PARENT HELPER

जन्म से पाँच साल की आयु तक छोटे बच्चों में होने वाले विकास की मार्गदर्शिका

MARYLAND STATE DEPARTMENT OF EDUCATION
डिवीजन ऑफ स्पेशल एजुकेशन अर्ली इंटरवेंशन सर्विसेज, अर्ली चाइल्डहुड इंटरवेंशन एंड एजुकेशन ब्रांच

माता–पिता के लिए सहायक श्रृंखला

मेरीलैंड स्टेट डिपार्टमेन्ट ऑफ एजुकेष विविध कौशल विकास क्षेत्रों के बारे में माता–पिता के लिए सहायकों की एक किस्म को कवर हैंडबुक की एक श्रृंखला प्रकाशित करती है.

- ❐ पुस्तक 1, माता–पिता के लिए सहायकः **सिंहावलोकन**
- ❐ पुस्तक 2, माता–पिता के लिए सहायकः **संचार**
- ❐ पुस्तक 3, माता–पिता के लिए सहायकः **अनुभूति**
- ❐ पुस्तक 4, माता–पिता के लिए सहायकः **सामाजीकरण**
- ❐ पुस्तक 5, जनक सहायकः **गतिविधि विकास**

एक पुस्तक या पूरी माता–पिता के लिए सहायक श्रृंखला के लिए, Maryland State Department of Education, Division of Special Education/Early Intervention Services, Early Childhood Intervention and Education Branch, 200 W. Baltimore Street, 9th floor, Baltimore, MD 21201 से संपर्क करें 410–767–0261 वॉयस, टोल फ्री 1–800–535–0182; 410–333–8165 फैक्स.

PARENT HELPER, कॉपीराइट 2000 मेरीलैंड स्टेट डिपार्टमेन्ट ऑफ एजुकेशन। MSDE संसाधन मेन्युअलः विकलांग बच्चे, जन्म से पाँच साल की आयु तक 1980, 1982 (हेन्डीकेप्ड चिल्ड्रन, बर्थ थ्रु फाइव, 1980, 1982) से तैयार किया गया। सर्वाधिकार सुरक्षित।

PARENT HELPER

A GUIDE TO DEVELOPMENT IN YOUNG CHILDREN, BIRTH THROUGH AGE FIVE

विषय सूची

परिचय 2

विकास के आयाम 3

विकास के महत्त्वपूर्ण क्षण 3

खोजने की प्रक्रिया.. 9

आप अपने बच्चे को सीखने में मदद कर सकते हैं............. 10

आपके बच्चे के सीखने का पहला माहौल......................... 10

प्रस्तावित क्रियाकलाप –

शिशुओं के लिए.. 11

जब बच्चा खोजने–जानने के लिए तैयार हो 11

जब वह हाथ का इस्तेमाल करने को तैयार हो 11

बच्चे के विकास को प्रोत्साहन दें...................................... 13

अध्यापन प्रक्रियाओं का नमूना 14

Book Number 1

परिचयः
माता–पिता के लिए सहायक पुस्तिका श्रृंखला

मता–पिता होने के कारण आपके बच्चे के जीवन में आप सब से महत्वपूर्ण व्यस्क हैं। आपकी संतान स्कूल जाने की उम्र की हो, उससे बहुत पहले आपसे ही सीखेगी। आप को देख कर, आपके साथ खेलने के दौरान और आप के द्वारा जिस तरह से उसकी देखभाल की जाती है, उससे वह सीखेगी।

माता – पिता लिए सहायक हैंडबुक्स खास आप को आपके बच्चे के जन्म से लेकर पांच वर्ष तक की उम्र में विकास मददगार होने के लिए बनायी गयीं हैं। प्रत्येक हैंडबुक में आपके बच्चे में होने वाले विकास की महत्त्वपूर्ण क्षणों को समझने के लिए एक मानक चार्ट दी गई है। इसमें आप अपने बच्चे के विकास के लिए क्या करें, उसे किन चीजों के लिए प्ररित करें इन बातों के लिए खास क्रियाकलापे बताये गये है। इस हैंडबुक में ये भी बताया गया है कि आप किस तरह शुरूआती वर्षों में आपकी संतान को उसकी सर्वोत्तम क्षमता का इस्तेमाल करने को सक्षम बनाने के लिए कार्य करने वाले शुरूआती देखभाल और शिक्षा प्रदान करने वालों से सहयोग बढ़ा पाएंगे।

माता–पिता के लिए सहायक हैंडबुक्स में दिए गए ज्यादातर सुझाव में अभिभावकों की तरफ से ही दियेे गये है। अन्य सेवा प्रदाताओं द्वारा सफलतापूर्वक प्रयोग किये गये हैं। वैसे तो इस किताब में विकास के हर पड़ाव के लिए सुझाव दिए गए हैं, लेकिन आप अपने बच्चे की जरूरतों के मुताबिक इसमें तब्दिलियां भी ला सकते हैं।

ध्यान रखिए कि आप अपने बच्चे के लिए पहले शिक्षक हैं। हमें उम्मीद है कि जो जानकारी माता पिता के लिए सहायक हैंडबुक्स में दी जा रही है, उनके जरिए आपमें अपनी संतान को देखने का एक नया नजरिया विकसित हो सकेगा, और आप अपनी संतान को इस दुनिया को जानने में मदद कर सकेंगे।

यहां से वहां तक....

छोटे बच्चों में विकास के खास स्वरूप

विकास की प्रक्रिया में बच्चा जो पहले सीखता है, उसी के आधार पर वो आगे की चीजों को भी समझता जाता है। तीन महीने की उम्र में बच्चा पीठ के बल सो कर हवा में अपने पैरों को चला सकता है। यही बच्चा नौवें महीने में अपने पेट के बल सरकने लगता है। और जब तक कि वह 24 महीने का होता है, यही बच्चा कमरे के एक छोर से दूसरा छोर तक बिना गिरे पड़े दौड़ने लगता है।

अंगों के संचालन के विकास के क्रम में पैर चलाना, सरकना और दौड़ना सभी शामिल रहता है। और माता पिता की मदद के लिए लिखी गई इस हैंडबुक में भी विकास के प्रमुख पडाव के चार्ट में इसे सम्मलित किया गया है।

संज्ञानः जानना, सोचना, जागरूकता

संवादः भाषा को व्यक्त कर पाना

पूर्ण संचालनः बड़ी मांसपेशियों का विकसित होना

सूक्ष्म संचालनः छोटे मांसपेशियों का विकसित होना

खुद से मददः अपने से करना

सामाजिकः स्व के प्रति जागरूक होना, दूसरों को प्रतिक्रिया देना

विकास के प्रमुख पड़ाव की रूपरेखा में छोटे बच्चों के विकास का खास स्वरूप भी सामने आता है। जैसे आप अपने बच्चे के विकास का अध्ययन करते हैं, ये हमेशा मान कर चलें कि दो बच्चा कभी एक जैसा नहीं होता है। इसलिए जरूरी नहीं कि आपका बच्चा भी इस हैंडबुक में दी गई जानकारी के एकदम समान ही विकसित होगा।

0 से 3 महीने

संज्ञान	• किसी वस्तु या व्यक्ति को देखता है • आंखो और हाथ की हरकत को देखता है • परिचित ध्वनि से सकारात्मक प्रतिक्रिया दिखाता है • नई आवाज को हिलचाल से या स्वर से प्रतिक्रिया देता है
संवाद	• कम समय के लिए लेकिन गले से आवाज निकालता है। • आवाज निकाल कर भावना व्यक्त करता है, स्वर निकालता है • मां की आवाज पर मुस्कुराता है • दोस्ताना व्यक्ति को आवज निकाल कर जवाब देता है
पूर्ण संचालन	• अगल बगल घुलटता ह • सीधा हो तब सिर पर नियंत्रण प्राप्त करता है • पीठ के बल लेटा हो तब हाथ और पैर चलाता है • पेट या पीठ के बल लेटने पर दोनों तरफ सिर घुमाता ह
	• अपने हाथों की हरकत देखता है • एक वस्तु से दूसरे वस्तु की ओर देख ाता है • हाथ में वस्तु देने पर उसे पकड़ ता है • नीचे–उपर और इधर–उधर हरकतों को देखना
स्वयं सहायता	• चुप हो जाता है • चूसने की प्रक्रिया दर्शाता है • मुंह खोलता है और स्तन/बोतल चुसता है
सामाजिक	• उठाने पर शांत हो जाता है। • सहलाने और गुदगुदाने पर आनंदित होता है • शरीरिक गतिविधि के द्वारा आनंद प्रदर्शित करता है • खिलाने के दौरान संक्षिप्त नजर संपर्क बनाए रखता है • बेवजह ही या परिचित मुस्कुराहट, आवाज, या स्पर्श छूने के जवाब में मुस्कुराता है

विकास के पड़ाव

	3 6 महीने	6 से 9 महीने
अनुभूति	• माँ को पहचानता हैं • कुंजन की नकल करता है • वस्तुओं पर की गई कार्रवाई को दोहराता है • आंशिक रूप से छिपी हुई वस्तु को ढूंढता है • किसी वस्तु को पकड़ने पर हाथ और वस्तु की ओर देखता है • किसी खेल को जारी रखने के लिए आवाज निकालता है	• अपना नाम पुकारा जाने पर प्रतिक्रिया देता है। • आधा छिपाये गये खिलौने को खोलता है। • खिलौना हिलाने जैसी सरल, जानी हुई क्रियाओं की नकल करता है। • जो चीज नजर से दूर हो गई है उसकी तरफ देखता है।
संचार	• विभिन्न कारणों के लिए विभिन्न तरह से रोता है • आवाज को पता लगाने के लिए सिर घुमाता है • बड़बड़ाने की प्रकिया शुरू करता ह • आवाज का जवाब किसी तरह की आवाज निकाल कर देता है	• माँ की आवाज़ सुन कर मुस्कुराता है। • अपनी भावनाओं की अभिव्यक्ति करते हुए आवाज़ करता है, स्वर निकालता है। • छोटी लेकिन भरी सी आवाज़ें निकालता है • दोस्ताना व्यक्ति को आवाज़ कर जवाब देता ह
पूर्ण संचालन	• पेट के बल उलटता पलटता है • पैर उठा कर मुंह में ले जाता है • सिर और सीना उठा कर जमीन से उपर उठने की कोशिश करता है • कूल्हों को सीधा करता है, जब पेट के लेटा हो तो पैरों को उपर करता है • उठ बैठता है; एकाध पल के लिए अकेला बैठ लेता है	• पीठ के बल पर लेटें रहने पर सिर को उठाता है • पीठ से पेट की ओर घुलटता है • खड़े होने पर पूरा वजन देना • बिना मदद के बैठे रहता है और खिलौने तक पहुंचने का प्रयास करता है • हाथों और घुटनों पर संतुलन बनाता है • पेट के बल फर्श पर बढता है
सूक्ष्म संचालन	• वस्तुओं को फेंक कर आवाज कराता है • उंगलियों और हथेलियों से वस्तुओं को पकड.ता है • दोनों हाथों से वस्तुओं को अपने सामने पकड़ता है	• हाथों से ताली बजाता है • दूसरी वस्तु दिए जाने पर पहली को पकडे रखता है • कलाई को वस्तु या खिलौने को पकड़ने के लिए उपयोग करता है • अंगूठे और तर्जनी से पकड़ता है • चीजों को एक हाथ से दूसरे हाथ में लेता है
स्वयं सहायता	• शिशु आहार चम्मच से खाता है • दूध के बोतल के लिए हाथ बढ़ा कर उसे पकड़ता है • गतिविधियों के बढ़ने के साथ भोजन का इंतजार	• पकड़ के खाने वालीं चीज़ें खाता है • चबाने की प्रक्रिया शुरू करता ह • बोतल तक पहुंचकर उसे पकडता है • मदद से कप के द्वारा कुछ पीता है • न्रम चीजों को पकड़ता, काटता और चबाता है
सामाजिक	• अजनबियों को देखता है • शारीरिक खेल पसंद करता है • अक्सर जोर से हंसता • अपनी खुषी या नाराज़गी जाहिर करता है। • आईने में दिखती छाया के नज़दीक जाता है। • जब अकेला छोड़ दिया जाए या नीचे रख दिया जाए तो रोता है। • अन्जान वातावरण के बारे में जागरूकता प्रदर्षित करता है।	• लुका छिपी जैसे खेलता है • दर्पण में अपने प्रतिबिंब को देखकर हरकत करता है • संक्षिप्त अवधि के लिए अकेलो हो तब भी खेलता है • जब उसके साथ खेला जाए तो प्रसन्नता जाहिर करता है • परिचित वस्तु को हटाने पर नाराजगी दिखाता है • मुस्कुराहट और आवाज के विशेष टोन को समझता है और उनके मुताबिक प्रतिक्रिया करता है

9 से 12 महीने / 12 से 18 महीने

अनुभूति

9 से 12 महीने

- सरल खेल खेलता है
- दिखाई देने वाले खिलौनों और चीजों पर क्रिया करता है या उनके साथ खेलता है
- कोई चीज़ चाहिए हो तो उस तक पहुँचने के लिए प्रवृत्ति करता है
- पूरी तरह से छिपी हुई वस्तु को खोज लेता है
- पुस्तक में चित्रों को देखता है
- कोई क्रिया कराने के लिए किसी वयस्क या वस्तु को छूता है

12 से 18 महीने

- आकार कटे बोर्ड पर सही आकार की वस्तु रखता है
- छड़ी के सहारे किसी वस्तु को अपनी ओर खींचता है
- पहेली बोर्ड में आकार पहचानता है
- अपरिचित आवाज या इशारों की नकल करता है
- चेहरे का भाव नकल करता है
- जिस चीज का नाम लिया जाए या उसे जो चीज चाहिए हो उस की ओर इशारा करता है

संचार

9 से 12 महीने

- मिट्टि की टिकिया बनाने के खेल खेलता है, जाने पर बाय–बाय करता ह
- खांसी, जीभ टिक–टिक करने या होंठ चपचपाने की नकल रता है
- नहीं कहने पर गतिविधियों को बंद करना करता है
- बड़ों की बातें दोहराता है
- कुछ शब्दों और इशारो को समझता है
- गैर सार्थक शब्दों का उपयोग करकरता है
- नये शब्द की नकल करता है

12 से 18 महीने

- सिर हिलाकर ना कहता है
- पहले सहज शब्दों का प्रयोग करता है
- एक शब्द के जरिए विचार व्यक्त करना . जैसे दूध की मांग दूध बोलकर करना
- सरल हुक्मों को मानता
- जो करने को कहा जाए, करता है

पूर्ण संचालन

9 से 12 महीने

- हाथों और घुटनों की मदद से आगे बढनाता है
- स्थिर वस्तुओं की मदद से खड़ा हो जाता है
- पहले मदद के साथ और फिर अकेले खड़ा हो वहाँ से बैठ जाता ह
- फर्नीचर पकड़ कर चलता है
- सहारे के साथ चलता है
- सहारा छोड़ कर अकेले खड़ा होता है

12 से 18 महीने

- सीढ़ियों पर रेंग कर चड़ जाता है
- बिना फर्नीचर पकड़े चलता है
- पीछे की तरफ सीढियों पर नीचे की ओर रेंगता है
- किसी फर्श के बीचोंबीच अकेला खड़ा रहता है
- पीछे की ओर और बाजू पर खिसकता है
- एक हाथ पकड़कर सीढी के उपर चढ़ता है
- स्वतंत्र रूप से खड़ा होता है

सूक्ष्म संचालन

9 से 12 महीने

- केवल पहली उंगली का प्रयोग करता है
- कागज पर पेंसिल या क्रेयन से आकृति बनाता है
- उंगली और अंगूठे से वस्तु को पकड़ता है
- पहली उंगली से वस्तु को भोंकता है
- चम्मच या कप को सतह पर पटकता है

12 से 18 महीने

- क्यूब को कप में रखता है
- दोनों हाथों से एक कार्य करता है
- रंग पेंसिल से कागज पर कुछ बनाता है
- एक के उपर एक ब्लॉक कहै ढेर सजाता है
- तीन या चार क्यूब्स की मदद से टॉवर बना लेता है

स्वयं की सहायता

9 से 12 महीने

- लार टपकाना बंद करता है
- बर्तन में पड़े या मुँह के किनारों पर लगे खाने को चाटता है
- उंगली से कुछ खाना खाता है
- आम तौर पर स्तनपान और बोतल छुड़वाये जा चुके होते हैं
- कप से पीता है, पर कुछ तरल पदार्थ पीने के दौरान मुंह से गिराता है

12 से 18 महीने

- कप उठा कर कुछ पी लेता है।
- बिना गिराए चम्मच से खा लेता है
- कहे जाने पर सामान्य वस्त्र शरीर से उतार लेता है
- कपड़े पहनने में अपने हाथ–पैर हिलाकर सहयोग करता है
- यह बताता है कि डायपर गंदा या गीला है

9 से 12 महीने

- वयस्क के साथ खेलने में जोर से हंसता है
- वयस्क के मूड में परिवर्तन को प्रतिक्रिया देता है
- 'नहीं' कहने को थोड़ी देर के लिए सुनता है
- खिलौनों के लिए अपनी पसंद प्रदर्शित करता है

12 से 18 महीने

- खुद के लिए कुछ फैसले करता है
- जिन पर लोग हँसे हों ऐसी चीजें दोबारा करता है
- स्नेह करने पर बदले में चुंबन या आलिंगन देता है
- भय, खुशी, गुस्सा जैसे भावुक व्यवहार का प्रदर्शन

विकास के पडाव

	18 से 24 महीने	24 से 36 महीने
अनुभूति	• फॉर्म बोर्ड में तीन आकार को सही–सही रखता है • अपने शरीर के भाग पहचानता है • राइम्स ध्यान से सुनता है • कहे जाने पर पुस्तक में चित्रों को दिखाता है • टावाज,शब्द, या शरीर की हरकतों की नकल करता है • अप्रत्यक्ष दृश्य इंगितों से वस्तुएं खोजता है • वस्तुओं को सीधे सक्रिय करता है	• पांच आकार को फॉर्म बोर्ड में सही तरह से रख देता है • परिचित वस्तुओं को मिलाता है • लघु कथाएं अच्छी लगती है, किताबों की आसान तस्वीरों को खुद वर्णन करता है • स्वामित्व का प्रर्शन करता है। जैसे कि – यह मेरा है – और मेरा खिलौना • आईने में खुद को पहचानता है
संचार	• खुद को नाम से संदर्भित करता है • प्रकियाओं का वर्णन करने के लिए दो शब्दों का प्रयोग करता है • मौखिक निर्देशों का पालन करता है • पिताजी कार, जैसे स्वामित्व सूचक वाक्यों का इस्तेमाल करता है • एक शब्द से कई एक तरह की चीजों को वर्णित करता है	• गाने और लय में शामिल हो जाता है • अपने नाम का प्रयोग करता है, अपना पूरा नाम कहता है • तीन शब्द वाले वाक्यांशों का उपयोग करता है • 'नहीं' शब्द का योग्य उपयोग करता है • उपयुक्त टोन के साथ सवाल पूछता है • दो चरण में किये जाने वाले काम के कमांड को पूरा कर लेता है। • सामान्य बहुवचन शब्दों का प्रयोग करता है
पूर्ण संचालन	• सहारे के साथ सीढियों से नीचे उतरता है • जगह पर कूदता है • हल्की वस्तु को खींचता है/धक्का देता है • सीधे छोटी कुर्सी पर बैठता है • बिना गिरे कमरे में दौड़ लेता है। • क्षण भर के लिए एक पैर पर खड़ा हो जाता है • खड़ा होते समय जमीन से खिलौना उठा लेता है।	• सीढ़ियों की रेलिंग पकड़ कर उपर और नीचे चल लेता है। • बिना सहारे दौडता है, कूदता है और गेंद को मारता भी है • गेंद उपर से फेंकता है • पैडलों का प्रयोग कर ट्राइसिकल चलाता है • एक पैर पर संतुलन रख सकता है • सहारा ले कर एक के बाद एक पैर उठा कर सीढ़ियाँ चढता है,
सूक्ष्म संचालन	• रंग पेंसिल के सीधे स्ट्रोक की नकल करता है • फॉर्म बोर्ड में तीन आकार को रखता है • चार क्यूब से टावर बनाने की नकल करता है • एक के बाद एक पुस्तक के पन्नों को पलटता है • उंगलियों और अंगूठे के साथ किसी वस्तु को हटा लेता है।	• तीन या चार मोती को गूंथ लेता है • नौ ब्लाकों से टॉवर बना लेता है • रंग पेंसिल को ठीक से पकड़ना सीखता है • लेटे और सीधे स्ट्रोक के जरिए तस्वीर बनाने की नकल करता है • कुंद कैंची से छोटे टुकड़े बना लेता है • पांच या अधिक टुकड़े का फॉर्म बोर्ड पूरा कर लेता है
स्वयं की सहायता	• बड़ा चेन खोल और लगा सकता है • जूते पहनने के लिए प्रयास करता है • मदद के बिना सब कपड़े निकालता है • परिचित वस्तुओं को योग्य स्थान पर रखने का प्रयास करता है • बिस्किट आदि के पैकेट खोलना सीखता है। • सोने के लिए गतिविधियों को छोड़ देता है।	• पीने के लिए अपने आप पानी ले लेता है • चम्मच से खाना खाता है, कांटे चम्मच का उपयोग भी सीखता है • मदद के साथ षौच करना सीख लेता है और सिर्फ कभी कभी छोटी–मोटी दुर्घटनाएं होतीं हैं • टोपीए पतलून, जूते और मोजे, जैसे कपड़े खुद से पहन लेता है। पर बटन नहीं लगा सकता • मदद के साथ हाथ धो और सूखा लेता है • कुछ मदद से दांत ब्रश कर लेता है
सामाजिक	• माता पिता की अनुपस्थिति में थोड़े समय के लिए रोता है। • अधिक समय के लिए अकेले खेलता है। • वयस्कों के साथ थोड़े समय के लिए घूमना चाहता है। • तीव्र सकारात्मक और नकारात्मक प्रतिक्रियाएं दिखाता है • आसानी से निराश हो जाता है • कार्यों में गर्व दिखाता है • दूसरे बच्चों पर ध्यान देता है	• दूसरों की प्रतिकिया के जवाब में भिन्न मनोदशा दिखाता है • दूसरों बच्चों के पास होन पर अकेले खेलता या काम करता है • खुद खेल की गतिविधियाँ शुरू करता है। सरल खेल खेलता है। अपनी बारी लेने का प्रयास करता है। • दूसरों के साथ काल्पनिक खेल खेलता है • विशिष्ट कहानियां पढ़ने का अनुरोध करता है • खतरनाक स्थितियों से बचने लगता है

18-36 महीनों

विकास के मील के पत्थर

	36-48 महीने	48-60 महीने
अनुभूति	• दो या तीन रंगों का मिलान कर लेता है • बड़ा/छोटा और तेज/धीमा जैसी अवधारणाओं को समझने लगता है • सरल कहानी कह लेता है। • वस्तुओं के साथ उनके चित्रों का मेल कर लेता है। • तीन तक गिनती कर लेता है। • आकार, वजन और लंबाई की समझ विकसित हो जाती है।	• अपनी उम्र जानता है • रात क्या है दिन क्या है ये जानता है • चार प्राथमिक रंगों को मिलाना और उनके नाम सीखता है • 10 तक की गिनती करता है • घटना के क्रम में चित्रों को सजाता है • सुनायी जा रही कहानी के बारे में प्रश्नों के उत्तर देता है • स्मृति से तीन वस्तुओं के नाम बताता है
संचार	• ज्यादातर वाक्यों का उपयोग करने लगता है। • कौन, क्या, और कहां से शुरू होने वाले सवाल पूछने लगता है। • स्वामित्व ठीक से प्रदर्शित करता है जैसे "माँ की गाड़ी"। • सामान्य भूतकाल और – में, पर, और जैसे संबंध दर्शक शब्दों का प्रयोग कर लेता है। • सामान्य आवाज का प्रयोग कर लेता है और फुसफुसा लेता है।	• मौखिक रूप से अपने प्रदर्शन की ओर ध्यान खींचता है। • तीन असंबंधित कमांड की श्रृंखला का पालन करता है • नियमित रूप से वो, आप जैसे सर्वनामों का इस्तेमाल करता है • नियमित रूप से अधिकारिक सर्वनाम जैसे कि "मेरी" का उपयोग करता है • नकारात्मक अनुबंध, जैसे "नहीं कर सकते हैं" नहीं और "नहीं" का इस्तेमाल करता है। • कुछ क्रिया विशेषण इस्तेमाल करता है। • बातों में भविष्य काल का उपयोग करता है
सकल मोटर	• उछलती हुई गेंद को पकड़ लेता है • बिना गिरे आगे की ओर छलांग लगा लेता है • हाथ उठा कर गेंद फेंक लेता है • स्लाइड के उपर चढ लेता है और उस पर से फिसल लेता है • सहारे के बिना एक के बाद एक पैर उठा कर सीढियाँ उतर लेता है	• तेज दौड़ता है • गेंद को लक्ष्य की ओर लात मारता है • पैरों को बारी बारी से उठा कर रस्सी कूदता है • एक पैर पर कूदता है • फेंकी गई गेंद कैच कर लेता है • पैरों के उंगलियों पर 10 फुट चलता है
सूक्ष्म मोटर	• अलग–अलग पड़े मोतियों की माला को गूंथ लेता है • गोला बनाने की नकल कर लेता है • किसी रेखा पर से निरंतर कैंची खोलते और बंद करते हुए काट लेता है • जूते के फीते – जरूरी नहीं कि किसी खास तरीके से बांध ले – लेकिन बांध लेता है • जिन वस्तुओं को ठीक से रखने में मांसपेशियों पर नियंत्रण की आवश्यकता होती है, उसे पूरा कर लेता है।	• तस्वीर बनाता है • लकड़ियों से तस्वीर बनाता है • हाथ की वरीयता को दर्शाता है • गोलाकार, चौकोर, त्रिकोण, चतुर्भुज जैसे आकार की नकल कर बना लेता है। • गोलाकार और अन्य साधारण आकार काट लेता है
स्वयं सहायता	• कुछ गिर जाए तो पोंछ लेता है • खाने के दौरान कांटे चम्मच का प्रयोग कर लेता है • शौचालय में खुद की पूरी देखभाल कर लेता है • कहने पर खुद से पूरे कपड़े पहन लेता है। • बड़े बटन को खोलना और बंद करना जानता है • हाथ धोना और सूखाना खुद कर लेता है • मौखिक सहायता से दांत ब्रश करता है	• खुद से अपनी नाक साफ कर लेता है • मेज पर बिना गिराए बॉल में से खाना परोस लेता है • चम्मच और कांटे वाले चम्मच से कुशलतापूर्वक खाता है • रात में कपड़े गीले नहीं करता • कपड़े के सामने और पीछे भाग के फर्क को पहचानता है • आवधिक निगरानी के साथ आंगन में खेलता है • कोट को हुक पर लटकाता है
सामाजिक	• समूह में खेल की शुरूआत करता है और खेलते रहता है • कहने पर अपने खिलौने को दूसरों के साथ बांटता है • सरल काम करता है • दूसरे बच्चों के साथ सहयोगपूर्वक खेलता है • होशपूर्वक माता पिता को पहचान लेता है • जब उचित हो सहानुभूति और चिंता दर्शाता है • मदद करने और किसी चीज में हिस्सेदारी को लेकर उत्साहित होता है	• अपने प्रदर्शन पर ध्यान आकर्शित करता है। • कृपया और धन्यवाद जैसे सामाजिक शब्दों का प्रयोग करता है। हाथ उठाता है और लाइन में खड़ा है • व्यस्कों के बजाए अपने पसंदीदा साथियों के साथ रहना चाहता है। • परिवार के बारे में बातचीत करता है • भावनाओं को नियंत्रित कर लेता है और स्वीकार्य तरीके से व्यक्त भी करता है।

अनुभूति

- 1 से 10 अंकों से वस्तुओं का सही सही मेल कर लेता है।
- पांच दैनिक गतिविधियों का क्रम बता सकता है
- संक्षिप्त कहानी दोहरा लेता है
- घर का पता देता है
- बांये और दांये का फर्क समझता है

संचार

- चित्र का वर्णन करके कहानी सुनाता है
- भाववाचक शब्दों का अर्थ पूछते हैं
- बेअटके और सही बोलता है है, लेकिन अभी भी स, फ और द बोलने में गल्ती करता है।

सकल मोटर

- रस्सी कूदता है
- रोलर स्केट्स पर चलता है
- अपने पैरों को अलग अलग फैला कर दो तीन गज की दूरी तक आगे बढ़ता है
- 12 फुट की उंचाई से पंजे की मदद से कूदता है
- पैरों के विपरीत हाथों को झुला कर दौडता है

ठीक मोटर

- कैपिटल लेटर और सरल शब्दों को आसानी से और बार–बार लिख लेता है
- काटने और लिखने में हाथ की सही स्थिति का प्रयोग करता है
- जूते के फीते स्वयं बांध लेता है
- 1 से 5 तक अंक लिख लेता है

स्वयं सहायता

- सहायता के बिना बालों पर ब्रश और कंघी इस्तेमाल कर लेता है
- खिलौने बक्से में ठीक से रख देता है
- बिना मदद के कपड़े पहनता और उतारता है
- सुरक्षित रूप से सड़क पार करता है

समाजिक

- दोस्त दुःखी हों तो उन्हें सांत्वना देता है
- योजनाओं और कार्यों को रचनात्मक बनाता है
- कानूनों और सही ढंग से खेलने की आवश्यकता को समझता है
- घड़ी में दिखते समय को संबंधित दैनिक कार्यक्रम से जोड़ लेता है

ना 60 महीने

अक्षमताओं वाले बच्चों के लिए कुछ खास करना के अपार महत्व है।

अगर आपको ऐसा लगता है कि आपके बच्चे को किसी खास क्षेत्र में विकास करने में दिक्कत हो रही है, तो स्कूल से पहले और अर्ली इंटरवेन्शन जैसी सेवाएं उपलब्ध हैं। इन सेवाओं को इस तरह तैयार किया गया है कि जब तक आपका बच्चा स्कूल जाएगा, उसके विकास करने की क्षमता में बढोतरी होने में उनसे सहायता प्राप्त होगी।

स्कूल से पहले और अर्ली इंटरवेन्शन सर्विसेज से संबंधित जानकारी के लिए हैं : मैरीलैंड स्टेट डिपार्टमेंट ऑफ एजुकेशन, डिवीजन ऑफ स्पेशल एजुकेषन/अर्ली इंटरवेंशन सर्विसेज से संपर्क करें।

याद रखें कि जहाँ प्रत्येक बच्चे को सीखने और विकास करने में मदद और धैर्य की आवश्यकता होती है, अक्षमताओं वाले बच्चों पर कुछ खास ध्यान देने की जरूरत हो सकती है।ऐसे बच्चे जिंदगी भर सीख सकें इसके लिए जरूरी है कि प्रेम के साथ अभिभावक, शिक्षक और चिकित्सक एक टीम बनाकर इन बच्चों के विकास में हिस्सा लें।

खोज की प्रकिया

बच्चे कैसे नई चीज सीखते हैं

नई चीजों को देखना–जानना

नए चेहरे, नई जगह और नई नई चीजों को खोजकर बच्चे अपनी जिंदगी में खोजने की प्रक्रिया सीखते हैं।

छूना, खाना, सूंघना, सुनना और देखना

बच्चे अपनी दुनिया को अपनी इंद्रियों से पहचानते हैं। वो वेनिला की मीठी खुश्बू को सूंघते हैं, नमकीन क्रैकर्स का स्वाद चखते हैं, नर्म बिल्ली के बच्चों को छूते हैं, बड़े धमाके सुनते हैं और चमकीले रंगोंवाले रिबन को देखते हैं।

• प्रयोग करना

• प्रयोग और गल्ती के साथ साथ नई चीजों का अनुभव करके भी बच्चे कई चीजों की जानकारी हॉसिल करते हैं। एक ही चीज को वो कई तरह से इस्तेमाल करते हैं। जैसे प्लास्टिक के ब्लॉक को वो एक के उपर एक रखते हैं। इन्हीं ब्लॉक को वो जमीन पर खिलौने की ट्रेन की तरह घसीटते भी देखे जा सकते हैं या फिर एक दूसरे से ठोक कर उन से करताल भी बजाते हैं। उन्हें ये भी लग सकता है कि ये ब्लॉक किसी वाद्य के बदले खिलौने की ट्रेन के रूप में बेहतर काम करते हैं।

अनुकरण करना

बच्चे दूसरों को देख कर उनका अनुकरण करके भी सीखते हैं। कोई भी नई चीज वो पहले देख कर ही सीखते हैं। फिर बाद में इसी चीज की वो नकल करते हैं। बार बार एक ही चीज का नकल करना उन्हें इस चीज में प्रवीणता प्राप्त करने में मदद करती है।

खेलना

खेलकर बच्चे इस बात को सीखते हैं कि कोई चीज कैसे काम कर सकती है, किस तरह से समस्याओं का हल किया जाए और किस तरह से कोई काम किया जाए – और ये सभी मज़ा लेते हुए!

आप अपने बच्चे को सीखने में मदद कर सकते हैं

अपने बच्चे के कौशल्यों को विकसित करने में सहायता करने के लिए ये कर के देखें।

जानी–पहचानी चीजों से अनजान चीजों की ओर बढें

कोई नई चीज को सीखाने से पहले अपने बच्चे को वह पहले से जिससे परिचित हो, ऐसा कुछ करने को कहें। उदाहरण के लिए वह पहले से जिस पज़ल को हल कर सकता है उसे हल करने दें। इसके बाद उसे खुद से नए पज़ल का हल करने के लिए छोड़ दें। पहली बार वो अपनी कोशिश में सफल हो सके इसके लिए आप अपने बच्चे को सभी आवश्यक मदद करें। इसका नतीजा ये होगा कि अंजानी चीजें उसे चुनौती लगेंगी ना कि कोई डरने वाली बात।

हर दिन के कार्यों में कुछ नयापन लाएं।

अपने बच्चे की दिनचर्या में कोई नया आहार शामिल कर या फिर दोस्तों को खाने पर बुला कर कुछ परिवर्तन करें।

ऐसा कार्य दें जो कम समय तक ध्यान दे कर किये जा सकें

आप अपने बच्चे को आसान सा कार्य दें। ताकि आपके बच्चे का ध्यान केंद्रित करने की क्षमता के ये अनुकूल हो। अगर बार बार प्रयास करते रहने पर भी आप के बच्चे की ध्यान केन्द्रित करने की क्षमता बढती नहीं है, तो खास अभ्यास की आवश्यकता हो सकती है। इस बारे में अपनी किसी भी चिंता संबधी बातचीत करने के लिए आप अपने फैमिलि डॉक्टर से बातचीत करना चाहें या अपनी स्थानीय स्कूल प्रणालि के चाइल्ड फाइन्ड कार्यालय से बात कर सकते हैं।

अपने बच्चे की सीमाओं के बारे में जानें

उन स्थितियों में तब्दिलियां लाएं जिनमें आपका बच्चा खेलता है। वस्तुओं और विविध टैक्श्चर बच्चे की पहुंच में रखें। अपने इर्द गिर्द आवाज के स्तर को भी नियंत्रित रखें। अपने बच्चे की रूचि, मन और ज़रूरतों के प्रति संवेदनशील बनें।ये समझें कि जिन बच्चों की इन्द्रियाँ बाधित हों या जिनकी गतिविधियाँ सीमित हों ऐसे बच्चों के लिए अनुकूलन करना पड़ सकता है।

अपने बच्चे के प्रयासों की तारीफ करें

ऐसी स्थितियों की योजना बनाएं जिसमें आपका बच्चा सफल हो सके। फिर सफल होने पर आप अपनी खुशी बच्चे को गले लगा कर, मुस्कुरा कर या फिर कोई खास ट्रीट दे कर उस तक पहुंचाने की कोशिश करें। अगर आपका बच्चा हतोत्साहित हो तो उसे सहायता करें और काम करने का प्रयास करने के लिए उसकी खूब प्रशंसा करें।

अपने बच्चे के साथ खेलें!

सीखना सीखाना मजेदार हो सकता है – खास कर छोटे बच्चों के लिए। अपने बच्चे के विकास के स्तर के लिए उपयुक्त प्रवृत्तियाँ और खिलौने चुनें और उसे सीखते समय मज़ा लेने में मदद करें।

घर को अपने बच्चे के लिए सीखने की पहली जगह बनाएं

शोध अध्ययनों से पता चला है कि बच्चे जन्म से ही सीखने लगते हैं। ऐसी परवाह करनेवाली और प्रेरक परिस्थितियों का निर्माण करें जिससे आपका बच्चा सीखे और विकास करे। आपके बच्चे के सीखने के लिए माहौल में कोई जगह, कोई खास वस्तु या फिर कोई खास व्यक्ति भी हो सकता है जिसका असर उसकी जिंदगी में हो।

नीचे कुछ कार्यकलाप और तरीकों के बारे में बताया जा रहा है, जिससे आप अपने घर में अपने बच्चों के लिए सीखने का सकारात्मक माहौल तैयार कर पाएंगें। हालांकि सुरक्षा संबंधी उपायों का खयाल रखना ना भूलें। आवश्यक हो तो अपने बच्चे के शुरूआती देखभाल प्रदाता, शिक्षक या थैरापिस्ट से बातचीत कर ये सुनिश्चित कर लें कि ये कार्यकलाप आपके बच्चे के लिए उपयुक्त हैं।

याद रखेंः हमेशा अपने बच्चे के विकास के स्तर के अनुकूल ही किसी भी कार्यकलाप का चयन करें।

ऐसे कार्यकलाप को चुनें जो कि आपके बच्चे के विकास स्तर से मेल खाते हों, और जिसे पूरा करने से आपके बच्चे में आगे दूसरे कार्यकलापों को करने की इच्छा जगे। जब आप अपने बच्चे के साथ खेलें तो उन चीजों को लिख लें जो आपका बच्चा खुद से कर सकता है। उन चीजों को भी नोट करें जो आपका बच्चा थोड़ी मदद के बाद पूरा कर सकता है। ये भी नोट करें कि आपका बच्चे को किन कामों को पूरा करने के लिए ज्यादा मदद की आवश्यकता होती है।ऐसे कार्यों की भी सूची तैयार करें जो आपका बच्चा अकेला बिल्कुल ही नहीं कर सकता। जिन कार्यों को पूरा करने के लिए आपके बच्चे को मदद या सहायता की जरूरत होती है, उनके लिए आप कितनी मदद देते हैं यह ध्यान में रखें।

प्रस्तावित कार्यकलाप

जब आपका बच्चा एक शिशु हो...

अपने *शिशु* के लिए आसपाल में हिलडुल पाना सरल बनाएं।
अपने शिशु को तौलिए या फिर कंबल में लपेट कर फर्श पर रखें। इस बात को सुनिश्चित करें कि आपका बच्चा सुरक्षित और मुक्त रूप से हिलडुल सके। बच्चे के साथ खेलें। बच्चे को उसके पैर हाथ चलाने के लिए प्ररित करते रहें।

***शिशु* को स्पर्श कर उसे खास अंगो के इस्तेमाल के लिए प्ररित करें ।**
अपने बच्चे के हाथ पैर पर फूंक लगाएं। उसके हाथ पैर को अपने हाथ से हल्के से रगड़ें। अगर इस पर भी आपका बच्चा अपने हाथ पैर को नहीं हिलाता है, तो आप जिस ओर उसके हाथ पैर को घुमाना चाहते हैं उसी ओर इसे खुद ही घुमाएं।

***शिशु* की स्थितियों में बदलाव करते रहें ताकि वो अपने शरीर की प्रमुख गतिविधियों से परिचित हो सके।**
बच्चा अपने हाथ या पैर का पूरी तरह से उपयोग कर पाए उससे पहले ही शरीर के अंगो में प्रमुख हरकत होने लगती है। उसकी स्थितियों में लगातार बदलाव करते रहें। बच्चे को अपने हाथों में पकड़ें। बच्चे को पेट या पीठ के बल लेटाएं। मजबूत तकियों का सहारा दे कर उसे उठ बिठाएं।

बच्चे को अपनी आंख, सिर और शरीर को हिलाने के लिए विविध प्रेरक उपलब्ध कराएं।
अपने शिशु को प्रेरित करने के लिए उसके आसपास के दृश्य को बदलते रहें। उसके पालने के उपर चमकदार रंग का मोबाइल लटकाएं। जब आपका बच्चा थोड़ा बड़ा हो जाए तब उसके पालने के एक या दोनों ओर सरल तस्वीरें लगाएं। घर में उसकी जगह को हमेशा बदलते रहें।

बच्चे की इन्द्रियों को उत्तेजित करें
अपने बच्चे की सभी इन्द्रियों की प्रवृत्तियों, जैसे स्पर्श, स्वाद, गंध, श्रवण और दृष्टि को प्रेरित करें। बच्चा जब बाथ टब में नहाए, तब उसके पैरों की मालिश करें और उसे लात मारने और हाथ पैर से पानी उछालने दें। अपने बच्चे को बीच में बिछा कर दो लोगों के बीच एक चमकदार रंग की गेंद उछालें ताकि आपका बच्चा गेंद की दिशा में देख सके। उसे स्पंज, रबर की गेंद और रंग करने वाले ब्रश जैसी अलग–अलग चीजों के टेक्स्चर को स्पर्श कराएं।

अपने बच्चे में हो रहे विकास को जानने के लिए माता–पिता के लिए सहायक पुस्तिका में शामिल किये गये विकास के पड़ावों के चार्ट को देखें।
आपके बच्चे का विकास कैसे हो रहा है यह जानने के लिए उसके साथ नई चीज़ें देखें और जानें। बच्चों में कोई प्रतिक्रिया हो सके इसके लिए उसे तरह तरह की चीजें प्रदान करें। पालने की छोर पर रंग बिरंगे कपड़े के फीते को लटका दें। या फिर रबर की गेंद से उसे खेलने दें। या आप बच्चे को चमकदार रंगो वाले जानवरों के आकार के स्टफड टॉयज़ से खेलने दें।

जब बच्चा नया देखने –जानने के लिए तैयार हो जाए....

ऐसे में उसकी सफलता के लिए सीखने की स्थितियाँ बनाएं
किसी खास दिशा में अपने बच्चे को पलटें ताकि वो आसानी से इधर–उधर उलट–पुलट सके। धीरे–धीरे उसे मदद कम करें जब तक कि वह अपने आप दूसरी तरफ पूरी तरह से पलट नहीं जाता। उसे किसी चमकीले रंग वाले खिलौने से आकर्षित करें।

बच्चे को हिलने के लिए प्ररित करें

आप अपने बच्चे के लिए सबसे अच्छा प्रेरक बल बन सकते हैं। जब आपका बच्चा पेट की बल लेटा हो, उसके सामने रहें और उसे अपनी ओर बढ़ने के लिए प्ररित करें। शुरूआत में वो सिर्फ अपने हाथों को आगे बढ़ाएगा और सिर उठा कर आपकी ओर देखेगा। लेकिन एक समय आएगा जब आपका बच्चा आपकी ओर आने के लिए कोशिश करेगा।

बच्चे की अपने बारे में जिज्ञासा को इस्तेमाल करें।

अपनी गोद में अपने बच्चे को लेकर शीशे के सामने कुछ खेलें। उसे उठा कर बिठाएं या उसे खेलने के लिए अपने पेट पर लिटा दें।

रोजमर्रा के कार्यों का इस्तेमाल अपने बच्चे को सीखाने के लिए करें

नहाने के बाद अपने बच्चे को किसी तौलिए या कंबल में लपेटें। अब बच्चे को इस तौलिए में लुढ़कने के लिए प्रेरित करें। हो सके तो तौलिए या कंबल की एक छोर पकड़ कर धीरे से आप अपने बच्चे को उलटने–पुलटने में मदद करें। जब वह उसके लिए पर्याप्त रूप से शक्तिशाली हो जाए, तो जब आप काम कर रहे हों तो उसे खेलने के लिए किसी जंपर कुसी. या शिशु सीट में बिठाएं।

जब आपका बच्चा हाथ का इस्तेमाल करने को तैयार हो...

हाथ के इस्तेमाल को प्रेरित करें।

अपने बच्चे के हाथ और उंगलियों की विविध गतिविधियों को जानने–देखने दें। अपने बच्चे को कलाई घुमाने, ताली बजाने, चीजें पकड़ने और छोड़ने में सहायता करें। उसे उँगलियों से चीजों को पकड़ने में सहायता करें।

बच्चे में आसान सूक्ष्म संचालन कौशल्यों के विकास को प्रेरित करें।

सूक्ष्म संचालन गतिविधियाँ अनेक गतिविधियों का संयोजन होतीं हैं। अपने बच्चे को किसी वस्तु को पकड़ने के लिए कहें। फिर उससे इस वस्तु से कुछ करने के लिए कहें। जैसे कि उसे छोडं देना, किसी चीज़ में रखना, हिलाना, ठोकना, दूसरे हाथ में रखना। वैसी चीजों का सहारा लें जिससे आवाज निकलती हो – उदाहरण के लिए बीन बैग्स, घंटियाँ, झुनझुना। उनके स्पर्श की अनुभूतियों को विविधता दें और इसके लिए रबर और कपड़े की गेंदें, धातु और रबर की प्लेट –चम्मच आदि।

इसके बाद थोड़ी दिक्कतों वाली प्रकिया करने के लिए बच्चों को प्रेरित करें

शुरूआत में सरल क्रियाओं से लेकर थोड़ी दिक्कतों वाली प्रक्रियाएं करने के लिए अपने बच्चे को प्ररित करें – जैसे कि कोई चीज पकड़ कर छोड़ने की बजाए अब कोई खास कार्य कराएं। अपने बच्चे के सामान्यतया उपयोग किये जाते हाथ के पास खिलौना पकड़ें। उसे मदद करें कि वो ठीक से खिलौना पकड़ सके। फिर इसे किसी कंटेनर में गिरवाएं। समय बीतने पर अपनी मदद कम और गिराने वाला कंटेनर छोटा करते जाएं। जब उसका यह काम ठीक से करने का कौशल्य पूर्णतः विकसित हो जाए, तो वह चीजों को एक के उपर एक कर जमाने को तैयार होगी। जैसे जैसे समय बीतता है, वह ब्लॉक जैसी छोटी चीज़ों को एक के उपर एक जमा पाएगी और खूंटियों को छेदों में लगा पाएगी।

बच्चे को उनकी उंगलियों के सहारे खोजना सीखाएं।

आपके बच्चे के लिए अपनी उंगलियों से नयी चीजों को खोजना ओर वह किन चीजों को अपनी उंगलियों में पकड़ सकता है, यह जानना ज़रूरी है। इसके लिए आप अपने बच्चे को उंगलियों से पेंटिग या फिर पानी से खेलने के लिए प्ररित करें। बच्चे से रंग पेंसिल के जरिए गोलाकार आकार बनवाने की कोशिश करें। उसे कुछ भी अस्पष्ट सा लिखने के लिए भी प्रेरित करें। किसी प्रक्रिया को नकल करने की सीख देने का ये सही समय है। सिर्फ बड़े हैंडल वाले ब्रश और मोटे क्रयोन और पेंसिल का प्रयोग करना याद रखें।

सूक्ष्म संचालन कार्यों को पूरा करने के लिए बच्चे में अंगूठे और उंगलियों के प्रयोग को प्ररित करें

इसके लिए ''फिंगर पॉप्स'' और रबर के आवाज़ करने वाले खिलौनों का प्रयोग करें। आप जिस तरह खिलौना पकड़ते हैं, वो उसे सिखाएं। जैसे जैसे आपके बच्चे की पकड़ मजबूत होगी (आम तौर पर स्कूल शुरू करने से पहले के सालों में) उसमें किसी वस्तु को काटने की क्षमता बढ़ेगी। शुरू में वह चीरे कर काट पाएगी, पर रेखाओं का अनुसरण नहीं कर पाएगी। जैसे ही उसमें सही आकार काटने का हुनर पैदा हो जाए, उसे कागज मौड कर किसी खास स्वरूप में काटना सीखाएं।

अपने बच्चे के विकास को प्रोत्साहित करें

बच्चों के विकास को और प्रोत्साहन देने के लिए निम्नलिखित गतिविधियों का प्रयोग कर देखें।

जब आपका बच्चा कोई खास आवाज निकाले

मुस्कुराएं, और बच्चे का बखान करे बच्चे को इसे दुहराने के लिए प्रेरित करें। वह आवाज दोहराएं औश्र हो सके तो अपने बच्चे के साथ ऐसा कोई खेल खेलें जिसमें आप सभी ताली बजाते हैं या धमाकेदार आवाज निकालते हों या पानी उछालते हों, या फिर इन आवाजों की नकल करते हों।

जब आपका बच्चा किसी वस्तु को देखकर इशारा करे

उसे उस चीज का नाम बताएं, फिर आप उसे वह वस्तु दें इससे पहले वह आपने जो कहा उसका अनुकरण करने का प्रयास करे उसके लिए इंतजार करें।

जब आपका बच्चा खास गतिविधि, वस्तु या जगह में दिलचस्पी दिखाए

जिन वस्तुओं या फिर जगह में आपका बच्चा दिलचस्पी दिखाता हो, उससे संबंधित कहानी या फिर बातें आप अपने बच्चे को बताएं ताकि उसकी भाषा बेहतर हो। मसलन अगर आपका बच्चा आपको बिस्कुट बनाते देखना पसंद करता है, तो जैसे आप काम करते हैं, उसे बताएं कि "इसके लिए सबसे पहले दूध डालते हैं। फिर इसे मिलाते हैं।" अगर आपका बच्चा चिड़ियाघर जाना पसंद करता है। तो आप उसे वहां के जानवरों, नजारों और विशेष गंध के बारे में बताएं।

जब आपका बच्चा चिड़चिड़ा जाए

ऐसे में आप अपने बच्चे के मौखिक रूप से बयान ना किए जाने वाले संवादों को पहले समझें। फिर उन्हें शाब्दिक रूप में उसे समझाएं। मसलन आप अपने बच्चे को बता सकते हैं कि "जैक को अब नींद की जरूरत है।" या "जैक अब जूस पीना चाहता है।"

जब आवाज सुनकर आपका बच्चा प्रतिक्रिया दे

ऐसे में आप अपने बच्चे के साथ उस खास आवाज को सुनें। और उसके बारे में अपने बच्चे से बात करें

जब वो चीजों का नाम लेना शुरू करे और "जाओ और रूको" जैसे क्रियापदों का उपयोग करने लगे

इन में से दो या तीन नये शब्दों को मिलाकर आप छोटे छोटे वाक्य बनाएं। मसलन "जेन को दूध पीना पसंद है।" या फिर "मां के साथ गेंद खेलो।"

जब आपका बच्चा कई शब्द बोलने लगे

अपने घर के किसी भी केंद्रिय स्थान पर शब्दों की सूची बनाकर टांग दें। और जैसे ही आपका बच्चा कोई नया शब्द सीखे, उस शब्द को इस सूची में शामिल करना नहीं भूलें। पूरे परिवार के लोगों से इस शब्द को उपयोग करने के लिए कहें।

जब बच्चा तीन चार शब्दों के वाक्य इस्तेमाल करने लगे

ऐसे में अपने बच्चे के साथ बातचीत के दौरान वर्णनात्मक शब्दों का प्रयोग करना शुरू करें। जैसे कि "टैमी को ठंडा दूध पीना पसंद है।" या फिर "धीरे से गाना गाओ।"

जब बच्चा संगीत सुनने लगे

इसके लिए अपना समर्थन दिखाएं और संगीत का खेल, गानों, नृत्य या खुशी के मौके पर उपयोग करें।

जब बच्चा किसी गीत का कुछ हिस्सा या पूरा गीत सीख ले

उसे किसी ऐसे व्यक्ति के लिए वह गाने दे जो सराहनापूर्वक गाना सुनेगा और उसके लिए ताली बजाएगा।

जब बच्चा टेलीविजन देखने लगे

कुछ खास कार्यक्रमों को अपने बच्चे के साथ देखें। और उसे नए शब्द और विचारों के लिए प्रेरित करें।

जब बच्चा आपसे अपने लिए कुछ पढ़ने को कहे

ऐसे में बच्चे को तस्वीरें को दिखाकर वह जो शब्द जानता है, कहने को कहें। फिर धीरे–धीरे अपने बच्चे की मौखिक संलिप्तता को प्रेरित करना शुरू करें।

आपका बच्चा जो देखता या सुनता है उसकी नकल करता है

इसके लिए पुतलों के जरिए अपने बच्चे को कल्पना, या नकल करने के लिए प्ररित करें

जब बच्चा सवाल पूछे

छोटे वाक्यों और स्पष्ट भाषा का प्रयोग करें। अपने बच्चे के सवालों के जवाब दे कर आप उसकी जिज्ञासा को बढावा देते हैं और उसकी कुछ सीखने की ललक बढ़ाते हैं!

घर में:
अक्षमताओं वाले बच्चों के लिए अध्यापन गतिविधियों के नमूने

घर के वातावरण में अक्षमताओं वाले छोटे बच्चों समेत कोई भी बच्चा बहुत कुछ सीख सकता है। हमारा दैनिक रूटिन ही बच्चों को नई हुनर सीखने का एक बेहतरीन अवसर बन सकता है। खाना बनाने में, कचरा साफ करने में और कपडे धोने और किराने की दुकान से सामान लाने जैसे घर के काम में अपने बच्वें को शामिल करें। नीचे दिए गए अध्यापन के नमूनों से ये साफ हो सकेगा कि कैसे हम अपने रोजमर्रा के कार्यों के जरिए अपने बच्चे को सीखने का बेहतरीन मौका दे सकते हैं।

अध्यापन कार्य के नमूने #1
स्टेसी और उसकी माँ

स्टेसी की मां उसके संचार को बेहतर बनाने के लिए वैक्यूम क्लिनर को प्रयोग में लाती है।

विवरण: चमकदार आंखो वाली और उछलते पोनी टेल्स वाली स्टेसी एक दो साल की बच्ची है। वो सेरेब्रल पाल्सी (दिमागी पक्षाघात) की शिकार है और सुनने के दो यंत्र पहनती है। वो अभी तक चल नहीं सकती, लेकिन उंची कुर्सी पर ठीक से बैठ जरूर सकती है।

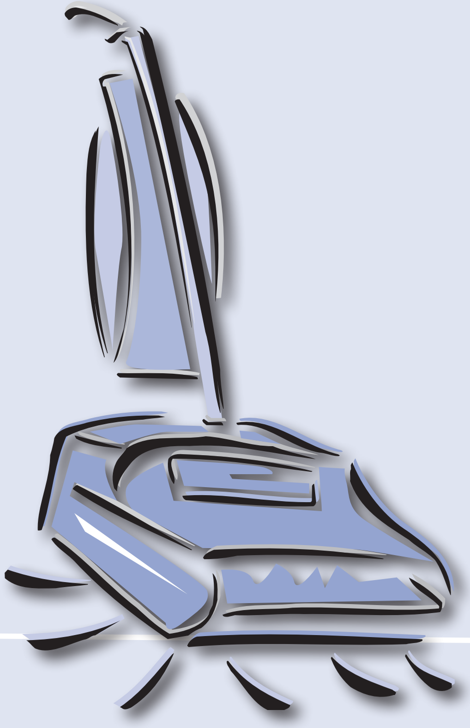
जब स्टेसी एक ही महीने की थी, तभी डॉक्टरों को उसके अंग–संचालन संबंधी गड़बड़ियों का पता चल गया था। लेकिन वह सुनने की शक्ति भी गँवा चुकी है, यह बात जब तक उसके माता–पिता को नहीं लगा कि कोई समस्या है, जानने में नहीं आयी थी। एक अच्छे ऑडियोलोजिस्ट के द्वारा परीक्षण के बाद उसे सुनने की मशीन और उसकी छाती के पास आवाज का एक ट्रांसमीटर भी लगाया गया। स्टेसी के डॉक्टर मानते हैं कि उसे उंची आवाज को ध्यान से सुनने और समझने की जरूरत है कि आवाज़ कहाँ से आ रही है। सुनने की क्षमता को सीखना – जिसे ऑडिटरी ट्रेनिंग कहते हैं, – और सामान्य चेष्टाएं और सांकेतिक भाषा सीखना – दोनों स्टेसी एक साथ ही कर रही है।

गतिविधि: स्टेसी और उसकी माँ घर के कालीन को वैक्यूम क्लीनर से साफ करने के साथ – साथ "सुनने का खेल" खेलतीं हैं। खेल के नियम सरल हैं। उसकी माँ चाहती है कि स्टेसी जब जब वैक्युम क्लीनर के शुरू होने की आवाज सुने वह एक तरह की प्रतिक्रिया दे और जब उसे बंद होने की आवाज सुने तो दूसरी तरह की।

स्टेसी की "हां" और "नहीं" के लिए चेष्टाएं उसकी अपनी बनायी हुई हैं। स्टेसी के माता पिता ने देखा कि जब वह चाहती थी कि कोई उसे उठा ले, या उसे अपना प्रिय खाना थोड़ा और दे, तो वह अपने सिर से उसके लिए पहुंचने का प्रयास करती थी। इसी उद्देश्यपूर्ण हरकत को पकड़कर स्टेसी के माता पिता ने उसे सिखाया है कि कैसे वो अपनी ठोडी नीचे ला कर "ना" का संकेत कैसे करे। स्टेसी ने पालख और शलगम पर अपनी "ना" का अभ्यास किया। स्टेसी का इशारा स्टेसी और उसके परिवार के बीच में एक असली संचार प्रणाली की शुरुआत थी.
माँ स्टेसी को वैक्यूम क्लीनर "ऑन" करने में सहायता कर और उसे पाइप की कंपकंपी और चूषण महेसूस करने में मदद कर सुनने का खेल शुरू करती है। कुछ चियरीओज़ की मदद से वह स्टेसी को दिखाती है कि वैक्यूम क्लीनर कैसे काम करता है। जैसे चियरीओज़ वैक्यूम क्लीनर में गुम हो जाते हैं, वह संकेत कर कहती है "सारे चले गये।"

क्योंकि स्टेसी वैक्युम क्लीनर के बगल में बैठी है। और ध्यान से उसे देख रही है तो उसकी मां को विश्वास है कि वह इसकी आवाज को सुन सकती है। इसका पता लगाने के लिए स्टेसी जब वैक्युम क्लीनर की तरफ नहीं देख रही होती है, तब इसे बंद कर देती है। इसके बाद वो स्टेसी के चेहरा का भाव पढ़ती है, "ना" का संकेत करती है, मशीन की तरफ इशारा करती है और फिर संकेत करती है "सारे चले गये।"

साथ मिल कर वे वैक्यूम क्लीनर ऑन करती हैं और स्टेसी की मां मशीन के चलते ही "हाँ" का संकेत करती है। वो दोनों तब तक वैक्यूम क्लीनर को बंद और शुरू करती है, जब तक कि स्टेसी अपने आप "हाँ" और "नहीं" के संकेत नहीं करती। एक बार ये सीख लेने पर स्टेसी की मां कालीन साफ करने में लग जाती है। लेकिन साथ ही वो बीच बीच में वैक्युम क्लीनर को आन ऑफ करना नहीं भूलती। ताकि स्टेसी के संकेतों को जाँचा जा सके और जब वह अच्छी तरह से सुने ता उसका ताली बजा के अभिवादन किया जा सके।



स्टेसी की माँ धीरे धीरे कालीन पर वैक्युम क्लीनर को स्टेसी से दूर ले जाती है। ताकि स्टेसी ध्यान से इसे सुन सके (और साथ ही कालीन भी साफ किया जा सके)। स्टेसी की उम्र और उसके ध्यान केंद्रित करने की शक्ति को ध्यान में रखते हुए स्टेसी की मां ऐसा हर दिन थोड़े समय के लिए ही करती है। पर स्टेसी इस खेल को सीख चुकी है जिससे कि घर में ही अन्य चीजों से सीखने के अनेक अवसर खुल गये हैं।

दूसरे शोर करने वाले घरेलू सामान जिनका इस्तेमाल सुनने वाले खेलों के लिए किया जा सकता है:

- बर्तन धोने की मशीन
- ब्लेंडर्स
- मिक्सी
- बाल सूखाने की मशीन
- बिजली से संचालित दाढ़ी की मशीन
- वॉशिंग मशीन
- कपड़े सूखाने की मषीन
- टेलिवीजन
- रेडियो

स्टेसी की मां घर के वैक्यूम क्लिनर का इस्तेमाल उसकी संवाद स्थापित करने की कला को बढ़ाने के लिए करती है।

घर के बाहर बच्चा इन चीजों की आवाज सुन सकता है:

- कार का हार्न
- मोटरसाइकिल इंजन
- फायर इंजन
- लॉन में घास काटने वाली मशीन

अध्यापन कार्य का नमूना # 2: मार्कस और उसके दादा जी

विवरण: मार्कस तीन साल का बच्चा है जो डाउन्स सिंड्रोम से पीड़ित है। वो कई शब्दों को समझ सकता है। और वो 40 शब्दों को उच्चारित भी कर सकता है। कुछ शब्दों का उच्चारण वो दूसरे शब्दों के मुकाबले काफी अच्छे तरीके से कर लेता है। हालांकि उसकी मांसपेशियों में उतनी शक्ति नहीं है, वो चल लेता है।

मार्कस को उसके दादा जी किराने की दुकान लेकर जाते हैं ताकि उसके शब्दकोष में वृद्धि हो सके।

मार्कस एक हंसमुख और प्यारा बच्चा है, जो अपने परिवार के साथ खेल खेल में कई चीजों को सीखने की कोशिश करता है। मार्कस का परिवार भी उसके विकास को लेकर काफी सजग है। और उसके द्वारा सीखे जाने वाली हर नई चीज पर बहुत ध्यान देता है। मार्कस की माँ ने तो शब्दों की वैसी सूची को ही रेफ्रिजेटर के पीछे वाले दरवाजे पर टांग दिया है, जिसे मार्कस जानता और समझता है। मार्कस जैसे ही कोई नया शब्द सीखता है और उसका इस्तेमाल करता है, तो उसकी मां झट से शब्दों की सूची में इसे शामिल कर लेती है। मार्कस अपने दादाजी से भी काफी करीबी महसूस करता है।

प्रकिया: जब कभी भी मार्कस के दादा उसके पास आते हैं, ज्यादातर वक्त दोनों साथ बीताते हैं और बहुत मज़ा करते हैं। जब मार्कस के दादा उसे किराने की दुकान साथ लेकर जाते हैं, तो वो इस मौके का इस्तेमाल मार्कस के शब्दकोश को बढ़ाने के लिए करना नहीं भूलते। जैसे जैसे मार्कस के दादाजी रेक पर रखी चीजों को लेते जाते हैं, वो इनका नाम मार्कस से पूछते हैं।

मार्कस के दादा हमेशा दूध और जूस जैसी चीजों से शुरू करते हैं क्योंकि इन शब्दों को मार्कस ने आत्मसात कर लिया है। और जब वो इन चीजों का सही सही नाम बता देता है, तो उसके दादा खुशी से ताली बजाने लगते हैं। हौसला बढ़ाने के मकसद से वो मार्कस से कहते हैं कि बहुत अच्छा, मार्कस। क्योंकि मार्कस को दूसरों से स्वीकृति बहुत प्यारी है, वह अपने दादा से मुस्कुराहट, तालियाँ और आलिंगन पाने के लिए कड़ी मेहनत करता है।

मार्कस के दादाजी जब कभी उसे एक नया शब्द सीखाना चाहते हैं, वे मार्कस को उस चीज का नाम बताते हैं। और फिर उसे इस शब्द को दुहराने के लिए कहते हैं। मसलन मार्कस के दादा चाहते हैं कि वो केला शब्द बोलना सीख ले। इसके लिए मार्कस के दादा पहले उसे केला दिखा कर उसे समझाते हैं कि यही फल केला कहलाता है। फिर वो मार्कस से पूछते हैं कि ये क्या है ? और मार्कस जब अपनी तोतली आवाज में नाना जैसे शब्द भी कह लेता है, तो वो उसकी हौसलाअफजाई करना नहीं भूलते।

उसके दादाजी काफी सावधानी से एक समय में एक ही शब्द से मार्कस का परिचय कराते हैं। साथ ही मार्कस से वो इन शब्दों को इस्तेमाल करने का अभ्यास किसी खास मौके पर करवाते हैं। मसलन रात्रि के भोजन के वक्त ताकि ऐसे शब्द मार्कस की बोली में शामिल हो सके। और जब मार्कस पूरी तरह इन शब्दों के इस्तेमाल में सहज हो जाता है, तब ये शब्द उस सूची का हिस्सा बन जाते हैं जो रेफ्रीजेरेटर के दरवाजे पर टंगी है। जाहिर है मार्कस शब्दों की इस सूची में होने वाली बढ़ोतरी से खुश होता है।

मैरीलैंड स्टेट डिपार्टमेंट ऑफ एजुकेशन
डिवीजन ऑफ स्पेशल एजुकेशन / अर्ली इंटरवेन्शन सर्विसेज
अर्ली चाइल्डहुड इंटरवेंशन एंड एजुकेशन ब्रांच

James H. DeGraffenreidt, Jr.
अध्यक्ष, मैरीलैंड स्टेट बोर्ड ऑफ एजुकेशन

Nancy S. Grasmick
स्टेट सुप्रिन्टेन्डेंट ऑफ स्कूल्स

Carol Ann Heath
आसिस्टेंट स्टेट सुप्रिन्टेन्डेंट

डिवीजन ऑफ स्पेशल एजुकेशन/अर्ली इंटरवेन्शन सर्विसेज

Martin O'Malley
गवर्नर

मैरीलैंड स्टेट का शिक्षा विभाग जाति, रंग, लिंग, उम्र, राष्ट्रीयता, धर्म, विकालंगता या फिर लिंग संरचना के आधार पर इन योजनाओं की जानकारी देने में विभेद नहीं करता है। कोई भी व्यक्ति इन योजनाओं से संबंधित जानकारी के लिए इस पते पर संपर्क कर सकता है। Equity Assurance and Compliance Branch, Office of the Deputy State Superintendent for Administration, Maryland State Department of Education, 200 West Baltimore Street, 6th Floor, Baltimore, Maryland 21201–2529, वॉयस 410–767–0433, फैक्स 410–767–0431, टीटीवाय/टीडीडी 410–333–6442. www.marylandpublicshools.org.

IDEA, पार्ट बी, ग्रांट–#H027A020035, यु एस डिपार्टमैन्ट ऑफ एजुकेशन, ऑफिस ऑफ स्पेशल एजुकेशन एंड रिहैबिलिटेटिव सर्विसेज से प्राप्त आर्थिक मदद से डिवीजन ऑफ स्पेशल एजुकेशन/अर्ली इंटरवेन्शन सर्विसेज ने इस दस्तावेज को विकसित और तैयार किया है। अमेरिकन्स विद डिसेबिलिटीज एक्ट (ADA) के तहत इस दस्तावेज के वैकल्पिक प्रारूप को आवेदन कर हाँसिल किया जा सकता है। इसके लिए संपर्क का पता हैः मेरीलैंड स्टेट डिपार्टमेंट ऑफ एजुकेशन, डिवीजन ऑफ स्पेशल एजुकेशनः अर्ली इंटरवेन्शन सर्विसेज, अर्ली चाइल्डहुड इंटरवेंशन एंड एजुकेशन, ब्रांच 410–767&0261 वॉयस, फैक्सः 410&333&8165