

3 سال کی عمر میں آپ کا بچہ



آپ کے بچے کا کھیلنے، سیکھنے، بولنے اور کام کرنے کا طریقہ آپ کے بچے کی نشوونما کے بارے میں اہم اشارے پیش کرتا ہے۔ نشوونما سے متعلق سنگ میل ایسی چیزیں ہیں جو زیادہ تر بچے ایک مخصوص عمر تک انجام دے سکتے ہیں۔

اپنی تیسری سالگرہ تک پہنچنے پر بچے نے جو سنگ میل حاصل کر لیے ہیں انہیں چیک کریں۔ اسے اپنے ساتھ لے جائیں اور ہر ملاقات پر آپ کے بچے نے جو سنگ میل حاصل کر لیے ہیں اور آئندہ جو متوقع ہیں ان کے بارے میں اپنے بچے کے ڈاکٹر سے بات کریں۔

اس عمر میں بیشتر بچے کیا کرتے ہیں:

سماجی/جذباتی

- بالگوں اور دوستوں کی نقل کرتا ہے
- اشارے کے بغیر دوستوں کے لیے شفقت دکھاتا ہے
- گیمز میں اپنی باری سے کھیلتا ہے
- روتے ہوئے بچے کے لیے تشویش کا اظہار کرتا ہے
- ”میرا“ اور ”اس کا“ یا ”اس کی“ کا تصور سمجھتا ہے
- وسیع پیمانے کے جذبات کا اظہار کرتا ہے
- ماں اور باپ میں آسانی سے تفریق کر لیتا ہے
- معمول میں اہم تبدیلیوں سے پریشان ہو سکتا ہے
- خود سے کپڑے پہنتا اور اتارتا ہے

حرکت/جسمانی نشوونما

- اچھی طرح اوپر چڑھتا ہے
- آسانی سے دوڑتا ہے
- تین پہیہ (3 پہیے والی بائیک) کا پیڈل چلاتا ہے
- سیڑھیاں چڑھتا اور اترتا ہے، ہر زینے پر ایک پیر

اپنے بچے کے ڈاکٹر سے بات کر کے بروقت کارروائی کریں اگر آپ کا بچہ:

زبان/مواصلت

- 2 یا 3 اقدام والی ہدایات پر عمل کرتا ہے
- زیادہ تر مانوس چیزوں کا نام لیتا ہے
- ”میں“، ”پر“، اور ”نیچے“ جیسے الفاظ کو سمجھتا ہے
- پہلا نام، عمر اور جنس کو بتاتا ہے
- ایک دوست کا نام بتاتا ہے
- ”میں“، ”مجھے“، ”ہم“ اور ”آپ“ جیسے الفاظ اور کچھ جمع کے الفاظ (کاریں، کتے، بلیاں) بولتا ہے
- بیشتر اوقات سمجھنے کے لیے اجنبیوں سے کافی بات کرتا ہے
- 2 یا 3 جملوں کا استعمال کر کے بات چیت کرتا ہے

- کافی زیادہ گرتا ہے اور سیڑھیوں پر پریشانی ہوتی ہے
- رال ٹپکاتا ہے یا کافی غیر واضح آواز ہوتی ہے
- آسان کھلونوں کا کام نہیں کر سکتا ہے (جیسے پیگ بورڈز، آسان معمعے، دستہ گھمانا)
- جملوں میں نہیں بولتا ہے
- آسان ہدایات نہیں سمجھتا ہے
- نقلی یا میک - بلیو والا کھیل نہیں کھیلتا ہے
- دوسرے بچوں یا کھلونوں کے ساتھ کھیلتا نہیں چاہتا ہے
- نگاہ کا رابطہ نہیں بناتا ہے
- سیکھی ہوئی مہارتیں بھول جاتا ہے

اگر آپ کو نشوونما سے متعلق ممکنہ تاخیر کی ان نشانیوں میں سے کوئی بھی نظر آتی ہے تو، اپنے ڈاکٹر یا نرس کو بتائیں، اور اپنے مقامی سرکاری اسکول میں کسی ایسے شخص سے بات کریں جو چھوٹے بچوں کے لیے خدمات سے مانوس ہے۔ مزید معلومات کے لیے، nyc.gov ملاحظہ کریں اور ”Child Development“ تلاش کریں۔

شعوری (آموزش، سوچنا، مسئلہ حل کرنا)

- بٹن، لیورز، اور متحرک پرزوں والے کھلونوں کے ساتھ کام کر سکتا ہے
- گڑبوں، جانوروں اور لوگوں کے ساتھ میک-بلیو (make-believe) کھیلتا ہے
- 3 یا 4 اقدام والے معمعے حل کرتا ہے
- ”دو“ کا مطلب سمجھتا ہے
- پنسل یا کھریا سے دائرے کی نقل کرتا ہے
- کتاب کے صفحات ایک بار میں ایک پلٹتا ہے
- 6 سے زیادہ بلاکس کا ٹاور بناتا ہے
- مرتبان کے ڈھکن کھولتا اور بند کرتا یا دروازے کا دستہ گھماتا ہے

مواد فراہم کردہ بذریعہ مراکز برائے ضبط و انسداد امراض (Centers for Disease Control and Prevention). نشانیوں کو جانیں۔ بروقت کارروائی کریں (Learn the Signs. Act Early) پروگرام۔ مزید معلومات کے لیے www.cdc.gov/ActEarly پر جائیں۔