Playing with your baby

Play is the main way that babies and toddlers learn about the world. With your help, it's also a wonderful way to support their language development.

- As a parent, you are your child's best playmate so try to spend time every day playing together.
- Newborns love physical play, especially when you gently tickle their face or count their fingers and toes.
- When your baby gets a little older and stronger, offer her lots of toys or things that are safe to go into her mouth, and talk about the objects for her.
- Make lots of play sounds to go with what's happening, like "brmm, brmm" as you push a car along. That way, your baby will hear different speech sounds and learn that listening to voices is fun.
- Your baby will love hearing the same little rhymes and stories, and playing games like peek-a-boo, over and over again.
- You don't need lots of toys to play – your baby can play with safe, simple things around the house. But toy libraries offer toys on loan for free or a small fee. For your nearest call 020 7255 4604.
- As your baby gets older, don't try to teach him anything during play. Your child will learn best if he chooses what to play, and you follow his lead.

© Posy Simmonds

ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ

ਖੇਡ ਉਹ ਮੁੱਖ ਢੰਗ ਹੈ ਜਿਸ ਦੁਆਰਾ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਤੁਰਨਾ ਸਿੱਖ ਰਹੇ ਬੱਚੇ ਦੁਨੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਨਾਲ, ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦਾ ਇਕ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਢੰਗ ਵੀ ਹੈ।

- ਇਕ ਮਾਤਾ/ਪਿਤਾ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਖੇਡਾਂ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੇ ਸਾਥੀ ਹੋ, ਇਸ ਲਈ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਇਕੱਠੇ ਖੇਡਣ ਵਿਚ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।
- ਨਵੇਂ ਜਨਮੇਂ ਬੱਚੇ ਸਰੀਰਕ ਖੇਡਾਂ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੋਮਲਤਾ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਚਿਹਰਾ ਗੁਦਗੁਦਾਉਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ ਗਿਣਦੇ ਹੋ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੇਬੀ ਥੋੜ੍ਹਾ ਵੱਡਾ ਅਤੇ ਤਾਕਤਵਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਅਜਿਹੇ ਖਿਡੌਣੇ ਜਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਿਓ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਨਾਲ ਕੋਈ ਖ਼ਤਰਾ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ।
- ਜੋ ਕੁਝ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਲਈ ਖੇਡ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਅਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਕਾਰ ਨੂੰ ਧਕੇਲਦੇ ਸਮੇਂ "ਬਰਮ, ਬਰਮ" ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਕੱਢਣੀ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੇਬੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਅਵਾਜ਼ਾਂ ਸੁਣੇਗਾ ਅਤੇ ਜਾਣ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਅਵਾਜ਼ਾਂ ਸੁਣਨ ਵਿਚ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਬੇਬੀ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਉਹੀ ਛੋਟੀਆਂ-ਛੋਟੀਆਂ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਣਨਾ, ਅਤੇ ਝਾਤ-ਮਾਈਂ (peek-a-boo) ਵਰਗੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰੇਗਾ।
- ਖੇਡਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ - ਤੁਹਾਡਾ ਬੇਬੀ ਘਰ ਵਿਚ ਪਈਆਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਧਾਰਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਦੀਆਂ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਫ਼ੀਸ ਲੈ ਕੇ ਖਿਡੌਣੇ ਉਧਾਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਪਣੀ ਸਭ ਤੋਂ ਨੇੜੇ ਦੀ ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ 020 7255 4604 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।
- ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੇਬੀ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਖੇਡ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਉਸਨੂੰ ਕੁਝ ਸਿਖਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਿਰਫ਼ ਉਸ ਸਮੇਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਿੱਖੇਗਾ ਜੇਕਰ ਉਹ ਚੋਣ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਖੇਡਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਉਸਨੂੰ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਦਿੰਦੇ ਹੋ।

National Literacy Trust

Talk To Your Baby