

ਪੀਕ-ਅ-ਬੂ

ਪੀਕ-ਅ-ਬੂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜ੍ਹਾਅ ਵਿਚਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇਕ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਖੇਡ ਹੈ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪੀਕ-ਅ-ਬੂ ਖੇਡਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਉਸ ਸਮੇਂ ਖੇਡਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਖੁਸ਼ ਅਤੇ ਆਰਾਮ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬੇਆਰਾਮ ਜਾਂ ਥਕਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਇਹ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਨਾ ਲੱਗੇ।

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਲੇਟਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦਾ ਧਿਆਨ ਤੁਹਾਡੇ ਤੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ ਨੂੰ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਜਾਂ ਕੰਬਲ ਨਾਲ ਢੱਕ ਲਵੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ "ਮੰਮੀ/ਡੈਡੀ ਕਿੱਥੇ ਚਲੇ ਗਏ?" ਫਿਰ ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰੋ ਅਤੇ ਕਰੋ "ਪੀਕ-ਅ-ਬੂ!"

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚਿਹਰਿਆਂ ਅਤੇ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤ ਕੇ ਦੇਖੋ। ਇਹ ਦੇਖੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਸਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪੀਕ-ਅ-ਬੂ ਉਸ ਸਮੇਂ ਖੇਡੇ ਜਾਣ ਲਈ ਵਧੀਆ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਪੇਟ ਦੇ ਬਲ ਰਿੜ੍ਹਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਹੁੰਦਿਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਮਜ਼ਬੂਤੀਆਂ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਪੇਟ ਦੇ ਬਲ ਹੋਣਾ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਤਾਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਖੇਡ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਨੋਰੰਜਨ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਵਧੀਆ ਗੱਲ ਹੈ

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਆਮ ਖੇਡਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਖੇਡਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣੀ ਵਾਰੀ ਲੈਣ ਦੀ ਸਮਝ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵੱਡੇ ਹੁੰਦੇ ਸਮੇਂ ਸਮਾਜਕ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।