



নৱচেতনা



ৰাষ্ট্ৰীয় ৰূপৰেখা

প্ৰাথমিক শৈশৱৰ উৎপ্ৰেৰণ ২০২৪

জন্মৰ পৰা তিনি বছৰলৈকে শিশুৰ বাবে



नरचेतना

प्राथमिक बाल्यरुस्था ँप्रेरणर वारे
राष्ट्रीय रुपरेखा जन्मर परा
तिनि वछरलैके शिशु र वारे
2024

राष्ट्रीय जन सहयोगिता आरु शिशु ँन्नयन प्रतिष्ठान (एनआईपीडीएछडी)
5, छिबि इनष्टिटीडुश्यानेल एरिया, हौज खाछ, नतुन दिल्ली- 110016

स्मृति जूबिन इरानी
Smriti Zubin Irani



मंत्री
महिला एवं बाल विकास
अल्पसंख्यक कार्य
भारत सरकार
Minister
Women & Child Development
Minority Affairs
Government of India

Message

Ensuring equitable growth for all in India's "AmritKaal" depends on the holistic development of our children. To strengthen and support the nation's youngest citizens, the Ministry of Women and Child Development is launching "Navchetana", the National Framework for Early Childhood Stimulation from birth to three years of age. The objective is to empower caregivers and Anganwadi Workers to nurture children's bodies and brains for optimal development, both within the household as well as at the Anganwadi Centre or creche.

The Ministry of Women and Child Development empowers and supports mothers and their children under three years through Mission Saksham Anganwadi and Poshan 2.0, together with the Palna and Pradhan Mantri Matru Vandana Yojana (PMMVY) Schemes under Mission Shakti. We aim to ensure comprehensive childcare support throughout the day in a secure environment, with trained staff, educational resources, nutritional support, and activities for holistic child development. Together, these efforts will help strengthen care infrastructure, for women-led development, and set a strong foundation for the children of this country.

The National Framework for Early Childhood Stimulation aligns with the recommendations of the National Education Policy 2020 for a continuum of early learning. Encouraging caregivers to provide cognitive and physical stimulation right from gestation onwards, the framework envisions an inclusive and forward-thinking system where the optimal growth of every child is a priority. It advocates for early screenings, inclusion and referrals to identify potential challenges for Divyang children. The Stimulation Activity Calendar facilitates responsive caregiving and opportunities for early learning through month-wise age-based activities. Community workers and parents can utilize the framework to provide early learning to their children.

I hereby extend my warm wishes to all citizens on the launch of Navchetana, which celebrates caregivers, ensuring the dream of "Viksit Bharat" through "Har Bacche Ka Vikas".


(Smriti Zubin Irani)



Room No 301, 'A' Wing, Shastri Bhawan, New Delhi 110001, Tel. No. : 011-23071331
First Floor, Pt. Deendyal Antyodaya Bhawan, CGO Complex, Lodhi Road, New Delhi-110003, Tel. No. : 011-24360585
Resi.: 28, Tughlak Crescent, New Delhi-110003, Phone : 011-23011382



अनिल मलिक, आई.ए.एस.
सचिव

Anil Malik, I.A.S.
Secretary

Tel. : 011-23383586, 23386731
Fax : 011-23381495
E-mail: secy.wcd@nic.in



सत्यमेव जयते



भारत सरकार
महिला एवं बाल विकास मंत्रालय
शास्त्री भवन, नई दिल्ली-110 001
Government of India
Ministry of Women & Child Development

Message

The Anganwadi System of the Ministry of Women and Child Development is one of the largest and most unique programmes of the Government of India. It provides early childhood care and development, operating through a widespread network of nearly 14 lakh Anganwadi Centres. The Ministry is strengthening Saksham Anganwadi and Mission Poshan 2.0, Palna and Pradhan Mantri Matru Vandana Yojana (PMMVY) by formulating the National Framework for Early Childhood Stimulation 2024. It will seek to stimulate the sensory, social, emotional, cognitive and creative development of children from birth to 3 years.

The recommendations of the Internal Committee constituted to finalize the National Framework for Early Childhood Stimulation 2024 have been instrumental in framing guidance for Anganwadi Workers and caregivers. The framework is designed to provide the Anganwadi Worker with a basic understanding of how children grow and develop, the importance of brain development and the need for nurturing care, including responsive caregiving and opportunities for learning. In order to ensure optimal development of all children, especially for children who may not have access to these resources at home, we aim to strengthen service delivery through the Anganwadi System and Creches.

Navchetana, the National Framework for Early Childhood Stimulation aims to help children develop holistically, based on the principles of serve and return, caregivers' three acts: love, talk, play, and positive guidance. Special focus has been given for the screening, inclusion and referrals of Divyang children. The Framework provides a stepping stone for children for their long term development, aiming to ensure that all children start their learning journeys on an equal footing. Further it aims to empower Anganwadi functionaries, the world's largest women-led childcare workforce, with greater knowledge and capabilities for early childhood stimulation.

I look forward to the States and UTs taking concerted steps for implementation of Navchetana, the National Framework for Early Childhood Stimulation 2024, for children from birth to 3 years, bringing us closer to a brighter future for all.

(Anil Malik)
09/03/2024

সংক্ষিপ্ত ৰূপ

সংক্ষিপ্ত ৰূপ	পূৰ্ণ ৰূপ
AI & ML	কৃত্ৰিম বুদ্ধিমত্তা আৰু মেচিন লাৰ্নিং
ANM	সহায়ক নাৰ্চ তথা ধাই
ASHA	মান্যতাপ্ৰাপ্ত সামাজিক স্বাস্থ্যকৰ্মী
AWW	অংগনবাড়ী কৰ্মী
CBE	সম্প্ৰদায় ভিত্তিক অনুস্থান
CDPO	শিশু বিকাশ প্ৰকল্প বিষয়া
CMO	মুখ্য চিকিৎসা বিষয়া
CRC	শিশু অধিকাৰ সন্মিলন
CwD	দিব্যাংগ শিশু
DIY	নিজে কৰা
DMO	জিলা স্বাস্থ্য বিষয়া
ECCE	প্ৰাৰম্ভিক শৈশৱৰ যতন আৰু শিক্ষা
ECCED	প্ৰাৰম্ভিক শৈশৱৰ যতন শিক্ষা আৰু বিকাশ
ECD	প্ৰাৰম্ভিক শৈশৱৰ বিকাশ
ECS	প্ৰাৰম্ভিক শৈশৱৰ উৎপ্ৰেৰণা/উদ্দীপনা
HBNC	ঘৰতে নৱজাতকৰ যতন
HBYC	ঘৰতে কম বয়সীয়া শিশুৰ যতন
ICDS	সংহত শিশু বিকাশ সেৱা
IEC	তথ্য, শিক্ষা আৰু যোগাযোগ
LED	(লাইট-এমিটিং ডায়ড) প্ৰকাশ উৎকৰ্ষক ডায়ড
MCP	মাতৃ আৰু শিশুৰ সুৰক্ষা

MWCD	মহিলা আৰু শিশু বিকাশ মন্ত্ৰালয়
NCF	ৰাষ্ট্ৰীয় পাঠ্যক্ৰমৰ ৰূপৰেখা
NCF-FS	ৰাষ্ট্ৰীয় পাঠ্যক্ৰমৰ ৰূপৰেখা – বুনিয়াদী পৰ্যায়
NEP	ৰাষ্ট্ৰীয় শিক্ষা নীতি
NGO	বেচৰকাৰী সংস্থা
NIPCCD	ৰাষ্ট্ৰীয় জনসহযোগ তথা শিশু বিকাশ সংস্থা
ORT	মৌখিক পুনৰজলীয়কৰণ চিকিৎসা
PM	প্ৰধানমন্ত্ৰী
PMMVY	প্ৰধানমন্ত্ৰী মাতৃবন্দনা যোজনা
QR	ক্ষিপ্ৰ প্ৰতিক্ৰিয়া
RO	(ৰিভাৰ্ছ অছ'ম'ছিছ) বিপৰীত ৰসাকৰ্ষণ
RTE	শিক্ষাৰ অধিকাৰ
UDID	অদ্বিতীয় বিকলাংগতা চিনাক্তকৰণ
UT	কেন্দ্ৰীয় শাসিত অঞ্চল
VHSND	গ্ৰাম্য স্বাস্থ্য স্বচ্ছতা তথা পোষণৰ দিন
WBG	বিশ্ব বেংক সমূহ
WCD	মহিলা আৰু শিশু বিকাশ
WHO	বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা

সূচীপত্ৰ

বাক্য	i
বাক্য	iii
সংক্ষিপ্ত ৰূপ	v
সূচীপত্ৰ	viii
পৰিচয়	1
কাৰ্যপ্ৰণালী: ৰূপৰেখা প্ৰস্তুত কৰা	1
অধ্যায় 1: ভাৰতত প্ৰাৰম্ভিক	3
শৈশৱ বিকাশৰ নীতিৰ বিষয়ে	
1.1 নীতিৰ বিষয়ে	4
1.2 কাৰ্যসূচীৰ বিষয়ে	5
1.3 জন্মৰ পৰা 3 বছৰৰ শিশুৰ বাবে ৰাজ্যৰ প্ৰথা	7
অধ্যায় 2: প্ৰাৰম্ভিক শৈশৱৰ উৎপ্ৰেৰণাৰ প্ৰয়োজন আৰু গুৰুত্ব	9
2.1 প্ৰাৰম্ভিক শৈশৱৰ উৎপ্ৰেৰণা কি?	11
2.2 প্ৰাৰম্ভিক শৈশৱৰ উৎপ্ৰেৰণাৰ লক্ষ্য (ইচিএছ)	12
2.3 প্ৰতিপালন যতনৰ ৰূপৰেখা	12
অধ্যায় 3: প্ৰাৰম্ভিক বিকাশৰ বাবে দায়বদ্ধ যতন	13
3.1 সেৱা আৰু ঘূৰাই দিয়া	15
3.2 প্ৰেম, বাক্যলাপ, খেলা	16
অধ্যায় 4: মাহেকীয়া কাৰ্যকলাপৰ জৰিয়তে প্ৰাথমিক	17
শিক্ষণৰ সুযোগ সৃষ্টি	
4.1 প্ৰাৰম্ভিক শৈশৱৰ উৎপ্ৰেৰণাৰ বাবে যাৱতীয় পৰিৱেশ সৃষ্টি	18
4.2 উৎপ্ৰেৰণাৰ কাৰ্য কেলগুৰ	20
4.3 দিব্যাংগ শিশুৰ (0-3 বছৰ) প্ৰয়োজনসমূহৰ বাবে কাৰ্যব্যৱস্থা গ্ৰহণ	56

অধ্যায় 5: পলম আৰু অক্ষম শিশুৰ স্কীনিং, অন্তৰ্ভুক্তি	59
আৰু ৰেফাৰেল	
5.1 প্ৰাৰম্ভিক উন্নয়নমূলক মাইলৰ খুঁটি	61
5.2 আগতীয়াকৈ ধৰা পেলোৱাৰ বাবে পৰীক্ষণ চলোৱা	62
5.3 ঘৰত, ক্ৰেচত আৰু সমাজত অন্তৰ্ভুক্ত পৰিৱেশ সৃষ্টি কৰা	62
5.4 স্কীনিং টেষ্ট অনুসৰি বিকাশত পলম হোৱা শিশুক ৰেফাৰ কৰা	65
অধ্যায় 6: সামূহিক কৰ্মীসকলে এই ৰূপৰেখা কেনেকৈ ব্যৱহাৰ কৰিব	66
6.1 আগতীয়াকৈ উৎপ্ৰেৰণা দিয়াৰ বাবে যত্ন লোৱা ব্যক্তিৰ নিৰ্দেশনা	67
6.2 কেন্দ্ৰ/ক্ৰেচত শিশুৰ যত্ন আৰু উদ্দীপনা	72
অধ্যায় 7: এটা সহায়ক পৰিৱেশ সৃষ্টি কৰা	74
7.1 সামূহিক কৰ্মীসকলক সক্ষম আৰু সবলীকৰণ কৰা	75
7.2 অভিভাৱক, পৰিয়াল আৰু সম্প্ৰদায়ৰ ভূমিকা	76
7.3 উদ্ভাৱনৰ বাবে প্ৰযুক্তিৰ সুযোগ গ্ৰহণ	77
পৰিশিষ্ট	78
পৰিশিষ্ট I: ৰাষ্ট্ৰীয় প্ৰাথমিক শিশু যত্ন আৰু শিক্ষা (ইচিচিই)	79
পাঠ্যক্ৰমৰ আভ্যন্তৰীণ সমিতি, 2024	
পৰিশিষ্ট II: অক্ষমতা পৰীক্ষণৰ সময়সূচী	81
পৰিশিষ্ট III: ভূমিকা আৰু দায়িত্ব	86
পৰিশিষ্ট IV: 1000 দিনৰ যাত্ৰা পুস্তিকা	88
উদ্ধৃতি	104

পৰিচয়

কোৱা হয় যে জন্মৰ সময়ত মগজুৰ মাত্ৰ 25%হে গঠন হয়, আনহাতে 75% শিশুৰ জীৱনৰ প্ৰথম 3 বছৰত, প্ৰাথমিক শৈশৱৰ বিকাশৰ প্ৰক্ৰিয়াত (ইচিডি) বিকাশ ঘটে। চিন্তা আৰু সঁহাৰিৰ ধৰণ প্ৰতিষ্ঠা হয়, কিয়নো এই বয়সত শিশুৰ মগজু প্ৰাপ্তবয়স্কৰ মগজুতকৈ দুগুণ সক্ৰিয় হয়। লালন-পালন যন্ত্ৰৰ ৰূপৰেখাত পাঁচটা আন্তঃসম্পৰ্কীয় আৰু অবিভাজ্য উপাদান থাকে: সুস্থাস্থ্য, পৰ্যাপ্ত পুষ্টি, সুৰক্ষা আৰু নিৰাপত্তা, সঁহাৰি জনোৱা যতন আৰু প্ৰাথমিক শিক্ষণৰ সুযোগ। শিশুৱে নিজৰ সম্পূৰ্ণ সম্ভাৱনাক সাৰাৰ কৰিবলৈ পাঁচোটৰ প্ৰয়োজন।

বিশেষজ্ঞৰ আন্তঃসীমা সমিতি গঠন, নীতিগত নথিপত্ৰ আৰু শেহতীয়া গৱেষণাকে ধৰি বিস্তৃত সাহিত্য পৰ্যালোচনা আৰু অংগনবাড়ী কৰ্মী, তত্ত্বাবধায়ক, চিডিপিঅ' আদিৰ দৰে ক্ষেত্ৰৰ অংশীদাৰসকলৰ সৈতে আলোচনাৰ জৰিয়তে ৰাষ্ট্ৰীয় প্ৰাথমিক শিশু উৎপ্ৰেৰণা ৰূপৰেখা 2024 প্ৰস্তুত কৰা হৈছে এইটো ভাবি যে শিশুটিৰ 3 বছৰ হোৱালৈকে তেওঁৰ সকলো যতন লগুতা মূলতঃ ঘৰতে থাকিব যদিহে সকলো লোক কৰ্মস্থলীত নিয়োজিত নহয়। নিয়োজিত হ'লে শিশুটিক ওচৰৰ ক্ৰেচত নামভৰ্তি কৰিব লাগিব। গতিকে শিশুৰ বিকাশৰ প্ৰথম তিনি বছৰৰ এটা জটিল দিশ হ'ল শিশুটিক সঁহাৰি জনাবলৈ, যন্ত্ৰ ল'বলৈ বা তেওঁলোকৰ সৈতে শিক্ষণ কাৰ্য্যকলাপত লিপ্ত হ'বলৈ যন্ত্ৰ লোৱা ব্যক্তিজনক প্ৰয়োজনীয় সহায় আগবঢ়াব লাগিব।

বৰ্তমানৰ ৰূপৰেখাৰ লক্ষ্য হৈছে শিশুৰ বৃদ্ধিৰ প্ৰথম তিনি বছৰলৈকে যন্ত্ৰ আৰু উৎপ্ৰেৰণা বুজা আৰু

কাৰ্য্যকৰী কৰাৰ ধাৰণাগত আৰু ব্যৱহাৰিক ব্যৱধান পূৰণ এই ৰূপৰেখাৰ উদ্দেশ্য হৈছে শিশুৰ শৰীৰ আৰু মগজু উভয়ৰে অনুকূল বিকাশৰ বাবে সঁহাৰিজনক যন্ত্ৰ লোৱা আৰু আগতীয়া শিক্ষণৰ সুযোগৰ জৰিয়তে সামগ্ৰিক আগতীয়া উৎপ্ৰেৰণাৰ বাবে যন্ত্ৰ লোৱা আৰু অংগনবাড়ী কৰ্মীসকলক শক্তিশালী কৰা। ৰূপৰেখাৰে ঘৰৰ ভিতৰৰ লগতে অংগনবাড়ী কেন্দ্ৰ বা ক্ৰেচত নিয়োজিত হোৱাৰ পথ প্ৰদৰ্শন কৰে, শিশুৰ জীৱনৰ প্ৰথম তিনি বছৰত বৃদ্ধি আৰু বিকাশক সমৰ্থন আৰু জুখিবলৈ উৎপ্ৰেৰণামূলক কাৰ্য্যকলাপ চলোৱাত যন্ত্ৰ লোৱাসকলক সহায় কৰে। ইয়াত প্ৰথম তিনি বছৰত মগজুৰ বিকাশৰ গুৰুত্বৰ বিষয়ে বিশদ তথ্য প্ৰদান কৰা হয় আৰু যন্ত্ৰ লোৱা আৰু ফ্ৰণ্টলাইন কৰ্মীসকলৰ বাবে আগতীয়া উদ্দীপনা কাৰ্য্যকলাপ চলোৱাৰ ক্ষেত্ৰত পদক্ষেপ অনুসৰি নিৰ্দেশনা দিয়া হয়। ইয়াৰ উপৰিও বিশেষভাৱে সক্ষম শিশুসকলৰ পৰীক্ষা, অন্তৰ্ভুক্তি আৰু ৰেফাৰেলৰ ওপৰতো গুৰুত্ব আৰোপ কৰা হয়।

এই ক্ষেত্ৰত প্ৰাথমিক শিশু শিক্ষাৰ প্ৰসাৰ আৰু নীতিসমূহ কাৰ্য্যকৰী কৰিব পৰা কাৰ্য্যসূচী প্ৰস্তুত কৰাৰ ক্ষেত্ৰত বিশ্বব্যাপী সহমত ক্ৰমাৎ বৃদ্ধি পাইছে। অনুকূল মগজুৰ বিকাশৰ বাবে অতি প্ৰয়োজনীয় অভিজ্ঞতাসমূহ ঘৰতে পাব পাৰে যদিও এই সময়ছোৱাত শিশুক নিষ্ঠাৰে আৰু ধাৰাবাহিকভাৱে লালন-পালনৰ পৰিৱেশ আৰু সঁহাৰি জনোৱা যন্ত্ৰ লোৱাৰ পদ্ধতি প্ৰদান কৰিলে শিশুসকলে বিভিন্ন বিকাশৰ ক্ষেত্ৰত সম্পূৰ্ণৰূপে বৃদ্ধি হোৱাটো নিশ্চিত। এই ৰূপৰেখাৰ লক্ষ্য হৈছে এই লক্ষ্যত উপনীত হোৱাৰ দিশত পদক্ষেপসমূহ ৰচনা কৰা।

পদ্ধতি: ৰূপৰেখা প্ৰস্তুত কৰা

দেশত প্ৰাথমিক শিশুৰ যতন আৰু শিক্ষাৰ জটিল ভূমিকাক স্বীকৃতি দিয়াৰ ক্ষেত্ৰত দূৰদৰ্শী ৰাষ্ট্ৰীয় শিক্ষা নীতি (এনইপি) 2020 আৰু বুনিয়াদী পৰ্যায়ৰ বাবে ৰাষ্ট্ৰীয় পাঠ্যক্ৰমৰ ৰূপৰেখা (এনচিএফ-এফএছ) 2022য়ে গুৰুত্বপূৰ্ণ মুহূৰ্তসমূহ চিহ্নিত কৰিছে। 3ৰ পৰা 8 বছৰ বয়সৰ শিশুসকলক সামৰি লোৱা এনচিএফ-এফএছে কেৱল 3-6 বছৰৰ বাবে উচ্চমানৰ ইচিচিই লালন-পালনৰ বাবে বিশেষভাৱে নিৰ্ধাৰিত নিৰ্দেশনা আৰু পৰামৰ্শ দিয়া পদ্ধতিসমূহৰ আৱশ্যকতাক আলোকপাত কৰাই নহয়, প্ৰতিষ্ঠানিক কৰি তুলিছে।

"0-3 বছৰ বয়স গোটৰ বাবে ঘৰতে উচ্চমানৰ ইচিচিই সক্ষম কৰিবলৈ নিৰ্দেশনা বা পৰামৰ্শ দিয়া পদ্ধতিসমূহ মহিলা আৰু শিশু উন্নয়ন মন্ত্ৰালয়ে (এমডব্লিউচিডি) প্ৰস্তুত আৰু প্ৰচাৰ কৰিব।"

ৰাষ্ট্ৰীয় ইচিচিই নীতি (2013) আৰু 2022 চনত এমডব্লিউচিডিৰ দ্বাৰা ইচিচিই টাৰ্গেটৰ উৎপত্তিয়ে সহযোগিতামূলক যাত্ৰাক আগুৱাই লৈ গৈছে যিয়ে শিশুৰ বিকাশৰ বাবে 6 বছৰ বয়সলৈকে গঠনমূলক বছৰবোৰক নিখুঁত কৰি তুলিছে ভাৰতত। ৰাষ্ট্ৰীয় জন সহযোগিতা আৰু শিশু উন্নয়ন প্রতিষ্ঠান (এন আই পি চি চি ডি)ৰ জৰিয়তে এই সামগ্ৰীসমূহ প্ৰস্তুত কৰাত মহিলা আৰু শিশু উন্নয়ন মন্ত্ৰালয়ে মুখ্য ভূমিকা গ্ৰহণ কৰে। 1975 চনৰ পৰা এন আই পি চি চি ডিয়ে ছাতি সংহত শিশু বিকাশ আঁচনিৰ অধীনত অংগনবাড়ী সেৱা আঁচনিৰ কৰ্মীসকলক প্ৰশিক্ষণ দিয়াৰ ক্ষেত্ৰত এক অবিচ্ছেদ্য অংশ হিচাপে কাম কৰি আহিছে।

সুক্ষ্ম আৰু ব্যাপক দৃষ্টিভঙ্গী নিশ্চিত কৰিবলৈ মহিলা আৰু শিশু উন্নয়ন মন্ত্ৰালয় (এমডব্লিউচিডি), স্বাস্থ্য আৰু পৰিয়াল কল্যাণ মন্ত্ৰালয় (এমঅ' এইচএফডব্লিউ), বিদ্যালয় শিক্ষা আৰু সাক্ষৰতা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্ৰালয় (ড' এছ ই এল, এম অ' ই), ৰাষ্ট্ৰীয় শিক্ষা গৱেষণা আৰু প্ৰশিক্ষণ পৰিষদ (এন চি ই আৰ টি), গৃহ অৰ্থনীতি প্ৰতিষ্ঠান, দিল্লী বিশ্ববিদ্যালয় আৰু নাগৰিক সমাজ সংস্থা (চি এছ অ')ৰ প্ৰতিনিধিৰে গঠিত এখন আভ্যন্তৰীণ সমিতি নিখুঁতভাৱে গঠন কৰা হয়। এই সমাৱেশত প্ৰাথমিক শৈশৱৰ শিক্ষাৰ বিকশিত পৰিৱেশ গঢ়ি তুলিবলৈ আধুনিক জ্ঞানৰ লগতে পৰম্পৰাগত প্ৰজ্ঞাকো অন্তৰ্ভুক্ত কৰা হৈছিল। আভ্যন্তৰীণ সমিতিৰ প্ৰথমখন পৰামৰ্শ বৈঠক 19 ডিচেম্বৰ, 223 তাৰিখে নতুন দিল্লীৰ এন আই পি চি চি ডিত অনুষ্ঠিত হৈছিল। আভ্যন্তৰীণ সমিতিৰ গঠন আৰু কাৰ্য্যভাৰ পৰিশিষ্ট 1 ত পোৱা যাব।

ৰূপৰেখাৰ সৃষ্টি কেৱল বন্ধ দুৱাৰত সীমাবদ্ধ নাছিল বৰঞ্চ ই এক অংশগ্ৰহণমূলক প্ৰচেষ্টা যিয়ে অংগনবাড়ী কৰ্মীসকলৰ (এডব্লিউডব্লিউ) অভিজ্ঞতা আৰু প্ৰজ্ঞাৰ অনুৰণন ঘটায়। আভ্যন্তৰীণ সমিতিৰ পৰামৰ্শ অনুসৰি এন আই পি চি চি ডিয়ে 2023 চনৰ 20 ডিচেম্বৰত দিল্লীৰ পৰা চি ডি পি অ', তত্ত্বাবধায়ক আৰু অংগনবাড়ী কৰ্মীৰে গঠিত অংগনবাড়ী ব্যৱস্থাৰ কৰ্মীসকলৰ সৈতে আলোচনাৰ আয়োজন কৰে। তেওঁলোকে ই চি চি ই পৰিচালনা আৰু শিশুসকলক পৰিচালনাৰ সন্দৰ্ভত অপৰিহাৰ্য অন্তৰ্দৃষ্টি প্ৰদান কৰে। ইয়াৰ উপৰিও তেওঁলোকে জন্মৰ পৰা তিনি বছৰলৈকে উৎপ্ৰেৰণা লাভৰ বাবে এক ৰূপৰেখাৰ প্ৰয়োজনীয়তা দোহাৰে, য'ত ঘৰলৈ যোৱাৰ সময়ত যত্ন লোৱা লোকসকলৰ

নিৰ্দেশনাও অন্তৰ্ভুক্ত। ক্ষেত্ৰ পৰ্যায়ৰ কৰ্মীসকলৰ পৰা পোৱা মূল্যায়ন ইনপুটসমূহৰ লগতে সক্ষম অংগনবাড়ী/মিছন পোষন 2.0ৰ নিৰ্দেশনা, পালনা আঁচনিৰ মানক পৰিচালনা পদ্ধতি আৰু এমডব্লিউচিডিৰ ইচিচিই টাৰ্গেটৰ প্ৰতিবেদনে প্ৰাথমিক শিশুৰ যত্নত প্ৰত্যক্ষভাৱে জড়িতসকলৰ ব্যৱহাৰিক প্ৰয়োজন আৰু পছন্দৰ সৈতে মিলাই কাঠামোটোক গতিশীল আৰু সঁহাৰিজনকভাৱে পৰিচালিত কৰে।

সেয়েহে শিশুৰ বিকাশৰ প্ৰথম তিনি বছৰলৈকে যত্ন আৰু উৎপ্ৰেৰণা বুজা আৰু কাৰ্যকৰী কৰাৰ ধাৰণাগত আৰু ব্যৱহাৰিক ব্যৱধান পূৰণ কৰাৰ লক্ষ্য হৈছে উৎপ্ৰেৰণা ৰূপৰেখা (0-3 বছৰ)। ৰূপৰেখাটোৱে ঘৰৰ ভিতৰৰ লগতে অংগনবাড়ী কেন্দ্ৰ বা ক্ৰেচত নিয়োজিত হোৱাৰ পথ প্ৰদৰ্শন কৰে, শিশুৰ জীৱনৰ প্ৰথম তিনি বছৰত বৃদ্ধি আৰু বিকাশক সমৰ্থন আৰু জুখিবলৈ উৎপ্ৰেৰণামূলক কাৰ্য্যকলাপ চলোৱাত যত্ন লোৱাসকলক সহায় কৰে। ইয়াত প্ৰথম তিনি বছৰত মগজুৰ বিকাশৰ গুৰুত্বৰ বিষয়ে বিশদ তথ্য প্ৰদান কৰা হয়, আৰু যত্ন লোৱা আৰু ফ্ৰণ্টলাইন কৰ্মীসকলৰ বাবে আগতীয়া উৎপ্ৰেৰণা কাৰ্য্যকলাপ চলোৱাৰ ক্ষেত্ৰত পদক্ষেপ অনুসৰি নিৰ্দেশনা দিয়া হয়। থলুৱা খেলনা আৰু কম খৰচী/বিনা খৰচী সামগ্ৰীৰ ব্যৱহাৰতো গুৰুত্ব দিয়া হয়।

দিব্যাংগ শিশুসকলক অন্তৰ্ভুক্ত কৰাৰ প্ৰথা সন্দৰ্ভত বিশেষ ইনপুট বিচৰা হৈছিল। এই কাঠামোটো এমডব্লিউচিডিয়ে প্ৰকাশ কৰা দিব্যাংগ শিশুৰ বাবে অংগনবাড়ী প্ৰট'কল, 2023ৰ ভিত্তিত প্ৰস্তুত কৰা হৈছে। বিশেষভাৱে সক্ষম শিশুসকলক অন্তৰ্ভুক্ত কৰাৰ সুবিধাৰ বাবে বয়সৰ অনুকূল পৰীক্ষণ সঁজুলি অন্তৰ্ভুক্ত কৰা হৈছে যিটো অংগনবাড়ী কৰ্মীসকলে সহজে প্ৰশাসন কৰিব পাৰে, যিটো ডি ই পি ডব্লিউ ডিৰ সৈতে আলোচনা কৰি চূড়ান্ত কৰা হৈছে।

শেহতীয়া গৱেষণা আৰু উত্তম পদ্ধতিৰ দ্বাৰা অৱগত এই ৰূপৰেখাই কেৱল বৰ্তমানৰ মানদণ্ড পূৰণ কৰাই নহয়, আগতীয়াকৈ উৎপ্ৰেৰণা লাভৰ বাবে এক নতুন মাপকাঠি নিৰ্ধাৰণ কৰিব বিচাৰে। এই পদ্ধতিয়ে 0-6 বছৰ বয়সৰ শিশুৰ বাবে গতিশীল শৈক্ষিক পৰিৱেশক নিৰৱচ্ছিন্নভাৱে একত্ৰিত কৰি ভাৰতত প্ৰাথমিক শৈশৱৰ বিকাশৰ এক নতুন যুগৰ মঞ্চ তৈয়াৰ কৰে।



অধ্যায় ১

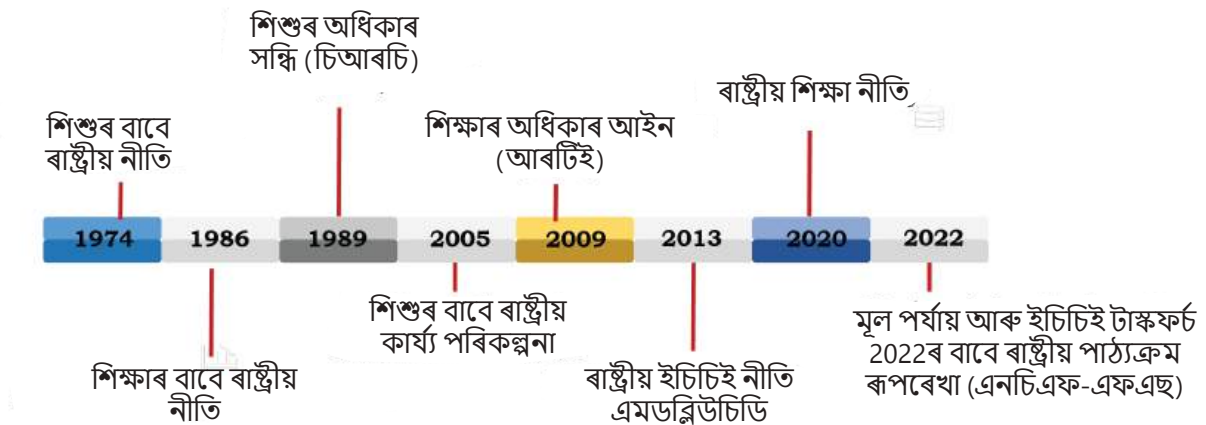
ভাৰতৰ প্ৰাথমিক শিশু
বিকাশৰ নীতিৰ প্ৰসংগ

1.1 নীতিৰ প্ৰসংগ

ভাৰতৰ সংবিধানৰ 45 নং অনুচ্ছেদৰ পৰা উৎপত্তি হোৱা শিশুৰ বিকাশৰ সৈতে জড়িত নীতিগত ৰূপৰেখাৰ এক শক্তিশালী ইতিহাস আছে। ইয়াৰ ভিতৰত আছে শিশুৰ বাবে ৰাষ্ট্ৰীয় নীতি (1974), শিক্ষাৰ বাবে ৰাষ্ট্ৰীয় নীতি (1986), শিশুৰ বাবে ৰাষ্ট্ৰীয় কাৰ্য্য পৰিকল্পনা (2005), ৰাষ্ট্ৰীয় প্ৰাথমিক শিশুৰ যত্ন আৰু শিক্ষা ইচিচিই (ECCE) নীতি (2013), আৰু প্ৰসূতি সুবিধা সংশোধনী আইন (2017), য'ত সকলো প্ৰতিষ্ঠানতে 26 সপ্তাহলৈকে প্ৰসূতিৰ ছুটি আৰু ক্ৰেচৰ সুবিধাৰ ব্যৱস্থা আছে। ভাৰতবৰ্ষ 1989 চনৰ আন্তৰ্জাতিক শিশু অধিকাৰ চুক্তি (চি আৰ চি) (CRC)ৰ স্বাক্ষৰকাৰী দেশ। ইয়াৰ উপৰিও 2030 চনৰ ভিতৰত বহনক্ষম উন্নয়নৰ লক্ষ্য 4 য়ে সকলো ছোৱালী আৰু ল'ৰাই যাতে উচ্চমানৰ প্ৰাথমিক শিশু বিকাশ, যত্ন, আৰু প্ৰাক-প্ৰাথমিক শিক্ষাৰ সুবিধা লাভ কৰিব পাৰে তাৰ নিশ্চয়তা প্ৰদান কৰাৰ লক্ষ্য ৰাখে।

ভাৰতত ইচিচিই - নীতি আৰু আইন

ভাৰতৰ সংবিধানৰ 45 নং অনুচ্ছেদ
"ৰাষ্ট্ৰই সকলো শিশুৱে ছয় বছৰ বয়স সম্পূৰ্ণ নোহোৱালৈকে প্ৰাথমিক শিশুকালৰ
যত্ন আৰু শিক্ষা প্ৰদানৰ প্ৰচেষ্টা চলাব।"



ৰাষ্ট্ৰীয় ইচিচিই (ECCE) নীতি 2013 এ "গোটেই দেশতে ছয় বছৰৰ তলৰ প্ৰতিটো শিশুৰ বাবে প্ৰাথমিক শিশুৰ যত্ন আৰু শিক্ষা ইচিচিই (ECCE) নিশ্চিত কৰাৰ প্ৰয়োজনীয়তা"ৰ ওপৰত গুৰুত্ব আৰোপ কৰিছে। তদুপৰি, অংগনবাড়ী কেন্দ্ৰত প্ৰদান কৰা প্ৰাথমিক শিশু শিক্ষাৰ মানদণ্ডৰ বাবে 4 ঘণ্টাৰ পাঠদান, শ্ৰেণীকোঠাৰ জোখ-মাখ, পৰ্যাপ্ত বাহিৰৰ স্থান, প্ৰশিক্ষণ, মাতৃভাষা বা ৰাজহুৱা স্থানীয় স্থানীয় ভাষাত লেনদেন কৰা বয়স আৰু বিকাশৰ দিশৰ পৰা উপযুক্ত শিশুকেন্দ্ৰিক পাঠ্যক্ৰম আৰু অন্যান্য আন্তঃগাঁথনিকে ধৰি ইয়াত 11টা অ-আলোচনাযোগ্য মানদণ্ডও উল্লেখ কৰা হৈছে। ইয়াৰ ভিত্তিত 2014 চনৰ ৰাষ্ট্ৰীয় ইচিচিই (ECCE) পাঠ্যক্ৰমেও 0 বছৰৰ পৰা 6 বছৰলৈকে এক সংহত পদ্ধতি গ্ৰহণ কৰিছিল, য'ত জন্মৰ পৰা তিনি বছৰলৈকে শিশুৰ বাবে বিকাশৰ দিশৰ পৰা উপযুক্ত পদ্ধতিৰ পৰামৰ্শ দিয়া হৈছিল আৰু যত্ন আৰু উৎপ্ৰেৰণাত গুৰুত্ব দিয়া হৈছিল।

2022 চনত মহিলা আৰু শিশু উন্নয়ন মন্ত্ৰালয়ে গঠন কৰা ইচিচিই টাঙ্ক ফ'ৰ্টে 0ৰ পৰা 3 বছৰ বয়সৰ শিশুৰ বাবে আইচিই কৌশলৰ দুটা সমান্তৰাল গোট ৰূপায়ণৰ পৰামৰ্শ দিছিল। সেইকেইটা হৈছে- অংগনবাড়ী কৰ্মী আৰু আশা কৰ্মীসকলে গাঁথনিগত ঘৰ ভ্ৰমণৰ জৰিয়তে প্ৰদান কৰা ঘৰুৱা যত্ন লোৱা শিক্ষা কাৰ্যসূচী আৰু বহল সম্প্ৰদায়ৰ প্ৰচাৰ অভিযান। ঘৰলৈ যোৱাৰ সময়ত আগতীয়াকৈ উদ্দীপনা যোগাবলৈ বিশদ সামগ্ৰী প্ৰস্তুত কৰাৰ প্ৰয়োজন।

তদুপৰি, অক্ষমতা চিনাক্তকৰণ আৰু প্ৰতিৰোধৰ ক্ষেত্ৰত আগতীয়াকৈ পৰীক্ষা আৰু হস্তক্ষেপৰ জটিলতাক স্বীকাৰ কৰি মহিলা আৰু শিশু উন্নয়ন মন্ত্ৰালয়ে 2023 চনত দিব্যাংগ শিশুৰ বাবে অংগনবাড়ী প্ৰট'কল আৰম্ভ কৰে। ইয়াত তিনি বছৰৰ তলৰ শিশুকে ধৰি দিব্যাংগ শিশুৰ স্ক্ৰীনিং, অন্তৰ্ভুক্তি আৰু ৰেফাৰেল সামৰি লোৱা হয়। অন্তৰ্ভুক্তিৰ বাবে এটা পৰীক্ষণ সময়সূচী আৰু কাৰ্য্যকলাপৰ নিৰ্দেশনাৰ অধিক সম্প্ৰসাৰণৰ প্ৰয়োজন।

বিকাশত পলম হোৱা, অক্ষমতা বা পুষ্টিহীনতা থকা শিশুসকলক অনুকূল বিকাশৰ বাবে অতিৰিক্ত সহায়ৰ প্ৰয়োজন হ'ব পাৰে। শিশুৱে তেওঁলোকৰ পৰিয়াল আৰু সম্প্ৰদায়ৰ আন শিশুতকৈ কেতিয়া বিকাশৰ মাইলৰ খুঁটিত উপনীত হোৱাত লেহেমীয়া হয় সেয়া যত্ন লোৱাসকলে প্ৰায়ে চিনাক্ত কৰিব নোৱাৰে। শিশুৰ বাবে উপযুক্ত উদ্দীপনা কাৰ্য্যকলাপ পৰিকল্পনা আৰু ৰূপায়ণ কৰিবলৈ তেওঁলোকক সহায়ৰ প্ৰয়োজন। যত্ন লোৱাসকলে সদায় এই শিশুসকলক প্ৰয়োজন অনুসৰি সঘনাই খুৱাব বা কথা পাতিব নোৱাৰে। এই শিশুসকলৰ বিশেষ প্ৰয়োজনীয়তা আৰু তেওঁলোকৰ ক্ষমতাৰ বিষয়ে সচেতন হোৱাটো গুৰুত্বপূৰ্ণ।

- অংগনবাড়ী শ্ৰমিকৰ বাবে ECCE প্ৰশিক্ষণ মডিউল, 217, পৃষ্ঠা 14

শেষত 2020 চনত সামগ্ৰিক ৰাষ্ট্ৰীয় শিক্ষা নীতিয়ে (এনইপি) জীৱনৰ বাবে এক শক্তিশালী ভেটি গঢ়ি তুলিবলৈ পৰ্যাপ্ত যত্নৰ প্ৰয়োজন বুলি স্বীকাৰ কৰি শিশুৰ ববিকাশৰ প্ৰাৰম্ভিক বছৰবোৰত উপযুক্ত উদ্দীপনা প্ৰদানৰ প্ৰয়োজনীয়তাৰ ওপৰত গুৰুত্ব আৰোপ কৰে। ইয়াৰ পৰা অনুমান কৰিব পাৰি যে প্ৰাথমিক শিশুৰ যত্ন আৰু শিক্ষাৰ (ইচিচিই) সামগ্ৰিক লক্ষ্য হৈছে শাৰীৰিক আৰু চলনশীল বিকাশ, জ্ঞানমূলক বিকাশ, আৰ্থ-আৱেগিক-নৈতিক বিকাশ, সাংস্কৃতিক/কলাত্মক বিকাশ, আৰু যোগাযোগ আৰু প্ৰাথমিক ভাষা, সাক্ষৰতা, আৰু সংখ্যাৰ বিকাশৰ ক্ষেত্ৰত অনুকূল ফলাফল লাভ কৰা।

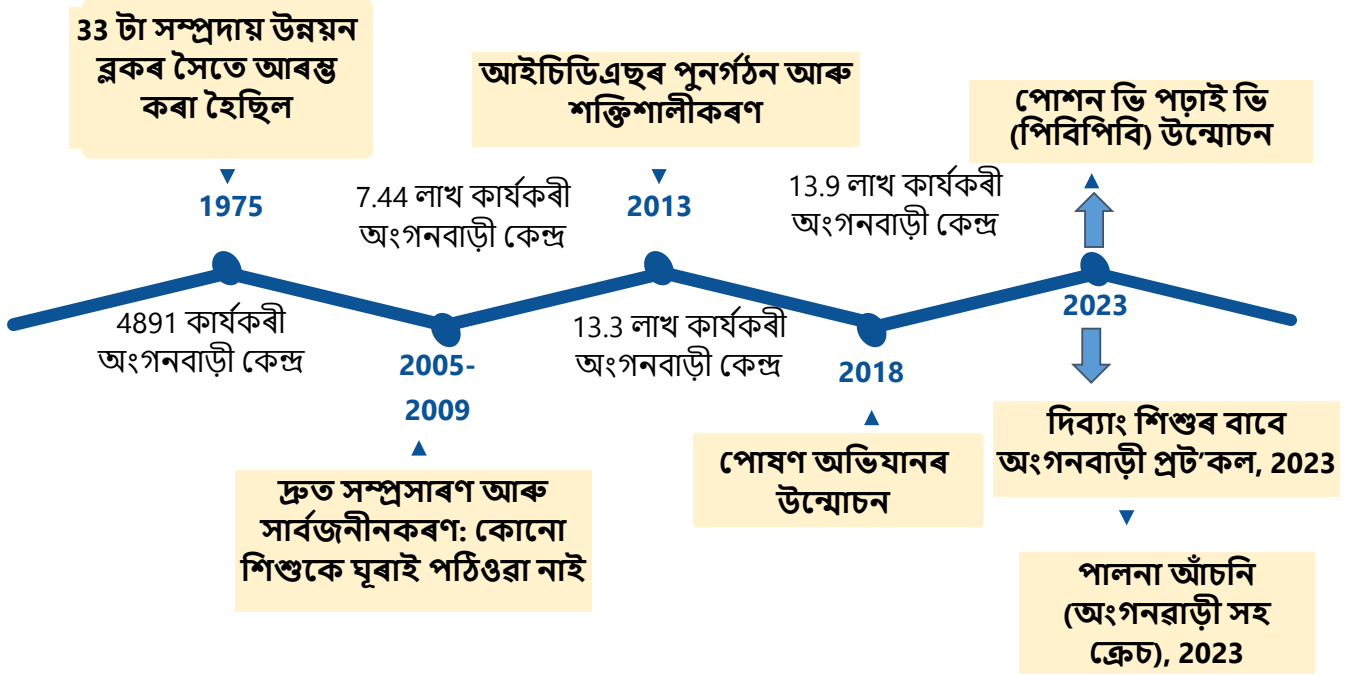
এই গুৰুত্বৰ সৈতে সংগতি ৰাখি এন ই পিয়ে 0-3 বছৰ বয়সৰ শিশুসকলৰ বাবে এক নিবেদিত ৰূপৰেখাৰ কথা কল্পনা কৰিছিল, যিয়ে ওপৰৰ কথাখিনি সমৰ্থন কৰিব। ইয়াৰ নীতি, ইচিচিইৰ শেহতীয়া গৱেষণা আৰু ৰাষ্ট্ৰীয় আৰু আন্তঃৰাষ্ট্ৰীয় উত্তম পদ্ধতিৰ সৈতে মিল আছিল। 2022 চনত প্ৰকাশ পোৱা আৰু 3ৰ পৰা 8 বছৰৰ ভিতৰৰ শিশুক সামৰি লোৱা ৰাষ্ট্ৰীয় পাঠ্যক্ৰমৰ ফ্ৰেমৱৰ্ক ফৰ ফাউণ্ডেশ্যনেল ষ্টেজৰ (এনচিএফ-এফএছ)ত 1.1.2 ধাৰাত উল্লেখ কৰা হৈছে যে,

"0-3 বছৰ বয়সৰ বাবে ঘৰতে উচ্চমানৰ ইচিচিই সক্ষম কৰিবলৈ নিৰ্দেশনা আৰু/বা ব্যৱস্থাৰ পৰামৰ্শ দিয়া হয়। "এই অনুশীলনসমূহ মহিলা আৰু শিশু উন্নয়ন মন্ত্ৰালয়ে (এমডব্লিউচিডি) প্ৰস্তুত কৰি প্ৰচাৰ কৰিব।"

1.2 কাৰ্যসূচীৰ প্ৰসংগ

1975 চনত 6 বছৰৰ তলৰ শিশুক পৰিপূৰক পুষ্টি আৰু অনানুষ্ঠানিক প্ৰাক-বিদ্যালয় শিক্ষাকে ধৰি সংহত যত্ন প্ৰদানৰ বাবে সংহত শিশু উন্নয়ন সেৱা আৰম্ভ কৰা হয়। 1986 চনত প্ৰাথমিক শিশু যত্ন আৰু শিক্ষা (ইচিচিই) নীতিৰ কাঠামোত অন্তৰ্ভুক্ত কৰা হৈছিল। 2007-2008 চনত এই আঁচনিখন সাৰ্বজনীন কৰি তোলা হৈছিল, যাতে কোনো আৰ্থজনক শিশুক বাহিৰত ৰখা নহয়। 2013 চনত আইচিডিএছ মিছনৰ জৰিয়তে ইয়াৰ পুনৰ্গঠন কৰা হয়। কাৰ্যকৰীকৰণৰ বাবে ব্যাপক কাঠামোৰ কল্পনা কৰা হৈছিল যে অংগনবাড়ী কেন্দ্ৰসমূহক প্ৰাথমিক শিশু যত্ন শিক্ষা আৰু বিকাশ (ইচিচিডি) ৰ ওপৰত অধিক গুৰুত্ব আৰোপ কৰি, অৰ্থাৎ 03 বছৰ বয়সলৈকে শিশুক অন্তৰ্ভুক্ত কৰি, তিনি বছৰৰ তলৰ শিশুৰ ওপৰত বিশেষ গুৰুত্ব দি সজীৱ প্ৰাথমিক শিক্ষা কেন্দ্ৰলৈ ৰূপান্তৰিত কৰা হৈছিল।

অংগনবাড়ী ব্যৱস্থা (1975-2024)



আশা কৰ্মীসকলেও গৃহভিত্তিক নৱজাতকৰ যত্ন (এইচবিএনচি) আৰু গৃহভিত্তিক কম বয়সীয়া শিশুৰ যত্ন (এইচবিআইচি) কাৰ্যসূচীৰ অধীনত ব্যাপকভাৱে ঘৰ ভ্ৰমণ কৰে। অৱশ্যে গাইডেন্স মেটেৰিয়েলত আশা আৰু অংগনবাড়ী কৰ্মীৰ বাবে হ'ম ভিজিট ফৰ্ম (মাতৃ আৰু নৱজাতকৰ বাবে) অন্তৰ্ভুক্ত কৰা হৈছে। শিশুৰ স্ক্ৰীনিং বা পৰীক্ষাই (যেনে এইবোৰ) মূলতঃ মাতৃ আৰু শিশুৰ স্বাস্থ্যৰ ওপৰত গুৰুত্ব আৰোপ কৰে, য'ত স্তনপান কৰা, ৰক্তক্ষৰণ, চেপ্টিছ আদি অন্তৰ্ভুক্ত। এই উদ্দেশ্য আৰু প্ৰশিক্ষণৰ বাবে মহিলা আৰু শিশু

উন্নয়ন মন্ত্ৰালয়ে ইচিচি টাঙ্ক ফ'ৰ্ট গঠন কৰিছিল। অংগনবাড়ী কৰ্মীৰ বাবে ইচিচি প্ৰশিক্ষণ মডিউল, 2017ত চমুকৈ উল্লেখ কৰা কাৰ্যকলাপসমূহৰ ভিতৰত অভিভাৱকসকলক পৰামৰ্শ দিয়াৰ এক পন্থা অন্তৰ্ভুক্ত কৰা হৈছে আৰু অভিভাৱকসকলক পৰামৰ্শ দিয়াৰ এটা পন্থা হ'ল আগতীয়াকৈ উৎসাহ বা আগতীয়া শিক্ষাৰ সুযোগ, বিকাশৰ পলম হোৱাৰ পৰীক্ষা আৰু অক্ষমতাৰ আগতীয়া ধৰা পেলাৱাৰ সন্দৰ্ভত প্ৰদান কৰা নিৰ্দেশনা শক্তিশালী কৰা।

উৎপ্ৰেৰণা কাৰ্যকলাপ চলোৱাৰ সন্দৰ্ভত যত্ন লওঁতাসকলক পৰামৰ্শ

বেছিভাগ পৰিয়ালে নিজৰ সন্তানৰ বাবে যৎপৰোনাস্তি চেষ্টা কৰে। তেওঁলোকৰ প্ৰচেষ্টাক প্ৰশংসা কৰিব লাগিব আৰু ঘৰুৱা পৰিৱেশত আগতীয়াকৈ উদ্দীপনা অব্যাহত ৰাখিবলৈ তেওঁলোকক শক্তিশালী কৰা উচিত। তেওঁলোকে হয়তো নাজানে যে তেওঁলোকৰ সন্তানৰ অনুকূল বিকাশৰ বাবে খেলা-ধূলা আৰু পাৰস্পৰিক ক্ৰিয়া-কলাপ অতি প্ৰয়োজনীয়। তেওঁলোকক পৰামৰ্শ দিব লাগে যেনে:

- শিশুৰ মনোযোগ আকৰ্ষণ কৰা
- তেওঁলোকৰ সন্তানৰ সৈতে যোগাযোগ কৰা, তেওঁলোকৰ সন্তানৰ প্ৰতি সঁহাৰি জনোৱা
- ক্ৰমান্বয়ে, স্পৰ্শকাতৰ আৰু সঁহাৰিজনকভাৱে খেলা-ধূলাৰ কাৰ্যকলাপ আৰম্ভ কৰা,
- তেওঁলোকৰ সন্তানৰ বয়স আৰু দক্ষতাৰ লগত খাপ খোৱা কাৰ্যকলাপ নিৰ্বাচন কৰা
- কাৰ্যকলাপৰ সময়ত শিশুৰ নেতৃত্ব অনুসৰণ কৰা
- শিশুটিক এটা নতুন কামত সহায় কৰা আৰু শিশুটিক তেওঁৰ প্ৰচেষ্টাৰ বাবে প্ৰশংসা কৰা
- অংগনবাড়ী কৰ্মীৰ বাবে ইচিচি প্ৰশিক্ষণ মডিউল, 2017, পৃষ্ঠা 13

এমডব্লিউচিডিয়ে পূৰ্বৰ ৰাষ্ট্ৰীয় ক্ৰেচ আঁচনিৰ জৰিয়তে তিনি বছৰৰ তলৰ শিশুক সম্বোধন কৰিছে, যিটো অংগনবাড়ী ব্যৱস্থাৰ দৰে সাৰ্বজনীন নহয়। নতুন পালনা আঁচনিখনে বয়স অনুসৰি উন্নয়নমূলক কাৰ্য্যকলাপৰ সৈতে ক্ৰেচৰ কল্পনা কৰিছে, য'ত উন্নয়নমূলক মাইলৰ খুঁটিসমূহ অনুসৰণ কৰা আৰু কম খৰচী আৰু বিনা খৰচী পাঠদান-শিক্ষণ সামগ্ৰী আৰু খেলনা অন্তৰ্ভুক্ত কৰা হৈছে, যিবোৰ সাংস্কৃতিকভাৱে নিহিত আৰু পৰিৱেশ অনুকূল। পালনা আঁচনি (অংগনবাড়ী তথা ক্ৰেচে), মিছন শক্তিৰ বাবে মানক পৰিচালনা পদ্ধতি (2023) ত সমগ্ৰ ডে-কেয়াৰ, অতিৰিক্ত কৰ্মী আৰু সহায়ক, সামগ্ৰী, পুষ্টিৰ সহায়, আৰু সহ-পাঠ্যক্ৰমৰ কাৰ্য্যকলাপৰ বাবে বিশদ নিৰ্দেশনা সন্নিবিষ্ট কৰা হৈছে।

প্ৰধানমন্ত্ৰী মাতৃ বন্দনা যোজনা (পিএমএমভিৰাই) শিশুৰ 14 সপ্তাহ বয়সলৈকে, অৰ্থাৎ 3 মাহৰ ওচৰলৈকে সম্পূৰ্ণ প্ৰতিষেধক প্ৰদানৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি নগদ ধন হস্তান্তৰৰ দ্বিতীয়টো ট্ৰেঞ্চ প্ৰদান কৰি স্বাস্থ্য, পুষ্টি, আৰু আচৰণ-পৰিৱৰ্তনৰ দিশৰ পৰাও যত্ন লোৱাসকলক সহায় কৰে। ইয়াৰ উপৰিও ৰঙা পতাকা বা বিকাশৰ পলমৰ বাবে সতৰ্কবাণী চিনকে ধৰি বয়সৰ লগত জড়িত কাৰ্য্যকলাপ আৰু নিৰ্দেশনাৰ সৈতে যুৱ মাতৃসকলক পৰামৰ্শ দিয়াৰ বাবে মাতৃ আৰু শিশু সুৰক্ষা কাৰ্ড (এমচিপি) ব্যৱহাৰ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰে।

অৱশেষত 2023 চনত মহিলা আৰু শিশু মন্ত্ৰালয়ে অংগনবাড়ী ব্যৱস্থাত প্ৰাথমিক শিশুৰ যত্ন আৰু শিক্ষা (ইচিচিই) বৃদ্ধিৰ লক্ষ্যৰে সাক্ষম অংগনবাড়ী আৰু মিছন পোছন 2.0ৰ অধীনত পোষণ ভি পঢ়াই ভি মুকলি কৰে। ইয়াত উচ্চমানৰ আন্তঃগাঁথনি, খেলাৰ সঁজুলি, আৰু সু-প্ৰশিক্ষিত অংগনবাড়ী শ্ৰমিকৰ কল্পনা কৰা হৈছে। এই পদক্ষেপে 0-3 বছৰীয়া শিশুৰ বাবে আগতীয়াকৈ

উদ্দীপনা আৰু দিব্যাং শিশুকে ধৰি 3-6 বছৰীয়া শিশুৰ বাবে ইচিচিইৰ ওপৰত গুৰুত্ব আৰোপ কৰে। ৰাষ্ট্ৰীয় জন সহযোগিতা আৰু শিশু উন্নয়ন প্ৰতিষ্ঠান (এন আই পি চি চি ডি)ৰ জৰিয়তে দুটা স্তৰৰ প্ৰশিক্ষণ আৰ্হি ৰূপায়ণ কৰা হৈছে, য'ত অংগনবাড়ী কৰ্মীসকলৰ বাবে 0 বছৰৰ পৰা 3 বছৰ বয়সৰ শিশুসকলক উদ্দীপনা সম্পৰ্কীয় প্ৰশিক্ষণ মডিউলকে ধৰি 3 দিনৰ প্ৰশিক্ষণৰ ব্যৱস্থা কৰা হৈছে, য'ত ঘৰত, কেন্দ্ৰত আৰু সমাজত যত্ন লোৱা লোকসকলৰ সৈতে অনুষ্ঠিত হ'বলগীয়া কাৰ্য্যকলাপসমূহো অন্তৰ্ভুক্ত কৰা হৈছে।

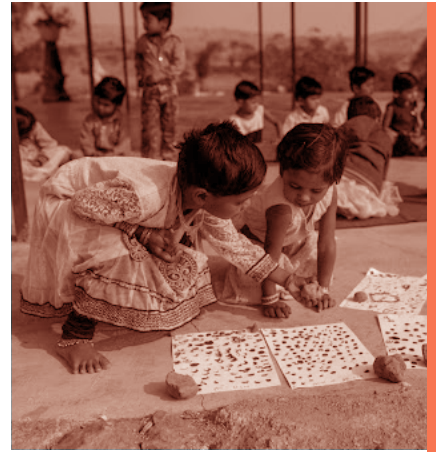
'মাতৃ আৰু শিশু সুৰক্ষা কাৰ্ড হৈছে উদ্দীপনা, স্বাস্থ্য, পুষ্টি আৰু সুৰক্ষাৰ প্ৰয়োজনীয় উপাদানসমূহৰ প্ৰসাৰত অভিভাৱক আৰু যত্ন লোৱাসকলক সহায় কৰাৰ এক আহিলা। ই স্নায়ুবিজ্ঞানৰ প্ৰমাণৰ পৰা অক্ষম শিশুকে ধৰি তেওঁলোকৰ অনুকূল বিকাশৰ বাবে উদ্দীপনা, পুষ্টি আৰু সুৰক্ষাৰ গুৰুত্বৰ ওপৰত আধাৰিত শিশুৰ অগ্ৰগতি- বয়স অনুসৰি বিকাশৰ মাইলৰ খুঁটি, ইয়াৰ তাৎপৰ্য্য আৰু এইবোৰক কেনেকৈ আগতীয়া উদ্দীপনা কাৰ্য্যকলাপৰ জৰিয়তে প্ৰসাৰিত কৰিব পাৰি সেই বিষয়ে বুজাবলৈ আৰু অভিভাৱকসকলক এই বিষয়ে অৱগত কৰিবলৈ কাৰ্ডখন ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰে।

- অংগনবাড়ী শ্ৰমিকৰ বাবে ইচিচিই প্ৰশিক্ষণ মডিউল, 2017, পৃষ্ঠা 12

1.3 জন্মৰ পৰা 3 বছৰ পৰ্যন্ত শিশুৰ বাবে ৰাজ্যৰ অনুশীলন

- বিভিন্ন ৰাজ্য চৰকাৰৰ মহিলা আৰু শিশু উন্নয়ন বিভাগে শিশুৰ জ্ঞানমূলক উদ্দীপনা জন্মৰ পৰা তিনি বছৰলৈকে আওৱাই নিয়াৰ বাবে বিভিন্ন পদক্ষেপ গ্ৰহণ কৰিছে।
- উদাহৰণস্বৰূপে, আমা কুনি পিলা আঁচনিৰ অধীনত ওড়িশাই যত্ন লোৱা লোকসকলৰ সংবেদনশীলতা আৰু সামৰ্থ্য বিকাশ, মাহেকীয়া ইচিচিই দিন, আৰু সম্প্ৰদায়ভিত্তিক ক্ৰেচকে ধৰি বিভিন্ন কাৰ্য্যকলাপ পৰিচালনা কৰে।
- মহাৰাষ্ট্ৰই 0-3 বছৰীয়া শিশুৰ বাবে 'আৰম্ভ' নামৰ এক কাৰ্য্যসূচী চলাই আছে, য'ত কাৰ্য্যসূচীসমূহৰ ভিতৰত আছে ঘৰলৈ যোৱা, অংগনবাড়ী কেন্দ্ৰত অভিভাৱকৰ সভা, আৰু ইচিডিৰ প্ৰচাৰৰ বাবে সামূহিক অনুষ্ঠান। তেওঁলোকৰ লগত দিয়া 'অংকুৰ' মডিউলত অভিভাৱকত্বৰ নিৰ্দেশনাৰ ওপৰত গুৰুত্ব আৰোপ কৰা হৈছে।

- একেদৰে মেঘালয়ৰ প্ৰাথমিক শিশু বিকাশ অভিযানে ঘৰুৱা সৰু শিশুৰ যত্ন (০ৰ পৰা ১.৫ বছৰ), ইতিবাচক অভিভাৱকত্ব, আৰু স্বাস্থ্যসন্মত খাদ্যৰ বিষয়ে নিয়মীয়াকৈ ঘৰলৈ যোৱাৰ জৰিয়তে অভিভাৱকসকলক প্ৰশিক্ষণ দিয়ে।
- পাঞ্জাব, তেলেংগানা, দমন আৰু দিউকে ধৰি অন্যান্য ৰাজ্যসমূহে ডিজিটেল হস্তক্ষেপ আৰু আগতীয়াকৈ উদ্দীপনা আৰু পৰিয়ালসমূহক সবলীকৰণৰ বাবে ভিডিঅ' বিষয়বস্তু প্ৰচাৰ কৰা।
- ওড়িশা, হাৰিয়ানা, তামিলনাডু, আৰু কৰ্ণাটক ৰাজ্যসমূহেও ০-৩ বছৰীয়া শিশুৰ বাবে সম্প্ৰসাৰিত ক্ৰেচ সেৱা আগবঢ়ায়।
- অসমত শিক্ষা গৱেষণা আৰু প্ৰশিক্ষণ ৰাজ্যিক পৰিষদৰ সৈতে সংগতি ৰাখি, জন্মৰ পৰা ৬ বছৰীয়া শিশুৰ বিকাশৰ বাবে অংগনবাড়ী শ্ৰমিকৰ বাবে ইচিচিইৰ ওপৰত ৬ মাহৰ প্ৰমাণ পত্ৰ পাঠ্যক্ৰম প্ৰদান কৰা হয়। 'ঘৰে ঘৰে অংগনবাড়ী' কাৰ্যসূচীয়ে সঁহাৰি জনোৱাৰ ওপৰত গুৰুত্ব আৰোপ কৰে কম আৰু বিনা খৰচী সামগ্ৰী ব্যৱহাৰ কৰি অভিভাৱকত্ব।





অধ্যায় ২

প্রাথমিক শিশুকালৰ
উৎপ্ৰেৰণাৰ প্ৰয়োজন
আৰু গুৰুত্ব

মাতৃৰ গৰ্ভত থকা গৰ্ভাৱস্থাৰ পৰাই শিশুৰ জৈৱিক আৰু সংবেদনশীল বৃদ্ধিৰ পৰাই প্ৰাথমিক শৈশৱৰ উৎপ্ৰেৰণা আৰম্ভ হয়। গৱেষণাৰ পৰা দেখা গৈছে যে ভ্ৰূণ বৃদ্ধিৰ লগে লগে শ্ৰৱণ, সোৱাদ, গোন্ধ, তথ্য প্ৰক্ৰিয়াকৰণ, বিষ, চাপ আৰু উষ্ণতা অনুভৱ কৰাৰ ক্ষমতা গঢ়ি তোলে। শ্ৰৱণ বা দৃষ্টিশক্তিৰ তুলনাত ঘ্ৰাণ আৰু সোৱাদৰ ইন্দ্ৰিয়বোৰ দ্ৰুতগতিত বিকশিত হয়, যাৰ ফলত কোনো বিশেষ ৰুচি বা দুৰ্গন্ধৰ প্ৰতি পছন্দ আৰু বিদ্বেষৰ জন্ম হয় আৰু তাতোকৈ গুৰুত্বপূৰ্ণ কথাটো হ'ল গৰ্ভত থকা শিশুটিৰ শ্ৰৱণ অভিজ্ঞতাই জন্মৰ পিছৰ ভাষাৰ বিকাশ নিৰ্ণয় কৰিব পাৰে। শব্দৰ নিৰ্দিষ্ট বিৱৰণ ভ্ৰূণৰ ওচৰ নাপাবও পাৰে যদিও গৰ্ভাৱস্থাত তেওঁলোকৰ চৌপাশে কোৱা কথাবোৰৰ ছন্দৰ সুৰ নৱজাতকে প্ৰথমে সন্মুখীন হ'লেই নিজৰ মাতৃভাষাটো আনৰ পৰা পৃথক কৰিবলৈ ব্যৱহাৰ কৰে—গৰ্ভাৱস্থাত মাকৰ পৰা লাভ কৰা থলুৱা ভাষাটোৰ প্ৰতি কেঁচুৱাই সহজেই সঁহাৰি জনোৱাৰ সম্ভাৱনা আছে।

এগৰাকী মাতৃৰ চিন্তা, আৱেগ আৰু কাৰ্য্যই গৰ্ভত থকা শিশুৰ বৃদ্ধি আৰু বিকাশত যথেষ্ট প্ৰভাৱ পেলায়।



“গৰ্ভ সংস্কাৰ” - গৰ্ভধাৰণৰ সময়ৰ পৰাই শিশুটিক উদ্দীপিত, শিক্ষা আৰু সুস্থ কৰি তোলাৰ অৰ্থপূৰ্ণ পদ্ধতি অনুসৰণ কৰা।

গৰ্ভাৱস্থাত মাতৃ আৰু সন্তান একেলগে বৃদ্ধি পায় আৰু পৰস্পৰৰ পৰিৱৰ্তনৰ প্ৰতি সঁহাৰি জনাই নতুন জৈৱিক আৰু আৱেগিক আত্মা গঠন কৰে। গতিকে সেই সময়ছোৱাত এগৰাকী মাতৃয়ে সুস্থ, পুষ্টিৰ জীৱনশৈলী নিশ্চিত কৰাটো গুৰুত্বপূৰ্ণ, যাতে গৰ্ভত শিশুৰ বৃদ্ধিত সুবিধা হয়, আৰু যিকোনো ধৰণৰ দুখ বা স্বাস্থ্যজনিত অসুবিধাৰ পৰা নিজকে মুক্ত কৰি ৰাখিব পাৰে। যদিহে এই পাঠ্যক্ৰমত এগৰাকী মাতৃয়ে অনুভৱ কৰিব পৰা পৰিৱৰ্তনৰ ভয়ংকৰ প্ৰকৃতি হয়, তেন্তে তেওঁলোকক নিজৰ, আৰু বৃদ্ধি পোৱা কেঁচুৱাটোৰ যত্ন লোৱাত তেওঁলোকৰ পৰিয়ালৰ সদস্যসকলেও সহায় কৰিব লাগিব। মাতৃৰ চাৰিওফালে এনে এক সুস্থ, উদ্দীপক আৰু সহায়কাৰী পৰিৱেশ সৃষ্টি কৰিলে নৱজাতকে পৃথিৱীখনক সম্ভৱপৰ আটাইতকৈ অনুকূলভাৱে অনুভৱ কৰাটো নিশ্চিত কৰে।



- আত্মপ্ৰেম আৰু আত্ম-যত্ন বৃদ্ধি কৰক
- সুস্থ পুষ্টিৰ খাদ্য

- পৰ্যাপ্ত জিৰণি আৰু টোপনি
- নেতিবাচক চিন্তা পৰিহাৰ কৰক।

- নিয়মীয়া ব্যায়াম, যোগাসন, মধ্যস্থতা আৰু কোমল খোজ
- পৰিয়াল, সংগী বা অন্যান্য গৰ্ভৱতী মাতৃৰ পৰা সামাজিক সহায়।

আপোনাৰ স্বাস্থ্যসেৱা প্ৰদানকাৰীৰ সৈতে যোগাযোগ কৰক।
প্ৰয়োজনীয় সহায়ৰ বাবে আশা আৰু অংগনৱাড়ী কৰ্মীৰ
সৈতে সংযুক্ত হৈ থাকক

গৰ্ভাৱস্থা আৰু প্ৰসৱৰ পাছত মানসিক স্বাস্থ্য পৰিচালনাৰ ফলপ্ৰসূ উপায়

জন্মৰ সময়ত মগজুৰ মাত্ৰ 25%হে গঠন হয়, আনহাতে 75% শিশুৰ জীৱনৰ প্ৰথম তিনি বছৰত প্ৰাথমিক বিকাশৰ সময়ত (ECD) বিকাশ হয়। এই বয়সত শিশুৰ মগজু প্ৰাপ্তবয়স্কৰ মগজুতকৈ দুগুণ সক্ৰিয় হয়, যাৰ ফলত ই চিন্তা আৰু সঁহাৰিৰ অপৰিহাৰ্য আৰ্হি স্থাপন কৰিবলৈ সক্ষম হয়। নতুন চিনেপ্টিক সংযোগ (চিনেপ্টে শিশুক গুৰুত্বপূৰ্ণ সংবেদনশীল ক্ষমতা বিকাশ কৰাত সহায় কৰে) উদ্দীপনাৰ প্ৰতিক্ৰিয়াত বিকশিত হয়, যিয়ে জীৱনৰ প্ৰথম তিনি বছৰত বিভিন্ন ডেমেইনত শিশুৰ বিকাশৰ মূল আধাৰ গঠন কৰে। 2007, 2011, আৰু 2017 চনত ইচিডিৰ ওপৰত লেন্সেট ছিৰিজ ইচিডিৰ গুৰুত্ব সমৰ্থন কৰিবলৈ বহুতো বৈজ্ঞানিক প্ৰমাণ প্ৰদান কৰিছে, আৰু এই বিজ্ঞানক কাৰ্য্যত পৰিণত কৰিবলৈ নাৰ্চাৰিং কেয়াৰ ফ্ৰেমৱৰ্কৰ বিকাশ ঘটিছে। (চন্তোপাধ্যায় আৰু অনেজা, 2021)।

আটাইতকৈ গুৰুত্বপূৰ্ণ কথাবোৰ

প্ৰতিটো শিশুৰ জন্মতে এনে এটা মগজু থাকে যিটো বিকাশ আৰু বৃদ্ধি হ'ব পাৰে। যদিও সকলো শিশুৰ বিকাশ একে গতিৰে আৰু একে ধৰণে নহয়, তথাপি তেওঁলোকৰ প্ৰত্যেকৰে মগজুৰে সঠিক ধৰণৰ যত্ন আৰু উদ্দীপনা যোগে নতুন সংযোগ গঢ়ি তুলিবলৈ সক্ষম।

- শিশুটি ল'ৰা নে ছোৱালী কথা নাই
- শিশুটি লোদোৰ পোদোৰ বা ক'লা ছালৰ হ'লেও কোনো কথা নাই
- শিশুটি ওখ, চাপৰ, ক্ষীণ হ'লেও কোনো কথা নাই
- কোন সম্প্ৰদায়ত বা পৃথিৱীৰ কোনটো অংশত শিশুটিৰ জন্ম হৈছিল সেয়া ডাঙৰ কথা নহয়

গতিকৈ শিশুটি 'সুস্থ আৰু ৰোগমুক্ত' হৈ থকালৈকে আমি সুখী হোৱা উচিত। অৱশ্যে আটাইতকৈ গুৰুত্বপূৰ্ণ কথাটো হ'ল শিশুৰ মগজুৰ বিকাশ। ল'ৰা বা ছোৱালীৰ ক্ষেত্ৰত শিশুৰ মগজুৰ বিকাশৰ সম্ভাৱনাৰ কোনো পাৰ্থক্য নাথাকে, ক'লা ছালৰ বা বগা ছালৰ হ'লেও মগজুৰ কোনো ৰং নাথাকে। উন্নত মগজুৱেহে পৰিয়াল, সমাজ, দেশ আৰু সামগ্ৰিকভাৱে বিশ্বক ৰূপান্তৰিত কৰিব পাৰে।

- প্ৰথম 1000 দিনৰ যাত্ৰা, এমঅ' এইচএফডব্লিউ, পৃষ্ঠা 81

2.1 প্ৰাথমিক শিশুকালৰ উৎপ্ৰেৰণা কি?

উদ্দীপনা বা উদ্দীপনা কাৰ্য্যকলাপত ধাৰাবাহিক কাৰ্য্যকলাপৰ বাহিৰেও শিশুৰ প্ৰাৰম্ভিক বিকাশ সক্ৰিয় কৰাৰ ইচ্ছাকৃত প্ৰচেষ্টা জড়িত হৈ থাকে। ই শিশু আৰু শিশুৰ যত্ন লওঁতাসকলৰ মাজত এক অবিৰত সংলাপ। পৰিপক্কতা আৰু শিক্ষণৰ মাজৰ পাৰস্পৰিক ক্ৰিয়াৰ ফলত শিশুৰ বিকাশ ঘটে। পৰিপক্কতাৰ বাবে হোৱা বিকাশ হ'ল- যেতিয়া জীৱটোত সম্ভাৱ্যভাৱে উপস্থিত বস্তুটো উন্মোচিত হয়। উদাহৰণস্বৰূপে, শিশুৰ মটৰ আৰু সমন্বয়ৰ দক্ষতা বৃদ্ধিৰ লগে লগে বিকশিত হয়। একেদৰে বয়সৰ লগে লগে তথ্য প্ৰক্ৰিয়াকৰণ, ভাষা বিকাশ, স্মৃতিশক্তি আদি জ্ঞানমূলক দক্ষতাও বিকশিত হয়। এই ধৰণৰ পৰিপক্কতা নিৰ্দিষ্ট ক্ৰমত ঘটে আৰু শিক্ষণৰ বাবে ই অতি প্ৰয়োজনীয়। কিন্তু শিশুটিক নিৰ্দিষ্ট দক্ষতা যেনে আত্মবিশ্বাসেৰে পঢ়া আৰু কোৱা, প্ৰহেলিকা সমাধান কৰা, আত্মনিয়ন্ত্ৰণ কৰা আদি শিকিবলৈ অনুশীলন আৰু পথ প্ৰদৰ্শনৰ প্ৰয়োজন। উদাহৰণস্বৰূপে, যি শিশুৰ যত্ন

লোৱা লোকে নিয়মিতভাৱে পঢ়ে আৰু কথা পাতে, সেই শিশুৱে যত্ন লোৱাসকলে নজনা শিশুতকৈ অধিক শব্দ শিকিব পাৰে।



2.2 প্ৰাথমিক শিশুৰ উৎপ্ৰেৰণা বা উদ্দীপনা (ইচিএছ)ৰ উদ্দেশ্য

ব্যক্তিৰ জীৱনৰ প্ৰথম তিনি বছৰে জীৱনৰ মাজেৰে তেওঁলোকৰ স্বাস্থ্য আৰু ক্ষমতাত প্ৰভাৱ পেলায়। এই কথা মনত ৰাখি প্ৰাথমিক শিশু উদ্দীপনা (ECS) কাৰ্য্যকলাপৰ মূল উদ্দেশ্য হৈছে এই জটিল সময়ছোৱাত শিশুক বিকাশৰ অনুকূল স্তৰ লাভ কৰাৰ সুযোগ প্ৰদান কৰা। প্ৰাথমিক শিশুকালৰ উদ্দীপনা নিৰ্দিষ্ট লক্ষ্যসমূহ হ'ল:

- স্তনপান, প্ৰতিষেধক, অ'আৰটি, গাখীৰ এৰাৰ খাদ্য, কম খৰচী পুষ্টিৰ খাদ্য, আৰু বৃদ্ধিৰ নিৰীক্ষণৰ জৰিয়তে শিশুৰ সুস্থ বিকাশ নিশ্চিত কৰা;
- শিশুটিক বিচৰা হৈছে আৰু কিবা ভুল হ'লে প্ৰাপ্তবয়স্কই সহায় কৰিব পাৰে বুলি জনাই তেওঁলোকক ভালপোৱা, মূল্যবান, নিৰাপদ আৰু পথ প্ৰদৰ্শন কৰা অনুভৱ কৰি তেওঁলোকৰ ওপৰত বিশ্বাস আৰু আৱেগিক নিৰাপত্তা গঢ়ি তোলা।
- শিশুৰ বৌদ্ধিক কৌতূহল আৰু সহায়ক উদ্দীপিত কৰা

তেওঁলোকে অন্বেষণ, হেতালি খেলা আৰু পৰীক্ষা-নিৰীক্ষা কৰাৰ সুযোগ সৃষ্টি কৰি তেওঁলোকে বাস কৰা পৃথিৱীখনক বুজি পায়।

- শিশুৰ লগত নিয়মিতভাৱে কথা পাতি, পঢ়ি, গান গাই আৰু ইংগিত আৰু শব্দৰ জৰিয়তে নিজকে প্ৰকাশ কৰিবলৈ দি ভাষাৰ বিকাশ বৃদ্ধি কৰা।
- শিশুৰ পেশীৰ পৰ্যাপ্ত সমন্বয়, মৌলিক চলন-ফুৰণ দক্ষতা, আৰু ব্যক্তিগত পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্নতাৰ অভ্যাস গঢ়ি তোলা।
- শিশুৰ মাজত সামাজিক সচেতনতা গঢ়ি তোলা, তেওঁলোকক নিজৰ আৰু আনৰ প্ৰয়োজনীয়তাৰ প্ৰতি সংবেদনশীল কৰি তোলা আৰু সামাজিক প্ৰেক্ষাপটৰ দাবীৰ সৈতে খাপ খুৱাব পৰাকৈ সক্ষম কৰা।
- সহানুভূতি, সহনশীলতা, দয়া আৰু সন্মানৰ মৌলিক মূল্যবোধ গঢ়ি তোলা।

2.3 প্ৰতিপালন সেৱা ৰূপৰেখা

প্ৰতিপালন সেৱা ৰূপৰেখাত পাঁচটা আন্তঃসম্পৰ্কীয় আৰু অবিভাজ্য উপাদান সন্নিবিষ্ট কৰা হৈছে: সুস্বাস্থ্য, পৰ্যাপ্ত পুষ্টি, সুৰক্ষা আৰু সুৰক্ষা, সঁহাৰিজনক যত্ন লোৱা, আৰু প্ৰাথমিক শিক্ষণৰ সুযোগ। শিশুৱে নিজৰ সম্পূৰ্ণ সম্ভাৱনাক লাভ কৰিবলৈ পাঁচোটাৰ প্ৰয়োজন। জীৱনৰ পিছৰ কালছোৱাত কাৰ্য্যকৰী হ'ব পৰা বা ব্যৱহাৰ হ'ব পৰা বিভিন্ন সামাজিক, আৱেগিক আৰু জ্ঞানমূলক আচৰণ আৰু দক্ষতাৰ বীজ প্ৰথম তিনি বছৰতে সিঁচা হয়, কাৰণ শিশুৱে অনুভৱ কৰাখিনি মগজুৱে শোষণ আৰু গ্ৰহণ কৰে। সাহিত্যত আৰু কোৱা হৈছে যে কেঁচুৱা আৰু অতি সৰু শিশুৰ বিকাশৰ প্ৰধান কাম হ'ল শিশুৰ আৱেগিক আৰু শাৰীৰিক প্ৰয়োজনীয়তাৰ প্ৰতি নিৰ্ভৰযোগ্য আৰু সঁহাৰি জনোৱা যত্নলোৱা। লোৱা ব্যক্তি/সকলৰ সৈতে এক মোহৰ বন্ধন গঠন কৰা" (মেকলিন, 2016)। যত্ন লোৱা লোকসকলে জীয়াই থকা, শাৰীৰিক প্ৰয়োজনীয়তা আৰু আৱেগিক আৰামৰ বাবে যত্ন লোৱা লোকসকলৰ আচৰণ প্ৰাথমিক শৈশৱৰ বিকাশৰ এক জটিল কাৰক। ভৱিষ্যদ্বাণীযোগ্য, সামঞ্জস্যপূৰ্ণ আৰু সঁহাৰি জনোৱা যত্ন হৈছে সুৰক্ষিত সংলগ্নতাৰ চাবিকাঠি।

এই নথিখনে লালন-পালন যত্নৰ কাঠামোৰ পাঁচটা উপাদানৰ ভিতৰত দুটা উপাদানৰ ওপৰত গুৰুত্ব আৰোপ কৰে: 'প্ৰতিক্ৰিয়াশীল যত্ন লোৱা' আৰু 'আগতীয়া শিক্ষণৰ সুযোগ সৃষ্টি কৰা'।



A close-up photograph of a woman with dark hair smiling warmly at a baby. The baby is lying down, looking up at the woman. The image has a soft, slightly blurred quality with a purple tint. A semi-transparent purple rectangle is overlaid on the right side of the image, containing the text.

অধ্যায় 3

প্রাথমিক বিকাশৰ বাবে
প্রতিক্রিয়াশীল যত্ন লোৱা

শিশুৰ যত্ন লোৱাটো বেছিভাগ যত্ন লোৱা লোকৰ বাবে, বিশেষকৈ ইয়াৰ পিতৃ-মাতৃৰ বাবে প্ৰবৃত্তিগত যদিও, এটা সুস্থ পদ্ধতি ব্যৱহাৰ কৰিলে নিশ্চিত হ'ব পাৰি যে তেওঁলোকৰ যত্নই শিশুটিক সুৰক্ষা প্ৰদান কৰাৰ লগতে প্ৰথম বছৰবোৰত শিশুৰ বৃদ্ধি আৰু বিকাশৰ ক্ষেত্ৰত সহায় কৰিব। প্ৰাথমিক শৈশৱৰ উদ্দীপনা সম্পৰ্কে কৰা গৱেষণাই 'প্ৰতিক্ৰিয়াশীল যত্ন লোৱা'ৰ কাৰ্যকাৰিতা প্ৰমাণ কৰিছে যিয়ে শিশুৰ আৰ্থ-আৱেগিক, ভাষা, জ্ঞানমূলক আৰু চলনশীল বিকাশক লাভান্বিত কৰা এক সুস্থ যত্ন লোৱা পদ্ধতি হিচাপে।



সামাজিক-আৱেগিক

পিছৰ বছৰবোৰত এটা সুৰক্ষিত সংলগ্নতা শৈলী বিকশিত কৰাত সহায় কৰে, অনুমতি দিয়ে শিশুটিক সমনীয়া আৰু অন্যান্য প্ৰাপ্তবয়স্কৰ সৈতে অধিক সামাজিকভাৱে দক্ষ হ'ব লাগে



জ্ঞানভিত্তিক

সঁহাৰি জনোৱা যত্ন লোৱা লোকৰ শিশুৱে তেওঁলোকৰ পৰিৱেশৰ নতুন নতুন কথাবোৰ চাই তেওঁলোকৰ বিষয়ে জানিব পাৰে



ভাষা

সঁহাৰি জনোৱা যত্ন লোৱা লোকৰ শিশুৱে তেওঁলোকৰ প্ৰথম শব্দ আৰু প্ৰথম বাক্যটো সেইসকলতকৈ ছমাহ আগতে কোৱা বুলি জনা যায় যিসকলে সঁহাৰি জনোৱা যত্ন লাভ নকৰে



মটৰ

ৰেছপন্সিভ কেয়াৰ প্ৰথাই ভংগীমা নিয়ন্ত্ৰণ আৰু তাৰ পিছত অহা নতুন মটৰ স্কিলৰ ধাৰা ক্ষিপ্ৰ কৰিব পাৰে

প্ৰতিক্ৰিয়াশীল যত্ন লোৱাৰ অৰ্থ হ'ল যত্ন লোৱাসকলে শিশুৰ সংকেতসমূহ তৎক্ষণাত আৰু উপযুক্তভাৱে লক্ষ্য কৰা, বুজিব পৰা আৰু সঁহাৰি জনোৱাৰ ক্ষমতা। প্ৰথম তিনি বছৰত শিশুৰ মগজু তেওঁলোকৰ অভিজ্ঞতাৰ জৰিয়তে বিকশিত হয়, এই ক্ষেত্ৰত মগজুটো 'অভিজ্ঞতা-প্ৰত্যাশিত' আৰু 'অভিজ্ঞতা-নিৰ্ভৰশীল'। এই প্ৰক্ৰিয়াই জীৱনৰ প্ৰথম তিনি বছৰত বিভিন্ন ক্ষেত্ৰত শিশুৰ বিকাশৰ মূল শিলাস্তম্ভ গঠন কৰে।

যদিও প্ৰতিক্ৰিয়াশীল যত্ন লোৱাত প্ৰায়ে প্ৰতিক্ৰিয়াশীল খাদ্যৰ দিশসমূহ অন্তৰ্ভুক্ত কৰা হয়, এই অধ্যায়ত প্ৰাথমিক শৈশৱৰ উদ্দীপনা সক্ষম কৰিবলৈ যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে গ্ৰহণ কৰিবলগীয়া শিক্ষামূলক পদ্ধতি আৰু আচৰণসমূহৰ ওপৰত গুৰুত্ব আৰোপ কৰা হ'ব: সেৱা আৰু উভতি অহা, যত্ন লোৱা ব্যক্তিৰ তিনিটা কাৰ্য্য: প্ৰেম, কথা কোৱা, খেলা, আৰু ইতিবাচক নিৰ্দেশনা।



3.1 পৰিবেশন কৰক আৰু ঘূৰাই দিয়ক

পৰিবেশন কৰক আৰু ঘূৰাই দিয়ক

পৰ্যায়
1

ঘূৰাই দিয়াটো নিৰীক্ষণ কৰক

কেঁচুৱাটোৱে বলটো তুলি জোকাৰি পৰিবেশন কৰে। যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে এই পৰিবেশন পৰ্যবেক্ষণ কৰে যিয়ে কেঁচুৱাটোক ভালদৰে বুজিবলৈ সহায় কৰে।



পৰ্যায়
2

ঘূৰাই দিয়াটোৰ প্ৰতি সঁহাৰি
দিয়ক

যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে বলটোলৈ আঙুলিয়াই আৰু কেঁচুৱাটোৰ আগ্ৰহ ভাগ কৰি বা স্বীকাৰ কৰি পৰিবেশনৰ প্ৰতি সঁহাৰি জনায়।



পৰ্যায়
3

এটা নাম দিয়ক

যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে ইয়াৰ এটা নাম দিয়ে যাতে কেঁচুৱাই বস্তু বা কাৰ্য্য আৰু ইয়াৰ নামৰ মাজৰ সম্পৰ্ক জানিব পাৰে



পৰ্যায়
4

পাল পাতি লওক

তাৰ পিছত যত্ন লোৱা ব্যক্তিজনে ধৈৰ্য্যৰে শিশুটিৰ সঁহাৰিলৈ অপেক্ষা কৰে। কেঁচুৱাটোৰ ওপৰত স্বাধীনতা আৰু আস্থা মৰমেৰে লালন-পালন কৰি আগলৈ পিছলৈ যায়



পৰ্যায়
5

স্থানান্তৰ

কেঁচুৱাটোৱে বলটো পেলাই দিয়ে, তাই এতিয়া ভৰিখন মুখত সোমাব বিচাৰে। যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে সঁহাৰি জনায় আৰু আগলৈ পিছলৈ যোৱাটোৱে অধিক সেৱা আৰু উভতি অহাৰ পাৰস্পৰিক ক্ৰিয়া-কলাপ সক্ষম কৰে।



যত্ন লওঁতাৰ তিনিটা কাৰ্য্য



মৰম কৰা

- কেঁচুৱাটোৰ লগত চকুৰ সংস্পৰ্শ ৰাখক
- কেঁচুৱাটোলৈ চাই হাঁহিব
- সাৱটা, চুমা খোৱা, আদৰ কৰা আৰু ওমলোৱা
- কেঁচুৱাটোক শৰীৰৰ ওচৰত ধৰি ৰাখক



কথা পতা

- কেঁচুৱাটোৰ কলকল শব্দ অনুকৰণ কৰক
- কেঁচুৱাটোৰ ইংগিত আৰু কাৰ্য্যকলাপৰ বৰ্ণনা আৰু নাম লিখক
- কেঁচুৱাটোৰ লগত সাধাৰণ বস্তু বা কামৰ বিষয়ে কথা পাতক
- কেঁচুৱাটোক গান গাওক



খেলা

- কেঁচুৱাটোৰ লগত খেলা
- তেওঁলোকৰ মন আৰু ইন্দ্ৰিয়ক উদ্দীপিত কৰা খেলা-ধূলাৰ সামগ্ৰী প্ৰদান কৰক
- শিশুৰ কল্পনাপ্ৰসূত খেলত অংশগ্ৰহণ কৰক
- কেঁচুৱাটোৰ লগত আনন্দ কৰক

অধ্যায় 4

মাহেকীয়া কাৰ্যকলাপৰ
জৰিয়তে প্ৰাথমিক শিক্ষণৰ
সুযোগ সৃষ্টি কৰা



এই অধ্যায়ত শিশুৰ পৰিৱেশ, খেলাৰ সামগ্ৰী, লিংগ-প্ৰতিক্ৰিয়াশীল পাৰস্পৰিক ক্ৰিয়া-কলাপ, নিৰাপদ আৰু সুৰক্ষিত পৰিৱেশ, আৰু শিশুৰ বয়সৰ ০ মাহৰ পৰা ৩৬ মাহলৈকে অৰ্থাৎ মাহ অনুসৰি জন্মৰ পৰা তিনি বছৰলৈকে ৩৬টা কাৰ্যকলাপৰ গোট সামৰি লোৱা হ'ব। কাৰ্যকলাপসমূহে শিশুৰ জ্ঞানমূলক, আৰ্থ-আৱেগিক, ভাষা, শাৰীৰিক আৰু সৃষ্টিশীল বিকাশৰ বাবে সামগ্ৰিক উদ্দীপনা সামৰি লয়।

4.1 আগতীয়াকৈ উদ্দীপনা দিয়াৰ বাবে উপযুক্ত পৰিৱেশ সৃষ্টি কৰা

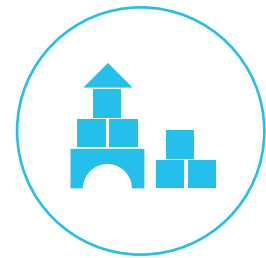
a. খেলৰ সামগ্ৰী

খেলাৰ সামগ্ৰীয়ে পিতৃ-মাতৃক শিশুৰ সৈতে বিভিন্ন ধৰণে জড়িত হোৱাত সহায় কৰে, যাৰ ফলত সংবেদনশীল উদ্দীপনা আৰু তাৰ ফলত খেলাৰ মানদণ্ড বৃদ্ধি পায়। এই খেলা-ধূলাৰ সামগ্ৰীবোৰ সদায় দোকানৰ পৰা কিনাৰ প্ৰয়োজন নাই। ঘৰ বা প্ৰাকৃতিক পৰিৱেশত সহজে পোৱা বস্তু আৰু সামগ্ৰীও ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰি। যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে ঘৰুৱা বা পেলনীয়া সামগ্ৰী যেনে কাপ, বটল, আৰু বাকী থকা কাপোৰৰ টুকুৰা ব্যৱহাৰ কৰি নিজে নিজে (ডিআইৱাই) খেলনা প্ৰস্তুত কৰিব পাৰে, যাৰ ফলত সেইবোৰ বহনক্ষম হয় আৰু পৰিৱেশত প্ৰভাৱ কম হয়। থলুৱা আৰু সাংস্কৃতিকভাৱে নিহিত খেলনায়ে সাংস্কৃতিক সজাগতা বৃদ্ধিত সহায় কৰে।



b. উদ্দীপনা কাৰ্যকলাপ

প্ৰথম বছৰবোৰত শিশুৱে তেওঁলোকৰ বিকাশৰ প্ৰয়োজনীয়তাৰ সৈতে মিল থকা বৈচিত্ৰময় অভিজ্ঞতাৰ জৰিয়তে শিকে। তলৰ খণ্ডটোৱে এই যাত্ৰাত যত্ন লোৱাসকলক সহায় কৰিবলৈ মাহেকীয়া উদ্দীপনা কাৰ্যকলাপ কেলেণ্ডাৰৰ ৰূপৰেখা দাঙি ধৰে। যদিও পৰামৰ্শ দিয়া কাৰ্যকলাপসমূহ শিশুৰ বয়স অনুসৰি শ্ৰেণীভুক্ত কৰা হয়, যত্ন লোৱাসকলে প্ৰশ্ন কৰা শিশুটিৰ ক্ষমতা পূৰণ কৰিবলৈ সেইবোৰক মিলাই ল'ব পাৰে আৰু কৰিব লাগে: ধৰক, যদি কোনো শিশুৱে ইতিমধ্যে তেওঁলোকৰ বয়সৰ বাবে নিৰ্ধাৰিত কাৰ্যকলাপটো কৰিবলৈ সক্ষম হৈছে, তেন্তে এজন যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে অসুবিধাৰ মাত্ৰা বৃদ্ধি কৰিব পাৰে। ইয়াৰ বিপৰীতে শিশুৱে তেওঁলোকৰ বয়সৰ বাবে নিৰ্ধাৰিত কোনো কাম কৰিব নোৱাৰিলে যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে অসুবিধাৰ মাত্ৰা হ্ৰাস কৰিব পাৰে। শেষত মন কৰিবলগীয়া যে আগন্তুক খণ্ডত উল্লেখ কৰা কাৰ্যকলাপ আৰু সামগ্ৰীসমূহ সাধাৰণ ভাৰতীয় প্ৰেক্ষাপটৰ প্ৰতি লক্ষ্য ৰাখি পৰামৰ্শ দিয়া হৈছে। বিভিন্ন সামাজিক আৰু সাংস্কৃতিক প্ৰেক্ষাপটৰ লগত খাপ খুৱাই সংশোধন আৰু পৰিৱৰ্তন কৰিব পাৰি আৰু কৰিব লাগে। অভিভাৱকসকলে অৱশ্যে সচেতনভাৱে শিশুৰ দৈনন্দিন জীৱনত উদ্দীপনামূলক কাৰ্যকলাপ অন্তৰ্ভুক্ত কৰিব লাগে।



c. সুৰক্ষা আৰু নিৰাপত্তা নিশ্চিত কৰা

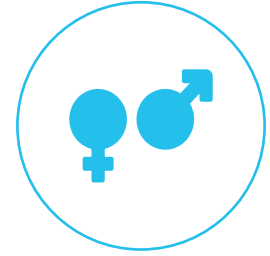
কম বয়সতে কেঁচুৱা বা শিশুটিয়ে নিজৰ শাৰীৰিক আৰু আৱেগিক সুৰক্ষাৰ বাবে সম্পূৰ্ণৰূপে যতন লোৱা ব্যক্তিজনৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰে। গতিকে শিশুটিক ক্ষতিৰ পৰা ৰক্ষা কৰিবলৈ যতন লোৱা ব্যক্তিয়ে কিছুমান উত্তম পদ্ধতি মানি চলিব লাগে। সকলো সামগ্ৰী বিষাক্ত আৰু বিপজ্জনক নোহোৱাটো নিশ্চিত কৰি শিশুৰ খেলা ঠাইখন নিৰাপদ কৰি তুলিব লাগে। শিশুক তত্বাৱধান আৰু পহৰা দিব লাগে। উচ্চতাৰ পৰা পৰি বা গধুৰ বস্তু পৰিলে শাৰীৰিক আঘাতৰ পৰা তেওঁলোকক তদাৰক আৰু ৰক্ষা কৰিব লাগে।



শিশুৰ আৱেগিক পৰিৱেশটোও আন সকলো ব্যক্তিৰ সৈতে আৰু তেওঁলোকৰ মাজত সন্মানজনক, যত্নশীল আৰু অহিংস আদান-প্ৰদানৰ জৰিয়তে যিমান পাৰি মানসিক চাপমুক্ত কৰিব লাগে।

d. লিংগ প্ৰতিক্ৰিয়াশীল পাৰস্পৰিক ক্ৰিয়া

প্ৰথম বছৰবোৰত শিশুৱে নিজৰ পৰিৱেশ আৰু যত্ন লোৱা লোকৰ কাৰ্য্যৰ পৰা শিকে। ডাঙৰ হোৱাৰ লগে লগে তেওঁলোকে ল'ৰা বা ছোৱালী হোৱাৰ অৰ্থ কি সেই বিষয়ে নিৰীক্ষণ কৰে আৰু সিদ্ধান্ত লয়। গতিকে উভয় লিংগৰ শিশুৱে যাতে বৃদ্ধি আৰু বিকাশৰ সমান সুযোগ পায়, সেয়া নিশ্চিত কৰাটো অতি গুৰুত্বপূৰ্ণ। যত্ন লোৱাসকলে নিজৰ লিংগ পক্ষপাতিত্বৰ বিষয়ে সচেতন হ'ব লাগে আৰু তেওঁলোকৰ শিক্ষণত সীমাবদ্ধতা আৰোপ কৰিব পৰা বক্তব্য আৰু কাৰ্য্যসমূহ এৰাই চলিব লাগে। পক্ষপাতিত্বৰ উদাহৰণ হ'ল ছোৱালীক ল'ৰাতকৈ শাৰীৰিক বা আৱেগিকভাৱে দুৰ্বল বুলি ধৰি লোৱা, ল'ৰাৰ বাবে গাড়ী ক্ৰয় আৰু ছোৱালীক পুতলা আৰু পাকঘৰৰ চেটৰ দৰে খেলনা প্ৰদান কৰা, ল'ৰাক 'সাহসী' আৰু ছোৱালীক 'ধুনীয়া' বুলি প্ৰশংসা কৰা।



e. প্ৰত্যাহানমূলক পৰিস্থিতিৰ সৈতে মোকাবিলা কৰাৰ সময়ত ইতিবাচক নিৰ্দেশনা

যত্ন লোৱাসকলে কেতিয়াবা শিশুৰ আচৰণ প্ৰত্যাহানজনক বুলি বিবেচনা কৰিব পাৰে। উদাহৰণস্বৰূপে, প্ৰাপ্তবয়স্কসকলে তেওঁলোকক সন্তুনা দিবলৈ চেষ্টা কৰাৰ পাছতো কেঁচুৱাই হুলস্থূল কৰিব বা কান্দিব পাৰে। কেতিয়াবা, তেওঁলোকে খুন্দা মাৰিব পাৰে, কামুৰিব পাৰে, মজিয়াত পৰিব পাৰে, কান্দিব পাৰে, গোৰ মাৰিব পাৰে, হুমুনিয়াহ কাঢ়িব পাৰে বা "নাই" বুলি ক'ব পাৰে। এনে পৰিস্থিতিত যত্ন লোৱাসকলে শিশুটিৰ আচৰণৰ আঁৰৰ কাৰণটো বুজিব লাগিব; শিশুটি ভোকত আছে নেকি, টোপনি ধৰিছে নেকি বা অৱহেলিত হৈছে নেকি। এনে কৰিলে যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে শিশুটিক শান্ত কৰিবলৈ উপযুক্ত সঁহাৰি দিব পাৰিব। 'সঠিক' আচৰণৰ আৰ্হি- লাহে লাহে লোৱা আৰু শিশুৱে সঠিক আচৰণ প্ৰদৰ্শন কৰাৰ সময়ত শলাগ লোৱাটোৱে তেওঁলোকক আত্মনিয়ন্ত্ৰণ কৰাত সহায় কৰিব পাৰে আৰু অস্বস্তিকৰ আৱেগ বা পৰিস্থিতিৰ সৈতে মোকাবিলা কৰাত সহায় কৰিব পাৰে।





উদ্দীপনা কার্যকলাপ কেলেণ্ডাৰ

—
প্রাৰম্ভিক শৈশৱ উদ্দীপনাৰ বাবে
ৰাষ্ট্ৰীয় পৰিকাঠামো

জন্মৰ পৰা ৩ বছৰ শিশুৰ বাবে

কাৰ্য্যকলাপঃস্বাস্থ্যকৰ আহাৰ গ্ৰহণ

পদক্ষেপসমূহ:

- গৰ্ভৱস্থাৰ সময়ছোৱাত পৰিয়ালৰ সদস্যসকলে নিশ্চিত কৰিব পাৰে যে মাতৃগৰাকীক স্বাস্থ্যকৰ আৰু পুষ্টিকৰ খাদ্য প্ৰদান কৰা হৈছে।
- তেওঁ পৰ্যাপ্ত পৰিমাণে হাইড্ৰেট হোৱাটো উচিত।
- তেওঁক সফল গৰ্ভধাৰণ আৰু প্ৰসৱৰ বাবে সক্ষম কৰিবলৈ প্ৰয়োজনীয় খাদ্যৰ পৰিপূৰক যোগান ধৰিব লাগে।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: ই মাতৃ আৰু শিশুক সুস্থ আৰু শক্তিশালী হোৱাত সহায় কৰিব।



গৰ্ভৱস্থাৰ সময়ত

কাৰ্য্যকলাপঃএক ইতিবাচক আৰু শান্ত পৰিৱেশ সৃষ্টি কৰক।

পদক্ষেপসমূহ:

- মাকক সমৰ্থন, যত্ন আৰু মৰম কৰি মাকৰ বাবে সকলো ধৰণৰ মানসিক চাপ হ্ৰাস কৰক।
- মাকক চিত্ৰকলা, চিলাই কৰা, বা অন্যান্য কলা আৰু কাকশিল্পৰ দৰে শান্ত কাম কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- শান্তিদায়ক সংগীত শুনক আৰু ধ্যানৰ অনুশীলন কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: মাতৃগৰাকীয়ে যদি মানসিক চাপমুক্ত, ইতিবাচক আৰু শান্ত অনুভৱ কৰে তেন্তে গৰ্ভাশয়ত থকা এটা শিশুৰ বিকাশ ভালদৰে হ'ব।



কাৰ্য্যকলাপঃশাৰীৰিক কাৰ্য্যকলাপ আৰু ব্যায়াম

পদক্ষেপসমূহ:

- গৰ্ভৱতী মাতৃগৰাকীক নিয়মীয়া শাৰীৰিক ব্যায়াম যেনে খোজ কঢ়া, সাধাৰণ যোগ ইত্যাদি কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰিব লাগে।
- ঘৰুৱা কাম-কাজ আৰু দায়িত্ববোৰ সাৱধানে সংগঠিত কৰিব লাগে যাতে গৰ্ভৱতী মাতৃয়ে গধুৰ কাম নকৰে আৰু বিশ্রামৰ বাবে পৰ্যাপ্ত সময় পায়।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: ই মাতৃ আৰু সন্তানৰ মানসিক আৰু শাৰীৰিক সুস্থতা বৃদ্ধি কৰিব।



কাৰ্য্যকলাপঃশিশুটিৰ সৈতে যোগাযোগ কৰক

পদক্ষেপসমূহ:

- মাক আৰু দেউতাকক তেওঁলোকৰ অনাগত সন্তানৰ সৈতে ইতিবাচক কথোপকথন কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰা উচিত।
- মাকে অনাগত সন্তানক তেওঁলোকৰ দৈনন্দিন কাম-কাজৰ বিষয়ে ক'ব পাৰে, কাহিনী বৰ্ণনা কৰিব পাৰে, শান্ত কণ্ঠস্বৰত গীত গাব পাৰে।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: এই সকলোবোৰে ঙ্গৰ মানসিক আৰু আৱেগিক উদ্দীপনাক উৎসাহিত কৰিব আৰু তেওঁলোকৰ সুৰক্ষিত বিকাশত সহায় কৰিব।



প্ৰেমময় চেহেৰাবোৰ আৱিষ্কাৰ কৰা

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিলে যেতিয়া চাব তেতিয়া হাঁহিব আৰু শিশুটিয়ে ঘূৰাই হাঁহিছে নেকি মন কৰিব।
- আপোনাৰ মুখখন খেলক আৰু বন্ধ কৰক, তেওঁলোকৰ বাবে কোমল শব্দ কৰক।
- শিশুটিৰ হাতত ধৰক আৰু কোমলভাৱে তেওঁলোকক আপোনাৰ মুখৰ ওপৰত নিৰ্দেশনা দিয়ক।
- শিশুটিক আপোনাৰ নাকটো ধৰিবলৈ দিয়ক আৰু আনন্দ কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

দৃষ্টিশক্তি বৃদ্ধি কৰে, মুখৰ চিনাক্তকৰণক উৎসাহিত কৰে আৰু স্পৰ্শকাতৰ অৱেষণক উৎসাহিত কৰে, শিশু আৰু যত্নলগুতাৰ মাজৰ বান্ধোন শক্তিশালী কৰে। স্পৰ্শকাতৰ অৱেষণকে উৎসাহিত কৰে, যা শিশু এবাং যত্নশীলৰ মাজে বন্ধনকে শক্তিশালী কৰে।



শব্দসমূহ অনুকৰণ কৰা

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিৰ লগত বহি তেওঁ কৰা শব্দবোৰ শুনক।
- যেতিয়া শিশুটিয়ে কোনো শব্দ কৰে, সেইটো তেওঁক পুনৰ কৈ শুনাব।
- পুনৰ শব্দ কৰিবলৈ। শিশুটিক উৎসাহিত কৰিব।
- হাঁহিব আৰু আনন্দ প্ৰকাশ কৰিব, দেখুৱাব যে আপুনি তেওঁৰ শব্দৰ প্ৰশংসা কৰে- "মইনায়ে কথা পাতিব পাৰে!"

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

যোগাযোগ বৃদ্ধি কৰে, যত্ন লগুতা-শিশুৰ সম্পৰ্ক শক্তিশালী কৰে, আৰু শিশুৰ কণ্ঠস্বৰৰ বিকাশক এক কৌতুকপূৰ্ণ ধৰণে উৎসাহিত কৰে।



0-3 মাহ



মুঠ আৰাম

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিক কি লাগে চিনাক্ত কৰক: তেওঁলোক ভিজা, ভোকত, ভাগৰুৱা বা অস্থিতীয়ক নেকি?
- যদি শিশুটি ভাগৰুৱা বা অস্থিতীয়ক হয়, তেন্তে তেওঁলোকক ওচৰৰ পৰা ধৰি ৰাখক, আৰু কোমলভাৱে কথা কওক।
- শিশুটিক আশ্বস্ত কৰিবলৈ শান্তভাৱে নাম কওক।
- শিশুটিক শান্ত কৰিবলৈ কোমলভাৱে শিশুটিৰ পিঠিত স্পৰ্শ কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

এক সুৰক্ষিত সম্পৰ্ক গঢ়ি তোলে, আৱেগিক নিয়ন্ত্ৰণক উৎসাহিত কৰে, আৰু সংবেদনশীল যত্নৰ জৰিয়তে আৰাম প্ৰদান কৰে।

শিশুৰ বাবে গান গোৱা

পদক্ষেপসমূহ:

- যিকোনো গীত বা নিচুকনি গীত বাছনি কৰক আৰু সেইসমূহ কোমলকৈ শিশু টিক গাই শুনাৱক।
- কোমল কণ্ঠস্বৰ ব্যৱহাৰ কৰক আৰু আপুনি গান গোৱাৰ সময়ত আপোনাৰ শিশুটিলৈ চাওক।
- শিশুটিৰ প্ৰতিক্ৰিয়াৰ প্ৰতি লক্ষ্য ৰাখক, তেওঁলোকে গানটোৰ বিষয়ে কি উপভোগ কৰে লক্ষ্য কৰক।
- গীতৰ জৰিয়তে এই বান্ধোনৰ মুহূৰ্তটো উপভোগ কৰক আৰু যেতিয়াই সময় পাব তেতিয়াই পুনৰাবৃত্তি কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

গানে ভাষাৰ বিকাশ, আৱেগিক সম্পৰ্ক আৰু নিৰাপত্তাৰ ভাৱ জাগ্ৰত কৰে।



প্ৰেম আৰু আলিঙ্গন

পদক্ষেপসমূহ:

- আৰামদায়ক, সুৰক্ষিত আলিঙ্গনৰ বাবে আপোনাৰ শিশুটিক ওচৰত ৰাখক।
- আপোনাৰ শিশুটিক কোমলভাৱে আলিঙ্গন কৰক আৰু তেওঁলোকক সৰু সৰু মৰমৰ চুম্বন দিয়ক।
- কোমলভাৱে আপোনাৰ শিশুটিক কওক যে আপুনি তেওঁক ভাল পায় যাতে তেওঁ সুৰক্ষিত অনুভৱ কৰিব পাৰে।
- যিকোনো সময়তে আপোনাৰ প্ৰেম দেখুৱাবলৈ সঘনাই আলিঙ্গন কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

আপোনাৰ শিশুৰ সৈতে এক শক্তিশালী, প্ৰেমময় বান্ধোন গঢ়ি তোলে, যাৰ ফলত তেওঁলোকে প্ৰেম আৰু সুৰক্ষিত অনুভৱ কৰে।



মৌমাখীক অনুসৰণ কৰা

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- কল্পনা কৰক যে আপোনাৰ আঙুলিটো এটা মৌমাখি আৰু আপোনাৰ গুঞ্জৰি থকা আঙুলিটো লাহেকৈ শিশুটিৰ মুখৰ সন্মুখত ৰাখক।
- আঙুলিটো ইফলৰ পৰা সফললৈ ঘূৰাওক আৰু শিশুটিক “মৌমাখি” অনুসৰণ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- খেলি-খেলি “মৌমাখি” টো শিশুটিৰ নাকৰ ওপৰত ৰাখক আৰু একেলগে হাঁহক।
- একেলগে হাঁহক আৰু আনন্দদায়ক খেলখন উপভোগ কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: তিড্জুৱেল ট্ৰেকিং দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে, হাত-চকুৰ সমন্বয় বৃদ্ধি কৰে আৰু এক আনন্দদায়ক বাঞ্ছনীয় অভিজ্ঞতা সৃষ্টি কৰে।

শব্দবোৰ অনুকৰণ কৰা

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

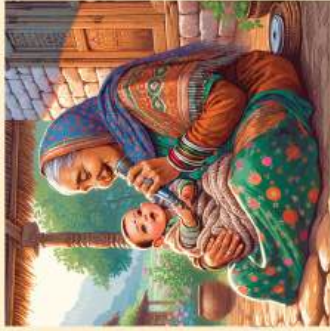
পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিৰ সৈতে সময় কটাব আৰু তেওঁ কৰা শব্দবোৰ শুনিব।
- যেতিয়া শিশুটিয়ে কোনোশব্দ কৰে, সেইটো তেওঁলোকক পুনৰ কৈ শুনাব।
- শিশুটিক পুনৰ শব্দ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- হাঁহিব আৰু আনন্দ প্ৰকাশ কৰিব, দেখুৱাব যে আপুনি তেওঁলোকৰ শব্দৰ প্ৰশংসা কৰে-“ শিশুটিয়ে কথা পাতিব পাৰে।”

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: যোগাযোগ বৃদ্ধি কৰে, যত্ন-লগুতা আৰু শিশুৰ সম্পৰ্ক শক্তিশালী কৰে, আৰু শিশুৰ কণ্ঠস্বৰৰ বিকাশক এক কৌতুকপূৰ্ণ ধৰণে উৎসাহিত কৰে।



4 মাহ



বস্তুৰ বাবে হাত আগবঢ়োৱা

সামগ্ৰী: শিশুৰ প্ৰিয় পুতলা বা বস্তু

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিক এটা প্ৰিয় পুতলা দেখুৱাওক আৰু তেওঁলোকক উত্তেজিত কৰক।
- পুতলাটো সন্মুখত ৰাখক আৰু সেইটো ধৰিবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক।
- বস্তুটো ধৰিবলৈ শিশুটিক সহায় কৰক।
- শিশুটোৱে বস্তুটোৰ কাষ চাপিলে আনন্দৰে প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: উপনীত হোৱাৰ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে, হাত-চকুৰ সমন্বয় বিকশিত কৰে, আৰু ইতিবাচক শক্তিশালীকৰণৰ জৰিয়তে আত্মবিশ্বাস গঢ়ি তোলে।

শিশুৰ সৈতে কথা পতা

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিৰ সৈতে মুখামুখি বহক আৰু এটা নতুন শব্দ কৰক।
- অপেক্ষা কৰক আৰু চাওক যে শিশুটিয়ে ঘূৰাই শব্দটো বা যিকোনো শব্দ কৈছে নেকি।
- শিশুটিক সঁহাৰি জনাওক আৰু আন এটা শব্দৰ বাবে ধৈৰ্য্যসহকাৰে অপেক্ষা কৰক।
- এই কাৰ্য্যকলাপ সমন্বয় কৰি থাকিব আৰু অতি সোনকালেই আপুনি আপোনাৰ শিশুৰ সৈতে কথোপকথন কৰিব পাৰিব।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: ভাষাৰ বিকাশ বৃদ্ধি কৰে, যোগাযোগক উৎসাহিত কৰে, আৰু যত্ন-লগুতা আৰু শিশুৰ মাজত এক পাৰস্পৰিক আৰু আকৰ্ষণীয় কথোপকথন সৃষ্টি কৰে।



কাপোৰ পিন্ধাৰ মজা

সামগ্ৰী: শিশুৰ চাৰ্ট, টপ বা আন কাপোৰ

পদক্ষেপসমূহ:

- মূৰেদি চাৰ্ট বা কাপোৰ পিন্ধোৱাৰ সময়ত শিশুটিক কওক-
“শিশুটি ক’ত আছে?”
- মূৰৰ পৰা চাৰ্টটো নমাই আনন্দৰে শিশুটিক কওক- “অ” অ “।”
ইয়াত আছে!”
- শিশুটিৰ সৈতে হাঁহক আৰু আনন্দ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য:

ইন্দ্ৰিয়ৰ অভিজ্ঞতা বৃদ্ধি কৰে, ভাষাৰ বিকাশত সহায় কৰে, আৰু একে আনন্দদায়ক সাজ-পোছাকৰ ৰুটিন সৃষ্টি কৰে।



5 মাহ

হাতৰ আঙুলি আৰু ভৰিৰ আঙুলি

সামগ্ৰী: একেৰেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিৰ লগত খেলক, তেওঁলোকৰ মানোযোগ আকৰ্ষণ কৰক।
- প্ৰতিটো ভৰিৰ আঙুলি আৰু হাতৰ আঙুলি পৃথকে পৃথকে লৰচৰ কৰক।
- হাতৰ আঙুলি আৰু ভৰিৰ আঙুলিৰ বিষয়ে এটা আনন্দদায়ক কবিতা গাই শুনাৱক - ‘কনিষ্ঠ আঙুলি, অনামিকা আঙুলি, মধ্যমা আঙুলি, তৰ্জনী আঙুলি আৰু বুঢ়া আঙুলি’
- শিশুটিৰ হাঁহিলে চাওক আৰু আনন্দ উপভোগ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য:

বৃদ্ধি কৰে, মটৰৰ বিকাশক উৎসাহিত কৰে, আৰু একে আনন্দদায়ক আৰু পাৰস্পৰিক খেলৰ অভিজ্ঞতা সৃষ্টি কৰে।



একেলগে খোজ কাঢ়ক

সামগ্ৰী: একেৰেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিৰ সৈতে ঘৰৰ চাৰিওফালে বা ঘৰৰ বাহিৰত খোজ কাঢ়ক।
- বিভিন্ন বস্তু আৰু মানুহৰ নাম উল্লেখ কৰক।
- খোজ কাঢ়াৰ সময়ত সৰল কাহিনী কওক বা সৰল বৰ্ণনা দিয়ক।
- একে আনন্দদায়ক খোজকাঢ়াৰ সময় উপভোগ কৰক আৰু শিশুৰ সৈতে কথা পাতক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: ভাষাৰ বিকাশত সহায় কৰে, শব্দভাণ্ডাৰ প্ৰৱৰ্তন কৰে, আৰু খোজ কাঢ়াৰ সময়ত একে উদ্দীপক আৰু পাৰস্পৰিক পৰিৱেশ সৃষ্টি কৰে।



আঙুলি খামুচি ধৰা

সামগ্ৰী: একেৰেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- আপোনাৰ এটা আঙুলি শিশুটিৰ হাতৰ মাজত ৰাখক।
- আপোনাৰ আঙুলি লাহেকৈ ধৰিলে শিশুটিক উৎসাহিত কৰক।
- লাহে লাহে আপোনাৰ আঙুলি আঁতৰাই আনক আৰু শিশুটোৱে ধৰি আছে নে নাই চাওক।
- খামুচি ধৰিব পৰা সফলতাৰ বাবে শিশুটিক প্ৰশংসা কৰক আৰু উদযাপন কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: সক্ষম মটৰ দক্ষতা শক্তিশালী কৰে, হাত-চকুৰ সমন্বয় বৃদ্ধি কৰে, আৰু খামুচি ধৰিব পৰা কৌশল বিকশিত কৰাৰ বাবে একে ইতিবাচক পৰিৱেশ সৃষ্টি কৰে।



শিশুৰ সৈতে কোমল শব্দবোৰ

সামগ্ৰী: একোৱেই নালগে

পদক্ষেপসমূহ:

- কোমল আৰু সৰল শব্দ ব্যৱহাৰ কৰি আপোনাৰ শিশুটিৰ সৈতে ব্যস্ত হওক।
- তেওঁলোকৰ “শিশুৰ কথোপকথন”, অঙ্গভঙ্গি আৰু শব্দৰ প্ৰতি মনোযোগ দিয়ক।
- আপোনাৰ শিশুৰ সৈতে কথোপকথন সৃষ্টি কৰিবলৈ সংবেদনশীলভাৱে সঁহাৰি জনাওক।
- যত্নশীল যোগাযোগৰ জৰিয়তে সৃষ্টি হোৱা সংযোগক উপভোগ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: সংবেদনশীলতা আৰু সঁহাৰি বৃদ্ধি কৰে, যত্ন-লগুতা আৰু শিশুৰ বান্ধোন শক্তিশালী কৰে, আৰু এক লালন-পালন আৰু সহায়ক পৰিৱেশৰ প্ৰচাৰ কৰে।



6 মাহ

গালৰ বেলুন

সামগ্ৰী: একোৱেই নালগে

পদক্ষেপসমূহ:

- আপোনাৰ শিশুটিৰ কাপোৰ সলনি কৰাৰ পিছত, আপোনাৰ গালখন বেলেৰ দৰে ফুলাই দিয়ক।
- “ফাট” শব্দ হোৱাকৈ আপোনাৰ শিশুৰ ভৰি আপোনাৰ গালত লগাই দিয়ক।
- আপোনাৰ শিশুটিৰ মনোযোগ আকৰ্ষণ কৰিবলৈ বিভিন্ন ধৰণৰ শব্দ আৰু হাস্যৰসাত্মক মুখৰ ভংগিমা সৃষ্টি কৰক।
- আপোনাৰ শিশুটিৰ সৈতে হাঁহি আৰু সম্পৰ্ক উপভোগ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: ভিজুৱেল ক্লেৰিং বিকশিত কৰে, সঁহাৰি বৃদ্ধি কৰে, আৰু যোগাযোগ দক্ষতা শক্তিশালী কৰে।



একেলগে এটা গান গাব

সামগ্ৰী: একোৱেই নালগে

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিৰ বাবে এটা প্ৰিয় গীত বা নিচুকনি গীত বাছনি কৰক।
- শিশুৰ চকুলৈ চাই এতিয়া নিৰ্বাচিত গীতটো কোমলভাৱে গাব।
- গান গোৱাৰ আনন্দক উপভোগ কৰক, আৰু আপোনাৰ কণ্ঠস্বৰক লৈ লাজ নকৰিব।
- শিশুটিৰ প্ৰতিক্ৰিয়াক পৰ্যবেক্ষণ কৰক আৰু উত্থাতা আৰু হাঁহিৰে সঁহাৰি জনাওক।
- সংগীতৰ যাদুৰ জৰিয়তে এই বিশেষ বান্ধোনৰ সময় উপভোগ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: ভাষাৰ বিকাশ, আৱেগিক সম্পৰ্ক, আৰু শ্ৰৱণৰ স্বীকৃতি গঢ়ি তোলে।



দোলনাৰ সময়

সামগ্ৰী: কোমল কাপোৰ বা কঞ্চল

পদক্ষেপসমূহ:

- ঘৰতে কোমল কাপোৰ ব্যৱহাৰ কৰি এখন কোমল দেলনা তৈয়াৰ কৰক।
- শিশুটিক সুৰক্ষিত গাঁঠিৰ সৈতে ইম্প্ৰভাইজড ক্ৰেডলত ৰাখক।
- মৰমেৰে লাহে লাহেকৈ শিশুটিক ইফালৰ পৰা সিফাললৈ দোলাই থাকক।
- গোটেই কাৰ্যকলাপটোত শিশুটিৰ সৈতে হাঁহি-হাঁহি কৰক।
- শিশুটিৰ বাবে এক আৰামদায়ক আৰু সুৰক্ষিত অভিজ্ঞতা নিশ্চিত কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: নিৰাপত্তাৰ ভাৱ জাগ্ৰত কৰে, বান্ধোন বৃদ্ধি কৰে আৰু শিশুৰ ভাৰসাম্য বৃদ্ধি কৰে।



লুকা- ভাকু খেল

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. আপোনাৰ মুখখন হাতেৰে ঢাকি, “মা ক” ত আছে? “বুলি কওক।
2. হাত খন মুৰ পৰা আঁতৰাই আনন্দৰে কওক, “বু! এইয়া মই!”
3. শিশুটিয়ে প্ৰতিবাৰে আপোনাক আৱিষ্কাৰ কৰাৰ লগে লগে তেওঁৰ সৈতে হাঁহক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

ভিজুৱেল ট্ৰেকিংক উৎসাহিত কৰে, বস্তুৰ স্থায়ীত্বৰ ভাৱ জাগ্ৰত কৰে, আৰু লুকা- ভাকু খেলৰ জৰিয়তে এক আনন্দদায়ক বান্ধোনৰ অভিজ্ঞতা সৃষ্টি কৰে।



বলটোৰ ওচৰলৈ হাত আগবঢ়াই দিয়া

সামগ্ৰী: কোমল, পাতল বল

পদক্ষেপসমূহ:

1. ওপৰলৈ বা তললৈ মূৰ কৰি শিশুটিক শুৱাই ৰাখক আৰু এটা কোমল বল ওচৰত ৰাখক।
2. লাহেকৈ বাওঁ ফালৰ পৰা সোঁ ফাললৈ বলটো চলাই দিয়ক।
3. আনন্দৰে বলটো ধৰিবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক।
4. আনকি বলটো স্পৰ্শ কৰা বা ধৰাৰ সৰু সৰু প্ৰচেষ্টাকো উৎসাহিত কৰক আৰু উদযাপন কৰক।
5. বলটো পুনৰ চলাচল কৰক আৰু একে আমোদজনক আৰু আকৰ্ষণীয় কাৰ্য্যকলাপ সৃষ্টি কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

টৰ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে, খামুচি ধৰা গতিবিধিক উৎসাহিত কৰে, আৰু হাত-চকুৰ সমন্বয় উন্নত কৰে।

7 মাহ

গুঁঠৰ সঞ্চালন

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. কাপোৰ পিন্ধাৰ সময়ত আপোনাৰ শিশুৱে কৰা শব্দবোৰ নকল কৰক, যেনে “আ, চ, চ, ই, চ, চ, ওউ, চ, বি, চ, চ”।
2. আপোনাৰ শিশুটিয়ে এই অনুকৰণৰ প্ৰতি কেনে প্ৰতিক্ৰিয়া দেখুৱায়, লক্ষ্য কৰক আৰু তেওঁলোকক পুনৰ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
3. আপোনাৰ শিশুৰ আঙুলি আপোনাৰ গুঁঠত ৰাখি, তেওঁলোকক গতিবিধি আৰু কম্পন অনুভৱ কৰিবলৈ দিয়ক।
4. এটা আনন্দিত আৰু পাৰস্পৰিক অভিজ্ঞতাৰ বাবে একেলগে বিভিন্ন শব্দ আৱেণ কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: ইন্দ্ৰিয়ৰ সজাগতা বৃদ্ধি কৰে, ভাষাৰ বুজাপৰা বৃদ্ধি কৰে, আৰু যত্ন-লগুতা আৰু শিশুৰ মাজৰ সম্পৰ্ক শক্তিশালী কৰে।



গা ধোৱাৰ সময়ৰ আনন্দ

সামগ্ৰী: প্লাষ্টিকৰ পাত্ৰ বা কাপ, পানী

পদক্ষেপসমূহ:

1. গা ধোৱাৰ সময়ত লাহেকৈ কেনেকৈ পানী ছটিয়াব লাগে শিশুটিক দেখুৱাওক।
2. “ভৰ্তি” বুলি কৈ পাত্ৰটো পূৰণ কৰক, আৰু তাৰ পিছত “খালী” বুলি কৈ ঢালি দিয়ক।
3. পুনৰ কৰক আৰু শিশুটিক আপোনাৰ সহায়ত চেপ্টা কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
4. প্ৰতি বাৰে পানী ছটিকোৱা কাৰ্য্য উদযাপন কৰি একেলগে আনন্দময় সময় পাৰ কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

স্নানৰ সময়খিনি এক আমোদজনক শিক্ষণ অভিজ্ঞতাৰ সময় হৈ পৰে য’ত শিশুৱে সম্পূৰ্ণতা, শূন্যতাৰ আদিৰ ধাৰণা শিকিব পাৰে আৰু ইন্দ্ৰিয়ৰ আৱেণ বৃদ্ধি কৰিব পাৰে।

শব্দটো বিচৰা

সামগ্ৰীঃ ঘৰুৱা সামগ্ৰী যিয়ে শব্দ কৰে (যেনে প্লেট, কাপ, বাটি ইত্যাদি)

পদক্ষেপসমূহঃ

1. আপোনাৰ শিশুটিৰ সৈতে ঘৰুৱা সামগ্ৰী যিয়ে শব্দ কৰে, যেনে প্লেট ব্যৱহাৰ কৰি খেলক।
2. চাৰিও দিশে এখন প্লেট লাহে লাহে বজাওক, আৰু আপোনাৰ শিশুটিৰ প্ৰতিক্ৰিয়া পৰ্যবেক্ষণ কৰক।
3. শব্দটো অনুসৰণ কৰিবলৈ শিশুটিয়ে মূৰ জোঁকাৰিছে নেকি লক্ষ্য কৰক, তেওঁলোকৰ মনোযোগ আকৰ্ষণ কৰিবলৈ চেষ্টা কৰক।
4. যেতিয়া শব্দটো কৰ পৰা আহিছে শিশুটিয়ে ধৰিব পাৰিছে, লগে লগে শিশুটিলে চাই হাঁহক আৰু প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্যঃ শ্ৰৱণ অনুসৰণৰ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে, পৰ্যবেক্ষণক উৎসাহিত কৰে, আৰু আনন্দদায়ক কথোপকথনৰ জৰিয়তে যোগাযোগ বৃদ্ধি কৰে।



8 মাহ

নতুন শব্দৰ পুনৰাবৃত্তি

সামগ্ৰীঃ একেৱেই নালগে

পদক্ষেপসমূহঃ

1. শিশুটিৰ ফালে মুখ কৰক, চকুলৈ চাওক, আৰু হাঁহক।
2. এটা নতুন শব্দৰ পৰিচয় দিয়ক যিটো শিশুটিয়ে এতিয়াও নাজানে।
3. শিশুৰ বাবে নতুন শব্দটো লাহে লাহে কেইবাবাৰো পুনৰাবৃত্তি কৰক।
4. শিশুটিক শব্দটো অনুকৰণ কৰিবলৈ আৰু পুনৰাবৃত্তি কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক, আৰু যেতিয়াই পাৰিব তেতিয়াই তেওঁক যথেষ্ট প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্যঃ

ভাষাৰ বিকাশত সহায় কৰে, অনুকৰণক উৎসাহিত কৰে, আৰু শিশুৰ বাবে এক আমোদজনক আৰু পাৰস্পৰিক শিক্ষণৰ অভিজ্ঞতা সৃষ্টি কৰে।



খাৰু ঘূৰোৱা খেল

সামগ্ৰীঃ ডাঠ প্লাষ্টিক বা ধাতুৰ চুৰি

পদক্ষেপসমূহঃ

1. শিশুটিৰ লগত বহক আৰু তেওঁলোকৰ সন্মুখত ডাঠ খাৰু ডাল ধৰি ৰাখক।
2. খাৰু ডাল লাহে লাহে ঘূৰাই এক আকৰ্ষণীয় দৃশ্য প্ৰভাৱ সৃষ্টি কৰক।
3. ঘূৰি থকা খাৰু ডালৰ কাষ চাপিবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক।
4. শিশুটিক তেওঁলোকৰ উপনীত হোৱাৰ প্ৰচেষ্টাৰ বাবে উৎসাহেৰে প্ৰশংসা কৰক।
5. ঘূৰাই থকা কাৰ্যক পুনৰাবৃত্তি কৰক, যাৰ ফলত ই এক আনন্দদায়ক আৰু পাৰস্পৰিক অভিজ্ঞতা হয়।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্যঃ হাত-চকুৰ সময়, ভিজুৱেল ট্ৰেকিং আৰু উপনীত হোৱাৰ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে।



সাজ-পোছাকৰ কথোপকথন

সামগ্ৰীঃ শিশুৰ কাপোৰ

পদক্ষেপসমূহঃ

1. আপুনি কাপোৰ পিন্ধোৱাৰ সময়ত শিশুটিৰ সৈতে কথা পাতক, প্ৰতিটো বস্তু উল্লেখ কৰক, যেনে, "চাৰ্ট পিন্ধি লওঁ আহা"।
2. সাজ-পোছাক পৰিধান কৰাৰ সময়ত শৰীৰৰ অংগসমূহৰ নাম উল্লেখ কৰি কওক, "হাত ওপৰলৈ উঠোৱা"।
3. অতিৰিক্ত আমোদ-প্ৰমোদৰ বাবে আঙুলি আৰু ভৰিৰ খেলসমূহ খেলক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্যঃ ভাষাৰ বিকাশত সহায় কৰে, শৰীৰৰ অংগসমূহৰ পৰিচয় দিয়ে, আৰু শিশুৰ বাবে এক উপভোগ্য আৰু পাৰস্পৰিক সাজ-পোছাকৰ কটিন সৃষ্টি কৰে।



পৰি যোৱাটো বৰ আনন্দদায়ক!

সামগ্ৰী: সুৰক্ষিত বস্তু (উদাহৰণস্বৰূপে – কোমল বল)

পদক্ষেপসমূহ:

- ধৰিব আৰু পেলাই দিব পৰাকৈ আপোনাৰ শিশুটিক এটা সুৰক্ষিত বস্তু দিয়ক, যেনে কোমল বল।
- শিশুটিক বস্তুটো পেলাই দিবলৈ দিয়ক আৰু এইদৰে কওক, “ই তলত পৰে আৰু ওপৰলৈ উঠে।”
- শিশুটিক ক্ৰিয়াটো পুনৰাবৃত্তি কৰিবলৈ আৰু বিভিন্ন বস্তুৰ সৈতে খেলিবলৈ উৎসাহিত কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

হাত-চকুৰ সমন্বয় বিকশিত কৰে, কাৰণ আৰু প্ৰভাৱৰ পৰিচয় দিয়ে, আৰু এক মনোৰঞ্জনমূলক আৰু পাৰস্পৰিক খেলৰ সময় সৃষ্টি কৰে।



শব্দ আৰু ধ্বনি

সামগ্ৰী: সুৰক্ষিত বস্তু (যেনে, বেটেল)

পদক্ষেপসমূহ:

- লগত যিকোনো সুৰক্ষিত বস্তু লৈ আপোনাৰ শিশুটিৰ সৈতে বহক, তাৰ পিছত আপোনাৰ শিশুটিক সেইটো জোকাৰিবলৈ, বা ঘূৰাবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- শিশুটিৰ আশ্ৰয়ৰ বিষয়ে লক্ষ্য কৰক আৰু সেই বিষয়ে কথা পাতক, উদাহৰণস্বৰূপে, “তুমি বেটেলটো জোকাৰিলা আৰু ই শব্দ কৰিলে।”
- শিশুৰ খেল বগ্না কৰিবলৈ “চাক চাক চাক চাক”ৰ দৰে শব্দ আৰু ধ্বনি সৃষ্টি কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

সংবেদনশীল আশ্ৰয় বৃদ্ধি কৰে আৰু ভাষাৰ বিকাশ উৎসাহিত কৰে।



বাগৰা আৰু ধৰা

সামগ্ৰী: সৰু খালী প্লাষ্টিক বটল, পানী, চকচকীয়া কাগজ

পদক্ষেপসমূহ:

- এটা সৰু, খালী প্লাষ্টিক বটল পৰিষ্কাৰ কৰক আৰু ইয়াক পানীৰে অৰ্ধা ভৰাই দিয়ক।
- বৈকল্পিকভাৱে, চকচকীয়া কাগজৰ সৰু সৰু টুকুৰা ভৰাই দিয়ক আৰু বটলটো টানকৈ বন্ধ কৰক।
- বাগৰাই বটলটো শিশুটিৰ পৰা আঁতৰাই লৈ যাওক।
- শিশুটিক আগবাঢ়ি যাবলৈ আৰু বটলটো ধৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- শিশুটোৱে সফলতাৰে বটলটো ধৰাৰ লগে লগে তেওঁক প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

চুচৰা আৰু উপনীত হোৱাৰ দক্ষতাক উৎসাহিত কৰে আৰু সখল মাংসপেশীৰ বিকাশ বৃদ্ধি কৰে



খাদ্যকালীন কথোপকথনসমূহ

সামগ্ৰী: শিশুৰ খাদ্য

পদক্ষেপসমূহ:

- খোৱাৰ সময়ত শিশুটিৰ সৈতে কথা পাতক, তেওঁলোকে খোৱা খাদ্যৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক।
- শিশুৰ সংকেতবোৰত হাঁহিব আৰু প্ৰতিক্ৰিয়া দেখুৱাব, বিশেষকৈ যেতিয়া তেওঁলোকে দেখুৱায় যে তেওঁলোকে অধিক বিচাৰে।
- শিশুটিক ভাৱ-বিনিময় কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক আৰু খোৱা-বোৱাৰ সময়খিনিক এক সুখী আৰু ইতিবাচক কথোপকথনৰ সময় হিচাপে গঢ়ি তোলক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: ভাষাৰ বিকাশত সহায় কৰে, খাদ্যৰ সৈতে ইতিবাচক সম্পৰ্ক বৃদ্ধি কৰে, আৰু, যত্ন-লগুতা আৰু শিশুৰ সম্পৰ্ক শক্তিশালী কৰে।



ভিতৰ আৰু বাহিৰ

সামগ্ৰী: খালী প্লাষ্টিকৰ বাকচ বা বটল, সৰু সূৰক্ষিত বস্তু

পদক্ষেপসমূহ:

1. শিশুটিয়ে ধৰিব পৰা এটা খালী প্লাষ্টিকৰ বাকচ বা বটল আৰু সৰু সূৰক্ষিত বস্তু দিয়ক।
2. ভিতৰলৈ বুলি কৈ বটলত কেনেকৈ বস্তু ভৰাব পাৰি শিশুটিক দেখুৱাওক।
3. 'ভিতৰলৈ' শব্দটোৰ ওপৰত গুৰুত্ব দি শিশুটিক এটা বস্তু বটলত ভৰাবলৈ সহায় কৰক।
4. 'বাহিৰলৈ' বুলি কৈ বটলটো জোঁকাৰি সৰু বস্তুবোৰ বাহিৰলৈ আনিবলৈ সহায় কৰক।
5. শিশুটোৱে সফলতাৰে বস্তুবোৰ ভিতৰত ভৰাব পাৰিলে তেওঁক প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: সূক্ষ্ম মটৰ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে আৰু হাত-চকুৰ সমন্বয় বৃদ্ধি কৰে

ৰোমাঞ্চকৰ ভংগিমা গীত

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. আপুনি ভাল পোৱা যিকোনো গীত গাওঁতে শিশুটিৰ ফালে মুখ কৰি লগত আৰু অংগী - ভংগী কৰি দেখুৱাওক।
2. শিশুটিকো আপোনাৰ লগত অংগী - ভংগীসমূহ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
3. হাত খোলা আৰু বন্ধ কৰা, হাততালি দিয়া, আৰু কোলাত হাত থপথপাব দৰে কাৰ্য্য কৰক।
4. ভংগিমা গীতৰ জৰিয়তে এক জীৱন্ত আৰু পাৰম্পৰিক খেলৰ সময় উপভোগ কৰক, আৰু যেতিয়াই পাৰে পুনৰাবৃত্তি কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য:

সমন্বয় বৃদ্ধি কৰে, অনুকৰণ দক্ষতা উন্নত কৰে, আৰু সংবেদনশীল বাস্তৱতা বৃদ্ধি কৰে



10 মাহ



গাঁঠিটো খোলা

সামগ্ৰী: কোমল কমাল

পদক্ষেপসমূহ:

1. কোমল কমালত এটা আলসুৱা গাঁঠি বান্ধি দিয়ক।
2. হাঁহি মাৰি গাঁঠি বান্ধি থোৱা কমালখন শিশুটিক দিয়ক।
3. শিশুটিক অৱেষণ কৰিবলৈ আৰু গাঁঠিটো খুলিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
4. শিশুটিক তেওঁলোকৰ মনোযোগ আৰু প্ৰচেষ্টাৰ বাবে প্ৰশংসা কৰক।
5. যেতিয়া গাঁঠিটো সফলতাৰে খুলিবলৈ সক্ষম হয় তেতিয়া একেলগে উদযাপন কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য:

সূক্ষ্ম সঞ্চালন দক্ষতা, সমস্যা সমাধান, আৰু মনোযোগ বিকাশ কৰে, আত্মবিশ্বাস আৰু উজনিয় বিকাশ বৃদ্ধি কৰে।



পৰিয়ালৰ সদস্যসকলৰ নাম দিয়া

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. "মা", "দেউতা", "ভগ্নী" ৰ দৰে নাম কৈ শিশুটিৰ সন্মুখত থকা পৰিয়ালৰ সদস্যসকলৰ ফালে আঙুলিয়াই দিয়ক। আপোনাৰ স্থানীয় ভাষাত।
2. আপোনাৰ শিশুটিৰ সৈতে কথা পতাৰ সময়ত নাম ব্যৱহাৰ কৰক, যেনে "বলটো ছাৰাক দিয়া"
3. সৰল পৰিয়ালৰ নাম কৈ শিশুটিক ভাও দিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
4. শিকণটো আকৰ্ষণীয় কৰি তুলিবলৈ নামবোৰ হাঁহিৰে পুনৰাবৃত্তি কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য:

এই কাৰ্যকলাপে পৰিয়ালৰ নাম পৰিচয় কৰাই প্ৰাৰম্ভিক ভাষাৰ বিকাশ কৰে, সামাজিক সজাগতা বৃদ্ধি কৰে আৰু শিশু আৰু পৰিয়ালৰ মাজৰ সম্পৰ্ক শক্তিশালী কৰে।



গা ধোৱাৰ সময়ত পানী ঢলা

সামগ্ৰী: এটা সৰু মগ বা পাত্ৰ আৰু পানী

পদক্ষেপসমূহ:

- গা ধোৱাৰ সময়ত শিশুটিক এটা সৰু মগ বা পাত্ৰ দিয়ক।
- মগটোত পানী কেনেকৈ ভৰাব লাগে আৰু কেনেকৈ ঢালি দিব লাগে শিশুটিক দেখুৱাওক।
- শিশুটিক পানী ভৰাবলৈ আৰু ঢালিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- আপোনালোক দুয়োজনে হাঁহি আৰু আনন্দৰে খেলৰ সময় উপভোগ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: এই গা ধোৱাৰ সময়ৰ দুঃসাহসিক কাৰ্য্যই নিয়মীয়া কাৰ্যকলাপত আনন্দৰ এক উপাদান যোগ কৰে, গা ধোৱাৰ সময়ৰ সৈতে এক ইতিবাচক সম্পৰ্ক গঢ়ি তোলে আৰু সংবেদনশীল আৰু মটৰ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে।



কাহিনীৰ সময়

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে (ডায়েপাৰ সলনি কৰা সময়)

পদক্ষেপসমূহ:

- আপোনাৰ শিশুটিৰ সৈতে বহি থকাৰ সময়ত, যেনে ডায়েপাৰ সলনি কৰাৰ সময়ত, তেওঁলোকৰ হাতবোৰ মূৰৰ ওপৰলৈ নিয়ক।
- পৃথিৱীৰ আটাইতকৈ ওখ সৰু ল 'ৰা- ছোৱালীৰ বিষয়ে এটা ধেমেলীয়া কাহিনী কওক।
- শিশুটি কিমান ওখ তাৰ ওপৰত গুৰুত্ব দি এটা কৌতুকপূৰ্ণ আৰু আকৰ্ষণীয় স্বৰ ব্যৱহাৰ কৰক।
- যেতিয়াই সময় পাব, কাহিনীৰ অভিজ্ঞতা উপভোগ কৰক আৰু পুনৰাবৃত্তি কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: ভাষাৰ সংস্পৰ্শ আৰু বোধগম্যতা বৃদ্ধি কৰে



11 মাহ

পতা আৰু ভঙা

সামগ্ৰী: 3 টা একে আকাৰৰ বস্তু

পদক্ষেপসমূহ:

- আপুনি প্ৰতিটো বস্তু ৰখাৰ সময়ত 'ওপৰত' বুলি কৈ আপোনাৰ শিশুক বস্তুবোৰ কেনেদৰে এটাৰ ওপৰত আনটো ৰাখিব লাগে দেখুৱাওক।
- এটাৰ ওপৰত আনটো বস্তু ৰাখিবলৈ শিশুটিক সহায় কৰক।
- যেতিয়া আপোনাৰ শিশুটিয়ে শেষৰ বস্তুটো একেবাৰে ওপৰত ৰাখিব পাৰিলে তেওঁক মৰমৰে আলিঙ্গন কৰক।
- আপোনাৰ শিশুক স্তম্ভটো ভাঙিবলৈ উৎসাহিত কৰক আৰু উপভোগ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: এই কাৰ্যকলাপে আপোনাৰ শিশুৰ সম্ভালন দক্ষতা, হাত-চকুৰ সমন্বয় আৰু ভাৰসাম্যৰ বুজাপৰা বৃদ্ধি কৰে। আলিঙ্গন কৰি তেওঁলোকৰ সফলতা উদযাপন কৰিলে শিকাৰ প্ৰক্ৰিয়া আনন্দদায়ক হয় আৰু আত্মবিশ্বাস বৃদ্ধি হয়।



এই মোৰ মুখখন

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিৰ লগত বহি তেওঁলোকৰ মুখৰ অংগসমূহলৈ আঙুলিয়াই আৰু সেইবোৰৰ নাম কৈ, মুখৰ অংগবোৰ শিকাত সহায় কৰক, যেনে চকুৰ ফালে আঙুলিয়াই 'চকু' বুলি কওক।
- শিশুটিৰ চকুৰ ফালে আঙুলিয়াই 'চকু' বুলি কওক। নাম দিয়াৰ সময়ত স্পৰ্শ কৰক।
- নাক আৰু মুখৰ দৰে আন অংগৰ সৈতে একেধৰণে চেষ্টা কৰক।
- শিশুটিক স্পৰ্শ কৰা আৰু অংশগ্ৰহণ কৰাৰ বাবে প্ৰশংসা কৰক, মুখৰ সকলো অংগৰ বাবে একেধৰণে পুনৰাবৃত্তি কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: শৰীৰৰ অংগসমূহৰ পৰিচয় দিয়ে, সংবেদনশীল অন্বেষণক উৎসাহিত কৰে, আৰু স্পৰ্শ আৰু চিনাক্তকৰণৰ জৰিয়তে অংশগ্ৰহণক উৎসাহিত কৰে।



লুকুৱাই ৰাখা আৰু বিচাৰি উলিওৱা

সামগ্ৰী: শিশুৰ পুতলা আৰু সুৰক্ষিত বস্তু (যেনে প্লাষ্টিকৰ পাত্ৰ বা প্লাষ্টিকৰ কাপ)

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিক পুতলা আৰু প্লাষ্টিকৰ পাত্ৰ বা কাপৰ সৈতে খেলিবলৈ দিয়ক।
- শিশুটিয়ে চাই থকাৰ সময়তে পুতলাটো পাত্ৰৰ তলত লুকুৱাই দিয়ক।
- প্ৰশ্ন কৰক, 'ক'ত আছে?' আৰু পাত্ৰটো ডাঙি পুতলাটো বিচাৰি উলিয়াবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক। যেতিয়া তেওঁলোকে বিচাৰি পায় তেতিয়া তেওঁলোকক প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

"বস্তুৰ স্থায়ীত্ব বৃদ্ধি কৰে, স্থানিক সজাগতা বৃদ্ধি কৰে আৰু সূক্ষ্ম মটৰ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে।"



মই পঢ়িব পাৰোঁ

সামগ্ৰী: ৰঙীন ছবিৰ কাৰ্ড বা এখন ছবিৰ কিতাপ।

পদক্ষেপসমূহ:

- ৰঙীন ছবিৰ কাৰ্ড বা এখন ছবিৰ কিতাপ বাছনি কৰক।
- শিশুটিৰ লগত বহক আৰু তেওঁলোকক প্ৰতিখন ছবি এখন এখনকৈ দেখুৱাওক।
- প্ৰতিখন ছবি বৰ্ণনা কৰিবলৈ সৰল শব্দ ব্যৱহাৰ কৰক।
- শিশুটিক ছবিবোৰত মনোনিৱেশ কৰিবলৈ আৰু আপোনাৰ কথা শুনিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- এই দৃশ্য অৱশ্যেৰ সময়ত হাঁহি আৰু আনন্দ উপভোগকৰক।



কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

শিশুসকলক বিভিন্ন ছবিৰ সৈতে পৰিচয় কৰাই আৰু শব্দসমূহক চাক্ষুণ্য উদ্দীপকৰ সৈতে সংযুক্ত কৰি, আনন্দদায়ক ধৰণে ভাষা আধিগ্রহণৰ প্ৰচাৰ কৰি শিশুৰ সংজ্ঞানাত্মক দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে।

আত্ম-খাদ্য অভিয়ান

সামগ্ৰী: শিশু-বান্ধৱ খাদ্য সামগ্ৰী

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশু-উপযোগী, সহজে হাতেৰে ধৰিব পৰা খাদ্য সামগ্ৰী প্ৰস্তুত কৰক।
- খাদ্যখিনি শিশুটিয়ে ঢুকি পোৱাকৈ ৰাখক।
- শিশুটিক নিজ হাতেৰে খাদ্য ল'বলৈ আৰু অৱশেষ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- হাঁহি আৰু ইতিবাচক শব্দৰে নিজে খোৱাৰ এই কাৰ্য্যৰ প্ৰতিটো প্ৰচেষ্টা উদযাপন কৰক।
- প্ৰয়োজন হ'লে সহজ নিৰ্দেশনা প্ৰদান কৰক, তেওঁলোকক সংবেদনশীল আভিজ্ঞতা উপভোগ কৰিবলৈ দিয়ক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: খাদ্যৰ সৈতে স্বাধীনতা আৰু এক ইতিবাচক সম্পৰ্কক উৎসাহিত কৰে, শিশুৱে স্ব-আহাৰৰ অৱশেষ কৰাৰ সময়ত এক সাফল্যৰ ভাৱ জাগ্ৰত কৰে।



12 মাহ

ঘৰুৱা অৱশেষ

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিৰ সৈতে ঘৰৰ চাৰিওফালে অলপ খোজ কাঢ়ক।
- বিভিন্ন বস্তু আৰু মানুহক আঙুলিয়াই দিয়ক, তেওঁলোকৰ বিষয়ে কথা পাতক।
- পৰ্যবেক্ষণবোৰ আলোচনা কৰক যেনে, "গছ জোপালৈ চোৱা। ধুনীয়া চৰাইটো দেখিছানে?"
- শিশুৰ আগ্ৰহ আকৰ্ষণ কৰা বস্তুবোৰ চিনাক্ত কৰক আৰু সেইবোৰৰ বিষয়ে কথা পাতক, তেওঁলোকক জড়িত হ'বলৈ উৎসাহিত কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

ভাষাৰ বিকাশ কৰে, নতুন শব্দভাণ্ডাৰ প্ৰৱৰ্তন কৰে, আৰু ঘৰৰ ভিতৰত এক উদ্দীপক আৰু পাৰস্পৰিক অৱশেষ সৃষ্টি কৰে।



শিশুৰ ল'ৰা-ছোৱালী

সামগ্ৰী: কোমল পুতলা

পদক্ষেপসমূহ:

1. প্ৰদৰ্শন কৰিবলৈ পুতলাটো আলিঙ্গন কৰক।
2. পুতলাটো শিশুটিক দিয়ক আৰু তাক আলিঙ্গন কৰাত শিশুটিক সহায় কৰক।
3. শিশুটিক প্ৰশংসা কৰক, উদাহৰণস্বৰূপে, "ভাল হৈছে, তুমি শিশুটিক মৰম কৰিছা।"

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

জ্ঞানীয় বিকাশ বৃদ্ধি কৰে আৰু প্ৰতিপালন আচৰণ আৰু সংবেদনশীল সম্পৰ্কক উৎসাহিত কৰে।



13 মাহ

আহক চামুচেৰে খাওঁ

সামগ্ৰী: শিশু-উপযোগী চামুচ, কোমল খাদ্য (যেনে, আলুৰ পিটিকা, দৈ)

পদক্ষেপসমূহ:

1. শিশু-উপযোগী এখন চামুচ আৰু কোমল খাদ্যৰ অলপ অংশ দিয়ক।
2. চামুচ কেনেকৈ ধৰিব আৰু ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে দেখুৱাওক।
3. চামুচখন ধৰি মুখলৈ নিবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক।
4. প্ৰতিবাৰে কৰা প্ৰচেষ্টাক হাঁহি আৰু ইতিবাচক শক্তিশালীকৰণৰ সৈতে উদযাপন কৰক।
5. এক আনন্দদায়ক খোৱাৰ অভিজ্ঞতাৰ বাবে প্ৰয়োজন অনুসৰি সহজ নিৰ্দেশনা প্ৰদান কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

সূক্ষ্ম সঞ্চালন দক্ষতা, হাত-চকুৰ সমন্বয় বিকশিত কৰে, আৰু ভোজনৰ সময়ৰ সৈতে এক ইতিবাচক সম্পৰ্ক গঢ়ি তোলে।



কাৰ্য্যসমূহ নকল কৰা

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. ক্ৰিয়া শব্দবোৰ ব্যৱহাৰ কৰক আৰু সংশ্লিষ্ট কাৰ্য্যবোৰ প্ৰদৰ্শন কৰক, যেনে হয় বা নহয় বুলি ক'বলৈ মূৰ ঘূৰাই।
2. 'নহয়' কোৱাৰ সময়ত আপোনাৰ মূৰ জোকাৰক আৰু শিশুটোৱে অনুকৰণ কৰে নে নাই চাওক শিশুৱে এনে কৰিলে তেওঁক প্ৰশংসা কৰক।
3. শিশুটিক ওপৰলৈ তুলি অনাৰ সময়ত 'ওপৰলৈ' আৰু শিশুটিক তললৈ নমাই দিয়াৰ সময়ত 'তললৈ' বুলি কওক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

ভাষাৰ বিকাশ আৰু কাৰ্য্যৰ সৈতে শব্দৰ সম্পৰ্কৰ ধাৰণা বৃদ্ধি কৰে।



পাৰিবাৰিক স্থানৰ আৱিষ্কাৰ

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. ঘৰৰ বিভিন্ন কোণত শিশুটিৰ সৈতে বহিব।
2. কোণলৈ আঙুলিয়াই দিয়ক আৰু পৰিয়ালটোৱে প্ৰতিটো কোণ কেনেদৰে ব্যৱহাৰ কৰে সেই বিষয়ে আলোচনা কৰক।
3. শিশুটিক আপোনাৰ সহায়ত প্ৰতিটো কোণলৈ বগাই যাবলৈ বা খোজ কাঢ়িবলৈ উৎসাহিত কৰক।
4. আপুনি একেলগে অৱেষণ আৰু খোজ কঢ়াৰ সময়ত উত্তেজনা আৰু ইতিবাচক শব্দ ভাগ-বতৰা কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

স্থানিক সজাগতা বৃদ্ধি কৰে, গতিকে উৎসাহিত কৰে, ভাষাৰ বিকাশ বৃদ্ধি কৰে, আৰু পাৰিবাৰিক সংযোগ বৃদ্ধি কৰে।



লুকা- ভাকু

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- ঘৰৰ চাৰিওফালে লুকাব পৰা বিভিন্ন ঠাই বিচাৰি উলিয়াওক।
- খেলি খেলি লুকাবক আৰু কওক "মই ক'ত আছো?"
- লুকাই থকা ঠাইবোৰৰ ফালে বগাই যাবলৈ বা খোজ কাটিবলৈ শিশুটিকে উৎসাহিত কৰক।
- শিশুটিয়ে আপোনাক বিচাৰি পোৱাৰ সময়ত ইতিবাচক শব্দ ব্যৱহাৰ কৰি আনন্দৰে উদযাপন কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

সংখ্যা-মাংসপেশীৰ বিকাশ কৰে, স্থানিক সজাগতা বৃদ্ধি কৰে, কৌতূহল আৰু বাঞ্ছন উদ্দীপিত কৰে।



14 মাহ

সৰু ড্ৰামাৰ

সামগ্ৰী: প্লাষ্টিক বা ধাতুৰ পাত্ৰ, পাত্ৰটো বজাব পৰাকৈ বস্তু (কাঠৰ চামুচ)

পদক্ষেপসমূহ:

- এটা প্লাষ্টিক বা ধাতুৰ পাত্ৰ আৰু পাত্ৰটো বজাব পৰাকৈ এটা বস্তু লওক।
- শিশুটিক বস্তুকেইবিধৰ সৈতে খেলিবলৈ আৰু অন্বেষণ কৰিবলৈ দিয়ক।
- 'বেং' বুলি কৈ শিশুটিক পাত্ৰটো বজোৱাত সহায় কৰক।
- শিশুটিয়ে তেল বজোৱা উপভোগ কৰাৰ সময়ত একেলগে এটা গান গাব।
- শিশুটিক প্ৰশংসা কৰক, উদাহৰণস্বৰূপে, "তুমি এজন ভাল ড্ৰামাৰ!"



কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: সংবেদনশীল অন্বেষণৰ প্ৰচাৰ কৰে, হাত-চকুৰ সমন্বয় বৃদ্ধি কৰে, আৰু ছন্দময় নাটকৰ পৰিচয় দিয়ে, এক আনন্দদায়ক আৰু সাংগীতিক খেলৰ সময় সৃষ্টি কৰে।

নিৰ্দেশনা অনুসৰণ কৰা

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- 'হাত তালি বজোৱা' বা 'বাই-বাই দিয়া' আদিৰ দৰে সৰল নিৰ্দেশনা ব্যৱহাৰ কৰক।
- প্ৰতিটো কাৰ্য্য প্ৰদৰ্শন কৰক আৰু শিশুটিক অনুকৰণ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- প্ৰয়োজন অনুসৰি সৰল নিৰ্দেশনা প্ৰদান কৰি আদেশবোৰ পুনৰাবৃত্তি কৰক।
- প্ৰতিটো প্ৰচেষ্টা হাঁহি আৰু ইতিবাচক শব্দৰে উদযাপন কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য:

ভাষাৰ বোধগম্যতা, অনুকৰণ দক্ষতা বিকাশ কৰে আৰু যোগাযোগ শক্তিশালী কৰে।



পাকঘৰৰ ৰজা/ৰানী

সামগ্ৰী: ৰন্ধাৰ বাবে ব্যৱহৃত সামগ্ৰী, যেনে কল বা মাহজাতীয় শস্য

পদক্ষেপসমূহ:

- আপুনি ৰন্ধা-বঢ়া কৰাৰ সময়ত আপোনাৰ সন্তানক পাকঘৰত জড়িত কৰক।
- আপুনি কি ৰন্ধা-বঢ়া কৰি আছে সেই বিষয়ে আলোচনা কৰক, গোন্ধ, শব্দ, গঠন আৰু সোৱাদ ব্যাখ্যা কৰক।
- পিছত, শিশুটিক এক টুকুৰা কল বা কিছুমান মাহজাতীয় শস্য অন্বেষণ কৰিবলৈ দিয়ক।
- তেওঁলোকক স্পৰ্শ কৰিবলৈ, গোন্ধ ল'বলৈ আৰু উপযুক্ত হ'লে উপাদানসমূহৰ সোৱাদ ল'বলৈ উৎসাহিত কৰক।
- আপোনাৰ সন্তানৰ সৈতে বিভিন্ন সংবেদন আৰু বৈশিষ্ট্যৰ বিষয়ে কথা পাতক।
- নতুন বস্তুবোৰ অন্বেষণ কৰাৰ বাবে তেওঁলোকৰ স্বাভাৱিক কৌতূহল আৰু উত্তেজনাৰ আলিঙ্গন কৰক।



কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: সংবেদনশীল অভিজ্ঞতা বৃদ্ধি কৰে আৰু বিভিন্ন গঠন, গোন্ধ আৰু সোৱাদৰ বুজাপৰা বৃদ্ধি কৰে।

সংগীতৰ আৰম্ভণি আৰু বন্ধ

সামগ্ৰী: মিউজিক প্লেয়াৰ বা যন্ত্ৰ

পদক্ষেপসমূহ:

1. শিশুটিৰ সৈতে গান বজাবলৈ আৰু নৃত্য কৰক।
2. বাজি থকা গানটো হঠাতে বন্ধ কৰক আৰু সেই ঠাইতে নিহিলাকে বৈ দিয়ক।
3. গান বন্ধ হোৱা লগে লগেই শিশুটিকো বৈ দিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
4. যেতিয়া শিশুটি বৈ দিব তেওঁক হাঁহি আৰু ইতিবাচক শব্দৰে প্ৰশংসা কৰক আৰু উদযাপন কৰক।
5. পুনৰ গান বজোৱাৰ লগে লগেই নৃত্য আৰম্ভ কৰক আৰু ইয়াৰ ফলত এক ছন্দময় খেলৰ সময় সৃষ্টি হয়।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: ই শিশুটিক শব্দ, সঞ্চালন আৰু

প্ৰতিক্ৰিয়াশীল খেলৰ সৈতে জড়িত কৰাৰ এক মনোৰঞ্জনমূলক উপায় প্ৰদান কৰে, যাৰ ফলত শাৰীৰিক আৰু সংজ্ঞাতাত্বিক বিকাশ দুয়োটাই বৃদ্ধি পায়।



15 মাহ

লদাৰ সৈতে খেলা

সামগ্ৰী: বিভিন্ন ৰঙৰ কোমল লদা

পদক্ষেপসমূহ:

1. শিশুটিক বেলেগ বেলেগ ৰঙৰ লদা দিয়ক।
2. বৃত্ত, বৰ্গ আৰু ত্ৰিভুজৰ দৰে সৰল আকৃতি কেনেকৈ তৈয়াৰ কৰিব লাগে দেখুৱাওক।
3. আকৃতি তৈয়াৰ কৰিবলৈ শিশুটিক লদাবোৰ স্পৰ্শ কৰিবলৈ আৰু আৱেগ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
4. তেওঁলোকৰ প্ৰচেষ্টাক হাঁহি আৰু ইতিবাচক শব্দৰে উদযাপন কৰক।
5. সৃষ্টিশীল অভিজ্ঞতাৰ বাবে একেলগে বিভিন্ন আকৃতি তৈয়াৰ কৰাৰ আৱেগ কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: সূক্ষ্ম মটৰ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে, সংবেদনশীল আৱেগক উৎসাহিত কৰে, আৰু মৌলিক আকৃতিৰ পৰিচয় দিয়ে।



জন্তুৰ দৰে শব্দ কৰোঁ আহা

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. চৰাইৰ বাবে "টুইট, টুইট" বা গৰুৰ বাবে "হেহে" ৰ দৰে জন্তুৰ শব্দ চিনাকি কৰোৱাক।
2. উৎসাহেৰে শব্দবোৰ অনুকৰণ কৰক আৰু শিশুটিক তাত যোগদান কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
3. প্ৰতিটো প্ৰাণীৰ বাবে প্ৰাসংগিক অঙ্গভঙ্গি বা গতিবিধি কৰক।
4. শিশুটিয়ে অনুকৰণ কৰাৰ প্ৰচেষ্টাক হাঁহি আৰু ইতিবাচক শব্দৰে উদযাপন কৰক।
5. একেলগে বিভিন্ন প্ৰাণীৰ শব্দ আৱেগ কৰক, এক কৌতুকপূৰ্ণ অনুকৰণ আধিবেশন সৃষ্টি কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: শিশুৰ শ্ৰৱণ ইন্দ্ৰিয়বোৰ উদ্দীপিত কৰে, প্ৰাৰম্ভিক ভাষা দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে, আৰু অঙ্গভঙ্গি আৰু গতিবিধি অন্তৰ্ভুক্ত কৰি খেলৰ সময়ত এক আমোদজনক উপাদান যোগ কৰে।



মই তোমাক খুওৱাম, তুমি মোক খুওৱা!

সামগ্ৰী: শিশুৰ বাবে উপযোগী খাদ্য, সৰু চামুচ

পদক্ষেপসমূহ:

1. শিশু-উপযোগী খাদ্য লৈ শিশুটিৰ সন্মুখত বহি লওক।
2. পাল পাতি ইজনে সিজনক এখন সৰু চামুচেৰে খুৱাই দিয়ক।
3. খোৱা-বোৱাৰ সময়ত ইতিবাচক শব্দ ব্যৱহাৰ কৰক আৰু হাঁহক।
4. শিশুটিক চামুচখন ধৰি ৰাখিবলৈ আৰু আপোনাক খুৱাবলৈ উৎসাহিত কৰক।
5. খোৱা-বোৱাৰ অভিজ্ঞতা ভাগ বতৰা কৰি হাঁহি আৰু আনন্দৰে উদযাপন কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: ভাগ-বতৰা কৰা অভিজ্ঞতাৰ জৰিয়তে বন্ধনৰ প্ৰচাৰ কৰে, সূক্ষ্ম মটৰ দক্ষতাৰ বিকাশক উৎসাহিত কৰে, আৰু কৌতুকপূৰ্ণ আৰু উপভোগ্য ধৰণে দিয়া-লোৱাৰ ধাৰণাটো প্ৰৱৰ্তন কৰে।



আইনাত সেইজন কোন?

সামগ্ৰী: ঘৰৰ যিকোনো আইনা

পদক্ষেপসমূহ:

1. ঘৰত এখন আইনা বিচাৰি উলিয়াওক আৰু শিশুটিক সেইখনৰ সন্মুখলৈ আনক।
2. আইনাত চাই থকাৰ সময়ত শিশুটিক ধৰি সুধিব, “শিশুটি ক’ত আছে?”।
3. শিশুটিক নিজৰ প্ৰতিবিম্ব স্পৰ্শ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰি কওক, “আহ! সেইটো! কিমানষে বুদ্ধিমান।”
4. আইনাৰ সন্মুখত মুখৰ ভংগীমা আৰু গতিবিধি একেলগে অৱেষণ কৰি আনন্দ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: শিশুটিক তেওঁলোকৰ নিজৰ প্ৰতিবিম্ব

আৱিষ্কাৰ কৰিবলৈ অনুমতি দিয়ে, আত্মবোধ বৃদ্ধি কৰে আৰু যত্ন-লগুৱাবৰ সৈতে সম্পৰ্কৰ আনন্দদায়ক মুহূৰ্ত সৃষ্টি কৰে।



16 মাহ

গাৰুৰ পৰ্বতত আৰোহণ

সামগ্ৰী: গাৰু

পদক্ষেপসমূহ:

1. গাৰুৰ এটা কোমল আৰু সুৰক্ষিত দ/ম/স্তম্ভ তৈয়াৰ কৰক।
2. প্ৰয়োজন হ’লে আপোনাৰ সহায় লৈ শিশুটিক ওপৰলৈ উঠিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
3. প্ৰতিটো খোজ ওপৰলৈ দিওঁতে শিশুটিক প্ৰশংসা কৰক।
4. এবাৰ ওপৰলৈ উঠাৰ পাছত, তললৈ নামিবলৈ উৎসাহিত কৰক, প্ৰয়োজন হ’লে সহায় কৰক।
5. এই ওপৰলৈ উঠা আৰু তললৈ নামাৰ দুঃসাহসিক অভিযানৰ সময়ত আনন্দ উপভোগ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: সখল মাংসপেশীৰ বিকাশ, স্থানিক সজাগতা বৃদ্ধি কৰে আৰু আত্মবিশ্বাস বৃদ্ধি কৰে।



নিৰ্দেশনা পালন কৰা

সামগ্ৰী: বল বা ফণীৰ দৰে পৰিচিত বস্তু

পদক্ষেপসমূহ:

1. শিশুটিক তেওঁলোকৰ নাম ব্যৱহাৰ কৰি আৰু পৰিচিত বস্তু বাছনি কৰি জড়িত কৰক।
2. “জিনাত, বলটো তুলি লোৱা” বা “জিনাত, মোক ফণীখন আনি দিয়া”ৰ দৰে সৰল নিৰ্দেশনা দিয়ক।
3. নিৰ্দেশনা অনুসৰণ কৰিবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক, প্ৰয়োজন হ’লে সহায় কৰক।
4. তেওঁলোকৰ প্ৰচেষ্টাৰ বাবে হাঁহি আৰু প্ৰশংসাৰ দৰে ইতিবাচক শক্তিশালীকৰণ ব্যৱহাৰ কৰক।
5. ইয়াক এক উপভোগ্য শিক্ষণ অভিজ্ঞতা হিচাপে গঢ়ি তুলিবলৈ বিভিন্ন বস্তু আৰু নিৰ্দেশনাৰ সৈতে পুনৰাবৃত্তি কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: শিশুৰ নাম আৰু পৰিচিত বস্তুৰ মাজত এক সংযোগ গঢ়ি তোলে, সৰল নিৰ্দেশনা অনুসৰণ কৰাৰ ক্ষমতা গঢ়ি তোলে, ভাষা আৰু সংজ্ঞানাত্মক বিকাশৰ বাবে ভেটি স্থাপন কৰে।



পৰিষ্কাৰ কৰক!

সামগ্ৰী: বালি, পুতলা

পদক্ষেপসমূহ:

1. তলা সংগ্ৰহ কৰাৰ বাবে এটা ডাঙৰ বালি শিশুটিক পৰিচয় কৰোৱাই দিয়ক।
2. পুতলাবোৰ তুলি বালিত ভৰাবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক।
3. পৰিষ্কাৰ কৰাৰ সময়ত ইতিবাচক শব্দ ব্যৱহাৰ কৰক আৰু প্ৰশংসা কৰক।
4. প্ৰতিটো পুতলাৰ গণনা কৰি বা নামকৰণ কৰি ইয়াক এটা খেল হিচাপে গঢ়ি তোলক।
5. এই সাফল্যক হাঁহি আৰু উৎসাহৰে উদযাপন কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: এই সৰল পৰিষ্কাৰ পৰিচ্ছন্নতা কাৰ্যকলাপে শিশুক খেলৰ পিছত পৰিষ্কাৰ কৰা, ভাল অভ্যাস গঢ়ি তোলা আৰু সংকলন দক্ষতাৰ বিকাশত সহায় কৰে।



তেওঁলোক একে হ'ব নে?

সামগ্ৰী: ২টা বিভিন্ন সামগ্ৰীৰ ছেট (যেনে ২ খন চামুচ আৰু ২টা কাপ)

পদক্ষেপসমূহ:

১. নাম কৈ ২ খন চামুচ আৰু ২টা কাপ শিশুটিক দেখুৱাওক।
২. আঙুলিয়াই দিয়ক আৰু কওক যে ২ খন চামুচ 'একেই' আৰু ২টা কাপ 'একেই'।
৩. শিশুটিক গোটেই চাৰিটা বস্তু দি দিয়ক আৰু তেওঁলোকক 'একেধৰণৰ' বস্তুকেইটা একেলগে ৰাখিবলৈ কওক।
৪. প্ৰয়োজন হ'লে সহায় কৰক আৰু শিশুটিয়ে বস্তুবোৰ সঠিকভাৱে ছেট কৰাৰ সময়ত তেওঁক প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: জ্ঞানীয় দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে আৰু হাতে হাতে ছাটুং কৰি সমস্যা সমাধান কৰাত সহায় কৰে।



17 মাহ

দৈনন্দিন বস্তুৰ সৈতে অভিনয় খেলা

সামগ্ৰী: ঘৰৰ চাৰিওফালৰ দৈনন্দিন বস্তুবোৰ

পদক্ষেপসমূহ:

১. ঘৰৰ পৰা সুৰক্ষিত আৰু উপযুক্ত দৈনন্দিন বস্তুবোৰ সংগ্ৰহ কৰক।
২. অভিনয় খেলৰ জৰিয়তে প্ৰতিটো বস্তু কেনেকৈ ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে প্ৰদৰ্শন কৰক।
৩. শিশুক অনুকৰণ কৰিবলৈ আৰু তেওঁলোকৰ নিজৰ অভিনয় খেলাত জড়িত হ'বলৈ উৎসাহিত কৰক।
৪. তেওঁলোকৰ কল্পনাশীল খেল বৰ্ণনা কৰিবলৈ ইতিবাচক শব্দ ব্যৱহাৰ কৰক।
৫. নাটকখনত যোগদান কৰক, ইয়াক এক সহযোগিতামূলক আৰু উপভোগ্য অভিজ্ঞতা হিচাপে গঢ়ি তোলক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: শিশুৰ কল্পনা, জ্ঞানৰ বিকাশ আৰু ভাষাৰ বিকাশৰ অধ্বেষণৰ জৰিয়তে সৃষ্টিশীলতা বৃদ্ধি কৰে।



ইয়াক ওপৰলৈ টানা

সামগ্ৰী: যিকোনো বস্তু বা পুতলা আৰু এডাল চুটি সুৰক্ষিত ৰছী

পদক্ষেপসমূহ:

১. এটা বস্তু বা পুতলা এডাল সৰু ৰছীৰ শেষত বান্ধি দিয়ক।
২. খোজ কটাৰ সময়ত ৰছীডাল ধৰি পুতলাটো টানক আৰু কওক, 'এই খন মোৰ গাড়ী। মই টানিব পাৰোঁ। গাড়ী চলাই যাওঁ। ক্ৰম, ক্ৰম!'
৩. শিশুটিক ৰছীডাল দিয়ক আৰু খোজ কটাৰ সময়ত পুতলাটো টানিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
৪. শিশুৱে খোজ কটাৰ সময়ত আৰু পুতলাটো টনাৰ সময়ত প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: সঞ্চল মাংসপেশীৰ বিকাশ কৰে, কল্পনাশীল খেল প্ৰচাৰ কৰে, আৰু শাৰীৰিক গতিশীলতাক উৎসাহিত কৰে।



শোৱাৰ সময়ৰ কাহিনী

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

১. শোৱাৰ সময়ৰ বাবে এটা চুটি, শাস্তিদায়ক কাহিনীৰ কথা চিন্তা কৰক।
২. এডোখৰ আৰম্ভণি আৰু শান্ত ঠাইত শিশুটিক লগত লৈ বহক।
৩. মৃদু আৰু অভিব্যক্তিপূৰ্ণ কাহিনীৰ স্বৰ ব্যৱহাৰ কৰক।
৪. ছবিৰ কিতাপ ব্যৱহাৰ কৰিলে ছবিবোৰলৈ আঙুলিয়াই দিয়ক।
৫. শুৱাৰ সময়ৰ সংকেত দিবলৈ এটা শান্ত বাক্যাংশ বা কণ্ঠনৰ সৈতে সামৰণি মাৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: ভাষাৰ বিকাশ, আৱেগিক সম্পৰ্ক বৃদ্ধি কৰে আৰু শোৱাৰ সময়ৰ ৰুটিন প্ৰতিষ্ঠা কৰে।



ছাঁৰ খেল

সামগ্ৰী: পোহৰৰ উৎস (লেম্প বা টৰ্চলাইট), সমতল পৃষ্ঠ

পদক্ষেপসমূহ:

1. কম পোহৰ হৈ থকা কোঠাত পোহৰৰ উৎস এটা স্থাপন কৰক।
2. আপোনাৰ হাতেৰে ছাঁ সৃষ্টি কৰক বা সৰল বস্তু ব্যৱহাৰ কৰক।
3. ছাঁবোৰ চাবলৈ আৰু অন্বেষণ কৰিবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক।
4. ছাঁৰ আকৃতিবোৰৰ নাম উল্লেখ কৰক আৰু আলোচনা কৰক।
5. ছাঁবোৰ ধৰিবলৈ দৌৰ দিয়ক বা ছাঁৰ আকৃতিবোৰৰ নাম উল্লেখ কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: শিশুৱে ছাঁৰ যাদুকৰী জগতখন অন্বেষণ কৰাৰ সময়ত ভিজুৱেল ট্ৰেকিং বৃদ্ধি কৰে, কল্পনাক উদ্দীপিত কৰে আৰু পাৰস্পৰিক সম্পৰ্কক উৎসাহিত কৰে।



শৰীৰৰ অংগসমূহ আৱিষ্কাৰ কৰা

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. শিশুটিৰ সৈতে আৰম্ভদায়ক আৰু আমোদজনক অৱস্থাত বহিব।
2. শিশুটিক সুধিব, "তোমাৰ হাত ক'ত আছে? তোমাৰ নাক ক'ত আছে?"
3. শিশুটিক উল্লিখিত শৰীৰৰ অংগবোৰলৈ আঙুলিয়াই দিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
4. হাঁহি আৰু প্ৰশংসাৰ সৈতে ইতিবাচক শক্তিশালীকৰণ ব্যৱহাৰ কৰক।
5. ক্ৰিয়াটোৰ পুনৰাবৃত্তি কৰক, লাহে লাহে শৰীৰৰ নতুন অংগৰ প্ৰৱৰ্তন কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: শিশুৱে শব্দবোৰক এক আমোদজনক আৰু আকৰ্ষণীয় ধৰণে শৰীৰৰ নিৰ্দিষ্ট অংশৰ সৈতে সম্পৰ্কিত কৰাৰ বাবে ভাষাৰ বিকাশক উৎসাহিত কৰে।

18 মাহ

আঁক-বাক

সামগ্ৰী: ক্ৰেয়ন/পেঞ্চিল, আৰু কাগজ

পদক্ষেপসমূহ:

1. শিশুৰ লগত বহি তেওঁলোকে চাই থকাৰ সময়তে ক্ৰেয়ন ব্যৱহাৰ কৰি কাগজত আঁক-বাক কৰক।
2. শিশুটিক যিকোনো ধৰণে আৰু যিকোনো হাতত ক্ৰেয়ন/পেঞ্চিল ধৰিবলৈ দিয়ক।
3. শিশুটিয়ে কৰা যিকোনো ধৰণৰ চিহ্ন/আঁক-বাকৰ বাবে প্ৰশংসা কৰক।
4. আনন্দ কৰক আৰু শিশুটিয়ে অনুসৰণ কৰিব পৰাকৈ বিভিন্ন আকৃতি তৈয়াৰ কৰক।



কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: সূক্ষ্ম সঞ্চালন দক্ষতাক উৎসাহিত কৰে আৰু সৃষ্টিশীল অভিব্যক্তিৰ পৰিচয় দিয়ে।

আনন্দদায়ক গানৰ সময়

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. এটা সৰল আৰু উৎসাহী গীত বাছনি কৰক।
2. শিশুৰ লগত আমোদজনক অৱস্থাত বহিব বা থিয় হ'ব।
3. উৎসাহেৰে আৰু আনন্দেৰে নিৰ্বাচিত গীতটো গাব।
4. অতিৰিক্ত আমোদ-প্ৰমোদৰ বাবে হাতৰ সঞ্চালন বা হাততালি অন্তৰ্ভুক্ত কৰক।
5. শিশুটিক যোগদান কৰিবলৈ বা অস্ফুৰ্ত্ত আনুৰণ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰি জড়িত কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: গীতৰ জৰিয়তে ভাষাৰ বিকাশক উৎসাহিত কৰে, আৰু পিতৃ-মাতৃ আৰু শিশুৰ মাজত সম্পৰ্ক শক্তিশালী কৰে যিহেতু তেওঁলোকে একেলগে সংগীতৰ আনন্দত ভাগ লয়।



স্পৰ্শ কৰা আৰু অনা

সামগ্ৰী: ৩ টা সাধাৰণ আৰু সুৰক্ষিত বস্তু (যেনে, জোতা, কাপ, বল)

পদক্ষেপসমূহ:

- ঘৰৰ ৩ টা বস্তুৰ কথা চিন্তা কৰক যিকোনো শিশুৱে সহজে বিচাৰি পাব পাৰে যেনে জোতা, কাপ বা বল।
- শিশুটিৰ লগত বহি এটা খেল খেলক আৰু শিশুটিক প্ৰতিটো বস্তু আপোনাৰ ওচৰলৈ আনিবলৈ কওক।
- শিশুটিয়ে যেতিয়া সঠিক বস্তুটো পায় তেতিয়া তেওঁক প্ৰশংসা কৰক।
- শিশুক প্ৰতিটো বস্তুৰ নাম ক'বলৈ উৎসাহিত কৰক, যেতিয়া তেওঁলোকে এনে কৰে তেতিয়া প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: স্থূল মাংসপেশীৰ বিকাশ কৰে, বস্তু চিনাক্তকৰণক উৎসাহিত কৰে, আৰু ভাষাৰ বিকাশক উৎসাহিত কৰে।



19 মাহ

একেলগে চাফাই কৰা

সামগ্ৰী: সুৰক্ষিত চাফাই সামগ্ৰী আৰু সৰু কাপোৰ বা স্পঞ্জ

পদক্ষেপসমূহ:

- আপোনাৰ ঘৰুৱা কামৰ সময়ত শিশুটিক আপোনাৰ লগত যোগদান কৰিবলৈ আমন্ত্ৰণ জনাওক।
- সুৰক্ষিত চাফাই সামগ্ৰী আৰু সৰু কাপোৰ বা স্পঞ্জ শিশুক দিয়ক।
- ইতিবাচক শব্দ ব্যৱহাৰ কৰি চাফাই কাৰ্য্যসমূহ আমোদজনকভাৱে প্ৰদৰ্শন কৰক।
- শিশুটিক আমোদজনকভাৱে আৰু অভিনয়ৰ মাজেৰে কাৰ্য্যসমূহৰ অনুকৰণ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- ঘৰুৱা কামবোৰক আমোদজনক আৰু পাৰস্পৰিক কথোপকথনৰ মুহূৰ্তলৈ ৰূপান্তৰিত কৰি ইয়াক এক ৰুচিন কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: শিশুটিক ঘৰুৱা ৰুচিনত একত্ৰিত কৰে, দায়িত্বশীলতাক উৎসাহিত কৰে, আৰু কল্পনাশীল খেলক উৎসাহিত কৰে।



খোলা আৰু বন্ধ কৰা

সামগ্ৰী: ঢাকনিৰ সৈতে খালী বাকচ বা জাৰ

পদক্ষেপসমূহ:

- সুৰক্ষিত ঢাকনিৰ সৈতে এটা মজবুত বাকচ বা জাৰ প্ৰদান কৰক।
- বাকচ বা জাৰটো খোলা আৰু বন্ধ কৰাৰ কাৰ্য্য প্ৰদৰ্শন কৰক।
- শিশুটিক এই কাৰ্য্য অনুকৰণ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- তেওঁলোকৰ প্ৰচেষ্টাক প্ৰশংসা কৰিবলৈ ইতিবাচক শব্দ ব্যৱহাৰ কৰক।
- অতিৰিক্ত আৱিষ্কাৰৰ বাবে সৰু, সুৰক্ষিত বস্তুবোৰ ভিতৰত ৰাখক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: সূক্ষ্ম সঞ্চালন দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে, কাৰণ আৰু প্ৰভাৱৰ পৰিচয় দিয়ে, আৰু সংবেদনশীল অৱেষণক উৎসাহিত কৰে।



ডাঙৰ আৰু সৰু বৃত্ত মিলোৱা

সামগ্ৰী: এটা ডাঙৰ বৃত্ত আৰু এটা সৰু বৃত্তৰ আকাৰত কাটি উলিওৱা কাগজ বা কাৰ্ডব'ৰ্ডৰ টুকুৰা

পদক্ষেপসমূহ:

- কাগজ বা কাৰ্ডব'ৰ্ডৰ দুটা টুকুৰাত এটা ডাঙৰ বৃত্ত আৰু এটা সৰু বৃত্তৰ ৰূপৰেখা আঁকিবলৈ কাপ বা বাটি ব্যৱহাৰ কৰক।
- কাগজৰ যিকোনো এটা টুকুৰাৰ পৰা বৃত্তবোৰ কাটি লওক।
- 'ডাঙৰ বৃত্ত' আৰু 'সৰু বৃত্ত' শব্দটো ব্যৱহাৰ কৰি প্ৰতিটো বৃত্তৰ বৰ্ণনা কৰক।
- শিশুটিক সাৱধানে দেখুৱাওক যে কেনেকৈ কাটা বৃত্তবোৰ কাগজ বৃত্তৰ ওপৰত ৰাখিব লাগে।
- শিশুটিক এটা এটাকৈ বৃত্ত ৰাখিবলৈ কওক।
- শিশুটিয়ে বৃত্তবোৰ সঠিকভাৱে স্থাপন কৰিলে তেওঁক প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: সৰল পাজলবোৰ সমাধান কৰাৰ জৰিয়তে সংজ্ঞাত্মক বিকাশৰ প্ৰচাৰ কৰে আৰু ডাঙৰ, সৰু আৰু বৃত্তৰ দৰে নতুন শব্দ শিকি শব্দভাণ্ডাৰ উন্নত কৰে।



একে বস্তুবোৰ শ্ৰেণীবদ্ধ কৰা

সামগ্ৰী: ২টা ভিন্ন বস্তুৰ ৪টা টুকুৰা (যেনে ৪টা কাপ আৰু ৪ খন চামুচ বা ৪টা পাত আৰু ৪ ডাল লাঠি)

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিৰ লগত বহি তেওঁলোকক বস্তুবোৰৰ সৈতে খেলিবলৈ দিয়ক।
- শিশুটিক দেখুৱাওক যে কেনেকৈ কাপবোৰ 'একে' আৰু চামুচবোৰ 'একে' (বা পাত আৰু লাঠি)।
- বস্তুবোৰ একেলগ কৰি দিয়ক আৰু শিশুক সকলো 'একে' বস্তু একেলগে ৰাখিবলৈ কওক।
- শিশুটিয়ে এনে কৰিলে তেওঁক প্ৰশংসা কৰক আৰু বিভিন্ন বস্তুৰে পুনৰাবৃত্তি কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: জ্ঞানীয় দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে, ছাৰ্টিংৰ ধাৰণাটো প্ৰৱৰ্তন কৰে, আৰু সমস্যা সমাধানক উৎসাহিত কৰে।



20 মাহ

অভিবাদন আৰু কাৰ্য্য

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- আপুনি নাম কোৱা কাৰ্য্যবোৰ কৰিবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক।
- অলপ দূৰলৈ খোজ কাটক আৰু শিশুটিক 'বাই-বাই' দিবলৈ কওক।
- শিশুটিক এটা বস্তু দিয়ক আৰু চাওক তেওঁলোকে 'ধন্যবাদ' বুলি কয় নেকি।
- শিশুটিক 'হাততালি দিবলৈ' কওক, প্ৰতিবাৰে তেওঁলোকে কাৰ্য্যবোৰ সঠিকভাৱে অনুসৰণ কৰাৰ সময়ত প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: অনুকৰণ আৰু কাৰ্য্যৰ বোধগম্যতা বৃদ্ধি কৰে, ভাষাৰ বিকাশক উৎসাহিত কৰে, আৰু কাৰ্য্যৰ শব্দৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়া এক জীৱন্ত আৰু পাৰম্পৰিক খেলৰ সময় সৃষ্টি কৰে।



একেলগে ৰাডু দিয়া

সামগ্ৰী: ৰাডু, ডাষ্টপেন, ডাষ্টবিন

পদক্ষেপসমূহ:

- আপোনাৰ শিশুটিক আপোনাৰ সৈতে ৰাডু দিবলৈ মাতি কওক, "এইয়া একেলগে ৰাডু দিয়াৰ সময়!"
- আপুনি ৰাডু দিওঁতে শিশুটিক ডাষ্টপেনখন ধৰি ৰাখিবলৈ কওক।
- জাৰৰখিনি ডাষ্টবিনত পেলাই দিবলৈ তেওঁলোকক উৎসাহিত কৰক।
- ইজনে সিজনৰ বাবে ডাষ্টপেনখন পাল পাতি ধৰক।
- সহায় কৰাৰ গুৰুত্বৰ ওপৰত গুৰুত্ব আৰোপ কৰি প্ৰয়োজন হ'লে শিশুটিক ইতিবাচকভাৱে শৃঙ্খলাবদ্ধ কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: শিশুক দৈনন্দিন কামত জড়িত কৰে আৰু পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্নতা আৰু সহযোগিতাৰ প্ৰতি এক ইতিবাচক মনোভাৱ জাগ্ৰত কৰে, মূল্যবান জীৱন দক্ষতাৰ প্ৰচাৰ কৰে।



দুৱাৰ খোলা আৰু বন্ধ কৰা

সামগ্ৰী: শিশু-সুৰক্ষিত দুৱাৰ বা আলমাৰী

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুৰ বাবে এখন সুৰক্ষিত দুৱাৰ বা আলমাৰী এটা বাছনি কৰক।
- দুৱাৰখন খোলা আৰু বন্ধ কৰাৰ কাৰ্য্য প্ৰদৰ্শন কৰক।
- শিশুটিক এই কাৰ্য্য অনুকৰণ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- তেওঁলোকৰ প্ৰচেষ্টাক প্ৰশংসা কৰিবলৈ ইতিবাচক শব্দ ব্যৱহাৰ কৰক।
- এই কাৰ্য্যক "খোলা" আৰু "বন্ধ" ৰ এক আমোদজনক খেললৈ ৰূপান্তৰিত কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: সূক্ষ্ম সঞ্চালন দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে, কাৰণ আৰু প্ৰভাৱৰ পৰিচয় দিয়ে, আৰু স্থানিক সজাগতা বৃদ্ধি কৰে।



ব'লা অভিনয় কৰোঁ-জন্তু আৰু চৰাই

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. আপোনাৰ শিশুটিয়ে পচন্দ কৰা জীৱ-জন্তুৰ বিষয়ে কথা পাতক। চৰাই আৰু মেকুৰীৰ বিষয়ে পাতিবলৈ হাত ব্যৱহাৰ কৰক।
2. একেলগে মিলি জন্তুৰ শব্দ কৰক-গৰ্জন কৰক, টুইট কৰক, ম্যাও!
3. আপোনাৰ শিশুটিৰ সৈতে মাটিত বহি, জন্তু হোৱাৰ ভাও ধৰক।
4. একেলগে খেলি হাঁহিৰে ভৰা সময় পাৰ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: কল্পনা জাগ্ৰত কৰে, শব্দ সৃষ্টি কৰে, আৰু সৰল আৰু বন্ধুত্বপূৰ্ণ জন্তুৰ খেলৰ জৰিয়তে আনন্দ কঢ়িয়াই আনে।



21 মাহ

ওপৰত আৰু তলত

সামগ্ৰী: বিভিন্ন বস্তু, এটা পাত্ৰ

পদক্ষেপসমূহ:

1. শিশুক বিভিন্ন বস্তু অন্বেষণ কৰিবলৈ দিয়ক।
2. 'ওপৰত' আৰু 'তলত' ৰ দৰে শব্দ ব্যৱহাৰ কৰি পাত্ৰৰ ওপৰত আৰু তলত বস্তু কেনেকৈ ৰাখিব লাগে শিশুটিক দেখুৱাওক।
3. যেতিয়া আপুনি 'ওপৰত' আৰু 'তলত' শব্দবোৰ কয় তেতিয়া শিশুক স্বাধীনভাৱে কাৰ্য্যবোৰ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
4. শিশুটিয়ে সফলভাৱে বস্তুবোৰ সঠিক অৱস্থাত ৰখাৰ সময়ত উৎসাহেৰে প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: 'ওপৰত' আৰু 'তলত' ৰ ধাৰণাসমূহৰ পৰিচয় দিয়ে আৰু শিশুটিক শ্ৰেণীবদ্ধ কৰা আৰু স্থানিক বুজাপৰাত সক্ৰিয়ভাৱে জড়িত হ'বলৈ অনুমতি দিয়ে, সংজ্ঞানাত্মক আৰু মটিৰ দুয়োটা দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে।



কাপৰ টাৱাৰ

সামগ্ৰী: প্লাষ্টিক বা ধাতুৰ কাপ

পদক্ষেপসমূহ:

1. কেইটামান প্লাষ্টিক বা ধাতুৰ কাপ সংগ্ৰহ কৰক।
2. সেই কেইটাৰে কেনেকৈ এটা টাৱাৰ বনাব পাৰি দেখুৱাওক।
3. তেওঁলোকৰ নিজৰ টাৱাৰ নিৰ্মাণ কৰিবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক।
4. একেলগে টাৱাৰবোৰ ভাঙি উদযাপন কৰক।
5. শিশুটিৰ সৈতে কাৰ্যকলাপৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক, প্ৰশ্ন সোধক আৰু বৰ্ণনামূলক শব্দ ব্যৱহাৰ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: শিশুৰ বাবে এক আমোদজনক আৰু আকৰ্ষণীয় অভিজ্ঞতা প্ৰদান কৰে আৰু অন্বেষণ আৰু কথোপকথনক উৎসাহিত কৰে, তেওঁলোকৰ চাৰিওফালে থকা ভৌতিক জগতৰ বুজাপৰা বৃদ্ধি কৰে।



ছন্দ নকল কৰা

সামগ্ৰী: প্লাষ্টিকৰ পাত্ৰ, চামুচ, চাবি

পদক্ষেপসমূহ:

1. প্লাষ্টিকৰ পাত্ৰৰ ভিতৰত চামুচ আৰু চাবি ভৰাই ঘৰতে এটা বাদ্য যন্ত্ৰ তৈয়াৰ কৰক।
2. ৰন্ধাৰ সময়ত, শব্দ আৰু ছন্দ সৃষ্টি কৰিবলৈ পাত্ৰটো জোকাৰি দিয়ক।
3. এটা নিৰ্দিষ্ট ছন্দত হাততালি দিয়ক আৰু লক্ষ্য কৰক যে শিশুটিয়ে ঘৰত তৈয়াৰ কৰা বাদ্যৰ ধ্বনি নকল কৰিবলৈ চেষ্টা কৰে নেকি।
4. শিশুটিক নিজৰ ছন্দ সৃষ্টি কৰিবলৈ দিয়ক আৰু আপুনি তেওঁক অনুসৰণ কৰক।
5. শিশুৰ মনোযোগ আৰু সৃষ্টিশীলতাক উৎসাহিত কৰি বিভিন্ন শব্দ আৰু আহাঁৰৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: শিশুৰ শ্ৰৱণশক্তি জড়িত কৰে, শব্দৰ অন্বেষণক উৎসাহিত কৰে, জ্ঞানীয় বিকাশ আৰু অন্যান্য আহাঁৰ বুজাপৰাক উৎসাহিত কৰে।



জোতাৰ খেল

সামগ্ৰী: ৪ জোৰ বেলেগ বেলেগ প্ৰাপ্তবয়স্কৰ জোতাৰ জোতা (ডাঙৰ) আৰু ৪ জোৰ বেলেগ বেলেগ শিশুৰ জোতাৰ জোতা (সৰু)

পদক্ষেপসমূহ:

১. প্ৰাপ্তবয়স্ক আৰু শিশুৰ জোতাৰ জোতাৰ বাবে এটা স্থপত সজাৰক।
২. শিশুটিক জোতাৰ বাবে কেনেদৰে 'ডাঙৰ' আৰু 'সৰু' ৰূপত সজাৰ লাগে দেখুৱাওক।
৩. জোতাৰ বাবে পুনৰ খেলি মেলি কৰি দিয়ক আৰু শিশুটিক সেইবোৰ স্বতন্ত্ৰভাৱে ক্ৰমবদ্ধ কৰিবলৈ কওঁক।
৪. শিশুটিয়ে যেতিয়া 'ডাঙৰ' আৰু 'সৰু' জোতাৰ মাজত সঠিকভাৱে পাৰ্থক্য ধৰিব পাৰিব তেতিয়া তেওঁক প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: শিশুটিক ক্ৰমবদ্ধ খেলত নিয়োজিত কৰে আৰু আকাৰৰ পৰ্যবেক্ষণ আৰু বৈষম্যকে উৎসাহিত কৰে, বৌদ্ধিক দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে।



22 মাহ

পুতলাৰ সৈতে লুকা-ভাকু

সামগ্ৰী: পুতলা

পদক্ষেপসমূহ:

১. পুতলাটো লুকুৱাই ৰাখি শুধক, "পুতলাটো ক'ত আছে?"
২. আপোনাৰ শিশুটিক পুতলাটো বিচাৰি উলিয়াবলৈ দিয়ক।
৩. প্ৰশংসা কৰক আৰু অধিক মজাৰ বাবে খেলখন আকৌ খেলক।
৪. মনোযোগ বৃদ্ধি কৰে, বুদ্ধি কঢ়িয়াই আনে, আৰু কল্পনা শক্তি বৃদ্ধি কৰে।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: মনোযোগ আৰু কল্পনা শক্তি বৃদ্ধি কৰে, এক খেলিমেলি পৰিৱেশত বৌদ্ধিক বিকাশত সহায় কৰে।



এটা বলৰ সৈতে খেল

সামগ্ৰী: কোমল বল বা মোজাৰে বল

পদক্ষেপসমূহ:

১. কোমল বল এটা ব্যৱহাৰ কৰক বা এযোৰ মোজাৰে এটা বল বনাওক।
২. খেলিবলৈ শিশুটিক বলটো দিয়ক।
৩. 'দলিওৱা' শব্দটো ব্যৱহাৰ কৰি বলটো শিশুটিলৈ দলিয়াই দিয়ক।
৪. শিশুটিক বলটো আপোনালৈ ঘূৰাই দলিয়াবলৈ উৎসাহিত কৰক।
৫. এইদৰে খেল উপভোগ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: সখল মাংসপেশীৰ বিকাশ কৰে, হাত-চকুৰ সমন্বয় বৃদ্ধি কৰে, আৰু পাৰস্পৰিক খেলৰ ধাৰণাটো প্ৰৱৰ্তন কৰে।



ৰঙীন হাত

সামগ্ৰী: কুমকুম, হালধি, আৰু অন্যান্য সুৰক্ষিত ঘৰুৱা ৰং, ডাঙৰ কাগজ বা কাৰ্ডবোৰ্ড

পদক্ষেপসমূহ:

১. কেন্দ্ৰৰ বাবে কাগজ বা কাৰ্ডবোৰ্ডৰ এটা ডাঙৰ টুকুৰা লওক।
২. কুমকুম আৰু হালধিৰ দৰে শিশু-সুৰক্ষিত ঘৰুৱা ৰং প্ৰদান কৰক।
৩. শিশুটিক তেওঁলোকৰ হাত ৰঙত ডুবাবলৈ আৰু কেন্দ্ৰৰ বাবে দিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
৪. ৰংবোৰ বৰ্ণনা কৰিবলৈ আৰু সৃষ্টিশীলভাৱে উদযাপন কৰিবলৈ ইতিবাচক শব্দ ব্যৱহাৰ কৰক।
৫. শিশুটিক মুক্তভাৱে অন্বেষণ কৰিবলৈ আৰু ৰং ব্যৱহাৰ কৰি সৃষ্টি কৰিবলৈ অনুমতি দিয়ক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: সংবেদনশীল অন্বেষণ, সৃজনশীলতা বৃদ্ধি কৰে, আৰু ৰঙৰ চিনাকি দিয়ে।



ছবিৰ কিতাপৰ সৈতে কাহিনীৰ সময়

সামগ্ৰী: ছবিৰ কিতাপ

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিৰ বয়সৰ বাবে উপযুক্ত এখন ছবিৰ কিতাপ বাছনি কৰক।
- একেলগে বহি কিতাপখন ডাঙৰকৈ পঢ়ক।
- ছবিবোৰলৈ আঙুলিয়াই দিয়ক আৰু সেইবোৰৰ নাম কওক, শিশুটিক পুনৰাবৃত্তি কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- কাহিনীটো আলোচনা কৰক, প্ৰশ্ন সোধক বা ভাৱৰ আদান-প্ৰদান কৰক।
- কিতাপখনত থকা ছবি বা চৰিত্ৰৰ সৈতে সম্পৰ্কিত কাহিনী তৈয়াৰ কৰক।
- একেলগে পঢ়াৰ পাৰস্পৰিক আৰু আকৰ্ষণীয় অভিজ্ঞতা উপভোগ কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: পঢ়া আৰু নামকৰণৰ জৰিয়তে ভাষাৰ বিকাশ বৃদ্ধি কৰে, কাহিনী কোৱাৰ জৰিয়তে বৌদ্ধিক দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে, কিতাপ আৰু পঢ়াৰ প্ৰতি ভালপোৱাবৃদ্ধি কৰে।

পানীৰ সৈতে খেলা

সামগ্ৰী: পানীৰ বাল্টি, শিশুৰ বাবে উপযোগী চশমা বা কাপ

পদক্ষেপসমূহ:

- খেলৰ বাবে সুৰক্ষিত এডোখৰ ঠাইত এটা বাল্টিত পানী ভৰাই দিয়ক।
- পানী ঢালিবৰ বাবে শিশু- উপযোগী চশমা বা কাপ দিয়ক।
- শিশুটিক মুক্তভাৱে অন্বেষণ কৰিবলৈ, পানী ঢালিবলৈ আৰু ছটিয়াবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- পানীৰ খেল আৰু তেওঁলোকৰ কাৰ্য্য বৰ্ণনা কৰিবলৈ ইতিবাচক শব্দ ব্যৱহাৰ কৰক।
- পানীৰ দৃশ্যসাহসিক অভিযান হিচাপে এই খেলখন একেলগে খেলক আৰু আমোদজনক কৰি তোলক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: এই পানী খেলা কাৰ্যকলাপে ইন্দ্ৰিয়ৰ বিকাশত সহায় কৰে, সূক্ষ্ম মটৰ দক্ষতা, আৰু আনন্দদায়ক অন্বেষণক উৎসাহিত কৰে, পানীৰ সৈতে এক ইতিবাচক সম্পৰ্কক উৎসাহিত কৰে।



23 মাহ



খাদ্যৰ বৰ্ণনা কৰা

সামগ্ৰী: যিকোনো খাদ্য (কেল, সিজোৱা কণী ইত্যাদি)

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিক যিকোনো খাদ্য সামগ্ৰী দেখুৱাওক, তেওঁলোকক স্পৰ্শ কৰিবলৈ আৰু অনুভৱ কৰিবলৈ দিয়ক।
- বৰ্ণনা কৰক আৰু প্ৰশ্নবোৰ সোধক যেনে "কলটো কোমল, মিঠা, আৰু পিচল নেকি?" বা "কণীটো গৰম আৰু টান নেকি?"
- আপোনাৰ শিশুটিৰ সঁহাৰি পৰ্যবেক্ষণ কৰক আৰু তেওঁলোকক প্ৰতিক্ৰিয়া আৰু কথা পাতিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- তেওঁলোকৰ শব্দভাণ্ডাৰ আৰু বুজাৰ শক্তি গঢ়ি তুলিবলৈ অধিক খাদ্য ব্যৱহাৰ কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: বৰ্ণনামূলক শব্দৰ পৰিচয় দিয়ে, শব্দভাণ্ডাৰ বৃদ্ধি কৰে, আৰু ভোজনৰ সময়ত পৰ্যবেক্ষণমূলক আৰু যোগাযোগ দক্ষতাক উৎসাহিত কৰে।



নাম -শব্দৰ নমুনা

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- শব্দৰ নমুনা সৃষ্টি কৰক, উদাহৰণস্বৰূপে, "কাণ্ড, কাণ্ড"।
- এই শব্দৰ নমুনা সৃষ্টি কৰি আপোনাৰ শিশুটিৰ সৈতে খেলক আৰু তেওঁলোকক পুনৰাবৃত্তি কৰিবলৈ কওক।
- শিশুটিক এটা নতুন শব্দৰ নমুনা সৃষ্টি কৰিবলৈ কওক, আৰু আপুনি সেইবোৰ অনুকৰণ কৰক।
- খৰক কৈ বা অধিক শব্দ যোগ কৰি এই খেলখন অলপ জটিল কৰি তোলক।
- সৃষ্টিশীল শব্দৰ নমুনা সৃষ্টি কৰিবলৈ পাল পাতিলগুওক।
- একেলগে শব্দ চিহ্ননিৰ কৌতুকপূৰ্ণ বিনিময় উপভোগ কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: শ্ৰৱণত বৈষম্যমূলক দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে। শব্দ উৎপাদনত সৃষ্টিশীলতাৰ প্ৰবৰ্তন কৰে। নিজৰ পালৰ বিষয়ে আৰু পাৰস্পৰিক খেলৰ ধাৰণা উৎসাহিত কৰে।



ই বঙা হয় নে নহয়?

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- উদাহৰণ দেখুৱাই বা বঙা বস্ত্ৰৰ ফালে আঙুলিয়াই বঙা বঙৰ পৰিচয় দিয়ক।
- বঙা বঙটো ইতিবাচক শব্দৰে আমোদজনকভাৱে বৰ্ণনা কৰক।
- বিভিন্ন বস্ত্ৰৰ বাবে প্ৰশ্ন কৰক, "এই বস্ত্ৰটো বঙা বঙাৰ হয় নে নহয়?"।
- শিশুটিক সঁহাৰি দিবলৈ উৎসাহিত কৰক, প্ৰয়োজন হ'লে সহায় কৰক।
- সঠিক উত্তৰৰ বাবে ইতিবাচক শক্তিশালীকৰণ প্ৰদান কৰক আৰু যদি তেওঁলোকে ইয়াক প্ৰত্যাশ্বানজনক বুলি ভাবে তেন্তে কোমলভাৱে পথ প্ৰদৰ্শন কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: বঙৰ চিনাক্তকৰণৰ প্ৰৱৰ্তন কৰা, বৌদ্ধিক দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে, আৰু সাক্ৰিয় অংশগ্ৰহণক উৎসাহিত কৰে।

নাৰ্চাৰী গীত

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- এটা সৰল আৰু আকৰ্ষণীয় নাৰ্চাৰী গীত বাছনি কৰক।
- শিশুটিৰ লগত আৰম্ভণীয়ক অৱস্থাত বহি বা থিয় হৈ লওক।
- প্ৰকাশভংগী আৰু ছন্দময় স্বৰৰ সৈতে নিৰ্বাচিত নাৰ্চাৰী গীতটো গাওক।
- অধিক আনন্দৰ বাবে সৰল অঙ্গভঙ্গি বা গতিবিধি অন্তৰ্ভুক্ত কৰক।
- গীত গাই বা অঙ্গভঙ্গি অনুকৰণ কৰি শিশুটিক ইয়াত যোগদান কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: ভাষাৰ বিকাশত সহায় কৰে, ছন্দৰ প্ৰশংসা বৃদ্ধি কৰে, আৰু এক অংশীদাৰী আৰু আনন্দদায়ক গীতৰ জৰিয়তে বাঞ্ছনীয় শক্তিশালী কৰে।



24 মাহ



মুকলি হাতৰ প্ৰত্যাশ্বান

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- আপোনাৰ হাতেৰে এটা মুঠি বনাওক, বেছি টানকৈ নহয়।
- শিশুটিক আপোনাৰ মুঠি খুলিবলৈ চেষ্টা কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- "মুঠি খোলা" বা যিকোনো আমোদজনক সংকেত ব্যৱহাৰ কৰক।
- শিশুটিক মুঠি খোলাৰ বিভিন্ন উপায় আৱেশণ কৰিবলৈ দিয়ক।
- আনন্দ আৰু উৎসাহৰে কাৰ্য্যকলাপটোৰ পুনৰাবৃত্তি কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: শিশুৱে কেনেদৰে মুঠি খুলিব লাগে সেইটো বুজি পোৱাৰ লগে লগে সমস্যা সমাধানক উৎসাহিত কৰাৰ লগতে সূক্ষ্ম সঞ্চালন দক্ষতা আৰু আঙুলিৰ শক্তি বৃদ্ধি কৰে।



আহা বাহিৰত খোজ কাঢ়ো

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- আপোনাৰ শিশুটিক বাহিৰলৈ ফুৰিবলৈ লৈ যাওক।
- পৰিৱেশৰ বিভিন্ন বস্তুলৈ আঙুলিয়াই দিয়ক আৰু কথা পাতক।
- শিশুটিক তেওঁলোকে যি দেখে তাৰ সৈতে সম্পৰ্কিত শব্দবোৰ পুনৰাবৃত্তি কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- প্ৰকৃতি, বস্তু, ৰং আৰু যিকোনো আকৰ্ষণীয় বিষয়ৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক।
- ইয়াক এক পাৰম্পৰিক কথোপকথন হিচাপে ৰাখিব, প্ৰশ্ন সুধিব আৰু পৰ্যবেক্ষণসমূহ আলোচনা কৰিব।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: পৰিৱেশৰ বিষয়ে পৰ্যবেক্ষণ দক্ষতা আৰু কৌতুহল বৃদ্ধি কৰে, পাৰম্পৰিক যোগাযোগ আৰু পুনৰাবৃত্তিৰ জৰিয়তে ভাষাৰ বিকাশত সহায় কৰে।



ই নীলা হয় নে নহয়?

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

১. ৰঙা ৰঙটো পুনৰ চাবলৈ আৰম্ভ কৰক, শিশুটিক ইয়াৰ বৈশিষ্ট্যবোৰ মনত পেলাই দিয়ক। তেওঁলোকে যি শিকিছে উদযাপন কৰক "তুমি ঠিকেই কৈছে, এইটো ৰঙা!"
২. উদাহৰণ দেখুৱাই বা নীলা বস্তুৰ ফালে আঙুলিয়াই নীলা ৰঙৰ পৰিচয় দিয়ক।
৩. নীলা ৰঙটো ইতিবাচক শব্দৰে আয়োজনকভাৱে বৰ্ণনা কৰক।
৪. বিভিন্ন বস্তুৰ বাবে প্ৰশ্ন কৰক, "এই বস্তুটো নীলা ৰঙৰ হয় নে নহয়?"।
৫. শিশুটিক উত্তৰ দিবলৈ উৎসাহিত কৰক, ৰঙা ৰঙৰ বিষয়ে তেওঁলোকৰ বুজাপৰা শক্তিশালী কৰক আৰু সঠিক উত্তৰসমূহৰ বাবে স্বীকৃতি দিয়ক।
৬. সঠিক উত্তৰৰ বাবে ইতিবাচক শক্তিশালীকৰণ প্ৰদান কৰক আৰু যদি তেওঁলোকে ইয়াক প্ৰত্যাহ্বানজনক বুলি ভাবে তেন্তে কোমলভাৱে পথ প্ৰদৰ্শন কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: এই ক্ৰমবৰ্ধমান ৰঙৰ কাৰ্য্যকলাপে পূৰ্বৰ শিক্ষণৰ ওপৰত নিৰ্মাণ কৰে আৰু পূৰ্বৰ ৰংবোৰ মনত পেলাই, ৰঙৰ ধাৰণাসমূহৰ এক সামগ্ৰিক বোধগম্যতা বৃদ্ধি কৰে।

খেলৰ অভিনয়: ফোনত কথা পতা

সামগ্ৰী: খেলনা ফোন বা নকল ফোন

পদক্ষেপসমূহ:

১. আপোনাৰ শিশুটিৰ সৈতে বহি এটা নকল ফোন বা পুতলা ফোনৰ পৰিচয় দি কওক, "আহাঁ ইজনে সিজনে সৈতে কথা পাতিবলৈ এটা বিশেষ ফোন লগু!"
২. কেনেকৈ ফোনটো ধৰি ৰাখিব লাগে আৰু কথোপকথন আৰম্ভ কৰিব লাগে দেখুৱাওক, "ৰিং, ৰিং! নমস্কাৰ বাবু! তুমি কি কৰি আছে?"
৩. সৰল বাক্যাংশ ব্যৱহাৰ কৰি কথোপকথনত জড়িত হওক, শিশুটিক উত্তৰ দিবলৈ উৎসাহিত কৰক, "তুমি ক'ব পাৰিবনে, 'মই খেলি আছে'?"
৪. তেওঁলোকৰ যোগাযোগক উৎসাহিত কৰিবলৈ ইতিবাচক শব্দ ব্যৱহাৰ কৰক, এইদৰে কওক, "মই তোমাৰ দিনটোৰ বিষয়ে শুনি ভাল পাওঁ! তুমি বৰ ভালদৰে ফোনত কথা পতিছ!"

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: পিতৃ-মাতৃ আৰু সন্তানৰ মাজত সংযোগ আৰু যোগাযোগৰ ভাৱ জাগ্ৰত কৰে, যিয়ে তেওঁলোকক নিজকে প্ৰকাশ কৰিবলৈ এক আয়োজনক আৰু সৃষ্টিশীল স্থান প্ৰদান কৰে।



ওপৰ আৰু তলৰ অন্বেষণ

সামগ্ৰী: মজবুত চকী, বিছনা বা চোফা

পদক্ষেপসমূহ:

১. এটা সুৰক্ষিত স্থানত এখন মজবুত চকী, বিছনা বা চোফা ৰাখক।
২. প্ৰয়োজন হ'লে আপোনাৰ সহায়ত শিশুটিক সেইবোৰ আচৰণৰ ওপৰলৈ উঠিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
৩. ইতিবাচক শব্দ আৰু হাঁহিৰে শিশুটিৰ সফলতাক উদযাপন কৰক।
৪. সুৰক্ষাৰ ওপৰত গুৰুত্ব দি শিশুটিক নিয়ন্ত্ৰিতভাৱে তললৈ নামিবলৈ পথ দেখুৱাওক।
৫. আত্মবিশ্বাস আৰু সমন্বয়ৰ ওপৰত গুৰুত্ব দি, কাৰ্য্যকলাপ পুনৰাবৃত্তি কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: নিৰাপদ পৰিৱেশত শাৰীৰিক প্ৰত্যাহ্বান প্ৰদান কৰে, শাৰীৰিক কাৰ্য্যকলাপৰ প্ৰতি এক ইতিবাচক মনোভাৱ গঢ়ি তোলাৰ সময়ত সমন্বয় আৰু সফলতাৰ ভাৱ জাগ্ৰত কৰে।

25 মাহ

মিল থকা আকৃতি

সামগ্ৰী: কাগজ বা কাৰ্ডব'ৰ্ড, ক্ৰেয়ন বা অন্যান্য ৰং

পদক্ষেপসমূহ:

১. কাগজ বা কাৰ্ডব'ৰ্ডৰ দুটা টুকুৰাত এটা ত্ৰিভুজ, বৃত্ত আৰু বৰ্গ আঁকক।
২. কাগজৰ যিকোনো এটা টুকুৰাৰ পৰা আকৃতিবোৰ কাটি লওক।
৩. শিশুটিক আকৃতিবোৰ ওপৰত ৰাখি মিলাবলৈ কওক।
৪. সেইবোৰ মিলাৱাৰ লগে লগে আকৃতিবোৰৰ নামবোৰ শিশুটিক কওক।
৫. ইয়াক কেনেদৰে কৰিব লাগে দেখুৱাই শিশুটিৰ একে ধৰণৰ আকৃতিৰ সৈতে মিল থোৱাৰ সামৰ্থ্যৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়ক।
৬. শিশুটিক নিজাববীয়াকৈ চেষ্টা কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক আৰু তেওঁলোকৰ সৃষ্টিশীলতা আৰু প্ৰচেষ্টাৰ বাবে প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: সৰল পাজলবোৰ সমাধান কৰাৰ জৰিয়তে সংজ্ঞানাত্মক বিকাশ, আৰু নতুন শব্দ আৰু বাক্যাংশ যেনে আকৃতিৰ নাম, ওপৰত আদি শিকি শব্দভাণ্ডাৰ উন্নত কৰে।



ই হালধীয়া হয় নে নহয়?

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- বঙা আৰু নীলা বঙবোৰ পুনৰ চাবলৈ আৰম্ভ কৰক, শিশুটিক সেইবোৰৰ বৈশিষ্ট্যবোৰ মনত পেলাই দিয়ক।
- উদাহৰণ দেখুৱাই বা হালধীয়া বস্তুৰ ফালে আঙুলিয়াই হালধীয়া বঙৰ পৰিচয় দিয়ক।
- ইতিবাচক শব্দৰে হালধীয়া বঙটো আমোদজনকভাৱে বৰ্ণনা কৰক।
- বিভিন্ন বস্তুৰ বাবে প্ৰশ্ন কৰক, "এই বস্তুটো হালধীয়া হয় নে নহয়?"
- শিশুটিক উত্তৰ দিবলৈ উৎসাহিত কৰক, বঙা আৰু নীলাৰ বিষয়ে তেওঁলোকৰ বুজাপৰা শক্তিশালী কৰক, আৰু সঠিক উত্তৰ সমূহৰ বাবে স্বীকৃতি দিয়ক।
- পূৰ্বতে শিকা বংবোৰ সংশোধন কৰি কওক, "তুমি ঠিকেই কৈছে, বঙা! আৰু এইটো নীলা!"

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: এই ক্ৰমবৰ্ধমান বঙৰ কাৰ্য্যকলাপে পূৰ্বৰ শিক্ষণৰ ওপৰত নিৰ্মাণ কৰে, মনত পেলোৱা দক্ষতাৰ জৰিয়তে অংশগ্ৰহণ বৃদ্ধি কৰে, আৰু বঙৰ ধাৰণাসমূহৰ এক সামগ্ৰিক বোধগম্যতা সৃষ্টি কৰে।

আপোনাৰ শৈশৱৰ বিষয়ে এটা কাহিনী কোৱা

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- আপোনাৰ শিশুটিৰ সৈতে এডোখৰ আৰম্ভাৱ কৰি বহক।
- আপোনাৰ শৈশৱৰ পৰা এটা সৰল আৰু আকৰ্ষণীয় কাহিনীৰ বিষয়ে কওক।
- কাহিনীটো জীৱন্ত কৰি তুলিবলৈ প্ৰকাশভংগী স্বৰ আৰু অঙ্গভঙ্গি ব্যৱহাৰ কৰক।
- শিশুটিক প্ৰশ্ন সুধিবলৈ বা তেওঁৰ চিন্তাধাৰা প্ৰকাশ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- তেওঁ আন এটা কাহিনী শুনিব বিচাৰে নেকি বুলি সুধি কাহিনীৰ সময় সমাপ্ত কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: পিতৃ-মাতৃ-সন্তানৰ সম্পৰ্ক গঢ়ি তোলে, কল্পনাত্মক উদ্দীপিত কৰে আৰু ভাষাৰ বিকাশক উৎসাহিত কৰে।



26 মাহ

ইন্দ্ৰিয়ৰ খেল

সামগ্ৰী: বালি বা বোকা, কাপ, বালিট, পাত্ৰ

পদক্ষেপসমূহ:

- বালি বা বোকাৰে খেলিবলৈ এডোখৰ ঠাই ঠিক কৰক।
- এটা পাত্ৰৰ পৰা আন এটা পাত্ৰলৈ তালিবলৈ কাপ আৰু বালিট দিয়ক।
- বালি বা বোকাবোৰ এটা পাত্ৰৰ পৰা আন এটা পাত্ৰলৈ তালিবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক।
- বালি বা বোকাৰ গঠন, অনুভৱ আৰু অনুভূতিৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক।
- তলাৰ বিভিন্ন কৌশল আৱেণ কৰক।
- এক বিশৃংখল আৰু উপভোগ্য ইন্দ্ৰিয়ৰ খেলৰ সময় উপভোগ কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: স্পৰ্শ আৰু অনুভৱৰ জৰিয়তে ইন্দ্ৰিয়ৰ আৱেণ বৃদ্ধি কৰে আৰু ক্ষুপি আৰু তলাৰ জৰিয়তে সক্ষম মটৰ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে। খেলৰ সময়ত সৃষ্টিশীলতা আৰু কল্পনাক উৎসাহিত কৰে।

আহা একেলগে নৃত্য কৰোঁ

সামগ্ৰী: সংগীত, ৰেডিঅ’

পদক্ষেপসমূহ:

- ৰেডিঅ’ৰ পৰা সংগীত বজাৰক।
- শিশুটিৰ হাতত ধৰক আৰু একেলগে নৃত্য কৰক।
- শিশুটিক তেওঁলোকৰ মূৰ, ভৰি আৰু বাহুবোৰ সংগীতৰ ছন্দ অনুসৰি লৰাবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- নৃত্যৰ ৰাটিন সৃষ্টি কৰক বা সংগীতৰ ধ্বনি অনুসৰণ কৰক।
- ঘৰৰ আন সদস্যসকলক ইয়াত যোগদান কৰিবলৈ আমন্ত্ৰণ জনাওক আৰু একেলগে এক আনন্দময় নৃত্যৰ সময় উপভোগ কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: শাৰীৰিক কাৰ্য্যকলাপ আৰু সমন্বয় বৃদ্ধি কৰে। ছন্দ আৰু সংগীতৰ সজাগতা বৃদ্ধি কৰে।



সেউজীয়া বঙৰ আৱিষ্কাৰ আৰু বঙৰ পুনৰাবৃত্তি

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

১. ৰঙা, নীলা আৰু হলধীয়া ৰঙবোৰ পুনৰ চাবলৈ আৰম্ভ কৰক, শিশুক সেইবোৰৰ বৈশিষ্ট্যবোৰ মনত পেলাই দিয়ক।
২. উদাহৰণ দেখুৱাই বা সেউজীয়া বস্ত্ৰৰ ফালে আঙুলিয়াই সেউজীয়া ৰঙৰ পৰিচয় দিয়ক।
৩. সেউজীয়া ৰঙটো ইতিবাচক শব্দৰে আমোদজনকভাৱে বৰ্ণনা কৰক।
৪. বিভিন্ন বস্ত্ৰৰ বাবে প্ৰশ্ন কৰক, "এই বস্ত্ৰটো সেউজীয়া হয় নে নহয়?"।
৫. শিশুটিক উত্তৰ দিবলৈ উৎসাহিত কৰক, পূৰ্বতে শিকা ৰঙৰ বিষয়ে তেওঁলোকৰ বুজাপৰা শক্তিশালী কৰক আৰু সঠিক উত্তৰসমূহৰ বাবে স্বীকৃতি দিয়ক।
৬. আগৰ ৰংবোৰ সংশোধন কৰি কওক, "তুমি ঠিকেই কৈছে, এইটো ৰঙা! আৰু এইটো নীল! আৰু এইটো হলধীয়া!"

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: এই কাৰ্য্যকলাপে শিশুৰ জ্ঞানৰ ওপৰত নিৰ্মাণ অব্যাহত ৰাখে, আগতে শিকি লোৱা ৰংবোৰ মনত পেলাই অংশগ্ৰহণ বৃদ্ধি কৰে, আৰু ৰঙৰ ধাৰণাসমূহৰ এক সামগ্ৰিক বুজাত আৰিহণা যোগায়।

দেউতাৰ দৰে আচৰণ

সামগ্ৰী: দেউতাৰ জোতা, কাপোৰ, এটা পাত্ৰ, নকল চামুচ

পদক্ষেপসমূহ:

১. মাকসকলে কৰা বিভিন্ন কামৰ বিষয়ে শিশুটিৰ সৈতে কথা পাতক।
২. শিশুটিক জোতা, আৰু কাপোৰ পিন্ধি মাকৰ দৰে সাজ-পোছাক কৰিবলৈ দিয়ক।
৩. অভিনয়কাৰ্য্যকলাপ, যেনে "দেউতাই বন্ধা-বাটা কৰি আছে"
৪. বন্ধাৰ ভাও ধৰিবলৈ এটা পাত্ৰ ব্যৱহাৰ কৰক।
৫. এটা পাত্ৰ এখন কাল্পনিক চামুচে লৰাই দিয়ক।
৬. সুস্বাদু কাল্পনিক ব্যঞ্জনটোৰ সোৱাদ লোৱাৰ ভাও ধৰক।
৭. একেলগে আনন্দ কৰক, কল্পনালীল খেলত ভাগ লওক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: কল্পনালীল খেল আৰু সৃজনশীলতাকে উৎসাহিত কৰে য'লৈ লোৱা ব্যক্তি আৰু শিশুৰ মাজৰ সম্পৰ্ক শক্তিশালী কৰে দৈনন্দিন জীৱনত বিভিন্ন ভূমিকা আৰু কাৰ্য্যকলাপৰ বুজাপৰা বৃদ্ধি কৰে।



27 মাহ

খৰ আৰু ধীৰ গতি

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

১. আপোনাৰ শিশুটিক আপোনাৰ সৈতে খৰ আৰু ধীৰ গতিত দৌৰিবলৈ অনুৰোধ কৰক।
২. এডাল আৰম্ভণি ৰেখা বিচাৰি উলিয়াওক আৰু একেলগে গণনা কৰক, তাৰ পিছত কওক "বলা!"
৩. দৌৰি যোৱাৰ সময়ত "ধীৰ গতিত!" বুলি কওক। আৰু আপোনাৰ সন্তানে নিজৰ গতি নিয়ন্ত্ৰণ কৰে নে নাই লক্ষ্য কৰক।
৪. গতিৰ বিভিন্নতাৰ বিষয়ে আলোচনা কৰি মাজে মাজে "খৰ" আৰু "ধীৰ" বুলি কওক।
৫. আপুনি কিমানবাৰ খৰ গতিত দৌৰিছিল আৰু কিমানবাৰ ধীৰ গতিত দৌৰিছিল গণনা কৰক।
৬. খেলখনৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক আৰু নিৰ্দেশনাবোৰ শুনাৰ গুৰুত্বৰ বিষয়ে কওক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: শুনিবলৈ আৰু নিৰ্দেশনা অনুসৰণ কৰিবলৈ শিকায়। লগতে আৱেগিক আৰু কাৰ্য্য নিয়ন্ত্ৰণৰ অনুশীলনত সহায় কৰে।



বস্তু আৰু সেইবোৰৰ ব্যৱহাৰ

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

১. শিশুটিয়ে জনা ৩ বা ৪ টা বস্তুৰ কথা চিন্তা কৰক।
২. প্ৰতিটো বস্তুতে আঙুলিয়াই দিয়ক আৰু শিশুটিক সেইবোৰৰ নাম ক'বলৈ কওক।
৩. প্ৰতিটো বস্তুৰ ব্যৱহাৰ ব্যাখ্যা কৰক, উদাহৰণস্বৰূপে, "কাপ"। আমি কাপত পানী খাওঁ।
৪. শিশুটিক নাম আৰু ব্যৱহাৰৰ পুনৰাবৃত্তি কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
৫. বুজাপৰা আৰু শব্দভাণ্ডাৰ বিকাশ হোৱাকৈ প্ৰতিটো বস্তুৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: বস্তুৰ নাম কোৱাৰ জৰিয়তে শব্দভাণ্ডাৰ বৃদ্ধি হয় আৰু বস্তুৰ কাৰ্য্য আৰু ব্যৱহাৰৰ বুজাপৰা বৃদ্ধি হয়।



হাঁহি আৰু চকু টিপিওৱা

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. শিশুটিৰ চাই হাঁহক আৰু চকু টিপি়াক, কেইবাবাৰো পুনৰাবৃত্তি কৰক।
2. শিশুটিক পৰ্যবেক্ষণ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক আৰু আপোনাক অনুকৰণ কৰিবলৈ চেষ্টা কৰিবলৈ কওক।
3. আপুনি একেলগে কিমানবাৰ হাঁহিলে আৰু চকু টিপি়ালে গণনা কৰক।
4. প্ৰতিটো প্ৰচেষ্টা প্ৰশংসা আৰু ইতিবাচক শক্তিশালীকৰণৰ সৈতে উদযাপন কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: মুখৰ ভংগিমাৰ জৰিয়তে শিশুক আত্মমুখিক যোগাযোগ শিকায়। পৰ্যবেক্ষণমূলক দক্ষতা আৰু অনুকৰণ কৰাৰ ক্ষমতা বৃদ্ধি কৰে। হাঁহি আৰু চকু টিপিওৱাৰ জৰিয়তে সম্পৰ্কৰ ভাৱ জাগ্ৰত কৰে।



28 মাহ

মাৰ দৰে অভিনয়

সামগ্ৰী: মাকৰ বস্তু যেনে জোতা, কাপোৰ ইত্যাদি।

পদক্ষেপসমূহ:

1. খেলৰ মাধ্যমেৰে মাকৰ ভূমিকাতো ধাৰণা কৰক।
2. মাকৰ দৰে কাম, অঙ্গভঙ্গি আৰু কথা কোৱাৰ ধৰণ অনুকৰণ কৰক।
3. মাকে কৰা কামৰ নকল কৰক আৰু শিশুটিক সেইবোৰত জড়িত কৰক (শিশুটিক গান গায় শুনাবলৈ, ঘৰৰ চাৰিওফালৰ কাম কৰক, ফোনত কথা পাতক, কিতাপ পঢ়ক ইত্যাদি)
4. অভিনয় খেল পৰ্যবেক্ষণ কৰিবলৈ আৰু অংশগ্ৰহণ কৰিবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক।
5. পাৰস্পৰিক আৰু কল্পনাশীল অভিজ্ঞতা একেলগে উপভোগ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: কল্পনাশীল খেল আৰু সৃষ্টিশীলতা বৃদ্ধি কৰে। যত্ন-লগুতা আৰু শিশুৰ মাজৰ সম্পৰ্ক শক্তিশালী কৰে। ই শিশুক বিভিন্ন ভূমিকা পৰ্যবেক্ষণ কৰা আৰু বুজি পোৱাৰ সুযোগ প্ৰদান কৰে।



পানী ভৰোৱা

সামগ্ৰী: খালী বটল, মগ, বাল্টি, পানী

পদক্ষেপসমূহ:

1. খালী বটলটো এডোখৰ সমান জেগাত ৰাখক।
2. মগটোত পানী ভৰাই বটলটোত ঢালি দিয়ক।
3. "বটলত পানী ভৰাই দিয়া" বুলি কৈ শিশুটিৰ সৈতে এই প্ৰক্ৰিয়াটোৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক।
4. আপোনাৰ সহায়ত শিশুটিক মগৰ পৰা পানী বটলত ঢালিবলৈ দিয়ক।
5. ঢলাৰ এক বেলেগ অভিজ্ঞতাৰ বাবে বাল্টি ব্যৱহাৰ কৰাৰ দৰে বিভিন্নতা অন্বেষণ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: ঢালি দিয়াৰ কাৰ্যৰ জৰিয়তে সূক্ষ্ম মটৰ দক্ষতা বৃদ্ধি হয়। পানীৰ বিষয়ে ইন্দ্ৰিয়ৰ অন্বেষণ প্ৰসাৰিত হয়। কাৰ্যকলাপৰ আলোচনাৰ জৰিয়তে ভাষাৰ বিকাশক উৎসাহিত কৰে।



আমি আজি কি কৰিলোঁ?

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. ৰাতিপুৱা উঠা আৰু কাপোৰ পিন্ধাৰ বিষয়ে আলোচনাৰ পৰা আৰম্ভ কৰক।
2. কাৰ্যকলাপবোৰ দিনটোৰ সময়ৰ সৈতে সম্পৰ্কিত কৰক, আৰু দিনটোৰ কামবোৰৰ মাজেৰে আগবাঢ়ি যাওক।
3. খোৱা, খেলা আৰু অন্যান্য কাৰ্যকলাপৰ বিষয়ে কথা পাতক।
4. আৰ্থিক অভিজ্ঞতাৰ বাবে শিশুটিৰ সৈতে কাৰ্যবোৰ কৰি যাওঁক।
5. ৰাতি শুৱলৈ যোৱাৰ বিষয়ে আলোচনা কৰি সামৰণি মাৰক।
6. শিশুটিক প্ৰতিটো কাৰ্যকলাপৰ বিষয়ে তেওঁলোকৰ অভিজ্ঞতা আৰু চিন্তাধাৰা প্ৰকাশ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: দৈনন্দিন নিয়মীয়া আলোচনাৰ জৰিয়তে ভাষাৰ বিকাশ বৃদ্ধি কৰে। সময় সজাগতা আৰু কামৰ ক্ৰমবিন্যাসক উৎসাহিত কৰে। ভূমিকা পালন আৰু কথোপকথনৰ জৰিয়তে পাৰস্পৰিক শিক্ষণক উৎসাহিত কৰে।



মোক বিচাৰি উলিওৱাৰ সংকেত সমূহ

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. লুকাভাকু খেলিবলৈ শিশুটিক আমন্ত্ৰণ জনাওঁক।
2. আপুনি গণনা কৰাৰ সময়ত শিশুটিক লুকাবলৈ কওঁক।
3. সংকেত প্ৰদান কৰি শিশুটিক বিচাৰক, যেনে “মই দুৱাৰৰ ওচৰত হাঁহি শুনিছোঁ”।
4. আপোনাৰ সন্ধানক সহায় কৰিবলৈ বৰ্ণনামূলক ভাষা ব্যৱহাৰ কৰক।
5. শিশুটিক বিচাৰি পোৱাৰ লগে লগে উৎসাহেৰে উদযাপন কৰক।
6. ভূমিকা সলনি কৰক আৰু এইবাৰ শিশুটিক লুকাবলৈ দি আপুনি বিচাৰক।
7. শিশুটিক সংকেত প্ৰদান কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: সমস্যা সমাধানৰ দক্ষতা বিকাশ কৰে, লুকাই থকাৰ প্ৰক্ৰিয়াৰ সময়ত আত্ম-নিয়ন্ত্ৰণ আৰু ধৈৰ্য্য বৃদ্ধি কৰে আৰু বৰ্ণনামূলক সংকেতৰ জৰিয়তে ভাষাৰ বিকাশ বৃদ্ধি কৰে।



29 মাহ

একেলগে গান গোৱা আৰু হাঁহা

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. এটা প্ৰিয় নাচৰী গান বাছনি কৰক।
2. শিশুটিক বাবে নাচৰী গানটো উৎসাহেৰে গাওঁক।
3. শিশুটিক হাততালি দিবলৈ, খোজ কাঢ়িবলৈ বা সৰল কাৰ্য্যত যোগদান কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
4. গানটো পুনৰ গাওঁক, শিশুটিয়ে যদি পাৰে লগত গাবলৈ উৎসাহিত কৰক।
5. ইয়াক এক আনন্দদায়ক আৰু পাৰম্পৰিক অভিজ্ঞতা হিচাপে গঢ়ি তোলক।



কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: ভাষাৰ বিকাশ বৃদ্ধি কৰে, বাঞ্ছন বৃদ্ধি কৰে আৰু সুৰ আৰু ছন্দৰ সম্পৰ্শলৈ অহাৰ জৰিয়তে বৌদ্ধিক বিকাশক উৎসাহিত কৰে।

মাটিৰ চিত্ৰ

সামগ্ৰী: বাহিৰৰ বোকাময় ঠাই বা কোমল মাটি

পদক্ষেপসমূহ:

1. ঘৰৰ বাহিৰত উপযুক্ত বোকাময় ঠাই বা মাটি বিচাৰি উলিয়াওঁক।
2. শিশুটিৰ লগত বহি আঙুলি ব্যৱহাৰ কৰি বোকাত কেনেকৈ আঁকিব লাগে দেখুৱাওঁক।
3. শিশুটিক আৱেশণ কৰিবলৈ আৰু তেওঁলোকৰ নিজৰ মাটিৰ চিত্ৰ সৃষ্টি কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
4. আপুনি একেলগে আঁকাৰ সময়ত আকৃতি, ৰেখা বা আঁহিৰ বিষয়ে কথা পাতক।
5. শিশুটিক বিভিন্ন আঙুলিৰ সঞ্চালনৰ সৈতে পৰীক্ষা-নিৰীক্ষা কৰিবলৈ দিয়ক।
6. শিশুটিৰ বোকা চিত্ৰক উৎসাহেৰে উদযাপন কৰক।



কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: স্পৰ্শ আৰু গঠনৰ জৰিয়তে ইন্দ্ৰিয়ৰ আৱেশণ বৃদ্ধি কৰে, আঙুলিৰে আঁকা চিত্ৰৰ জৰিয়তে সৃষ্টিশীলতা আৰু সূক্ষ্ম মটৰ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে।

মই কোনটো জন্তু?

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. এটা জন্তু বাছনি কৰক যেনে মেকুৰী, আৰু ইয়াৰ বৈশিষ্ট্যসমূহৰ বিষয়ে কওঁক, যেনে, “মেকুৰীৰ গোঁফ আৰু দীঘল নেজ থাকে”।
2. শিশুটিক গোঁফ দেখুৱাবলৈ আপোনাৰ হাত ব্যৱহাৰ কৰক।
3. জন্তুৰ সৈতে জড়িত শব্দবোৰ কৰক, উদাহৰণস্বৰূপে, মেকুৰীৰ বাবে “মিওঁ”।
4. শিশুটিৰ সৈতে মাটিৰে নামি নিৰ্বাচিত জন্তুটোৰ গতিবিধি অনুকৰণ কৰি ভাও ধৰক।
5. শিশুটিক শব্দ আৰু কাৰ্য্যবোৰ অনুকৰণ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: জীৱ-জন্তুৰ বৰ্ণনাৰ জৰিয়তে ভাষাৰ বিকাশ বৃদ্ধি কৰে, অনুকৰণ আৰু শব্দৰ জৰিয়তে ইন্দ্ৰিয়ৰ আৱেশণক উৎসাহিত কৰে আৰু সৃষ্টিশীলতা আৰু কল্পনালীল খেলক উৎসাহিত কৰে।



পাজল সমাধান কৰা

সামগ্ৰী: কাগজ বা কাৰ্ডবোর্ড, চিত্ৰাংকনৰ সামগ্ৰী, কেঁচি

পদক্ষেপসমূহ:

- কাগজ বা কাৰ্ডবোর্ডত এজন মানুহ আঁকক।
- কাগজখন তিনিটা টুকুৰাত কাটি লওক-ওপৰত (মূৰ), মাজত (পেট), আৰু তলত (ভৰি)।
- বুজাই দিয়ক যে মূৰটো ওপৰত, পেটটো মাজত আৰু ভৰিটো তলত থাকে।
- টুকুৰাবোৰ পৃথক কৰক আৰু সেইবোৰ পুনৰ একত্ৰিত কৰি পুনৰ মানুহ বনাবলৈ শিশুটিক কওক।
- টুকুৰাবোৰ সঠিকভাৱে যেতিয়া একত্ৰিত কৰে শিশুটিক প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: সূক্ষ্ম সঞ্চালন দক্ষতা, বিকাশ আৰু শৰীৰৰ আংগসমূহৰ বিষয়ে সজাগতাৰ লগতে সমস্যা সমাধানৰ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে।



এটা যাদুকৰী তন্ত্ৰ

সামগ্ৰী: দুখন মজবুত চকী, এখন কঞ্চল, বিচনা চাদৰ বা টাব্ৰেল

পদক্ষেপসমূহ:

- দুখন মজবুত চকীক, এখন কঞ্চল বা টাব্ৰেলেৰে ঢাকি এটা তন্ত্ৰ তৈয়াৰ কৰক।
- এই বিশেষ ঘৰৰ ভিতৰলৈ শিশুটিক আমন্ত্ৰণ জনাওক আৰু ইয়াক খেলৰ বাবে একে আৰম্ভণিক স্থান হিচাপে গঢ়ি তোলক।
- কল্পনালী খেলৰ বাবে ঘৰৰ ভিতৰলৈ পুতলা নিবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক।
- একেলগে মিলি, এই বিশেষ স্থানক এটা আমোদজনক আৰু সৃষ্টিশীলমূলকনাম দিয়ক।
- একেলগে মিলি তন্ত্ৰৰ ভিতৰত, খেল, কাহিনী আৰু কাৰ্যকলাপবোৰ আশ্ৰয়ণ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: কল্পনালী খেল আৰু সৃষ্টিশীলতাক উৎসাহিত কৰে আৰু আশ্ৰয়ণৰ বাবে এক আৰম্ভণিক স্থান সৃষ্টি কৰে।



30 মাহ

কৰ্মক্ষেত্ৰত কি হয়

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- মাক বা দেউতাকে কৰ্মক্ষেত্ৰত কি কৰে সেয়া শিশুটিৰ সৈতে আলোচনা কৰক।
- কামবোৰ ব্যাখ্যা কৰিবলৈ সৰল ভাষা ব্যৱহাৰ কৰক, উদাহৰণস্বৰূপে, কৃষি।
- বীজ সিঁচা, মাটিত পানী দিয়া আৰু ঘাঁহ আঁতৰোৱাৰ দৰে কাৰ্যকলাপৰ বিষয়ে কওক।
- শিশুটিক প্ৰশ্ন সুধিবলৈ বা কিছুমান কাৰ্য অনুকৰণ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- অসভ্য আৰু উৎসাহ অন্তৰ্ভুক্ত কৰি ইয়াক আকৰ্ষণীয় কৰি তোলক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: কাহিনী কোৱাৰ জৰিয়তে ভাষাৰ বিকাশ বৃদ্ধি কৰে আৰু শিশুৱে নিজৰ টোপাশৰ জগতখনৰ বিষয়ে জানিব পৰাৰ লগে লগে কেঁতুহল আৰু কল্পনালী খেলা-ধূলেক প্ৰসাৰিত কৰে।



একেলগে কাপোৰ ভাঁজ কৰা

সামগ্ৰী: পৰিষ্কাৰ কাপোৰ

পদক্ষেপসমূহ:

- ভাঁজ কৰিবলৈ পৰিষ্কাৰ কাপোৰ সংগ্ৰহ কৰক।
- শিশুটিৰ লগত বহি কাপোৰ কেনেকৈ ভাঁজ কৰিব লাগে তেওঁক দেখুৱাওক।
- কাপোৰৰ এটা টুকুৰা ভাঁজ কৰি শিশুটিক অনুকৰণ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- কাপোৰ ধোৱাৰ কামত সহায় কৰাৰ ক্ষেত্ৰত তেওঁৰ প্ৰচেষ্টাক প্ৰশংসা আৰু উদযাপন কৰক।
- ৰং আৰু কাপোৰৰ প্ৰকাৰৰ বিষয়ে আলোচনা কৰি ইয়াক এক আমোদজনক আৰু পাৰস্পৰিক কাৰ্যকলাপ হিচাপে গঢ়ি তোলক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: ভাঁজ কৰা কামৰ জৰিয়তে সূক্ষ্ম মটৰ দক্ষতা বৃদ্ধি হয় আৰু দৈনন্দিন কামৰ সময়ত সহযোগিতা আৰু বান্ধোন বৃদ্ধি হয়।



এইটো কাৰ?

সামগ্ৰী: বিভিন্ন পৰিচিত বস্তু (এটা চাৰ্ট, এটা ঘড়ী, এটা ফোন)

পদক্ষেপসমূহ:

1. শিশুটিক এটা এটাকৈ বিভিন্ন বস্তু দেখুৱাওক।
2. প্ৰতিটো বস্তুৰ বাবে প্ৰশ্ন কৰক, “এইটো কাৰ?”।
3. মালিকজনক চিনাক্ত কৰিবলৈ বা আঙুলিয়াই দিবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক যেনে, “মাৰ ফোন”, “দেউতাৰ জোতা”।
4. সেই বিধ বস্তুৰে ব্যক্তিজনে কি কৰে শিশুটিক সোধক-দেউতাকে ঘৰৰ পৰা ওলাই যোৱাৰ আগতে জোতা পিন্ধে।
5. শিশুটিৰ প্ৰতিক্ৰিয়াবোৰক প্ৰশংসা কৰক আৰু নিশ্চিত কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: শিশুটিক বস্তু, ব্যক্তি আৰু তেওঁলোকৰ কাৰ্য্যৰ মাজত সম্পৰ্ক স্থাপন কৰিবলৈ সক্ষম কৰি সংজ্ঞানাত্মক বিকাশৰ প্ৰচাৰ কৰে। ই চিনাক্তকৰণ আৰু নামাকৰণৰ জৰিয়তে ভাষাৰ বিকাশকো সক্ষম কৰে।



স্পৰ্শ আৰু নাম কোৱা

সামগ্ৰী: ঘৰৰ বস্তুবোৰ (যেনে, দুৱাৰ, বিচনা, চকী, টেবুল)

পদক্ষেপসমূহ:

1. সহজে উপলব্ধ ঘৰৰ 3 বা 4 টা বস্তুৰ নাম উল্লেখ কৰক।
2. শিশুটিক প্ৰতিটো বস্তু স্পৰ্শ কৰিবলৈ আৰু নাম পুনৰাবৃত্তি কৰিবলৈ কওক।
3. শিশুটিয়ে বস্তুটো সঠিকভাৱে স্পৰ্শ কৰিলে আৰু নাম দিলে তেওঁক প্ৰশংসা কৰক।
4. ভূমিকা সলনি কৰক আৰু এইবাৰ আপুনি স্পৰ্শ কৰিবলৈ আৰু নাম ক'বলৈ শিশুটিক বস্তু বাছনি কৰিবলৈ কওক।
5. একেলগে খেলি আৰু শিকি আনন্দৰ সময় পাৰ কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: শব্দভাণ্ডাৰ আৰু বস্তু চিনাক্তকৰণৰ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে।



31 মাহ

আঁক-বাকৰ মজা

সামগ্ৰী: ক্ৰেয়ন বা পেঞ্চিল, কাগজ

পদক্ষেপসমূহ:

1. শিশুটিক ক্ৰেয়ন ব্যৱহাৰ কৰিবলৈ আৰু গোটেই কাগজখনত আঁক-বাক কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
2. আন এডাল ক্ৰেয়ন লওক আৰু বৃত্তাকাৰ আঁক-বাক কৰাৰ প্ৰদৰ্শন কৰক।
3. শিশুটিক নিজৰ বৃত্তাকাৰ চিহ্ন সৃষ্টি কৰি অনুকৰণ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
4. কাগজখনত বৃত্তাকাৰ চিহ্ন দিয়াৰ বাবে শিশুটিক প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: এই ক্ৰিয়াকলাপে সূক্ষ্ম মটৰ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে আৰু মৌলিক আকৃতি আৰু আঁহিৰ পৰিচয় দিয়ে।



কাপোৰৰ নাম দিয়া

সামগ্ৰী: শিশু আৰু পৰিয়ালৰ সদস্যৰ কাপোৰ

পদক্ষেপসমূহ:

1. শিশুটিক তেওঁলোকে পিন্ধা কাপোৰৰ নাম ৰখাত সহায় কৰক।
2. আপুনি নাম কোৱা প্ৰতিটো কাপোৰ আপোনাক দেখুৱাবলৈ শিশুটিক কওক।
3. যদি শিশুটি সক্ষম হয়, তেন্তে তেওঁলোকক প্ৰতিটো কাপোৰৰ নাম নিজে ৰাখিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
4. সঠিক সঁহাৰিবোৰ প্ৰশংসাৰে উদযাপন কৰক।
5. আপোনাৰ নিজৰ কাপোৰৰ ফালে আঙুলিৰাওক আৰু চাওক যে শিশুটিয়ে সঠিক ভাৱে সেইবোৰৰ নাম চিনাক্ত কৰিব পাৰিছেনে নাই।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: কাপোৰৰ সৈতে সম্পৰ্কিত শব্দভাণ্ডাৰ শক্তিশালী কৰে আৰু দৈনন্দিন বস্তুৰ স্বীকৃতি আৰু বুজাবুজিৰ প্ৰসাৰ কৰে।



ৰঙ মিলোৱা খেল

সামগ্ৰী: ৰঙা, নীলা আৰু হালধীয়া ৰঙৰ ৰঙীন বস্তু বা কাৰ্ড

পদক্ষেপসমূহ:

- ৰঙা, নীলা আৰু হালধীয়া ৰঙৰ বস্তু বা কাৰ্ড সংগ্ৰহ কৰক।
- শিশুটিক প্ৰতিটো ৰং দেখুৱাওক আৰু নাম কওক।
- একে ৰঙৰ বস্তুবোৰ মিলাবলৈ শিশুটিক কওক।
- যেতিয়া শিশুটিয়ে ৰঙৰ সৈতে ৰঙা, নীলাৰ সৈতে নীলা, আৰু হালধীয়াৰ সৈতে হালধীয়া সফলতাৰে মিলায় তেতিয়া উদযাপন কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: ৰঙৰ চিনাক্তকৰণ বিকশিত কৰে আৰু মিলোৱাৰ জৰিয়তে বৌদ্ধিক ক্ষমতা বৃদ্ধি কৰে।



32 মাহ

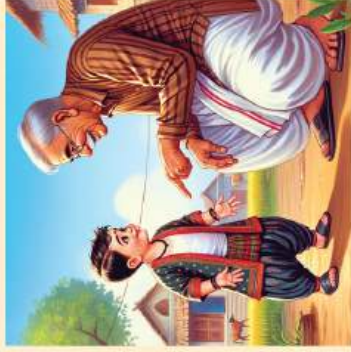
ককাৰ দৰে কাম

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- আইতাক-ককাকসকলে কৰা বিভিন্ন কামৰ বিষয়ে শিশুটিৰ সৈতে কথা পাতক।
- আইতাক-ককাকৰ জোতা আৰু কাপোৰৰ পিন্ধি শিশুটিক তেওঁলোকৰ দৰে সাজিবলৈ দিয়ক।
- অভিনয় কাৰ্য্যকলাপ, যেনে “ককায়ে গৰুবোৰক খুৱাই আছে”
- ককাকে সাধাৰণতে কোৱা কথাবোৰ বা ককাকে সাধাৰণতে কোৱা কাহিনীবোৰ কওক।
- একেলগে আনন্দ কৰক, কল্পনাশীল খেলত লিপ্ত হওক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: কল্পনাশীল খেল আৰু সৃষ্টিশীলতা বৃদ্ধি কৰে। যত্ন-লগুতা ব্যক্তি আৰু শিশুৰ মাজৰ সম্পৰ্ক শক্তিশালী কৰে। কাহিনী কোৱা আৰু ভূমিকা পালনৰ জৰিয়তে ভাষাৰ বিকাশত সহায় কৰে।



আহা একেলগে এখন চাইকেল চলাওঁ

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- এডাল কাল্পনিক হেণ্ডেল ধৰি, হৰ্ণ বাজাই আৰু ‘ভাকম ভাকম’ ৰ দৰে ইঞ্জিনৰ শব্দ কৰি এজন চালকৰ দৰে অভিনয় কৰক।
- আপুনি ‘চাইকেল চলাওঁতে’ শিশুটিক আপোনাৰ পিছফালে অনুসৰণ কৰিবলৈ দিয়ক।
- বজাৰ বা দোকানৰ দৰে গন্তব্যস্থানৰ কথা উল্লেখ কৰি আপোনাৰ যাত্ৰাৰ বিষয়ে কওক।
- ‘ধিৰ’ধৰ’, ‘বাওঁ/সোঁ’, ‘দীঘল/চুটি’ ৰ দৰে শব্দ ব্যৱহাৰ কৰক আৰু শাক-পাচলি তুলি লোৱাৰ ভাও জোৰক।
- ভূমিকা সলনি কৰক, শিশুটিক চালক হ’বলৈ দিয়ক আৰু আপুনি পিছফালে অনুসৰণ কৰক।
- শিশুটিক তেওঁলোকৰ যাত্ৰাৰ বৰ্ণনা কৰিবলৈ আৰু আনন্দ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।



কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: কল্পনাপ্ৰসূত খেলা আৰু সৃষ্টিশীলতাক উৎসাহিত কৰে। কাহিনী কোৱা আৰু ভূমিকা পালনৰ জৰিয়তে ভাষা দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে। দিশগত ধাৰণা আৰু স্থানীয় সচেতনতাৰ বুজাবুজিক প্ৰসাৰিত কৰে।

প্ৰকৃতিৰ কাহিনীৰ সময়

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- বাহিৰত থকাৰ সময়ত, শিশুটিক শিল, গছ, জীৱ-জন্তু আদি পৰ্যবেক্ষণ কৰিবলৈ কওক।
- এই প্ৰাকৃতিক উপাদানবোৰ এটা প্ৰিয় কাহিনী বৰ্ণনা কৰিবলৈ বা এটা প্ৰিয় গীত গাবলৈ ব্যৱহাৰ কৰক।
- উদাহৰণস্বৰূপে, চাৰিওফালৰ পৰিৱেশ ব্যৱহাৰ কৰি “বুধিয়ক কাউৰী” বা আন জন্তুৰ বন্ধুৰ কাহিনীটো কওক।
- শিশুটিক তেওঁলোকে চিনাক্ত কৰা বস্তু আৰু জীৱ-জন্তুৰ ওপৰত তেওঁলোকৰ চিন্তাধাৰা প্ৰকাশ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- তথ্য সংগ্ৰহৰ প্ৰৱৰ্তন কৰি পৰিচিত উপাদানসমূহৰ বিষয়ে কথাপকথন গঢ়ি তোলক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: পৰিৱেশৰ বিষয়ে পৰ্যবেক্ষণমূলক দক্ষতা আৰু কৌতূহল বৃদ্ধি কৰে আৰু শ্ৰৱণ আৰু কথা কোৱা দক্ষতা উন্নত কৰে।



আকাৰৰ তুলনা কৰা

সামগ্ৰী: তিনিটা ভিন্ন আকাৰৰ পাত বা লাঠি

পদক্ষেপসমূহ:

1. তিনিটা ভিন্ন আকাৰৰ পাত বা লাঠি বিচাৰি উলিয়াওক।
2. প্ৰতিটো আকাৰ বৰ্ণনা কৰিবলৈ 'ডাঙৰ, মধ্যমীয়া আৰু সৰু'ৰ দৰে শব্দ ব্যৱহাৰ কৰক।
3. আপুনি কোৱা আকাৰৰ শব্দবোৰ পুনৰাবৃত্তি কৰিবলৈ শিশুটিক কওক।
4. আকাৰবোৰৰ নাম কওক আৰু শিশুটিক সংশ্লিষ্ট/সঠিক পাতৰ ফালে আঙুলিয়াই দিবলৈ দিয়ক।
5. শিশুটিয়ে যেতিয়া সঠিকভাৱে আকাৰ চিনাক্ত কৰে তেতিয়া তেওঁক প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: আকাৰৰ সৈতে সম্পৰ্কিত শব্দভাণ্ডাৰ বিকশিত কৰে, পৰ্যবেক্ষণমূলক আৰু ভাষাৰ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে।



ৰঙৰ সন্ধান কৰা

সামগ্ৰী: বিভিন্ন ৰঙৰ বস্তু (যেনে, পাত, দুৱাৰ, মোজা, ঘাঁহ)

পদক্ষেপসমূহ:

1. একে ৰঙৰ দুটা বস্তু বিচাৰি উলিয়াওক, যেনে সেউজীয়া পাত আৰু দুৱাৰ।
2. শিশুটিক বস্তুবোৰ দেখুৱাওক আৰু ৰং আৰু নাম বৰ্ণনা কৰক, যেনে "সেউজীয়া পাত"।
3. শিশুটিক একে ৰঙৰ আৰু বস্তু বিচাৰি উলিওৱাত সহায় কৰক, যেনে, মোজা আৰু ঘাঁহ আৰু যেতিয়া তেওঁলোকে কৰে তেওঁলোকক উৎসাহিত কৰক।
4. এটা সময়ত এটা ৰঙৰ নাম কওক, যাৰ ফলত ই একে আনন্দদায়ক ৰঙৰ সন্ধান হৈ পৰে।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: ৰঙৰ চিনাক্তকৰণ, শব্দভাণ্ডাৰ বৃদ্ধি কৰে আৰু শিশুক এক আমোদজনক আৰু আকৰ্ষণীয় অন্বেষণলৈ ৰূপান্তৰিত কৰে।



সূতা গুঠা খেল

সামগ্ৰী: এখন চালনী, ৰঙীন সূতা

পদক্ষেপসমূহ:

1. এডোখৰ সমতল ঠাইত চালনীখন কেনেকৈ ছিৰিভাৱে ধৰিব লাগে প্ৰদৰ্শন কৰক।
2. ওপৰৰ পৰা আৰম্ভ কৰি ফুটাবোৰৰ মাজেৰে সূতা কেনেকৈ গুঠিব লাগে শিশুটিক দেখুৱাওক।
3. ফুটাবোৰৰ মাজেৰে সূতা গুঠিবলৈ শিশুটিৰ হাতত ধৰি সহায় কৰক, তেওঁৰ সূক্ষ্ম সঞ্চালন দক্ষতাক উৎসাহিত কৰক।
4. প্ৰতিটো সফলতাক প্ৰশংসা আৰু উৎসাহেৰে উদযাপন কৰক।
5. অধিক আনন্দৰ বাবে একেলগে বিভিন্ন আৰ্হি আৰু ৰং অন্বেষণ কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: সূক্ষ্ম মটৰ দক্ষতা আৰু হাত-চকুৰ সমন্বয় বৃদ্ধি কৰে।



আহা একেলগে নৃত্য কৰোঁ

সামগ্ৰী: মিউজিক প্লেয়াৰ বা ৰেডিঅ'

পদক্ষেপসমূহ:

1. ৰেডিঅ'ৰ পৰা এটা সংগীত বজাৱক।
2. শিশুটিৰ হাত ধৰক আৰু একেলগে নৃত্য কৰক।
3. শিশুটিক তেওঁলোকৰ মূৰ, ভৰি আৰু বাহুবোৰ সংগীতৰ ছন্দ অনুসৰি লৰাবলৈ উৎসাহিত কৰক।
4. একেলগে এটা মনোৰঞ্জনমূলক নৃত্যৰ ৰুটিন সৃষ্টি কৰক।
5. ঘৰৰ আন সদস্যসকলক ইয়াত যোগদান কৰিবলৈ আমন্ত্ৰণ জনাওক আৰু একেলগে এক আনন্দময় নৃত্যৰ সময় উপভোগ কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: শাৰীৰিক কাৰ্যকলাপ আৰু সমন্বয় বৃদ্ধি কৰে, পাৰিবাৰিক বান্ধোন শক্তিশালী কৰাৰ লগতে ছন্দময় আৰু সঞ্চালন দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে।



নাম: বটলৰ সাঁফৰ সজোৱা (চাৰ্জিং)

সামগ্ৰী: তিনিটা পৃথক বঙৰ প্লাষ্টিকৰ বটলৰ সাঁফৰ

পদক্ষেপসমূহ:

- বটলৰ সাঁফৰবোৰ প্ৰদৰ্শন কৰক আৰু প্ৰতিটো বঙৰ নাম কওঁক।
- ৰং মিলাই সাঁফৰবোৰ সজাবলৈ শিশুটিক কওঁক।
- ৰং অনুসৰি সজোৱাৰ বাবে তেওঁলোকৰ প্ৰচেষ্টাক প্ৰশংসা কৰক।
- একেলগে কাৰ্যকলাপটো উপভোগ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: ৰং চিনাক্তকৰণ আৰু ক্ৰমবিন্যাস দক্ষতা বিকাশ কৰে আৰু বস্তুবোৰ সঞ্চালন আৰু সজোৱাৰ জৰিয়তে সূক্ষ্ম মটৰ দক্ষতা উন্নত কৰে।



নাম: নাৰ্চাৰী গীত

সামগ্ৰী: একো নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিৰ বাবে এটা গীত ভংগিমাৰ সৈতে গাওক।
- শিশুটিক ভংগিমাবোৰ অনুকৰণ কৰিবলৈ আৰু শব্দবোৰ পুনৰাবৃত্তি কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- ভাৱ-বিনিময় উপভোগ কৰক আৰু আমোদজনক অভিজ্ঞতা ভগাই লওক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: গীত আৰু ভংগিমায়ে ভাষাৰ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে আৰু অনুকৰণ আৰু সমন্বয়ক প্ৰসাৰিত কৰে।



34 মাহ

নাম: চোৱা, মই গাড়ী চলাব পাৰো!

সামগ্ৰী: একো নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- বিভিন্ন গতি আৰু শব্দৰ সৈতে গাড়ী, বিমান বা মটৰচাইকেল হোৱাৰ ভাও ধৰক।
- শিশুটিক কল্পনামূলক নাটকত যোগদান কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- সোধক, "বাহুনি কৰা বাহনে! কি শব্দ কৰে?"
- বিভিন্ন কল্পনিক যাত্ৰা অন্বেষণ কৰি একেলগে আনন্দ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: সৃষ্টিশীলতা আৰু কল্পনাক উদ্দীপিত কৰে আৰু বস্তুৰ সৈতে শব্দ সংযুক্ত কৰি ভাষাৰ দক্ষতা বিকাশ কৰে।



নাম: বলৰ খেল

সামগ্ৰী: বল, কাপোৰৰ বল, বা মোজাৰ বল

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিক খেলিবলৈ এটা বল দিয়ক।
- পৰিয়ালৰ সদস্যসকলৰ সৈতে এটা গোল বনাৱক।
- গোলটোত থকা কাৰোবালৈ বলটো দলিয়াই দিয়ক বা চোঁচৰাই দিয়ক।
- যিজনে বলটো ধৰিব তেওঁ আনে কৰিব পৰাকৈ এটা কাৰ্য কৰিব যেনে জাপ মাৰা।
- বলথকা ব্যক্তিজনে আনন্দ অৱ্যাহত ৰাখিবলৈ বলটো আন কাৰোবালৈ দলিয়াব।
- একেলগে খেলা আৰু বিভিন্ন কাৰ্য অন্বেষণ কৰা উপভোগ কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: সখল মটৰ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে যেনে উঠোৱা, ধৰা আৰু দলিয়াই দিয়া ইত্যাদি আৰু শিশুটোক এটা গোটৰ ভিতৰত সামাজিক আদান-প্ৰদান আৰু সহযোগিতাৰ বিষয়ে শিকায়।



জন্তুটো অনুমান কৰা

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. মাটিলৈ নামি দৰে অভিনয় কৰক।
2. আপুনি অভিনয় কৰা জন্তুটো অনুমান কৰিবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক।
3. যেতিয়া তেওঁলোকে জন্তুটো সঠিকভাৱে চিনাক্ত কৰে তেতিয়া তেওঁলোকক প্ৰশংসা কৰক।
4. আধিক আনন্দৰ বাবে বিভিন্ন প্ৰাণীৰ ক্ৰিয়াৰে খেলখন পুনৰাবৃত্তি কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: পৰ্যবেক্ষণ আৰু অনুমানৰ জৰিয়তে বৌদ্ধিক দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে আৰু জীৱ-জন্তুবোৰক শপ্ন আৰু গতিবিধিৰ সৈতে সংযুক্ত কৰি শব্দভাণ্ডাৰ বৃদ্ধি কৰে।



মায়ে কয়

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

1. শিশুটিৰ সৈতে "মায়ে কয়" ৰ খেলখন আৰম্ভ কৰক।
2. "মায়ে কয় বহি থকা" বা "মায়ে কয় থিয় হৈ থকা" ৰ দৰে নিৰ্দেশনা দিয়ক।
3. শিশুটিক নিৰ্দেশনা অনুসৰণ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
4. যেতিয়া আপুনি "চিমৰানে কয়" বুলি কয় তেতিয়া তেওঁলোকৰ কাৰ্য্যৰ প্ৰশংসা কৰক আৰু উদযাপন কৰক।
5. শিশুৰ শ্ৰৱণ আৰু প্ৰতিক্ৰিয়াৰ দক্ষতাক প্ৰত্যাহ্বান জনাবলৈ আমোদজনক বৈচিত্ৰৰে চেষ্টা কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: শ্ৰৱণ দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে আৰু নিৰ্দেশনা অনুসৰণ কৰাৰ বাবে শিশুৰ ক্ষমতা উন্নত কৰে।



35 মাহ

ৰঙটো স্পৰ্শ কৰক

সামগ্ৰী: ৰঙীন বস্তু বা কাৰ্ড

পদক্ষেপসমূহ:

1. শিশুটিক ৰঙীন বস্তু বা কাৰ্ড প্ৰদান কৰক।
2. কণ্ডক, "ৰঙা ৰঙটো স্পৰ্শ কৰা" আৰু কোৱা ৰঙটোৰ বস্তু বা কাৰ্ড স্পৰ্শ কৰিবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক।
3. প্ৰতিটো সঠিক স্পৰ্শ, প্ৰশংসা আৰু উৎসাহেৰে উদযাপন কৰক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: ৰং চিনাক্তকৰণৰ দক্ষতা বিকশিত কৰে, আৰু ইতিবাচক শক্তিশালীকৰণে শিশুটিক তুল কৰাত আৰু আত্মবিশ্বাসৰে নতুন কথা শিকাত সহায় কৰে।



বেগত কি আছে?

সামগ্ৰী: সুৰক্ষিত আৰু পৰিচিত পুতলাৰ সৈতে এটা বেগ

পদক্ষেপসমূহ:

1. শিশুটিক চকু বন্ধ কৰিবলৈ কওক।
2. এবাৰত এটা বস্তু উলিয়াই শিশুটিক দিয়ক।
3. তেওঁলোকক স্পৰ্শ কৰিবলৈ আৰু অনুভৱ কৰিবলৈ দিয়ক।
4. এতিয়া তেওঁলোকক অনুমান কৰিবলৈ কওক যে সেইটো কি।
5. সঠিকভাৱে অনুমান কৰাৰ বাবে শিশুটিক প্ৰশংসা কৰক আৰু উৎসাহিত কৰক।
6. সঠিক উত্তৰটো বিচাৰি উলিয়াবলৈ তেওঁলোকক সংকেত দিয়ক।

কাৰ্য্যকলাপৰ মূল্য: ইন্দ্ৰিয়ৰ উদ্দীপনা বৃদ্ধি কৰে আৰু অনুমানৰ জৰিয়তে বৌদ্ধিক বিকাশ উন্নত কৰে।



নাম: লগৰটো ক'ত?

সামগ্ৰী: বস্ত্ৰৰ বিভিন্ন যোৰা (যেনে, তলা আৰু চাবি, জোতা আৰু মোজা)

পদক্ষেপসমূহ:

- তলা আৰু চাবিৰ দৰে যোৰৰ পৰিচয় দিয়ক, প্ৰতিটো যোৰৰ নাম কওক।
- এটা বস্ত্ৰ দেখুৱাই সুধিব, "লগৰটো ক'ত?"
- শিশুটিক মিল থকা বস্ত্ৰবোৰ বিচাৰি উলিয়াবলৈ আৰু মিলাবলৈ সহায় কৰক।
- প্ৰতিটো যোৰা মিলাৱাৰ সফলতাকে উদযাপন কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: বস্ত্ৰ আৰু ইয়াৰ ব্যৱহাৰৰ মাজৰ সম্পৰ্ক চিনাক্ত কৰি বৌদ্ধিক দক্ষতা বৃদ্ধি কৰে।



36 মাহ

ইজনে সিজনৰ পৰা শিকা

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিক সোধক, "পৰ্কত কি কৰিব পাৰি?"
- শিশুটিক যিকোনো এটা কাম, যেনে জপিয়াই বা বগাই যোৱা, প্ৰদৰ্শন কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- শিশুটিক অনুকৰণ কৰক আৰু তেওঁ কিমান ভাল দৰে কৰিব পাৰিলে তাৰ শলাগ লওক।
- শিশুটিৰ লগত আপুনি ভাল পোৱা কাম এটা শ্বেয়াৰ কৰক আৰু সেইটো অনুকৰণ কৰিবলৈ তেওঁক আমন্ত্ৰণ জনাওক।
- ইজনে সিজনক শিকাব পৰা নতুন আৰু আকৰ্ষণীয় কথা চিন্তা কৰক।



কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: এই কাৰ্যকলাপে শিশুক নিজৰ কৃতি আৰু ক্ষমতাৰ বিষয়ে অধিক আত্মবিশ্বাসী অনুভৱ কৰাত সহায় কৰে আৰু আপোনাৰ সৈতে নতুন কিবা এটা শিকিবলৈ সহায় কৰে।

নাম: মোৰ নাম হৈছে...

সামগ্ৰী: একোৱেই নালাগে

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিক সোধক, "তোমাৰ নাম কি?"
- যোতীয়া শিশুটিয়ে উত্তৰ দিব, তেতিয়া কওক, "ঠিকেই কৈছে! তোমাৰ নাম [প্ৰথম নাম]।"
- সোধক, "আৰু তোমাৰ উপাধি কি?" শিশুটিয়ে উত্তৰ দিলে শ্বেয়াৰ কৰক।
- আঙুলি ব্যৱহাৰ কৰি শিশুটিক নিজৰ বয়স দেখুৱাবলৈ শিকাওক। তেওঁৰ প্ৰচেষ্টাক উদযাপন কৰক।
- শিশুটিৰ লগত কথা পাতিলে দুয়োটা নাম ব্যৱহাৰ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক। তেওঁলোকৰ অংশগ্ৰহণৰ প্ৰশংসা কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: শিশুক আত্মসচেতনতা গঢ়ি তোলাত সহায় কৰে আৰু নতুন মানুহৰ লগত নিজকে চিনাক্ত কৰাই দিবলৈ সক্ষম কৰে।



গণনা কৰাটো মজা

সামগ্ৰী: 3টা সৰু বস্ত্ৰ (যেনে, খেলনা, ব্লক)

পদক্ষেপসমূহ:

- শিশুটিৰ সন্মুখত তিনিটা বস্ত্ৰ ৰাখক।
- প্ৰতিটো বস্ত্ৰলৈ আঙুলিয়াই কওক, "একেলগে গণনা কৰোঁ আহাঁ! এটা, দুটা, তিনিটা!"
- গণনা কৰাৰ সময়ত শিশুটিক প্ৰতিটো বস্ত্ৰ স্পৰ্শ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- তেওঁৰ প্ৰচেষ্টাক উদযাপন কৰি গণনাৰ অনুশীলনটো পুনৰাবৃত্তি কৰক।

কাৰ্যকলাপৰ মূল্য: গণনা আৰু বস্ত্ৰ চিনাক্তকৰণৰ জৰিয়তে বৌদ্ধিক ক্ষমতা বৃদ্ধি কৰে আৰু প্ৰাৰম্ভিক সংখ্যাৰ দক্ষতা বিকাশ কৰে।



4.3 দিব্যাং শিশুৰ প্ৰয়োজন অনুসৰি কাৰ্য্যকলাপ অভিযোজন কৰা (0-3 বছৰ)

ৰাষ্ট্ৰীয় কাঠামো ফৰ আৰ্লি চাইল্ডহুড ষ্টিমুলেচনে জন্মৰ পৰা তিনি বছৰলৈকে শিশুৰ বাবে 140 টা কাৰ্য্যকলাপৰ তালিকা প্ৰস্তুত কৰিছে, যিয়ে শিশুৰ জ্ঞানমূলক, আৰ্থ-আৱেগিক, ভাষা, শাৰীৰিক আৰু সৃষ্টিশীল বিকাশৰ বাবে সামগ্ৰিক উদ্দীপনা সামৰি লয়। কিন্তু বিকাশৰ পলম (উদাহৰণস্বৰূপে, শিশুৱে খোজ কঢ়া বা কথা ক'বলৈ বেছি সময় ল'ব পাৰে আৰু সূক্ষ্ম চলন-ফুৰণ দক্ষতা নিষ্পাদন বা বিকাশ কৰাত বা নতুন তথ্য বুজিবলৈ সহায়ৰ প্ৰয়োজন হ'ব পাৰে) আৰু অন্যান্য অক্ষমতা (উদাহৰণস্বৰূপে, দৃষ্টিশক্তি, শ্ৰৱণ ক্ষমতাৰ অক্ষমতা, ডাউন চিনড্ৰম বা মস্তিষ্কৰ পক্ষাঘাত)ৰ সৈতে মোকাবিলা কৰিবলৈ, পৰামৰ্শ দিয়া কাৰ্য্যকলাপসমূহ তলত দিয়া নীতিসমূহৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি খাপ খুৱাব পাৰি:

- যিটো শক্তিশালী কৰিব পাৰি তাৰ অনুশীলন কৰা, যেনে- কথা কোৱাত বিলম্বৰ বাবে মুখৰ পেশী
- ঠিক কৰিব নোৱাৰা কোনো অক্ষমতাৰ ক্ষেত্ৰত বেলেগ ইন্দ্ৰিয় ব্যৱহাৰ কৰা।

বহু সংবেদনশীল পদ্ধতি অৰ্থাৎ ভিজুৱেল অডিটৰী কিনেষ্টেটিক এণ্ড টাক্টাইল (ভিকোটি) এ উন্নত শিক্ষণত সহায় কৰিব পাৰে। যেনে, ক্ৰিয়া ছন্দ ব্যৱহাৰ কৰক, অৰ্থাৎ একে সময়তে কথা কোৱা (শ্ৰৱণ) আৰু হাত আৰু শৰীৰৰ গতিবিধি (কাইনেষ্টেটিক) কৰা। ছবি দেখুৱাই (দৃশ্যমান), কথা পাতি (শ্ৰৱণ) আৰু হাতেৰে আনুষংগিক শিল্পকৰ্ম (স্পৰ্শ) কৰি এটা ধাৰণা শিকাওক। আৰ্হি শিকাবলৈ উপলব্ধ বস্তু যেনে লাঠি আৰু শিল, খেলনা, ব্লক ব্যৱহাৰ কৰক আৰু তাৰ পিছত কাগজ-পেঞ্চিলৰ কামলৈ আগবাঢ়ক।

উদাহৰণস্বৰূপে, অংগনবাড়ী কৰ্মীসকলে গল্পৰ কিতাপ ব্যৱহাৰ কৰি ল'ৰা-ছোৱালীক পঢ়িবলৈ, আৰু তেওঁলোকৰ কল্পনাশক্তি আকৰ্ষিত কৰে। যদি শিশুৱে বুজিবলৈ অসুবিধাৰ সন্মুখীন হয়, তেন্তে লাহে লাহে যাওক আৰু আঙুলিৰে শব্দবোৰ অনুসৰণ কৰক। শ্ৰৱণ ক্ষমতাহীন লোকৰ বাবে উজ্জ্বল ৰঙৰ ছবি অন্তৰ্ভুক্ত কৰক, আৰু দৃষ্টিহীন লোকৰ বাবে কণ্ঠস্বৰ কৰক। যিসকল শিশুৰ শুনাত অসুবিধা হয় তেওঁলোকৰ বাবে ছবি, ভিডিঅ' আৰু চাবলগীয়া বস্তু ব্যৱহাৰ কৰক। যেনে: বাতৰি কাকত, আলোচনী, কিতাপ আদিৰ পৰা পিতৃ-মাতৃ, পৰিয়ালৰ সদস্য, মহান ব্যক্তিত্ব, বিৰল জীৱ-জন্তু, উদ্ভিদ, ঐতিহাসিক স্থান, পৰিঘটনা আদিৰ ছবি/ফটো। যিসকল শিশুৱে ভালকৈ দেখা নাপায়, যেনে

গীত, ছন্দ, লোলনা, ৰেডিঅ', হাত চাপৰি বজোৱা, ক্লিক কৰা, বাদ্যযন্ত্ৰ ইত্যাদিৰ দৰে শব্দ ব্যৱহাৰ কৰক।

1.1. উন্নয়নত পলম হোৱা শিশু

কাৰ্য্যকলাপ কেলেণ্ডাৰত শিশুৰ 3 বছৰ বয়সলৈকে প্ৰতিটো মাহৰ বাবে চাৰিটা কাৰ্য্যকলাপৰ তালিকা দিয়া হৈছে। এই কাৰ্য্যসূচীসমূহ সেই বয়সলৈকে শিশুৱে লাভ কৰিবলগীয়া বিকাশৰ মাইলৰ খুঁটিসমূহৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি নিৰ্বাচিত কৰা হৈছে। কিছুমান শিশুৱে অৱশ্যে এটা মাইলৰ খুঁটিত উপনীত হ'বলৈ আশা কৰাতকৈ বেছি সময় ল'ব পাৰে। ইয়াক 'বিকাশত পলম' বুলি কোৱা হয়। পলম হোৱা শিশুক সহায় কৰিবলৈ যত্ন লোৱাসকলে শিশুৰ সামৰ্থ্য অনুসৰি কাৰ্য্যকলাপসমূহ পৰিৱৰ্তন কৰিব পাৰে। ইয়াৰ ফলত তেওঁলোকে নিজৰ গতিৰে উন্নয়নমূলক মাইলৰ খুঁটিটোলৈ আগবাঢ়ি যাব পাৰে। যদি কোনো শিশুৱে কেলেণ্ডাৰত তেওঁলোকৰ বয়সৰ বাবে পৰামৰ্শ দিয়া কাৰ্য্য সম্পাদন কৰিব নোৱাৰে, তেন্তে যত্ন লোৱাসকলে সৰু ল'ৰা-ছোৱালীৰ বাবে পৰামৰ্শ দিয়া কাৰ্য্যকলাপ বাছি ল'ব লাগে।

উদাহৰণ 1: 14 মাহত শিশুৱে সহায় অবিহনে খোজ কাঢ়িব নোৱাৰাৰ বাবে কাৰ্য্যকলাপ কেলেণ্ডাৰত তেওঁলোকৰ বাবে পৰামৰ্শ দিয়া কাৰ্য্যকলাপ যেনে লুকুৱাই ৰাখিব নোৱাৰিব পাৰে।	অভিযোজন 1: যত্ন লোৱা ব্যক্তিজনে, এনে ক্ষেত্ৰত, ছয় বা সাত মাহৰ শিশুৰ বাবে পৰামৰ্শ দিয়া কাৰ্য্যকলাপ যেনে 'বলৰ ওচৰলৈ হাত আগবঢ়োৱা, ইন এণ্ড আউট আদি' যিবোৰত শিশুৱে কেৱল হাঁহিব লাগে, লাহে লাহে খোজ কঢ়াৰ ক্ষমতা গঢ়ি তোলে।
উদাহৰণ 2: 20-25 মাহত এতিয়াও কথা ক'ব নোৱাৰা শিশুৱে কেলেণ্ডাৰত তেওঁলোকৰ বাবে পৰামৰ্শ দিয়া কাৰ্য্যকলাপ যেনে 'ফোনত কথা পতা'ত অংশগ্ৰহণ কৰিব নোৱাৰিবও পাৰে।	অভিযোজন 2: যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে এনে ক্ষেত্ৰত কেলেণ্ডাৰত এবছৰীয়া শিশুৰ বাবে নিৰ্ধাৰিত কাৰ্য্যকলাপ লোৱা উচিত, যিবোৰত তেওঁলোকে কেৱল ইংগিত ঘূৰাই দিব লাগে। উদাহৰণ হ'ব কপি কৰা কাৰ্য্য, বা লুকুৱাওক আৰু আৱিষ্কাৰ কৰা ইত্যাদি।

ইয়াৰ উপৰিও এজন যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে সেই কাৰ্যকলাপটো কেইবাবাৰো পুনৰাবৃত্তি কৰিবলৈ চেষ্টা কৰিব লাগিব। ধৈৰ্য্য ধৰিব, আৰু তেনে কৰাৰ সময়ত শিশুৰ সঁহাৰিৰ প্ৰতি মনোযোগী হৈ থাকিব। শিশুটিক ইতিবাচক উৎসাহ দিয়ক, আৰু শিশুটিৰ ওপৰত হতাশা উলিয়াই লোৱাৰ পৰা বিৰত থাকক।

2. অক্ষমতাৰ প্ৰাৰম্ভিক লক্ষণ আৰু লক্ষণ থকা শিশু

এনে ক্ষেত্ৰত যিকোনো বয়সতে শিশুৰ সামৰ্থ্য অনুসৰি কাৰ্যকলাপটো সংশোধন কৰিব পাৰি। এই পৰিৱৰ্তনে শিশুৰ বাবে কাৰ্যকলাপটো উৎসাহজনক আৰু উপভোগ্য হৈ থকাটো নিশ্চিত কৰে, আৰু তেওঁলোকৰ বুদ্ধি আৰু বিকাশত অৰিহণা যোগায়।

তলৰ তালিকাখনত বিভিন্ন ধৰণৰ অক্ষমতাৰ সৈতে সংগতি ৰাখি কাৰ্যকলাপসমূহ পৰিবৰ্তন কৰিব পৰা কিছুমান উপায় তালিকাভুক্ত কৰা হৈছে:

অক্ষমতাৰ প্ৰকাৰ	এটা বৰ্তমানৰ কাৰ্যকলাপৰ উদাহৰণ	পৰামৰ্শ দিয়া পৰিৱৰ্তন
ফাইন মটৰ	‘বলৰ ওচৰলৈ হাত আগবঢ়াই দিয়া,’ 7 মহীয়া শিশুৰ বাবে পৰামৰ্শ দিয়া হৈছে।	অংগনবাড়ী কৰ্মীয়ে হাতৰ কাম-কাজ উন্নত কৰাৰ বাবে শিশুৱে ধৰি ৰাখিবলৈ আৰু খেলিবলৈ কোমল বস্তু (যেনে মাটি, স্পঞ্জৰ বল) ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰে।
দৃষ্টিশক্তিৰ অক্ষমতা	‘ঘৰুৱা অন্বেষণ,’ 12 মহীয়া শিশুৰ বাবে পৰামৰ্শ দিয়া হৈছে।	যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে ঘৰটোৰ বিষয়ে মৌখিকভাৱে, যিমান পাৰি বিশদভাৱে বৰ্ণনা কৰিব পাৰে, যাতে শিশুটিৰ বাকী থকা ইন্দ্ৰিয়বোৰক উদ্দীপিত কৰিব পাৰে, আৰু তেওঁলোকৰ চৌপাশৰ পৰিৱেশ অনুভৱ কৰাত সহায় কৰিব পাৰে।
শ্ৰৱণ ক্ষমতাত অসুবিধা	‘ফ’ল’ইং ইনষ্ট্ৰাকচনছ,’ 14 মহীয়া শিশুৰ বাবে পৰামৰ্শ দিয়া হৈছে।	যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে কাৰ্যকলাপৰ প্ৰতিটো নিৰ্দেশনা/পদক্ষেপ একাধিক বাৰ পুনৰাবৃত্তি কৰিব লাগিব; লগতে শিশুটিক ঠোঁট পঢ়িবলৈ শিকাই যাতে তেওঁলোকে কোৱা কথাখিনি অনুসৰণ কৰিব পাৰে। নিজৰ মুখলৈ আঙুলিয়াই শিশুটিক মুখৰ গতিবিধি চাবলৈ দিয়ক।
বাক্য আৰু ভাষাৰ পলম	‘ভাও ধৰা: ফোনত কথা পতা,’ 25 মহীয়া শিশুৰ বাবে পৰামৰ্শ দিয়া হৈছে।	যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে মুখৰ পেশীৰ বিকাশত উৎসাহিত কৰিবলৈ কিছুমান ব্যায়ামৰ দ্বাৰা কাৰ্যকলাপ আৰম্ভ কৰিব পাৰে যেনে- কুটিল, বহলকৈ হাঁহি, মুখৰ ভিতৰত জিভাখন ইফালৰ পৰা সিফাললৈ লৰচৰ কৰা, চোলা খুলি বন্ধ কৰা ইত্যাদি। ‘ভাও ধৰা: ফোনত কথা পতা’ কাৰ্যকলাপ পৰিচালনা কৰাৰ সময়ত যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে কম শব্দৰে চুটি বাক্য ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰে, শিশুটিক যত্ন লোৱা ব্যক্তিৰ কথা কোৱাটো পৰ্যবেক্ষণ কৰিবলৈ আৰু শব্দবোৰ লাহে লাহে আওৰোৱাৰ বাবে উৎসাহিত কৰিব পাৰে।

অক্ষমতাৰ প্ৰকাৰ	এটা বৰ্তমানৰ কাৰ্যকলাপৰ উদাহৰণ	পৰামৰ্শ দিয়া পৰিৱৰ্তন
বৌদ্ধিক আৰু শাৰীৰীক বিকাশমূলক বিলম্ব	'ফ'ল'ইং ইনষ্ট্ৰকচনছ, 16 মাহীয়া শিশুৰ বাবে পৰামৰ্শ দিয়া হৈছে	এজন যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে নিৰ্দেশনাটোক সহজ পদক্ষেপত বিভক্ত কৰিব পাৰে, যাৰ ফলত শিশুটিক অনুসৰণ কৰিবলৈ সহজ প্ৰক্ৰিয়া এটা পোৱা যায়। যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে শিশুটিৰ বাবে প্ৰতিটো পদক্ষেপও প্ৰদৰ্শন কৰিব লাগে যাতে তেওঁলোকে পৰ্যবেক্ষণ, অনুকৰণ আৰু শিকিব পাৰে। ইয়াৰ ফলত শিশুটিৰ স্বাধীনতা গঢ় লৈ উঠিব।

তিনি বছৰৰ তলৰ পলম আৰু অক্ষম শিশুসকলক সহায় কৰাত অংগনবাড়ী কৰ্মীসকলে গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা পালন কৰে। ইয়াৰ আটাইতকৈ জটিল আৰু মূল দিশটো হ'ল শিশুৰ অক্ষমতাৰ বিকাশ ৰোধ কৰিবলৈ প্ৰসৰৰ পূৰ্বে, প্ৰসৰৰ সময়ত আৰু প্ৰসৰৰ পিছৰ পৰ্যায়ত পৰ্যাপ্ত ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰা। ইয়াৰ এটা গুৰুত্বপূৰ্ণ উপায় হ'ল ঘৰত, পিতৃ-মাতৃৰ সৈতে, আৰু অংগনবাড়ী কেন্দ্ৰ বা ক্ৰেচত কৰ্মীৰ সৈতে জন্মৰ পৰা তিনি বছৰলৈকে প্ৰাথমিক উদ্দীপনা কাৰ্যকলাপক উৎসাহিত কৰা। কিন্তু ধৰি লওক শিশু এটাই জন্মতে অক্ষমতা লৈছে বা পৰ্যাপ্ত যত্ন লোৱাৰ পিছতো কোনো অক্ষমতা গঢ়ি তুলিছে। এনে ক্ষেত্ৰত সম্প্ৰদায় কৰ্মীয়ে ডব্লিউচিডি মন্ত্ৰালয়ৰ দিব্যাং প্ৰট'কলত উল্লেখ কৰা 'স্ক্ৰীনিং-ইনক্লুজন-ৰেফাৰেল'ৰ জটিল প্ৰক্ৰিয়াটো অনুসৰণ কৰিব লাগিব।



অধ্যায় 5

পলম আৰু অক্ষম শিশুৰ
পৰীক্ষা, অন্তৰ্ভুক্তি আৰু
ৰেফাৰেল

কেতিয়াবা শিশুৱে বিশেষ ক্ষমতা গঢ়ি তুলিবলৈ আশা কৰাতকৈ বেছি সময় ল'ব পাৰে। উদাহৰণস্বৰূপে, তেওঁলোকে খোজ কাঢ়িবলৈ বা কথা ক'বলৈ বেছি সময় ল'ব পাৰে আৰু সূক্ষ্ম চলন-ফুৰণৰ দক্ষতা নিষ্পাদন বা বিকাশ কৰা আৰু নতুন তথ্য বুজিবলৈ সহায়ৰ প্ৰয়োজন হ'ব পাৰে। বিকাশৰ বিলম্বই এনে শিশুক বুজায় যিয়ে নিজৰ প্ৰকৃত বা সমন্বিত বয়সৰ বাবে প্ৰত্যাশিত মাইলৰ খুঁটি লাভৰ ক্ষেত্ৰত যথেষ্ট তাৰতম্য অনুভৱ কৰে। পলম সাময়িক হ'ব পাৰে, আৰু পৰিস্থিতিৰ উন্নতি হ'লে শিশুৰ বিকাশেও ধৰিব পাৰে। কিন্তু উপযুক্তভাৱে যত্ন লোৱা নহ'লে শিশুৰ বিকাশৰ যাত্ৰাত এই বিচ্যুতিবোৰ আৰু ভৱিষ্যতে অক্ষমতালৈ পৰিণত হ'ব পাৰে।

সম্ভাৱ্য অক্ষমতাৰ চিন সদায় সহজে দেখা নাযায়ও পাৰে। উদাহৰণস্বৰূপে, শিশুৰ দৃষ্টিশক্তিৰ অক্ষমতা, শ্ৰৱণ ক্ষমতাত অসুবিধা, ডাউন চিনড্ৰম বা মস্তিষ্কৰ পক্ষাঘাত সহজেই দেখা যাব পাৰে। ইয়াৰ বিপৰীতে শিক্ষণৰ অক্ষমতা যেনে বাকত পলম হোৱা, যাৰ ফলত সাক্ষৰতাত পলম হয়, সহজে দেখা নাযাবও পাৰে। ঘৰলৈ যোৱাৰ অংশ হিচাপে সম্প্ৰদায়ৰ কৰ্মীসকলে সময়মতে আৰু নিয়মীয়াকৈ পৰীক্ষা কৰিলে পলম বা সম্ভাৱ্য অক্ষমতাৰ বিষয়ে তৎক্ষণাত জনা যাব পাৰে। ইয়াৰ ফলত যত্ন লোৱাসকলে নিয়মিতভাৱে তেওঁলোকৰ শিশুৰ বৃদ্ধিৰ বুজ ল'ব পাৰে আৰু প্ৰয়োজনীয় যত্ন ল'ব পাৰে।

অক্ষমতাসমূহ আগতীয়াকৈ ধৰা পেলোৱাৰ পিছত ব্যৱহাৰিক নিৰাময় পদক্ষেপ গ্ৰহণ কৰিলে ভৱিষ্যতে অক্ষমতাৰ অৱনতি ঘটাবলৈ প্ৰেৰণা কৰিব পাৰি। শিশুৱে হয় জন্মতে অক্ষমতা লৈ বা অক্ষমতা লাভ কৰিব পাৰে। কিন্তু বহু ক্ষেত্ৰত প্ৰাৰম্ভিক বছৰবোৰ পাৰ হৈ যায় য'ত কোনো ধৰণৰ প্ৰতিকাৰমূলক উদ্দীপনা বা চিকিৎসাৰ দ্বাৰা ক্ষতিগ্ৰস্ত কাৰ্যক্ষমতা শুধৰণি বা হ্ৰাস কৰা হয়। গৱেষণাৰ তথ্য অনুসৰি যদি আগতীয়াকৈ ধৰা পৰে তেন্তে কেইটামান মূল ইনপুটৰ জৰিয়তে প্ৰায় এক তৃতীয়াংশ অক্ষমতাৰ অৱনতি ৰোধ কৰিব পাৰি। দৃষ্টিশক্তিৰ অক্ষমতা যেনে চকু কপালত তুলিব পৰা, দৃষ্টিশক্তিৰ দোষ, জন্মগত চকুৰ ছানি পৰা, আৰু শ্ৰৱণ ক্ষমতাৰ অক্ষমতাও সময়মতে পৰীক্ষা, ৰেফাৰেল আৰু চিকিৎসাৰ হস্তক্ষেপৰ দ্বাৰা গুৰুতৰ হোৱাত বাধা দিব পাৰি।

তিনি বছৰৰ তলৰ পলম আৰু অক্ষম শিশুসকলক সহায় কৰাত সামূহিক কৰ্মীসকলে গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা পালন কৰে। ইয়াৰ আটাইতকৈ জটিল আৰু মূল দিশটো হ'ল শিশুৰ অক্ষমতাৰ বিকাশ ৰোধ কৰিবলৈ প্ৰসৱৰ পূৰ্বে,

প্ৰসৱৰ সময়ত আৰু প্ৰসৱৰ পিছৰ পৰ্যায়ত পৰ্যাপ্ত ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰা। ইয়াৰ এটা গুৰুত্বপূৰ্ণ উপায় হ'ল ঘৰত, পিতৃ-মাতৃৰ সৈতে, আৰু অংগনবাড়ী কেন্দ্ৰ বা ক্ৰেচত শ্ৰমিকৰ সৈতে জন্মৰ পৰা তিনি বছৰলৈকে প্ৰাথমিক উদ্দীপনা কাৰ্যকলাপক উৎসাহিত কৰা। কিন্তু ধৰি লওক শিশু এটাই জন্মতে অক্ষমতা লৈছে বা পৰ্যাপ্ত যত্ন লোৱাৰ পিছতো কোনো অক্ষমতা গঢ়ি তুলিছে।

এনে ক্ষেত্ৰত সম্প্ৰদায় কৰ্মীয়ে ডব্লিউ চি ডি মন্ত্ৰালয়ৰ দিব্যাংগ প্ৰট'কলত উল্লেখ কৰা 'স্ক্ৰীনিং-ইনক্লুজন-ৰেফাৰেল'ৰ জটিল প্ৰক্ৰিয়াটো অনুসৰণ কৰিব লাগিব। আগন্তুক খণ্ডসমূহত আমি এই প্ৰতিটো পৰ্যায়ৰ ওপৰত অধিক দৃষ্টি নিক্ষেপ কৰিম আৰু সম্প্ৰদায় কৰ্মীয়ে মানি চলিবলগীয়া নিৰ্দেশনাৰ এক বিস্তৃত গোট ৰচনা কৰিম।



5.1 প্ৰাৰম্ভিক উন্নয়নমূলক মাইলৰ খুঁটি

বিকাশৰ মাইলৰ খুঁটিৰ বিষয়ে জ্ঞান মূল্যবান কাৰণ বিকাশৰ ক্ষেত্ৰত অক্ষম শিশুৱে কিছুমান বিকাশৰ মাইলৰ খুঁটি লাভ কৰাত পলম বা অসুবিধাৰ সন্মুখীন হ'ব পাৰে। উদাহৰণস্বৰূপে, তেওঁলোকে নিজৰ স্থূল চলন দক্ষতাত অসুবিধাৰ সন্মুখীন হ'ব পাৰে, যাৰ ফলত তেওঁলোকৰ খোজ কঢ়া, খোজ কঢ়া বা দৌৰাৰ ক্ষমতাত প্ৰভাৱ পৰিব পাৰে বা তেওঁলোকৰ সুক্ষম চলন-ফুৰণৰ দক্ষতাত প্ৰভাৱ পৰিব পাৰে, যাৰ ফলত হাতৰ নিখুঁত গতিৰ প্ৰয়োজনীয় কাম, যেনে লিখা-মেলা কৰাটো প্ৰত্যাছানজনক হৈ পৰে। একেদৰে বিকাশৰ ক্ষেত্ৰত

অক্ষম শিশুসকলেও তেওঁলোকৰ বয়সৰ আন শিশুৰ তুলনাত ভাষাৰ মাইলৰ খুঁটি, যেনে কম শব্দ মনত ৰখা বা কোৱাত পলম হোৱাৰ সন্মুখীন হ'ব পাৰে।

তলত শিশুটিৰ জন্মৰ সময়ৰ পৰা তিনি বছৰ বয়সলৈকে বিভিন্ন ব্যৱধানত বিকাশৰ মাইলৰ খুঁটিৰ তালিকা দিয়া হৈছে। মাইলৰ খুঁটিসমূহে প্ৰাৰম্ভিক বছৰবোৰৰ চাৰিটা জটিল বিকাশৰ ক্ষেত্ৰক সামৰি লৈছে: জ্ঞানমূলক দক্ষতা, ভাষা দক্ষতা, শাৰীৰিক আৰু চলনশীল দক্ষতা, আৰু সামাজিক আৰু আৱেগিক দক্ষতা।

পৰ্যায়সমূহ	বিকাশৰ মাইলৰ খুঁটি
3 মাহত	• মাতৃৰ মুখখন চিনি পাবলৈ আৰম্ভ কৰে • সামাজিক হাঁহি বিকশিত কৰে • চকুৰ সংস্পৰ্শ কৰে • পেট পেলাই থাকিলে কেতিয়াবা মূৰটো ওপৰলৈ তুলি লয় • উত্তেজিত হ'লে দুয়োখন হাত আৰু দুয়োখন ভৰি লৰচৰ কৰে • হাত দুখন খোলা আৰু শিথিল কৰি ৰাখে
6 মাহত	• উলম্বভাৱে ধৰিলে মূৰটো স্থিৰ কৰি ৰাখে আৰু সমৰ্থন কৰি বহি থাকে • শব্দৰ দিশৰ ফালে মূৰ ঘূৰাই দিয়ে • কোনো বস্তুৰ ওচৰলৈ গৈ ধৰিবলৈ চেষ্টা কৰা • জোৰেৰে হাঁহে বা চিঞৰ-বাখৰ শব্দ কৰে • কান্দি থকাৰ সময়ত বাহিৰে "আহ, ই, ও" বুলি কলকলাবলৈ আৰম্ভ কৰে • নিজকে আইনাত চাবলৈ ভাল পায়
9 মাহত	• দুয়োফালে কাটি হয় • সকলো আঙুলি ব্যৱহাৰ কৰি খেলনা এটা ধৰি লয় • চিনাকি মুখ বা খেলনাবোৰ দৃশ্যগতভাৱে অনুসৰণ কৰিবলৈ মূৰ ঘূৰাই দিয়ে • সন্মুখত লুকুৱাই থোৱা খেলনা বিচাৰে • তেওঁলোকৰ নাম মাতিলে সঁহাৰি দিয়ে
12 মাহত	• সমৰ্থন নোহোৱাকৈ বহি থাকে আৰু নপৰাকৈ খেলনাৰ বাবে হাত আগবঢ়ায় • কোলাত উঠিবলৈ বাহু দুটা ওপৰলৈ তুলি লয় • কোনো বস্তুৰ লগত খুন্দা নোখোৱাকৈ আকাংক্ষিত খেলনা পাবলৈ খোজ কাঢ়ে • মাতৃভাষাত এটা বা দুটা সাধাৰণ শব্দ ব্যৱহাৰ কৰে • "নাই/ ইয়ালৈ আহা"ৰ দৰে সহজ অনুৰোধৰ সঁহাৰি দিয়ে।

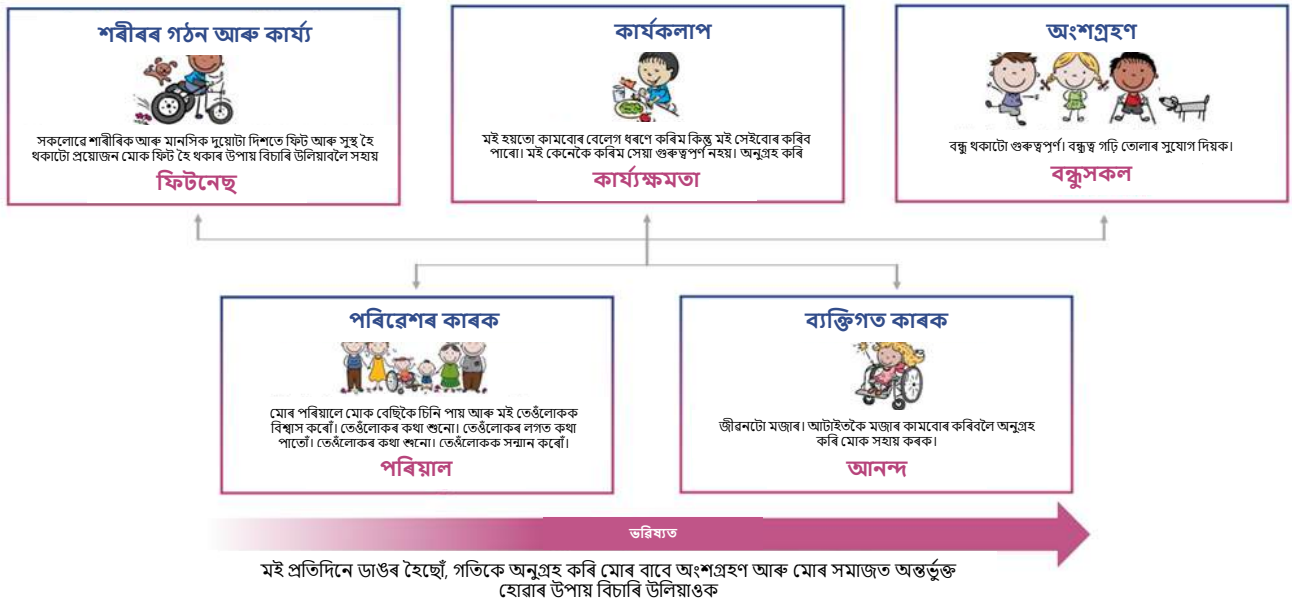
18 মাহত	• থিয় হৈ কেইবাটাও স্বতন্ত্ৰ পদক্ষেপ লয় • হাত জোকাৰি, হাত চাপৰি বজোৱা আদি বিভিন্ন ধৰণৰ চিনাকি ভংগীমা ব্যৱহাৰ কৰে। • এটা পাত্ৰত শিলগুটি/সৰু বস্তু ৰাখে • কিতাপ এখনত সাধাৰণ বস্তু আৰু ইয়াৰ ছবিৰ নাম আৰু চিনাক্তকৰণ
24 মাহত	• খেলনা টানিলেও অবিৰতভাৱে খোজ কাঢ়ে • ঘৰুৱা কাম-কাজ অনুকৰণ কৰে • ব্যক্তিগতভাৱে বা কিতাপত শৰীৰৰ এটা বা ততোধিক অংগ সঠিকভাৱে আঙুলিয়াই দিয়া আৰু নাম উল্লেখ কৰা
36 মাহত	• ছিটিকি নোযোৱাকৈ কাপৰ পৰা পানীয় পি খায় • বেছিভাগ চিনাকি বস্তুৰ নাম ধাৰাবাহিকভাৱে কয় • ৰং আৰু আকৃতি চিনাক্ত কৰে • তিনিটা বা তাতকৈ অধিক শব্দ যোগ কৰি বাক্য এটা তৈয়াৰ কৰে • চিৰিৰে ওপৰলৈ উঠি যায়

5.2 আগতীয়াকৈ ধৰা পেলোৱাৰ বাবে পৰীক্ষণ চলোৱা

পৰিশিষ্টত উল্লেখ কৰা অক্ষমতা পৰীক্ষণ সূচী (ডিএছএছ) হৈছে প্ৰাথমিক শিশুকালত অক্ষমতা পৰীক্ষাৰ বাবে এক বহল ভিত্তিৰ আহিলা। সামূহিক কৰ্মসকলে ঘৰতে হওক, অংগনবাড়ী কেন্দ্ৰত হওক, বা ক্ৰেচত হওক, তিনি বছৰৰ তলৰ শিশু আৰু তেওঁলোকৰ তাৎক্ষণিক যত্ন লোৱা লোকসকলৰ সৈতে মত বিনিময়ৰ জৰিয়তে অক্ষমতা থকাৰ 'সতৰ্কবাণী চিন' বা 'ৰঙা পতাকা' চিনাক্ত কৰিবলৈ প্ৰাৰম্ভিক পৰীক্ষা চলাব পাৰে। ডিএছএছ কোনো নিদান পৰীক্ষা নহয় আৰু ইয়াক অক্ষমতা নিৰ্ণয় কৰিবলৈ ব্যৱহাৰ কৰিব নোৱাৰি। যদি কোনো শিশুৱে তাত বিশদভাৱে উল্লেখ কৰা এটা বা ততোধিক সতৰ্কবাণী চিন দেখুৱায়, তেন্তে দিব্যাং প্ৰট'কল অনুসৰি ৰেফাৰেলৰ বাবে লোৱা পদক্ষেপসমূহ মানি চলিব লাগিব।

5.3 ঘৰত, ক্ৰেচত আৰু সমাজত অন্তৰ্ভুক্ত পৰিৱেশ সৃষ্টি কৰা

প্ৰাৰম্ভিক বছৰবোৰৰ প্ৰেক্ষাপটত অন্তৰ্ভুক্তিৰ অৰ্থ হ'ল প্ৰতিটো শিশুৱে যাতে তেওঁলোকৰ দক্ষতা আৰু ক্ষমতা নিৰ্বিশেষে সকলো শিক্ষণ প্ৰক্ৰিয়াত অংশগ্ৰহণ কৰাৰ ন্যায্য সুযোগ পায় - শাৰীৰিক, জ্ঞানমূলক, ভাষা, সামাজিক, আৱেগিক, আৰু সৃষ্টিশীল। এই খণ্ডত আমি বিশেষভাৱে সক্ষম শিশুসকলে যাতে তেওঁলোকৰ স্বাধীনতাৰ পথত দেখা আৰু সমৰ্থিত অনুভৱ কৰে তাৰ বাবে ল'বলগীয়া কেইটামান মূল পদক্ষেপৰ বিষয়ে শিকিম।



5.3.1 ঘৰত অন্তৰ্ভুক্তি

বিশেষকৈ তিনি বছৰ বয়সলৈকে পলম আৰু অক্ষমতা দেখুওৱা শিশুৰ বাবে যত্ন আৰু অন্তৰ্ভুক্তি ঘৰতে আৰম্ভ কৰিব লাগিব। গতিকে শিশুৰ নিৰ্দিষ্ট অক্ষমতা থকাৰ পিছতো তেওঁলোকে ধৈৰ্য্য, যত্ন, আৰু সন্মানেৰে শিকিব আৰু বৃদ্ধি পাব পাৰে বুলি সচেতন কৰি শিশুৰ প্ৰাথমিক যত্ন লোৱাসকলক সংবেদনশীল কৰাৰ কাম তৎক্ষণাত গ্ৰহণ কৰিব লাগিব। সামূহিক কৰ্মীয়েও যত্ন লোৱা ব্যক্তিক তেওঁলোকৰ সন্তানে স্বাধীনতা আৰু আত্মসন্মান লাভ কৰিবলৈ সক্ষম কৰিবলৈ নিৰ্দিষ্ট ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰাত সহায় কৰিব লাগে। প্ৰায়ে পৰিয়ালৰ সদস্যসকলে বিশেষভাৱে সক্ষম শিশুটিৰ বাবে সকলো কাম সম্পন্ন কৰি থাকে, যাৰ ফলত তেওঁলোকৰ অত্যাৱশ্যকীয় জীৱন দক্ষতা শিকাৰ সুযোগ সীমিত হৈ পৰে। তলত উল্লেখ কৰা হৈছে যে বিকাশত পলম বা অক্ষম শিশুৰ স্বাধীনতা বৃদ্ধিৰ বাবে এক সহজ আৰু ফলপ্ৰসূ প্ৰক্ৰিয়া।

বেকৱাৰ্ড চেইনিং

পিছপৰা শৃংখলাবদ্ধতাই কোনো কামৰ পদক্ষেপসমূহ ভাঙি ওলোটাক্ৰমত শিকোৱাৰ প্ৰক্ৰিয়াক বুজায়। ইয়াৰ ফলত শিশুৱে প্ৰতিটো চেষ্টাৰ লগে লগে সফলতা আৰু সম্পূৰ্ণতাৰ অভিজ্ঞতা লাভ কৰে। এইটো কেনেকৈ কাম কৰে চাওঁ আহক:

প্ৰতিদিনে কৰা কামবোৰ সৰু সৰু পৰ্যায়ত ভগাই লওক	শেষৰজনৰ বাহিৰে সকলো	স্বতন্ত্ৰভাৱে কামসমূহ সম্পন্ন কৰা
যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে এটা কামক সৰু সৰু পৰ্যায়ত ভাগ কৰি আৰম্ভ কৰে। যেনে: হাত ধোৱাৰ কামটো তলত দিয়া সৰু সৰু কামবোৰত বিভক্ত কৰা হয়। বেচিনৰ ওৰচৰলৈ যোৱা > টেপ খোলা/ মগ ব্যৱহাৰ কৰা > হাত তিওৱা > চাবোন ব্যৱহাৰ কৰা > হাত ঘঁহা > হাত তিওৱা > টাৱেলেৰে হাত শুকুৱাই লোৱা	প্ৰথম অৱস্থাত যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে শিশুটিৰ বাবে সকলো পদক্ষেপ লয়, শেষৰটোৰ বাহিৰে। যেনে: শিশুৰ হাত মচি শুকুৱাবলৈ টাৱেলখন গতাই দিয়াৰ বাহিৰে সকলো কাম যত্ন লোৱাজনে কৰে বেচিনৰ ওৰচৰলৈ যোৱা > টেপ খোলা/ মগ ব্যৱহাৰ কৰা > হাত তিওৱা > চাবোন ব্যৱহাৰ কৰা > হাত ঘঁহা > হাত তিওৱা > টাৱেলেৰে হাত শুকুৱাই লোৱা	ক্ৰমান্বয়ে অভিভাৱকে কৰা পদক্ষেপৰ সংখ্যা হ্ৰাস কৰক। যেনে: লাহে লাহে আৰু লাহে লাহে যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে তেওঁলোকে কৰা পদক্ষেপৰ সংখ্যা কমাই দিয়ে যেতিয়ালৈকে শিশুৱে লাহে লাহে সকলো পদক্ষেপ নিজাববীয়াকৈ কৰিব নোৱাৰে বেচিনৰ ওৰচৰলৈ যোৱা > টেপ খোলা/ মগ ব্যৱহাৰ কৰা > হাত তিওৱা > চাবোন ব্যৱহাৰ কৰা > হাত ঘঁহা > হাত তিওৱা > টাৱেলেৰে হাত শুকুৱাই লোৱা

টোকা:

- কাৰ্য্যকলাপক 7-10টা পৰিচালনাযোগ্য পদক্ষেপত ভাগ কৰিব পাৰি।
- বিভক্ত পদক্ষেপসমূহ ছব্বছ একে ধৰণেৰে ধাৰাবাহিকভাৱে কৰা প্ৰয়োজন।
- প্ৰতিটো শৃংখলা নিজৰ সামৰ্থ্যৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰি শিকিবলৈ সময় লয়। ধৈৰ্য্য ধৰি শিশুক নিৰ্দেশনা আওৰাই দিবলৈ দিয়াটো অতি প্ৰয়োজনীয়।

নিৰ্দিষ্ট অক্ষম শিশুসকলক তেওঁলোকৰ শিক্ষণ যাত্ৰাত কেনেকৈ সহায় কৰিব পাৰি তাৰ উদাহৰণ

শ্ৰৱণ ক্ষমতাৰ অক্ষমতা

- ওঁঠ পঢ়াক উৎসাহিত কৰা
- শিশুটিৰ লগত কথা পতাৰ আগতে তেওঁৰ দৃষ্টি আকৰ্ষণ কৰক
- শব্দ আৰু নিৰ্দেশনা লাহে লাহে আৰু বহুবাৰ আওৰাওক

দৃষ্টিশক্তিৰ অক্ষমতা

- শিশুসকলক তেওঁলোকৰ জগতখনৰ অৰ্থ উলিয়াবলৈ আৰু শিকিবলৈ আৰু খেলিবলৈ তেওঁলোকৰ আন ইন্দ্ৰিয়বোৰ ব্যৱহাৰ কৰাত সহায় কৰক।
- পৰিৱেশ আৰু ইয়াৰ ভিতৰত থকা বস্তুবোৰৰ বৰ্ণনা কৰা
- ভৌতিক পৰিৱেশৰ পৰা বিপদ আঁতৰোৱা

বাক্য আৰু ভাষাৰ পলম

- স্পষ্ট আৰু লাহে লাহে কথা কোৱা
- শিশুটিক উৎসাহিত কৰা
- কথা কওঁতে অধিক কাৰ্য্য আৰু ইংগিত ব্যৱহাৰ কৰা
- গুৰুত্বপূৰ্ণ তথ্য ভাগ-বতৰা কৰাৰ সময়ত অতিৰিক্ত শব্দ কমাব লাগে

• শাৰীৰিক অক্ষমতা: ফাইন মটৰ দক্ষতাৰ সৈতে অসুবিধা

- শিশুক হাতৰ কাম-কাজ উন্নত কৰিবলৈ বিভিন্ন ধৰণে ধৰি ৰাখিবলৈ আৰু টিপিবলৈ মাটিৰ ব্যৱস্থা কৰক
- হাতৰ কাম-কাজ উন্নত কৰিবলৈ শিশুটিক টিপি এৰি দিবলৈ স্পঞ্জৰ দৰে বল এটা দিব লাগে

5.3.2 অন্তৰ্ভুক্তিৰ বাবে ক্ৰেচৰ ডিজাইন কৰা

ক্ৰেচটো ইউনিভাৰ্চেল ডিজাইন নীতিৰ প্ৰতি লক্ষ্য ৰাখি ডিজাইন কৰিব লাগে, য'ত এটা গঠনক এজনৰ বাবে সুলভ কৰি তোলাটোৱে ইয়াক সকলোৰে বাবে সুলভ হোৱাত সহায় কৰে। ইয়াত এনে চুক আৰু ক্ষেত্ৰ অন্তৰ্ভুক্ত হ'ব লাগিব য'ত বিভিন্ন বিকাশৰ স্তৰৰ শিশুৱে খেলিব পাৰে আৰু নিজকে উদ্দীপিত কৰিব পাৰে। ক্ৰেচসমূহৰ বিশেষ গুৰুত্ব স্থানীয় উদ্দীপনাত হ'ব পাৰে, কিয়নো তেওঁলোকে উপলব্ধ ভৌতিক স্থান ব্যৱহাৰ কৰি শিশুক উদ্ভাৱনী পদ্ধতি ব্যৱহাৰ কৰি শিকিবলৈ সহায় কৰিব পাৰে।

ক্ৰেচত থকা যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে সঁহাৰি জনোৱা যত্ন লোৱাৰ ৰূপৰেখাত উল্লেখ কৰা একে নীতি অনুসৰণ কৰিব লাগে, শিশুটিৰ প্ৰতি ভালদৰে মনোযোগ দিব লাগে আৰু সেই অনুসৰি সঁহাৰি দিব লাগে।

5.3.3 বিকাশত পলম হোৱা শিশুৰ প্ৰতি সম্প্ৰদায়ৰ দৃষ্টিভঙ্গী

শিশুৰ চৌপাশৰ সমাজৰ সদস্যসকলেও তেওঁলোকৰ বৃদ্ধিৰ বাবে এক সুস্থ আৰু কলংকমুক্ত পৰিৱেশ গঢ়ি তোলাত নিজৰ ভূমিকা পালন কৰিব লাগিব। তেনে কৰিবলৈ তেওঁলোকে দিব্যাংগ শিশুৰ অভিভাৱক আৰু যত্ন লোৱাসকলৰ বাবে সহায়ক গোট আৰু নেটৱৰ্ক সৃষ্টি কৰিব পাৰে। এই গোটসমূহে আৱেগিক সহায় আগবঢ়াব পাৰে, সম্পদসমূহ ভাগ-বতৰা কৰিব পাৰে, আৰু উত্তম পদ্ধতিসমূহৰ বিষয়ে তথ্য বিনিময় কৰিব পাৰে। সদস্যসকলে দিব্যাংগ শিশু আৰু তেওঁলোকৰ পৰিয়ালক সহায় কৰিবলৈ ভিএইচএছএনডি, ইচিচিই ডে' আদি সম্প্ৰদায়ভিত্তিক অনুষ্ঠানতো সক্ৰিয়ভাৱে অংশগ্ৰহণ কৰিব লাগে—আৰু সকলো শিশুকে একেলগে দয়ালুভাৱে খেলিবলৈ উৎসাহিত কৰিব লাগে।

তাতোকৈ গুৰুত্বপূৰ্ণ কথাটো হ'ল, সমাজৰ এজন সদস্যই সমাজৰ ভিতৰত দিব্যাংগ শিশুসকলক গ্ৰহণযোগ্যতা আৰু সমৰ্থনক উৎসাহিত কৰা উচিত আৰু কোনো ধৰণৰ লেবেল বা আঘাতজনক গালি-গালাজৰ আশ্ৰয় লোৱা উচিত নহয়। বৃদ্ধ আৰু যুৱক-যুৱতীসকলৰ সৈতে তেওঁলোকৰ পাৰস্পৰিক ক্ৰিয়া-কলাপত তেওঁলোকে এই বুজাবুজিক প্ৰসাৰিত কৰিব লাগিব যে বৈচিত্ৰ্য এটা শক্তি, প্ৰতিটো শিশুৰ অনন্য ক্ষমতা আৰু সম্ভাৱনা আছে, আৰু এটা পৰিপূৰ্ণ জীৱনৰ অধিকাৰ।

5.4 স্ক্রীনিং টেষ্ট অনুসৰি বিকাশত পলম হোৱা শিশুক ৰেফাৰ কৰা

দিব্যাংগ প্ৰট'কল অনুসৰি যদি শিশুৱে ধাৰাবাহিকভাৱে নিজৰ মাইলৰ খুঁটি পূৰণ কৰা নাই, বা অক্ষমতাৰ দৃশ্যমান লক্ষণ আৰু লক্ষণ দেখা যায়, তেন্তে সম্প্ৰদায়ৰ কৰ্মীয়ে অভিভাৱক আৰু পৰিয়ালসমূহক ৰেফাৰেলৰ জৰিয়তে সহায় লাভ কৰাত সহায় কৰিব লাগে।

ৰেফাৰেলৰ বাবে তিনিটা পদক্ষেপ:

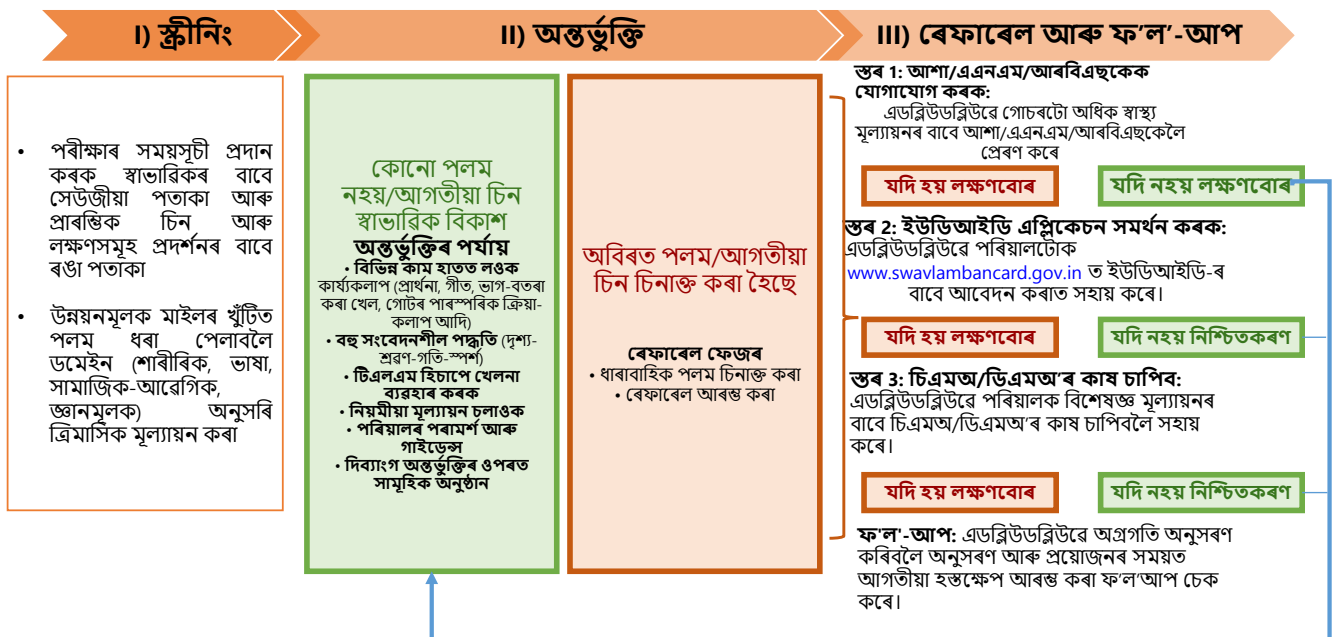
a. প্ৰাথমিক স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰলৈ যোৱাটো নিৰ্ধাৰণ আৰু ইয়াত সহায় কৰিবলৈ আশা/এএনএম বিচাৰক।

b. www.swavlambancard.gov.in ত আবেদন কৰিবলৈ পৰিয়ালক সহায় কৰক। ইউডিআইডি আৰু অক্ষমতা প্ৰমাণপত্ৰৰ আৰপিডব্লিউডি আইন 2016 অনুসৰি গৃহ জিলা চিকিৎসালয়ৰ লগতে পিডব্লিউডিয়ে চিকিৎসা গ্ৰহণ কৰা চিকিৎসালয়খনেও জাৰি কৰিব পাৰে।

c. পৰীক্ষণ আৰু মূল্যায়নৰ বাবে বিশেষজ্ঞ নিযুক্তিৰ বাবে মুখ্য চিকিৎসা বিষয়া (চিএমঅ') বা জিলা চিকিৎসা বিষয়া (ডিএমঅ')ৰ কাষ চাপিবলৈ পৰিয়ালক সহায় কৰা। মেডিকেল ব'ৰ্ডৰ সিদ্ধান্তৰ পিছত স্পীড পোষ্টৰ জৰিয়তে পৰিয়াললৈ কাৰ্ড প্ৰেৰণ কৰা হয়।

দিব্যাংগ শিশুৰ পৰীক্ষা, ৰেফাৰেল আৰু অন্তৰ্ভুক্তিৰ বাবে ফ্ল' চাৰ্ট

পলম আৰু অক্ষম শিশুৰ পৰীক্ষা, অন্তৰ্ভুক্তি আৰু ৰেফাৰেল



চ্যাপ্টার ৬

সামূহিক কর্মসকলে এই
ৰূপৰেখা কেনেকৈ ব্যৱহাৰ
কৰিব



সম্প্রদায়ৰ কৰ্মীসকলে তিনিটা মূল মাধ্যমৰ জৰিয়তে শিশুৰ যত্নক প্ৰভাৱিত কৰিব পাৰে: ঘৰত, অংগনবাড়ী কেন্দ্ৰ বা ক্ৰেচত, আৰু সম্প্ৰদায়ভিত্তিক অনুষ্ঠানত।

6.1 আগতীয়াকৈ উদ্দীপনা দিয়াৰ বাবে যত্ন লোৱা ব্যক্তিৰ নিৰ্দেশনা

6.1.1 প্ৰাথমিক শিশুকালৰ উদ্দীপনা সম্পৰ্কে যত্ন লোৱাসকলক নিৰ্দেশনা প্ৰদানৰ পথ

ঘৰলৈ যোৱাৰ সময়ত

অংগনবাড়ী কৰ্মী আৰু আশাসকলে তেওঁলোকে সেৱা আগবঢ়োৱা সম্প্ৰদায়ৰ ভিতৰত পৰিয়াল, মাতৃ, আৰু সৰু ল'ৰা-ছোৱালীক সঘনাই ঘৰ ভ্ৰমণ কৰে। সক্ষম অংগনবাড়ী আৰু মিছন পোষন 2.0 গাইডলাইনত উল্লেখ আছে যে মাতৃৰ বাবে বা শিশুটিৰ বয়স 2 বছৰ হোৱালৈকে 18 বাৰ ঘৰলৈ যাব লাগিব।

- গৰ্ভৱতী মহিলাৰ বাবে 4 টা ভ্ৰমণৰ নিয়ম নিৰ্ধাৰণ কৰা হয়
- শিশুটিৰ বয়স 0ৰ পৰা 6 মাহৰ ভিতৰত থকাৰ সময়ত 9টা ভ্ৰমণ
- 6 মাহৰ পৰা 2 বছৰৰ ভিতৰত আৰু 9 বাৰ ভ্ৰমণ

ক্ৰেচ/ চেণ্টাৰত নিয়মীয়া মাহেকীয়া সভাৰ সময়ত

• মাতৃসকলেও অংগনবাড়ী কেন্দ্ৰলৈ গৈ ছয় বছৰ বয়সলৈকে শিশুৰ উচ্চতা আৰু ওজনৰ মূল্যায়ন কৰে, প্ৰতিমাহে। ইয়াৰ উপৰিও মাতৃসকলে প্ৰায়ে বিভিন্ন কম্পাঙ্কত অংগনবাড়ী কেন্দ্ৰলৈ আহি তেওঁলোকৰ টেক হোম ৰেচন পৰিপূৰক পুষ্টি হিচাপে গ্ৰহণ কৰে।

সামূহিক অনুষ্ঠানৰ জৰিয়তে

• অংগনবাড়ী কৰ্মীয়ে মিছন পোছন 2.0 আৰু গাঁৱৰ স্বাস্থ্য অনাময় আৰু পুষ্টি দিৱসৰ (ভিএইচএছএনডি)ৰ অধীনত সম্প্ৰদায়ভিত্তিক অনুষ্ঠান (চিবিই)ৰ সময়ত স্থানীয় সিদ্ধান্ত গ্ৰহণকাৰী আৰু বহল সম্প্ৰদায়ৰ সৈতে আগতীয়া উদ্দীপনা আশে-পাশে ফলপ্ৰসূ তথ্য, শিক্ষা আৰু যোগাযোগৰ কাৰ্যকলাপো গ্ৰহণ কৰিব পাৰে। প্ৰতিটো অংগনবাড়ী কেন্দ্ৰত প্ৰতিমাহে দুবাৰকৈ চিবিই আয়োজন কৰাটো বাধ্যতামূলক, আৰু পোছন মাহ আৰু পশন পাখোৱাডাৰ সময়ত ৰেম্প আপ কৰা। বাল বিকাশ সমিতিৰ সদস্য, সম্প্ৰদায়ৰ নেতা, পঞ্চায়তৰ সদস্য, আত্মসহায়ক গোট আৰু অন্যান্য মহিলা গোট, স্থানীয় বেচৰকাৰী সংস্থা, প্ৰশাসনিক কৰ্মী, বিশেষকৈ জিলা আৰু ব্লক পৰ্যায়ত (আইচিডি এছ, ডব্লিউচিডি, স্বাস্থ্য, শিক্ষা, শিশু সুৰক্ষা, পুনৰ্বাসন, অক্ষমতা আদি) আমন্ত্ৰণ কৰিব পাৰিব।

6.1.2 প্ৰাথমিক শিশুকালৰ উদ্দীপনা সম্পৰ্কে যত্ন লোৱাসকলক নিৰ্দেশনা প্ৰদানৰ বাবে নিৰ্দেশনা

1. **অভিভাৱক আৰু যত্ন লোৱাসকলক নিৰ্দিষ্ট নিৰ্দেশনা প্ৰদান কৰা:** অংগনবাড়ী কৰ্মী আৰু আশাই প্ৰতিটো শিশুৰ বয়স আৰু ক্ষমতাৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি উপযুক্ত অধিবেশন পৰিকল্পনা কৰি-চেক কৰিবলৈ মাহেকীয়া উদ্দীপনা পৰিকল্পনা ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰে। তেওঁলোকে এই নথিখনক আৰু অধিক ব্যৱহাৰ কৰি প্ৰতিটো শিশুৰ বয়স আৰু ক্ষমতা অনুসৰি সঁহাৰি জনোৱা যত্ন লোৱা পদ্ধতি আৰু খেলা-ধূলা-ভিত্তিক কাৰ্যকলাপৰ ওপৰত অভিভাৱকৰ সৈতে আলোচনাৰ পথ প্ৰদৰ্শন কৰিব পাৰে।

2. শিশুৰ বৃদ্ধি নিৰীক্ষণ কৰা আৰু অভিভাৱকসকলক পৰামৰ্শ প্ৰদান কৰা: কাঠামোত বিকাশৰ মাইলৰ খুঁটিৰ এক বিস্তৃত পুল আৰু পৰীক্ষাৰ সময়সূচী অন্তৰ্ভুক্ত কৰা হয়। এডৱ্লিউডৱ্লিউএছ আৰু আশায়ে সময়সূচী ব্যৱহাৰ কৰি শিশুটিৰ বিকাশ আশা কৰা ধৰণে হৈছে নে নাই আৰু কোনো পলম হোৱাৰ বাবে অভিভাৱকক মনোযোগ বা অৱগত কৰাৰ প্ৰয়োজন আছে নেকি পৰীক্ষা কৰিব পাৰে।

3. মাতৃৰ সভাৰ জৰিয়তে সমাজত শিশুৰ উন্নত যত্নৰ বিষয়ে সজাগতা সৃষ্টি কৰা: কাঠামোত শিশুৰ প্ৰথম তিনি বছৰত কেনেকৈ সঁহাৰি জনোৱা যত্ন লোৱাৰ পদ্ধতি গ্ৰহণ কৰিব পাৰি সেই বিষয়ে বৰ্ণনা কৰা হৈছে। ট্ৰেচ কৰ্মীয়ে অভিভাৱকৰ সৈতে একেখিনি কথা ভাগ-বতৰা আৰু আলোচনা কৰিব পাৰে আৰু তেওঁলোকক সঁহাৰি জনোৱা যত্ন লোৱা ব্যক্তি হ'বলৈ সহায় কৰিব পাৰে।

ঘৰলৈ যোৱাৰ বাবে প্ৰস্তুতিৰ বাবে নমুনা নিৰ্দেশনা

- **1ম পদক্ষেপ:** শিশুটিৰ বয়স চিনাক্ত কৰা
- **2য় পদক্ষেপ:** শিশুৰ বয়স অনুসৰি চলাবলগীয়া কাৰ্য্যকলাপ চিনাক্ত কৰিবলৈ উদ্দীপনা কাৰ্য্যকলাপ কেলেণ্ডাৰ চাওক। যেনে: যদি শিশুটিৰ বয়স 10ৰ পৰা 11 মাহৰ ভিতৰত হয় তেন্তে উদ্দীপনা কাৰ্য্যকলাপ কেলেণ্ডাৰৰ 10 মাহত উল্লেখ কৰা কাৰ্য্যকলাপসমূহ চাওক।
- **3য় পদক্ষেপ:** যিকোনো কাৰ্য্যকলাপ পৰিচালনা কৰিবলৈ প্ৰয়োজনীয় পাঠদান-শিক্ষণ-সামগ্ৰী প্ৰস্তুত কৰা। যেনে: যদি কাৰ্য্যকলাপটো জড়িত হৈ থাকে
- **4ৰ্থ পদক্ষেপ:** ঘৰলৈ যোৱাৰ সময়ত গুৰুত্ব দিবলগীয়া যিকোনো এটা বা দুটা যত্ন লোৱা আচৰণ চিনাক্ত কৰা।

ঘৰলৈ যোৱা গাইড নমুনা

শিশুৰ বয়স: 6-8 মাহ

দক্ষতা/বিষয়: ওঁঠৰ পাঠ আৰু খেলনা ক'ত আছে

সময়সীমা: 45 মিনিট

ধৰি লওক আৰু পৰ্যালোচনা কৰক | 10 মিনিট

শিশুৰ স্বাস্থ্যৰ বিষয়ে

সোধা-পোছা কৰক,

পূৰ্বৰ ভিজিটৰ পৰ্যালোচনা কৰক



ভাষা কাৰ্য্যকলাপ: ওঁঠৰ পাঠ | 12 মিনিট

কওক,

আজিৰ প্ৰথম কাৰ্য্যসূচীৰ নাম 'ওঁঠৰ পাঠ'।

প্ৰদৰ্শন

1ম পদক্ষেপ: যদি আপোনাৰ উপস্থিতিত পিতৃ-মাতৃ আৰু কেঁচুৱাটো আৰামদায়ক আৰু সুখী হয়, তেন্তে কেঁচুৱাটোৰ কাষত বহিবলৈ ঠাই বিচাৰি উলিয়াওক। এতিয়া কেঁচুৱাটোৰ লগত কথা পাতিব যেতিয়ালৈকে সিহঁতে নিজৰ কিছুমান শব্দ কৰিবলৈ আৰম্ভ নকৰে। কৰে।

2য় পদক্ষেপ: শিশুটিৰ শব্দ অনুকৰণ কৰক। "আ, ছছছ, অঅঅ, ইইই, বব ব" এই কামটো কৰি থাকোঁতে শিশুটিৰ সৈতে চকুৰ সংস্পৰ্শ ৰাখক, হাঁহিব আৰু শিশুটিয়ে কেনে প্ৰতিক্ৰিয়া কৰে পৰ্যবেক্ষণ কৰক।

3য় পদক্ষেপ: এতিয়া লাহে লাহে মুখখন কেঁচুৱাটোৰ ওচৰলৈ লৈ যাওক আৰু শব্দবোৰ কৰি থকাৰ সময়ত তেওঁলোকৰ হাতখন মুখত ৰাখক। প্ৰতিবাৰেই বিভিন্ন শব্দ চেষ্টা কৰি কেঁচুৱাটোৰ লগত কেইবাবাৰো এইদৰে পুনৰাবৃত্তি কৰক।

গুৰুত্বৰ বিষয়ে ব্যাখ্যা কৰক

এই কামটো কিয় গুৰুত্বপূৰ্ণ সেইটোও আপুনি তেওঁলোকক ক'ব লাগিব। "নতুন শব্দ শুনা, শব্দৰ আওৰাই খেলা আৰু শব্দ কৰাৰ সময়ত মুখত স্পৰ্শ কৰিলে শিশুৰ শুনা আৰু যোগাযোগৰ প্ৰতি আগ্ৰহ বাঢ়ি যায়। শিশুটিয়ে শুনা আৰু কথা কোৱাৰ মাজৰ সম্পৰ্কও বুজিবলৈ আৰম্ভ কৰিব। এই বয়সৰ পৰা আৰম্ভ হোৱা এই ধৰণৰ সৰু সৰু শব্দৰ কাৰ্য্যকলাপে শিশুটিৰ বয়স বৃদ্ধিৰ লগে লগে আনৰ লগত আত্মবিশ্বাসেৰে যোগাযোগ কৰাৰ সম্ভাৱনা বৃদ্ধি কৰিব।"

প্রত্যাশাসমূহ নির্ধারণ কৰা

পৰিয়ালটোক বুজাওক যে এই কামটো বাৰে বাৰে কৰিব পাৰি "যদি কেঁচুৱাটোক চঞ্চল দেখা যায় আৰু শব্দ কৰি আছে তেন্তে তেওঁলোকৰ লগত যোগ দি শব্দৰ সৈতে খেলা কৰক! আপুনি এই কামটো কৰিব পাৰে যেতিয়া আপুনি কেঁচুৱাটোক গা ধোৱাৰ পিছত সাজু কৰি থাকোঁতে, বা যেতিয়া পৰিয়ালটোৱে সন্ধিয়া একেলগে গোট খায় তেতিয়া আপুনি কেঁচুৱাটোক কথা-বতৰাত জড়িত কৰিব পাৰে। এই কামটো প্ৰতিদিনে কৰক যদি আপুনি পাৰে - মায়ে কৰিব পাৰে, দেউতাই কৰিব পাৰে, আইতাই কৰিব পাৰে। সকলোৱে কৰিব পাৰে এইটো!"

খেলাৰ কাৰ্য্যকলাপ: খেলনাটো ক'ত | 12 মিনিট

কওক,
আজিৰ প্ৰথমটো কাৰ্য্যসূচীৰ নাম হৈছে 'খেলনাটো ক'ত'।

প্ৰদৰ্শন

1ম পদক্ষেপ: কেঁচুৱাটোক বস্তুটো দেখুৱাই তেওঁলোকৰ লগত এই বিষয়ে কথা পাতিব। "এইখন চোৱাচোন? কি? এইখন চামুচ।

2য় পদক্ষেপ: এই কামটো কৰি থাকোঁতে নিশ্চিত হওক যে আপুনি শিশুটিৰ সৈতে চকুৰ সংস্পৰ্শ কৰি আছে আৰু তেওঁলোকক চাই হাঁহিছে। যদি কেঁচুৱাই বস্তুটোৰ ফালে হাত আগবঢ়ায়, তেন্তে তেওঁলোকক সেইটো ল'বলৈ দিয়ক। যদি নবঢ়ায় তেন্তে আন এটা বস্তুৰে চেষ্টা কৰক। কেঁচুৱাটোক বস্তুটোৰ সৈতে খেলিবলৈ দিয়ক।

3য় পদক্ষেপ: এতিয়া লাহে লাহে বস্তুটো ঘূৰাই আনি তেওঁ চাই থাকোঁতেই কাপোৰৰ তলত ৰাখিবলৈ চেষ্টা কৰক। কাপোৰখনলৈ আঙুলিয়াই কেঁচুৱাটোক সুধিব "চামুচ ক'ত?" কাপোৰখন স্পৰ্শ কৰি বস্তুটো বিচাৰি উলিয়াবলৈ চেষ্টা কৰাৰ সময়ত সিহঁতক সাৱধানে ধৰি ৰাখক। কেঁচুৱাটোৰ লগত কথা পাতক আৰু তেওঁলোকৰ প্ৰচেষ্টাৰ বাবে প্ৰশংসা কৰক! "বহুত ধুনীয়া কণমানি! চামুচখন কাপোৰৰ তলত আছে বুলি গম পাইছনে?"

গুৰুত্বৰ বিষয়ে ব্যাখ্যা কৰক

এতিয়া আপুনি তেওঁলোকক ক'ব পাৰিব যে এই কাৰ্য্যকলাপ কিয় গুৰুত্বপূৰ্ণ। "এই কামটো কেঁচুৱাটোৰ মগজুৰ বাবে এক মজাৰ প্ৰহেলিকাৰ দৰে। আপুনি প্ৰত্যক্ষভাৱে দেখা নাপালেও বস্তুবোৰ যে থাকে সেই কথা শিশুটিয়ে বুজিবলৈ আৰম্ভ কৰিব। তেওঁ নিজৰ স্পৰ্শ ক্ষমতা, চকু, কাণ, সকলো ব্যৱহাৰ কৰি লুকাই থকা বস্তুটো বিচাৰি উলিয়াব। এই সকলোবোৰে তেওঁৰ জ্ঞানৰ ক্ষমতা উন্নত কৰিব।"

প্ৰত্যাশাসমূহ নির্ধারণ কৰা

পৰিয়ালটোক বুজাওক যে এই কামটো বাৰে বাৰে কৰিব পাৰি "আপুনি যেতিয়াই কেঁচুৱাটোৰ সৈতে এই কামটো কৰিব পাৰে যেতিয়াই আপুনি তেওঁলোকক চঞ্চল মেজাজত পায়। এইটো কেঁচুৱাটো আৰু তেওঁলোকৰ সকলো যত্ন লোৱা লোকৰ বাবে এটা ডাঙৰ বশ্তিঃ কাৰ্য্যকলাপ হ'ব পাৰে! আপুনি পাৰিলে প্ৰতিদিনে এই কামটো কৰক আৰু মনত ৰাখিব মামাই কৰিব পাৰে, পাপাই কৰিব পাৰে, দাদাই কৰিব পাৰে। সকলোৱে কৰিব পাৰে!"

অভিভাৱকত্বৰ টিপছ | 6 মিনিট

এতিয়া দিনটোৰ অভিভাৱকত্বৰ টিপছৰ প্ৰতি অভিভাৱকৰ দৃষ্টি আকৰ্ষণ কৰাৰ এক উত্তম সময়। "আপুনি লক্ষ্য কৰিছেনে যে মই প্ৰতিবাৰেই কেঁচুৱাটোৰ সৈতে খেলি থকাৰ সময়ত মই কেনেকৈ চকুত চকু থৈছিলো আৰু তেওঁলোকৰ ফালে চাই হাঁহিছিলো? এনে কৰিলে কেঁচুৱাটোৱে আপোনাৰ সৈতে যোগাযোগ স্থাপন কৰাৰ সময়ত বিশেষ আৰু নিৰাপদ অনুভৱ কৰে। ই তেওঁলোকক দেখুৱায় যে আপুনি তেওঁলোকৰ প্ৰতি যত্ন লয় আৰু আপুনি তেওঁলোকৰ প্ৰতি মনোযোগ দিয়ে! গতিকে মনত ৰাখিব যে প্ৰতিদিনে অন্ততঃ কেইবাবাৰো এই কামটো কৰিব আৰু যদি কেঁচুৱাটোৰ সকলো যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে তেওঁলোকক দেখুৱায় যে আপুনি যতন লয়, তেন্তে কেঁচুৱাটো নিৰাপদ আৰু আত্মবিশ্বাসী হৈ ডাঙৰ হ'ব।"

পুনৰাবৃত্তি কৰক, শক্তিশালী কৰক, উৎসাহিত কৰক | 5 মিনিট

পৰৱৰ্তী ভ্ৰমণৰ বিষয়ে অভিভাৱকসকলক জনাই ঘৰ ভ্ৰমণৰ সামৰণি মাৰিব।

- **শক্তিশালী কৰক:** "অহা মাহত নতুন খেলনা আৰু খেলৰ সৈতে দেখা পাম। আশাকৰোঁ শুনিম যে আপুনি কাৰ্যকলাপবোৰ কৰি আহিছে আৰু কেঁচুৱাটোৰ সৈতে চকুৰ সংস্পৰ্শ কৰি আহিছে।"
- **উৎসাহিত কৰক:** "কেঁচুৱাটো ইমান মৰমলগা যত্ন লোৱা মানুহ পোৱাটো ইমানেই ভাগ্যৰ কথা!

6.2 কেন্দ্ৰ/ক্ৰেচত শিশুৰ যত্ন আৰু উদ্দীপনা

ইয়াৰ উপৰিও ক্ৰেচ কৰ্মীসকলে, সেয়া অংগনবাড়ী-তথা-ক্ৰেচতেই হওক বা স্বতন্ত্ৰ ক্ৰেচতেই হওক, শিশু-যত্নৰ অত্যাৱশ্যকীয় সেৱা আগবঢ়ায়, যাৰ ফলত বৃহৎ সংখ্যক মহিলাক কৰ্মশক্তিত প্ৰৱেশ কৰিবলৈ সক্ষম হয়, পৰিয়ালৰ আৰ্থিক স্থিতিশীলতা উন্নত হয়, আৰু ভৱিষ্যতে শিশুসকলে স্বাস্থ্যসেৱা আৰু শিক্ষাৰ সম্ভৱপৰ উত্তম সুবিধা লাভ কৰাটো নিশ্চিত কৰে। এই সম্প্ৰদায় কৰ্মীসকলৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকাক বিশ্বাসযোগ্য ব্যক্তি হিচাপে স্বীকৃতি আৰু লাভৱান কৰি এই কাঠামোৱে তেওঁলোকৰ বৰ্তমানৰ প্ৰচেষ্টাসমূহক সমৰ্থন কৰিবলৈ এক পথ প্ৰদৰ্শক আৰু সংগী হিচাপে কাম কৰে। বিশেষভাৱে প্ৰাথমিক শৈশৱৰ উদ্দীপনাত গুৰুত্ব দিবলৈ ডিজাইন কৰা কাঠামোটো কাৰ্যসূচীগত হস্তক্ষেপসমূহৰ এক ব্যাপক মূল শিলাস্তম্ভ হৈ পৰে।

6.2.1. কেন্দ্ৰ/ ক্ৰেচত শিশুৰ যত্ন আৰু উদ্দীপনাৰ বাবে নিৰ্দেশনা

2023 চনত প্ৰকাশ পোৱা পালনা আঁচনিৰ বাবে ষ্টেণ্ডাৰ্ড অপাৰেটিং প্ৰচিডিউৰত উল্লেখ কৰা অনুসৰি তিনি বছৰৰ তলৰ শিশুৰ যত্ন লোৱাৰ বাবে দায়বদ্ধ যিকোনো ক্ৰেচ কৰ্মীয়ে শিশুৰ সামগ্ৰিক বিকাশত সহায় কৰিব লাগে, লালন-পালনমূলক যত্ন আৰু বয়স অনুসৰি জ্ঞানমূলক উদ্দীপনা প্ৰদান কৰিব লাগে। আদেশৰ সৈতে সংগতি ৰাখি, কাঠামোটোৱে ক্ৰেচ কৰ্মীসকলক তলৰ কামসমূহ কৰিবলৈ সহায় কৰিব পাৰে:

1. তিনি বছৰৰ তলৰ শিশুৰ বাবে উদ্দীপনামূলক কাৰ্যকলাপ আয়োজন কৰা: ক্ৰেচ কৰ্মীসকলে কাঠামোত থকা কাৰ্যকলাপ কেলেণ্ডাৰ ব্যৱহাৰ কৰি তেওঁলোকৰ চকুৰ তলত থকা শিশুসকলৰ বাবে উদ্দীপনা কাৰ্যকলাপসমূহ সংগঠিত কৰিব পাৰে। কেলেণ্ডাৰত প্ৰতিটো কাৰ্যকলাপৰ বাবে প্ৰয়োজনীয় খেলা সামগ্ৰীৰ তালিকা দিয়া হয়, যিবোৰ ক্ৰেচ কৰ্মীয়ে ক্ৰয় বা সৃষ্টি কৰিব পাৰে।

2. শিশুৰ বিকাশ নিৰীক্ষণ কৰা আৰু অভিভাৱক সকলক পৰামৰ্শ প্ৰদান কৰা: কাঠামোত বিকাশৰ মাইলৰ খুঁটিৰ এক বিস্তৃত পুল আৰু পৰীক্ষাৰ সময়সূচী অন্তৰ্ভুক্ত কৰা হয়। ক্ৰেচ কৰ্মীয়ে ক্লিনিং সূচী ব্যৱহাৰ কৰি প্ৰতিটোৰ খবৰ ৰাখিব পাৰে



6.2.2 অভিভাৱকৰ নিৰ্দেশনা

1. অভিভাৱক আৰু যত্ন লোৱাসকলক নিৰ্দিষ্ট নিৰ্দেশনা প্ৰদান কৰা: অংগনবাড়ী কৰ্মী আৰু আশাই প্ৰতিটো শিশুৰ বয়স আৰু ক্ষমতাৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি উপযুক্ত অধিবেশন পৰিকল্পনা ক্ৰছ-চেক কৰিবলৈ মাহেকীয়া উদ্দীপনা পৰিকল্পনা ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰে। তেওঁলোকে এই নথিখনক আৰু অধিক ব্যৱহাৰ কৰি প্ৰতিটো শিশুৰ বয়স আৰু ক্ষমতা অনুসৰি সঁহাৰি জনোৱা যত্ন লোৱা পদ্ধতি আৰু খেলা-ধূলা-ভিত্তিক কাৰ্যকলাপৰ ওপৰত অভিভাৱকৰ সৈতে আলোচনাৰ পথ প্ৰদৰ্শন কৰিব পাৰে

2. শিশুৰ বৃদ্ধি নিৰীক্ষণ কৰা আৰু অভিভাৱকসকলক পৰামৰ্শ প্ৰদান কৰা: কাঠামোত বিকাশৰ মাইলৰ খুঁটিৰ এক বিস্তৃত পুল আৰু পৰীক্ষাৰ সময়সূচী অন্তৰ্ভুক্ত কৰা হয়। এডব্লিউএছ আৰু আশায়ে সময়সূচী ব্যৱহাৰ কৰি শিশুটিৰ বিকাশ আশা কৰা ধৰণে হৈছে নে নাই আৰু কোনো পলম হোৱাৰ বাবে অভিভাৱকক মনোযোগ বা অৱগত কৰাৰ প্ৰয়োজন আছে নেকি পৰীক্ষা কৰিব পাৰে।

3. মাতৃৰ সভাৰ জৰিয়তে সমাজত শিশুৰ উন্নত যত্নৰ বিষয়ে সজাগতা সৃষ্টি কৰা: ৰূপৰেখাত শিশুৰ প্ৰথম তিনি বছৰত কেনেকৈ সঁহাৰি জনোৱা যত্ন লোৱাৰ পদ্ধতি গ্ৰহণ কৰিব পাৰি সেই বিষয়ে বৰ্ণনা কৰা হৈছে। ক্ৰেচ কৰ্মীয়ে অভিভাৱকৰ সৈতে একেখিনি কথা ভাগ-বতৰা আৰু আলোচনা কৰিব পাৰে আৰু তেওঁলোকক সঁহাৰি জনোৱা যত্ন লোৱা ব্যক্তি হ'বলৈ সহায় কৰিব পাৰে।



অধ্যায় ৭

এটা সহায়ক পরিবেশ
সৃষ্টি করা

7.1 সামূহিক কৰ্মীসকলক সক্ষম আৰু সবলীকৰণ কৰা

অংগনবাড়ী কৰ্মী, আশা, আৰু ক্ৰেচে কৰ্মীসকলে শিশুৰ যত্নত পিতৃ-মাতৃ আৰু পৰিয়ালক সহায় কৰি বা পৰিপূৰক শিশু যত্ন সেৱা প্ৰদান কৰি গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা পালন কৰে। গতিকে উদ্দীপনা কাৰ্যসূচী যাতে যত্ন আৰু দক্ষতাৰে ৰূপায়ণ কৰাটো নিশ্চিত কৰিবলৈ সম্প্ৰদায়ৰ কৰ্মীসকলৰ বাবে নিয়মীয়া আৰু অৰ্থপূৰ্ণ প্ৰশিক্ষণ অতি প্ৰয়োজনীয়। বিভিন্ন মাধ্যমেৰে প্ৰয়োজনীয় জ্ঞান, মানসিকতা, দক্ষতা প্ৰচাৰ কৰিব পাৰি। তলৰ খণ্ডত আমি এনে কিছুমান চেনেল চাম।

1. 'পোষণ ভি পঢ়াই ভি'ৰ অধীনত অংগনবাড়ী কৰ্মী প্ৰশিক্ষণ: পোষণ ভি পঢ়াই ভি কাৰ্যসূচীৰ এটা জটিল দিশ হ'ল স্বাস্থ্য আৰু পুষ্টিৰ জটিল দিশৰ লগতে শিক্ষা আৰু উদ্দীপনাৰো গুৰুত্বৰ ওপৰত আলোকপাত কৰা। কাৰ্যসূচীৰ অংশ হিচাপে পৰিচালিত চিডিপিঅ', তত্ত্বাবধায়ক, আৰু অংগনবাড়ী কৰ্মী প্ৰশিক্ষণে শিশুৰ মগজুৰ বিকাশৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰথম তিনি বছৰৰ গুৰুত্বৰ ওপৰত আলোকপাত কৰাৰ লগতে ঘৰলৈ যোৱা আৰু যত্ন লোৱা ব্যক্তিৰ পৰামৰ্শৰ জৰিয়তে শিশুৰ জ্ঞানমূলক উদ্দীপনাত সহায় কৰাৰ ক্ষেত্ৰত অংগনবাড়ী কৰ্মীৰ ভূমিকাক কঠিন কৰি তোলাৰ এক নিখুঁত সুযোগ প্ৰদান কৰে।

2. ডিজিটেল আৰু প্ৰিন্ট সম্পদৰ বিতৰণ: সুন্দৰভাৱে ডিজাইন কৰা ডিজিটেল আৰু প্ৰিন্ট সামগ্ৰী যেনে ষ্টিমুলেচন এক্টিভিটি কেলেণ্ডাৰ আৰু ৰেচপন্সিভ কেয়াৰগিডিং, চাৰ্ভ এণ্ড ৰিটাৰ্ণ, টক-প্লে-লাভ, পজিটিভ গাইডেন্স, আৰু বহুতো পোষ্টাৰ সম্প্ৰদায়ৰ কৰ্মীসকলে তেওঁলোকৰ স্মাৰ্টফোনত উল্লেখ কৰিবলৈ আৰু নিজ নিজ কেন্দ্ৰ বা ক্ৰেচত প্ৰদৰ্শন কৰিবলৈ উপলব্ধ কৰিব লাগে। সহজ ভাষা, সাংস্কৃতিকভাৱে বৈচিত্ৰময় আৰু আকৰ্ষণীয় চিত্ৰকল্প, আৰু ব্যৱহাৰিক নিৰ্দেশনামূলক ডিজাইন ব্যৱহাৰ কৰা সম্পদসমূহে ভাল পদ্ধতিসমূহৰ গ্ৰহণ বৃদ্ধি কৰিব পাৰে। বিস্মৃত তথ্য, শিক্ষা, আৰু যোগাযোগ (আইইচি) সামগ্ৰীৰ ব্যৱহাৰ ইচিচি টাঙ্ক ফ'ৰ্চে পৰামৰ্শ দিয়ে, যেনে:

- কেঁচুৱা আৰু শিশুৰ বাবে খেলা-ধূলাৰ কাৰ্য্যকলাপৰ প্ৰদৰ্শন
- শিশুৰ যত্নৰ ওপৰত সামগ্ৰিক বাৰ্তাৰ সৈতে প্ৰধান বাৰ্তাৰ সৈতে, স্বেচ্ছাসেৱকসকলে ব্যাখ্যা আৰু আলোচনা কৰাত সহায় কৰা, মত বিনিময় প্ৰকৃতিৰ চিত্ৰকল্প পোষ্টাৰ প্ৰদৰ্শনী
- পুষ্টিৰ স্থানীয় ৰেচিপিৰ প্ৰদৰ্শন

- সামগ্ৰিক শিশু যত্নৰ তথ্যৰ সৈতে জড়িত কুইজ
- পেলনীয়া বা সন্তীয়া সামগ্ৰীৰ পৰা খেলা-ধূলা তৈয়াৰ কৰা
- স্থানীয় প্ৰবচনত প্ৰাইম মেছেজ প্ৰদান কৰা বাটৰ নাট
- চুটি ছবি, তাৰ পিছত প্ৰশ্নোত্তৰ শিতান

3. অন্তৰ্ভুক্তিৰ পৰিৱেশ সৃষ্টি কৰা: সকলো সম্প্ৰদায়ৰ কৰ্মীক দিব্যাংগ বা অক্ষমতা প্ৰট'কলৰ অংশস্বৰূপ নিৰ্দিষ্ট ব্যৱস্থাসমূহৰ ওপৰত প্ৰশিক্ষণ দিব লাগে। একে সময়তে, সকলো সম্প্ৰদায়ৰ কৰ্মীক তেওঁলোকৰ পটভূমি নিৰ্বিশেষে যত্ন আৰু সন্মানেৰে ব্যৱহাৰ কৰিলে তেওঁলোকে যিবোৰ সম্প্ৰদায়ৰ সৈতে যোগাযোগ কৰে, সেইবোৰ সম্প্ৰদায়ত অন্তৰ্ভুক্তিৰ চেম্পিয়ন হ'বলৈ তেওঁলোকক প্ৰৰোচিত কৰিব পাৰি। ডিইপিডব্লিউডিৰ সৈতে অভিসৰণে শিশুসকলক স্কীনিং আৰু স্বাৱলম্বন কাৰ্ডৰ প্ৰৱেশত সহায় কৰিব পাৰে।

4. পোষণ ট্ৰেকাৰ এপৰ দৰে ডিজিটেল এপ্লিকেচন: পোষণ ট্ৰেকাৰ এপৰ দৰে ডিজিটেল এপ্লিকেচনে সামঞ্জস্যপূৰ্ণ আৰু শেহতীয়া সম্পদ, নিৰ্দেশনা, আৰু নিৰ্দেশনাৰ জৰিয়তে সম্প্ৰদায়ৰ কৰ্মীসকলক শেষৰ পৰা শেষলৈ সমৰ্থন প্ৰদান কৰাৰ এক অনন্য সুযোগ প্ৰদান কৰে। পালান 1000 এপৰ বাবে স্বাস্থ্য মন্ত্ৰালয়ৰ সৈতে অভিসৰণে উদ্দীপনাত সহায় কৰিব পাৰে।

5. বাজেটৰ ব্যৱস্থা: সাক্ষম অংগনবাড়ী আৰু পলনা আঁচনিৰ নিৰ্দেশনাৰ অধীনত উদ্দীপনা আৰু খেলা-ধূলাৰ সামগ্ৰীৰ বাজেটৰ ব্যৱস্থা কৰা হৈছে। থলুৱা খেলনা, বয়স অনুসৰি সামগ্ৰী, প্ৰয়োজন অনুসৰি আন্তঃগাঁথনি উন্নীতকৰণ আদিয়ে সম্প্ৰদায়ৰ কৰ্মীসকলক উচ্চমানৰ প্ৰাথমিক উদ্দীপনা প্ৰদান কৰাত সহায় কৰিব। শিক্ষা বিকাশৰ কাৰ্যসূচীৰ সৈতে সংগতি ৰাখি ছয় বছৰৰ তলৰ শিশুৰ সৃষ্টিশীল, সামাজিক, আৱেগিক, জ্ঞানমূলক, আৰু বৌদ্ধিক বিকাশক উদ্দীপিত কৰাৰ বাবে সাক্ষম অংগনবাড়ীয়ে উন্নত আন্তঃগাঁথনিৰ সৈতে অধিক সেৱা আগবঢ়ায়, য'ত ইণ্টাৰনেট/ৱাইফাই সংযোগ, এল ই ডি পৰ্দা, পানী বিশুদ্ধকৰণ/ আৰু অ' মেচিন স্থাপন আৰু স্মাৰ্ট শিক্ষণ সামগ্ৰী, দৃশ্য-শ্ৰাব্য সহায়ক, শিশু-বন্ধুত্বপূৰ্ণ শিক্ষণ সঁজুলি আৰু... শিল্পকৰ্ম (শৈক্ষিক চিত্ৰকলা, শিশুৰ বাবে অনুশীলন বৰ্ড, তথ্য ফলক), ইত্যাদি।

6. ৰাজ্য-নিৰ্দিষ্ট বিধান: ৰাজ্যসমূহে ব্যাপক ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰিছে, যিদৰে ধাৰা 1.3 ত উল্লেখ কৰা হৈছে, পাৰে... লগতে সম্প্ৰদায় কৰ্মীসকলৰ বাবে এক সহায়ক পৰিৱেশ সৃষ্টি কৰে।

7.2 অভিভাৱক, পৰিয়াল আৰু সম্প্ৰদায়ৰ ভূমিকা

শিশুৰ সম্পূৰ্ণ বিকাশ নিশ্চিত কৰাটো পিতৃ-মাতৃ আৰু পৰিয়ালৰ ওচৰৰ সদস্যসকলৰ পৰা আৰম্ভ কৰি চুবুৰী আৰু সমাজলৈকে তেওঁলোকৰ চৌপাশৰ প্ৰাপ্তবয়স্কসকলৰ সামূহিক বিশেষাধিকাৰ। বিশেষকৈ ভাৰতৰ দৰে দেশত শিশুসকলক প্ৰবল সম্প্ৰদায়বোধেৰে ডাঙৰ-দীঘল কৰা হয়। ওচৰ-চুবুৰীয়াৰ ঘৰত খাই, খেলা-ধূলা সকলো সম্প্ৰদায়ৰ বয়োজ্যেষ্ঠৰ জ্ঞানেৰে শিশুসকল পৰিচালিত হয়। গতিকে এই সকলো প্ৰাথমিক আৰু মাধ্যমিক যত্ন লোৱা ব্যক্তিয়ে নিজৰ ভূমিকা সম্পৰ্কে সচেতন হৈ শিশু যত্নৰ ক্ষেত্ৰত দায়িত্বশীলভাৱে নিজৰ ভূমিকা পালন কৰাটো অতি প্ৰয়োজনীয়।

অভিভাৱকৰ ভূমিকা: ঐতিহাসিকভাৱে ভাৰত আৰু বিশ্বজুৰি শিশুৰ যত্নৰ বোজা মহিলাৰ কান্ধত নিহিত হৈ আহিছে। মহিলাসকলে প্ৰায়ে শিশুটিক খুৱাই দিয়া, গা ধুওৱা, শোৱাই দিয়া আদি কাম কৰে, পৰিয়ালৰ পুৰুষ সদস্যই উপাৰ্জন কৰে, শিশুক ঘৰৰ বাহিৰলৈ লৈ যায়, বজাৰৰ পৰা খেলনা আৰু অন্যান্য সামগ্ৰী ক্ৰয় কৰে। কিন্তু শিশুৰ জীৱনৰ প্ৰাৰম্ভিক বছৰবোৰেই আটাইতকৈ আকৰ্ষণীয়, আৰু অভিভাৱকসকলৰ বাবে এইটো এটা উৎকৃষ্ট সময় যেনে যত্নৰ কামক ন্যায্যভাৱে ভাগ-বতৰা কৰা আৰু পিতৃ-মাতৃ-শিশুৰ পাৰস্পৰিক ক্ৰিয়া-কলাপত লিংগ-নিৰ্দিষ্ট পদ্ধতিৰ ওপৰত গুৰুত্ব নিদিয়াৰ দৰে লিংগ নিৰপেক্ষ অভিভাৱকত্বৰ পদ্ধতি গ্ৰহণ কৰা। এনে প্ৰথাই নিশ্চিত কৰিব যে দুয়োজন যত্ন লোৱা লোককে ভালদৰে সমৰ্থন কৰা হয় আৰু সকলো লিংগৰ শিশুৰে শাৰীৰিক আৰু আৱেগিক সুৰক্ষা আৰু ভাৰসাম্য অনুভৱ কৰে।

পৰিয়ালৰ ভূমিকা: পিতৃ-মাতৃৰ বাহিৰে পৰিয়ালৰ আন সদস্য যেনে ককা-আইতা, পেহী-মামা, ভাই-ভনীয়ে শিশুৰ যত্নত আটাইতকৈ গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা পালন কৰে। যিবোৰ পৰিস্থিতিত পৰিয়ালৰ কেইবাজনো সদস্যই এটা ঘৰত বা ইজনে সিজনৰ ওচৰত একেলগে থাকে, তেনে পৰিস্থিতিত বহল পৰিয়ালৰ সদস্যই অসংখ্য ধৰণেৰে সহায় কৰিব পাৰে, যেনে পিতৃ-মাতৃয়ে সাধাৰণতে কৰা ঘৰুৱা কাম-কাজ লোৱা, বিশেষকৈ প্ৰসৱৰ পিছৰ মাহবোৰত, শিশুৰ সৈতে ইতিবাচক আৰু চঞ্চল যোগাযোগ কৰা আৰু প্ৰয়োজনৰ সময়ত দৈনন্দিন শিশুৰ যত্নৰ কামবোৰ সহজ কৰি তোলা। এই ধৰণৰ সমৰ্থনে কেইবাটাও ভিন্ন আচৰিত সম্পৰ্ক গঢ়ি তুলি শিশুৰ সফলতাৰ সম্ভাৱনা বৃদ্ধি কৰে; ই পিতৃ-মাতৃয়ে অনুভৱ কৰা মানসিক চাপকো লাঘৱ কৰে, যাৰ ফলত তেওঁলোকে শিশুৰ উন্নত যত্ন ল'ব পাৰে।

সম্প্ৰদায়ৰ ভূমিকা: সমাজৰ প্ৰতিজন ব্যক্তিয়েই ইয়াক এক নিৰাপদ আৰু ইতিবাচক পৰিৱেশ হিচাপে গঢ়ি তোলাৰ বাবে দায়বদ্ধ, য'ত শিশুৰে বিকশি উঠিব পাৰে আৰু বৃদ্ধি পাব পাৰে। শৈশৱৰ বিৰূপ অভিজ্ঞতা যেনে ঘৰুৱা হিংসা, যৌন হিংসা, দ্ৰব্যৰ অপব্যৱহাৰ আদিয়ে শিশুৰ জ্ঞান আৰু আৱেগিক বিকাশত নেতিবাচক প্ৰভাৱ পেলায়। ঘৰ আৰু সমাজত মহিলাৰ সুৰক্ষা আৰু সৱলীকৰণকে ধৰি লিংগ সমতাৰ আৰ্হি প্ৰস্তুত কৰাটো শিশুৰ সুখম আৰু সমতাপূৰ্ণ মানসিকতা গঢ়ি তুলিবলৈ অতি গুৰুত্বপূৰ্ণ। মহিলা সাক্ষৰতা আৰু শ্ৰমিক শক্তিৰ অংশগ্ৰহণ উন্নত কৰাৰ সামগ্ৰিক ৰাষ্ট্ৰীয় প্ৰেক্ষাপটে এই ধাৰাত অৰিহণা যোগায়। সমাজৰ সকলো সদস্যই শিশু আৰু তেওঁলোকৰ যত্ন লোৱা ব্যক্তিৰ ওপৰত সতৰ্ক দৃষ্টি ৰাখিব পাৰে আৰু যিকোনো ধৰণে সহায় কৰিব পাৰে। সৰু ল'ৰা-ছোৱালীয়ে ইজনে সিজনৰ লগত গোট খাবলৈ আৰু খেলিবলৈও ঠাই নিৰ্ধাৰণ কৰিব পাৰে। শিশুক নিৰাপদ সামাজিক যোগাযোগৰ সুযোগ প্ৰদান কৰাৰ উপৰিও এনে স্থানে তেওঁলোকৰ যত্ন লোৱাসকলৰ মাজত ধাৰণা আৰু অনুশীলনৰ আদান-প্ৰদানকো সক্ষম কৰিব পাৰে। চেলিব্ৰিটি অভিযানকাৰী, ডিজিটেল, ছপা আৰু ৰেডিঅ', দৃশ্য-শ্ৰাব্য সামগ্ৰী, প্ৰতিযোগিতা, শ্ল'গান, জিংগল, সংগীত আদিৰে দেশজুৰি ব্যাপক গণমাধ্যমৰ অভিযান চলাব লাগে।



7.3 উদ্ধাৰনৰ বাবে প্ৰযুক্তিৰ সহায় লোৱা

ভাৰতত ডিজিটেল সংযোগ আৰু প্ৰযুক্তিগত জাগৰণৰ উত্থানে চিহ্নিত কৰা যুগত কৌশলগত প্ৰযুক্তিগত হস্তক্ষেপৰ জৰিয়তে প্ৰাথমিক শিশু বিকাশৰ গুণগত মান আৰু সুলভতা বৃদ্ধিৰ এক অনন্য আৰু মূল্যবান সুযোগ আছে। টেলিকম ৰেগুলেটৰী অথৰিটি অৱ ইণ্ডিয়া 2023 চনৰ নৱেম্বৰৰ তথ্য অনুসৰি ভাৰতত 88 কোটিৰো অধিক ইণ্টাৰনেট ব্যৱহাৰকাৰী আছে। ডিজিটেলৰ ব্যাপক অনুপ্ৰৱেশ আৰু বৰ্ধিত প্ৰযুক্তিগত সাক্ষৰতাই প্ৰাথমিক শৈশৱৰ উদ্দীপনা আৰু বিকাশৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰযুক্তিক একত্ৰিত কৰাৰ বাবে এক আদৰ্শ পটভূমি প্ৰদান কৰে। ল'ব পৰা কিছুমান ধাৰণা তলত দিয়া ধৰণৰ:

1. জ্ঞান বিনিময়ৰ বাবে বাৰ্তা প্ৰেৰণৰ এপ:

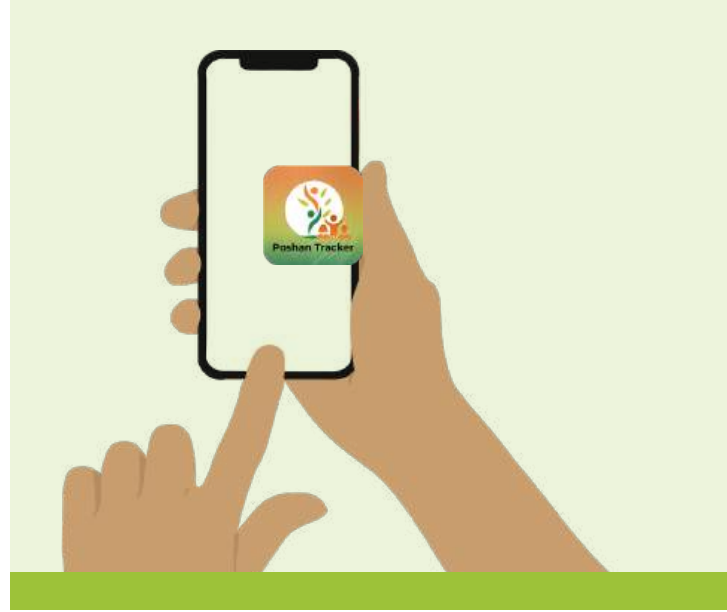
ভাৰতৰ পৰিয়ালৰ এক বুজন অংশই যোগাযোগৰ বাবে হোৱাটছএপ আৰু অন্যান্য বাৰ্তা প্ৰেৰণ ব্যৱহাৰ কৰে। সেয়েহে সমগ্ৰ দেশতে তুলনামূলকভাৱে কম খৰচত লিখনী, ছবি, অডিঅ', আৰু ভিডিঅ' ফৰ্মেটত বিভিন্ন ডিজিটেল সামগ্ৰী ভাগ-বতৰা কৰাৰ বাবে বাৰ্তা প্ৰেৰণ প্লেটফৰ্ম ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰি। প্লেটফৰ্মসমূহে এজন এজনকৈ পাৰস্পৰিক ক্ৰিয়াৰ অনুমতি দিয়ে, যাৰ ফলত শিশু বা যন্ত্ৰ লোৱা ব্যক্তিৰ প্ৰয়োজন অনুসৰি লক্ষ্য নিৰ্ধাৰণ কৰা যোগাযোগ প্ৰদান কৰাটো সম্ভৱ হয়। আনহাতে, হোৱাটছএপ গ্ৰুপৰ দৰে ফাংচনৰ সহায়ত একেধৰণৰ অভিজ্ঞতাৰ জৰিয়তে ইজনে সিজনক সহায় কৰিব পৰা শিক্ষাৰ্থীৰ এক স্ব-নিৰ্ভৰশীল সম্প্ৰদায় গঢ়ি তুলিব পাৰি। এই বাস্তৱ সময়ৰ যোগাযোগ মঞ্চই সেয়েহে শৈক্ষিক অন্তৰ্দৃষ্টিৰ নিৰৱচ্ছিন্ন আদান-প্ৰদানৰ বাবে এক নলীকা হিচাপে কাম কৰে, অভিভাৱকসকলক অনুকূল শিশু শিক্ষণক লালন-পালনৰ বাবে প্ৰয়োজনীয় জ্ঞান আৰু বুজাবুজিৰে শক্তিশালী কৰে।

2. অংগনবাড়ী কৰ্মীৰ বাবে পোষণ ট্ৰেকাৰ এপ

সংহতি: পোষণ ট্ৰেকাৰ এপত কাৰ্য্যকলাপ, মাইলৰ খুঁটি, পৰীক্ষা তালিকা, আৰু অন্যান্য সম্পদৰ এক বিস্তৃত ভঁৰাল সংহতি কৰাটো অংগনবাড়ী কৰ্মীসকলক সবলীকৰণ আৰু তথ্য প্ৰচাৰ সুশৃংখলিত কৰাৰ বাবে অতি প্ৰয়োজনীয়। এই কেন্দ্ৰীভূত ডিজিটেল হাৰে দক্ষ যোগাযোগ নিশ্চিত কৰে আৰু শ্ৰমিকসকলক শিশুসকলক ফলপ্ৰসূভাৱে উদ্দীপিত কৰিবলৈ, তেওঁলোকৰ বৃদ্ধি আৰু বিকাশ নিৰীক্ষণ কৰিবলৈ আৰু বিকাশৰ পলম আৰু অক্ষমতাৰ প্ৰাৰম্ভিক লক্ষণসমূহৰ বাবে পৰীক্ষা কৰিবলৈ প্ৰয়োজনীয় সম্পদেৰে সজ্জিত কৰে।

3. বিশেষভাৱে সক্ষম শিশুৰ বাবে অন্তৰ্ভুক্ত প্ৰযুক্তি:

অন্তৰ্ভুক্ত প্ৰাথমিক শিশু বিকাশৰ পিছত লগাত প্ৰযুক্তিয়ে



বিশেষভাৱে সক্ষম শিশুৰ বাবে শিক্ষণৰ ব্যৱধান দূৰ কৰিব পাৰে। যুৱ সংস্থা আৰু ষ্টাৰ্ট-আপসমূহে দৃষ্টিশক্তি আৰু শ্ৰৱণ ক্ষমতাহীন শিশুসকলৰ বাবে স্পষ্টভাৱে ডিজাইন কৰা বহুচেঙ্গী সঁজুলিসমূহ ক্ৰমান্বয়ে আগবঢ়ায়। স্মাৰ্টফোন কেমেৰা, ভইচ ৰেকৰ্ডাৰ, আৰু বিভিন্ন ডিজিটেল এপ্লিকেচনৰ সংমিশ্ৰণেৰে প্ৰযুক্তিয়ে শিক্ষাৰ্থীসকলক সংবেদনশীল অক্ষমতা নিৰ্বিশেষে পৃথিৱীখনৰ ব্যাখ্যা কৰাত সহায় কৰিব পাৰে।

প্ৰাথমিক শৈশৱৰ বিকাশত প্ৰযুক্তিক একত্ৰিত কৰাটো শিক্ষণ অভিজ্ঞতা সমৃদ্ধ কৰাৰ এক আশাব্যঞ্জক পথ। কিউআৰ ক'ড, এপ সংহতি, অন্তৰ্ভুক্ত প্ৰযুক্তি, আৰু অন্যান্য আগন্তুক উদ্ধাৰন যেনে কৃত্ৰিম বুদ্ধিমত্তা আৰু মেচিন লাৰ্নিং (এআই আৰু এম এল)ৰ দৰে সঁজুলিসমূহৰ লাভ উঠাই আজিৰ ডিজিটেল বাস্তৱতাৰ সৈতে মিলে। ই শিশুৰ প্ৰথম বছৰত অনুকূল শিক্ষণ আৰু বিকাশৰ সম্ভাৱনা সৰ্বাধিক কৰে। এনে চিন্তাশীল সংহতিৰ জৰিয়তে আমি নিশ্চিত কৰিব পাৰো যে প্ৰযুক্তি এক সৰ্বাংগীন শক্তিত পৰিণত হয়, অধিক শক্তিশালী সমাজ এখনক লালন-পালন কৰা য'ত প্ৰতিটো শিশুৰে লাভৱান হোৱাৰ সুযোগ পায়।

ପରିଶିଷ୍ଟ



পৰিশিষ্ট

পৰিশিষ্ট I: ৰাষ্ট্ৰীয় প্ৰাথমিক শিশু যত্ন আৰু শিক্ষা (ইচিচিই) পাঠ্যক্ৰমৰ আভ্যন্তৰীণ সমিতি, 2024

মহিলা আৰু শিশু উন্নয়ন মন্ত্ৰালয়ৰ

আভ্যন্তৰীণ সমিতিৰ...

ৰাষ্ট্ৰীয় প্ৰাথমিক শিশু যত্ন আৰু শিক্ষা ইচিচিই (ECCE) পাঠ্যক্ৰম, 2024

প্ৰাথমিক শিশুৰ যত্ন আৰু শিক্ষাৰ সাৰ্বজনীন সুবিধা (ইচিচিই)ৰ দৃষ্টিভঙ্গীৰে ৰাষ্ট্ৰীয় শিক্ষা নীতি (এনইপি) 2020ত 3-8 বছৰৰ পৰা শিক্ষণৰ মূল পৰ্যায়ৰ বাবে এক বিকশিত পাঠ্যক্ৰমৰ প্ৰয়োজনীয়তাৰ ওপৰত আলোকপাত কৰা হৈছে। ই 2022 চনৰ ৰাষ্ট্ৰীয় পাঠ্যক্ৰমৰ কাঠামোৰ সৈতে সংগতি ৰাখি অংগনবাড়ীত ইচিচিইৰ সমগ্ৰ কাঠামো শক্তিশালী কৰাৰ সুযোগ প্ৰদান কৰে। নীতিটোৱে পৰামৰ্শ দিয়ে যে শিশুসকলে অংগনবাড়ী কেন্দ্ৰসমূহত (সম্প্ৰদায়ত অৱস্থিত বা বিদ্যালয়ৰ সৈতে সহ-অৱস্থিত), বিদ্যালয়ত প্ৰাক-প্ৰাথমিক শ্ৰেণীত (চৰকাৰী বা ব্যক্তিগত), আৰু স্বতন্ত্ৰ প্ৰাক-বিদ্যালয়ত ইচিচিই কাৰ্যসূচীত অংশগ্ৰহণ কৰিব।

মহিলা আৰু শিশু উন্নয়ন মন্ত্ৰালয়ে ৰাষ্ট্ৰীয় ইচিচিই পাঠ্যক্ৰম কাঠামো (2013), ইচিচিইৰ বাবে গুণগত মান, আৰু প্ৰি-স্কুল কিট, বয়স অনুসৰি কৰ্মপুথি আৰু শিশু মূল্যায়ন কাৰ্ড (2017)ৰ বাবে ৰাষ্ট্ৰীয় আৰ্হি প্ৰস্তুত কৰিছে। এই সম্পদসমূহ সকলো অংগনবাড়ী কেন্দ্ৰ (এডব্লিউচি) ত প্ৰসংগভিত্তিক আৰু ৰূপায়ণৰ বাবে সকলো ৰাজ্য/ কেন্দ্ৰীয় শাসিত অঞ্চলৰ সৈতে ভাগ কৰা হৈছিল। বহু ৰাজ্য/ কেন্দ্ৰীয় শাসিত অঞ্চলে এমডব্লিউচিডিয়ে প্ৰকাশ কৰা 2013 চনৰ ৰাষ্ট্ৰীয় ইচিচিই পাঠ্যক্ৰমৰ ভিত্তিত তেওঁলোকৰ বাৰ্ষিক প্ৰসংগভিত্তিক ইচিচিই পাঠ্যক্ৰম প্ৰস্তুত কৰি চূড়ান্ত কৰিছে।

2022 চনৰ মাৰ্চ মাহত এমডব্লিউচিডিয়ে গঠন কৰা ইচিচিই টাঙ্ক ফ'ৰ'চৰ পৰামৰ্শ অনুসৰি এনইপি, 2020 আৰু এনচিএফ-এফএছ, 2022ৰ পোহৰত বৰ্তমানৰ ৰাষ্ট্ৰীয় ই চি চি ই পাঠ্যক্ৰম কাঠামো 2013 পুনৰীক্ষণ কৰাৰ প্ৰয়োজন আছে। ৰাষ্ট্ৰীয় জন সহযোগিতা আৰু শিশু উন্নয়ন প্ৰতিষ্ঠান (এনআইপিচিচিডি)ক এই দায়িত্ব অৰ্পণ কৰা হৈছে।

এক সামগ্ৰিক পাঠ্যক্ৰমৰ সৃষ্টি নিশ্চিত কৰিবলৈ এখন আভ্যন্তৰীণ সমিতি গঠন কৰা হৈছে।

এই সমিতিৰ উদ্দেশ্য হৈছে প্ৰাথমিক শিশুৰ যত্ন আৰু শিক্ষা (3-6 বছৰ) আৰু প্ৰাথমিক উদ্দীপনা (0-3 বছৰ) ৰ বাবে এক সামগ্ৰিক পাঠ্যক্ৰমৰ খচৰা প্ৰস্তুত কৰা যিটো ৰাষ্ট্ৰীয় ইচিচিই পাঠ্যক্ৰম 2013ক এনচিএফ-এফএছৰ

সৈতে একত্ৰিত কৰে, ৰাজ্যসমূহৰ পাঠ্যক্ৰমৰ নথিপত্ৰৰ পৰা উত্তম পদ্ধতিসমূহ, শিশুৰ বিকাশৰ শেহতীয়া বিজ্ঞান, আৰু দিব্যাং শিশুৰ প্ৰয়োজনীয়তাসমূহ। ৰাজ্য আৰু অংগনবাড়ী কৰ্মকৰ্তাসকলে পাঠ্যক্ৰম কাৰ্যকৰীভাৱে ৰূপায়ণ কৰিব লাগে।

পাঠ্যক্ৰমত তলত দিয়া মূল বৈশিষ্ট্যসমূহ থাকিব।

1. সম্পূৰ্ণ প্ৰাথমিক শৈশৱৰ ধাৰাবাহিকতাক পূৰণ কৰা: জন্মৰ পৰা ছয় বছৰ বয়সলৈকে জটিল পৰ্যায়সমূহক সম্বোধন কৰি, নথিখনে ভাৰতীয় আৰু আন্তঃৰাষ্ট্ৰীয় ইচিচিই গৱেষণা আৰু শিক্ষাবিজ্ঞানৰ পদ্ধতিৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি অংগনবাড়ী শ্ৰমিকসকলৰ বাবে প্ৰসংগভিত্তিক পথ প্ৰদৰ্শক হিচাপে কাম কৰিব। ইয়াত বয়স অনুসৰি, উদ্দীপনামূলক কাৰ্যকলাপ আৰু 0-3 বছৰ বয়সৰ বাবে সঁহাৰি জনোৱা যত্ন লোৱাৰ পৰামৰ্শৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়া হ'ব। 0- বছৰৰ উদ্দীপনা প্ৰথমবাৰৰ বাবে সামৰি লোৱা হৈছে। 3ৰ পৰা 6 বছৰীয়া শিশুৰ বাবে পাঠ্যক্ৰমত দক্ষতাভিত্তিক পাঠ্যক্ৰম আৰু মাহেকীয়া বিষয়ভিত্তিক পদ্ধতিৰ প্ৰৱৰ্তন কৰা হ'ব।

2. এনচিএফ-এফএছৰ সৈতে সংযুক্ত: ইচিচিই পাঠ্যক্ৰমে এনচিএফ-এফএছত উল্লেখ কৰা লক্ষ্য আৰু দক্ষতাৰ সৈতে নিৰৱচ্ছিন্নভাৱে সংগতি ৰাখি শিক্ষণৰ সকলো ক্ষেত্ৰ সামৰি ল'ব।

3. ৰাজ্যিক পাঠ্যক্ৰমৰ নথিপত্ৰৰ সৈতে সংগতি ৰাখি: উত্তৰ প্ৰদেশ, মহাৰাষ্ট্ৰ, ওড়িশা, মেঘালয়, হাৰিয়ানা, মধ্যপ্ৰদেশ, চণ্ডীগড়, ৰাজস্থান, ছত্তীগড়, দিল্লী, পঞ্জাব, কাশ্মীৰ, নাগালেণ্ড, তামিলনাডু আৰু তেলেংগানাকে ধৰি কমেও 15 খন ৰাজ্যিক পাঠ্যক্ৰমৰ নথিপত্ৰ সযতনে অধ্যয়ন কৰাৰ পিছত মাহেকীয়া বিষয়বস্তু, দৈনন্দিন গাঁথনি, দক্ষতাৰ অগ্ৰগতি আৰু কাৰ্যকলাপৰ পৰামৰ্শসমূহ অন্তৰ্ভুক্ত কৰা হ'ব।

4. উদ্দীপনা কাৰ্যকলাপ: 0ৰ পৰা 3 বছৰ বয়সৰ বাবে পাঠ্যক্ৰমত উদ্দীপনা কাৰ্যসূচীৰ বিশদ বিৱৰণ আৰু ঘৰতে যত্ন লোৱা লোকসকলক শিক্ষা প্ৰদান আৰু অন্তৰ্ভুক্ত কৰাৰ ক্ষেত্ৰত অংগনবাড়ী শিক্ষকসকলৰ বাবে এক শক্তিশালী যোগাযোগ পৰিকল্পনা প্ৰদান

কৰিব লাগিব। ইয়াৰ দ্বাৰা তেওঁলোকে ঘৰতে গাঁথনিগত, সামগ্ৰিক আৰু বয়স অনুকূল শিশুৰ বিকাশৰ উদ্দীপনা কাৰ্যকলাপত লিপ্ত হ'ব পাৰিব।

5. দৈনিক ব্যৱহাৰৰ বাবে পাঠ পৰিকল্পনা: 3ৰ পৰা 6 বছৰ বয়সৰ বাবে পাঠ্যক্ৰমত অংগনবাদীসকলৰ বাবে মাহেকীয়া বিষয়ভিত্তিক পদ্ধতিৰ সৈতে বিশদ দক্ষতাভিত্তিক পাঠ্যক্ৰমৰ প্ৰৱৰ্তন কৰা হ'ব, যিয়ে আকৰ্ষণীয় আৰু সমৃদ্ধিশালী পৰিৱেশৰ পোষকতা কৰিব লাগিব। দৈনিক (4 ঘণ্টাৰ সময়সূচী), সাপ্তাহিক (6 দিন) আৰু মাহেকীয়া পাঠ পৰিকল্পনাত লিংগ আৰু ক্ষমতা/অন্তৰ্ভুক্তিৰ সূক্ষ্মতা, পৰামৰ্শদিয়া খেলনা আৰু পাঠদান শিক্ষণ সামগ্ৰী, কেন্দ্ৰৰ শিশুৰ বিভিন্ন বয়স আৰু ক্ষমতা/দক্ষতাৰ গোটৰ সৈতে খাপ খোৱা কাৰ্যকলাপৰ তাৰতম্যৰ সৈতে নিৰ্দিষ্ট কাৰ্যকলাপৰ বিশদ বিৱৰণ দিব

লাগিব। পাঠ পৰিকল্পনাসমূহ শিক্ষণৰ গতি নিৰীক্ষণ কৰিবলৈ, শক্তিশালী কৰিবলৈ, পুনৰাবৃত্তি কৰিবলৈ আৰু মূল শিক্ষণ ফলাফলসমূহ শক্তিশালী কৰিবলৈ পুনৰ বিবেচনা কৰিবলৈ পৰ্যাপ্ত সময় আৰু নমনীয়তা নিশ্চিত কৰি ডিজাইন কৰা হ'ব।

6. নিৰন্তৰ আৰু ব্যাপক মূল্যায়ন (চিচিই) আৰু শক্তিশালী মূল্যায়ন: পাঠ্যক্ৰমত শিশুৰ সাপ্তাহিক, মাহেকীয়া আৰু ত্ৰিমাসিক পৰ্যবেক্ষণ আৰু মূল্যায়নৰ বাবে কৰ্মপত্ৰ, পৰীক্ষা তালিকাকে ধৰি বিস্তৃত সঁজুলি প্ৰদান কৰিব লাগিব। পৰ্যবেক্ষণ আৰু মূল্যায়নে প্ৰতিটো শিশুৰ বিকাশ আৰু শিক্ষণ ট্ৰেজেক্টৰীৰ সঘতনে বুজাবুজি নিশ্চিত কৰাত সহায় কৰে, নিৰ্দিষ্ট দক্ষতা আৰু শিক্ষণ ফলাফলৰ সৈতে সংগতি ৰাখি।

ৰাষ্ট্ৰীয় প্ৰাথমিক শিশু যত্ন আৰু শিক্ষা (ইচিচিই) পাঠ্যক্ৰমৰ কাঠামো, 2024, এমডব্লিউচিডি চূড়ান্ত কৰিবলৈ আভ্যন্তৰীণ সমিতিৰ গঠন		
ক্ৰমিক নং	নাম	পদবী
1.	অধ্যাপিকা ভেনিতা কৌল, অধ্যাপিকা এমেৰিটা, আশ্বেদকাৰ বিশ্ববিদ্যালয়- দিল্লী	অধ্যক্ষ
2.	শ্ৰীমতী তৃপ্তি গুৰহা, যুটীয়া সম্পাদক (এম ডব্লিউ চি ডি) আৰু সঞ্চালক (এন আই পি চি চি ডি)	সদস্য
3.	বিক্ৰমশিলা শিক্ষা কেন্দ্ৰৰ সঞ্চালক ড০ শুভ্ৰা চেটাৰ্জী	সদস্য
4.	শ্ৰীমতী সুনিশা আলুজা, শিক্ষা বিশেষজ্ঞ	সদস্য
5.	ড° ৰীতু চন্দ্ৰ, উপ-সচিব (ইচিচিই আৰু এফএলএন নীতি), এমঅ'ই	সদস্য
6.	ড° বিভা কৃষ্ণমূৰ্তি, উন্মীদ	সদস্য
7.	এনচিইআৰটিৰ প্ৰাথমিক শিক্ষাৰ শিশু উন্নয়ন বিভাগৰ অধ্যাপক সুনীতি সানৱাল	সদস্য
8.	ডাঃ শোভনা গুপ্তা, উপ আয়ুক্ত আৰু ভাৰপ্ৰাপ্ত (শিশু স্বাস্থ্য আৰু আৰবিএছকে), মন্ত্ৰালয়ৰ মন্ত্ৰালয়	সদস্য
9.	ৰকেট লানিঙৰ সহ-প্ৰতিষ্ঠাপক শ্ৰীমতী নম্যা মহাজন	সদস্য
10.	এমডব্লিউচিডিৰ উপ-সচিব শ্ৰীমতী জ্যোতিকা	সদস্য
11.	দিল্লী বিশ্ববিদ্যালয়ৰ গৃহ অৰ্থনীতি প্ৰতিষ্ঠানৰ অধ্যাপিকা ড০ গীতা চোপ্ৰা	সদস্য
12.	এনআইপিচিডিৰ যুটীয়া সঞ্চালিকা ডাঃ ৰীতা পাটনায়ক	সদস্য

আভ্যন্তৰীণ সমিতিৰ সদস্যসকলৰ মূল্যায়ন পৰামৰ্শৰ ভিত্তিত নথিখন সংশ্লেষণ কৰিবলৈ এনআইপিচিডি-ৰ ড° ৰীতা পাটনায়ক আৰু ৰকেট লানিঙৰ পৰা শ্ৰীমতী বিভা লিয়াৰ, শ্ৰীমতী সঞ্জনা মানকতালা আৰু শ্ৰীমতী সুখনা ছাউহনীক লৈ এটা কৰ্মগোট গঠন কৰা হয়।

পৰিশিষ্ট II: অক্ষমতা পৰীক্ষণ সূচী (ডিএছএছ)

অনুগ্ৰহ কৰি মন কৰক: অক্ষমতা পৰীক্ষণ সূচী (ডিএছএছ) হৈছে প্ৰাথমিক শৈশৱৰ বছৰত অক্ষমতা পৰীক্ষাৰ বাবে এক বহল ভিত্তিৰ পৰীক্ষণ সঁজুলি। অংগনবাড়ী শ্ৰমিক, ক্ৰেচ কৰ্মী বা আশাকে ধৰি সম্প্ৰদায়ৰ কৰ্মীসকলে অক্ষমতা থকা বা অক্ষমতাৰ 'আশংকা' হোৱাৰ 'সতৰ্কবাণী চিন' বা 'ৰঙা পতাকা' চিনাক্তকৰণৰ বাবে প্ৰাৰম্ভিক পৰীক্ষাৰ বাবে ডি এছ এছ ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰে। ডি এছ এছ অক্ষমতা বা ৰোগ নিৰ্ণয়ৰ বাবে নহয় কাৰণ ই নিদান পৰীক্ষা নহয়। যদি কোনো শিশুৱে ইয়াত বিশদভাৱে উল্লেখ কৰা এটা বা ততোধিক সতৰ্কবাণী চিন দেখুৱায়, তেন্তে শিশুটিক সঠিক নিদান আৰু হস্তক্ষেপৰ বাবে পিএইচচি/চিএমঅ' /ডিইআইচি/পুনৰ্বাসন চিকিৎসকৰ ওচৰলৈ প্ৰেৰণ কৰিব লাগে।

নিৰ্দেশনাসমূহ:

1. ছয় বছৰৰ তলৰ সকলো শিশুকে এই ব্যৱহাৰ কৰাত সহজ পৰীক্ষা তালিকাখন এডব্লিউডব্লিউ-ৱে প্ৰদান কৰিব পাৰে।
2. পৰীক্ষা তালিকাখনৰ লক্ষ্য হৈছে বিকাশত পলম বা বিচ্যুতিৰ আগতীয়া সতৰ্কবাণী চিনাক্ত কৰা।
3. যদি সামূহিক কৰ্মীয়ে পৰীক্ষা কৰা শিশুটিয়ে কোনো ধৰণৰ 'সতৰ্কবাণী চিন' / অক্ষমতাৰ প্ৰাৰম্ভিক লক্ষণ / বিকাশৰ সময়ত ৰঙা পতাকা দেখুৱায়, তেন্তে দিব্যাং প্ৰট'কল অনুসৰি ৰেফাৰেলৰ বাবে লোৱা পদক্ষেপসমূহ মানি চলিব লাগিব।
4. এই শিশুটিৰ পৰিয়ালৰ সৈতে এডব্লিউডব্লিউৱে যোগাযোগ ৰাখিব লাগিব আৰু পিতৃ-মাতৃয়ে গ্ৰহণ কৰা পদক্ষেপসমূহৰ অনুসৰণ কৰিব লাগিব।

শিশুটিৰ বিষয়ে তথ্য

1. শিশুটিৰ নাম:
2. মাতৃৰ নাম:
3. পিতৃৰ নাম:
4. ঠিকনা:
5. শিশুৰ লিংগ:
 - a. ল'ৰা
 - b. ছোৱালী
6. জন্ম তাৰিখ:
7. শিশুৰ বয়স:
 - a. 0-3 মাহ
 - b. 3-6 মাহ
 - c. 6-12 মাহ
 - d. 1-2 বছৰ
 - e. 2-3 বছৰ
 - f. 3-4 বছৰ
 - g. 4-5 বছৰ
 - h. 5-6 বছৰ

A ক অংশ: অনুগ্রহ কৰি পিতৃ-মাতৃক তলত দিয়া কথাখিনি সুধিব/শিশুৰ পৰ্যবেক্ষণ কৰিব আৰু সঁহাৰি প্ৰৰণ কৰিব

ক্রমিক নং	প্ৰশ্ন	হয়/ নহয়	মন্তব্য
1.	গৰ্ভাৱস্থাত আপুনি কিবা জটিলতা অনুভৱ কৰিছিল নেকি? যেনে উচ্চ ৰক্তচাপ, ডায়েবেটিছ, ৰক্তহীনতা বা আই, মাল্পছ বা পিঠাখোৱা, বা ৰুবেলাৰ দৰে ৰোগ?		যদি এইবোৰৰ কোনো এটা প্ৰশ্নৰ উত্তৰ হয়, তেন্তে শিশুটিক ভালদৰে চকু ৰাখিব লাগে কাৰণ তেওঁলোকৰ অক্ষমতাৰ আশংকা থাকে।
2.	প্ৰসৱৰ সময়ত তলত দিয়া কোনো জটিলতা আপুনি অনুভৱ কৰিছিল নেকি? যেনে: অতি দীঘলীয়া প্ৰসৱ, অস্ত্ৰোপচাৰ, ফৰ্চেপছ প্ৰসৱ, অকাল প্ৰসৱ, জন্মৰ সময়ত শিশুৰ ওজন কম		
3.	জন্মৰ সময়ত বা তাৰ পিছত অলপ সময়ৰ পিছতে শিশুটিৰ কিবা অসুবিধা হৈছিল নেকি? যেনে, জন্মৰ সময়ত পলমকৈ কান্দোন, জন্তিচ, নীলা ৰং বা উচ্চ জ্বৰ।		
4.	জন্মৰ সময়ত শিশুটিৰ ৰং অস্বাভাৱিক আছিল নেকি? (নীলা /হালধীয়া /শেঁতা)		
5.	মাকে খুৱাই দিয়াৰ সময়ত শিশুটিয়ে খাদ্য খাবলৈ অসুবিধা পাইছিল নেকি যেনে স্তনপান কৰা বা গিলিবলৈ?		
6.	জন্মৰ পৰাই শিশুটি কেতিয়াবা ফিট হৈ পৰিছে নেকি বা চেতনা হেৰুৱাইছে নেকি?		যদি হয়, তেন্তে এইটো ৰঙা পতাকা বা সতৰ্কবাণী চিন। অনুগ্রহ কৰি শিশুটিৰ ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰক।
7.	শিশুৰ চকু দুটা সঘনাই ৰঙা হয় বা পানী ওলায় নেকি?		যদি হয়, তেন্তে এইটো ৰঙা পতাকা বা সতৰ্কবাণী চিন। অনুগ্রহ কৰি শিশুটিক ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰক।
8.	শিশুৰ কাণৰ পৰা সঘনাই পুঁজ বা পানীৰ স্ৰাৱ নিগৰে নেকি?		যদি হয়, তেন্তে এইটো ৰঙা পতাকা বা সতৰ্কবাণী চিন। অনুগ্রহ কৰি শিশুটিক ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰক।
9.	শিশুৱে সঘনাই কাণৰ বিষ বা মূৰৰ বিষৰ অভিযোগ কৰে নেকি?		যদি হয়, তেন্তে এইটো ৰঙা পতাকা বা সতৰ্কবাণী চিন। অনুগ্রহ কৰি শিশুটিক ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰক।

10.	শিশুটিৰ শৰীৰৰ কোনো অংশ নোহোৱা বা বিকৃত হৈ আছে নেকি?	যদি হয়, তেন্তে এইটো ৰঙা পতাকা বা সতৰ্কবাণী চিন। অনুগ্ৰহ কৰি শিশুটিক ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰক।
11.	একে বয়সৰ আন শিশুৰ তুলনাত শিশুটি অতি সৰু বা অতি দুৰ্বল নেকি?	যদি হয়, তেন্তে এইটো ৰঙা পতাকা বা সতৰ্কবাণী চিন। অনুগ্ৰহ কৰি শিশুটিক ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰক।
12.	শিশুৰ শৰীৰত অসন্মত বা জোকাৰণিৰ দৰে গতিবিধি হয় নেকি, বা খোজ কঢ়াৰ সময়ত শিশুটিৰ ভাৰসাম্যতা বেয়া হয় নেকি?	যদি হয়, তেন্তে এইটো ৰঙা পতাকা বা সতৰ্কবাণী চিন। অনুগ্ৰহ কৰি শিশুটিক ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰক।
13.	শিশুটিয়ে লৰচৰ কৰি খোজ কাঢ়ে নেকি?	যদি হয়, তেন্তে এইটো ৰঙা পতাকা বা সতৰ্কবাণী চিন। অনুগ্ৰহ কৰি শিশুটিক ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰক।
14.	শিশুটিয়ে খোজ কাঢ়িব নোৱাৰে নেকি, বা আন শিশুতকৈ বহু পিছত শিশুটিয়ে খোজ কাঢ়িবলৈ আৰম্ভ কৰিছিল নেকি?	যদি হয়, তেন্তে এইটো ৰঙা পতাকা বা সতৰ্কবাণী চিন। অনুগ্ৰহ কৰি শিশুটিক ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰক।
15.	শিশুটিৰ মেৰুদণ্ডত টেমুনা বা বাম্প আছে নেকি?	যদি হয়, তেন্তে এইটো ৰঙা পতাকা বা সতৰ্কবাণী চিন। অনুগ্ৰহ কৰি শিশুটিক ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰক।
16.	শিশুটিৰ চকু দুটা কেৰা হৈ পৰে নেকি?	যদি হয়, তেন্তে এইটো ৰঙা পতাকা বা সতৰ্কবাণী চিন। অনুগ্ৰহ কৰি শিশুটিক ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰক।
17.	শিশুটিৰ চকুৰ নোম বা পিৰিকটিবোৰ ধূসৰ বা বগা নেকি?	যদি হয়, তেন্তে এইটো ৰঙা পতাকা বা সতৰ্কবাণী চিন। অনুগ্ৰহ কৰি শিশুটিক ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰক।
18.	শিশুটিয়ে খোজ কাঢ়ি থাকোঁতে প্ৰায়ে বস্তুত খুন্দা মাৰে নেকি, বা সঘনাই পৰি যায় নেকি? ৰাতি দেখাত অসুবিধা হয় নেকি?	যদি হয়, তেন্তে এইটো ৰঙা পতাকা বা সতৰ্কবাণী চিন। অনুগ্ৰহ কৰি শিশুটিক ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰক।

19.	শিশুটিৰ কাণ দুখন বিকৃত নেকি?		যদি হয়, তেন্তে এইটো ৰঙা পতাকা বা সতৰ্কবাণী চিন। অনুগ্ৰহ কৰি শিশুটিক ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰক।
20.	যিকোনো বস্তু, যেনে খেলনা বা কলম, শিশুৰ সন্মুখত প্ৰায় 12-20 ইঞ্চিমান লৰচৰ কৰক। তেওঁলোকৰ দৃষ্টিক্ষেত্ৰৰ ভিতৰত ইয়াক ইফালে সিফালে লৈ যাওক। বস্তুটোৰ গতিৰ লগে লগে শিশুৱে মূৰটো লৰচৰ কৰে নেকি?		যদি শিশুৱে বস্তুটো দৃশ্যমানভাৱে অনুসৰণ কৰিব নোৱাৰে, তেন্তে এইটো এটা ৰঙা পতাকা বা সতৰ্কবাণী চিন। অনুগ্ৰহ কৰি শিশুটিক ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰক।
21.	শিশুৰ কাণৰ পৰা প্ৰায় 1-3 ফুট দূৰত এটা ৰেটল/ বেল/ বাচন লওক। সাৱধান হওক যাতে শিশুটিয়ে আপোনাৰ ফালে নাচায়। এতিয়া, বস্তুটো জোকাৰি/বিং কৰি শব্দ কৰক। শিশুৱে শব্দৰ উৎসৰ ফালে মূৰ ঘূৰাই দিয়ে নেকি?		যদি শিশুৱে শব্দৰ উৎসৰ ফালে মূৰ ঘূৰাই নিদিয়ৱে তেন্তে এইটো ৰঙা পতাকা বা সতৰ্কবাণী চিন। অনুগ্ৰহ কৰি চাওক শিশুটিক ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু চিকিৎসাৰ বাবে।

B অংশ: বয়স-নিৰ্দিষ্ট মাইলৰ খুঁটি

যদি শ্ৰমিকজনে পলম হোৱা দেখা পায় বা অভিভাৱকে ৰিপৰ্ট কৰে, তেন্তে শিশুটিক আগতীয়াকৈ ৰোগ নিৰ্ণয় আৰু আগতীয়া হস্তক্ষেপৰ বাবে স্বাস্থ্য সুবিধা বা পুনৰ্বাসন কেন্দ্ৰলৈ প্ৰেৰণ কৰিব লাগে

ক্ৰমিক নং	মাইলৰ খুঁটি	সক্ষম হোৱাৰ সময়সীমা	সক্ষম হ'ল/ পলম হৈছে
1.	ডাঙৰ হাঁহি বা আন উষ্ণ আনন্দৰ অভিব্যক্তি নাথাকে	6 মাহৰ ভিতৰত	
2.	নিজৰ ডিঙিটো ধৰি ৰাখে		
3.	পেটৰ পৰা পিঠিলৈ আৰু পিঠিৰ পৰা পেটলৈ ঘূৰে	7-8 মাহৰ ভিতৰত	
4.	সহায় নোহোৱাকৈ বহি থাকে	9 মাহৰ ভিতৰত	
5.	শব্দ, হাঁহি বা অন্যান্য মুখৰ অভিব্যক্তিৰ সৈতে আগলৈ পিছলৈ সঁহাৰি প্ৰদান কৰে		
6.	'বা বা' 'মা মা' 'দা দা'ৰ দৰে শব্দ কৰে।	12 মাহৰ ভিতৰত	

ক্রমিক নং	মাইলৰ খুঁটি	সক্ষম হোৱাৰ সময়সীমা	সক্ষম হ'ল/ পলম হৈছে
7.	নিজৰ নামৰ প্ৰতি সঁহাৰি জনায়		
8.	আগলৈ পিছলৈ ইংগিত যেনে আঙুলিয়াই দিয়া, দেখুৱাই দিয়া, হাত আগবঢ়োৱা বা হাত জোকাৰি দিয়া আদি কৰে	12 মাহৰ ভিতৰত	
9.	কেইটামান শব্দ কয়	16 মাহৰ ভিতৰত	
10.	সহায় অবিহনে খোজ কাঢ়ে	18 মাহৰ ভিতৰত	
11.	কিবা এটা কৰিবলৈ কোৱাৰ সময়ত নিৰ্দেশনা মানি চলে, যেনে 'ইয়ালৈ আহা' বা 'মোক গিলাচটো দিয়া'।	18 মাহৰ ভিতৰত	
12.	কেইটামান শব্দ কয়	24 মাহৰ ভিতৰত	
13.	নিজৰ নাম ক'ব পাৰে	3 বছৰৰ ভিতৰত	
14.	শৌচ-প্ৰস্ৰাৱ নিয়ন্ত্ৰণ কৰিব পাৰে	4 বছৰৰ ভিতৰত	
15.	সাধাৰণ বিপদৰ পৰা হাত সাৰিব পাৰে	4 বছৰৰ ভিতৰত	
16.	নিজে খায়	4 বছৰৰ ভিতৰত	
17.	নিজাবৰীয়াকৈ সাজ-পোছাক পিন্ধে	5 বছৰৰ ভিতৰত	

পৰিশিষ্ট III: ভূমিকা আৰু দায়িত্ব

এই নথিখন 3 বছৰৰ তলৰ শিশুৰ সৈতে মোকাবিলা কৰা অংগনবাড়ী ব্যৱস্থা, আশা কৰ্মী, ক্ৰেচ কৰ্মী আৰু আন যিকোনো ফ্ৰণ্টলাইন কৰ্মী, লগতে অভিভাৱক আৰু যত্ন লোৱা লোকসকলক সহায় কৰিবলৈ ডিজাইন কৰা হৈছে।

1. অংগনবাড়ী শ্ৰমিক, আশা কৰ্মী, ক্ৰেচ কৰ্মীৰ বাবে:

a. 2 বছৰৰ তলৰ শিশুৰ বাবে নিৰ্ধাৰিত ঘৰলৈ যোৱাৰ সময়ত অংগনবাড়ী আৰু আশা কৰ্মীসকলে মাহেকীয়া উদ্দীপনা কাৰ্য্যকলাপসমূহ সম্পন্ন কৰিব পাৰে। বৃদ্ধি নিৰীক্ষণৰ সময়ত, অৰ্থাৎ কেঁচুৱাৰ ওজন কৰাৰ সময়ত, লগতে যেতিয়া মাতৃসকলে অংগনবাড়ী শ্ৰমিকজনৰ সৈতে যোগাযোগ কৰি তেওঁৰ টেক হোম ৰেচন লাভ কৰে তেতিয়াও ইয়াক আৰু কঢ়িয়াই নিব পাৰি। শেষত, অংগনবাড়ী কেন্দ্ৰতো ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰি, যিবোৰ ৰাজ্যত সম্প্ৰসাৰিত ঘণ্টা আৰু ক্ৰেচৰ সুবিধা প্ৰদান কৰা হৈছে।

b. পালনা আঁচনিৰ অধীনত ক্ৰেচ শ্ৰমিকসকলে তেওঁলোকৰ তত্বাৱধানত থকা শিশুসকলৰ সৈতে নিয়মীয়াকৈ এই কামসমূহ ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰিব।

c. আশা কৰ্মীসকলেও এই মাহেকীয়া কাৰ্য্যকলাপসমূহ ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰে আৰু লগতে দিব্যাং শিশুৰ বাবে পৰীক্ষাৰ সময়সূচীও পৰিচালনা কৰিব পাৰে যাতে তেওঁলোকৰ শিশুৰ বিকাশৰ মাইলৰ খুঁটিসমূহৰ সন্দৰ্ভত যত্ন লোৱাসকলৰ জ্ঞান বৃদ্ধি পায়।

d. স্ক্ৰীনিং (বিকাশৰ পলম আৰু অক্ষমতাৰ প্ৰাৰম্ভিক লক্ষণ) আৰু ৰেফাৰেলসমূহ পোছান ট্ৰেকাৰৰ জৰিয়তে অনুসৰণ কৰিব পাৰি।

2. তত্বাৱধায়কৰ বাবে:

a. বৰ্তমানৰ কাঠামোৰ তাত্ত্বিক অংশসমূহ শিশুৰ প্ৰাথমিক বিকাশ আৰু সঁহাৰি জনোৱা যত্নৰ বিষয়ে সাধাৰণ বুজাবুজিৰ বাবে স্কেন কৰিব পাৰি।

b. কাঠামোত মাহেকীয়া কাৰ্য্যকলাপসমূহ এডৱ্লিউডৱ্লিউসকলক প্ৰদান কৰিব পাৰি যিসকলে নিজাববীয়াকৈ সেইবোৰত প্ৰৱেশ কৰিব নোৱাৰে।

c. সহায়ক তত্বাৱধান আৰু পৰ্যালোচনা সভাৰ সময়ত মাহেকীয়া কাৰ্য্যকলাপ আৰু দিব্যাং পৰীক্ষণৰ সময়সূচী অনুসৰণ কৰা হৈছে নে নাই পৰীক্ষা কৰিব পাৰি। এডৱ্লিউ

ডৱ্লিউ সকলক প্ৰদান কৰা কাৰ্য্যকলাপসমূহ অনুসৰণ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰিব পাৰি।

d. কাৰ্য্যকলাপ প্ৰদৰ্শন অধিবেশন, অভিভাৱকত্বৰ নিৰ্দেশনা, উদ্দীপনা আৰু ইচিডিৰ গুৰুত্বৰ আশে-পাশে সম্প্ৰদায়ভিত্তিক অনুষ্ঠান আয়োজন কৰিব পাৰি।

3. চিডিপিঅ'ৰ বাবে:

a. বৰ্তমানৰ কাঠামোৰ তাত্ত্বিক অংশসমূহ শিশুৰ প্ৰাথমিক বিকাশ আৰু সঁহাৰি জনোৱা যত্নৰ বিষয়ে সাধাৰণ বুজাবুজিৰ বাবে স্কেন কৰিব পাৰি।

b. ৰূপৰেখাত মাহেকীয়া কাৰ্য্যকলাপসমূহ তত্বাৱধায়কসকলক প্ৰদান কৰিব পাৰি যিসকলে নিজাববীয়াকৈ সেইবোৰত প্ৰৱেশ কৰিব নোৱাৰে।

c. সহায়ক তত্বাৱধান আৰু পৰ্যালোচনা সভাৰ সময়ত মাহেকীয়া কাৰ্য্যকলাপ আৰু দিব্যাং পৰীক্ষণৰ সময়সূচী অনুসৰণ কৰা হৈছে নে নাই পৰীক্ষা কৰিব পাৰি। তত্বাৱধায়কসকলক কেন্দ্ৰৰ ভিতৰত যত্ন আৰু ঘৰ ভ্ৰমণৰ নিৰ্দেশনা প্ৰদানৰ ক্ষেত্ৰত এডৱ্লিউডৱ্লিউসকলক প্ৰেৰণ আৰু সমৰ্থন কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰিব পাৰি।

d. ব্লকটোৰ অতিৰিক্ত সম্পদ ব্যক্তিসকলক এডৱ্লিউডৱ্লিউসকলক সহায় আৰু প্ৰশিক্ষণ দিবলৈ চিনাক্ত কৰিব পাৰি, যেনে নাৰ্চাৰী শিক্ষক প্ৰশিক্ষণ প্ৰতিষ্ঠান, অলাভজনক সংস্থা, ব্যক্তিগত ডেকেয়াৰ চেণ্টাৰ, বালভাটিকা, অন্যান্য চৰকাৰী বা ব্যক্তিগত প্ৰাক প্ৰাথমিক বিদ্যালয় বা শিক্ষক, আগ্ৰহী আৰু অভিজ্ঞ ব্যক্তি, সম্প্ৰদায়ৰ নেতা আদি।

4. ডিপিঅ' আৰু জিলা বিষয়াৰ বাবে:

a. বৰ্তমানৰ কাঠামোৰ তাত্ত্বিক অংশসমূহ শিশুৰ প্ৰাথমিক বিকাশ আৰু সঁহাৰি জনোৱা যত্নৰ বিষয়ে সাধাৰণ বুজাবুজিৰ বাবে স্কেন কৰিব পাৰি।

b. কাঠামোত মাহেকীয়া কাৰ্য্যকলাপসমূহ চিডিপিঅ'সকলক প্ৰদান কৰিব পাৰি, যিসকলে নিজাববীয়াকৈ সেইবোৰত প্ৰৱেশ কৰিব নোৱাৰে।

c. জিলা পুষ্টি সমিতিসমূহকে ধৰি পৰ্যালোচনা বৈঠকৰ সময়ত মাহেকীয়া কাৰ্য্যসূচী আৰু দিব্যাং পৰীক্ষণৰ

সময়সূচী পালন কৰা হৈছে নে নাই পৰীক্ষা কৰিব পাৰি। চিডিপিঅ'সকলক কেন্দ্ৰৰ ভিতৰত যত্ন আৰু ঘৰ ভ্ৰমণৰ নিৰ্দেশনা প্ৰদানৰ ক্ষেত্ৰত তত্বাৱধায়ক আৰু এডব্লিউডব্লিউসকলক প্ৰেৰণ আৰু সমৰ্থন কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰা হ'ব পাৰে।

d. এডব্লিউডব্লিউ সমূহক সহায় আৰু প্ৰশিক্ষণ দিবলৈ জিলাখনৰ অতিৰিক্ত সম্পদ ব্যক্তি চিনাক্ত কৰিব পাৰি, যেনে ডায়েট, নাৰ্চাৰী শিক্ষক প্ৰশিক্ষণ প্ৰতিষ্ঠান, অলাভজনক সংস্থা, ব্যক্তিগত ডেকেয়াৰ চেণ্টাৰ, বালভাটিকা, অন্যান্য চৰকাৰী বা ব্যক্তিগত প্ৰাক-প্ৰাথমিক বিদ্যালয় বা শিক্ষক, আগ্ৰহী আৰু অভিজ্ঞ ব্যক্তি, সম্প্ৰদায়ৰ নেতা আদি।

5. ৰাজ্যিক ডব্লিউচিডি বা সামাজিক ন্যায় বিভাগৰ বাবে:

a. সমগ্ৰ নথিখনক ৰাজ্যিক পৰ্যায়ৰ কাঠামোৰ বাবে আৰ্হি হিচাপে বিবেচনা কৰিব পাৰি, যিটো অংগনবাড়ী ব্যৱস্থা আৰু ক্ৰেচৰ কৰ্মীসকলক প্ৰদান কৰা হ'ব।

b. স্থানীয় সংস্কৃতি, পৰম্পৰা, লোককথা, কাহিনী, খেলা-ধূলা, থলুৱা খেলনা ইত্যাদিৰ বাবে ৰাজ্যই বিশদ মাহেকীয়া অনুকূলিত কৰিব পাৰে।

c. ডিপিঅ', চিডিপিঅ' আৰু তত্বাৱধায়কৰ জৰিয়তে প্ৰতিটো অংগনবাড়ী কেন্দ্ৰত নিজৰ ইচ্ছানুযায়ী আৰু অনুবাদ কৰা সামগ্ৰী ছপা কৰি প্ৰদান কৰিব পাৰিব।

d. বাৰ্ষিক কাৰ্যসূচী ৰূপায়ণ পৰিকল্পনা, মিছন পোছান 2.0 আদিৰ ত্ৰিমাসিক পৰ্যালোচনা সভাকে ধৰি পৰ্যালোচনা বৈঠকৰ সময়ত মাহেকীয়া কাৰ্যসূচী আৰু দিব্যাংগ পৰীক্ষণৰ সময়সূচী পালন কৰা হৈছে নে নাই পৰীক্ষা কৰিব পাৰি। চিডিপিঅ'সমূহক কেন্দ্ৰৰ ভিতৰত নিৰ্দেশনা প্ৰদানৰ ক্ষেত্ৰত তত্বাৱধায়ক আৰু এডব্লিউডব্লিউসকলক প্ৰেৰণ আৰু সমৰ্থন কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰিব পাৰি।

e. ৰাজ্যখনৰ অতিৰিক্ত সম্পদ ব্যক্তিসকলক চিনাক্ত কৰি স্থানীয়কৰণৰ সৈতে সহায় কৰিবলৈ আনিব পাৰি, আৰু এডব্লিউডব্লিউসকলক প্ৰশিক্ষণ দিব পাৰি, যেনে এছচিআৰটি, ডিআইইটি, বিদ্যালয় শিক্ষা বিভাগৰ ক্লাষ্টাৰ সম্পদ কেন্দ্ৰ, ডিইপিডব্লিউডিৰ অধীনত ৰাষ্ট্ৰীয় প্ৰতিষ্ঠান, নাৰ্চাৰী শিক্ষক প্ৰশিক্ষণ প্ৰতিষ্ঠান, অলাভজনক সংস্থা, ব্যক্তিগত ডেকেয়াৰ কেন্দ্ৰ, বালভাটিকা, অন্যান্য চৰকাৰী বা ব্যক্তিগত প্ৰাক-প্ৰাথমিক বিদ্যালয় বা শিক্ষক, আগ্ৰহী আৰু অভিজ্ঞ ব্যক্তি, সম্প্ৰদায় নেতা আদি।

6. স্বাস্থ্য, জনজাতীয় পৰিক্ৰমা, আৰু অক্ষম ব্যক্তি বিভাগ আদিৰ বাবে:

a. নথিপত্ৰখন অভিসৰণৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰিব পাৰি (যেনে স্বাস্থ্য বিভাগৰ অধীনত অক্ষম শিশুৰ ৰেফাৰেল আৰু চিকিৎসা নিদান, অন্তৰ্ভুক্তি (অক্ষম শিশুৰ বাবে, ক্ৰছ অক্ষমতা আগতীয়া হস্তক্ষেপ কেন্দ্ৰ (চিডিইআইচি), ৰাষ্ট্ৰীয় প্ৰতিষ্ঠান (এনআই)ৰ সৈতে সংযোগ), প্ৰতিবন্ধী ব্যক্তি বিভাগৰ অধীনত স্বাভলম্বন কাৰ্ড আৰু সহায়ক সঁজুলি আদিৰ ব্যৱস্থা)

b. ৰাজ্যখনৰ অতিৰিক্ত সম্পদ ব্যক্তিসকলক চিনাক্ত কৰি স্থানীয়কৰণৰ সৈতে সহায় কৰিবলৈ আনিব পাৰি, আৰু এডব্লিউডব্লিউসকলক প্ৰশিক্ষণ দিব পাৰি, যেনে এছচিআৰটি, ডিআইইটি, বিদ্যালয় শিক্ষা বিভাগৰ ক্লাষ্টাৰ সম্পদ কেন্দ্ৰ, ডিইপিডব্লিউডিৰ অধীনত ৰাষ্ট্ৰীয় প্ৰতিষ্ঠান, নাৰ্চাৰী শিক্ষক প্ৰশিক্ষণ প্ৰতিষ্ঠান, অলাভজনক সংস্থা, ব্যক্তিগত ডেকেয়াৰ কেন্দ্ৰ, বালভাটিকা, অন্যান্য চৰকাৰী বা ব্যক্তিগত প্ৰাক-প্ৰাথমিক বিদ্যালয় বা শিক্ষক, আগ্ৰহী আৰু অভিজ্ঞ ব্যক্তি, সম্প্ৰদায়ৰ নেতা আদি।

7. অন্যান্য প্ৰতিষ্ঠান আৰু ব্যক্তি:

a. জন্মৰ পৰা তিনি বছৰলৈকে শিশুৰ বাবে প্ৰসংগভিত্তিক ইচিডি প্ৰসৰৰ উত্তম পদ্ধতিৰ বাবে নথিপত্ৰখন প্ৰস্তুত ৰেফাৰেন্স হিচাপে ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰি।

b. ভাৰতীয় প্ৰেক্ষাপটৰ বাবে নিৰ্দিষ্টভাৱে সামগ্ৰী প্ৰস্তুত কৰা হৈছে, কিন্তু আন্তঃৰাষ্ট্ৰীয় প্ৰেক্ষাপটত বিশেষকৈ গ্ল'বেল চাউথত প্ৰদানৰ বাবে অন্বেষণ আৰু অভিযোজিত হ'ব পাৰে।

c. গৱেষক, নীতি নিৰ্ধাৰক, প্ৰাৰম্ভিক শিক্ষাবিদ, পাঠ্যক্ৰম ডিজাইনাৰ, আনকি অভিভাৱকসকলেও নিজৰ সন্তানৰ সৈতে কেনেকৈ জড়িত হ'ব লাগে তাৰ ধাৰণা ল'ব পাৰে।

মাইলৰ খুঁটিৰমুহূতসমূহ

শিশুৱে যি অভিজ্ঞতা লাভ কৰে সেয়ে শিকে

আপোনাৰ শিশুৱে কেনেকৈ খেলে, শিকে, কেনেকৈ কথা কয় আৰু কাম কৰে, ইয়াৰ দ্বাৰা আপোনাৰ শিশুৰ বিকাশৰ বিষয়ে গুৰুত্বপূৰ্ণ ইংগিত পোৱা যায়। প্ৰতিটো বয়সতে আপোনাৰ সন্তানে সম্পূৰ্ণ কৰা মাইলৰ খুঁটিসমূহ পৰীক্ষা কৰক। লগতে শিশুটিক এই মাইলৰ খুঁটিসমূহ সম্পূৰ্ণ কৰাত সহায় কৰিবলৈ আপুনি কি কৰিব লাগিব সেই বিষয়েও শিকিব।

পৰিচয়

মগজুৰ বিকাশৰ বিষয়ে গৱেষণাৰ পৰা দেখা গৈছে যে জীৱনৰ প্ৰথম দুবছৰৰ অভিজ্ঞতাই আপোনাৰ শিশুৰ ভৱিষ্যতৰ ওপৰত ডাঙৰ প্ৰভাৱ পেলায়। প্ৰতিবাৰেই আপুনি আপোনাৰ সন্তানক খেলা-ধুলা, কথা কোৱা, স্পৰ্শ কৰা আৰু মৰমেৰে সঁহাৰি জনোৱাৰ সময়ত আপুনি এক উল্লেখযোগ্য পৰিৱৰ্তন আনিছে। এই

অধ্যায়টো শিশুৰ বিকাশৰ প্ৰতিটো পৰ্যায়তে কৰা গুৰুত্বপূৰ্ণ কাম আৰু বিকাশৰ প্ৰতিটো পৰ্যায়তে আমাৰ সন্তানক উপকৃত কৰিবলৈ আমি কি কৰিব লাগে সেই বিষয়ে ভৱপূৰ। এইটোৱে হ'ব লগতে সকলো অভিভাৱকক সোঁৱৰাই দিয়া হ'ব খেলৰ কাৰ্যকলাপৰ গুৰুত্ব।



"যদি আপুনি আপোনাৰ সন্তান বুদ্ধিমান হোৱাটো বিচাৰে তেন্তে তেওঁলোকক সাধুকথা পঢ়ি শুনাক। যদি আপুনি বিচাৰে যে তেওঁলোক অধিক বুদ্ধিমান হওক, তেন্তে তেওঁলোকক অধিক সাধুকথা কওক।" - এলবাৰ্ট আইনষ্টাইন



জন্মৰ পৰা 2-3 মাহ

এই বয়সত অধিকাংশ শিশুৱে কি কৰে?

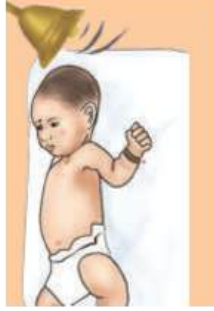


- 8-12 ইঞ্চি দূৰত থকা মানুহৰ মুখবোৰ চিনি পাবলৈ আৰম্ভ কৰিব
- মানুহৰ মুখ আৰু ক'লা আৰু বগা কনট্ৰাষ্ট পেটাৰ্ণ পছন্দ কৰিব
- চলন্ত বস্তু অনুসৰণ কৰিব
- মাকৰ মাতটোৰ ফালে ভালদৰে মন দি মূৰটো ঘূৰাই দিব
- মানুহক চাই হাঁহিবলৈ আৰম্ভ কৰিব
- ডাঙৰ শব্দত আচৰিত হোৱা বা কান্দোনত বিক্ষোৰণ ঘটাব
- সুস্থী হ'লে বা খুৱাই দিয়াৰ পিছত গুৰুগুৰকৈ শব্দ কৰিব
- মূৰটো ওপৰলৈ তুলি ধৰিব পাৰিব আৰু পেটৰ ওপৰত পৰি থকাৰ সময়ত ওপৰলৈ ঠেলিবলৈ আৰম্ভ কৰিব পাৰে
- হাত-ভৰিৰে মসৃণ গতিবিধি কৰিব
- হাত দুখন শিথিল কৰি ৰাখক আৰু ওলমি থকা বস্তুবোৰ চুই চাব
- কলকল কৰিবলৈ আৰম্ভ কৰিব



- শিশুটিক খুৱাই, সাজ-পোছাক পিন্ধা আৰু গা ধোৱাৰ সময়ত শিশুটিক আলিঙ্গন কৰক, কথা পাতক আৰু খেলা-ধূলা কৰক
- কান্দোনৰ প্ৰতি তৎক্ষণাত গুৰুত্ব দিয়ক আৰু কেঁচুৱাটোকে ওচৰত ধৰি ৰাখক যাতে তাই নিৰাপত্তা অনুভৱ কৰিব
- আপোনাৰ শিশুটিক নিজকে শান্ত কৰিবলৈ শিকাত সহায় কৰক। আঙুলি চুহিলে ঠিকেই আছে।
- আপোনাৰ শিশুৱে শব্দ কৰিলে উত্তেজিত হৈ কাম কৰক আৰু হাঁহিব
- আপোনাৰ শিশুটিক নিজকে শান্ত কৰিবলৈ শিকাত সহায় কৰিব
- আপোনাৰ শিশুটিৰ বিভিন্ন কান্দোনৰ প্ৰতি মনোযোগ দিয়ক যাতে আপুনি ভেঁওঁ কি বিচাৰে জানিবলৈ শিকে
- আপোনাৰ শিশুটিৰ লগত কথা পাতক, পঢ়ক আৰু গান গাওক
- আপোনাৰ কেঁচুৱাটো সাৰ পাই থকাৰ সময়ত তাৰ পেটৰ ওপৰত শূৱাই দিয়ক আৰু খেলনাবোৰ ভেঁওঁৰ ওচৰত ৰাখক

যদি আপুনি এই “সতৰ্কতামূলক” চিনবোৰৰ কোনো এটা দেখা পায় তেন্তে তৎক্ষণাত এএনএম/এডৱিউডৱিউ/ঘাস্থ্য সেৱা প্ৰদানকাৰীৰ সৈতে যোগাযোগ কৰক



কোনো সামাজিক হাঁহি নাই

খুৱাই, আলিঙ্গন বা কথা পাতিলে কোনো ধৰণৰ চকুৰ সংস্পৰ্শ নকৰে

2 মাহৰ পিছতো ধাৰাবাহিকভাৱে চকু টিপিয়াই থকা

মূৰটো পিছলৈ ঠেলি দিলে, হাত-ভৰি জঠৰ হৈ

হাত দুখন মুঠি বা খোলা ৰাখে আৰু বুঢ়া আঙুলিবোৰ হাতৰ তলুৱাৰ ভিতৰত অটলভাৱে ধৰি ৰখা হয়

JOURNEY OF THE FIRST

270 days

365 days

365 days

1000 days

DAYS

106 MILESTONE MOMENTS

জন্মৰ পৰা ২-৩ মাহ

খেলৰ জৰিয়তে আৰু বয়স সাপেক্ষ খেলনাৰে শিকে



পৰম্পৰাগত "জেলনা" বা "খুলি" মূলতঃ মাকৰ কপাহী শাড়ীৰ পৰা তৈয়াৰী ইউ আকৃতিৰ কাপোৰৰ ডোজ, পৰম্পৰাগতভাৱে কেঁচুৱাক শুইবলৈ ব্যৱহাৰ কৰা হয় আৰু ই মাতৃৰ গৰ্ভত অনুভৱ কৰা তৃপ্তিমাতৃদায়ক। ই মাতৃৰ গোক কঢ়িয়াই লৈ ফুৰে যিয়ে নিশ্চিন্তক আৰাম দিয়ে।



কেঁচুৱাই ৰঙীন বস্তু আৰু আকৃতি চাই ভাল পায় আৰু মাত্ৰ ৩০ চে.মি. গতিকে খেলনাৰে তেওঁলোকৰ মূৰৰ ওচৰত ওলোমাই থওক। বিকাশৰ এই পৰ্যায়ত শিশুৱে মাকৰ মুখখন চিনি পাবলৈ আৰম্ভ কৰে।



অভিভাৱকে তেওঁলোকৰ লগত কথা গান গাইব লাগে আৰু তেওঁলোকৰ লগত ধ্বনৰ বডি স্পেন্স ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে। কাৰণ এই মাকৰ মূৰৰ গোলক যিয়ে শিশুটিক চিনাক্ত কৰাত সহায় কৰে। মাতৃৰ চুলিৰ স্টাইল সলনি কৰিব নালাগে কাৰণ ইয়াৰ দ্বাৰা নৱজাতক শিশুৱে তেওঁক নিজৰ সীমিত দৃষ্টিশক্তিৰে চিনি পোৱাত সহায় কৰে।



ৰেটল, ঘণ্টা বা ছিটিকি পৰা খেলনা এটা জোকাৰি দিয়ক যাতে তেওঁলোকে শব্দৰ উৎসৰ সৈতে পৰিচিত হয় আৰু উপভোগ কৰে।



এই ৰঙা বেংগল বা কলা-বগা খেলনাৰে এটা সত্যত বান্ধি শিশুটিৰ সন্মুখত ওলমি থাকিব পাৰি যাতে দৃষ্টিশক্তি স্থাপন আৰু অনুসৰণ কৰাত সহায় হয় আৰু বস্তুটোৰ ওচৰলৈ হাত আগবঢ়াবলৈ আৰম্ভ কৰিব পাৰে। এই ৰঙীন পিপলি বা ধোঁলি কাপোৰৰে শিশুৰ বাবে দৃষ্টিশক্তিৰ আৰু শিশুৰ ওচৰত শিশুৰ মুখৰ পৰা ৪০-৫০ চে.মি. দূৰত্বত ওলোমাই থৰ পাৰি।

4-6 মাহত আপোনাৰ শিশুটি: "চাওঁতা"

এই বয়সত অধিকাংশ শিশুৱে কি কৰে?



- কিছুমান গতিবিধি আৰু মুখৰ অভিব্যক্তি, যেনে হাঁহি বা ক্রু কোঁচাই কপি কৰে
- আইনাত নিজকে চাবলৈ ভাল লাগে আৰু এহাতেৰে খেলনাৰ বাবে হাত আগবঢ়ায়
- দুয়োখন হাত আৰু চকু একেলগে ব্যৱহাৰ কৰি খেলনা এটাৰ ওচৰলৈ গৈ ধৰিবলৈ চেষ্টা কৰে
- চলন্ত বস্তুবোৰ চকুৰে ইফালৰ পৰা সিফাললৈ অনুসৰণ কৰে
- মূৰটো স্থিৰ কৰি ৰাখে, অসহায় হয়, যেতিয়া উলম্বভাৱে ৰখা হয়
- খেলনা ধৰি জেকাৰিব পাৰে আৰু হাত মুখলৈ আনিব পাৰে
- পেটৰ ওপৰত শুই থকাৰ সময়ত কঁকাললৈকে ঠেলি দিব
- বিশেষকৈ চিনাকি মানুহৰ ওচৰত স্বতঃস্ফূৰ্তভাৱে হাঁহিব
- চিনাকি মানুহৰ লগত খেলি ভাল পায় আৰু খেলা বন্ধ হ'লে কান্দিব পাৰে
- কলকলাবলৈ আৰম্ভ কৰে (আহ; ই, ও, কান্দি থকাৰ বাহিৰে আন শব্দ), উচ্চস্বৰে হাঁহ বা চিঞৰি চিঞৰি শব্দ কৰে
- মৰমৰ প্ৰতি সঁহাৰি দিয়ক আৰু শিশুটি সুখী নে দুখী সেইটো জানক



- আপোনাৰ কেঁচুৱাটোক ধৰি লওক আৰু কথা পাতক। হাঁহিব আৰু আনন্দিত হওক
- যেতিয়া আপুনি তাইক আইনা এখন দেখুৱাওক আৰু সুধিব, "মোৰ কেঁচুৱাটো ক'ত?"
- শুই থকা আৰু খুৱাই দিয়াৰ বাবে স্থিৰ কটিন নিৰ্ধাৰণ কৰক
- কুউক-ভাৰ দৰে খেল খেলক
- তেওঁক ছবিবোৰ দেখুৱাওক আৰু বস্তুবোৰৰ নাম দিয়ক কিন্তু বৰ্ণমালা শিকাব নালাগে। কাহিনী কওক।
- কেঁচুৱাই ঘৰত থকা বস্তুবোৰ অন্বেষণ কৰি শিকে। শিশুটিয়ে হাত আগবঢ়াই অন্বেষণ কৰিব পৰাকৈ আকৰ্ষণীয় আৰু নিৰাপদ বস্তুবোৰ মজিয়াত ৰাখক।
- শিশুসকলক বাহিৰলৈ লৈ যাওক আৰু বাহিৰৰ জগতখনৰ সৈতে পৰিচয় কৰাই দিয়ক।
- শিশুৱে আৰামৰ বাবে আঙুলি আৰু বুটা আঙুলি চুহি যায়। চিন্তাৰ কাৰণ নহয়। এই কম বয়সতে বন্ধ নকৰিব।
- কেঁচুৱাৰ সৈতে যোগাযোগ কৰক। কেঁচুৱাৰ শব্দ অনুকৰণ কৰক আৰু তাই আপোনাৰ শব্দ অনুকৰণ কৰিলে তাইক প্ৰশংসা কৰক।

যদি আপুনি এই "সতৰ্কতামূলক" চিনবোৰৰ কোনো এটা দেখা পায় তেন্তে তৎক্ষণাত এএনএম/এডব্লিউডব্লিউ/স্বাস্থ্য সেৱা প্ৰদানকাৰীৰ সৈতে যোগাযোগ কৰক



মূৰ নিয়ন্ত্ৰণৰ অভাৱ
ধৰিব নোৱাৰে

সহায় লৈও উঠি বহিব নোৱাৰে

হাতেৰে ঢুকি পোৱা বস্তুবোৰ

আহ, ইহ, আতৰ দৰে শব্দ কৰিবলৈ
কণ্ঠস্বৰ ব্যৱহাৰ নকৰে

মূৰ আৰু চকু লৰচৰ নকৰে বা
লৰচৰ কৰি থকা বস্তুক অনুসৰণ
নকৰে

তলমূৱা হৈ থাকোঁতে মূৰটো ডাঙিব
নোৱাৰে

JOURNEY OF THE FIRST
270 + 365 + 365 = 1000
DAYS

108 MILESTONE MOMENTS

4-6 মাহত আপোনাৰ শিশুটি: “চাঙতা”

খেলৰ জৰিয়তে আৰু বয়স সাপেক্ষ খেলনাৰে শিকে



৬ মাহ বয়সত আপোনাৰ শিশুটিক বিচনাৰ ভিতৰত সংলগ্ন কৰা আবিষ্কেদ্য প্লাষ্টিকৰ আইনা বা হাতেৰে ধৰা আইনা দিব লাগে।



কোমল, সুখদায়ক শব্দ কৰা কিছুমান কোমল বলৰ সৈতে খেলক।



ঘৰতে প্ৰস্তুত কৰিব পৰা খলাবামুক্ত খেলনাৰে শিশুসকলক বিভিন্ন টেক্সাৰৰ অনুভৱ বুজিবলৈ সহায় কৰিব।



কেঁচুৱাই হাতত ৰেটল ধৰিব পাৰে আৰু 4 মাহ বয়সৰ ভিতৰত শব্দ উপভোগ কৰিব পাৰে।



শিশুক সাধাৰণ গাড়ী বা চকা / ৰোলবত থকা জীৱ-জন্তুৰ দৰে সৰু, ঘূৰণীয়া ঠোলা খেলনা দিব (শ্ৰেয় ৬ মাহৰ পৰা আৰম্ভ কৰিব)।

7-9 মাহত আপোনাৰ শিশুটি: "টুচৰি ফুৰা"

খেলৰ জৰিয়তে আৰু বয়স সাপেক্ষ খেলনাৰে শিকে



লুকা-ভাকুৰে আংশিকভাৱে লুকাই থকা বস্তুৰ বাবে জ্ঞান বিকশিত কৰে। কেঁচুৱাই আংশিকভাৱে লুকাই থকা বস্তু এটাৰ ওচৰলৈ হাত আগবঢ়াব, ইয়াৰ পৰা বজা যায় যে গোটেই বস্তুটো এতিয়াও আছে বুলি জ্ঞান আছে। যদি কোনো বস্তু সম্পূৰ্ণৰূপে লুকাই থাকে তেন্তে কেঁচুৱাই প্ৰথম অৱস্থাত সেইটো উদ্ধাৰ কৰাৰ কোনো চেষ্টা নকৰে।



আপোনাৰ শিশুটিক বিভিন্ন আকাৰ, আকৃতি আৰু বস্তুৰ খেলনাৰে খেলবলৈ দিয়ক, যিবোৰ জাপিৰ পাৰি।



চোপিব আৰু হেঁচিব পৰা পুতলা



তাইক এটা আন্তঃসংলগ্ন প্লাষ্টিকৰ ডিস্ক বা আঙঠি দিয়ক, আৰু মুখ আৰু দাঁত লগোৱাৰ বাবে নিৰাপদ প্লাষ্টিকৰ আঙঠি দিয়ক।



শিশুটিক বুক আৰু আকৃতিৰ সৈতে খেলিবলৈ উৎসাহিত কৰক।

10-12 মাহত আপোনাৰ শিশুটি: “অন্বেষণকাৰী”

এই বয়সত অধিকাংশ শিশুৱে কি কৰে?



- সহায় নোহোৱাকৈ বহিব আৰু নপৰি খেলনাৰ বাবে হাত আগবঢ়াব
- কোলাত উঠিবলৈ বাহু ওপৰলৈ তুলিব
- কোনো বস্তুৰ লগত খুন্দা নোহোৱাকৈ আকাংক্ষিত খেলনা পাবলৈ চুচুৰি যাব
- এখন হাতৰ পৰা আন এখন হাতলৈ বস্তু স্থানান্তৰিত কৰিব আৰু দুটা বস্তু একেলগে বজাব
- মাতৃভাষাত এটা বা দুটা সাধাৰণ শব্দ ব্যৱহাৰ কৰিব
- "মামা" আৰু "দাদা" ক 'ব' আৰু "উহ-অহ!" কৰিব
- "নহয়; "ইয়ালৈ আহ!" ইত্যাদিৰ দৰে সৰল অনুৰোধৰ সঁহাৰি দিব।
- মাক বা দেউতাক গুচি গ'লে কান্দিব
- যেতিয়া কাহিনী শুনিব বিচাৰে তেতিয়া আপোনাক এখন কিতাপ দেখুৱাব বা তুলি দিব
- সহজ ইংগিত ব্যৱহাৰ কৰিব, যেনে মূৰ জোকাৰি দিয়া বা "তা-তা" দিয়া।
- লুকাই থকা বস্তুবোৰ সহজে বিচাৰি উলিয়াব
- ইংগিত অনুকৰণ কৰিব



- সমৰ্থন ব্যৱহাৰ কৰাৰ সময়ত থিয় হৈ আৰু খোজ কাঢ়িবলৈ উৎসাহিত কৰিবলৈ খেলনা এটা হাতেৰে ঢুকি নোপোৱাকৈ অলপ আঁতৰত ৰাখক।
- অন্বেষণ কৰি থাকোঁতে কেঁচুৱাই ভুলবশতঃ আনক আঘাত দিব পাৰে। তেওঁক কেনেকৈ লাহে লাহে স্পৰ্শ কৰিব লাগে দেখুৱাওক। তেওঁক চিঞৰি নাথাকিব।
- আপোনাৰ কেঁচুৱাক কাহিনী কওক আৰু ছবিৰ কিতাপ উচ্চস্বৰে পঢ়ক।
- কেঁচুৱাবোৰ সকলো কথাত কৌতুহলী। কিহৰ লগত খেলিব বিচাৰিব সেইটো বাছি ল'বলৈ শিকে।
- তেওঁলোকৰ অন্বেষণত সহায় কৰক কিন্তু তেওঁলোকৰ সুৰক্ষা নিশ্চিত কৰক।
- কেঁচুৱাই পিতৃ-মাতৃয়ে কৰা কামবোৰ চাই শিকে আৰু তাৰ পাছত একেখিনি কাম নকল কৰিবলৈ চেষ্টা কৰে। এইদৰে শিকে।
- কেঁচুৱাই বস্তু পেলায় আৰু দলিয়ায় যাতে ইয়াৰ পিছত কি হয় জানিব পাৰে। অভিভাৱকসকলে ধৈৰ্য্য ধৰিব লাগে আৰু ইয়াক অন্বেষণমূলক খেললৈ ৰূপান্তৰিত কৰিব লাগে।
- নিজৰ পৰিৱেশত থকা বস্তুবোৰ দেখুৱাওক আৰু নাম দিয়ক।

যদি আপুনি এই "সতৰ্কতামূলক" চিনবোৰৰ কোনো এটা দেখা পায় তেন্তে তৎক্ষণাত এএনএম/এডৱিউডৱিউ/স্বাস্থ্য সেৱা প্ৰদানকাৰীৰ সৈতে যোগাযোগ কৰক



সৰু সৰু বস্তু আঙুলিৰে ধৰিব
নোৱাৰে

কোলাত ল'ব খুজিলে হাত মেলি
নিদিষে

নাম ধৰি মাতিলে সঁহাৰি নিদিষে

আপুনি কিছু দেখাকৈ লুকাই থকা
পুতলাটো বিচাৰি নাযায়

'কুউক-ভাক'ৰ দৰে সামাজিক খেল নেখেলে

JOURNEY OF THE FIRST

270 Days + 365 Days + 365 Days = 1000 Days

112

MILESTONE MOMENTS

10-12 মাহত আপোনাৰ শিশুটি: “অন্বেষণকাৰী”

খেলৰ জৰিয়তে আৰু বয়স সাপেক্ষ খেলনাৰে শিকে



কেঁচুৱাই ঘৰত বস্তু অন্বেষণ আৰু থেকেটি খেলে আৰু শিকে। কোনো ধৰণৰ চোকা বস্তু পৰিহাৰ কৰক।



আঙুলি, হাত আৰু ভৰি থকা খেলনা: কাপোৰৰ পৰা প্ৰস্তুত কৰা পুতলাৰ দৰে।



11-12 মাহ বয়সত বিশেষভাৱে ঠেল-টনা খেলনা দিব লাগে।



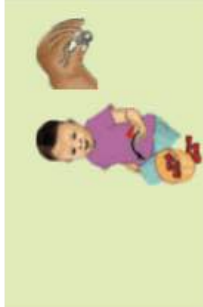
শিশুৰ কিতাপ বা উজ্জ্বল ছবি থকা পুৰণি আলোচনী (বৰমালা শিকাব নালাগে কিন্তু কেৱল ছবি দেখুৱাই কাহিনী কওক)।



কেঁচুৱাই শিকিবলৈ আৰু অন্বেষণ কৰিবলৈ বিভিন্ন বস্তুৰ আকৃতি, আকাৰ আৰু পৃষ্ঠৰ খেলনাৰ সৈতে খেলো। বাৰে বাৰে দুটা খেলনা একেলগে আনি তাৰ শিহুত নাটকৰ অংশ হিচাপে আঁতৰাই নিয়াৰ প্ৰৱণতা থাকে। এটা চাঞ্চলাৰ আন এটাত ভৰাই আকাৰ আৰু আকৃতিৰ বিষয়ে জানিবলৈ প্ৰৱণতা থাকে। ঘৰতে টেক্সচাৰযুক্ত খেলনাও প্ৰস্তুত কৰিব পাৰি, যাতো তেওঁলোকে বিভিন্ন টেক্সচাৰৰ অনুভৱ উপলব্ধি কৰে।

13-18 মাহত আপোনাৰ শিশু: "বাক্য"

এই বয়সত অধিকাংশ শিশুকে কি করে?

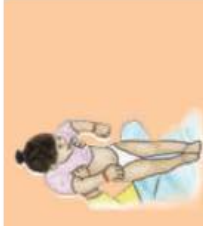


- কেইবাটাও স্বতন্ত্র পদক্ষেপ ল'ব পাৰে। অকলে খোজ কাঢ়িব পাৰে।
- হাত জোকাৰি, হাত চাপৰি বজোৱাৰ দৰে বহুতো চিনাকি ইংগিত ব্যৱহাৰ কৰে
- এটা পাত্ৰত শিলগুটিসকল বস্তু ৰাখে
- কিতাপ এখনত সাধাৰণ বস্তু আৰু ইয়াৰ ছবিৰ নাম আৰু চিনাক্ত কৰে
- পুতলা বা স্তম্ভফড় এনিমেল খেলনাক খাদ্য খোৱাৰ অভিনয় কৰি আগ্ৰহ দেখুৱায়
- খং ৰাগৰ নাটক কৰিব পাৰে
- কি বিচাৰে দেখুৱাবলৈ আঙুলিয়াই দিয়ে
- স্পষ্ট নহ'লেও কেইবাটাও একক শব্দ কয়, অন্ততঃ ৫টা শব্দ একেৰাহে কয়।
- কথাৰে আৰু মুৰ জোকাৰি "না" কয়।
- সাধাৰণ বস্তুবোৰ কিহৰ বাবে ব্যৱহাৰ হয় জানি লয়; যেনে চাবোন, কাঁচ, ব্ৰাছ, চীজৰ মতে, স্বতঃস্ফূৰ্তভাৱে লিখে
- নিজৰ ইংগিত নোহোৱাকৈ ১-পদক্ষেপৰ মৌখিক আদেশ অনুসৰণ কৰিব পাৰে
- কোনো ইংগিত নোহোৱাকৈ ১-পদক্ষেপৰ মৌখিক আদেশ অনুসৰণ কৰিব পাৰে
- ক'লে বহে।
- কাপ বা সৰু গিলাচৰ পৰা পান কৰে



- কেঁচুরাক খোজ কঢ়া শিকিবলৈ ঠেলা খেলনা প্ৰদান কৰক।
- কিছুমান ফলমূল, খেলনা আদি শিশুক দিব। বস্তুবোৰ চিনাক্ত কৰিবলৈ কওক, পাত্ৰ এটাত ভৰাই তাৰ পৰা উলিয়াই আনিবলৈ দিব লাগে।
- আপোনাৰ শিশুটিক সহজ প্ৰশ্ন সুধিব। কথা পাতিবলৈ উৎসাহিত কৰিব।
- নিৰাপদ, মৰমলগা পৰিৱেশৰ ব্যৱস্থা কৰক। সামগ্ৰসপূৰ্ণ আৰু ভাৰিয়াদ্বাৰীযোগ্য হোৱাটো গুৰুত্বপূৰ্ণ।
- যোৱা আচৰণক শাস্তি দিয়াতকৈ ভাল আচৰণৰ প্ৰশংসা বহুিকৈ কৰক।
- সহানুভূতিপূৰ্ণভাৱে উৎসাহিত কৰক। উদাহৰণস্বৰূপে, যেতিয়া কেঁচুৱাক দুখী দেখা পায়, তেতিয়া আন শিশুক সাৱটি ধৰিবলৈ বা চুমা খাবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- কিতাপ পঢ়ক আৰু সহজ শব্দ ব্যৱহাৰ কৰি ছবিৰ বিষয়ে কওক।
- অভিনয় খেলাক উৎসাহিত কৰা খেলনা প্ৰদান কৰক, যেনে পুতলা, টেলিফোন খেলা।
- কাপৰ পৰা পানী খাবলৈ উৎসাহিত কৰক আৰু চামুচ ব্যৱহাৰ কৰিবলৈ দিয়ক, যিমানেই লেতেৰা নকৰক কিয়।
- বৃদ্ধদেউ-উকৰাই দিয়ক আৰু আপোনাৰ সন্তানক সেইবোৰ ফুটাবলৈ দিয়ক।

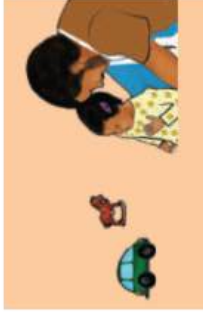
যদি আপুনি এই "সতৰ্কতামূলক" চিনবোৰৰ কোনো এটা দেখা পায় তেন্তে তৎক্ষণাত এএনএম/এড্ৰিউডব্লিউ/স্বাস্থ্য সেৱা প্ৰদানকাৰীৰ সৈতে যোগাযোগ কৰক



সমর্থন নোহোৱাকৈ নিজে থিয়
হব নোৱাৰে



সকল বস্তু পাত্রত রাখিব নোৱাৰে



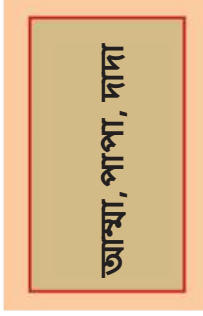
কোনো বস্তুৰ নাম লোৱাৰ সময়ত
আঙুলিয়াই নিদিয়৷



মাতৃৰ ভংগীমাৰ প্ৰতি কোনো সঁহাৰি
নিদিদিয়ে আৰু নিজৰ পৃথিৱীত থকা
যেন লাগে



দৈনন্দিন কামৰ বাবে দুয়োখন হাত
ব্যৱহাৰ নকৰে (এখন হাতৰ বাবে
পছন্দ দেখুৱায়)



আম্মা, পাপা, দাদোৰ দৰে একক
শব্দবোৰ নকয়

JOURNEY OF THE FIRST

$$\begin{array}{r} \text{Pregnancy} \\ 270 \text{ days} \\ + \\ \text{Year - 1} \\ 365 \text{ days} \\ + \\ \text{Year - 2} \\ 365 \text{ days} \\ = \\ \text{First} \\ 1000 \text{ days} \end{array}$$

114 MILESTONE MOMENTS

13-18 মাহত আপোনাৰ শিশু: "ৰাকাৰ"

খেলৰ জৰিয়তে আৰু বয়স সাপেক্ষ খেলনাৰে শিকে



শিশুৱে অনুকৰণ কৰি শিকে। অনুশীলন কৰিবলৈ বহুত সুযোগ লাগে।



ছবিৰ কিতাপৰ পৰিচয় দিয়ক কিন্তু বৰ্ণমালা এতিয়াও শিকাৰ নালগে।



শিশু অতি সক্ৰিয়। খোজ কঢ়া, দৌৱা আৰু বগাই যোৱাৰ সময়ত ইহঁতক সুৰক্ষিত ৰাখক। এই বয়সৰ ল'ৰা-ছোৱালী যথেষ্ট কৌতুহলী হয়।



এই বয়সৰ বাবে খেলনাৰে নিৰাপদ আৰু শিশুৰ খেলা সহ্য কৰিব পৰা হ'ব লাগে। উদাহৰণস্বৰূপে: ডাঙৰ ছবি থকা কাপোৰ বা প্লাষ্টিকৰ কিতাপ, সৰু গাড়ী, মিডিজিকেল টপ, নেষ্টিং ব্লক, ষ্টেকিং খেলনা।



খেলা-টনা খেলনা দীঘল ৰছী নোহোৱাকৈ)

18-24 মাহত আপোনাৰ কেঁচুৱা: “ডিয়ৰ”

এই বয়সত অধিকাংশ শিশুৱে কি কৰে?

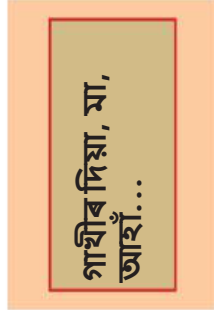
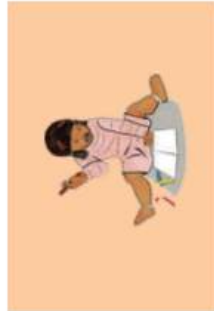


- কেইবাটাও স্বতন্ত্ৰ পদক্ষেপ ল'ব পাৰে। অকলে খোজ কাঢ়িব পাৰে।
- খেলনাটো টানিলেও অবিভক্তভাৱে খোজ কাঢ়িব পাৰে
- ঘৰুৱা কাম অনুকৰণ কৰে।
- শৰীৰৰ এটা বা ততোধিক অংশৰ নাম ব্যক্তিগতভাৱে বা কিতাপত সঠিকভাৱে আঙুলিয়াই দিয়ে আৰু নাম লিখে।
- দৌৰিবলৈ আৰম্ভ কৰে আৰু বল এটা গোৱ মাৰে
- আন ল'ৰা-ছোৱালীৰ লগত খেলিবলৈ পছন্দ কৰে অৱশ্যে ইজনে সিজনৰ লগত নহয়
- প্ৰত্যাহ্বানমূলক আচৰণ দেখুৱায় (যি নকৰিবলৈ কোৱা হৈছে তাকে কৰে)
- আন শিশুৰ ওচৰত বা ওচৰত খেলে, কিন্তু ইজনে সিজনৰ লগত নহয়।
- বস্তু বা ছবিৰ নাম গোৱাৰ সময়ত যেনে কুকুৰ, মেকুৰী আৰু চৰাইৰ প্ৰতি আঙুলিয়াই দিয়ে
- মামা-দুৱা (গাখীৰ) আদি শব্দ দুটা যোগ কৰি বাক্য কোৱা: মামা-মম (পানী) ইত্যাদি।
- কাৰ্য আৰু শব্দ কপি কৰে শিশুসকলক নিৰাপদে খোজ কঢ়া, দৌৰা আৰু বগাই যোৱাৰ সুযোগ প্ৰদান কৰা।



- শিশুসকলক আপোনাৰ অনুকৰণ কৰিবলৈ দিয়ক আৰু তেওঁলোকৰ দক্ষতা অনুশীলন কৰাৰ সুযোগ প্ৰদান কৰি তেওঁলোকক সহায় কৰক।
- সিহঁতে লেতেৰা কৰিলেও বৈৰ্য্য ধৰিব।
- শিশুসকলক দৈনন্দিন কাম-কাজ যেনে শুই থকা আৰু সাৰ পোৱাটো নিৰ্দিষ্ট সময়ত মানি চলিবলৈ উৎসাহিত কৰক।
- আপোনাৰ সন্তানক গল্পবোৰ সঘনাই আওৰাই উচ্চস্বৰে পঢ়ক। শিশুৱে লিখিব পৰাকৈ এটা কলম আৰু কাগজ দিব লাগে।
- ঘৰৰ সাধাৰণ কাম-কাজ, যেনে ব্যাডু দিয়া আৰু ৰাতিৰ আহাৰ বনোৱা আদি কামত সহায় কৰিবলৈ শিশুটিক উৎসাহিত কৰক। আপোনাৰ সন্তানক ভাল সহায়ক হোৱাৰ বাবে প্ৰশংসা কৰক।
- এই বয়সত ল'ৰা-ছোৱালীয়ে এতিয়াও ইজনে সিজনৰ কাষত (লগত নহয়) খেলে আৰু ভালকৈ শ্বেয়াৰ নকৰে। ল'ৰা-ছোৱালীক খেলিবলৈ বহুত খেলনা দিয়ক। ল'ৰা-ছোৱালীবোৰক ভালদৰে চাওক আৰু যদি সিহঁতে কাজিয়া কৰে বা তৰ্ক কৰে তেন্তে তাৰ মাজত সোমাই পৰক।
- আপোনাৰ শিশুৱে আপোনাৰ নিৰ্দেশনা মানি চলিলে মনোযোগ আৰু প্ৰশংসা কৰক। প্ৰত্যাহ্বানমূলক আচৰণৰ বাবে মনোযোগ সীমিত কৰক। বেয়া আচৰণৰ শাস্তি দিয়াতকৈ ভাল আচৰণৰ প্ৰশংসাত বহু বেছি সময় খৰচ কৰক।
- আপোনাৰ শিশুটিৰ খেলনাবোৰ কেঠাটোৰ চাৰিওফালে লুকুৱাই ৰাখক আৰু সেইবোৰ বিচাৰিবলৈ দিয়ক।

যদি আপুনি এই “সতৰ্কতামূলক” চিনবোৰৰ কোনো এটা দেখা পায় তেন্তে তৎক্ষণাত এএনএম/এডৱিউডব্লিউ স্বাস্থ্য সেৱা প্ৰদানকাৰীৰ সৈতে যোগাযোগ কৰক



পুতলা এটা টানোতে চিথকৈ খোজ নাকাঢ়ে

ফ্লি-বল কৰিব নোৱাৰে

“গাখীৰ দিয়া”ৰ দৰে দুটা শব্দ বাক্যাংশ ব্যৱহাৰ নকৰে।

বাই-বাই/নমস্তৰ প্ৰতি সঁহাৰি জনোৱাৰ দৰে ইংগিতৰ প্ৰতি উপযুক্ত সঁহাৰি নিদিয়

শৰীৰৰ অংগবোৰলৈ আঙুলিয়াই নিদিয় আৰু সহজ নিৰ্দেশনা অনুসৰণ কৰক

বুজি পোৱা যেন নালাগে

JOURNEY OF THE FIRST

270 + 365 + 365 = 1000 DAYS

116 MILESTONE MOMENTS

18-24 মাহত আপোনাৰ কেঁচুৱা: “ডিয়ৰ”

খেলৰ জৰিয়তে আৰু বয়স সাপেক্ষ খেলনাৰে শিকে



শিশুৱে একে আকৃতি আৰু আকাৰৰ বস্তু মিলাবলৈ আৰম্ভ কৰে।



বল এটাত লাথি মাৰি। গতিলৈ অৱস্থাত ভাৰসাম্য ৰক্ষা কৰিবলৈ আৰু আগতিয়াকৈ অনুমান কৰিবলৈ শিকা।



কিউবৰ সৈতে বিল্ডিং ব্লক।



সামাজিক খেলনা



শেয়াৰ কৰিবলৈ আৰু সামাজিকভাৱে মিলিজুলি থাকিবলৈ শিকা। শিশুৱে একেটা কামত লিপ্ত হোৱা আন ল'ৰা-ছোৱালীৰ উপস্থিতিত খেলে, তথাপিও ইজনে সিজনক গুৰুত্ব নিদিয়ে।

খেলা-ধূলা কৰাটো অতি প্ৰয়োজনীয় যদিও কেতিয়াবা বৈ জিৰণি ল'ব লাগে সেইটো জানিব লাগিব

কেঁচুৱাৰ ইংগিত: 'মোক এটা বিৰতি বা কাৰ্যকলাপৰ পৰিৱৰ্তন লাগে'।

যদি আপোনাৰ শিশুটিয়ে মুৰটো আঁতৰাই নিছে, পিঠিটো ভাঁজ কৰি দিছে বা কান্দিছে, তেওঁ বুজাব খুজিছে যে তেওঁক জিৰণি বা কাৰ্যকলাপৰ পৰিৱৰ্তনৰ প্ৰয়োজন। আপোনাৰ শিশুটিক মজিয়াত খেলিবলৈ দিয়ক বা যদি শুবৰ সময় হৈছে শুবলৈ দিয়ক।

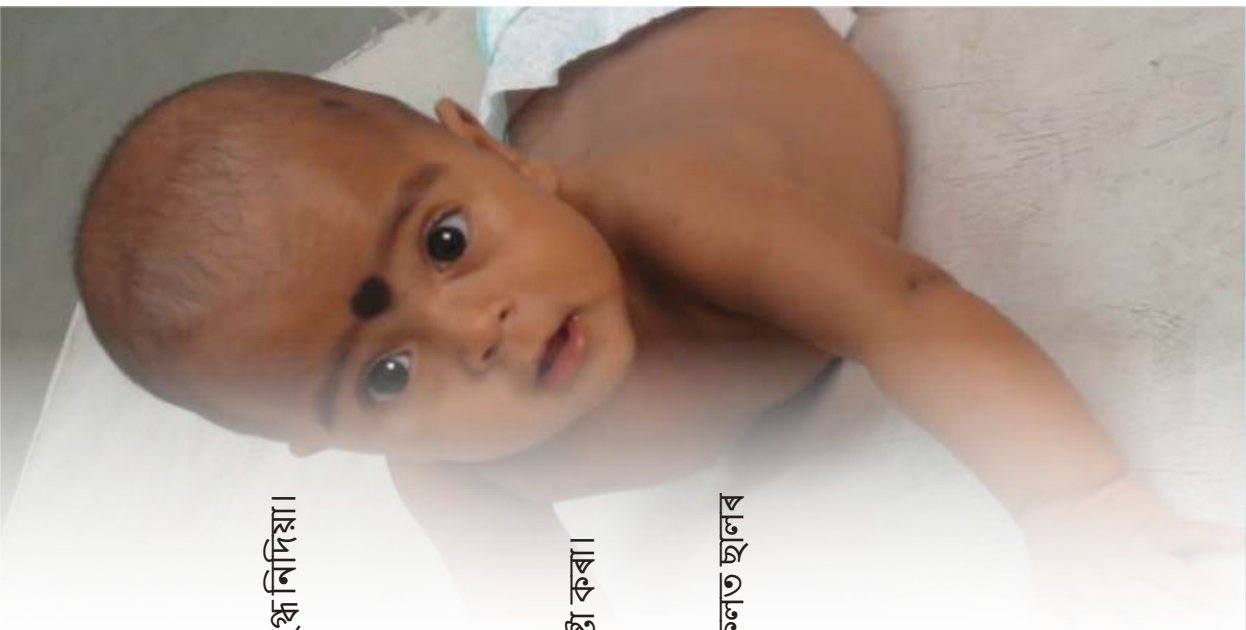


কেঁচুৱা ভাগৰাৰ চিন: 'মোক জিৰণি লাগে'।

যদি শিশুটিয়ে হামিয়াইছে, চকু মোহাৰিছে, হাত-ভৰি জোকাৰিছে বুজিব যে শিশুটিৰ ভাগৰ লাগিছে। শিশুৱে মনোযোগ আকৰ্ষণ কৰিবলৈ কান্দিব পাৰে। শব্দ নোহোৱাকৈ শিশুটিক অলপ শুবলৈ দিব।

আপোনাৰ শিশুৰ ক্ষতি কৰিব পৰা কিছুমান কাম

- 1 বছৰ বয়সৰ আগতে শিশুক মৌ বা 'জনম ঘূৰ্তী' দিয়া, জন্মৰ কিছুদিন পিছত মাতৃদুগ্ধ নিদিয়া।
- গৰুৰ গাখীৰ - ইয়াক লঘু আৰু পবিত্ৰ বুলি ভাবি খাবলৈ দিয়া।
- বেছিকৈ বেবী পাউডাৰ লগোৱা।
- কঠিন মালিচ দিয়া বা বেছিকৈ মালিচ কৰা।
- বেছন আৰু আটা (বুট আৰু "ঘেঁহুৰ আটা) ব্যৱহাৰ কৰি শৰীৰৰ চুলি আঁতৰাবলৈ চেষ্টা কৰা।
- নৱজাতকৰ চকুত 'কাজল' প্ৰয়োগ কৰা।
- শিশুৰ হাতৰ মণিবন্ধনত বা ডিঙিত ক'লা সূতা বান্ধি নোলোৱাটোৱেই উত্তম। ইয়াৰ ফলত ছালৰ ৰোগ, শ্বাসৰুদ্ধ হোৱা, ডিঙি চেপি ধৰা, সংক্ৰমণ আদি হ'ব পাৰে।
- প্ৰয়োজন হ'লে কপাল বা ভৰিত ক'লা ফোঁট লগাব পাৰি।
- কাণ আৰু নাভিত কেইটোপালমান তেল লগোৱা।
- শিশুটিক কম সময়ৰ বাবে অকলে এৰি দিয়া।



References

1. Ministry of Women and Child Development. 2023. [*Report of the Task Force on Early Childhood Care and Education \(ECCE\)*](#). Government of India.
2. Press Information Bureau. 16 December 2013. [*Implementation of Restructured ICDS*](#).
3. Ministry of Women and Child Development. 2013. [*National Early Childhood Care and Education Policy*](#). Government of India.
4. National Institute for Public Cooperation and Child Development. 2014. [*NATIONAL EARLY CHILDHOOD CARE AND EDUCATION \(ECCE\) CURRICULUM FRAMEWORK*](#). Ministry of Women and Child Development, Government of India.
5. Andrew, Alison, Orazio Attanasio, Britta Augsburg, Monimalika Day, Sally Grantham-McGregor, Costas Meghir, Fardina Mehrin, Smriti Pahwa, and Marta Rubio-Codina. 2019. "Effects of a scalable home-visiting intervention on child development in slums of urban India: Evidence from a randomised controlled trial." *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 61, no. 6 (December): 644-652. doi: 10.1111/jcpp.13171.
6. Ministry of Health and Family Welfare. [*Handbook for ASHA Facilitators .pdf*](#). Government of India.
7. Chattopadhyay N, Aneja S. The Status of Early Childhood Development in India: Will We Reach the Countdown to 2030 Targets? *Indian Pediatr*. 2021 Nov 15;58 Suppl 1:S4-S10. PMID: 34687181.
8. Ertem IO, Krishnamurthy V, Mulaudzi MC, Sguassero Y, Balta H, Gulumser O, Bilik B, Srinivasan R, Johnson B, Gan G, Calvocoressi L, Shabanova V, Forsyth BWC. Similarities and differences in child development from birth to age 3 years by sex and across four countries: a cross-sectional, observational study. *Lancet Glob Health*. 2018 Mar;6(3):e279-e291. doi: 10.1016/S2214-109X(18)30003-2. PMID: 29433666.
9. National Health Mission. 2018. [*Journey of the First 1000 Days: Foundation for a Brighter Future*](#). Ministry of Health and Family Welfare, Government of India.
10. McClean S. 2016. [*Understanding child development - Emerging Minds*](#). Emerging Minds.
11. Ministry of Women and Child Development. 2010. [*ICDS Mission - Broad Framework for Implementation*](#). Government of India.
12. Ministry of Women and Child Development. 2023. Standard Operating Procedure for Palna Scheme. Government of India.
13. Press Information Bureau. 2023. [*"Ministry of Information and Broadcasting approves Comprehensive "Digital Advertisement Policy, 2023"*](#). Ministry of Information and Broadcasting. Government of India.
14. Bornstein, Marc H. "Caregiver responsiveness and child development and learning: From theory to research to practice." *Infant/toddler caregiving: A guide to cognitive development and learning* (2012): 11-25, <https://openlab.bmcc.cuny.edu/ece110-151l-fall2021/wp-content/uploads/sites/504/2020/08/West-Ed-Cognitive-Development-and-Learning-Infants-and-Toddlers.pdf#page=26>
15. Dunst, Carl J., and Danielle Z. Kassow. "Caregiver sensitivity, contingent social responsiveness, and secure infant attachment." *Journal of Early and Intensive Behavior Intervention* 5.1 (2008): 40, <https://doi.org/10.1037/h0100409>
16. Honig, Alice S. "Meeting the Needs of Infants." (1981), <https://eric.ed.gov/?id=ED198958>
17. Learned, Spatial Relationships. "Learning Experiences for Babies." *Dimensions* 6 (1978): 33-43, .
18. Adolph, Karen E., and John M. Franchak. "The development of motor behavior." *Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science* 8.1-2 (2017): e1430, <https://doi.org/10.1002/wcs.1430>
19. Bergen, Doris. "Play as the Vehicle for Early Intervention with At-Risk Infants and Toddlers." (1991), <https://eric.ed.gov/?id=ED335115>
20. PALNA Anganwadi-cum-Crèche Mission Shakti Standard Operating Procedure. Ministry of Women and Child Development, 2013.

21. Chopra, Geeta. Stimulating Development of Young Children with Disabilities at Anganwadi and at Home: A Practical Guide. Department of Human Development and Childhood Studies, 2012.
22. Chopra, Geeta. Early Detection of Disabilities and Person with Disabilities in the Community. Department of Human Development and Childhood Studies, 2012.
23. Normal Development and When to Suspect Abnormal Development?. Indian Academy of Pediatrics, 2020-21.
24. Handbook For Anganwadi Workers (Awws) On Early Childhood Home Stimulation Activities. National Institute Of Public Cooperation And Child Development.
25. A guide for Parents and CCD Providers. Care for Child Development
26. National Curriculum Framework for Foundation Stage. NCERT, 2022.
27. Parent Manual Activities for children up to age 3 years. Caribbean Institute for Health Research, The University of the West Indies, Kingston, Jamaica, 2020.
28. National Education Policy. Ministry of Education, 2020.
29. MOTHER AND CHILD PROTECTION CARD, MoHFW, MWCD, 2018.
30. Brain-Building Play Ideas. Aarambh, Mahatma Gandhi Institute of Medical Sciences.
31. Nurturing care handbook. Start here: how to use the handbook, understand nurturing care and take action. World Health Organization and the United Nations Children's Fund, 2022
32. Rosenbaum, P., & Gorter, J.W. (2012). The 'F-words' in childhood disability: I swear this is how we should think! Child: Care, Health and Development, 38(4), 457 – 463. DOI: 10.1111/j.1365-2214.2011.01338.x; CanChild's F-words Knowledge Hub: www.canchild.ca/f-words



सत्यमेव जयते
Government of India