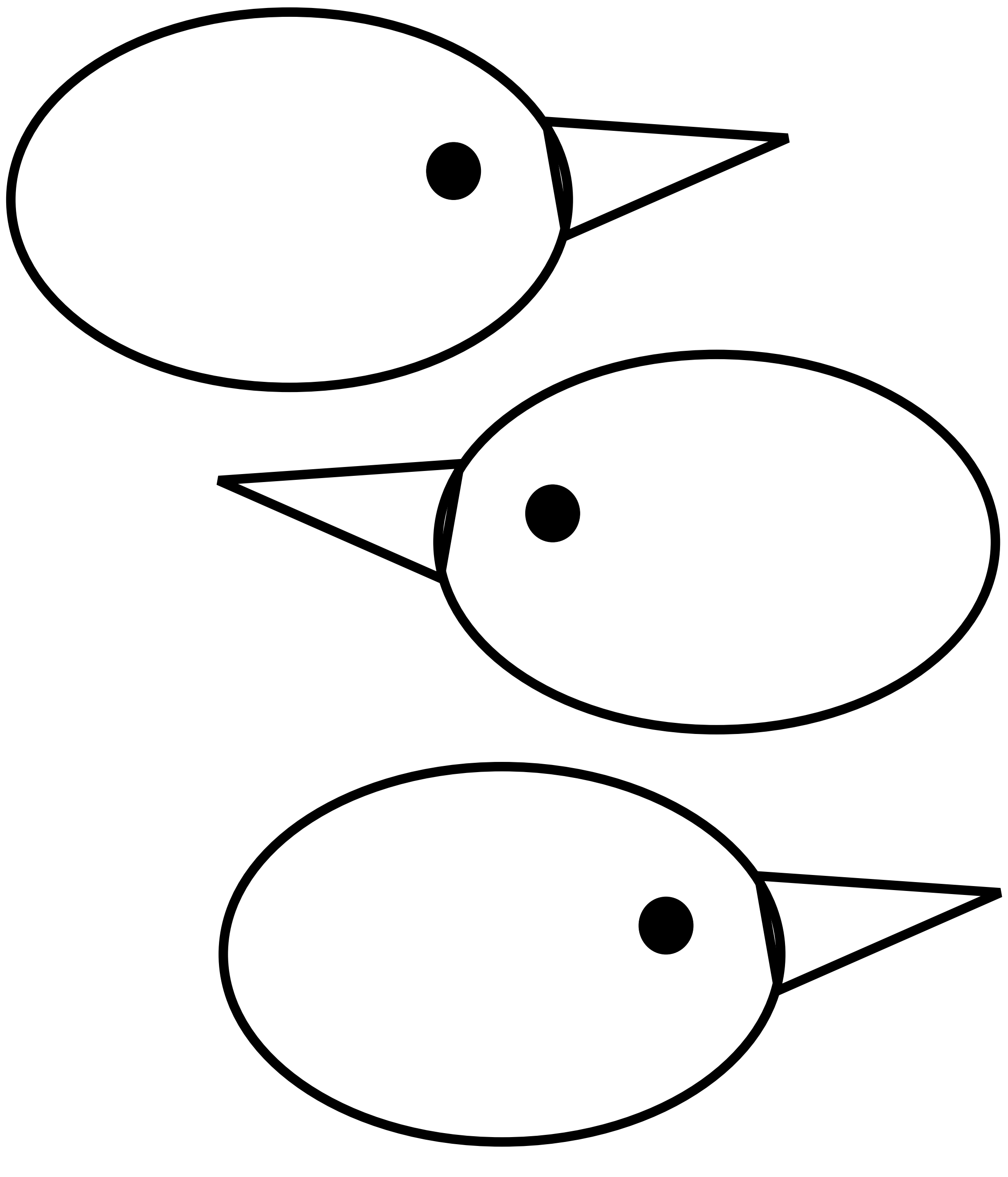
புத்தாண்டு பலகாரங்களை தெரிவு செய்து நிறந்தீட்டுவோம்



செயற்பாடு - 03

முட்டை ஓடு கோழிக்குஞ்சு

1. நன்றாக சுத்தமாக்கிய முட்டை ஓடொன்றை எடுப்போம்.
2. சிவப்பு நிற தாளொன்றினால் சொண்டொன்றை அமைத்து துவாரத்தினுள் பொருத்துவோம்.
3. கறுப்பு நிறத்தினால் இரு கண்களை ஒட்டுவோம்.



செயற்பாடு - 04

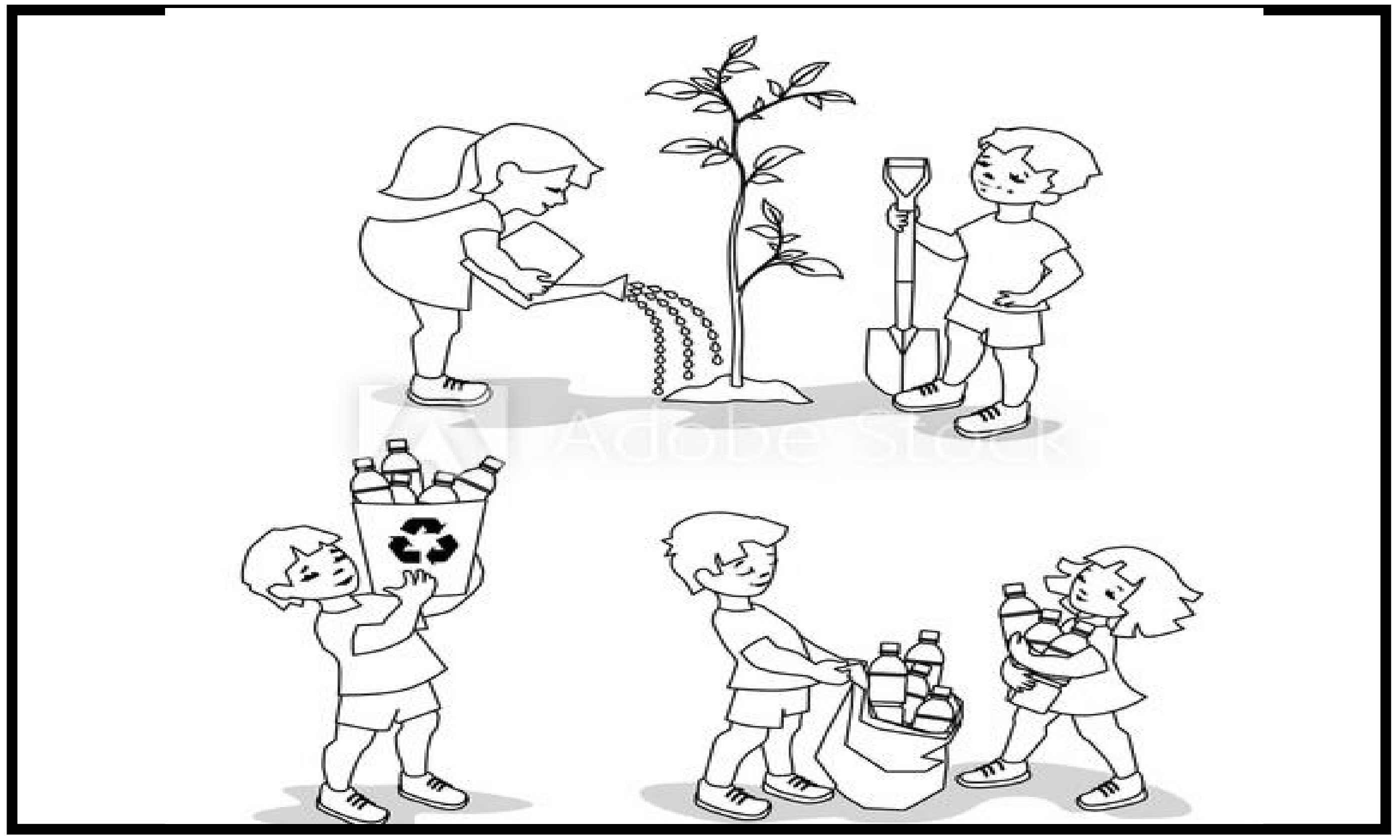
பொன்னிற வண்ணத்துப்பூச்சி

1. டொப்பி (இனிப்பு சுற்றப்பட்ட) தாளொன்றை எடுப்போம்.
2. அதனை நன்றாக தேய்த்து சுறுட்டுவோம்.
3. இரு புறமுள்ள பகுதிகள் இரண்டினையும் விரித்து வண்ணத்துப்பூச்சொன்றை அமைப்போம்.
4. அமைத்த வண்ணத்துப்பூச்சிகளை கீழே உள்ள கட்டத்தில் ஒட்டுவோம்.

படங்களில் உள்ளவை தொடர்பாக குடும்பத்தினருடன் சேர்ந்து விபரிப்போம்.

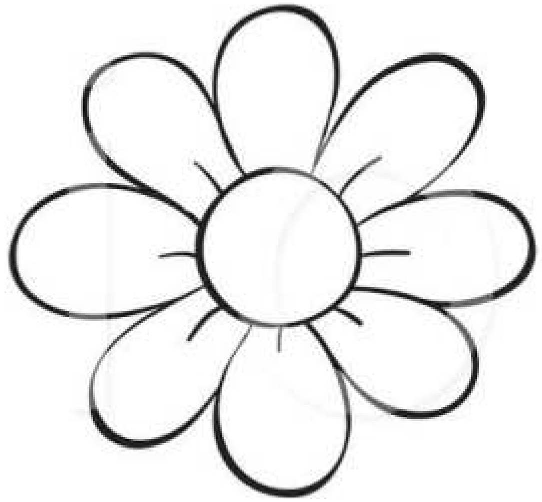
செயற்பாடு - 12

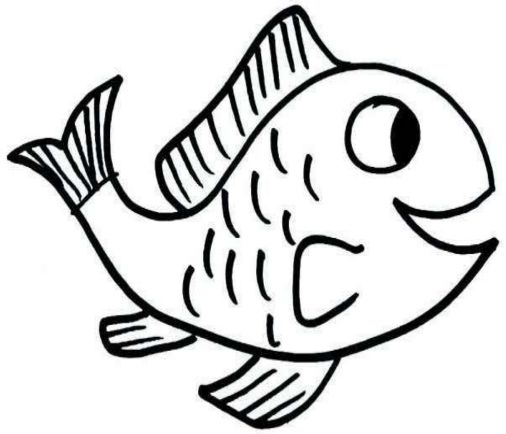
படங்களில் உள்ளவை தொடர்பாக குடும்பத்தினருடன் சேர்ந்து விபரிப்போம்.

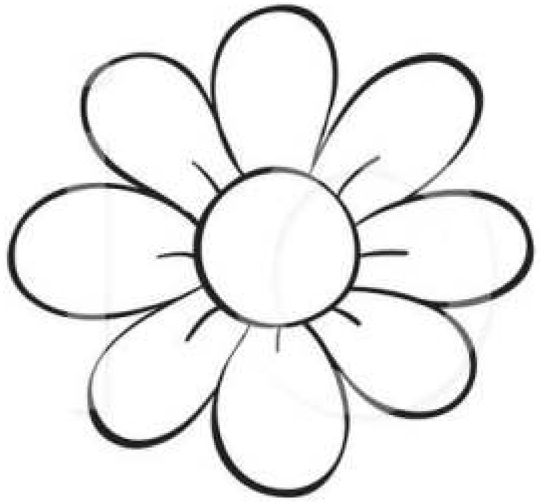


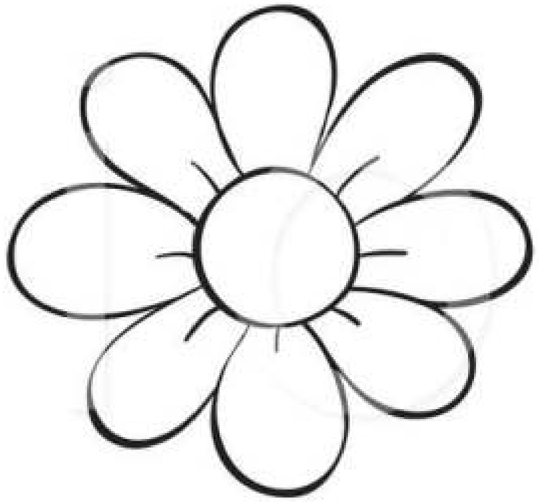
செயற்பாடு - 05

ஒத்த உருக்களை நிறந்தீட்டுவோம்.



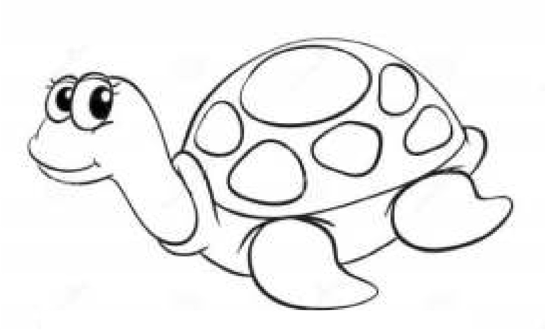
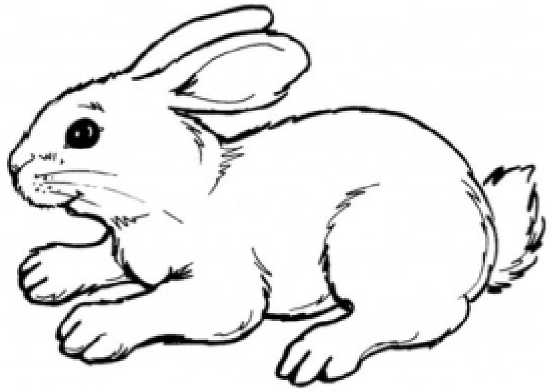


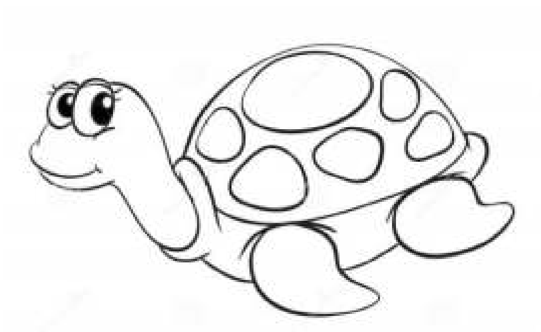
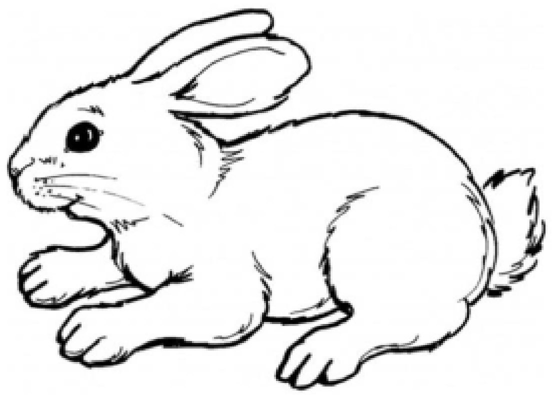
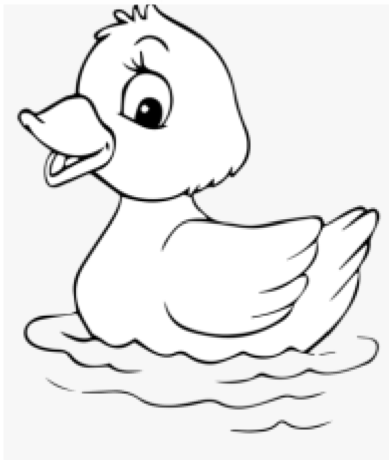




செயற்பாடு - 06

ஒத்த உருக்களை இணைப்போம்.

செயற்பாடு - 10

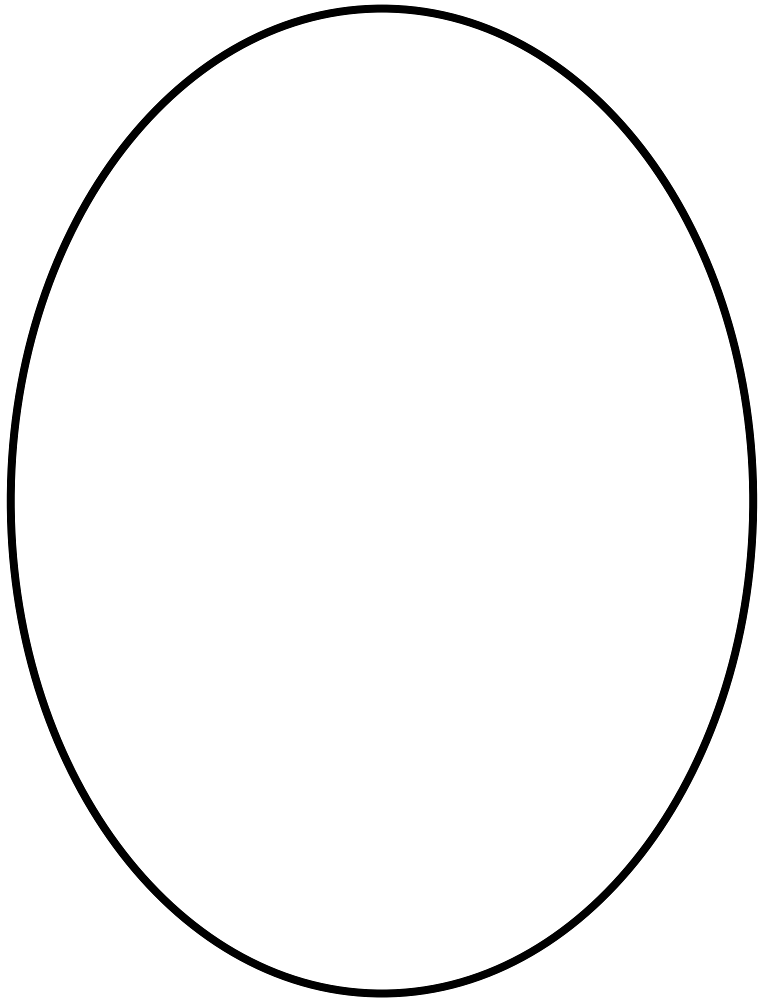
ஒன்று சேர்ப்போம் - மாலையொன்று செய்வோம்.

1. ஒரே விதமான இலைகளை தேடிக்கொள்வோம்.
2. சிறு ஈர்க்கு துண்டங்களை தொடர்பு படுத்தி மாலையொன்றை செய்வோம்

செயற்பாடு - 11

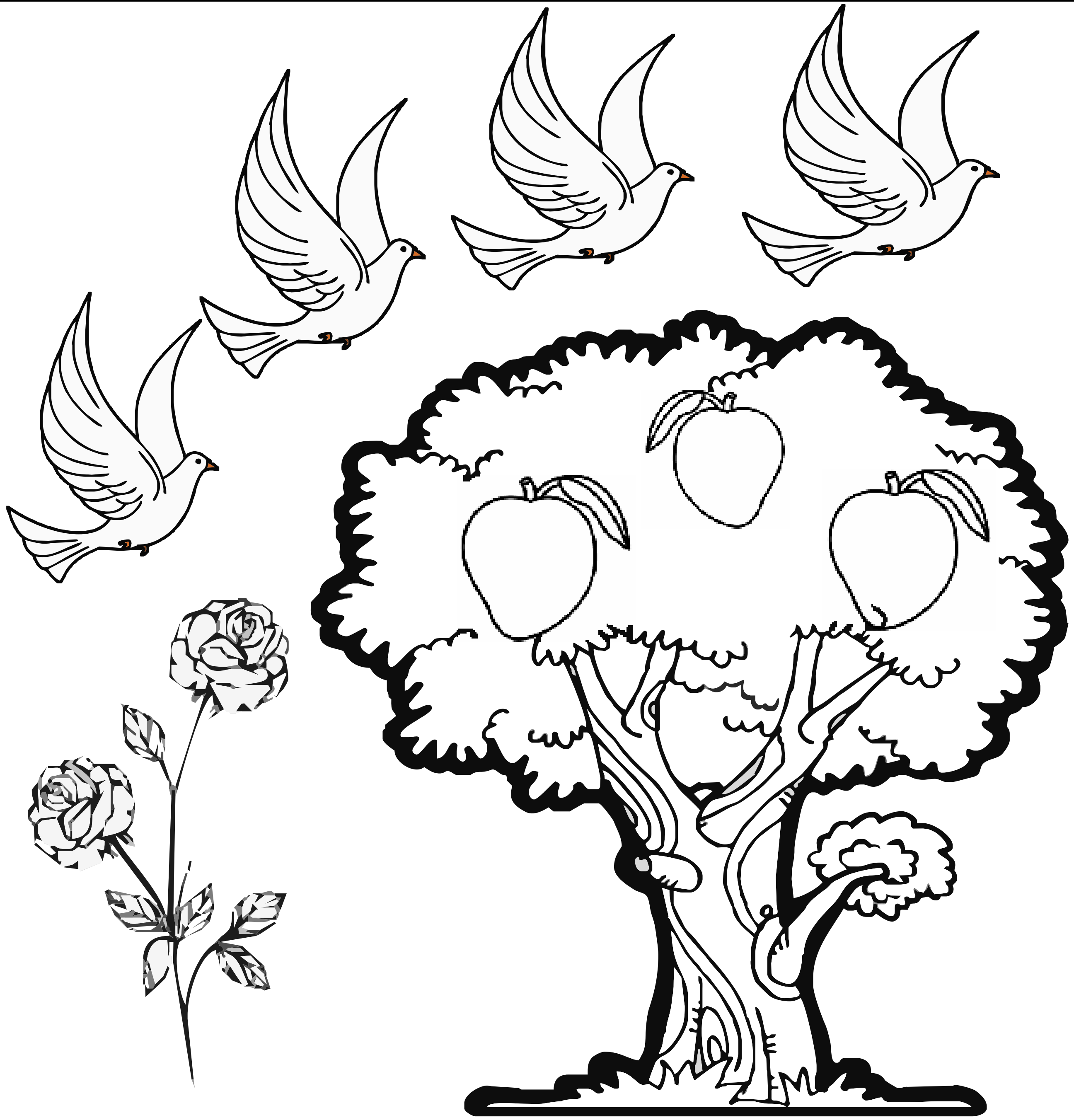
வண்ண வண்ண – மாலை செய்வோம்.

1. நிறத்தாள்களை சிறு துண்டுகளாக கிழித்து உருண்டை ஆக்குவொம்.(வெவ்வேறாக இரு நிறங்களில்)
2. உருவைச் சுற்றி நிறத்தாள் உருண்டைகளை மாறி மாறி ஒட்டியவாறு மாலையொன்றை அமைப்போம்.



செயற்பாடு - 09

நிறந்தீட்டுவோம் - எண்ணுவோம்.

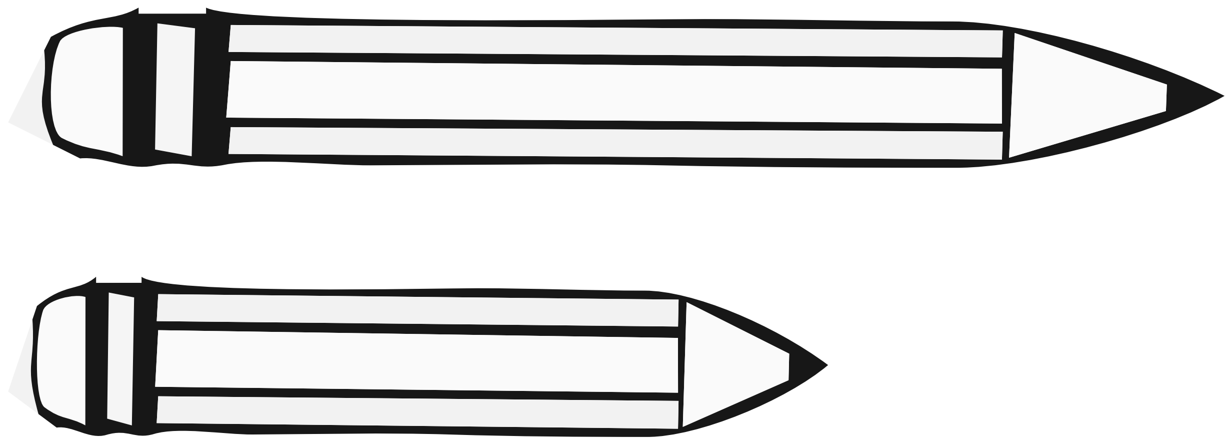


முற்றத்து ரோஜா செடியில் பூக்கள் ஒன்று இரண்டு..
மாமரத்தில் மாம்பழங்கள் ஒன்று இரண்டு மூன்று..
பூக்கள் இரண்டு காய்கள் மூன்று எல்லாமாக ஐந்து......
வானத்திலே பறக்கின்ற பறவைக் கூட்டமொன்று
எண்ணுவோம் அவற்றை ஒன்று இரண்டு மூன்று நான்கு..
பூக்கள் இரண்டு காய்கள் மூன்று.. பறவைகள் நான்கு..

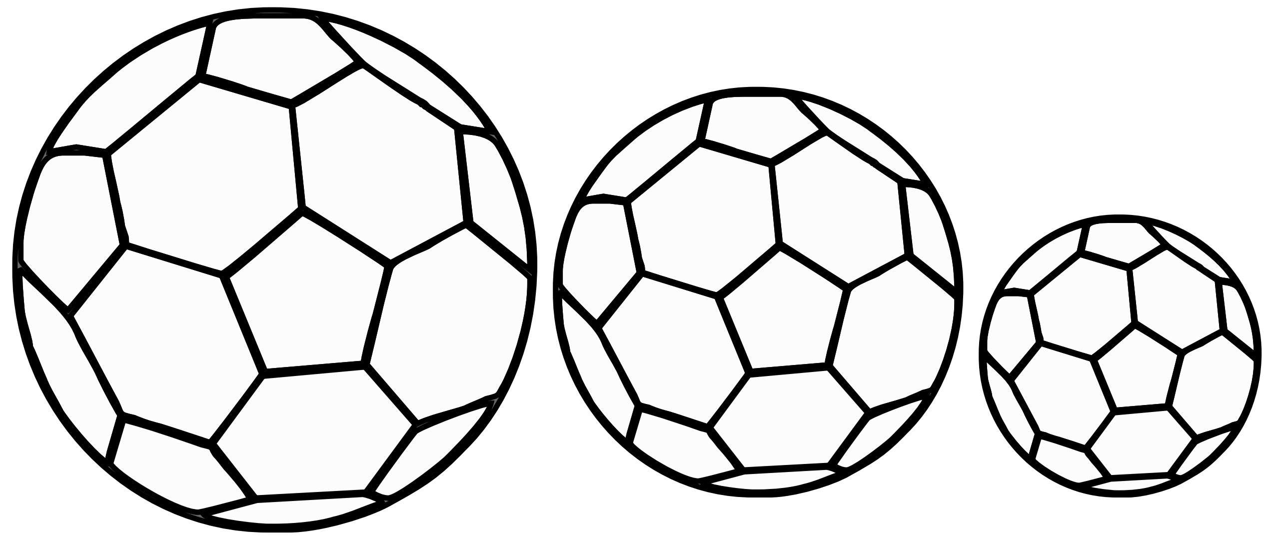
செயற்பாடு - 07

தெரிவு செய்வோம் - நிறந்தீட்டுவோம்.

1. நீளம் கூடிய பென்சிலை சிவப்பு நிறத்தில் நிறந்திட்டுவோம்.
2. நீளம் குறைந்த பென்சிலை மஞ்சள் நிறத்தில் நிறந்தீட்டுவோம்.



1. பெரிய பந்தினை நீல நிறத்தில் நிறந்திட்டுவோம்.
2. சிறிய பந்தினை மஞ்சள் நிறத்தில் நிறந்திட்டுவோம்.



செயற்பாடு - 08

எண்ணுவோம்

1. நட்சத்திரங்கள் எத்தனை ?
2. வாத்துகள் எத்தனை ?
3. பொம்மைகள் எத்தனை ?
4. மீன்கள் எத்தனை ?
5. நாய்க்குட்டிகள் எத்தனை ?