

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 ক্রিডিম তা বলতে পারে না
- তার কী ভালো লাগে এবং তার কীসে আগ্রহ তা নিয়ে কথা বলে

ভাষা/যোগাযোগ

- ব্যাকরণের 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 পর্যন্ত 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 গেম বা মেক-বিলিভ গেম কোনো আগ্রহ দেখায় না
- অন্য বাচ্চাদের উপেক্ষা করে বা বাড়ির বাইরের কারুর কথায় সাড়া দেয় না
- জামাকাপড় পড়তে, ঘুমাতে এবং প্রসাব 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।

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

NYC
Health

Bengali