



ਬਾਲ (Ball)

ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ (Talking activities with toys)

ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ (Talk about what you and your child are doing)

ਇੱਕ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਜੋਂ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹੋ। ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡ ਦਾ ਸਮਾਂ ਗੱਲਬਾਤ ਵਿੱਚ ਬਦਲੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ। ਇਕੱਠੇ ਖੇਡਦੇ ਸਮੇਂ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਇਹਨਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਅਜਮਾਓ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ (With your baby)

- ਬਤਬਤਾਉਣ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਬਾਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਕਹੋ, “ਬਾਬਾ” ਅਤੇ ਬਾਲ ‘ਤੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਟੈਪ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬੈਠ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਰੋਂਗ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸਦੇ ਨਾਲ ਬਾਲ ਨੂੰ ਅੱਗੇ-ਪਿੱਛੇ ਰੋਲ ਕਰੋ। ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਬਾਲ ਨੂੰ ਰੋਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋ, “ਬਾਲ!” ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਬਾਲ ਨੂੰ ਉਸ ਵੱਲ ਰੋਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੁਝ ਸਕਿੰਟ ਉਡੀਕ ਕਰੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ, ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਹਾਵ-ਭਾਵ ਅਤੇ ਚੀਕਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿਓ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਦੁਬਾਰਾ ਫੈਸਲਾ ਲਓ।

ਆਪਣੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ (With your toddler)

- ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਉਹ ਇੱਕ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ 1 ਸ਼ਬਦ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ 1 ਸ਼ਬਦ ਕਰੋ। ਰੋਲ ਕਰੋ, ਲਾਤ ਮਾਰਨ, ਸੁੱਟਣ, ਹੇਠਾਂ, ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਵਰਗੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਛੋਟੇ ਵਾਕਾਂਸ਼ ਵਰਤੋਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਹ ਨਕਲ ਕਰ ਸਕਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ, “ਬਾਲ ਨੂੰ ਲੱਤ ਮਾਰੋ” ਜਾਂ “ਬਾਲ ਉੱਪਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।” ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਵਾਕਾਂਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਦੁਹਰਾਓ।

ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲਰ ਨਾਲ (With your preschooler)

- ਬਾਲ ਨੂੰ ਲੁਕਾਓ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ, ਉੱਤੇ, ਅੰਦਰ, ਜਾਂ ਪਿੱਛੇ ਵਰਗੇ ਸ਼ਬਦ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਪੁੱਛੋ, “ਇਹ ਕਿੱਥੇ ਹੈ?” ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਬਾਲ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫੁੱਟਬਾਲ, ਬੇਸਬਾਲ, ਆਦਿ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਬਾਲ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੁਰਦਰੀ ਜਾਂ ਮੁਲਾਇਮ, ਨਰਮ ਜਾਂ ਸਖ਼ਤ, ਵੱਡੀ ਜਾਂ ਛੋਟੀ।
- ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਬਾਲ ਖੇਡੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣ ਦਿਓ ਕਿ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਉਹ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ, “ਬਾਲ ਮੇਰੇ ਵੱਲ ਸੁੱਟੋ,” “ਬਾਲ ਮੰਮੀ ਵੱਲ ਸੁੱਟੋ,” ਜਾਂ “ਬਾਲ ਨੂੰ ਆਂਟੀ ਨੂੰ ਉਡਾਓ। ਵਾਰੀ-ਵਾਰੀ ਲਓ।

ਇਹਨਾਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨਾਲ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਹਿੱਲਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅੱਗੇ-ਪਿੱਛੇ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਰਾਂ ਜਾਂ ਬੀਨ ਬੈਗ।

ਮਦਦ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ (Where to get help)

ਸਪੀਚ-ਲੈਂਗਵੇਜ ਪੈਥੋਲੋਜਿਸਟ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ahs.ca/pedrehab 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ।



ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਇਹ QR ਕੋਡ ਸਕੈਨ ਕਰੋ
ਜਾਂ ਇਸ 'ਤੇ ਜਾਓ: ahs.ca/talkbox



ਇਹ ਸਮੱਗਰੀ ਕਿਸੇ ਯੋਗਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਾ ਫੇਰ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੱਗਰੀ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸਿਰਫ਼ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ ਹੈ ਅਤੇ “ਜਿਵੇਂ ਹੈ”, “ਜਿੱਥੇ ਹੈ” ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਸਟੀਕਤਾ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁਨਾਸਿਬ ਕੇਸ਼ਿਅੰ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਨ, Alberta Health Services ਅਜਿਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਇਸਦੀ ਸਟੀਕਤਾ, ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ, ਸੰਪੂਰਨਤਾ, ਉੱਚਤਾ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲਤਾ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਸਪਸ਼ਟ, ਅਪ੍ਰਤੱਖ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕੋਈ ਵੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਜਾਂ ਵਾਰੰਟੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। Alberta Health Services ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਅਤੇ ਅਜਿਹੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਾਅਵਿਆਂ, ਕਾਰਵਾਈਆਂ, ਮੰਗਾਂ ਜਾਂ ਮੁਕੱਦਮਿਆਂ ਲਈ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ ਤੇ ਸਾਰੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।