



નવચેતના



માટે રાષ્ટ્રીય માળખું
પ્રારંભિક બાળપણની ઉદ્દીપન) 2024 માટે રાષ્ટ્રીય માળખું
જન્મથી ત્રણ વર્ષ સુધીના બાળકો માટે



નવચેતના

અર્લી ચાઇલ્ડહૂડ સ્ટિમ્યુલેશન (પ્રારંભિક બાળપણની
ઉદ્દીપન) 2024 માટે રાષ્ટ્રીય માળખું
જન્મથી ત્રણ વર્ષ સુધીના બાળકો માટે

નેશનલ ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ પબ્લિક કોઓપરેશન એન્ડ ચાઇલ્ડ ડેવલપમેન્ટ 5, સિરી
ઇન્સ્ટિટ્યૂશનલ એરિયા, હીઝ ખાસ, નવી દિલ્હી - 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



आज़ादी का
अमृत महोत्सव

**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**

ટૂંકાક્ષર

સંક્ષેપ	સંપૂર્ણ નામ
AI & ML	આર્ટિફિશિયલ ઇન્ટેલિજન્સ એન્ડ મશીન લર્નિંગ
ANM	ઓકઝીવરી નર્સ એન્ડ મિડવાઇફ
ASHA	એક્રેડિટેડ સોશિયલ હેલ્થ એક્ટિવિટિસ્ટ
AWW	આંગણવાડી વર્કર
CBE	કમ્યુનિટી-બેઝ ઇવેન્ટ્સ
CDPO	ચાઇલ્ડ ડેવલોપમેન્ટ પ્રોજેક્ટ ઓફિસર
CMO	ચીફ મેડિકલ ઓફિસર
CRC	કન્વેશન ઓન ધ રાઇટ્સ ઓફ ધ ચાઇલ્ડ
CwD	ચિલ્ડ્રન વિથ ડિસએબિલિટીઝ
DIY	ડુ -ઇટ-યોરસેલ્ફ
DMO	ડિસ્ટ્રિક્ટ મેડિકલ ઓફિસર
ECCE	અર્લી ચાઇલ્હૂડ કેર એન્ડ એજ્યુકેશન
ECCED	અર્લી ચાઇલ્હૂડ કેર એજ્યુકેશન એન્ડ ડેવલપમેન્ટ
ECD	અર્લી ચાઇલ્હૂડ ડેવલપમેન્ટ
ECS	અર્લી ચાઇલ્હૂડ સ્ટીમ્યુલેશન
HBNC	હોમ-બેસ્ડ
HBYC	હોમ બેસ્ડ યંગ ચાઇલ્ડ કેર
ICDS	ઇન્ટીગ્રેટેડ ચાઇલ્ડ ડેવલપમેન્ટ સર્વિસીસ
IEC	ઇન્ફોર્મેશન, એજ્યુકેશન એન્ડ કમ્યુનિકેશન
LED	લાઇટ-ઇમિટિંગ ડાયોડ
MCP	મિનિસ્ટ્રી ઓફ વુમન એન્ડ ચાઇલ્ડ ડેવલોપમેન્ટ

MWCD	નેશનલ કરીક્યુલમ ફ્રેમવર્ક
NCF	નેશનલ કરીક્યુલમ ફ્રેમવર્ક - ફાઉન્ડેશનલ સ્ટેજ
NCF-FS	નેશનલ કરીક્યુલમ ફ્રેમવર્ક - ફાઉન્ડેશનલ સ્ટેજ
NEP	નોન-ગવર્મેન્ટલ ઓર્ગનાઇઝેશન
NGO	નેશનલ ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ પબ્લિક કોઓપરેશન એન્ડ યાઇલ્ડ ડેવલોપમેન્ટ
NIPCCD	ઓરલ રિહાઇડ્રેશન થેરપી
ORT	પ્રાઇમ મિનિસ્ટર
PM	પ્રધાનમંત્રી માતૃ વંદના યોજના
PMMVY	ક્રિવક રિસ્પોન્સ
QR	રિવર્સ ઓસમોસિસ
RO	રાઇટ ટુ એજ્યુકેશન
RTE	યુનિક ડીસએબિલિટી આઇડેન્ટીફિકેશન
UDID	નેશનલ કરીક્યુલમ ફ્રેમવર્ક
UT	યુનિયન ટેરીટરી
VHSND	વિલેજ હેલ્થ સેનિટેશન એન્ડ ન્યૂટ્રિશિયન ડેઝ
WBG	વર્લ્ડ બેંક ગ્રુપ
WCD	વુમન એન્ડ યાઇલ્ડ ડેવલોપમેન્ટ
WHO	વર્લ્ડ હેલ્થ ઓર્ગનાઇઝેશન

વિષય-સૂચિ

સંદેશ	i
સંક્ષિપ્ત શબ્દો	ii
ટૂંકાક્ષર	v
વિષય-સૂચિ	viii
પરિચય	1
પદ્ધતિ: માળખાનું નિર્માણ	1
પ્રકરણ 1: ભારતમાં પ્રારંભિક બાળપણના વિકાસનો નીતિ સંદર્ભ.....	3
1.1 નીતિ સંદર્ભ	4
1.2 કાર્યક્રમ સંદર્ભ	5
1.3 જન્મથી 3 વર્ષ સુધીના બાળકો માટે રાજ્યની પ્રેક્ટિસ	7
પ્રકરણ 2: પ્રારંભિક બાળપણની ઉદ્દીપન જરૂરિયાત અને મહત્વ	9
2.1 પ્રારંભિક બાળપણ ઉદ્દીપન શું છે?	11
2.2 પ્રારંભિક બાળપણની ઉદ્દીપન જરૂરિયાત અને મહત્વ	12
2.3 પાલનપોષણ સંભાળનું માળખું	12
પ્રકરણ 3: વિકાસ માટે પ્રતિભાવશીલ સંભાળ	13
3.1 આપવું અને પાછું મળેલ	15
3.2 પ્રેમ, વાતો કરવી, રમવું	16
પ્રકરણ 4: મહિના મુજબની પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા પ્રારંભિક	17
શિક્ષણ માટેની તકો ઊભી કરવી	
4.1 પ્રારંભિક ઉત્તેજના માટે યોગ્ય વાતાવરણ બનાવવું	18
4.2 દિવ્યાંગ બાળકોની (0-3 વર્ષ) જરૂરિયાતો માટે અનુકૂળનશીલ પ્રવૃત્તિઓ	20

પ્રકરણ 5: વિલંબ અને વિકલાંગ બાળકોની સ્ક્રીનીંગ, સમાવેશ અને રેફરલ્સ	59
પ્રારંભિક વિકાસલક્ષી લક્ષ્યો	
5.1 પ્રારંભિક તપાસ માટે સ્ક્રીનીંગ હાથ ધરવી	61
5.2 ઘરમાં, ઘોડિયા ઘર અને સમુદાયમાં સમાવિષ્ટ વાતાવરણ બનાવવું.....	62
5.3 સ્ક્રીનીંગ ટેસ્ટ મુજબ વિકાસલક્ષી વિલંબ દર્શાવતા બાળકોનો રેફરલ	62
(કોઇને વૈધકીય પરીક્ષા માટે તજજ્ઞ પાસે મોકલવો તે.)	
સમુદાયના કાર્યકરોએ આ માળખાનો ઉપયોગ કેવી રીતે કરવો જોઈએ	66
6.1 પ્રારંભિક ઉત્તેજના માટે સંભાળ રાખનારને માર્ગદર્શન	67
6.2 કેન્દ્ર/ઘોડિયા ઘર ખાતે બાળ સંભાળ અને ઉત્તેજન	72
સહાયક વાતાવરણ બનાવવું	74
7.1 સામુદાયિક કાર્યકર્તાઓને સક્ષમ અને સશક્તિકરણ	75
7.2 માતાપિતા, કુટુંબ અને સમુદાયની ભૂમિકા	76
7.3 નવીનતા માટે ટેકનોલોજીનો લાભ લેવો	77
પરિશિષ્ટ	78
પરિશિષ્ટ I: નેશનલ અર્લી ચાઇલ્ડ્રુડ કેર એન્ડ એજ્યુકેશન (ECCE) અભ્યાસક્રમ પર આંતરિક સમિતિ, 2024	79
પરિશિષ્ટ II: અપંગતા સ્ક્રીનીંગ શેડ્યૂલ	81
પરિશિષ્ટ III: ભૂમિકાઓ અને જવાબદારીઓ	86
પરિશિષ્ટ IV: 1000 દિવસની પુસ્તિકાની મુસાફરી	88
સંદર્ભો	104

પરિચય

એવું કહેવાય છે કે જન્મ સમયે, અંતિમ મગજનો માત્ર 25% રચના થાય છે, જ્યારે 75% બાળકના જીવનના પ્રથમ 3 વર્ષમાં, પ્રારંભિક બાળપણના વિકાસ (ECD) ની પ્રક્રિયામાં વિકાસ પામે છે. વિચારવાની અને પ્રતિભાવ આપવાની પેટર્ન સ્થાપિત થાય છે, કારણ કે આ ઉંમરે બાળકનું મગજ પુખ્ત વયના મગજ કરતાં બમણું સક્રિય હોય છે. પોષણ સંભાળ માળખામાં પાંચ પરસ્પર સંબંધિત અને અવિભાજ્ય ઘટકોનો સમાવેશ થાય છે: સારું સ્વાસ્થ્ય, પર્યાપ્ત પોષણ, સલામતી અને સુરક્ષા, પ્રતિભાવશીલ સંભાળ અને પ્રારંભિક શિક્ષણ માટેની તકો. બાળકોને તેમની સંપૂર્ણ ક્ષમતા સુધી પહોંચવા માટે તમામ પાંચની જરૂર હોય છે.

નેશનલ અર્લી ચાઇલ્ડ્રન ડેવલપમેન્ટ સ્ટ્રેટેજી 2024(રાષ્ટ્રીય પ્રારંભિક બાળપણ ઉત્તેજના) નિષ્ણાતોની આંતરિક સમિતિની રચના, નીતિ ઉદ્દીપન અને નવીનતમ સંશોધન સહિત વ્યાપક સાહિત્ય સમીક્ષા અને આંગણવાડી કાર્યકરો, સુપરવાઇઝર, સીડીપીઓ વગેરે જેવા ક્ષેત્રના હિતધારકો સાથે પરામર્શ દ્વારા તૈયાર કરવામાં આવ્યું છે. ફાઉન્ડેશનલ સ્ટેજ માટેના રાષ્ટ્રીય અભ્યાસક્રમ માળખા ને અનુરૂપ, માળખું ધારે છે કે 3 વર્ષ સુધી, બાળક મુખ્યત્વે ઘરે જ રહેશે સિવાય કે તેના તમામ સંભાળ રાખનારાઓ કામ પર કાર્યરત હોય, તો આ કિસ્સામાં બાળકને નજીકના ઘોડિયાઘરમાં નોંધણી કરાવવી પડશે.તેથી, બાળ વિકાસના પ્રથમ ત્રણ વર્ષનું એક નિર્ણાયક પાસું એ આધાર છે કે જે સંભાળ રાખનારને પૂરો પાડવો જોઈએ જેથી તેઓ બાળકને પ્રતિભાવાત્મક સંભાળ પૂરી પાડી શકે અથવા તેમની સાથે શીખવાની પ્રવૃત્તિઓમાં વ્યસ્ત રહે.

વર્તમાન માળખાનો ઉદ્દેશ્ય બાળકના વિકાસના જન્મથી લઈને પ્રથમ ત્રણ વર્ષ સુધી સંભાળ અને ઉદ્દીપન સમજણ અને અમલીકરણમાં વૈચારિક અને વ્યવહારુ અવકાશને ભરવાનો છે. આ માળખાનો ઉદ્દેશ્ય સંભાળ રાખનારાઓ અને આંગણવાડી કાર્યકરોને સાકલ્યવાદી પ્રારંભિક ઉત્તેજના માટે સશક્ત કરવાનો છે, પ્રતિભાવશીલ સંભાળ અને પ્રારંભિક શિક્ષણની તકો દ્વારા, બાળકોના શરીર અને મગજ બંનેના શ્રેષ્ઠ વિકાસ માટે છે. આ માળખું ઘરની અંદર તેમજ આંગણવાડી કેન્દ્રો અથવા ઘોડિયાઘરમાં સંલગ્નતાનું માર્ગદર્શન આપે છે, જીવનના પ્રથમ ત્રણ વર્ષમાં બાળકના વિકાસ અને વિકાસને ટેકો આપવા અને માપવા માટે ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓ કરવામાં સંભાળ રાખનારાઓને મદદ કરે છે. તે

પ્રથમ ત્રણ વર્ષમાં મગજના વિકાસના મહત્વ પર વિગતવાર માહિતી પ્રદાન કરે છે, અને પ્રારંભિક ઉદ્દીપન પ્રવૃત્તિઓ હાથ ધરવા અંગે સંભાળ રાખનારાઓ અને ફ્રન્ટલાઈન કામદારો માટે પગલાવાર સૂચનાઓ આપે છે.તે ખાસ કરીને વિકલાંગ બાળકોના સ્ક્રીનીંગ, નિગમન અને રેફરલ્સ(કોઇને વૈધકીય પરીક્ષા માટે તજજ્ઞ પાસે મોકલવો તે) પર પણ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે. આ સંદર્ભે પ્રારંભિક બાળપણના શિક્ષણને પ્રોત્સાહન આપવા અને સિદ્ધાંતોનો અમલ કરી શકે તેવા કાર્યક્રમો વિકસાવવા પર વૈશ્વિક સર્વસંમતિ વધી રહી છે.જ્યારે શ્રેષ્ઠ મગજના વિકાસ માટે મહત્વપૂર્ણ અનુભવો ઘર પર સમયાંતરે આવી શકે છે, સમર્પિત અને સતત આ સમયગાળામાં બાળકને પોષણ(અનુકૂળ) વાતાવરણ અને પ્રતિભાવશીલ સંભાળની પ્રથાઓ પ્રદાન કરવી એ સુનિશ્ચિત કરે છે કે બાળકો વિવિધ વિકાસલક્ષી ક્ષેત્રમાં સંપૂર્ણ રીતે વૃદ્ધિ પામે છે.આ માળખું આ ધ્યેયને હાંસલ કરવા તરફના પગલાંઓ મૂકવાનો હેતુ ધરાવે છે.

પદ્ધતિ: રૂપરેખાની રચના

વિઝિનરી નેશનલ એજ્યુકેશન પોલિસી (NEP) 2020 અને ફાઉન્ડેશનલ સ્ટેજ માટે રાષ્ટ્રીય અભ્યાસક્રમનું માળખું(નેશનલ કરક્યુલમ ફ્રેમવર્ક ફોર ફાઉન્ડેશનલ સ્ટેજ) (NCF-FS) 2022 એ દેશમાં પ્રારંભિક બાળપણની સંભાળ અને શિક્ષણની નિર્ણાયક ભૂમિકાને માન્યતા આપવા માટે નિર્ણાયક ક્ષણો ચિહ્નિત કરી છે.NCF-FS કે જે 3 થી 8 વર્ષની વયના બાળકોને આવરી લે છે તે માત્ર અંડરસ્કોર જ નથી પરંતુ 3-6 વર્ષ માટે ઉચ્ચ-ગુણવત્તાવાળા ECCE ને પ્રોત્સાહન આપવા માટે ખાસ કરીને 0-3 વર્ષની વય જૂથ માટે પણ દિશાનિર્દેશો અને સૂચવવામાં આવેલી પ્રથાઓ માટે અનિવાર્યતાને સંસ્થાકીય બનાવે છે.

“મહિલા અને બાળ વિકાસ મંત્રાલય (MWCD) દ્વારા 0-3 વર્ષની વય-જૂથ માટે ઘરે ઉચ્ચ-ગુણવત્તાવાળી ECCE સક્ષમ કરવા માટેની માર્ગદર્શિકા અને/અથવા સૂચવેલ પ્રથાઓ વિકસિત અને પ્રસારિત કરવામાં આવશે.”

રાષ્ટ્રીય ECCE નીતિ (2013) અને 2022 માં MWCD દ્વારા ECCE ટાસ્ક ફોર્સની ઉત્પત્તિએ પ્રારંભિક બાળપણ ઉત્તેજના (જન્મથી 3 વર્ષ) માટે રાષ્ટ્રીય માળખું બનાવવા તરફ દોરી જતા સહયોગી પ્રવાસને આગળ વધાર્યો છે. અને પ્રારંભિક બાળપણ સંભાળ અને શિક્ષણ માટે રાષ્ટ્રીય અભ્યાસક્રમ (3 થી 6 વર્ષ) ભારતમાં બાળ વિકાસ માટે 6 વર્ષ સુધીની ઉંમર સુધીના રચનાત્મક વર્ષોને માન આપે છે.

મહિલા અને બાળ વિકાસ મંત્રાલય (MWCD) એ રાષ્ટ્રીય જાહેર સહકાર અને બાળ વિકાસ સંસ્થા(નેશનલ ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ પબ્લિક કોઓપરેશન એન્ડ યાઇલ્ડ ડેવલપમેન્ટ) (NIPCCD) દ્વારા આ સામગ્રી વિકસાવવામાં મુખ્ય ભૂમિકા નિભાવી છે. NIPCCD એ 1975 થી અમ્બ્રેલા ઇન્સ્ટિટ્યૂટ યાઇલ્ડ ડેવલપમેન્ટ સ્કીમ (ICDS) હેઠળ આંગણવાડી સેવા યોજનાના કાર્યકર્તાઓને તાલીમ આપવાનો એક અભિન્ન ભાગ છે. માળખું અને અભ્યાસક્રમ ECCE પરના નવીનતમ સંશોધનોથી પ્રભાવિત છે, જે આંતરરાષ્ટ્રીય, રાષ્ટ્રીય અને રાજ્યની શ્રેષ્ઠ પદ્ધતિઓ પર આધારિત છે.

સૂક્ષ્મ અને વ્યાપક અભિગમની ખાતરી કરવા માટે, એક આંતરિક સમિતિ, જેમાં મહિલા અને બાળ વિકાસ મંત્રાલય (MWCD), આરોગ્ય અને પરિવાર કલ્યાણ મંત્રાલય (MoHFW), શાળા શિક્ષણ અને સાક્ષરતા વિભાગ, શિક્ષણ મંત્રાલય (DoSEL, MoE) ના પ્રતિનિધિઓનો સમાવેશ થાય છે, રાષ્ટ્રીય શૈક્ષણિક સંશોધન અને તાલીમ પરિષદ (NCERT), ગૃહ અર્થશાસ્ત્ર સંસ્થા, દિલ્હી યુનિવર્સિટી અને સિવિલ સોસાયટી ઓર્ગેનાઇઝેશનની કાળજીપૂર્વક રચના કરવામાં આવી હતી. પ્રારંભિક બાળપણના શિક્ષણના વિકસતા દૃશ્યને આકાર આપવા માટે આ સંમેલનમાં આધુનિક જ્ઞાનની સાથે પરંપરાગત શાણપણ બંનેનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો હતો. આંતરિક સમિતિની પ્રથમ પરામર્શ બેઠક 19મી ડિસેમ્બર, 2023ના રોજ NIPCCD, નવી દિલ્હી ખાતે સુનિશ્ચિત કરવામાં આવી હતી. આંતરિક સમિતિની રચના અને સંદર્ભની શરતો પરિશિષ્ટ 1 પર મળી શકે છે.

માળખાની રચના બંધ દરવાજા સુધી સીમિત ન હતી પરંતુ તે એક સહભાગી પ્રયાસ હતો જે આંગણવાડી કાર્યકરો (AWWs) ના અનુભવો અને જ્ઞાન સાથે પડઘો પાડે છે. આંતરિક સમિતિના સૂચનો મુજબ, NIPCCD એ 20મી ડિસેમ્બર 2023ના રોજ દિલ્હીના CDPOs, સુપરવાઇઝર અને આંગણવાડી કાર્યકરોનો સમાવેશ કરતી આંગણવાડી સિસ્ટમના કાર્યકર્તાઓ સાથે પરામર્શનું આયોજન કર્યું હતું. તેઓએ આંગણવાડી હેલ્પરની નોંધપાત્ર સહાયતા સાથે ECCE હાથ ધરવા અને બાળકોનું સંચાલન કરવા

અંગે અનિવાર્ય આંતરદૃષ્ટિ પ્રદાન કરી. વધુમાં તેઓએ જન્મથી ત્રણ વર્ષ સુધીના ઉત્તેજના માટે માળખાની જરૂરિયાતનો પુનરોચાર કર્યો, જેમાં ઘરની મુલાકાત દરમિયાન સંભાળ રાખનારાઓ દ્વારા માર્ગદર્શિકાનો સમાવેશ થાય છે. સક્ષમ આંગણવાડી/મિશન પોષણ 2.0 ની માર્ગદર્શિકા, પાલના યોજનાની માનક સંચાલન પ્રક્રિયાઓ અને MWCD ના ECCE ટાસ્ક ફોર્સના અહેવાલ સાથે ક્ષેત્ર સ્તરના કાર્યકર્તાઓ તરફથી મૂલ્યવાન ઇનપુટ્સ, ફેમવર્કને ગતિશીલ અને પ્રતિભાવશીલ રીતે સંચાલિત કરે છે, પ્રારંભિક બાળપણની સંભાળમાં સીધા રોકાયેલા લોકોની વ્યવહારિક જરૂરિયાતો અને પસંદગીઓને અનુરૂપ છે.

ઉત્તેજના માટેનું માળખું (0-3 વર્ષ) તેથી બાળકના વિકાસના પ્રથમ ત્રણ વર્ષ સુધી જન્મથી લઈને કાળજી અને ઉત્તેજનાની સમજણ અને અમલીકરણમાં વૈચારિક અને વ્યવહારુ અંતર ભરવાનું લક્ષ્ય રાખે છે. આ માળખું ઘરની અંદર તેમજ આંગણવાડી કેન્દ્રો અથવા ઘોડિયાઘરમાં સંવચ્છતાનું માર્ગદર્શન આપે છે, જીવનના પ્રથમ ત્રણ વર્ષમાં બાળકના વિકાસ અને વિકાસને ટેકો આપવા અને માપવા માટે ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓ કરવામાં સંભાળ રાખનારાઓને મદદ કરે છે. તે પ્રથમ ત્રણ વર્ષમાં મગજના વિકાસના મહત્વ પર વિગતવાર માહિતી પ્રદાન કરે છે, અને પ્રારંભિક ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓ હાથ ધરવા અંગે સંભાળ રાખનારાઓ અને ફ્રન્ટલાઇન કામદારો માટે પગલાવાર સૂચનાઓ આપે છે. સ્વદેશી રમકડાં અને ઓછી કિંમત/નો ખર્ચ સામગ્રીના ઉપયોગ પર પણ ભાર મૂકવામાં આવ્યો છે.

દિવ્યાંગ બાળકોના સમાવેશ માટેની પ્રેક્ટિસ અંગે વિશેષ ઇનપુટ્સ માંગવામાં આવ્યા હતા. આ માળખું MWCD દ્વારા બહાર પાડવામાં આવેલ દિવ્યાંગ બાળકો માટે આંગણવાડી પ્રોટોકોલ, 2023 પર આધારિત છે. વિકલાંગ બાળકોના સમાવેશને સરળ બનાવવા માટે, આંગણવાડી કાર્યકરો દ્વારા સરળતાથી સંચાલિત કરી શકાય તેવા વય-યોગ્ય સ્કીનીંગ સાધનનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે, જેને DEPWD સાથે પરામર્શ કરીને અંતિમ સ્વરૂપ આપવામાં આવ્યું છે.

તાજેતરના સંશોધનો અને શ્રેષ્ઠ પ્રથાઓ દ્વારા માહિતગાર કરાયેલ ફેમવર્ક, માત્ર હાલના ધોરણોને પૂર્ણ કરવા માટે જ નહીં પરંતુ પ્રારંભિક ઉત્તેજના માટે એક નવો માપદંડ સેટ કરવાની ઇચ્છા ધરાવે છે. આ અભિગમ 0-6 વર્ષની વયના બાળકો માટે ગતિશીલ શૈક્ષણિક લેન્ડસ્કેપને એકીકૃત રીતે સંકલિત કરે છે, જે ભારતમાં પ્રારંભિક બાળપણના વિકાસમાં એક નવા યુગની શરૂઆત કરે છે.



પ્રકરણ 1:

ભારતમાં પ્રારંભિક
બાળપણના વિકાસના નીતિ
સંદર્ભ

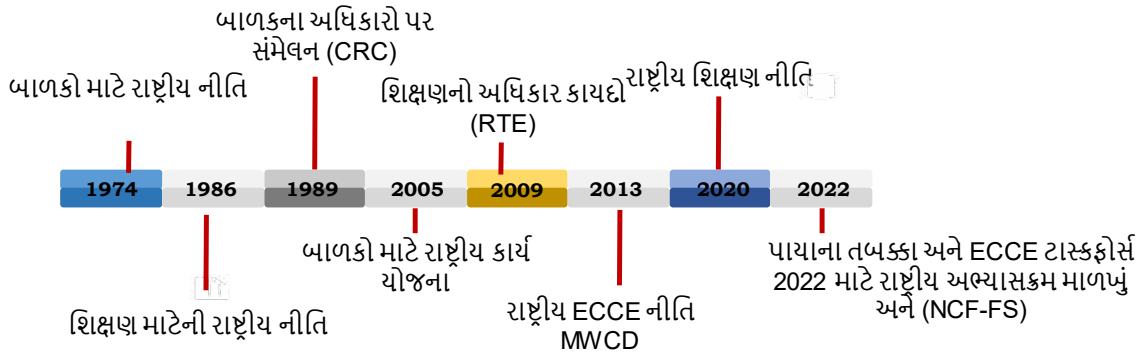
1.1 નીતિ સંદર્ભ

ભારતના બંધારણના અનુચ્છેદ 45 થી ઉદ્ભવતા બાળ વિકાસ સાથે સંબંધિત નીતિ માળખાનો ભારતનો મજબૂત ઇતિહાસ છે. આમાં બાળકો માટેની રાષ્ટ્રીય નીતિ (1974), શિક્ષણ માટેની રાષ્ટ્રીય નીતિ (1986), બાળકો માટે રાષ્ટ્રીય કાર્ય યોજના (2005), રાષ્ટ્રીય પ્રારંભિક બાળ સંભાળ અને શિક્ષણ (ECCE) નીતિ (2013), અને માતૃત્વ લાભ સુધારો કાયદો (2017) જે 26 અઠવાડિયા સુધીની પ્રસૂતિ રજા અને તમામ સંસ્થાઓમાં ઘોડિયાઘરની સુવિધા પૂરી પાડે છે. ભારત બાળકના અધિકારો પરના આંતરરાષ્ટ્રીય સંમેલન (CRC) 1989માં પણ સહી કરનાર છે. વધુમાં, 2030 સુધીમાં, સસ્ટેનેબલ ડેવલપમેન્ટ (ટકાઉ વિકાસ) ગોલ 4 એ બાંધકામ આપવા ઇચ્છે છે કે તમામ છોકરીઓ અને છોકરાઓને ઉચ્ચ ગુણવત્તાવાળા પ્રારંભિક બાળપણના વિકાસ, સંભાળ અને પૂર્વ-પ્રાથમિક શિક્ષણની સુલભતા હોય. ભારતમાં ECCE - નીતિ અને કાયદા

ECCE - નીતિ અને કાયદા

ભારતના બંધારણના અનુચ્છેદ 45

"રાજ્ય તમામ બાળકો માટે પ્રારંભિક બાળપણની સંભાળ અને શિક્ષણ પ્રદાન કરવાનો પ્રયાસ કરશે જ્યાં સુધી તેઓ છ વર્ષની ઉંમર પૂર્ણ ન કરે."



રાષ્ટ્રીય ECCE નીતિ 2013 "દેશભરમાં છ વર્ષથી નીચેના દરેક બાળક માટે પ્રારંભિક બાળપણની સંભાળ અને શિક્ષણ (ECCE) ની ખાતરી કરવાની જરૂરિયાત" પર ભાર મૂકે છે તેણે આંગણવાડી કેન્દ્રમાં પૂરા પાડવામાં આવેલ પ્રારંભિક બાળપણના શિક્ષણની ગુણવત્તા માટે 11 બિન-વાટાઘાટ કરી શકાય તેવા ધોરણો પણ નિર્ધારિત કર્યા છે, જેમાં 4 કલાકની સૂચના, વર્ગખંડમાં માપન, પર્યાપ્ત બહારની જગ્યા, તાલીમ, ઉંમર અને માતૃભાષામાં વ્યવહાર કરવામાં આવતો વિકાસલક્ષી યોગ્ય બાળ-કેન્દ્રિત અભ્યાસક્રમ અથવા જાહેર સ્થાનિક ઘરગથ્થુ અને અન્ય આધારરૂપ વ્યવસ્થાનો સમાવેશ થાય છે. આના આધારે, રાષ્ટ્રીય ECCE અભ્યાસક્રમ 2014 એ પણ 0 થી 6 વર્ષ સુધી એક સંકલિત અભિગમ અપનાવ્યો હતો, જેમાં જન્મથી ત્રણ વર્ષ સુધીના બાળકો માટે વિકાસલક્ષી યોગ્ય પ્રથાઓ સૂચવવામાં આવી હતી, તેની સાથે કાળજી અને ઉત્તેજના પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કર્યું હતું.

2022 માં મહિલા અને બાળ વિકાસ મંત્રાલય દ્વારા ECCE ટાસ્ક ફોર્સની રચના કરવામાં આવી હતી 0 થી 3 વર્ષની વયના બાળકો

માટે IEC વ્યૂહરચનાના બે સમાંતર સેટ અમલમાં મૂકવાની ભલામણ કરી: આંગણવાડી કાર્યકરો અને આશા કાર્યકરો દ્વારા સંરચિત ઘરની મુલાકાતો અને વ્યાપક સમુદાય આઉટરીચ ઝુંબેશ દ્વારા ઘર-આધારિત સંભાળ શિક્ષણ કાર્યક્રમ. આ ઘરની મુલાકાતો દરમિયાન પ્રારંભિક ઉત્તેજનાને સમર્થન આપવા માટે વિગતવાર સામગ્રી વિકસાવવાની જરૂર છે.

વધુમાં, વિકલાંગતાની ઓળખ અને નિવારણમાં પ્રારંભિક સ્ક્રીનીંગ અને હસ્તક્ષેપની જટિલતાને ઓળખીને, મહિલા અને બાળ વિકાસ મંત્રાલયે 2023 માં દિવ્યાંગ બાળકો માટે આંગણવાડી પ્રોટોકોલ શરૂ કર્યો, જેમાં દિવ્યાંગ બાળકોની સ્ક્રીનીંગ, સમાવેશ અને રેફરલ્સ (કોઈને વૈધકીય પરીક્ષા માટે તજજ્ઞ પાસે મોકલવો તે.) આવરી લેવામાં આવ્યા હતા, જેમાં ત્રણ વર્ષની ઉંમર નીચેના બાળકોનો સમાવેશ થાય છે.. સ્ક્રીનિંગ શેડ્યૂલનું (સૂચિ) વધુ વિસ્તરણ અને સમાવેશ માટે પ્રવૃત્તિ સૂચનાઓ જરૂરી છે.

વિકાસલક્ષી વિલંબ, વિકલાંગતા અથવા કુપોષિત બાળકોને શ્રેષ્ઠ વિકાસ માટે વધારાના સમર્થનની જરૂર પડી શકે છે. જ્યારે સંભાળ રાખનારાઓ ઘણીવાર ઓળખવામાં સક્ષમ હોય છે કે બાળક તેમના પરિવારો અને સમુદાયોમાં અન્ય બાળકોની તુલનામાં વિકાસના લક્ષ્યો હાંસલ કરવામાં ધીમા હોય છે, ત્યારે તેમને તેમના બાળક માટે યોગ્ય ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન અને અમલ કરવા માટે સમર્થનની જરૂર હોય છે. સંભાળ રાખનારાઓ હંમેશા આ બાળકોને જરૂર હોય તેટલી વાર ખવડાવી શકતા નથી અથવા તેમની સાથે વાતચીત કરી શકતા નથી, અને તે મહત્વપૂર્ણ છે કે તેઓ આ બાળકોની વિશેષ જરૂરિયાતો અને તેમની ક્ષમતાઓથી વાકેફ હોય.

- આંગણવાડી કાર્યકરો માટે ECCE તાલીમ મોડ્યુલ, 2017, પૃષ્ઠ 14

છેલ્લે, 2020 માં સર્વગ્રાહી રાષ્ટ્રીય શિક્ષણ નીતિ (NEP) એ બાળકના વિકાસના શરૂઆતના વર્ષોમાં યોગ્ય ઉત્તેજનાની જરૂરિયાત પર ભાર મૂક્યો હતો, તે માન્યતા આપી હતી કે જીવન માટે મજબૂત પાયો બનાવવા માટે પૂરતી કાળજી જરૂરી છે. તે સૂચવે છે કે અર્લી ચાઇલ્ડહુડ કેર એન્ડ એજ્યુકેશન (ECCE) ના એકંદર ઉદ્દેશ્યો શારીરિક અને મોટર વિકાસ, જ્ઞાનાત્મક વિકાસ, સામાજિક-ભાવનાત્મક-નૈતિકવિકાસ, સાંસ્કૃતિક/કલાત્મક વિકાસ, અને સંચાર અને પ્રારંભિક ભાષા, સાક્ષરતા અને અંકશાસ્ત્ર. વિકાસના ક્ષેત્રોમાં શ્રેષ્ઠ પરિણામો પ્રાપ્ત કરવાનો છે.

આ ધ્યેયને અનુરૂપ, NEP એ 0-3 વર્ષના બાળકો માટે એક સમર્પિત માળખું, ઉપરોક્ત સિદ્ધાંતો, ECCE પર નવીનતમ સંશોધન અને રાષ્ટ્રીય અને આંતરરાષ્ટ્રીય શ્રેષ્ઠ પ્રથાઓ સાથે સંરેખિત કર્યું હતું. ફાઉન્ડેશનલ સ્ટેજ (NCF-FS) માટે રાષ્ટ્રીય અભ્યાસક્રમ ફ્રેમવર્ક, 2022 માં બહાર પાડવામાં આવ્યું અને 3 થી 8 વર્ષની વયના બાળકોને આવરી લે છે, અનુચ્છેદ 1.1.2 માં જણાવે છે કે

અને અન્ય તમામ ઇન્દ્રિયો, ખાસ કરીને દૃષ્ટિની ઉત્તેજના" દ્વારા શિશુના જ્ઞાનાત્મક અને ભાવનાત્મક ઉત્તેજના પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે. અને સમગ્ર ડોમેન્સ પર અપેક્ષિત વિકાસલક્ષી સીમાચિહ્નો સુધી પહોંચવા અને "પ્રારંભિક ભાષા, અને ઉભરતી સાક્ષરતા અને સંખ્યા" વિકસાવવા માટે સ્પર્શ કરે છે NCF-FS એ માન્યું કે પરિવારો પણ તેમના બાળકોને ઘોડિયા ઘરમાં મોકલી શકે છે અને જ્યાં લાગુ પડતું હોય ત્યાં ઘોડિયા ઘરના કામદારોએ સમાન પ્રથાઓ અને વલણ અપનાવવું જોઈએ. NCF-FS ની તમામ ભલામણો NEP દ્વારા બાળકના જીવનના પ્રારંભિક વર્ષોના જીવનશક્તિની માન્યતાને અનુસરે છે, જે તમામને ગુણવત્તાયુક્ત પ્રારંભિક બાળપણ સંભાળ અને શિક્ષણ સુનિશ્ચિત કરવાની જરૂરિયાતને પ્રકાશિત કરે છે.

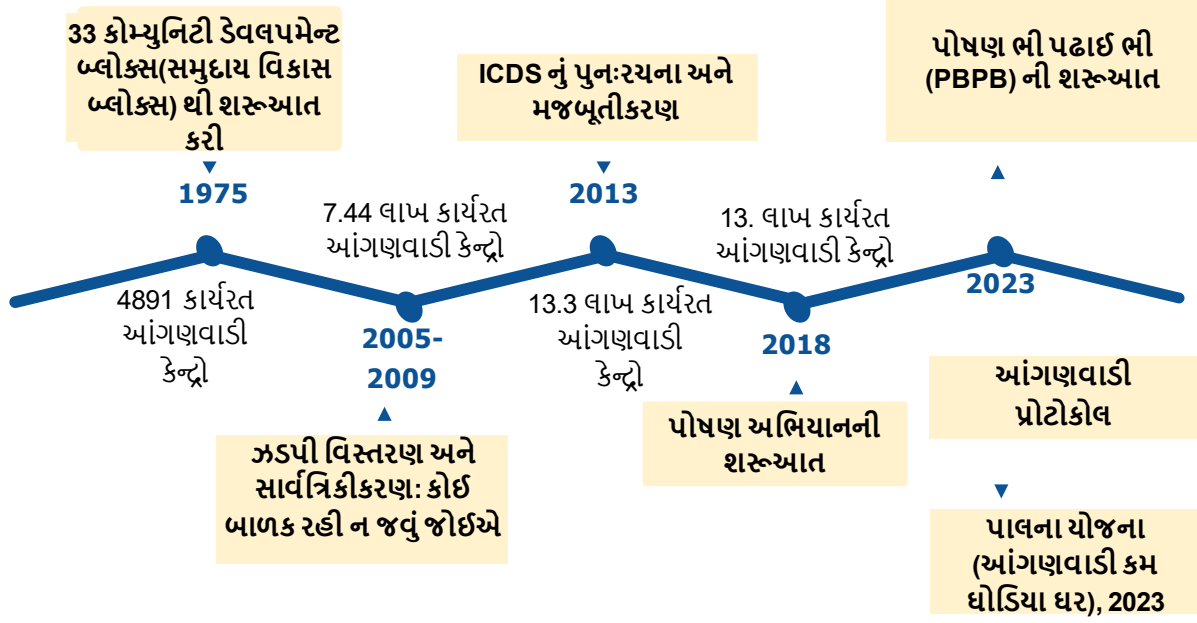
"0-3 વયજૂથ માટે ઘરે ઉચ્ચ-ગુણવત્તાવાળી ECCE સક્ષમ કરવા માટે માર્ગદર્શિકા અને/અથવા સૂચવેલ પ્રથાઓ વિકસાવવામાં આવશે અને મહિલા અને બાળ વિકાસ મંત્રાલય (MWCD) દ્વારા પ્રસારિત."

ઘરની સર્વવ્યાપકતાને એવી જગ્યા તરીકે નોંધતા કે જ્યાં બાળક જન્મથી ત્રણ વર્ષ સુધી વધે છે અને શીખે છે, NCF-FS એ ઝડપથી વિકસતા શિશુને આરોગ્ય અને પોષણની સંભાળ પૂરી પાડવાની જરૂરિયાત પર ભાર મૂક્યો હતો. તે આ શરૂઆતના વર્ષોમાં બાળકને સારી રીતે સંભાળ પૂરી પાડવા પર ભાર મૂકે છે, ખાસ કરીને "વાત, રમવા, હલનચલન, સંગીત અને અવાજો સાંભળવા

1.2 કાર્યક્રમ સંદર્ભ

1975 માં, 6 વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળકોને પૂરક પોષણ અને બિન-ઔપચારિક પૂર્વશાળા શિક્ષણ સહિત સંકલિત સંભાળ પૂરી પાડવા માટે સંકલિત બાળ વિકાસ સેવાઓ શરૂ કરવામાં આવી હતી. પ્રારંભિક બાળપણ સંભાળ અને શિક્ષણ (અર્લી ચાઇલ્ડહુડ કેર એન્ડ એજ્યુકેશન) (ECCE) ને 1986માં પોલિસી માળખામાં સામેલ કરવામાં આવ્યું હતું. 2007-2008માં આ યોજનાનું સાર્વત્રિકકરણ કરવામાં આવ્યું હતું જેથી કોઈ પણ બાળક જરૂરતમંદ ન રહે તે સુનિશ્ચિત કરવામાં આવ્યું હતું. 2013 માં, તે ICDS મિશન દ્વારા પુનઃરચના કરવામાં આવ્યું હતું. પ્રારંભિક બાળપણ સંભાળ શિક્ષણ અને વિકાસ (ECCE) પર વધુ ભાર મૂકવા માટે અમલીકરણ માટે વ્યાપક માળખું, એટલે કે, 3 વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળકો સહિત. ત્રણ વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળકો પર વિશેષ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીને આંગણવાડી

આંગણવાડી વ્યવસ્થા (1975-2024)



આશા કાર્યકરો હોમ-બેઝ્ડ ન્યુબોર્ન કેર (HBNC) અને હોમ-બેઝ્ડ યંગ ચાઇલ્ડ કેર (HBYC) પ્રોગ્રામ્સ હેઠળ વ્યાપક ઘરની મુલાકાત પણ લે છે. જો કે, આશા અને આંગણવાડી કાર્યકરો માટે હોમ વિઝિટ ફોર્મ (માતા અને નવજાતની તપાસ) જેવી માર્ગદર્શન સામગ્રી મુખ્યત્વે માતા અને બાળકના સ્વાસ્થ્ય પર કેન્દ્રિત છે, જેમાં સ્તનપાન, રક્તસ્રાવ, સેપ્સિસ વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. આને ઓળખીને, મહિલા અને બાળ વિકાસ મંત્રાલય દ્વારા રચવામાં આવેલ ECCE ટાસ્ક ફોર્સ પ્રારંભિક ઉત્તેજનાને સમાવવા માટે ઘરની મુલાકાતની તીવ્રતા અને ગુણવત્તા સુધારવા માટે આંગણવાડી અને આશા કાર્યકરો માટે સંયુક્ત મુલાકાતો અને તાલીમની ભલામણ કરી હતી. 2017 માં બહાર પાડવામાં આવેલ આંગણવાડી કાર્યકરો માટે

ECCE તાલીમ મોડ્યુલ ટૂંકમાં એવી પ્રવૃત્તિઓનો ઉલ્લેખ કરે છે કે જે હાથ ધરવામાં આવી શકે છે અને માતાપિતાને સલાહ આપવાનો અભિગમ છે. પ્રારંભિક ઉત્તેજના અથવા પ્રારંભિક શિક્ષણ માટેની તકો, વિકાસલક્ષી વિલંબ માટે તપાસો અને વિકલાંગતાની પ્રારંભિક તપાસ અંગે આપવામાં આવેલ માર્ગદર્શનને મજબૂત બનાવવું જોઈએ.

MWCD એ અગાઉની નેશનલ કેય સ્કીમ(રાષ્ટ્રીય ધોડિયાઘર સ્કીમ) દ્વારા ત્રણ વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળકોને સંબોધિત કર્યા છે, જે આંગણવાડી સિસ્ટમથી વિપરીત, સાર્વત્રિક નથી.. નવી પાલના યોજના વય-યોગ્ય વિકાસલક્ષી પ્રવૃત્તિઓ, જેમાં

ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓ હાથ ધરવા પર સંભાળ રાખનારાઓને સલાહ

મોટાભાગના પરિવારો તેમના બાળકો માટે તેમના શ્રેષ્ઠ પ્રયાસો કરે છે. તેમના પ્રયત્નોની પ્રશંસા થવી જોઈએ અને તેમને ઘરની સેટિંગ્સમાં પ્રારંભિક ઉત્તેજના યાવુ રાખવા માટે સશક્ત બનાવવું જોઈએ. તેઓ કદાચ જાણતા નથી કે તેમના બાળકના શ્રેષ્ઠ વિકાસને પ્રોત્સાહન આપવા માટે રમત અને ક્રિયાપ્રતિક્રિયા જરૂરી છે. તેમને સલાહ આપવી જોઈએ:

- બાળકનું ધ્યાન દોરો
- તેમના બાળક સાથે વાતચીત કરો, તેમના બાળકને પ્રતિભાવ આપો
- નાટક પ્રવૃત્તિઓ ધીમે ધીમે, સંવેદનશીલ અને પ્રતિભાવશીલ રીતે રજૂ કરો,
- તેમના બાળકની ઉંમર અને કુશળતા માટે યોગ્ય હોય તેવી પ્રવૃત્તિઓ પસંદ કરવી
- પ્રવૃત્તિઓ દરમિયાન બાળકની આગેવાનીને અનુસરો
- બાળકને નવા કાર્યમાં મદદ કરો, અને તેના પ્રયત્નો માટે બાળકની પ્રશંસા કરો
- ECCE Training Module for Anganwadi Workers, 2017, pp. 13(• આંગણવાડી કાર્યકરો માટે ECCE તાલીમ મોડ્યુલ, 2017, પૃષ્ઠ 13)

વિકાસલક્ષી સીમાયિલ્લો પર નજર રાખવાનો સમાવેશ થાય છે, અને ઓછા ખર્ચે અને બિન-ખર્ચાળ શિક્ષણ-સીખવાની સામગ્રી અને રમકડાંની કલ્પના કરવામાં આવી છે, જે સાંસ્કૃતિક રીતે જડિત અને પર્યાવરણને અનુકૂળ છે. પાલના યોજના (આંગણવાડી-કમ-કેય), મિશન શક્તિ માટે માનક સંચાલન પ્રક્રિયા (2023), સમગ્ર દૈનિક સંભાળ, વધારાના કામદારો અને મદદગારો, સામગ્રી, પોષણ સહાય અને સહ-અભ્યાસિક પ્રવૃત્તિઓ માટે વિગતવાર માર્ગદર્શિકા ધરાવે છે.

પ્રધાનમંત્રી માતૃવંદના યોજના (PMMVY) 14 અઠવાડિયા સુધીના બાળકના સંપૂર્ણ રસીકરણ પર આધારિત કેશ ટ્રાન્સફરનો બીજો તબક્કો પૂરો પાડીને આરોગ્ય, પોષણ અને વર્તણૂક-પરિવર્તન લેન્સથી સંભાળ રાખનારાઓને પણ સમર્થન આપે છે, એટલે કે 3 મહિનાની નજીક. તે યુવા માતાઓને વય-સંબંધિત પ્રવૃત્તિઓ અને સૂચનાઓ, જેમાં વિકાસલક્ષી વિવંબ માટે લાલ ધ્વજ અથવા ચેતવણી ચિહ્નોનો સમાવેશ થાય છે, કાઉન્સેલિંગ(સલાહ) કરવા માટે મધર એન્ડ યાઇલ્ડ પ્રોટેક્શન કાર્ડ (MCP) ના ઉપયોગને પણ પ્રોત્સાહિત કરે છે.

છેવટે, 2023 માં, મહિલા અને બાળ મંત્રાલયે સક્ષમ આંગણવાડી અને મિશન પોષણ 2.0 હેઠળ, આંગણવાડી પ્રણાલીમાં પ્રારંભિક બાળપણની સંભાળ અને શિક્ષણ (ECCE) ને વધારવાના લક્ષ્ય હેઠળ પોષણ ભી પઢાઈ ભી શરૂ કરી. તે ઉચ્ચ ગુણવત્તાની ઈન્જાસ્ટ્રક્ચર, સ્મતના સાધનો અને સારી રીતે પ્રશિક્ષિત આંગણવાડી કાર્યકરોની કલ્પના કરે છે. આ પહેલ દિવ્યાંગ બાળકો સહિત 0-3 વર્ષના બાળકો માટે પ્રારંભિક ઉત્તેજના અને 3-6 વર્ષના બાળકો માટે ECCE પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે.

year-olds, including Divyang children. નેશનલ ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ પબ્લિક કોઓપરેશન એન્ડ યાઇલ્ડ ડેવલપમેન્ટ (NIPCCD) દ્વારા ટ્રિ-સ્તરીય તાલીમ મોડલ અમલમાં મુકવામાં આવી રહ્યું છે, જેમાં આંગણવાડી કાર્યકરો માટે 3 દિવસની તાલીમ છે જેમાં 0 થી 3 વર્ષના બાળકોના ઉત્તેજના અંગેના તાલીમ મોડ્યુલ સહિતની પ્રવૃત્તિઓનો સમાવેશ થાય છે. ઘરે, કેન્દ્ર અને સમુદાયમાં સંભાળ રાખનારાઓ સાથે હાથ ધરવામાં આવે છે.

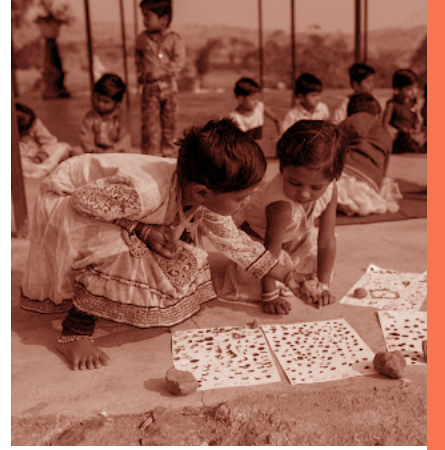
“માતા અને બાળ સુરક્ષા કાર્ડ એ ઉત્તેજના, આરોગ્ય, પોષણ અને સંરક્ષણના આવશ્યક તત્વોને પ્રોત્સાહન આપવા માટે માતાપિતા અને સંભાળ રાખનારાઓને ટેકો આપવાનું એક સાધન છે. તે વિકલાંગ બાળકો સહિત, બાળકોના શ્રેષ્ઠ વિકાસ માટે ઉત્તેજના, પોષણ અને રક્ષણના મહત્વ પર ન્યુરોસાયન્સમાં પુરાવાઓમાંથી મેળવે છે તે માતા-પિતા અને સંભાળ રાખનારાઓને રોગપ્રતિરક્ષા, પૂરક અને પ્રતિભાવાત્મક ખોરાક અને પ્રારંભિક ઉત્તેજના વિશે માહિતી પ્રદાન કરે છે.. આંગણવાડી કાર્યકર્તાઓ કાર્ડનો ઉપયોગ બાળકની પ્રગતિ સમજાવવા અને માતા-પિતાને વય-યોગ્ય વિકાસલક્ષી સીમાયિલ્લો, તેમના મહત્વ અને પ્રારંભિક ઉત્તેજન પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા કેવી રીતે પ્રોત્સાહન આપી શકાય તે વિશે માહિતગાર કરવા માટે કરી શકે છે.

- ECCE Training Module for Anganwadi Workers, 2017, pp. 12
(આંગણવાડી કાર્યકરો માટે ECCE તાલીમ મોડ્યુલ, 2017, પૃષ્ઠ 12)

1.3 જન્મથી 3 વર્ષ સુધીના બાળકો માટે રાજ્યની પ્રેક્ટિસ

- વિવિધ રાજ્ય સરકારોના મહિલા અને બાળ વિકાસ વિભાગોએ બાળકોના જ્ઞાનાત્મક ઉત્તેજનાને જન્મથી લઈને ત્રણ વર્ષ સુધી વધારવા માટે વિવિધ પહેલ કરી છે.
- ઉદાહરણ તરીકે, આમા કુની પિલા યોજના હેઠળ, ઓડિશા સંભાળ રાખનારાઓની સંવેદનશીલતા અને ક્ષમતા નિર્માણ, માસિક ECCE દિવસો અને સમુદાય આધારિત ઘોડિયા ઘર સહિત વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ કરે છે.
- મહારાષ્ટ્ર 0-3 વર્ષના બાળકો માટે ‘આરંભ’ નામનો એક કાર્યક્રમ ચલાવી રહ્યું છે, જેમાં પ્રવૃત્તિઓમાં ઘરની મુલાકાત, આંગણવાડી કેન્દ્રોમાં વાલી મીટિંગ્સ અને ECDને પ્રોત્સાહન આપવા માટે સામુદાયિક કાર્યક્રમોનો સમાવેશ થાય છે. તેમની સાથેનું ‘અંકુર’ મોડ્યુલ વાલીઓના માર્ગદર્શન પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે.
- એ જ રીતે, મેઘાલયનું અર્લી યાઇલ્ડહુડ ડેવલપમેન્ટ મિશન ઘર-આધારિત નાના બાળકોની સંભાળ (0 થી 1.5 વર્ષ), સકારાત્મક વાલીપણા અને સ્વસ્થ આહાર વિશે નિયમિત ઘરની મુલાકાતો દ્વારા માતાપિતાને પ્રશિક્ષણ આપે છે.

- પંજાબ, તેલંગાણા, દમણ અને દીવ સહિતના અન્ય રાજ્યો પ્રારંભિક ઉત્તેજનાને પ્રોત્સાહન આપવા અને પરિવારોને સશક્તિકરણ કરવા માટે ડિજિટલ હસ્તક્ષેપ અને વિડિઓ સામગ્રીનો પ્રસાર કરી રહ્યા છે.
- ઓડિશા, હરિયાણા, તમિલનાડુ અને કર્ણાટક રાજ્યો પણ 0-3-વર્ષના બાળકો માટે વિસ્તૃત ઘોડિયા ઘરની સેવાઓ પૂરી પાડે છે.
- આસામ રાજ્ય શિક્ષણ સંશોધન અને તાલીમ પરિષદ સાથે સંકલનમાં, જન્મથી 6 વર્ષ સુધીના બાળકના વિકાસ માટે આંગણવાડી કાર્યકરો માટે ECCE પર 6 મહિનાનો પ્રમાણપત્ર અભ્યાસક્રમ ઓફર કરે છે. 'ઘરે ઘરે આંગણવાડી' કાર્યક્રમ ઓછી અને બિન-ખર્ચિત સામગ્રીનો ઉપયોગ કરીને પ્રતિભાવશીલ વાલીપણા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે.



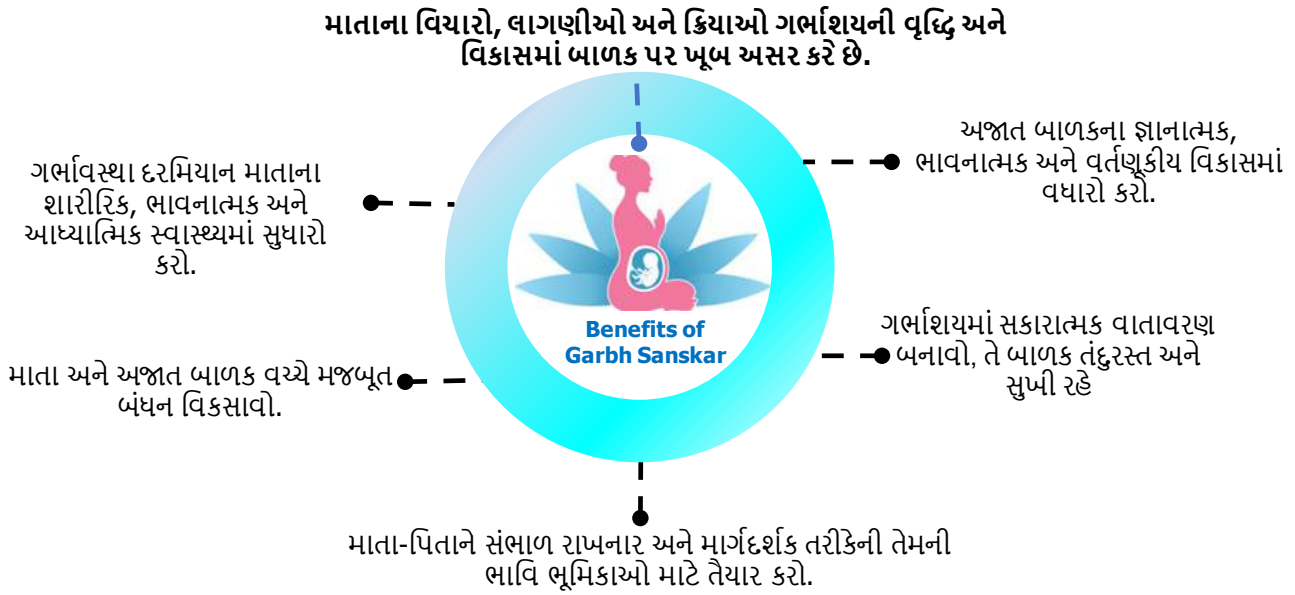


પ્રકરણ 2

પ્રારંભિક બાળપણની
ઉત્તેજનાની જરૂરિયાત અને
મહત્વ

પ્રારંભિક બાળપણ ઉત્તેજના બાળકની જૈવિક અને સંવેદનાત્મક વૃદ્ધિ માતાના ગર્ભાશયમાં સગર્ભાવસ્થાથી શરૂ થાય છે. સંશોધન દર્શાવે છે કે ગર્ભ જેમ જેમ તે વધે છે તેમ તેમ સાંભળવાની, સ્વાદ લેવાની, સુંઘવાની, માહિતી સમજવાની, અને પીડા, દબાણ અને તાપમાનનો અનુભવ કરવાની ક્ષમતા વિકસે છે, જેના કારણે વિશિષ્ટ વિશિષ્ટ સ્વાદ અથવા ગંધ પ્રત્યે પસંદગીઓ અને અણગમાને જન્મ આપે છે અને વધુ મહત્વની વાત એ છે કે, ગર્ભમાં રહેલા બાળકનો સાંભળવાનો ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન શિશુની આસપાસ જે કહેવામાં આવે છે તેની લયની સૂરનો ઉપયોગ બાળક જન્મ પછી પોતાની માતૃભાષાને અન્ય ભાષાઓથી અલગ પાડવા માટે કરે છે. સંભવ છે કે બાળક ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન તેની/તેને માતા પાસેથી સાંભળેલી માતૃભાષામાં સરળતાથી જવાબ આપશે.

માતાના વિચારો, લાગણીઓ અને ક્રિયાઓ ગર્ભાશયની વૃદ્ધિ અને વિકાસમાં બાળક પર નોંધપાત્ર અસર કરે છે.



સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન માતા અને બાળક એકસાથે વૃદ્ધિ પામે છે, કાં તો બીજામાં થતા ફેરફારોના પ્રતિભાવમાં નવા જૈવિક અને ભાવનાત્મક સ્વની રચના કરે છે. માતાએ ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન સ્વસ્થ, પૌષ્ટિક જીવનશૈલી અપનાવવાની જરૂર છે ગર્ભાશયમાં બાળકના વિકાસને સરળ બનાવવા અને પોતાને કોઈપણ પ્રકારની તકલીફ અથવા સ્વાસ્થ્ય સંબંધિત મુશ્કેલીઓથી મુક્ત રાખવા માટે તે મહત્વપૂર્ણ છે. આ સમય દરમિયાન માતામાં થતા ભારે શારીરિક ફેરફારોને ધ્યાનમાં રાખીને, તેમને તેમના પરિવારના સભ્યોએ પોતાની અને બાળકની સંભાળ રાખવામાં પણ મદદ કરવી જોઈએ. માતાની આસપાસ આવા સ્વસ્થ, પ્રતિભાવશીલ અને સહાયક વાતાવરણનું નિર્માણ એ સુનિશ્ચિત કરે છે કે નવજાત શક્ય તેટલી અનુકૂળ રીતે વાતાવરણ નો અનુભવ કરે છે.



- સ્વ પ્રેમ અને સ્વ સંભાળ વધારો
- સંતુલિત પોષણયુક્ત આહાર

- પૂરતો આરામ અને ઊંઘ
- નકારાત્મક વિચારોથી દૂર રહો

- નિયમિત કસરત, યોગ ધ્યાન અને હળવી ચાલ
- કુટુંબ, જીવનસાથી અને અન્ય ગર્ભવતી માતાઓ તરફથી સામાજિક સમર્થન

તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતા સાથે વાતચીત કરો, જરૂરી સમર્થન માટે આશા અને આંગણવાડી કાર્યકર સાથે જોડાયેલા રહો.

ગર્ભાવસ્થા અને પોસ્ટપાર્ટમ દરમિયાન માનસિક સ્વાસ્થ્યનું સંચાલન કરવાની અસરકારક રીતો

માત્ર 25% મગજ જન્મ સમયે રચાય છે, જ્યારે 75% બાળકના જીવનના પ્રથમ ત્રણ વર્ષમાં પ્રારંભિક બાળપણના વિકાસ (ECD) દરમિયાન વિકાસ પામે છે. આ ઉંમરે, બાળકનું મગજ પુખ્ત વયના મગજ કરતાં બમણું સક્રિય હોય છે, જે તેને વિચારવાની અને પ્રતિભાવ આપવાની આવશ્યક પેટર્ન સ્થાપિત કરવામાં સક્ષમ બનાવે છે. નવા સિનેપ્ટિક જોડાણો (સિનેપ્સ બાળકને મહત્વપૂર્ણ સંવેદનાત્મક ક્ષમતાઓ વિકસાવવામાં મદદ કરે છે) ઉત્તેજનાના પ્રતિભાવમાં વિકાસ કરે છે, જે જીવનના પ્રથમ ત્રણ વર્ષમાં વિવિધ ક્ષેત્રમાં બાળકના વિકાસનો આધાર બનાવે છે. 2007, 2011 અને 2017 માં ECD પરની લેન્સેટ શ્રેણીએ ECD ના મહત્વને સમર્થન આપવા માટે ઘણા બધા વૈજ્ઞાનિક પુરાવા પ્રદાન કર્યા છે, અને આ વિજ્ઞાનને ક્રિયામાં લાવવા માટે પ્રતિભાવશીલ દેખાવાનું રૂપરેખા વિકસિત થાય છે (યટ્ટોપાધ્યાય અને અનેજી, 2021).

સૌથી મહત્વની બાબતો

દરેક બાળક મગજ સાથે જન્મે છે જે વિકાસ અને વૃદ્ધિ પામી શકે છે. જો કે તમામ બાળકો એકસરખી ઝડપે અને એકસરખી રીતે વિકાસ પામતા નથી, તેમ છતાં તેમનું દરેક મગજ યોગ્ય પ્રકારની સંભાળ અને ઉત્તેજના દ્વારા નવા જોડાણો રચવામાં સક્ષમ હોય છે.

- બાળક સ્ત્રી છે કે પુરુષ તેનાથી કોઈ ફરક પડતો નથી
- બાળક ગોરી છે કે કાળી ચામડીનું છે તેનાથી કોઈ ફરક પડતો નથી
- બાળક ઊંચું છે, નાનું છે, પાતળું બાંધાનું છે કે ગોળમટોળ છે તેનાથી કોઈ ફરક પડતો નથી
- બાળકની જન્મ કયા સમુદાયમાં અથવા વિશ્વના કયા ભાગમાં થયો છે તેનાથી કોઈ ફરક પડતો નથી

તેથી જ્યાં સુધી બાળક 'સ્વસ્થ અને રોગમુક્ત' છે ત્યાં સુધી આપણે ખુશ રહેવું જોઈએ. જો કે, સૌથી મહત્વની બાબત એ છે કે બાળકના મગજનો વિકાસ થાય છે. બાળકમાં મગજના વિકાસની સંભાવના છોકરા કે છોકરીમાં અલગ હોતી નથી, શ્યામ ચામડીવાળા અથવા ગોરી ચામડીના મગજનો કોઈ રંગ હોતો નથી. તે વિકસિત મગજ છે જે પરિવાર, સમાજ, દેશ અને સમગ્ર વિશ્વમાં પરિવર્તન લાવી શકે છે.

- Journey of the First 1000 Days, MoHFW, pp 81

2.1 પ્રારંભિક બાળપણ ઉત્તેજના શું છે?

ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓમાં બાળકના પ્રારંભિક વિકાસને સક્રિય કરવાના હેતુપૂર્વકના પ્રયત્નોનો સમાવેશ થાય છે. ફક્ત પ્રવૃત્તિઓ કરવાથી વધુ છે; તે બાળક અને જેઓ બાળક માટે છે તેમની વચ્ચે સતત સંવાદ છે. પરિપક્વતા અને શિક્ષણ વચ્ચેની આંતરક્રિયામાંથી પરિણામે બાળકનો વિકાસ થાય છે. વિકાસ કે જે પરિપક્વતાને કારણે થાય છે તે ત્યારે થાય છે જ્યારે સજીવમાં સંભવિત રૂપે હાજર હોય તે પ્રગટ થાય છે. ઉદાહરણ તરીકે, બાળકની મોટર અને સંકલન કૌશલ્ય જેમ જેમ તેઓ મોટા થાય છે તેમ વિકસિત થાય છે. એ જ રીતે, જ્ઞાનાત્મક કૌશલ્યો જેમ કે માહિતી પ્રક્રિયા, ભાષા વિકાસ અને યાદશક્તિ પણ વય સાથે વિકાસ પામે છે. આ પ્રકારની પરિપક્વતા નિશ્ચિત ક્રમમાં થાય છે અને શીખવા માટે જરૂરી છે. જો કે, બાળકને ચોક્કસ કૌશલ્યો જેમ કે વાંચન અને આત્મવિશ્વાસ સાથે બોલવું, કોયડા ઉકેલવા અને સ્વ-નિયમન શીખવા માટે અભ્યાસ અને માર્ગદર્શનની જરૂર છે. દાખલા તરીકે, જે બાળકની સંભાળ રાખનારાઓ તેની સાથે નિયમિતપણે વાંચે છે અને બોલે છે તે બાળક જેની સંભાળ રાખનાર નથી આવું કરતા તેના કરતાં વધુ શબ્દો શીખશે.



2.2 પ્રારંભિક બાળપણ ઉત્તેજના (ECS) ના ઉદ્દેશ્યો

વ્યક્તિના જીવનના પ્રથમ ત્રણ વર્ષ તેમના સ્વાસ્થ્ય અને જીવનની ક્ષમતાને અસર કરે છે. આને ધ્યાનમાં રાખીને, પ્રારંભિક બાળપણ ઉત્તેજના (ECS) પ્રવૃત્તિઓનો મુખ્ય ઉદ્દેશ્ય બાળકને આ નિર્ણાયક સમયગાળા દરમિયાન વિકાસનું મહત્તમ સ્તર હાંસલ કરવાની તકો પૂરી પાડવાનો છે. પ્રારંભિક બાળપણ ઉત્તેજનાના વિશિષ્ટ ઉદ્દેશ્યો છે:

- સ્તનપાન, રસીકરણ, ORT, દૂધ છોડાવવાનો ખોરાક, ઓછા ખર્ચે પૌષ્ટિક ખોરાક અને વૃદ્ધિની દેખરેખ દ્વારા બાળકના સ્વસ્થ વિકાસની ખાતરી કરો;
- બાળકમાં વિશ્વાસ અને ભાવનાત્મક સુરક્ષા કેળવો અને તેમને પ્રેમ, મહત્વ, સલામતી અને માર્ગદર્શન આપીને તેમને જણાવો કે તેઓ ઇચ્છે છે અને જો કંઈપણ ખોટું થાય તો પુખ્ત વયના લોકોની મદદ લઈ શકે છે.
- બાળકની બૌદ્ધિક જિજ્ઞાસાને ઉત્તેજિત કરો અને અન્વેષણ કરવા, ચાલાકી કરવા અને પ્રયોગ કરવાની તકો ઊભી કરીને તેઓ જે વિશ્વમાં જીવે છે તે સમજવામાં તેમને મદદ કરો.
- બાળકની સાથે નિયમિત રીતે વાત કરીને, વાંચીને અને ગાયન દ્વારા અને તેમને હાવભાવ અને શબ્દો દ્વારા પોતાની જાતને વ્યક્ત કરવાની મંજૂરી આપીને તેના ભાષાના વિકાસમાં વધારો કરો..
- બાળકમાં પર્યાપ્ત સ્નાયુબલ્દ, સંકલન, મૂળભૂત મોટર કુશળતા અને વ્યક્તિગત સ્વચ્છતાની આદતો વિકસાવો.
- બાળકમાં સામાજિક જાગૃતિનો વિકાસ કરો, તેમને તેમની પોતાની અને અન્યની જરૂરિયાતો પ્રત્યે સંવેદનશીલ બનાવો અને સામાજિક સંદર્ભની માંગને અનુરૂપ બનાવવા સક્ષમ બનાવો.
- સહાનુભૂતિ, સહિષ્ણુતા, દયા અને આદરના મૂળભૂત મૂલ્યોનો વિકાસ કરો..

2.3 પાલનપોષણ સંભાળ માળખું

પાલનપોષણ સંભાળ માળખામાં પાંચ પરસ્પર સંબંધિત અને અવિભાજ્ય ઘટકોનો સમાવેશ થાય છે: સારું સ્વાસ્થ્ય, પર્યાપ્ત પોષણ, સલામતી અને સુરક્ષા, પ્રતિભાવશીલ સંભાળ અને પ્રારંભિક શિક્ષણ માટેની તકો. બાળકોને તેમની સંપૂર્ણ ક્ષમતા સુધી પહોંચવા માટે તમામ પાંચની જરૂર હોય છે. વિવિધ સામાજિક, ભાવનાત્મક અને જ્ઞાનાત્મક વર્તણૂકો અને કુશળતાના બીજ જે જીવનમાં પછીથી અમલમાં આવી શકે છે અથવા ઉપયોગમાં લઈ શકે છે તે પ્રથમ ત્રણ વર્ષમાં વાવવામાં આવે છે કારણ કે બાળક જે અનુભવે છે તે મગજ શોષી લે છે અને આત્મસાત કરે છે. સાહિત્ય વધુમાં જણાવે છે કે શિશુઓ અને ખૂબ જ નાના બાળકોનું મુખ્ય વિકાસલક્ષી કાર્ય એ સંભાળ રાખનાર/ઓ સાથે જોડાણ બંધનનું નિર્માણ છે જે બાળકની ભાવનાત્મક અને શારીરિક જરૂરિયાતો માટે વિશ્વસનીય અને પ્રતિભાવશીલ હોય છે” (મેકલિન, 2016). જીવન ટકાવી રાખવા, શારીરિક જરૂરિયાતો અને ભાવનાત્મક આરામ માટે તેમના સંભાળ રાખનારાઓ પર બાળકોની સંપૂર્ણ નિર્ભરતાને જોતાં, પ્રારંભિક બાળપણના વિકાસમાં સંભાળ રાખનારનું વર્તન એક મહત્વપૂર્ણ પરિબલ છે. અનુમાનિત, સુસંગત અને પ્રતિભાવશીલ કાળજી એ જોડાણને સુરક્ષિત કરવાની યાવી છે.

આ દસ્તાવેજ પોષણ સંભાળ માળખાના પાંચ ઘટકોમાંથી બે પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે 'પ્રતિભાવપૂર્ણ સંભાળ' અને 'પ્રારંભિક શિક્ષણ માટે તકોનું સર્જન.'



Source: WHO and WBG. 2018b



પ્રકરણ ૩

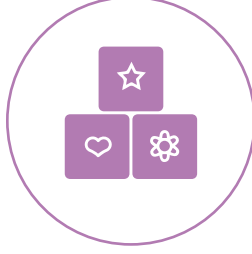
પ્રારંભિક વિકાસ માટે પ્રતિભાવશીલ સંભાળ

જ્યારે શિશુની સંભાળ રાખવી એ મોટાભાગના સંભાળ રાખનારાઓ માટે સહજ હોય છે, ખાસ કરીને તેના માતાપિતા માટે, સાઉન્ડ પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરીને ખાતરી કરી શકાય છે કે તેમની સંભાળ પ્રારંભિક વર્ષોમાં બાળકની વૃદ્ધિ અને વિકાસને આગળ દોરે છે જ્યારે બાળકનું રક્ષણ કરે છે અને તેમને પ્રેમની અનુભૂતિ કરાવે છે.. પ્રારંભિક બાળપણની ઉત્તેજના પરના સંશોધને “પ્રતિભાવશીલ સંભાળ”ની અસરકારકતા સાબિત કરી છે જે બાળકના સામાજિક-ભાવનાત્મક, ભાષા, જ્ઞાનાત્મક અને મોટર વિકાસને પ્રોત્સાહન આપે છે.



સામાજિક-ભાવનાત્મક

પછીના વર્ષોમાં એક સુરક્ષિત જોડાણ શૈલી વિકસાવવામાં મદદ કરે છે, જે બાળકને સાથીદારો અને અન્ય પુખ્ત વયના લોકો સાથે વધુ સામાજિક રીતે સક્ષમ બનવાની મંજૂરી આપે છે.



જ્ઞાનાત્મક

પ્રતિભાવશીલ સંભાળ કરનાર ના બાળકો તેમને જોઈને તેમના પર્યાવરણમાં નવી વસ્તુઓ વિશે શીખી શકે છે પ્રતિભાવશીલ સંભાળ



ભાષા

પ્રતિભાવશીલ સંભાળ કરનાર નાં બાળકો જેઓ પ્રતિભાવશીલ સંભાળ મેળવતા નથી તેમના કરતાં છ મહિના પહેલાં તેમનો પહેલો શબ્દ અને પહેલું વાક્ય બોલવા માટે જાણીતા છે.



મોટર

પ્રતિભાવશીલ સંભાળની પ્રેક્ટિસ મુદ્રા નિયંત્રણ અને નવી મોટર સ્કિલ્સના કાસ્કેડને ઝડપી બનાવી શકે છે

પ્રતિભાવશીલ સંભાળ એ બાળકના સંકેતોને તાત્કાલિક અને યોગ્ય રીતે ધ્યાનમાં લેવાની, સમજવાની અને તેનો પ્રતિસાદ આપવાની સંભાળ રાખનારાઓની ક્ષમતાનો સંદર્ભ આપે છે. તેમના પ્રથમ ત્રણ વર્ષમાં, બાળકનું મગજ તેમના અનુભવો દ્વારા વિકસિત થાય છે, જેમાં મગજ 'અનુભવ-અપેક્ષિત' અને 'અનુભવ-આશ્રિત' બંને હોય છે. પ્રતિભાવશીલ સંભાળની પદ્ધતિને અનુસરતા અનુભવો બાળકની જરૂરી મોટર અને સંવેદનાત્મક ઉત્તેજના તરફ દોરી જાય છે, જે નવા સિનેપ્ટિક જોડાણો તરફ દોરી જાય છે. આ પ્રક્રિયા જીવનના પ્રથમ ત્રણ વર્ષમાં વિવિધ ક્ષેત્રોમાં બાળકના વિકાસનો આધાર બનાવે છે.

જોકે પ્રતિભાવશીલ સંભાળમાં વારંવાર પ્રતિભાવ ખોરાક ના પાસાઓનો સમાવેશ થાય છે, આ પ્રકરણ પ્રારંભિક બાળપણની ઉત્તેજનાને સક્ષમ કરવા માટે સંભાળ રાખનાર દ્વારા અપનાવવામાં આવનાર શિક્ષણશાસ્ત્રના અભિગમો અને વર્તણૂકો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરશે: આપો અને પાછું મેળવો, સંભાળ રાખનારના ત્રણ કાર્યો: પ્રેમ, વાત કરવી, રમત અને સકારાત્મક માર્ગદર્શન.



3.1 Serve and Return

સર્વ અને રિટર્ન

પગલું
1

સર્વનું અવલોકન કરો

બાળક બોલ ઉપાડીને અને તેને હવાવીને સર્વ કરે છે. સંભાળ રાખનાર આ સર્વનું અવલોકન કરે છે જે તેણીને બાળકને વધુ સારી રીતે સમજવામાં મદદ કરે છે.



પગલું
2

સર્વને પ્રતિસાદ આપો

સંભાળ રાખનાર બોલ તરફ ઇશારો કરીને અને બાળકની રુચિ શેર કરીને અથવા સ્વીકારીને સર્વનો પ્રતિસાદ આપે છે.



પગલું
3

તેને એક નામ આપો

સંભાળ રાખનાર તેને એક નામ આપે છે જેથી બાળક વસ્તુ અથવા ક્રિયા અને તેના નામ વચ્ચેનો સંબંધ જાણી શકે.



પગલું
4

ટર્ન લો

પછી સંભાળ રાખનાર બાળકના જવાબની ધીરજપૂર્વક રાહ જુએ છે. તેઓ પ્રેમથી બાળકમાં સ્વતંત્રતા અને આત્મવિશ્વાસ વધારવા પાછળ પાછળ જાય છે.



પગલું
5

સંક્રમણ

બાળક બોલને છોડી દે છે, તે હવે તેના મોંમાં તેના પગ મૂકવા માંગે છે. સંભાળ રાખનાર પ્રતિસાદ આપે છે અને આગળ અને પાછળ વધુ સર્વ અને રિટર્ન ક્રિયાપ્રતિક્રિયાઓને સક્ષમ કરવાનું ચાલુ રાખે છે.



સંભાળ રાખનારના ત્રણ કાર્યો



પ્રેમ

- બાળક સાથે આંખનો સંપર્ક કરો
- બાળક તરફ જોઈને સ્મિત કરો
- બાળકને આલિંગન આપો, યુંબન કરો, સ્નેહ આપો અને બાળકને ગળે લગાડો
- બાળકને તમારા શરીરની નજીક પકડી રાખો



વાત કરો

- બાળકના બબડતા અવાજોનું અનુકરણ કરો
- બાળકના હાવભાવ અને પ્રવૃત્તિઓનું વર્ણન કરો અને નામ આપો
- સામાન્ય વસ્તુઓ અથવા પ્રવૃત્તિઓ વિશે બાળક સાથે વાત કરો
- બાળકની સામે ગાયો



રમો

- બાળક સાથે રમો
- તેમને રમતની સામગ્રી પ્રદાન કરો જે તેમના મન અને ઇચ્છાઓને ઉત્તેજિત કરે છે
- બાળકની કલ્પનાશીલ રમતમાં ભાગ લો
- બાળક સાથે મજા કરો

પ્રકરણ 4

મહિના મુજબની પ્રવૃત્તિઓ
દ્વારા પ્રારંભિક શિક્ષણ માટેની
તકો ઊભી કરવી



આ પ્રકરણમાં બાળકનું વાતાવરણ, રમતની સામગ્રી, લિંગ-પ્રતિભાવપૂર્ણ ક્રિયાપ્રતિક્રિયાઓ, સલામત અને સુરક્ષિત વાતાવરણ અને બાળકની ઉંમરના 0 થી મહિનાના 36 મહિના સુધીની પ્રવૃત્તિઓના 36 સેટ, એટલે કે, મહિના પ્રમાણે, જન્મથી ત્રણ વર્ષ સુધી આવરી લેવામાં આવશે. પ્રવૃત્તિઓ બાળકના જ્ઞાનાત્મક, સામાજિક-ભાવનાત્મક, ભાષા, શારીરિક અને સર્જનાત્મક વિકાસ માટે સર્વત્રાહી ઉત્તેજના આવરી લે છે.

4.1 પ્રારંભિક ઉત્તેજના માટે યોગ્ય વાતાવરણ બનાવવું

a. રમત સામગ્રી

રમત સામગ્રી માતાપિતાને બાળક સાથે વિવિધ રીતે જોડવામાં મદદ કરે છે, સંવેદનાત્મક ઉત્તેજના અને પરિણામે રમતની ગુણવત્તામાં વધારો થાય છે. આ રમત સામગ્રી હંમેશા સ્ટોરમાંથી ખરીદવાની જરૂર નથી. ઘર અથવા કુદરતી વાતાવરણમાં સરળતાથી મળી આવતી વસ્તુઓ અને સામગ્રીનો પણ ઉપયોગ કરી શકાય છે. સંભાળ રાખનાર ઘરગથ્થુ અથવા નકામા સામગ્રી જેમ કે કપ, બોટલ અને કાપડના બગેલા ટુકડાઓનો ઉપયોગ કરીને ડુ-ઇટ-યોરસેલ્ફ (DIY) રમકડાં પણ તૈયાર કરી શકે છે, જે તેમને ટકાઉ બનાવે છે અને પર્યાવરણીય અસર ઘટાડે છે. સ્વદેશી અને સાંસ્કૃતિક રીતે જડિત રમકડાં પણ સાંસ્કૃતિક જાગૃતિને પ્રોત્સાહન આપવામાં મદદરૂપ છે.



b. ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓ

પ્રારંભિક વર્ષોમાં, બાળકો વિવિધ અનુભવો દ્વારા શીખે છે જે તેમની વિકાસલક્ષી જરૂરિયાતો સાથે સંરેખિત થાય છે. નીચેનો વિભાગ આ પ્રવાસમાં સંભાળ રાખનારાઓને મદદ કરવા માટે માસિક ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિ કેલેન્ડરની રૂપરેખા આપે છે. પૂરી પાડવામાં આવેલ ભલામણ પ્રવૃત્તિઓ બાળકની ઉંમર અનુસાર વર્ગીકૃત કરવામાં આવી હોવા છતાં, સંભાળ રાખનારાઓ પ્રશ્નમાં રહેલા બાળકની ક્ષમતાઓને પહોંચી વળવા માટે તેમને અનુકૂળિત કરી શકે છે અને કરવી જોઈએ: કહો, જો બાળક પહેલેથી જ તેમની ઉંમર માટે નિર્ધારિત પ્રવૃત્તિ કરવા સક્ષમ હોય, તો સંભાળ રાખનાર મુશ્કેલી સ્તરમાં વધારો કરી શકે છે. તેનાથી વિપરિત, જો બાળક તેની ઉંમર જૂથ માટે નિર્ધારિત પ્રવૃત્તિ ન કરી શકે તો સંભાળ રાખનાર મુશ્કેલીનું સ્તર ઘટાડી શકે છે. છેલ્લે, એ નોંધવું જરૂરી છે કે આવનારા વિભાગમાં મૂકવામાં આવેલી પ્રવૃત્તિઓ અને સામગ્રી સામાન્ય ભારતીય સંદર્ભને ધ્યાનમાં રાખીને સૂચવવામાં આવે છે. તેઓ વિવિધ સામાજિક અને સાંસ્કૃતિક સંદર્ભોને અનુરૂપ અનુકૂળિત અને સંશોધિત થઈ શકે છે અને થવું જોઈએ. જોકે, માતા-પિતાએ સંભાળપૂર્ણ બાળકની દિનચર્યામાં ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓનો સમાવેશ કરવો જોઈએ.



c. સુરક્ષા અને સલામતીની ખાતરી કરવી

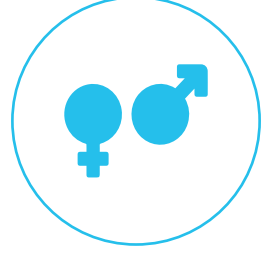
નાની ઉંમરે, શિશુ અથવા નવું ચાલવા શીખતું બાળક તેમની શારીરિક અને ભાવનાત્મક સુરક્ષા માટે સંપૂર્ણપણે સંભાળ રાખનાર પર આધાર રાખે છે. તેથી, સંભાળ રાખનારએ બાળકને નુકસાનથી બચાવવા માટે કેટલીક શ્રેષ્ઠ પદ્ધતિઓનું પાલન કરવું જોઈએ. તમામ સામગ્રી સુરક્ષિત અને બિન-જોખમી છે તેની ખાતરી કરીને બાળકના રમતના વિસ્તારને સુરક્ષિત બનાવવો જોઈએ. તેમની દેખરેખ રાખવી જોઈએ અને ઊંચાઈ પરથી પડવાથી અથવા ભારે વસ્તુઓ પડવાને કારણે થતી શારીરિક ઈજાઓથી રક્ષણ મેળવવું જોઈએ.



બાળકના ભાવનાત્મક વાતાવરણને અન્ય તમામ વ્યક્તિઓ સાથે અને તેમની વચ્ચે આદરપૂર્ણ, કાળજી અને અહિંસક ક્રિયાપ્રતિક્રિયા દ્વારા શક્ય તેટલું તણાવમુક્ત બનાવવું જોઈએ.

d. લિંગ પ્રતિભાવશીલ ક્રિયાપ્રતિક્રિયાઓ

શરૂઆતના વર્ષો દરમિયાન, બાળકો તેમના પર્યાવરણ અને તેમના સંભાળ રાખનારાઓની ક્રિયાઓમાંથી શીખે છે જેમ જેમ તેઓ મોટા થાય છે તેમ તેમ તેઓ અવલોકન કરે છે અને છોકરો કે છોકરી હોવાનો અર્થ શું થાય છે તે અંગે તારણો કાઢે છે. તેથી, તે સુનિશ્ચિત કરવું મહત્વપૂર્ણ છે કે બંને જાતિના બાળકોને વૃદ્ધિ અને વિકાસ માટે સમાન તકો મળે. સંભાળ રાખનારાઓએ તેમના પોતાના લિંગ પૂર્વગ્રહોથી વાકેફ થવું જોઈએ અને તેમના શિક્ષણ પર મર્યાદાઓ લાદી શકે તેવા નિવેદનો અને ક્રિયાઓ ટાળવી જોઈએ. પૂર્વગ્રહના ઉદાહરણોમાં છોકરાઓ કરતાં છોકરીઓ શારીરિક અથવા ભાવનાત્મક રીતે નબળી છે એવું માની લેવું, છોકરાઓ માટે કાર ખરીદતી વખતે છોકરીઓને ઢોંગલી અને કિચન સેટ જેવા રમકડાં પૂરા પાડવા, અને છોકરાઓને 'બહાદુર' અને છોકરીઓ 'સુંદર' હોવા બદલ વખાણ કરવા.



e. પડકારજનક પરિસ્થિતિઓનો સામનો કરતી વખતે હકારાત્મક માર્ગદર્શન

સંભાળ રાખનારાઓને ક્યારેક બાળકોની વર્તણૂક પડકારરૂપ લાગી શકે છે. ઉદાહરણ તરીકે, પુખ્ત વયના લોકો દ્વારા તેમને દિવાસો આપવાના પ્રયત્નો છતાં શિશુઓ ગડબડ કરી શકે છે અથવા રડી શકે છે. કેટલીકવાર, તેઓ ફટકો મારી શકે છે, કરડી શકે છે, જમીન પર પડી શકે છે, રડે છે, લાત મારી શકે છે, કકળાટ કરી શકે છે અથવા "ના" કહી શકે છે. આવી પરિસ્થિતિઓમાં, સંભાળ રાખનારાઓએ બાળકના વર્તન પાછળનું કારણ સમજવાની જરૂર છે; શું બાળક ભૂખ્યું છે, ઊંઘ આવે છે અથવા ઉપેક્ષિત છે? આમ કરવાથી સંભાળ રાખનાર બાળકને શાંત કરવા માટે યોગ્ય રીતે પ્રતિભાવ આપી શકશે. ધીમેધીમે 'યોગ્ય' વર્તનનું મોડેલિંગ કરવું અને જ્યારે બાળક યોગ્ય વર્તન દર્શાવે છે ત્યારે તેની પ્રશંસા કરવાથી તેમને સ્વ-નિયમન કરવામાં અને અસ્વસ્થ લાગણીઓ અથવા પરિસ્થિતિઓનો સામનો કરવામાં મદદ મળી શકે છે.





ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિ ફેલેન્ડર

પ્રારંભિક બાળપણ ઉત્તેજના માટે
રાષ્ટ્રીય માળખું
જન્મથી ત્રણ વર્ષ સુધીના બાળકો માટે

પ્રવૃત્તિ: સ્વસ્થ આહાર

પગલાં:

1. ગર્ભાવસ્થાના સમયગાળા દરમિયાન, પરિવારના સભ્યો ખાતરી કરી શકે છે કે માતાને તંદુરસ્ત અને પોષ્ટિક ખોરાક પૂરો પાડવામાં આવે છે.
2. તેથી પછી પૂરતા પ્રમાણમાં હાઇડ્રેટેડ હોવી જોઈએ.
3. તેથીને સફળ ગર્ભાવસ્થા અને બાળજન્મ માટે સક્ષમ બનાવવા માટે જરૂરી આહાર પૂરવણીઓ પરદાન કરવી જોઈએ.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: આ માતા અને બાળકને સ્વસ્થ અને મજબૂત બનવામાં મદદ કરશે.



પ્રવૃત્તિ: સકારાત્મક અને શાંત વાતાવરણ બનાવો

પગલાં:

1. માતાને આધાર, સંભાળ અને પ્રેમ કરીને તેના માટે તમામ પ્રકારના તણાવને ઓછો કરો.
2. માતાને ચિત્રકામ, સ્ટીચિંગ અથવા અન્ય કળા અને હસ્તકલા જેવા શાંત શીખ વેવા માટે પરોત્સાહિત કરો.
3. સુખદ સંગીત સાંભળી અને ધ્યાનનો અભ્યાસ કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: જો માતા તણાવમુક્ત, હકારાત્મક અને શાંત અનુભવતી હોય તો ગર્ભાશયમાં રહેલું બાળક વધુ સારી રીતે વિકાસ કરશે.

ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન

પ્રવૃત્તિ: શારીરિક પ્રવૃત્તિ અને વ્યાયામ

પગલાં:

1. સગર્ભા માતાને નિયમિત શારીરિક કસરત કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવી જોઈએ જેમ કે યાજ્ઞ, સરળ યોગ વગેરે.
2. સગર્ભા માતાને ભારે કામ ન કરવું પડે અને આરામ માટે પૂરતો સમય મળી રહે તે માટે ઘરના કામકાજ અને જવાબદારીઓનું કાળજીપૂર્વક આયોજન કરવું જોઈએ.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: આ માતા અને બાળકની માનસિક અને શારીરિક સુખાકારીને વેગ આપશે.



પ્રવૃત્તિ: બાળક સાથે વાતચીત કરો

પગલાં:

1. માતા અને પિતાને તેમના અજાત બાળક સાથે હકારાત્મક વાતચીત કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવા જોઈએ.
2. માતા તેમને તેમની રોજિંદી પ્રવૃત્તિઓ વિશે કહી શકે છે, વાર્તાઓ સંભળાવી શકે છે, તેમને શાંત અવાજમાં ગીતો ગાઈ શકે છે.
- 3.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: આ બધું ગર્ભની માનસિક અને ભાવનાત્મક ઉત્તેજનાને પ્રોત્સાહિત કરશે અને તેમના સુરક્ષિત વિકાસને ટેકો આપશે.



પ્રેમાળ ચહેરાઓ શોધવા

પગલાં:

1. બાળકને જોતી વખતે, સ્મિત કરો, અને જુઓ કે બાળક પાછો સ્મિત કરે છે કે નહીં.
2. તમારા મોંને ખોલો અને બંધ કરો, તેમના માટે હળવો અવાજો કાઢો.
3. બાળકના હાથ પકડો અને ધીમીમિ તેમને તમારા ચહેરા પર માર્ગદર્શન આપો.
4. બાળકને તમારું નાક પકડવા દો અને મજા કરવા દો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય:

દ્રશ્ય સંલગ્નતાને વધારે છે, ચહેરાની ઓળખને પ્રોત્સાહન આપે છે અને સ્પર્શોન્દ્રિય સંશોધનને પ્રોત્સાહન આપે છે, બાળક અને સંભાળ રાખનાર વચ્ચેના જોડાણને મજબૂત બનાવે છે.



0-3 મહિના



સૌમ્ય સુખદાયક

પગલાં:

1. બાળકને શું જોઈએ છે તે ઓળખો: શું તેઓ ભીના છે, ભૂખ્યા છે, થાકેલા છે અથવા અસ્વસ્થ છે?
2. જો બાળક થાકેલું હોય અથવા અસ્વસ્થતા અનુભવતું હોય, તો તેને નજીકથી પકડી રાખો, ધીમેથી આગળ વધો અને નરમાશથી બોલો.
3. તેમને આશ્વાસન આપવા માટે બાળકનું નામ શાંતિથી કહો.
4. બાળકને શાંત કરવા માટે તેની પીઠને હળવા હાથે સ્પર્શ કરો અને ઘસો.
- 5.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય:

સુરક્ષિત જોડાણ બનાવે છે, ભાવનાત્મક નિયમનને પ્રોત્સાહન આપે છે અને પ્રતિભાવશીલ સંભાળ દ્વારા આરામ આપે છે.



પગલાં:

1. બાળક સાથે બેસો અને તેઓ જે અવાજ કરે છે તે સાંભળો.
2. જ્યારે બાળક અવાજ કરે છે, ત્યારે તેને ફરીથી પાછા પુનરાવર્તન કરો.
3. બાળકને ફરીથી અવાજ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. સ્મિત કરો અને આનંદ વ્યક્ત કરો, દર્શાવે છે કે તમે બાળકના અવાજની પરજાસા કરો છો - "બાળક વાત કરી શકે છે"

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય:

ગાવાથી ભાષાના વિકાસ, ભાવનાત્મક જોડાણ અને સુરક્ષાની ભાવનાને સુધારે છે.

બાળકને ગીત ગાવો

પગલાં:

1. કોઈપણ ગીત અથવા લોરી પસંદ કરો અને તેને તમારા બાળકને હળવેથી ગાઓ.
2. શાંત અવાજનો ઉપયોગ કરો અને જ્યારે તમે ગાતા હો ત્યારે તમારા બાળકને જુઓ
3. બાળકની પ્રતિક્રિયાઓ માટે જુઓ, તેમને ગાયન વિશે શું આનંદ આવે છે તે નોંધો
4. શેર કરેલી ઘૂન દ્વારા આ બંધન ક્ષણોનો આનંદ માણો અને જ્યારે પણ તમારી પાસે સમય હોય ત્યારે પુનરાવર્તન કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય:

ગાયન ભાષાના વિકાસ, ભાવનાત્મક જોડાણ અને સુરક્ષાની ભાવનાને પ્રોત્સાહન આપે છે



પ્રેમાળ અને આલિંગન

પગલાં:

1. હૂંફાળા, સુરક્ષિત આલિંગન માટે તમારા બાળકને નજીક રાખો.
2. તમારા બાળકને હળવેથી રોકો અને તેને આલિંગન આપો અને તેને નાના સ્નેહભર્યાર યુબન આપો.
3. તમારા બાળકને નમ્રતાથી કહો કે તમે તેમને પ્રેમ કરો છો જેથી તેઓ સુરક્ષિત અનુભવે.
4. કોઈપણ સમયે તમારા પ્રેમને બતાવવા માટે, વારંવાર આલિંગન કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય:

સુરક્ષિત જોડાણ બનાવે છે, ભાવનાત્મક નિયમનને પ્રોત્સાહન આપે છે અને પ્રતિભાવશીલ સંભાળ દ્વારા આરામ આપે છે



મધમાખીને અનુસરો

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહિ

પગલાં:

1. કલ્પના કરો કે તમારી આંગળી મધમાખી છે અને ધીમેધીમે તમારી ગુજ્જતી આંગળી બાળકના ચહેરાની સામે મૂકી.
2. બાળકને “મધમાખી” ને અનુસરવા માટે કહો અને તેને આસપાસ ખસેડો.
3. રમતિયાળ રીતે બાળકના નાક પર “મધમાખી” મૂકી, એકસાથે હસો.
4. હાસ્ય શેર કરો અને આનંદદાયક રમતનો આનંદ લો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: વિઝ્યુઅલ(દ્રશ્યતા) ટ્રેકિંગ કૌશલ્યો, હાથ-આંખનું સંકલન વધારે છે અને આનંદકારક બંધનનો અનુભવ બનાવે છે.



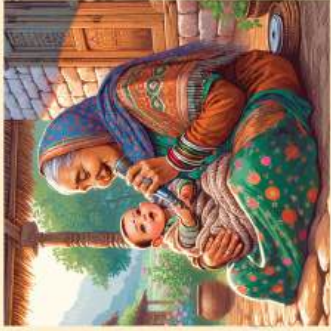
અવાજોનું અનુકરણ

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહિ

પગલાં:

1. બાળક સાથે બેસો અને તેઓ જે અવાજ કરે છે તે સાંભળો.
2. જ્યારે બાળક અવાજ કરે છે, ત્યારે તેને ફરીથી પાછા પુનરાવર્તન કરો..
3. બાળકને ફરીથી અવાજ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. સ્મિત કરો અને આનંદ વ્યક્ત કરો. દર્શાવે છે કે તમે બાળકના અવાજની પરશંસા કરો છો - “બાળક વાત કરી શકે છે”
- 5.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સંચારને પ્રોત્સાહન આપે છે, સંભાળ રાખનાર-બાળકના જોડાણને મજબૂત બનાવે છે અને રમતિયાળ રીતે બાળકના અવાજના વિકાસને સુધારે છે.



વસ્તુઓ માટે પહોંચવું

જરૂરી સામગ્રી: બાળકનું મનપસંદ રમકડું અથવા વસ્તુ

પગલાં:

1. બાળકને એક પ્રિય રમકડું બતાવો અને તેમને ઉત્સાહિત કરો
2. તેને આગળ લટકાવો, તેમને તે માટે (તે સુધી)પહોંચવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો
3. બાળકને વસ્તુને સ્પર્શ કરવા માટે માર્ગદર્શન આપો
4. જ્યારે બાળક વસ્તુ સુધી પહોંચે છે ત્યારે આનંદથી તેની પ્રશંસા કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: પહોંચવાની કુશળતા, હાથ-આંખનું સંકલન વિકસાવે છે અને હકારાત્મક મજબૂતીકરણ દ્વારા આત્મવિશ્વાસ વધે છે.



4 મહિના

બાળક સાથે વાતચીત

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બાળકની સામે જુવો અને નવો અવાજ કરો.
2. રાહ જુઓ અને જુઓ કે બાળક પુનરાવર્તન કરે છે અથવા કોઈ અવાજ કરે છે.
3. બાળકને જવાબ આપો અને ધીરજપૂર્વક બીજા અવાજની રાહ જુઓ
4. આગળ-પાછળ આનો આનંદ માણો અને ટૂંક સમયમાં તમે તમારા નાના સાથે વાતચીત કરશો
- 5.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાના વિકાસને વેગ આપે છે સંચારને પ્રોત્સાહિત કરે છે અને સંભાળ રાખનાર અને બાળક વચ્ચે અરસપરસ અને આકર્ષક વાર્તાલાપ બનાવે છે.



ડ્રેસ-અપ ફન ફન

જરૂરી સામગ્રી: બાળકનું શર્ટ, ટોપ અથવા અન્ય કપડાં

પગલાં:

1. બાળકના માથા પર શર્ટ અથવા ટ્રેસ મૂકતી વખતે, કહો, “બાળક ક્યાં છે?”
2. શર્ટ નીચે ખેંચો અને ઉત્સાહ કરો, “ઓહા ત્યાં તે/તેણી છે!”
3. સ્મિત કરો અને તમારા બાળક સાથે હાસ્ય શેર કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય:

સંવેદનાત્મક અનુભવને વધારે છે. ભાષાના વિકાસને પ્રોત્સાહન આપે છે અને આનંદકારક ટ્રેસિંગ રુટિન બનાવે છે.



એકસાથે ચાલવું

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બાળક સાથે ઘરની આસપાસ અથવા ઘરની બહાર ફરવા જાઓ.
2. વિવિધ વસ્તુઓ અને લોકોનો નિર્દેશ કરો, તેમને નામ આપો...
3. ચાલતી વહેતે સરળ વાતાવરણ અથવા વર્ણનો શેર કરો.
4. આનંદદાયક ચાલવાનો આનંદ માણો અને બાળક સાથે વાત કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાના વિકાસમાં વધારો કરે છે, શબ્દભંડોળનો પરિચય આપે છે અને ચાલવા દરમિયાન ઉત્તેજક અને અરસપરસ વાતાવરણ બનાવે છે.



5 મહિના

આંગળીઓ અને અંગૂઠા

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બાળક સાથે રમો, તેમનું ધ્યાન આકર્ષિત કરો.
2. દરેક અંગૂઠા અને આંગળીને અલગથી ખસેડો.
3. આંગળીઓ અને અંગૂઠા વિશે ખુશખુશાલ કવિતા ગાયો ‘લિટલ ફિંગર, રિંગ ફિંગર, મિડલ આંગળી, પીઇન્ટર ફિંગર, થમ્બા’.
4. બાળકને હસતા જુઓ અને આહવાદક આનંદ માણો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: શરીરની જાગરુકતા વધારે છે. મોટર વિકાસને પ્રોત્સાહન આપે છે અને આનંદકારક અને અરસપરસ રમતનો સમયનો અનુભવ બનાવે છે.



આંગળીઓ પકડવી

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બાળકના હાથની મધ્યમાં તમારી એક આંગળી મૂકો.
2. બાળકને તમારી આંગળી હળવેથી પકડવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
3. ધીમે ધીમે તમારી આંગળી પાછળ ખેંચો અને જુઓ કે બાળક પકડી રાખે છે કે નહીં.
4. પકડી રાખવાની બાળકની સિદ્ધિની પ્રશંસા કરો અને ઉજવણી કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ઉત્તમ મોટર કૌશલ્યને મજબૂત બનાવે છે, હાથ-આંખના સંકલનને પ્રોત્સાહન આપે છે અને બાળકની પકડ વિકસાવવા માટે હકારાત્મક વાતાવરણ બનાવે છે.



બાળક સાથે હળવા શબ્દો

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. હળવા અને નમ્ર શબ્દોનો ઉપયોગ કરીને તમારા બાળક સાથે જોડાઓ.
2. તેમની "બાળકની વાતો," હાવભાવ અને અવાજો પર ધ્યાન આપો
3. તમારા બાળક સાથે સંવાદ બનાવવા માટે સંવેદનશીલતાથી પરતિસાદ આપો.
4. સંભાળ સંચાર દ્વારા રચાયેલા જોડાણનો આનંદ માણો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સંવેદનશીલતા અને પ્રતિભાવ વધારે છે, સંભાળ રાખનાર-બાળકના બંધનને મજબૂત બનાવે છે અને પોષણ અને સહાયક વાતાવરણને વધારે છે.



ગાલ ફુગ્ગા

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. તમારા બાળકના કપડાં બદલ્યા પછી, તમારા ગાલને ફુગ્ગાની જેમ ફૂલાવો.
2. "ફટ" અવાજ કરવા માટે તમારા બાળકના પગ તમારા ગાલ પર મૂકો.
3. તમારા બાળકનું ધ્યાન આકર્ષિત કરવા માટે વિવિધ અવાજો અને રમુજી ચહેરા બનાવો
4. તમારા બાળક સાથે હાસ્ય અને વ્યસ્તતાનો આનંદ માણો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: વિઝ્યુઅલ(દ્રશ્યતા) ટ્રેકિંગ વિકસાવે છે, પ્રતિભાવશીલતાને પ્રોત્સાહન આપે છે અને સંચાર કૌશલ્યને મજબૂત બનાવે છે.



સાથે મળીને ગીત ગાઓ

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બાળક માટે મનપસંદ ગીત અથવા લોરી પસંદ કરો.
2. બાળક સાથે ઓખની સંપર્ક કરીને, પસંદ કરેલી ધૂનને ધીમેથી ગાઓ.
3. ગાવાના આનંદને સ્વીકારો, અને તમારા અવાજ વિશે શરમાશો નહીં.
4. બાળકની પ્રતિક્રિયાઓનું અવલોકન કરો અને હેંફ અને સ્મિત સાથે પરતિસાદ આપો.
5. સંગીતના જાદુ દ્વારા આ ખાસ બંધનનો સમયનો આનંદ માણો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાનો વિકાસ, ભાવનાત્મક જોડાણ અને શ્રાવ્ય ઓળખ કેળવે છે.



6 મહિના

ઝૂલતો સમય (ઝૂલવાનો સમય)

જરૂરી સામગ્રી: નરમ કાપડ અથવા ધાબળો(બ્લેન્કેટ)

પગલાં:

1. ઘરમાં નરમ કાપડનો ઉપયોગ કરીને હળવો(હિપકો)(પારણો) સ્વિંગ બનાવો.
2. બાળકને સુરક્ષિત ગાંઠ સાથે કામચલાઉ પારણામાં મૂકો.
3. સુખદાયક ગતિ સાથે બાળકને પ્રેમથી એક બાજુથી બીજી બાજુ ફેરવો...
4. સમગ્ર પ્રવૃત્તિ દરમિયાન બાળક સાથે સ્મિત અને હાસ્ય શેર કરો.
5. બાળક માટે આરામદાયક અને સુરક્ષિત અનુભવની ખાતરી કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સુરક્ષાની ભાવનાને પ્રોત્સાહન આપે છે, બંધનને પ્રોત્સાહન આપે છે અને બાળકની સંતુલનની ભાવનાને વધારે છે.



બાળક સાથે પીક-એ-બૂ(લપા છૂપી)

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. હાથ વડે ચહેરો ઢાંકીને "મમ્મી ક્યાં છે?" કહી
2. હાથ ખોલો અને આનંદથી બૂમ પાડી, "બૂા હું આ રહ્યો!"
3. બાળક સાથે હાસ્ય શેર કરો કારણ કે તે દરેક વખતે તમને શોધે છે.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: વિઝ્યુઅલ(દ્રશ્યતા) ટ્રેકિંગને પ્રોત્સાહિત કરે છે, વસ્તુની સ્થાયીતાની ભાવનાને ઉત્તેજન આપે છે અને પીક-એ-બૂ (લપા છૂપી) રમત દ્વારા આનંદદાયક બંધનનો અનુભવ બનાવે છે.



બોલ સુધી પહોંચવું

જરૂરી સામગ્રી: નરમ, હલકો બોલ

પગલાં:

1. બાળકને તેમના પેટ અથવા પીઠ પર નજીકમાં નરમ બોલ સાથે મૂકી.
2. ધીમેધીમે બોલને ડાબેથી જમણે ખસેડી, બાળક પહોંચી શકે તેની અંદર.
3. બાળકને ઉત્તેજના સાથે બોલ સુધી પહોંચવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. બોલને સ્પર્શ કરવા અથવા પકડવાના નાના પ્રયાસોને પણ ઉત્સાહિત કરો અને ઉજવણી કરો.
5. હાલચાલનું પુનરાવર્તન કરો, રમતિયાળ અને આકર્ષક પ્રવૃત્તિ બનાવી.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: એકંદર મોટર કૌશલ્યને વધારે છે, પકડવાની હિલચાલને પ્રોત્સાહન આપે છે અને હાથ-આંખના સંકલનમાં સુધારો કરે છે

7 મહિના

હોઠનું હલનચલન

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. ટ્રેસિંગ કરતી વખતે તમારા બાળક દ્વારા કરવામાં આવેલા અવાજોની નકલ કરો, જેમ કે "આ, સ, સ, ઈ, સ, સ, ઓઓ, સ, બી, સ, સ."
2. અવલોકન કરો કે તમારું બાળક અનુકરણ પ્રયત્ન કેવી પ્રતિક્રિયા આપે છે, તેમને પુનરાવર્તન કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો!
3. તમારા બાળકની આંગળીઓને તમારા હોઠ પર મૂકો, તેમને હલનચલન અને કંપન અનુભવવા દો.
4. રમતિયાળ અને અરસપરસ અનુભવ માટે એકસાથે વિવિધ અવાજોનું અનવેષણ કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સંવેદનાત્મક જાગૃતિને વધારે છે, ભાષાની સમજને પ્રોત્સાહન આપે છે અને સંભાળ રાખનાર અને બાળક વચ્ચેના સંબંધને મજબૂત બનાવે છે.



સ્નાન(નાહવાના) સમયની મજા

જરૂરી સામગ્રી: પ્લાસ્ટિક કન્ટેનર અથવા કપ, પાણી

પગલાં:

1. નહાવાના સમયે બાળકને હળવેથી પાણી કેવી રીતે છાટવું તે બતાવો.
2. "પૂર્ણ" કહીને કન્ટેનર ભરી, પછી "ખાલી" કહીને પાણી રેડો.
3. પુનરાવર્તન કરો અને બાળકને તમારી સહાયથી પ્રયાસ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. દરેક વખતે પાણી ઉડાડવાની ઉજવણી કરીને સાથે મળીને આનંદમય સમય પસાર કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સ્નાનનો સમય એ રમતિયાળ શીખવાનો અનુભવ બની જાય છે, પૂર્ણતા, ખાલીપણું અને સંવેદનાત્મક સંશોધનને વધારવાની વિભાવનાઓ શીખવે છે.



ધ્વનિનું(અવાજ) સ્થાન શોધો

જરૂરી સામગ્રી: ધરગથ્થુ વસ્તુઓ જે અવાજ કરે છે (દા.ત., પ્લેટ, કપ, બાઉલ, વગેરે)

પગલાં:

1. તમારા બાળક સાથે એવી ધરગથ્થુ વસ્તુનો ઉપયોગ કરીને રમો જે અવાજ કરે છે, જેમ કે પ્લેટ.
2. પ્લેટને હળવેથી મારતા ફરતા રહો અને તમારા બાળકની પરતિક્રિયાઓનું અવલોકન કરો.
3. ધ્યાન આપો જો બાળક અવાજને અનુસરવા માટે તેમનું માથું ખસેડે છે, તો તેમનું ધ્યાન દોરવાનો પ્રયાસ કરો!
4. બાળકને સ્મિત કરો અને વખાણ કરો જ્યારે તેઓ સમજે છે કે અવાજ ક્યાંથી આવી રહ્યો છે.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: શ્રાવ્ય ટ્રેકિંગ કૌશલ્યને વધારે છે, નિરીક્ષણને પ્રોત્સાહિત કરે છે અને આનંદકારક ક્રિયાપ્રતિક્રિયા દ્વારા સંચારને સુધારે છે.



8 મહિના

નવા અવાજોનું પુનરાવર્તન

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બાળકનો ચહેરો બનાવો, આંખનો સંપર્ક કરો અને સ્મિત કરો.
2. એક નવી અવાજ રજૂ કરો જે બાળકને હજુ સુધી ખબર નથી.
3. બાળક માટે નવા અવાજને ધીમે ધીમે ઘણી વખત પુનરાવર્તિત કરો.
4. બાળકને અનુકરણ કરવા અને અવાજનું પુનરાવર્તન કરવા પરોત્સાહિત કરો, જ્યારે તેઓ તે કરે ત્યારે તેમની પુષ્કળ પ્રશંસા કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાના વિકાસને વેગ આપે છે. અનુકરણને પ્રોત્સાહન આપે છે અને બાળક માટે મનોરંજક અને અરસપરસ શીખવાનો અનુભવ બનાવે છે.



સ્મિતિંગ બંગડીઓ(બંગડિયો ગોળ ફરાવવી)

જરૂરી સામગ્રી: જડા પ્લાસ્ટિક અથવા મેટલ બંગડી

પગલાં:

1. બાળક સાથે યોસો અને તેમની સામે જાડી બંગડી પકડી રાખો.
2. બંગડીને હળવેથી ગોળ ફેરવવો, એક મનમોહક વિઝ્યુઅલ ઇફેક્ટ બનાવો.
3. બાળકને ગોળ ફરતી બંગડી સુધી પહોંચવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. બાળકના તેમના પહોંચેલા પ્રયત્નો માટે ઉત્સાહપૂર્વક વખાણ કરો.
5. ગોળ ફરતી ગતિને પુનરાવર્તિત કરો, તેને આનંદકારક અને ઇન્ટરેક્ટિવ અનુભવ બનાવો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: હાથ-આંખનું સંકલન, વિઝ્યુઅલ ટ્રેકિંગ અને પહોંચવાની કુશળતાને વધારે છે.



ડેસ-અપ વાતચીત

જરૂરી સામગ્રી: બાળકના કપડાં

પગલાં:

1. જ્યારે તમે તેને ડ્રેસિંગ કરી રહ્યા હોવ ત્યારે બાળક સાથે વાત કરો, દરેક વસ્તુનો ઉલ્લેખ કરો, દા.ત., "ચાલો તમારો શટર પહેરીએ."
2. ડ્રેસિંગ દરમિયાન શરીરના ભાગોને નામ આપો, "તમારો હાથ પકડી રાખો."
3. વધારાના આનંદ માટે આંગળી અને અંગૂઠાની રમતો રમો, જેમ કે "આ નાનું પિગી!"

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાના વિકાસમાં વધારો કરે છે, શરીરના ભાગોનો પરિચય કરાવે છે અને બાળક માટે આનંદપ્રદ અને ઇન્ટરેક્ટિવ ડ્રેસિંગ રૂટિન બનાવે છે.



છોડવું એ મજા છે!

જરૂરી સામગ્રી: સલામત વસ્તુ (દા.ત., બોલ, યોળાયેલ કાગળ)

પગલાં:

1. તમારા બાળકને પકડી રાખવા અને છોડવા માટે એક સુરક્ષિત વસ્તુ આપો, જેમ કે બોલ અથવા યોળાયેલ કાગળ.
2. બાળકને વસ્તુ નીચે મૂકવા દો, એમ કહીને કે “તે નીચે પડે છે અને ઉપર આવે છે.”
3. બાળકને ક્રિયાનું પુનરાવર્તન કરવા અને વિવિધ વસ્તુઓ સાથે રમવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: હાથ-આંખ સંકલન વિકસાવે છે, કારણ અને અસરનો પરિચય કરાવે છે, અને મનોરંજક અને અરસપરસ રમતનો સમય બનાવે છે.



એક્શન(ક્રિયા) શબ્દો અને એક્શન(ક્રિયા) આવજો

જરૂરી સામગ્રી: સલામત વસ્તુ (દા.ત., ખડખડાટ)

પગલાં:

1. કોઈપણ સુરક્ષિત વસ્તુ સાથે તમારા બાળક સાથે બેસો, પછી તમારા બાળકને તેને હલાવવા, સ્વેમ કરવા અથવા તેને ફેરવવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
2. બાળકના સંશોધન વિશે અવલોકન કરો અને તેની સાથે વાત કરો. દા.ત., “તમે ખડખડાટને હલાવીને અવાજ કયોરે.”
3. બાળકની રમતનું વર્ણન કરવા માટે ક્રિયાના શબ્દો અને અવાજો બનાવો, જેમ કે “છુક... છુક... છુક.” બાળકને પુનરાવર્તન કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સંવેદનાત્મક સંશોધનને વધારે છે અને ભાષાના વિકાસને સુધારે છે.



રોલ કરો અને ત્યાં સુધી પોહયો

જરૂરી સામગ્રી: નાની સ્પષ્ટ પ્લાસ્ટિકની બોટલ, પાણી, ચળકતો કાગળ (વૈકલ્પિક):

પગલાં:

1. નાની, સ્પષ્ટ પ્લાસ્ટિકની બોટલને સાફ કરો અને તેને પાણીથી અડધી ભરી.
2. વૈકલ્પિક રીતે, ચળકતા કાગળના નાના ટુકડા ઉમેરો અને ચુસ્તપણે બંધ કરો.
3. બોટલને રોલ કરો અને બાળકથી દૂર મોકલો.
4. બાળકને આગળ વધવા અને બોટલ સુધી પહોંચવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
5. જ્યારે બાળક સફળતાપૂર્વક બોટલ સુધી પહોંચે ત્યારે તેની પ્રશંસા કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: પેટ ઘસડતાં ચાલવાને અને શિક્ષણ કૌશલ્યોને પ્રોત્સાહન આપો અને કુલ મોટર વિકાસમાં વધારો કરો.



ભોજન(ખોરાક) સમયની વાતચીત

જરૂરી સામગ્રી: બાળકનો ખોરાક

પગલાં:

1. ખોરાક દરમિયાન બાળક સાથે વાત કરો, તેઓ જે ખોરાક ખાય છે તેની ચર્ચા કરો.
2. સ્મિત કરો અને બાળકના સંકેતોને પ્રતિસાદ આપો, ખાસ કરીને જ્યારે તેઓ દર્શાવે છે કે તેઓ વધુ ઇચ્છે છે.
3. બાળકને ક્રિયાપ્રતિક્રિયા કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો અને ભોજનના સમયને ખુશ અને સકારાત્મક ક્રિયાપરતિક્રિયા બનાવો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાના વિકાસમાં વધારો કરે છે, ખોરાક સાથે સકારાત્મક જોડાણને પ્રોત્સાહન આપે છે અને સંભાળ રાખનાર-બાળકના બંધનને મજબૂત બનાવે છે.



અંદર અને બહાર

જરૂરી સામગ્રી: પ્લાસ્ટિક બોક્સ અથવા બોટલ, નાની વસ્તુઓ કે જે બાળક સુરક્ષિત રીતે પકડી શકે છે

પગલાં:

1. એક સ્પષ્ટ પ્લાસ્ટિક બોક્સ અથવા બોટલ અને નાની, સુરક્ષિત વસ્તુઓ આપો કે જે બાળક પકડી શકે.
2. બાળકને "અંદર" કહીને બોટલમાં વસ્તુઓ કેવી રીતે અંદર મૂકવી તે બતાવો.
3. "અંદર" શબ્દ પર ભાર મૂકતી વખતે બાળકને અંદર વસ્તુ મૂકવામાં મદદ કરો.
4. બાળકને "બહાર" કહીને બોટલ હલાવવામાં અને વસ્તુને નિકાળવાની કહો.
5. જ્યારે બાળક સફળતાપૂર્વક વસ્તુ અંદર મૂકે ત્યારે તેની પ્રશંસા કરો!

પરવૃત્તિનું મૂલ્ય: મોટર કૌશલ્યોને વધારે છે અને હાથ-આંખના સંકલનને સુધારે છે.

મનોરંજક પ્રવૃત્તિઓ સાથે ગીત

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. તમને ગમે તેવું એક્ઝન ગીત ગાતી વખતે બાળકનો સામે જુવો અને ક્રિયાઓ કરો!
2. બાળકને જોડાવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો અને ક્રિયાઓ પણ કરો.
3. હાથ ખોલવા અને બંધ કરવા, તાળી પાડવી અને ખોળામાં હાથ થપથપાવવા જેવી ક્રિયાઓ કરો.
4. એક્ઝન ગીત સાથે મજેદાર અને ઇન્ટરેક્ટિવ પ્લેટાઇમનો આનંદ માણો અને જ્યારે પણ તમે કરી શકો ત્યારે પુનરાવર્તન કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સંકલનને પ્રોત્સાહન આપે છે, અનુકરણ કૌશલ્ય સુધારે છે અને સંવેદનાત્મક જોડાણને વધારે છે



10 મહિના

ગાંઠ ખોલો

જરૂરી સામગ્રી: નરમ રુમાલ

પગલાં:

1. નરમ રુમાલમાં છોટક ગાંઠ બાંધો.
2. બાળકને હસતાં હસતાં ગૃહેલી રુમાલ આપો.
3. બાળકને ગાંઠ ખોલવાની પ્રયાસ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો. ઉંડેલવાની પ્રયાસ કરો.
4. બાળકની એકાગ્રતા અને પ્રયત્નો માટે તેની પ્રશંસા કરો.
5. જ્યારે ગાંઠ સફળતાપૂર્વક ઉંડેવાઈ જાય ત્યારે સાથે મળીને ઉજવણી કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: આત્મવિશ્વાસ, જ્ઞાનાત્મક વિકાસ, મોટર કૌશલ્યનો વિકાસ, સમસ્યાનું નિરાકરણ અને ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવામાં સુધારો. સુધારે છે..



કુટુંબના સભ્યોનું નામકરણ

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બાળકની સામે પરિવારના સભ્યો તરફ ઇશારો કરો, "મમ્મી," "પપ્પા," "બહેન" જેવા નામ બોલો. તમારી સ્થાનિક ભાષામાં.
2. તમારા બાળક સાથે વાત કરતી વખતે નામોનો ઉપયોગ કરો, જેમ કે "સારાહને બોલ આપો"
3. સરળ કુટુંબ નામો બોલીને બાળકને નકલ કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
4. ભણતરને આકર્ષક બનાવવા માટે સ્મિત સાથે નામોનું પુનરાવર્તન કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: કૌટુંબિક નામોનો પરિચય પ્રારંભિક ભાષાના વિકાસ, સામાજિક જાગૃતિને પ્રોત્સાહન આપે છે અને બાળક અને પરિવાર વચ્ચેના સંબંધને મજબૂત બનાવે છે.



સ્નાન સમયે પાણી રેડવું

જરૂરી સામગ્રી: એક નાનો પ્યાલો અથવા કન્ટેનર અને પાણી

પગલાં:

1. નહાવાના સમયે બાળકને એક નાનો મગ અથવા કન્ટેનર આપો.
2. બાળકને મગમાં પાણી કેવી રીતે ભરવું અને તેને કેવી રીતે રેડવું તે બતાવો
3. બાળકને ભરવા અને પાણી રેડવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવું
4. હાસ્ય અને આનંદ વહેંચો જેમ કે તમે બંને રમતના સમયનો આનંદ માણો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સ્નાન સમયનું આ સાહસ નિયમિત પ્રવૃત્તિઓમાં આનંદનું એક તત્વ ઉમેરે છે. સ્નાનના સમય સાથે સકારાત્મક જોડાણને પ્રોત્સાહન આપે છે અને સંવેદનાત્મક અને મોટર વિકાસને પ્રોત્સાહન આપે છે.



11 મહિના

વાર્તા સમય

જરૂરી સામગ્રી: કંઈ નહીં (ડાયપર બદલવાનો સમય)

પગલાં:

1. તમારા બાળક સાથે બેસતી વખતે, જેમ કે બાળકનું ડાયપર બદલતી વખતે, તેમના હાથ તેમના માથા પર લંબાવો.
2. વિશ્વના સૌથી ઊંચા નાના બાળક વિશે એક રમુજી વાર્તા કહો.
3. બાળક કેટલું ઊંચું છે તેના પર ભાર મૂકતા રમતિયાળ અને આકર્ષક સ્વરનો ઉપયોગ કરો.
4. જ્યારે પણ તમારી પાસે સમય હોય ત્યારે વાર્તા કહેવાના અનુભવનો આનંદ માણો અને પુનરાવતરન કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાના સંપર્ક અને સમજણને વધારે છે



મૂકવું અને પાડવું

જરૂરી સામગ્રી: સમાન કદની 3 વસ્તુઓ

પગલાં:

1. તમારા બાળકને બતાવો કે વસ્તુઓ કેવી રીતે મૂકવી તમે દરેકને "ટોચ પર" કહીને મૂકતા જાવ.
2. તમારા બાળકને તેના નાના હાથને માર્ગદર્શન આપીને વસ્તુઓને મૂકવામાં મદદ કરો.
3. જ્યારે તમારે બાળક છેલ્લી વસ્તુ ટોચ પર મૂકે ત્યારે ઉત્સાહિત કરો અને તેને મોટા આભિગન આપો.
4. તમારા બાળકને મૂકેલી વસ્તુ નીચે પછાડવા અને આનંદ માણવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: આ પ્રવૃત્તિ તમારા બાળકની મોટર કૌશલ્ય, હાથ-આંખનું સંકલન અને સંતુલનની સમજને વેગ આપે છે. આભિગન સાથે તેમની સફળતાની ઉજવણી કરવાથી શીખવાની મજા આવે છે અને આત્મવિશ્વાસ વધે છે.



આ મારો ચહેરો છે

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બાળક સાથે બેસો અને તેમને ચહેરાના ભાગો શીખવામાં મદદ કરો. લક્ષણો તરફ નિર્દેશ કરીને અને નામ આપીને, જેમ કે આંખ તરફ ઈશારો કરો અને 'આંખ' કહો.
2. બાળકની આંખ તરફ ઈશારો કરો અને 'આંખ' કહો. નામકરણ કરતી વખતે સ્પર્શને પ્રોત્સાહિત કરો.
3. અન્ય ભાગો જેવા કે નાક અને મોં સાથે સમાન રીતે પ્રયાસ કરો.
4. બાળકને સ્પર્શ કરવા અને ભાગ લેવા માટે વખાણ કરો, ચહેરાના તમામ ભાગો માટે તે જ પુનરાવતરન કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: શરીરના ભાગોનો પરિચય આપે છે, સંવેદનાત્મક સંશોધનને પ્રોત્સાહન આપે છે અને સ્પર્શ અને ઓળખ દ્વારા સહભાગિતાને પ્રોત્સાહિત કરે છે.



છુપાવો અને શોધો

જરૂરી સામગ્રી: બાળકનું રમકડું અથવા સલામત વસ્તુઓ (જેમ કે પ્લાસ્ટિકનું કન્ટેનર અથવા પ્લાસ્ટિક કપ)

પગલાં:

1. બાળકને રમકડા અને પ્લાસ્ટિકના કન્ટેનર અથવા કપ સાથે રમવા દો.
2. જ્યારે બાળક જોઈ રહ્યું હોય, ત્યારે રમકડાને કન્ટેનર હેઠળ છુપાવો.
3. પૂછો, 'તે ક્યાં છે?' અને બાળકને રમકડું શોધવા માટે કન્ટેનર ઉપાડવા માટે પ્રેરત્સાહિત કરો. જ્યારે તેઓને તે મળે ત્યારે તેમની પ્રશંસા કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: "વસ્તુના સ્થાયીતાને પ્રોત્સાહન આપે છે, અવકાશી જાગૃતિમાં સુધારો કરે છે અને ઉત્તમ મોટર કુશળતાને વધારે છે



12 મહિના

હું વાંચી શકું છું

જરૂરી સામગ્રી: રંગબેરંગી ચિત્ર કાર્ડ અથવા ચિત્ર પુસ્તક

પગલાં:

1. રંગબેરંગી ચિત્ર કાર્ડ અથવા ગતિશીલ ચિત્ર પુસ્તક ચિત્ર પુસ્તક પસંદ કરો.
2. બાળક સાથે બેસો અને તેમને દરેક ચિત્ર એક પછી એક બતાવો.
3. દરેક ચિત્રનું વર્ણન કરવા માટે સરળ શબ્દોનો ઉપયોગ કરો.
4. બાળકને છબીઓ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા અને તમારા શબ્દો સાંભળવા માટે પ્રેરત્સાહિત કરો.
5. આ દ્રશ્ય અન્વેષણ દરમિયાન સ્મિત અને ઉત્તેજના શેર કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: બાળકના જ્ઞાનાત્મક કૌશલ્યોને વિવિધ છબીઓ સાથે પરિચય આપીને અને શબ્દોને દ્રશ્ય ઉત્તેજના સાથે જોડીને, આનંદકારક રીતે ભાષાના સંપાદનને પ્રોત્સાહન આપીને વધારે છે.



સ્વ-ખોરાક સાહસ

જરૂરી સામગ્રી: બાળકો માટે અનુકૂળ ખાદ્ય વસ્તુઓ

પગલાં:

1. બાળ-મૈત્રીપૂર્ણ, સરળતાથી પકડી શકાય તેવી ખાદ્ય વસ્તુઓ તૈયાર કરો.
2. ખોરાકને બાળકની પહોંચની અંદર મૂકો.
3. બાળકને તેમના હાથ વડે ખોરાક ઉપાડવા અને અન્વેષણ કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
4. સ્મિત અને સકારાત્મક શબ્દો સાથે સ્વ-ખોરાખ કરવાના દરેક પ્રયાસની ઉજવણી કરો.
5. જો જરૂરી હોય તો નમ્ર માર્ગદર્શન આપો, તેમને સંવેદનાત્મક અનુભવની આનંદ માણવા દો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સ્વતંત્રતા અને ખોરાક સાથેના સકારાત્મક સંબંધને પ્રોત્સાહિત કરે છે, જ્યારે બાળક સ્વ-ખોરાકની શોધ કરે છે ત્યારે સિદ્ધિની ભાવનાને વધારે છે.



ધરગથ્થુ અન્વેષણ

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બાળક સાથે ઘરની આસપાસ થોડી વાર ચાલો.
2. જુદી જુદી વસ્તુઓ અને લોકોનો નિર્દેશ કરો, તેમના વિશે વાત કરો.
3. અવલોકનો શેર કરો જેમ કે, "ઝાડને જુઓ. શું તમને સુંદર પક્ષી દેખાય છે?"
4. બાળકની રુચિ કેચર(ઓળખો) કરતી વસ્તુઓને ઓળખો અને તેના વિશે વાત કરો, તેમને જોડાવા માટે પ્રેરત્સાહિત કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાના વિકાસમાં વધારો કરે છે, નવી શબ્દભંડોળનો પરિચય કરાવે છે અને ઘરની અંદર ઉત્તેજક અને અસ્પર્શ સંશોધન બનાવે છે.



બાળકનું બાળક

જરૂરી સામગ્રી: ઢીંગલી અથવા નરમ રમકડું

પગલાં:

1. પ્રદર્શન કરવા માટે ઢીંગલીને આલિંગન આપો અને રોકો.
2. બાળકને ઢીંગલી આપો અને તેને આલિંગન કરવામાં અને તેને રોક કરવામાં મદદ કરો.
3. બાળકની પ્રશંસા કરો, દા.ત., “શાબાશ, તમે બાળકને પ્રેમ કરો છો.”

પ્રવૃત્તિઓનું મૂલ્ય: જ્ઞાનાત્મક વિકાસને વધારે છે અને વર્તન અને સંવેદનાત્મક જોડાણને વધારે છે.



13 મહિના

ચાલો ચમચી વડે ખાઈએ

જરૂરી સામગ્રી: બાળકો માટે અનુકૂળ ચમચી, નરમ ખોરાક (દા.ત., છૂંદેલા બટાકા, દહીં)

પગલાં:

1. બાળકો માટે અનુકૂળ ચમચી અને નરમ ખોરાકનો નાનો ભાગ આપો.
2. ચમચીને ડેવી રીતે પકડી રાખવું અને તેનો ઉપયોગ ડેવી રીતે કરવો તે દર્શાવવો.
3. બાળકને ચમચી પકડવા અને તેના મોં પર લાવવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. સ્મિત અને હકારાત્મક મજબૂતીકરણ સાથે દરેક ચમચીના પ્રયાસની ઉજવણી કરો.
5. ખાવાના આનંદદાયક અનુભવ માટે જરૂર મુજબ નમ્ર માર્ગદર્શન આપો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ઉત્તમ મોટર કૌશલ્ય, હાથ-આંખનું સંકલન વિકસાવે છે અને ભોજનના સમય સાથે સકારાત્મક જોડાણને વધારે છે.



નકલ ક્રિયાઓ

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. ક્રિયા શબ્દોનો ઉપયોગ કરો અને અનુરૂપ ક્રિયાઓ દર્શાવો, જેમ કે હા કે ના કહેવા માટે તમારે માથું હલાવવું.
2. ‘ના’ કહેતી વખતે તમારે માથું હલાવો અને જુઓ કે બાળક અનુકરણ કરે છે કે નહીં. જ્યારે બાળક આંવું કરે ત્યારે તેની પરશંસા કરો!
3. બાળકને ઉપાડતી વખતે ‘ઉપર’ કહો અને બાળકને નીચે મૂકતી વખતે ‘નીચે’ કહો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાના વિકાસ અને ક્રિયાઓ સાથે શબ્દોના જોડાણને વધારે છે



કુટુંબ સ્પેસ(જગ્યા) શોધવી

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. ઘરના જુદા જુદા ખૂણામાં બાળક સાથે બેસો.
2. ખૂણા તરફ નિર્દેશ કરો અને કુટુંબ દ્વારા દરેક જગ્યાનો ઉપયોગ કેવી રીતે થાય છે તે વિશે વાતચીતમાં જોડાઓ.
3. બાળકને દરેક ખૂણે તમારા ટેકા સાથે ક્રીલ કરવા અથવા ચાલવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. તમે અન્વેષણ કરો અને સાથે વાત કરો ત્યારે ઉત્તેજના અને હકારાત્મક શબ્દો શરૂ કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: અવકાશી જાગૃતિને વેગ આપે છે. હિલચાલને પ્રોત્સાહિત કરે છે, ભાષાના વિકાસમાં વધારો કરે છે અને કૌટુંબિક જોડાણને પ્રોત્સાહન આપે છે.



છુપાવો અને શોધો

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. ઘરની આસપાસ વિવિધ છુપાયેલા સ્થળો શોધો.
2. રમતિયાળ રીતે છુપાવો અને કહો, “પીક-એ-બૂ હું ક્યાં છું?”
3. બાળકને છુપાયેલા સ્થળો તરફ કોલ(વૅટ્ચીએ ચાલવા) કરવા અથવા ચાલવા માટે પસંદગી કરાવો.
4. સકારાત્મક શબ્દોનો ઉપયોગ કરીને બાળક તમને શોધે ત્યારે આનંદથી ઉજવણી કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: એકંદર મોટર કૌશલ્ય, અવકાશી જાગૃતિ, જિજ્ઞાસા અને બંધનને ઉત્તેજિત કરે છે.



14 મહિના

નાનો ઢોલ વગાડનાર

જરૂરી સામગ્રી: પ્લાસ્ટિક અથવા મેટલ કન્ટેનર, કન્ટેનરને મારવા માટેનો પદાર્થ (શીકર અથવા લાકડાના ચમચી)

પગલાં:

1. પ્લાસ્ટિક અથવા મેટલ કન્ટેનર અને ફટકો મારવા માટે એક વસ્તુ મેળવો.
2. બાળકને વસ્તુઓ સાથે રમવા અને અન્વેષણ કરવા દો.
3. બાળકને ‘ઢોલ’ કહેતી વખતે કન્ટેનરને મારવામાં મદદ કરો.
4. જ્યારે બાળક ડ્રમિંગનો આનંદ માણે ત્યારે સાથે મળીને ગીત ગાયો.
5. બાળકની પ્રશંસા કરો, દા.ત., “તમે એક મહાન ડ્રમર (ઢોલ વગાડનાર) છો!”

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સંવેદનાત્મક અન્વેષણને પ્રોત્સાહન આપે છે, હાથ-આંખના સંકલનને વધારે છે અને લયબદ્ધ નાટકનો પરિચય આપે છે, જે આનંદદાયક અને સંગીતમય રમતની સમય બનાવે છે.”



સૂચનાઓને અનુસરીને

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. “તાળી પાડો” અથવા “ટાટા કરો” જેવા સરળ આદેશોનો ઉપયોગ કરો.
2. દરેક ક્રિયા દર્શાવી અને બાળકને અનુકરણ કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
3. આવશ્યકતા મુજબ નમ્ર માર્ગદર્શન આપીને આદેશોનું પુનરાવર્તન કરો.
4. સ્મિત અને હકારાત્મક શબ્દો સાથે દરેક પ્રયાસની ઉજવણી કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાની સમજ, અનુકરણ કૌશલ્ય વિકસાવે છે અને સંચારને મજબૂત બનાવે છે.



ક્રિયનના રાજા / રાણી

જરૂરી સામગ્રી: રસોઈ માટેના ઘટકો, જેમ કે કેળા અથવા દાળ

પગલાં:

1. જ્યારે તમે રસોઈ કરી રહ્યા હોવ ત્યારે તમારા બાળકને રસોડામાં સામેલ કરો.
2. તમે શું રાંધો છો તેની ચર્ચા કરો, ગંધ, અવાજ, પોત અને સ્વાદ સમજાવો.
3. બાદમાં, બાળકને અન્વેષણ કરવા માટે કેળાનો ટુકડો અથવા થોડી દાળ આપો.
4. તેમને સ્પર્શ કરવા, સુંઘવા અને જો યોગ્ય હોય તો ઘટકોનો સ્વાદ લેવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
5. તમારા બાળક સાથે વિવિધ સંવેદનાઓ અને ગુણધર્મો વિશે વાત કરો.
6. નવી વસ્તુઓનું અન્વેષણ કરવા માટે તેમની કુદરતી જિજ્ઞાસા અને ઉત્તેજનાને સ્વીકારો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સંવેદનાત્મક અનુભવોને વધારે છે અને વિવિધ ટેક્સચર, ગંધ અને સ્વાદની સમજને પ્રોત્સાહન આપે છે.



સંગીત શરૂ કરો અને બંધ કરો

જરૂરી સામગ્રી: મ્યુઝિક પ્લેયર અથવા ઇન્સ્ટ્રુમેન્ટ (વૈકલ્પિક)

પગલાં:

1. બાળક સાથે સંગીત વગાડો અને નૃત્ય કરો.
2. સંગીતને અચાનક બંધ કરો અને જગ્યાએ સ્થિર કરો.
3. જ્યારે સંગીત બંધ થાય ત્યારે બાળકને હવનચલન બંધ કરવા પરીત્સાહિત કરો.
4. જ્યારે તેઓ વિરામ લે ત્યારે સ્મિત અને હકારાત્મક શબ્દો સાથે પર્શોસા કરો અને ઉજવણી કરો.
5. જ્યારે સંગીત ફરી શરૂ થાય ત્યારે નૃત્ય ફરી શરૂ કરો, એક લયબદ્ધ રમતની સમય બનાવો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: બાળકને સ્વનિ, હવનચલન અને પ્રતિભાવશીલ રમત સાથે જોડાવવા માટે એક મનોરંજક માર્ગ પૂરો પાડે છે, શારીરિક અને જ્ઞાનાત્મક વિકાસ બંનેને પ્રોત્સાહન આપે છે.



15 મહિના

કણક સાથે રમે છે

જરૂરી સામગ્રી: વિવિધ રંગોમાં નરમ રમવાના કણક(લેકણક)

પગલાં:

1. બાળકને અલગ-અલગ રંગની રમવાના કણક(લેકણક) આપો.
2. વર્તુળો, ચોરસ અને ત્રિકોણ જેવા સરળ આકારો કેવી રીતે બનાવવા તે બતાવો.
3. બાળકને કણકને સ્પર્શ કરવા અને અન્વેષણ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો, આકાર બનાવો.
4. સ્મિત અને હકારાત્મક શબ્દો સાથે તેમના પ્રયત્નોની ઉજવણી કરો.
5. સર્જનાત્મક અનુભવ માટે એકસાથે વિવિધ આકારો બનાવવાનું અન્વેષણ કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ઉત્તમ મોટર કૌશલ્યને વધારે છે સંવેદનાત્મક સંશોધનને પ્રોત્સાહિત કરે છે અને મૂળભૂત આકારો રજૂ કરે છે.



ચાલો પ્રાણીઓના અવાજો બનાવીએ(કાઢીએ)

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. પક્ષીઓ માટે “ટ્વીટ, ટ્વીટ” અથવા ગાય માટે “મૂ” જેવા સાદા પ્રાણી અવાજો રજૂ કરો.
2. ઉત્સાહ સાથે અવાજોનું અનુકરણ કરો અને બાળકને જોડાવા માટે પરીત્સાહિત કરો.
3. દરેક પ્રાણી માટે અનુરૂપ હાવભાવ અથવા હવનચલન કરો.
4. સ્મિત અને હકારાત્મક શબ્દો સાથે અનુકરણ કરવાના બાળકના પર્યાયોની ઉજવણી કરો.
5. રમતિયાળ નકલ કરવાનું સત્ર બનાવીને વિવિધ પ્રાણીઓના અવાજોનું એકસાથે અન્વેષણ કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: બાળકની શ્રવણશક્તિને ઉત્તેજિત કરે છે સંવેદના, પ્રારંભિક ભાષા કૌશલ્યને પ્રોત્સાહન આપે છે, અને હાવભાવનો સમાવેશ કરીને રમતના સમય માટે એક મનોરંજક તત્વ ઉમેરે છે



હું તમને ખવડાવું, તમે મને ખવડાવો!

જરૂરી સામગ્રી: બાળક માટે અનુકૂળ ખોરાકની વસ્તુઓ, નાની ચમચી

પગલાં:

1. નજીકમાં બાળક માટે અનુકૂળ ખોરાક સાથે બાળકની સામે બેસો.
2. એક નાની ચમચી વડે એકબીજાને ખવડાવવું.
3. ખોરાકની અદલાબદલી દરમિયાન હકારાત્મક શબ્દો અને સ્મિતનો ઉપયોગ કરો.
4. બાળકને ચમચી પકડીને તમને ખવડાવવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
5. હાસ્ય અને આનંદ સાથે વહેંચાયેલ ખોરાક અનુભવની ઉજવણી કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: શેર દ્વારા બંધનને પ્રોત્સાહન આપે છે અનુભવો, ઉત્તમ મોટર કૌશલ્યોના વિકાસને પ્રોત્સાહિત કરે છે અને રમતિયાળ અને આનંદપ્રદ રીતે આપવા-લેવાની વિભાવના રજૂ કરે છે.



અરીસામાં તે કોણ છે?

જરૂરી સામગ્રી: ઘરમાં કોઈપણ અરીસો

પગલાં:

1. ઘરમાં એક અરીસો શોધો અને બાળકને તેની સામે લાવો.
2. અરીસામાં જોતી વખતે બાળકને પકડો અને પૂછો, “બાળક ક્યાં છે?”
3. બાળકને તેની પોતાની છબીને સ્પર્શ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો, “આહા ત્યાં બાળક છે! કેટલું સમાટર બાળક છે.”
4. અરીસાની સામે એકસાથે અભિવ્યક્તિઓ અને હવનચલનનું અન્વેષણ કરવામાં આનંદ માણો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: બાળકને તેનું પોતાનું પ્રતિબિંબ શોધવાની મંજૂરી આપે છે, સ્વની ભાવનાને પ્રોત્સાહન આપે છે અને સંભાળ રાખનાર સાથે જોડાણની આનંદકારક ક્ષણો બનાવે છે.



16 મહિના

કુશન પર્વત પર ચડવું

જરૂરી સામગ્રી: ગાદલા અથવા કુશન

પગલાં:

1. ગાદલા અથવા કુશનનો નરમ અને સુરક્ષિત ઢગલો બનાવો.
2. જો જરૂરી હોય તો બાળકને તમારો ટેકાથી ઉપર ચઢવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
3. વખાણ અને સકારાત્મક શબ્દો સાથે ઉપરના દરેક પગલાની ઉજવણી કરો.
4. એકવાર ટોચ પર ચડી જાય, તો નમ્ર વંશને પ્રોત્સાહિત કરો, જરૂરી તરીકે ટેકો આપો.
5. આ ચઢવા-ઉતરવાના સાહસ દરમિયાન સ્મિત અને ઉત્તેજના શેર કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: એકંદર મોટર કૌશલ્ય, અવકાશી જાગૃતિ, અને આત્મવિશ્વાસ વધે છે.



સૂચનાઓને અનુસરીને

જરૂરી સામગ્રી: બોલ અથવા કાંસકો જેવી પરિચિત વસ્તુઓ

પગલાં:

1. બાળકના નામનો ઉપયોગ કરીને અને પરિચિત વસ્તુઓ પસંદ કરીને તેને જોડો.
2. સરળ દિશાઓ આપો જેમ કે “ઝીનત, બોલ ઉપાડો” અથવા “ઝીનત, મને કાંસકો લાવો/આપો.”
3. બાળકને સૂચનાઓનું પાલન કરવા પ્રોત્સાહિત કરો, જો જરૂરી હોય તો માર્ગદર્શન આપો.
4. તેમના પ્રયત્નો માટે સ્મિત અને વખાણ જેવા હકારાત્મક મજબૂતીકરણનો ઉપયોગ કરો.
5. શીખવાની આનંદપ્રદ અનુભવ બનાવવા માટે વિવિધ વસ્તુઓ અને દિશાઓ સાથે પુનરાવર્તન કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: બાળકના નામ અને પરિચિત વસ્તુઓ વચ્ચે જોડાણ બનાવે છે, સરળ દિશાઓને અનુસરવાની ક્ષમતા બનાવે છે ભાષા અને જ્ઞાનાત્મક વિકાસ માટે આધાર બનાવે છે.



ચાલો સાફ કરીએ!

જરૂરી સામગ્રી: સામગ્રી: ટોપલી અથવા ડોલ

પગલાં:

1. રમકડાં એકત્રિત કરવા માટે મોટી ટોપલી અથવા ડોલનો પરિચય આપો.
2. બાળકને ઉપાડવા અને ક્લેનરમાં રમકડાં મૂકવા માટે પરોત્સાહિત કરો.
3. સકારાત્મક શબ્દોનો ઉપયોગ કરો અને તેઓ વ્યવસ્થિત રીતે વખાણ કરો.
4. દરેક રમકડાને એકસાથે ગણીને અથવા નામ આપીને તેને રમત બનાવો.
5. સ્મિત અને પ્રોત્સાહન સાથે સિદ્ધિની ઉજવણી કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: આ સરળ સફાઈ પ્રવૃત્તિ બાળકને રમત પછી વ્યવસ્થિત રાખવાનું, સારી ટેવો કેળવવાનું અને મોટર કૌશલ્યોના વિકાસને ટેકો આપવાનું મહત્વ શીખવે છે..



શું તેઓ સમાન છે?

જરૂરી સામગ્રી: વિવિધ વસ્તુઓના 2 સેટ (જેમ કે 2 ચમચી અને 2 કપ)

પગલાં:

1. બાળકને 2 ચમચી અને 2 કપ બતાવો, તેમના નામ જણાવો.
2. નિર્દેશ કરો કે 2 ચમચી 'સમાન' છે અને 2 કપ 'સમાન' છે.
3. બાળકને ચારેય વસ્તુઓ આપો અને તેને 'સમાન' વસ્તુઓ એકસાથે મૂકવા કહો.
4. જો જરૂરી હોય તો મદદની ઓફર કરો અને જ્યારે બાળક વસ્તુઓને યોગ્ય રીતે જુદું કરે ત્યારે તેની પ્રશંસા કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: જ્ઞાનાત્મક કૌશલ્યોને વધારે છે અને હેન્ડ-ઓન સોર્ટિંગ (હાથ વડે જુદું) દ્વારા સમસ્યાનું નિરાકરણ પ્રોત્સાહન આપે છે.



17 મહિના

રોજિદા વસ્તુઓ સાથે રમવાનો ઢોંગ(નાટક) કરો

જરૂરી સામગ્રી: ઘરની આસપાસની રોજિદી વસ્તુઓ

પગલાં:

1. ઘરમાંથી સલામત અને યોગ્ય રોજિદા વસ્તુઓ ભેગી કરો.
2. નાટકની રમત દ્વારા દરેક વસ્તુનો ઉપયોગ કેવી રીતે કરવો તે દર્શાવો.
3. બાળકને અનુકરણ કરવા અને તેમના પોતાના ઢોંગની રમતમાં વ્યસ્ત રહેવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. તેમની કલ્પનાશીલ રમતનું વર્ણન કરવા માટે સકારાત્મક શબ્દોનો ઉપયોગ કરો.
5. નાટકમાં જોડાઓ, તેને સહયોગી અને આનંદપ્રદ અનુભવ બનાવો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: અન્વેષણ દ્વારા સર્જનાત્મકતાને વધારે છે બાળકની કલ્પના, જ્ઞાનાત્મક વિકાસ અને ભાષા વિકાસ.



તેને સાથે ખેંચો

જરૂરી સામગ્રી: કોઈપણ વસ્તુ અથવા રમકડું અને દોરાનો નાનો ટુકડો

પગલાં:

1. દોરાના ટૂંકા ટુકડાના અંતમાં કોઈ વસ્તુ અથવા રમકડું બાંધો.
2. દોરો પકડીને ચાલતી વખતે રમકડાને ખેંચીને કહે, 'આ મારી કાર છે. હું તેને ખેંચી શકું છું. ચાલો ડરાઇવ પર જઈએ. વરૂમ, વરૂમ!'
3. બાળકને દોરો આપો અને ચાલતી વખતે તેને રમકડું ખેંચવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. જ્યારે બાળક ચાલે અને રમકડું ખેંચે ત્યારે તેની પ્રશંસા કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: એકંદર મોટર કૌશલ્યને વધારે છે, કલ્પનાશીલ રમતને પ્રોત્સાહન આપે છે અને શારીરિક હિલચાલને પ્રોત્સાહન આપે છે



સૂવાના સમયની વાર્તા

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. સૂવાના સમય માટે ટૂંકી, સુખદ વાર્તાનો વિચાર કરો.
2. આરામદાયક અને શાંત જગ્યામાં બાળક સાથે સ્નગલ કરો.
3. સૌમ્ય અને અભિવ્યક્ત વાર્તા કહેવાનાં ટોનનો ઉપયોગ કરો.
4. જો ચિત્ર પુસ્તકનો ઉપયોગ કરો છો તો ચિત્રો તરફ નિર્દેશ કરો.
5. સૂવાના સમયનો સંકેત આપવા માટે શાંત શબ્દસમૂહ અથવા નિયમિત સાથે સમાપ્ત કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાના વિકાસ, ભાવનાત્મક જોડાણને પ્રોત્સાહન આપે છે અને સૂવાના સમયની નિયમિતતા સ્થાપિત કરે છે.



પડછાયાનો આનંદ લઈને રમો

જરૂરી સામગ્રી: પ્રકાશ સ્ત્રોત (દીવો અથવા ફ્લેશલાઇટ), સપાટ સપાટી

પગલાં:

1. ઝાંખા પ્રકાશવાળા રૂમમાં પ્રકાશનો સ્ત્રોત સેટ કરો.
2. તમારા હાથથી પડછાયાઓ બનાવી અથવા સરળ વસ્તુઓનો ઉપયોગ કરો.
3. બાળકને પડછાયાઓ જોવા અને અન્વેષણ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. પડછાયાના આંકડાઓનું નામ અને ચર્ચા કરો.
5. હળવા પડછાયાનો પીછો કરો અથવા પડછાયાના આંકડાઓને નામ આપો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: વિઝ્યુઅલ(દ્રશ્યતા) ટ્રેકિંગને વધારે છે, ઉત્તેજિત કરે છે કલ્પના, અને ક્રિયાપ્રતિક્રિયાને પ્રોત્સાહન આપે છે કારણ કે બાળક પડછાયાઓની જાદુઈ દુનિયાની શોધ કરે છે.



18 મહિના

સ્કિબલ્સ(કાગળ પર મન ફાવે એ લખવું) સાથે મજા

જરૂરી સામગ્રી: કેયોન/પેન્સિલ અને કાગળ

પગલાં:

1. બાળક સાથે બેસો અને જ્યારે તેઓ જુએ ત્યારે કાગળ પર લખાણ લખવા માટે કેયોનનો ઉપયોગ કરો.
2. બાળકને કોઈપણ રીતે અને કોઈપણ હાથમાં કેયોન પકડવાની મંજૂરી આપો.
3. કોઈપણ પ્રકારના ગુણ માટે બાળકની પ્રશંસા કરો!
4. આનંદ કરો અને બાળકને અનુસરવા માટે વિવિધ આકારો બનાવો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ઉત્તમ મોટર કુશળતાને પ્રોત્સાહિત કરે છે અને સર્જનાત્મક અભિવ્યક્તિનો પરિચય આપે છે.



શરીરના ભાગોની શોધ

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બાળક સાથે આરામદાયક અને રમતિયાળ સ્થિતિમાં બેસો.
2. બાળકને પૂછો, “તારો હાથ ક્યાં છે? તારું નાક ક્યાં છે?”
3. બાળકને શરીરના ઉલ્લેખિત ભાગો તરફ નિર્દેશ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. સ્મિત અને વખાણ સાથે હકારાત્મક મજબૂતીકરણનો ઉપયોગ કરો.
5. ધીમે ધીમે શરીરના નવા અવયવોનો પરિચય આપતા પ્રવૃત્તિનું પુનરાવર્તન કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાના વિકાસને પ્રોત્સાહન આપે છે કારણ કે બાળક શરીરના ચોક્કસ અંગો સાથે મનોરંજક અને આકર્ષક રીતે શબ્દોને જોડે છે.



આનંદકારક ગીતનો સમય

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. એક સરળ અને પ્રસન્ન ગીત પસંદ કરો.
2. રમતિયાળ સ્થિતિમાં બાળક સાથે બેસો અથવા ઊભા રહો.
3. પસંદ કરેલા ગીતને ઉત્સાહ અને આનંદ સાથે ગાઓ.
4. વધારાના આનંદ માટે હાથની હલનચલન અથવા તાળીઓનો સમાવેશ કરો.
5. બાળકને જોડાવા માટે પ્રોત્સાહિત કરીને અથવા હાલભાવની નકલ કરીને તેને જોડો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાને પ્રોત્સાહિત કરે છે ગીત દ્વારા વિકાસ, અને માતા-પિતા અને બાળક વચ્ચેના જોડાણને મજબૂત બનાવે છે કારણ કે તેઓ એક સાથે સંગીતના આનંદમાં ભાગ લે છે.



સ્પર્શ કરો અને લાવો

જરૂરી સામગ્રી: ૩ સામાન્ય અને સલામત વસ્તુઓ (દા.ત., જૂતા, કપ, બોલ)

પગલાં:

1. ઘરમાં ૩ વસ્તુઓ વિશે વિચારો કે જે બાળકને સરળતાથી મળી શકે, જેમ કે જૂતા, કપ અથવા બોલ.
2. બાળક સાથે બેસો અને બાળકને દરેક વસ્તુ તમારી પાસે લાવવાનું કહેતી રમત રમો.
3. જ્યારે બાળકને યોગ્ય વસ્તુ મળે ત્યારે તેની પ્રશંસા કરો.
4. બાળકને દરેક વસ્તુનું નામ કહેવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો, જ્યારે તેઓ આમ કરે ત્યારે વખાણ કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: એકંદર મોટર કૌશલ્યને વધારે છે, વસ્તુની ઓળખને પ્રોત્સાહન આપે છે અને ભાષાના વિકાસને પ્રોત્સાહિત કરે છે



એકસાથે સફાઈ

જરૂરી સામગ્રી: બાળ-સુરક્ષિત સફાઈ પુરવઠો, નાનું કાપડ અથવા સ્પોન્જ

પગલાં:

1. તમારા ઘરના કામકાજ દરમિયાન બાળકને તમારી સાથે જોડાવા માટે આમંત્રિત કરો.
2. તેમને બાળ-સુરક્ષિત સફાઈ પુરવઠો અને એક નાનું કાપડ અથવા સ્પોન્જ પ્રદાન કરો.
3. સકારાત્મક શબ્દોનો ઉપયોગ કરીને રમતિયાળ રીતે સફાઈ ક્રિયાઓ દર્શાવો.
4. બાળકને મનોરંજક અને નાટકની રીતે ક્રિયાઓની નકલ કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
5. તેને નિયમિત બનાવો, ઘરના કામોને રમતિયાળ અને અસપરસ ક્ષણોમાં ફેરવો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: બાળકને ઘરની દિનચર્યામાં એકીકૃત કરે છે, જવાબદારીને પ્રોત્સાહિત કરે છે અને કલ્પનાશીલ રમતને પ્રોત્સાહન આપે છે.



ખોલો અને બંધ કરો

જરૂરી સામગ્રી: ઢાંકણ સાથે ખાલી બોક્સ અથવા જાર

પગલાં:

1. સુરક્ષિત ઢાંકણ સાથે મજબૂત બોક્સ અથવા જાર આપો.
2. બોક્સ અથવા જાર ખોલવાનું અને બંધ કરવાનું દર્શાવો.
3. બાળકને ક્રિયાનું અનુકરણ કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
4. તેમના પ્રયત્નોની પ્રશંસા કરવા માટે સકારાત્મક શબ્દોનો ઉપયોગ કરો.
5. વધારાની શોધ માટે અંદર નાની, સલામત વસ્તુઓ મૂકી.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ઉત્તમ મોટર કૌશલ્યને વધારે છે, કારણ અને અસરની પરિચય આપે છે અને સંવેદનાત્મક સંશોધનને પ્રોત્સાહન આપે છે.



19 મહિના

મોટા અને નાના વર્તુળ સાથે મેળ(મેચ) કરો

જરૂરી સામગ્રી: કાગળ અથવા કાર્ડબોર્ડ મોટા વર્તુળ અને નાના વર્તુળના આકારમાં કાપવામાં આવે છે.

પગલાં:

1. કાગળ અથવા કાર્ડબોર્ડના ૨ ટુકડાઓ પર મોટા વર્તુળની રૂપરેખા અને નાનું વર્તુળ દોરવા માટે કપ અથવા બાઉલનો ઉપયોગ કરો.
2. કાગળના કોઈપણ એક ટુકડામાંથી વર્તુળો કાપો.
3. 'મોટા વર્તુળ' અને 'નાનું વર્તુળ' શબ્દોનો ઉપયોગ કરીને દરેક વર્તુળનું વર્ણન કરો.
4. કાગળ પર વર્તુળોની ટોચ પર કાપેલા વર્તુળોને કેવી રીતે મૂકવું તે બાળકને કાળજીપૂર્વક બતાવો.
5. બાળકને એક સમયે એક વર્તુળ મૂકવા કહો.
6. જ્યારે બાળક તેને યોગ્ય રીતે મૂકે ત્યારે તેની પ્રશંસા કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: જ્ઞાનાત્મક વિકાસને પ્રોત્સાહન આપે છે સરળ ક્રિયાઓ ઉકેલવા દ્વારા અને મોટા, નાના અને વર્તુળ જેવા નવા શબ્દો શીખીને શબ્દસંડોળ સુધારે છે.



સમાન વસ્તુઓનું વર્ગીકરણ

જરૂરી સામગ્રી: 2 વિવિધ વસ્તુઓના 4 ટુકડાઓ (જેમ કે 4 કપ અને 4 ચમચી અથવા 4 પાંદડા અને 4 વાકડીઓ)

પગલાં:

1. બાળક સાથે બેસો અને તેને વસ્તુઓ સાથે રમવા દો.
2. બાળકને બતાવો કે કપ કેવી રીતે 'સમાન' છે અને ચમચી 'સમાન' છે (અથવા પાંદડા અને વાકડીઓ).
3. વસ્તુઓને મિક્સ કરો અને બાળકને બધી 'સમાન' વસ્તુઓ એકસાથે મૂકવા કહો.
4. જ્યારે બાળક આવું કરે ત્યારે તેની પ્રશંસા કરો અને વિવિધ વસ્તુઓ સાથે પુનરાવર્તન કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: જ્ઞાનાત્મક કૌશલ્યોને વધારે છે, વર્ગીકરણની વિભાવના રજૂ કરે છે અને સમસ્યાનું નિરાકરણ પ્રોત્સાહન આપે છે



શુભેચ્છાઓ અને ક્રિયાઓ

સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. તમારા નામની ક્રિયાઓ કરવા બાળકને પ્રોત્સાહિત કરો.
2. થોડે દૂર ચાલી અને બાળકને 'બાય-બાય' કરવા માટે કહો.
3. બાળકને એક વસ્તુ આપો અને જુઓ કે શું તેઓ 'આભાર' કહે છે.
4. બાળકને 'તાળીઓ મારવા' કહો, જ્યારે પણ બાળક ક્રિયાઓને યોગ્ય રીતે અનુસરે છે ત્યારે તેની પ્રશંસા કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: અનુકરણ અને ક્રિયાની સમજને પ્રોત્સાહન આપે છે, ભાષાના વિકાસને પ્રોત્સાહિત કરે છે અને ક્રિયા શબ્દો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીને મજેદાર અને ઇન્ટરેક્ટિવ પ્લેટાઇમ બનાવે છે.



એકસાથે સાફ કરવું

જરૂરી સામગ્રી: સાવરણી, સૂપડી, કચરા પેટી

પગલાં:

1. તમારા બાળકને ઘરમાંની સાફસફાઈ માટે તમારી સાથે જોડાવા માટે આમંત્રિત કરો, "સાથે મળીને સાફ કરવાનો સમય આવી ગયો છે!" એમ કહો
2. જ્યારે તમે ઝાડુ કરો ત્યારે બાળકને સૂપડી પકડી રાખવા કહો.
3. તેમને ગંદકી કચરા પેટીમાં ફેંકવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો
4. એકબીજા માટે સૂપડી પકડવાનો ટર્ન રાખો.
5. જો જરૂરી હોય તો બાળકને હકારાત્મક રીતે શિસ્ત આપો, મદદ કરવાના મહત્વ પર ભાર મૂકવો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: બાળકને રોજિંદામાં સામેલ કરો કામકાજ કરે છે અને સ્વચ્છતા અને સહકાર પ્રત્યે સકારાત્મક વલણ કેળવે છે, મૂલ્યવાન જીવન કૌશલ્યોને પ્રોત્સાહન આપે છે.



દરવાજા ખોલવા અને બંધ કરવા

જરૂરી સામગ્રી: બાળકો માટે સુરક્ષિત દરવાજો અથવા કબાટ

પગલાં:

1. બાળકો માટે સુરક્ષિત દરવાજો અથવા અલમારી પસંદ કરો.
2. દરવાજો ખોલવાનું અને બંધ કરવાનું દર્શાવો.
3. બાળકને ક્રિયાનું અનુકરણ કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
4. તેમના પ્રયત્નોની પ્રશંસા કરવા માટે સકારાત્મક શબ્દોનો ઉપયોગ કરો.
5. તેને "ખોલવું" અને "બંધ કરવું" ની રમતિયાળ રમતમાં ફેરવો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ઉત્તમ મોટર કૌશલ્યોને વધારે છે, કારણ અને અસરનો પરિચય આપે છે અને અવકાશી જાગૃતિને પ્રોત્સાહન આપે છે.



ચાલો ઢોંગ/નાટક કરીએ - પ્રાણીઓ અને પક્ષીઓ

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. તમારા બાળકને ગમતા પ્રાણીઓ વિશે વાત કરો. પક્ષી અને બિલાડી માટે હાથનો ઉપયોગ કરો.
2. પ્રાણીઓના અવાજો એકસાથે બનાવો - ગર્જના, ચીંચી, મ્યાઉ!
3. તમારા બાળક સાથે ફ્લોર પર બેસો, પ્રાણીઓ હોવાનો નાટક કરો.
4. એકસાથે રમતા હસવાથી ભરપૂર સમય પસાર કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: કલ્પનાને ઉત્તેજિત કરે છે, શબ્દો બનાવે છે અને સરળ અને મૈત્રીપૂર્ણ પ્રાણી રમત દ્વારા આનંદ લાવે છે.



21 મહિના

ઉપર અને નીચે

જરૂરી સામગ્રી: વિવિધ વસ્તુઓ, એક કન્ટેનર

પગલાં:

1. બાળકને વિવિધ વસ્તુઓનું અન્વેષણ કરવા દો.
2. બાળકને 'ટોચ પર' અને 'નીચે' જવા શબ્દોનો ઉપયોગ કરીને વસ્તુઓને ઉપર અને કન્ટેનરની નીચે કેવી રીતે મૂકવી તે બતાવો.
3. જ્યારે તમે 'ટોચ પર' અને 'નીચે' શબ્દો બોલો ત્યારે બાળકને સ્વતંત્ર રીતે ક્રિયાઓની નકલ કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
4. જ્યારે બાળક સફળતાપૂર્વક યોગ્ય સ્થાને વસ્તુઓ મૂકે છે ત્યારે તેની ઉત્સાહપૂર્વક પ્રશંસા કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: 'ટોચ પર' અને 'નીચે'ની વિભાવનાઓ રજૂ કરે છે અને બાળકને વર્ગીકરણ અને અવકાશી સમજણમાં સક્રિયપણે જોડાવા દે છે, જ્ઞાનાત્મક અને મોટર કુશળતા બંનેને પ્રોત્સાહન આપે છે.



કપ ટાવર

જરૂરી સામગ્રી: પ્લાસ્ટિક અથવા મેટલ કપ

પગલાં:

1. થોડા પ્લાસ્ટિક અથવા મેટલ કપ એકત્રિત કરો.
2. તેમને ટાવરમાં કેવી રીતે મૂકવું તે દર્શાવો.
3. એકસાથે ટાવર નીચે પાડીને ઉજવણી કરો.
4. બાળકને તમારી પાસે બોલ ફેંકવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
5. બાળક સાથે પ્રવૃત્તિની ચર્ચા કરો, પ્રશ્નો પૂછો અને વર્ણનાત્મક શબ્દોનો ઉપયોગ કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: મનોરંજક અને આકર્ષક પ્રદાન કરે છે બાળક માટે અનુભવ અને સંશોધન અને વાતચીતને પ્રોત્સાહિત કરે છે, તેમની આસપાસના ભૌતિક વિશ્વની સમજણને પ્રોત્સાહન આપે છે.



રિધમની(લય) નકલ કરો

સામગ્રી: પ્લાસ્ટિક કન્ટેનર, ચમચી, ચાવીઓ

પગલાં:

1. પ્લાસ્ટિકના કન્ટેનરની અંદર ચમચી અને ચાવીઓ મૂકીને ઘરગુથ્થી સાધનો બનાવો.
2. રસોઈ કરતી વખતે, અવાજો બનાવવા અને લય સ્થાપિત કરવા માટે કન્ટેનરને હલાવો.
3. ચોક્કસ લયમાં તાળી પાડો અને જો બાળક ઘરગુથ્થી સાધનો વડે બીટની નકલ કરવાનો પ્રયાસ કરે તો તેનું અવલોકન કરો.
4. બાળકને આગળ વળવા દો અને તમે તેમની લયને અનુસરો.
5. બાળકના ધ્યાન અને સર્જનાત્મકતાને પ્રોત્સાહિત કરીને, વિવિધ અવાજો અને પેટર્નની ચર્ચા કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: બાળકની સાંભળવાની ભાવનાને સંલગ્ન કરે છે, અવાજોની શોધને પ્રોત્સાહિત કરે છે, જ્ઞાનાત્મક વિકાસને પ્રોત્સાહન આપે છે અને અનન્ય પેટર્નની સમજણ આપે છે.



બુટનું વર્ગીકરણ અને મેયિંગ

જરૂરી સામગ્રી: 4 જુદા જુદા પુખ્ત કદના બુટ (મોટા) અને 4 જુદા જુદા બાળકોના કદના બુટ (નાના)

પગલાં:

1. એક ઢગલામાંથી પુખ્ત અને બાળકોના કદના જૂતા મિક્સ કરો.
2. બાળકને બતાવો કે બુટને 'મોટા' અને 'નાના'માં કેવી રીતે જુદા કરવા.
3. બુટોને ફરીથી મિક્સ કરો અને બાળકને એકલા તેમને જુદા કરવા માટે કહો.
4. જ્યારે બાળક 'મોટા' અને 'નાના' બુટો વચ્ચે યોગ્ય રીતે તફાવત કરે ત્યારે તેની પ્રશંસા કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: બાળકને રમતિયાળ વર્ગીકરણની રમતમાં જોડે છે અને જ્ઞાનાત્મક વિકાસને ઉત્તેજન આપતા, કદના અવલોકન અને તફાવતને પ્રોત્સાહિત કરે છે.



છુપાવો અને શોધો ઢીંગલી સાથે

જરૂરી સામગ્રી: ઢીંગલી અથવા સ્ટફડ રીંછ

પગલાં:

1. "ઢીંગલી ક્યાં છે?" પૂછતી વખતે ઢીંગલી છુપાવો.
2. તમારા બાળકને તે શોધવા દો, ઉત્તેજના પેદા કરો.
3. વખાણ કરો અને વધારાની મજા માટે ફરીથી રમત રમો.
4. એકાગ્રતામાં વધારો કરે છે, બુદ્ધિને જોડે છે અને કલ્પનાને પ્રોત્સાહન આપે છે.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: એકાગ્રતા અને કલ્પનાને વધારે છે, રમતિયાળ પદ્ધતિમાં જ્ઞાનાત્મક વિકાસને પ્રોત્સાહન આપે છે.



22 મહિના

એક બોલ સાથે રમો

જરૂરી સામગ્રી: નરમ બોલ અથવા વળેલા મોજાં

પગલાં:

1. નરમ બોલનો ઉપયોગ કરો અથવા મોજાંની જોડીને બોલમાં ફેરવો.
2. બાળકને રમવા માટે બોલ આપો.
3. 'થ્રોફેકો' શબ્દનો ઉપયોગ કરીને બાળક તરફ બોલ ફેંકો.
4. બાળકને તમારી પાસે બોલ ફેંકવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
5. બોલ સાથે મજા માણો, આગળ-પાછળની રમતનો આનંદ લો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સંવેદનાત્મક સંશોધન, સર્જનાત્મકતા અને રંગોની પરિચય વધારે છે.



રંગબેરંગી હાથ

જરૂરી સામગ્રી: કુમકુમ, હલ્દી અને અન્ય સલામત ઘરગથ્થુ રંગો, મોટા કાગળ અથવા કાર્ડબોર્ડ

પગલાં:

1. કેનવાસ માટે કાગળ અથવા કાર્ડબોર્ડનો મોટો ટુકડો મૂકો.
2. કુમકુમ અને હલ્દી જેવા બાળ-સુરક્ષિત ઘરગથ્થુ રંગો પ્રદાન કરો.
3. બાળકને તેમના હાથ ડૂબાડવા અને કેનવાસ પર રમતિયાળ રીતે રંગવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. રંગોનું વર્ણન કરવા અને સર્જનાત્મકતાની ઉજવણી કરવા માટે હકારાત્મક શબ્દોનો ઉપયોગ કરો.
5. બાળકને મુક્તપણે અન્વેષણ કરવા અને રંગો સાથે બનાવવાની મંજૂરી આપો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સંવેદનાત્મક સંશોધન, સર્જનાત્મકતા અને રંગોની પરિચય વધારે છે.



ચિત્ર પુસ્તક સાથે વાર્તા સમય

જરૂરી સામગ્રી: ચિત્ર પુસ્તક

પગલાં:

1. તમારા બાળકની ઉંમરને અનુરૂપ ચિત્ર પુસ્તક પસંદ કરો.
2. સાથે બેસો અને મોટેથી પુસ્તક વાંચો.
3. ચિત્રો તરફ નિર્દેશ કરો અને તેમને નામ આપો, બાળકને પુનરાવર્તન કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. વાર્તાની ચર્ચા કરો, પ્રશ્નો પૂછો અથવા વિચારો શેર કરો.
5. પુસ્તકમાંના ચિત્રો અથવા પાત્રોને વર્ગીતી વાર્તાઓ બનાવો.
6. એકસાથે વાંચવાના અરસપરસ અને આકર્ષક અનુભવનો આનંદ માણો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાના વિકાસને વધારે છે વાંચન અને નામકરણ દ્વારા, વાર્તા કહેવા દ્વારા જ્ઞાનાત્મક કૌશલ્યોને પ્રોત્સાહન આપે છે, પુસ્તકો અને વાંચન પ્રત્યે પ્રેમને પ્રોત્સાહન આપે છે.



પાણી સાથે રમો

સામગ્રી: પાણીની ડોલ, બાળકો માટે અનુકૂળ જ્વાસ અથવા કપ

પગલાં:

1. સુરક્ષિત રમતના ક્ષેત્રમાં પાણીથી ડોલ ભરો.
2. ભરવા અને રેડવા માટે બાળકો માટે અનુકૂળ જ્વાસ અથવા કપ પ્રદાન કરો.
3. બાળકને મુક્તપણે અન્વેષણ કરવા, રેડવા અને છાંટા પાડવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. પાણીની રમત અને તેમની ક્રિયાઓનું વર્ણન કરવા માટે હકારાત્મક શબ્દોનો ઉપયોગ કરો.
5. આનંદમાં જોડાઓ, તેને શેર કરેલ પાણીનું સાહસ બનાવીને.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: આ પાણી સાથે રમત પ્રવૃત્તિ સંવેદનાત્મક વિકાસ, ઉત્તમ મોટર કૌશલ્યો અને આનંદી શોધને પ્રોત્સાહન આપે છે, પાણી સાથેના સકારાત્મક સંબંધને પ્રોત્સાહિત કરે છે.



23 મહિના

ખોરાકનું વર્ણન

જરૂરી સામગ્રી: કોઈપણ ખોરાક (ફેળા, બાફેલા ઈંડા વગેરે)

પગલાં:

1. બાળકને કોઈપણ ખાદ્યપદાર્થો બતાવો, તેને સ્પર્શ કરવા અને અનુભવવા દો.
1. વર્ણન કરો અને પ્રશ્નો પૂછો જેમ કે “શું કેળાં, નરમ, મીઠા અને લપસણા છે?” અથવા “શું ઈંડું ગરમ અને સખત(કડક) છે?”
2. તમારા બાળકના પ્રતિભાવનું અવલોકન કરો અને તેમને પ્રતિધ્વિ આપવા અને બોલવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
3. તેમની શબ્દભંડોળ અને સમજણ બનાવવા માટે વધુ ખોરાકનો ઉપયોગ કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: વર્ણનાત્મક શબ્દોનો પરિચય, શબ્દભંડોળને વધારે છે, અને ભોજન સમયે અવલોકન અને સંચાર કૌશલ્યને પ્રોત્સાહિત કરે છે.



નામ: અવાજની પેટર્ન

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. અવાજની પેટર્ન બનાવો, ઉદાહરણ તરીકે, “કાવ... કાવ.”
2. આ અવાજની પેટર્ન બનાવીને તમારા બાળક સાથે રમો અને તેને પુનરાવર્તન કરવાનું કહો.
3. બાળકને નવી નવી પેટર્ન બનાવવા માટે પૂછો, અને તમે તેનું અનુકરણ કરો.
4. ઝડપથી જઈને અથવા વધુ અવાજો ઉમેરીને પડકાર વધારો.
5. સર્જનાત્મક અવાજ પેટર્ન સાથે આવતા ટર્ન લો.
6. એકસાથે ધ્વનિ સિમ્ફનીના રમતિયાળ વિનિમયનો આનંદ માણો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: શ્રાવ્ય ભેદભાવ કુશળતાને વધારે છે. ધ્વનિ ઉત્પાદનમાં સર્જનાત્મકતાને પ્રોત્સાહન આપે છે. ટર્ન-ટેકિંગ અને અરસપરસ રમતને પ્રોત્સાહિત કરે છે.



તે વાલ છે કે નહીં?

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. ઉદાહરણો બતાવીને અથવા વાલ વસ્તુઓ તરફ નિર્દેશ કરીને વાલ રંગનો પરિચય આપો.
2. રમુજી રીતે હકારાત્મક શબ્દો સાથે વાલ રંગનું વર્ણન કરો.
3. વિવિધ વસ્તુઓ માટે પૂછો, “વસ્તુ વાલ છે કે નહીં?”
4. બાળકને પ્રતિસાદ આપવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો, જો જરૂરી હોય તો સહાય પૂરી પાડો.
5. સાચા જવાબો માટે સકારાત્મક મજબૂતીકરણ પ્રદાન કરો અને જો તેઓને તે પડકારરૂપ લાગે તો હળવાશથી માર્ગદર્શન આપો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: રંગ ઓળખનો પરિચય આપે છે, જ્ઞાનાત્મક વિકાસને પ્રોત્સાહન આપે છે અને સક્રિય ભાગીદારીને પ્રોત્સાહિત કરે છે.



24 મહિના

નર્સરી કવિતા ગાઓ

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. એક સરળ અને આકર્ષક નર્સરી કવિતા પસંદ કરો.
2. આરામદાયક સ્થિતિમાં બાળક સાથે બેસો અથવા ઊભા રહો.
3. પસંદ કરેલ નર્સરી કવિતાને અભિવ્યક્ત અને લયબદ્ધ સ્વર સાથે ગાઓ.
4. વધુ આનંદ માટે હળવા હાવભાવ અથવા હલનચલનનો સમાવેશ કરો.
5. બાળકને જોડાવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો, કાં તો સાથે ગાઈને અથવા હાવભાવની નકલ કરીને.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાના વિકાસમાં વધારો કરે છે, લયની પ્રશંસાને પ્રોત્સાહન આપે છે અને વહીંચાથેલ અને આનંદકારક ગાયન દ્વારા બંધનને મજબૂત બનાવે છે.



હાથ ખોલવાનું ચેલેન્જ

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. તમારા હાથથી મુઠ્ઠી બનાવો, તેને વધુ યુસ્ત ન રાખો.
2. બાળકને તમારી મુઠ્ઠી ખોલવાનો પ્રયાસ કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
3. “હાથ ખોલો” અથવા કોઈપણ મનોરંજક સંકેતનો ઉપયોગ કરો.
4. બાળકને મુઠ્ઠી ખોલવાની વિવિધ રીતો શોધવા દો.
5. ઉત્સાહ અને પ્રોત્સાહન સાથે પ્રવૃત્તિનું પુનરાવર્તન કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: બાળક મુઠ્ઠી કેવી રીતે ખોલવી તે શોધી કાઢે છે તેમ સમસ્યાનું નિરાકરણ કરવા પ્રોત્સાહિત કરવા સાથે સારી મોટર કૌશલ્ય અને આંગળીની તાકાતમાં વધારો કરે છે.



ચાલો બહાર ચાલીએ

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. તમારા બાળકને બહાર ફરવા લઈ જાઓ.
2. આસપાસની વિવિધ વસ્તુઓ વિશે નિર્દેશ કરો અને વાત કરો.
3. બાળકને તેઓ જ જુએ છે તેની સાથે સંકળાયેલા શબ્દોનું પુનરાવર્તન કરો.
4. કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
5. પ્રકૃતિ, વસ્તુઓ, રંગો અને કોઈપણ રસપ્રદ બાબતની ચર્ચા કરો.
6. તેને અરસપરસ વાર્તાલાપ બનાવો, પ્રશ્નો પૂછો અને અલોકનો શોર કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: અલોકન કૌશલ્યો અને આસપાસના વિશે જિજ્ઞાસાને પ્રોત્સાહન આપે છે, અરસપરસ સંચાર અને પુનરાવર્તન દ્વારા ભાષાના વિકાસને પ્રોત્સાહન આપે છે.



તે વાદળી છે કે નહીં?

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બાળકને વાલ રંગના વક્ષણોની યાદ અપાવીને, વાલ રંગની ફરી મુલાકાત કરીને પ્રારંભ કરો. તેઓ જે શીખ્યા છે તેની ઉજવણી કરો “તમે સાચા છો, આ વાલ છે!”
2. વાદળી રંગનો પરિચય આપો, ઉદાહરણો બતાવો અથવા વાદળી વસ્તુઓ તરફ નિર્દેશ કરો.
3. સકારાત્મક શબ્દો સાથે વાદળી રંગનું રમૂજી રીતે વર્ણન કરો.
4. વિવિધ વસ્તુઓ માટે પૂછો, “વસ્તુ વાદળી છે કે નહીં?”
5. બાળકને જવાબ આપવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો, વાલ રંગની તેમની સમજને મજબૂત કરો અને સાચા જવાબોને સ્વીકારો.
6. સાચા જવાબો માટે સકારાત્મક પ્રતિસાદ આપો અને જો તેઓને તે પડકારરૂપ લાગે તો હળવાશથી માર્ગદર્શન આપો.



પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: આ ક્રમિક રંગ પ્રવૃત્તિ અગાઉના શિક્ષણ પર આધારિત છે અને અગાઉના રંગને યાદ કરીને, રંગ ખ્યાલોની સર્વત્રાહી સમજને પ્રોત્સાહન આપીને જોડાણને પ્રોત્સાહન આપે છે.

નાટક કરવું: ફોન પર વાત કરવી

જરૂરી સામગ્રી: ખોટો ફોન અથવા રમકડાનો ફોન

પગલાં:

1. તમારા બાળક સાથે બેસો અને એક ખોટો ફોન અથવા રમકડાના ફોનનો પરિચય આપો, “ચાલો એકબીજા સાથે વાત કરવા માટે એક ખાસ ફોન વર્ણવો!”
2. ફોન કેવી રીતે પકડી રાખવો અને વાતચીત શરૂ કરવી તે દર્શાવો, “હિંગ, હિંગ! હેલો બેબી! તમે શું કરી રહ્યા છો?”
3. તમારા બાળકને પ્રતિભાવ આપવા માટે પ્રોત્સાહિત કરીને, સરળ શબ્દસમૂહોનો ઉપયોગ કરીને નાટકવાળા વાર્તાલાપમાં વ્યસ્ત રહો, “શું તમે કહી શકો કે ‘હું રમું છું’?”
4. તેમના નાટકવાળા સંદેશાવ્યવહારને સ્વીકારવા માટે સકારાત્મક શબ્દોનો ઉપયોગ કરો, “મને તમારા દિવસ વિશે સાંભળવું ગમે છે! તમે ફોન પર સારી વાત કરી રહ્યાં છો!”



પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: માતાપિતા અને બાળક વચ્ચે જોડાણ અને સંચારની ભાવનાને પ્રોત્સાહન આપે છે, તેમને પોતાને શેર કરવા અને વ્યક્ત કરવા માટે એક મજા અને સર્જનાત્મક જગ્યા પૂરી પાડે છે.

ઉપર અને નીચે નું અન્વેષણ

જરૂરી સામગ્રી: મજબૂત ખુરશી, પલંગ અથવા સોફા

પગલાં:

1. સુરક્ષિત જગ્યામાં મજબૂત ખુરશી, પલંગ અથવા સોફા મૂકી.
2. જો જરૂરી હોય તો તમારા બાળકને તમારી સહાયથી ફર્નિચર પર ચઢવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
3. હકારાત્મક શબ્દો અને સ્મિત સાથે તેમની સિદ્ધિની ઉજવણી કરો.
4. સલામતી પર ભાર મૂકતા તેમને નિયંત્રિત વંશમાં માર્ગદર્શન આપો.
5. આત્માવિશ્વાસ અને સંકલનને ઉત્તેજન આપતા પ્રવૃત્તિનું પુનરાવર્તન કરો.



પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સલામતતામાં શારીરિક પડકાર પૂરો પાડે છે પર્યાવરણ, શારીરિક પ્રવૃત્તિ પ્રત્યે સકારાત્મક વલણને પ્રોત્સાહન આપતી વખતે સંકલન અને સિદ્ધિની ભાવનાને પ્રોત્સાહન આપે છે.

પ્રવૃત્તિ: આકારો મેચ કરવા

જરૂરી સામગ્રી: કાગળ અથવા કાર્ડબોર્ડ, કેયોન્સ અથવા અન્ય રંગો

પગલાં:

1. કાગળ અથવા કાર્ડબોર્ડના બે ટુકડા પર ત્રિકોણ, વર્તુળ અને ચોરસ દોરો.
2. કાગળના કોઈપણ એક ટુકડામાંથી આકાર કાપો
3. તે ટોચ પર મૂકીને બાળકને આકારો સાથે મેચ કરવા કહો..
4. જો તેઓ મેળ ખાતા હોય તેમ બાળકને આકારોના નામ કહો.
5. બાળકને તે કેવી રીતે કરવું છે તે બતાવીને સમાન દેખાતા આકારો સાથે મેળ કરવાની ક્ષમતાને પોષવા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો.
6. બાળકને પોતાની જાતે પ્રયાસ કરવા પ્રોત્સાહિત કરો અને તેમની સર્જનાત્મકતા અને પ્રયત્નો માટે તેમની પ્રશંસા કરો



પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સરળ કોયડાઓ ઉકેલવા દ્વારા જ્ઞાનાત્મક વિકાસને પ્રોત્સાહન આપે છે અને નવા શબ્દો અને શબ્દસમૂહો જેમ કે આકારોના નામ, “એના ઉપર” “વગેરે શીખીને શબ્દસંડોળ સુધારે છે.

તે પીળો છે કે નહીં?

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. લાલ અને વાદળી રંગોની ફરી મુલાકાત કરીને, બાળકને તેમની વિશેષતાઓની યાદ અપાવીને પ્રારંભ કરો.
2. પીળા રંગનો પરિચય આપો, ઉદાહરણો બતાવીને અથવા પીળી વસ્તુઓ તરફ નિર્દેશ કરો.
3. સકારાત્મક શબ્દો સાથે પીળા રંગનું સ્પર્શ રીતે વર્ણન કરો.
4. વિવિધ વસ્તુઓ માટે પૂછો, “વસ્તુ પીળી છે કે નહીં?”
5. બાળકને જવાબ આપવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો, લાલ અને વાદળી વિશેની તેમની સમજને મજબૂત કરો અને સાચા જવાબો સ્વીકારો.
6. અગાઉ શીખેલા રંગોમાં સુધારો કરો, એમ કહીને, “તમે સાચા છો, આ લાલ છે! અને આ વાદળી છે!”

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: આ ક્રમિક રંગ પ્રવૃત્તિ અગાઉના શિક્ષણના પાયા પર નિર્માણ કરે છે, યાદ દ્વારા જોડાણને પ્રોત્સાહન આપે છે, અને રંગ ખ્યાલોની સારી રીતે પૂર્ણાકિત સમજ બનાવે છે.

તમારા બાળપણની વાર્તા કહેવી

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. તમારા બાળક સાથે આરામદાયક અને હૃદયની જગ્યામાં બેસો.
2. તમારા બાળપણની એક સરળ અને આકર્ષક વાર્તા શરૂ કરો.
3. વાર્તાને સાચી બનાવવા માટે અભિવ્યક્ત ટોન અને હાવભાવનો ઉપયોગ કરો.
4. બાળકને પ્રશ્નો પૂછવા અથવા તેમના વિચારો શરૂ કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
5. શું તેઓ બીજી વાર્તા સાંભળવા માગે છે તે પૂછીને વાર્તાનો સમય સમાપ્ત કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: માતાપિતા-બાળકના બંધનને પ્રોત્સાહન આપે છે, કલ્પનાને ઉત્તેજિત કરે છે અને ભાષાના વિકાસને પ્રોત્સાહન આપે છે.



26 મહિના

સંવેદનાત્મક રમત

જરૂરી સામગ્રી: રેતી અથવા માટી, કપ, ડોલ, કન્ટેનર

પગલાં:

1. રેતી અથવા કાદવ સાથે રમતનું ક્ષેત્ર સેટ કરો.
2. ટ્રાન્સફર કરવા માટે કપ અને ડોલ આપો.
3. બાળકને એક કન્ટેનરમાંથી બીજા કન્ટેનરમાં સામગ્રીને ભરવા અને ટ્રાન્સફરના(પાવ) કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. રેતી અથવા કાદવની રચના, લાગણી અને સંવેદનાઓની ચર્ચા કરો.
5. વિવિધ રેડવાની અને ભરવાની તકનીકોનું અન્વેષણ કરો.
6. અવ્યવસ્થિત અને આનંદપ્રદ સંવેદનાત્મક રમતનો સમય માણો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: દ્વારા સંવેદનાત્મક સંશોધનને વધારે છે સ્પર્શ કરો અને અનુભવો અને ભરીને અને રેડીને સારી મોટર કુશળતાને પ્રોત્સાહન આપે છે. રમત દરમિયાન સર્જનાત્મકતા અને કલ્પનાને પ્રોત્સાહિત કરે છે.

ચાલો સાથે ડાન્સ(નૃત્ય) કરીએ

જરૂરી સામગ્રી: સંગીત, રેડિયો

પગલાં:

1. રેડિયો પરથી સંગીત વગાડો.
2. બાળકના હાથ પકડો અને સાથે નૃત્ય કરો.
3. બાળકને તેમના માથા, પગ અને હાથને સંગીતની લયમાં ખસેડવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. નૃત્યને નિયમિત બનાવો અથવા સંગીતના બીટને અનુસરો.
5. ઘરના અન્ય સભ્યોને જોડાવા માટે આમંત્રિત કરો અને સાથે મળીને આનંદી ડાન્સ પાર્ટી કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: શારીરિક પ્રવૃત્તિ અને સંકલનને પ્રોત્સાહન આપે છે. લય અને સંગીતની જાગૃતિ વધારે છે.



લીલી રંગ શોધો અને રંગોનું પુનરાવર્તન કરવું

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. લાલ, વાદળી અને પીળા રંગોની ફરી મુલાકાત કરીને, બાળકને તેમની વિશેષતાઓની યાદ અપાવીને પ્રારંભ કરો.
2. લીલા રંગનો પરિચય આપો, ઉદાહરણો બતાવો અથવા લીલા વસ્તુઓ તરફ નિર્દેશ કરો.
3. સકારાત્મક શબ્દો સાથે લીલા રંગનું રમતિયાળ વર્ણન કરો.
4. વિવિધ વસ્તુઓ માટે પૂછો, “વસ્તુ લીલી છે કે નહીં”
5. બાળકને જવાબ આપવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો, અગાઉ શીખેલા રંગોની તેમની સમજને વધુ મજબૂત કરો અને સાચા જવાબો સ્વીકારો.
6. પહેલાના રંગોનું પુનરાવર્તન કરો, “તમે સાચા છો, આ લાલ છે! અને આ વાદળી છે! આ પીળો છે!”

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: આ પ્રવૃત્તિ બાળકના જ્ઞાનનું નિર્માણ કરવાનું ચાલુ રાખે છે, અગાઉ શીખેલા રંગોને યાદ કરીને સંવજ્ઞતાને પ્રોત્સાહન આપે છે અને રંગ ખ્યાલોની સર્વગ્રાહી સમજણમાં ફાળો આપે છે.



27 મહિના

પપ્પાની જેમ વર્તન કરવું

જરૂરી સામગ્રી: પિતાના પગરખાં(બુટ), કપડાં, એક કન્ટેનર, નાટક કરવા માટે ચમચો

પગલાં:

1. બાળક સાથે પપ્પા શું કરે છે તે વિશે વાત કરો.
2. બાળકને તેના જૂતા અને કપડાં પહેરીને પપ્પાની જેમ પોશાક પહેરવા(તૈયાર થવા દો)દો.
3. ભૂમિકા ભજવવાની પ્રવૃત્તિઓ, જેમ કે “પાપા રસોઈ કરી રહ્યા છે”
4. રોધવાનું નાટક કરવા માટે કન્ટેનરનો ઉપયોગ કરો.
5. એક વાસણમાં એક ખોટી ચમચી હલાવો છો એવું નાટક કરો .
6. સ્વાદિષ્ટ કાલ્પનિક વાનગીનો સ્વાદ લેવાનું નાટક કરો.
7. કાલ્પનિક રમતમાં જોડાઈને સાથે આનંદ કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: કલ્પનાશીલ રમત અને સર્જનાત્મકતાને પ્રોત્સાહિત કરે છે. સંભાળ રાખનાર અને બાળક વચ્ચેના સંબંધને મજબૂત બનાવે છે. રોજિંદા જીવનમાં વિવિધ ભૂમિકાઓ અને પ્રવૃત્તિઓની સમજને પ્રોત્સાહન આપે છે.



ઝડપી અને ધીમું

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. તમારા બાળકને તમારી સાથે ઝડપી અને ધીમી રેસ કરવા માટે પૂછો.
2. પ્રારંભિક રેખા શોધો અને એકસાથે ગણતરી કરો, પછી કહો “જાઓ!”
3. જેમ જેમ તમે દોડો તેમ, “ધીમું” અને જો તમારે બાળક તેની ઝડપને સમાયોજિત કરે છે કે કેમ તેનું નિરીક્ષણ કરો.
4. ગતિની સિદ્ધાંતની ચર્ચા કરીને આંતરે આંતરે “ઝડપી” અને “ધીમું” બોલો.
5. ગણતરી કરો કે તમે કેટલી વાર ઝડપથી દોડ્યા અને કેટલી વાર તમે ધીમા દોડ્યા.
6. રમતની ચર્ચા કરો અને દિશાઓ સાંભળવાના મહત્વને મજબૂત કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સાંભળવાનું અને દિશાઓનું પાલન કરવાનું શીખવે છે. ભાવનાત્મક અને હિંમત નિયંત્રણની પ્રેક્ટિસ કરવામાં પણ મદદ કરે છે.



વસ્તુઓ અને તેમના ઉપયોગો

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. અથવા 4 વસ્તુઓ વિશે વિચારો જે બાળક જાણે છે.
2. દરેક વસ્તુ તરફ નિર્દેશ કરો અને બાળકને તેનું નામ આપવા કહો.
3. દરેક વસ્તુનો ઉપયોગ સમજાવો, ઉદાહરણ તરીકે, “કપ. અમે કપમાંથી પાણી પીએ છીએ.”
4. બાળકને નામો અને ઉપયોગોનું પુનરાવર્તન કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
5. દરેક વસ્તુની ચર્ચા કરો, સમજણ અને શબ્દભંડોળના વિકાસને પ્રોત્સાહન આપો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: વસ્તુ ના નામકરણ દ્વારા શબ્દભંડોળને વધારે છે અને વસ્તુના કાર્યો અને ઉપયોગોની સમજને પ્રોત્સાહન આપે છે.



સ્મિત કરવું અને આંખ મટકાવવી

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

- બાળક તરફ સ્મિત કરો અને આંખ મટકાવો, તેને ઘણી વખત પુનરાવર્તન કરો.
- બાળકને અવલોકન કરવા પ્રોત્સાહિત કરો અને તમારું અનુકરણ કરવાનો પ્રયાસ કરો.
- ગણતરી કરો કે તમે એકસાથે કેટલી વખત સ્મિત કરો અને આંખ મટકાવો છો.
- દરેક પ્રયાસની પ્રશંસા અને સકારાત્મક પ્રતિસાદ સાથે ઉજવણી કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: બાળકને બિન-મૌખિક શીખવે છે

ચહેરાના હાવભાવ દ્વારા સંચાર. નિરીક્ષણ કુશળતા અને અનુકરણ કરવાની ક્ષમતાને વધારે છે. સ્મિત અને આંખ મટકાવવા દ્વારા જોડાણ અને વહેંચણી આનંદની ભાવનાને પ્રોત્સાહન આપે છે.



28 મહિના

મમ્મીની જેમ વર્તન કરો

જરૂરી સામગ્રી: મમ્મીની વસ્તુઓ જેમ કે પગરખાં, કપડાં વગેરે

પગલાં:

- રમતિયાળ રીતે મમ્મીની ભૂમિકા ધારો.
- મમ્મીની ક્રિયાઓ, હાવભાવ અને બોલવાની રીતનું અનુકરણ કરો.
- બાળકને એવી પ્રવૃત્તિઓમાં જોડો કે જે મમ્મીની નકલ કરે છે (બાળક માટે ગાય છે, ઘરની આસપાસ કામ કરે છે, ફ્રીજ પર વાત કરે છે, પુસ્તક વાંચે છે વગેરે)
- બાળકને નાટક કરવાની રમત જોવા અને તેમાં ભાગ લેવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
- એકસાથે અરસપરસ અને કલ્પનાશીલ અનુભવનો આનંદ માણો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: કલ્પનાશીલ રમત અને સર્જનાત્મકતાને પ્રોત્સાહન આપે છે. સંભાળ રાખનાર અને બાળક વચ્ચેના બોન્ડને મજબૂત બનાવે છે. બાળકને વિવિધ ભૂમિકાઓનું અવલોકન અને સમજવાની તક પૂરી પાડે છે.



પાણી ભરવું

જરૂરી સામગ્રી: ખાલી બોટલ, મગ, ડોલ, પાણી

પગલાં:

- ખાલી બોટલને સપાટ સપાટી પર મૂકો.
- મગને પાણીથી ભરો અને તેને બોટલમાં રેડો.
- બાળક સાથે પ્રક્રિયાની ચર્ચા કરો, "પાણીથી બોટલ ભરો."
- તમારી સહાયથી બાળકને મગમાંથી પાણી બોટલમાં રેડવા દો.
- વિવિધતાઓનું અન્વેષણ કરો જેમ કે એક અલગ રેડવાના અનુભવ માટે ડોલનો ઉપયોગ કરવો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: રેડવા દ્વારા મોટર કુશળતામાં વધારો થાય છે. પાણી સાથે સંવેદનાત્મક સંશોધનને પ્રોત્સાહન આપે છે. પ્રવૃત્તિની ચર્ચા દ્વારા ભાષાના વિકાસને પ્રોત્સાહિત કરે છે.



આજે આપણે શું કર્યું?

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

- સવારે ઉઠીને અને ડ્રેસિંગ વિશે ચર્ચા કરીને શરૂઆત કરો.
- પ્રવૃત્તિઓને દિવસના સમય સાથે જોડો, દિવસની ઘટનાઓ દ્વારા પ્રગતિ કરો.
- ખાવા, રમવા અને અન્ય પ્રવૃત્તિઓ વિશે વાત કરો.
- વધુ આકર્ષક અનુભવ માટે બાળક સાથે ક્રિયાઓ કરો.
- રાત્રે સૂવા જતાં ચર્ચા કરીને નિષ્કર્ષ કાઢો.
- બાળકને દરેક પ્રવૃત્તિ વિશે તેમના અનુભવો અને વિચારો શેર કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: દૈનિક નિયમિત ચર્ચાઓ દ્વારા ભાષાના વિકાસમાં વધારો કરે છે. સમયની જાગૃતિ અને ઘટનાઓના અનુક્રમને પ્રોત્સાહન આપે છે. ભૂમિકા ભજવવા અને વાતચીત દ્વારા અરસપરસ શિક્ષણને પ્રોત્સાહન આપે છે.



મને શોધવા માટે સંકેતો

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બાળકને સંતાકૂડી રમવા માટે આમંત્રિત કરો.
2. જ્યારે તમે ગણતરી કરો ત્યારે બાળકને છુપાવવા માટે કહો.
3. સંકેતો આપતી વખતે બાળકને શોધો, જેમ કે “હું દરવાજા પાસે હસવું સાંભળી શકું છું.”
4. તમારી શોધને માર્ગદર્શન આપવા માટે વર્ણનાત્મક ભાષાનો ઉપયોગ કરો.
5. જ્યારે તમને બાળક મળે ત્યારે ઉત્સાહ સાથે ઉજવણી કરો.
6. ભૂમિકાઓ બદલી અને જ્યારે તમે તેને શોધો ત્યારે બાળકને છુપાવવા દો.
7. બાળકને સંકેતો આપવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સમસ્યાનું નિરાકરણ કરવાની કુશળતા વિકસાવે છે, છુપાવતી વખતે આત્મ-નિયંત્રણ અને ધીરજને પ્રોત્સાહન આપે છે. પ્રક્રિયા કરે છે અને વર્ણનાત્મક સંકેતો દ્વારા ભાષાના વિકાસને વધારે છે.



29 મહિના

કાદવનો માસ્ટરપીસ

જરૂરી સામગ્રી: ઘરની બહારનો કાદવ પેય અથવા નરમ માટી

પગલાં:

1. ઘરની બહાર કાદવ અથવા માટીનો યોગ્ય પેય શોધો
2. બાળક સાથે બેસો અને આંગળીઓનો ઉપયોગ કરીને કાદવમાં ડેવી રીતે દોરવું તે બતાવો.
3. બાળકને અન્વેષણ કરવા અને તેમના પોતાના હાથની કાદવપર ચિત્ર બનાવવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. તમે એકસાથે દોરી ત્યારે આકારો, રેખાઓ અથવા પેટર્ન વિશે વાત કરો
5. બાળકને આંગળીઓની વિવિધ હિલચાલ સાથે પ્રયોગ કરવા દો.
6. ઉત્સાહ સાથે તેમની કાદવવાળી માસ્ટરપીસની ઉજવણી કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સ્પર્શ અને રચના દ્વારા સંવેદનાત્મક સંશોધનને વધારે છે, આંગળી દોરવા દ્વારા સર્જનાત્મકતા અને ઉત્તમ મોટર કુશળતાને પ્રોત્સાહન આપે છે.



એકસાથે ગાવું અને હસવું

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. મનપસંદ બાળગીત પસંદ કરો.
2. ઉત્સાહ સાથે બાળકને નર્સરી કવિતા ગાયો.
3. બાળકને તાળીઓ પાડવા, હલનચલન કરવા અથવા સરળ ક્રિયાઓ સાથે જોડાવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. નર્સરી કવિતાને પુનરાવર્તિત કરો, જો શક્ય હોય તો બાળકને સાથે ગાવા માટે આમંત્રિત કરો.
5. તેને આનંદકારક અને ઇન્ટરેક્ટિવ અનુભવ બનાવો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાના વિકાસને વધારે છે, બંધનને પ્રોત્સાહન આપે છે અને ધૂન અને કવિતાના સંપર્ક દ્વારા જ્ઞાનાત્મક વિકાસને પ્રોત્સાહિત કરે છે.



હું કયો પ્રાણી છું?

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બિલાડી જેવું પ્રાણી પસંદ કરો અને તેની વિશેષતાઓ વિશે વાત કરો, દા.ત., “બિલાડી પાસે મૂછી અને વાંબી પૂંછડી છે.”
2. બાળકને મૂછી બતાવવા માટે તમારા હાથનો ઉપયોગ કરો.
3. પ્રાણી સાથે સંકળાયેલા અવાજો બનાવો, દા.ત., બિલાડી માટે “મ્યાઉ”.
4. બાળક સાથે ફ્લોર પર જાઓ અને પસંદ કરેલ પ્રાણી હોવાનો નાટક કરો, તેની હિલચાલની નકલ કરો.
5. બાળકને અવાજો અને ક્રિયાઓનું અનુકરણ કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: પ્રાણીઓના વર્ણન દ્વારા ભાષાના વિકાસમાં વધારો રે છે, મિમિક્રી અને અવાજો દ્વારા સંવેદનાત્મક સંશોધનને પ્રોત્સાહન આપે છે અને સર્જનાત્મકતા અને કલ્પનાશીલ રમતને પ્રોત્સાહન આપે છે.



કોયડો ઉઠેલવો

જરૂરી સામગ્રી: કાગળ અથવા કાર્ડબોર્ડ, ચિત્રકામના વાસણો, કાતર

પગલાં:

1. કાગળ અથવા કાર્ડબોર્ડના ટુકડા પર સ્ટીકમેન દોરો.
2. કાગળને ત્રણ ટુકડાઓમાં કાપો - ટોચ (માથું), મધ્ય (શરીર), અને નીચે (પગ).
3. સમજાવો કે માથું ઉપર જાય છે, શરીર મધ્યમાં છે અને પગ તળિયે છે.
4. ટુકડાઓને ખેંચો અને બાળકને ફરીથી એકસાથે મૂકવા માટે કહો જેથી તે માથેસને ફરીથી બનાવે.
5. જ્યારે બાળક તેના ટુકડાને યોગ્ય રીતે ફિટ કરે ત્યારે તેની પ્રશંસા કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સમસ્યા હલ કરવાની કુશળતાને વધારે છે, જ્યારે સારા મોટર કૌશલ્ય વિકસાવવા અને શરીરના અંગો પ્રત્યે જાગૃતિ વિકસાવવી.



30 મહિના

એક જાદુઈ તંબુ

જરૂરી સામગ્રી: બે મજબૂત ખુરશીઓ, એક ઘાબળો, ચાદર અથવા ટુવાલ

પગલાં:

1. તંબુ બનાવવા માટે બે મજબૂત ખુરશીઓને ઘાબળો અથવા ટુવાલ વડે ઢાંકી દો.
2. બાળકને આ ખાસ ઘરની અંદર આમંત્રિત કરો અને તેને રમતો માટે આરામદાયક જગ્યા બનાવો.
3. બાળકને કાલ્પનિક રમત માટે અંદર રમકડાં લાવવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. સાથે મળીને, આ વિશિષ્ટ સ્થાનને મનોરંજક અને સર્જનાત્મક નામ આપો.
5. એકસાથે તંબુની અંદર રમતો, વાર્તાઓ અને પ્રવૃત્તિઓનું અન્વેષણ કરો.



પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: કલ્પનાશીલ રમત અને સર્જનાત્મકતાને પ્રોત્સાહન આપે છે અને સંશોધન માટે આરામદાયક અને જાદુઈ જગ્યા બનાવે છે.

એકસાથે કપડાં ફોલ્ડ કરવા (ધડી કરવા)

જરૂરી સામગ્રી: સ્વચ્છ કપડાં

પગલાં:

1. ફોલ્ડિંગ(ધડી કરવા) માટે સ્વચ્છ કપડાં ભેગા કરો.
2. બાળક સાથે બેસો અને કપડાં કેવી રીતે ફોલ્ડ કરવા તે બતાવો.
3. કપડાંનો ટુકડો ફોલ્ડ કરીને બાળકને અનુકરણ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. લોન્ડ્રીમાં મદદ કરવામાં તેમના પ્રયત્નોની પ્રશંસા કરો અને ઉજવણી કરો.
5. રંગો અને કપડાંના પ્રકારો વિશે વાત કરીને તેને મનોરંજક અને ઇન્ટરેક્ટિવ પ્રવૃત્તિ બનાવો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ફોલ્ડ કરવા દ્વારા સારા મોટર કુશળતાને વધારે છે અને દૈનિક કાર્ય દરમિયાન સહયોગ અને બંધનને પ્રોત્સાહન આપે છે.



કામ પર શું થાય છે

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. મમ્મા કે પપ્પા કામ પર શું કરે છે તે બાળક સાથે શેર કરો.
2. કાર્યો સમજાવવા માટે સરળ ભાષાનો ઉપયોગ કરો, ઉદાહરણ તરીકે, ખેતી.
3. બીજ વાવવા, જમીનને પાણી આપવું અને નીંદણ દૂર કરવા જેવી પ્રવૃત્તિઓ વિશે વાત કરો.
4. બાળકને પ્રશ્નો પૂછવા અથવા કેટલીક ક્રિયાઓની નકલ કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
5. હાવભાવ અને ઉત્સાહનો સમાવેશ કરીને તેને આકર્ષક બનાવો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષાના વિકાસને વધારે છે

વાર્તા કહેવા દ્વારા અને જિજ્ઞાસા અને કલ્પનાશીલ રમતને પ્રોત્સાહન આપે છે કારણ કે બાળક તેની આસપાસની દુનિયા વિશે શીખે છે.



આ કોનું છે?

જરૂરી સામગ્રી: વિવિધ પરિચિત વસ્તુઓ (ઓક શાર્ટ, ઘડિયાળ, ફોન)

પગલાં:

1. બાળકને એક પછી એક વિવિધ વસ્તુઓ બતાવો
2. દરેક પદાર્થ માટે પૂછો, “આ કોનું છે?”
3. બાળકને ઓળખવા અથવા માલિક તરફ નિર્દેશ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો (દા.ત., “મમ્મીનો ફોન,” “પપ્પાના બુટ”)
4. બાળકને પૂછો કે વ્યક્તિ તેની સાથે શું કરે છે - પપ્પા ઘરેથી બહાર જતા પહેલા બુટ પહેરે છે
5. તેમના પ્રતિભાવોની પ્રશંસા કરો અને ખાતરી કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: બાળકને પદાર્થ, વ્યક્તિઓ અને તેમની ક્રિયાઓ વચ્ચે જોડાણ કરવા સક્ષમ બનાવીને જ્ઞાનાત્મક વિકાસને પ્રોત્સાહન આપે છે. તે ઓળખ અને નામકરણ દ્વારા ભાષાના વિકાસને પણ સક્ષમ કરે છે.



સ્પર્શ કરવો અને નામ બોલવું ચેલેન્જ

જરૂરી સામગ્રી: ઘરની વસ્તુઓ (દા.ત., દરવાજો, પલંગ, ખુરશી, ટેબલ)

પગલાં:

1. ઘરની 3 અથવા 4 સરળતાથી સુલભ વસ્તુઓના નામ આપો.
2. બાળકને સ્પર્શ કરવા કહો અને
3. દરેક પદાર્થના નામનું પુનરાવર્તન કરવા કહો.
4. જ્યારે બાળક યોગ્ય રીતે સ્પર્શ કરે છે અને તેને યોગ્ય નામ આપે છે ત્યારે તેની પ્રશંસા કરો.
5. ભૂમિકાઓ બદલી અને બાળકને તમારા માટે સ્પર્શ કરવા અને નામ આપવા માટે વસ્તુઓ પસંદ કરવા દો.
6. સાથે સમય અને શીખવાનો આનંદદાયક સમય પસાર કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: શબ્દભંડોળ અને વસ્તુ ઓળખવાની કુશળતાને વધારે છે.



31 મહિના

સ્ક્રિબલિંગ(ગમે તેમ લખવું) મજા

જરૂરી સામગ્રી: ક્રેયોન અથવા પેન્સિલ, કાગળ

પગલાં:

1. બાળકને ક્રેયોનનો ઉપયોગ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો અને આપના કાગળ પર સ્ક્રિબલિંગ(ગમે તેમ લખો) કરો.
2. બીજો ક્રેયોન લો અને ગોળાકાર સ્ક્રિબલિંગ બનાવવાનું નિર્દેશન કરો.
3. બાળકને તેના પોતાના ગોળાકાર માર્ક બનાવીને અનુકરણ કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
4. કાગળ પર ગોળાકાર માર્ક બનાવવા માટે બાળકની પ્રશંસા કરો.

જરૂરી સામગ્રી: સ્ક્રિબલિંગ સારા મોટર કૌશલ્યને વધારે છે અને મૂળભૂત આકારો અને પેટર્નનો પરિચય આપે છે.



કપડાંને નામ આપો

જરૂરી સામગ્રી: બાળક અને પરિવારના સભ્યોના કપડાં

પગલાં:

1. બાળકને તેણે પહેરેલા કપડાંનું નામ આપવામાં મદદ કરો.
2. જ્યારે તમે તેનું નામ બોલો ત્યારે બાળકને કપડાંનો દરેક ટુકડો બતાવવા માટે કહો.
3. જો બાળક સક્ષમ હોય, તો તેને કપડાંની દરેક વસ્તુનું નામ આપવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. હાથ ફાય અથવા વખાણ સાથે સાચા જવાબોની ઉજવણી કરો.
5. તમારા પોતાના કપડાં તરફ નિર્દેશ કરો અને જુઓ કે બાળક તેમના નામ ઓળખી શકે છે.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: કપડાંની વસ્તુઓથી સંબંધિત શબ્દભંડોળને મજબૂત બનાવે છે અને રોજિંદા વસ્તુઓની ઓળખ અને સમજણને પ્રોત્સાહન આપે છે.



સરખા રંગોની રમત

જરૂરી સામગ્રી: વાલ, વાદળી અને પીળા રંગમાં રંગબેરંગી વસ્તુઓ અથવા કાડર્સ

પગલાં:

1. વાલ, વાદળી અને પીળા રંગમાં વસ્તુઓ અથવા કાડર્સ એકત્ર કરો.
2. દરેક રંગ બતાવો અને તેનું નામ કહો.
3. બાળકને સમાન રંગની વસ્તુઓ સાથે મેચ કરવા કહો.
4. જ્યારે બાળક સફળતાપૂર્વક વાલ સાથે વાલ, વાદળી સાથે વાદળી અને પીળા સાથે પીળા રંગને સફળતાપૂર્વક મેચ કરે ત્યારે ઉજવણી કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: રંગ ઓળખ વિકસાવે છે અને મેચિંગ દ્વારા જ્ઞાનાત્મક ક્ષમતાઓને વધારે છે.



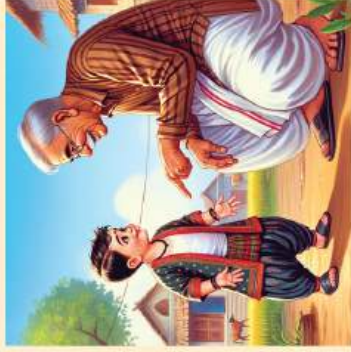
32 મહિના

દાદાની જેમ વર્તન કરો

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. દાદા દાદી જે વિવિધ વસ્તુઓ કરે છે તેના વિશે બાળક સાથે વાત કરો.
2. બાળકને તેમના પગરખાં અને કપડાં પહેરીને દાદા-દાદીની જેમ તૈયાર થવા દો.
3. ભૂમિકા ભજવવાની પ્રવૃત્તિઓ, જેમ કે “દાદા ગાયોને ખવડાવી રહ્યા છે”
4. એવી વસ્તુઓ કહો જે દાદા સામાન્ય રીતે કહે છે અથવા વાર્તાઓ જે દાદી સામાન્ય રીતે કહે છે.
5. કાલ્પનિક રમતમાં જોડાઈને સાથે મજા કરો!



પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: કલ્પનાશીલ રમત અને સર્જનાત્મકતાને પ્રોત્સાહન આપે છે. સંભળ રોખનાર અને બાળક વચ્ચેના બોન્ડને મજબૂત બનાવે છે. વાર્તા કહેવા અને ભૂમિકા ભજવવા દ્વારા ભાષાના વિકાસને પ્રોત્સાહન આપે છે.

ચાલો એકસાથે સાયકલ ચલાવીએ

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. કાલ્પનિક સ્ટીયરીંગ વ્હીલ પકડીને, હોર્ન વગાડીને અને એન્જિનના અવાજો કરીને ટૂક ડાઈવર હોવાનો નાટક કરો.
2. જ્યારે તમે “ડાઇવ કરો(ટૂક હાંકો છો)” ત્યારે બાળકને તમારી પાછળ આવવા દો.
3. બજાર અથવા કુકન જેવા સ્થળોનો ઉલ્લેખ કરીને તમારી મુસાફરી વિશે વાત કરો.
4. ‘ઝડપી/ધીમી’, ‘ડાબે/જમણે’, ‘વાંબા/ટૂંકા જેવા શબ્દોનો ઉપયોગ કરો અને શાકભાજી લેવાનું નાટક કરો.
5. ભૂમિકાઓ અદલાબદલી કરો. જ્યારે તમે પાછળ જાવ છો ત્યારે બાળકને ડાઇવર બનવા દો.
6. બાળકને તેમની મુસાફરીનું વર્ણન કરવા અને આનંદ માણવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો!



પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: કલ્પનાશીલ રમત અને સર્જનાત્મકતાને પ્રોત્સાહિત કરે છે. વાર્તા કહેવા અને ભૂમિકા ભજવવા દ્વારા ભાષા કૌશલ્યને વધારે છે. દિશાત્મક ખ્યાલો અને જગ્યાના જાગૃતિની સમજને પ્રોત્સાહન આપે છે.

પ્રકૃતિ વાર્તા સમય

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બહાર હોય ત્યારે, બાળકને ખડકો, વૃક્ષો, પ્રાણીઓ વગેરેનું અવલોકન કરવા માટે કહો.
2. પ્રિય વાર્તાનું વર્ણન કરવા અથવા મનપસંદ ગીત ગાવા માટે આ કુદરતી તત્વોનો ઉપયોગ કરો.
3. દાખલા તરીકે, આસપાસના વાતાવરણનો ઉપયોગ કરીને “તરસેલો કાગળો” અથવા અન્ય પ્રાણી મિત્રોની વાર્તા કહો.
4. બાળકને તેઓ ઓળખે છે તે વસ્તુઓ અને પ્રાણીઓ પર તેમના વિચારો શેર કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
5. પરિચિત તત્વો વિશે વાતચીતને પ્રોત્સાહન આપો, માહિતી એકત્રીકરણને પ્રોત્સાહન આપો.



પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: અવલોકન કૌશલ્યો અને પર્યાવરણ વિશે જિજ્ઞાસા વધારે છે અને સાંભળવાની અને બોલવાની કુશળતામાં સુધારો કરે છે.

કદની સરખામણી

જરૂરી સામગ્રી: ત્રણ અલગ-અલગ કદના પાંદડા અથવા લાકડીઓ

પગલાં:

1. ત્રણ અલગ અલગ કદમાં પાંદડા અથવા લાકડીઓ શોધો.
2. દરેક કદનું વર્ણન કરવા માટે 'મોટા, મધ્યમ અને નાના' જેવા શબ્દોનો ઉપયોગ કરો.
3. બાળકને તમારા પછી કદના શબ્દોનું પુનરાવર્તન કરવા કહો.
4. માપો બોલાવો અને બાળકને અનુરૂપ પાંદડા તરફ નિર્દેશ કરવા કહો.
5. જ્યારે બાળક યોગ્ય રીતે માપો ઓળખે ત્યારે તેની પ્રશંસા કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: કદ સંબંધિત શબ્દભંડોળ વિકસાવે છે, નિરીક્ષણ અને ભાષા કૌશલ્યને વધારે છે.



રંગો શોધો

જરૂરી સામગ્રી: વિવિધ રંગોની વસ્તુઓ (દા.ત., પાંદડા, દરવાજો, મોજા, ઘાસ)

પગલાં:

1. સમાન રંગની બે વસ્તુઓ શોધો, જેમ કે લીલા પાંદડા અને દરવાજા.
2. બાળકને વસ્તુઓ બતાવો અને રંગ અને નામનું વર્ણન કરો જેમ કે, "લીલું પાન."
3. બાળકને સમાન રંગની વધુ વસ્તુઓ શોધવામાં મદદ કરો, દા.ત., મોજાં અને ઘાસ અને જ્યારે તે કરે ત્યારે તેને પ્રોત્સાહિત કરો!
4. એક સમયે એક રંગનું નામ આપો, તેને આનંદકારક રંગ શોધ બનાવો

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: રંગની ઓળખ, શબ્દભંડોળને વેગ આપે છે અને શિક્ષણને મનોરંજક અને આકર્ષક શોધમાં ફેરવે છે."



દોરાનું એડવેન્ચર

જરૂરી સામગ્રી: એક ચાળણી, રંગબેરંગી યાર્ન અથવા દોરો

પગલાં:

1. સપાટ સપાટી પર ચાળણીને કેવી રીતે સ્થિર રાખવી તે દર્શાવો.
2. બાળકને બતાવો કે ઉપરથી શરૂ કરીને યાર્નને છિદ્રોમાંથી કેવી રીતે બહાર કાઢવું.
3. બાળકના હાથને છિદ્રો દ્વારા યાર્ન વણાટવા માટે માર્ગદર્શન આપો, તેમની સુંદર મોટર કુશળતાને પ્રોત્સાહિત કરો.
4. દરેક સફળ થ્રેડિંગની પ્રશંસા અને ઉત્સાહ સાથે ઉજવણી કરો.
5. વધારાના આનંદ માટે એકસાથે વિવિધ પેટર્ન અને રંગોનું અન્વેષણ કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સુંદર મોટર કુશળતા અને હાથ-આંખના સંકલનને વધારે છે.



ચાલો સાથે ડાન્સ કરીએ

જરૂરી સામગ્રી: સંગીત પ્લેયર અથવા રેડિયો

પગલાં:

1. રેડિયો પરથી સારું સંગીત વગાડો.
2. બાળકના હાથ પકડો અને સાથે નૃત્ય કરો.
3. બાળકને તેમના માથા, પગ અને હાથને લયમાં હલાવવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
4. સાથે મળીને એક મનોરંજક ડાન્સ રૂટિન બનાવો.
5. મજેદાર ડાન્સ પાર્ટીમાં સામેલ થવા માટે ઘરના અન્ય સભ્યોને આમંત્રિત કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: શારીરિક પ્રવૃત્તિને પ્રોત્સાહન આપે છે અને સંકલન, કૌટુંબિક બંધન અને વહેંચાણે આનંદ સાથે લયબદ્ધ અને મોટર કુશળતાને વધારે છે.



નામ: બોટલના ઢાંકણનું વર્ગીકરણ

જરૂરી સામગ્રી: ત્રણ અલગ અલગ રંગોમાં પ્લાસ્ટિક બોટલ ઢાંકણ

પગલાં:

1. બોટલ ઢાંકણ દર્શાવી અને દરેક રંગને નામ આપો.
2. બાળકને મેચિંગ રંગો દ્વારા ઢાંકણને અલગ કરવા કહો.
3. રંગ દ્વારા વર્ગીકરણમાં તેમના પ્રયત્નો માટે ઉત્સાહ આપો.
4. સાથે મળીને પ્રવૃત્તિની આનંદ માણો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: રંગ ઓળખ વિકસાવે છે અને વર્ગીકરણ કૌશલ્યો અને વસ્તુઓને હેન્ડલિંગ અને ગોઠવવા દ્વારા ફાઇન મોટર કુશળતા સુધારે છે.



નામ: નર્સરી કવિતા

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બાળકને ઓક્ષાન(ક્રિયાઓ)સાથે નર્સરી કવિતા ગાઓ.
2. બાળકને ક્રિયાઓનું અનુકરણ કરવા અને શબ્દોનું પુનરાવર્તન કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
3. ક્રિયાપ્રતિક્રિયાની આનંદ લો અને તેને રમતિયાળ અનુભવ બનાવો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: ભાષા કૌશલ્યને વધારે છે ગીત અને ક્રિયાઓ દ્વારા અને અનુકરણ અને સંકલનને પ્રોત્સાહન આપે છે.



34 મહિના

નામ: જુઓ, હું ડ્રાઇવ કરી શકું

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. વિવિધ હલનચલન અને અવાજો સાથે કાર, પ્લેન અથવા મોટરબાઈક હોવાનો નાટક કરો.
2. બાળકને કલ્પનાશીલ રમતમાં જોડાવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
3. 3. પૂછો, "પસંદ કરેલ વાહન કયો અવાજ કરે છે?"
4. વિવિધ કાલ્પનિક પ્રવાસોની શોધખોળમાં સાથે મળીને આનંદ કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સર્જનાત્મકતાને ઉત્તેજિત કરે છે અને ધ્વનિને વસ્તુઓ સાથે સાંકળીને કલ્પના અને ભાષા કૌશલ્ય વિકસાવે છે.



નામ: મજેદાર બોલની રમત

જરૂરી સામગ્રી: બોલ, કાપડ બોલ, અથવા મોજાનો બોલ

પગલાં:

1. બાળકને રમવા માટે એક બોલ આપો.
2. પરિવારના અન્ય લોકો સાથે વર્તુળ બનાવો
3. વર્તુળમાં કોઈની તરફ બોલ ફેંકો, બાઉન્સ કરો અથવા રોક કરો.
4. અન્ય લોકો નકલ કરવા માટે રીસીવર ક્રિયા (દા.ત. ફૂદવું) કરે છે.
5. બોલ ધરાવતી વ્યક્તિ મજા ચાલુ રાખવા માટે તેને બીજા કોઈને આપે છે.
6. એકસાથે રમવાની અને વિવિધ ક્રિયાઓનું અન્વેષણ કરવાની આનંદ માણો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: એકંદર મોટર કૌશલ્યો જેમ કે ઉપાડવા, પકડવા અને ફેંકવા અને બાળકને જૂથમાં સામાજિક ક્રિયાપ્રતિક્રિયા અને સહકાર વિશે શીખવે છે.



પ્રાણી ઓળખો

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. ફ્લોર પર નીચે જાઓ અને પ્રાણીની ક્રિયાઓ અને અવાજોની નકલ કરો.
2. તમે જે પ્રાણીનું નાટક કરી રહ્યાં છો તેનો અનુમાન કરવા બાળકને આમંત્રિત કરો.
3. જ્યારે તેઓ પ્રાણીને યોગ્ય રીતે ઓળખે ત્યારે તેમની પ્રશંસા કરો.
4. વધુ આનંદ માટે વિવિધ પ્રાણીઓની ક્રિયાઓ સાથે રમતનું પુનરાવર્તન કરો!

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: અવલોકન અને કપાત દ્વારા જ્ઞાનાત્મક કૌશલ્યોને વધારે છે અને પ્રાણીઓને અવાજો અને હલનચલન સાથે સાંકળીને શબ્દભંડોળમાં વધારો કરે છે.



મમ્મા કહે છે

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બાળક સાથે "મમ્મા કહે છે" ની રમત શરૂ કરો.
2. "મમ્મા કહે છે બેસો" અથવા મમ્મા કહે છે કે ઊભા રહો જેવા આદેશો આપો.
3. બાળકને સૂચનાઓનું પાલન કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
4. જ્યારે તમે "સિમરન કહે છે" ત્યારે તેમની ક્રિયાઓની પ્રશંસા અને ઉજવણી કરો.
5. બાળકની સાંભળવાની અને પ્રતિસાદ આપવાની કુશળતાને પડકારવા માટે મનોરંજક વિવિધતાનો પ્રયાસ કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સાંભળવાની કૌશલ્યને વધારે છે અને બાળકની સૂચનાઓનું પાલન કરવાની ક્ષમતામાં સુધારો કરે છે.



રંગને સ્પર્શ કરો

જરૂરી સામગ્રી: રંગીન વસ્તુઓ અથવા કાર્ડ્સ

પગલાં:

1. બાળકને રંગબેરંગી વસ્તુઓ અથવા કાર્ડ્સ આપો.
2. કહો, "વાલ રંગને સ્પર્શ કરો" અને બાળકને કીધેલા નામના રંગની વસ્તુ અથવા કાર્ડને સ્પર્શ કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
3. દરેક સાચા સ્પર્શને વખાણ અને ઉત્તેજના સાથે ઉજવો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: રંગ ઓળખવાની કુશળતા વિકસાવે છે, અને હકારાત્મક મજબૂતીકરણ બાળકને ભૂલો કરવામાં અને આત્મવિશ્વાસપૂર્વક નવી વસ્તુઓ શીખવામાં મદદ કરે છે.



બેગમાં શું છે?

જરૂરી સામગ્રી: સલામત અને પરિચિત રમકડાં સાથેની બેગ

પગલાં:

1. બાળકને તેમની આંખો બંધ કરવા કહો.
2. એક સમયે એક વસ્તુ બહાર કાઢો અને બાળકને આપો.
3. તેમને સ્પર્શ અને અનુભવવા દો.
4. હવે તેમને અનુમાન કરવા માટે કહો કે તે શું છે!
5. યોગ્ય રીતે અનુમાન લગાવવા માટે બાળકની પ્રશંસા કરો અને પ્રોત્સાહિત કરો.
6. સાચો જવાબ શોધવા માટે તેમને સંકેતો આપો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: સંવેદનાત્મક ઉત્તેજનાને પ્રોત્સાહન આપે છે અને અનુમાન લગાવવા દ્વારા જ્ઞાનાત્મક વિકાસમાં સુધારો કરવા સક્ષમ બનાવે છે.



નામ: પાર્ટનર ક્યાં છે?

જરૂરી સામગ્રી: સ્પષ્ટ જોડી સાથે વિવિધ વસ્તુઓ (દા.ત., તાળું અને ચાવી, જૂતા અને મોજા)

પગલાં:

1. દરેક જોડીનું નામ કહીને તાળા અને ચાવી જેવી જોડીનો પરિચય આપો.
2. એક વસ્તુ બતાવો અને પૂછો, “પાર્ટનર ક્યાં છે?”
3. બાળકને મેળ ખાતી વસ્તુઓ શોધવા અને કનેક્ટ કરવામાં મદદ કરો.
4. દરેક જોડીને મેચ કરવામાં બાળકની સફળતા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: વસ્તુઓ અને તેમના ઉપયોગો વચ્ચેના જોડાણોને ઓળખીને જ્ઞાનાત્મક કૌશલ્યો વિકસાવે છે.



એકબીજા પાસેથી શીખવું

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બાળકને પૂછો, “તમે પાર્કમાં શું કરી શકો?”
2. તેમને એક પ્રવૃત્તિ દર્શાવવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો, જેમ કે ફૂદવું અથવા ચઢવું.
3. બાળકનું અનુકરણ કરો અને તે ડેટલી સારી રીતે કરે છે તેની પ્રશંસા કરો.
4. બાળક સાથે તમને ગમે તેવું કંઈક શોર કરો અને તેને તેનું અનુકરણ કરવાનું કહો.
5. નવી અને રસપ્રદ વસ્તુઓ વિશે વિચારો જે તમે એકબીજાને શીખવી શકો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: બાળકને વધુ અનુભવવામાં મદદ કરે છે તેમની પોતાની રુચિઓ અને ક્ષમતાઓ વિશે વિશ્વાસ અને તમારી સાથે કંઈક નવું શીખવામાં મદદ કરે છે.



નામ: મારું નામ છે...

જરૂરી સામગ્રી: કોઈ નહીં

પગલાં:

1. બાળકને પૂછો, “તમારું પ્રથમ નામ શું છે?”
2. જ્યારે બાળક જવાબ આપે, ત્યારે કહો, “તે સાચું છે! તમારું નામ પ્રથમ નામ છે.”
3. પૂછો, “અને તમારું છેલ્લું નામ શું છે?” જ્યારે બાળક જવાબ આપે ત્યારે તેને શોર કરો.
4. ઓગળીઓનો ઉપયોગ કરીને બાળકને તેમની ઉંમર બતાવવાનું શીખવો. તેમના પ્રયત્નોની ઉજવણી કરો!
5. બાળક સાથે વાત કરતી વખતે બંને નામનો ઉપયોગ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો. તેમની ભાગીદારીની પ્રશંસા કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: બાળકને વિકાસ કરવામાં મદદ કરે છે સ્વ-જાગૃતિ અને તેમને નવા લોકો સાથે પોતાનો પરિચય કરાવવા સક્ષમ બનાવે છે.



ગણતરીની મજા છે

જરૂરી સામગ્રી: 3 નાની વસ્તુઓ (દા.ત., રમકડાં, બ્લોક્સ)

પગલાં:

1. બાળકની સામે ત્રણ વસ્તુઓ મૂકો.
2. દરેક વસ્તુ તરફ નિર્દેશ કરો અને કહો, “ચાલો એકસાથે ગણીએ: એક, બે, ત્રણ!”
3. ગણતરી વખતે બાળકને દરેક વસ્તુને સ્પર્શ કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
4. ગણતરીની ક્વાયતનું પુનરાવર્તન કરો, તેમના પ્રયત્નોની ઉજવણી કરો.

પ્રવૃત્તિનું મૂલ્ય: જ્ઞાનાત્મક ક્ષમતાઓને વધારે છે ગણતરી અને ઓબ્જેક્ટની ઓળખ દ્વારા અને પ્રારંભિક સંખ્યાની કુશળતા વિકસાવે છે.



4.3 દિવ્યાંગ બાળકો (0-3 વર્ષ) ની જરૂરિયાતો માટે અનુકૂળનશીલ પ્રવૃત્તિઓ

પ્રારંભિક બાળપણ ઉત્તેજના માટે રાષ્ટ્રીય માળખું જન્મથી ત્રણ વર્ષ સુધીના બાળકો માટે 140 પ્રવૃત્તિઓની સૂચિ સૂચવે છે, જે બાળકના જ્ઞાનાત્મક, સામાજિક-ભાવનાત્મક, ભાષા, શારીરિક અને સર્જનાત્મક વિકાસ માટે સર્વગ્રાહી ઉત્તેજના આવરી લે છે. જન્મથી ત્રણ વર્ષ સુધીના બાળકો માટે 140 પ્રવૃત્તિઓની સૂચિ સૂચવે છે, જે બાળકના જ્ઞાનાત્મક, સામાજિક-ભાવનાત્મક, ભાષા, શારીરિક અને સર્જનાત્મક વિકાસ માટે સર્વગ્રાહી ઉત્તેજના આવરી લે છે. જો કે, વિકાસલક્ષી વિલંબને સંબોધવા માટે (ઉદાહરણ તરીકે, બાળકને ચાલવામાં અથવા બોલવામાં વધુ સમય લાગી શકે છે અને તેને સારી મોટર કુશળતા વિકસાવવામાં અથવા નવી માહિતી સમજવામાં મદદની જરૂર પડી શકે છે) અને અન્ય વિકલાંગતાઓ (ઉદાહરણ તરીકે, દૃષ્ટિની ક્ષતિ, સાંભળવાની ક્ષતિ, ડાઉન સિન્ડ્રોમ, અથવા મગજનો લકવો), સૂચવેલ પ્રવૃત્તિઓ નીચેના સિદ્ધાંતોના આધારે અનુકૂળિત થઈ શકે છે:

- પ્રેક્ટિસ કરવા માટે શું મજબૂત કરી શકાય છે, દા.ત. બોલવામાં વિલંબ માટે મોંના સ્નાયુઓ
- સુધારી ન શકાય તેવી ક્ષતિના કિસ્સામાં અલગ અર્થનો ઉપયોગ કરવો.

બહુસંવેદનાત્મક અભિગમ, એટલે કે વિઝ્યુઅલ ઓડિટરી કાઇનેસથેટિક એન્ડ ટેક્ટાઇલ (VAKT) વધુ સારી રીતે શીખવામાં મદદ કરી શકે છે. ઉદાહરણ તરીકે, એક્શન કવિતાનો ઉપયોગ કરો, એટલે કે. બોલવું (શ્રવણ) અને તે જ સમયે હાથ અને શરીરની હલનચલન (કાઇનેસથેટિક) કરવું. ચિત્રો (દ્રશ્ય), વાત (શ્રવણ) બતાવીને અને હાથ વડે સંબંધિત હસ્તકલાની પ્રવૃત્તિ (સ્પર્શક) કરીને ખ્યાલ શીખવો. પેટર્ન શીખવવા માટે, લાકડીઓ અને પથ્થરો, રમકડાં, બ્લોક્સ જેવી ઉપલબ્ધ વસ્તુઓનો ઉપયોગ કરો અને પછી કાગળ-પેન્સિલના કાર્યો પર આગળ વધો.

ઉદાહરણ તરીકે, આંગણવાડી કાર્યકરો બાળકોને વાંચવા માટે વાર્તાના પુસ્તકોનો ઉપયોગ કરે છે, અને તેમની કલ્પનાને સંલગ્ન કરે છે. જો બાળકોને સમજવામાં મુશ્કેલી આવી રહી હોય, તો ધીમા થાવ અને તમારી આંગળી વડે શબ્દોને અનુસરો. શ્રવણ-ક્ષતિઓ માટે તેજસ્વી-રંગીન ચિત્રો શામેલ કરો અને દૃષ્ટિહીન લોકો માટે અવાજ કરો. જે બાળકોને સાંભળવામાં તકલીફ હોય તેમના માટે ચિત્રો, વિડિયો અને વસ્તુઓનો ઉપયોગ કરો. દા.ત: અખબારો, સામયિકો, પુસ્તકો વગેરેમાંથી માતા-પિતા, પરિવારના સભ્યો, મહાન વ્યક્તિત્વો, દુર્લભ પ્રાણીઓ, છોડ, ઐતિહાસિક સ્થળો,

ઘટનાઓ વગેરેના ચિત્રો/ફોટોગ્રાફ. જે બાળકો સારી રીતે જોઈ શકતા નથી તેમના માટે સંગીત અથવા રેકોર્ડિંગ જેવા અવાજનો ઉપયોગ કરો, જેમ કે ગીતો, જોડકણાં, લોરી, રેડિયો, તાળી પાડવી, ક્લિક કરવું, સંગીતનાં સાધનો વગેરે.

1. વિકાસલક્ષી વિલંબવાળા બાળકો

પ્રવૃત્તિ કેલેન્ડર 3 વર્ષ સુધી બાળકની ઉંમરના દરેક મહિના માટે ચાર પ્રવૃત્તિઓની સૂચિ આપે છે. આ પ્રવૃત્તિઓ બાળક તે ઉંમર સુધીમાં જે વિકાસલક્ષી લક્ષ્યો સુધી પહોંચે તેવું માનવામાં આવે છે તેના આધારે પસંદ કરવામાં આવ્યું છે. કેટલાક બાળકો, જોકે, માઈલસ્ટોન સુધી પહોંચવામાં અપેક્ષા કરતાં વધુ સમય લઈ શકે

ઉદાહરણ 1: 14 મહિનામાં, બાળક સહાય વિના ચાલવામાં અસમર્થતાને કારણે, પ્રવૃત્તિ કેલેન્ડરમાં તેમના માટે ભલામણ કરેલ પ્રવૃત્તિઓ કરવા અસમર્થ હોઈ શકે છે, જેમ કે છુપાવો અને શોધો..	અનુકૂળન 1: આવા કિસ્સાઓમાં, સંભાળ રાખનારએ, છ કે સાત મહિનાના બાળકો માટે ભલામણ કરેલ પ્રવૃત્તિઓ જેમ કે 'બોલ સુધી પહોંચવું, "અંદર અને બહાર વગેરે" કે જેમાં બાળકને માત્ર કોલ(ઘૂંટણીએ ચાલવું) કરવાની જરૂર પડે છે, ધીમે ધીમે ચાલવાની તેમની ક્ષમતા વિકસાવવી જોઈએ.
ઉદાહરણ 2: 20-25 મહિનામાં, જે બાળક હજુ પણ વાત કરી શકતું નથી તે કેલેન્ડરમાં તેમના માટે ભલામણ કરાયેલ પ્રવૃત્તિઓમાં ભાગ લઈ શકશે નહીં, જેમ કે 'ફોન પર વાત કરવી'.	અનુકૂળન 2: સંભાળ રાખનારએ, આવા કિસ્સાઓમાં, કેલેન્ડરમાં એક વર્ષના બાળક માટે સૂચિત પિક-અપ પ્રવૃત્તિઓ કરવી જોઈએ, જેના માટે તેમને માત્ર હાવભાવ પરત કરવાની જરૂર પડે છે. ઉદાહરણોમાં કોપિ કરવાની ક્રિયાઓ અથવા છુપાવો અને શોધો વગેરેનો સમાવેશ થશે.

છે અને 'વિકાસમાં વધુમાં, સંભાળ રાખનાર વ્યક્તિએ પ્રવૃત્તિને ઘણી વખત પુનરાવર્તિત કરવાનો પ્રયાસ કરવો જોઈએ. ધીરજ રાખો, અને આમ કરતી વખતે બાળકના પ્રતિભાવ પ્રત્યે સચેત રહો. બાળકને સકારાત્મક પ્રોત્સાહન આપો, અને બાળક પર હતાશા લાવવાનું ટાળો. ભલામણ કરેલ પ્રવૃત્તિઓ પસંદ કરવી જોઈએ.

2. વિકલાંગતાના પ્રારંભિક ચિહ્નો અને લક્ષણોવાળા બાળકો

આવા કિસ્સાઓમાં, કોઈપણ ઉંમરે બાળકની ક્ષમતાઓને અનુરૂપ પ્રવૃત્તિમાં ફેરફાર કરી શકાય છે.

આ ફેરફાર સુનિશ્ચિત કરે છે કે પ્રવૃત્તિ બાળક માટે પ્રોત્સાહક અને આનંદપ્રદ રહે છે અને તેના વૃદ્ધિ અને વિકાસમાં ફાળો આપે છે.

નીચે આપેલ કોષ્ટક કેટલીક રીતોની યાદી આપે છે જેમાં વિવિધ પ્રકારની વિકલાંગતાઓને અનુરૂપ પ્રવૃત્તિઓમાં ફેરફાર કરી શકાય છે:

અપંગતાનો પ્રકાર	હાલની પ્રવૃત્તિનું ઉદાહરણ	સૂચન કરેલ ફેરફાર
ફાઇન મોટર	7-મહિનાના બાળક માટે ભલામણ કરેલ 'બોલ સુધી પહોંચવું'.	આંગણવાડી કાર્યકર હાથની કામગીરીમાં સુધારો કરવા માટે બાળકને પકડી રાખવા અને રમવા માટે નરમ વસ્તુઓ (જેમ કે માટી, સ્પોન્જ બોલ) નો ઉપયોગ કરી શકે છે.
દ્રષ્ટિની ક્ષતિ	12-મહિનાના બાળક માટે ભલામણ કરેલ "ઘરગથ્થુ સંશોધન,"	સંભાળ રાખનાર બાળકની બાકી રહેલી સંવેદનાઓને ઉત્તેજિત કરવા અને તેમની આસપાસના વાતાવરણને સમજવામાં મદદ કરવા માટે, શક્ય તેટલી વધુ વિગતવાર, મૌખિક રીતે ઘરનું વર્ણન કરી શકે છે.
સાંભળવાની ક્ષતિ	14-મહિનાના બાળક માટે ભલામણ કરેલ 'સૂચનાઓનું પાલન કરો	સંભાળ રાખનારએ પ્રવૃત્તિના દરેક સૂચના/ પગલાને ઘણી વખત પુનરાવર્તિત કરવી જોઈએ; જ્યારે બાળકને હોઠ વાંચવાનું શીખવવું જેથી તેઓ જે બોલે છે તેનું પાલન કરી શકે. કોઈના મોં તરફ ઈશારો કરો અને બાળકને મોંની હિલચાલ જોવા માટે કહો.
વાણી અને ભાષામાં વિલંબ	25-મહિનાના બાળક માટે ભલામણ કરેલ 'પ્રેટેન્ડ પ્લે(નાટકની રમત): ફોન પર વાત કરવી'	સંભાળ રાખનાર મોંના સ્નાયુઓના વિકાસને પ્રોત્સાહિત કરવા માટે કેટલીક કસરતો સાથે પ્રવૃત્તિ શરૂ કરી શકે છે જેમ કે પકરિંગ, વ્યાપકપણે સ્મિત કરવું, જીભને મોંની અંદર એક બાજુથી બીજી બાજુ ખસેડવી, જડબા ખોલવા અને બંધ કરવા વગેરે. 'પ્રેટેન્ડ પ્લે(નાટકની રમત): ફોન પર વાત કરવી' પ્રવૃત્તિનું સંચાલન કરતી વખતે સંભાળ રાખનાર ઓછા શબ્દોવાળા ટૂંકા વાક્યોનો ઉપયોગ કરી શકે છે, બાળકને સંભાળ રાખનારની બોલતી અવલોકન કરવા અને શબ્દો ધીમે ધીમે પુનરાવર્તિત કરવા પ્રોત્સાહિત કરી શકે છે.

અપંગતાનો પ્રકાર	હાલની પ્રવૃત્તિનું ઉદાહરણ	સુચન કરેલ ફેરફાર
બૌદ્ધિક અને વિકાસલક્ષી વિલંબ	‘સૂચનાઓને અનુસરો, 16-મહિનાના બાળક માટે ભલામણ કરવામાં આવે છે	સંભાળ રાખનાર સૂચનાને સરળ પગલાઓમાં તોડી શકે છે, જે બાળકને અનુસરવા માટે સરળ પ્રક્રિયા પ્રદાન કરે છે. સંભાળ રાખનારએ બાળક માટે દરેક પગલાનું નિદર્શન પણ કરવું જોઈએ, જેથી તેઓ તેને અવલોકન કરવા, અનુકરણ કરવા અને શીખવામાં સક્ષમ કરે. આનાથી બાળકમાં સ્વતંત્રતા વધશે.

આંગણવાડી કાર્યકર્તાઓ ત્રણ વર્ષથી ઓછી વયના વિલંબ અને વિકલાંગ બાળકોને મદદ કરવામાં મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે. આના સૌથી નિર્ણાયક અને પાયાના પાસામાં બાળકમાં વિકલાંગતાના વિકાસને રોકવા માટે જન્મ પહેલા, જન્મ વખતે અને જન્મ પછીના તબક્કા દરમિયાન પર્યાપ્ત પગલાં લેવાનો સમાવેશ થાય છે. આ કરવાની એક નિર્ણાયક રીત એ છે કે ઘરે, માતા-પિતા સાથે અને આંગણવાડી કેન્દ્રમાં અથવા ઘોડિયાઘરમાં જન્મથી ત્રણ સુધીના કાર્યકર સાથે પ્રારંભિક બાળપણની ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓને પ્રોત્સાહિત કરવી. જો કે, ધારો કે બાળક વિકલાંગતા સાથે જન્મે છે અથવા પૂરતી કાળજી હોવા છતાં ક્ષતિ વિકસાવે છે. આવા કિસ્સામાં, સમુદાય કાર્યકર્તાએ WCD મંત્રાલયના દિવ્યાંગ પ્રોટોકોલમાં દર્શાવેલ ‘સ્ક્રીનિંગ-ઇન્કલુઝન-રેફરલ’ની જટિલ પ્રક્રિયાને અનુસરવી જોઈએ.



પ્રકરણ 5

વિલંબ અને વિકલાંગ બાળકોની સ્ક્રીનીંગ(તપાસ), નિયમન અને રેફરલ્સ(કોઇને વૈધકીય પરીક્ષા માટે તજજ્ઞ પાસે મોકલવો તે.)

કેટલીકવાર, બાળકને ચોક્કસ ક્ષમતાઓ વિકસાવવામાં અપેક્ષા કરતાં વધુ સમય લાગી શકે છે. ઉદાહરણ તરીકે, તેઓને ચાલવામાં અથવા બોલવામાં વધુ સમય લાગી શકે છે અને તેને ચલાવવામાં અથવા સારી મોટર કુશળતા વિકસાવવામાં અને નવી માહિતીને સમજવામાં મદદની જરૂર પડી શકે છે. વિકાસલક્ષી વિલંબ એવા બાળકોનો સંદર્ભ આપે છે જેઓ તેમની વાસ્તવિક અથવા સમાયોજિત ઉંમર માટે અપેક્ષિત લક્ષ્યોની સિદ્ધિમાં નોંધપાત્ર તફાવત અનુભવે છે. વિલંબ અસ્થાયી હોઈ શકે છે, અને જ્યારે પરિસ્થિતિ સુધરે છે ત્યારે બાળકનો વિકાસ થઈ શકે છે. જો કે, જો યોગ્ય રીતે કાળજી લેવામાં ન આવે તો, બાળકની વિકાસ યાત્રામાં આ વિચલનો ભવિષ્યમાં અપંગતા બની શકે છે.

સંભવિત વિકલાંગતાના ચિહ્નો હંમેશા સહેલાઈથી દેખાતા નથી. દાખલા તરીકે, દૃષ્ટિની ક્ષતિ, સાંભળવાની ક્ષતિ, ડાઉન સિન્ડ્રોમ અથવા મગજનો લકવો બાળકમાં સરળતાથી દેખાઈ શકે છે. તેનાથી વિપરીત, શીખવાની અક્ષમતા જેમ કે બોલવામાં વિલંબ, સાક્ષરતામાં વિલંબ તરફ દોરી જાય છે, તે સહેલાઈથી દેખાતું નથી. સામુદાયિક કાર્યકરો દ્વારા તેમની ઘરની મુલાકાતના ભાગરૂપે સમયસર અને નિયમિત તપાસ કરવાથી વિલંબ અથવા સંભવિત વિકલાંગતા તરત જ જાણી શકાય છે. આ સંભાળ રાખનારાઓને તેમના બાળકના વિકાસનો નિયમિતપણે સ્ટોક લેવા અને જરૂરી સંભાળ પૂરી પાડવાની મંજૂરી આપે છે.

વિકલાંગતાની વહેલી શોધ અને વ્યવહારિક ઉપચારાત્મક પગલાઓ દ્વારા, વ્યક્તિ ક્ષતિના ભાવિ બગાડને રોકી શકે છે. બાળક કાં તો વિકલાંગતા સાથે જન્મે છે અથવા પ્રાપ્ત કરી શકે છેજો કે, ઘણા કિસ્સાઓમાં, શરૂઆતના વર્ષો ક્ષતિગ્રસ્ત કાર્યને સુધારવા અથવા ઘટાડવા માટે ભાગ્યે જ કોઈ ઉપચારાત્મક ઉત્તેજના અથવા તબીબી સારવાર સાથે પસાર થાય છે. સંશોધનના તારણો સૂચવે છે કે જો વહેલાસર શોધી કાઢવામાં આવે, તો લગભગ એક તૃતીયાંશ ક્ષતિઓને થોડા મુખ્ય ઇનપુટ્સ દ્વારા બગડતી અટકાવી શકાય છે. દૃષ્ટિની ક્ષતિઓ જેમ કે ત્રાંસી આંખો, દૃષ્ટિની ખામી, જન્મજાત મોતિયા અને સાંભળવાની ક્ષતિને પણ સમયસર તપાસ, રેફ્રેક્સ અને તબીબી હસ્તક્ષેપ દ્વારા ગંભીર બનતા અટકાવી શકાય છે.

સામુદાયિક કાર્યકર્તાઓ ત્રણ વર્ષથી ઓછી ઉંમરના વિલંબ અને વિકલાંગ બાળકોને મદદ કરવામાં મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે. આના સૌથી નિર્ણાયક અને પાયાના પાસામાં બાળકમાં વિકલાંગતાના વિકાસને રોકવા માટે જન્મ પહેલા, જન્મ વખતે અને જન્મ પછીના તબક્કા દરમિયાન પર્યાપ્ત પગલાં લેવાનો સમાવેશ થાય છે. આ કરવાની એક નિર્ણાયક રીત એ છે કે ઘરે, માતા-પિતા સાથે અને આંગણવાડી કેન્દ્રમાં અથવા ઘોડિયાઘરમાં જન્મથી ત્રણ સુધીના કાર્યકર સાથે પ્રારંભિક બાળપણની ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓને પ્રોત્સાહિત કરવી. જો કે, ધારો કે બાળક વિકલાંગતા

સાથે જન્મે છે અથવા પૂરતી કાળજી હોવા છતાં ક્ષતિ વિકસાવે છે. આવા કિસ્સામાં, સમુદાય કાર્યકર્તાએ WCD મંત્રાલયના દિવ્યાંગ પ્રોટોકોલમાં દર્શાવેલ 'સ્ક્રીનિંગ-ઇન્કલુઝન-રેફરલ(તપાસ-નિયમન-કોઇને વૈધકીય પરીક્ષા માટે તજજ્ઞ પાસે મોકલવો તે.)'ની જટિલ પ્રક્રિયાને અનુસરવી જોઈએ.



5.1 પ્રારંભિક વિકાસલક્ષી લક્ષ્યો (માઈલસ્ટોન)

વિકાસલક્ષી સીમાચિહ્નો વિશેનું જ્ઞાન મૂલ્યવાન છે કારણ કે વિકાસલક્ષી વિકલાંગ બાળકો ચોક્કસ વિકાસલક્ષી લક્ષ્યો હાંસલ કરવામાં વિલંબ અથવા મુશ્કેલીઓ અનુભવી શકે છે. દાખલા તરીકે, તેઓ તેમની કુલ મોટર કૌશલ્યમાં મુશ્કેલી અનુભવી શકે છે, જે તેમની કોલ કરવાની, ચાલવાની અથવા દોડવાની ક્ષમતાને અસર કરી શકે છે અથવા તેમની સરસ મોટર કૌશલ્યને અસર કરે છે, જેનાથી હાથની ચોક્કસ હિલચાલની જરૂર હોય તેવા કાર્યો કરવા માટે પડકારરૂપ બને છે, જેમ કે લેખન. તેવી જ રીતે, વિકાસલક્ષી વિકલાંગ બાળકો તેમની ઉંમરના અન્ય બાળકોની સરખામણીમાં ઓછા શબ્દો યાદ રાખવા અથવા બોલવા જેવા ભાષાના લક્ષ્યોને હાંસલ કરવામાં વિલંબ અનુભવી શકે છે.

નીચે બાળકના જન્મના સમયથી લઈને ત્રણ વર્ષનો થાય ત્યાં સુધી વિવિધ અંતરાલોમાં તેના વિકાસના લક્ષ્યોની સૂચિ છે. આ લક્ષ્યોની પ્રારંભિક વર્ષો દરમિયાન ચાર નિર્ણાયક વિકાસ ડોમેન્સનો વિસ્તાર કરે છે: જ્ઞાનાત્મક કૌશલ્ય, ભાષા કૌશલ્ય, શારીરિક અને મોટર કુશળતા અને સામાજિક અને ભાવનાત્મક કુશળતા.

સ્થર	વિકાસલક્ષી લક્ષ્યો
3 મહિનામાં	- માતાના યહેરાને ઓળખવાનું શરૂ કરે છે - સામાજિક સ્મિત વિકસાવે છે - આંખનો સંપર્ક કરે છે - જ્યારે પેટ પર હોય ત્યારે માથું ઊંચું કરે છે - જ્યારે ઉત્સાહિત હોય ત્યારે બંને હાથ અને બંને પગ ખસેડે છે - હાથ ખુલ્લા અને હળવા રાખે છે.
6 મહિનામાં	- જ્યારે સીધું રાખવામાં આવે અને ટેકો સાથે બેસે ત્યારે માથું સ્થિર રાખે છે - અવાજની દિશા તરફ માથું ફેરવે - કોઈ વસ્તુ સુધી પહોંચવાનો અને તેને પકડવાનો પ્રયાસ - મોટેથી હસે છે અથવા ચીસો પાડતો અવાજ કરે છે - રડતી વખતે સિવાય "આહ, ઇઇ, ઓઓ" બોલવાનું શરૂ કરે છે - પોતાની જાતને અરીસામાં જોવાનું પસંદ કરે છે
9 મહિનામાં	- બંને દિશામાં રોલ કરે(ફરે) છે - બધી આંગળીઓનો ઉપયોગ કરીને રમકડાને પડકે - પરિચિત યહેરાઓ અથવા રમકડાંને દૃષ્ટિથી અનુસરવા માટે માથું ફેરવે છે - રમકડાં શોધે છે જે તેમની સામે છુપાયેલા હોય - તેમના નામને બોલાવવામાં આવે છે તેનો જવાબ આપે છે
12 મહિનામાં	- આધાર વિના બેસે છે અને પડ્યા વિના રમકડાં સુધી પહોંચે છે - ઉપાડવા માટે હાથ ઊભા કરે છે - કોઈપણ વસ્તુ સાથે ટક્કર માર્યા વિના ઇચ્છિત રમકડાં મેળવવા માટે કોલ(ઘૂંટણીએ ચાલવું) કરે છે - માતૃભાષામાં એક કે બે સામાન્ય શબ્દોનો ઉપયોગ કરે છે "ના/અહીં આવી" જેવી સરળ વિનંતીઓનો જવાબ આપે છે

18 મહિનામાં	• ઊભા રહે છે અને કેટલાક સ્વતંત્ર પગલાં લે છે • વિવિધ પ્રકારના પરિચિત હાવભાવનો ઉપયોગ કરે છે જેમ કે હવાવડું, તાળી પાડવી, વગેરે. • કન્ટેનરમાં કાંકરા/નાની વસ્તુઓ મૂકે છે • પુસ્તકમાં સામાન્ય વસ્તુઓ અને તેમના ચિત્રોને નામ અને ઓળખ આપે છે
24 મહિનામાં	• રમકડું ખેંચતી વખતે પણ સતત ચાલે છે • ઘરના કામોનું અનુકરણ કરે છે • અંગત રીતે અથવા પુસ્તકોમાં શરીરના એક અથવા વધુ ભાગોને યોગ્ય રીતે નિર્દેશ કરે છે અને નામ આપે છે
36 મહિનામાં	• છલકાયા વગર કપમાંથી પીવું • સૌથી વધુ પરિચિત વસ્તુઓને સતત નામ આપો • રંગો અને આકારોને ઓળખે છે • ત્રણ કે તેથી વધુ શબ્દોને જોડીને વાક્ય બનાવે છે • સીડી ઉપર અને નીચે ચઢે છે

5.2 પ્રારંભિક તપાસ માટે સ્ક્રીનીંગ(તપાસ) હાથ ધરવું

પરિશિષ્ટમાં અપંગતા સ્ક્રીનિંગ(તપાસ) શેડ્યૂલ (DSS) એ પ્રારંભિક બાળપણમાં વિકલાંગતાની તપાસ માટેનું એક વ્યાપક-આધારિત સાધન છે. સામુદાયિક કાર્યકરો DSS નો ઉપયોગ ત્રણ વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળકો અને તેમના તાત્કાલિક સંભાળ રાખનારાઓ સાથેની ક્રિયાપ્રતિક્રિયા દ્વારા અપંગતા અથવા અપંગતા વિકસાવવાના જોખમમાં હોવાના 'ચેતવણી ચિહ્નો' અથવા 'લાલ ફ્લેગ્સ'ને ઓળખવા માટે પ્રારંભિક તપાસ કરવા માટે કરી શકે છે. પછી ભલે તે ઘરે હોય, આંગણવાડી કેન્દ્રમાં હોય કે ઘોડિયાઘરમાં હોય. DSS એ ડાયગ્નોસ્ટિક ટેસ્ટ નથી અને તેનો ઉપયોગ વિકલાંગતાના નિદાન માટે થઈ શકતો નથી. જો કોઈ બાળક તેમાં વિગતવાર એક અથવા વધુ ચેતવણી ચિહ્નો દર્શાવે છે, તો દિવ્યાંગ પ્રોટોકોલ મુજબ રેફરલ માટેના પગલાંને અનુસરવું આવશ્યક છે.

5.3 ઘરમાં, ઘોડિયા ઘરમાં અને સમુદાયમાં સર્વસમાવેશક વાતાવરણનું નિર્માણ કરવું

શરૂઆતના વર્ષોના સંદર્ભમાં, નિયમન(ઇનકલુઝન) એ સુનિશ્ચિત કરે છે કે દરેક બાળકને તેમની કૌશલ્ય અને ક્ષમતાઓને ધ્યાનમાં લીધા વિના, શારીરિક, જ્ઞાનાત્મક, ભાષા, સામાજિક, ભાવનાત્મક અને સર્જનાત્મક તમામ શિક્ષણ પ્રક્રિયાઓમાં ભાગ લેવાની સમાન તક મળે છે. આ વિભાગમાં આપણે વિકલાંગ બાળકોને તેમના સ્વતંત્રતાના માર્ગમાં જોવામાં અને સહાયતા અનુભવાય તે સુનિશ્ચિત કરવા માટે લેવાના કેટલાક મુખ્ય પગલાંઓ વિશે શીખીશું.



5.3.1 5.3.1 ઘર પર સમાવેશ (ઇનકલુઝન)

વિલંબ અને વિકલાંગતા દર્શાવતા બાળક માટે, ખાસ કરીને ત્રણ વર્ષની ઉંમર સુધી, સંભાળ અને સમાવેશ ઘરેથી જ શરૂ થવો જોઈએ. તેથી, AWWs અને ASHAs (આશા) એ તરત જ બાળકના પ્રાથમિક સંભાળ રાખનારાઓને જાગૃત કરવાનું કાર્ય હાથમાં લેવું જોઈએ કે બાળકની ચોક્કસ વિકલાંગતા હોવા છતાં, તેઓ ધીરજ, સંભાળ અને આદર સાથે શીખી અને વિકાસ કરી શકે છે. સામુદાયિક કાર્યકર્તાએ તેમના બાળકને સ્વતંત્રતા અને સ્વ-સન્માન મેળવવા માટે સક્ષમ બનાવવા માટે ચોક્કસ પગલાં અપનાવવામાં સંભાળ રાખનારને પણ ટેકો આપવો જોઈએ. ઘણીવાર, પરિવારના સભ્યો વિકલાંગ બાળક માટે તમામ કાર્યો કરવાનું ચાલુ રાખે છે, જીવનની આવશ્યક કુશળતા શીખવાની તેમની તકને મર્યાદિત કરે છે. વિકાસલક્ષી વિલંબ અથવા વિકલાંગતા ધરાવતા બાળકોમાં સ્વતંત્રતાને પ્રોત્સાહન આપવા માટેની એક સરળ અને અસરકારક પ્રક્રિયા નીચે દર્શાવેલ છે

વિપરીત સાંકળ (બેકવર્ડ ચેઇનિંગ)

વિપરીત સાંકળ એ કાર્યના પગલાઓને તોડવાની અને તેમને વિપરીત ક્રમમાં શીખવવાની પ્રક્રિયાનો સંદર્ભ આપે છે. આનાથી બાળકને દરેક પ્રયાસ સાથે સફળતા અને પૂર્ણતાનો અનુભવ મળે છે. આ કેવી રીતે કામ કરે છે તેના પર એક નજર કરીએ:

દરરોજના કાર્યોને નાના પગલાઓમાં વિભાજિત કરો	બધા પરંતુ છેલ્લા	સ્વતંત્ર રીતે કાર્યો કરે છે
સંભાળ રાખનાર કાર્યને નાના પગલાઓમાં વિભાજિત કરીને શરૂ કરે છે.	શરૂઆતમાં સંભાળ રાખનાર બાળક માટે છેલ્લા સિવાયના તમામ પગલાંઓ કરે છે.	ધીમે ધીમે માતાપિતા દ્વારા કરવામાં આવતા પગલાઓની સંખ્યા ઘટાડવી
ઉદાહરણ તરીકે: હાથ ધોવાનું કાર્ય નીચેના નાના કાર્યોમાં વહેંચાયેલું છે.	તરીકે: સંભાળ રાખનાર બાળકના હાથ વૂછવા અને સૂકવવા માટે ટુવાલને સોંપવા સિવાયના તમામ કાર્યો કરે છે.	ઉદાહરણ તરીકે: ધીમે ધીમે અને ક્રમશઃ સંભાળ રાખનાર તેમના પગલાઓની સંખ્યા ઘટાડે છે જ્યાં સુધી બાળક ધીમે ધીમે તમામ પગલાંઓ જાતે કરવા સક્ષમ ન બને.
સિંક પાસે જવું > નળ ખોલવું/ મગનો ઉપયોગ કરીને > ભીના હાથ કરવા > સાબુનો ઉપયોગ કરો > હાથ ઘસો > ભીના હાથ > ટુવાલ વડે હાથ સુકાવો	સિંક પાસે જવું > નળ ખોલવું/ મગનો ઉપયોગ કરીને > ભીના હાથ કરવા > સાબુનો ઉપયોગ કરો > હાથ ઘસો > ભીના હાથ > ટુવાલ વડે હાથ સુકાવો	સિંક પાસે જવું > નળ ખોલવું/ મગનો ઉપયોગ કરીને > ભીના હાથ કરવા > સાબુનો ઉપયોગ કરો > હાથ ઘસો > ભીના હાથ > ટુવાલ વડે હાથ સુકાવો

નોંધ:

- a) પ્રવૃત્તિને 7-10 મેનેજ કરી શકાય તેવા પગલાઓમાં વિભાજિત કરી શકાય છે.
- b) વિભાજિત પગલાઓ સતત તે જ રીતે કરવા જોઈએ.
- c) દરેક સાંકળ તેમની ક્ષમતાના આધારે શીખવામાં સમય લે છે. ધીરજ રાખવી અને બાળકને સૂચનાઓનું પુનરાવર્તન કરવાની મંજૂરી આપવી જરૂરી છે.

ચોક્કસ વિકલાંગતા ધરાવતા બાળકોને તેમની શીખવાની યાત્રામાં કેવી રીતે મદદ કરી શકાય તેના ઉદાહરણો

સાંભળવાની ક્ષતિ

- હોઠ વાંચનને પ્રોત્સાહિત કરો
- તમે બાળક સાથે વાત કરો તે પહેલાં તેનું ધ્યાન તમારા તરફ દોરો
- શબ્દો અને સૂચનાઓ ધીમે ધીમે અને ઘણી વખત પુનરાવર્તિત

દ્રશ્ય વિકલાંગતા

- બાળકોને તેમના વિશ્વને સમજવા અને શીખવા અને રમવા માટે તેમની અન્ય ઇન્દ્રિયોનો ઉપયોગ કરવામાં મદદ કરો.
- પર્યાવરણ અને તેમાં રહેલી વસ્તુઓનું વર્ણન કરો
- ભૌતિક વાતાવરણમાંથી જોખમો દૂર કરો

વાણી અને ભાષામાં વિલંબ

- સ્પષ્ટ અને ધીરે ધીરે વાત કરવી
- બાળકને પ્રોત્સાહિત કરવું
- વાત કરતી વખતે વધુ ક્રિયાઓ અને હાવભાવનો ઉપયોગ કરવો
- મહત્વપૂર્ણ માહિતી શેર કરતી વખતે, વધારાના શબ્દો કાપો

શારીરિક વિકલાંગતાઓ: સારા મોટર કૌશલ્ય સાથે મુશ્કેલીઓ

- હાથની કામગીરી બહેતર બનાવવા માટે બાળકને અલગ અલગ રીતે પકડી રાખવા અને દબાવવા માટે માટી આપો
- હાથની કામગીરી સુધારવા માટે બાળકને દબાવવા અને છોડવા માટે સ્પોન્જી(નરમ) બોલ આપો

5.3.2 સમાવેશ માટે ધોડિયા ઘર ડિઝાઇન(માળખું)

ધોડિયા ઘર સાર્વત્રિક ડિઝાઇન સિદ્ધાંતને ધ્યાનમાં રાખીને બનાવવુંજોઈએ, જેમાં કોઈ એક માટે સુલભ માળખું બનાવવાથી તે બધા માટે સુલભ બનવામાં મદદ મળે છે તેમાં એવા ખૂણાઓ અને વિસ્તારોનો સમાવેશ થવો જોઈએ કે જ્યાં વિવિધ વિકાસ સ્તરે બાળકો રમી શકે અને પોતાને ઉત્તેજિત કરી શકે. ધોડિયા ઘરનું ખાસ ધ્યાન જગ્યાના ઉત્તેજના પર હોઈ શકે છે, કારણ કે તેઓ તેમની પાસે ઉપલબ્ધ ભૌતિક જગ્યાનો ઉપયોગ બાળકને સંશોધનાત્મક પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કરીને શીખવામાં મદદ કરવા માટે કરી શકે છે. ધોડિયા ઘરમાં સંભાળ રાખનારએ પ્રતિભાવશીલ સંભાળ માળખામાં દર્શાવેલ સમાન સિદ્ધાંતોનું પાલન કરવું જોઈએ, બાળક પર ખૂબ ધ્યાન આપવું જોઈએ અને તે મુજબ પ્રતિસાદ આપવો જોઈએ.

5.3.3 વિકાસલક્ષી વિલંબવાળા બાળકો પ્રત્યે સમુદાયનો અભિગમ

બાળકની આસપાસના સમુદાયના સભ્યોએ પણ તેમના વિકાસ માટે તંદુરસ્ત અને કલંકમુક્ત વાતાવરણ બનાવવા માટે તેમની ભૂમિકા ભજવવી જોઈએઆમ કરવા માટે, તેઓ દિવ્યાંગ બાળકોના માતાપિતા અને સંભાળ રાખનારાઓ માટે સહાયક જૂથો અને નેટવર્ક બનાવી શકે છેઆ જૂથો ભાવનાત્મક ટેકો પૂરો પાડી શકે છે, સંસાધનો વહેંચી શકે છે અને શ્રેષ્ઠ પ્રયાસો.પર માહિતીની આપ-લે કરી શકે છે. સભ્યોએ દિવ્યાંગ બાળકો અને તેમના પરિવારોને ટેકો આપવા માટે VHSNDs, ECCE ડેઝ વગેરે જેવા સમુદાય-આધારિત કાર્યક્રમોમાં પણ સક્રિયપણે ભાગ લેવો જોઈએ-અને તમામ બાળકોને દયા સાથે રમવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવા જોઈએ.

વધુ મહત્વની વાત એ છે કે, સમુદાયના સભ્યએ સમુદાયમાં દિવ્યાંગ બાળકો માટે સ્વીકૃતિ અને સમર્થનને પ્રોત્સાહિત કરવું જોઈએ અને કોઈપણ લેબલ અથવા નુકસાનકારક તિરસ્કારનો ઉપયોગ ન કરવો જોઈએ. વૃદ્ધો અને યુવાનો સાથેની તેમની ક્રિયાપ્રતિક્રિયામાં, તેઓએ સમજણને પ્રોત્સાહન આપવું જોઈએ કે વિવિધતા એક શક્તિ છે, દરેક બાળકમાં અનન્ય ક્ષમતાઓ અને સંભાવનાઓ છે, અને પરિપૂર્ણ જીવનનો અધિકાર છે.

5.4 સ્ક્રીનીંગ ટેસ્ટ મુજબ વિકાસલક્ષી વિલંબ દર્શાવતા બાળકોનો રેફરલ (કોઇને વૈધકીય પરીક્ષા માટે તજજ્ઞ પાસે મોકલવો તે.)

દિવ્યાંગ પ્રોટોકોલ મુજબ, જો બાળકો સતત તેમના માઈલસ્ટોનને પહોંચી વળતા નથી, અથવા વિકલાંગતાના દૃશ્યમાન ચિહ્નો અને લક્ષણો જોવા મળે છે, તો સમુદાય કાર્યકર્તાએ માતા-પિતા અને પરિવારોને રેફરલ્સ દ્વારા સહાય મેળવવામાં મદદ કરવી જોઈએ.

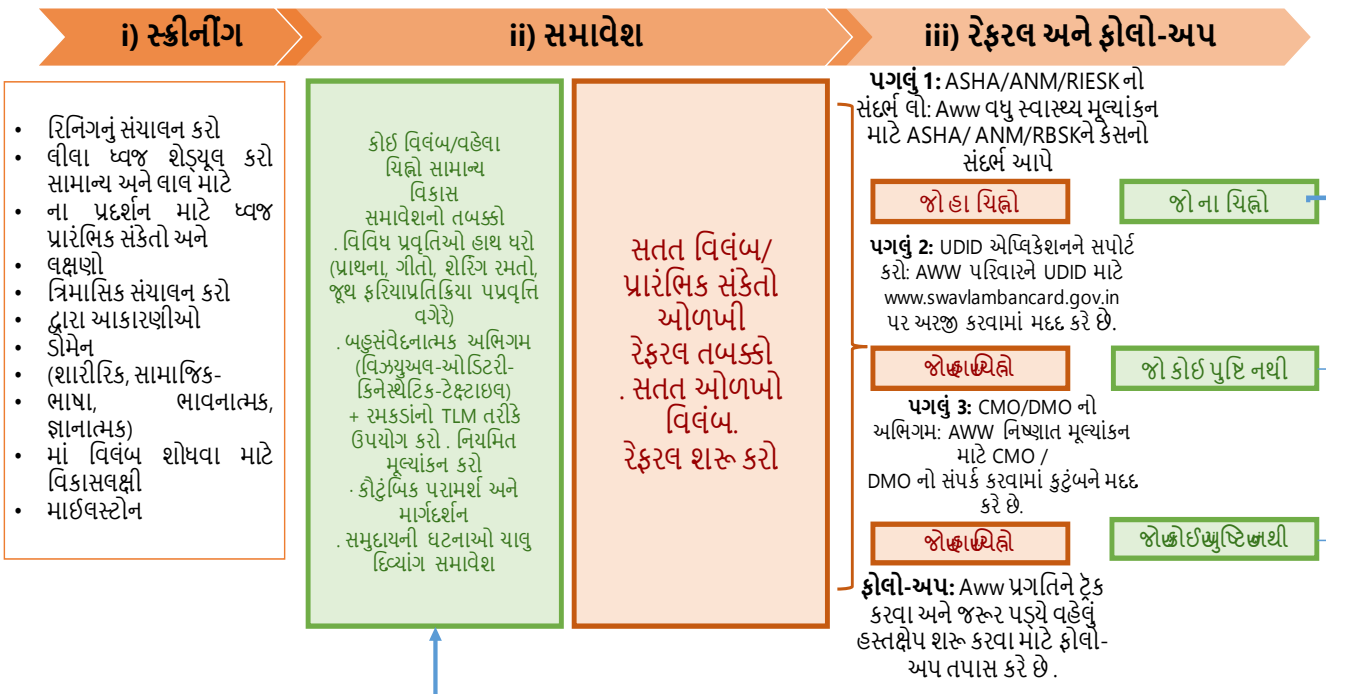
રેફરલ માટે ત્રણ પગલાં:

- પ્રાથમિક આરોગ્ય કેન્દ્રમાં નિર્ધારિત કરવા અને વૃદ્ધિમાં મદદ કરવા માટે ASHA/ANM નો સંદર્ભ લો.
- UDID અને વિકલાંગતા પ્રમાણપત્ર માટે www.swavlambancard.gov.in પર અરજી કરવા પરિવારને

સહાય કરો.. તે RPWD એક્ટ 2016 મુજબ, હોમ ડિસ્ટ્રિક્ટ હોસ્પિટલો તેમજ PWD તબીબી સારવાર લેતી હોસ્પિટલ દ્વારા જારી કરી શકાય છે.

- મૂલ્યાંકન માટે નિષ્ણાતોની ચકાસણી અને સોંપણી માટે મુખ્ય તબીબી અધિકારી (CMO) અથવા જિલ્લા તબીબી અધિકારી (DMO) નો સંપર્ક કરવામાં પરિવારને સમર્થન આપો. મેડિકલ બોર્ડના નિર્ણય પછી, કાર્ડ સ્પીડ પોસ્ટ દ્વારા પરિવારને મોકલવામાં આવે છે.

વિલંબ અને વિકલાંગ બાળકોની સ્ક્રીનીંગ, સમાવેશ અને રેફરલ્સ





પ્રકરણ 6

સામુદાયિક કાર્યકર્તાઓએ આ
માળખાનો ઉપયોગ કેવી રીતે
કરવો જોઈએ

સામુદાયિક કાર્યકર્તાઓ ત્રણ મુખ્ય માધ્યમો દ્વારા બાળ સંભાળને પ્રભાવિત કરી શકે છે: ઘરે, આંગણવાડી કેન્દ્ર અથવા ઘોડિયા ઘરે અને સમુદાય-આધારિત કાર્યક્રમોમાં.

6.1 પ્રારંભિક ઉત્તેજના માટે સંભાળ રાખનારને માર્ગદર્શન

6.1.1 પ્રારંભિક બાળપણની ઉત્તેજના પર સંભાળ રાખનારાઓને માર્ગદર્શન આપવા માટેની રીતો

ઘરની મુલાકાત દરમિયાન

આંગણવાડી કાર્યકરો અને આશાઓ તેઓ જે સમુદાયોમાં સેવા આપે છે ત્યાંના પરિવારો, માતાઓ અને નાના બાળકોની વારંવાર ઘરની મુલાકાત લે છે. સક્ષમ આંગણવાડી અને મિશન પોષણ 2.0 માર્ગદર્શિકામાં ઉલ્લેખ કરવામાં આવ્યો છે કે માતાઓ માટે અથવા બાળક 2 વર્ષનું ન થાય ત્યાં સુધી 18 ઘરની મુલાકાત લેવી આવશ્યક છે.

- સગર્ભા સ્ત્રીઓ માટે 4 મુલાકાતો સૂચવવામાં આવે છે
- બાળકની ઉંમર 0 થી 6 મહિનાની વચ્ચે હોય ત્યારે 9 મુલાકાતો
- 6 મહિના અને 2 વર્ષની વચ્ચે 9 વધુ મુલાકાતો

ઘોડિયા ઘર/કેન્દ્ર પર નિયમિત માસિક બેઠકો દરમિયાન

- માતાઓ દર મહિને છ વર્ષ સુધીના બાળકની ઊંચાઈ અને વજનનું મૂલ્યાંકન કરવા આંગણવાડી કેન્દ્રોની પણ મુલાકાત લે છે. વધુમાં, માતાઓ વારંવાર આંગણવાડી કેન્દ્રમાં વિવિધ આવૃત્તિ પર પૂરક પોષણના સ્વરૂપ તરીકે તેમના ટેક હોમ રાશન (ઘરે લઈ જવાય એવું રાશન) મેળવવા માટે આવે છે.

સમુદાય ઘટનાઓ દ્વારા

- આંગણવાડી કાર્યકર, મિશન પોષણ 2.0 અને ગ્રામ્ય આરોગ્ય સ્વચ્છતા અને પોષણ દિવસો (VHSNDs) હેઠળ સમુદાય-આધારિત ઇવેન્ટ્સ (CBEs) દરમિયાન, સ્થાનિક નિર્ણય લેનારાઓ અને વ્યાપક સમુદાય સાથે પ્રારંભિક ઉત્તેજનાની આસપાસ અસરકારક માહિતી, શિક્ષણ અને સંચાર પ્રવૃત્તિઓ પણ હાથ ધરી શકે છે. દરેક આંગણવાડી કેન્દ્રમાં દર મહિને બે વાર CBEનું આયોજન કરવું ફરજિયાત છે, અને પોષણ માહ અને પોષણ પખવાડા દરમિયાન તેને વધારવામાં આવે છે. બાલ વિકાસ સમિતિના સભ્યો, સમુદાયના આગેવાનો, પંચાયતના સભ્યો, સ્વસહાય જૂથો અને અન્ય મહિલા જૂથો, સ્થાનિક NGO, વહીવટી કર્મચારીઓ, ખાસ કરીને જિલ્લા અને બ્લોક સ્તરે (ICDS, WCD, આરોગ્ય, શિક્ષણ, બાળ સુરક્ષા, પુનર્વસન, અપંગતા વગેરે) આમંત્રિત કરી શકાય છે

6.1.2 પ્રારંભિક બાળપણ ઉત્તેજના પર સંભાળ રાખનારાઓને માર્ગદર્શન પૂરું પાડવા માટેની માર્ગદર્શિકા

1. માતાપિતા અને સંભાળ રાખનારાઓને અનુરૂપ માર્ગદર્શન પ્રદાન કરો: આંગણવાડી કાર્યકરો અને આશા દરેક બાળકની ઉંમર અને ક્ષમતાઓના આધારે યોગ્ય સત્ર યોજનાને કોસ-ચેક કરવા માટે માસિક ઉત્તેજન યોજનાનો ઉપયોગ કરી શકે છે. તેઓ આ દસ્તાવેજનો ઉપયોગ માતા-પિતા સાથે પ્રતિભાવાત્મક સંભાળની પ્રથાઓ અને દરેક બાળકની ઉંમર અને ક્ષમતાઓને અનુરૂપ રમત-આધારિત પ્રવૃત્તિઓ અંગેની ચર્ચાઓને માર્ગદર્શન આપવા સંદર્ભ તરીકે કરી શકે છે.

2. બાળકોના વિકાસનું નિરીક્ષણ કરો અને માતાપિતાને સલાહ આપો: માળખામાં વિકાસલક્ષી લક્ષ્યોનો વ્યાપક પૂલ અને સ્ક્રીનીંગ શેડ્યુલનો સમાવેશ થાય છે. AWWસ અને ASHA's શેડ્યુલનો ઉપયોગ એ તપાસવા માટે કરી શકે છે કે બાળક અપેક્ષિત ગતિએ વિકાસ કરી રહ્યું છે કે કેમ અને જો કોઈ વિલંબ દેખાય તો માતા-પિતાને ધ્યાન અથવા સૂચના આપે છે.

૩. માતાઓની બેઠકો દ્વારા સમુદાયમાં વધુ સારી બાળ સંભાળ વિશે જાગૃતિ બનાવો: આ ફેમવર્ક વર્ણવે છે કે કેવી રીતે બાળકો પ્રત્યે તેમના પ્રથમ ત્રણ વર્ષમાં પ્રતિભાવશીલ સંભાળ રાખવાનો અભિગમ અપનાવવો. ઘોડિયા ઘર વર્કર માતાપિતા સાથે તે શેર કરી શકે છે અને ચર્ચા કરી શકે છે અને તેમને પ્રતિભાવશીલ સંભાળ રાખનારા બનવામાં મદદ કરી શકે છે.

ઘરની મુલાકાતની તૈયારી માટે નમૂના માર્ગદર્શિકા

- પગલું 1: બાળકની ઉંમર ઓળખો
- પગલું 2: બાળકની ઉંમર પ્રમાણે હાથ ધરવામાં આવનારી પ્રવૃત્તિઓને ઓળખવા માટે ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિ કેલેન્ડરનો સંદર્ભ લો. દા.ત.: જો બાળક 10 થી 11 મહિનાની વયરેનું હોય તો ઉત્તેજના પરવૃત્તિ કેલેન્ડરના 10મા મહિનામાં દર્શાવેલ પરવૃત્તિઓનો સંદર્ભ લો.
- પગલું 3: કોઈપણ પ્રવૃત્તિઓ હાથ ધરવા માટે જરૂરી અધ્યાપન-શિક્ષણ-સામગ્રી તૈયાર કરો. દા.ત.: જો પ્રવૃત્તિ સામેલ હોય

ઘર-મુલાકાત માર્ગદર્શિકા નમૂના

ઉંમર: 6-8 મહિના

કૌશલ્ય/વિષય: લિપ લેસન(ઓઠથી શિકવું) અને રમકડા ક્યાં છે
સમયગાળો: 45 મિનિટ

પકડો અને સમીક્ષા કરો | 10 મિનિટ

સુખાકારીના પ્રશ્નો
બાળકના સ્વાસ્થ્ય વિશે પૂછપરછ કરો
અગાઉની મુલાકાતની સમીક્ષા કરો



ભાષા પ્રવૃત્તિ: લિપ લેસન(ઓઠથી શિકવું) | 12 મિનિટ

કહો,
આજની પ્રથમ પ્રવૃત્તિને 'લિપ લેસન' કહેવામાં આવે છે.

પ્રદર્શન

પગલું 1: જો માતા-પિતા અને બાળક તમારી હાજરીમાં આરામદાયક અને ખુશ હોય, તો બાળકની બાજુમાં બેસવાની જગ્યા શોધો. હવે બાળક સાથે વાત કરો જ્યાં સુધી તેઓ પોતાનો અવાજ કાઢવાનું શરૂ ન કરે.

પગલું 2: બાળકના અવાજોનું અનુકરણ કરો. "આ, સસ, ઓઓ, ઈ, બબ્બ" બાળક સાથે આંખનો સંપર્ક કરો જેમ તમે આ કરી રહ્યા છો, સ્મિત કરો અને બાળક કેવી પ્રતિક્રિયા આપે છે તેનું અવલોકન કરો.

પગલું 3: હવે ધીમે ધીમે તમારા ચહેરાને બાળકની નજીક ખસેડો અને જેમ તમે અવાજો કરી રહ્યા છો તેમ તેમનો હાથ તમારા મોં પર રાખો. દરેક વખતે અલગ અલગ અવાજો અજમાવીને બાળક સાથે આને થોડી વાર પુનરાવર્તિત કરો.

મહત્વ સમજાવો

તમારે તેમને એ પણ જણાવવું જોઈએ કે આ પ્રવૃત્તિ શા માટે મહત્વપૂર્ણ છે. "નવા અવાજો સાંભળવાથી, તેને પુનરાવર્તિત કરીને અવાજો સાથે રમવાથી અને અવાજ કરતી વખતે મોંને સ્પર્શ કરવાથી બાળકની સાંભળવામાં અને વાતચીત કરવામાં રસ કેળવાય છે. બાળક સાંભળવા અને બોલવા વચ્ચેના સંબંધને પણ સમજવા લાગશે. આ ઉંમરે શરૂ થતી આવી નાની અવાજ પ્રવૃત્તિઓ બાળકની ઉંમર વધવાની સાથે અન્ય લોકો સાથે આત્મવિશ્વાસપૂર્વક વાતચીત કરવાની તકોમાં સુધારો કરશે."

અપેક્ષાઓ સેટ કરવી

પરિવારને સમજાવો કે આ પ્રવૃત્તિ વારંવાર કરી શકાય છે “જો બાળક રમતિયાળ દેખાય અને અવાજો કાઢતું હોય તો અવાજ સાથે રમવામાં જોડાઓ! તમે આ ત્યારે કરી શકો છો જ્યારે તમે બાળકને તેના સ્નાન પછી તૈયાર કરી રહ્યાં હોવ, અથવા જ્યારે પરિવાર સાંજે ભેગા થાય ત્યારે તમે બાળકને વાતચીતમાં સામેલ કરી શકો છો. જો તમે કરી શકો તો દરરોજ આ કરો - મમ્મા તે કરી શકે છે, પપ્પા કરી શકે છે, દાદી કરી શકે છે. દરેક જણ તે કરી શકે છે!”

રમતની પ્રવૃત્તિ: રમકડું ક્યાં છે | 12 મિનિટ

કહો,
આજની પ્રથમ પ્રવૃત્તિને 'રમકડું ક્યાં છે' કહેવાય છે.

પ્રદર્શન

પગલું 1: બાળકને વસ્તુ બતાવો અને તેની સાથે તેના વિશે વાત કરો. “આ જુઓ? તે શું છે? તે એક ચમચી છે.

પગલું 2: ખાતરી કરો કે તમે બાળક સાથે આંખનો સંપર્ક કરી રહ્યાં છો અને જ્યારે તમે આ કરી રહ્યાં છો ત્યારે તેમની તરફ સ્મિત કરો છો. જો બાળક વસ્તુ માટે પહોંચે છે, તો તેને તે લેવા દો. જો નહિ, તો અન્ય પદાર્થ સાથે પ્રયાસ કરો. બાળકને વસ્તુ સાથે રમવા દો.

પગલું 3: હવે ધીમેધીમે વસ્તુને પાછો લેવાનો પ્રયાસ કરો અને તેને કપડાની નીચે મૂકી કારણ કે તેઓ જોઈ રહ્યા છે. કપડા તરફ ઈશારો કરો અને બાળકને પૂછો “ચમચી ક્યાં છે?” જ્યારે તેઓ કાપડને સ્પર્શ કરવાનો અને વસ્તુ શોધવાનો પ્રયાસ કરે છે ત્યારે તેમને કાળજીપૂર્વક પકડી રાખો. બાળક સાથે વાત કરો અને તેમના પ્રયત્નો માટે તેમની પ્રશંસા કરો! “ખૂબ સરસ બેબી! શું તમને ખબર પડી કે ચમચી કપડાની નીચે છે?”

મહત્વ સમજાવો

હવે તમે તેમને કહી શકો છો કે આ પ્રવૃત્તિ શા માટે મહત્વપૂર્ણ છે. “આ પ્રવૃત્તિ બાળકના મગજ માટે એક મનોરંજક કોયડા જેવી છે. બાળક સમજવાનું શરૂ કરશે કે જ્યારે તમે તેમને સીધા જોઈ શકતા નથી ત્યારે પણ વસ્તુઓ હાજર છે. તેઓ છુપાયેલા પદાર્થને શોધવા માટે તેમની સ્પર્શની ભાવના, તેમની આંખો, તેમના કાન, દરેક વસ્તુનો ઉપયોગ કરશે. આ બધું તેમની જ્ઞાનાત્મક ક્ષમતાઓને સુધારશે!”

અપેક્ષાઓ સેટ કરવી

પરિવારને સમજાવો કે આ પ્રવૃત્તિ વારંવાર કરી શકાય છે “જ્યારે પણ તમે બાળકને રમતિયાળ મૂડમાં જોશો ત્યારે તમે તેની સાથે આ પ્રવૃત્તિ કરી શકો છો. બાળક અને તેમના તમામ સંભાળ રાખનારાઓ માટે આ એક મહાન બંધન પ્રવૃત્તિ હોઈ શકે છે! જો તમે કરી શકો તો દરરોજ આ કરો અને યાદ રાખો કે મમ્મી આ કરી શકે છે, પપ્પા કરી શકે છે, દાદા કરી શકે છે. દરેક જણ તે કરી શકે છે!”

વાલીપણની ટીપ | 6 મિનિટ

આજના દિવસના પેરેન્ટિંગ ટિપ પર માતાપિતાનું ધ્યાન દોરવાનો હવે ઉત્તમ સમય છે. "શું તમે નોંધ્યું છે કે જ્યારે પણ હું બાળક સાથે રમી રહ્યો હતો ત્યારે હું આંખનો સંપર્ક કરતો હતો અને તેમની તરફ હસતો હતો? આવું કરવાથી બાળક જ્યારે તમારી સાથે વાતચીત કરી રહ્યું હોય ત્યારે તેને વિશેષ અને સુરક્ષિત અનુભવે છે. તે તેમને બતાવે છે કે તમે તેમની કાળજી લો છો અને તમે તેમના પર ધ્યાન આપો છો! તેથી દરરોજ ઓછામાં ઓછી થોડી વાર આ કરવાનું યાદ રાખો - અને જો બાળકના તમામ સંભાળ રાખનારાઓ તેમને બતાવે કે તમે કાળજી લો છો, તો બાળક સુરક્ષિત અને આત્મવિશ્વાસથી મોટો થશે."

સંક્ષિપ્ત કરવું, દૃઢ કરવું, પ્રોત્સાહિત કરવું | 5 મિનિટ

આગામી મુલાકાત વિશે માતાપિતાને જાણ કરીને ઘરની મુલાકાતને સમાપ્ત કરો.

- **દૃઢ કરો :** "આવતા મહિને નવા રમકડાં અને રમતો સાથે મળીશું. હું આશા રાખું છું કે તમે પ્રવૃત્તિઓ કરી રહ્યા છો અને બાળક સાથે આંખનો સંપર્ક કરી રહ્યા છો.
- **"પ્રોત્સાહન આપો:** "બાળક આવા સુંદર સંભાળ રાખનારાઓ માટે ખૂબ નસીબદાર છે!

6.2 કેન્દ્ર/ઘોડિયા ઘર ખાતે બાળ સંભાળ અને ઉત્તેજન

વધુમાં, ઘોડિયા ઘરના કાર્યકર, પછી ભલેને આંગણવાડી-કમ-ઘોડિયાઘર કે એકલું ઘોડિયાઘર, આવશ્યક બાળ-સંભાળ સેવાઓ પૂરી પાડે છે, મોટી સંખ્યામાં મહિલાઓને કર્મચારીઓમાં પ્રવેશવા સક્ષમ બનાવે છે, કુટુંબની નાણાકીય સ્થિરતામાં સુધારો કરે છે, અને ભવિષ્યમાં બાળકોને આરોગ્યસંભાળ અને શિક્ષણની શ્રેષ્ઠ સંભવિત એક્સેસ મળે તેની ખાતરી કરે છે. આ સામુદાયિક કામદારોની મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકાઓને વિશ્વસનીય વ્યક્તિ તરીકે ઓળખવા અને તેનો લાભ લેવો આ માળખું તેમના હાલના પ્રયત્નોને સમર્થન આપવા માટે માર્ગદર્શક અને સાથી તરીકે કામ કરે છે. ખાસ કરીને પ્રારંભિક બાળપણની ઉત્તેજના પર ભાર મૂકવા માટે રચાયેલ માળખું પ્રોગ્રામેટિક મધ્યસ્થીમાં એક વ્યાપક પાયાનો પથ્થર બની જાય છે.

6.2.1. કેન્દ્ર/ઘોડિયાઘર ખાતે બાળઉછેર અને ઉત્તેજના માટેની માર્ગદર્શિકા

2023 માં બહાર પાડવામાં આવેલ પલના સ્કીમ માટેની સ્ટાન્ડર્ડ ઓપરેટિંગ પ્રોસિજરમાં દર્શાવેલ છે કે, ત્રણ વર્ષથી નીચેના બાળકોની સંભાળ માટે જવાબદાર કોઈપણ ઘોડિયા ઘર વર્કર બાળકના સર્વાંગી વિકાસમાં મદદ કરશે, પોષણ સંભાળ અને વય-યોગ્ય જ્ઞાનાત્મક ઉત્તેજના પ્રદાન કરશે. આદેશોને અનુરૂપ, માળખું ઘોડિયા ઘરના કામદારોને નીચેના કાર્યો કરવામાં મદદ કરી શકે છે:

1. ત્રણ વર્ષથી નીચેના બાળકો માટે ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરો: ઘોડિયા ઘરના કામદારો તેમની નજર હેઠળના બાળકો માટે ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરવા માટે માળખામાં પ્રવૃત્તિ કેલેન્ડરનો ઉપયોગ કરી શકે છે. કેલેન્ડર દરેક પ્રવૃત્તિ માટે જરૂરી રમત સામગ્રીની યાદી આપે છે, ઘોડિયા ઘરના કામદારો દ્વારા મેળવી શકાય છે અથવા બનાવી શકાય છે.

2. બાળકોના વિકાસ પર દેખરેખ રાખો અને માતાપિતાને સલાહ આપો: માળખામાં વિકાસલક્ષી લક્ષ્યોનો વ્યાપક પૂલ અને સ્ક્રીનીંગ શેડ્યૂલનો સમાવેશ થાય છે, ઘોડિયા ઘરના કામદારો નો ટ્રેક રાખવા માટે સ્ક્રીનિંગ શેડ્યૂલનો ઉપયોગ કરી શકે છે.



6.2.2 પેરેન્ટલ માર્ગદર્શન

1. માતાપિતા અને સંભાળ રાખનારાઓને અનુરૂપ માર્ગદર્શન પૂરું પાડો: આંગણવાડી કાર્યકરો અને આશા દરેક બાળકની ઉંમર અને ક્ષમતાઓના આધારે યોગ્ય સત્ર યોજનાને કોસ-ચેક કરવા માટે માસિક ઉત્તેજન યોજનાનો ઉપયોગ કરી શકે છે. તેઓ આ દસ્તાવેજનો ઉપયોગ માતા-પિતા સાથે પ્રતિભાવશીલ સંભાળની પ્રથાઓ અને દરેક બાળકની ઉંમર અને ક્ષમતાઓને અનુરૂપ રમત-આધારિત પ્રવૃત્તિઓ અંગેની ચર્ચાઓને માર્ગદર્શન આપવા સંદર્ભ તરીકે કરી શકે છે.

2. બાળકોના વિકાસનું નિરીક્ષણ કરો અને માતાપિતાને સલાહ આપો: માળખામાં વિકાસલક્ષી લક્ષ્યોનો વ્યાપક પૂલ અને સ્ક્રીનીંગ શેડ્યૂલનો સમાવેશ થાય છે. AWWIS અને ASHA's શેડ્યૂલનો ઉપયોગ બાળક અપેક્ષિત ગતિએ વિકાસ કરી રહ્યું છે કે કેમ તે તપાસવા માટે કરી શકે છે અને જો કોઈ વિલંબ જણાય તો માતાપિતાને ધ્યાન અથવા સૂચના આપે છે.

3. માતાઓની બેઠકો દ્વારા સમુદાયમાં વધુ સારી બાળ સંભાળ વિશે જાગૃતિ બનાવો: આ માળખું વર્ણવે છે કે કેવી રીતે બાળકો પ્રત્યે તેમના પ્રથમ ત્રણ વર્ષમાં પ્રતિભાવશીલ સંભાળ રાખવાનો અભિગમ અપનાવવો. ઘોડિયા ઘરના કામદારો માતાપિતા સાથે તે શેર કરી શકે છે અને ચર્ચા કરી શકે છે અને તેમને પ્રતિભાવશીલ સંભાળ રાખનારા બનવામાં મદદ કરી શકે છે.



પ્રકરણ 7

સહાયક વાતાવરણ
બનાવવું

7.1 સામુદાયિક કાર્યકર્તાઓને સક્ષમ અને સશક્તિ કરવું

આંગણવાડી કાર્યકરો, આશાઓ અને ઘોડિયા ઘરની કાર્યકર્તાઓ માતા-પિતા અને પરિવારોને બાળકોની સંભાળમાં સહાય કરીને અથવા પૂરક બાળ સંભાળ સેવાઓ પૂરી પાડીને મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે. તેથી, સામુદાયિક કાર્યકર્તાઓ માટે નિયમિત અને અર્થપૂર્ણ તાલીમ એ સુનિશ્ચિત કરવા માટે જરૂરી છે કે ઉત્તેજના કાર્યક્રમો કાળજી અને કાર્યક્ષમતા સાથે અમલમાં આવે. ત્યાં વિવિધ માધ્યમો છે જેના દ્વારા જરૂરી જ્ઞાન, માનસિકતા અને કૌશલ્યોનો પ્રસાર કરી શકાય છે. નીચેના વિભાગમાં, અમે આવી કેટલીક ચેનલો જોઈશું.

‘પોષણ ભી પઢાઈ ભી’ હેઠળ આંગણવાડી કાર્યકર તાલીમ: પોષણ ભી પઢાઈ ભી કાર્યક્રમનું એક મહત્વપૂર્ણ પાસું આરોગ્ય અને પોષણના મહત્વપૂર્ણ પાસાઓ સાથે શિક્ષણ અને ઉત્તેજનાના મહત્વને પ્રકાશિત કરવાનું છે. કાર્યક્રમના ભાગ રૂપે આયોજિત CDPO, સુપરવાઈઝર અને આંગણવાડી કાર્યકર તાલીમ બાળકના મગજના વિકાસમાં પ્રથમ ત્રણ વર્ષના મહત્વને પ્રકાશિત કરવા તથા ઘરે મુલાકાતો અને સંભાળ રાખનાર પરામર્શ દ્વારા બાળકોની જ્ઞાનાત્મક ઉત્તેજનાને ટેકો આપવામાં આંગણવાડી કાર્યકરની ભૂમિકાને મજબૂત બનાવવાની એક સંપૂર્ણ તક પૂરી પાડે છે.

1. ડિજિટલ અને પ્રિન્ટ સંસાધનોનું વિતરણ: સુંદર રીતે ડિઝાઇન કરાયેલ ડિજિટલ અને પ્રિન્ટ સામગ્રી જેમ કે સ્ટિમ્યુલેશન એક્ટિવિટી કેલેન્ડર અને રિસ્પોન્સિવ કેરગિવિંગ, સર્વ એન્ડ રીટર્ન, ટોક-પ્લે-લવ, પોઝિટિવ ગાઇડન્સ અને વધુ પરના પોસ્ટરો સમુદાય કાર્યકરોને તેમના સ્માર્ટફોન પર ઉપલબ્ધ બનાવવા જોઈએ જેથી તેઓ તેનો સંદર્ભ લઈ શકે સાથે જ તેમના સંબંધિત કેન્દ્રો અથવા ઘોડિયાઘરમાં પ્રદર્શિત કરવા માટે ઉપલબ્ધ કરાવવા જોઈએ. સરળ ભાષા, સાંસ્કૃતિક રીતે વૈવિધ્યસભર અને આકર્ષક ચિત્રો અને વ્યવહારુ સૂચનાત્મક ડિઝાઇનનો ઉપયોગ કરતા સંસાધનો સારી પ્રથાઓનો સ્વીકાર વધારી શકે છે. ઈસીસીઈ ટાસ્ક ફોર્સ દ્વારા વ્યાપક માહિતી, શિક્ષણ અને સંદેશાવ્યવહાર (IEC) સામગ્રીનો ઉપયોગ કરવાની ભલામણ કરવામાં આવે છે, જેમ કે:

- a. બાળકો અને નાના બાળકો માટે રમત પ્રવૃત્તિઓનું પ્રદર્શન
- b. સંપૂર્ણ બાળ સંભાળ પર મુખ્ય સંદેશાઓ સાથે ઇન્ટરેક્ટિવ પ્રકૃતિના ચિત્રાત્મક પોસ્ટર પ્રદર્શનો, અર્થઘટન અને ચર્ચા કરવામાં મદદ કરતા સ્વયં સેવકો
- c. સર્વાંગી બાળ સંભાળ અંગેની માહિતી સંબંધિત ક્વિઝ
- d. વ્યાપક બાળ સંભાળ માહિતી પર ક્વિઝ

e. કચરા અથવા સસ્તી સામગ્રીમાંથી રમકડાં બનાવવા માટે અલગ સ્થાન

f. લોકભાષામાં મુખ્ય સંદેશા આપતાં શેરી નાટકો

g. ટૂંકી ફિલ્મો, ત્યારબાદ પ્રશ્નોત્તરી સત્રો

2. સમાવેશનનું વાતાવરણ બનાવવું: તમામ સમુદાય કાર્યકરોને દિવ્યાંગ અથવા વિકલાંગતા પ્રોટોકોલના ભાગ રૂપે ચોક્કસ પગલાંઓ પર તાલીમ આપવી જોઈએ. તે જ સમયે, તમામ સમુદાય કાર્યકરો સાથે કાળજી અને આદર સાથે વર્તવાથી, તેમની પૃષ્ઠભૂમિ ગમે તે હોય, તેઓ જે સમુદાયો સાથે સંપર્ક કરે છે તેમાં સમાવેશનના ચેમ્પિયન બનવા માટે પ્રોત્સાહિત થઈ શકે છે. DEPWD સાથે સંકલન બાળકોને સ્કીનીંગ અને સ્વાવલંબન કાર્ડની એક્સેસમાં મદદ કરી શકે છે.

3. પોષણ ટ્રેકર એપ જેવી ડિજિટલ એપ્લિકેશનો: પોષણ ટ્રેકર એપ જેવી ડિજિટલ એપ્લિકેશનો સુસંગત અને અદ્યતન સંસાધનો, માર્ગદર્શિકા અને સૂચનાઓ દ્વારા સમુદાય કાર્યકરોને એન્ડ-ટુ-એન્ડ સપોર્ટ પૂરો પાડવાની એક અનોખી તક પૂરી પાડે છે. પાલના 1000 એપ માટે આરોગ્ય મંત્રાલય સાથે જોડાણ ઉત્તેજનામાં મદદ કરી શકે છે.

4. બજેટરી જોગવાઈઓ: સક્ષમ આંગણવાડી અને પાલના યોજના માર્ગદર્શિકા હેઠળ ઉત્તેજના અને રમત સામગ્રી માટે બજેટરી જોગવાઈઓ કરવામાં આવી છે. સ્વદેશી રમકડાં, વય-યોગ્ય સામગ્રી, જરૂરિયાત મુજબ માળખાગત સુવિધાઓમાં સુધારો વગેરે સમુદાય કાર્યકરોને ઉચ્ચ ગુણવત્તાવાળા પ્રારંભિક બાળ ઉત્તેજના પ્રદાન કરવામાં મદદ કરશે. શિક્ષણ વિકાસ કાર્યક્રમો સાથે છ વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળકોના સર્જનાત્મક, સામાજિક, ભાવનાત્મક, જ્ઞાનાત્મક અને બૌદ્ધિક વિકાસને ઉત્તેજિત કરવા માટે, સક્ષમ આંગણવાડી વધુ સારી માળખાગત સુવિધાઓ સાથે વધુ સેવાઓ પૂરી પાડે છે, જેમાં ઇન્ટરનેટ/વાઇફાઇ કનેક્ટિવિટી, એલઇડી સ્ક્રીન, પાણી શુદ્ધિકરણ/આરઓ મશીનનું સ્થાપન અને સ્માર્ટ લર્નિંગ એડ્સ, ઓડિયો-વિડિયો અલ એડ્સ, બાળ અનુકૂળ શિક્ષણ સાધનો અને કલાકૃતિ (શૈક્ષણિક ચિત્રકામ, બાળકો માટે પ્રેક્ટિસ બોર્ડ, માહિતી બોર્ડ) વગેરેનો સમાવેશ થાય છે.

5. રાજ્ય-વિશિષ્ટ જોગવાઈઓ: કલમ 1.3 માં ઉલ્લેખિત રાજ્યોએ વ્યાપક પગલાં લીધાં છે, જે સમુદાય કાર્યકરો માટે સહાયક વાતાવરણ પણ બનાવી શકે છે.

7.2 માતાપિતા, પરિવાર અને સમુદાયની ભૂમિકા

બાળકનો સંપૂર્ણ વિકાસ સુનિશ્ચિત કરવો એ તેની આસપાસના પુખ્ત વયના લોકોનો સામૂહિક વિશેષાધિકાર છે, માતાપિતા અને નજીકના પરિવારના સભ્યોથી લઈને પડોશ અને સમુદાય સુધી. આ ખાસ કરીને ભારત જેવા દેશમાં સાચું છે, જ્યાં બાળકોનો ઉછેર સમુદાયની મજબૂત ભાવના સાથે થાય છે, તેઓ તેમના પડોશીઓના ઘરે ખાય છે અને રમે છે અને સમુદાયના તમામ વડીલોના ડહાપણ દ્વારા માર્ગદર્શન મેળવે છે. તેથી, આ બધા પ્રાથમિક અને ગૌણ સંભાળ રાખનારાઓ માટે તેમની ભૂમિકાઓ પ્રત્યે જાગૃત થવું અને બાળ સંભાળમાં જવાબદારીપૂર્વક તેમની ભૂમિકા ભજવવી જરૂરી છે.

માતાપિતાની ભૂમિકા: ઐતિહાસિક રીતે, ભારતમાં અને વૈશ્વિક સ્તરે બાળઉછેરનો ભાર મહિલાઓના ખભા પર રહ્યો છે. સ્ત્રીઓ ઘણીવાર બાળકને ખવડાવવા, નવડાવવા અને સૂવા દેવા જેવા કાર્યો કરે છે, જેમાં પરિવારના પુરુષ સભ્યો કમાણી કરે છે, બાળકને ઘરની બહાર લઈ જાય છે અને બજારમાંથી રમકડાં અને અન્ય સામગ્રી ખરીદે છે. જોકે, બાળકના જીવનના શરૂઆતના વર્ષો સૌથી પ્રભાવશાળી હોય છે, અને માતાપિતા માટે સંભાળના કાર્યને સમાન રીતે વહેંચવા અને માતાપિતા-બાળકની ક્રિયાપ્રતિક્રિયાઓમાં લિંગ-વિશિષ્ટ અભિગમો પર ભાર ન મૂકવા જેવી લિંગ-તટસ્થ વાલીપણની પ્રથાઓ અપનાવવાનો આ ઉત્તમ સમય છે. આવી પ્રથાઓ ખાતરી કરશે કે બંને સંભાળ રાખનારાઓને સારી રીતે ટેકો મળે અને તમામ જાતિના બાળકો શારીરિક અને ભાવનાત્મક સલામતી અને સંતુલનનો અનુભવ કરે.

પરિવારની ભૂમિકા: માતાપિતા ઉપરાંત, દાદા-દાદી, કાકા-કાકા અને ભાઈ-બહેન જેવા પરિવારના સભ્યો બાળઉછેરમાં સૌથી મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે. એવી પરિસ્થિતિઓમાં જ્યાં પરિવારના ઘણા સભ્યો એક જ ઘરમાં અથવા એકબીજાની નજીક રહેતા હોય, ત્યાં પરિવારના સભ્યો અસંખ્ય રીતે ટેકો આપી શકે છે, જેમ કે માતાપિતા દ્વારા કરવામાં આવતા ઘરના કામકાજ, ખાસ કરીને બાળજન્મ પછીના મહિનાઓમાં, બાળક સાથે હકારાત્મક અને રમતિયાળ વાતચીત કરવી અને જરૂર પડે ત્યારે રોજિંદા બાળઉછેરના કાર્યોને સરળ બનાવવા. આ પ્રકારનો ટેકો બાળકની સફળતાની શક્યતાઓને સુધારે છે, જેનાથી ઘણા અદ્ભુત સંબંધો સ્થાપિત થાય છે; તે માતાપિતા દ્વારા અનુભવાતા તણાવને પણ ઓછો કરે છે, જેનાથી તેઓ વધુ સારો બાળઉછેર કરવામાં સક્ષમ બને છે.

સમુદાયની ભૂમિકા: સમુદાયમાં દરેક વ્યક્તિ એક સુરક્ષિત અને હકારાત્મક વાતાવરણ બનાવવા માટે જવાબદાર છે જેમાં બાળક ખીલી શકે અને વિકાસ કરી શકે. ઘર અને સમુદાયમાં પ્રતિકૂળ બાળપણના અનુભવો જેમ કે ઘરેલુ હિંસા, જાતીય હિંસા, માદક દ્રવ્યોનો દુરુપયોગ વગેરે બાળકના જ્ઞાનાત્મક અને ભાવનાત્મક વિકાસ પર નકારાત્મક અસર કરે છે. બાળકમાં સંતુલિત અને

ન્યાયી માનસિકતા વિકસાવવા માટે ઘર અને સમુદાયમાં સ્ત્રી સુરક્ષા અને સશક્તિકરણ સહિત લિંગ સમાનતાનું મોડેલિંગ ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ છે. સ્ત્રી સાક્ષરતા અને શ્રમબળમાં ભાગીદારી સુધારવાનો એકંદર રાષ્ટ્રીય સંદર્ભ આ વલણમાં ફાળો આપે છે. સમુદાયના બધા સભ્યો બાળક અને તેમના સંભાળ રાખનાર પર નજર રાખી શકે છે અને શક્ય તેટલા બધા રીતે તેમને ટેકો આપી શકે છે. સમુદાય નાના બાળકો માટે ભેગા થવા અને એકબીજા સાથે રમવા માટે જગ્યાઓ પણ નિયુક્ત કરી શકે છે. બાળકને સુરક્ષિત સામાજિક ક્રિયાપ્રતિક્રિયા માટે તકો પૂરી પાડવા ઉપરાંત, આવી જગ્યાઓ તેમના સંભાળ રાખનારાઓ વચ્ચે વિચારો અને પ્રથાઓનું આદાનપ્રદાન પણ સક્ષમ બનાવી શકે છે. દેશભરમાં વ્યાપક માસ મીડિયા ઝુંબેશ હાથ ધરવી જોઈએ, જેમાં સેલિબ્રિટી પ્રચારકો, ડિજિટલ, પ્રિન્ટ અને રેડિયો, ઓડિઓવિઝ્યુઅલ સામગ્રી, સ્પર્ધાઓ, સૂત્રો, જિગલ્સ, સંગીત વગેરેનો સમાવેશ થાય છે.



7.3 નવીનતા માટે ટેકનોલોજીનો લાભ ઉઠાવવો

ભારતમાં ડિજિટલ કનેક્ટિવિટી અને ટેકનોલોજીકલ જાગૃતિમાં ઉછાળાના યુગમાં, વ્યૂહાત્મક ટેકનોલોજીકલ હસ્તક્ષેપો દ્વારા પ્રારંભિક બાળ વિકાસની ગુણવત્તા અને સુલભતા વધારવાની એક અનોખી અને મૂલ્યવાન તક રહેલી છે. નવેમ્બર 2023 ના ટેલિકોમ રેગ્યુલેટરી ઓથોરિટી ઓફ ઇન્ડિયાના ડેટા મુજબ, ભારતમાં 880 મિલિયનથી વધુ ઇન્ટરનેટ વપરાશકર્તાઓ છે. વ્યાપક ડિજિટલ પ્રવેશ અને વધેલી ટેકનોલોજીકલ સાક્ષરતા પ્રારંભિક બાળ ઉત્તેજના અને વિકાસના ક્ષેત્રમાં ટેકનોલોજીને એકીકૃત કરવા માટે એક આદર્શ પૃષ્ઠભૂમિ પૂરી પાડે છે. કેટલાક વિચારો જે વર્ણ શકાય એવા છે તે નીચે મુજબ છે:

1. જ્ઞાન વહેંચણી માટે મેસેજિંગ એપ્લિકેશન્સ: ભારતના પરિવારોનો એક મોટો ભાગ સંદેશાવ્યવહાર માટે WhatsApp અને અન્ય મેસેજિંગનો ઉપયોગ કરે છે. તેથી, મેસેજિંગ પ્લેટફોર્મનો ઉપયોગ દેશભરમાં પ્રમાણમાં ઓછી કિંમતે ટેક્સ્ટ, છબી, ઓડિયો અને વિડિયો ફોર્મેટમાં વિવિધ ડિજિટલ સામગ્રી શેર કરવા માટે થઈ શકે છે. આ પ્લેટફોર્મ વન-ઓન-વન ક્રિયાપ્રતિક્રિયાઓ માટે પરવાનગી આપે છે, જેનાથી બાળક અથવા સંભાળ રાખનારની જરૂરિયાતો અનુસાર લક્ષિત સંદેશાવ્યવહાર શક્ય બને છે. બીજી બાજુ, WhatsApp ગ્રુપ્સ જેવા ફંક્શન્સનો ઉપયોગ શીખનારાઓનો એક સ્વ-નિર્ભર સમુદાય બનાવવા માટે થઈ શકે છે જે સમાન અનુભવો દ્વારા એકબીજાને ટેકો આપી શકે છે. તેથી, આ રીઅલ-ટાઇમ કોમ્યુનિકેશન પ્લેટફોર્મ શૈક્ષણિક આંતરદૃષ્ટિના નિર્બાધ વિનિમય માટેના એક માર્ગ તરીકે કામ કરે છે, માતાપિતાને શ્રેષ્ઠ બાળ શિક્ષણને પ્રોત્સાહન આપવા માટે જરૂરી જ્ઞાન અને સમજણ સાથે સશક્ત બનાવે છે.

2. આંગણવાડી કાર્યકરો માટે પોષણ ટ્રેકર એપ્લિકેશનનું સંકલન: આંગણવાડી કાર્યકરોને સશક્ત બનાવવા અને માહિતી પ્રસારને સુવ્યવસ્થિત બનાવવા માટે પોષણ ટ્રેકર એપ્લિકેશનમાં પ્રવૃત્તિઓ, સીમાચિહ્નો, ચેકલિસ્ટ્સ અને અન્ય સંસાધનોના વ્યાપક ભંડારને એકીકૃત કરવાં જરૂરી છે. આ કેન્દ્રીયકૃત ડિજિટલ હબ કાર્યક્ષમ સંદેશાવ્યવહાર સુનિશ્ચિત કરે છે અને બાળકોને અસરકારક રીતે ઉત્તેજિત કરવા, તેમની વૃદ્ધિ અને વિકાસનું નિરીક્ષણ કરવા તથા વિકાસલક્ષી વિલંબ અને વિકલાંગતાના પ્રારંભિક સંકેતો માટે તેમની તપાસ કરવા માટે જરૂરી સંસાધનોથી કામદારોને સજ્જ કરે છે.

3. વિકલાંગ બાળકો માટે સમાવેશી ટેકનોલોજી: સમાવેશી પ્રારંભિક બાળ વિકાસને અનુસરીને, ટેકનોલોજી વિકલાંગ બાળકો માટે શીખવામાં રહેલા અંતરને દૂર કરી શકે છે. યુવા સંસ્થાઓ અને સ્ટાર્ટ-અપ્સ વધુને વધુદૃશ્ય અને શ્રાવ્ય ક્ષતિગ્રસ્ત બાળકો માટે સ્પષ્ટ રીતે રચાયેલ બહુ-સંવેદનાત્મક સાધનો ઓફર કરે છે. સ્માર્ટફોન કેમેરા, વોઇસ રેકોર્ડર



અને વિવિધ ડિજિટલ એપ્લિકેશનોને જોડીને, ટેકનોલોજી શીખનારાઓને સંવેદનાત્મક ક્ષતિઓને ધ્યાનમાં લીધા વિના વિશ્વનું અર્થઘટન કરવામાં મદદ કરી શકે છે.

પ્રારંભિક બાળ વિકાસમાં ટેકનોલોજીનો સમાવેશ એ શીખવાના અનુભવોને સમૃદ્ધ બનાવવા માટે એક આશાસ્પદ માર્ગ છે. QR કોડ્સ, એપ્લિકેશન એકીકરણ, સમાવેશી ટેકનોલોજી અને આર્ટિફિશિયલ ઇન્ટેલિજન્સ તથા મશીન લર્નિંગ (AI અને ML) જેવા અન્ય આગામી નવીનતાઓનો ઉપયોગ આજના ડિજિટલ વાસ્તવિકતા સાથે સુસંગત છે. તે બાળકોમાં તેમના શરૂઆતના વર્ષોમાં શ્રેષ્ઠ રીતે શીખવાની અને વિકાસની સંભાવનાને મહત્તમ બનાવે છે. આવા વિચારશીલ એકીકરણ દ્વારા, આપણે ખાતરી કરી શકીએ છીએ કે ટેકનોલોજી એક સમાવેશી શક્તિ બને, એક વધુ સશક્ત સમાજને પ્રોત્સાહન આપે જ્યાં દરેક બાળકને ખીલવાની તક મળે.

એનેક્સર્સ



એનેકસર્સ

એનેકસર I: રાષ્ટ્રીય પ્રારંભિક બાળ સંભાળ અને શિક્ષણ (ECCE) અભ્યાસક્રમ પર આંતરિક સમિતિ, 2024

મહિલા અને બાળ વિકાસ મંત્રાલય

રાષ્ટ્રીય પ્રારંભિક બાળ સંભાળ અને શિક્ષણ (ECCE) અભ્યાસક્રમ પર આંતરિક સમિતિ, 2024

રાષ્ટ્રીય શિક્ષણ નીતિ (NEP) 2020, જે પ્રારંભિક બાળ સંભાળ અને શિક્ષણ (ECCE) માટે સાર્વત્રિક સુલભતાના તેના વિઝન સાથે, 3-8 વર્ષના શિક્ષણના પાયાના તબક્કા માટે વિકસિત અભ્યાસક્રમની જરૂરિયાત પર ભાર મૂકે છે. તે પાયાના તબક્કા માટે રાષ્ટ્રીય અભ્યાસક્રમ માળખું (NCF-FS) 2022 સાથે સંરેખિત કરીને આંગણવાડીઓમાં ઈસીસીઈના સમગ્ર માળખાને મજબૂત બનાવવાની તક પૂરી પાડે છે. આ નીતિ ભલામણ કરે છે કે બાળકો આંગણવાડી કેન્દ્રો (સમુદાયમાં સ્થિત અથવા શાળાઓ સાથે સહ-સ્થિત), શાળાઓમાં પૂર્વ-પ્રાથમિક વર્ગો (સરકારી અથવા ખાનગી), અને સ્વતંત્ર પૂર્વ-શાળાઓમાં ઈસીસીઈ કાર્યક્રમોમાં હાજરી આપે.

મહિલા અને બાળ વિકાસ મંત્રાલય (MWCD) એ રાષ્ટ્રીય ઈસીસીઈ અભ્યાસક્રમ માળખું (2013), ઈસીસીઈ માટે ગુણવત્તા માપદંડો અને પૂર્વ-શાળા કીટ, વય-યોગ્ય વર્કબુક અને બાળ મૂલ્યાંકન કાર્ડ (2017) માટે રાષ્ટ્રીય પ્રોટોકોલ વિકસાવ્યું છે. આ સંસાધનો બધા રાજ્યો/કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશોમાં આપવામાં આવ્યા હતા જેથી તમામ આંગણવાડી કેન્દ્રો (AWCs) પર સંદર્ભીકરણ અને અમલીકરણ કરી શકાય. ઘણા રાજ્યો/કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશોએ MWCD દ્વારા બહાર પાડવામાં આવેલા 2013 રાષ્ટ્રીય ઈસીસીઈ અભ્યાસક્રમના આધારે તેમના વાર્ષિક સંદર્ભિત ઈસીસીઈ અભ્યાસક્રમ વિકસાવ્યો અને તેને અંતિમ સ્વરૂપ આપ્યું છે.

માર્ચ 2022 માં MWCD દ્વારા રચાયેલ ઈસીસીઈ ટાસ્ક ફોર્સની ભલામણો અનુસાર, NEP, 2020 અને NCF-FS, 2022 ના પ્રકાશમાં હાલના રાષ્ટ્રીય ઈસીસીઈ અભ્યાસક્રમ ફ્રેમવર્ક 2013 ની સમીક્ષા કરવાની જરૂર છે. નેશનલ ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ પબ્લિક કોઓપરેશન એન્ડ યાઇલ્ડ ડેવલપમેન્ટ (NIPCCD) ને આ જવાબદારી સોંપવામાં આવી છે.

સર્વત્રાહી અભ્યાસક્રમની રચના સુનિશ્ચિત કરવા માટે, એક આંતરિક સમિતિની રચના કરવામાં આવી છે.

આ સમિતિનો ઉદ્દેશ્ય બાળપણની સંભાળ અને શિક્ષણ (3-6 વર્ષ) અને પ્રારંભિક ઉત્તેજના (0-3 વર્ષ) માટે એક સર્વાંગી અભ્યાસક્રમ તૈયાર કરવાનો છે જે રાષ્ટ્રીય ઈસીસીઈ અભ્યાસક્રમ 2013 ને NCF-FS.

રાજ્યોના અભ્યાસક્રમ દસ્તાવેજોમાંથી શ્રેષ્ઠ પ્રથાઓ, બાળ વિકાસ પર નવીનતમ વિજ્ઞાન અને દિવ્યાંગ બાળકોની જરૂરિયાતો સાથે સાંકળે છે. આ અભ્યાસક્રમનો વ્યવહારિક રીતે રાજ્યો અને આંગણવાડીના કાર્યકરો દ્વારા અમલ કરવામાં આવવો જોઈએ.

આ અભ્યાસક્રમમાં નીચેની મુખ્ય વિશેષતાઓ સમાવિષ્ટ હશે:

1. સંપૂર્ણ પ્રારંભિક બાળ સાતત્યને પૂર્ણ કરવું: જન્મથી છ વર્ષ સુધીના મહત્વપૂર્ણ તબક્કાઓને સંબોધિત કરીને, આ દસ્તાવેજ ભારતીય અને આંતરરાષ્ટ્રીય ઈસીસીઈ સંશોધન અને શિક્ષણશાસ્ત્ર પ્રથાઓના આધારે આંગણવાડી કાર્યકર્તાઓ માટે સંદર્ભ માર્ગદર્શિકા તરીકે સેવા આપશે. તે 0-3 વર્ષની વયના લોકો માટે વય-યોગ્ય, ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓ અને પ્રતિભાવશીલ સંભાળ સૂચનો પર ભાર મૂકશે. 0-3 વર્ષની ઉત્તેજનાને પ્રથમ વખત આવરી લેવામાં આવી રહી છે. 3 થી 6 વર્ષના બાળકો માટે, અભ્યાસક્રમમાં યોગ્યતા-આધારિત પાઠ યોજનાઓ અને માસિક વિષયોનો અભિગમ રજૂ કરવામાં આવશે.

2. NCF-FS સાથે સંરેખિત: ઈસીસીઈ અભ્યાસક્રમ શિક્ષણના તમામ ક્ષેત્રોને આવરી લેશે, જે NCF-FS માં દર્શાવેલ ધ્યેયો અને ક્ષમતાઓ સાથે એકીકૃત રીતે સંરેખિત થશે.

3. રાજ્ય અભ્યાસક્રમ દસ્તાવેજો સાથે સંરેખિત: ઉત્તર પ્રદેશ, મહારાષ્ટ્ર, ઓડિશા, મેઘાલય, હરિયાણા, મધ્ય પ્રદેશ, ચંદીગઢ, રાજસ્થાન, છત્તીસગઢ, દિલ્હી, પંજાબ, કાશ્મીર, નાગાલેન્ડ, તમિલનાડુ અને તેલંગાણા સહિત ઓછામાં ઓછા ૧૫ રાજ્ય અભ્યાસક્રમ દસ્તાવેજોનો કાળજીપૂર્વક અભ્યાસ કર્યા પછી દર મહિનાના વિષયો, દૈનિક માળખું, યોગ્યતા પ્રગતિ અને પ્રવૃત્તિ સૂચનોનો સમાવેશ કરવામાં આવશે.

4. ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓ: 0 થી 3 વર્ષની વયના બાળકો માટે, આ અભ્યાસક્રમમાં ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓનું વિગતવાર વર્ણન કરવામાં આવશે અને આંગણવાડી શિક્ષકોને ઘરે સંભાળ રાખનારાઓને શિક્ષિત કરવા તથા તેમનો સમાવેશ કરવા માટે એક મજબૂત સંચાર યોજના પૂરી પાડવામાં આવશે. આનાથી તેઓ ઘરે સંરચિત, સર્વાંગી અને વય-યોગ્ય બાળ વિકાસ ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓમાં જોડાઈ શકશે.

5. દૈનિક ઉપયોગ માટે પાઠ યોજનાઓ: 3 થી 6 વર્ષના વયજૂથ માટે, આ અભ્યાસક્રમમાં વિગતવાર યોગ્યતા-આધારિત પાઠ યોજનાઓ રજૂ કરવામાં આવશે, સાથે સાથે આંગણવાડીઓ માટે દર મહિના માટે વિષયગત અભિગમ, આકર્ષક અને સમૃદ્ધ વાતાવરણને પ્રોત્સાહન આપવામાં આવશે. દૈનિક (4 કલાકનું સમયપત્રક), અઠવાડિક (6 દિવસ) અને માસિક પાઠ યોજનાઓમાં લિંગ અને વિકલાંગતાના સમાવેશની સૂક્ષ્મતા, સૂચવેલ રમકડાં

અને શિક્ષણ સામગ્રી, વિવિધ વય અને કેન્દ્રમાં બાળકોની ક્ષમતા/કૌશલ્ય સમૂહને અનુરૂપ પ્રવૃત્તિમાં વિવિધતાઓ સાથે ચોક્કસ પ્રવૃત્તિઓની વિગતવાર માહિતી આપવામાં આવશે. પાઠ યોજનાઓની રચના એવી રીતે કરવામાં આવશે કે શીખવાની ગતિનું નિરીક્ષણ કરવા, તેમને મજબૂત કરવા, પુનરાવર્તન કરવા અને મુખ્ય શિક્ષણ પરિણામોની સમીક્ષા કરવા માટે પૂરતો સમય અને સુગમતા સુનિશ્ચિત થઈ શકે. **સતત અને વ્યાપક મૂલ્યાંકન (CCE) અને મજબૂત આકારણી:** a અભ્યાસક્રમમાં બાળકોના અઠવાડિક, માસિક અને ત્રિમાસિક નિરીક્ષણ અને મૂલ્યાંકન માટે વર્કશીટ્સ, ચેકલિસ્ટ્સ સહિત વ્યાપક સાધનો પૂરા પાડવામાં આવશે. અવલોકન અને મૂલ્યાંકન ચોક્કસ ક્ષમતાઓ અને શીખવાના પરિણામો સાથે સંરેખિત, દરેક બાળકના વિકાસ અને શીખવાના માર્ગની કાળજીપૂર્વક સમજણ સુનિશ્ચિત કરવામાં મદદ કરે છે.

શીખવાના માર્ગની કાળજીપૂર્વક સમજણ સુનિશ્ચિત કરવામાં મદદ કરે છે.

6. સતત અને વ્યાપક મૂલ્યાંકન (CCE) અને મજબૂત આકારણી: a અભ્યાસક્રમમાં બાળકોના અઠવાડિક, માસિક અને ત્રિમાસિક નિરીક્ષણ અને મૂલ્યાંકન માટે વર્કશીટ્સ, ચેકલિસ્ટ્સ સહિત વ્યાપક સાધનો પૂરા પાડવામાં આવશે. અવલોકન અને મૂલ્યાંકન ચોક્કસ ક્ષમતાઓ અને શીખવાના પરિણામો સાથે સંરેખિત, દરેક બાળકના વિકાસ અને શીખવાના માર્ગની કાળજીપૂર્વક સમજણ સુનિશ્ચિત કરવામાં મદદ કરે છે.

રાષ્ટ્રીય પ્રારંભિક બાળપણ સંભાળ અને શિક્ષણ (ઈસીસીઈ) અભ્યાસક્રમ માળખું, 2024, MWCD ને અંતિમ સ્વરૂપ આપવા માટે આંતરિક સમિતિની રચના

ક્ર. નં.	નામ	હોદ્દો
1.	પ્રો. વેનિતા કૌલ, પ્રોફેસર એમેરિટા, આંબેડકર યુનિવર્સિટી- દિલ્હી	અધ્યક્ષ
2.	શ્રીમતી તૃપ્તિ ગુર્હા, સંયુક્ત સચિવ (MWCD) અને નિયામક (NIPCCD)	સભ્ય
3.	ડૉ. શુભ્રા ચેટર્જી, નિયામક, વિક્રમશિલા શિક્ષણ કેન્દ્ર	સભ્ય
4.	શ્રીમતી સુનિષા આહુજા, શિક્ષણ નિષ્ણાત	સભ્ય
5.	ડૉ. રીતુ ચંદ્રા, નાયબ સચિવ (ECCE અને FLN નીતિ), MoE	સભ્ય
6.	ડૉ. વિભા કૃષ્ણમૂર્તિ, ઉમ્મીદ	સભ્ય
7.	પ્રો. સુનિતી સનવાલ, બાળ વિકાસ વિભાગ, પ્રાથમિક શિક્ષણ, NCERT	સભ્ય
8.	ડૉ. શોભના ગુપ્તા, નાયબ કમિશનર અને ઇન્ચાર્જ (બાળ આરોગ્ય અને RBSK), MoHFW	સભ્ય
9.	સુશ્રી નમ્યા મહાજન, સહ-સ્થાપક, રોકેટ વર્નિંગ	સભ્ય
10.	શ્રીમતી જ્યોતિકા, નાયબ સચિવ, MWCD	સભ્ય
11.	ડૉ. ગીતા ચોપડા, પ્રોફેસર, ગૃહ અર્થશાસ્ત્ર સંસ્થા, દિલ્હી યુનિવર્સિટી	સભ્ય
12.	ડૉ. રીટા પટનાયક, સંયુક્ત નિયામક, NIPCCD	સભ્ય મંત્રી

આંતરિક સમિતિના સભ્યોની મૂલ્યવાન ભલામણોના આધારે, દસ્તાવેજને વધુ સ્પષ્ટ બનાવવા માટે, NIPCCD તરફથી ડૉ. રીટા પટનાયક અને રોકેટ વર્નિંગ તરફથી સુશ્રી વિભા ઐયર, સુશ્રી સંજના માનકતલા અને સુશ્રી સુખના સાહનીનો સમાવેશ કરતી કાર્યકારી સમિતિની રચના કરવામાં આવી.

એનેક્સર II: ડિસેબિલિટી સ્ક્રીનિંગ શેડ્યૂલ (ડીએસએસ)

કૃપા કરીને નોંધ લો: ડિસેબિલિટી સ્ક્રીનિંગ શેડ્યૂલ (DSS) એ પ્રારંભિક બાળ વર્ષોમાં વિકલાંગતાની તપાસ કરવા માટેનું એક વ્યાપક સ્ક્રીનિંગ સાધન છે. DSS નો ઉપયોગ આંગણવાડી કાર્યકરો, ઘોડિયાઘર કાર્યકરો અથવા આશા સહિતના સમુદાય કાર્યકરો દ્વારા 'ચેતવણી ચિહ્નો' અથવા 'રેડ ફ્લેગ' ઓળખવા માટે કરી શકાય છે. DSS વિકલાંગતા અથવા રોગનું નિદાન કરવા માટે નથી કારણ કે તે ડાયગ્નોસ્ટિક ટેસ્ટ નથી. જો કોઈ બાળકમાં આમાં દર્શાવેલ ચેતવણી ચિહ્નોમાંથી એક અથવા વધુ દેખાય છે, તો બાળકને યોગ્ય નિદાન અને હસ્તક્ષેપ માટે PHC/CMO/DEIC/પુનર્વસન પ્રેક્ટિશનર્સ પાસે મોકલવું જોઈએ.

સૂચનાઓ:

1. AWW છ વર્ષથી ઓછી ઉંમરના તમામ બાળકોને આ ઉપયોગમાં સરળ ચેકલિસ્ટ આપી શકે છે.
2. આ ચેકલિસ્ટનો હેતુ વિકાસમાં વિલંબ અથવા વિચલનના પ્રારંભિક ચેતવણી ચિહ્નો ઓળખવાનો છે.
3. જો સમુદાય કાર્યકર દ્વારા તપાસવામાં આવેલ બાળકમાં કોઈ 'ચેતવણી ચિહ્નો' / વિકલાંગતાના પ્રારંભિક ચિહ્નો / વિકાસમાં ચિંતાજનક સંકેતો દેખાય, તો દિવ્યાંગ પ્રોટોકોલ મુજબ રેફરલ માટેના પગલાંનું પાલન કરવું આવશ્યક છે.
4. AWW એ આ બાળકના પરિવાર સાથે સંપર્કમાં રહેવું જોઈએ અને માતાપિતા દ્વારા લેવામાં આવેલા પગલાંનું પાલન કરવું જોઈએ.

બાળક વિશે માહિતી

1. બાળકનું નામ:
2. માતાનું નામ:
3. પિતાનું નામ:
4. સરનામું:
5. બાળકનું લિંગ:
 - a. છોકરો
 - b. છોકરી
6. જન્મ તારીખ:
7. બાળકની ઉંમર:
 - a. 0-3 મહિના
 - b. 3-6 મહિના
 - c. 6-12 મહિના
 - d. 1-2 વર્ષ
 - e. 2-3 વર્ષ
 - f. 3-4 વર્ષ
 - g. 4-5 વર્ષ
 - h. 5-6 વર્ષ

ભાગ A: કૃપા કરીને માતાપિતાને/બાળકના કરેલા અવલોકનમાંથી નીચે મુજબ પૂછો અને પ્રતિભાવ ભરો.

ક્ર. નં.	પ્રશ્ન	હા/ના	ટિપ્પણીઓ
1.	શું તમને ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન કોઈ જટિલતાનો અનુભવ થયો હતો? ઉદાહરણ તરીકે, હાઈ બ્લડ પ્રેશર, ડાયાબિટીસ, એનિમિયા, અથવા ઓરી, ગાલપયોળિયાં, અથવા રૂબેલા જેવા રોગો?		જો આમાંથી કોઈપણ પ્રશ્નનો જવાબ હા છે, બાળક પર કાળજીપૂર્વક નજર રાખવી જોઈએ કારણ કે તેને વિકલાંગતા થવાનું જોખમ રહેલું છે.
2.	શું તમને બાળજન્મ દરમિયાન નીચેની કોઈપણ જટિલતાનો અનુભવ થયો હતો? ઉદાહરણ તરીકે: ખૂબ લાંબી ડિલિવરી, સર્જરી, ફોર્સેપ્સ ડિલિવરી, અકાળ ડિલિવરી, બાળકનો જન્મ ઓછા વજન સાથે થયો હતો		
3.	શું બાળકને જન્મ સમયે કે જન્મ પછી તરત કોઈ સમસ્યાઓ થઈ હતી? ઉદાહરણ તરીકે, જન્મ પછી મોડું રડ્યું હતું, કમળો, શરીર ભૂંડ પડી જવું, અથવા ખૂબ તાવ.		
4.	શું જન્મ સમયે બાળકના શરીરનો રંગ અસામાન્ય હતો? (ભૂરો/પીળો/ફિક્કો)		
5.	શું માતાના દૂધ પીવડાવવા દરમિયાન બાળકને દૂધ પીવામાં કે ગળી જવા જેવી મુશ્કેલીઓનો સામનો કરવો પડ્યો હતો?		
6.	શું બાળકને જન્મથી જ ક્યારેય ખેંચાણ આવ્યું છે કે તે બેભાન થઈ ગયું હોય?		જો હા, તો આ રેડ ફ્લેગ કે ચેતવણી ચિહ્ન છે. કૃપા કરીને નિદાન અને સારવાર માટે બાળકને રીફર કરો.
7.	શું બાળકની આંખો વારંવાર લાલ થઈ જાય છે કે પાણી નીકળે છે?		જો હા, તો આ રેડ ફ્લેગ કે ચેતવણી ચિહ્ન છે. કૃપા કરીને નિદાન અને સારવાર માટે બાળકને રીફર કરો.
8.	શું બાળકના કાનમાંથી વારંવાર પરુ કે પાણી જેવો સ્રાવ થાય છે?		જો હા, તો આ રેડ ફ્લેગ કે ચેતવણી ચિહ્ન છે. કૃપા કરીને નિદાન અને સારવાર માટે બાળકને રીફર કરો.
9.	શું બાળક વારંવાર કાનમાં દુખાવો કે માથામાં દુખાવો થવાની ફરિયાદ કરે છે?		જો હા, તો આ રેડ ફ્લેગ કે ચેતવણી ચિહ્ન છે. કૃપા કરીને નિદાન અને સારવાર માટે બાળકને રીફર કરો.

10.	શું બાળકના શરીરના કોઈ અંગો ખૂટે છે કે વિકૃત છે?		જો હા, તો આ રેડ ફ્લેગ કે ચેતવણી ચિહ્ન છે. કૃપા કરીને નિદાન અને સારવાર માટે બાળકને રીફર કરો.
11.	શું બાળક તેની ઉંમરના અન્ય બાળકોની સરખામણીમાં ખૂબ નાનું છે કે ખૂબ નબળું છે?		જો હા, તો આ રેડ ફ્લેગ કે ચેતવણી ચિહ્ન છે. કૃપા કરીને નિદાન અને સારવાર માટે બાળકને રીફર કરો.
12.	શું બાળકના શરીરમાં અસંકલિત અથવા આંચકાજનક હલનચલન છે, અથવા શું બાળક ચાલતી વખતે સંતુલન ગુમાવે છે?		જો હા, તો આ રેડ ફ્લેગ કે ચેતવણી ચિહ્ન છે. કૃપા કરીને નિદાન અને સારવાર માટે બાળકને રીફર કરો.
13..	શું બાળક લંગડાઈને ચાલે છે?		જો હા, તો આ રેડ ફ્લેગ કે ચેતવણી ચિહ્ન છે. કૃપા કરીને નિદાન અને સારવાર માટે બાળકને રીફર કરો.
14.	શું બાળક ચાલી શકતું નથી, અથવા બાળકે બીજા બાળકો કરતાં ઘણું મોડું ચાલવાનું શરૂ કર્યું હતું?		જો હા, તો આ રેડ ફ્લેગ કે ચેતવણી ચિહ્ન છે. કૃપા કરીને નિદાન અને સારવાર માટે બાળકને રીફર કરો.
15.	શું બાળકની કરોડરજી પર ગાંઠ કે ખૂંધ છે?		જો હા, તો આ રેડ ફ્લેગ કે ચેતવણી ચિહ્ન છે. કૃપા કરીને નિદાન અને સારવાર માટે બાળકને રીફર કરો.
16.	શું બાળકની આંખો ત્રાંસી છે?		જો હા, તો આ રેડ ફ્લેગ કે ચેતવણી ચિહ્ન છે. કૃપા કરીને નિદાન અને સારવાર માટે બાળકને રીફર કરો.
17.	શું બાળકની આંખોની કીકી રાખોડી કે સફેદ છે?		જો હા, તો આ રેડ ફ્લેગ કે ચેતવણી ચિહ્ન છે. કૃપા કરીને નિદાન અને સારવાર માટે બાળકને રીફર કરો.
18.	શું બાળક ચાલતી વખતે વારંવાર કોઈ વસ્તુ સાથે અથડાય છે, અથવા તે વારંવાર પડી જાય છે? શું તેને રાત્રે જોવામાં તકલીફ પડે છે?		જો હા, તો આ રેડ ફ્લેગ કે ચેતવણી ચિહ્ન છે. કૃપા કરીને નિદાન અને સારવાર માટે બાળકને રીફર કરો.
19.	શું બાળકના કાન વિકૃત છે કે કાન જ નથી?		જો હા, તો આ રેડ ફ્લેગ કે ચેતવણી ચિહ્ન છે. કૃપા કરીને નિદાન અને સારવાર માટે બાળકને રીફર કરો.

20.	કોઈપણ વસ્તુ, જેમ કે રમકડું કે પેન, બાળકની સામે લગભગ 12-20 ઈંચ ફેરવો. તેને તેના દ્રશ્ય ક્ષેત્રમાં ફેરવો. શું બાળક એ વસ્તુની ગતિ સાથે તેનું માથું પણ હલાવે છે?		જો બાળક વસ્તુને દૃષ્ટિની રીતે ટ્રેક કરી શકતું નથી, તો આ રેડ ફ્લેગ કે ચેતવણી ચિહ્ન છે. કૃપા કરીને નિદાન અને સારવાર માટે બાળકને રીફર કરો.
21.	બાળકના કાનથી લગભગ 1-3 ફૂટ દૂર કોઈ ખડખડ અવાજ કરતું રમકડું/ઘંટડી/વાસણ રાખો. બાળક તમારી તરફ ન જોઈ રહ્યું હોય તેનું ધ્યાન રાખો. હવે, એ વસ્તુને હલાવીને/વગાડીને અવાજ કરો. શું બાળક અવાજના સ્ત્રોત તરફ માથું ફેરવે છે?		જો બાળક અવાજના સ્ત્રોત તરફ માથું ન ફેરવે તો આ રેડ ફ્લેગ કે ચેતવણીનો સંકેત છે. કૃપા કરીને નિદાન અને સારવાર માટે બાળકને રીફર કરો.

ભાગ B: ઉંમર-વિશિષ્ટ લક્ષ્યો

જો કાર્યકર દ્વારા વિલંબ જોવા મળે અથવા માતાપિતા દ્વારા જાણ કરવામાં આવે, તો બાળકને વહેલા નિદાન અને વહેલા હસ્તક્ષેપ માટે આરોગ્ય સુવિધા અથવા પુનર્વસન કેન્દ્રમાં મોકલવું જોઈએ.

ક્ર. નં.	લક્ષ્ય/સીમાચિહ્ન	તે પ્રાપ્ત થવાનો સમય	પ્રાપ્ત થયું/ વિલંબિત
1.	કોઈ મોટું સ્મિત કે અન્ય જોશીલી, આનંદી અભિવ્યક્તિઓ નહીં	6 મહિના સુધીમાં	
2.	પોતાની ગરદનને ટેકો આપે છે		
3.	પેટથી પાછળની તરફ અને પાછું પેટ તરફ વળે છે	7-8 મહિના સુધીમાં	
4.	ટેકો વગર બેસે છે	9 મહિના સુધીમાં	
5.	અવાજો, સ્મિત અથવા અન્ય ચહેરાના હાવભાવ સાથે આગળ-પાછળ પ્રતિભાવો આપે છે		
6.	‘બા બા’ ‘મા મા’ ‘દા દા’ જેવા બડબડાટ અવાજો કરે છે	12 મહિના સુધીમાં	
7.	પોતાનું નામ સાંભળવા પર જવાબ આપે છે		
8.	આગળ-પાછળ હાવભાવ કરે છે જેમ કે ઈશારો કરવો, બતાવવું, પહોંચવું અથવા હાથ હલાવવો		

ક્ર. નં.	લક્ષ્ય/સીમાચિહ્ન	તે પ્રાપ્ત થવાનો સમય	પ્રાપ્ત થયું/ વિલંબિત
9.	થોડાઘણાં શબ્દો બોલે છે	16 મહિના સુધીમાં	
10.	ટેકા વગર ચાલે છે	18 મહિના સુધીમાં	
11.	જ્યારે કંઈક કરવાનું કહેવામાં આવે ત્યારે સૂચનાઓનું પાલન કરો, જેમ કે 'અહીં આવો' અથવા 'મને ઝલાસ આપો'	18 મહિના સુધીમાં	
12.	થોડાઘણાં શબ્દો બોલે છે	24 મહિના સુધીમાં	
13.	પોતાનું નામ કહી શકે છે	3 વર્ષ સુધીમાં	
14.	ટોઇલેટ કંટ્રોલ પ્રાપ્ત કરે છે	4 વર્ષ સુધીમાં	
15.	સામાન્ય જોખમોથી બચે છે	4 વર્ષ સુધીમાં	
16.	પોતાની જાતે ખાય છે	4 વર્ષ સુધીમાં	
17.	પોતાની જાતે કપડાં પહેરે છે	5 વર્ષ સુધીમાં	

એનેક્સર III: ભૂમિકાઓ અને જવાબદારીઓ

આ દસ્તાવેજ આંગણવાડી પ્રણાલી, આશા કાર્યકરો, ઘોડિયાઘર કાર્યકરો અને અન્ય કોઈપણ ફ્રન્ટલાઈન કાર્યકરો, તેમજ 3 વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળકો સાથે વ્યવહાર કરતા માતાપિતા અને સંભાળ રાખનારાઓને ટેકો આપવા માટે રચાયેલ છે.

1. આંગણવાડી કાર્યકરો, આશા કાર્યકરો, ઘોડિયાઘર કાર્યકરો માટે:

a. 2 વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળકો માટે સુનિશ્ચિત ઘરેલુ મુલાકાતો દરમિયાન આંગણવાડી અને આશા કાર્યકરો દ્વારા મહિનાવાર ઉત્તેજના પ્રવૃત્તિઓ હાથ ધરવામાં આવી શકે છે. તેમને વૃદ્ધિની દેખરેખ દરમિયાન, એટલે કે શિશુઓનું વજન કરતી વખતે, તેમજ માતાઓ જ્યારે આંગણવાડી કાર્યકર સાથે ઘરેલું જવા માટે રાશન મેળવવા માટે વાતચીત કરે છે ત્યારે પણ હાથ ધરી શકાય છે. છેલ્લે, તેનો ઉપયોગ એવા રાજ્યોમાં આંગણવાડી કેન્દ્રમાં પણ થઈ શકે છે જ્યાં વિસ્તૃત ક્લાકો અને ઘોડિયાઘરની સુવિધાઓ પૂરી પાડવામાં આવી રહી છે.

b. પાલના યોજના હેઠળ ઘોડિયાઘર કાર્યકરો તેમની સંભાળ હેઠળના બાળકો સાથે નિયમિતપણે આ પ્રવૃત્તિઓનો ઉપયોગ કરી શકે છે.

c. આશા કાર્યકરો આ મહિનાવાર પ્રવૃત્તિઓનો ઉપયોગ પણ કરી શકે છે અને દિવ્યાંગ બાળકો માટે સ્ક્રીનીંગ શેડ્યૂલનું સંચાલન પણ કરી શકે છે જેથી તેમના બાળકના વિકાસલક્ષી સીમાચિહ્નો વિશે સંભાળ રાખનારાઓનું જ્ઞાન વધે.

d. સ્ક્રીનીંગ (વિકાસમાં વિલંબ અને વિકલાંગતાના પ્રારંભિક સંકેતો) અને રેફરલ્સને પોશણ ટ્રેક દ્વારા ટ્રેક કરી શકાય છે.

2. સુપરવાઈઝરો માટે:

a. વર્તમાન માળખાના સૈદ્ધાંતિક વિભાગોને પ્રારંભિક બાળ વિકાસ અને પ્રતિભાવશીલ સંભાળની સામાન્ય સમજ માટે સ્કેન કરી શકાય છે.

b. આ માળખાની માસિક પ્રવૃત્તિઓ એવા આંગણવાડી કાર્યકરોને પૂરી પાડી શકાય છે જેઓ પોતાની જાતે તે એક્સેસ કરવામાં અસમર્થ હોય.

c. સહાયક દેખરેખ અને સમીક્ષા બેઠકો દરમિયાન, માસિક પ્રવૃત્તિઓ અને દિવ્યાંગ સ્ક્રીનીંગ સમયપત્રકનું પાલન થઈ રહ્યું છે કે કેમ તે તપાસી શકાય છે. AWWs ને પૂરી પાડવામાં આવેલી પ્રવૃત્તિઓનું પાલન કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરી શકાય છે.

d. પ્રવૃત્તિ પ્રદર્શન સત્રો, વાલીપણના માર્ગદર્શન, ઉત્તેજના અને ECD ના મહત્વની આસપાસ સમુદાય-આધારિત કાર્યક્રમો યોજી શકાય છે.

3. CDPOs માટે:

a. વર્તમાન માળખાના સૈદ્ધાંતિક વિભાગોને પ્રારંભિક બાળ વિકાસ અને પ્રતિભાવશીલ સંભાળની સામાન્ય સમજ માટે સ્કેન કરી શકાય છે.

b. આ માળખાની માસિક પ્રવૃત્તિઓ એવા સુપરવાઈઝરોને પૂરી પાડી શકાય છે જેઓ પોતાની જાતે તે એક્સેસ કરવામાં અસમર્થ હોય.

c. સહાયક દેખરેખ અને સમીક્ષા બેઠકો દરમિયાન, માસિક પ્રવૃત્તિઓ અને દિવ્યાંગ સ્ક્રીનીંગ સમયપત્રકનું પાલન થઈ રહ્યું છે કે કેમ તે તપાસી શકાય છે. સુપરવાઈઝરોને કેન્દ્રમાં સંભાળ અને ઘરેલુ મુલાકાત માર્ગદર્શન પહોંચાડવામાં AWWs ને સંચાર અને સમર્થન આપવા માટે પ્રોત્સાહિત કરી શકાય છે.

d. નર્સરી શિક્ષક તાલીમ સંસ્થાઓ, બિન-લાભકારી સંસ્થાઓ, ખાનગી ડેકેર સેન્ટરો, બાલવાટિકા, અન્ય સરકારી અથવા ખાનગી પૂર્વ-પ્રાથમિક શાળાઓ અથવા શિક્ષકો, રસ ધરાવતા અને અનુભવી વ્યક્તિઓ, સમુદાયના નેતાઓ વગેરે જેવા AWWs ને ટેકો આપવા અને તાલીમ આપવા માટે બ્લોકમાં વધારાના સંસાધન વ્યક્તિઓની ઓળખ કરી શકાય છે.

4. DPOs અને જિલ્લા અધિકારીઓ માટે:

a. વર્તમાન માળખાના સૈદ્ધાંતિક વિભાગોને પ્રારંભિક બાળ વિકાસ અને પ્રતિભાવશીલ સંભાળની સામાન્ય સમજ માટે સ્કેન કરી શકાય છે.

b. આ માળખાની માસિક પ્રવૃત્તિઓ એવા CDPOs ને પૂરી પાડી શકાય છે જેઓ પોતાની જાતે તે એક્સેસ કરવામાં અસમર્થ હોય.

c. જિલ્લા પોષણ સમિતિઓ સહિત સમીક્ષા બેઠકો દરમિયાન, માસિક પ્રવૃત્તિઓ અને દિવ્યાંગ સ્ક્રીનીંગ સમયપત્રકનું પાલન થઈ રહ્યું છે કે કેમ તે તપાસી શકાય છે. કેન્દ્રમાં સંભાળ અને ઘરેલુ મુલાકાત માર્ગદર્શન પહોંચાડવામાં સુપરવાઈઝર અને AWWs ને સંદેશાવ્યવહાર અને સહાય કરવા માટે CDPOs ને પ્રોત્સાહિત કરી શકાય છે.

d. જિલ્લામાં વધારાના સંસાધન વ્યક્તિઓની ઓળખ કરી શકાય છે જે આંગણવાડી કાર્યકર્તાઓને ટેકો આપે અને

અને તાલીમ આપે, જેમ કે DIET, નર્સરી શિક્ષક તાલીમ સંસ્થાઓ, બિન-લાભકારી સંસ્થાઓ, ખાનગી ડેકેર સેન્ટરો, બાલવાટિકા, અન્ય સરકારી અથવા ખાનગી પૂર્વ-પ્રાથમિક શાળાઓ અથવા શિક્ષકો, રસ ધરાવતા અને અનુભવી વ્યક્તિઓ, સમુદાયના નેતાઓ વગેરે.

5. રાજ્ય WCD અથવા સામાજિક ન્યાય વિભાગો માટે:

a. આ સમગ્ર દસ્તાવેજને રાજ્ય-સ્તરીય માળખા માટે એક મોડેલ તરીકે ગણી શકાય, જે આંગણવાડી પ્રણાલી અને ઘોડિયાઘરના કાર્યકરોને પૂરો પાડવામાં આવશે.

b. સ્થાનિક સંસ્કૃતિ, પરંપરાઓ, લોકકથાઓ, વાર્તાઓ, રમતો, સ્વદેશી રમકડાં વગેરે માટે રાજ્ય દ્વારા વિગતવાર માસિક કસ્ટમાઇઝ કરી શકાય છે.

c. કસ્ટમાઇઝ અને અનુવાદિત સામગ્રી છાપી શકાય છે અને દરેક આંગણવાડી કેન્દ્રમાં DPOs, CDPOs અને સુપરવાઇઝર દ્વારા પૂરી પાડી શકાય છે.

d. વાર્ષિક કાર્યક્રમ અમલીકરણ યોજના, મિશન પોષણ 2.0 ની ત્રિમાસિક સમીક્ષા બેઠકો વગેરે સહિત સમીક્ષા બેઠકો દરમિયાન, માસિક પ્રવૃત્તિઓ અને દિવ્યાંગ સ્કીનીંગ સમયપત્રકનું પાલન થઈ રહ્યું છે કે કેમ તે તપાસી શકાય છે. કેન્દ્રમાં સૂચના પહોંચાડવામાં સુપરવાઇઝર અને AWWs ને સંદેશાવ્યવહાર અને સહાય કરવા માટે CDPOs ને પ્રોત્સાહિત કરી શકાય છે.

e. રાજ્યમાં વધારાના સંસાધન વ્યક્તિઓને ઓળખી શકાય છે અને સ્થાનિકીકરણમાં સહાય કરવા અને AWWs ને તાલીમ આપવા માટે તેમની મદદ લઈ શકાય, જેમ કે SCERTs, DIETs, શાળા શિક્ષણ વિભાગના ક્લસ્ટર રિસોર્સ સેન્ટર્સ, DEPWD હેઠળની રાષ્ટ્રીય સંસ્થાઓ, નર્સરી શિક્ષક તાલીમ સંસ્થાઓ, બિન-લાભકારી સંસ્થાઓ, ખાનગી ડેકેર સેન્ટર્સ, બાલવાટિકા, અન્ય સરકારી અથવા ખાનગી પૂર્વ-પ્રાથમિક શાળાઓ અથવા શિક્ષકો, રસ ધરાવતા અને અનુભવી વ્યક્તિઓ, સમુદાયના નેતાઓ વગેરે.

6. આરોગ્ય, આદિજાતિ બાબતો અને અપંગ વ્યક્તિઓ વિભાગો વગેરે માટે:

a. દસ્તાવેજને કન્વર્જન માટે મોકલી શકાય છે (જેમ કે આરોગ્ય વિભાગ હેઠળ વિકલાંગ બાળકોના રેફરલ અને તબીબી નિદાન, સમાવેશ (વિકલાંગ બાળકો માટે, ક્રોસ ડિસેબિલિટી અર્લી ઇન્ટરવેન્શન સેન્ટર્સ (CDEICs), રાષ્ટ્રીય સંસ્થાઓ (NIs), વિકલાંગ વ્યક્તિઓ વિભાગ હેઠળ સ્વાવલંબન કાર્ડ અને સહાયક ઉપકરણોની જોગવાઈ વગેરે).

b. રાજ્યમાં વધારાના સંસાધન વ્યક્તિઓને ઓળખી શકાય છે અને સ્થાનિકીકરણમાં સહાય કરવા અને AWWs ને તાલીમ આપવા માટે તેમની મદદ લઈ શકાય, જેમ કે SCERTs, DIETs, શાળા શિક્ષણ વિભાગના ક્લસ્ટર રિસોર્સ સેન્ટર્સ, DEPWD હેઠળની રાષ્ટ્રીય સંસ્થાઓ, નર્સરી શિક્ષક તાલીમ સંસ્થાઓ, બિન-લાભકારી

સંસ્થાઓ, ખાનગી ડેકેર સેન્ટર્સ, બાલવાટિકા, અન્ય સરકારી અથવા ખાનગી પૂર્વ-પ્રાથમિક શાળાઓ અથવા શિક્ષકો, રસ ધરાવતા અને અનુભવી વ્યક્તિઓ, સમુદાયના નેતાઓ વગેરે.

7. અન્ય સંસ્થાઓ અને વ્યક્તિઓ:

a. જન્મથી ત્રણ વર્ષ સુધીના બાળકો માટે સંદર્ભિત ECD ડિલિવરીમાં શ્રેષ્ઠ પ્રથાઓ માટે આ દસ્તાવેજનો ઉપયોગ તૈયાર સંદર્ભ તરીકે થઈ શકે છે.

b. આ સામગ્રી ભારતીય સંદર્ભને ધ્યાનમાં રાખીને તૈયાર કરવામાં આવી છે, પરંતુ આંતરરાષ્ટ્રીય સંદર્ભોમાં, ખાસ કરીને ગ્લોબલ સાઉથમાં, ડિલિવરી માટે તેને અન્વેષિત અને અનુકૂલિત કરી શકાય છે.

c. સંશોધકો, નીતિ નિર્માતાઓ, પ્રારંભિક શિક્ષકો, અભ્યાસક્રમ ડિઝાઇનરો અને માતાપિતા પણ તેમના બાળકો સાથે કેવી રીતે જોડાવું તે અંગેના વિચારો માટે તેનો સંદર્ભ લઈ શકે છે.

માઈવસ્ટોન મોમેન્ટ્સ

બાળકો પોતે જે અનુભવે છે તે શીખે છે

તમારું બાળક કેવી રીતે રમે છે, શીખે છે અને ક્રિયા કરે છે તે તમારા બાળકના વિકાસ અંગે મહત્વપૂર્ણ સંકેતો પ્રદાન કરે છે. દરેક ઊંમરે તમારા બાળકે હાસિવ કરેલ માઈવસ્ટોન્સ તપાસો. ઉપરાંત જાણો કે તમારે તમારા બાળકને આ માઈવસ્ટોન્સ હાસિવ કરવામાં મદદ કરવા માટે શું કરવાની જરૂર છે.

પરિચય

મગજના વિકાસ વિશેના સંશોધન સૂચવે છે કે જીવનના પહેલા બે વર્ષે દરમિયાનના અનુભવો તમારા બાળકના ભવિષ્ય પર મોટી અસર કરે છે. દરેક વખતે જ્યારે તમે રમો છો, વાત કરો છો, સ્પર્શ કરો છો અને તમારા બાળકને પ્રેમાળ રીતે પ્રતિસાદ આપો છો, ત્યારે તમે નોંધપાત્ર તફાવત કર્યો છે. આ પ્રકારે બાળકો વિકાસના દરેક

તબક્કે કરે છે તે મહત્વપૂર્ણ પ્રવૃત્તિઓથી ભરેલું છે અને વિકાસના દરેક તબક્કે આપણા બાળકોને લાભ થાય તે માટે આપણે શું કરવાની જરૂર છે. આ તમામ માતા-પિતા માટે એક રીમાઇન્ડર પણ હશે, રમતની પ્રવૃત્તિઓનું મહત્વ.



"જો તમે ઇચ્છો છો કે તમારા બાળકો બુદ્ધિશાળી બને, તો તેમને પરીકથાઓ વાંચી સંભળાવો. જો તમે ઇચ્છો છો કે તેઓ વધુ બુદ્ધિશાળી બને, તો તેમને વધુ પરીકથાઓ વાંચી સંભળાવો." - આલ્બર્ટ આઈન્સ્ટાઈન



2-3 મહિના સુધી જન્મ

દરેક મુલાકાત વખતે તમારા બાળકના ડોક્ટર સાથે તમારા બાળકે કયા સીમાચિહ્નો હાંસવ હાંસવ કર્યા છે અને આગળ શું અપેક્ષા રાખવી તે વિશે વાત કરો.

આ ઉંમરે મોટાભાગના બાળકો શું કરે છે?



- 8-12 ઇંચ દૂર લોકોના ચહેરાને ઓળખવાનું શરૂ કરો
- માનવ ચહેરા અને કાળા અને સફેદ કોન્ટ્રાસ્ટ પેટર્નને પ્રાધાન્ય આપો
- ગતિશીલ વસ્તુઓને અનુસરો
- માતાના અવાજ પર ધ્યાન આપો અને તેના તરફ માથું ફેરવો.
- લોકો પર સ્મિત કરવાનું શરૂ કરો
- મોટા અવાજોથી ચોકી જવું અથવા રડવું
- ફૂઓ, ખુશ હોય ત્યારે અથવા ખોરાક આપ્યા પછી ગર્જના અવાજ કરો
- માથું ઉપર પકડી શકે છે અને પેટ પર સૂતી વખતે ઉપર દબાવ કરવાનું શરૂ કરી શકે છે
- હાથ અને પગ વડે સરળ હલનચલન કરો
- હાથ હળવા રાખો અને લટકતી વસ્તુઓ પર હાથ ફેરવો
- બડબડાટ શરૂ કરો



- ખોરાક આપતી વખતે, કપડાં પહેરાવતી વખતે અને સ્નાન કરતી વખતે તમારા બાળકને ગળે લગાવો, વાત કરો અને રમો.
- બાળકના રડવાનો અવાજ તરત સાંભળો અને તેને સુરક્ષિત અનુભવ કરાવવા માટે તેને નજીક રાખો.
- તમારા બાળકને પોતાને શાંત કરવાનું શીખવામાં મદદ કરો. તેને આંગળીઓ ચૂસવામાં કોઈ વાંધો નથી.
- જ્યારે તમારું બાળક અવાજ કરે ત્યારે ઉત્સાહિત બની અને સ્મિત કરો.
- તમારા બાળકને શાંત થવાનું શીખવામાં મદદ કરો.
- તમારા બાળકના રડવાના અલગ અલગ અવાજો પર ધ્યાન આપો જેથી તમે જાણી શકો કે તે શું ઇચ્છે છે.
- તમારા બાળક સાથે વાત કરો, વાંચો અને ગાઓ
- જ્યારે બાળક જાગે ત્યારે તેને પેટ પર સુવડાવી દો અને તેની પાસે રમકડાં રાખો.

જો તમને આમાંથી કોઈપણ "ચેતવણી ચિહ્ન" દેખાય તો તરત જ AMM/AWW/આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતાની સંપર્ક કરો



સામાજિક સ્મિત નહીં
ખવડાવતી વખતે, ગળે લગાવતી વખતે અથવા વાત કરતી વખતે આંખની સંપર્ક કરતો નથી.



ખવડાવતી વખતે, ગળે લગાવતી વખતે અથવા વાત કરતી વખતે આંખની સંપર્ક કરતો નથી.



2 મહિના પછી સતત આંખો મીચવીને જોવું



અચાનક જોરથી અવાજ આવે / ત્યારે ચોકી જતી નથી / જાગતી નથી / રડતી નથી



સખત હાથ અને પગ સાથે માથું પાછળ ધકેલ્યું



હાથ મૂકીમાં અથવા ખુલ્લા રાખવામાં આવે છે અંગૂઠાને હથેલીની અંદર સતત પકડી રાખવામાં આવે છે.

JOURNEY OF THE FIRST



106 MILESTONE MOMENTS

DAYS

જન્મથી 2-3 મહિના સુધી

રમત અને ઉંમરને અનુરૂપ રમકડાં દ્વારા શીખવું



પરંપરાગત "ઝૂલા" અથવા "શૂલી" એ અનિવાર્યપણે માતાની સુતરાઉ સાડીઓમાંથી બનાવેલ U-આકારના કાપડનો ઝૂલો છે, જે પરંપરાગત રીતે બાળકને સેવા માટે વપરાય છે અને તે જ મુદ્રા આપે છે જે તે માતાના ગર્ભાશયમાં અનુભવતી હતી. આમાં માતાની સુગંધ હોય છે જે બાળકને આરામ આપે છે.



બાળકને રંગબેરંગી વસ્તુઓ અને આકારો જોવાનું ગમે છે અને તેઓ ફક્ત 30 સે.મી. સુધી જ જોઈ શકે છે તેથી તેમના ચહેરાની નજીક રમકડાં વટકાવો. વિકાસના આ તબક્કે બાળક તેમની માતાનો ચહેરો ઓળખવાનું શરૂ કરે છે.



માતા-પિતાએ તેમની સાથે વાત કરવી જોઈએ અને તેમને ગાવા જોઈએ. માતાઓએ કોઈપણ બોડી સ્લેનો ઉપયોગ ન કરવો જોઈએ કારણ કે આ માસ્ક માતાની મળ ગંધને છુપાવે છે જે બાળકને ઓળખવામાં મદદ કરે છે. માતાના વાળની શૈલી બદલવી જોઈએ નહીં કારણ કે આ નવજાત શિશુને તેની મર્યાદિત દ્રષ્ટિથી તેને ઓળખવામાં મદદ કરે છે.



ખડખડાટ, ઘંટડી કે કોઈ તીક્ષ્ણ રમકડું હવાવો જેથી તેઓ અવાજના સ્ત્રોતથી પરિચિત થાય અને આનંદ માણે.



આ લાલ બંગડીઓ અથવા કાળા અને સફેદ રમકડાંને દોરોથી બાંધી શકાય છે અને બાળકની સામે વટકાવી શકાય છે જેથી દૃષ્ટિ સ્થિર થાય અને વસ્તુ સુધી પહોંચવાનું શરૂ થાય. આ રંગબેરંગી પોપલી અથવા ધોલ કપડાં બાળકો માટે દૃષ્ટિને ઉત્તેજિત કરે છે અને બાળકના ચહેરાથી 40-50 સે.મી.ના અંતરે બાળકની નજીક વટકાવી શકાય છે.

તમારું બાળક 4-6 મહિને "જોનાર"

આ ઉંમરે મોટાભાગના બાળકો શું કરે છે?



- કેટલીક હવનચલન અને ચહેરાના હાવભાવની નકલ કરો, જેમ કે સ્મિત અથવા ભવાં ચડાવવું
- પોતાની જાતને અરીસામાં જોવાનું અને એક હાથે રમકડા સુધી પહોંચવાનું પસંદ કરો
- બંને હાથ અને આંખોનો ઉપયોગ કરીને રમકડા સુધી પહોંચવાનો અને તેને પકડવાનો પ્રયાસ કરો.
- બાજુથી બાજુ તરફ આંખો વડે હવનચલન કરતી વસ્તુઓને અનુસરો
- માથું સ્થિર રાખી, અસમર્થિત, જ્યારે સીધા પકડી
- રમકડું પકડીને હલાવી શકે છે અને હાથ મો પર લાવી શકે છે.
- પેટના બળે સૂતી વખતે કોણી સુધી દબાણ કરો
- સ્વયં સ્મિત કરો, ખાસ કરીને જાણીતા લોકો પર
- પરિચિત લોકો સાથે રમવાનું ગમે છે અને રમવાનું બંધ થાય ત્યારે રડી શકે છે,
- બડબડાટ કરવાનું શરૂ કરે છે (આહ, ઇઇ, ઓહ, રડતી વખતે સિવાય), મોટેથી હસવું અથવા ચીસો પાડતી અવાજ કરે છે
- સ્નેહની જવાબ આપી અને તમને જણાવો કે તે ખુશ છે કે દુઃખી



તમારે શું કરવું જોઈએ?

- તમારા બાળકને પકડી રાખો અને વાત કરો. સ્મિત કરો અને જ્યારે તમે કરો ત્યારે ખુશખુશાલ બનો
- તેણીને અરીસો બતાવો અને પૂછો, "મારું બાળક ક્યાં છે?"
- સ્વા અને ખવડાવવા માટે સ્થિર દિનચર્યાઓ સેટ કરો
- પીક-એ-બૂ જેવી રમતો રમો
- ચિત્રો બતાવો અને વસ્તુઓના નામ આપો પરંતુ તેણીને મૂળાક્ષરો શીખવો નહીં. તેણીને વાર્તાઓ કહો. તેણીને
- બાળકો તેમના ઘરમાં વસ્તુઓનું અન્વેષણ કરીને શીખે છે. બાળક હાથ લંબાવી શકે અને અન્વેષણ કરી શકે તે માટે ફ્લોર પર રસપર્દ અને સલામત વસ્તુઓ મૂકો.
- બાળકોને બહાર લઈ જાઓ અને તેમને બહારની દુનિયાનો પરિચય કરાવો.
- બાળકો આરામ માટે તેમની આંગળીઓ અને અંગૂઠો ચૂસે છે. તે ચિંતાનું કારણ નથી. આટલી નાની ઉંમરે રોકશો નહીં.
- બાળક સાથે વાતચીત કરો. બાળકના અવાજોનું અનુકરણ કરો અને જ્યારે તે તમારા અવાજનું અનુકરણ કરે ત્યારે તેની પરશંસા કરો.

જો તમને આમાંથી કોઈપણ "ચેતવણી ચિહ્ન" દેખાય તો તરત જ AMM/AWW/આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતાની સંપર્ક કરો



માથા પર નિયંત્રણનો અભાવ



મદદ લીધા વગર પણ બેસી શકાતું નથી



પહોંચીને અંદરની વસ્તુઓને પકડી શકતો નથી



'આહ', 'ઇઇ', 'ઓઓ' જેવા વિવિધ અવાજો કરીને અવાજ કરતું નથી.



માથું અને આંખો ગતિશીલ વસ્તુને ખસેડતા



પેટ પર હોય ત્યારે માથું ઊંચું કરી નથી અથવા ટ્રેક કરતા નથી.

JOURNEY OF THE FIRST



108 MILESTONE MOMENTS

જન્મથી 2-3 મહિના સુધી

રમત અને ઉંમરને અનુરૂપ રમકડાં દ્વારા શીખવું



પરંપરાગત "ઝૂલા" અથવા "શૂલી" એ અનિવાર્યપણે માતાની સુતરાઉ સાડીઓમાંથી બનાવેલ U-આકારના કાપડનો ઝૂલો છે. જે પરંપરાગત રીતે બાળકોને સૂવા માટે વપરાય છે અને તે જ મુદ્દા આપે છે જે તે માતાના ગર્ભાશયમાં અનુભવતી હતી. આમાં માતાની સુગંધ હોય છે જે બાળકને આરામ આપે છે.



બાળકોને રંગબેરંગી વસ્તુઓ અને આકારો જોવાનું ગમે છે અને તેઓ ફક્ત 30 સે.મી. સુધી જ જોઈ શકે છે. તેથી તેમના ચહેરાની નજીક રમકડાં વટકાવો. વિકાસના આ તબક્કે બાળક તેમની માતાનો ચહેરો ઓળખવાનું શરૂ કરે છે.



માતા-પિતાએ તેમની સાથે વાત કરવી જોઈએ અને તેમને ગાવાજોઈએ. માતાઓએ કોઈપણ બોડી સ્લેનો ઉપયોગ ન કરવો જોઈએ. કારણ કે આ માર્ફક માતાની મળ ગંધને છુપાવે છે જે બાળકને ઓળખવામાં મદદ કરે છે. માતાના વાળની શૈલી બદલવી જોઈએ નહીં કારણ કે આ નવજાત શિશુને તેની મર્યાદિત દ્રષ્ટિથી તેને ઓળખવામાં મદદ કરે છે.



ખડખડાટ, ઘંટકી કે કોઈ તીક્ષ્ણ રમકડું હવાલો જોથી તેઓ અવાજના સ્ત્રોતથી પરિચિત થાય અને આનંદ માણે.



આ લાલબંગડીઓ અથવા કાળા અને સફેદ રમકડાંને દોરાથી બાંધી શકાય છે અને બાળકની સામે વટકાવી શકાય છે જેથી દૃષ્ટિ સ્થિર થાય અને વસ્તુ સુધી પહોંચવાનું શરૂ થાય. આ રંગબેરંગી પોપલી અથવા યોલ કપડાં બાળકો માટે દૃષ્ટિને ઉત્તેજિત કરે છે અને બાળકના ચહેરાથી 40-50 સે.મી.ના અંતરે બાળકની નજીક વટકાવી શકાય છે.

તમારું બાળક 7 - 9 મહિનામાં: "ધ ક્રુઝર"

દરેક મુલાકાત વખતે તમારા બાળકના ડોક્ટર સાથે તમારા બાળકે કયા સીમાચિહ્નો હાંસલ કર્યા છે અને આગળ શું અપેક્ષા રાખવી તે વિશે વાત કરો.

આ ઉંમરે મોટાભાગના બાળકો શું કરે છે?



- રોલ ઓવર અથવા બંને દિશામાં ફેરવો
- તમામ આંગળીઓનો ઉપયોગ કરીને રમકડાંને પકડો
- ધ્વનિની સ્ત્રીત શોધો
- પરિચિત ચહેરાઓ અથવા રમકડાંને દૃષ્ટિની રીતે અનુસરવા માટે માથું ફેરવો
- સંપૂર્ણ વ્યંજનો 'p', 'b', 'm' જેવા સંભળાય છે; "મામામા" અને "બાબાબા" જેવા બડબડાટ શરૂ કરે છે
- રમકડાં શોધે છે જે તેમની સામે સંતાડવામાં આવ્યાં છે
- જે નામ બોલાવવામાં આવે છે તેનો પ્રતિસાદ આપો
- ઉપાડવા માટે હાથ ખેંચો
- rrravy અજાણ્યાઓથી ડરવું
- મોઢામાં વસ્તુઓ મૂકી
- rrrfove એક હાથથી બીજા હાથ સુધી વસ્તુઓ સરળતાથી ખસેડો

તમારે શું કરવું જોઈએ?



- બાળકોને વારંવાર વસ્તુઓ છોડવા, ધડાકા અને ફેંકવા દો.
- બાળક જે અવાજ કરે છે તેનો નમ્રતા અને ધીરજથી જવાબ આપો.
- તમારા બાળકને રમવા અને અન્વેષણ કરવા માટે સ્વચ્છ, સલામત ધરગથ્થુ વાસણો આપો.
- પિક-અપ અને સંતાડકડી જેવી રમતો રમો
- બાળકનું મનપસંદ રમકડું કાપડ કે બોક્સ નીચે છુપાવો. જુઓ કે બાળક તેને શોધી શકે છે કે નહીં.
- "મારો વારો, તમારો વારો" સાથે રમતો રમો
- દડાને આગળ-પાછળ ફેરવીને, રમકડાંની કાર અને ટૂંકને ધક્કો મારીને અને કન્ટેનરમાં બ્લોકસ નાખીને અને અંદર-બહાર કરીને કારણ-કાયર શીખવો.
- તમારા બાળક સાથે વાંચો અને વાત કરો

જો તમને આમાંથી કોઈપણ "ચેતવણી ચિહ્ન" દેખાય તો તરત જ AMM/AWW/આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતાનો સંપર્ક કરો



ફેરવી શકાતું નથી



બેસવા માટે આધારની જરૂર છે



અવાજ તરફ વળતો નથી
(દ્રષ્ટિની બહાર)



પ.પા.પા., મા.મા.બા.બા.
વગેરે ઉચ્ચાર કરતા નથી.



વસ્તુઓ જોતી વખતે દર વખતે માથું એક બાજુ નમે છે

JOURNEY OF THE FIRST

270 + 365 + 365 = 1000
DAYS

110 MILESTONE MOMENTS

તમારું બાળક 7-9 મહિનામાં; "ધ ક્રુઝર"

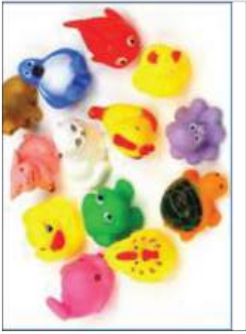
રમત અને ઉંમરને અનુરૂપ રમકડાં દ્વારા શીખવું



આંખે, પાટા વહ્દિ, સહાયક પીક-અ-બ વિકસિત થાય છે આંશિક રીતે છુપાયેલી વસ્તુઓ માટે સમજણ વિકસાવે છે. બાળકો આંશિક રીતે છુપાયેલ વસ્તુ સુધી પહોંચશે, જે જાન દર્શાવે છે કે સમગ્ર પદાર્થ હજી પણ ત્યાં છે જો કોઈ વસ્તુ સંપૂર્ણપણે છુપાયેલી હોય તેમ છતાં બાળક શરૂઆતમાં તેને પુનઃપ્રાપ્ત કરવાનો કોઈ પ્રયાસ કરતું નથી.



તમારા બાળકને રમકડાં સાથે રમવા દો, વિવિધ કદ, આકારો અને રંગોમાં, જેનો સંગ્રહ કરી શકાય છે.



દબાવતા અને ચીસ પાડતા રમકડાંનો ઉપયોગ કરો.



તેણીને રિંગ પર ઇન્ટરેક્ટીવ પ્લાસ્ટિક ડિસ્ક આપો, અને મોં કાઢવા અને દાંત કાઢવા માટે સુરક્ષિત પ્લાસ્ટિક રિન્સ આપો.



બાળકને બ્લોક્સ અને આકારો સાથે રમવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.

તમારું બાળક 10-12 મહિનાનું "સંશોધક"

દરેક મુલાકાત વખતે તમારા બાળકના ડોક્ટર સાથે તમારા બાળકે કયા સીમાચિહ્નો હાંસલ કર્યા છે અને આગળ શું અપેક્ષા રાખવી તે વિશે વાત કરો.

આ ઉંમરે મોટાભાગના બાળકો શું કરે છે?



- ટેકા વગર બેસી અને પડ્યા વગર રમકડાં સુધી પહોંચી
- ઉપાડવા માટે હાથ ઉંચા કરો
- કોઈપણ વસ્તુ સાથે અથડાયા વિના ઇચ્છિત રમકડાં મેળવવા માટે કોલ કરો
- એક હાથમાંથી બીજા હાથમાં વસ્તુ સ્થાનાંતરિત કરો અને બે વસ્તુઓને એકસાથે ફટકો.
- માતૃભાષામાં એક કે બે સામાન્ય શબ્દોનો ઉપયોગ કરો.
- "મામા" અને "દાદા" કહી અને "ઉહ-ઓહા" જેવા ઉદ્ગારો બોલો.
- "ના"; "અહીં આવી" વગેરે જેવી સરળ વિનંતીઓનો જવાબ આપો.
- મમ્મી કે પપ્પા જાય ત્યારે રડવું
- જ્યારે તેણી વાર્તા સાંભળવા માંગે ત્યારે તમને પુસ્તક બતાવી અથવા આપો
- સરળ હાવભાવનો ઉપયોગ કરો, જેમ કે માથું હલાવવું અથવા "બાય-બાય" હલાવો.
- છુપાયેલી વસ્તુઓ સરળતાથી શોધો
- હાવભાવની નકલ કરો

તમારે શું કરવું જોઈએ?



- સપોર્ટનો ઉપયોગ કરતી વખતે ઊભા રહેવા અને ચાલવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવા માટે રમકડાંને પહોંચી સહેજ દૂર રાખો
- શોધખોળ કરતી વખતે, બાળકો આકસ્મિક રીતે બીજાઓને નુકસાન પહોંચાડી શકે છે. તેમને હળવેથી સ્પર્શ કરવાનું શીખવો. તેમના પર ભૂમો પાડશો નહીં.
- તમારા બાળકને વાર્તાઓ કહો અને ચિત્ર પુસ્તકો મોટેથી વાંચો.
- બાળકો દરેક બાબતમાં ઉત્સુક હોય છે. તેઓ શેની સાથે રમવું તે પસંદ કરવાનું શીખી રહ્યા છે. તેમને તેમની શોધખોળમાં મદદ કરો પરંતુ તેમની સલામતીની ખાતરી કરો.
- બાળકો તેમના માતાપિતા શું કરે છે તે જોઈને શીખે છે અને પછી તેની નકલ કરવાનો પ્રયાસ કરે છે. આ રીતે તેઓ શીખે છે.
- આગળ શું થાય છે તે જોવા માટે બાળકો બેગ છોડે છે અને વસ્તુઓ ફેંકે છે. માતાપિતાએ ધીરજ રાખવી જોઈએ અને આને શોધખોળની રમતમાં ફેરવવી જોઈએ.
- તેમના વાતાવરણમાં વસ્તુઓ બતાવો અને નામ આપો

જો તમને આમાંથી કોઈપણ "ચેતવણી ચિહ્ન" દેખાય તો તરત જ AMM/AWW/આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતાનો સંપર્ક કરો



આંગળી અને અંગૂઠાથી નાની વસ્તુઓ પસંદ કરી શકતા નથી

ઉપાડવા માટે હાથ વંચાવતો નથી

તેના નામનો જવાબ આપતો નથી

અડધા છુપાયેલા રમકડાંની શોધ કરવું નથી જે બાળક તમને છુપાવતા જુએ છે

પીક-એ-બૂ (અલક/આંખ મિચોલી) જેવી સામાજિક રમતો રમતો નથી.

JOURNEY OF THE FIRST



DAYS

112 MILESTONE MOMENTS

તમારું બાળક 10-12 મહિનામાં; "ધ એક્સપ્લોરર"

રમત અને ઉંમરને અનુરૂપ રમકડાં દ્વારા શીખવું



બાળકો ઘરે વસ્તુઓ શોધીને અને મારીને રમે છે અને શીખે છે કોઈપણ તીક્ષ્ણ વસ્તુઓ ટાળો.



રમકડાં જેમાં આંગળી, હાથ અને પગ હોય; કપડામાંથી તૈયાર કરેલી ચીથરાની ઢોંગલી.



ખાસ કરીને 11-12 મહિનાની ઉંમરે રમકડાંને દબાણ કરો અને ખસેડો.



બાળકોના પુસ્તકો અથવા તેજસ્વી ચિત્રોવાળા જૂના સામયિકો (તેમને મળાક્ષરો શીખવશો નહીં પરંતુ માત્ર ચિત્રો બતાવો અને વાતોઓ કહો).

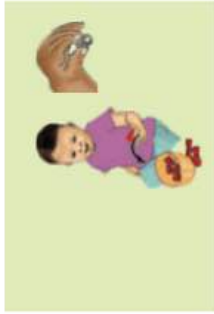


બાળકો વિવિધ રંગ, આકાર, કદ અને સપાટીના રમકડાં સાથે રમે છે જેથી તેઓ રમતના ભાગ રૂપે વારંવાર બે રમકડાંને એકસાથે લાવી શેકે અને પછી તેમને અલગ કરી શકે. તેઓ એક ટમ્બલરને બીજા ટમ્બલરમાં મૂકીને કદ અને આકાર વિશે શીખી શકે. વિવિધ ટેક્સચરની અનુભવ કરાવવા માટે ટેક્સર રમકડાં ઘરે પણ તૈયાર કરી શકાય છે.

દરેક મુબાકાત વખતે તમારા બાળકના ડોક્ટર સાથે તમારા બાળકે કયા સીમાચિહ્નો હાંસલ હાંસલ કર્યા છે અને આગળ શું અપેક્ષા રાખવી તે વિશે વાત કરો.

આ ઉંમરે મોટાભાગના બાળકો શું કરે છે?

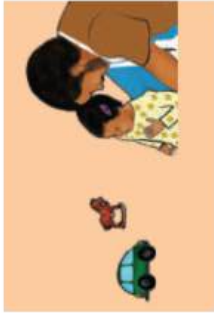
તમારે શી કરવું જોઈએ?



- સ્વતંત્ર રીતે અનેક પગલાં લઈ શકે છે એકલા ચાલી શકે છે.
- હાથ હલાવવા, તાળી પાડવી જેવા ઘણા પરિચિત હાવભાવનો ઉપયોગ કરો
- કન્ટેનરમાં કાંકરા/નાની વસ્તુઓ મૂકી
- પુસ્તકમાં સામાન્ય વસ્તુઓ અને તેમના ચિત્રોને નામ આપો અને ઓળખો.
- ખોરાક આપવાનો ડોળ કરીને ઢોંગલી અથવા સ્ટેફડ પ્રાણી રમકડામાં રસ બતાવો.
- ગુસ્સો આવી શકે છે
- કોઈને જે જોઈએ છે તે બતાવવા માટે નિર્દેશ કરો
- ઘણા એક જ શબ્દો બોલી, ઓછામાં ઓછા 5 શબ્દો સતત બોલી, ભલે સ્પષ્ટ ન હોય.
- "ના" કહી અને માથું હલાવી
- સામાન્ય વસ્તુઓ શેના માટે છે તે જાણી; ઉદાહરણ તરીકે, સાબુ, કાચ, બ્રશ, ચમચી
- સ્વયંસ્ફુરિત રીતે, તેના પોતાના પર લખાણ
- કોઈપણ હાવભાવ વિના 1-પગલાની મૌખિક આદેશોને અનુસરી શકે છે; ઉદાહરણ તરીકે, જ્યારે તમે બેસો
- કહી ત્યારે બેસો"
- કપ અથવા નાના ગ્લાસમાંથી પીવો

- બાળકોને ચાલવાનું શીખવા માટે પુશ ટોચ આપો
- બાળકોને કેટલાક ફળો, રમકડાં વગેરે આપો. તેમને વસ્તુઓ ઓળખવા, તેમને કન્ટેનરમાં મૂકવા અને બહાર કાઢવા કહો.
- તમારા બાળકને સરળ પ્રશ્નો પૂછો. તેમને વાત કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
- સુરક્ષિત, પ્રેમાળ વાતાવરણ પૂરું પાડો. સુસંગત અને અનુમાનિત રહેવું મહત્વપૂર્ણ છે.
- ખરાબ વર્તનને સજા કરવા કરતાં સારા વર્તનની વધુ પ્રશંસા કરો.
- સહાનુભૂતિને પ્રોત્સાહન આપો. ઉદાહરણ તરીકે, જ્યારે બાળક કોઈ ઉદાસ બાળકને જુએ છે, ત્યારે તેને, બીજા બાળકને ગળે લગાવવા અથવા શપથપાવવા માટે પરોત્સાહિત કરો.
- પુસ્તકો વાંચો અને સરળ શબ્દોમાં ચિત્રો વિશે વાત કરો.
- ઢીંગલીઓ, ટેલિફોન જેવા નાટકીય રમતને પ્રોત્સાહન આપતા રમકડાં પૂરા પાડો.
- ગમે તેટલું ગંદુ હોય, તેને કપમાંથી પીવા અને ચમચીની ઉપયોગ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
- પરપોટા ઉડાવો અને તમારા બાળકને તે ફટવા દો.

જો તમને આમાંથી કોઈપણ "ચેતવણી ચિહ્ન" દેખાય તો તરત જ AMM/AWW/આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતાનો સંપર્ક કરો



1313
'mah 'mth

ટેકા વગર પોતાના પગ પર ઊભા
રહી શકતા નથી

નથી
નાની વસ્તુઓ કન્ટેનરમાં મૂકી શકાતી

નામ લેતી વખતે કોઈ વસ્તુ તરફ
આંગળી ચીંધતો નથી

માતાના હાવભાવનો જવાબ આપતી
નથી અને પોતાની જ દુનિયામાં મગ્ન હોય
તેવં લાગે છે.

રોજિદા પ્રવૃત્તિઓ માટે બંને હાથનો ઉપયોગ કરતો નથી (એક હાથ પસંદ કરે છે)

"મામા" કે "દાદો" જેવા એક પણ શબ્દ બોલતો નથી.

JOURNEY OF THE FIRST

Pregnancy 270 days + Year - 1 365 days + Year - 2 365 days = First 1000 days

DAYS

114 MILESTONE MOMENTS

તમારું બાળક 13-18 મહિનામાં: "ધ વોકર"

રમત અને ઉંમરને અનુરૂપ રમકડાં દ્વારા શીખવું



નાના બાળકો અનુકરણ કરીને શીખે છે. તેમને પ્રેક્ટિસ કરવા માટે ઘણી તકની જરૂર હોય છે.



ચિત્ર પુસ્તકોનો પરિચય આપો પરંતુ હજી સુધી મૂળાક્ષરો શીખવશો નહીં.



નાના બાળકો ખૂબ જ સક્રિય હોય છે. ચાલતી વખતે, દોડતી વખતે અને ચઢતી વખતે તેમને સુરક્ષિત રાખો. આ ઉંમરના બાળકો ખૂબ જ જિજ્ઞાસુ હોય છે.



આ વય જૂથ માટેના રમકડાં સવામત અને નાના બાળકોના હેરફેરનો સામનો કરવા સંક્ષમ હોવા જોઈએ. ઉદાહરણોમાં શામેલ છે: મોટા ચિત્રોવાળા કાપડ અથવા પ્લાસ્ટિકના પુસ્તકો, બાળકોની કાર, સંગીતમય ટોપ્સ, નેસ્ટિંગ બ્લોક્સ, સ્ટેકીંગ રમકડાં.



પુશ અને પુલ રમકડાં (લાંબી દોરી વગર)

તમારું બાળક 18-24 મહિનામાં "કરનાર("કર્તા")"

આ ઉંમરે મોટાભાગના બાળકો શું કરે છે?

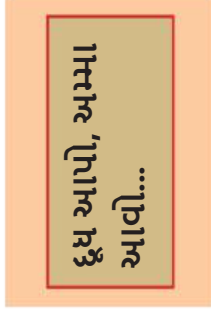


- સ્વતંત્ર રીતે અનેક પગલાં લઈ શકે છે. એકલા યાત્રી શકે છે.
- રમકડું ખેંચતી વખતે પણ સ્થિરતાથી યાત્રી.
- ધરના કામો/કાર્યોનું અનુકરણ કરે.
- વ્યક્તિગત રીતે અથવા પુસ્તકોમાં શરીરના એક અથવા વધુ ભાગોને યોગ્ય રીતે દર્શાવે અને નામ આપે.
- દોડવાનું શરૂ કરે અને બોલને લાત મારે.
- બીજા બાળકો સાથે રમવાનું પસંદ કરે છે પણ નહીં.
- એકબીજા સાથે રમવું જરૂરી છે.
- ઉદ્દત વર્તન બતાવે જે ન કરવાનું કેલવામાં આવ્યું હોય તે કરવું.
- બીજા બાળકોની નજીક અથવા નજીક રમો, પણ એકબીજા સાથે નહીં.
- ફૂતરો, બિલાડી અને પક્ષીઓ જેવી વસ્તુઓ અથવા ચિત્રોનું નામકરણ કરતી વખતે તેમના તરફ નિર્દેશ કરે.
- મામા- દુધ (દૂધ): મામા-મમ્મી (પાણી) વગેરે જેવા બે શબ્દો જોડીને વાક્યો બંધો.
- ક્રિયા અને શબ્દોની નકલ કરે.



- બાળકોને સલામત રીતે ચાલવા, દોડવા અને ચઢવાની તક આપો.
- બાળકોને તમારું અનુકરણ કરવા દો અને તેમની કુશળતાનો અભ્યાસ કરવાની તક આપીને તેમને મદદ કરો.
- તેઓ ગડબડ કરે તો પણ તેમની સાથે ધીરજ રાખો.
- બાળકોને નિયત સમયે સૂવા અને જાગવા જેવી દિનચર્યાનું પાલન કરવા પ્રોત્સાહિત કરો.
- તમારા બાળકને મોટેથી વાર્તાઓ વાંચો અને વારંવાર તેનું પુનરાવર્તન કરો.
- બાળકને લખાણ કરવા માટે એક નકલ અને કાગળ આપો.
- તમારા બાળકને ધરના સરળ કામોમાં મદદ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો, જેમ કે ઝાડુ મારવું અને રાત્રિભોજન બનાવવું. સારા મદદગાર બનવા બદલ તમારા બાળકની પ્રશંસા કરો.
- આ ઉંમરે, બાળકો હજી પણ એકબીજાની બાજુમાં રમે છે (સાથે નહીં) અને સારી રીતે શેર કરતા નથી. બાળકોને રમવા માટે ઘણા બધા રમકડાં આપો. બાળકો પર નજીકથી નજર રાખો અને જો તેઓ લડે કે દલીલ કરે તો દખલ કરો.
- જ્યારે તમારું બાળક તમારી સૂચનાઓનું પાલન કરે છે ત્યારે તેનું ધ્યાન રાખો અને પ્રશંસા કરો. ઉદ્દત વર્તન પર ધ્યાન મધ્યસ્થિત કરો. ખરાબ વર્તન માટે સજા કરવા કરતાં સારા વર્તનની પ્રશંસા કરવામાં ઘણો વધુ સમય વિતાવો.
- તમારા બાળકના રમકડાં રૂબરૂ આસપાસ છુપાવો અને તેને તે શોધવા દો.

જો તમને આમાંથી કોઈપણ "ચેતવણી ચિહ્ન" દેખાય તો તરત જ AMM/AWW/આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતાનો સંપર્ક કરો



રમકડું ખેંચતી વખતે સ્થિર યાત્રી નથી

"દૂધ આપો" જેવા લખાણ લખી શકાતા નથી.

બે શબ્દોના શબ્દસમૂહોનો ઉપયોગ કરતો નથી

બાથ-બાથ/મમ્મસ્ટેનો જવાબ આપવા જેવા હાલવાનો યોગ્ય પ્રતિભાવ આપતો નથી.

શરીરના ભાગો તરફ નિર્દેશ કરતું નથી સરળ સૂચનાઓ સમજતો અને તેનું પાલન કરતો નથી લાગતો

JOURNEY OF THE FIRST



DAYS

116

MILESTONE MOMENTS

તમારું બાળક 18-24 મહિનામાં: "કર્તા"

રમત અને ઉંમરને અનુરૂપ રમકડાં દ્વારા શીખવું



બાળકો સમાન આકાર અને કદ ધરાવતી વસ્તુઓને મેચ કરવાનું શરૂ કરે છે.



બોલને લાત મારવી. ગતિમાં હોય ત્યારે સંતુલન અને અપેક્ષા રાખવાનું શીખવું.



સમઘન સાથે બિલ્ડિંગ બ્લોક્સ.



સામાજિક રમકડાં



શેર કરવાનું અને સામાજિક બનાવવાનું શીખવું. બાળકો સમાન પ્રવૃત્તિમાં સામેલ અન્ય બાળકોની હાજરીમાં રમે છે, છતાં એકબીજા પર ધ્યાન આપતા નથી.

જ્યારે રમત જરૂરી છે ત્યારે વ્યક્તિએ જાણવું જરૂરી છે કે ક્યારે રોકવું અને આરામ કરવો

બાળકના સંકેતો: 'મારે વિરામ અથવા પ્રવૃત્તિમાં ફેરફારની જરૂર છે'

બાળક થાકેલા સંકેતો: 'મને આરામની જરૂર છે'

જો તમારું બાળક માથું ફેરવે છે, પીઠ વાળે છે અથવા રડે છે, તમને કહી રહ્યો છે કે તેને વિરામની જરૂર છે અથવા પ્રવૃત્તિમાં ફેરફારની જરૂર છે. તમારા બાળકને રમવા માટે ફ્લોર પર સુવડાવવાનો પ્રયાસ કરો અથવા સૂવાનો સમય થાય તો સૂવાનો આપવાનો પ્રયાસ કરો જેથી તેણીને સૂઈ જવામાં મદદ મળી શકે.

જો તમારું બાળક બગાસું ખાતું હોય, આંખો ચોળી રહ્યું હોય અથવા તો તે હાથ કે પગ હલાવી રહ્યું હોય, તો તે થાકેલા દેખાઈ રહ્યા છે. નાના બાળકો અને મોટા બાળકો બબ્બાટ કરી શકે છે, રડી શકે છે. અને ધ્યાન માંગી શકે છે તમારા બાળકને પથારીમાં થોડો સમય પ્રયાસ કરો.



માન્ય પ્રથાઓ જે તમારા બાળકને નુકસાન કરી શકે છે

- 1 વર્ષની ઉંમર પહેલા બાળકને મધ અથવા 'જનમ ખુટી' આપવી
- જન્મ પછી થોડા દિવસો સુધી માતાનું દૂધ ન આપવું
- ગાયનું દૂધ - તેને હલકું અને પવિત્ર માનીને
- બેબી પાવડર વધારે પડતો લગાવવો
- સખત માલિશ કરવી અથવા ઘણી વાર માલિશ કરવી
- બેસન અને આટા (ચણા અને "ઘઉંનો વોટ) નો ઉપયોગ કરીને શરીરના વાળ દૂર કરવાનો પર્યાસ કરવો
- નવજાત શિશુની આંખોમાં 'સુરમા' અથવા 'કાજલ' લગાવવું.
- તમારા બાળકના કાંડા અથવા ગળામાં કાળો દોરો ન બાંધવો શ્રેષ્ઠ છે. આનાથી ગૂંગળામણ, ગળું દબાવવા, ત્વચામાં ચેપ લાગી શકે છે. જો જરૂર પડે તો, કપાળ પર કે પગ પર કાલા ટીકા લગાવી શકાય છે.
- કાન અને નાભિમાં તેલના થોડા ટીપાં નાખવા
- બાળકને થોડા સમય માટે એકલું છોડી દેવું

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

