



➤ पहिलो कक्षाका अपेक्षाहरू

तपाईंको पहिलो पौडी खेल्ने कक्षाको समयमा के आशा गर्ने र कसरी पहिले नै तयारी गर्ने भन्नेबारे ज्ञान हुनु महत्वपूर्ण छ।

➤ तयारी गर्दा

तयारीले तपाईंलाई वा तपाईंको बच्चाको पहिलो कक्षालाई सकारात्मक अनुभव गराउन मद्दत गर्नेछ। आफ्ना बालबालिकालाई कक्षामा लैजानुअघिका दिनहरूमा, उनीहरूलाई पानीको आनन्द लिन सिक्न मद्दत गर्नुहोस् र नुहाउन वा 'बाथ' लिन सहज महसुस गर्न उनीहरूलाई प्रोत्साहन दिनुहोस्।

पौडी चश्मा (गगलश) प्रयोग गर्ने अभ्यास गर्नुहोस् र घरमा स्विमिङ क्याप लगाउनुहोस् ताकि तपाईं वा तपाईंको बच्चालाई लगाउनमा सहज हुन्छन्। क्याप र चश्मा कक्षाको लागि अनिवार्य छैन तर पौडी पोखरीमा सिक्न मद्दत गर्न लगाउन सिफारिस गरिन्छ।

➤ पौडी पोखरीमा आइपुग्दा

उक्त सुविधासँग आफूलाई परिचित गराउनुहोस्। रिसेप्शन स्टाफहरू भेट्नु, सुविधाहरू फेला पार्न र कक्षाहरू कहाँ भइरहेका छन् भनेर जान्नमा समय दिनको लागि सिकाइ कक्षाभन्दा लगभग 10 – 15 मिनेटपहिले पौडी पोखरीमा पुग्ने प्रयास गर्नुहोस्।

➤ जब पौडी कक्षा सुरु हुन्छ

बच्चाहरूलाई पौडी कक्षामा लैजाँदा प्रशिक्षकले कक्षा सुरु गर्न तयार नभएसम्म तपाईं आफ्नो बच्चासँगै रहेको सुनिश्चित गर्नुहोस्। तपाईंको बच्चालाई उनीहरूको पौडी कक्षा सुरु भएर उनीहरूको कक्षालाई नसकिने समयसम्म उनीहरूको रेखदेख गर्ने पौडी प्रशिक्षकको कर्तव्य हुन्छ।

आमाबाबुले बच्चाहरूलाई उनीहरूको सिकाइ कक्षासम्म र त्यहाँबाट लैजाचा सँगै साथ दिनु पर्छ; एकचोटि उनीहरू प्रशिक्षकको हेरचाहमा पुगेपछि तपाईं सो स्थानमा रहनु आवश्यक छ।

तोकिएको पौडी कक्षा समयभन्दा बाहिर पौडी खेल्दा केन्द्रको शुल्क अनुसार खर्च लाग्न सक्छ। थप जानकारीको लागि कृपया पौडी पोखरी व्यवस्थापनसँग कुरा गर्नुहोस्।

➤ पौडी कक्षाको समयमा के आशा गर्ने

पौडी प्रशिक्षकहरूले सीपहरू सिकाउन विभिन्न प्रविधिहरू प्रयोग गर्छन्। सामान्यतया, एक प्रशिक्षकले गतिविधिको व्याख्या गर्नेछन्, सीप प्रदर्शन गर्नेछन् र त्यसपछि प्रतिक्रिया र प्रत्यक्ष व्यावहारिक सुधार उपलब्ध गराउनुअघि पौडी खेल्नेहरूलाई सीप प्रदर्शन गर्न लगाउँछन्। 'पूल नूडल्स' र 'किकबोर्ड' जस्ता उपकरणहरू पनि प्रयोग गरिन्छ।

शीर्ष सुझावहरू:

- चाँडै आइपुग्नुहोस्
- रिसेप्शनमा कर्मचारीलाई यो तपाईंको पहिलो कक्षा हो भनेर थाहा दिनुहोस्
- पौडी खेल्ने लुगा लगाएको सुनिश्चित गर्नुहोस्
- कक्षाभन्दा पहिले शौचालयको प्रयोग गर्नुहोस्
- तौलिया लिनुहोस् र लुगा फेर्नुहोस्
- तपाईंलाई आवश्यक पर्ने व्यक्तिगत औषधि ल्याउनुहोस्