15- وقت اور توانائی کی منصوبہ بندی

ہمیں اپنے کاموں کو پورا کرنے کے لیے وقت کے ساتھ کسی اور چیز کی بھی ضرورت ہوتی ہے۔اور وہ ہے توانائی کسی بھی کام کو کرنے کے لیے طاقت مطلب توانائی کی ضرورت ہوتی ہے۔اس کے مطلب یہ ہے کہ جس طرح ہمارے پاس وسائل محدود ہے۔ٹھیک اُسی طرح توانائی کی مقدار بھی محدود ہے۔اس کا مطلب ہم اپنا کام مقررہ وقت پر مقررہ توانائی کی مدد سے ہی پورا کرنا بہت ضروری ہے۔

مقاصد:

1) لچکدار اور غیر لچکدار کاموں کو سمجھنا۔

2) وقت اور توانائی کی منصوبہ بندی کے ساتھ کام کو جاننا۔

3) وقت کی منصوبہ بندی کرنا۔

4) گھر کے کام کرنے کے لیے آسان طریقوں کو سمجھنا۔

سرگرمی 1:

گھر میں کئے جانے والے کاموں کی فہرست یہاں دی گئی ہے۔ایک ایک کر کے ہر ایک کام کو لچکدار اور غیر لچکدار گروپ میں رکھنا ہے۔اور اسکی وجوہات بھی بتانا ہے۔

کاموں کی فہرست:

1) کھانا پکانا 2) پوچھا لگانا 3) کپڑے دھونا 4) کپڑے سینا 5) اسکول جانا

6) خریدی کرنے کیلئے جانا 7) والدین کے لئے دوپہر کا کھانا بنانا 8) شادی میں جانا 9) کپڑوں کو استری کرنا وغیرہ۔

آئیے بحث و مباحثہ کریں:

1) آپ اپنے گھر میں کون کونسے کام کرتے ہیں اور کیسے کرتے ہیں؟

2) کون کونسے کام کرنا ضروری ہے؟ اور کون کونسے کام کرنا ضروری نہیں ہے؟

ذیل میں دیئے گئے پیراگراف کو بلند آواز اور واضح تلفظ کے ساتھ پڑھیں۔

ہمیں اپنے کام کو انجام دینے کے لیے وقت کے ساتھ ساتھ کسی اور چیز کی بھی ضرورت ہوتی ہے اُسے توانائی کہتے ہیں۔ یہ کام کرنے کی استعداء ہوتی ہے۔اس کا مطلب ہے ایک وسیلے کے طور پر جیسے وقت محدود ہے۔اسی طرح توانائی کی مقدار بھی محدود ہوتی ہے۔لہذا ہم کہہ سکتے ہیں کہ ایک محدود وقت کے اندر ہمیں اپنے تمام کاموں کو اپنی محدود توانائی کے ساتھ پورا کرنا ہوتا ہے۔

وقت کی منصوبہ بندی کے فوائد:

جب آپ وقت کا منصوبہ بناتے ہیں اور اسے نافذ کرتے ہیں تو آپ محسوس کرتے ہیں کہ یہ آپ کے لئے کتنا مفید ہے۔بغیر تھکان محسوس کئے اپنے سارے کام کو صحیح طور پر پورا کرتے ہیں کم وقت میں زیادہ کام کے لئے آپ وقت کی منصوبہ بندی سے آخری منٹ کے تناؤ اور الجھن سے بچ جاتے ہیں بہتر اور معیاری کام انجام دیتے ہیں دو یا دو سے زیادہ سرگرمی کو ایک ہی وقت میں انجام دینے کو چول بٹھانے (Dovetaling) والی سرگرمی کہا جاتا ہے۔

سرگرمی 2:

طلباء کو گروپ میں مندرجہ ذیل حالتوں کی پرچی دیں اور اس پر ٹائم ٹیبل بنانے کو کہیں۔

1) ایک خاتون جس کو اپنی دسویں جماعت کی پڑھائی پوری کرنی ہے۔اور ساتھ ہی اسکول جانے والے دو چھوٹے بچوں کا خیال بھی رکھنا ہے۔اور انھیں ہوم ورک بھی کروانا ہے۔اس کے لیے مناسب وقت کی منصوبہ بندی بنائیے۔

2) ایک خاتون کو اپنے بیمار شوہر (فالج سے متاثر) کا خیال رکھتے ہوئے اپنی گھر گھرستی چلانی ہے۔ساتھ ہی اپنی اور اپنے بچوں کی پڑھائی پوری کرنے میں بھی مدد کرنی ہے۔اس کے لئے ایک مناسب وقت کی منصوبہ بندی بنائیے۔

3) ایک خاتون کو اپنا سلائی سنٹر چلاتے ہوئے ساتھ ہی دسویں جماعت کی پڑھائی بھی مکمل کرنی ہے۔اس کے لیے ایک مناسب وقت کی منصوبہ بندی بنائیے۔

4) ایک لڑکی کو اپنے چار چھوٹے بھائی بہنوں کی پڑھائی میں مدد کرنی ہے۔ساتھ ہی اپنے بیمار ماں کے گھر کے کاموں میں بھی مدد کرنی ہے۔اور خود کی دسویں جماعت کی پڑھائی بھی پوری کرنی ہے۔اس کے لئے ایک مناسب وقت کی منصوبہ بندی بنائیے۔

5) ایک خاتون کو اپنے بچوں کے ساتھ کھیتی باڑی بھی سنبھالنی ہے۔اور اپنی بوڑھی ساس کا خیال بھی رکھنا ہے۔اس کے علاوہ اُس کو آنگن واڑی نوکری کے لیے دسویں جماعت کا امتحان بھی کامیاب کرنا ہے۔اس کے لیے ایک مناسب وقت کی منصوبہ بندی بنائیے۔

وقت کی منصوبہ بندی کے ساتھ ساتھ ہمیں یہ بھی سیکھنا ہے کہ ہر کام (سرگرمی) کے لیے کتنی توانائی خرچ ہوگی۔ ہر ایک گروپ کو ایک ایک سرگرمی دیں اور اُسے کم سے کم توانائی میں کیسے کیا جاسکتا ہے۔اس کے بارے میں سوچ کر بتانے کو کہیں۔

1) کپڑے دھونا۔ 2) مہمانوں کو پانی پلانا۔ 3) کھانا پکانا۔ 4) بچے کو نہلا کر تیار کرنا۔

اہم الفاظ:

لچکدار اور غیر لچکدار، چول بٹھانا، معلومات، آسان طریقہ، کشیدگی، ترجیح۔