# परिवारहरूकालागि सिक्ने सुझाव

घरमा बच्चाहरूले के थाहा पाउनु पर्दछ र के गर्न सक्षम हुनुपर्छ र परिवारहरूले कसरी शिक्षामा वृद्धि गर्न सक्छन् भन्ने सारांश र तरिका।

*"हामी विश्वास गर्छौं कि परिवारहरू हाम्रा साझेदारहुन्। तिनीहरू बच्चाहरूका पहिलो र शक्तिशाली शिक्षकहरू हुन्। हामीहरू सबै एकसाथ मिलेर विद्यार्थीहरूको सफलताको सुनिश्चित गर्नेछौं।"*

- शुपरइन्टेनडेन्ट (अधीक्षक) ईम्यानुएल कक्, फेयेट काउन्टी सार्वजनिक विद्यालयहरू

## हाम्रो सिक्ने सुझाव बारे:

यो सुझावमा तपाईंको बच्चाले अंग्रेजी भाषा कला (ELA) र गणितमा बिद्यालय वर्षको अन्त सम्ममा गर्न सक्ने र थाहा पाउन सक्ने केहि अत्यावश्यक कुराहरू गर्न सक्षम हुनुपर्छ। सिक्ने लक्ष्यहरूले शिक्षकहरू र परिवारहरूलाई कहिले विद्यार्थीहरूलाई अतिरिक्त समर्थन र कहिले उनीहरूलाई थप चुनौती दिनुपर्दछ।

## परिवारहरूले के गर्न सक्छन्?

तपाईंले आफ्नो बच्चाको सिक्ने कुरामा धेरै समर्थन गर्न सक्नुहुन्छ र उनीहरुको भविष्यको तयार गर्न मदत गर्न सक्नुहुन्छ। यहाँ विद्यार्थीहरूलाई सफल हुन मद्दत गर्ने केहि कुराहरूछन्:

१. तपाईंको बच्चासंग शिक्षा तपाईंको निम्ति कत्ति महत्त्वपूर्ण छ भन्ने कुराको सहभागी बनाउनुहोस्। तिनीहरूलाई भन्नुहोस् कि शिक्षा महत्वपूर्ण छ र यो सफलताको जग हो।
२. विद्यालयलाई प्राथमिकता दिएर हरेक दिन समयमा आफ्नो बच्चालाई बिद्यालयमा पुर्याउनुहोस्।
३. संभव भएसम्म अभिभावक-शिक्षक सम्मेलनहरूमा र विद्यालयका अन्य कार्यक्रमहरूमा उपस्थित हुनुहोस्।
४. बिद्यालयसंग पारस्परिकरूपले कार्य गरेर आपसी सम्मानको निर्माण गर्नुहोस् ।
५. स्वतन्त्रतालाई प्रोत्साहन दिनुहोस्; आफ्ना छोराछोरीलाई गल्ती गर्न अनुमति दिनुहोस् र आफ्नो विकल्पहरूको लागि जिम्मेवारी स्वीकार गर्न दिनुहोस्।
६. आफ्नो बच्चासंग बिद्यालयमा के भईरहेको छ भनेर छलफल गर्नुहोस्।
७. आफ्नो बच्चाले वर्षैभरि प्रगति गरि राखेको छ भनेर सुनिश्चित गर्न शिक्षकसंग लगातार सञ्चार गरिराख्नुहोस्।
८. तपाईंलाई आफ्नो बच्चाले के गरिरहेको छ भनेर थाहा पाउने अधिकार छ; तपाईंको यदि केहि प्रश्न छ भने उसको/उनको शिक्षक सम्पर्क गर्न नहिचकिचाउनुहोस्।

## तपाईंको बच्चाको शिक्षकसंग कुराकानी

तपाईंको बच्चाको शिक्षक र विद्यालयसंग उसको सिक्ने लक्ष्यको प्रगति बारे नियमित रूपले कुराकानी गर्न महत्त्वपूर्णछ। यहाँ सोध्ने केही नमूना प्रश्नहरू:

- मेरो बच्चा कहाँ समर्थ छ र कहाँ उसलाई सुधार गर्न आवश्यकछ?
- मेरो बच्चाको प्रगति वर्षैभरि कसरी मापन भइरहेकोछ?
- के मेरो बच्चाको कक्षाको कार्यको उदाहरणहरू हेर्नसक्छु? के ती उदाहरणहरूले सिक्ने लक्ष्यहरू पूरा गरेका छन् कि छैनन्?
- के मेरो बच्चा क्रम स्तर (ग्रेड-स्तर) सिक्ने लक्ष्यहरू पूरा गर्ने पथमाछ? यदि छैन भने, विद्यालयले के समर्थनको प्रस्ताब राख्छ? मैले घरमा के गर्नसक्छु?
- के मेरो बच्चा सिक्ने अपेक्षा तिर वा माथि छ? यदि छ भने, बिद्यालयले अरु के प्रस्ताव दिन्छ? मैले घरमा के गर्नसक्छु?
- तपाईंले मेरो बच्चाको आइ ई पी (IEP) पढ्नुभयो? मेरो बच्चाको लागि के सुबिधाहरू तयार पारिएकोछ?
- मेरो बच्चा अंग्रेजी भाषाको शिक्षार्थी हो। मेरो बच्चाको भाषाको विकासको लागि बिद्यालयमा कसरी समर्थन गरिएकोछ?

# तपाईंको बच्चासंग कुरा

के यो परिचित आवाज जस्तो लाग्छ?

"आज बिद्यालय कस्तो थियो?"
"राम्रो"
"तिमीले के गर्यौं?"
"केहि पनि होइन"

त्यो ठीक छ, सोधिरहनुस्!

जुन विद्यार्थीहरूका आमाबाबुहरूले तिनीहरूसंग विद्यालयको बारेमा कुरा गर्छन् तिनीहरूले बिद्यालयमा शैक्षिकरूपले राम्रो गर्छन्। यहाँ आफ्नो बच्चासंग संलग्न भएर उसको सफलताको समर्थनगर्ने केही तरिकाहो:

- बिद्यालयको बारेमा आफ्नो बच्चासंग कुरा गर्न हरेक दिन एक निर्दिष्ट समयको चयनगर्नुहोस्।
- आफ्नो बच्चालाई उनीहरुले आज सिकेको एउटा कुरा तपाईंलाई भन्न लगाउनुस। आफ्नो बच्चालाई सबै भन्दा रोचक के लाग्यो? के गाह्रोलाग्यो?
- आफ्नो बच्चाले बिद्यालयबाट घर ल्याउने कागजात र परियोजनाहरूको समीक्षा गर्नुहोस्। आफ्नो बच्चासंग सोध्नुहोस्: तिमीले कसरी थाहापायौ? तिम्रो के बिचारछ? तिमीले के देख्यौ? तिमीले किन यो तरिकाले गर्यौं? के यसको जवाफ पाउने अर्को तरीकाछ?
- आफ्नो बच्चाको मेहनत र प्रयासकोपनि प्रशंसा गर्नुहोस् केवल "सही जवाफको" लागि मात्र होइन।
- आफ्नो बच्चाले के सोचि रहेकोछ भन्ने बारे प्रश्नहरू सोध्नुहोस्:तिमीले कसरी थाहा पायौ? तिम्रो के बिचार छ? तिमीले के देख्यौ? तिमीले किन यो तरिकाले गर्यौं? के यसको जवाफ पाउने अर्को तरीकाछ?

# बिद्यालयबाट टाढा रहेर गरेको शिक्षा हाशिललाई समर्थन

विद्यार्थीहरूले विद्यालय छोडे पछि पनि शिक्षा हाशिल गर्ने कार्य रोक्नुपर्दैन। यहाँ तपाईंले कक्षा बाहिर रहेर शिक्षा हाशिलगर्नको निम्ति समर्थनगर्न सक्ने केही तरिकाहो:

- आफ्नो बच्चाकोलागी पढ्नुहोस्, आफ्नो बच्चासंग पढ्नुहोस्, र परिवारले आफूलाई सजिलो लाग्ने भाषामा पढ्ने समयलाई प्रोत्साहन गर्नुहोस्।
- नियमित रूपले गृहकार्य वा अन्य सिक्ने गतिविधिहरु गर्न आफ्नो बिद्यार्थीकोनिम्ति एक शान्त र आरामदायी ठाउँको व्यवस्था गर्नुहोस्।
- गृहकार्य वा अन्य सिक्ने गतिविधिहरु गर्नको लागि नियमित कार्यक्रमको स्थापना गर्ने प्रयास गर्नुहोस्।
- यो पुस्तिकालाई केहि सिक्ने लक्ष्य राखेर ध्यान केन्द्रित गर्न प्रयोग गर्नुहोस्, र केही सुझावहरू घरमा सिक्नको लागि प्रयास गर्नुहोस्।
- तपाईंको बच्चालाई उ/उनको रायको रक्षा गर्न तार्किक तर्क प्रयोग गर्नु पर्ने आवश्यकतालाई जनाउनुहोस्। उदाहरणको लागि, यदि तपाईंको बच्चालाई भत्तामा वृद्धि चाहन्छ भने उ/उनलाई भत्ता कसरी दिइन्छ त्यसको अनुसन्धानगर्न लगाउनु होस्। त्यसपछि तिनीहरूको भत्ता किन वृद्धि गर्नुपर्छ भन्ने कारण बताउन त्यो अनुसन्धानमा आधारित, विवरण र तथ्य प्रयोग गरेर उनीहरूको अनुरोधको समर्थनको गर्न लगाउनुहोस्।

- समाचारहरूकोबारे सँगै कुरा गर्नुहोस्। एउटा कथा छान्नुहोस्, तपाईंको बच्चासंग पढ्नु होस् र यसको के मतलब हो छलफल गर्नुहोस्।
- तपाईंको बच्चासंग उनीहरूको लक्ष्यहरूबारे कुरा गर्नुहोस्। तिनीहरूले उच्च माध्यामिक (बिद्यालय) पछि केगर्न चाहन्छन्? तिनीहरूले यसो भन्दै छन् सुन्नुहोस् र तिनीहरूको लक्ष्यमापुग्न सल्लाह दिएर मद्दत गर्नुहोस्।

## तपाईंको विद्यार्थीलाई अंग्रेजी भाषा कलाहरूको (ELA) बारे के थाहा पाउनु पर्छ र गर्न सक्षम हुनुपर्छ:

### भाषा

- लाक्षणिक भाषा बुझ्ने (र्णनात्मक भाषाले मूल अर्थ बाहिरको शब्दहरूको प्रयोग गर्ने) । उदाहरणको लागि: "सूर्य पानी को सतहमा हिरा जस्तै चम्कियो"
- अन्तरबार्ताहरूको प्रयोग गरेर अनुसन्धान परियोजनाको लागि जानकारी संकलन गर्ने जस्तै परिवारको इतिहास।
- सम्बन्धित शब्दहरूको अर्थको सूक्ष्म मतभेदलाई बुझ्ने जस्तै शीतल/चिसो/ बरफिलो/अतिबरफिलो।
- शैक्षिक शब्दहरूको ज्ञानको निर्माणमा जोड दिंदै विपरीत विचारको संकेतमा तार्किक सम्बन्धलाई संकेत गर्दछ जस्तै "अर्कोतर्फ", "यस्तै," र "यसकारण"।
- अंग्रेजी भाषामा योग्यताको नियमको प्रदर्शन - ठूलो अक्षर, विराम चिन्ह र हिज्जे।

### पढाइ (पढ्ने) र साहित्य

- पहिचान र विश्लेषण
  - एक गैर-काल्पनिक पुस्तक वा लेखको मुख्य विचारहरू, मूलपाठ बिशेषताहरू, र समर्थन विवरणहरू।
  - लेखकले कसरी एक उपन्यासमा वा कथामा संवाद र विवरण प्रयोगगर्दछ।
  - लेखकले कसरी काल्पनिक कथाहरू र पुस्तकहरूमा स्थान, चरित्रचित्रण, र षड्य़ंत्रको प्रयोगगर्छ।
- जानकारीलाई विभिन्न मुद्रण र अंकीय (डिजिटल) स्रोतहरूबाट संयोजन गरेर प्रश्नहरूको जवाफ र समस्याको समाधान गर्ने।

### लेखाई

- साहित्य र लेखको विश्लेषण गरी उ/उनको विचारहरूलाई समर्थन गरेको पाठको बिस्तृत विवरण समावेश गरेर एक टुक्रा लेख्नुहोस्। उदाहरणको लागि: एक लेखक वा कम्पनीलाई पत्र लेख्ने।
- उ/उनको आफ्नै शब्दमा, एक स्पष्ट र केन्द्रित, र टेवा दिने विवरण प्रयोग गरेर अनुसन्धानको प्रतिबेदन लेख्ने।
- काल्पनिक आधारभूत तत्व समावेश भएको मूल कथाहरू लेख्ने जसमा षड्य़ंत्र, पात्रहरू, र स्थान समाबेश भएका छन् र त्यसमा संवाद, वर्णन, र प्रभावकारी गतिक्रम चाल सम्मिलित भएको छ।
- लेखकको दृष्टिकोणलाई समर्थनगर्ने तार्किक तथ्य र उदाहरण प्रदान गर्ने समूहीकृत रायहरू लेख्ने।

## घरमा ईएलए (ELA) प्रशिक्षण गर्न प्रोत्साहनदिने तरीकाहरू

- तपाईंको बच्चासंग तपाईंको परिवारको इतिहासलाई छलफल गर्नुहोस्। तपाईंको बच्चालाई प्रश्नहरू विचार गर्न प्रोत्साहन दिनुहोस् ,परिवारका सदस्यहरूसंग अन्तरबार्ता लिन लगाउनुहोस्,  र नातेदार र कथाहरूलाई संकलन गरेर पुर्खाहरूको तस्वीरहरूलाई एउटा एल्बममा राख्न लगाउनु होस्।
- हरेक दिन तपाईंको बच्चासंग ठूलो स्वरले अध्याय पुस्तकहरू पढ्नुहोस्। कथा र चरित्रहरू बारे छलफल गर्नु होस्। प्रश्नहरू सोध्नुहोस्। उदाहरणको लागि: "कथामा द्वन्द केहो?" "कसरी र किन मुख्य पात्र परिवर्तन भई राखेकोछ" तपाईंहरूले सँगै पढेको र अन्य पुस्तकहरूका तपाईंको जीवनसंग संयोजन गर्नुहोस्।
- तपाईंको बच्चासंग स्थानीय ऐतिहासिक स्थलहरू, जस्तै रेवेन रनको फ्रिडम ट्रेल वा केंटकी विश्वविद्यालयको माक अड्डाम विद्यार्थी वेधशाला जानुहोस्। सार्वजनिक पुस्तकालयबाट प्रसिद्ध फेयेटकाउन्टीका बासिन्दाहरूका आत्मकथाहरू छान्नुहोस्।तपाईंको बच्चासंग ऐतिहासिक स्थलहरूले कसरी कथाहरूलाई जीवन्त बनाउंछ र कसरी भवनहरू थप रोचक वा महत्त्वपूर्ण बन्छन्।

*Please also connect with your child's teacher and ask about home learning resources associated with your school's specific reading and writing programs.*

## तपाईं को विद्यार्थीले गणितमा के थाहा पाउनु पर्छ र गर्न सक्षम हुनुपर्छ:

- ☐ जोड, घटाउ, गुणन र भागका समस्याहरूको समाधान गरी ठूलो संख्यासंग र बहु-चरणको समस्यासंग काम गर्ने।
- ☐ तत्त्वहरू, दशमलवहरू र प्रतिशतहरूको बीचको सम्बन्धलाईबुझ्ने।
- ☐ स्थान-मूल्य प्रणालीलाई परिभाषित गरेर दशमलवहरूलाई समावेश गर्ने र दशमलवसंग सयभागको एकभागको गणना गर्ने (दशमलव पछि दुई ठाउँमा)।
- ☐ तत्वहरूलाई विपरीत विभाजकहरूसंग (भिन्न अंक) (तत्त्वहरूको तलको संख्याहरू) जोड्ने र घटाउने र यस प्रकारका शब्द समस्याहरूको समाधान गर्ने। उदाहरणको लागि: २ १/4 - १ १/३।
- ☐ सरल अवस्थामा तत्त्वहरूलाई गुणन गर्ने, तत्वहरूलाई विभाजन गर्ने; र सम्बन्धित शब्द समस्याहरूलाई समाधान गर्ने। उदाहरणको लागि: एक आयतको क्षेत्रफल निकाल्ने जसको पक्षका लम्बाईहरूआंशिकछन्; वा ३ जना मान्छेहरूले १/२ पौण्ड चकलेट बराबर गररे बाँडेर लिन्छन्।
- ☐ आयतनको अवधारणालाई बुझ्ने, र आयतन समाबेशभएको शब्द समस्याहरूको समाधान गर्ने।
- ☐ दुई चरलाई प्रतिनिधित्व गरी यी बीचको सम्बन्धलाई व्याख्यागर्ने, जस्तै समय र उचाइ।उदाहरणकोलागि: एक व्यक्ति २ र १० वर्षको उमेरमा कसरी विकास भयो भनेर एक रेखा चित्र बनाउने र वृद्धिदर छिटो वा ढिलो मा भयो भनेर विश्लेषण गर्ने।
- ☐ केही चतुर्भुजहरू एकभन्दा बढी तरीकाद्वारा वर्गीकृत गर्न सकिन्छ भनेर बुझ्ने। चतुर्भुज भनेको कुनै पनि चार-पक्षीय आकारहो जस्तै समानांतर चतुर्भुज वा समलम्ब चतुर्भुज।
- ☐ क्रकच आयतहरूको (prisms) आयतन र सतहको क्षेत्रफल खोज्ने। एक आयताकार समपार्श्व (prism) तीन-आयमी वस्तु हो जसको छवटा सतहहरू छन् जुन एक जुत्ताको बाकस जस्तै आयतहरू हुन्।

# घरमा गणित प्रशिक्षण लिन प्रोत्साहनदिने तरीकाहरू

- तपाईंको बच्चालाई तपाईंको घरको एउटा कोठाको पक्षको लम्बाईहरू मापन गरेर कोठाको परिधि र क्षेत्रफलको आंकडा लिनलगाउनुहोस्। तपाईंको बच्चाले फरक कोठाको पनि मापन गरेर दुई कोठाको परिधिहरू र क्षेत्रफलहरुको तुलना गर्नसक्छ।
- तपाईंको बच्चासंग दैनिक जीवनमा ठूलो संख्यालाई प्रयोग गर्ने अवसरहरू हेर्नुहोस्। उदाहरणको लागि: अखबारमा विज्ञापन गरिएको गाडीका विभिन्न नमूनाहरूको मूल्यहरूको तुलना गर्नुहोस् वा लेक्सिंगटनको जनसंख्यासंग तुलना नातेदार वा मित्रको शहरको जनसंख्यासंग गर्नु होस्।
- स्थानीय पसलहरूको बिक्रीहरूको तत्त्वहरू र प्रतिशतहरूलाई हेर्नुहोस्। तपाईंको बच्चालाई तपाईंले सस्तोमा बिक्रीमा राखिएको वस्तुमा कति बचाउनुभयो आंकडा लगाउन दिनु होस्।
- दैनिक जीवनमा दशमलवको प्रयोग गर्न डलरहरू र सेन्टहरूलाई जोडनुहोस् र घटाउनुहोस्।तपाईंको बच्चालाई पहिले तीन वा बढी वस्तुहरूको लागत अनुमान गर्न लगाउनुहोस् त्यसपछि कुल पत्ता लगाउनु दिनुहोस्।

*कृपया तपाईंको बच्चाको शिक्षकसंग सम्पर्क राखेर तपाईंको विद्यालयको विशिष्ट गणित कार्यक्रमसंग सम्बन्धित घरमा सिक्ने स्रोतहरूको बारेमा सोध्नुहोस्।*

**फेएट काउन्टी सार्वजनिक विद्यालयहरू**
११२६ रसेल केभ रोड
लेक्जिङ्टन, के वाई ४०५०५

८५९.३८१.४१००
http://www.fcps.net

*यो पुस्तिका फेएट काउन्टी सार्वजनिक विद्यालयहरूद्वारा प्रकाशित भएको थियो।*

*बनाइएको (सिर्जना गरिएको) शिशिर (पतझड) २०१६*