POSHAN Abhiyaan

Ministry of Women and Child Development
Government of India

नवचेतना

जन्मापासून ते तीन वर्षांपर्यंतच्या मुलांसाठी बालपणीच्या प्रारंभिक उत्तेजनासाठी राष्ट्रीय चौकट 2024

Towards a new dawn
Ministry of Women and Child Development
Government of India

सत्यमेव जयते

राष्ट्रीय जन सहयोग एवं बाल विकास संस्थान
nipccd

नवचेतना

जन्मापासून ते तीन वर्षांपर्यंतच्या मुलांसाठी बालपणीच्या विकासासाठी तयार केलेली राष्ट्रीय योजना – 2024

नॅशनल इन्स्टिट्यू ट ऑफ पब्लिक कोऑपरेशन अँड चाइल्ड डेव्हलपमेंट 5,
सिरी इन्स्टिट्यूशनल एरिया, हौज खास, नवी दिल्ली - 110016.

स्मृति ज़ूबिन इरानी
Smriti Zubin Irani

सत्यमेव जयते

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

Room No. 601, 'A' Wing, Shastri Bhawan, Dr. Rajendra Prasad Road, New Delhi-110 001
Website : http://www.wcd.nic.in

संक्षिप्त रूपे

संक्षिप्त स्वरूप	पूर्ण स्वरूप
AI & ML	कृत्रिम बुद्धिमत्ता आणि मशीन लर्निंग
ANM	सहाय्यक परिचारिका – प्रसूती सेविका
ASHA	मान्यताप्राप्त सामाजिक आरोग्य कार्यकर्त्या
AWW	अंगणवाडी कार्यकर्त्या
CBE	समुदाय-आधारित कार्यक्रम
CDPO	बाल विकास प्रकल्प अधिकारी
CMO	मुख्य वैद्यकीय अधिकारी
CRC	बाल हक्कांवरील अधिवेशन
CwD	दिव्यांग बालक
DIY	स्वतः करून पाहा
DMO	जिल्हा वैद्यकीय अधिकारी
ECCE	प्रारंभिक बालसंगोपन आणि शिक्षण
ECCED	बालपणीची काळजी शिक्षण आणि विकास
ECD	बालपणीचा विकास
ECS	बाल्यकाळातील उद्दीष्टपूर्ण उत्तेजन
HBNC	गृहआधारित नवजात शिशु देखभाल
HBYC	गृहआधारित बालकांची देखभाल
ICDS	एकात्मिक बाल विकास सेवा
IEC	माहिती, शिक्षण आणि संवाद
LED	प्रकाश उत्सर्जक डायोड
MCP	माता आणि बाल संरक्षण

MWCD	महिला आणि बाल विकास मंत्रालय
NCF	राष्ट्रीय अभ्यासक्रम आराखडा
NCF-FS	राष्ट्रीय अभ्यासक्रम आराखडा - पायाभूत टप्पा
NEP	राष्ट्रीय शिक्षण धोरण
NGO	स्वतंत्र संस्था / स्वयंसेवी संस्था
NIPCCD	राष्ट्रीय सार्वजनिक सहकार्य आणि बाल विकास संस्था
ORT	मौखिक पुनर्जलीकरण उपचार
PM	पंतप्रधान
PMMVY	प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजना
QR	जलद प्रतिसाद
RO	उलट परासरण प्रक्रिया
RTE	शिक्षणाचा अधिकार
UDID	एकमेव दिव्यांग ओळखपत्र
UT	केंद्रशासित प्रदेश
VHSND	ग्रामीण आरोग्य स्वच्छता आणि पोषण दिवस
WBG	जागतिक बँक गट
WCD	महिला आणि बाल विकास
WHO	जागतिक आरोग्य संघटना

संक्षिप्त रूपे

संदेश i
संदेश iii
संक्षिप्त रूपे v
अनुक्रमणिका viii
परिचय 1
कार्यपद्धती: चौकट तयार करणे 1

अध्याय 1: बालपणीचा धोरणात्मक संदर्भ 3
भारतात बालपण विकास
1.1 धोरण संदर्भ 4
1.2 कार्यक्रमाचा संदर्भ 5
1.3 जन्मापासून ते 3 वर्षांपर्यंतच्या मुलांसाठीच्या पद्धती 7

अध्याय 2: बाल्यकाळातील उद्दीष्टपूर्ण गरज आणि महत्त्व 9
2.1 बालपण उद्दीष्टपूर्ण म्हणजे काय? 11
2.2 बाल्यकाळातील उद्दीष्टपूर्ण उत्तेजन (ECS) 12
2.3 संगोपन काळजीची चौकट 12

अध्याय 3: लवकर विकासासाठी 13
3.1 साद द्या आणि प्रतिसाद घ्या 15
3.2 प्रेम करा, बोला, खेळा 16

अध्याय 4: महिन्यानुसार उपक्रमांद्वारे लवकर शिक्षणासाठी संधी निर्माण करणे 17
4.1 लवकर उत्तेजनासाठी योग्य वातावरण निर्माण करणे........18
4.2 उत्तेजन क्रियाकलाप दिनदर्शिका........20
4.3 दिव्यांग मुलांच्या (0-3 वर्षे) गरजांनुसार अनुकूलन उपक्रम 56

अध्याय 5: विलंब आणि दिव्यांग असलेल्या मुलांची तपासणी, समावेश आणि रेफरल्स 59
5.1 सुरुवातीच्या विकासाचे टप्पे........61
5.2 लवकर निदानासाठी तपासणी करणे 62
5.3 घरी, पाळणाघरात आणि समुदायात समावेशक वातावरण निर्माण करणे........62
5.4 स्क्रीनिंग टेस्टनुसार विकासात्मक विलंब असलेल्या मुलांचे रेफरल........65

अध्याय 6: समुदाय सहाय्यकांनी या चौकटीचा वापर कसा करावा 66
6.1 लवकर उत्तेजनासाठी काळजीवाहक मार्गदर्शन........67
6.2 केंद्र/क्रेचे येथे बालसंगोपन आणि उत्तेजन........72

अध्याय 7: एक सहाय्यक वातावरण निर्माण करणे........ 74
7.1 समुदाय सहाय्यकांना सक्षम करणे 75
7.2 पालक, कुटुंब आणि समुदायाची भूमिका........76
7.3 नवोपक्रमासाठी तंत्रज्ञानाचा वापर 77

परिशिष्टे 78
परिशिष्टेI: राष्ट्रीय बालपण काळजी आणि शिक्षण (ECCE) अभ्यासक्रमावरील अंतर्गत समिती, 2024 79
परिशिष्टेII: दिव्यांग तपासणी वेळापत्रक........81
परिशिष्टेIII: भूमिका आणि जबाबदाऱ्या........86
परिशिष्टे IV: 1000 दिवसांच्या पुस्तिकेचा प्रवास........88
संदर्भ 104

परिचय

असं म्हटलं जातं की जन्माच्या वेळी मेंदूचा केवळ २५% भाग विकसित झालेला असतो, तर उरलेला ७५% मेंदूचा विकास मुलाच्या आयुष्यातील पहिल्या तीन वर्षांमध्ये, प्रारंभिक बालविकास (Early Childhood Development - ECD) प्रक्रियेत होतो. विचार करण्याचे आणि प्रतिसाद देण्याचे नमुने स्थापित होतात, कारण या वयात बाळाचा मेंदू प्रौढांच्या मेंदूपेक्षा दुप्पट सक्रिय असतो. संगोपन काळजीच्या चौकटीत पाच परस्परसंबंधित आणि अविभाज्य घटक असतात: चांगले आरोग्य, पुरेसे पोषण, सुरक्षितता प्रतिसादात्मक काळजी आणि लवकर शिकण्याच्या संधी. या पाचही गोष्टी मुलांना त्यांच्या पूर्ण क्षमतेपर्यंत पोहोचण्यासाठी आवश्यकता असतात.

राष्ट्रीय बालसंगोपन आणि उत्तेजन (Stimulation) फ्रेमवर्क हा तज्ञांच्या अंतर्गत समितीची निर्मिती, धोरणात्मक कागदपत्रे आणि नवीनतम संशोधनांसह व्यापक साहित्य आढावा आणि अंगणवाडी सेविका, पर्यवेक्षक, CDPO इत्यादी क्षेत्रातील हितधारकांशी सल्लामसलत करून तयार करण्यात आला आहे. पायाभूत टप्प्यासाठी राष्ट्रीय अभ्यासक्रम फ्रेमवर्कनुसार, असे गृहीत धरले जाते की 3 वर्षांपर्यंतची मुले प्रामुख्याने घरीच राहतील. तथापि, त्यांचे सर्व काळजीवाहू (पालक) काम करत असल्यास, मुलाला जवळच्या पाळणाघरात दाखल करणे आवश्यक आहे. म्हणूनच, बालविकासाच्या पहिल्या तीन वर्षांचा एक महत्त्वाचा पैलू म्हणजे काळजीवाहकाला (आई-वडील) मुलाला प्रतिसादात्मक काळजी देण्यासाठी किंवा त्यांच्यासोबत शिक्षण उपक्रमामध्ये सहभागी होण्यासाठी दिलेला आधार.

सध्याच्या चौकटीचा उद्देश बाळाच्या जन्मापासून ते त्याच्या वाढीच्या पहिल्या तीन वर्षांपर्यंत काळजी आणि उत्तेजन समजून घेण्यामध्ये आणि अंमलबजावणीमध्ये असलेली संकल्पनात्मक आणि व्यावहारिक अतिरिक्त जागा भरून काढणे आहे. या चौकटीचा उद्देश काळजीवाहू आणि अंगणवाडी कर्मचाऱ्यांना सर्वांगीण लवकर उत्तेजनासाठी, प्रतिसादात्मक काळजी आणि लवकर शिक्षणाच्या संधींद्वारे, मुलांच्या शरीर आणि मेंदूच्या चांगल्या विकासासाठी सक्षम करणे आहे. ही चौकट घराच्या आत तसेच अंगणवाडी केंद्रांमध्ये किंवा पाळणाघरांमध्ये सहभागाचे मार्गदर्शन करते, आयुष्याच्या पहिल्या तीन वर्षांत मुलाच्या वाढ आणि विकासाचे समर्थन करण्यासाठी आणि मोजण्यासाठी उत्तेजन उपक्रम आयोजित करण्यात काळजीवाहकांना (आई-वडील) मदत करते. हे पहिल्या तीन वर्षांत मेंदूच्या विकासाचे महत्त्व याबद्दल तपशीलवार माहिती प्रदान करते आणि काळजीवाहक आणि आघाडीच्या कार्यकर्त्यांसाठी लवकर उत्तेजन उपक्रम आयोजित करण्याबाबत चरण-दर-चरण सूचना प्रदान करते. हे विशेषतः दिव्यांग मुलांची तपासणी, समावेश आणि संदर्भावर लक्ष केंद्रित करते.

या संदर्भात बालपणीच्या शिक्षणाला प्रोत्साहन देण्यावर आणि तत्त्वांची अंमलबजावणी करू शकतील असे कार्यक्रम विकसित करण्यावर जागतिक पातळीवर एकमत वाढत आहे. मेंदूच्या चांगल्या विकासासाठी आवश्यक असलेले अनुभव घरी अधूनमधून येऊ शकतात, परंतु या कालावधीत मुलाला एक समर्पित आणि सातत्याने संगोपनाचे वातावरण आणि प्रतिसादात्मक काळजी घेण्याच्या पद्धती प्रदान केल्याने मुले वेगवेगळ्या विकासात्मक क्षेत्रांमध्ये त्यांची पूर्ण वाढ करतात याची खात्री होते. या फ्रेमवर्कमध्ये हे उद्दिष्ट पूर्ण करण्यासाठी आवश्यक रूपरेषा दिली आहे.

कार्यपद्धती: चौकट तयार करणे

राष्ट्रीय शिक्षण धोरण (NEP) 2020 आणि राष्ट्रीय अभ्यासक्रम आराखडा (NCF-FS) 2022 यांनी लहान मुलांच्या शिक्षण आणि काळजीच्या महत्त्वाला ओळख दिली आहे – ही देशासाठी एक महत्त्वाची पायरी ठरली आहे. 3 ते 8 वर्षे वयोगटासाठी तयार केलेल्या NCF-FS मध्ये केवळ 3-6 वर्षेच नाही, तर 0 ते 3 वर्षांतील मुलांसाठी देखील चांगल्या दर्जाच्या शिक्षण व संगोपनाच्या (ECCE) गरजेवर भर दिला आहे. या मार्गदर्शक तत्त्वांमध्ये फक्त शिकवण्याच्या पद्धतींची गरज नाही सांगितली, तर त्या संस्था स्तरावर (जसे की अंगणवाडी, पाळणाघर इ.) कशा राबवाव्यात यावरही स्पष्ट मार्गदर्शन दिले आहे.

> "0 ते 3 वयोगटातील मुलांना घरी चांगल्या दर्जाची काळजी आणि शिक्षण (ECCE) मिळावे यासाठी आवश्यक मार्गदर्शक नियम आणि उपाययोजना महिला व बाल विकास मंत्रालय (MWCD) तयार करून सर्वत्र पोहोचवेल."

राष्ट्रीय ECCE धोरण (2013) आणि 2022 मध्ये MWCD द्वारे ECCE टास्क फोर्सची निर्मिती यामुळे भारतातील बालविकासासाठी 6 वर्षांपर्यंतच्या सुरुवातीच्या वर्षांना महत्त्व देऊन, बालविकास प्रोत्साहनासाठी राष्ट्रीय चौकट (जन्म ते 3 वर्षे) आणि बालसंगोपन आणि शिक्षणासाठी राष्ट्रीय अभ्यासक्रम (3 ते 3 वर्षे) तयार करण्याच्या सहकार्यात्मक प्रवासाला पुढे नेले आहे. महिला आणि बालविकास मंत्रालयाने (MWCD) राष्ट्रीय सार्वजनिक सहकार्य आणि बालविकास संस्थेद्वारे (NIPCCD) हे साहित्य विकसित करण्यात आघाडीची भूमिका घेतली. 1975 पासून अम्ब्रेला इंटिग्रेटेड चाइल्ड डेव्हलपमेंट स्कीम (ICDS) अंतर्गत अंगणवाडी सेवा योजनेच्या कार्यकर्त्यांच्या प्रशिक्षणात NIPCCD हा एक अविभाज्य भाग आहे. आंतरराष्ट्रीय, राष्ट्रीय आणि राज्य सर्वोत्तम पद्धतींवर आधारित ECCE वरील नवीनतम संशोधनाची चौकट आणि अभ्यासक्रमात भर घातली आहे.

एक सूक्ष्म आणि व्यापक दृष्टिकोन सुनिश्चित करण्यासाठी, महिला आणि बाल विकास मंत्रालय (MWCD), आरोग्य आणि कुटुंब कल्याण मंत्रालय (MoHFW), शालेय शिक्षण आणि साक्षरता विभाग, शिक्षण मंत्रालय (DoSEL, MoE), राष्ट्रीय शैक्षणिक संशोधन आणि प्रशिक्षण परिषद (NCERT), गृह अर्थशास्त्र संस्था, दिल्ली विद्यापीठ आणि नागरी समाज संघटना (CSOs) यांच्या प्रतिनिधींचा समावेश असलेली एक अंतर्गत समिती काटेकोरपणे स्थापन करण्यात आली. या सभेत बालपणीच्या शिक्षणाच्या विकसित होत असलेल्या परिस्थितीला आकार देण्यासाठी पारंपारिक ज्ञानासोबत आधुनिक ज्ञानाचा समावेश करण्यात आला. अंतर्गत समितीची पहिली सल्लामसलत बैठक 19 डिसेंबर 2023 रोजी नवी दिल्लीतील NIPCCD येथे नियोजित होती. अंतर्गत समितीची रचना आणि संदर्भ अटी परिशिष्ट 1 मध्ये आढळू शकतात.

या चौकटीची निर्मिती केवळ बंद दारापुरती मर्यादित नव्हती तर तो एक सहभागी प्रयत्न होती जी अंगणवाडी सेविकांच्या (AWWs) अनुभवांना आणि शहाणपणाला अनुसरून होता. अंतर्गत समितीच्या सूचनांनुसार, NIPCCD ने 20 डिसेंबर 2023 रोजी दिल्लीतील CDPO, पर्यवेक्षक आणि अंगणवाडी सेविकांचा समावेश असलेल्या अंगणवाडी यंत्रणेच्या कार्यकर्त्यांशी सल्लामसलत आयोजित केली. त्यांनी ECCE आयोजित करण्याबाबत आणि अंगणवाडी मदतनीसाच्या महत्त्वपूर्ण मदतीने मुलांचे व्यवस्थापन करण्याबाबत आवश्यक अंतर्दृष्टी प्रदान केली. पुढे त्यांनी जन्मापासून ते तीन वर्षांपर्यंत उत्तेजनासाठी चौकटीची आवश्यकता पुन्हा सांगितली, ज्यामध्ये घरोघरी भेटी दरम्यान काळजी घेणाऱ्यांच्या मार्गदर्शक तत्त्वांचा समावेश आहे. सक्षम अंगणवाडी/मिशन पोषण 2.0 च्या मार्गदर्शक तत्त्वांसह, पालना योजनेच्या मानक कार्यपद्धती आणि MWCD च्या ECCE टास्क फोर्सच्या अहवालासह क्षेत्रीय स्तरावरील कार्यकर्त्यांकडून मौल्यवान माहिती, बालपणीच्या काळजीमध्ये थेट गुंतलेल्यांच्या व्यावहारिक गरजा आणि प्राधान्यांशी सुसंगत, चौकटीला गतिमान आणि प्रतिसादात्मक पद्धतीने मार्गदर्शन केले.

म्हणूनच, उत्तेजनासाठीची चौकट (0-3 वर्षे) बाळाच्या जन्मापासून ते त्याच्या वाढीच्या पहिल्या तीन वर्षांपर्यंत काळजी आणि उत्तेजन समजून घेण्यामध्ये आणि अंमलबजावणीमध्ये असलेली संकल्पनात्मक आणि व्यावहारिक पोकळी भरून काढण्याचा उद्देश ठेवते. ही चौकट घराच्या आत तसेच अंगणवाडी केंद्रांमध्ये किंवा पाळणाघरांमध्ये सहभागाचे मार्गदर्शन करते, काळजीवाहकांना आयुष्याच्या पहिल्या तीन वर्षांत मुलाची वाढ आणि विकास मोजण्यासाठी आणि समर्थन देण्यासाठी उत्तेजनात्मक उपक्रम आयोजित करण्यात मदत करते. हे पहिल्या तीन वर्षांत मेंदूच्या विकासाचे महत्त्व याबद्दल तपशीलवार माहिती प्रदान करते आणि काळजीवाहक (आई-वडील) आणि आघाडीच्या कामगारांना लवकर उत्तेजन उपक्रम आयोजित करण्यासाठी चरण-दर-चरण सूचना देते. स्वदेशी खेळणी आणि कमी किमतीच्या / विनामूल्य साहित्याचा वापर करण्यावर देखील भर देण्यात आला आहे.

दिव्यांग मुलांच्या समावेशाच्या पद्धतींबाबत विशेष सूचना मागवण्यात आल्या. ही चौकट MWCD ने जारी केलेल्या दिव्यांग मुलांसाठीच्या अंगणवाडी कार्यपद्धती, 2023 वर आधारित आहे. दिव्यांग मुलांचा समावेश सुलभ करण्यासाठी, अंगणवाडी कर्मचाऱ्यांना सहजपणे वापरता येणारे वयानुसार मूल्यमापन साधन समाविष्ट करण्यात आले आहे, जे DEPwD शी सल्लामसलत करून अंतिम केले गेले आहे.

नवीनतम संशोधन आणि सर्वोत्तम पद्धतींद्वारे सूचित केलेली चौकट केवळ विद्यमान मानके पूर्ण करण्याचीच नाही तर लवकर उत्तेजनासाठी एक नवीन दिशादर्शक स्तर स्थापित करण्याची आकांक्षा बाळगते. हा दृष्टिकोन 0-6 वयोगटातील मुलांसाठी गतिमान शैक्षणिक परिस्थिती अखंडपणे एकत्रित करतो, ज्यामुळे भारतातील बालपण विकासात एक नवीन युग सुरू होते.

अध्याय 1

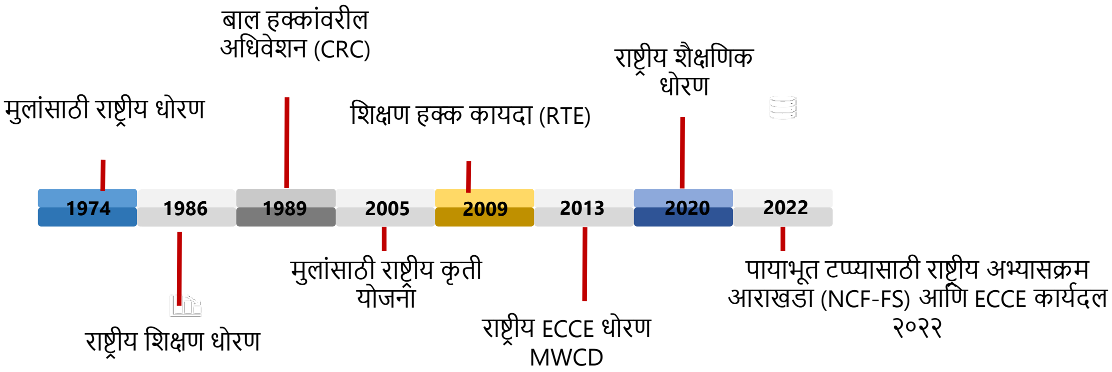
भारतातील बालपण विकासाचा धोरणात्मक संदर्भ

1.1 धोरण संदर्भ

भारतीय संविधानाच्या कलम 45 पासून सुरू झालेल्या बालविकासाशी संबंधित धोरणात्मक चौकटींचा भारताकडे एक मजबूत इतिहास आहे. यामध्ये राष्ट्रीय मुलांसाठी धोरण (1974), राष्ट्रीय शिक्षण धोरण (1986), राष्ट्रीय मुलांसाठी कृती आराखडा (2005), राष्ट्रीय अर्ली चाइल्डहुड केअर अँड एज्युकेशन (ECCE) धोरण (2013) आणि मातृत्व लाभ सुधारणा कायदा (2017) यांचा समावेश आहे, ज्यामध्ये 26 आठवड्यांपर्यंतची मातृत्व रजा आणि सर्व आस्थापनांमध्ये पाळणाघर सुविधांची तरतूद आहे. भारत आंतरराष्ट्रीय बाल हक्क अधिवेशन (CRC) 1989 चा देखील स्वाक्षरी करणारा देश आहे. शिवाय, 2030 पर्यंत, शाश्वत विकास ध्येय 4 सर्व मुली आणि मुलांना उच्च दर्जाचे बालपण विकास, काळजी आणि पूर्व-प्राथमिक शिक्षण मिळावे याची हमी देण्याची आकांक्षा बाळगतो.

भारतातील ECCE धोरण आणि कायदे

भारतीय संविधानाचा कलम 45
"राज्य सर्व मुलांना सहा वर्षांचे होईपर्यंत बालपणीचे संगोपन आणि शिक्षण देण्याचा प्रयत्न करेल."



राष्ट्रीय ECCE धोरण 2013 मध्ये "देशभरातील सहा वर्षांखालील प्रत्येक मुलासाठी अर्ली चाइल्डहुड केअर अँड एज्युकेशन (ECCE) सुनिश्चित करण्याची गरज" यावर भर देण्यात आला आहे. त्यात अंगणवाडी केंद्रात दिल्या जाणाऱ्या बालपणातील शिक्षणाच्या गुणवत्तेसाठी 11 बदल न करता येणारे मानके देखील निश्चित करण्यात आली आहेत, ज्यात 4 तासांचे शिक्षण, वर्गखोलीतील मोजमाप, पुरेशी बाह्य जागा, प्रशिक्षण, वय आणि मातृभाषेत किंवा सार्वजनिक स्थानिक भाषेत व्यवहार केलेला विकासात्मकदृष्ट्या योग्य बाल-केंद्रित अभ्यासक्रम आणि इतर पायाभूत सुविधांचा समावेश आहे. यावर आधारित, राष्ट्रीय ECCE अभ्यासक्रम 2014 मध्ये 0 ते 6 वर्षांपर्यंत एकात्मिक दृष्टिकोन देखील घेण्यात आला, ज्यामध्ये काळजी आणि उत्तेजनावर लक्ष केंद्रित करण्यात आले, तसेच जन्मापासून ते तीन वर्षांपर्यंतच्या मुलांसाठी विकासात्मकदृष्ट्या योग्य पद्धती सुचविल्या गेल्या.

2022 मध्ये महिला आणि बालविकास मंत्रालयाने स्थापन केलेल्या ECCE टास्क फोर्सने 0 ते 3 वर्षे वयोगटातील मुलांसाठी अंमलात आणण्यासाठी IEC धोरणांच्या दोन समांतर संचांची शिफारस केली होती - अंगणवाडी सेविका आणि आशा सेविकांनी संरचित गृहभेटींद्वारे घरी-आधारित काळजीवाहू शिक्षण कार्यक्रम आणि व्यापक समुदाय पोहोच मोहीम. या गृहभेटींदरम्यान लवकर उत्तेजनास समर्थन देण्यासाठी तपशीलवार सामग्री विकसित करण्याची आवश्यकता आहे.

शिवाय, दिव्यांगत्व ओळखण्यात आणि प्रतिबंध करण्यात लवकर तपासणी आणि हस्तक्षेपाची गंभीरता ओळखून, महिला आणि बालविकास मंत्रालयाने 2023 मध्ये दिव्यांग मुलांसाठी अंगणवाडी कार्यपद्धती सुरू केली, ज्यामध्ये तीन वर्षांपेक्षा कमी वयाच्या दिव्यांग मुलांसह त्यांची तपासणी, समावेश आणि संदर्भ समाविष्ट आहेत. मूल्यमापन वेळापत्रक आणि समावेशासाठी उपक्रम सूचनांचा आणखी विस्तार आवश्यक आहे.

विकासात्मक विलंब, दिव्यांगत्व किंवा कुपोषित मुलांना चांगल्या प्रकारे विकसित होण्यासाठी अतिरिक्त मदतीची आवश्यकता असू शकते. पालकांना बहुतेकदा हे ओळखता येते की जेव्हा मूल त्यांच्या कुटुंबातील आणि समुदायातील इतर मुलांच्या तुलनेत विकासात्मक टप्पे गाठण्यात मंद असते, तेव्हा त्यांना त्यांच्या मुलासाठी योग्य उत्तेजनात्मक उपक्रमांचे नियोजन आणि अंमलबजावणी करण्यासाठी मदतीची आवश्यकता असते. काळजीवाहक (आई-वडील) नेहमीच या मुलांना आवश्यकतेनुसार आहार देत नाहीत किंवा त्यांच्याशी संवाद साधत नाहीत आणि त्यांना या मुलांच्या विशेष गरजा आणि त्यांच्या क्षमतांबद्दल माहिती असणे महत्वाचे आहे.

- अंगणवाडी कार्यकर्त्यांसाठी ECCE प्रशिक्षण मॉड्यूल, 2017, पृष्ठ 14

शेवटी, 2020 मध्ये राष्ट्रीय शिक्षण धोरण (NEP) मध्ये मुलाच्या वाढीच्या सुरुवातीच्या काळात योग्य उत्तेजनाची गरज यावर भर देण्यात आला होता, हे ओळखून की जीवनाचा मजबूत पाया तयार करण्यासाठी पुरेशी काळजी घेणे आवश्यक आहे. ते सूचित करते की अर्ली चाइल्डहुड केअर अँड एज्युकेशन (ECCE) चे एकूण उद्दिष्ट शारीरिक आणि मोटर विकास, संज्ञानात्मक विकास, सामाजिक-भावनिक-नैतिक विकास, सांस्कृतिक/कलात्मक विकास आणि संवाद आणि सुरुवातीची भाषा, साक्षरता आणि संख्याशास्त्राच्या विकासाच्या क्षेत्रात इष्टतम परिणाम साध्य करणे आहे.

या लक्ष्याच्या अनुषंगाने, NEP ने 0-3 वर्षांच्या मुलांसाठी एक समर्पित चौकट तयार केली होती, जी वरील तत्त्वे, ECCE वरील नवीनतम संशोधन आणि राष्ट्रीय आणि आंतरराष्ट्रीय सर्वोत्तम पद्धतींशी सुसंगत होती. 2022 मध्ये प्रसिद्ध झालेल्या आणि 3 ते 8 वर्षे वयोगटातील मुलांना समाविष्ट करणाऱ्या राष्ट्रीय अभ्यासक्रम आराखड्यातील (NCF-FS) कलम 1.1.2 मध्ये म्हटले आहे की

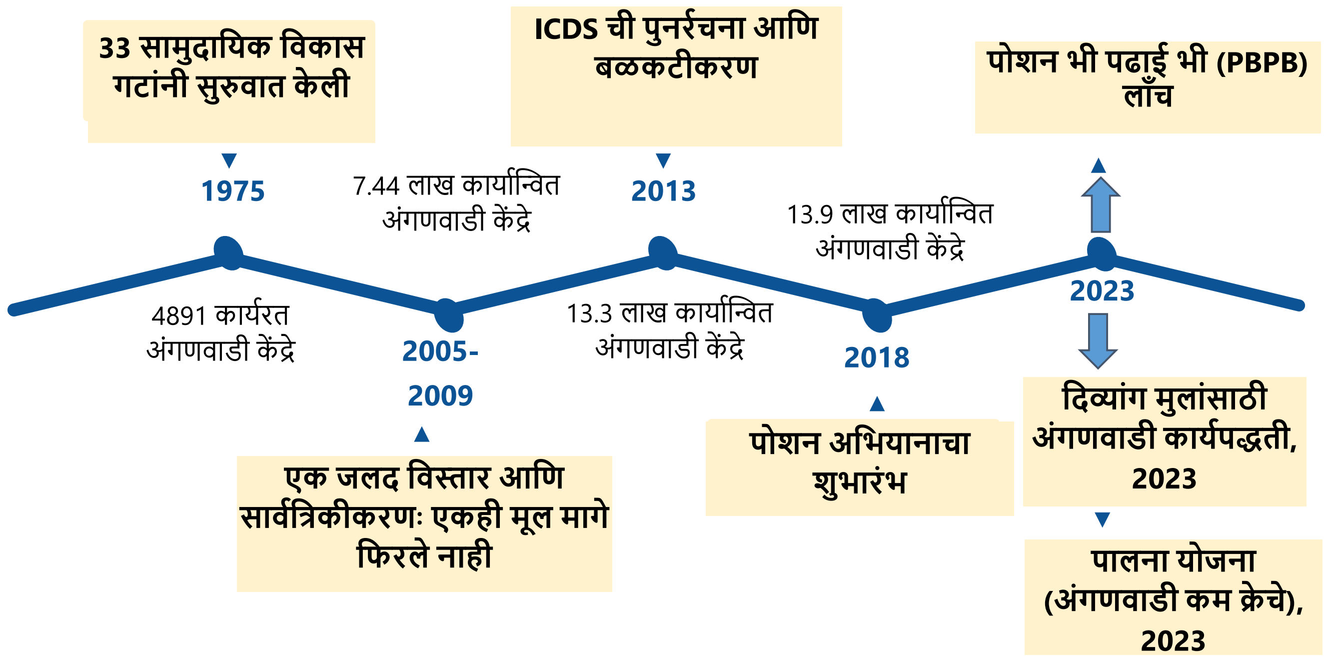
"0-3 वयोगटातील मुलांसाठी घरी उच्च दर्जाचे ECCE सक्षम करण्यासाठी मार्गदर्शक तत्त्वे आणि/किंवा सुचवलेल्या पद्धती महिला आणि बाल विकास मंत्रालय (MWCD) द्वारे विकसित आणि प्रसारित केल्या जातील."

बाळ जन्मापासून ते तीन वर्षांपर्यंत वाढते आणि शिकते अशी जागा म्हणून घराची सर्वव्यापीता लक्षात घेऊन, NCF-FS ने वेगाने वाढणाऱ्या बाळाला आरोग्य आणि पौष्टिक काळजी प्रदान करण्यापलीकडे जाण्याची गरज अधोरेखित केली. या सुरुवातीच्या काळात मुलाला सुव्यवस्थित काळजी प्रदान करण्यावर भर देण्यात आला, विशेषतः "बोलणे, खेळणे, हालचाल करणे, संगीत, ध्वनी ऐकणे आणि इतर सर्व इंद्रियांना, विशेषतः दृष्टी आणि स्पर्शाला उत्तेजन देऊन, जेणेकरून विविध क्षेत्रांमध्ये अपेक्षित विकासात्मक टप्पे गाठता येतील आणि "प्रारंभिक भाषा, उदयोन्मुख साक्षरता आणि संख्यात्मकता" विकसित होईल. NCF-FS ने विचार केला की कुटुंबे देखील त्यांच्या मुलांना पाळणाघरात पाठवू शकतात आणि पाळणाघरातील कामगारांनी देखील लागू असेल तेथे अशाच पद्धती आणि दृष्टिकोन स्वीकारले पाहिजेत. NCF-FS च्या सर्व शिफारसी NEP ने मुलाच्या आयुष्यातील सुरुवातीच्या वर्षांच्या चैतन्यशीलतेला मान्यता दिल्याचे अनुसरण करतात, ज्यामुळे सर्वांना दर्जेदार बालपण काळजी आणि शिक्षण सुनिश्चित करण्याची गरज अधोरेखित होते.

1.2 कार्यक्रमाचा संदर्भ

1975 मध्ये, 6 वर्षांखालील मुलांना पूरक पोषण आणि अनौपचारिक पूर्व-प्राथमिक शिक्षणासह एकात्मिक काळजी प्रदान करण्यासाठी एकात्मिक बाल विकास सेवा सुरू करण्यात आली. 1986 मध्ये धोरणात्मक चौकटीत अर्ली चाइल्डहुड केअर अँड एज्युकेशन (ECCE) चा समावेश करण्यात आला. 2007-2008 मध्ये ही योजना सार्वत्रिक करण्यात आली, ज्यामुळे कोणत्याही गरजू मुलाला दुर्लक्षित केले जाणार नाही याची खात्री करण्यात आली. 2013 मध्ये, आयसीडीएस मिशन: अंमलबजावणीसाठी व्यापक रूपरेषा त्याची पुनर्रचना करण्यात आली जेणेकरून अर्ली चाइल्डहुड केअर एज्युकेशन अँड डेव्हलपमेंट (ECCED) वर अधिक भर दिला जाईल, म्हणजेच 3 वर्षांखालील मुलांचा समावेश केला जाईल. अंगणवाडी केंद्रांना तीन वर्षांखालील मुलांवर विशेष लक्ष केंद्रित करून, जीवंत अर्ली चाइल्डहुड एज्युकेशन सेंटरमध्ये रूपांतरित करण्याची कल्पना करण्यात आली.

अंगणवाडी व्यवस्था (1975-2024)



ASHA आशा कर्मचारी गृह-आधारित नवजात शिशु काळजी (HBNC) आणि गृह-आधारित तरुण बाल काळजी (HBYC) कार्यक्रमांतर्गत व्यापक गृहभेटी देखील घेतात. तथापि, आशा आणि अंगणवाडी कर्मचाऱ्यांसाठी गृहभेटी फॉर्म (आई आणि नवजात शिशुची तपासणी) सारखे मार्गदर्शन साहित्य प्रामुख्याने आई आणि बाळाच्या आरोग्यावर केंद्रित आहे, ज्यामध्ये स्तनपान, रक्तस्त्राव, रक्तसंक्रमण इत्यादींचा समावेश आहे. हे ओळखून, महिला आणि बाल विकास मंत्रालयाने स्थापन केलेल्या ECCE विशेष समितीने अंगणवाडी आणि आशा कर्मचाऱ्यांना संयुक्त भेटी आणि प्रशिक्षण देण्याची शिफारस केली आहे जेणेकरून घरी भेटींची तीव्रता आणि गुणवत्ता सुधारून लवकर उत्तेजनाचा समावेश केला जाऊ शकेल. 2017 मध्ये प्रसिद्ध झालेल्या अंगणवाडी कर्मचाऱ्यांसाठी ECCE प्रशिक्षण अध्यायामध्ये कोणता उपक्रम राबवता येईल हे पालकांच्या समुपदेशन करण्याचा दृष्टिकोनात थोडक्यात नमूद केले आहे. लवकर शिक्षणासाठी लवकर उत्तेजन किंवा संधी, विकासात्मक विलंबांची तपासणी आणि दिव्यांगत्वाची लवकर तपासणी याबाबत दिलेले मार्गदर्शन अधिक मजबूत केले पाहिजे.

उत्तेजनात्मक उपक्रम राबविण्याबाबत काळजीवाहकांना समुपदेशन करणे

बहुतेक कुटुंबे त्यांच्या मुलांसाठी सर्वोत्तम देण्याचा प्रयत्न करतात. त्यांच्या प्रयत्नांचे कौतुक केले पाहिजे आणि त्यांना घरच्या वातावरणात लवकर उत्तेजन देण्यास सक्षम केले पाहिजे. त्यांना हे माहित नसेल की त्यांच्या मुलाच्या चांगल्या विकासासाठी खेळ आणि संवाद आवश्यक आहेत. त्यांना पुढील गोष्टींचे समुपदेशन केले पाहिजे:

- मुलाचे लक्ष वेधून घ्या
- त्यांच्या मुलाशी संवाद साधा, त्यांच्या मुलाला प्रतिसाद द्या
- खेळाच्या क्रियाकलापांना हळूहळू, संवेदनशील आणि प्रतिसादात्मक पद्धतीने सुरुवात करा,
- त्यांच्या मुलाच्या वय आणि कौशल्यांना अनुरूप असलेल्या क्रियाकलापांची निवड करा
- क्रियाकलापांदरम्यान मुलाच्या नेतृत्वाचे अनुसरण करा
- नवीन कामात मुलाला मदत करा आणि तिच्या प्रयत्नांसाठी मुलाची प्रशंसा करा
- अंगणवाडी कार्यकर्त्यांसाठी ECCE प्रशिक्षण मॉड्यूल, 2017, पृष्ठ 13

MWCD ने पूर्वीच्या राष्ट्रीय पाळणाघर योजनेद्वारे तीन वर्षांखालील मुलांना संबोधित केले आहे, जे अंगणवाडी प्रणालीपेक्षा वेगळे आहे, ते सार्वत्रिक नाही. नवीन पाळणाघर योजनेत वयानुसार विकासात्मक उपक्रमासह पाळणाघरांची कल्पना आहे, ज्यामध्ये विकासात्मक टप्प्यांचा मागोवा घेणे आणि कमी किमतीचे आणि विनामूल्य शिक्षण , साहित्य आणि खेळणी समाविष्ट आहेत, जी सांस्कृतिकदृष्ट्या अंतर्भूत आणि पर्यावरणपूरक आहेत. पाळणाघर योजनेसाठी (अंगणवाडी-सह-पाळणाघर), मिशन शक्तीसाठी मानक कार्यप्रणाली (2023) मध्ये संपूर्ण पाळणाघर, अतिरिक्त कामगार आणि मदतनीस, साहित्य, पोषण सहाय्य आणि सह-अभ्यासक्रम उपक्रमासाठी तपशीलवार मार्गदर्शक तत्त्वे आहेत.

प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजना (PMMVY) 14 आठवड्यांपर्यंतच्या मुलाच्या पूर्ण लसीकरणावर आधारित रोख हस्तांतरणाचा दुसरा भाग प्रदान करून आरोग्य, पोषण आणि वर्तणुकीशी संबंधित बदलांच्या दृष्टिकोनातून काळजी घेणाऱ्यांना देखील समर्थन देते, म्हणजेच जवळजवळ 3 महिन्यांपर्यंत. तसेच, तरुण मातांना वयाशी संबंधित उपक्रम आणि सूचनांसह समुपदेशन करण्यासाठी माता आणि बाल संरक्षण कार्ड (MCP) वापरण्यास प्रोत्साहन दिले जाते, ज्यामध्ये विकासात्मक विलंबांसाठी लाल झेंडे किंवा चेतावणी चिन्हे समाविष्ट आहेत.

अखेर, 2023 मध्ये, महिला आणि बाल मंत्रालयाने सक्षम अंगणवाडी आणि मिशन पोषण 2.0 अंतर्गत पोषण पण शिक्षण पण सुरू केले, ज्याचा उद्देश अंगणवाडी व्यवस्थेत बालपण काळजी आणि शिक्षण (ECCE) वाढवणे आहे. यामध्ये उच्च दर्जाची पायाभूत सुविधा, खेळण्याची उपकरणे आणि सुप्रशिक्षित अंगणवाडी कर्मचाऱ्यांची कल्पना आहे. हा उपक्रम 0-3 वर्षांच्या मुलांसाठी लवकर उत्तेजन आणि 3-6 वर्षांच्या मुलांसाठी ECCE, ज्यामध्ये दिव्यांग मुले देखील समाविष्ट आहेत, यावर लक्ष केंद्रित करतो. राष्ट्रीय सार्वजनिक सहकार्य आणि बाल विकास संस्थेद्वारे (NIPCCD) द्वि-स्तरीय प्रशिक्षण अध्याय राबविले जात आहे, ज्यामध्ये अंगणवाडी कर्मचाऱ्यांसाठी 3 दिवसांचे प्रशिक्षण आहे ज्यामध्ये 0 ते 3 वर्षे वयोगटातील मुलांच्या उत्तेजनाबद्दल प्रशिक्षण अध्याय समाविष्ट आहेत, ज्यामध्ये घरी, केंद्रात आणि समुदायात काळजीवाहूंसोबत आयोजित करायच्या उपक्रमाचा समावेश आहे.

"माता आणि बाल संरक्षण कार्ड हे पालक आणि काळजीवाहकांना (आई-वडील) उत्तेजन, आरोग्य, पोषण आणि संरक्षण या आवश्यक घटकांना प्रोत्साहन देण्यासाठी एक साधन आहे. ते दिव्यांग मुलांसह मुलांच्या उत्तेजन, पोषण आणि संरक्षणाचे महत्त्व, मज्जासंस्था विज्ञान मधील पुराव्यांवरून काढते. ते पालक आणि काळजीवाहकांना लसीकरण, पूरक आणि प्रतिसादात्मक आहार आणि लवकर उत्तेजन याबद्दल माहिती प्रदान करते. अंगणवाडी कर्मचारी कार्डचा वापर मुलाच्या प्रगतीचे स्पष्टीकरण देण्यासाठी आणि पालकांना वयानुसार विकासात्मक टप्पे, त्यांचे महत्त्व आणि लवकर उत्तेजन उपक्रमांद्वारे हे कसे प्रोत्साहन दिले जाऊ शकते याबद्दल माहिती देण्यासाठी करू शकतात.

- अंगणवाडी कार्यकर्त्यांसाठी ECCE प्रशिक्षण मॉड्यूल, 2017, पृष्ठ 12

1.3 जन्मापासून ते 3 वर्षांपर्यंतच्या मुलांसाठी राज्य पद्धती

- जन्मापासून ते तीन वर्षांपर्यंतच्या मुलांमध्ये संज्ञानात्मक उत्तेजन वाढविण्यासाठी विविध राज्य सरकारांच्या महिला आणि बालविकास विभागांनी विविध उपक्रम हाती घेतले आहेत.
- उदाहरणार्थ, आमा कुनी पिला योजनेअंतर्गत, ओडिशा विविध उपक्रम राबवते, ज्यात काळजीवाहकांचे (आई-वडील) संवेदनशीलीकरण आणि क्षमता निर्माण, मासिक ECCE दिवस आणि समुदाय-आधारित पाळणाघरे यांचा समावेश आहे.
- महाराष्ट्र 0-3 वयोगटातील मुलांसाठी 'आरंभ' नावाचा कार्यक्रम चालवत आहे, ज्यामध्ये घरोघरी भेटी, अंगणवाडी केंद्रांमध्ये पालक बैठका आणि ECD ला प्रोत्साहन देण्यासाठी सामुदायिक कार्यक्रमांचा समावेश आहे. त्यांच्यासोबत असलेले 'अंकुर' मॉड्यूल पालकत्व मार्गदर्शनावर लक्ष केंद्रित करते.
- त्याचप्रमाणे, मेघालयचे अर्ली चाइल्डहुड डेव्हलपमेंट मिशन पालकांना नियमित गृहभेटींद्वारे घर-आधारित लहान मुलांची काळजी (0 ते 1.5 वर्षे), सकारात्मक पालकत्व आणि निरोगी आहार याबद्दल प्रशिक्षण देते.
- पंजाब, तेलंगणा, दमण आणि दीवसह इतर राज्ये लवकर उत्तेजनाला प्रोत्साहन देण्यासाठी आणि कुटुंबांना सक्षम करण्यासाठी

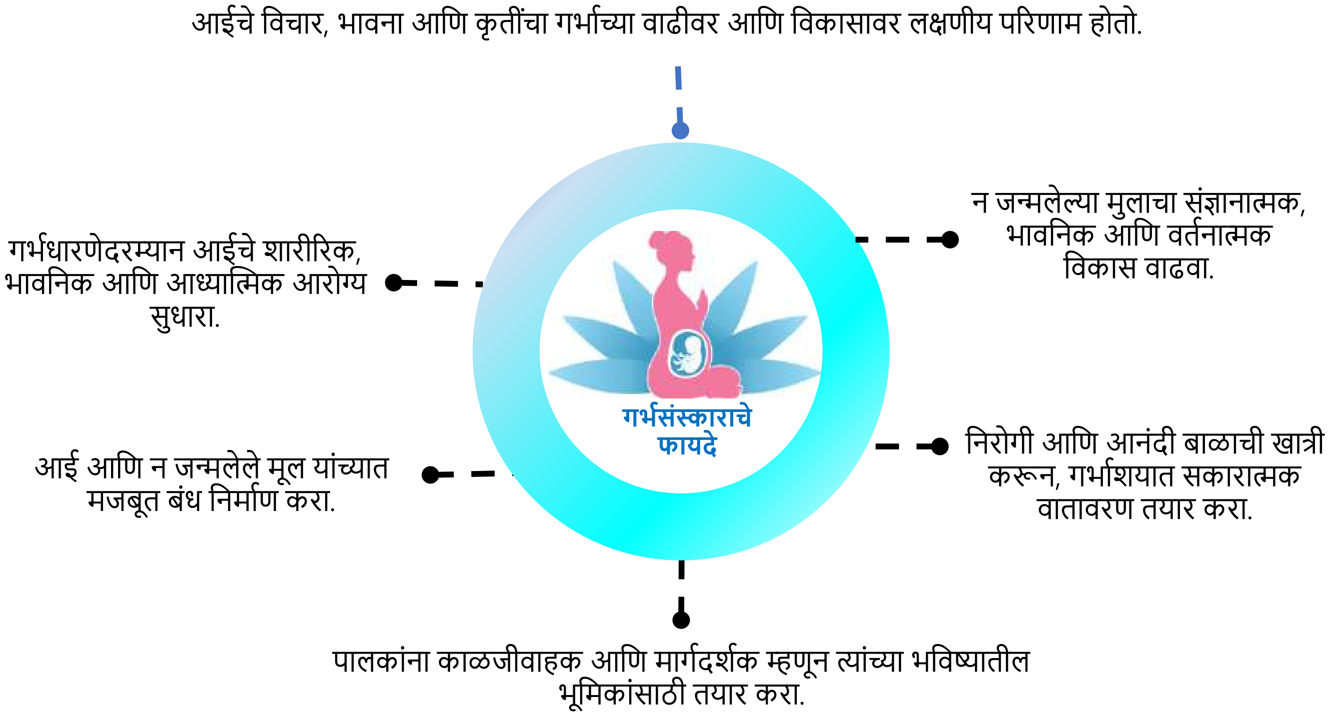
डिजिटल हस्तक्षेप आणि 8 व्हिडिओ सामग्री प्रसारित करत आहेत.

- ओडिशा, हरियाणा, तामिळनाडू आणि कर्नाटक ही राज्ये 0-3 वयोगटातील मुलांसाठी विस्तारित पाळणाघर सेवा देखील प्रदान करतात.
- आसाम राज्य शिक्षण संशोधन आणि प्रशिक्षण परिषदेच्या सहकार्याने, जन्मापासून ते 6 वर्षांच्या बालविकासासाठी अंगणवाडी कर्मचाऱ्यांसाठी ECCE वर 6 महिन्यांचा प्रमाणपत्र अभ्यासक्रम देते. 'घर घर अंगणवाडी' कार्यक्रम कमी आणि मोफत साहित्याचा वापर करून प्रतिसादात्मक पालकत्वावर लक्ष केंद्रित करतो.

अध्याय 2

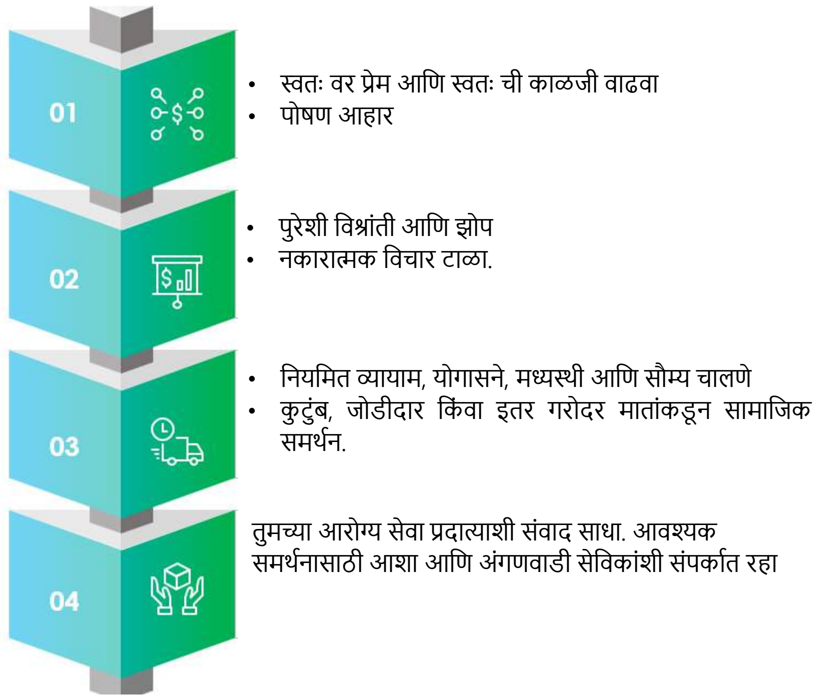
बालपणीच्या उत्तेजनाची गरज आणि महत्त्व

बाळाच्या जन्मापासूनच बाळाच्या जैविक आणि संवेदी वाढीपासून बालपणातील उत्तेजनाची सुरुवात होते. संशोधनातून असे दिसून आले आहे की गर्भात ऐकण्याची, चव घेण्याची, वास घेण्याची, माहितीवर प्रक्रिया करण्याची, वेदना, दाब आणि तापमान वाढण्याची क्षमता विकसित होते. वास आणि चवीची संवेदना ऐकण्याच्या किंवा दृष्टीपेक्षा वेगाने विकसित होतात, ज्यामुळे विशिष्ट चव किंवा वासाची आवड आणि तिटकारा निर्माण होतो आणि सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे, गर्भाशयातील बाळाचा श्रवण अनुभव जन्मानंतरच्या भाषेच्या विकासाचे निर्धारण करतो. जरी गर्भापर्यंत ध्वनीचे विशिष्ट तपशील पोहोचू शकत नसले तरी, गर्भधारणेदरम्यान त्यांच्या सभोवताली जे बोलले जाते त्यातील लयीचा वापर नवजात बाळ जेव्हा प्रथम येते तेव्हा त्यांची मातृभाषा इतरांपेक्षा वेगळी करण्यासाठी करते - अशी शक्यता असते की बाळ गर्भधारणेदरम्यान तिच्या आईकडून मिळालेल्या मातृभाषेला सहज प्रतिसाद देईल.



"गर्भसंस्कार" - मुलाला उत्तेजित करण्यासाठी, शिक्षित करण्यासाठी आणि त्याच्या गर्भधारणेच्या काळापासून निरोगी बनवण्यासाठी अर्थपूर्ण पद्धतींचे अनुसरण करा.

गरोदरपणात आई आणि मूल एकत्र वाढतात, एकमेकांमधील बदलांना प्रतिसाद म्हणून एक नवीन जैविक आणि भावनिक स्वतःची निर्मिती करतात. म्हणूनच, आईने त्या काळात निरोगी, पौष्टिक जीवनशैली सुनिश्चित करणे महत्वाचे आहे, जेणेकरून गर्भाशयातील बाळाची वाढ सुलभ होईल आणि कोणत्याही प्रकारच्या त्रासापासून किंवा आरोग्याशी संबंधित अडचणींपासून स्वतःला मुक्त ठेवता येईल. या प्रशिक्षण कार्यक्रम मध्ये आईला येणाऱ्या अनेक बदलांमुळे, त्यांना स्वतःची आणि वाढत्या बाळाची काळजी घेण्यात त्यांच्या कुटुंबातील सदस्यांनी देखील मदत केली पाहिजे. आईभोवती असे निरोगी, उत्तेजक आणि सहाय्यक वातावरण निर्माण केल्याने नवजात बाळ शक्य तितक्या अनुकूल पद्धतीने जग अनुभवेल याची खात्री होते.



गर्भधारणेदरम्यान आणि प्रसूतीनंतर मानसिक आरोग्य व्यवस्थापित करण्याचे प्रभावी मार्ग

जन्माच्या वेळी बाळाच्या मेंदूचा केवळ 25% भाग विकसित झालेला असतो. उरलेला 75% भाग बाळाच्या पहिल्या तीन वर्षांत विकसित होतो. या काळात बाळाचा मेंदू प्रौढांच्या मेंदूपेक्षा दुप्पट सक्रिय असतो. त्यामुळे त्याला विचार करणे, प्रतिसाद देणे आणि शिकण्याचे महत्वाचे नमुने तयार करता येतात. या वयात जेव्हा बाळाला बोलणे, ऐकणे, खेळणे, प्रेम मिळणे अशा उत्तेजना मिळतात, तेव्हा त्याच्या मेंदूत नवीन संपर्क (सिनॅप्स) तयार होतात. हे संपर्क बाळाच्या संवेदी क्षमता (जसं की ऐकणे, बघणे, समजून घेणे) वाढवायला मदत करतात. त्यामुळे बाळाच्या शारीरिक, बौद्धिक, सामाजिक आणि भावनिक विकासाचा मजबूत पाया घालायला मिळतो. 2007, 2011 आणि 2017 मध्ये प्रकाशित झालेल्या "लॅन्सेट" संशोधन मालिकांनी बालविकासाच्या या सुरुवातीच्या टप्प्याचं महत्त्व वैज्ञानिक आधारासह दाखवून दिलं आहे. आणि हे विज्ञान प्रत्यक्षात राबवण्यासाठी "संगोपन काळजी फ्रेमवर्क" तयार करण्यात आलं आहे.

सर्वात महत्वाच्या गोष्टी

प्रत्येक बाळाचा मेंदू जन्मतःच शिकण्यासाठी आणि वाढण्यासाठी तयार असतो. जरी सगळी मुले एकसारखी किंवा एकाच वेगाने वाढत नसली, तरी जर त्यांना योग्य प्रेम, काळजी आणि उत्तेजन (जसं की खेळ, संवाद, प्रेम) मिळालं, तर त्यांच्या मेंदूत नवीन संबंध तयार होतात आणि ते चांगल्या प्रकारे विकसित होतात.

- मूल मुलगा आहे की मुलगी हे महत्त्वाचे नाही
- मूल गोरे आहे की काळे आहे हे महत्त्वाचे नाही
- मूल उंच, ठेंगणे आहे, शरीरयष्टी आहे की गुबगुबीत आहे हे महत्त्वाचे नाही
- मूल कोणत्या समुदायात किंवा जगाच्या कोणत्या भागात जन्माला आले हे महत्त्वाचे नाही.

म्हणूनच, एखादे मूल निरोगी आणि आजारमुक्त असेल तर आपण नक्कीच आनंदी असतो. पण त्याहीपेक्षा जास्त महत्त्वाचे म्हणजे त्या बाळाचा मेंदू कसा विकसित होतोय हे पाहणे. मुलगा असो किंवा मुलगी, काळी त्वचा असो किंवा गोरी – मेंदूच्या वाढीवर याचा काही फरक पडत नाही, कारण मेंदूला काही रंग नसतो. जो मेंदू योग्य प्रकारे विकसित होतो, तोच पुढे कुटुंब, समाज, देश आणि अख्ख्या जगात सकारात्मक बदल घडवू शकतो.

- पहिल्या 1000 दिवसांचा प्रवास, आरोग्य आणि आरोग्य मंत्रालय, पृष्ठ 81

2.1 बालपण उत्तेजना म्हणजे काय?

उत्तेजनात्मक उपक्रमामध्ये मुलाच्या सुरुवातीच्या विकासाला सक्रिय करण्यासाठी जाणीवपूर्वक प्रयत्न केले जातात. हे केवळ व्यायामांच्या मालिकेपेक्षा जास्त आहे; ते मुलामध्ये आणि मुलाच्या बाजूने असलेल्यांमध्ये सतत संवाद आहे. मुलाचा विकास परिपक्वता आणि शिकण्याच्या परस्परसंवादाच्या परिणामी होतो. परिपक्वतेमुळे होणारा विकास म्हणजे शरीरात जे संभाव्य आहे ते उलगडणे. उदाहरणार्थ, मुलांची मोटर आणि समन्वय कौशल्ये वाढत असताना विकसित होतात. त्याचप्रमाणे, माहिती प्रक्रिया, भाषा विकास आणि स्मृती यासारखी संज्ञानात्मक कौशल्ये देखील वयानुसार विकसित होतात. या प्रकारची परिपक्वता निश्चित क्रमांमध्ये होते आणि शिकण्यासाठी आवश्यक असते. तथापि, मुलाला आत्मविश्वासाने वाचन आणि बोलणे, कोडी सोडवणे आणि स्व-नियमन यासारखी विशिष्ट कौशल्ये शिकण्यासाठी सराव आणि मार्गदर्शनाची आवश्यकता असते. उदाहरणार्थ, ज्या मुलाचे काळजीवाहक तिला नियमितपणे वाचतात आणि बोलतात ते ज्या मुलाचे काळजीवाहक तिला वाचत नाहीत त्या मुलापेक्षा जास्त शब्द शिकण्याची शक्यता असते.

2.2 बालपण उत्तेजनाची उद्दिष्टे (ECS)

व्यक्तीच्या एखाद्या व्यक्तीच्या आयुष्यातील पहिली तीन वर्षे त्याच्या आरोग्यावर आणि आयुष्यभराच्या क्षमतेवर परिणाम करतात. हे लक्षात घेऊन, अर्ली चाइल्डहुड स्टिम्युलेशन (ECS) उपक्रमांचे मुख्य उद्दिष्ट म्हणजे मुलाला या महत्त्वाच्या काळात विकासाची सर्वोत्तम पातळी साध्य करण्यासाठी संधी प्रदान करणे. अर्ली चाइल्डहुड स्टिम्युलेशनची विशिष्ट उद्दिष्टे अशी आहेत:

- स्तनपान, लसीकरण, ORT, दूध सोडण्याचे पदार्थ, कमी किमतीचे पौष्टिक अन्न आणि वाढीचे निरीक्षण याद्वारे मुलाचा निरोगी विकास सुनिश्चित करणे.

- मुलांमध्ये विश्वास आणि भावनिक सुरक्षितता विकसित करणे, त्यांना प्रेम, मूल्य, सुरक्षितता आणि मार्गदर्शन करून त्यांना कळवणे की त्यांना त्यांची गरज आहे आणि काही चूक झाल्यास प्रौढांच्या मदतीवर अवलंबून राहू शकतात.

- मुलाची बौद्धिक उत्सुकता वाढवा आणि ते ज्या जगात राहतात ते समजून घेण्यास, हाताळणी करण्यासाठी आणि प्रयोग करण्यासाठी संधी निर्माण करून त्यांना मदत करा.

- नियमितपणे त्यांच्याशी बोलून, वाचून आणि गाऊन आणि त्यांना हावभाव आणि शब्दांद्वारे स्वतःला व्यक्त करण्याची परवानगी देऊन त्यांच्या भाषेच्या विकासात वाढ करा.

- मुलामध्ये पुरेसा स्नायू समन्वय, मूलभूत मोटर कौशल्ये आणि वैयक्तिक स्वच्छतेच्या सवयी विकसित करा.

- मुलामध्ये सामाजिक जाणीव विकसित करा, ज्यामुळे तो स्वतःच्या आणि इतरांच्या गरजांबद्दल संवेदनशील बनेल आणि सामाजिक संदर्भाच्या मागण्यांशी जुळवून घेण्यास सक्षम होईल.

- सहानुभूती, सहिष्णुता, दयाळूपणा आणि आदराची मूलभूत मूल्ये विकसित करा.

2.3 संगोपनाच्या काळजीची चौकट

पोषण काळजीच्या फ्रेमवर्कमध्ये पाच परस्परसंबंधित आणि अविभाज्य घटक असतात: चांगले आरोग्य, पुरेसे पोषण, सुरक्षितता आणि सुरक्षा, प्रतिसादात्मक काळजी आणि लवकर शिकण्याच्या संधी. मुलांना त्यांच्या पूर्ण क्षमतेची जाणीव होण्यासाठी हे पाचही आवश्यक आहेत. पहिल्या तीन वर्षांमध्ये, मूलभूत सामाजिक, भावनिक आणि संज्ञानात्मक वर्तणूक आणि कौशल्ये विकसित केली जातात, कारण मेंदू मुलाच्या अनुभवांना शोषून घेतो आणि त्यावर प्रक्रिया करतो - ही सुरुवातीची वर्षे कौशल्यांसाठी पाया घालतात ज्यांचा नंतर आयुष्यात उपयोग केला जाऊ शकतो. साहित्यात पुढे असे म्हटले आहे की अर्भकांचे आणि अगदी लहान मुलांचे प्रमुख विकासात्मक कार्य म्हणजे काळजीवाहकाशी एक संलग्नक बंध तयार करणे जो विश्वासार्ह आणि मुलाच्या भावनिक आणि शारीरिक गरजांना प्रतिसाद देणारा आहे" (मॅकलिन, 2016). जगण्यासाठी, शारीरिक गरजा आणि भावनिक आरामासाठी बाळांचे त्यांच्या काळजीवाहकांवर पूर्ण अवलंबून राहणे लक्षात घेता, बालपणीच्या विकासात काळजीवाहक वर्तन हा एक महत्त्वाचा घटक आहे. अंदाजे, सुसंगत आणि प्रतिसादात्मक काळजी ही सुरक्षित संलग्नतेची गुरुकिल्ली आहे.

हे दस्तऐवज पालनपोषण काळजी चौकटीच्या पाच घटकांपैकी दोन घटकांवर लक्ष केंद्रित करते: 'प्रतिसादात्मक काळजी' आणि 'लवकर शिक्षणासाठी संधी निर्माण करणे.'

स्रोत: WHO आणि WBG. 2018 B

अध्याय 3

लवकर विकासासाठी प्रतिसादात्मक काळजी घेणे

बाळाची काळजी घेणे हे बहुतेक काळजीवाहकांसाठी, विशेषतः त्याच्या पालकांसाठी, सहजतेने केले जाते, परंतु योग्य पद्धतीचा वापर केल्याने सुरुवातीच्या काळात बाळाची वाढ आणि विकास होतो आणि त्याच वेळी बाळाचे रक्षण होते आणि त्यांना प्रेमाची भावना निर्माण होते. बालपणातील उत्तेजनावरील संशोधनाने 'प्रतिसादात्मक काळजी'ची कार्यक्षमता सिद्ध केली आहे जी मुलाच्या सामाजिक-भावनिक, भाषा, संज्ञानात्मक आणि गती कौशल्यांना चालना देणारी एक चांगली काळजी घेण्याचा दृष्टिकोन आहे.

सामाजिक-भावनिक

नंतरच्या काळात मुलाला सुरक्षित जोडण्याची शैली विकसित करण्यास मदत करते, ज्यामुळे तो समवयस्क आणि इतर प्रौढांसोबत अधिक सामाजिकदृष्ट्या सक्षम बनतो.

संज्ञानात्मक

प्रतिसाद देणाऱ्या काळजीवाहकांची मुले त्यांच्या वातावरणातील नवीन गोष्टींकडे पाहून त्याबद्दल शिकू शकतात.शकतात

भाषा

प्रतिक्रियाशील ज्यांना मुलांची नीट काळजी घ्यायची सवय असते, त्यांच्या मुलं पहिलं बोलायला – म्हणजे पहिले शब्द आणि वाक्य – इतर मुलांपेक्षा साधारण सहा महिने आधी सुरू करतात.

संचलन

प्रतिक्रियाशील बाळाची काळजी प्रेमाने आणि लक्षपूर्वक घेतली गेली, तर त्याचे अंग सावरायची क्षमता (पोश्चर कंट्रोल) आणि चालायला, बसायला लागणारी गती कौशल्य (मोटर स्किल्स) लवकर आणि चांगल्या प्रकारे विकसित होऊ शकतात.

प्रतिसादात्मक काळजी म्हणजे बाळ काही इशारा देते तेव्हा त्याच्या काळजी घेणाऱ्या व्यक्तीने ते लक्षात घेणं, समजून घेणं आणि योग्य प्रकारे त्वरित प्रतिसाद देणे. पहिल्या तीन वर्षांत बाळाचा मेंदू त्याच्या आजूबाजूच्या अनुभवांवर आधारित झपाट्याने विकसित होतो. यामध्ये मेंदू काही अनुभवांची अपेक्षा करत असतो आणि त्यावरच त्याची वाढ ठरत असते. जर काळजी घेणारी व्यक्ती बाळाच्या गरजा ओळखून, त्याला वेळेवर प्रेमाने प्रतिसाद देत असेल, तर बाळाला आवश्यक गती कौशल्य (संचलन) आणि संवेदना (संवेदी) यांचं उत्तेजन मिळतं. यामुळे बाळाच्या मेंदूमध्ये नव्या स्नायूपेशींचे जाळे निर्मिती होते आणि याच गोष्टी त्याच्या विकासाचा पायाभूत भाग ठरतात.

जरी प्रतिसादात्मक संगोपनात अनेक वेळा प्रतिसादात्मक आहाराचा समावेश असतो, तरी हा अध्याय लहान बालकांच्या सुरुवातीच्या उत्क्रांतीस चालना देण्यासाठी संगोपकाने स्वीकारावयाच्या शिक्षणविषयक पद्धती आणि वर्तन यांवर लक्ष केंद्रित करतो. या पद्धतींमध्ये 'साद द्या आणि प्रतिसाद घ्या', संगोपकाची तीन कृती — प्रेम द्या, संवाद साधा आणि खेळ करा — तसेच सकारात्मक मार्गदर्शन यांचा समावेश होतो.

3.1 साद द्या आणि प्रतिसाद द्या

साद द्या आणि प्रतिसाद द्या

पायरी 1

सर्व्हेचे निरीक्षण करा

बाळ चेंडू उचलून हलवून सेवा करते. काळजीवाहक ही सेवा पाहते ज्यामुळे तिला बाळाला चांगले समजण्यास मदत होते.

पायरी 2

सर्व्ह करण्यासाठी प्रतिसाद द्या

काळजीवाहक बाळाच्या सेवेला प्रतिसाद म्हणून बॉलकडे बोट दाखवतो आणि बाळाची आवड सामायिक करतो किंवा त्याची कबुली देतो.

पायरी 3

त्याला एक नाव द्या

बाळाला वस्तू किंवा कृती आणि त्याचे नाव यांच्यातील संबंध कळावा म्हणून काळजी घेणारा त्याला एक नाव देतो.

पायरी 4

वळणे घ्या

त्यानंतर काळजी घेणारा बाळाच्या प्रतिसादाची धीराने वाट पाहतो. ते बाळामध्ये स्वातंत्र्य आणि आत्मविश्वास वाढवण्यासाठी प्रेमाने पुढे-मागे जातात.

पायरी 5

संक्रमण

बाळाने चेंडू टाकला, आता तिला तिचा पाय तोंडात घालायचा आहे. काळजीवाहू प्रतिसाद देते आणि पुढे-मागे सुरू राहते ज्यामुळे अधिक सर्व्ह आणि रिटर्न संवाद शक्य होतात.

3.2 प्रेम करा, बोला, खेळा

काळजीवाहकाचे तीन कार्य

प्रेम

- बाळाशी डोळा संपर्क करा
- बाळाकडे हसणे
- बाळाला मिठी मारा, चुंबन घ्या, प्रेम द्या आणि मिठी मारा
- बाळाला तुमच्या शरीराजवळ धरा.

चर्चा

- बाळाच्या बडबड संपूर्ण आवाजाचे अनुकरण करा
- बाळाच्या हावभावांचे आणि हालचालींचे वर्णन करा आणि त्यांना नावे द्या.
- बाळाशी सामान्य गोष्टी किंवा क्रियाकलापांबद्दल बोला.
- बाळाला गा

खेळा

- बाळाबरोबर खेळा
- त्यांच्या मनाला आणि इंद्रियांना चालना देणारे खेळाचे साहित्य त्यांना द्या.
- मुलाच्या कल्पनारम्य खेळात सहभागी व्हा.
- बाळाबरोबर मजा करा

अध्याय 4

महिन्यानुसार उपक्रमांद्वारे लवकर शिक्षणासाठी संधी निर्माण करणे

या भागात मुलाच्या वाढीस अनुकूल वातावरण, खेळासाठी लागणाऱ्या वस्तू, मुलगा-मुलगी असा भेद न करता संवाद साधण्याची पद्धत, सुरक्षित वातावरण, आणि जन्मापासून ते 3 वर्षांपर्यंत (0 ते 36 महिने) दर महिन्याला करता येणारे एकूण 36 उपक्रम दिलेले आहेत.या उपक्रमांमुळे मुलाचा बुद्धीचा विकास, भावनिक व सामाजिक वाढ, बोलणे व समजून घेण्याची भाषा कौशल्ये, शारीरिक हालचाल व बळकटी, आणि निर्मितीशीलता (क्रिएटिव्हिटी) या सर्व क्षेत्रांचा समतोल विकास होतो.

4.1 लवकर उत्तेजनासाठी योग्य वातावरण निर्माण करणे

a. खेळाचे साहित्य

खेळाचे साहित्य पालकांना मुलांशी विविध पद्धतीने संवाद साधण्यास मदत करते. यामुळे मुलांची इंद्रियांची जाणीव (संवेदनशीलता) वाढते आणि खेळ अधिक अर्थपूर्ण व प्रभावी होतो. हे साहित्य नेहमीच दुकानातून विकत घेण्याची गरज नसते. घरात सहज मिळणाऱ्या किंवा निसर्गात उपलब्ध असलेल्या वस्तूंद्वारेही हे साहित्य तयार करता येते. जसे की: रिकामे कप, बाटल्या, उरलेले कपड्यांचे तुकडे यांसारख्या घरगुती किंवा पुन्हा वापरता येण्याजोग्या वस्तू वापरून आपण स्वतः खेळणी तयार (DIY) करू शकतो. अशा प्रकारच्या खेळण्यांमुळे त्या पर्यावरणपूरक ठरतात आणि कचराही कमी होतो. तसेच, आपल्या स्थानिक संस्कृतीशी संबंधित खेळणी वापरल्यास मुलांमध्ये संस्कृतीबद्दल जागरूकता वाढते आणि त्या मूल्यांचाही परिचय होतो.

b. उत्तेजना उपक्रम

सुरुवातीच्या काळात मुले वेगवेगळ्या अनुभवांतून शिकतात, जे त्यांच्या वाढीच्या टप्प्यांशी सुसंगत असतात. पुढील भागामध्ये काळजीवाहकांना या शिकण्याच्या प्रवासात मदत व्हावी म्हणून महिन्यानुसार उपयुक्त क्रियाकलापांचे कॅलेंडर दिले आहे. जरी हे क्रियाकलाप मुलाच्या वयानुसार विभागलेले असले, तरी काळजीवाहकांनी ते मुलाच्या क्षमतेनुसार बदलून (अनुकूल करून) वापरणे आवश्यक आहे. उदाहरणार्थ, जर एखादे मूल त्याच्या वयासाठी ठरवलेला उपक्रम सहज करू शकत असेल, तर त्याला थोडी जास्त आव्हानात्मक (अधिक कठीण) क्रिया देता येईल. आणि जर एखाद्या मुलाला ठरवलेला उपक्रम कठीण वाटत असेल, तर तो सोपा करून घेता येईल. यातील सर्व उपक्रम आणि साहित्य भारतीय परिस्थिती आणि पारंपरिक संदर्भ लक्षात घेऊन तयार केले आहेत. त्यामुळे वेगवेगळ्या सामाजिक आणि सांस्कृतिक पार्श्वभूमीनुसार हे उपक्रम बदलता आणि सुधारता येतील, आणि तसे करायलाही हवेत. शेवटी, पालकांनी किंवा काळजीवाहकांनी हे लक्षात ठेवावे की, मुलाच्या दैनंदिन आयुष्यात अशी शिकवण आणि अनुभव देणारी खेळवजा कृती रोजच्या वापरात आणणे खूप गरजेचे आहे.

c. सुरक्षितता आणि सुरक्षा सुनिश्चित करणे

लहान वयात बाळ किंवा छोटे मूल पूर्णतः आपल्या काळजी घेणाऱ्या व्यक्तीवर अवलंबून असते – विशेषतः त्याच्या शारीरिक आणि भावनिक सुरक्षिततेसाठी. म्हणूनच, काळजीवाहकांनी काही महत्त्वाच्या आणि योग्य पद्धतींचं पालन करणं आवश्यक आहे. मुले खेळत असलेल्या जागेतील सर्व साहित्य सुरक्षित, विषरहित आणि धोकादायक नसलेलं असल्याची खात्री करावी. जड वस्तू कोसळू नयेत किंवा उंचावरून मुलं पडू नयेत यासाठी त्यांच्यावर नजर ठेवणं आणि खबरदारी घेणं

गरजेचं आहे. मुलांच्या आजूबाजील वातावरणात जितके शक्य असेल तितके स्नेही, आदरपूर्ण आणि शांत वातावरण तयार करावे. मुलांशी आणि इतर व्यक्तींशी प्रेमळ आणि हिंसामुक्त पद्धतीने संवाद साधणं हेही तितकेच महत्त्वाचे आहे. यामुळे मुलाचं भावनिक स्वास्थ्य चांगले राहते आणि तणाव कमी होतो.

d. लिंग-संवेदनशील संवाद

सुरुवातीच्या काळात, मुले त्यांच्या वातावरणातून आणि त्यांच्या काळजीवाहकांच्या कृतींमधून शिकतात. जसजसे ते मोठे होतात तसतसे ते निरीक्षण करतात आणि मुलगा किंवा मुलगी असण्याचा अर्थ काय आहे याबद्दल निष्कर्ष काढतात. म्हणूनच, दोन्ही लिंगांच्या मुलांना वाढण्याची आणि विकसित होण्याची समान संधी मिळावी याची खात्री करणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे. काळजीवाहकांनी त्यांच्या स्वतःच्या लिंगभेदांची जाणीव ठेवावी आणि त्यांच्या शिक्षणावर मर्यादा घालू शकतील अशी विधाने आणि कृती टाळल्या पाहिजेत. पक्षपाताची उदाहरणे म्हणजे मुली मुलांपेक्षा शारीरिक किंवा भावनिकदृष्ट्या कमकुवत आहेत असे गृहीत धरणे, मुलांसाठी कार खरेदी करताना मुलींना बाहुल्या आणि स्वयंपाकघरातील सेट सारखी खेळणी देणे आणि मुलांचे 'शूर' असण्याबद्दल आणि मुली 'सुंदर' असल्याबद्दल कौतुक करणे.

e. आव्हानात्मक परिस्थितींना तोंड देताना सकारात्मक मार्गदर्शन

कधी कधी मुलांचे वागणे काळजीवाहकांना कठीण किंवा त्रासदायक वाटू शकतं. उदाहरणार्थ, मोठ्यांनी शांत करण्याचा प्रयत्न केला तरी लहान मूल रडू शकतं, गोंधळ घालू शकतं. कधी कधी ते मारणे, चावणे, जमिनीवर लोळणे, जोरात रडणे, लाथा मारणे, किंचाळणे, किंवा "नको" म्हणणे,असे वागू शकते. अशा वेळी, काळजीवाहकांनी त्या वागणुकीचे कारण समजून घेण्याचा प्रयत्न करायला हवा – मूल भुकेले आहे का, झोप येते आहे का, की दुर्लक्षित वाटतंय का? असे केल्याने काळजीवाहकाला मुलाला शांत करण्यासाठी योग्य पद्धत वापरता येते. मुलाला सौम्यपणे कसं योग्य वागायचे याचे उदाहरण दाखवणे (म्हणजे मॉडेलिंग) आणि जेव्हा मूल चांगले वागते तेव्हा त्याचं प्रशंसेने कौतुक करणे, यामुळे मूल हळूहळू स्वतःला नियंत्रित करणे शिकते आणि त्याला अस्वस्थ भावना व परिस्थिती हाताळणे सोपे जाते.

उत्तेजित उपक्रम कॅलेंडर

बालपणातील उत्तेजनासाठी राष्ट्रीय फ्रेमवर्क

जन्मापासून तीन वर्षांपर्यंतच्या मुलांसाठी

गर्भधारणा दरम्यानच्या काळात

उपक्रमः पोषक आहार

पाय-याः

1. गरोदरपणात मातेला पोषक आहार मिळेल याची खबरदारी कुटुंबाने घेतली पाहिजे.
2. तिने भरपूर प्रमाणात पाणी पिले पाहिजे.
3. आरोग्यदायी गर्भारपण आणि यशस्वी बाळंतपणासाठी तिला आवश्यक पूरक व पौष्टिक आहार देखील दिला पाहिजे.

उपक्रमाचे महत्त्व : यामुळे आई आणि बाळ निरोगी आणि सदृढ होण्यास मदत होईल.

उपक्रमः शारीरिक हालचाल आणि व्यायाम

पाय-या :

1. गर्भवती मातेला नियमितपणे चालणे, सोपी योगासने यासारखे व्यायाम करण्यास प्रोत्साहन द्यावे.
2. घरातील कामांचे नियोजन करून गर्भवती मातेला जड कामे देणे टाळावे आणि तिच्या रोजच्या विश्रांतीची काळजी घ्यावी.

उपक्रमाचे महत्त्वः यामुळे माता आणि बालकाचे शारीरिक आणि मानसिक स्वास्थ्य वाढीस लागेल.

उपक्रमः सकारात्मक आणि आनंदी वातावरण

पाय-याः

1. गरोदर मातेला असलेले सर्व प्रकारचे ताण दूर करून तिच्याशी प्रेमाने वागावे, आधार द्यावा आणि काळजी घ्यावी.
2. रंगकाम, विणकाम किंवा यासारखे मनाला शांतपणा देणारे कलाकुसरीचे छंद जोपासण्यास प्रोत्साहन द्यावे.
3. सुखावणारे संगीत ऐकणे, ध्यान करणे.

उपक्रमाचे महत्त्वः यामुळे माता तनावमुक्त, आनंदी, सकारात्मक राहील व गर्भातील बाळ निरोगी आणि सुदृढ राहते.

उपक्रमः गर्भातील बाळाशी संवाद साधणे

पाय-या

1. आईवडलांना गर्भातील बाळाशी गप्पा मारण्यास प्रवृत्त करावे.
2. गरोदर मातेने रोजच्या घटना, गोष्टी सांगणे, हळुवार आवजात गाणी म्हणणे हे नियमित करावे.

उपक्रमाचे महत्त्वः यामुळे गर्भाला मानसिक आणि भावनिक चालना मिळत असल्याने गर्भाचा विकास सुरक्षित वातावरणात होतो.

उपक्रमः प्रेमळ चेह-यांची ओळख

पाय-याः

1. बाळाकडे हसून बघा आणि ते ही हसून प्रतिसाद देते का ते पहा.
2. आपले तोंड उघड बंद करून दाखवा, वेगवेगळे आवाज काढून दाखवा.
3. बाळाचा हात धरून तुमच्या चेह-यावर हलकेच फिरवून दाखवा.
4.

उपक्रमाचे महत्त्वः
दृष्टी सुधारते, नजर स्थिर करून बघण्याची सवय होते चेहरे ओळखता येते आणि स्पर्शाची जाणीव वाढीला लागते सांभाळक ते आणि बाळ यांच्या मधील स्नेहसंबंध दृढ होतात.

उपक्रमः आवाजाची नक्कल

पाय-याः

1. बाळासोबत बसा आणि बाळ जे आवाज काढतात ते लक्ष देऊन ऐका.
2. बाळ जसे आवाज काढतात तसे आवाज काढून प्रतिसाद द्या.
3. बाळांना परत आवाज काढून दाखवण्यासाठी प्रोत्साहन द्या.
4. हसून तुमचा आनंद व्यक्त करा आणि तुम्ही त्यांच्या आवाजाचे कौतुक करा जसे की, “आमचं बाळ बोलतंय”!

उपक्रमाचे महत्त्वः सुरक्षित जवळीक
निर्माण होते. भावनिक नियमनाला चालना मिळते. प्रतिसादात्मक संगोपनातून बाळांना दिलासा मिळतो.

0-3 महिने

उपक्रमः हळुवार पणे काळजी घेणे

पाय-याः

1. बाळांच्या गरजा ओळखा, त्यांना भूक लागली आहे का?, त्यांचे अंथरूण ओले झालें आहे का? दमले आहे का? कंटाळले आहे का?
2. बालके अस्वस्थ झाल्यास त्यांना हलक्या हाताने तुमच्या जवळ धरा, जोजवत त्यांच्याशी हलक्या आवाजात बोला.
3. बाळांना त्यांच्या नावाने हलक्या आवाजात हाक मारत रहा, त्यामळे त्यांचा धीर वाढतो.
4. बाळांच्या पाठीवर हात ठेवा, मायेने हात फिरवा. याने बाळांना शांत वाटेल.
5. उपक्रमाचे महत्त्वः सुरक्षित जवळीक वाढीस

उपक्रमाचे महत्त्वः
सुरक्षित जवळीक वाढीस लागते. भावनिक नियमनाला चालना मिळते. प्रतिसादात्मक संगोपनातून बाळांना दिलासा मिळतो.

उपक्रमः बाळासाठी गाणे

पाय-याः

1. बाळ सोबत असतांना एखादे गाणे किंवा अंगाई गावे.
2. गाताना बाळाकडे पहा, व हळू आवाजात गाणी गावे.
3. बाळ गाण्याला जी प्रतिक्रिया देते आहे त्याकडे लक्ष द्या, गाण्यातील कोणत्या बाबी बाळाला आवडतात त्याची नोंद घ्या.
4. बाळासोबत गाणी गाण्यातून निर्माण होणा-या जवळीकतेच्या अशा क्षणाचा आनंद अनुभवा. जेंव्हा वेळ मिळेल तेंव्हा याची पुनरावृत्ती करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः
गाण्यातून भाषा विकासाला चालना मिळते, भावनिक बंध वाढीला लागतात आणि सुरक्षितता जाणवते

उपक्रमः प्रेमाने कुरवाळणे

पाय-याः

1. बाळाला प्रेमाने मिठीत घ्या.
2. बाळाला कुरवाळत, झुलवत मायेने चुंबन घ्या.
3. बाळ तुमचे लाडके आहे हे हळूच बाळाच्या कानात सांगा, याने त्यांना सुरक्षिततेची जाणीव होईल
4. वेळोवेळी जवळ घेऊन लाड करा ज्याने तुमचे प्रेम आहे हे व्यक्त होईल.

उपक्रमाचे महत्त्वः
सुरक्षित जवळीक वाढीस लागते. भावनिक नियमनाला चालना मिळते. प्रतिसादात्मक संगोपनातून बाळांना दिलासा मिळतो.

4 महिने

उपक्रमः फुलपाखराचा पाठलाग करा

साहित्य : काही नाही

पाय-याः

1. अशी कल्पना करा, की तुमची तर्जनी म्हणजे फुलपाखरू आहे. हळुवारपणे हे उडते फुलपाखरू बाळाच्या चेह-यासमोर न्या.
2. आजूबाजूला फिरवत बाळाला फुलपाखराच्या दिशेने नजर फिरवायला प्रोत्साहन द्या.
3. खेळकरपणे फुलपाखराला बाळाच्या नाकावर हलकेच टेकवा.
4. बाळाच्या हसण्यात सामील होऊन खेळाचा आनंद घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः नजर वळवण्याचा सराव होतो, हस्त नेत्र समन्वय वाढतो, खेळकर संबंधाचा अनुभव मिळतो.

उपक्रमः वस्तू पर्यंत हात पोहचवणे

साहित्यः बाळाचे आवडते खेळणे किंवा वस्तू

पाय-याः

१. बाळांना त्यांचे आवडते खेळणे दाखवून उल्हसित करा.
२. त्यांच्यासमोर खेळणे लटकवून तथिपर्यंत पोहोचण्यासाठी प्रोत्साहन द्या.
३. खेळण्याला हात लावायला गरज लागेल तशी मदत करा.
४. बाळाचा हात खेळण्याला लागताच भरभरून कौतुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः वस्तूंपर्यंत पोहोचण्याचे कौशल्य, हस्त नेत्र समन्वय यांचा विकास होतो. प्रोत्साहना मिळाल्याने आत्मविश्वास वाढतो.

उपक्रमः आवाजाची नक्कल

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. बाळासोबत बसा आणि बाळ जे आवाज काढतात ते लक्ष देऊन ऐका.
2. बाळ जसे आवाज काढतात तसे आवाज काढून प्रतिसाद द्या.
3. बाळांना परत आवाज काढून दाखवण्यासाठी प्रोत्साहन द्या.
4. हसून तुमचा आनंद व्यक्त करा आणि तुम्ही त्यांच्या आवाजाचे कौतुक करा जसे की, "आमचं बाळ बोलतंय"।

उपक्रमाचे महत्त्वः संवाद करण्याचे कौशल्य वाढीस लागते. सांभाळकर्तेआणि बाळामधील नाते घट्ट व्हायला मदत होते. खेळकर पद्धतीने बाळाच्या ध्वनीउच्चारणाच्या विकासाला चालना मिळते.

उपक्रमः बाळाशी गप्पा मारणे

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. बाळाकडे पाहून एखादा नवीन ध्वनी (आवाज) काढून दाखवा.
2. थांबा आणि बघा बाळ तसाच ध्वनी (आवाज) काढून दाखवत आहे का एखादा नवीन ध्वनी (आवाज) उच्चारत आहे.
3. बाळाला प्रतिसाद देऊन शांतपणे प्रतिसादाची वाट बघा.
4. साद प्रतिसाद चालू ठेवा तुमचं बाळ तुमच्याशी कसे गप्पा मारत आहे ते बघा.

उपक्रमाचे महत्त्वः भाषिक विकासाला चालना मिळते. संवादाला प्रोत्साहन मिळते, सांभाळकर्ता आणि बाळ यांच्यात प्रसन्न आंतरक्रिया घडतात.

5 महिने

उपक्रमः कपड्यांची मजा

साहित्य: बालकाचे शर्ट, कुर्ता, इतर कपडे

पाय-याः
1. कपडे घालतांना आणि बदलतांना, "बाळ कुठे आहे? असे विचारा.
2. कपडा खाली करून, "अरेच्या! इथे आहे होय! असा आनंद व्यक्त करा.
3. बाळासोबत हसत खेळत संवाद करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः पंचेन्द्रियांचा अनुभव वाढीस लागतो, भाषिक विकासाला चालना मिळते, कपडे बदलण्याचा दिनक्रम आनंददायी होतो.

उपक्रमः चक्कर मारायला जाणे

साहित्य: काही नाही

पाय-याः
1. बाळासोबत घरात किंवा घराबाहेर जवळपास फिरायला जा.
2. आजूबाजूच्या गोष्टी दाखवत त्यांची नावे सांगा.
3. फिरतांना छोट्या गोष्टी सांगा किंवा एखाद्या वस्तूचे सोपे वर्णन करा.
4. बाळासोबत गप्पा मारत आणि फिरत घालवलेल्या वेळेचा आनंद घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः भाषिक विकासात वाढ होते, शब्द संपत्तीची ओळख होते, फिरण्याच्या वेळेचा उद्दीपन करणारा अनुभव मिळतो.

उपक्रमः हातापायाची बोटे

साहित्य: काही नाही

पाय-याः
1. बाळांशी खेळत खेळत त्यांचे लक्ष वेधून घ्या.
2. हाताचे आणि पायाचे प्रत्येक बोट हलकेच फिरवा.
3. बोटाची घडी घालून तळव्यावर टेकवा, उघड बंद करा, पाचही बोटे बंद करून मूठ करा, सोडा.
4. बोटांची गाणी जसे की तर्जनी मधलं बोट, अनामिका, -करंगळी, अंगठा असे चालीत म्हणून दाखवा.
5. बाळाचे हसणे व बाळाला येणारी मजेचा आनंद घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः शरीराबाबत जाणीव वाढते. स्नायू विकासाला चालना मिळते, संवाद घडणारा, आनंददायीं खेळाचा अनुभव मिळतो.

उपक्रमः बाळ मूठ

साहित्य: काही नाही

पाय-याः
1. तुमचे एक बोट बाळाच्या तळव्यावर ठेवा.
2. बाळाला तुमचे बोट मुठीत पकडण्यासाठी प्रोत्साहित करा.
3. हलकेच बोट काढून घेण्याचा प्रयत्न करा, बाळ बोट पकडून ठेवते का हे बघा.
4. पकडून ठेवण्याच्या कामगिरीसाठी बाळाला शाबासकीद्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः सूक्ष्म कारक हालचाली बळकट होतात, हस्त नेत्र समन्वयाला चालना मिळते, हाताची पकड विकसित होण्यास सकारात्मक वातावरण तयार होते.

6 महिने

उपक्रमः बाळाशी हित गुज

साहित्य: काही नाही

पाय-याः

1. बाळाशी सौम्य शब्दात बोला.
2. बाळाच्या-बालसंवादाकडे हातवा-यांकडे, वेगवेगळ्या आवाजांकडे लक्ष द्या.
3. तुमच्या बाळाला संवेदनशीलपणे प्रतिसाद देत राहा.
4. स्नेहपूर्वक होणा-या या संवादातून आनंद घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः संवेदनशीलता, प्रतिसाद देण्याची वृत्ती वाढीला लागते, सांभाळकर्ता आणि बाळातील स्नेहबंध दृढ होतात, पोषक आणि आश्वासक वातावरण तयार होण्यास मदत मिळते.

उपक्रमः गाणी म्हणणे

साहित्य: काही नाही

पाय-याः

1. एखादे गाणे किंवा अंगाई निवडा.
2. बाळाच्या नजरेला नजर देत, मंद स्वरात गा.
3. बाळासाठी गाण्याचा आनंद घ्या.
4. बाळाची प्रतिक्रिया बघून त्याप्रमाणे प्रसन्नतेने प्रतिसाद द्या.
5. गाण्यातून निर्माण होणा-या या स्नेहबंधाचा आनंद घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः भाषा विकासाला चालना मिळते, श्रवण कौशल्य विकसित होते, भावनिक नाते दृढ होते.

उपक्रमः गालाचे फुगे

साहित्य: काही नाही

पाय-याः

1. बाळाचे कपडे बदलून झाल्यावर तुमचे गाल फुग्यासारखे फुगवा.
2. बाळाची पावले हलकेच गालावर ठेवून - फट आवाज करा.
3. वेगवेगळे आवाज करून चेहऱ्यावर गमतीदार भाव आणून बाळांचे लक्ष खिळवून ठेवा.
4. बाळासोबत हसत खेळत आनंद घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः वेगवेगळ्या दिशेने दृष्टी फिरवण्याची कौशल्ये विकसित होतात, प्रतिसाद देण्याची वृत्ती वाढीला लागते, संवाद कौशल्ये विकसित होतात.

उपक्रमः झोळी किंवा झोका

साहित्य : मऊ कापडं किंवा ब्लँकेट

पाय-याः

1. घरात मऊ कापडाचा झोका (झोळी) तयार करा.
2. घट्ट बांधून खात्री करा आणि बाळाला त्यात ठेवा.
3. एका बाजू कडून दुस-या बाजू कडे सावकाश झुलवा.
4. बाळ जागे असतांना, हसून बोला.
5. बाळांना सुरक्षित आणि आरामदायी वाटेल याची खात्री करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः सुरक्षिततेची जाणीव वाढते, नाते घट्ट व्हायला मदत होते, तोल सांभाळण्याचा अनुभव मिळतो.

7 महिने

उपक्रमः - कुक - कुक खेळणे

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. तुमचा चेहरा दोन्ही हाताने झाका आणि विचारा "आई / बाबा कुठे आहेत"?
2. चेह-यावरचे हात काढून "मी इथे आहे" असे आनंदाने बोला.
3. वाळाने तुम्हाला शोधून काढल्यावर प्रत्येक वेळी प्रसन्नतेने हसा.

उपक्रमाचे महत्त्वः ठराविक दिशेने नजर वळवायला प्रोत्साह न मिळते, वस्तु स्थायित्व समजण्यास मदत होते, विशिष्ट कामगिरी केल्याची भावना वाढीस लागते, कुक कुक खेळून आनंददायी नाते संबंधाचा अनुभव मिळतो.

उपक्रमः चेंडू पर्यंत पोहोचणे

साहित्यः हलका - मऊ चेंडू

पाय-याः

1. बाळाला पोटावर किंवा पाठीवर झोपवून जवळपास एखादा मऊसर चेंडू ठेवा.
2. वाळ पोहोचू शकेल अशा अंतरावर चेंडू उजवीकडे, डावीकडे सावकाश फिरवा.
3. चेंडूपर्यंत पोचण्यासाठी बाळाला प्रोत्साहित करा
4. बाळाने चेंडू पकडण्याचा छोटासा जरी प्रयत्न केला तरी आनंद व्यक्त करा.
5. रंजकपणे हा खेळ परत परत खेळा.

उपक्रमाचे महत्त्वः स्थूल स्नायू कौशल्यांना चालना मिळते, वस्तू पकडण्याचे कौशल्य विकसित होते, हस्त नेत्र समन्वयात सुधारणा होते.

उपक्रमः ओठांची हालचाल

साहित्य : काही नाही

पाय-याः

1. बाळाचे कपडे बदलत असतांना ते जे जे आवाज (ध्वनी) काढतात ते ते तुम्ही देखील काढा जसे, आ, ऊ, स्स, ई, बी.
2. तुमचे बाळ कसे प्रतिसाद देते ते पाहून ध्वनीची पुनरावृत्ती करण्यास प्रोत्साहन द्या!
3. बाळाचे बोट तुमच्या ओठांवर ठेवा, ध्वनीमुळे होणाऱ्या कंपनांचा बाळाला अनुभव घेऊ द्या. हालचालीची जाणीव होऊ द्या.
4. हा अनुभव अधिक खेळकर करण्यासाठी दर वेळेस वेगवेगळे ध्वनी काढून बघा.

उपक्रमाचे महत्त्वः पंचेन्द्रियांचा विकास वाढीस लागतो, श्रवण संवेदनांमध्ये वाढ होते, भाषेची समज वाढते, सांभाळकर्ता आणि बाळाचे नाते घट्ट होते.

उपक्रमः अंघोळीची मजा

साहित्यः पाणी, प्लास्टिकचे छोटे कप किंवा डब्या

पाय-याः

1. पाणी कसे उडवायचे, थपथापायचे हे बाळाला दाखवा.
2. एखादेभांडे पाण्यात बुडवून भरले असे बाळाला दाखवा. ओतून - रिकामे म्हणून दाखवा.
3. भरण्या ओतण्याची कृती बाळाला तुमच्या मदतीने करू द्या.
4. बाळ पाणी उडवेल, ओतेल याचा आनंद प्रत्येक वेळी साजरा करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः अंघोळीची वेळ शिकण्याची रंजक वेळ बनेल, भरलेले, रिकामे अशा संकल्पना समजतील, पंचेन्द्रियांचा अनुभव विस्तारेल.

8 महिने

उपक्रमः आवाजाचा वेध

साहित्यः आवाज करणा-या घरगुती वस्तू जसे, चमचा, ताटली, वाटी

पाय-याः
1. आवाज करणारी एखादी वस्तू घेऊन मुलांशी खेळा.
2. ती वस्तू जसे ताटली इकडून तिकडे फिरवा, बाळाच्या प्रतिसादाचे निरीक्षण करा.
3. बाळ आवाजाच्या दिशेने मान वळवते का याकडे बघा, त्याकडे लक्ष वेधा.
4. बाळाने योग्य दिशेला लक्ष वळवले तर हसून कौतुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः आवाजाची दिशा ओळखण्याचे कौशल्य वाढीला लागते, निरीक्षण शक्ती वाढते, आनंददायी आंतरक्रीयेमार्फत संवाद वाढते.

उपक्रमः बांगड्यांचा खेळ

साहित्यः प्लास्टिकच्या किंवा धातूच्या (मेटल) जाड बांगड्या

पाय-याः
1. बाळासोबत बसा आणि बाळासमोर बांगडी पकडा.
2. बांगडी जमिनीवर गोल फिरवून बाळाला ते दृष्य दाखवा.
3. बांगडी पकडण्यासाठी बाळाला प्रोत्साहन द्या.
4. बांगडी पकडण्याच्या बाळाच्या प्रयत्नाचे उत्साहाने कौतुक करा.
5. परत परत बांगडी फिरवून बाळाला आनंददायी अनुभव द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः हस्त नेत्र समन्वय, ठराविक दिशेला नजर वळवण्याचे कौशल्य आणि वस्तू पर्यंत पोहोचण्याचे कौशल्य वाढते.

उपक्रमः नवीन ध्वनी ऐकून पुनरावृत्ती करणे

साहित्यः काही नाही

पाय-याः
1. बाळा समोर बसून नजरेला नजर द्या.
2. एखादा अपचारित ध्वनी काढून दाखवा
3. त्या ध्वनीची पुनरावृत्ती सावकाश करा.
4. तसा ध्वनी काढून दाखवायला बाळाला प्रोत्साहन द्या.
5. बाळाच्या प्रयत्नाला भरभरून दाद द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः भाषा विकासाला चालना मिळते, अनुकरणाला प्रोत्साहन मिळते, बाळासाठी एक रंजक शिकण्याचा अनुभव ठरतो.

उपक्रमः तयार होतानांच्या गप्पा

साहित्यः बाळाचे कपडे

पाय-याः
1. वाळांना कपडे घालतांना वस्तूंची नावे सांगत त्यांच्याशी बोला, “चला तुला शर्ट घालू या”.
2. कपडे घालतांना शरीराच्या अवयवाची नावे सांगा जसे, “हात वरती करून ठेव”
3. हाता पायाच्या बोटांचे अजून रंजक खेळ खेळा.

उपक्रमाचे महत्त्वः भाषा विकासाला चालना मिळते, शरीराच्या अवयवांची ओळख होते, रोजच्या दिनक्रमातील अनुभव मजेदार होतात.

9 महिने

उपक्रमः वस्तू पडण्यातील गंमत

साहित्यः सुरक्षित वस्तू जसे मऊ चेंडू, चुरगळलेला कागदाचा गोळा

पाय-याः

1. बाळाच्या हातात मऊ चेंडू किंवा कागदी गोळा अशा वस्तू द्या. या वस्तू सहज पकडता येतात आणि आणि पडल्या तरी लागणार नाहीत.
2. बाळाला चेंडू पाडू द्या आणि सांगा "अरेच्या! पडला आणि वर आला"
3. वेगवेगळ्या वस्तूंसोबत वारंवार खेळण्यास प्रोत्साहन द्या

उपक्रमाचे महत्त्वः हस्त नेत्र समन्वय साधण्यास चालना मिळते, कारण परिणाम संकल्पनेची ओळख होते, -मनोरंजक आंतरक्रियेचा खेळ खेळायला मिळतो.

उपक्रमः ढकला आणि पकडा

साहित्यः प्लास्टिकची लहान, पारदर्शक बाटली, पाणी, चकचकीत रंगीत कागदाचे तुकडे (सहज उपलब्ध झाल्यास)

पाय-याः

1. प्लास्टिकची बाटली पाण्याने अर्धी भरा.
2. सहज उपलब्ध असल्यास त्यात काही कागदी तुकडे घाला आणि घट्ट बंद करा.
3. बाळापासून बाटली थोडी लांब ढकला.
4. पुढे सरकून बाटलीपर्यंत पोहोचण्यासाठी बाळाला प्रोत्साहन द्या.
5. बाटलीपर्यंत जायला यश मिळाले की प्रत्येक वेळेस कौतुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः रांगण्याचे आणि वस्तू पर्यत पोहोचण्याचे कौशल्य वाढते, स्थूल स्नायू विकास होतो.

उपक्रमः कृती आणि आवाजाचा खेळ

साहित्यः खुळखुळ्या सारख्या सुरक्षित (न लागणा-या) वस्तू

पाय-याः

1. बाळाला एखादे न इजा होणारे खेळणे देऊन ते हलवायला, आपटायला किंवा फिरवायला सांगा.
2. बाळ खेळण्याशी कसे खेळते याचे निरीक्षण करा आणि संवाद करा, जसे, "तू खुळखुळा हलवला आणि त्याचा कसा आवाज आला बघ.
3. जे ध्वनी ऐकू येतील ते शब्दात सांगा उदाहरणार्थ छुम छुम
4. बाळांना तुम्ही सांगितलेले आवाज परत काढून दाखवायला प्रोत्साहन द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः पंचेंद्रियांच्या संवेदना विस्तार तात भाषा विकासाला चालना मिळते.

उपक्रमः जेवतानाच्या गप्पा

साहित्यः बाळाचे खाऊचे पदार्थ

पाय-याः

1. जेवतांना, खातांना बाळाशी काय काय खात आहे यावर गप्पा मारा.
2. खातांना बाळ काय म्हणू पाहते आहे याला हसून प्रतिसाद द्या, विशेष करून जेव्हा त्यांना अजून हवे असते.
3. बाळाला संवाद साधायला प्रोत्साहित करा. जेवणाची, खायची वेळ आनंददायी करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः भाषा विकासाला चालना मिळते, खाण्याशी सघन नाते जोडले जाते, सांभाळकर्त्याचे आणि बाळाचे नातेसंबध दृढ होतात.

10 महिने

उपक्रमः आत आणि बाहेर

साहित्यः पारदर्शक प्लास्टिक बाटली अथवा डबा, सुरक्षित छोट्या वस्तू

पाय-याः

1. प्लास्टिकचा डबा, बाटली आणि काही सुरक्षित छोट्या वस्तू बाळाला द्या.
2. वस्तू डब्यात घालून दाखवा आणि "आत" असे म्हणा
3. बाळाच्या हातात एकेक वस्तू देऊन "आत" टाकायला सांगा, प्रत्येक वेळी "आत" शब्दाची पुनरावृत्ती करा.
4. बाटली उलटी करून हलवून वस्तू बाहेर टाकायला बाळाला मदत करा, या वेळेस "बाहेर" शब्द ऐकवा
5. वस्तू आत टाकल्यावर बाळाचे कौतुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः सूक्ष्म स्नायू कौशल्याची वाढ होते, हस्तनेत्र समन्वयाला चालना मिळते.

गाठ उघडा

साहित्यःमऊ रुमाल

पाय-याः

1. मऊ रुमालात एक सैल गाठ बांधा.
2. गाठ असलेला रुमाल स्मितहास्याने बाळाला द्या.
3. शोधण्यासाठी बाळाला प्रोत्साहित करा आणि गाठ पूर्ववत करण्याचा प्रयत्न करा.
4. बाळाच्या एकाग्रतेची आणि प्रयत्नांची प्रशंसा करा.
5. गाठ यशस्वीरित्या उलगडली जाते तेव्हा एकत्र साजरा करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः उत्तम प्रेरक कौशल्ये, समस्या सोडवणे आणि लक्ष केंद्रित करणे, आत्मविश्वास आणि संज्ञानात्मक वाढ वाढवणे विकसित करते.

उपक्रमः मजेशीर कृती गीत

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. बाळाला समोर घेऊन तुमच्या आवडीचे गाणे म्हणत त्यानुरूप कृती (action) करा.
2. बाळाला गाण्यामध्ये आणि कृतीमध्ये सहभागी करून घ्या
3. हात मिटणे, उघडणे, टाळ्या वाजवणे, हात मांडीवर हलके आपटणे अशा साध्या कृती बाळासोबत करता येतील
4. बाळासोबत अशा चैतन्यदायी कृती गीताचा आनंद घ्या, जमेल तेंव्हा तेंव्हा परत करत रहा.

उपक्रमाचे महत्त्वः समन्वयाला चालना मिळते, अनुकरणाचे कौशल्य वाढते, पंचेन्द्रीयांचा सहभाग वाढतो.

उपक्रम : कुटुंबातील सदस्यांची नावे सांगणे

साहित्यः कोणतेच नाही

पाय-याः

1. कुटुंबातील व्यक्तीकडे निर्देश करून त्यांचे नाव जसे, आजी, आजोबा, आई, बाबा, ताई असे स्थानिक भाषेत सांगावे.
2. बाळाशी बोलतांना त्या त्या व्यक्तीचे नाव घ्या जसे, "ताईला बॉल दे"
3. सोपी नावे म्हणायला बाळाला प्रोत्साहन द्या.
4. प्रसन्नपणे नावे पुन्हा-पुन्हा सांगा.

उपक्रमाचे महत्त्वः कुटुंबातील नात्यांची नावे सांगितल्याने भाषाविकासाला, सामाजिक जाणीवेला लवकर चालना मिळते, कुटुंबातील सदस्य आणि बाळातील नाते दृढ होते.

11 महिने

उपक्रम : अंघोळीच्या वेळेत पाण्याशी खेळणे

साहित्यः पाणी, छोटा मग किंवा भांडे

पाय-याः

1. अंघोळीच्या वेळेस बाळाला एखादा छोटा मग किंवा भांडे द्या.
2. भांड्यात किंवा मगात पाणी कसे भरायचे आणि ओतायचे ते बाळाला दाखवा.
3. बाळाला पाणी भरायला, ओतायला प्रोत्साहन द्या.
4. बाळासोबत मजा घेण्यात आणि हसण्यात सामील व्हा.

उपक्रमाचे महत्त्वः रोजच्या दिनक्रमात काहीतरी मनोरंजक बदल मिळतो, अंघोळ करण्याशी संबंध प्रस्थापित होतो, पंचेंद्रियांचा, कारक कौशल्यांचा विकास होतो.

उपक्रमः पुन्हा आणि पुन्हा रचुया

साहित्यः सारख्या आकाराच्या तीन वस्तू

पाय-याः

1. बाळाला एकावर एक असे म्हणत वस्तू रचून दाखवा.
2. बाळाचे छोटे हात धरून एकावर एक वस्तू रचायला मदत करा.
3. जेंव्हा तिसरी वस्तू रचून होईल तेंव्हा आनंद साजरा करा आणि बाळाला जवळ घेऊन कौतुक करा.
4. रचलेला मनोरा हळूच धक्का देऊन पाडायला प्रोत्साहन द्या आणि बाळाच्या आनंदात सामील व्हा.

उपक्रमाचे महत्त्वः हा उपक्रम तुमच्या बाळाची कारक कौशल्य, हस्त नेत्र समन्वय आणि तोल साधणे या संकल्पनेची समज वाढवतो. आणि आत्मविश्वास वाढवितो.

उपक्रमः गोष्ट सांगणे

साहित्यः काही नाही दुपटे / लंगोट बदलतांनाच्या वेळेत सांगू शकता)

पाय-याः

1. जेंव्हा तुम्ही बाळांसोबत बसलेले असाल, जसे, दुपटे, लंगोट बदलतांना, तेंव्हा त्यांचे हात उंच करा.
2. मनाने एखादी गोष्ट सांगा, जसे एखादा खूप उंच मुलगा / मुलगी
3. खेळकर पद्धतीने, आवाजात चढ उतार करून गोष्ट सांगा, उंच असण्यावर भर द्या.
4. जेंव्हा जेंव्हा वेळ असेल तेंव्हा तेंव्हा गोष्ट सांगण्याचा आनंद घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः भाषेची समज वाढते.

उपक्रम : माझा चेहरा

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. बाळाला समोर बसवून चेह-यावरून हात फिरवा. चेह-यावरील अवयवाची नावे सांगा, जसे, डोळ्याकडे बोट दाखवून डोळे इत्यादी.
2. प्रत्येक वेळेस स्पर्श करून अवयवाचे नाव सांगा, जसे डोळ्याकडे बोट दाखवून - डोळे.
3. इतर अवयव पण याच पद्धतीने दाखवून नावे सांगा जसे, नाकावर बोट ठेवून नाक, तोंड०.
4. प्रतीसाद दिल्याबद्दल बाळाचे कौतुक करा. चेह-यावरील सर्व अवयवांची नावे याच पद्धतीने सांगा.

उपक्रमाचे महत्त्वः शरीराच्या अवयवांची ओळख होते, पंचेद्रीयांच्या संवेदनांना चालना मिळते, स्पर्श करण्यातून, अवयवाची नावे ऐकण्यातून बाळाला खेळात सहभागी होता येते.

12 महिने

उपक्रमः लपवा आणि शोधा

साहित्यः बाळाचे खेळणे, काही सुरक्षित वस्तू जसे प्लास्टीकचा कप, भांडे इत्यादी

पाय-याः
1. बाळाला खेळण्याशी, कपाशी किंवा भांड्यांशी खेळू द्या.
2. बाळाचे लक्ष असतांना खेळणे भांडयाखाली लपवा.
3. "कुठे गेले "? बाळाला विचारा आणि भांडे उचलून खेळणे शोधायला प्रोत्साहन द्या. खेळणे सापडल्यावर कौतुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः
वस्तू स्थायित्व ही संकल्पना दृढ होते, अवकाशीय समज वाढवते, सूक्ष्म स्नायू कौशल्य वाढते.

उपक्रम : स्वतःच्या हाताने खाणे

साहित्यः बाळाला खाता येतील असे पदार्थ

पाय-याः
1. बाळाला हातात पकडून खाता येतील असे सोपे पदार्थ करा.
2. बाळाच्या हाताला सापडेल अशा पद्धतीने खाऊ मांडा.
3. बाळाच्या प्रत्येक स्वतःहून खाण्याच्या प्रयत्नाला हसून दाद द्या.
4. बाळांना पंचेंद्रियांच्या अनुभवाची मजा घेऊ द्या, गरज पडलीच तर थोडी मदत करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः स्वावलंबन वाढते, खाण्यासंबंधी आत्मीयता निर्माण होते, स्वतः हाताने खाल्याचे समाधान मिळते.

उपक्रमः मला वाचता येते

साहित्यः रंगीत चित्र कार्ड किंवा रंगीत चित्रांची पुस्तके

पाय-याः
1. आकर्षक रंग असलेली रंगीत चित्र कार्डे किंवा रंगीत पुस्तके घ्या.
2. बाळासोबत बसून एकेक चित्र दाखवा.
3. चित्रांची सोपी नावे सांगा.
4. बाळाला तुम्ही दाखवताय त्या चित्राकडे बघायला आणि तुमचे शब्द ऐकायला प्रोत्साहन द्या.
5. तुमच्या चेह-यावर उल्हसित भाव आणि हास्य असू द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः
वेगवेगळ्या चित्रांची ओळख करून आणि चित्र आणि शब्दांचा संबंध स्थापन केल्याने बाळाच्या बोधात्मक विकासाला चालना मिळते, आनंददायी पद्धतीने भाषा आत्मसात होते.

उपक्रमः घराभोवती फेरफटका

साहित्यः काही नाही

पाय-याः
1. बाळासोबत घराजवळच्या परिसरात एक फेरी मारा.
2. वेगवेगळ्या वस्तू आणि लोकं दाखवत त्यांची नावे सागा.
3. तुमची निरीक्षणे सांगत नावे सांगा जसे, "ते बघ झाड, तुला छोटासा पक्षी दिसतोय का"?

उपक्रमाचे महत्त्वः भाषा विकासाला चालना मिळते, शब्द संपतीत वाढ होते, घराजवळील परिसरातून उद्दीपन होते.

13 महिने

उपक्रमः बाळाचे बाळ

साहित्यः बाहुली किंवा मऊ खेळणे

पाय-याः
1. बाहुलीला जवळ घेऊन डोलावून दाखवा
2. बाळाच्या हातात बाहुली देऊन जवळ घ्यायला मदत करा.
3. करतो आहेस / तू बाहुलीचे लाड करते' अरे वा. असे कौतुकाने सांगा

उपक्रमाचे महत्त्वः बोधात्मक विकासाला चालना मिळते तसेच विकासाला चालना मिळते. पंचेंद्रियांच्या

उपक्रमः नक्कल करू या

साहित्यः काही नाही

पाय-याः
1. काही कृती दर्शक शब्द म्हणा आणि त्या प्रमाणे कृती करून दाखवा, जसे कि हो किंवा म्हणतांना मान डोलवणे
2. नाही म्हणतांना मान हलवा व बाळ तुमचे अनुकरण करते का ते पहा. हलवल्यास त्याचे कौतुक करा. बाळाने मान
3. बाळाला वर उचलून वर असे म्हणा आणि खाली ठेवतांना खाली म्हणत ठेवा.

उपक्रमाचे महत्त्वः भाषा विकास वाढीला लागतो. शब्द आणि कृतींचा संबंध लक्षात येतो

उपक्रमः चमच्याने खाऊ द्या

साहित्यः वाळाच्या आकाराला साजेसा खायचा चमचा, मऊसर अन्न (उकडून कुस्करलेला बटाटा- दही)

पाय-याः
1. बाळाला चमचा देऊन मऊसर अन्न द्या.
2. चमचा कसा पकडायचा आणि चमच्याने कसे खायचे हे दाखवा.
3. चमचा पकडून तोंडाजवळ आणण्यास बाळाला प्रोत्साहन द्या.
4. चमच्याने खाण्याच्या प्रत्येक प्रयत्नाचे कौतुक करून शाबासकी द्या.
5. गरज असल्यास मदत करून हा अनुभव आनंददायी बनवा.

उपक्रमाचे महत्त्वः सूक्ष्म स्नायू कौशल्ये विकसित होतात, हस्त नेत्र समन्वय सुधारतो आणि जेवणाच्या वेळेशी सकारात्मक नातेसंबंध तयार होतो

उपक्रमः घरातील जागांचा शोध

साहित्यः काही नाही

पाय-याः
1. घरातील वेगवेगळ्या जागांवर बाळासोबत बसा.
2. वेगवेगळ्या जागांकडे निर्देश करून ती जागा कसकशी वापरली जाते हे सांगा.
3. तुमच्या आधाराने बाळाला रांगत किंवा चालत घरातील वेगवेगळ्या जागांवर फिरू द्या
4. ही कृती करतांना तितक्याच उत्साहाने प्रतिसाद द्या व गप्पा मारा.

उपक्रमाचे महत्त्वः अवकाशीय जाणीव वाढते, हालचाल करण्यास प्रोत्साहन मिळते, भाषा विकास वाढीला लागतो, कौटुंबिक नातेसंबंध वाढीस लागतात

14 महिने

उपक्रमः लपाछपी

साहित्यः काही नाही

पाय-याः
1. घरातील लपण्यासारखी वेगवेगळी ठिकाणे शोधा.
2. लपून बाळाला" मी कुठे?" अशी हाक मारा.
3. रांगत किंवा चालत वेगवेगळ्या लपायच्या जागांकडे येण्यासाठी बाळाला प्रोत्साहन द्या..
4. तुम्हाला शोधून काढल्याचा कौतुकाने आनंद व्यक्त करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः स्थूल स्नायू विकासाला चालना मिळते, अवकाशीय जाणीव वाढते, जिज्ञासा वाढीला लागते आणि स्नेहपूर्ण नातेसंबंध वाढीस लागतात.

उपक्रमः सूचनांचे खेळ

साहित्यः काही नाही

पाय-याः
1. " टाळ्या वाजव "आणि टाटा कर अशा सोप्या सूचना द्या.
2. प्रत्येक कृती करून दाखवा आणि बाळाला अनुकरण करू द्या
3. सूचनांची पुनरावृत्ती करा, गरज पडेल तशी सौम्यपणे मदत करा.
4. बाळाचा प्रत्येक प्रयत्न कौतुकाच्या बोलांनी साजरा करा

उपक्रमाचे महत्त्वः भाषेची समज वाढते, अनुकरण कौशल्य वाढते, संवादाला चालना मिळते

उपक्रमः छोटे तालवादक

साहित्यः प्लास्टिक किंवा धातूचा डबा/भांडे, त्यावर वाजवायला एखादी वस्तू,) लाकडी चमचा/खुळखुळा

पाय-याः
1. प्लास्टिकचे किंवा धातूचे भांडे मुलासमोर पालथे ठेवा आणि वाजवायला चमचा द्या.
2. मुलांना त्या वस्तूंशी खेळू द्या
3. वस्तूवर चमचाने मारत ताल देण्यास मुलांना प्रोत्साहन द्या.
4. मुलांनी ताल धरल्यावर त्यांच्यासोबत गाणी गा
5. तू छान वाजवतोस/वाजवतेस असे म्हणून छोट्या कलाकाराचे कौतुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः पंचेंद्रियांच्या विकासाला चालना मिळते, हस्तनेत्र समन्वय सुधारतो, तालाच्या खेळाची ओळख होते आणि सांगीतिक खेळाची गंमत अनुभवता येते

उपक्रमः स्वयंपाक घरातील राणी / राजा

साहित्यः स्वयंपाकासाठीचे जिन्नस, डाळी, किंवा केळी

पाय-याः
1. स्वयंपाक करतांना बाळाला सामील करून घ्या
2. तुम्ही काय करताय हे बाळाला सांगा, वास, चव, स्पर्श, ध्वनी याबद्दल बोला.
3. नंतर बाळाला केळी किंवा डाळी खेळायला द्या
4. वस्तू हाताळू द्या वास, स्पर्श घेण्यास प्रोत्साहित करा व खाण्यायोग्य असेल तर चव घेऊ द्या.
5. वस्तूंच्या गुणधर्माबाबत आणि संवेदनांबाबत बोला

उपक्रमाचे महत्त्वः पंचेंद्रियांचे अनुभव वाढीस लागतात विविध चवी, गंध आणि पोत (Texture) यांची ओळख होते

साहित्य : संगीत ऐकण्याचे यंत्र किंवा वाद्य (उपलब्ध असल्यास)

गुरूत्वपूर्ण उपकरण: सङ्गीत वादक वा वाद्ययन्त्र (ऐच्छिक)

पाय-याः
1. संगीत लावून बाळासोबत नाच करा
2. अचानक संगीत थांबवून जागच्या जागी स्तब्ध (Freeze) व्हा.
3. संगीत थांबल्यावर बाळालाही स्वस्थ उभे रहायला मदत करा.
4. बाळ थांबले की कौतुकाने बोलत आनंद व्यक्त करा
5. संगीत लाऊन परत नाचायला सुरुवात करा आणि तालबद्ध संगीतमय खेळाचे वातावरण तयार करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः ध्वनीशी संबंध साधण्यासाठी, हालचाल करण्यासाठी आणि प्रतिसादात्मक खेळ खेळण्यासाठी एक रंजक मार्ग मिळतो, शारीरिक आणि बोधात्मक विकासाला चालना मिळते

उपक्रमः प्राण्यांचे आवाज काढणे

साहित्यः काही नाही

पाय-याः
1. काही ओळखीच्या प्राण्यांचे किंवा पक्ष्यांचे आवाज काढून दाखवा (जसे की, "म्याव-म्याव" "भू-भू" २. उत्साहाने प्राण्याच्या आवाज काढून दाखवा आणि बाळाला सामील व्हायला प्रोत्साहन द्या.
2. आवाजासोबत त्या त्या प्राण्यांच्या हालचाली ही करून दाखवा
3. आवाजाचे अनुकरण करण्याच्या बाळाच्या प्रयत्नाचे हसून कौतुक करा.
4. अशाप्रकारे इतर वेगवेगळ्या प्राण्यांचे आवाज काढून दाखवा.

उपक्रमाचे महत्त्वः श्रवण संवेदनेला चालन मिळते, प्रारंभिक भाषा कौशल्यांना चालना मिळते, प्राण्यांच्या हालचालींचा समावेश केल्याने खेळाची रंगत वाढते

15 महिने

उपक्रमः कणकेच्या गोळ्याशी खेळणे

साहित्यः रंगीत कणकेचे गोळे

पाय-याः
1. बाळाला वेगवेगळ्या रंगाचे पीठ द्या.
2. गोल, चौकोन, त्रिकोण अशा प्रकारचे सोपे आकार करून दाखवा.
3. बालकाला कणकेस स्पर्श करून अनुभव घेऊ द्या. आणि काही आकार करावेसे वाटल्यास प्रोत्साहन द्या.
4. बालकाच्या प्रयत्नाचे हसून कौतुक करा.
5. एकत्र काही आकार तयार करून नवनिर्मितीचा आनंद घ्या

उपक्रमाचे महत्त्वः सूक्ष्म कारक कौशल्यांमध्ये वाढ होते, पंचेंद्रियांच्या विकासाला चालना मिळते, काही आकारांची ओळख होते.

उपक्रम : एकमेकांना भरवू

साहित्यः बाळाचा खाऊ, छोटा चमचा

पाय-याः
1. खाऊची वाटी चमचा घेऊन बाळासमोर बसा.
2. चमच्याने, आळीपाळीने एकमेकांना भरवा.
3. भरवताना बाळाचे कौतुक करा
4. बाळाला चमचा धरण्यासाठी आणि भरवण्यासाठी प्रोत्साहन द्या.
5. बाळाला भरवण्याच्या अनुभवाचा सुखद आनंद घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः एकत्र सहवासाच्या अनुभवातून नातेसंबंध दृढ होतात, सूक्ष्मस्नायू विकासाला चालना मिळते, देण्याघेण्याची, आळीपाळीने करण्याची ओळख खेळकर वातावरणात होते

16 महिने

उपक्रमः आरशात कोण दिसतयं?

साहित्यः घरातला कोणताही आरसा

पाय-याः

1. घरातील आरशासमोर बाळाला नेऊन स्वतःकडे बघू द्या.
2. बाळाला आरशा समोर धरून "बाळ कुठे आहे? असे आरशाकडे दाखवत विचारा.
3. बाळाला आरशातील स्वतःच्या प्रतिमेस हात लावण्यासाठी प्रोत्साह न द्या "अरेच्या! तिथे आहे की बाळ, किती छान बाळ आहे." असे म्हणा.
4. आरशासमोर उभे राहून हावभाव आणि हालचालीचा मिळून आनंद घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः स्वतःचे प्रतिबिंब बघायची संधी मिळते, स्वतः बाबतची जाणीव निर्माण होते, सांभाळकर्त्यासोबत आनंदी क्षण घालवल्याने नाते दृढ होते.

उपक्रमः सूचना ऐकणे

साहित्यः बॉल किंवा कंगवा यासारख्या परिचित वस्तू

पाय-याः

1. मुलांचे नाव वापरून आणि परिचित वस्तू घेऊन या खेळात मुलांना सामील करा.
2. झीनत बॉल उचल, विनोद मला कंगवा आणून दे यासारख्या सोप्या सूचना द्या.
3. दिलेल्या सुचनेप्रमाणे कृती करण्यास बाळाला प्रोत्साहन द्या व गरज पडल्यास मदत करा.
4. हसून कौतुक करत बाळाच्या प्रयत्नाला प्रोत्साहन द्या.
5. वेगवेगळ्या सूचना व वस्तु वापरून या खेळाचा मजेने शिकण्यासाठी उपयोग करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः वाळाच्या नावात आणि परिचित वस्तूंच्या नावांमध्ये नाते संबंध निर्माण होतो सोप्या सूचना ऐकून कृती करण्याची क्षमता वाढते भाषा आणि वोधात्मक विकासाची तयारी होते.

उपक्रमः उशांच्या डोंगरावर चढणे

साहित्यः गादी किंवा उशा

पाय-याः

1. मऊ उशा किंवा गाद्यांची एक ढीग तयार करा.
2. त्यावर चढण्यासाठी मुलांना प्रोत्साहन द्या, गरज लागली तर मदत करा
3. प्रत्येक पाऊलवर चढताना मुलांशी कौतुकाने बोला.
4. एकदा वरपर्यंत चढल्यानंतर गरज पडल्यास हलकेच उतरायला मदत करा.
5. चढण्या उतरण्याच्या या खेळामध्ये मुलांना हसून प्रतिसाद देत कौतुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः स्थूल स्नायू विकासाला, अवकाशीय विकासाला चालना मिळते आणि आत्मविश्वास वाढतो.

उपक्रमः आवराआवरी करूया

साहित्यः बादली किंवा टोपल्या

पाय-याः

1. खेळणी आवरून ठेवण्यासाठी एक मोठी टोपली किंवा बादली घ्या.
2. खेळणी उचलून टोपलीत ठेवण्यासाठी मुलांना प्रोत्साहन द्या.
3. मुले आवरून ठेवत असताना त्यांच्याशी कौतुकाने बोला.
4. खेळण्याची नाव घेणे खेळणी मोजणे असे खेळ खेळा.
5. मुलांचे कौतुक करून काम पूर्ण केल्याचा आनंद साजरा करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः या छोट्याशा खेळातून मुलांना खेळल्यानंतर आवरावरीचे महत्त्व समजते. चांगल्या सवयींची आणि कारक कौशल्यांना चालना मिळते

17 महिने

उपक्रमः हे सारखं आहे का?

साहित्यः वेगवेगळ्या वस्तूंचे दोन संच (जसे दोन चमचे दोन वाट्या)

पाय-याः

1. बाळाला चमचे आणि वाट्या दाखवत त्यांची नावे सांगा.
2. वाळाला २ चमचे सारखे आहेत व २ वाट्या सारख्या आहेत असे सांगा.
3. बाळाला चारही वस्तू द्या आणि त्यांना सारख्या वस्तू एकत्र ठेवायला सांगा.
4. गरज पडेल तिथे मदत करा. बाळांनी वस्तू वेगवेगळ्या केल्याबद्दल त्यांचे कौतुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः बोधात्मक कौशल्य वाढीला लागतात, प्रत्यक्ष अनुभवातून समस्या सोडवण्याचे कौशल्य वाढीला लागते.

उपक्रमः ओढत घेऊन जाऊ या !

साहित्यः कोणतीही एखादी वस्तू किंवा खेळणे आणि दोरीचा छोटा तुकडा

पाय-याः

1. खेळण्याला किंवा वस्तूला दोरी बांधा.
2. दोरीचे दुसरे टोक पकडून त्या खेळण्याला स्वतःकडे ओढा आणि बोलत रहा, "ही माझी गाडी आहे, मी तुला ओढत घेऊन जाते/जातो, चला आपण फिरून येऊया. भूम् - भूम..?"
3. मुलाच्या हातात दोरीचे टोक द्या आणि त्यांनाही चालता चालता खेळणे ओढायला प्रोत्साहन द्या.
4. मूल वस्तू ओढत घेऊन चालत जाताना त्याचे कौतुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः स्थूलस्नायू विकासाला चालना मिळते, काल्पनिक खेळाला प्रोत्साहन मिळते आणि शारीरिक हालचालींना चालना मिळते.

उपक्रमः रोजच्या वापरातील वस्तूंसोबत काल्पनिक खेळ

साहित्यः घरगुती रोजच्या वापरातील वस्तू

पाय-याः

1. घरातील रोजच्या वापरातील योग्य व सुरक्षित वस्तू गोळा करा.
2. प्रत्येक वस्तू कशा वापराव्या हे काल्पनिक दृष्ट्या स्वतः खेळून दाखवावा.
3. तुमचे अनुकरण करत स्वतःहूनही काल्पनिक खेळ खेळायला मुलांना प्रोत्साहन द्या.
4. बाळाच्या काल्पनिक खेळाचे कौतुक करा.
5. खेळात सहभागी होऊन मुलांना एक सहकार्यात्मक आणि आनंददायी अनुभव द्या.

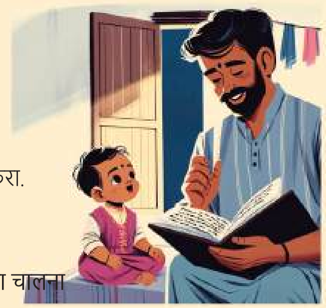
उपक्रमाचे महत्त्वः मुलांच्या कल्पनाशक्तीला वाव मिळून त्याची सर्जनशीलता वाढीला लागते, बोधात्मक विकास आणि भाषा विकासाला चालना मिळते.

उपक्रमः झोपायच्या वेळेची गोष्ट

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. एखादी छोटी, मनाला भावेल अशी गोष्ट आठवून ठेवा
2. एखाद्या आरामशीर जागी बाळासोबत बसा.
3. सौम्य हावभावात गोष्ट सांगा
4. पुस्तक वापरत असाल तर पुस्तकातील चित्रावरती बोट ठेव सांगा
5. गोष्ट सांगून झाल्यानं तर एखाद्या ठरवून ठेवलेल्या वाक्या सांगता करा. यामुळे झोपायची वेळ झाली असा इशारा बाळाल मिळेल.



उपक्रमाचे महत्त्वः भाषिक विकासाला आणि भावनिक नातेसंबंधाला चालना मिळते. झोपायच्या वेळेचा दिनक्रम आखला जातो.

18 महिने

उपक्रमः सावलीच्या खेळाची मजा

साहित्यः प्रकाशाचा स्रोत (जसे एखादा दिवा किंवा विजेचा टॉर्च), भिंतीचा सपाट पृष्ठभाग.

पाय-याः

1. कमी उजेडाच्या खोलीमध्ये दिवा किंवा टॉर्च ची तयारी करून ठेवा.
2. तुमच्या हातांनी किंवा काही साध्या गोष्टी वापरून त्याची सावली पाडून दाखवा.
3. ती सावली बघायला तिचा शोध घ्यायला मुलाला प्रोत्साहन द्या.
4. दिसणाऱ्या सावलीला नाव देऊन त्याबद्दल मुलाशी बोला.
5. दिसणा-या सावलीला नाव देणे किंवा ती सावली पकडण्यासाठीचा खेळ खेळणे असे करून मुलाला गुंतवा.

उपक्रमाचे महत्त्वः ठराविक दिशेने नजर फिरवण्याने कल्पनाशक्तीला चालना मिळते संवाद वाढीला लागतो आणि मूल सावल्यांच्या जादुई विश्वामध्ये रमते.

उपक्रमः शारीरिक अवयवांची ओळख

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. बाळासोबत एखाद्या आरामशीर जागी बसा.
2. "तुझा हात कुठे आहे?", "तुझं नाक कुठे आहे?" असे बाळाला विचारा.
3. विचारलेल्या अवयवांना बोटाने दाखवण्यासाठी बाळाला प्रोत्साहन द्या.
4. हसून कौतुक करून दृढीकरण करा.
5. नवनवीन अवयवांची ओळख करून देण्यासाठी क्रमक्रमाने या उपक्रमाची पुनरावृत्ती करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः विविध शारीरिक अवयवांशी शब्दांची जोडणी करून भाषिक विकासाला रंजक पद्धतीने चालना मिळते.

उपक्रमः गिरगिट ण्याची मजा

साहित्यः रंगीत खडू किंवा पेन्सिली आणि कागद

पाय-याः

1. मुलासोबत बसा आणि रंगीत खडूने कागदावर रेघोट्या मारा व मुलाला पाहू द्या.
2. मुलाला रंगीत खडू द्या कोणत्याही हातात कसाही पकडू द्या.
3. त्यांनी उमटवलेल्या रेघोट्या यांचे कौतुक करा.
4. मुलासोबत रेघोट्यातून वेगवेगळे आकार निर्माण करण्याचा आनंद लुटा.

उपक्रमाचे महत्त्वः सूक्ष्मकारक कौशल्यांचा विकास होतो आणि सर्जनशीलतेच्या अभिव्यक्तीची ओळख होते.

उपक्रमः आनंददायी गाण्याची वेळ

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. एखादे साधे व उत्साही गाणे निवडा.
2. बाळासोबत खेळकर पद्धतीने बसा अथवा उभे रहा.
3. निवडलेले गाणे उत्साहाने आणि आनंदाने म्हणा.
4. गाण्यासोबतच हातांच्या हालचाली किंवा टाळ्या वाजवून त्याची रंगत वाढवा.
5. बाळाला तुमचे हातवारे बघून करण्यास किंवा गाण्यात सहभागी होण्यास प्रोत्साहन द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः गाण्याच्या माध्यमातून भाषिक विकास वाढीला लागतो, गाण्यासाठी एकत्र वेळ घालवल्याने पालक आणि मुलातील नातेसंबंध दृढ होतात.

19 महिने

उपक्रमः हात लाव आणि आणून दे

साहित्यः रोजच्या वापरातील आणि सुरक्षित उवस्तू (जसे बूट, कप, बॉल)

पाय-याः

1. घरातील अशा तीन वस्तू निवडा ज्या बाळाला सहजपणे आणता येते (जसे बूट, कप किंवा बॉल).
2. बाळासोबत बसा आणि एक खेळ खेळा बाळाला यातली प्रत्येक वस्तू तुम्हाला आणून द्यायला सागा.
3. बाळाला योग्य वस्तु मिळाल्यावर तीची स्तुती करा.
4. प्रत्येक वस्तूचे नाव सांगायला बाळाला प्रोत्साहन द्या आणि त्यांनी सांगितल्यावर त्यांचं कौतुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः स्थूलकारक कौशल्य वाढीला लागतात, वस्तू ओळखण्यासाठी चालना मिळते आणि भाषिक विकास होतो.

उपक्रमः उघड बंदचा खेळ

साहित्यः झाकण असलेला रिकामा डबा किंवा खोका

पाय-याः

1. झाकण असलेला घट्ट डबा किंवा खोका मुलाला खेळायला द्या.
2. झाकण लावण्याची आणि उघडण्याची कृती करून दाखवा.
3. मुलाला अनुकरण करण्यास सांगा.
4. त्यांच्या प्रयत्नांचे कौतुक करा.
5. काही छोट्या सुरक्षित वस्तू, ज्याचा मुलाला शोध घेता येईल डब्यामध्ये ठेवा.

उपक्रमाचे महत्त्वः सूक्ष्म कारक कौशल्य वाढीस लागते. कारण आणि परिणाम संकल्पनेचा परिचय होतो आणि पंचेंद्रियांच्या अनुभवाला चालना मिळते.

उपक्रमः मिळून आवरावरी करूया

साहित्यः मुलासाठी सुरक्षित असतील अशी आवरायची साधने कापडाचा तुकडा किंवा स्पंज

पाय-याः

1. तुमच्या रोजच्या आवरा सावरी मध्ये मुलाला सहभागी करून घ्या.
2. त्यांच्यासाठी सुरक्षित असतील असे छोटे साहित्य त्यांना द्या कापडाचा तुकडा अथवा स्पंजचा तुकडा हातात द्या.
3. खेळकरपणे स्वच्छतेच्या कृती कौतुक करत मुलासमोर करून दाखवा.
4. मुलाला तुमचे अनुकरण करण्याची संधी द्या आणि त्याचा खेळ तयार करा.
5. रोजची कामे आनंददायी पद्धतीने करण्यासाठी त्याचे छोटे खेळ करून त्यातील आनंद घेऊन मुलाला या सवयी लावा.

उपक्रमाचे महत्त्वः घरच्या दिनक्रमामध्ये मुलाला सहभागी होण्याची संधी मिळते जबाबदारीची जाणीव वाढीला लागते आणि काल्पनिक खेळाला चालना मिळते.

उपक्रमः लहान आणि मोठ्या गोलाची जोडी लावणे

साहित्यः कागदाचे किंवा पुठ्याचे लहान आणि मोठे कापलेले गोल

पाय-याः

1. घरातील कप किंवा वाटी वापरून दोन कागदांवर किंवा पुठ्यांवर लहान मोठ्या आकाराचे दोन गोल काढा.
2. त्यातील एका एका कागदावरील गोल कापून घ्या.
3. मुलाला ते गोल दाखवून मोठा गोल आणि छोटा गोल असे वर्णन करा.
4. ज्या कागदावर् गोल काढलेले आहेत त्याच्या बाह्यरेषेवर काळजीपूर्वक कापलेला गोल ठेवून मुलाला "मोठा गोल" व "छोटा गोल" दाखवा.
5. एका वेळेला एक गोल ठेवायला मुलाला सांगा.
6. मूल जेव्हा योग्य पद्धतीने गोलांची जोडी लावेल तेव्हा त्यांचे कौतुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः अशा छोट्याशा कोड्याच्या उपक्रमातून बोधात्मक विकासाला चालना मिळते आणि लहान, मोठे आणि गोल असे नवे शब्द शिकून शब्द संपत्तीचा विकास होतो.

20 महिने

उपक्रमः सारख्या दिसणाऱ्या वस्तू वेगवेगळ्या करणे

साहित्यः दोन वस्तूंचे चार संच (जसे चार कप, चार चमचे किंवा चार पान आणि चार काड्या)

पाय-याः

1. बालकासमोर वस्तू मांडून त्यासोबत खेळायला द्या.
2. २ कप किंवा २ चमचे कसे सारखे आहेत हे मुलांना दाखवा
3. सर्व वस्तू एकत्र करा आणि बालकाला सारख्या असणा-या वस्तू वेगळ्या करायला सांगा.
4. बालकांनी वस्तूंचे संच वेगवेगळे केल्यावर त्यांचे कौतुक करा आणि इतर वेगळ्या वस्तू घेऊन खेळ परत खेळा.

उपक्रमाचे महत्त्वः बोधात्मक कौशल्ये वाढतात, वर्गीकरणाच्या संकल्पनेची ओळख होते, समस्या निराकाराणाला चालना मिळते.

उपक्रमः एकत्र झाडणे

साहित्यः झाडू, सुपली, केराची टोपली

पाय-याः

1. "चला, आपण झाडू या", असे म्हणत बालकाला तुमच्यासोबत झाडण्यासाठी बोलवा.
2. बालकाला सुपली धरायला सांगा आणि तुम्ही केर गोळा करा.
3. गोळा झालेला कचरा बालकाला केराच्या टोपलीत टाकायला प्रोत्साहन द्या.
4. सुपली आळीपाळीने धरा.
5. सकारात्मक शिस्तीचा अवलंब करत बालकाला मदत करण्याचे महत्त्व सांगत प्रोत्साहन द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः रोजच्या कामांमध्ये बालकाचा सहभाग होतो आणि बालकामध्ये स्वच्छता सहकार्य याबाबत चांगली जाणीव तयार होते जीवन कौशल्य वाढीस लागतात.

उपक्रमः एकत्र झाडणे

साहित्यः झाडू, सुपली, केराची टोपली

पाय-याः

1. "चला, आपण झाडू या", असे म्हणत बालकाला तुमच्यासोबत झाडण्यासाठी बोलवा.
2. बालकाला सुपली धरायला सांगा आणि तुम्ही केर गोळा करा.
3. गोळा झालेला कचरा बालकाला केराच्या टोपलीत टाकायला प्रोत्साहन द्या.
4. सुपली आळीपाळीने धरा.
5. सकारात्मक शिस्तीचा अवलंब करत बालकाला मदत करण्याचे महत्त्व सांगत प्रोत्साहन द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः रोजच्या कामांमध्ये बालकाचा सहभाग होतो आणि बालकामध्ये स्वच्छता सहकार्य याबाबत चांगली जाणीव तयार होते जीवन कौशल्य वाढीस लागतात.

उपक्रमः दरवाजा उघड बंद करणे

साहित्यः कपाटाचा किंवा बालकासाठी सुरक्षित असलेला दरवाजा

पाय-याः

1. एखाद्या कपाटाचे किंवा घरातील एखादे सुरक्षित असलेले दार निवडा.
2. दरवाजा उघड बद करून दाखवा.
3. बालकालाही अनुकरण करण्यास प्रवृत्त करा.
4. त्यांच्या प्रयत्नाचे कौतुक करा.
5. या कृतीचे उघड आणि बंद अशा खेळांमध्ये रूपांतर करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः सूक्ष्म कारक कौशल्य वाढीस लागतात. कारण परिणाम संकल्पनेची ओळख होते. अवकाशीय जाणीव वाढीस लागतात.

21 महिने

उपक्रमः काल्पनिक खेळ प्राणी आणि पक्षी

साहित्यः काही नाही

पाय-याः
1. बालकाच्या आवडत्या प्राण्यांविषयी त्यांच्याशी बोला. हाताने पक्षी किंवा मांजरी सारखा आकार करून दाखवा.
2. वेगवेगळ्या प्राण्यांचे आवाज एकत्र काढून बघा (जसे गर्जना करणे, चिवचिवणे, म्याव करणे)
3. जमिनीवर बसून प्राण्याची नक्कल करा.
4. बालकासोबत हसत खेळत वेळ घालवा.

उपक्रमाचे महत्त्वः कल्पनाशक्तीला चालना मिळते, शब्द संपत्ती वाढते, प्राणी पक्षी होण्याच्या साध्या सोप्या खेळातून आनंद मिळतो.

उपक्रमः वाट्यांचा मनोरा

साहित्यः प्लास्टिकच्या किंवा स्टीलच्या वाट्या

पाय-याः
1. प्लास्टिक किंवा स्टीलच्या काही वाट्या गोळा करा.
2. एकावर एक रचून त्याचा मनोरा करून दाखवा.
3. मनोरा पाडून आनंद साजरा करा.
4. बालकाला बॉल तुमच्याकडे टाकण्यासाठी प्रोत्साहन द्या.
5. या खेळाबाबत बालकाशी गप्पा मारा आणि काही वर्णन करणाऱ्या शब्दांचा वापर करून प्रश्न विचारा.

उपक्रमाचे महत्त्वः संवाद करत शोध घेण्याचा एक मजेशीर अनुभव मुलांना मिळतो. आजूबाजूच्या भौतिक जगाची समज निर्माण होण्यासाठी मदत होते.

उपक्रमः वर आणि खाली

साहित्यः काही वस्तू आणि एखादा डबा

पाय-याः
1. दिलेल्या विविध वस्तू बालकाला हाताळू द्या
2. वस्तू डब्याच्या वर किंवा डब्या खाली कशा ठेवायच्या हे दाखवा आणि
3. " वर" आणि "खाली" शब्दांचा वापर करा.
4. बालकालाही स्वतंत्रपणे वस्तू वर आणि खाली ठेवू द्या.
5. बालकांनी वस्तू वर किंवा खाली ठेवल्यानंतर उत्साहाने कौतुक करा

उपक्रमाचे महत्त्वः वर आणि खाली या संकल्पनेची ओळख होते. बालकाला वस्तू वेगव्या करणे. अवकाशीय स्थानाबद्दल माहिती होणे याबाबत सक्रिय सहभागातून माहिती मिळते. बोधात्मक आणि कारक कौशल्य वाढीला लागतात.

उपक्रमः तालाचे अनुकरण

साहित्यः प्लास्टिकची डबी, चमचे, किल्ल्या

पाय-याः
1. एखाद्या प्लास्टिकच्या डबी मध्ये चमचा किंवा किल्ल्या टाकून छोटेसे वाद्य तयार करा.
2. स्वयंपाक करता करता हे वाद्य हलवून त्यात ध्वनी निर्माण करून एखादा ताल तयार करा.
3. एका ठराविक पद्धतीने टाळ्या वाजवून बालकाला त्याचे अनुकरण घरगुती वाद्य वापरून करता येते का पहा.
4. बालकाला स्वतःहून पुढाकार घेऊन ताल तयार करता येतो का ते पहा आणि तुम्ही अनुकरण करा.
5. वेगवेगळ्या तालाबदल मुलाशी बोला मुलाचे लक्ष आणि त्याची सर्जनशीलता याला प्रोत्साहन द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः बालकाच्या श्रवण कौशल्याला चालना मिळते, विविध ध्वनी ओळखण्याची संधी मिळते, बोधात्मक विकासाला चालना मिळतेआणि तालाच्या रचनांची समज वाढते.

22 महिने

उपक्रमः बुटांचे वर्गीकरण आणि जोड्या लावणे

साहित्यः चार प्रौढ व्यक्तींचे वेगवेगळ्या आकारमानाचे आणि चार वेगवेग आकारमानाचे छोट्या बालकांचे बूट

पाय-याः
1. प्रौढांचे आणि लहान बालकांच्या आकारमानाचे बूट एकत्र मिसळा.
2. बालकांना मोठे बूट आणि छोटे बूट वेगवेगळे कसे करायचे हे दाखवा.
3. परत एकदा सर्व बूट मिसळा आणि बालकाला स्वतंत्रपणे वेगवेगळे द्या.
4. लहान आणि मोठा याचे योग्य वर्गीकरण केल्यानंतर बालकांचे कातुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः निरीक्षण शक्ती आणि आकारमानातील भेद समजण्यासाठी मदत मिळते. बोधात्मक विकासाला चालना मिळते.

उपक्रमः चेंडूने खेळणे

साहित्यः मऊ बॉल किंवा गोळा केलेला मोजे

पाय-याः
1. एखादा मऊ बॉल घ्या किंवा मोज्याची जोडी गोळा करून त्याचा बॉल बनवा.
2. हा बॉल बालकाला खेळायला द्या.
3. फेक असे म्हणत बालकाकडे बॉल टाका.
4. तुमच्याकडे बॉल परत टाकण्यासाठी बालकाला प्रोत्साहन द्या.
5. एकमेकांकडे बॉल टाकण्याच्या खेळाची मजा घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः स्थूलकारक कौशल्यांचा विकास होतो, हस्त नेत्र समन्वयाचा विकास होतो, प्रतिसादात्मक खेळाची ओळख होते.

उपक्रमः बाहुलीशी लपाछपी

साहित्यः एखादे खेळणे किंवा बाहुली

पाय-याः
1. बाहुली लपवून, "कुठे गेली?" असे विचारा.
2. बालकाला लपवलेली बाहुली शोधण्यास उत्साहित करा.
3. वस्तू/बाहुली शोधून काढल्याचे कौतुक करत परत एकदा बाहली बाहुली लपवा.
4. एकाग्रता वाढते प्रश्न सोडवण्यात बुद्धी गुंतली जाते, कल्पनाशक्तीला चालना मिळते.

उपक्रमाचे महत्त्वः एकाग्रता आणि कल्पनाशक्ती वाढीस लागते. बोधात्मक विकासाला रंजक खेळामार्फत चालना मिळते.

उपक्रमः रंगीबेरंगी हात

साहित्यः हळद कुंकू किंवा सुरक्षित घरगुती रंग, मोठा कागद किंवा पुठ्ठा

पाय-याः
1. कागदाचा मोठा तुकडा किंवा पुठ्ठा पसरून ठेवा.
2. घरातील हळदीकुंकवासारखे सुरक्षित रंग बालकाला द्या.
3. रंगात हात बुडवून कागदावर उमटवण्यासाठी बालकाला प्रोत्साहन द्या.
4. रंगांची नावे रंजक पद्धतीने सांगुण बालकाना सर्जनशील अनुभव द्या.
5. बालकाला मनमुरादपणे रंगांचा वापर करून निर्मिती करू द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः पंचंद्रियांच्या विकासाला चालना मिळते, सर्जनशीलतेला चालना मिळते, रंगांची ओळख होते.

23 महिने

उपक्रमः चित्राच्या पुस्तकातून गोष्ट सांगणे

साहित्यः चित्रमय गोष्टीचे पुस्तक

पाय-याः

1. बालकाच्या वयानुरूप चित्राच्या गोष्टीचे एखादे पुस्तक निवडा
2. बालकासोबत बसून पुस्तक वाचून दाखवा.
3. पुस्तकातील चित्रांकडे लक्ष वेधून त्यांची नावे सांगा. बालकाला तुमच्या मागून नावे म्हणायला सांगा.
4. गोष्ट सांगा त्यावर काही प्रश्न विचारा त्यातील काही मुद्द्यांवर गप्पा मारा
5. एखाद्या चित्रावरून स्वतःची गोष्ट तयार करा किंवा पुस्तकात दिलेल्या एखाद्या पात्रावरूनही गोष्ट तयार करा.
6. गोष्ट सांगण्याच्या अनुभवाची आणि सोबत वेळ घालवण्याची मजा घ्या

उपक्रमाचे महत्त्वः वाचन आणि चित्रांची नावे सांगण्यातून भाषिक विकासाला चालना मिळते. बोधात्मक कौशल्यांना चालना मिळते पुस्तक आणि वाचनाबाबत आवड निर्माण होते.

उपक्रमः खाद्यपदार्थांचे वर्णन करणे

साहित्यः काही खाद्यपदार्थ जसे केळी, उकडलेले अंडी इत्यादी

पाय-याः

1. १. काही खाद्यपदार्थ बालकाना दाखवून हाताळायला द्या
2. २. खाद्यपदार्थांचे वर्णन करत बालकाना प्रश्न विचारा जसे की "हे केळे गोड आहे का, मऊ आहे का? "अंडी गरम किंवा कडक आहे का?"
3. ३. तुमच्या बालकाच्या प्रतिसादाकडे लक्ष द्या आणि त्यांना बोलायला प्रोत्साहन द्या.
4. ४. वेगवेगळे खाद्यपदार्थ वापरून त्यांच्या शब्दसंपत्तीमध्ये तसेच आकलन क्षमतेते भर घाला.

उपक्रमाचे महत्त्वः वर्णनात्मक शब्दांची ओळख होते. शब्दसंपत्तीत वाढ होते. जेवतानाचे निरीक्षण शक्ती संवाद कौशल्य वाढीला लागते.

उपक्रमः पाण्यासोबत खेळणे

साहित्यः पाण्याची बादली बालकाना हातळण्यास योग्य कप किंवा भांडी

पाय-याः

1. एका सुरक्षित जागी बादलीत थोडे पाणी भरून ठेवा.
2. पाणी भरायला आणि ओतायला छोटी वाट्या, भांडी, कप द्या.
3. बालकाना पाण्यात मनमुराद खेळायला प्रोत्साहन द्या. ओतणे पाण्यात हात मारणे अशा क्रिया करू द्या.
4. पाण्याचे खेळ आणि मुलांच्या कृती यांचे योग्य शब्दात वर्णन करा .
5. बालकासोबत पाण्यात खेळण्याचा आनंद घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः पाण्यात खेळण्याच्या कृतीतून पंचंद्रियांचा विकास होतो सूक्ष्म कारक कौशल्यांचा विकास होतो. आनंदी प्रवृत्तीने शोध घेणे आणि पाण्यासोबत नाते निर्माण करणे हा फायदा होतो.

उपक्रमः आवाजाचे नमुने (पॅटर्न) तयार करणे

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. एखाद्या ध्वनीच्या मदतीने पॅटर्न तयार करा जसे-काव...... काव..
2. बालकांशी खेळताना हा पॅटर्न वापरून त्यांनाही तुमच्याप्रमाणे म्हणायला सांगा.
3. बालकालाही नवीन एखादा पॅटर्न करायला सांगून तुम्ही त्याचे अनुकरण करा.
4. कधी भरभर म्हणत तर कधी एखाद्या वेगळ्या ध्वनीची भर घालत खेळाचे आव्हान वाढवा.
5. आळीपाळीने वेगवेगळे पॅटर्न्स तयार करा.
6. आवाजाच्या देवाण घेवाणीतून आनंद मिळवा.

उपक्रमाचे महत्त्वः श्रवणभेदाचे कौशल्य वाढीस लागते ध्वनी निर्मितीतून सर्जनशीलता वाढीस लागते, आळीपाळीने खेळण्याचे कौशल्य वाढते.

24 महिने

उपक्रमः ही वस्तू लाल रंगाची आहे का?

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. लाल रंगाच्या विविध वस्तू दाखवून ओळख करून द्या.
2. लाल रंगाचे वर्णन करून दाखवा.
3. विविध वस्तू दाखवून याचा रंग लाल आहे का नाही असे विचारा.
4. बालकाला प्रतिसाद देण्यासाठी प्रोत्साहन द्या. गरज असेल तर थोडीशी मदत करा.
5. योग्य उत्तराला सकारात्मक प्रतिसाद द्या. जर अडचणी आल्या तर थोडीशी मदत करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः रंगांची ओळख होते. बोधात्मक विकासाला चालना मिळते. कृतीशील सहभागातून प्रोत्साहन मिळते.

उपक्रमः मूठ उघडून दाखव !

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. तुमच्या हाताची मूठ सैलसर बंद करून मुलासमोर बालकासमोर धरा
2. तुमची मूठ उघडण्यासाठी बालकाला प्रोत्साहित करा
3. "माझी मूठ उघडून दाखव बरं" असे एखादे वाक्य म्हणा.
4. मूठ उघडण्यासाठी वेगवेगळ्या पद्धती बालकाला वापरून बघू द्या.
5. वारंवार हा खेळ खेळण्यासाठी प्रोत्साहन द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः सूक्ष्मकारक कौशल्य सुधारते. हाताची बोटे बळकट होतात. मूठ उघडण्याच्या प्रयत्नातून समस्या निराकरणाची प्रवृत्ती वाढते.

उपक्रमः बालगीत म्हणणे

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. एखादे साधे सोपे बालगीत किंवा कविता निवडा.
2. बाळासोबत आरामशीर वाटेल अशा ठिकाणी उभे रहा किंवा बसा.
3. निवडलेले बालगीत किंवा कविता हावभावासहित व तालबद्ध आवाजात सादर करा.
4. गरज असेल तिथे सौम्यतेने हावभाव हालचाली यांची भर घाला.
5. गाण्यांमध्ये बाळाला हालचालींचे किंवा शब्दांचे अनुकरण करून सामील होण्यासाठी प्रोत्साहन द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः भाषा विकासाला चालना मिळते. तालाचा आस्वाद घेता येतो. गाण्याच्या आनंदी अनुभवातून पालक आणि बालकांचे नाते घट्ट होते .

उपक्रमः चक्कर मारून येऊ या!

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. बालकाला बाहेर फिरायला घेऊन जा.
2. आजूबाजूला दिसणाऱ्या गोष्टी दाखवत त्याबद्दल बोला.
3. दाखवलेल्या गोष्टींची नावे बालकाला परत एकदा म्हणण्यासाठी प्रोत्साहित करा.
4. निसर्गात दिसणाऱ्या गोष्टी रंग, इतर मनोरंजक गोष्टी याबाबत गप्पा मारा.
5. काय काय दिसते त्याबाबत एकमेकांशी बोला, प्रश्न विचारा आणि सवाद फुलवा.

उपक्रमाचे महत्त्वः आजूबाजूला दिसणाऱ्या गोष्टींबाबतची जिज्ञासा आणि निरीक्षण कौशल्य वाढीस लागते. संवादातून घडणाऱ्या पुनरावृत्तीने भाषा विकासाला चालना मिळते.

25 महिने

उपक्रमः या वस्तूचा रंग निळा आहे का?

साहित्य : काही नाही

पाय-याः

1. सुरुवातीला लाल रंगाची उजळणी करा. बालकाशी बोलताना "बरोबर आहे, तुझ्या लक्षात आहे" अशा पद्धतीने बोलून त्याला प्रोत्साहित करा.
2. बालकाला निळ्या रंगाची उदाहरणे देऊन आजूबाजूला निळ्या रंगाच्या दिसणाऱ्या गोष्टीं दाखवत निळ्या रंगाची ओळख करून द्या.
3. खेळीमेळीने संवाद साधत बालकाला निळ्या रंगाबद्दल माहिती द्या.
4. विविध वस्तू उचलून या वस्तूचा रंग निळा आहे का असे बालकाला विचारा.
5. बालकाला उत्तर देण्यासाठी प्रोत्साहित करा लाल रंगाची उजळणी आणि योग्य उत्तरांना दुजोरा द्या.
6. बालकाच्या योग्य उत्तरांना सकारात्मक प्रतिसाद द्या आणि जर अडचणी आल्या तर सौम्यपणे मदत करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः पूर्वज्ञानात नवीन ज्ञानाची भर पडते. रंगाच्या उजळणीला मदत मिळते. रंगांच्या संकल्पनेबाबत समज विस्तारते.

उपक्रमः वर-खाली चढण्या-उतरण्याचा खेळ

साहित्यः मजबूत खुर्ची, पलंग किंवा सोफा

पाय-याः

1. सुरक्षित ठिकाणी मजबूत खुर्ची किंवा सोफा अथवा पलंग ठेवा.
2. त्यावर चढण्यासाठी व उतरण्यासाठी बालकाला गरज पडेल तशी मदतही करा.
3. मुलांचे चढण्या उतरण्यातील यशाचे कौतुक करा.
4. सावधतेच्या सूचना हळुवारपणे द्या.
5. मुलांचा आत्मविश्वासात आणि स्नायुंतील समन्वयांमध्ये वाढण्यासाठी वारंवार हा खेळ खेळू द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः सुरक्षित वातावरणामध्ये शारीरिक आव्हान मिळते. स्नायुंमधील समन्वय आणि यश मिळण्याची जाणीव होते. शारीरिक कृतींबद्दल सकारात्मक दृष्टिकोन विकसित होतो.

उपक्रम : खेळाचा ढोंग कराः फोनवर बोलणे

साहित्यःफोन किंवा खेळण्यांच्या फोनचे नाटक करा

पाय-याः

1. "चला, एकमेकांशी बोलण्यासाठी एक खास फोन घेऊया!" असे म्हणत, तुमच्या मुलासोबत बसा आणि एखादा बनावट फोन किंवा खेळण्यांचा फोन सादर करा.
2. फोन कसा धरायचा हे दाखवून द्या आणि संभाषण सुरू करा, "रिंग, रिंग नमस्कार बाळा तुम्ही काय करत आहात?".
3. 'मी खेळत आहे' असे तुम्ही म्हणू शकता का, असे उत्तर देण्यासाठी तुमच्या मुलाला प्रोत्साहित करत, साध्या वाक्यांशांचा वापर करून खोट्या संभाषणात सहभागी व्हा.
4. त्यांच्या खोट्या संवादाची कबुली देण्यासाठी सकारात्मक शब्दांचा वापर करा, असे म्हणत, "मला तुमच्या दिवसाबद्दल ऐकायला आवडते "तुम्ही फोनवर छान बोलत आहात! "

उपक्रमाचे महत्त्वः पालक आणि मुलांमध्ये संबंध आणि संवादाची भावना वाढवते, ज्यामुळे त्यांना स्वतःला सामायिक करण्यासाठी आणि व्यक्त करण्यासाठी एक मजेदार आणि सर्जनशील जागा उपलब्ध होते.

उपक्रमः आकाराच्या जोड्या लावा

साहित्यः पुठ्ठा किंवा कागद, रंगीत खडू किंवा इतर रंग

पाय-याः

1. एका कागदावरील आकार कापून घ्या.
2. आता बालकाला कापलेले आकार न कापलेल्या कागदावरील आकारावर ठेवायला सांगा.
3. जोड्या लावत असताना आकाराची नावे बालकाला सांगा.
4. बालकाला जोड्या लावून दाखवून त्यानुसार त्याला जोड्या लावण्यासाठी प्रोत्साहित करा. आणि सारख्या आकाराच्या जोड्या लावण्याच्या क्षमतेत भर घाला.
5. मुलाला स्वतंत्रपणे स्वतः जोड्या लावण्यास द्या आणि त्यांच्या प्रयत्नाला दाद द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः साधी कोडे सोडवण्याच्या प्रयत्नातून बोधात्मक विकासाला चालना मिळते. शब्द संपत्ती सुधारणा होते. आकाराची नावे किंवा यावर ठेव अशा प्रकारचे शब्द समजतात.

26 महिने

उपक्रमः या वस्तूचा रंग पिवळा आहे का?

साहित्यः उपलब्ध असलेल्या पिवळ्या वस्तू

पाय-याः

1. लाल आणि निळ्या रंगाची उजळणी करून सुरुवात करा.
2. पिवळ्या रंगाची उदाहरणे दाखवून किंवा असलेल्या वस्तूंकडे लक्ष वेधून बालकाला पिवळ्या रंगाची ओळख करून द्या.
3. खेळीमेळीने बोलून पिवळ्या रंगाचे वर्णन करा.
4. विविध वस्तू दाखवून "याचा रंग पिवळा आहे का? असे बालकाला विचारा.
5. बालकाला प्रतिसाद द्यायला प्रोत्साहन द्या. लाल, निळ्या रंगांची समज वाढवा. योग्य उत्तरांना दाद द्या
6. पूर्वी माहिती करून घेतलेल्या रंगांची उजळणी करताना " तुझे बरोबर आहे. हे लाल आहे, हे निळे आहे", असे बालकाला सांगा.

उपक्रमाचे महत्त्वः पूर्वज्ञानात नवीन ज्ञानाची भर पड़ते. आठवण्याच्या सरावातून मुले उपक्रमात रमतात आणि रंगाच्या संकल्पनांची समज वाढते.

उपक्रमः इंद्रिय विकासाचा खेळ

साहित्यः वाळू किंवा माती, छोटेकप, बादल्या किंवा भांडी

पाय-याः

1. माती किंवा वाळू एका जागी मांडून ठेवा.
2. वाळू भरण्या-ओतण्यासाठी कप किंवा छोट्या वस्तू द्या.
3. एका भांड्यातून दुसऱ्या भांड्यात वाळू घालायला मुलाला प्रोत्साहित करा.
4. वाळूचा स्पर्श, पोत याबद्दल गप्पा मारा.
5. वेगवेगळ्या पद्धतीने वाळू किंवा माती भरून ओतू द्या.
6. पसारा घालून खेळण्याच्या अनुभवातून आनंद घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः स्पर्श संवेदनातून पंचंद्रियाच्या विकासाला चालना मिळते. भरण्या-ओतण्याच्या क्रियेतून सूक्ष्म कारक कौशल्यांचा विकास होतो. खेळादरम्यान कल्पनाशक्ती आणि सर्जनशीलता वाढीला लागते.

उपक्रमः तुमच्या बालपणीची गोष्ट सांगणे

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. एखाद्या आरामदायी जागी बालकासोबत निवांत बसा.
2. तुमच्या लहानपणीचा एखादा साधा रंजक किस्सा / प्रसंग बालकाला सांगा.
3. गोष्ट सांगताना आवाजातील चढ-उतार आणि हावभाव करून बालकाला खरं वाटेल अशाप्रकारे वर्णन करा.
4. बालकाला प्रश्न विचारण्यासाठी प्रोत्साहित करा किंवा त्यांचे म्हणणे मांडू द्या.
5. शेवटी अजून एखादा किस्सा/गोष्ट ऐकायला आवडेल का? असे बालकाला विचारा.

उपक्रमाचे महत्त्वः पालक मुलातील नातेसंबंध दृढ होतात. कल्पनाशक्तीला चालना मिळते. भाषेचा विकास होतो

उपक्रमः एकत्र नाच करूया

साहित्यः संगीत किंवा रेडिओ

पाय-याः

1. रेडिओवर किंवा इतर माध्यमातून संगीत ऐकवा.
2. बालकाचे हात धरून त्याच्यासोबत नाचात सहभाग घ्या.
3. डोके, पाय, हात तालात हलवून नाचण्यासाठी प्रवृत्त करा.
4. दैनंदिनीमध्ये बालकासोबत नृत्य करण्याचा वेळ निश्चित करून नियमितपणे हा उपक्रम करा. त्यात गंमत येईल असे पहा.
5. घरातील इतर सदस्यांना सुद्धा नृत्यामध्ये सामील व्हायला सांगून एकत्रित नृत्य करण्याची मौज अनुभवा.

उपक्रमाचे महत्त्वः विविध शारीरिक हालचाल आणि समन्वयाला चालना मिळते. संगीत आणि तालाची जाणीव सुधारते. कुटुंबातील व्यक्तीशी स्नेहबंध घट्ट लागतो.

उपक्रम : हिरव्या रंगाची ओळख आणि रंगांची उजळणी

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. लाल, निळ्या, पिवळ्या रंगाची उजळणी करा. मुलाशी बोलताना "बरोबर आहे, तुझ्या लक्षात आहे" अशा पद्धतीने बोलून त्यांना प्रोत्साहित करा.
2. आता हिरव्या रंगाची उदाहरणे देऊन आजूबाजूला हिरव्या रंगाच्या गोष्टीं दाखवत हिरव्या रंगाची ओळख करून द्या.
3. खेळीमेळीने संवाद साधत हिरव्या रंगाबद्दल माहिती द्या.
4. विविध वस्तू उचलून या वस्तूचा रंग हिरवा आहे की नाही? असे विचारा.
5. बालकाला उत्तर देण्यासाठी प्रोत्साहित करा. आधी माहीत असलेल्या रंगाची समज वाढवण्यास ओळखण्यास प्रोत्साहित करा.
6. योग्य उत्तरांना सकारात्मक

उपक्रमाचे महत्त्वः पूर्वज्ञानावरती नवीन ज्ञानाची रचना होते. रंगाच्या उजळणीला मदत मिळते. रंगांच्या संकल्पनेबाबत समज विस्तारते

उपक्रम : भरभर आणि हळूहळ

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. भरभर आणि हळूहळू शर्यत लावायला बालकास सांगा हळूहळू म्हटल्यावर हळू चालायचे आणि भरभर तर्यशम्हटल्यावर वेगाने असे बालकास सांगावे.
2. शर्यत शुरू करण्यासाठी जागा शोधा. तिथे उभे राहून १,२,३ पर्यंत आकडे मोजून पळा असे म्हणा. ३. पळता पळता तुम्ही हळूहळू असे म्हणा हळूहळू म्हटल्यावर बालक
3. पाळण्याची गती कमी करत आहे का याकडे लक्ष दया.
4. आता भरभर आणि हळूहळू आळीपाळीने म्हणा आणि बदललेल्या गतीबद्दल गप्पा मारा
5. शर्यतीमध्ये किती वेळा आपण भरभर आणि किती वेळेला हळूहळू पळालो हे बालकासोबत मोजा
6. खेळाबद्दल गप्पा मारा, लक्षपूर्वक सूचना ऐकण्याबद्दल भर देऊन बोला

उपक्रमाचे महत्त्वः लक्ष देऊन सूचना ऐकून पाळण्याची सवय लागते. स्वत स्वतची शारीरिक कृती आणि भौवना यातील नियमन जमायला सुरवात होते.

27 महिने

उपक्रम : बाबांचे (वडिलांचे) अनुकरण करणे

साहित्यः वडिलांच्या चपला किंवा बूट, कपडे, एखादे भांडे काल्पनिक चमचा

पाय-याः

1. बाबा काय काय कर्तात ? पेपूर वाचतात, शेतात, ऑफिस मध्ये जातात अशा बाबा करत असलेल्या गोष्टींबद्दल बालकाशी बोला.
2. बाबांचे कपडे, चपला, बूट बालकाला घालून पाहू द्या.
3. बाबा स्वयंपाक् कर्त आहेत किंवा पेपर वाचत आहेत अशा प्रकारचे नाट्यीकरणाचे खेळ खेळा.
4. भांड्यामध्ये काल्पनिक चमच्याने काहीतरी ढवळत आहोत असे करू द्या.
5. त्याच काल्पनिक चमच्याने पदार्थ खाऊन चविष्ट झाला आहे असे त्याला सांगा.
6. नाट्यीकरणाच्या / काल्पनिक खेळत बालकासोबत आनंद घ्या..

उपक्रमाचे महत्त्वः सर्जनशीलता आणि काल्पनिक खेळाचा विकास होतो, पालक आणि मुलातील नातेसंबंध दृढ होतात, विविध भूमिकांची आणि ते करत असलेल्या कामांची ओळख होते.

उपक्रम : वस्तू आणि त्यांचे उपयोग

साहित्यः काहींच नाही.

पाय-याः

1. बालकांच्या ओळखीच्या तीन ते चार वस्तू निवडा.
2. एकेक वस्तूकडे बोट दाखवून बालकाला त्यांची नावे विचारा
3. प्रत्येक वस्तूचा उपयोग सांगा, जसे पेला आपण यातुन पाणी पितो.
4. वस्तूंची नावे आणि त्यांचे उपयोग पुन्हा (repeat) सांगण्यासाठी मुलाला प्रोत्साहित करा
5. प्रत्येक वस्तू बद्दल गप्पा मारा त्याबाबतची शब्द संपत्ती आणि समज वाढवा

उपक्रमाचे महत्त्वः वस्तूंची नावे घेतल्याने शब्दसंपत्ती वाढते आणि त्याचे उपयोग समजून घेण्याने समज वाढते.

28 महिने

उपक्रम ह सून डोळे मिचकावणे

साहित्यः काही नाही

पाय-याः
1. बालकाकडे हसून बघा आणि डोळ्याची पापणी खाली-वर करा, असे अनेक वेळा करा.
2. बालकाला प्रोत्साहित करा. निरीक्षण करून अनुकरण करण्यासाठी
3. किती वेळा डोळे मिचकावले हे मोजा आणि या खेळाची गमत अनुभवा.
4. बालकाच्या प्रत्येक प्रयत्नाचे कौतुक करा कृती करण्यासाठी प्रोत्साहित करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः हावभावावरून अशाब्दिक संवाद समजायला मदत होते. निरीक्षण शक्ति वाढते. अनुकरणाची क्षमता वाढते. प्रसन्नतेने हसल्याने आणि डोळ्यांचे मिश्किल खेळ केल्याने नाते संबंध दृढ होण्यास मदत होते.

उपक्रमः पाणी भरणे

साहित्यः रिकामी बाटली, बादली, मग आणि पाणी

पाय-याः
1. एका सपाट जागेवरती रिकामी बाटली ठेवा.
2. एका मगात पाणी भरून त्या बाटली मध्ये भरा.
3. आता मुलालाही मगातील पाणी तुमच्या मदतीने बाटलीमध्ये भरू द्या.
4. कधी-कधी बादलीमध्ये पाणी भरण्याचा उपक्रम घ्या. आशा वैविध्य पूर्ण अनुभवाचा आनंद घेऊ द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः सूक्ष्म कारक कौशल्यांचा विकास होतो पाण्याच्या स्पर्श अनुभवातून पंचंद्रियांचा विकास होतो उपक्रमाबाबत गप्पा मारल्यामुळे भाषेचा विकास होतो

उपक्रमः आईचे अनुकरण करूया.

साहित्यः आईच्या वस्तू जसे कपडे, चपल, बूट इत्यादी

पाय-याः
1. बालकाला काल्पनिक खेळात आईची भूमिका करायला द्या.
2. आईच्या लकबी, बोलण्याची पद्धत, हाव भाव याचे बालकाला ना टयी करण करू द्या.
3. आई ज्या प्रकारची कामे/कृती करते, जसे बाळसाठी गाते घरातली कामे करते, फोनवर बोलते, पुस्तक वाचते अशा कृतींचे अनुकरण बालकाला करू द्या.
4. बालकाला निरीक्षण करून नाटयीकरणाच्या खेळत अनुकरण करायला प्रोत्साहन द्या.
5. नाटयीकरणाचा खेळ एकमेकांसोबत वारंवार खेळून आनंद घ्या

उपक्रमांचे महत्त्व: काल्पनिक आणि सर्जनशील खेळ वाढीस लागतो. आई आणि मुळातील स्नेहबंध दृढ होतो. मुलांना वेगवेगळ्या भमिकांचे निरीक्षण करण्याची संधि मिलते

उपक्रम : आज आपण काय काय केले?

साहित्यः काहीच नाही.

पाय-याः
1. बालकाशी गप्पा मारा. सकाळी उठल्यापासून सुरू करा. जसे दात घासतो/घासते, मग आंघोळी करतो/ करते कपडे घालतो/घालते. इत्यादी दिवसभरातील वेळा आणि त्यानुसार होत जाणाऱ्या घटना याचा संबंध लावून दाखवा.
2. खाणे, खेळणे आणि इतर दैनंदिन कृती याबद्दल गप्पा मारा.
3. हातवारे हावभाव करून या गप्पांची रंगत वाढवा.
4. अशाप्रकारे दिवसभर काय केले हे सांगितल्यावर रात्री झोपतो असे बोलून गप्पांचा शेवट करा.
5. दिनाक्रमातील कृतींचे वर्णन करतांना मुलाला स्वतःचे अनुभव व्यक्त करू द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः दिनक्रम बाबतच्या गप्पांमुळे भाषेचा विकास होतो. वेळेची आणि घटनांचा क्रम याची जाणीव विकसित होते. संवादातून शिकणे घडते.

उपक्रमः लपछापी खेळूया.

साहित्यः लपाछपी खेळण्यासाठी बालकाला बोलवा.

पाय-याः
1. तुम्ही १ ते १० अंक मोजेपर्यंत बालकाला लपायला सांगा.
2. "मला तुझा आवाज दाराच्या मागून येतो आहे", अशा प्रकारच्या खुणा सांगत बालकाला शोधून काढा.
3. तुम्ही कसे शोधत आहात याचे वर्णन करा.
4. बालकाला शोधल्याचा आनंद व्यक्त करा.
5. ता तुम्ही लपा आणि बालकाला शोधण्यास सांगा.
6. बालक तुम्हाला शोधत असताना त्याला आवाज देऊन किंवा हालचाल करून संकेत देऊन तुम्हाला शोधण्यास प्रोत्साहन द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः समस्या निराकारणाचे कौशल्य वाढीला लागते. लपलेले असताना स्व नियंत्रण आणि संयम यांचा विकास होतो. शोधण्याच्या खुणा सांगितल्यामुळे भाषेचा

उपक्रमः मातीची कलाकृती

साहित्यः स्वच्छ ठिकाणची मातीची जमीन / मऊसर माती

पाय-याः
1. घराबाहेरील माती असलेली स्वच्छ जमीन किंवा मऊसर माती शोधा.
2. बाळासोबत बसा आणि मातीत बोटाने रेघा काढत चित्र कसे काढायचे ते त्यांना दाखवा.
3. बालकाला स्वतःहून मातीचा अनुभव घेत चित्र काढण्यास सांगा.
4. बालकासोबत चित्र काढत असताना रेषा, आकार, उमटणारे चित्र याबद्दल बोलत रहा.
5. विविध प्रकारे बोटे फिरवत बालकाला चित्र काढण्याचा अनुभव घेऊ द्या.
6. बालकाने काढलेल्या मातीतील कलाकृतींची प्रशंसा करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः स्पर्श अनुभवातून पंचेंद्रियांच्या विकासाला चालना मिळते, बोटांच्या हालचालीतून सूक्ष्म स्नायूंच्या विकासाला आणि चित्र निर्माण करण्यामुळे कल्पना शक्तीला चालना मिळते.

29 महिने

उपक्रमः हसत खेळत गाऊ या.!

साहित्यः काही नाही

पाय-याः
1. बालकाला आवडेल असे एक बालगीत निवडा.
2. बालकाला उत्साहाने बालगीत म्हणून दाखवा.
3. गात असताना बालकाला टाळ्या वीजवणे, हालचाल करणे किंवा साध्या कृती (Simple action) करण्यासाठी प्रोत्साहित करा.
4. गाणे परत एकदा म्हणून बालकाला तुमच्यासोबत गाण्यासाठी प्रोत्साहित करा.
5. गाणं म्हणण्याचा अनुभव गमतीशीर बनवून आनंद घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः भाषा विकास वाढीला लागतो. गाण्यांच्या चालीमुळे बोधात्मक विकासाला चालना मिळते.

उपक्रमः हसत खेळत गाऊ या.!

साहित्यः काही नाही

पाय-याः
1. बालकाला आवडेल असे एक बालगीत निवडा.
2. बालकाला उत्साहाने बालगीत म्हणून दाखवा.
3. गात असताना बालकाला टाळ्या वीजवणे, हालचाल करणे किंवा साध्या कृती (Simple action) करण्यासाठी प्रोत्साहित करा.
4. गाणे परत एकदा म्हणून बालकाला तुमच्यासोबत गाण्यासाठी प्रोत्साहित करा.
5. गाणं म्हणण्याचा अनुभव गमतीशीर बनवून आनंद घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः भाषा विकास वाढीला लागतो. गाण्यांच्या चालीमुळे बोधात्मक विकासाला चालना मिळते.

30 महिने

उपक्रमः कोडे सोडवणे

साहित्यः पुठ्ठा किंवा कागद पेन्सिल, पट्टी, कात्री

पाय-याः

1. कागदावती माणसाची एखादे चित्र काढा. केवळ बाह्याकृती चालेल.
2. कागदाचे तीन तुकडे करा वरचा भाग) डोके, (मधल्या भाग शरीर (आणि खालचा भाग (पाय)
3. वर डोके असते, मध्ये शरीर आणि खाली पाय असे बालकाला सांगा.
4. हे तीन तुकडे वेगवेगळे ठिकाणी ठेवा. आता बालकाला तुकडे एकत्र जोडून परत माणसाची आकृती तयार करायला सांगा.
5. तुकडे जोडून चित्र पूर्ण केल्यावर बालकाचे कौतूक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः समस्या सोडवण्याचे (निराकरण) कौशल्य वाढते. सुक्ष्म स्नायू विकासाला चालना मिळते. शरीराच्या अवयवांची जाणीव विस्तारते.

उपक्रम : कपड्यांच्या घड्या घालू या!!

साहित्यः स्वच्छ कपडे

पाय-याः

1. घडी घालण्यासाठी स्वच्छ कपडे गोळा करा.
2. बालकासोबत बसून कपड्यांच्या घड्या कशा घालायच्या हे दाखवा.
3. बालकालाही घडी घालून दाखवायला सांगा.
4. कपडे आवरायच्या कामात मदत केल्याबद्दल बालकाचे कौतुक करा.
5. कपड्यांचे रंग, प्रकार याबद्दल बोलून घडीकामाची गंमत वाढवा.

उपक्रमाचे महत्त्वः घडी घालण्यातून सूक्ष्म कारक कौशल्य विकसित होतात. रोजच्या कामामध्ये सहकार्य वाढीला लागून नातेसंबंध दृढ होतात.

उपक्रमः जादुई तंबू

साहित्यः दोन मजबूत खुर्चा, एखादी चादरी किंवा आंघोळीचा पंचा (टॉवेल)

पाय-याः

1. दोन खुर्चा मांडून त्यावर चादर किंवा पंचालवॉट) टाकून त्याचा तंबू तयार करा.
2. बालकाला त्याच्या जादुई तंबूच्या घरात बोलवा ही खेळायची खास जागा बनवा..
3. बालकाला खेळ खेळायला जादुई तंबूमध्ये त्याची खेळणी आणायला सांगा.
4. जादुई तंबूला एक मजेशीर नाव द्या.
5. या जादुई तंबूमध्ये वेगवेगळे खेळ, गोष्टी आणि उपक्रमाचा आनंद घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः काल्पनिक खेळातून सर्जनशीलतेला चालना मिळते. घरात स्वतःसाठी अशी एक खास जागा निर्माण होते.

उपक्रमः आईचे काम आणि बाबाचे काम

साहित्यः काहीच नाही.

पाय-याः

1. आई वडील कामाच्या ठिकाणी काय काय करतात याबद्दल बालकाशी बोला.
2. साधा सोप्या शब्दात कामांचे वर्णन करा जसे-शेती.
3. पेरणी, पाणी देणे,, तण काढणे अशाशेतीतील कामांबाबत बोला.
4. बालकाला प्रश्न विचारायला किंवा अनुकरण करायला प्रोत्साहित करा.
5. बोलताना बालकाला समजेल अशाप्रकारे हावभावासाहित कृती करून दाखवा.

उपक्रमाचे महत्त्वः कामांचे वर्णन सांगितल्यामुळे भाषा विकास होतो. जिज्ञासा आणि काल्पनिक खेळाला प्रोत्साहन मिळते. बालकाला आजूबाजूच्या जगाबद्दल समजायला लागते.

31 महिने

उपक्रम हे कोणाचे आहे?

साहित्यः घरातील परिचित वस्तु जसे शर्ट घडयाळ, फोन

पाय-याः

1. बालकाला विविध वस्तू एकेक करून दाखवा.
2. प्रत्येक वस्तू दाखवून" हे कोणाचे आहे? असे बालकाला विचारा.
3. वस्तू कोणाची आहे हे सांगायला किंवा बोटाने दाखवायला बालकाला प्रोत्साहित करा उदाहरणार्थ, "आईचा फोन कोणता?" " बाबांचा बूट कोणता".
4. ती व्यक्ती ही वस्तू कशी वापरते असे बालकाला विचारा, जसे बाबा बूट कधी घालतात? (घराबाहेर जाताना बाबा बूट घालतात)
5. बालकाच्या प्रयत्नांचे कौतुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः वस्तू आणि व्यक्ती आणि त्यांच्या कृती यांच्यातील संबंध लावल्याने बोधात्मक बौद्धिक विकासाला चालना मिळते. वस्तूंचे नाव ओळखून सांगणे यामुळे भाषिक विकासाला चालना मिळते.

उपक्रमः गिरगटणे

साहित्य : रंगीत खडू किंवा पेन्सिली आणि कागद

पाय-याः

1. बालकासमोर कागद ठेवा. बालकाला त्यावर पेन्सिल / रंगीत खडूने मुक्तपणे गिरगटवू द्या.
2. तुम्ही दूसरा एक रंगीत खडू घ्या आणि गोल गोल गिरगिटून दाखवा.
3. बालकालाही गोल गोल गिरगटण्यास प्रोत्साहन द्या.
4. गोल काढल्याबद्दल बालकाचे कौतुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः गिरगटण्याच्या कृतीतून सूक्ष्म कारक कौशल्यांचा विकास होतो. काही मूलभूत आकार आणि आकारबंधाचा (पॅटर्न) परिचय होतो

उपक्रमः स्पर्श आणि ओळखा!

साहित्यः घरातील वस्तु (उदा टेबल, पलंग, खुर्ची, दरवाजा)

पाय-याः

1. घरातील सहज हाताशी असणाऱ्या वस्तूंची नावे घ्या.
2. या वस्तूंना हात लावून प्रत्येकाचे नाव सांगायला बालकाला सांगा.
3. योग्य वस्तूंना हात लावून नाव सांगितल्याबद्दल बालकाचे कौतुक करा.
4. आता भूमिका बदला. बालकाला वस्तूंची नावे सांगू द्या आणि तुम्ही त्या वस्तूंना स्पर्श करून नाव सांगा.
5. खेळातून शिकण्याच्या या मजेशीर अनुभवाचा आनंद घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः शब्द संपत्तीत वाढ होते आणि वस्तू ओळखण्याचे कौशल्य वाढते. भाषा विकास होतो.

उपक्रमः कपड्यांची नावे सांगूया

साहित्यः बालकाचे आणि कुटुंबातील सदस्यांचे कपडे

पाय-याः

1. आधी बालकाला कोणते कपडे घातले आहेत ते विचारा कपड्याची नावे सांगायला त्याला मदत करा.
2. नंतर तुम्ही नाव सांगा आणि दाखवायला सांगा. बालकाला तो कपडा
3. जर बालकाला हा खेळ जमला तर प्रत्येक कपड्याचे नाव सांगायला प्रोत्साहन द्या.
4. टाळी देऊन किंवा कौतुक करून बालकाला प्रोत्साहन द्या.
5. तुम्ही घातलेल्या कपड्यांवर बोट ठेवा आणि बालकाला तुमच्या कपड्यांची नावे ओळखता येतात का हे पहा.

उपक्रमाचे महत्त्वः कपड्यांची निगडित शब्द संपत्ती सघन होते. रोजच्या वापरातील वस्तूंची ओळख आणि त्याबद्दलची समज वाढीला लागते.

32 महिने

उपक्रमः रंगांच्या जोड्या लावू या.

साहित्यःलाल, निळा आणि पिवळ्या रंगाच्या रंगीबेरंगी वस्तू किंवा कार्ड

पाय-याः

1. लाल, निळा आणि पिवळ्या रंगाच्या वस्तू अथवा कार्डे गोळा करा.
2. प्रत्येक रंगाचे कार्ड किंवा वस्तु दाखवून बालकाला त्याच्या रंगाचे नाव सांगा.
3. सारख्या रंगाच्या वस्तु किंवा कार्डे च्या जोड्या लावायला सांगा.
4. बालकाने त्या-त्या रंगाच्या वस्तु किंवा कार्डच्या जोड्या लावल्यावर त्याचे कौतुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्व: रंग ओळख विकसित करते आणि जुळणीद्वारे संज्ञानात्मक क्षमता वाढवते.

उपक्रम एकत्र गाडी चालवूया

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. तुम्ही गाडी ड्रायव्हर असल्याची कल्पना करून चाक हातात धरण्याची नक्कल करा. गाडी चालवत असताना हॉर्न आणि इंजिन याचा आवाज करा
2. बालकाला तुमच्या मागे-मागे येऊ द्या.
3. तुमच्या प्रवासाचे वर्णन करा. रस्त्यात दिसणाऱ्या काल्पनिक झाडे, दुकाने, बाजार याबद्दल बोला.
4. गाडी चालवताना जोरात सावकाश, उजवीकडे डावीकडे, लांब- जवळ असे शब्द वापरून गाडी चालवा आणि भाजी घेतल्याचे नाटक करा.
5. आता भूमिका बदला. बालकाला गाडी चालवू द्या आणि तुम्ही त्यांच्या मागे जा/ बसा.
6. बालकालाही त्यांच्या प्रवासाचे वर्णन सांगायला प्रोत्साहित करा आणि अनुभवाची मौज घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः काल्पनिक खेळ आणि सर्जनशीलतेला प्रोत्साहन मिळते. गोष्ट सांगण्यातून/नाट्यकरणातून भाषिक कौशल्यांमध्ये वाढ होते. दिशेच्या संकल्पना आणि अवकाशीय जाणीव याची समज वाढते.

उपक्रम् आजी-आजोबांची नक्कल करू या!

साहित्य : काही नाही

पाय-याः

1. आजी आजोबा काय काय करतात याबद्दल बालकाशी गप्पा मारा.
2. मुलांना आजी आजोबांसारखे कपडे आणि बूट घालून त्यांची वेशभूषा करू द्या.
3. आजोबा गाईला चारा घालतात असे नाट्यीकरणाचे खेळ खेळू द्या.
4. आजोबा काय काय बोलतात किंवा आजी कशी गोष्ट सांगते याची नक्कल करू द्या.
5. काल्पनिक खेळाचा आनंद घ्या

उपक्रमाचे महत्त्वः सर्जनशीलता आणि काल्पनिक खेळ याला चालना मिळते. सांभाळकर्ते आणि मुले यातील नातेसंबंध दृढ होतात. गोष्ट सांगण्याच्या आणि नाट्यीकरणामुळे भाषिक विकासाला चालना मिळते

उपक्रम निसर्गाच्या सानिध्यातील गोष्ट

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. घराबाहेर असताना मुलांना आजूबाजूची झाडं प्राणी, दगड याबद्दल निरीक्षण करायला प्रोत्साहन द्या.
2. या नैसर्गिक वस्तूंच्या मदतीने एखादी गोष्ट सांगा किंवा त्या संदर्भातील गाणी म्हणा.
3. उदाहरणार्थ-" तहानलेला कावळा" ही गोष्ट सांगा किंवा त्या परिसरातील इतर प्राण्याच्या गोष्टी.
4. बालक ज्या वस्तु किंवा प्राणी पक्षी ओळखतात त्याबद्दल त्यांचे मत सांगण्यास त्यांना प्रोत्साहित करणे.
5. परिचित वस्तुंबाबत संवाद करून माहिती गोळा करायला चालना द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः निरीक्षण कौशल्य आणि निसर्ग परिसरातील वस्तुविषयी जिज्ञासा वाढीला लागते. श्रवण आणि संभाषण कौशल्य सुधारते.

33 महिने

उपक्रम आकारमानाची तुलना करणे

साहित्यः विविध आकाराची पाने किंवा काड्या

पाय-याः

1. वेगवेगळ्या आकारमानाच्या काड्या किंवा पाने शोधा.
2. मोठा, मध्यम, लहान अशा शब्दांचा वापर करून वेगवेगळ्या आकारमानाच्या काड्या चांय नोप/वर्णन करा.
3. आकारमानाची नावे बालकाला तुमच्या मागून म्हणायला सांगा.
4. आता आकारमान सांगून मुलांना त्याच्याशी मिळत्याजुळत्या वस्तू दाखवायला सांगा.
5. योग्य आकारमानाची वस्तू शोधल्यावर कौतुक करा

उपक्रमाचेमहत्त्वः आकारमानाची निगडित शब्दसंपत्तीचा विकास होतो. निरीक्षण कौशल्य आणि गणितीय संकल्पनाची समज, बौद्धिक कौशल्यांमध्ये वाढ होते

उपक्रम ओवण्याचा खेळ

साहित्य : एक चाळणी रंगीत धागा अथवा दोरी

पाय-याः

1. जमिनीवरती चाळणी कशी धरून ठेवायची हे बालकाल दाखवा.
2. चाळणीच्या वरच्या बाजूच्या छिद्रातून दोरी कशं ओवायची हे दाखवा.
3. बालकाचा हात धरून चाळणीच्या छिद्रातून दोरी ओवण्यास मदत करा. याने सूक्ष्मस्नायूचे विकास कारका कौशल्यांना प्रोत्साहन मिळेल.
4. ज्या ज्या वेळेला बालकाला दोरी ओवायाला जमेल, अशा प्रत्यक वेळेस उत्साहाने कौतुक करा.
5. वेगवेगळे रंग आणि पॅटर्न करून खेळाची रंगत वाढवा

उपक्रमाचे महत्त्वः सूक्ष्मस्नायूचा विकास, कारक कौशल्यांचा आणि हस्त नेत्र समन्वयाचा विकास होतो.

उपक्रम एकसारखे रंग शोधू या।

साहित्यः विविध रंगांच्या वस्तू जसे पाने, मोजे, गवत दरवाजा इत्यादी

पाय-याः

1. सारख्या रंगाच्या दोन वस्तू शोधा उदाहरणार्थ, हिरवे पान आणि दार.
2. बालकाला वस्तू दाखवून त्याच्या रंगाचे वर्णन करा जसे हिरवे पान.
3. त्या रंगाशी मिळत्याजुळत्या इतर वस्तू शोधायला बालकाला
4. मदत करा जसे गवत किंवा मोजे. शोधल्याबद्दल प्रोत्साहन द्या
5. एका वेळेला एका रंगाचे नाव सांगा ज्यामुळे शोधायची गंमत वाढेल.

उपक्रमाचे महत्त्वः रंग ओळखण्याचे कौशल्य वाढते. शब्दसंपत्तीत वाढ होते. शिकणे गमतीशीर होते.

उपक्रम एकत्र नाच करूया

साहित्यः संगीत किंवा रेडिओ

पाय-याः

1. रेडिओवर किंवा इतर माध्यमातून संगीत ऐकवा.
2. बालकाचे हात धरून त्याच्यासोबत नाचात सहभाग घ्या.
3. डोके, पाय, हात तालात हलवून नाचण्यासाठी प्रवृत्त करा.
4. दैनंदिनीमध्ये बालकासोबत नृत्य करण्याचा वेळ निश्चित करून नियमितपणे हा उपक्रम करा. त्यात गंमत येईल असे पहा.
5. घरातील इतर सदस्यांना सुद्धा नृत्यामध्ये सामील व्हायला सांगून एकत्रित नृत्य करण्याची मौज अनुभवा.

उपक्रमाचे महत्त्वः विविध शारीरिक हालचाल आणि समन्वयाला चालना मिळते. संगीत आणि तालाची जाणीव सुधारते. कुटुंबातीलव्यक्तीशी स्नेहबंध घट्ट लागतो.

34 महिने

उपक्रम बाटल्यांची झाकणे वेगवेगळे करणे

साहित्यः तीन वेगवेगळ्या रंगातील प्लास्टिकच्या बाटल्यांची झाकणे

पाय-याः

1. विविधरंगी बाटल्यांची झाकणे बालकासमोर मांडून त्यांच्या रंगांची नावे सांगा.
2. बालकाला रंगानुसार प्लास्टिकची झाकणे वेगवेगळी करायला सागा.
3. रंगानुसार वर्गीकरण केल्यावर बाल चौक कौतुक करा.
4. उपक्रमाचा आनंद घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः वस्तू हाताळल्यामुळे आणि मांडण्यामुळे गट करण्याचे कौशल्य आणि सूक्ष्मकारक कौशल्य सुधारतात. रंगांची ओळख विकसित होते

उपक्रम आम्ही गाडी चालवू शकतो

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. आपण स्वतः एखादी गाडी विमान किंवा मोटरसायकल आहोत असे समजून वेगवेगळ्या हालचाली आणि आवाज करा.
2. खेळात सामील होण्यासाठी बालकाला प्रोत्साहित करा.
3. एखाद्या वाहनाचे नाव घेऊन त्याचा आवाज कसा येतो असे विचारा.
4. काल्पनिक प्रवासातील गमतीजमतींची मजा घ्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः सर्जनशीलतेला आणि कल्पनाशक्तीला उत्तेजना मिळते. वस्तू / वाहने आणि त्यांचे आवाज यांचा सहसंबंध लावता येतो त्यामुळे भाषिक विकास होतो.

उपक्रम बालगीत

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. बालकासोबत हावभावासह नियमितपणे बालगीते म्हणा.
2. तुमच्याप्रमाणे हावभाव करायला आणि तुमच्या मागून गाणे म्हणायला बालकाला प्रोत्साहित करा.
3. बालकाशी संवाद साधण्याचा आनंद घ्या. बालकालाही यातून खेळाचा आनंद मिळेल असे पहा.

उपक्रमाचे महत्त्वः गाणी आणि हालचालीतून भाषिक कौशल्यांचा विकास होतो आणि अनुकरण आणि समन्वयाला चालना मिळते.

उपक्रम चेंडूचे मजेशीर खेळ

साहित्यः बॉल, कापडी बॉल किंवा मोज्याचा बॉल

पाय-याः

1. मुलांना खेळायला बॉल द्या.
2. कुटुंबातील इतर व्यक्ती मिळून गोलात उभ्या रहा.
3. एकमेकांकडे बॉल फेकणे, टप्पा पाडणे किंवा जमिनीवरून सरकवणे अशा कृती करा.
4. ज्याच्याकडे बॉल जातो व्यक्ती एखादी कृती करते जसे उडी मारणे आणि इतर व्यक्ती तिचे अनुकरण करतात.
5. ज्याच्याकडे बॉल आहे ती व्यक्ती दुसऱ्या कोणाकडे तरी देते आणि खेळ सुरू राहतो.
6. एकत्र खेळण्याची मजा घ्या आणि विविध कृती करून बघा.

उपक्रमाचे महत्त्वः स्थूलकारक कौशल्यांचा विकास होतो जसे उचलणे पकडणे फेकणे तसेच गटातील आंतरक्रिया आणि सहकार्य मुलाला शिकायला मिळते

35 महिने

उपक्रम प्राणी ओळखू

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. जमिनीवर बसून अथवा झोपून एखाद्या प्राण्यांची नक्कल आवाजासहित करा.
2. तुम्ही नक्कल करीत असलेल्या प्राणी बालकाला ओळखायला सांगा.
3. प्राण्याचे नाव बरोबर ओळखल्यासचोकलाब कौतुक करा.
4. विविध प्राण्यांची नक्कल करून खेळाची रंगत वाढवा.

उपक्रमाचे महत्त्वः निरीक्षण आणि अनुमान काढता येते, ज्यामुळे बोधात्मक कौशल्य वाढीस लागतात. प्राणी, त्यांच्या हालचाली आणि आवाज याची संगती लावल्याने शब्द संपत्तीत वाढ होते

उपक्रम रंगांची शिकवण

साहित्यः रंगीत वस्तू अथवा रंगांची कार्डे

पाय-याः

1. बालकासमोर रंगीत वस्तू अथवा कार्डे ठेवा.
2. "लाल रंगाला हात लावा", असे म्हणून बालकाला लाल रंगाच्या वस्तूला किंवा कार्डाला स्पर्श करायला सांगा.
3. बालकाने योग्य रंगाचे नाव सांगितले किंवा त्या रंगाच्या वस्तूला स्पर्श केला तेव्हा त्याचे कौतुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः रंग ओळखण्याचे कौशल्य वाढून त्याचे दृढीकरण होते. त्यामुळे नवीन गोष्टी शिकण्यास आत्मविश्वास वाढतो.

उपक्रम आई म्हणते..

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. "आई म्हणते.... असा खेळ खेळायला सुरुवात करा.
2. आई म्हणते "बसा" किंवा, आई म्हणते, "उभे रहा", अशा सूचना द्या.
3. सूचना ऐकून मुलांना त्याप्रमाणे कृती करण्यास प्रोत्साहन द्या.
4. "आई म्हणते".. असे सांगून केलेल्या कृतींचे कौतुक करा.
5. मुलाचे श्रवण आणि प्रतिसाद कौशल्य तपासण्या साठी वेगवेगळ्या गमतीशीर सूचना द्या.

उपक्रमाचे महत्त्वः श्रवण कौशल्य आणि सूचना पालन करण्याचे कौशल्य यात सुधारणा होते.

उपक्रम पिशवीत काय आहे?

साहित्यः परिचित आणि सुरक्षित वस्तू भरलेली एक पिशवी

पाय-याः

1. बालकाला डोळे बंद करायला सांगा.
2. पिशवीतून एक वस्तू एका वेळेला काढून त्यांच्या हातात द्या.
3. स्पर्श करून वस्तू ◌लाकलाब हाताळू द्या.
4. आता बालकाला वस्तू ओळखायला सांगा.
5. बरोबर ओळखल्यावर बाळाचे कौतुक करा आणि प्रोत्साहन द्या.
6. योग्य उत्तर येण्यासाठी बाळाला काही खुणा (clue) सांगून मदत करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः पंचेंद्रियांना उत्तेजन मिळते, बोधात्मक कौशल्य सुधारते आणि अंदाज कौशल्य विकसित होते.

36 महिने

उपक्रम जोडीदार कुठे आहे?

साहित्यः एकमेकांशी सहसंबंध असलेल्या वस्तूंच्या जोड्या जसे, कुलूप आणि किल्ली, बूट आणि मोजे इत्यादी

पाय-याः

1. प्रत्येक वस्तूची जोडी दाखवून तिचे नाव बालकाला सांगा. जसे, कुलूप औणि किल्ली
2. जोडीतील एक वस्तू दाखवून याचा जोडीदार कोणता आहे असे बालकाला विचारा.
3. वस्तू शोधून तिची जोडी लावण्यास बालकाला मदत करा.
4. प्रत्येक जोडी लागल्यानंतर आनंद व्यक्त करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः वस्तूतील सहसंबंध लक्षात घेतल्याने बोधात्मक कौशल्यांमध्ये वाढ होते.

उपक्रम माझे नाव आहे

साहित्यःकाही नाही

पाय-याः

1. "तुझे नाव काय आहे? असे बालकाला विचारा.
2. बालकाने उत्तर दिल्यानंतर "बरोबर हे तुझे पहिले नाव आहे", असे सांगा.
3. "तुझे आडनाव काय आहे? असे विचारा आणि बालकाला त्याचे आडनाव सागा.
4. आता बोटे मोजून वयसेक दाखवता येते ते बालकाला सांगा.
5. बालकाला नाव आणि आडनाव सांगण्यासाठी प्रोत्साहित करा. त्यांच्या प्रयत्नाचे कौतुक करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः "स्व प्रतिमा" विकसित व्हायला मदत होते. इतरांशी ओळख करून घेण्यासाठी प्रोत्साहन मिळते

उपक्रम एकमेकांकडून शिकूया।

साहित्यः काही नाही

पाय-याः

1. "तू बागेत गेल्यावर काय करू शकतेस / किंवा शकतोस? असे बालकाला विचारा.
2. त्यापैकी कोणतीही एक कृती करून दाखवण्यास सांगा जसे उडी मारणे, चढणे इत्यादी.
3. बालकाचे अनुकरण करून दाखवा आणि ते ती कृती किती चांगली करतात याचे कौतुक करा.
4. बागेत तुम्हाला काय करायला आवडते ते मुलाला सांगून बालकाला तुमच्या कृतीचे अनुकरण करू द्या.
5. याप्रमाणे एकमेकाना कोणकोणत्या निरनिराळ्या रंजक कृती शिकवू शकतो याबाबत विचार करा.

उपक्रमाचे महत्त्वः स्वतःच्या आवडीबाबत, क्षमतांबाबत मुलांचा आत्मविश्वास वाढतो. त्यांना तुमच्याकडून काहीतरी नवे शिकण्यास मदत मिळते.

उपक्रम मोजणीतील गंमत

साहित्यः कोणत्याही तीन छोट्या वस्तू (खेळणी, ठोकळे)

पाय-याः

1. बालकासमोर तीन छोट्या वस्तू मांडा.
2. प्रत्येक वस्तूकडे बोट दाखवून "आपणतबोस मोजूया", असे म्हणून "एक, दोन, तीन" असे म्हणा.
3. मोजताना बालकाला प्रत्येक वस्तूवर बोट ठेवायला प्रोत्साहित करा.
4. बालकाला मोजणीचा अनुभव वारंवार घेऊ द्या. मुलांच्या प्रयत्नांचे कौतुक करा

उपक्रमाचे महत्त्वः वस्तू ओळखून मोजण्यातून बोधात्मक क्षमता वाढीस लागतात. प्रारंभिक संख्या कौशल्य (गणन) विकसित होते.

4.3 दिव्यांग मुलांच्या (0-3 वर्षे) गरजांनुसार अनुकूलन उपक्रम

बालपणातील उत्तेजनासाठी तयार करण्यात आलेल्या राष्ट्रीय चौकटीत जन्मापासून तीन वर्षांपर्यंतच्या मुलांसाठी 140 उपक्रम सुचवले आहेत, जे संज्ञानात्मक, सामाजिक-भावनिक, भाषा, शारीरिक आणि सर्जनशील विकासाला चालना देतात. मात्र, जर एखाद्या मुलामध्ये विकासाचा विलंब (जसे की चालण्यात, बोलण्यात किंवा समजून घेण्यात अडचण) किंवा इतर दिव्यांगत्व (उदा. दृष्टी, ऐकू न येणे, डाउन काही मुलांना अनुवंशिक अडथळा (जसे की डाउन सिंड्रोम) किंवा मेंदूच्या समस्येमुळे हालचालींमध्ये अडथळा (जसे की सेरेब्रल पाल्सी) असू शकतो.) असेल, तर हे उपक्रम खालील तत्त्वांनुसार सुसंगतपणे रूपांतरित करता येतील.

a. काय बळकट करता येईल याचा सराव करणे, उदा. बोलण्यात विलंब होण्यासाठी तोंडाचे स्नायू

b. एखादी कमजोरी जी दुरुस्त करता येत नाही अशा परिस्थितीत वेगळ्या अर्थाचा वापर करणे.

"अनेक इंद्रियांचा समावेश असलेली पद्धत (जसे की पाहणे, ऐकणे, हालचाल करणे आणि स्पर्श करणे – VAKT) हे मुलांना चांगल्या पद्धतीने शिकवण्यासाठी उपयुक्त ठरते. उदाहरणार्थ, कृती यमकांचा वापर केल्यास, एकाच वेळी बोलणे (ऐकणे) आणि हात व शरीराच्या हालचाली (हालचाल शिकवणारी कृती) वापरता येतात. चित्र दाखवून, बोलून आणि हस्तकला सारख्या हाताने केल्या जाणाऱ्या क्रियाकलापांद्वारे (स्पर्श अनुभव) संकल्पना शिकवता येतात. मुलांना शिकवण्यासाठी काठ्या, दगड, खेळणी, ब्लॉक्स यासारख्या सहज उपलब्ध वस्तू वापरा आणि त्यानंतर हळूहळू कागद व पेन्सिल वापरणाऱ्या कृतींकडे जा."

उदाहरणार्थ, अंगणवाडी सेविका मुलांना वाचून दाखवण्यासाठी आणि त्यांच्या कल्पनाशक्तीला गुंतवून ठेवण्यासाठी कथा पुस्तके वापरतात. जर मुलांना समजण्यात अडचणी येत असतील तर हळू जा आणि तुमच्या बोटाने शब्दांचे अनुसरण करा. श्रवणक्षमतेसाठी चमकदार रंगाचे चित्र समाविष्ट करा आणि दृष्टिहीनांसाठी आवाज करा. ऐकू न येणाऱ्या मुलांसाठी चित्रे, व्हिडिओ आणि पाहण्यासारख्या गोष्टी वापरा. उदा: पालक, कुटुंबातील सदस्य, महान व्यक्तिमत्त्वे, दुर्मिळ प्राणी, वनस्पती, ऐतिहासिक ठिकाणे, वर्तमानपत्रे, मासिके, पुस्तके इत्यादींमधील घटना इत्यादींचे फोटो/छायाचित्रे. नीट पाहू न शकणाऱ्या मुलांसाठी संगीत किंवा रेकॉर्डिंगसारखे ध्वनी वापरा, जसे की गाणी, यमक, लोरी, रेडिओ, टाळ्या, क्लिकिंग, वाद्ये इ.

1. विकासात्मक विलंब असलेली मुले

उपक्रम कॅलेंडरमध्ये मुलाच्या वयाच्या 3 वर्षांपर्यंतच्या प्रत्येक महिन्यासाठी चार उपक्रमांची यादी दिली आहे. त्या वयापर्यंत मुलाला किती विकासात्मक टप्पे गाठायचे आहेत यावर आधारित निवडले गेले आहेत. तथापि, काही मुलांना टप्पा गाठण्यासाठी अपेक्षेपेक्षा जास्त वेळ लागू शकतो. याला 'विकासात विलंब' असे म्हणतात. विलंब असलेल्या मुलांना आधार देण्यासाठी काळजीवाहक मुलाच्या क्षमतेनुसार उपक्रमामध्ये बदल करू शकतात. यामुळे त्यांना त्यांच्या स्वतःच्या गतीने विकासात्मक टप्पा गाठता येतो. जर मुलाला कॅलेंडरमध्ये त्यांच्या वयासाठी शिफारस केलेले उपक्रम करता येत नसेल, तर काळजीवाहकांनी लहान मुलांसाठी शिफारस केलेले उपक्रम निवडावेत.

उदाहरण 1: 14 महिन्यांत, मुलाला आधाराशिवाय चालता येत नसल्याने, उपक्रम कॅलेंडरमध्ये शिफारस केलेल्या उपक्रम, जसे की लपाछपी, करणे शक्य नसते.	**अनुकूलन 1:** अशा परिस्थितीत, काळजी घेणाऱ्याने सहा किंवा सात महिने वयाच्या मुलांसाठी शिफारस केलेले उपक्रम जसे की 'बॉलपर्यंत पोहोचणे, आत आणि बाहेर येणे इत्यादी' निवडावेत ज्यामुळे मुलाला फक्त रांगणे आवश्यक असते, हळूहळू त्यांची चालण्याची क्षमता वाढते.
उदाहरण 2: 20-25 महिन्यांत, ज्या मुलाला अजून बोलता येत नाही तो कॅलेंडरमध्ये शिफारस केलेल्या उपक्रमामध्ये भाग घेऊ शकणार नाही, जसे की 'फोनवर बोलणे'.	**अनुकूलन 2:** अशा प्रकरणांमध्ये, काळजीवाहकाने कॅलेंडरमध्ये एका वर्षाच्या मुलासाठी लिहून दिलेले सोपे अनुसरण करण्याजोगे उपक्रम करावेत, ज्यामध्ये त्यांना फक्त हावभाव परत करावे लागतात. उदाहरणांमध्ये अनुकरण करणे, किंवा लपवा आणि शोधा इत्यादींचा समावेश होतो.

याव्यतिरिक्त, काळजी घेणाऱ्याने ही क्रिया अनेक वेळा पुन्हा करण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. धीर धरा आणि असे करताना मुलाच्या प्रतिसादाकडे लक्ष द्या. मुलाला सकारात्मक प्रोत्साहन द्या आणि मुलावर निराशा ओढवू नका.

2. दिव्यांगत्वाची सुरुवातीची लक्षणे आणि चिन्हे असलेली मुले

अशा प्रकरणांमध्ये, कोणत्याही वयात मुलाच्या क्षमतेनुसार उपक्रमामध्ये बदल केले जाऊ शकतात. या बदलामुळे उपक्रम मुलांसाठी उत्साहवर्धक आणि आनंददायी राहतो आणि त्यांच्या वाढीस आणि विकासाला हातभार लागतो याची खात्री होते.

खालील तक्त्यामध्ये विविध प्रकारच्या दिव्यांगत्वांनुसार उपक्रमामध्ये बदल करण्याचे काही मार्ग सूचीबद्ध केले आहेत:

दिव्यांगत्वाचा प्रकार	विद्यमान क्रियाकलापाचे उदाहरण	सुचवलेला बदल
सूक्ष्म हालचाली	7 महिन्यांच्या मुलासाठी 'खेळण्याकडे हात करणे' अशी शिफारस केली जाते.	अंगणवाडी सेविका मुलाच्या हाताच्या हालचाली सुधारण्यासाठी मऊ वस्तू (जसे की माती, स्पंजचा चेंडू) वापरू शकते, जेणेकरून मुलाला त्या पकडता आणि खेळता येतील.
दृष्टीदोष	12 महिन्यांच्या मुलासाठी 'घरात वस्तू शोधण्याचा खेळ' शिफारस केला आहे.	मुलाच्या इतर इंद्रियांना चालना मिळावी आणि त्यांना आजूबाजूचे समजायला मदत व्हावी यासाठी काळजीवाहकाने घरातील गोष्टींचे तोंडी वर्णन शक्य तितक्या तपशीलाने करावे.
श्रवणदोष	14 महिन्यांच्या मुलासाठी 'सांगितलेले ऐकून तसे करणे' शिफारस केले आहे	काळजीवाहकाने प्रत्येक कृतीची सूचना किंवा टप्पा अनेक वेळा दाखवावा; आणि मुलाला ओठ वाचायला शिकवावे, म्हणजे बोलताना काय सांगितले जाते हे त्यांना समजेल. एखाद्याच्या तोंडाकडे बोट दाखवा आणि मुलाला तोंडाच्या हालचाली पाहायला सांगा
बोलण्यात आणि भाषेत होणारा विलंब	25 महिन्यांच्या मुलासाठी 'फोनवर बोलण्याचा अभिनय करणे' असा खेळ सुचवला आहे.	काळजीवाहक तोंडाच्या स्नायूंचा विकास होण्यासाठी काही सराव सुरू करू शकतो, जसं की तोंडातून फुंकर मारणे, मोठ्याने हसणे, जीभ एका बाजूने दुसऱ्या बाजूला हलवणे, जबडा उघडणे-बंद करणे इत्यादी. फोनवर बोलण्याचा नाटकात्मक खेळ' (प्रिटेंड प्ले) करताना काळजीवाहकाने थोडक्यात, सोप्या शब्दांत बोलावे. बाळाने तो बोलताना बघावे आणि त्याने हळूहळू शब्द पुन्हा म्हणावेत, यासाठी प्रोत्साहन द्यावे.
बौद्धिक आणि विकासात्मक विलंब	16 महिन्यांच्या मुलाला सांगितलेल्या गोष्टी ऐकून त्याप्रमाणे वागणे शिकवा	काळजीवाहक सूचना सोप्या पायऱ्यांमध्ये विभागू शकतो, ज्यामुळे मुलाला अनुसरण करण्याची सोपी प्रक्रिया मिळेल. काळजीवाहकाने मुलाला प्रत्येक पायरी दाखवून दिली पाहिजे जेणेकरून ते निरीक्षण करू शकतील, अनुकरण करू शकतील आणि शिकू शकतील. यामुळे मुलामध्ये स्वातंत्र्य वाढेल.

तीन वर्षांखालील वयाच्या, विकासात मागे असलेल्या किंवा दिव्यांग मुलांना मदत करण्याच्या कामात अंगणवाडी सेविका फार महत्त्वाची भूमिका बजावतात. यातील सर्वात महत्त्वाचा भाग म्हणजे बाळाला दिव्यांग होण्यापासून रोखण्यासाठी गर्भधारणेपूर्व, गर्भावस्थेतील आणि बाळ जन्मल्यानंतरच्या काळात योग्य काळजी घेणे. हे साध्य करण्याचा एक महत्त्वाचा मार्ग म्हणजे पालकांबरोबर घरी, अंगणवाडी केंद्रात किंवा पाळणाघरात बालवयातील योग्य उत्तेजन देणारे उपक्रम करणे. पण जर एखादं मूल जन्मतःच दिव्यांग असेल किंवा योग्य काळजी घेऊनही त्याला अडचणी आल्यात, तर अशा वेळी समुदाय कार्यकर्त्यांनी महिला व बालविकास मंत्रालयाने सांगितलेल्या दिव्यांग प्रक्रियेनुसार 'तपासणी – समावेश – पाठवणी' ही पायरीची प्रक्रिया पाळावी.

अध्याय 5

निवड चाचणी, समावेशन आणि संदर्भ सेवांमध्ये पाठविणे

कधीकधी, कधी कधी काही मुलांना विशिष्ट गोष्टी शिकायला किंवा करायला इतर मुलांपेक्षा जास्त वेळ लागू शकतो. उदाहरणार्थ, काही मुलांना चालायला, बोलायला, बारीक हालचाली (जसे की पेन्सिल पकडणे) शिकायला किंवा नवीन गोष्टी समजून घ्यायला थोडी मदत लागते. अशा वेळी आपण म्हणतो की त्या मुलाला "विकासात थोडा विलंब" आहे. म्हणजे, त्यांच्या वयानुसार जेवढे काही शिकलेले असायला वे , ते तेवढे शिकलेले नसते.
हा विलंब काही वेळा तात्पुरता असतो – म्हणजे परिस्थिती सुधारल्यावर किंवा योग्य मदत मिळाल्यावर ते मुले बाकी मुलांप्रमाणेच शिकू शकतात. पण जर वेळेवर योग्य लक्ष दिले नाही, तर अशा गोष्टी भविष्यात गंभीर अडचण किंवा दिव्यांगत्वातही बदलू शकतात. त्यामुळे अशा मुलांना वेळेवर योग्य मदत मिळणं खूप गरजेचं असतं.

संभाव्य दिव्यांगत्वाची चिन्हे नेहमीच सहज दिसू शकत नाहीत. उदाहरणार्थ, दृष्टीदोष, श्रवणदोष, जनुकीय असामान्यता (डाउन सिंड्रोम) किंवा मेंदूच्या कमजोरीमुळे होणारा हालचालींचा अडथळा (सेरेब्रल पाल्सी) मुलामध्ये सहजपणे दिसू शकतात. याउलट, बोलण्यात विलंब, ज्यामुळे साक्षरतेत विलंब होतो, अशा शिकण्याच्या अक्षमता सहजपणे दिसू शकत नाहीत. त्यांच्या घरी भेटींचा भाग म्हणून सामुदायिक कार्यकर्त्यांकडून वेळेवर आणि नियमित तपासणी केल्याने विलंब किंवा संभाव्य दिव्यांगत्व त्वरित कळू शकते. यामुळे काळजीवाहकांना त्यांच्या मुलाच्या वाढीचा नियमितपणे आढावा घेता येतो आणि आवश्यक काळजी प्रदान करता येते.

दिव्यांगत्व लवकर ओळखून त्यानंतर व्यावहारिक उपचारात्मक पावले उचलल्याने, भविष्यात दिव्यांगत्वाची बिघाड रोखता येते. मूल जन्मतः दिव्यांगत्व घेऊन जन्माला येऊ शकते किंवा दिव्यांगत्व येऊ शकते. तथापि, अनेक प्रकरणांमध्ये, सुरुवातीची वर्षे बिघडलेले कार्य सुधारण्यासाठी किंवा कमी करण्यासाठी कोणत्याही उपचारात्मक उत्तेजन किंवा वैद्यकीय उपचारांशिवाय जातात. संशोधनाच्या निष्कर्षांवरून असे दिसून येते की जर लवकर आढळले तर जवळजवळ एक तृतीयांश दिव्यांगत्व काही प्रमुख इनपुटद्वारे बिघडण्यापासून रोखता येते. वेळेवर तपासणी, रेफरल्स आणि वैद्यकीय हस्तक्षेपाने डोळे मिचकावणे, दृश्य दोष, जन्मजात मोतीबिंदू आणि श्रवणदोष यासारख्या दृश्य दोषांना गंभीर होण्यापासून रोखता येते.

तीन वर्षांपेक्षा कमी वयाच्या विलंब आणि दिव्यांगत्व असलेल्या मुलांना आधार देण्यात सामुदायिक कार्यकर्ते महत्त्वाची भूमिका बजावतात. यातील सर्वात महत्त्वाचा आणि मूलभूत पैलू म्हणजे बाळामध्ये दिव्यांगत्वाचा विकास रोखण्यासाठी प्रसूतीपूर्व आणि प्रसूतीनंतरच्या टप्प्यात पुरेसे उपाय करणे. हे करण्याचा एक महत्त्वाचा मार्ग म्हणजे घरी, पालकांसह आणि जन्मापासून ते तीन वर्षांपर्यंत कामगारांसह अंगणवाडी केंद्रात किंवा पाळणाघरात बालपणातील उत्तेजनात्मक उपक्रमांना प्रोत्साहन देणे. तथापि, समजा एखादे मूल दिव्यांगत्वाने जन्माला आले किंवा पुरेशी काळजी घेतल्यानंतरही त्याला काही दोष निर्माण झाला. अशा परिस्थितीत, समुदाय कार्यकर्त्याने महिला आणि बाल विकास मंत्रालयाच्या दिव्यांग कार्यपद्धती मध्ये नमूद केल्याप्रमाणे 'मूल्यमापन -समावेश-संदर्भ' या महत्त्वपूर्ण प्रक्रियेचे पालन केले पाहिजे. येणाऱ्या भागात, आपण या प्रत्येक टप्प्यावर बारकाईने नजर टाकू आणि समुदाय कार्यकर्त्यांने पाळण्यासाठी मार्गदर्शक तत्त्वांचा एक व्यापक संच तयार करू.

5.1 सुरुवातीच्या विकासाचे टप्पे

विकासात्मक दिव्यांगत्व असलेल्या मुलांना शिकण्याच्या आणि वाढीच्या काही टप्प्यांमध्ये इतर मुलांपेक्षा थोड्या अडचणी येऊ शकतात.उदाहरणार्थ, अशा मुलांना शारीरिक हालचाली (सकल मोटर कौशल्ये) जसं की रांगणे, चालणे किंवा धावणे यामध्ये अडचण येऊ शकते. त्याचप्रमाणे, बारीक हालचाली (सूक्ष्म मोटर कौशल्ये) जसे की लिहणे, पेन्सिल पाकडे किंवा बटण लावणे – अशा गोष्टी करणं त्यांना कठीण जाऊ शकते. तसेच, अशा मुलांना बोलणे किंवा भाषा समजून घेणे यामध्येही उशीर होऊ शकतो. उदा. वयाच्या इतर मुलांप्रमाणे शब्द लक्षात ठवणे किंवा बोलणे त्यांना लगेच जमत नाही.थोडक्यात, अशा मुलांना काही गोष्टी शिकायला आणि करायला इतर मुलांपेक्षा जास्त वेळ आणि मदत लागते.

मुलाच्या जन्मापासून ते तीन वर्षांचे होईपर्यंत वेगवेगळ्या अंतराने विकासात्मक टप्पे खाली दिले आहेत. सुरुवातीच्या काळात चार महत्त्वाच्या विकास क्षेत्रांमध्ये हे टप्पे समाविष्ट आहेत: संज्ञानात्मक कौशल्ये, भाषा कौशल्ये, शारीरिक आणि मोटर कौशल्ये आणि सामाजिक आणि भावनिक कौशल्ये.

टप्पे	विकासात्मक टप्पे
3 महिन्यांत	• आईचा चेहरा ओळखू लागतात • सामाजिक हास्य निर्माण करतात • डोळ्यांशी संपर्क साधतात • पोटावर असताना कधीकधी डोके वर करतात • उत्साहित असताना दोन्ही हात आणि दोन्ही पाय हलवतात • हात उघडे आणि आरामशीर ठेवतात
6 महिन्यांत	• डोके सरळ ठेवल्यावर स्थिर ठेवतो आणि आधार घेऊन बसतात • आवाजाच्या दिशेने डोके वळवतात • एखाद्या वस्तूपर्यंत पोहोचण्याचा आणि पकडण्याचा प्रयत्न करतात • मोठ्याने हसतो किंवा किंचाळणारा आवाज काढतात • रडताना व्यतिरिक्त "आह, ई, ओह" असे बडबडायला सुरुवात करतात • त्यांना आरशात स्वतःला पाहणे आवडते
9 महिन्यांत	• दोन्ही दिशेने उलटे फिरतात • सर्व बोटांनी खेळणी पकडतात • ओळखीचे चेहरे किंवा खेळण्यांचे दृश्यमानपणे अनुसरण करण्यासाठी डोके फिरवणे • त्यांच्यासमोर लपवलेली खेळणी शोधणे • त्यांचे नाव घेतल्यावर प्रतिसाद देणे
12 महिन्यांत	• आधाराशिवाय बसने आणि न पडता खेळणी शोधणे • उचलण्यासाठी हात वर करणे • कोणत्याही वस्तूला न धडकता इच्छित खेळणी मिळविण्यासाठी रेंगाळणे • मातृभाषेत एक किंवा दोन सामान्य शब्द वापरणे • "नाही / इथे या" सारख्या साध्या विनंतीला प्रतिसाद देणे.

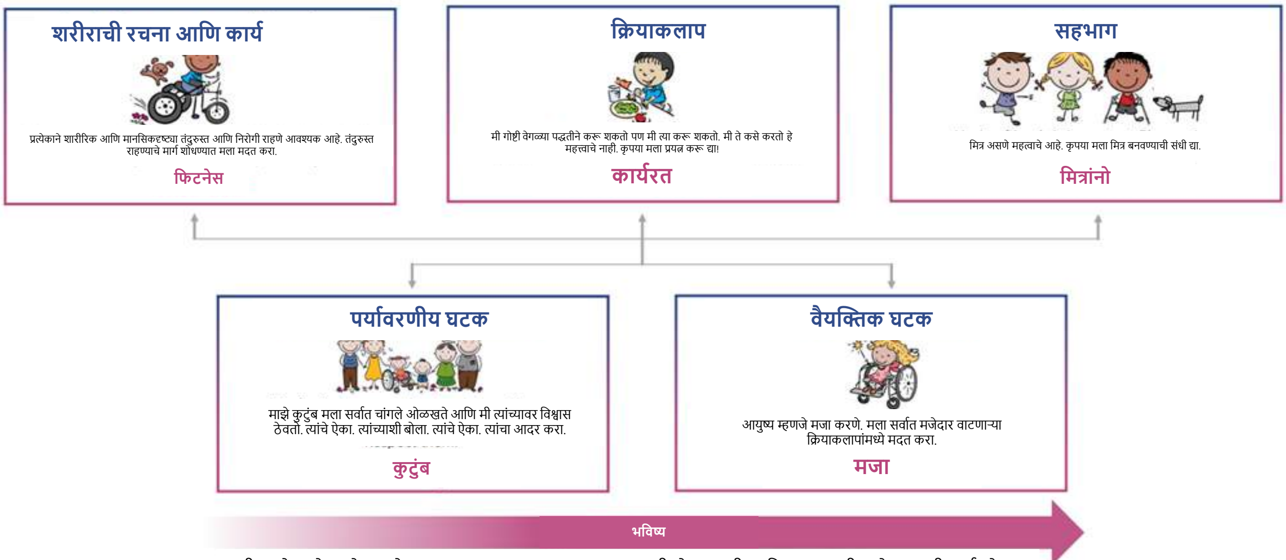
18 महिन्यांत	• उभे राहून अनेक स्वतंत्र पावले उचलतात • हात हलवणे, टाळ्या वाजवणे इत्यादी विविध परिचित हावभव वापरणे . • डब्यात / भांड्या मध्ये खडे/लहान वस्तू ठेवतो • पुस्तकात सामान्य वस्तू आणि त्यांचे चित्रे नावे सांगणे आणि ओळखणे.
24 महिन्यांत	• खेळणी ओढत असतानाही स्थिरपणे चालणे • घरातील कामांचे अनुकरण करणे • प्रत्यक्ष किंवा पुस्तकांमध्ये शरीराचे एक किंवा अधिक भाग योग्यरित्या दाखवणे आणि त्यांची नावे सांगणे.
36 महिन्यांत	• कपमधून पाणी न सांडता पिणे • सर्वात परिचित गोष्टींची नावे सातत्याने सांगणे • रंग आणि आकार ओळखणे • तीन किंवा अधिक शब्द जोडून वाक्य बनवणे • पायऱ्या चढणे आणि खाली उतरणे

5.2 लवकर निदानासाठी तपासणी करणे

परिशिष्टातील दिव्यांगत्व तपासणी वेळापत्रक (DSS) हे बालपणातील दिव्यांगत्व तपासण्यासाठी एक व्यापक-आधारित साधन आहे. समुदाय कार्यकर्ते तीन वर्षांपेक्षा कमी वयाच्या मुलांशी आणि त्यांच्या तात्काळ काळजीवाहकांशी (आई-वडील), घरी, अंगणवाडी केंद्रात किंवा पाळणाघरात संवाद साधून दिव्यांगत्वाची 'चेतावणी चिन्हे' किंवा 'लाल झेंडे' ओळखण्यासाठी प्राथमिक तपासणी करण्यासाठी DSS चा वापर करू शकतात. DSS ही निदान चाचणी नाही आणि ती दिव्यांगत्वाचे निदान करण्यासाठी वापरली जाऊ शकत नाही. जर एखाद्या मुलामध्ये तपशीलवार दिलेल्या चेतावणी चिन्हेंपैकी एक किंवा अधिक चिन्हे दिसली, तर दिव्यांग कार्यपद्धती नुसार संदर्भसाठी पायऱ्यांचे पालन केले पाहिजे.

5.3 घरी, पाळणाघरात आणि समुदायात समावेशक वातावरण निर्माण करणे

सुरुवातीच्या काळात "समावेश" याचा अर्थ असा की प्रत्येक मुलाला – त्याच्या कौशल्यांपेक्षा किंवा क्षमतेपेक्षा फरक न पडता – शिकण्याच्या सर्व भागांमध्ये भाग घेण्याची समान संधी मिळावी.यामध्ये मुलांची शारीरिक, बौद्धिक (संज्ञानात्मक), भाषिक, सामाजिक, भावनिक आणि सर्जनशील वाढ समाविष्ट असते. म्हणजे, कोणतेही मूल कोणत्याही प्रकारे मागे राहू नये. आपण विशेषतः दिव्यांग मुलांकडेही स्वतंत्रपणे जगता यावे या दृष्टीकोनातून पहिले पाहिजे आणि त्यांना योग्य पाठिंबा मिळतो आहे की नाही याची खात्री करण्यासाठी काही महत्त्वाची पावले उचलणे गरजेचे आहे.



मी दररोज मोठा होत आहे, म्हणून कृपया माझ्या समुदायात सहभागी होण्यासाठी आणि त्यात सामील होण्यासाठी मार्ग शोधा.

5.3.1 घरात समावेश

ज्यांना विकासात विलंब किंवा दिव्यांगत्व आहे, अशा मुलांची काळजी आणि समावेश घराबाहेर नव्हे, तर घरापासूनच सुरू व्हायला हवा, विशेषतः जेव्हा मूल तीन वर्षांखालील असते. यासाठी अंगणवाडी सेविका आणि आशा कार्यकर्त्यांनी पालकांना किंवा मुलाच्या काळजीवाहकांना हे समजावून सांगायला हवे की – मुलाला काही अडचणी असल्या तरी, थोडा संयम, काळजी आणि आदराने ते शिकू शकतात, वाढू शकतात आणि स्वतःचा आत्मसन्मान ठेवू शकतात. समुदाय कार्यकर्त्यांनी अशा पालकांना मदत केली पाहिजे – जेणेकरून ते आपल्या मुलाला स्वतः काही गोष्टी शिकायला, स्वतः निर्णय घ्यायला आणि आत्मनिर्भर व्हायला प्रोत्साहित करतील. कारण बऱ्याच वेळा कुटुंबातील लोक मुलासाठी सगळी कामे करून टाकतात – त्यामुळे मुलं महत्त्वाची जीवनकौशल्यं (जसं की स्वतः खाणं, कपडे घालणं इ.) शिकण्याच्या संधीपासून वंचित राहतात. म्हणूनच, अशा मुलांमध्ये स्वातंत्र्य वाढवण्यासाठी काही सोप्या आणि प्रभावी पद्धती पुढे सांगितल्या आहेत, ज्या घरातच वापरता येऊ शकतात.

शेवटच्या टप्प्यापासून सुरू करून हळूहळू सुरुवातीकडे जाणे. (बॅकवर्ड चेनिंग)

बॅकवर्ड चेनिंग म्हणजे एखाद्या कामाच्या पायऱ्या तोडण्याची आणि त्या उलट क्रमाने शिकवण्याची प्रक्रिया. यामुळे मुलाला प्रत्येक प्रयत्नात यश आणि पूर्णतेचा अनुभव मिळतो. हे कसे कार्य करते ते पाहूया:

दररोजची कामे लहान पायऱ्यांमध्ये विभाजित करा.	शेवटचे सोडून सर्व	स्वतंत्रपणे कामे करणे
काळजीवाहक (आई-वडील) कामाची सुरुवात लहान पायऱ्यांमध्ये विभागणी करून करतो. उदाहरणार्थ: हात धुण्याचे काम खालील लहान कामांमध्ये विभागले आहे. सिंक (हात धुण्याचे नळपात्र) मध्ये जाणे > नळ उघडणे / मग वापरणे > ओले हात > साबण वापरणे > हात घासणे > ओले हात > टॉवेलने हात पुसणे	सुरुवातीला काळजीवाहक मुलासाठी शेवटचे वगळता सर्व कामे करतो. उदाहरणार्थ: काळजीवाहक मुलाचे हात पुसण्यासाठी आणि सुकविण्यासाठी टॉवेल देण्याशिवाय सर्व कामे करतो. सिंक (हात धुण्याचे नळपात्र)मध्ये जाणे > नळ उघडणे / मग वापरणे > ओले हात > साबण वापरणे > हात घासणे > ओले हात > टॉवेलने हात पुसणे	पालकांनी केलेल्या पायऱ्यांची संख्या हळूहळू कमी करा. काळजीवाहक हळूहळू त्यांच्या पायऱ्यांची संख्या कमी करतो जोपर्यंत मूल हळूहळू सर्व पावले स्वतःहून करण्यास सक्षम होत नाही. सिंक (हात धुण्याचे नळपात्र)मध्ये जाणे > नळ उघडणे / मग वापरणे > ओले हात > साबण वापरणे > हात घासणे > ओले हात > टॉवेलने हात पुसणे

टीप:

a) उपक्रम 7-10 व्यवस्थापित करण्यायोग्य पायऱ्यांमध्ये विभागले जाऊ शकतात.

b) विभागलेले पायऱ्या सातत्याने त्याच पद्धतीने करणे आवश्यक आहे.

c) प्रत्येक साखळी त्यांच्या क्षमतेनुसार शिकण्यासाठी वेळ घेते. धीर धरणे आणि मुलाला सूचना पुन्हा सांगू देणे आवश्यक आहे.

विशिष्ट दिव्यांगत्व असलेल्या मुलांना त्यांच्या शिक्षण प्रवासात कसे आधार देता येईल याची उदाहरणे

श्रवणविषयक दिव्यांगत्व
- ओठाच्या हालचालीला प्रोत्साहन देणे
- मुलांशी बोलण्यापूर्वी त्यांचे लक्ष वेधून घेणे
- शब्द आणि सूचना हळूहळू आणि अनेक वेळा पुन्हा सांगणे.

दृश्यमानता
- मुलांना त्यांच्या इतर इंद्रियांचा वापर करून त्यांचे जग समजून घेण्यास आणि शिकण्यास आणि खेळण्यास मदत करणे.
- वातावरण आणि त्यातील गोष्टींचे वर्णन करणे
- भौतिक वातावरणातील धोके दूर करणे

बोलणे आणि भाषेतील विलंब
- स्पष्ट आणि हळू बोलणे
- मुलाला प्रोत्साहन देणे
- बोलताना अधिक कृती आणि हावभाव वापरणे
- महत्त्वाची माहिती शेअर करताना, अतिरिक्त शब्द कमी करणे

शारीरिक दिव्यांगत्व: सूक्ष्म हालचालींच्या कौशल्यात अडथळे
- हाताचे कार्य सुधारण्यासाठी मुलाला वेगवेगळ्या प्रकारे धरण्यासाठी आणि दाबण्यासाठी माती द्या
- हाताचे कार्य सुधारण्यासाठी मुलाला दाबण्यासाठी आणि सोडण्यासाठी स्पंज बॉल द्या.

5.3.2 समावेशासाठी पाळणाघरांची रचना करणे

पाळणाघराची पाळणाघराची रचना अशी असावी की ती प्रत्येक मुलासाठी सहज वापरता येईल, मग त्याला काही अडचण असली तरी. यासाठी सार्वत्रिक डिझाइन तत्त्वांचा वापर करणे गरजेचे आहे – म्हणजे एकदा जर रचना एखाद्या दिव्यांग मुलासाठी योग्य केली, तर ती इतर सगळ्या मुलांसाठीही उपयोगी ठरते. पाळणाघरात असावे असे खास भाग –जसे की कोपरे, मोकळे आखाडे, जिथे वेगवेगळ्या वयोगटातील व विकास पातळीवरील मुले खेळू शकतील आणि स्वतःहून नवीन गोष्टी शिकायला प्रेरित होतील. स्थानिक संसाधनांचा वापर करून मुलांना शिकवणे हे पाळणाघराचे एक मोठे वैशिष्ट्य असू शकते. यामुळे मुले आजूबाजूचे वातावरण ओळखून शोधत-शिकत पुढे जातात.

पाळणाघरातील काळजीवाहकाने प्रतिसादात्मक काळजी घेण्याच्या चौकटीत नमूद केलेल्या तत्त्वांचे पालन केले पाहिजे, मुलाकडे बारकाईने लक्ष दिले पाहिजे आणि त्यानुसार प्रतिसाद दिला पाहिजे.

5.3.3 विकासात्मक विलंब असलेल्या मुलांबद्दल समुदायाचा दृष्टिकोन

मुलाच्या आजूबाजूच्या समुदायातील लोकांनी त्यांच्या वाढीसाठी सकारात्मक, निरोगी आणि कोणताही न्यूनगंड नसलेले (कलंकमुक्त) वातावरण तयार करायला मदत केली पाहिजे. यासाठी, हे लोक दिव्यांग मुलांचे पालक आणि काळजीवाहक यांच्यासाठी गट तयार करू शकतात, जिथे सगळे एकमेकांना भावनिक आधार, उपयोगी माहिती आणि अनुभव शेअर करू शकतील. हे समर्थन गट पालकांना ताकद देतात, उपयोगी साधने (resources) मिळवून देतात, आणि कोणत्या पद्धती वापरून मुलांना मदत करता येईल याबद्दल माहिती शेअर करतात. समुदायातील सदस्यांनी VHSNDs, ECCE Days सारख्या कार्यक्रमांमध्ये सक्रिय सहभाग घ्यावा, जेणेकरून दिव्यांग मुले आणि त्यांची कुटुंबं एकटे वाटणार नाहीत.

सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे, समुदायातील सदस्याने समाजातील दिव्यांग मुलांसाठी स्वीकृती आणि समर्थन प्रोत्साहित करावे आणि कोणत्याही लेबल्स किंवा अपमानजनक अपशब्दांचा वापर करू नये. वृद्ध आणि तरुणांशी संवाद साधताना, त्यांनी विविधता ही एक शक्ती आहे, प्रत्येक मुलामध्ये अद्वितीय क्षमता आणि क्षमता आहे आणि परिपूर्ण जीवनाचा अधिकार आहे हे समजून घेतले पाहिजे..

5.4 तपासणी चाचणीमध्ये विलंब दाखविणाऱ्या मुलांचे पुढील उपचारासाठी संदर्भ देणे

दिव्यांग दिव्यांग कार्यपद्धती नुसार, जर एखादे मूल सतत त्याच्या वयानुसार योग्य टप्पे (माइलस्टोन्स) गाठत नसेल, किंवा त्याच्यात दिव्यांगत्वाची काही स्पष्ट लक्षणं दिसत असतील, तर समुदाय कार्यकर्त्यांने त्या मुलाच्या पालकांना आणि कुटुंबाला योग्य उपचार किंवा मदत मिळवून देण्यासाठी पुढील तपासणीसाठी (रेफरलसाठी) मदत करावी.

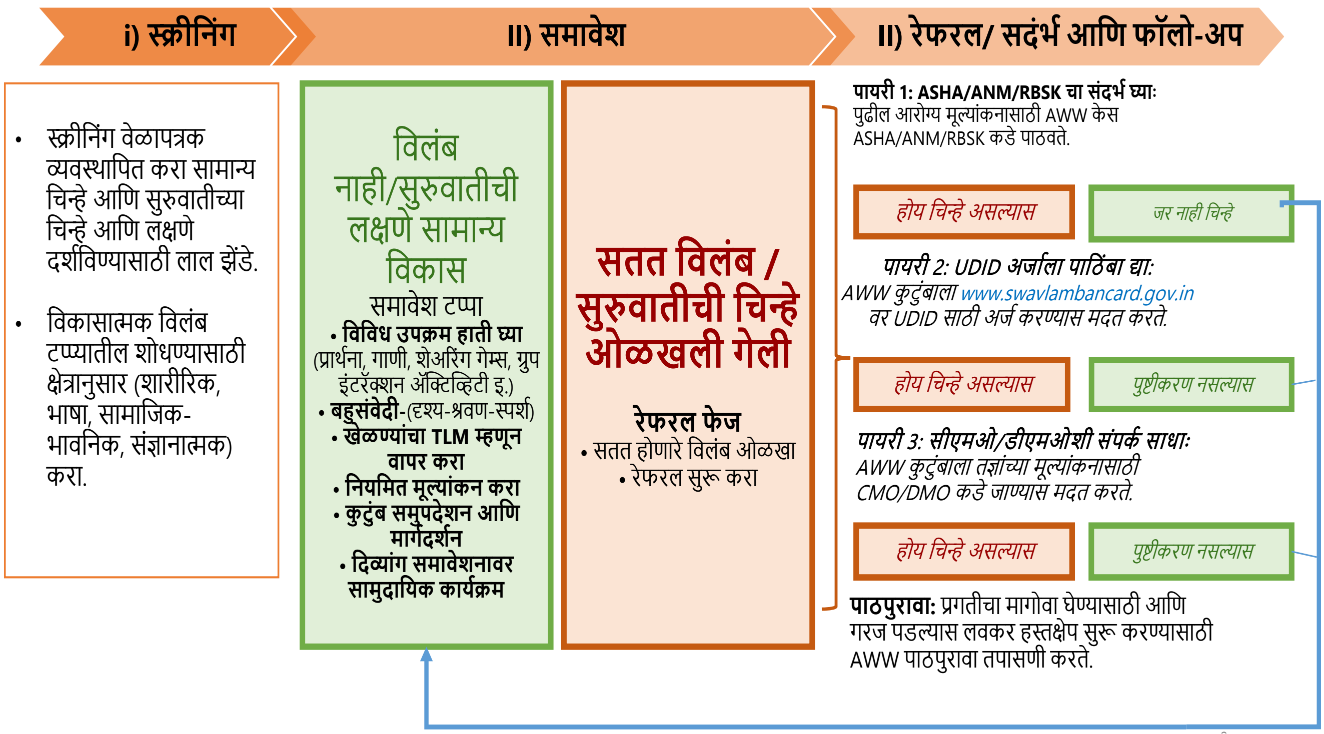
संदर्भासाठी तीन पायऱ्या:

a. प्राथमिक आरोग्य केंद्रात जाण्यासाठी आणि मदत करण्यासाठी ASHA/ANM चा संदर्भ घ्या.

b. यूडीआयडी (UDID) आणि दिव्यांगत्व प्रमाणपत्रासाठी अर्ज करण्यासाठी, कुटुंबाला www.swavlambancard.gov.in या वेबसाईटवर अर्ज कसा करायचा, यासाठी मदत करावी. RPWD कायदा 2016 नुसार हे प्रमाणपत्र मुलाच्या राहत्या जिल्ह्यातील जिल्हा रुग्णालयात किंवा ज्या रुग्णालयात दिव्यांगत्वाशी संबंधित उपचार सुरू आहेत, तिथेच जारी केले जाऊ शकते.

c. पडताळणी आणि मूल्यांकनासाठी, कुटुंबाने मुख्य वैद्यकीय अधिकारी (CMO) किंवा जिल्हा वैद्यकीय अधिकारी (DMO) यांच्याशी संपर्क साधायला हवा. या अधिकाऱ्यांकडून तज्ञ डॉक्टरांची टीम नेमली जाते, जी मुलाचे दिव्यांगत्व आहे का आणि किती टक्के आहे हे तपासते. वैद्यकीय मंडळाच्या निर्णयानंतर, जर दिव्यांगत्व प्रमाणपत्र मान्य झालं, तर यूडीआयडी कार्ड (UDID Card) स्पीड पोस्टने कुटुंबाच्या घरी पाठवले जाते.

विलंब आणि अपंगत्व असलेल्या मुलांची तपासणी, समावेश आणि रेफरल्स



अध्याय 6

सामुदायिक कार्यकर्त्यांनी या चौकटीचा उपयोग कसा करावा

समुदाय कार्यकर्ते बालसंगोपनावर तीन मुख्य ठिकाणी प्रभाव टाकू शकतात: मुलाच्या घरी, अंगणवाडी केंद्रात किंवा पाळणाघरात आणि आणि समाजात होणाऱ्या कार्यक्रमांमध्ये.

6.1 लवकर उत्तेजनासाठी काळजीवाहक मार्गदर्शन

6.1.1 बाल बालपणाची काळजी घेणाऱ्यांना योग्य मार्गदर्शन आणि प्रोत्साहन देण्यासाठी काही सोपे उपाय:

गृहभेटी दरम्यान

अंगणवाडी सेविका आणि आशा कर्मचारी जे समुदायात काम करतात, ते त्या भागातील कुटुंबांना, विशेषतः आई-वडिलांना आणि लहान मुलांना नियमितपणे घरी भेट देतात. सक्षम अंगणवाडी आणि मिशन पोषण 2.0 या मार्गदर्शक तत्त्वांनुसार, मुले दोन वर्षांपर्यंत आईला किंवा कुटुंबाला एकूण 18 वेळा घरी भेट दिल्या पाहिजेत.

• गर्भवती महिलांसाठी 4 भेटी विहित आहेत
• मूल 0 ते 6 महिन्यांच्या दरम्यान असताना 9 भेटी
• 6 महिने ते 2 वर्षांच्या वयोगटातील 9 अधिक भेटी

पाळणाघर/केंद्रात नियमित मासिक बैठकी दरम्यान

• सहा वर्षांपर्यंतच्या मुलांची उंची आणि वजन मोजण्यासाठी आई दर महिन्याला अंगणवाडी केंद्रात येते. याशिवाय, मुलांना पूरक पोषण देण्यासाठी आई वेगवेगळ्या वेळा टेक होम रेशन घेण्यासाठी अंगणवाडी केंद्रात येते. म्हणजे, आई मुलाच्या वाढीवर लक्ष ठेवण्यासाठी आणि त्याला पोषण देण्यासाठी नियमितपणे अंगणवाडी केंद्राचा वापर करते.

सामुदायिक कार्यक्रमांद्वारे

• मिशन पोषण 2.0 अंतर्गत समुदाय-आधारित कार्यक्रम (CBEs) आणि ग्रामीण आरोग्य स्वच्छता आणि पोषण दिवस (VHSNDs) दरम्यान, अंगणवाडी सेविका स्थानिक निर्णय घेणाऱ्या आणि व्यापक समुदायासह लवकर उत्तेजन देण्याबाबत प्रभावी माहिती, शिक्षण आणि संवाद उपक्रम देखील घेऊ शकतात. प्रत्येक अंगणवाडी केंद्रात महिन्यातून दोनदा CBE आयोजित करणे अनिवार्य आहे आणि पोषण महिना आणि पोषण पखवाड्यादरम्यान ते वाढवले पाहिजेत. बाल विकास समितीचे सदस्य, समुदाय नेते, पंचायत सदस्य, स्वयंसेवा गट आणि इतर महिला गट, स्थानिक स्वयंसेवी संस्था, प्रशासकीय कर्मचारी, विशेषतः जिल्हा आणि ब्लॉक स्तरावर (ICDS, WCD, आरोग्य, शिक्षण, बाल संरक्षण, पुनर्वसन, दिव्यांगत्व इ.) आमंत्रित केले जाऊ शकतात.

6.1.2 बालपणीच्या बाबतीत काळजी घेणाऱ्यांना मार्गदर्शन देण्यासाठी मार्गदर्शक तत्त्वे

1. पालक पालक आणि काळजीवाहकांना योग्य मार्गदर्शन प्रदान करा: अंगणवाडी सेविका आणि आशा प्रत्येक मुलाचे वय आणि क्षमतांनुसार योग्य सत्र योजना पुनःतपासणी करण्यासाठी मासिक उत्तेजन योजना वापरू शकतात. ते या दस्तऐवजाचा वापर पालकांशी प्रत्येक मुलाच्या वय आणि क्षमतांनुसार तयार केलेल्या प्रतिसादात्मक काळजी घेण्याच्या पद्धती आणि खेळ-आधारित क्रियाकलापांवर चर्चा करण्यासाठी संदर्भ म्हणून करू शकतात.

2. मुलांच्या वाढीकडे लक्ष द्या आणि पालकांना योग्य सल्ला द्या: या प्रक्रियेमध्ये मुलांचे विकासाच्या टप्पे आणि तपासणीचे ठरलेले वेळापत्रक यांचा समावेश असतो. अंगणवाडी सेविका (AWWS) आणि ASHA कार्यकर्त्या हे वेळापत्रक वापरून पाहू शकतात की मुलाचा विकास योग्य गतीने होत आहे का. जर वाढीत काही अडथळे, विलंब किंवा लक्षणे दिसून आली, तर त्या पालकांना सावध राहण्यास किंवा उपाय करण्यास सांगू शकतात.

3. मातांच्या बैठकीद्वारे समाजात चांगल्या बालसंगोपनाबाबत जागरूकता वाढवा: या उपक्रमात, मुलाच्या पहिल्या तीन वर्षांत त्याच्या गरजांनुसार प्रेम, लक्ष आणि प्रतिसाद देण्याची पद्धत (प्रतिसादात्मक काळजी) कशी असावी हे समजावून सांगितले जाते. पाळणाघरातील कर्मचारी ही माहिती पालकांशी शेअर करू शकतात, त्यांच्याशी चर्चा करू शकतात आणि त्यांना सहानुभूतीने आणि समजून वागणारे काळजीवाहक कसे व्हावे हे शिकवू शकतात. यामुळे, पालक मुलांशी अधिक चांगल्या पद्धतीने जोडले जातात आणि त्यांची संगोपन पद्धत अधिक सकारात्मक बनते.

गृहभेटीच्या तयारीसाठी नमुना मार्गदर्शक तत्त्वे

- **पायरी1:** मुलाचे वय ओळखा
- **पायरी 2:** मुलाच्या वयानुसार करावयाच्या उपक्रम ओळखण्यासाठी उत्तेजना उपक्रम दिनदर्शिकेचा संदर्भ घ्या. उदा: जर मूल 10 ते 11 महिन्यांच्या दरम्यान असेल तर उत्तेजना क्रियाकलाप दिनदर्शिकेच्या 10 व्या महिन्यात नमूद केलेल्या उपक्रमाचा संदर्भ घ्या.
- **पायरी 3:** कोणताही उपक्रम करण्यासाठी आवश्यक असलेले शिक्षण-शिक्षण-साहित्य तयार करा. उदा: जर उपक्रम समाविष्ट असेल तर
- **पायरी 4:** गृहभेटी दरम्यान जोर देण्यासाठी एक किंवा दोन काळजीवाहू वर्तन ओळखा.

घरी भेट देण्याचा मार्गदर्शक नमुना

मुलाचे वय: 6-8 महिने
कौशल्ये/विषय: ओठांची हालचाल आणि खेळणी कुठे आहे
कालावधी: 45 मिनिटे

पहा आणि पुनरावलोकन करा |10 मिनिटे

आरोग्यविषयक प्रश्न
बाळाच्या आरोग्याची चौकशी करा
मागील भेटीचा आढावा घ्या

भाषेचा उपक्रम : ओठांच्या हालचालीचे धडे | १२ मिनिटे

समजा,
आजच्या पहिल्या उपक्रमाला ‘लिप लेसन्स’ म्हणतात.

प्रात्यक्षिक

पायरी 1: जर पालक आणि बाळ तुमच्या उपस्थितीत आरामदायी आणि आनंदी असतील, तर बाळाच्या शेजारी बसण्यासाठी जागा शोधा. आता बाळ स्वतःचे काही आवाज काढू लागेपर्यंत त्याच्याशी बोला.

पायरी 2: बाळाच्या आवाजाचे अनुकरण करा. “आ, स, ऊऊ, ईईई, बब बब” हे करत असताना बाळाशी डोळ्यांनी संपर्क करा, स्मित करा आणि बाळ कसे प्रतिक्रिया देते ते पहा.

पायरी 3: आता हळूहळू तुमचा चेहरा बाळाच्या जवळ आणा आणि आवाज काढत असताना त्यांचा हात तुमच्या तोंडावर ठेवा. बाळासोबत हे काही वेळा करा आणि प्रत्येक वेळी वेगवेगळे आवाज वापरून पहा.

महत्त्व समजावून सांगणे

ही क्रिया का महत्त्वाची आहे हे सांगणे गरजेचे आहे: मुलाला नवीन आवाज ऐकायला मिळणे, ते पुन्हा पुन्हा एकवणे आणि आवाज काढताना तोंडाला स्पर्श करणे – यामुळे त्याला ऐकण्याची आणि बोलण्याची गोडी लागते. हळूहळू बाळ "आपण काही बोलतो ते दुसऱ्याला ऐकू जाते" हे समजू लागतो. अशा छोट्या आवाजाच्या खेळांमुळे, बाळ मोठं झाल्यावर आत्मविश्वासाने इतरांशी बोलू शकते.

अपेक्षा निश्चित करणे

कुटुंबाला सोप्या भाषेत असं समजावून सांगा: "ही कृती तुम्ही रोज करू शकता. जर बाळ आनंदी वाटत असेल, आवाज करत असेल, तर त्याच्यासोबत आवाज काढत खेळा! बाळाला आंघोळ घालून तयार करताना, किंवा संध्याकाळी घरात सगळे एकत्र असताना, बाळाशी बोला, त्याला संवादात सहभागी करा. आई करू शकते, बाबा करू शकतात, आजी करू शकते – घरातला प्रत्येकजण हे करू शकतो!"

खेळण्याची क्रिया: खेळणी कुठे आहे | 12 मिनिटे

समजा,
आजच्या पहिल्या उपक्रमाचे नाव 'खेळणी कुठे आहे' असे आहे.

प्रात्यक्षिक

पायरी 1: बाळाला वस्तू दाखवा आणि त्याबद्दल त्यांच्याशी बोला. "हे बघ? ते काय आहे? तो चमचा आहे.

पायरी 2: बाळाशी बोलताना त्याच्या डोळ्यांत पाहा आणि हसत रहा.जर बाळ एखाद्या वस्तूचा हात लांबवत असेल, तर त्याला ती वस्तू द्या.जर नाही दिली, तर दुसरी वस्तू द्या आणि बाळाला ती खेळायला द्या.

पायरी 3: आता हळूवारपणे वस्तू मागे घेऊन ती कापडाखाली लपवा. कापडाकडे बोट दाखवून बाळाला विचारा, "चमचा कुठे आहे?" बाळ जेव्हा कापडाला स्पर्श करून चमचा शोधण्याचा प्रयत्न करतो, तेव्हा त्याला नीट सांभाळा. त्याच्या प्रयत्नांबद्दल त्याचे कौतुक करा, "खूप छान! तुला कळलं का की चमचा कापडाखाली आहे?"

महत्त्व समजावून सांगणे

आता तुम्ही त्यांना असे सांगू शकता: "ही क्रिया बाळाच्या मेंदूला एक मजेशीर खेळसारखी आहे. यामुळे बाळाला समजते की, जरी आपण वस्तू थेट पाहू शकत नाही, तरी ती वस्तू तिथेच असते. बाळ आपले हात, डोळे, कान वापरून ती लपलेली वस्तू शोधतो. या सगळ्यामुळे बाळाची विचार करण्याची आणि शिकण्याची क्षमता वाढते!"

अपेक्षा निश्चित करणे

कुटुंबाला असे समजावून सांगा: "जर बाळ आनंदात आणि खेळायला तयार असेल, तर तुम्ही ही क्रिया त्याच्यासोबत करू शकता. ही क्रिया बाळासाठी आणि तुम्हा सर्वांसाठी एकत्र वेळ घालवण्याचा सुंदर मार्ग आहे! शक्य असल्यास, दररोज हे करा. आणि लक्षात ठेवा—आई, बाबा, आजोबा सगळे करू शकतात. कोणालाही करता येऊ शकतं!"

पालकत्व टिप | 6 मिनिटे

पालकांचे लक्ष आजच्या पालकत्वाच्या टिपकडे वेधण्यासाठी हा एक उत्तम वेळ आहे. "तुम्हाला लक्षात आले का की मी बाळाशी खेळत असताना प्रत्येक वेळी डोळ्यांचा संपर्क साधत होतो आणि त्यांच्याकडे हसत होतो? असे केल्याने बाळ तुमच्याशी संवाद साधताना त्यांना खास आणि सुरक्षित वाटते. हे त्यांना दाखवते की तुम्हाला त्यांची काळजी आहे आणि तुम्ही त्यांच्याकडे लक्ष देत आहात! म्हणून हे दररोज किमान काही वेळा करायला विसरू नका - आणि जर बाळाच्या सर्व काळजीवाहकांनी त्यांना दाखवले की तुम्हाला त्यांची काळजी आहे, तर बाळ सुरक्षित आणि आत्मविश्वासाने वाढेल."

संक्षेप, बळकटी, प्रोत्साहन | 5 मिनिटे

पालकांना पुढील भेटीची माहिती देऊन गृहभेट गुंडाळा.

- **मजबूत करा:** "पुढच्या महिन्यात आम्ही नवीन खेळणी आणि खेळ घेऊन भेटू. मला खात्री आहे तुम्ही बाळाशी डोळे मिचकावून आणि त्याच्याशी नजरेने बोलले असाल."
- **प्रोत्साहन द्या:** "तुमचे बाळ खूप भाग्यवान आहे की त्याला इतके प्रेमळ आणि चांगले काळजीवाहक मिळाले आहेत!"

6.2 केंद्र/क्रेचे येथे बालसंगोपन आणि उत्तेजन

याशिवाय, अंगणवाडी-कम-पाळणाघरातील किंवा स्वतंत्र पाळणाघरातील कर्मचारी, आवश्यक बाल-काळजी सेवा प्रदान करतात, ज्यामुळे मोठ्या संख्येने महिलांना कामात प्रवेश मिळतो, कुटुंबाची आर्थिक स्थिरता सुधारते आणि भविष्यात मुलांना आरोग्यसेवा आणि शिक्षणाची सर्वोत्तम संधी मिळते याची खात्री होते. या समुदाय कामगारांच्या महत्त्वाच्या भूमिकांना विश्वासार्ह व्यक्ती म्हणून ओळखणे आणि त्यांचा वापर करणे ही चौकट त्यांच्या विद्यमान प्रयत्नांना पाठिंबा देण्यासाठी मार्गदर्शक आणि साथीदार म्हणून काम करते. विशेषतः बालपणीच्या उत्तेजनावर भर देण्यासाठी डिझाइन केलेले, हे चौकट प्रोग्रामॅटिक हस्तक्षेपांमध्ये एक व्यापक आधारस्तंभ बनते.

6.2.1. केंद्र/पाळणाघरात बालसंगोपन आणि उत्तेजनासाठी मार्गदर्शक तत्त्वे

2023 मध्ये नवी पालना योजनेची मानक कार्यपद्धती आली आहे. त्यानुसार, तीन वर्षांखालील मुलांची काळजी घेणाऱ्या पाळणाघरातील कामगारांनी मुलांचा पूर्ण विकास होण्यास मदत करावी. त्यांना मुलांची संगोपन काळजी घ्यायला हवी आणि त्यांच्या वयानुसार मेंदूला उत्तेजना द्यायला हवी. या नियमांमुळे पाळणाघरातील कामगारांना त्यांच्या कामात मदत होते.

1. तीन वर्षांखालील मुलांसाठी उत्तेजनात्मक उपक्रम आयोजित करा: पाळणाघरातील कामगार त्यांच्या देखरेखीखाली असलेल्या मुलांसाठी उत्तेजनात्मक उपक्रम आयोजित करण्यासाठी चौकटीमधील उपक्रम दिनदर्शिकेचा वापर करू शकतात. कॅलेंडरमध्ये प्रत्येक उपक्रमा साठी आवश्यक असलेल्या खेळाच्या साहित्याची यादी असते, जी पाळणाघरातील कामगार खरेदी करू शकतो किंवा तयार करू शकतो.

2. मुलांच्या विकासाचे निरीक्षण करा आणि पालकांना समुपदेशन करा: या चौकटीत विकासात्मक टप्पे आणि मूल्यमापन वेळापत्रक यांचा समावेश आहे. पाळणाघरातील कर्मचारी प्रत्येक गोष्टीचा मागोवा ठेवण्यासाठी मूल्यमापन वेळापत्रक वापरू शकतो.

6.2.2 पालकांचे मार्गदर्शन

1. पालक पालक आणि काळजीवाहकांना योग्य मार्गदर्शन प्रदान करा: अंगणवाडी सेविका आणि आशा प्रत्येक मुलाचे वय आणि क्षमतांनुसार योग्य सत्र योजना परस्पर तपासणी करण्यासाठी मासिक उत्तेजन योजना वापरू शकतात. ते या दस्तऐवजाचा वापर पालकांशी प्रत्येक मुलाच्या वय आणि क्षमतांनुसार तयार केलेल्या प्रतिसादात्मक काळजी घेण्याच्या पद्धती आणि खेळ-आधारित उपक्रमावर चर्चा करण्यासाठी संदर्भ म्हणून करू शकतात.

2. मुलांच्या वाढीचे निरीक्षण करा आणि पालकांना समुपदेशन करा: या चौकटीत विकासात्मक टप्पे आणि मूल्यमापन वेळापत्रक यांचा समावेश आहे. AWWS आणि ASHA या वेळापत्रकाचा वापर करून मुलाचा विकास अपेक्षित वेगाने होत आहे का आणि काही विलंब झाल्यास पालकांना लक्ष देणे किंवा सूचना देणे आवश्यक आहे का हे तपासू शकतात.

3.मातांच्या बैठकीत समाजात चांगल्या बालसंगोपनाबद्दल माहिती द्या: या भागात सांगितलं आहे की पहिल्या तीन वर्षांत मुलांशी कसं संवेदनशीलपणे आणि त्यांना समजून घेऊन काळजी घ्यायची. पाळणाघरातील कर्मचारी ही माहिती पालकांशी वाटून घेऊ शकतात, त्यांच्याशी चर्चा करू शकतात आणि पालकांना मुलांसाठी योग्य काळजी घेण्यास मदत करू शकतात.

अध्याय 7

एक सहाय्यक वातावरण तयार करणे

7.1 सामुदायिक कामगारांना सक्षम करणे आणि सक्षमीकरण करणे

अंगणवाडी सेविका, आशा आणि पाळणाघरातील कर्मचारी पालक आणि कुटुंबांना मुलांच्या संगोपनात मदत करतात आणि आवश्यक सेवा देतात. त्यामुळे, उत्तेजन कार्यक्रम नीट आणि चांगल्या पद्धतीने चालू राहतील यासाठी समुदायातील काम करणाऱ्यांना नियमित आणि उपयोगी प्रशिक्षण देणे गरजेचे आहे. त्यांना आवश्यक ज्ञान, विचारसरणी आणि कौशल्ये देण्यासाठी वेगवेगळे मार्ग वापरले जातात. पुढील भागात आपण त्या मार्गांबद्दल माहिती घेऊ.

1. 'पोषण पण शिक्षण पण' या कार्यक्रमात अंगणवाडी सेविकांना खास प्रशिक्षण: दिले जाते . यात आरोग्य, पोषण आणि मुलांच्या शिक्षणाचं महत्त्व यावर भर दिला जातो. या प्रशिक्षणाद्वारे CDPO, पर्यवेक्षक आणि अंगणवाडी सेविकांना समजावले जाते की मुलांच्या मेंदूचा विकास पहिल्या तीन वर्षांत खूप महत्त्वाचा असतो. सेविका घरी जाऊन पालकांना भेटतात आणि त्यांना मुलांच्या हुशारीसाठी योग्य मार्गदर्शन करतात. त्यामुळे मुलांच्या बुद्धीविकासाला मदत होते.

2. डिजिटल आणि प्रिंट संसाधनांचे वितरण: डिजिटल आणि प्रिंट स्वरूपात सुंदर आणि सोपी माहितीची पुस्तके, पोस्टर्स आणि दिनदर्शिका तयार केली पाहिजेत. यामध्ये मुलांच्या उत्तेजनासाठी खेळ आणि काळजी कशी घ्यावी, चांगल्या सवयी, बोलणे-खेळणे याबाबत माहिती असेल. ही सामग्री समुदायातील कामगारांना त्यांच्या मोबाईलवर पाहण्यासाठी आणि केंद्रांमध्ये लावण्यासाठी उपलब्ध करून द्यावी. या माहितीचे चित्रे आणि भाषा सोपी, सांस्कृतिकदृष्ट्या समजायला सोपी आणि आकर्षक असावी, जेणेकरून लोकांना चांगल्या पद्धती समजून घेणे आणि त्यांचा वापर करणे सोपे जाईल. ECCE टास्क फोर्सने असेच उपयुक्त शिक्षण साहित्य वापरण्याचा सल्ला दिला आहे.

a. बाळे आणि लहान मुलांसाठी खेळाच्या क्रियाकलापांचे प्रात्यक्षिक
b. समग्र बाल संगोपनावरील प्रमुख संदेशांसह परस्परसंवादी स्वरूपाचे चित्रमय पोस्टर प्रदर्शन, स्वयंसेवक अर्थ लावण्यास आणि चर्चा करण्यास मदत करतील
c. पौष्टिक स्थानिक पाककृतींचे प्रात्यक्षिक
d. समग्र बाल संगोपनावरील माहितीशी संबंधित प्रश्नमंजुषा
e. टाकाऊ किंवा स्वस्त साहित्यापासून खेळण्यांचे साहित्य बनवण्यासाठी कोपरा
f. स्थानिक वाक्प्रचारात प्रमुख संदेश देणारे स्ट्रीट स्किट्स
g. लघुपट, त्यानंतर प्रश्नोत्तरे सत्रे

3. समावेशकतेचे वातावरण निर्माण करणे: समावेशी वातावरण तयार करणे खूप महत्त्वाचे आहे. सर्व समुदाय कार्यकर्त्यांना अशा मुलांसाठी – जे दिव्यांग किंवा काही अडचणींशी झुंजत आहेत – योग्य पद्धती आणि उपायांची माहिती दिली पाहिजे. तसेच, प्रत्येक कार्यकर्त्याने सर्व मुलांना आणि त्यांच्या पालकांना आदराने आणि आपुलकीने वागवले पाहिजे, मग त्यांची पार्श्वभूमी काहीही असो. असे वागणारे कार्यकर्ते समाजात समावेशाचे उदाहरण ठरतात. DEPWD (दिव्यांग सक्षमीकरण विभाग) सोबत समन्वय केल्याने अशा मुलांचे लवकर तपासणी (स्क्रीनिंग) करणे आणि त्यांना मदतीची साधने, जसे की स्वावलंबन कार्ड, मिळवून देणे सोपे होते.

4. पोषण ट्रॅकर अॅप सारखे डिजिटल अप्लिकेशन्स: ही समुदाय कार्यकर्त्यांसाठी खूप उपयोगी ठरू शकतात. अशा अॅप्समधून त्यांना आवश्यक माहिती, मार्गदर्शक सूचना आणि साधनं सतत व अपडेट स्वरूपात मिळतात. त्यामुळे ते आपले काम अधिक चांगल्या पद्धतीने करू शकतात. यामुळे त्यांना सुरुवातीपासून शेवटपर्यंत (end-to-end) मदत मिळते. पलन 1000 अॅप यासाठी जर आरोग्य मंत्रालयाशी समन्वय साधला, तर उत्तेजनासाठी आणखी चांगली मदत मिळू शकते.

5. अर्थसंकल्पीय तरतुदी: सक्षम अंगणवाडी आणि पालना योजनेच्या मार्गदर्शक तत्त्वांनुसार उत्तेजन आणि खेळाच्या साहित्यासाठी अर्थसंकल्पीय तरतुदी करण्यात आल्या आहेत. स्वदेशी खेळणी, वयानुसार साहित्य, आवश्यकतेनुसार पायाभूत सुविधांमध्ये सुधारणा इत्यादी गोष्टी समुदाय कार्यकर्त्यांना उच्च दर्जाचे बालपण उत्तेजन देण्यासाठी मदत करतील. शिक्षण विकास कार्यक्रमांच्या अनुषंगाने सहा वर्षांखालील मुलांच्या सर्जनशील, सामाजिक, भावनिक, संज्ञानात्मक आणि बौद्धिक विकासाला चालना देण्यासाठी, सक्षम अंगणवाडी इंटरनेट/वायफाय कनेक्टिव्हिटी, एलईडी स्क्रीन, वॉटर प्युरिफायर/आरओ मशीनची स्थापना आणि स्मार्ट लर्निंग एड्स, ऑडिओ-व्हिज्युअल एड्स, बाल-अनुकूल शिक्षण उपकरणे आणि कलाकृती (शैक्षणिक चित्रकला, मुलांसाठी सराव बोर्ड, माहिती बोर्ड) इत्यादींसह चांगल्या पायाभूत सुविधांसह अधिक सेवा प्रदान करते.

6. राज्य-विशिष्ट तरतुदी: कलम 1.3 मध्ये नमूद केल्याप्रमाणे, राज्यांनी व्यापक कारवाई केली आहे, तसेच सामुदायिक कामगारांसाठी एक सहाय्यक वातावरण निर्माण करू शकतात.

7.2 पालक, कुटुंब आणि समुदायाची भूमिका

मुलाचा सर्वांगीण विकास सुनिश्चित करणे हा त्यांच्या सभोवतालच्या प्रौढांचा, पालकांपासून ते जवळच्या कुटुंबातील सदस्यांपर्यंत आणि परिसर आणि समुदायाचा सामूहिक विशेषाधिकार आहे. हे विशेषतः भारतासारख्या देशात खरे आहे, जिथे मुले समुदायाची तीव्र भावना बाळगून वाढवली जातात, शेजाऱ्यांच्या घरात खातात आणि खेळतात आणि सर्व समुदायातील वडीलधाऱ्यांच्या शहाणपणाने मार्गदर्शन केले जाते. म्हणूनच, या सर्व प्राथमिक आणि दुय्यम काळजीवाहकांना त्यांच्या भूमिकांची जाणीव असणे आणि जबाबदारीने बालसंगोपनात त्यांची भूमिका बजावणे आवश्यक आहे.

पालकांची भूमिका: आपल्याकडे पूर्वीपासूनच बालसंगोपनाची जबाबदारी आईवरच असते. आई अन्न भरवते, मुलाला अंघोळ घालते, झोपवते – हे सगळं करते. घरातले पुरुष म्हणजे वडील किंवा काका– ते पैसे कमवतात, मुलाला बाहेर घेऊन जातात किंवा खेळणी आणतात. पण, मुलाच्या आयुष्यातील सुरुवातीची काही वर्षं फारच महत्त्वाची असतात. त्यामुळे आई-वडील दोघांनी मिळून मुलाची काळजी घेणं गरजेचं आहे. हे काम फक्त आईच करेल किंवा फक्त वडील खेळणीच आणतील – असं न करता दोघांनीही सगळ्या जबाबदाऱ्या एकत्र वाटून घ्याव्यात.जेव्हा आई-वडील दोघंही मुलांसोबत वेळ घालवतात, संवाद साधतात, त्यांच्यावर प्रेम करतात – तेव्हा मुलांना सुरक्षित वाटतं, ते बिनधास्त आणि आनंदी वाढतात. यामुळे मुलांच्या शारीरिक आणि भावनिक विकासालाही खूप फायदा होतो – मग ते मुलं असोत की मुली.

कुटुंबाची भूमिका: आई-वडिलांशिवाय, आजी-आजोबा, काका-काकू, भावंडे – हे सगळेही मुलाच्या संगोपनात खूप महत्त्वाचे काम करतात. जर घरात सगळे एकत्र राहत असतील, किंवा अगदी जवळपास असतील, तर ते अनेक प्रकारे मदत करू शकतात. उदाहरणार्थ, बाळंतपणानंतरच्या काळात घरकामात हातभार लावणे, मुलासोबत खेळणे, त्याच्याशी गप्पा मारणे, त्याला प्रेमाने आणि आनंदाने वेळ देणे – ही सगळी गोष्टी खूप उपयोगी ठरतात. यामुळे मुलं वेगवेगळ्या नात्यांशी जोडली जातात, त्यांचा आत्मविश्वास वाढतो. आई-वडिलांवरचा ताण कमी होतो आणि त्यामुळे तेही अधिक चांगल्या पद्धतीने मुलांची काळजी घेऊ शकतात. कुटुंबाची ही साथ मुलाच्या यशासाठी खूप महत्त्वाची असते.

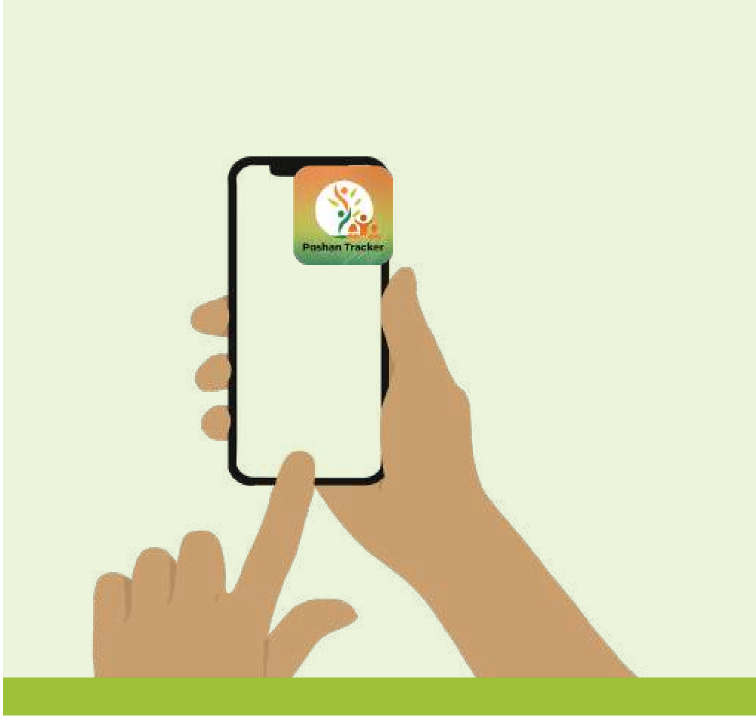
समुदायाची भूमिका: समुदायातील प्रत्येकाची जबाबदारी आहे की ते एक सुरक्षित आणि सकारात्मक वातावरण बनवावे ज्यामध्ये मूल फुलू शकेल आणि वाढू शकेल. घरगुती हिंसाचार, लैंगिक हिंसाचार, मादक पदार्थांचे सेवन इत्यादी घरातील आणि समुदायातील प्रतिकूल बालपणीचे अनुभव मुलाच्या संज्ञानात्मक आणि भावनिक विकासावर नकारात्मक परिणाम करतात. मुलामध्ये संतुलित आणि समान मानसिकता विकसित करण्यासाठी घर आणि समुदायात महिलांच्या सुरक्षिततेसह लैंगिक समानतेचे मॉडेलिंग करणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे. महिला साक्षरता आणि कामगार सहभाग सुधारण्याचे एकूण राष्ट्रीय संदर्भ या प्रवृत्तीला हातभार लावतात. समुदायातील सर्व सदस्य मुलावर आणि त्यांच्या काळजीवाहकांवर लक्ष ठेवू शकतात आणि त्यांना शक्य तितक्या कोणत्याही प्रकारे पाठिंबा देऊ शकतात. समुदाय लहान मुलांसाठी एकत्र येण्यासाठी आणि एकमेकांशी खेळण्यासाठी जागा देखील नियुक्त करू शकतो. मुलाला सुरक्षित सामाजिक संवादाच्या संधी प्रदान करण्याव्यतिरिक्त, अशा जागा त्यांच्या काळजीवाहकांमध्ये कल्पना आणि पद्धतींची देवाणघेवाण करण्यास देखील सक्षम करू शकतात. सेलिब्रिटी प्रचारक, डिजिटल, प्रिंट आणि रेडिओ, ऑडिओव्हिज्युअल साहित्य, स्पर्धा, घोषणा, जिंगल्स, संगीत इत्यादींसह देशभर व्यापक मास मीडिया मोहिमा राबवल्या पाहिजेत.

7.3 नवोपक्रमासाठी तंत्रज्ञानाचा वापर

भारतात डिजिटल कनेक्टिव्हिटी आणि तांत्रिक जागृतीच्या वाढीच्या युगात, धोरणात्मक तांत्रिक हस्तक्षेपांद्वारे बालपणीच्या विकासाची गुणवत्ता आणि सुलभता वाढवण्याची एक अद्वितीय आणि मौल्यवान संधी आहे. नोव्हेंबर 2023 च्या भारतीय दूरसंचार नियामक प्राधिकरणाच्या आकडेवारीनुसार, भारतात 880 दशलक्षाहून अधिक इंटरनेट वापरकर्ते आहेत. व्यापक डिजिटल प्रवेश आणि वाढलेली तांत्रिक साक्षरता बालपणीच्या उत्तेजन आणि विकासाच्या क्षेत्रात तंत्रज्ञानाचा समावेश करण्यासाठी एक आदर्श पार्श्वभूमी प्रदान करते. काही कल्पना खालीलप्रमाणे घेतल्या जाऊ शकतात.

1. ज्ञान सामायिकरणासाठी मेसेजिंग ॲप्स: भारतातील कुटुंबांपैकी एक मोठा भाग संवादासाठी व्हाट्सॲप आणि इतर मेसेजिंगचा वापर करतो. म्हणूनच देशभरात तुलनेने कमी किमतीत मजकूर, प्रतिमा, ऑडिओ आणि व्हिडिओ स्वरूपात विविध डिजिटल साहित्य सामायिक करण्यासाठी मेसेजिंग प्लॅटफॉर्मचा वापर केला जाऊ शकतो. हे प्लॅटफॉर्म वैयक्तिक संवाद साधण्याची परवानगी देतात, ज्यामुळे मुलाच्या किंवा काळजीवाहू व्यक्तीच्या गरजेनुसार लक्षित संवाद प्रदान करणे शक्य होते. दुसरीकडे, व्हाट्सअॅप ग्रुप्स सारख्या फंक्शन्सचा वापर शिकणाऱ्यांचा एक स्वयंपूर्ण समुदाय तयार करण्यासाठी केला जाऊ शकतो जो समान अनुभवांद्वारे एकमेकांना आधार देऊ शकतो. म्हणूनच, हे रिअल-टाइम कम्युनिकेशन प्लॅटफॉर्म शैक्षणिक अंतर्दृष्टीच्या अखंड देवाणघेवाणीसाठी एक मार्ग म्हणून काम करते, पालकांना इष्टतम बाल शिक्षणाला चालना देण्यासाठी आवश्यक ज्ञान आणि समज देऊन सक्षम करते.

2. अंगणवाडी कर्मचाऱ्यांसाठी पोषण ट्रॅकर अॅप एकत्रीकरण: अंगणवाडी सेविकांना जास्त सक्षम बनवण्यासाठी आणि माहिती सहज मिळण्यासाठी पोषण मागोवा ॲपमध्ये उपक्रम, टप्पे, यादी आणि इतर उपयोगी गोष्टी एकत्रित करणं गरजेचं आहे. हा ॲप म्हणजे एक डिजिटल केंद्र बनू शकतो – जिथून सेविकांना सगळ्या गोष्टी एकाच ठिकाणी मिळू शकतील. यामुळे त्यांना मुलांना योग्य प्रकारे उत्तेजन द्यायला, त्यांची वाढ नीट पाहायला आणि जर काही अडचणी किंवा विकासात उशीर दिसला तर लगेच लक्षात घ्यायला मदत होईल. हे ॲप अंगणवाडी कर्मचाऱ्यांना त्यांचं काम अधिक चांगल्या पद्धतीने करता यावं म्हणून उपयोगी ठरेल.



3. दिव्यांग दिव्यांग मुलांसाठी समावेशक तंत्रज्ञान: बालपणीच्या सर्वसमावेशक विकासाचा पाठपुरावा करताना, तंत्रज्ञान दिव्यांग मुलांसाठी शिक्षणातील अंतर भरून काढू शकते. तरुण संस्था आणि स्टार्ट-अप्स वाढत्या प्रमाणात दृष्टिहीन आणि श्रवणीय दुर्बल मुलांसाठी स्पष्टपणे रचना केलेले बहु-संवेदी साधने ऑफर करतात. स्मार्टफोन कॅमेरा, व्हॉइस रेकॉर्डर आणि विविध डिजिटल अनुप्रयोग एकत्रित करून, तंत्रज्ञान विद्यार्थ्यांना संवेदी दिव्यांगत्वाची पर्वा न करता जगाचे अर्थ लावण्यास मदत करू शकते. बालपणीच्या विकासात तंत्रज्ञानाचे एकत्रीकरण करणे हे शिक्षण अनुभव समृद्ध करण्यासाठी एक आशादायक मार्ग आहे. क्यूआर कोड, ॲप एकत्रीकरण, समावेशक तंत्रज्ञान आणि कृत्रिम बुद्धिमत्ता आणि मशीन लर्निंग (एआय आणि एमएल) सारख्या इतर आगामी नवकल्पनांचा वापर आजच्या डिजिटल वास्तवाशी सुसंगत आहे. ते मुलांच्या सुरुवातीच्या काळात इष्टतम शिक्षण आणि विकासाची क्षमता वाढवते. अशा विचारशील एकात्मतेद्वारे, आपण हे सुनिश्चित करू शकतो की तंत्रज्ञान एक समावेशक शक्ती बनते, एक अधिक सक्षम समाज निर्माण करते जिथे प्रत्येक मुलाला भरभराटीची संधी मिळते.

परिशिष्टे

परिशिष्टे

परिशिष्ट 1: राष्ट्रीय बालपण काळजी आणि शिक्षण (ECCE) अभ्यासक्रमावरील अंतर्गत समिती, 2024

महिला आणि बाल विकास मंत्रालयाच्या अंतर्गत समिती

बालपण काळजी आणि शिक्षण (ECCE) अभ्यासक्रम, 2024

राष्ट्रीय शिक्षण धोरण (NEP) 2020, बालपण काळजी आणि शिक्षणाची सार्वत्रिक उपलब्धता (ECCE) या दृष्टिकोनासह, 3-8 वर्षांच्या शिक्षणाच्या पायाभूत टप्प्यासाठी विकसित अभ्यासक्रमाची आवश्यकता अधोरेखित करते. ते अंगणवाडींमध्ये ECCE ची संपूर्ण चौकट मजबूत करण्याची संधी प्रदान करते जे राष्ट्रीय अभ्यासक्रम फ्रेमवर्क फॉर फाउंडेशनल स्टेज (NCF-FS) 2022 च्या अनुषंगाने आहे. धोरण शिफारस करते की मुले अंगणवाडी केंद्रांमध्ये (समुदायात स्थित किंवा शाळांसोबत स्थित), शाळांमध्ये पूर्व-प्राथमिक वर्ग (सरकारी किंवा खाजगी) आणि स्वतंत्र पूर्व-शाळांमध्ये ECCE कार्यक्रमांना उपस्थित राहतील.

महिला आणि बाल विकास मंत्रालयाने (MWCD) राष्ट्रीय ECCE अभ्यासक्रम आराखडा (2013), ECCE साठी गुणवत्ता मानके आणि पूर्व-शालेय साहित्य संच, वयोमानानुसार कार्यपुस्तिका आणि बाल मूल्यांकन कार्ड (2017) साठी राष्ट्रीय नमुना विकसित केला आहे. सर्व अंगणवाडी केंद्रांमध्ये (AWCs) संदर्भीकरण आणि अंमलबजावणीसाठी ही संसाधने सर्व राज्ये/केंद्रशासित प्रदेशांसोबत सामायिक केली गेली. अनेक राज्ये/केंद्रशासित प्रदेशांनी MWCD द्वारे जारी केलेल्या 2013 च्या राष्ट्रीय ECCE अभ्यासक्रमावर आधारित त्यांचे वार्षिक संदर्भित ECCE अभ्यासक्रम विकसित आणि अंतिम केले आहेत.

मार्च 2022 मध्ये MWCD ने स्थापन केलेल्या ECCE टास्क फोर्सच्या शिफारशींनुसार, NEP, 2020 आणि NCF-FS, 2022 च्या प्रकाशात विद्यमान राष्ट्रीय ECCE अभ्यासक्रम आराखडा 2013 चा आढावा घेण्याची आवश्यकता आहे. राष्ट्रीय सार्वजनिक सहकार्य आणि बाल विकास संस्था (NIPCCD) ला ही जबाबदारी सोपवण्यात आली आहे.

एक समग्र अभ्यासक्रम तयार करण्यासाठी, एक अंतर्गत समिती स्थापन करण्यात आली आहे.

या समितीचे उद्दिष्ट बालपण काळजी आणि शिक्षण (3-6 वर्षे) आणि लवकर उत्तेजन (0-3 वर्षे) साठी एक समग्र अभ्यासक्रम तयार करणे आहे जे राष्ट्रीय ECCE अभ्यासक्रम 2013 ला NCF-FS, राज्य अभ्यासक्रम दस्तऐवजांमधील सर्वोत्तम पद्धती, बाल विकासावरील नवीनतम विज्ञान आणि दिव्यांग मुलांच्या गरजा यांच्याशी एकत्रित करते. हा अभ्यासक्रम राज्ये आणि अंगणवाडी कार्यकर्त्यांनी व्यावहारिकरित्या अंमलात आणला पाहिजे.

अभ्यासक्रमात खालील प्रमुख वैशिष्ट्ये असतील:

1. संपूर्ण बालपण सातत्य पूर्ण करण्यासाठी: जन्मापासून ते सहा वर्षांपर्यंतच्या महत्त्वाच्या टप्प्यांना संबोधित करताना, हा दस्तऐवज भारतीय आणि आंतरराष्ट्रीय ECCE संशोधन आणि अध्यापनशास्त्रीय पद्धतींवर आधारित अंगणवाडी कर्मचाऱ्यांसाठी संदर्भ मार्गदर्शक म्हणून काम करेल. 0-3 वयोगटातील मुलांसाठी वयानुसार, उत्तेजनात्मक क्रियाकलाप आणि प्रतिसादात्मक काळजी घेण्याच्या सूचनांवर ते भर देईल. 0-3 वर्षे उत्तेजन प्रथमच समाविष्ट केले जात आहे. 3 ते 6 वर्षे वयोगटातील मुलांसाठी, अभ्यासक्रमात क्षमता-आधारित धडे योजना आणि मासिक विषयगत दृष्टिकोन सादर केला जाईल.

2. NCF-FS शी सुसंगत: ECCE अभ्यासक्रमात शिक्षणाच्या सर्व क्षेत्रांचा समावेश असेल, जो NCF-FS मध्ये नमूद केलेल्या उद्दिष्टांशी आणि क्षमतांशी सुसंगत असेल.

3. राज्य अभ्यासक्रम दस्तऐवजांशी सुसंगत: उत्तर प्रदेश, महाराष्ट्र, ओडिशा, मेघालय, हरियाणा, मध्य प्रदेश, चंदीगड, राजस्थान, छत्तीसगड, दिल्ली, पंजाब, काश्मीर, नागालँड, तामिळनाडू आणि तेलंगणा यासह किमान 15 राज्य अभ्यासक्रम दस्तऐवजांचा काळजीपूर्वक अभ्यास केल्यानंतर मासिक विषय, दैनंदिन रचना, क्षमता प्रगती आणि उपक्रम सूचना समाविष्ट केल्या जातील.

4. उत्तेजन उपक्रम: 0 ते 3 वर्षे वयोगटातील मुलांसाठी, अभ्यासक्रमात उत्तेजन उपक्रमांचे तपशीलवार वर्णन केले पाहिजे आणि अंगणवाडी शिक्षकांना 80 वर्षांच्या घरात काळजीवाहूंना शिक्षित करण्यासाठी आणि त्यांचा समावेश करण्यासाठी एक मजबूत संवाद योजना प्रदान केली पाहिजे. यामुळे त्यांना घरी संरचित, समग्र आणि वयानुसार बाल विकास उत्तेजन उपक्रमांमध्ये सहभागी होता येईल.

5. दैनंदिन वापरासाठी धडे योजना: 3 ते 6 वयोगटातील मुलांसाठी, अभ्यासक्रमात तपशीलवार क्षमता आधारित धडे योजना सादर केल्या पाहिजेत, अंगणवाड्यांसाठी मासिक विषयगत दृष्टिकोनासह, आकर्षक आणि समृद्ध वातावरण निर्माण केले पाहिजे. दैनिक (4 तासांचे वेळापत्रक), साप्ताहिक (6 दिवस) आणि मासिक धडे योजनांमध्ये लिंग आणि दिव्यांगत्व समावेशासह विशिष्ट उपक्रम, सुचविलेले खेळणी

आणि अध्यापन शिक्षण साहित्य, विविध वयोगटातील आणि केंद्रातील मुलांच्या क्षमता/कौशल्यानुसार उपक्रमामध्ये बदल यांचा तपशीलवार समावेश असेल. धडे योजना अशा तयार केल्या पाहिजेत की शिकण्याच्या गतीचे निरीक्षण करण्यासाठी, त्यांना बळकटी देण्यासाठी, पुनरावृत्ती करण्यासाठी आणि मुख्य शिक्षण परिणामांना पुन्हा भेट देण्यासाठी पुरेसा वेळ आणि लवचिकता सुनिश्चित केली पाहिजे.

6. सतत आणि व्यापक (CCE) आणि मजबूत मूल्यांकन: अभ्यासक्रमात मुलांच्या साप्ताहिक, मासिक आणि तिमाही निरीक्षण आणि मूल्यांकनासाठी वर्कशीट्स, चेकलिस्टसह व्यापक साधने प्रदान केली जातील. निरीक्षण आणि मूल्यांकनामुळे प्रत्येक मुलाच्या विकासाची आणि शिकण्याच्या मार्गाची काळजीपूर्वक समज सुनिश्चित होण्यास मदत होते, जी विशिष्ट क्षमता आणि शिकण्याच्या परिणामांशी जुळते.

राष्ट्रीय बालपण काळजी व शिक्षण (ECCE) अभ्यासक्रम आराखडा, 2024, MWCD द्वारे अंतिम रूप देण्यासाठी एक अंतर्गत समितीची स्थापना करण्यात आली आ

अनु. क्र	नाव	पदनाम
1.	प्रा. वेनिता कौल, प्राध्यापक एमेरिटा, आंबेडकर विद्यापीठ- दिल्ली	अध्यक्ष
2.	सुश्री तृप्ती गुन्हा, सहसचिव (एमडब्ल्यूसीडी) आणि संचालक (एनआयपीसीसीडी)	सदस्य
3.	डॉ. शुभ्रा चॅटर्जी, संचालक, विक्रमशिला शिक्षण केंद्र	सदस्य
4.	कु.सुनीषा आहुजा, शिक्षण तज्ज्ञ	सदस्य
5.	डॉ. रीतू चंद्रा, उपसचिव (ECCE आणि FLN धोरण), MoE	सदस्य
6.	डॉ. विभा कृष्णमूर्ती, उम्मेद	सदस्य
7.	प्रा.सुनीती सणवाल, प्राथमिक शिक्षण बालविकास विभाग, NCERT	सदस्य
8.	डॉ. शोभना गुप्ता, उपायुक्त आणि प्रभारी (बाल आरोग्य आणि RBSK), MoHFW	सदस्य
9.	कु. नाम्या महाजन, सह-संस्थापक, रॉकेट लर्निंग	सदस्य
10.	कु. ज्योतिका, उपसचिव, MWCD	सदस्य
11.	गीता चोप्रा, प्राध्यापिका, इन्स्टिट्यूट ऑफ होम इकॉनॉमिक्स, दिल्ली विद्यापीठ	सदस्य
12.	डॉ. रिटा पटनायक, एनआयपीसीसीडीच्या सहसंचालक	सदस्य सचिव

अंतर्गत समिती सदस्यांच्या मौल्यवान शिफारशींवर आधारित, दस्तऐवजाचे संश्लेषण करण्यासाठी, NIPCCD कडून डॉ. रीता पटनायक आणि रॉकेट लर्निंग कडून सुश्री विभालायर, सुश्री संजना मनकतला आणि सुश्री सुखना साहनी यांचा समावेश असलेला एक कार्यगट स्थापन करण्यात आला.

परिशिष्ट II: दिव्यांगत्व तपासणी वेळापत्रक (DSS)

कृपया लक्षात ठेवा: दिव्यांगत्व तपासणी वेळापत्रक (DSS) हे बालपणातील दिव्यांगत्वाच्या तपासणीसाठी एक व्यापक आधारित तपासणी साधन आहे. अंगणवाडी सेविका, पाळणाघर कर्मचारी किंवा आशा यांच्यासह सामुदायिक कामगार दिव्यांगत्वाची 'चेतावणी चिन्हे' किंवा दिव्यांगत्व येण्याच्या 'धोकादायक' गोष्टी ओळखण्यासाठी प्राथमिक तपासणीसाठी DSS वापरू शकतात. DSS हा दिव्यांगत्व किंवा रोगाचे निदान करण्यासाठी नाही कारण तो निदान चाचणी नाही. जर एखाद्या मुलामध्ये त्यात वर्णन केलेल्या चेतावणी चिन्हेंपैकी एक किंवा अधिक दिसून आल्या तर मुलाला योग्य निदान आणि हस्तक्षेपासाठी PHC/CMO/DEIC/ पुनर्वसन प्रॅक्टिशनर्सकडे पाठवावे.

सूचना:

1. सहा वर्षांखालील सर्व मुलांना AWW ही वापरण्यास सोपी तपासणी यादी देऊ शकते.

2. विकासात विलंब किंवा विचलनाची पूर्वसूचना चिन्हे ओळखणे हे तपासणी यादीचे उद्दिष्ट आहे.

3. जर सामुदायिक कार्यकर्त्याने तपासणी केलेल्या मुलामध्ये काही 'चेतावणी चिन्हे'/दिव्यांगत्वाची सुरुवातीची चिन्हे/विकासातील धोक्याचे संकेत दिसले, तर दिव्यांग कार्यपद्धती नुसार संदर्भासाठीच्या पायऱ्यांचे पालन केले पाहिजे.

4. अंगणवाडी सेविकांनी या मुलाच्या कुटुंबाच्या संपर्कात राहावे आणि पालकांनी केलेल्या कृतींचा पाठपुरावा करावा.

मुलाबद्दल माहिती

1. मुलाचे नाव:
2. आईचे नाव:
3. वडिलांचे नाव:
4. पत्ता:
5. मुलाचे लिंग:
   a. मुलगा
   b. मुलगी
   6. जन्मतारीख:
7. मुलाचे वय:
   a. 0-3 महिने
   b. 3-6 महिने
   c. 6-12 महिने
   d. 1-2 वर्षे
   e. 2-3 वर्षे
   f. 3-4 वर्षे
   g. 4-5 वर्षे
   h. 5-6 वर्षे

भाग A: कृपया पालकांकडून/मुलामधील निरीक्षणातून खालील गोष्टी विचारा आणि उत्तर भरा.

अनु. क्र	मैलाचा दगड	ते साध्य करण्यासाठी लागणारा वेळ	साध्य/विलंबित
1.	तुमच्या गरोदरपणात तुम्हाला काही गुंतागुंत झाली का? उदाहरणार्थ, उच्च रक्तदाब, मधुमेह, अशक्तपणा, किंवा गोवर, गालगुंड किंवा रुबेला सारखे आजार?		जर यापैकी कोणत्याही प्रश्नाचे उत्तर हो असेल, तर मुलावर काळजीपूर्वक लक्ष ठेवले पाहिजे कारण त्यांना दिव्यांगत्व येण्याचा धोका असतो.
2.	बाळंतपणादरम्यान तुम्हाला खालीलपैकी कोणत्याही गुंतागुंतीचा अनुभव आला का? उदाहरणार्थ: खूप लांब प्रसूती, शस्त्रक्रिया, फोर्सेप्स ("फोर्सेप्स" म्हणजे बाळाला बाहेर काढण्यासाठी वापरली जाणारी विशेष उपकरणे) प्रसूती, अकाली प्रसूती, बाळाचा जन्म कमी वजनाने झाला.		
3.	बाळाला जन्मावेळी किंवा त्यानंतर लगेच काही समस्या होत्या का? उदाहरणार्थ, बाळंतपणात उशीरा रडणे, कावीळ, निळेपणा किंवा जास्त ताप.		
4.	जन्माच्या वेळी बाळाचा रंग असामान्य होता का? (निळा/पिवळा/फिकट)		
5.	आई दूध पाजत असताना बाळाला दूध पाजताना किंवा गिळताना त्रास होत होता का?		
6.	जन्मापासून मुलाला कधी झटके आले आहेत का किंवा तो बेशुद्ध पडला आहे का?		जर हो, तर हा धोक्याचा इशारा आहे. कृपया निदान आणि उपचारांसाठी मुलाला पाठवा.
7.	मुलाचे डोळे वारंवार लाल होतात का किंवा त्यातून पाणी येते का?		जर हो, तर हा धोक्याचा इशारा आहे. कृपया निदान आणि उपचारांसाठी मुलाला पाठवा.
8.	मुलाच्या कानातून वारंवार पू किंवा पाण्यासारखा स्त्राव होतो का?		जर हो, तर हा धोक्याचा इशारा आहे. कृपया निदान आणि उपचारांसाठी मुलाला पाठवा.
9.	मुलाला वारंवार कान दुखण्याची किंवा डोकेदुखीची तक्रार असते का?		जर हो, तर हा धोक्याचा इशारा आहे. कृपया निदान आणि उपचारांसाठी मुलाला पाठवा.

10.	मुलाच्या शरीराचे कोणतेही अवयव गहाळ किंवा विकृत आहेत का?		जर हो, तर हा धोक्याचा इशारा आहे. कृपया निदान आणि उपचारांसाठी मुलाला पाठवा.
11.	ते मूल इतर समान वयाच्या मुलांच्या तुलनेत खूप लहान किंवा खूप कमकुवत आहे का?		जर हो, तर हा धोक्याचा इशारा आहे. कृपया निदान आणि उपचारांसाठी मुलाला पाठवा.
12	मुलाच्या शरीरात असंगत किंवा धक्कादायक हालचाली होतात का, किंवा चालताना मुलाचे संतुलन बिघडते का?		जर हो, तर हा धोक्याचा इशारा आहे. कृपया निदान आणि उपचारांसाठी मुलाला पाठवा.
13..	मूल लंगडे चालते का?		जर हो, तर हा धोक्याचा इशारा आहे. कृपया निदान आणि उपचारांसाठी मुलाला पाठवा.
14.	मुल चालू शकत नाही का, किंवा तो इतर मुलांपेक्षा खूप उशिरा चालायला लागला का?		जर हो, तर हा धोक्याचा इशारा आहे. कृपया निदान आणि उपचारांसाठी मुलाला पाठवा.
15.	मुलाच्या पाठीच्या कण्यावर गाठ किंवा अडथळे आहेत का?		जर हो, तर हा धोक्याचा इशारा आहे. कृपया निदान आणि उपचारांसाठी मुलाला पाठवा.
16.	मुलाचे डोळे विस्फारतात का?		जर हो, तर हा धोक्याचा इशारा आहे. कृपया निदान आणि उपचारांसाठी मुलाला पाठवा.
17.	मुलाच्या डोळ्यांच्या बाहुल्या राखाडी आहेत की पांढऱ्या?		जर हो, तर हा धोक्याचा इशारा आहे. कृपया निदान आणि उपचारांसाठी मुलाला पाठवा.
18.	चालताना मुलाला अनेकदा वस्तूंवर आदळते का, किंवा ते वारंवार पडतात का? रात्री त्यांना दिसण्यास त्रास होतो का?		जर हो, तर हा धोक्याचा इशारा आहे. कृपया निदान आणि उपचारांसाठी मुलाला पाठवा.

19.	मुलाचे कान असामान्य आहेत का किंवा नाहीत का?		जर हो, तर हा धोक्याचा इशारा आहे. कृपया निदान आणि उपचारांसाठी मुलाला पाठवा.
20.	खेळणी किंवा पेन यासारखी कोणतीही वस्तू मुलासमोर सुमारे 12-20 इंच हलवा. ती वस्तू त्याच्या दृश्य क्षेत्रात हलवा. मूल वस्तूच्या हालचालीसोबत त्याचे डोके हलवते का?		जर हो, तर हा धोक्याचा इशारा आहे. कृपया निदान आणि उपचारांसाठी मुलाला पाठवा.
21.	मुलाच्या कानापासून सुमारे 1-3 फूट अंतरावर एक खडखडाट/घंटा/भांडी घ्या. मूल तुमच्याकडे पाहत नाही याची काळजी घ्या. आता, वस्तू हलवून/आघात करून आवाज करा. मूल आवाजाच्या स्रोताकडे डोके वळवते का?		जर हो, तर हा धोक्याचा इशारा आहे. कृपया निदान आणि उपचारांसाठी मुलाला पाठवा.

भाग B: वयानुसार टप्पे

जर कामगाराला मुलाच्या विकासात काही उशीर दिसला किंवा पालकांनी काही तक्रार केली, तर मुलाला लवकरच तपासणीसाठी आणि आवश्यक उपचारासाठी जवळच्या आरोग्य केंद्रात किंवा पुनर्वसन केंद्रात पाठवावे.

अनु. क्र	मैलाचा दगड	ते साध्य करण्यासाठी लागणारा वेळ	साध्य/विलंबित
1.	मोठे हास्य किंवा इतर उबदार, आनंदी भाव नकोत.	6 महिन्यांनी	
2.	स्वतःच्या मानेला आधार देतो		
3.	पोटावरून मागे आणि पोटावरून मागे वळते.	7-8 महिन्यांनी	
4.	आधाराशिवाय बसतो.	9 महिन्यांनी	
5.	आवाज, हास्य किंवा इतर चेहऱ्यावरील हावभावांसह पुढे-मागे प्रतिसाद देते.		
6.	'बा बा' 'मा म' 'दा दा' असा बडबड आवाज काढतो	12 महिन्यांनी	

अनु. क्र	मैलाचा दगड	ते साध्य करण्यासाठी लागणारा वेळ	साध्य/विलंबित
7.	स्वतःच्या नावाला प्रतिसाद देतो	12 महिन्यांनी	
8.	इशारा करणे, दाखवणे, पोहोचणे किंवा हात हलवणे यासारखे पुढे-मागे हावभाव करतो.		
9.	काही शब्द बोलतो	16 महिन्यांनी	
10.	आधाराशिवाय चालतो	18 महिन्यांनी	
11.	काही करायला सांगितले तर सूचनांचे पालन करतो, जसे की 'इथे ये' किंवा 'मला ग्लास दे'	18 महिन्यांनी	
12.	काही शब्द बोलतो	24 महिन्यांनी	
13.	स्वतःचे नाव सांगू शकतो	3 वर्षांनी	
14.	शौचालय नियंत्रण मिळवतो	4 वर्षांनी	
15.	साधे धोके टाळतो	4 वर्षांनी	
16.	स्वतः जेवतो	4 वर्षांनी	
17.	स्वतःच कपडे घालतो	5 वर्षांनी	

परिशिष्ट III: भूमिका आणि जबाबदाऱ्या

हे कागदपत्र अंगणवाडी कामगार, आशा कर्मचारी, पाळणाघर काम करणारे लोक आणि 3 वर्षांखालील मुलांशी काम करणाऱ्या पालकांनाही मदत करण्यासाठी तयार करण्यात आले आहे.

1. अंगणवाडी सेविका, आशा, पाळणाघर कामगारांसाठी:

a. 2 वर्षांपेक्षा कमी वयाच्या मुलांसाठी नियोजित गृहभेटी दरम्यान अंगणवाडी आणि आशा कामगार महिन्यानुसार उत्तेजनात्मक उपक्रम राबवू शकतात. वाढीचे निरीक्षण करताना, म्हणजेच बाळांचे वजन करताना, तसेच माता अंगणवाडी सेविकेशी घरी घेऊन जाण्यासाठी संवाद साधताना देखील ते सोबत नेऊ शकतात. शेवटी, ज्या राज्यांमध्ये विस्तारित तास आणि पाळणाघर सुविधा उपलब्ध आहेत अशा राज्यांमध्ये अंगणवाडी केंद्रांमध्ये देखील त्यांचा वापर केला जाऊ शकतो.

b. पालना योजनेत पाळणाघरातील कामगार मुलांसोबत नियमितपणे हे उपक्रम करू शकतात.

c. आशा कार्यकर्ती या महिन्यानुसार उपक्रमांचा वापर करू शकतात आणि दिव्यांग मुलांसाठी तपासणी वेळापत्रक देखील तयार करू शकतात जेणेकरून त्यांच्या मुलांच्या विकासात्मक टप्प्यांबद्दल काळजी घेणाऱ्यांचे ज्ञान वाढेल.

d. तपासणी (विकासात्मक विलंब आणि दिव्यांगत्वाची सुरुवातीची चिन्हे) आणि रेफरल्सचा मागोवा पोषण द्वारे घेतला जाऊ शकतो.

2. पर्यवेक्षकांसाठी:

a. बालविकास आणि प्रतिसादात्मक काळजी घेण्याच्या सामान्य आकलनासाठी या चौकटीतील सैद्धांतिक विभागांचे विश्लेषण केले जाऊ शकते.

b. चौकटीमधील मासिक उपक्रम अशा अंगणवाडी सेविकांना दिले जाऊ शकतात ज्यांना ते स्वतःहून वापरता येत नाहीत..

c. सहाय्यक निरीक्षण आणि आढावा बैठकीत, मासिक उपक्रम आणि दिव्यांग तपासणीच्या वेळापत्रकांचे पालन होत आहे का ते पाहिले जाऊ शकते. अंगणवाडी सेविकांना दिलेल्या उपक्रमांचे पालन करण्यासाठी प्रोत्साहित केले जाऊ शकते.

समुदाय-आधारित कार्यक्रम क्रियाकलाप प्रात्यक्षिक सत्रे, पालकांचे मार्गदर्शन, उत्तेजन आणि ECD चे महत्त्व यावर आयोजित केले जाऊ शकतात.

3. CDPOसाठी:

a. बालविकास आणि प्रतिसादात्मक काळजी घेण्याच्या सामान्य आकलनासाठी या चौकटीतील सैद्धांतिक विभागांचे विश्लेषण केले जाऊ शकते.

b. चौकट मधील मासिक उपक्रम अशा पर्यवेक्षकांना प्रदान केले जाऊ शकतात जे स्वतःहून ते मिळवू शकत नाहीत.

c. सहाय्यक निरीक्षण आणि आढावा बैठकीत, मासिक उपक्रम आणि दिव्यांग तपासणीच्या वेळापत्रकांचे पालन होत आहे का ते तपासले जाऊ शकते. केंद्रातील काळजी आणि घरी भेटीसाठी मार्गदर्शन देण्यासाठी अंगणवाडी सेविकांपर्यंत पोहोचून त्यांना मदत करण्यासाठी पर्यवेक्षकांना प्रोत्साहित केले जाऊ शकते.

d. बालवाडी शिक्षक प्रशिक्षण संस्था, ना-नफा संस्था, खाजगी डेकेअर सेंटर, बालवाटिका, इतर सरकारी किंवा खाजगी पूर्व-प्राथमिक शाळा किंवा शिक्षक, इच्छुक आणि अनुभवी व्यक्ती, समुदाय नेते यांसारख्या ब्लॉकमधील अतिरिक्त मदत करणाऱ्या लोकांची निवड केली जाऊ शकते जे अंगणवाडी सेविकांना मदत आणि प्रशिक्षण देऊ शकतात.

4. DPO आणि जिल्हा अधिकाऱ्यांसाठी:

a. बालविकास आणि प्रतिसादात्मक काळजी घेण्याच्या सामान्य आकलनासाठी सध्याच्या चौकटीतील सैद्धांतिक विभाग तपासले जाऊ शकतात.

b. चौकटीतील मासिक उपक्रम CDPO ना प्रदान केले जाऊ शकतात, जे स्वतःहून ते मिळवू शकत नाहीत.

c. जिल्हा पोषण समित्यांसोबत होणाऱ्या पुनरावलोकन बैठकीत, मासिक उपक्रम आणि दिव्यांग तपासणी वेळापत्रकाचे पालन होत आहे का हे पाहिले जाऊ शकते. सीडीपीओंना केंद्रातील काळजी आणि गृहभेटीसाठी मार्गदर्शन देण्यासाठी पर्यवेक्षक आणि अंगणवाडी कर्मचाऱ्यांना माहिती देण्यास आणि त्यांना मदत करण्यास प्रोत्साहित केले जाऊ शकते.

d. जिल्ह्यातील अतिरिक्त संसाधन व्यक्तींची ओळख पटवली जाऊ शकते जेणेकरून ते आहार केंद्र, नर्सरी शिक्षक प्रशिक्षण संस्था, ना-नफा संस्था, खाजगी डेकेअर सेंटर, बालवाटिका, इतर सरकारी किंवा खाजगी पूर्व-प्राथमिक शाळा किंवा शिक्षक, इच्छुक आणि अनुभवी व्यक्ती, समुदाय

नेते इत्यादी अंगणवाडी कर्मचाऱ्यांना पाठिंबा देण्यासाठी आणि प्रशिक्षित करू शकतील.

5. राज्य महिला आणि बाल विकास विभाग किंवा सामाजिक न्याय विभागांसाठी:

a. संपूर्ण दस्तऐवज हा राज्यस्तरीय चौकटींसाठी एक अध्याय म्हणून विचारात घेतला जाऊ शकतो, जो अंगणवाडी प्रणाली आणि पाळणाघरातील कार्यकर्त्यांना प्रदान केला जाईल.

b. स्थानिक संस्कृती, परंपरा, लोककथा, कथा, खेळ, स्वदेशी खेळणी इत्यादींसाठी राज्याकडून तपशीलवार मासिक आपल्या गरजेनुसार बनवणे (कस्टमाइझ) केले जाऊ शकते.

c. प्रत्येक अंगणवाडी केंद्रात DPO, CDPO आणि पर्यवेक्षकांमार्फत आपल्या गरजेनुसार केलेले आणि भाषांतरित साहित्य छापले जाऊ शकते आणि प्रदान केले जाऊ शकते.

d. वार्षिक कार्यक्रम अंमलबजावणी योजना, मिशन पोषण 2.0 च्या तिमाही पुनरावलोकन बैठका इत्यादींसह पुनरावलोकन बैठकी दरम्यान, मासिक उपक्रम आणि दिव्यांग तपासणी वेळापत्रकांचे पालन केले जात आहे की नाही हे तपासता येते. केंद्रातील सूचना वितरीत करण्यासाठी पर्यवेक्षक आणि अंगणवाडी कामगारांना पोहोचवण्यासाठी आणि त्यांना पाठिंबा देण्यासाठी CDPOना प्रोत्साहित केले जाऊ शकते.

e. राज्यातील अतिरिक्त संसाधन व्यक्तींची ओळख पटवून स्थानिकीकरण आणि प्रशिक्षण देण्यासाठी SCERTs, DIETs, शालेय शिक्षण विभागाचे क्लस्टर संसाधन केंद्रे, DEPWD अंतर्गत राष्ट्रीय संस्था, नर्सरी शिक्षक प्रशिक्षण संस्था, ना-नफा संस्था, खाजगी डेकेअर सेंटर, बालवाटिका, इतर सरकारी किंवा खाजगी पूर्व-प्राथमिक शाळा किंवा शिक्षक, इच्छुक आणि अनुभवी व्यक्ती, समुदाय नेते इत्यादी अंगणवाडी सेविकांना आणले जाऊ शकते.

6. आरोग्य, आदिवासी व्यवहार आणि दिव्यांगत्व विभाग इत्यादी असलेल्या व्यक्तींसाठी:

a. दस्तऐवज एकत्रित करण्यासाठी किंवा समाविष्ट करण्यासाठी वापरला जाऊ शकतो (उदा. आरोग्य विभागांतर्गत दिव्यांग मुलांचे वैद्यकीय निदान, दिव्यांग मुलांसाठी समावेश, क्रॉस डिसॅबिलिटी अर्ली इंटरव्हेन्शन सेंटर्स (CDEICs), राष्ट्रीय संस्था (NIs) सोबत जोडणी, दिव्यांग व्यक्ती विभागांतर्गत स्वावलंबन कार्ड आणि सहाय्यक उपकरणे इत्यादी).

b. राज्यातील अतिरिक्त संसाधन व्यक्तींची ओळख पटवून स्थानिकीकरणास मदत करण्यासाठी आणि SCERTs, DIETs, शालेय शिक्षण विभागाचे क्लस्टर रिसोर्स सेंटर्स, DEPWD अंतर्गत राष्ट्रीय संस्था, नर्सरी शिक्षक प्रशिक्षण संस्था, ना-नफा संस्था, खाजगी डेकेअर सेंटर्स, बालवाटिका, इतर सरकारी किंवा खाजगी पूर्व-प्राथमिक शाळा किंवा शिक्षक, इच्छुक आणि अनुभवी व्यक्ती, समुदाय नेते इ.).

7. इतर संस्था आणि व्यक्ती:

a. जन्मापासून ते तीन वर्षांपर्यंतच्या मुलांसाठी संदर्भित ECD प्रसूतीमधील सर्वोत्तम पद्धतींसाठी हा दस्तऐवज तयार संदर्भ म्हणून वापरला जाऊ शकतो.

b. हे साहित्य भारतीय संदर्भासाठी विशिष्टपणे तयार केले गेले आहे, परंतु आंतरराष्ट्रीय संदर्भात, विशेषतः जागतिक दक्षिणेत, ते शोधले जाऊ शकते आणि वितरणासाठी अनुकूलित केले जाऊ शकते.

c. संशोधक, धोरणकर्ते, सुरुवातीचे शिक्षक, अभ्यासक्रम डिझाइनर आणि अगदी पालक देखील त्यांच्या मुलांशी कसे संवाद साधायचा याबद्दलच्या कल्पनांसाठी याचा संदर्भ घेऊ शकतात

माईलस्टोन क्षण

मुले त्यांना काय अनुभवतात ते शिकतात

तुमचे मूल कसे खेळते, शिकते, बोलते आणि वागते यावरून तुमच्या मुलाच्या विकासाविषयी महत्त्वाचे संकेत मिळतात. प्रत्येक वयात तुमच्या मुलाने कोणते टप्पे गाठले आहेत ते तपासा. मुलाला हे टप्पे गाठण्यात मदत करण्यासाठी तुम्हाला काय करावे लागेल ते देखील जाणून घ्या.

परिचय

मेंदूच्या विकासाविषयीच्या संशोधनातून असे दिसून येते की आयुष्याच्या पहिल्या दोन वर्षांमधील अनुभवांचा तुमच्या मुलाच्या भविष्यावर मोठा प्रभाव पडतो. प्रत्येक वेळी जेव्हा तुम्ही तुमच्या मुलाला खेळता, बोलता, स्पर्श करता आणि प्रेमाने प्रतिसाद देता तेव्हा तुम्ही एक महत्त्वपूर्ण फरक अनुभवला आहे. हा अध्याय

मुलांच्या विकासाच्या प्रत्येक टप्प्यावर केल्या जाणाऱ्या महत्त्वाच्या उपक्रमांनी आणि विकासाच्या प्रत्येक टप्प्यावर आपल्या मुलांना फायदा व्हावा यासाठी आपण काय केले पाहिजे याबद्दल माहिती देणारे हे पुस्तक आहे. हे सर्व पालकांना खेळाच्या क्रियाकलापांचे महत्त्व देखील लक्षात आणून देईल.

"जर तुम्हाला तुमच्या मुलांना हुशार बनवायचे असेल तर त्यांना परीकथा वाचा. जर तुम्हाला ते अधिक हुशार बनवायचे असतील तर त्यांना अधिक परीकथा वाचा." - अल्बर्ट आइन्स्टाईन

जन्म ते 2-3 महिने

तुमच्या बाळाच्या डॉक्टरांशी प्रत्येक भेटीत तुमच्या बाळाने गाठलेले टप्पे आणि पुढे काय अपेक्षा करावी याबद्दल बोला.

या वयात बहुतेक बाळे काय करतात?

- 8-12 इंच अंतरावर लोकांचे चेहरे ओळखण्यास सुरुवात करा.
- हलणाऱ्या वस्तूंचे अनुसरण करा
- मानवी चेहरे आणि काळे आणि पांढरे परस्पर विरोधी नमुने पसंत करा
- लोकांकडे पाहून हसायला सुरुवात करा
- आईच्या आवाजाकडे लक्ष द्या आणि डोके वळवा.
- मोठ्या आवाजाने घाबरणे किंवा रडणे.
- कू, आनंदी असताना किंवा जेवणानंतर गुरगुरण्याचा आवाज करा पोटावर झोपल्यावर डोके वर धरता येते आणि ढकलण्यास सुरुवात करता येते.
- हात आणि पायांनी गुळगुळीत हालचाली करा.
- हात आरामशीर ठेवा आणि लटकणाऱ्या वस्तूंवर हात फिरवा.
- बडबड करायला सुरुवात करा

आपण काय करावे?

- बाळाला जेवणादरम्यान, कपडे घालताना आणि आंघोळ करताना मिठी मारा, बोला आणि खेळा
- रडताना लगेच लक्ष द्या आणि बाळाला सुरक्षित वाटावे म्हणून त्याला जवळ घ्या
- तुमच्या बाळाला स्वतःला शांत करायला शिकण्यास मदत करा. तिला बोटे चोखणे ठीक आहे
- * तुमचे बाळ आवाज काढते तेव्हा उत्साहित व्हा आणि हसून बोला
- तुमच्या बाळाला स्वतःला शांत करायला शिकण्यास मदत करा.
- तुमच्या बाळाच्या वेगवेगळ्या रडण्याकडे लक्ष द्या जेणेकरून तुम्हाला तिला काय हवे आहे हे कळेल
- तुमच्या बाळाशी बोला, वाचा आणि गाणे गा
- तुमचे बाळ जागे असताना त्याच्या पोटावर झोपवा आणि खेळणी तिच्या जवळ ठेवा

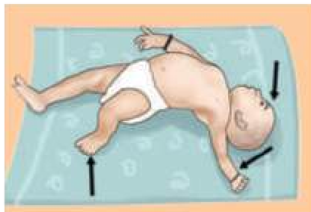
जर तुम्हाला यापैकी कोणतेही "चेतावणी" चिन्ह दिसले तर ताबडतोब ANM/AWW/आरोग्य सेवा प्रदात्याशी संपर्क साधा.

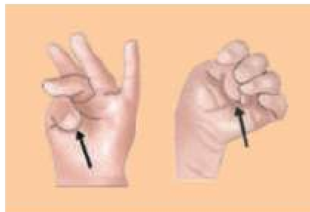
हसू नाही

जेवताना, मिठी मारताना किंवा बोलताना डोळ्यांचा संपर्क साधत नाही.

२ महिन्यांनंतर सतत डोळे मिचकावणे

अचानक मोठ्या आवाजाला प्रतिसाद म्हणून घाबरत नाही / जागे होत नाही / रडत नाही.


डोके मागे ढकलले गेले, हात आणि पाय ताठ झाले.


हात मुठीत किंवा उघडे ठेवून अंगठे तळहाताच्या आत सतत धरले जातात.

खेळण्याद्वारे शिकणे आणि वयानुसार खेळणी

पारंपारिक "झूला" किंवा "थूली" हा मूलतः आईच्या सुती साड्यांपासून बनवलेला U-आकाराचा कापडाचा झूला आहे, जो परंपरेने बोळांना झोपण्यासाठी वापरला जातो आणि तो आईच्या पोटात जाणवत असलेली पवित्रा यामध्ये आईचा वास येतो ज्यामुळे मुलाला आराम मिळतो.

लहान मुलांना रंगीबेरंगी वस्तू आणि आकार पाहताना आनंद होतो आणि ते फक्त 30 सेमी पर्यंत पाहू शकतात. त्यामुळे त्यांच्या चेहऱ्याजवळ खेळणी लटकवा. चेहरा विकासाच्या या टप्प्यावर मूल त्यांच्या आईचा चेहरा ओळखू लागतो.

पालकांनी त्यांच्याशी बोलले पाहिजे आणि त्यांना गाणे म्हटले पाहिजे. आईने कोणतेही बॉडी स्प्रे वापरू नये कारण हा मुखवटा आईचा मूळ वास आहे जो बाळाला ओळखण्यास मदत करतो. आईच्या केसांची रचना बदलू नये कारण यामुळे नवजात बाळाला त्याच्या/तिच्या मर्यादित दृष्टीने तिला ओळखण्यास मंदत होते.

खडखडाट, घंटी किंवा चिकट खेळणी हलवा जेणेकरून ते आवाजाच्या स्त्रोताशी परिचित होतील आणि आनंद घेऊ शकतील.

ट्रो व्हिज्युअल फिक्सेशन आणि ट्रॅकिंगमध्ये मदत करण्यासाठी आणि वस्तूपर्यंत पोहोचण्यासाठी आलाल बागड्या किंवा काळ्या पाढर्या खेळण्यांना धाग्याने बांधले जाऊ शकते बाळाच्या समोर लटकवले जाऊ शकते. हे रंगीबेरंगी किंवा धौली कपडे मुलांसाठी दृष्यदृष्ट्या उत्तेजक असतात आणि मुलाच्या चेहऱ्यापासून 40-50 सेमी अंतरावर मुलाजवळ टांगता येतात.

RBSK

तुमचे 4-6 महिन्यांचे बाळ: "द लूकर"

तुमच्या बाळाच्या डॉक्टरांशी प्रत्येक भेटीत तुमच्या बाळाने गाठलेले टप्पे आणि पुढे काय अपेक्षा करावी याबद्दल बोला.

या वयात बहुतेक बाळे काय करतात?

- काही हालचाली आणि चेहऱ्यावरील हावभाव कॉपी करा, जसे की हसणे किंवा कुरवाळणे
- आरशात स्वतःला पाहणे आणि एका हाताने खेळणी पकडण्याचा प्रयत्न करणे
- दोन्ही हात आणि डोळे एकत्र वापरून खेळणी पकडण्याचा प्रयत्न करणे
- डोळ्यांनी बाजूने बाजूने गोष्टी हलवण्याचे अनुसरण करणे
- डोके स्थिर ठेवा, आधार नसताना, सरळ धरा
- खेळणी धरू शकता आणि ते हलवू शकता आणि हात तोंडावर आणू शकता
- पोटावर झोपताना कोपरांपर्यंत ढकलू शकता
- स्वतःहून ओळखीच्या लोकांकडे हसणे
- ओळखीच्या लोकांसोबत खेळायला आवडते आणि खेळ थांबल्यावर रडू शकते
- बडबड करायला सुरुवात करा (आह, ई, ओ, रडताना वगळता), मोठ्याने हसणे किंवा किंचाळणारे आवाज काढणे
- प्रेमाला प्रतिसाद द्या आणि ती आनंदी आहे की दुःखी आहे हे तुम्हाला कळवा

आपण काय करावे?

- बाळाला धरून त्याच्याशी बोला. हसत राहा आणि आनंदी राहा
- तिला आरसा दाखवा आणि विचारा, "माझे बाळ कुठे आहे?"
- झोपण्यासाठी आणि खायला घालण्यासाठी नियमित दिनचर्या सेट करा
- डोका-मोका असे खेळ खेळा
- तिला चित्रे दाखवा आणि वस्तूंची नावे सांगा पण तिला वर्णमाला शिकवू नका. तिला गोष्टी सांगा.
- बाळ त्यांच्या घरातल्या वस्तूंचा शोध घेऊन शिकतात. बाळाला पोहोचण्यासाठी आणि एक्सप्लोर करण्यासाठी मनोरंजक आणि सुरक्षित गोष्टी जमिनीवर ठेवा.
- मुलांना बाहेर घेऊन जा आणि त्यांना बाहेरच्या जगाची ओळख करून द्या.
- मुले आरामासाठी त्यांच्या बोटांनी आणि अंगठ्यावर चोखतात. हे काळजीचे कारण नाही. या लहान वयात थांबू नका.
- बाळाशी संवाद साधा. बाळाच्या आवाजाचे अनुकरण करा आणि जेव्हा ती तुमच्या आवाजाचे अनुकरण करते तेव्हा तिचे कौतुक करा.

जर तुम्हाला यापैकी कोणतेही "चेतावणी" चिन्ह दिसले तर ताबडतोब ANM/AWW/आरोग्य सेवा प्रदात्याशी संपर्क साधा.

डोक्यावर नियंत्रण नसणे

मदत घेऊनही उठून बसू नका.

आवाक्यात असलेल्या गोष्टी पकडत नाही.

'आह', ईई, ओओ' असे वेगवेगळे आवाज काढून आवाज काढत नाही.

डोके आणि डोळे हलणाऱ्या वस्तूची हालचाल करत नाहीत किंवा त्यांचा मागोवा घेत नाहीत.

पोटावर असताना डोके वर काढता येत नाही.

तुमचे 4-6 महिन्यांचे बाळ: "द लूकर"

खेळातून शिकणे आणि वयोमानानुसार खेळणी

तुमच्या मुलाला ६ महिन्यांचे झाल्यावर बेडच्या आतील बाजूस न तुटणारे प्लास्टिकचे आरसे किंवा हाताने पकडलेला आरसा द्या.

मऊ चेंडूंसह खेळा, ज्यामध्ये मऊ, आनंददायी आवाज करणारे काही चेंडूंचा समावेश आहे.

घरी बनवता येणारी पोताची खेळणी मुलांना विविध पोतांचा अनुभव समजण्यास मदत करतील.

लहान मुले त्यांच्या हातात रेंटल धरू शकतात आणि 4 महिन्यांचे झाल्यावर ते आवाजाचा आनंद घेऊ शकतात.

मुलांना साध्या गाड्या किंवा चाकांवर चालणारे प्राणी/रोलर सारखे लहान, गोलाकार ढकलण्याचे खेळणी द्या (सुमारे 6 महिन्यांपासून).

7-9 महिन्यांचे तुमचे बाळ: "द क्रूझर"

तुमच्या बाळाच्या डॉक्टरांशी प्रत्येक भेटीत तुमच्या बाळाने गाठलेले टप्पे आणि पुढे काय अपेक्षा करावी याबद्दल बोला.

या वयात बहुतेक बाळे काय करतात?

- दोन्ही दिशेने उलटा किंवा उलटा करा
- सर्व बोटांनी खेळणी पकडा
- ध्वनीचा स्रोत शोधा
- ओळखीचे चेहरे किंवा खेळणी दृश्यमानपणे पाहण्यासाठी डोके फिरवा
- 'प, 'ब, 'म' सारखे उच्चारलेले व्यंजने; "ममामा" आणि "बाबाबा" सारखे बडबडणे सुरू करा
- समोर लपवलेली खेळणी शोधतो
- नावाने हाक मारल्यास प्रतिसाद द्या
- उचलण्यासाठी हात पसरवा
- अनोळखी लोकांची भीती वाटू शकते
- गोष्टी तोंडात घाला
- गोष्टी एका हातातून दुसऱ्या हाताकडे सहजतेने हलवा

आपण काय करावे?

- मुलांना वारंवार गोष्टी टाकू द्या, वाजवू द्या आणि फेकू द्या.
- मुलाच्या आवाजाला सौम्य आणि संयमाने प्रतिसाद द्या
- तुमच्या मुलाला खेळण्यासाठी आणि एक्सप्लोर करण्यासाठी स्वच्छ, सुरक्षित घरगुती भांडी द्या
- डोका मारणे आणि लपाछपीसारखे खेळ खेळा
- मुलाचे आवडते खेळणे कापड किंवा पेटीखाली लपवा. मुलाला ते सापडते का ते पहा.
- "माझी पाळी, तुमची पाळी" असे खेळ खेळा
- गोळे पुढे-मागे फिरवून, खेळण्यांच्या गाड्या आणि ट्रक ढकलून आणि डब्यात ब्लॉक्स आत-बाहेर टाकून कारण-कारण शिकवा.
- तुमच्या बाळाला वाचा आणि बोला

जर तुम्हाला यापैकी कोणतेही "चेतावणी" चिन्ह दिसले तर ताबडतोब ANM/AWW/आरोग्य सेवा प्रदात्याशी संपर्क साधा.

रोल ओव्हर करू शकत नाही

कधीही बसण्यास समर्थन देत नाही

आवाजाकडे वळत नाही (दृष्टीआड)

पा..पा..पा, मा.. मा, बा..बा, इत्यादी उच्चारत नाही.

वस्तूंकडे पाहताना प्रत्येक वेळी डोके एका बाजूला झुकते.

खेळातून शिकणे आणि वयोमानानुसार खेळणी

पीक-अ-बूमुळे अंशतः लपलेल्या वस्तूंची समज विकसित होते. बाळे अंशतः। लपलेल्या वस्तूकडे हात फिरवतात, ज्यामुळे संपूर्ण वस्तू अजूनही तिथेच आहे हे त्यांना कळते. जर एखादी वस्तू पूर्णपणे लपलेली असेल तर बाळ सुरुवातीला ती मिळवण्याचा प्रयत्न करत नाही.

तुमच्या मुलाला वेगवेगळ्या आकाराचे, आकारांचे आणि रंगांचे खेळणी खेळू द्या, जे रचता येतील.

पिळणे आणि squeak खेळणी वापरा. (पिळून आवाज करणारी खेळणी वापरा.)

तिला अंगठीवर इंटरलॉकिंग प्लास्टिक डिस्क द्या आणि तोंड काढण्यासाठी आणि दात काढण्यासाठी सुरक्षित प्लास्टिकच्या रिंग्ज द्या..

मुलाला ब्लॉक्स आणि आकारांसह खेळण्यास प्रोत्साहित करा.

तुमचे 10-12 महिन्यांचे बाळ: "द एक्सप्लोरर"

तुमच्या बाळाच्या डॉक्टरांशी प्रत्येक भेटीत तुमच्या बाळाने गाठलेले टप्पे आणि पुढे काय अपेक्षा करावी याबद्दल बोला.

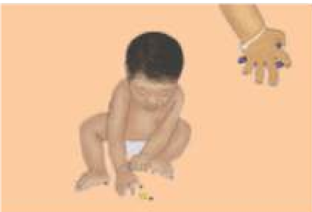
या वयात बहुतेक बाळे काय करतात?

- आधाराशिवाय बसा आणि न पडता खेळणी शोधा
- उचलण्यासाठी हात वर करा
- कोणत्याही वस्तूला न धडकता इच्छित खेळणी मिळविण्यासाठी रेंगाळत जा
- एका हातातून दुसऱ्या हातात वस्तू हलवा आणि दोन वस्तू एकत्र करा
- मातृभाषेत एक किंवा दोन सामान्य शब्द वापरा
- "आई" आणि "दादा" म्हणा आणि "उह-ओह!" सारखे उद्गार काढा
- "नाही", "इथे या" इत्यादी साध्या विनंतीला प्रतिसाद द्या
- आई किंवा बाबा निघून गेल्यावर रडा
- तिला एखादी गोष्ट ऐकायची असेल तेव्हा तुम्हाला पुस्तक दाखवा किंवा द्या
- डोके हलवणे किंवा "बाय-बाय" असे हलवणे सारखे साधे हावभाव वापरा
- लपलेल्या गोष्टी सहजपणे शोधा
- हावभाव कॉपी करा

आपण काय करावे?

- आधार वापरताना उभे राहून चालण्यास प्रोत्साहन देण्यासाठी खेळण्याला थोडेसे बाहेर ठेवा.
- एक्सप्लोर करताना, बाळांना चुकून इतरांना दुखापत होऊ शकते. त्यांना हळूवारपणे कसे स्पर्श करायचे ते दाखवा. त्यांच्यावर ओरडू नका.
- तुमच्या बाळाला कथा सांगा आणि चित्र पुस्तके मोठ्याने वाचा.
- बाळांना प्रत्येक गोष्टीबद्दल उत्सुकता असते. ते काय खेळायचे ते निवडण्यास शिकत असतात. त्यांना त्यांच्या एक्सप्लोरेशनमध्ये मदत करा परंतु त्यांची सुरक्षितता सुनिश्चित करा.
- मुले त्यांचे पालक काय करतात ते पाहून आणि नंतर तेच कॉपी करण्याचा प्रयत्न करून शिकतात. अशा प्रकारे ते शिकतात.
- पुढे काय होते ते पाहण्यासाठी मुले बँग आणि फेक वस्तू सोडतात. पालकांनी धीर धरावा आणि हे एक्सप्लोरेटरी खेळात बदलावे.
- त्यांच्या वातावरणातील गोष्टी दाखवा आणि नावे द्या

जर तुम्हाला यापैकी कोणतेही "चेतावणी" चिन्ह दिसले तर ताबडतोब ANM/AWW/आरोग्य सेवा प्रदात्याशी संपर्क साधा.



बोट आणि अंगठ्याने लहान वस्तू उचलू शकत नाही.

उचलण्यासाठी हात पसरवत नाही.

स्वतःच्या नावाला प्रतिसाद देत नाही.

तुम्ही लपवलेली अर्धी लपलेली खेळणी मुलाला दिसत नाहीत.

पीक-ए-बू (झलक/आंख-मिचौली) सारखे सामाजिक खेळ खेळत नाही.

तुमचे 10-12 महिन्यांचे बाळ: "द एक्सप्लोरर"

खेळण्याद्वारे शिकणे आणि वयानुसार खेळणी

लहान मुले घरातील वस्तूंचा शोध घेऊन आणि वाजवून खेळतात आणि शिकतात. कोणत्याही, तीक्ष्ण वस्तू टाळा.

बोट, हात आणि पाय असलेली खेळणी: कापडापासून तयार केलेली चिंधी बाहुली.

विशेषत: 11-12 महिन्यांच्या वयात खेळणी ढकलणे आणि खेचणे.

लहान मुलांची पुस्तके किंवा चमकदार चित्रे असलेली जुनी मासिके (त्यांना मुळाक्षरे शिकवू नका तर फक्त चित्रे दाखवा आणि त्यांना कथा सांगा).

लहान मुले शिकण्यासाठी आणि एक्सप्लोर करण्यासाठी', विविध रंग, आकार, आकार आणि पृष्ठभाग यांच्या खेळण्यांसह खेळतात. ते दोन खेळणी वारंवार एकत्र आणतात आणि नंतर त्यांना नाटकाचा एक भाग म्हणून वेगळे करतात. ते एक टम्बलेर दुसऱ्यामध्ये घालतात आणि आकार आणि आकारांबद्दल जाणून घेतात. टेक्सचरची खेळणी घरच्या घरीही तयार केली जाऊ शकतात, ज्यामुळे त्यांना विविध टेक्सचरची अनुभूती येते.

तुमचे 13-18 महिन्यांचे बाळ: "द वॉकर"

तुमच्या बाळाच्या डॉक्टरांशी प्रत्येक भेटीत तुमच्या बाळाने गाठलेले टप्पे आणि पुढे काय अपेक्षा करावी याबद्दल बोला.

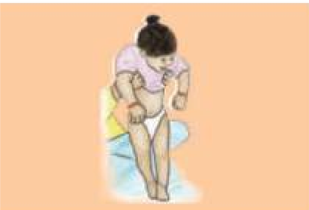
या वयात बहुतेक बाळे काय करतात?

- अनेक स्वतंत्र पावले उचलू शकते. एकटी चालू शकते.
- हलवणे, टाळ्या वाजवणे असे अनेक परिचित हावभाव वापरा
- कंटेनमध्ये खडे/लहान वस्तू ठेवा
- पुस्तकात सामान्य वस्तू आणि त्यांचे चित्रे नाव द्या आणि ओळखा
- खाण्याचे नाटक करून बाहुली किंवा भरलेल्या प्राण्यांच्या खेळण्यामध्ये रस दाखवा
- राग येऊ शकतो
- एखाद्याला काय हवे आहे ते दाखवण्यासाठी इशारा करा
- अनेक एकच शब्द म्हणा, किमान ५ शब्द सातत्याने, जरी स्पष्ट नसले तरी.
- "नाही" म्हणा आणि डोके हलवा
- सामान्य गोष्टी कशासाठी आहेत ते जाणून घ्या; उदाहरणार्थ, साबण, काच, ब्रश, चमचा
- स्वतःहून लिहा, उत्स्फूर्तपणे
- कोणत्याही हावभावाशिवाय १-चरण मौखिक आदेशांचे पालन करू शकते; उदाहरणार्थ, जेव्हा तुम्ही "बसा" म्हणता तेव्हा बसा
- कप किंवा लहान ग्लासमधून प्या
- चमच्याने किंवा स्वतःच्या हातांनी खा, जरी ते सांडले तरी

आपण काय करावे?

- * बाळांना चालायला शिकण्यासाठी पुश टॉय द्या
- मुलांना काही फळे, खेळणी इत्यादी द्या. त्यांना वस्तू ओळखण्यास सांगा, त्या डब्यातून बाहेर काढा
- तुमच्या मुलाला साधे प्रश्न विचारा. त्यांना बोलण्यास प्रोत्साहित करा.
- एक सुरक्षित, प्रेमळ वातावरण प्रदान करा. सुसंगत आणि अंदाजे असणे महत्वाचे आहे.
- वाईट वर्तनाला शिक्षा करण्यापेक्षा चांगल्या वर्तनाची प्रशंसा करा.
- सहानुभूती वाढवा. उदाहरणार्थ, जेव्हा बाळ दुःखी पाहते तेव्हा तिला दुसऱ्या मुलाला मिठी मारण्यास किंवा थाप देण्यास प्रोत्साहित करा.
- सोप्या शब्दांत पुस्तके वाचा आणि चित्रांबद्दल बोला.
- बाहुल्या, टेलिफोन खेळण्यासारखे नाटकी खेळण्यास प्रोत्साहित करणारी खेळणी द्या.
- तिला कपातून पिण्यास आणि चमचा वापरण्यास प्रोत्साहित करा, कितीही गोंधळलेला असला तरी.
- फुगे उडवा आणि तुमच्या मुलाला ते फोडू द्या.

जर तुम्हाला यापैकी कोणतेही "चेतावणी" चिन्ह दिसले तर ताबडतोब ANM/AWW/आरोग्य सेवा प्रदात्याशी संपर्क साधा.


आधाराशिवाय स्वतः उभे राहू शकत नाही.

कंटेनरमध्ये लहान वस्तू ठेवू शकत नाही.

नाव घेताना एखाद्या वस्तूकडे बोट दाखवत नाही.

आईच्या हावभावांना प्रतिसाद देत नाही आणि स्वतःच्याच जगात रमलेली दिसते.

दैनंदिन कामांसाठी दोन्ही हात वापरत नाही (एका हाताला प्राधान्य देतो)

अम्मा, बाबा, दादा

"आई" किंवा "दादा" सारखे एकही शब्द बोलत नाही.

खेळण्याद्वारे शिकणे आणि वयानुसार खेळणी

लहान मुले अनुकरण करून शिकतात. त्यांना सरावासाठी अनेक संधींची गरज आहे.

चित्रांच्या पुस्तकांची ओळख करून द्या पण अजून वर्णमाला शिकवू नका.

लहान मुले खूप सक्रिय असतात. चालताना, धावताना आणि चढताना त्यांना सुरक्षित ठेवा. या वयातील मुले खूप उत्सुक असतात.

या वयोगटातील खेळणी सुरक्षित आणि लहान मुलाझ्या हाताळणीचा करण्यास सक्षम असावीत. उदाहरणांमध्ये

हे समाविष्ट आहे: मोठ्या चित्रांसह कापड किंवा प्लास्टिकची पुस्तके, लहान मुलांच्या कार, संगीताचे टॉप, नेस्टिंग ब्लॉक्स, स्टॅकिंग खेळणी.

तुमचे बाळ 18 - 24 महिन्यांचे: "द कर्ता"

तुमच्या बाळाच्या डॉक्टरांशी प्रत्येक भेटीत तुमच्या बाळाने गाठलेले टप्पे आणि पुढे काय अपेक्षा करावी याबद्दल बोला.

या वयात बहुतेक बाळे काय करतात?

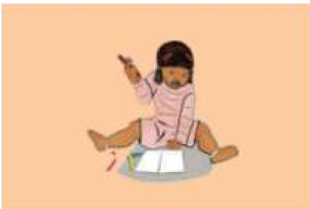
- अनेक स्वतंत्र पावले उचलू शकतो. एकटा चालू शकतो.
- खेळणी ओढतानाही स्थिर चालणे
- घरातील कामे / कामे यांचे अनुकरण करणे.
- वैयक्तिकरित्या किंवा पुस्तकात शरीराच्या एका किंवा अधिक भागांना योग्यरित्या दाखवा आणि त्यांची नावे द्या.
- धावणे आणि चेंडू लाथ मारणे सुरू करा
- इतर मुलांसोबत खेळण्यास प्राधान्य द्या पण नाही
- अपरिहार्यपणे एकमेकांशी खेळणे
- उद्धट वर्तन दाखवा (त्याला जे करू नये असे सांगितले आहे ते करणे)
- इतर मुलांच्या जवळ किंवा जवळ खेळा, परंतु एकमेकांशी नाही.
- कुत्रा, मांजर आणि पक्षी यासारख्या गोष्टी किंवा चित्रांची नावे देताना त्याकडे निर्देश करा
- मामा-दुधु (दूध); मामा-मॅम (पाणी) इत्यादी दोन शब्द जोडून वाक्ये म्हणा.
- कृती आणि शब्दांची कॉपी करा

आपण काय करावे?

- मुलांना सुरक्षितपणे चालण्याची, धावण्याची आणि चढण्याची संधी द्या.
- मुलांना तुमचे अनुकरण करू द्या आणि त्यांच्या कौशल्यांचा सराव करण्याची संधी देऊन त्यांना मदत करा.
- जरी ते गोंधळले तरी त्यांच्याशी धीर धरा.
- मुलांना ठराविक वेळी झोपणे आणि उठणे यासारख्या दैनंदिन दिनचर्येचे पालन करण्यास प्रोत्साहित करा.
- तुमच्या मुलाला वारंवार त्या पुन्हा पुन्हा सांगण्यासाठी मोठ्याने कथा वाचा.
- मुलाला लिहिण्यासाठी एक प्रत आणि कागद द्या.
- तुमच्या मुलाला घरातील सोप्या कामांमध्ये मदत करण्यास प्रोत्साहित करा, जसे की झाडू मारणे आणि जेवण बनवणे. तुमच्या मुलाची चांगली मदत केल्याबद्दल प्रशंसा करा.
- या वयात, मुले अजूनही एकमेकांच्या शेजारी (सोबत नाही) खेळतात आणि चांगले वाटून घेत नाहीत. मुलांना खेळण्यासाठी भरपूर खेळणी द्या. मुलांवर बारकाईने लक्ष ठेवा आणि जर ते भांडत असतील किंवा वाद घालत असतील तर त्यात सहभागी व्हा.
- तुमच्या मुलाचे लक्ष द्या आणि जेव्हा तो तुमच्या सूचनांचे पालन करतो तेव्हा त्याची प्रशंसा करा. उद्धट वर्तनासाठी लक्ष मर्यादित करा. वाईट वर्तनासाठी शिक्षा करण्यापेक्षा चांगल्या वर्तनांची प्रशंसा करण्यात जास्त वेळ घालवा.
- तुमच्या मुलाची खेळणी खोलीभोवती लपवा आणि तिला ती शोधू द्या.

जर तुम्हाला यापैकी कोणतेही "चेतावणी" चिन्ह दिसले तर ताबडतोब ANM/AWW/आरोग्य सेवा प्रदात्याशी संपर्क साधा.

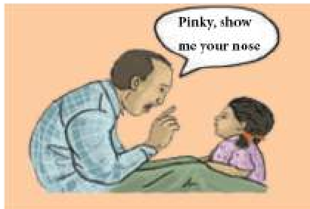
खेळणी ओढताना स्थिर चालत नाही.


लिहिता येत नाही.

दूध दे, अम्मी ये...

"दूध द्या" असे दोन शब्दांचे वाक्य वापरत नाही.

बाय-बाय/नमस्तेला प्रतिसाद देणे यासारख्या हावभावांना योग्य प्रतिसाद देत नाही.



शरीराच्या अवयवांकडे निर्देश करत नाही.

साध्या सूचना समजत नाहीत आणि त्यांचे पालन करत नाहीत असे दिसते.

खेळण्याद्वारे शिकणे आणि वयानुसार खेळणी

मुले समान आकार आणि आकाराच्या वस्तू जुळवू लागतात.

चेंडू लाथ मारणे. हालचाल करताना समतोल राखणे आणि अपेक्षा करणे शिकणे.

क्यूब्ससह बिल्डिंग ब्लॉक्स.

सामाजिक खेळणी

सामायिक करणे आणि सामाजिक करणे शिकणे. मुले समान क्रियाकलापात गुंतलेल्या इतर मुलांच्या उपस्थितीत खेळतात, तरीही एकमेकांकडे लक्ष देत नाहीत

खेळणे अत्यावश्यक असताना कधी थांबावे आणि विश्रांती द्यावी हे माहित असणे आवश्यक आहे

बाळाचे संकेतः 'मला विश्रांतीची किंवा क्रियाकलाप बदलण्याची गरज आहे'

जर तुमच्या बाळाने तिचे डोके मागे वळवले, तिच्या पाठीवर कमान लावले किंवा रडले, तर तो तुम्हाला सांगत असेल की तिला विश्रांतीची किंवा क्रियाकलाप बदलण्याची गरज आहे. तुमच्या बाळाला खेळण्यासाठी जमिनीवर ठेवण्याचा प्रयत्न करा किंवा झोपेची वेळ झाली असल्यास अंथरुणावर झोपा.

बाळ थकल्याची चिन्हेः 'मला विश्रांतीची गरज आहे'

जर तुमचे बाळ जांभई देत असेल, डोळे चोळत असेल किंवा हात किंवा पायांना धक्का देत असेल, तर तो थकल्यासारखी चिन्हे दाखवत आहे. लहान मुले आणि मोठी बाळे कुजबुजतात, रडतात आणि लक्ष देण्याची मागणी करतात. आपल्या मुलाला झोपायला मदत करण्यासाठी अंथरुणावर थोडा वेळ देण्याचा प्रयत्न करा.

तुमच्या बाळाला हानी पोहोचवू शकणाऱ्या सामान्य पद्धती

- बाळाला 1 वर्षापूर्वी मध किंवा 'जन्म घुट्टी' देणे
- बाळंतपणानंतर काही दिवस आईचे दूध न देणे.
- गाईचे दूध - ते हलके आणि पवित्र आहे असे समजून
- बेबी पावडर जास्त लावणे
- कडक मालिश करणे किंवा खूप वेळा मालिश करणे
- आणि आटा (हरभरा आणि "गव्हाचे पीठ" वापरून शरीराचे केस काढण्याचा प्रयत्न करणे
- नवजात बाळाच्या डोळ्यांना 'सुरमा' किंवा 'काजल' लावणे.
- तुमच्या बाळाच्या मनगटाभोवती किंवा गळ्यात काळा धागा न बांधणे चांगले यामुळे गुदमरणे, गळा दाबणे, त्वचेत संसर्ग होऊ शकतो. गरज पडल्यास, कपाळावर किंवा पायावर काळाचा टीका लावता येतो.
- कानात आणि नाभीत तेलाचे काही थेंब टाकणे
- मुलाला थोड्या काळासाठी एकटे सोडणे

References

1. Ministry of Women and Child Development. 2023. *Report of the Task Force on Early Childhood Care and Education (ECCE).* Government of India.

2. Press Information Bureau. 16 December 2013. *Implementation of Restructured ICDS.*

3. Ministry of Women and Child Development. 2013. *National Early Childhood Care and Education Policy.* Government of India.

4. National Institute for Public Cooperation and Child Development. 2014. *NATIONAL EARLY CHILDHOOD CARE AND EDUCATION (ECCE) CURRICULUM FRAMEWORK.* Ministry of Women and Child Development, Government of India.

5. Andrew, Alison, Orazio Attanasio, Britta Augsburg, Monimalika Day, Sally Grantham-McGregor, Costas Meghir, Fardina Mehrin, Smriti Pahwa, and Marta Rubio-Codina. 2019. "Effects of a scalable home-visiting intervention on child development in slums of urban India: Evidence from a randomised controlled trial." ***Journal of Child Psychology and Psychiatry 61, no. 6 (December): 644-652. doi: 10.1111/jcpp.13171.***

6. Ministry of Health and Family Welfare. *Handbook for ASHA Facilitators .pdf.* Government of India.

7. Chattopadhyay N, Aneja S. The Status of Early Childhood Development in India: Will We Reach the Countdown to 2030 Targets? Indian Pediatr. 2021 Nov 15;58 Suppl 1:S4-S10. PMID: 34687181.

8. Ertem IO, Krishnamurthy V, Mulaudzi MC, Sguassero Y, Balta H, Gulumser O, Bilik B, Srinivasan R, Johnson B, Gan G, Calvocoressi L, Shabanova V, Forsyth BWC. Similarities and differences in child development from birth to age 3 years by sex and across four countries: a cross-sectional, observational study. Lancet Glob Health. 2018 Mar;6(3):e279-e291. doi: 10.1016/S2214-109X(18)30003-2. PMID: 29433666.

9. National Health Mission. 2018. *Journey of the First 1000 Days: Foundation for a Brighter Future.* Ministry of Health and Family Welfare, Government of India.

10. McClean S. 2016. *Understanding child development - Emerging Minds.* Emerging Minds.

11. Ministry of Women and Child Development. 2010. *ICDS Mission - Broad Framework for Implementation.* Government of India.

12. Ministry of Women and Child Development. 2023. Standard Operating Procedure for Palna Scheme. Government of India.

13. Press Information Bureau. 2023. *"Ministry of Information and Broadcasting approves Comprehensive "Digital Advertisement Policy, 2023"".* Ministry of Information and Broadcasting. Government of India.

14. Bornstein, Marc H. "Caregiver responsiveness and child development and learning: From theory to research to practice." Infant/toddler caregiving: A guide to cognitive development and learning (2012): 11-25, *https://openlab.bmcc.cuny.edu/ece110-151l-fall2021/wp-content/uploads/sites/504/2020/08/West Ed-Cognitive-Development-and-Learning-Infants-and-Toddlers.pdf#page=26*

15. Dunst, Carl J., and Danielle Z. Kassow. "Caregiver sensitivity, contingent social responsiveness, and secure infant attachment." Journal of Early and Intensive Behavior Intervention 5.1 (2008): 40, *https://doi.org/10.1037/h0100409*

16. Honig, Alice S. "Meeting the Needs of Infants." (1981), *Https://eric.ed.gov/?id=ED198958*

17. Learned, Spatial Relationships. "Learning Experiences for Babies." Dimensions 6 (1978): 33-43, .

18. Adolph, Karen E., and John M. Franchak. "The development of motor behavior." Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science 8.1-2 (2017): e1430, *https://doi.org/10.1002/wcs.1430*

19. Bergen, Doris. "Play as the Vehicle for Early Intervention with At-Risk Infants and Toddlers." (1991), *https://eric.ed.gov/?id=ED335115*

20. PALNA Anganwadi-cum-Crèche Mission Shakti Standard Operating Procedure. Ministry of Women and Child Development, 2013.

21. Chopra, Geeta. Stimulating Development of Young Children with Disabilities at Anganwadi and at Home: A Practical Guide. Department of Human Development and Childhood Studies, 2012.

22. Chopra, Geeta. Early Detection of Disabilities and Person with Disabilities in the Community. Department of Human Development and Childhood Studies, 2012.

23. Normal Development and When to Suspect Abnormal Development?. Indian Academy of Pediatrics, 2020-21.

24. Handbook For Anganwadi Workers (Awws) On Early Childhood Home Stimulation Activities. National Institute Of Public Cooperation And Child Development.

25. A guide for Parents and CCD Providers. Care for Child Development

26. National Curriculum Framework for Foundation Stage. NCERT, 2022.

27. Parent Manual Activities for children up to age 3 years. Caribbean Institute for Health Research, The University of the West Indies, Kingston, Jamaica, 2020.

28. National Education Policy. Ministry of Education, 2020.

29. MOTHER AND CHILD PROTECTION CARD, MoHFW, MWCD, 2018.

30. Brain-Building Play Ideas. Aarambh, Mahatma Gandhi Institute of Medical Sciences.

31. Nurturing care handbook. Start here: how to use the handbook, understand nurturing care and take action. World Health Organization and the United Nations Children's Fund, 2022

32. Rosenbaum, P., & Gorter, J.W. (2012). The 'F-words' in childhood disability: I swear this is how we should think! Child: Care, Health and Development, 38(4), 457 – 463. DOI: 10.1111/j.1365-2214.2011.01338.x; CanChild's F-words Knowledge Hub: ***www.canchild.ca/f-words***

सत्यमेव जयते
Government of India