আপনার বাচ্ছার বয়স যখন 2 মাস

আপনার বাচ্ছা কীভাবে খেলাধুলা করছে, শিখছে, কথা বলছে এবং ব্যবহার করছে তা থেকে আপনার শিশুর বিকাশের বিষয়ে গুরুত্বপূর্ণ ইঙ্গিত পাওয়া যায়। অধিকাংশ শিশু একটি নির্দিষ্ট বয়সে পৌঁছানোর পরেই বিকাশের পথ ধরতে পারে।

2 মাসের শেষে আপনার বাচ্ছা কতটা বেড়ে উঠেছে তা দেখুন। এটি নিজের সঙ্গে করে নিয়ে যান এবং প্রতি সাক্ষাতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে আপনার শিশু বেড়ে ওঠার কোন পর্যায়ে পৌঁছেছে এবং এখন কী আশা রাখতে পারেন সেই নিয়ে কথা বলে নিন।

এই বয়সে অধিকাংশ শিশু কী করে:

সামাজিক/আবেগময়

- ❑ মানুষ দেখে হাসতে শুরু করে
- ❑ নিজেকে সাময়িক ভাবে শান্ত রাখতে পারে (মুখে হাত দিতে পারে এবং আঙুল চুষতে পারে)
- ❑ বাবামায়ের দিকে তাকাতে চেষ্টা করে

ভাষা/যোগাযোগ

- ❑ শিশুর কলধ্বনি
- ❑ শব্দের দিকে মাথা ঘোরানো

জ্ঞান বিষয়ক (শিক্ষা, চিন্তাভাবনা, সমস্যার সমাধান)

- ❑ মুখের দিকে মনোযোগ দেয়
- ❑ চোখ দিয়ে জিনিসের প্রতি তাকাতে শুরু করা এবং দূর থেকে মানুষকে চিনতে পারা
- ❑ নতুন কিছু না পেলে বিরক্ত হতে শুরু করে (কাঁদে, খিটখিট করে)

চলাফেরা/শারীরিক বিকাশ

- ❑ মাথা সোজা রাখতে পারবে এবং পেটে ভর দিয়ে এগুতে চেষ্টা করবে
- ❑ হাত ও পা দিয়ে অল্প চলাফেরা করবে

আপনার শিশুর মধ্যে এই সমস্ত বিষয় দেখা গেলে শুরুতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে কথা বলে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন:

- ❑ জোরে হওয়া আওয়াজে সাড়া দেয় না
- ❑ কোনো কিছু নাড়াচাড়া করলে সেই দিকে তাকায় না
- ❑ মানুষ দেখে হাসে না
- ❑ মুখে হাত দেয় না
- ❑ পেটে ভর দিয়ে থাকার সময়ে মাথা সোজা রাখতে পারে না

বিকাশের দিক থেকে সম্ভাব্য দেরি হওয়ার এই সমস্ত লক্ষণ আপনি দেখতে পেলে, আপনার শিশুর ডাক্তার বা নার্সকে তা জানান এবং শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার জন্য **311 নম্বরে কল করুন।**

Centers for Disease Control and Prevention, Learn the Signs (রোগ নিয়ন্ত্রণ এবং নিরাময় কেন্দ্র, লক্ষণ বুঝতে পারা) এর তরফ থেকে বিষয়বস্তু দেওয়া হয়েছে। শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার প্রোগ্রাম (Act Early Program)। আরো বিস্তারিত ভাবে জানতে www.cdc.gov/ActEarly দেখুন।

NYC Health

Bengali

শারীরিক ভাবে বেড়ে ওঠার মধ্যেই আপনার বাচ্চার বেড়ে ওঠা সীমাবদ্ধ নয়

বিকাশের বিষয়ে আরো বেশি করে জানতে nyc.gov দেখুন এবং “Child Development” অনুসন্ধান করুন

আপনার বাচ্ছার বয়স যখন 4 মাস

আপনার বাচ্ছা কীভাবে খেলাধুলা করছে, শিখছে, কথা বলছে এবং ব্যবহার করছে তা থেকে আপনার শিশুর বিকাশের বিষয়ে গুরুত্বপূর্ণ ইঙ্গিত পাওয়া যায়। অধিকাংশ শিশু একটি নির্দিষ্ট বয়সে পৌঁছানোর পরেই বিকাশের পথ ধরতে পারে।

4 মাসের শেষে আপনার বাচ্চা কতটা বেড়ে উঠেছে তা দেখুন। এটি নিজের সঙ্গে করে নিয়ে যান এবং প্রতি সাক্ষাতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে আপনার শিশু বেড়ে ওঠার কোন পর্যায়ে পৌঁছেছে এবং এখন কী আশা রাখতে পারেন সেই নিয়ে কথা বলে নিন।

এই বয়সে অধিকাংশ শিশু কী করে:

সামাজিক/আবেগময়

- ❑ সাবলীল ভাবে হাসে, বিশেষ করে মানুষ দেখে
- ❑ মানুষের সঙ্গে খেলতে ভালোবাসে এবং খেলা থামিয়ে দেওয়া হলে কান্না শুরু করতে পারে
- ❑ কিছু নাড়াচাড়া এবং মুখের অঙ্গভঙ্গি নকল করতে পারে, যেমন হাসা বা ভুরু কোঁচকানো

ভাষা/যোগাযোগ

- ❑ আধো আধো কথা বলতে শুরু করে
- ❑ অঙ্গভঙ্গি করে আধো আধো কথা বলতে শুরু করে এবং শোনা শব্দের নকল করে
- ❑ খিদে পেলে, ব্যথা হলে বা ক্লান্ত বোধ করলে অন্য ভাবে কাঁদে

জ্ঞান বিষয়ক (শিক্ষা, চিন্তাভাবনা, সমস্যার সমাধান)

- ❑ সে খুশিতে রয়েছে না দুঃখ পাচ্ছে তা আপনাকে জানায়
- ❑ ভালোবাসায় সাড়া দেয়
- ❑ এক হাত দিয়ে খেলনা ধরতে চায়
- ❑ হাত এবং চোখ একসঙ্গে মিলিয়ে ব্যবহার করে, যেমন কোনো খেলনা দেখা এবং তার দিকে হাত বাড়ানো
- ❑ একদিক থেকে অন্যদিকে নাড়াচাড়া করা জিনিস চোখ দিয়ে অনুসরণ করে
- ❑ কাছ থেকে মুখের দিকে তাকায়
- ❑ দূর থেকে পরিচিত মানুষ এবং জিনিস চিনে নেয়

চলাফেরা/শারীরিক বিকাশ

- ❑ মাথা কারো সাহায্য না নিয়েই সোজা ভাবে রাখতে পারে
- ❑ পা শক্ত মাটিতে থাকলে ঠেলতে চেষ্টা করে
- ❑ হয়তো এপাশ ওপাশ হতে পারবে
- ❑ খেলনা ধরতে পারবে এবং সেটি নিয়ে খেলতে পারবে এবং দোলানো খেলনাতে দুলতে পারবে
- ❑ মুখে হাত দেবে
- ❑ পেটে ভর দিয়ে থাকার সময়ে, কনুই পর্যন্ত ঠেলতে চেষ্টা করবে

আপনার শিশুর মধ্যে এই সমস্ত বিষয় দেখা গেলে শুরুতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে কথা বলে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন:

- ❑ কোনো কিছু নাড়াচাড়া করলে সেই দিকে তাকায় না
- ❑ মানুষ দেখে হাসে না
- ❑ মাথা সোজা রাখতে পারছে না
- ❑ মুখ দিয়ে আওয়াজ করে না
- ❑ কোনো কিছু নিয়ে মুখে দেয় না
- ❑ পা শক্ত মাটিতে থাকলেও পা দিয়ে ঠেলতে চেষ্টা করে না
- ❑ কোনো একটি চোখ বা উভয় চোখই সমস্ত দিকে ঘোরাতে সমস্যা হচ্ছে

বিকাশ সম্পর্কিত এই সমস্ত লক্ষণ প্রকাশে দেরী হলে, আপনার শিশুর ডাক্তার বা নার্সকে তা জানান এবং শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার জন্য **311 নম্বরে কল করুন।**

Centers for Disease Control and Prevention, Learn the Signs (রোগ নিয়ন্ত্রণ এবং নিরাময় কেন্দ্র, লক্ষণ বুঝতে পারা) এর তরফ থেকে বিষয়বস্তু দেওয়া হয়েছে। শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার প্রোগ্রাম (Act Early Program)। আরো বিস্তারিত ভাবে জানতে www.cdc.gov/ActEarly দেখুন।

NYC Health

Bengali

শারীরিক ভাবে বেড়ে ওঠার মধ্যেই আপনার বাচ্চার বেড়ে ওঠা সীমাবদ্ধ নয়

বিকাশের বিষয়ে আরো বেশি করে জানতে nyc.gov দেখুন এবং “Child Development” অনুসন্ধান করুন

আপনার বাচ্চার বয়স যখন 6 মাস

আপনার বাচ্চা কীভাবে খেলাধুলা করছে, শিখছে, কথা বলছে এবং ব্যবহার করছে তা থেকে আপনার শিশুর বিকাশের বিষয়ে গুরুত্বপূর্ণ ইঙ্গিত পাওয়া যায়। অধিকাংশ শিশু একটি নির্দিষ্ট বয়সে পৌঁছানোর পরেই বিকাশের শুরু হয়।

6 মাসের শেষে আপনার বাচ্চা কতটা বেড়ে উঠেছে তা দেখুন। এটি নিজের সঙ্গে করে নিয়ে যান এবং প্রতি সাক্ষাতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে আপনার শিশু বেড়ে ওঠার কোন পর্যায়ে পৌঁছেছে এবং এখন কী প্রত্যাশা করা যায় সেই নিয়ে কথা বলে নিন।

এই বয়সে অধিকাংশ শিশু কী করে:

সামাজিক/আবেগজনিত

- ❑ পরিচিত মুখ চেনে এবং অচেনা কাউকে চিনে নিতে শেখে
- ❑ অন্যদের সঙ্গে বিশেষ করে মা-বাবার সঙ্গে খেলতে পছন্দ করে
- ❑ অন্যদের ভালোবাসায় সাড়া দেয় এবং প্রায় সময়েই হাসিখুশি থাকে
- ❑ আয়নায় নিজেকে দেখতে পছন্দ করে

ভাষা/যোগাযোগ

- ❑ কোনো আওয়াজের জবাবে নিজে আওয়াজ করে
- ❑ আধো আধো কথা বলার সময়ে মিলিত স্বরবর্ণ উচ্চারণ করে ("আ," "এ," "ও") এবং মুখ দিয়ে আওয়াজ করার সময়ে বাবামায়ের করা আওয়াজের পরে পরে তা করতে পছন্দ করে
- ❑ নিজের নাম ধরে ডাকলে সাড়া দেয়
- ❑ আনন্দ এবং অখুশি জাহির করতে আওয়াজ করে
- ❑ ব্যঞ্জনবর্ণ ধ্বনি বলতে শুরু করে ("ম," "ব" ধ্বনি দিয়ে আধো আধো কথা)

জ্ঞান বিষয়ক (শিক্ষা, চিন্তাভাবনা, সমস্যার সমাধান)

- ❑ আশেপাশে থাকা জিনিসগুলি দেখে
- ❑ কোনো কিছু নিয়ে মুখে দেয়
- ❑ জিনিসের প্রতি আগ্রহ দেখায় এবং হাতের নাগালের বাইরে থাকা জিনিস পেতে চেষ্টা করে
- ❑ এক হাত থেকে অন্য হাতে জিনিস ধরতে শেখে

চলাফেরা/শারীরিক বিকাশ

- ❑ উভয় দিক থেকেই এপাশ ওপাশ করতে পারে (চিত হওয়া থেকে উপুড় হওয়া এবং উপুড় হওয়া থেকে চিত হওয়া)
- ❑ সাহায্য না নিয়েই বসতে শুরু করে
- ❑ দাঁড়িয়ে থাকার সময়ে, পায়ের উপরে ভর রাখতে পারে এবং হয়তো ভারসাম্য ধরে রাখতে পারবে
- ❑ সামনে ও পিছনে নাড়াচাড়া করতে পারে, মাঝেমধ্যে সামনের দিকে আগানোর সময়ে পিছনের দিকে হামাগুড়ি দেয়

আপনার শিশুর মধ্যে এই সমস্ত বিষয় দেখা গেলে শুরুতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে কথা বলে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন:

- ❑ নাগালের মধ্যে থাকা জিনিস নিতে চেষ্টা করে না
- ❑ যিনি যত্ন নেন তার প্রতি কোনো ভালোবাসা দেখায় না
- ❑ নিজের চারপাশে হওয়া আওয়াজে কোনো সাড়া দেয় না
- ❑ মুখে সহজে কিছু নিয়ে যেতে পারে না
- ❑ স্বরবর্ণ দিয়ে শব্দ উচ্চারণ করে না ("আ", "এ", "ও")
- ❑ এপাশ ওপাশ করে না
- ❑ হাসে না বা চিৎকার করে না
- ❑ মাংসপেশী বেশ শক্ত বলেমনে হলে
- ❑ বেশ নড়বড়ে মনে হলে।

বিকাশ সম্পর্কিত এই সমস্ত লক্ষণ প্রকাশে দেরী হলে, আপনার শিশুর ডাক্তার বা নার্সকে তা জানান এবং শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার জন্য **311 নম্বরে কল করুন।**

Centers for Disease Control and Prevention, Learn the Signs (রোগ নিয়ন্ত্রণ এবং নিরাময় কেন্দ্র, লক্ষণ বুঝতে পারা) এর তরফ থেকে বিষয়বস্তু দেওয়া হয়েছে। শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার প্রোগ্রাম (Act Early Program)। আরো বিস্তারিত ভাবে জানতে www.cdc.gov/ActEarly দেখুন।

NYC Health

Bengali

শারীরিক ভাবে বেড়ে ওঠার মধ্যেই আপনার বাচ্চার বেড়ে ওঠা সীমাবদ্ধ নয়

বিকাশের বিষয়ে আরো বেশি করে জানতে nyc.gov দেখুন এবং "Child Development" অনুসন্ধান করুন

আপনার বাচ্চার বয়স যখন 9 মাস

আপনার বাচ্চা কীভাবে খেলাধুলা করছে, শিখছে, কথা বলছে এবং ব্যবহার করছে তা থেকে আপনার শিশুর বিকাশের বিষয়ে গুরুত্বপূর্ণ ইঙ্গিত পাওয়া যায়। অধিকাংশ শিশু একটি নির্দিষ্ট বয়সে পৌঁছানোর পরেই বিকাশের পথ ধরতে পারে।

9 মাসের শেষে আপনার বাচ্চা কতটা বেড়ে উঠেছে তা দেখুন। এটি নিজের সঙ্গে করে নিয়ে যান এবং প্রতি সাক্ষাতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে আপনার শিশু বেড়ে ওঠার কোন পর্যায়ে পৌঁছেছে এবং এখন কী প্রত্যাশা করা যায় সেই নিয়ে কথা বলে নিন।

এই বয়সে অধিকাংশ শিশু কী করে:

সামাজিক/আবেগজনিত

- ❑ অজানা কাউকে দেখলে হয়তো ভয় পায়
- ❑ পরিচিত বড়দের মাঝেই স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করে
- ❑ প্রিয় খেলনা থাকে

ভাষা/যোগাযোগ

- ❑ "না" কথার অর্থ বোঝে
- ❑ বিভিন্ন ধরনের আওয়াজ করে "মামামামা" "বাবাবাবা"
- ❑ অন্যদের করা আওয়াজ এবং অঙ্গভঙ্গির নকল করে
- ❑ আঙুল দিয়ে কোনো জিনিস দেখায়

জ্ঞান বিষয়ক (শিক্ষা, চিন্তাভাবনা, সমস্যার সমাধান)

- ❑ কোনো কিছু পড়ার সময়ে কোনো দিক দিয়ে পড়ছে সেই দিকে তাকিয়ে থাকে
- ❑ আপনাকে লুকিয়ে রাখতে দেখা জিনিস খুঁজতে চেষ্টা করে
- ❑ লুকোচুড়ির মতো খেলা খেলে
- ❑ জিনিস নিয়ে মুখে দেয়
- ❑ এক হাত থেকে অন্য হাতে সহজেই জিনিস ধরতে শেখে
- ❑ বুড়ো আঙুল থেকে প্রথম আঙুল দিয়ে ছোট খাবারের মতো জিনিস তুলে নিতে পারে

চলাফেরা/শারীরিক বিকাশ

- ❑ দাঁড়াতে পারে, জরিয়ে ধরতে পারে
- ❑ বসে পড়তে পারে
- ❑ সাহায্য না নিয়েই বসতে পারে
- ❑ দাঁড়াতে চায়
- ❑ হামাগুড়ি দেয়

আপনার শিশুর মধ্যে এই সমস্ত বিষয় দেখা গেলে শুরুতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে কথা বলে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন:

- ❑ সাহায্য নিয়েও পা ভর দিতে চেষ্টা করে না
- ❑ সাহায্য নিয়েও বসতে পারে না
- ❑ আধো আধো কথা বলে না ("মামা", "বাবা", "দাদা")
- ❑ আগেপিছে করার মতো কোনো খেলাই খেলে না
- ❑ নাম ধরে ডাকা হলে তাতে সাড়া দেয় না
- ❑ পরিচিতি মানুষদের চিনতে পারছে বলে মনে হচ্ছে না
- ❑ আপনি যেদিকে দেখাচ্ছেন সেদিকে তাকায় না
- ❑ এক হাত থেকে অন্য হাতে খেলনা ধরে না

বিকাশ সম্পর্কিত এই সমস্ত লক্ষণ প্রকাশে দেরী হলে, আপনার শিশুর ডাক্তার বা নার্সকে তা জানান এবং শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার জন্য **311 নম্বরে কল করুন।**

American Academy of Pediatrics (আমেরিকান অ্যাকাডেমি অফ পিডিয়াট্রিক্স) 9-মাসের সাক্ষাতে শিশুদের সাধারণ বিকাশের দিকগুলি খতিয়ে দেখে নেওয়ার সুপারিশ করে। আপনার শিশুর বিকাশের সবদিক খতিয়ে দেখার বিষয়ে আপনার শিশুর ডাক্তারকে জিজ্ঞাসা করুন।

Centers for Disease Control and Prevention, Learn the Signs (রোগ নিয়ন্ত্রণ এবং নিরাময় কেন্দ্র, লক্ষণ বুঝতে পারা) এর তরফ থেকে বিষয়বস্তু দেওয়া হয়েছে। শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার প্রোগ্রাম (Act Early Program)। আরো বিস্তারিত ভাবে জানতে www.cdc.gov/ActEarly দেখুন।

শারীরিক ভাবে বেড়ে ওঠার মধ্যেই আপনার বাচ্চার বেড়ে ওঠা সীমাবদ্ধ নয়

বিকাশের বিষয়ে আরো বেশি করে জানতে nyc.gov দেখুন এবং "Child Development" অনুসন্ধান করুন

আপনার বাচ্চার বয়স যখন 1 বছর

আপনার বাচ্চা কীভাবে খেলাধুলা করছে, শিখছে, কথা বলছে এবং ব্যবহার করছে তা থেকে আপনার শিশুর বিকাশের বিষয়ে গুরুত্বপূর্ণ ইঙ্গিত পাওয়া যায়। অধিকাংশ শিশু একটি নির্দিষ্ট বয়সে পৌঁছানোর পরেই বিকাশের পথ ধরতে পারে।

আপনার বাচ্চা এক বছরের মধ্যে কতটা বেড়ে উঠেছে তা দেখুন। এটি নিজের সঙ্গে করে নিয়ে যান এবং প্রতি সাক্ষাতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে আপনার শিশু বেড়ে ওঠার কোন পর্যায়ে পৌঁছেছে এবং এখন কী প্রত্যাশা করা যায় সেই নিয়ে কথা বলে নিন।

এই বয়সে অধিকাংশ শিশু কী করে:

সামাজিক/আবেগজনিত

- ❑ অচেনা মানুষ দেখলে লজ্জা পায় বা ভীত হয়
- ❑ বাবা বা মা চলে গেলে কাঁদতে শুরু করে
- ❑ প্রিয় জিনিস এবং পছন্দের মানুষ রয়েছে
- ❑ কিছু পরিস্থিতিতে ভয় পায়
- ❑ গল্প শুনতে চাইলে আপনার হাতে বই তুলে দেয়
- ❑ তার করা আওয়াজ বা কাজে অন্যের মনোযোগ পেতে তা আবার করে
- ❑ জামাকাপড় পড়ার সময়ে তা পড়াতে সাহায্য করতে হাত বা পা বাড়ায়
- ❑ "লুকোচুরি" এবং "হাততালি দিয়ে খেলা" ইত্যাদি ধরনের খেলা খেলে

ভাষা/যোগাযোগ

- ❑ মুখে বলা সহজ কথার উত্তর দেয়
- ❑ সহজ অঙ্গভঙ্গি করতে পারে, যেমন "না" বলে মাথা নাড়ানো বা "বাই-বাই" করা
- ❑ গলার স্বর বদলে আওয়াজ করে (অনেকটা কথার মতোই শোনায়)
- ❑ "মামা" এবং "ড্যাডা" বলে এবং বিস্ময়সূচক "ওহ-আহা!" শব্দ করে
- ❑ আপনার বলা কথা বলতে চেষ্টা করে

জ্ঞান বিষয়ক (শিক্ষা, চিন্তাভাবনা, সমস্যার সমাধান)

- ❑ জিনিস নিয়ে বিভিন্ন ভাবে বিভিন্ন কিছু করে, যেমন নাড়া দেওয়া, বাজানো, ছোড়া
- ❑ লুকানো জিনিস সহজেই খুঁজে বের করে নেয়
- ❑ নাম করা বলা হলে সঠিক ছবি বা জিনিসের দিকে তাকায়
- ❑ অঙ্গভঙ্গির নকল করে
- ❑ জিনিসপত্র সঠিক ভাবে ব্যবহার করতে শুরু করে; উদাহরণস্বরূপ, কাপ থেকে কিছু পান করা, চুল আচড়ানো
- ❑ একসঙ্গে দুইটি জিনিস বাজানো
- ❑ পাত্রে জিনিস রাখা, পাত্র থেকে জিনিস বের করা
- ❑ না ধরেই কোনো কিছুকে যেতে দেয়
- ❑ তর্জনি দিয়ে খোঁজা দেয়
- ❑ সহজ কিছু বললে তা করে যেমন "খেলনাটি তুলে নাও"

চলাফেরা/শারীরিক বিকাশ

- ❑ সাহায্য না নিয়েই বসতে পারে
- ❑ দাঁড়াতে টেনে সাহায্য নেয়, আসবাব ধরে হাঁটে ("এদিক ওদিক যাওয়া")
- ❑ না ধরেই কয়েক পা হাঁটতে পারে
- ❑ নিজে নিজেই হয়তো দাঁড়াতে পারবে

আপনার শিশুর মধ্যে এই সমস্ত বিষয় দেখা গেলে শুরুতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে কথা বলে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন:

- ❑ হামাগুড়ি দেয় না
- ❑ সাহায্য নিয়েও দাঁড়াতে পারে না
- ❑ আপনাকে লুকিয়ে রাখতে দেখা জিনিস খোঁজে না।
- ❑ "মামা" বা "ড্যাডা" এর মতো শব্দ উচ্চারণ করে না
- ❑ মাথা দোলানো বা ঘোরানোর মতো অঙ্গভঙ্গি করতে শেখে না
- ❑ কোনো কিছু আঙুল দিয়ে দেখায় না
- ❑ শেখা কোনো কিছুকে ভুলে যায়

বিকাশ সম্পর্কিত এই সমস্ত লক্ষণ প্রকাশে দেরী হলে, আপনার শিশুর ডাক্তার বা নার্সকে তা জানান এবং শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার জন্য **311 নম্বরে কল করুন।**

Centers for Disease Control and Prevention, Learn the Signs (রোগ নিয়ন্ত্রণ এবং নিরাময় কেন্দ্র, লক্ষণ বুঝতে পারা) এর তরফ থেকে বিষয়বস্তু দেওয়া হয়েছে। শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার প্রোগ্রাম (Act Early Program)। আরো বিস্তারিত ভাবে জানতে www.cdc.gov/ActEarly দেখুন।

NYC Health

Bengali

শারীরিক ভাবে বেড়ে ওঠার মধ্যেই আপনার বাচ্চার বেড়ে ওঠা সীমাবদ্ধ নয়

বিকাশের বিষয়ে আরো বেশি করে জানতে nyc.gov দেখুন এবং "Child Development" অনুসন্ধান করুন

আপনার বাচ্চা যখন 18 মাসের (1½ বছরের)

আপনার বাচ্চা কীভাবে খেলাধুলা করছে, শিখছে, কথা বলছে এবং ব্যবহার করছে তা থেকে আপনার শিশুর বিকাশের বিষয়ে গুরুত্বপূর্ণ ইঙ্গিত পাওয়া যায়। অধিকাংশ শিশু একটি নির্দিষ্ট বয়সে পৌঁছানোর পরেই বিকাশের পথ ধরতে পারে।

18 মাসের শেষে আপনার বাচ্চা কতটা বেড়ে উঠেছে তা দেখুন। এটি নিজের সঙ্গে করে নিয়ে যান এবং প্রতি সাক্ষাতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে আপনার শিশু বেড়ে ওঠার কোন পর্যায়ে পৌঁছেছে এবং এখন কী প্রত্যাশা করা যায় সেই নিয়ে কথা বলে নিন।

এই বয়সে অধিকাংশ শিশু কী করে:

সামাজিক/আবেগজনিত

- ❑ খেলার সময়ে কোনো জিনিস নিয়ে অন্য কারো হাতে দিতে পছন্দ করে
- ❑ তাকে রাগ করতে দেখা যেতে পারে
- ❑ অজানা কাউকে দেখলে হয়তো ভয় পায়
- ❑ পরিচিতি মানুষদের প্রতি ভালোবাসা দেখায়
- ❑ মিছিমিছি কিছু করে খেলে, যেমন কোনো পুতুলকে খাবার খাওয়ানো
- ❑ যিনি তার যত্ন নেন নতুন পরিস্থিতিতে তার সঙ্গে বেশি সময় কাটাতে পারে
- ❑ অন্যদের আঙুল দিয়ে আগ্রহের কিছু দেখায়
- ❑ নিজে নিজেই কিছু করতে থাকে তবে বাবামা আশেপাশেই রয়েছেন এমন অবস্থায়

ভাষা/যোগাযোগ

- ❑ একাধিক একক শব্দ বলে
- ❑ "না" বলে এবং মাথা নাড়ায়
- ❑ সে কী চায় তা অন্যকে আঙুল দিয়ে দেখায়

জ্ঞান বিষয়ক (শিক্ষা, চিন্তাভাবনা, সমস্যার সমাধান)

- ❑ সাধারণ জিনিসগুলির কী কাজ তা জানে; উদাহরণস্বরূপ, টেলিফোন, ব্রাশ, চামচ
- ❑ অন্যদের মনোযোগ পেতে আঙুল দিয়ে দেখায়
- ❑ পুতুল বা ভিতরে তুলো ভরা খেলনা জন্তুর প্রতি আগ্রহ দেখায়, তাকে মিছিমিছি খাবার খাওয়ায়
- ❑ শরীরের কোনো অংশ আঙুল দিয়ে দেখায়
- ❑ নিজে নিজেই হিজিবিজি কাটে
- ❑ কোনো অঙ্গভঙ্গি না করেই 1 ধাপে করার কোনো মৌখিক নির্দেশ করলে তা পালন করতে পারে; উদাহরণস্বরূপ, আপনি "বসো" বললে বসে পড়ে

চলাফেরা/শারীরিক বিকাশ

- ❑ একা একাই হাঁটে
- ❑ কয়েক পা হেঁটে তারপরে দৌড়াতে পারে
- ❑ হাঁটার সময়ে খেলনা ধরে টানে
- ❑ জামাকাপড় খুলতে সাহায্য করতে পারে
- ❑ কাপ থেকে পান করতে পারে
- ❑ চামচ দিয়ে খেতে পারে

আপনার শিশুর মধ্যে এই সমস্ত বিষয় দেখা গেলে শুরুতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে কথা বলে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন:

- ❑ অন্যদের আঙুল দিয়ে কিছু দেখায় না
- ❑ হাঁটতে পারে না
- ❑ পরিচিত জিনিসগুলি কী কাজে আসে তা জানে না
- ❑ অন্যদের নকল করে না
- ❑ নতুন শব্দ শেখে না
- ❑ কম করে 6টি শব্দও তার জানা নেই
- ❑ তার যে যত্ন নেন তিনি চলে গেলে বা ফিরে আসলে সেই বিষয়ের প্রতি সে খেয়াল রাখে না
- ❑ শেখা কোনো কিছুকে ভুলে যায়

বিকাশ সম্পর্কিত এই সমস্ত লক্ষণ প্রকাশে দেরী হলে, আপনার শিশুর ডাক্তার বা নার্সকে তা জানান এবং শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার জন্য **311 নম্বরে কল করুন।**

American Academy of Pediatrics (আমেরিকান অ্যাকাডেমি অফ পিডিয়াট্রিক্স) 18-মাসের সাক্ষাতে শিশুদের সাধারণ বিকাশের এবং মানসিক ব্যাধির দিকগুলি খতিয়ে দেখে নেওয়ার সুপারিশ করে। আপনার শিশুর বিকাশের সবদিক খতিয়ে দেখার বিষয়ে আপনার শিশুর ডাক্তারকে জিজ্ঞাসা করুন।

Centers for Disease Control and Prevention, Learn the Signs (রোগ নিয়ন্ত্রণ এবং নিরাময় কেন্দ্র, লক্ষণ বুঝতে পারা) এর তরফ থেকে বিষয়বস্তু দেওয়া হয়েছে। শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার প্রোগ্রাম (Act Early Program)। আরো বিস্তারিত ভাবে জানতে www.cdc.gov/ActEarly দেখুন।

NYC Health

Bengali

শারীরিক ভাবে বেড়ে ওঠার মধ্যেই আপনার বাচ্চার বেড়ে ওঠা সীমাবদ্ধ নয়

বিকাশের বিষয়ে আরো বেশি করে জানতে nyc.gov দেখুন এবং "Child Development" অনুসন্ধান করুন

আপনার বাচ্চার বয়স যখন 2 বছর

আপনার বাচ্চা কীভাবে খেলাধুলা করছে, শিখছে, কথা বলছে এবং ব্যবহার করছে তা থেকে আপনার শিশুর বিকাশের বিষয়ে গুরুত্বপূর্ণ ইঙ্গিত পাওয়া যায়। অধিকাংশ শিশু একটি নির্দিষ্ট বয়সে পৌঁছানোর পরেই বিকাশের পথ ধরতে পারে।

আপনার বাচ্চা দুই বছরের মধ্যে কতটা বেড়ে উঠেছে তা দেখুন। এটি নিজের সঙ্গে করে নিয়ে যান এবং প্রতি সাক্ষাতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে আপনার শিশু বেড়ে ওঠার কোন পর্যায়ে পৌঁছেছে এবং এখন কী প্রত্যাশা করা যায় সেই নিয়ে কথা বলে নিন।

এই বয়সে অধিকাংশ শিশু কী করে:

সামাজিক/আবেগজনিত

- ❑ অন্যদের নকল করে, বিশেষ করে প্রাপ্ত বয়স্ক এবং বড় বয়সের বাচ্চাদের
- ❑ অন্য শিশুদের সঙ্গে থাকার সময়ে দারুণ আনন্দ পায়
- ❑ বেশি বেশি ভাবে স্বাধীন হওয়ার পরিচয় রাখে
- ❑ কথার অবাধ্য হয় (কিছু করতে মানা করা হলে সেটাই করে)
- ❑ মূলত অন্যান্য বাচ্চাদের সঙ্গেই খেলা করে, তবে আরো বাচ্চাদের সঙ্গে নিতে শুরু করছে, যেমন ধরাধরি খেলায়

ভাষা/যোগাযোগ

- ❑ নাম করে বলা হলে সেই সমস্ত জিনিস বা ছবির দিকে আঙুল দিয়ে দেখায়
- ❑ পরিচিতি মানুষজন এবং শরীরের অংশগুলির নাম জানে
- ❑ 2 থেকে 4 শব্দের বাক্য বলে
- ❑ সহজ সাধারণ নির্দেশ মেনে চলে
- ❑ অন্যদের মধ্যে হওয়া কথাবার্তা শুনে তা বলে
- ❑ বইতে থাকা কোনো কিছু আঙুল দিয়ে দেখায়

জ্ঞান বিষয়ক (শিক্ষা, চিন্তাভাবনা, সমস্যার সমাধান)

- ❑ দুই বা তিনটি আবরণের ভিতরে লুকানো থাকলেও সেই জিনিস খুঁজে নিতে পারে
- ❑ আকার এবং রঙ বাছাই করতে শেখে
- ❑ পরিচিতি বইগুলি থেকে বাক্য এবং ছড়া শিখে নেয়
- ❑ সহজ সরল মিছেমিছি খেলা খেলে
- ❑ 4 বা তার বেশি ব্লক দিয়ে টাওয়ার বানায়
- ❑ এক হাত অন্য হাতের থেকে বেশি ব্যবহার করতে পারে
- ❑ দুই ধাপের নির্দেশ অনুসরণ করে যেমন "তোমার জুতো উঠিয়ে নাও এবং তাদের আলমারিতে রেখে দাও।"
- ❑ কোনো ছবি বইতে থাকা জিনিসগুলির নাম বলতে পারে যেমন বিড়াল, পাখি বা কুকুর

চলাফেরা/শারীরিক বিকাশ

- ❑ পায়ের চেটোর উপরে ভর দিয়ে দাঁড়াতে পারে
- ❑ বলে লাথি মারতে পারে
- ❑ দৌড়াতে শুরু করে
- ❑ সাহায্য না নিয়েই আসবাবের উপরে উঠতে পারে এবং সেখান থেকে নামতে পারে
- ❑ ধরে ধরে সিঁড়ি বেয়ে উঠতে এবং নামতে পারে
- ❑ মাথার উপরে দিয়ে বল ছুড়তে পারে
- ❑ সরল রেখা এবং বৃত্ত নিজে বানাতে পারে বা দেখে দেখে বানাতে পারে

আপনার শিশুর মধ্যে এই সমস্ত বিষয় দেখা গেলে শুরুতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে কথা বলে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন:

- ❑ 2-শব্দের কথা বলে না (উদাহরণস্বরূপ, "দুধ খাও")
- ❑ সাধারণ জিনিসের কী কাজ তা জানে না যেমন, ব্রাশ, ফোন, কাঁটা চামচ বা চামচ
- ❑ কোনো কাজ এবং শব্দের নকল করে না
- ❑ সহজ সরল আদেশও মানে না
- ❑ সোজা ভাবে হাঁটে না
- ❑ শেখা কোনো কিছুকে ভুলে যায়

বিকাশ সম্পর্কিত এই সমস্ত লক্ষণ প্রকাশে দেরী হলে, আপনার শিশুর ডাক্তার বা নার্সকে তা জানান এবং শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার জন্য **311 নম্বরে কল করুন।**

American Academy of Pediatrics (আমেরিকান অ্যাকাডেমি অফ পিডিয়াট্রিক্স) 24-মাসের সাক্ষাতে শিশুদের সাধারণ বিকাশের এবং মানসিক ব্যাধির দিকগুলি খতিয়ে দেখে নেওয়ার সুপারিশ করে। আপনার শিশুর বিকাশের সবদিক খতিয়ে দেখার বিষয়ে আপনার শিশুর ডাক্তারকে জিজ্ঞাসা করুন।

Centers for Disease Control and Prevention, Learn the Signs (রোগ নিয়ন্ত্রণ এবং নিরাময় কেন্দ্র, লক্ষণ বুঝতে পারা) এর তরফ থেকে বিষয়বস্তু দেওয়া হয়েছে। শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার প্রোগ্রাম (Act Early Program)। আরো বিস্তারিত ভাবে জানতে www.cdc.gov/ActEarly দেখুন।

NYC Health

Bengali

শারীরিক ভাবে বেড়ে ওঠার মধ্যেই আপনার বাচ্চার বেড়ে ওঠা সীমাবদ্ধ নয়

বিকাশের বিষয়ে আরো বেশি করে জানতে nyc.gov দেখুন এবং "Child Development" অনুসন্ধান করুন

আপনার বাচ্চার বয়স যখন 3 বছর

আপনার বাচ্চা কীভাবে খেলে, শেখে, কথা বলে এবং ব্যবহার করে তা আপনার বাচ্চার বড় হয়ে ওঠার দিক থেকে গুরুত্বপূর্ণ ইঙ্গিত দেয়। অধিকাংশ শিশু এক নির্দিষ্ট বয়স পার করার পরেই বিকাশের ধাপগুলি জয় করতে থাকে।

আপনার বাচ্চা তিন বছরের মধ্যে কতটা বেড়ে উঠেছে তা দেখুন। এটি নিজের সঙ্গে করে নিয়ে যান এবং প্রতি সাক্ষাতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে আপনার শিশু বেড়ে ওঠার কোন পর্যায়ে পৌঁছেছে এবং এখন কী প্রত্যাশা করা যায় সেই নিয়ে কথা বলে নিন।

এই বয়সে অধিকাংশ শিশু কী করে:

সামাজিক/আবেগজনিত

- ❑ বড়দের এবং বন্ধুদের নকল করে
- ❑ না বলতেই বন্ধুদের প্রতি ভালোবাসা দেখায়
- ❑ খেলায় অংশগ্রহণ করে
- ❑ কাঁদতে থাকা কোনো বন্ধুদের বিষয়ে সহানুভূতি দেখায়
- ❑ "আমার" এবং "তার" বলতে কী বোঝায় তা বুঝতে শেখে
- ❑ বিভিন্ন ধরনের আবেগ লক্ষ্য করা যায়
- ❑ মা বা বাবার থেকে সহজেই আলাদা থাকতে পারে
- ❑ নিয়মিত ভাবে করা বিষয়ের কিছু বদলে গেলে বিরক্ত বোধ করতে পারে
- ❑ নিজে নিজেই জামাকাপড় পড়ে এবং খোলে

ভাষা/যোগাযোগ

- ❑ 2 বা 3 ধাপের নির্দেশ পালন করতে পারে
- ❑ অতি পরিচিত জিনিসের নাম বলতে পারে
- ❑ "মধ্যে," "উপরে" এবং "নীচে" এর মতো শব্দগুলির অর্থ বোঝে
- ❑ নাম, বয়স এবং লিঙ্গ বলে
- ❑ কোনো বন্ধুর নাম বলে
- ❑ "আমি" "আমরা" এবং "তুমি" এবং কিছু বহুবচন (গাড়িগুলি, কুকুরগুলি, বিড়ালগুলি) শব্দ বলে
- ❑ অধিকাংশ ক্ষেত্রে অপরিচিত মানুষের সঙ্গে পর্যাপ্ত কথা বলে
- ❑ 2 থেকে 3 বাক্যের মতো লম্বা কথোপকথন চালাতে পারে

জ্ঞান বিষয়ক (শিক্ষা, চিন্তাভাবনা, সমস্যার সমাধান)

- ❑ বোতাম, লিভার এবং অবস্থান পরিবর্তনশীল অংশগুলি দিয়ে খেলনা ব্যবহার করতে পারে
- ❑ পুতুল, জন্তু এবং মানুষজনকে নিয়ে মিছিমিছি খেলা খেলে
- ❑ 3 বা 4 টুকরো নিয়ে ধাঁধা করতে পারে
- ❑ "দুই" বলতে কী বোঝায় তা বুঝতে পারে
- ❑ পেন্সিল বা রঙিন পেন্সিল দিয়ে কোনো বৃত্তের নকল করতে পারে
- ❑ এক এক করে বইয়ের পাতা ওল্টাতে পারে
- ❑ 6 এর বেশি ব্লক দিয়ে টাওয়ার বানায়
- ❑ পাত্রের ঢাকনা আটকায় এবং খোলে বা দরজার হাতল ঘোরায়

চলাফেরা/শারীরিক বিকাশ

- ❑ বেয়ে চড়তে পারে
- ❑ সহজেই দৌড়াতে পারে
- ❑ তিন চাকার সাইকেল (বাইক) চালাতে পারে
- ❑ প্রতি ধাপে এক পা ফেলে সিঁড়ি বেয়ে উঠতে এবং নামতে পারে

আপনার শিশুর মধ্যে এই সমস্ত বিষয় দেখা গেলে শুরুতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে কথা বলে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন:

- ❑ প্রায়ই পড়ে যায় বা সিঁড়ি চড়তে অসুবিধায় পড়ে
- ❑ আবোল-তাবোল বকা বা কথা প্রায় বুঝতে পারা যায় না
- ❑ সহজ সরল খেলনা নিয়েও খেলতে পারে না (যেমন পেগ বোর্ড, সহজ ধাঁধা, টার্নিং হ্যান্ডল)
- ❑ বাক্য বলতে পারে না
- ❑ সহজ সরল আদেশও বুঝতে পারে না
- ❑ মিছিমিছি খেলা খেলে না
- ❑ অন্য বাচ্চাদের সঙ্গে বা খেলনা নিয়ে খেলতে চায় না
- ❑ চোখে চোখ রাখে না
- ❑ শেখা কোনো কিছুকে ভুলে যায়

বিকাশ সম্পর্কিত এই সমস্ত সম্ভাব্য লক্ষণ দেখতে পেলে, আপনার বাচ্চার ডাক্তার বা নার্সকে বলুন এবং অল্প বয়স্ক বাচ্চাদের দেওয়া পরিষেবার বিষয়ে খবরাখবর রাখেন এমন আপনার স্থানীয় পাবলিক স্কুলের কারুর সঙ্গে কথা বলুন। আরো জানতে, **nyc.gov** দেখুন এবং "Child Development" অনুসন্ধান করুন।

Centers for Disease Control and Prevention, Learn the Signs (রোগ নিয়ন্ত্রণ এবং নিরাময় কেন্দ্র, লক্ষণ বুঝতে পারা) এর তরফ থেকে বিষয়বস্তু দেওয়া হয়েছে। শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার প্রোগ্রাম (Act Early Program)। আরো বিস্তারিত ভাবে জানতে www.cdc.gov/ActEarly দেখুন।

NYC Health

Bengali

শারীরিক ভাবে বেড়ে ওঠার মধ্যেই আপনার বাচ্চার বেড়ে ওঠা সীমাবদ্ধ নয়

বিকাশের বিষয়ে আরো বেশি করে জানতে nyc.gov দেখুন এবং "Child Development" অনুসন্ধান করুন

আপনার বাচ্চার বয়স যখন 4 বছর

আপনার বাচ্চা কীভাবে খেলাধুলা করছে, শিখছে, কথা বলছে এবং ব্যবহার করছে তা থেকে আপনার শিশুর বিকাশের বিষয়ে গুরুত্বপূর্ণ ইঙ্গিত পাওয়া যায়। অধিকাংশ শিশু একটি নির্দিষ্ট বয়সে পৌঁছানোর পরেই বিকাশের পথ ধরতে পারে।

আপনার বাচ্চা চার বছরের মধ্যে কতটা বেড়ে উঠেছে তা দেখুন। এটি নিজের সঙ্গে করে নিয়ে যান এবং প্রতি সাক্ষাতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে আপনার শিশু বেড়ে ওঠার কোন পর্যায়ে পৌঁছেছে এবং এখন কী প্রত্যাশা করা যায় সেই নিয়ে কথা বলে নিন।

এই বয়সে অধিকাংশ শিশু কী করে:

সামাজিক/আবেগজনিত

- ❑ নতুন জিনিস করতে আনন্দ পায়
- ❑ "মা" এবং "বাবা" খেলা খেলে
- ❑ মেক-বিলিভ খেলার দিক থেকে আরো বেশি বেশি করে সৃজনশীলতার পরিচয় রাখে
- ❑ নিজে নিজে খেলার থেকে অন্য বাচ্চাদের সঙ্গে খেলবে
- ❑ অন্য বাচ্চাদের সঙ্গে সহযোগিতা করে
- ❑ মাঝেমধ্যে কোনটি আসল এবং কোনটি ক্রিত্তিম তা বলতে পারে না
- ❑ তার কী ভালো লাগে এবং তার কীসে আগ্রহ তা নিয়ে কথা বলে

ভাষা/যোগাযোগ

- ❑ ব্যাকারণের কিছু প্রাথমিক নিয়ম জানে, যেমন "তিনি (he)" এবং "সে (she)" সঠিক ভাবে ব্যবহার করা
- ❑ মনে করে কোনো গান গায় বা কবিতা বলে যেমন "ইটসি বিটসি স্পাইডার (Itsy Bitsy Spider)" বা "হুইলস অন দ্য বাস (Wheels on the Bus)"
- ❑ গল্প বলে
- ❑ নাম এবং পদবি বলতে পারে

জ্ঞান বিষয়ক (শিক্ষা, চিন্তাভাবনা, সমস্যার সমাধান)

- ❑ কিছু রঙ এবং কিছু নম্বরের নাম বলে
- ❑ গোনা কী জিনিস তা বোঝে
- ❑ সময় বুঝতে শেখে
- ❑ কোনো গল্পের কোনো অংশ মনে রাখে
- ❑ "একই" এবং "আলাদা" এর বিষয়টি বোঝে
- ❑ শরীরের 2 থেকে 4 টি অংশ দিয়ে কোনো ব্যক্তিকে আঁকে
- ❑ কাঁচি ব্যবহার করে
- ❑ কিছু বড় হাতের অক্ষরের নকল করতে শুরু করে
- ❑ বোর্ড বা কার্ড গেম খেলে
- ❑ কোনো বইতে আগে কী হতে চলেছে সেই বিষয়ে তার কী মনে হয় তা বলে

চলাফেরা/শারীরিক বিকাশ

- ❑ এক পায়ে 2 সেকেন্ড পযর্ন্ত সময় ধরে লাফায় এবং দাঁড়ায়
- ❑ অধিকাংশ ক্ষেত্রেই লাফানো বল ধরে ফেলতে পারে
- ❑ নিজের খাবার ভরে, কারো উপস্থিতিতে কাটতে পারে এবং চটকাতে পারে

আপনার শিশুর মধ্যে এই সমস্ত বিষয় দেখা গেলে শুরুতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে কথা বলে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন:

- ❑ লাফাতে পারে না
- ❑ হিজিবিজি কাটতে সমস্যায় পড়ে
- ❑ মিলেমিশে খেলার গেমে বা মেক-বিলিভ গেমে কোনো আগ্রহ দেখায় না
- ❑ অন্য বাচ্চাদের উপেক্ষা করে বা বাড়ির বাইরের কারুর কথায় সাড়া দেয় না
- ❑ জামাকাপড় পড়তে, ঘুমাতে এবং প্রস্রাব যেতে চায় না
- ❑ কোনো প্রিয় গল্প আবার বলতে পারে না
- ❑ 3-অংশের নির্দেশ অনুসরণ করতে পারে না
- ❑ "একই" এবং "আলাদা" বলতে কী বোঝায় তা বোঝে না
- ❑ "আমি" এবং "তুমি" শব্দ সঠিক ভাবে ব্যবহার করে না
- ❑ অস্পষ্টভাবে কথা বলে
- ❑ শেখা কোনো কিছুকে ভুলে যায়

বিকাশ সম্পর্কিত এই সমস্ত সম্ভাব্য লক্ষণ দেখতে পেলে, আপনার বাচ্চার ডাক্তার বা নার্সকে বলুন এবং অল্প বয়স্ক বাচ্চাদের দেওয়া পরিষেবার বিষয়ে খবরাখবর রাখেন এমন স্থানীয় পাবলিক স্কুলের কারো সঙ্গে কথা বলুন। আরো জানতে, **nyc.gov** দেখুন এবং "Child Development" অনুসন্ধান করুন।

Centers for Disease Control and Prevention, Learn the Signs (রোগ নিয়ন্ত্রণ এবং নিরাময় কেন্দ্র, লক্ষণ বুঝতে পারা) এর তরফ থেকে বিষয়বস্তু দেওয়া হয়েছে। শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার প্রোগ্রাম (Act Early Program)। আরো বিস্তারিত ভাবে জানতে www.cdc.gov/ActEarly দেখুন।

NYC Health

Bengali

শারীরিক ভাবে বেড়ে ওঠার মধ্যেই আপনার বাচ্চার বেড়ে ওঠা সীমাবদ্ধ নয়

বিকাশের বিষয়ে আরো বেশি করে জানতে nyc.gov দেখুন এবং "Child Development" অনুসন্ধান করুন

আপনার বাচ্চা বয়স যখন 5 বছর

আপনার বাচ্চার কীভাবে খেলাধুলা করছে, শিখছে, কথা বলছে এবং ব্যবহার করছে তা থেকে আপনার শিশুর বিকাশের বিষয়ে গুরুত্বপূর্ণ ইঙ্গিত পাওয়া যায়। অধিকাংশ শিশু একটি নির্দিষ্ট বয়সে পৌঁছানোর পরেই বিকাশের পথ ধরতে পারে।

আপনার বাচ্চা পাঁচ বছরের মধ্যে কতটা বেড়ে উঠেছে তা দেখুন। এটি নিজের সঙ্গে করে নিয়ে যান এবং প্রতি সাক্ষাতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে আপনার শিশু বেড়ে ওঠার কোন পর্যায়ে পৌঁছেছে এবং এখন কী প্রত্যাশা করা যায় সেই নিয়ে কথা বলে নিন।

এই বয়সে অধিকাংশ শিশু কী করে:

সামাজিক/আবেগজনিত

- ❑ বন্ধুদের খুশি করতে চায়
- ❑ বন্ধুদের মতো হতে চায়
- ❑ নিয়মকানুন মেনে চলার দিক থেকে বেশি সচেতন হয়ে ওঠে
- ❑ গান গাইতে, নাচতে এবং অভিনয় করতে পছন্দ করে
- ❑ নারী পুরুষের বিষয়ে অবগত থাকে
- ❑ কোনটি আসল এবং কোনটি মেক-বিলিভ তা বলতে পারে না
- ❑ নিজের উপরে বেশি করে নির্ভরশীল হয়ে ওঠে (উদাহরণস্বরূপ, নিজেই পাশের বাড়ির প্রতিবেশীর সঙ্গে দেখা করতে চলে যেতে পারে [তবে বড়দের নজরে রাখার এখনও প্রয়োজন আছে])
- ❑ কিছু সময়ে কিছু পাওয়ার বায়না করে আবার কিছু সময়ে খুব বুঝেশুনে চলে

ভাষা/যোগাযোগ

- ❑ খুব স্পষ্টভাবে কথা বলে
- ❑ সম্পূর্ণ বাক্য দিয়ে সহজ সরল গল্প বলে
- ❑ ভবিষ্যৎ কাল ব্যবহার করে; উদাহরণস্বরূপ, "দাদিমা এখানে আসবে।"
- ❑ নাম এবং ঠিকানা বলে

জ্ঞান বিষয়ক (শিক্ষা, চিন্তাভাবনা, সমস্যার সমাধান)

- ❑ 10 বা তার বেশি সংখ্যার জিনিস গোনে
- ❑ শরীরের অন্ততপক্ষে 6টি অংশ দিয়ে কোনো ব্যক্তিকে আঁকতে পারে
- ❑ কিছু অক্ষর বা সংখ্যা প্রিন্ট করতে পারে
- ❑ ত্রিভুজ এবং অন্যান্য জ্যামিতিক আকার নকল করতে পারে
- ❑ প্রতিদিন ব্যবহার করার জিনিসগুলি জানে, যেমন অর্থ এবং খাবার

চলাফেরা/শারীরিক বিকাশ

- ❑ এক পায়ে 10 সেকেন্ড বা তার বেশি সময় ধরে দাঁড়িয়ে থাকতে পারে
- ❑ লাফায়; হয়তো লাফিয়ে এক স্থান থেকে অন্য স্থানে যেতে পারবে
- ❑ ডিগবাজি দিতে পারে
- ❑ কাঁটা চামচ এবং চামচ এবং মাঝেমধ্যে টেবিল ছুরি ব্যবহার করতে পারে
- ❑ নিজে নিজেই টয়লেটে যেতে পারবে
- ❑ দুলতে এবং চড়তে পারে

আপনার শিশুর মধ্যে এই সমস্ত বিষয় দেখা গেলে শুরুতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে কথা বলে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন:

- ❑ বিভিন্ন ধরনের আবেগ লক্ষ্য করা যায় না
- ❑ চরম আচরণ করে (অস্বাভাবিক রকমের ভীত, আক্রমণাত্মক, লাজুক বা বিষণ্ন)
- ❑ অস্বাভাবিক রকমের ঢিলেঢালা এবং অ্যাক্টিব নয়
- ❑ সহজেই মনোযোগ হারায়, 5 মিনিটের বেশি সময় ধরে কোনো কাজে মনোযোগ ধরে রাখতে সমস্যায় পড়ে
- ❑ মানুষজনকে সাড়া দেয় না বা শুধু উপরে উপরে সাড়া দেয়
- ❑ কোনটি আসল এবং কোনটি মেক-বিলিভ তা বলতে পারে না
- ❑ বিভিন্ন ধরনের খেলা খেলে না এবং বিভিন্ন কাজ করে না
- ❑ নাম এবং পদবি বলতে পারে না
- ❑ নির্ভুল ভাবে বহুবচন বা ভবিষ্যৎ কাল ব্যবহার করতে পারে না
- ❑ প্রতিদিনের কাজ বা অভিজ্ঞতা নিয়ে কথা বলে না
- ❑ ছবি আঁকে না
- ❑ সাহায্য না নিয়ে দাত মাজতে পরে না, হাত ধুতে এবং মুছতে পারে না বা জামাকাপড় পড়তে পারে না
- ❑ শেখা কোনো কিছুকে ভুলে যায়

বেড়ে ওঠার দিক থেকে এই সমস্ত সম্ভাব্য লক্ষণ দেখতে পেলে, আপনার বাচ্চার ডাক্তার বা নার্সকে বলুন এবং অল্প বয়স্ক বাচ্চাদের দেওয়া পরিষেবার বিষয়ে খবরাখবর রাখেন এমন স্থানীয় পাবলিক স্কুলের কারো সঙ্গে কথা বলুন। আরো জানতে, **nyc.gov** দেখুন এবং "Child Development" অনুসন্ধান করুন।

Centers for Disease Control and Prevention, Learn the Signs (রোগ নিয়ন্ত্রণ এবং নিরাময় কেন্দ্র, লক্ষণ বুঝতে পারা) এর তরফ থেকে বিষয়বস্তু দেওয়া হয়েছে। শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার প্রোগ্রাম (Act Early Program)। আরো বিস্তারিত ভাবে জানতে www.cdc.gov/ActEarly দেখুন।

NYC Health

Bengali

শারীরিক ভাবে বেড়ে ওঠার মধ্যেই আপনার বাচ্চার বেড়ে ওঠা সীমাবদ্ধ নয়

বিকাশের বিষয়ে আরো বেশি করে জানতে nyc.gov দেখুন এবং "Child Development" অনুসন্ধান করুন