



2-4 साल

# हैलोवीन का नन्हा खोजी

Cuquin के साथ भावनाओं को जानने का एक मज़ेदार सफ़र



उम्र:  
2-4 साल



समय:  
10 मिनट



ज़रूरी सामान:  
यह शीट, रंगीन पेंसिलें और, अगर आपका मन हो,  
कोई कॉस्ट्यूम या एक्सेसरी।

Cuquin हैलोवीन की तैयारी कर रहा है! मज़ेदार कॉस्ट्यूम हैं, अनोखे किरदार हैं और ऐसी आवाज़ें हैं जिन्हें हम हमेशा नहीं पहचानते। चलो, उसकी तैयारी में मदद करें?

**कोई जवाब सही या गलत नहीं है। हर किसी को कुछ अलग महसूस हो सकता है। चलो, साथ मिलकर खोज करें!**

## 1 अपना कॉस्ट्यूम चुनो!

Cuquin कॉस्ट्यूम पहनना चाहता है, पर उसे अभी पता नहीं कि क्या बने। चलो, चुनने में उसकी मदद करें?

तुम्हें कौन-सा सबसे अच्छा लगता है?



एक मज़ेदार भूत



एक कद्दू



एक रहस्यमयी बिल्ली



एक रंग-बिरंगा राक्षस



कोई और किरदार, जो  
मैं चुनूँ!

मेरा पसंदीदा कॉस्ट्यूम है: .....

अब तुम Cuquin को अपने पसंदीदा कॉस्ट्यूम में बना सकते हो।

ड्राइंग बनाने की जगह।

2

## Cuquin को कैसा लग रहा है?

सोचो कि Cuquin एक हैलोवीन पार्टी में पहुँचता है। वह एक ऐसा कॉस्ट्यूम देखता है जिसे वह नहीं जानता और अचानक एक आवाज़ सुनता है।

तुम्हें क्या लगता है, उसे कैसा लग रहा है?

☐


खुश

☐


हैरान

☐


डरा हुआ

☐


शांत

हो सकता है उसे वैसा न लगे जैसा तुम्हें लगता। और यह ठीक है!

और तुम्हें कैसा लगता?

किसी चेहरे की ओर इशारा करो, अपने साथ वाले को बताओ या ड्रॉइंग बनाकर दिखाओ कि तुम्हें कैसा लग रहा है।

 चेहरा बनाने की जगह।

3

## अगर कोई चीज़ हमें डराए तो हम क्या कर सकते हैं?

खोजी होने का मतलब यह नहीं कि डर न लगे! इसका मतलब है चीज़ों को धीरे-धीरे जानना और ज़रूरत हो तो मदद माँगना।

अगर Cuquin डर जाए, तो उसकी मदद किससे हो सकती है?

- ☐ किसी भरोसेमंद इंसान का हाथ पकड़ना।
- ☐ किसी सुरक्षित जगह से देखना कि क्या हो रहा है।
- ☐ किसी से कहना कि वह समझाए कि क्या हो रहा है।
- ☐ थोड़ा दूर हो जाना या थोड़ा रुकना।
- ☐ तय करना कि आज वह कुछ और करना चाहता है।

और जब तुम्हें डर लगता है, तो तुम्हें किस चीज़ से मदद मिलती है?

तुम ऊपर दिए गए किसी एक आइडिया को चुन सकते हो या अपना आइडिया बता सकते हो।

मेरा भरोसेमंद इंसान है: .....

मुझे इससे मदद मिलती है: .....

4

## आज का हमारा मिशन!

अब हम साथ मिलकर करने के लिए हैलोवीन का एक छोटा-सा एडवेंचर चुनेंगे।

- ☐ किसी कॉस्ट्यूम को देखना और पता लगाना कि उसके पीछे कौन है।
- ☐ कागज़ का कढ़ू सजाना।
- ☐ Cuquin की कोई कहानी देखना और बात करना कि किरदारों को कैसा लग रहा है।
- ☐ हैलोवीन के गानों पर नाचना।
- ☐ ड्रॉइंग बनाकर एक मज़ेदार राक्षस सोचना।

**ज़रूरी बात!** हम पहले देख सकते हैं, फिर आजमा सकते हैं, या तय कर सकते हैं कि आज हमारा मन नहीं है। हमें सब कुछ करना ज़रूरी नहीं।

## ★ मिशन पूरा! ★



आज हमने जाना कि हम खुशी, हैरानी, डर और कई दूसरी भावनाएँ महसूस कर सकते हैं।

**जब मुझे किसी चीज़ से डर लगे, तो मदद माँगना ठीक है। और अगर रुकना हो, तो रुकना भी ठीक है।**

शाबाश, नन्हे खोजी!

**परिवार के साथ बात करने के लिए एक सवाल:** जब कोई चीज़ हमें डराए, तो हम एक-दूसरे की मदद के लिए क्या कर सकते हैं?

यह गतिविधि किसी बड़े के साथ मिलकर करें। हर बच्चा अपनी गति से हिस्सा ले सकता है; सभी सवालों के जवाब देना या सभी स्टेप पूरे करना ज़रूरी नहीं।