

৩৬

মাস বয়স

আমেরিকান একাডেমি অফ পেডিয়াট্রিক্স সবার জন্য উন্নয়নমূলক এবং আচরণগত স্ক্রিনিংয়ের সুপারিশ করে:

- ❖ ৯ মাস
- ❖ ১৮ মাস
- ❖ ২৪ বা ৩০ মাস

প্রস্তাবিত

ডেভেলপমেন্টাল স্ক্রিনিং টুলস:

- বয়স এবং পর্যায় প্রশ্নপত্র(এএসকিউ-৩)
- পিতামাতার উন্নয়নমূলক অবস্থা মূল্যায়ন (পিডস)
- পিতামাতার উন্নয়নমূলক অবস্থা মূল্যায়ন-উন্নয়নমূলক মাইলফলক (পিডস-ডিএম)
- ব্রিগেন্স স্ক্রিন



প্রস্তাবিত অ্যাপস:



সিডিসির মাইলস্টোন ট্র্যাকার ডেইলি ব্রুম বেবিস্পার্কস



প্রাথমিক শিক্ষা বাফেলো পাবলিক স্কুলের অফিস



উন্নয়নমূলক প্রত্যাশা

জীবনের প্রথম তিন বছরে মস্তিষ্কের উন্নয়ন ঘটে ৮০%!

আমেরিকান একাডেমি অফ পেডিয়াট্রিক্স এবং সেন্টার ফর ডিজিজ কন্ট্রোল অ্যান্ড প্রিভেনশন বয়স-সম্পর্কিত চিহ্নিতকরে রূপরেখা দিয়েছে যে প্রত্যেক শিশুর বয়স ছত্রিশ মাসের মধ্যে পৌঁছানো উচিত।

উন্নয়নশীল মাইলফলক হল এমন কিছু যা অধিকাংশ শিশু একটি নির্দিষ্ট বয়সের মধ্যে করতে পারে। এগুলিকে সংবেদনশীলতার সাথে দেখা উচিত; যেহেতু প্রতিটি শিশু তার নিজস্ব পদ্ধতিতে বিকশিত হয়। একটি শিশু প্রতিটি দক্ষতা না শিখে ট্র্যাকে থাকতে পারে। আপনার সন্তানের অগ্রগতি বা বিলম্বের বিষয়ে আপনার কোন উদ্বেগ থাকলে আপনার সন্তানের ডাক্তারকে সতর্ক করে অভিভাবকদের হস্তক্ষেপ করা উচিত।

আপনার সন্তানের কি করা উচিত?

ভাষা ও যোগাযোগ উন্নয়ন

- তার নিজের নাম এবং বয়স বলতে পারেন
- দুই এবং তিন ধাপের নির্দেশাবলী অনুসরণ করে
- পরিচিত জিনিস এবং বস্তুর নাম বলতে পারে
- "একই" এবং "ভিন্ন" ধারণাগুলি বোঝে
- অবস্থানগত শব্দ যেমন "ইন," "অন," এবং "আন্ডার" বোঝে
- পাঁচ থেকে ছয় শব্দের বাক্যে কথা বলে
- বেশিরভাগ সময় অপরিচিতরা বোঝতে পারে সেভাবে যথেষ্ট স্পষ্টভাবে কথা বলে
- গল্প বলে বা ২ থেকে ৩ বাক্য কথোপকথন বহন করে

সামাজিক/মানসিক উন্নয়ন

- নতুন অভিজ্ঞতায় আগ্রহী
- অন্যান্য বাচ্চাদের সাথে ভাল খেলে
- পালা করে গেমগুলি খেলে
- ম্লেহ এবং উদ্বেগ দেখায়
- ফ্যান্টাসি খেলার ক্রমবর্ধমান সৃজনশীল
- পোষাক নিজে পরে এবং খোলে
- অন্যদের সাথে দ্বন্দ্বের সমাধানের জন্য আলোচনা করে
- ক্রমবর্ধমান আরো স্বাধীন হয়ে ওঠে
- প্রায়ই কল্পনা এবং বাস্তবতার মধ্যে পার্থক্য করতে পারে না



This information comes from American Academy of Pediatrics at <https://www.aap.org> Centers for Disease Control and Prevention at <https://www.cdc.gov/> and is funded by the District's My Brother's Keeper Initiative.

জ্ঞানীয় উন্নয়ন (শেখা, চিন্তা করা, সমস্যা সমাধানের দক্ষতা)

- সঠিকভাবে কিছু রঙের নাম
- গণনার ধারণা বোঝে এবং কয়েকটি সংখ্যা জানতে পারে
- তিন অংশ নির্দেশাবলী অনুসরণ করে
- একটি গল্পের অংশগুলি স্মরণ করে
- একই/ভিন্ন ধারণা বোঝে
- পুতুল, প্রাণী এবং মানুষের সাথে ফ্যান্টাসি খেলায় ব্যস্ত
- লিভার, বোতাম এবং চলন্ত অংশ দিয়ে খেলনা পরিচালনা করতে পারে
- একটি ৩ বা ৪ টুকরা ধাঁধা সম্পূর্ণ করতে পারেন

শারীরিক উন্নয়ন (গ্রুস মোটর)

- আরোহণ এবং ভাল দৌড়াতে পারে
- হপস এবং পাঁচ সেকেন্ড পর্যন্ত এক পায়ে দাঁড়িয়ে থাকে
- সমর্থন ছাড়া সিঁড়ি উপরে এবং নিচে যায়, প্রতিটি ধাপে এক পা করে
- একটি বল সামনের দিকে কিক করে
- একটি বল ওভারহ্যান্ড নিষ্ক্ষেপ করে
- বেশিরভাগ সময় একটি বাউন্সড বল ক্যাচ করে
- এগিয়ে এবং পিছনে সরানো
- প্যাডেল করে একটি ট্রাইসাইকেলে

সূক্ষ্ম মোটর উন্নয়ন

- বৃত্ত এবং বর্গাকার আকৃতি আঁকেন বা অনুলিপি করেন
- একটা করে বইয়ের পাতাগুলো ঘুরিয়ে দেয়
- স্ক্রু এবং আনস্ক্রু করে জারের লিড বা নবস্
- দুই থেকে চারটি শরীরের অংশ নিয়ে একজন ব্যক্তিকে আঁকেন
- কাঁচি ব্যবহার করে
- কিছু ক্যাপিটাল লেটার কপি করতে শুরু করে

আমার সন্তানের ডাক্তারের সাথে আমার কী কথা বলা উচিত?

প্রতিটি শিশু তার নিজস্ব পদ্ধতিতে বিকশিত হয়। আপনার সন্তান কখন কোন দক্ষতা শিখবে তা সঠিকভাবে বলা অসম্ভব। আপনার শিশু যদি সম্ভাব্য বিকাশের বিলম্বের নিচের কোন লক্ষণ প্রদর্শন করে তাহলে আপনার শিশু বিশেষজ্ঞের সাথে যোগাযোগ করা উচিত।

- জায়গায় লাফাতে পারে না
- ট্রাইসাইকেল চালাতে পারে না
- খাষ এবং আঙ্গুলের মধ্যে একটি ক্রেয়ন ধরতে পারে না
- লেখার সমস্যা আছে
- চার বা ততোধিক ব্লক স্ট্যাক করা যাবে না
- তার বাবা -মা যখনই তাকে ছেড়ে চলে যায় তখনও আঁকড়ে ধরে বা কাঁদে
- ইন্টারেক্টিভ গেম যেমন পাজল, পেগ বোর্ড বা গিয়ার্স কাজ করতে পারে না
- অন্য বাচ্চাদের বা খেলনার সাথে খেলতে চায় না
- ভান করে না বা বিশ্বাস করে না এমন খেলা খেলে না
- টয়লেট ব্যবহার, ড্রেসিং, ঘুম, প্রতিরোধ করে
- রাগ বা মন খারাপ হলে কোন আত্ম-নিয়ন্ত্রণ ছাড়াই ল্যাশ আউট
- তিনটি শব্দের বেশি বাক্য ব্যবহার করে না
- তার আগের দক্ষতা যা ছিল তা হারায়

আপনার সন্তানকে শিখতে এবং বাড়াতে সাহায্য করার জন্য ইতিবাচক প্যারেন্টিং টিপস



প্রতিদিন আপনার বাচ্চাকে পড়ুন। আপনার সন্তানকে ছবিতে যে জিনিসগুলো দেখছেন সেগুলো নির্দেশ করতে এবং তাদের নাম দিতে বলুন।

তাকে আপনার বাড়ির চারপাশে বস্তু খুঁজতে বলুন বা শরীরের অংশ এবং বস্তুর নাম দিন।

আপনার বাচ্চাদের সাথে ম্যাচিং গেম খেলুন, যেমন আকৃতি বাছাই এবং সহজ ধাঁধা।

আপনার সন্তানের সাথে গণনার গেম খেলুন।

আপনার শিশুর সাথে কথা বলার মাধ্যমে এবং তার শুরু হওয়া শব্দগুলিতে যোগ করে আপনার শিশুর ভাষা বিকাশে সহায়তা করুন।

আপনার সন্তানের ক্রমবর্ধমান স্বাধীনতাকে উত্সাহিত করুন তাকে নিজের পোশাক এবং নিজেকে খাওয়ানোর ক্ষেত্রে সাহায্য করার অনুমতি দিন।

আপনার সন্তানের মন খারাপ হলে সমস্যা সমাধানের জন্য কাজ করুন।

আপনার বাচ্চাদের কৌতূহল এবং ইতিবাচক খেলার আচরণগুলিকে খেলার দলগুলিতে উত্সাহিত করুন।

আপনার সন্তানের সাথে বাইরে খেলুন। পার্কে যান বা একটি ট্রেইলে হাঁটুন। আপনার শিশুকে অবোধে খেলতে এবং অন্বেষণ করতে দিন।

আপনার শিশুকে কাগজ, ক্রেয়ন এবং রঙিন বইয়ের অ্যাক্সেস দিন। আপনার সন্তানের সাথে লাইন এবং আকৃতি রঙ করুন এবং আঁকুন



This information comes from
American Academy of Pediatrics at <https://www.aap.org>
Centers for Disease Control and Prevention at <https://www.cdc.gov/>
and is funded by the District's My Brother's Keeper Initiative.



This information comes from
American Academy of Pediatrics at <https://www.aap.org>
Centers for Disease Control and Prevention at <https://www.cdc.gov/>
and is funded by the District's My Brother's Keeper Initiative.