



លេង



លេង

តើការសប្បាយដ៏ច្រើន អាចបង្រៀនកូនខ្ញុំសំរាប់សាលារៀនដោយរបៀបណា?

ការលេងល្បែងផ្សេងៗ គឺជាដង្ហែងចាយដ៏ល្អសម្រាប់ក្មេងៗ ដើម្បីហាត់ខ្លួនប្រាណរបស់ពួកគេ ហើយនិងបង្កើនខ្លួនបទ ជំនាញសង្គមផ្សេងៗផងដែរ។ ល្បែងទាំងនេះ គឺប្រគល់ដោយសប្បាយរីករាយ ប៉ុន្តែវាមិនជួយបង្រៀនក្មេងៗ ឲ្យចេះដោះស្រាយបញ្ហា ចែកចាយជាមួយអ្នកដទៃ, ធ្វើតាមច្បាប់នានា, បង្កើនកម្លាំងកាយ ហើយនិងចេះប្រើសាច់ដុំដូចនៅក្នុងខ្លួនប្រាណរបស់គេ សំរាប់លោក, ដើរ និងច្រលំនឹងរបស់ខ្លួនគេផងដែរ។ ទាំងនេះ គឺជាបទជំនាញផ្សេងៗ ដែលពួកគេនឹងប្រើប្រាស់ជាវិធានរាល់ថ្ងៃ នៅក្នុងសាលាមក្រោយ។

ចូរសាកល្បងសកម្មភាពទាំងនេះនៅផ្ទះ!

- ចងចាំពេលវេលា... ចូរសង្កេតពិនិត្យល្បែងផ្សេងៗ ដែលអ្នកបានរៀនលេងកាលនៅក្មេងនៅឡើយ។ ចូរចែកចាយនូវរឿងផ្សេងៗរបស់អ្នក ដែលធ្លាប់លេងល្បែងនានាកាលនៅក្មេងនៅឡើយ, ជួយបង្រៀនកូនរបស់អ្នកពីច្បាប់ល្បែង និងចូរលេងល្បែងទាំងនោះជាមួយពួកគេផង!
- មេរៀនឧបសគ្គ... ចូរបង្កើនឧបសគ្គ ឬល្បែងប្រណាំងតាមរយៈខ្នងក្នុងផ្ទះ ដោយការប្រើគ្រឿងសង្ហារឹមតូចៗ ដូចជា កៅស៊ូផ្ទុះបាយ, ជើងម៉ា, ឆ្នើយស្បែកទាំងឡាយ។ ចូរប្រាប់កូនរបស់អ្នកឲ្យឡើង “លើ” ជើងម៉ា, ចូល “ក្រោមកៅស៊ូ”, ដើរ “ជុំវិញ” ជ្រុងញ៉ាំង, ឬរបស់រូបផ្សេងៗ ទៀតដែលនៅជុំវិញផ្ទះរបស់អ្នក។
- ល្បែងផ្សេងៗសំរាប់លេងជាគ្រុឌ... ចូរលេងល្បែងគ្រោកផ្ទុះផ្សេងៗ ដូចជា “ឆ្លើងគ្រហម, ឆ្លើងបៃតង”, ល្បែងប៉ះត្នា” ឬល្បែង ម្យ៉ាងដែលហៅថា “រ៉េដ រ៉ូវើ” (Red Rover) ឬមានលក្ខណៈស្រដៀងល្បែង “ស្វាងល្ហើមទី” ជាដើម។

អ្វីៗដែលត្រូវនិយាយ:

- “អ្នកផ្លាស់វេនក្លាម្តង!”... ចូរប្រាប់ប្រាប់ ពីចរិតអ្វីមួយដែលអ្នកចង់ជួយលើកទឹកចិត្តក្មេងៗ។
- “ចូរខំព្យាយាម!”... ចូរជួយលើកទឹកចិត្តកូនរបស់អ្នក នៅពេលគេត្រូវការវា។
- “អស្ចារ្យ! អ្នកកំពុងព្យាយាមយ៉ាងខ្លាំងក្លា!”
- “អ្នកអាចធ្វើវាបាន ពិតមែន!”
- “អស្ចារ្យមែន, ខំប្រឹងបន្តទៅទៀត!” ជួយទំនេរអំពីអារម្មណ៍គ្រប់ការព្យាយាមទាំងអស់។
- “ខ្ញុំដឹងថា អ្នកប្រាកដជាអាចធ្វើវាបានមែន!”



តើការសប្បាយដ៏ច្រើន អាចបង្រៀនកូនខ្ញុំសំរាប់សាលារៀនដោយរបៀបណា?

ការលេងល្បែងផ្សេងៗ គឺជាដង្ហែងចាយដ៏ល្អសម្រាប់ក្មេងៗ ដើម្បីហាត់ខ្លួនប្រាណរបស់ពួកគេ ហើយនិងបង្កើនខ្លួនបទ ជំនាញសង្គមផ្សេងៗផងដែរ។ ល្បែងទាំងនេះ គឺប្រគល់ដោយសប្បាយរីករាយ ប៉ុន្តែវាមិនជួយបង្រៀនក្មេងៗ ឲ្យចេះដោះស្រាយបញ្ហា ចែកចាយជាមួយអ្នកដទៃ, ធ្វើតាមច្បាប់នានា, បង្កើនកម្លាំងកាយ ហើយនិងចេះប្រើសាច់ដុំដូចនៅក្នុងខ្លួនប្រាណរបស់គេ សំរាប់លោក, ដើរ និងច្រលំនឹងរបស់ខ្លួនគេផងដែរ។ ទាំងនេះ គឺជាបទជំនាញផ្សេងៗ ដែលពួកគេនឹងប្រើប្រាស់ជាវិធានរាល់ថ្ងៃ នៅក្នុងសាលាមក្រោយ។

ចូរសាកល្បងសកម្មភាពទាំងនេះនៅផ្ទះ!

- ចងចាំពេលវេលា... ចូរសង្កេតពិនិត្យល្បែងផ្សេងៗ ដែលអ្នកបានរៀនលេងកាលនៅក្មេងនៅឡើយ។ ចូរចែកចាយនូវរឿងផ្សេងៗរបស់អ្នក ដែលធ្លាប់លេងល្បែងនានាកាលនៅក្មេងនៅឡើយ, ជួយបង្រៀនកូនរបស់អ្នកពីច្បាប់ល្បែង និងចូរលេងល្បែងទាំងនោះជាមួយពួកគេផង!
- មេរៀនឧបសគ្គ... ចូរបង្កើនឧបសគ្គ ឬល្បែងប្រណាំងតាមរយៈខ្នងក្នុងផ្ទះ ដោយការប្រើគ្រឿងសង្ហារឹមតូចៗ ដូចជា កៅស៊ូផ្ទុះបាយ, ជើងម៉ា, ឆ្នើយស្បែកទាំងឡាយ។ ចូរប្រាប់កូនរបស់អ្នកឲ្យឡើង “លើ” ជើងម៉ា, ចូល “ក្រោមកៅស៊ូ”, ដើរ “ជុំវិញ” ជ្រុងញ៉ាំង, ឬរបស់រូបផ្សេងៗ ទៀតដែលនៅជុំវិញផ្ទះរបស់អ្នក។
- ល្បែងផ្សេងៗសំរាប់លេងជាគ្រុឌ... ចូរលេងល្បែងគ្រោកផ្ទុះផ្សេងៗ ដូចជា “ឆ្លើងគ្រហម, ឆ្លើងបៃតង”, ល្បែងប៉ះត្នា” ឬល្បែង ម្យ៉ាងដែលហៅថា “រ៉េដ រ៉ូវើ” (Red Rover) ឬមានលក្ខណៈស្រដៀងល្បែង “ស្វាងល្ហើមទី” ជាដើម។

អ្វីៗដែលត្រូវនិយាយ:

- “អ្នកផ្លាស់វេនក្លាម្តង!”... ចូរប្រាប់ប្រាប់ ពីចរិតអ្វីមួយដែលអ្នកចង់ជួយលើកទឹកចិត្តក្មេងៗ។
- “ចូរខំព្យាយាម!”... ចូរជួយលើកទឹកចិត្តកូនរបស់អ្នក នៅពេលគេត្រូវការវា។
- “អស្ចារ្យ! អ្នកកំពុងព្យាយាមយ៉ាងខ្លាំងក្លា!”
- “អ្នកអាចធ្វើវាបាន ពិតមែន!”
- “អស្ចារ្យមែន, ខំប្រឹងបន្តទៅទៀត!” ជួយទំនេរអំពីអារម្មណ៍គ្រប់ការព្យាយាមទាំងអស់។
- “ខ្ញុំដឹងថា អ្នកប្រាកដជាអាចធ្វើវាបានមែន!”





លេង



លេង

អាទទាំងអស់អំពី៖

Oh, the things you can do that are good for you! All About Staying Healthy (Cat in the Hat's Learning Library) ដោយ Tish Rabe

Franklin Plays the Game ដោយ Paulette Bourgeois និង Brenda Clark

អាទទាំងអស់អំពី៖

Oh, the things you can do that are good for you! All About Staying Healthy (Cat in the Hat's Learning Library) ដោយ Tish Rabe

Franklin Plays the Game ដោយ Paulette Bourgeois និង Brenda Clark



Illustrations by Corey Smigiani



Illustrations by Corey Smigiani

Generously supported by:

Barr Foundation

Jane's Trust



STATE STREET

Generously supported by:

Barr Foundation

Jane's Trust



STATE STREET