

ራስን መቻል እና ራስን መንከባከብን መማር



ራስን መቻል የሚያስፈልገው ለምንድን ነው?

ለልጅዎ የራስን የመቻል ስጦታ መስጠት ሃላፊነት የሚሰማቸው እና ችሎታ አንዳላቸው አንደሚያምኑ ያሳያል። የልጆችን በራስ መተማመን እና በራሳቸው ችሎታ ላይ ያላቸውን አምነትን ያዳብራል! የልጅዎን አድገት እና ነጻነት መደገፍ ጠቃሚ የአድገት ክህሎቶችን አንዲገነቡ ብቻ ሳይሆን፣ ልጆች ችግርን አንዲፈቱ፣ አንዲጸኑ እና ጥንካሬን አንዲገነቡ ያበረታታል።



ስኬትን ለመደገፍ ምን ማረግ እንችላለን?

አዳዲስ ነገሮችን ለማድረግ መማር ፈታኝ ሊሆን ይችላል! ለስኬት ሁኔታዎችን በሚከተሉት ይፍጠሩ፡-

- ለገመት የሚችል መደበኛ አንቅስቃሴን ማዳበር፡- ይህ ልጅዎ ምን መጠበቅ አንዳለበት፣ እና በምሳሌ፣ ከአሱ ምን አንደሚጠበቅ አንዲረዳ ለማገዝ ቁልፍ መንገድ ነው!
- ሞዴል ማድረግ እና መለማመድ፡- ለልጅዎ ማድረግ ያለበትን ነገር ያሳዩ፣ ከዚያ አብረው ይለማመዱ!
- ጊዜ መስጠት፡- ወደኋላ ይመለሱ እና ልጅዎ በራሱ አንዲሞክር ያድርጉት።
- ታጋሽ እና ደጋፊ መሆን፡- ሁሉም ትምህርት ጊዜ ይወስዳል። ትግስት ይኑርዎት አንዲሁም አስፈላጊ በሚሆንበት ጊዜ ድጋፍ ይስጡ። ብዙ ድጋፍ በሚፈልጉበት ጊዜ ቢሆን አንኳን፣ የልጅዎን ጥሪት ያረጋግጡ። አዎንታዊ ማረጋገጫ በኋላ አንደገና አንዲሞክሩ ያበረታታቸዋል!

ድህረገጻችን ይጎብኙ



የድጋፍ ክህሎቶች



ራስን-መንከባከብ

- አጅ መታጠብ
- ጥርስ/ጸጉር መበረሽ
- ሰፍት መጠቀም
- ሳልን መሸፈን
- መጻዳጃ ቤት መጠቀም

የምግብ ሰዐታት

- በከፍተኛ ኩባያ መጠጣት
- ማንኪያ እና ሹካ መጠቀም
- ጠረጴዛ ላይ መቀመጥ
- የገበታ ጨርቅ መጠቀም



መልበስ

- ሱሪዎችን ወደ ላይ እና ወደ ታች መሳብ
- ካልሲዎችን እና ጫማዎችን ማድረግ
- ኮፍያ እና ኮት ማድረግ

አካባቢን መንከባከብ

- አሻንጉሊቶችን በማስቀመጥ ማገዝ
- የፈሰሰውን መጥረግ
- ልብሶችን ማስቀመጫ ውስጥ ማስቀመጥ



 DCPS የቅድመ ልጅነት ትምህርት

 @dcpsearlychildhood

 readyforprek.org

ችግር መፍታት

- ችግሩን ለመፍታት መሞከር
- ችግሩ ምን እንደሆነ መናገር
- ከአዋቂ ወይም ከእኩያ ዲጋፍ መጠየቅ