

5 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 پانچویں 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

- دوستوں کو خوش کرنا چاہتا ہے
- دوستوں کی طرح بننا چاہتا ہے
- اصولوں سے متفق ہونے کا زیادہ امکان ہے
- گانا، ناچنا، اور ادا کاری کرنا پسند کرتا ہے
- صنف سے واقف ہے
- یہ بتا سکتا ہے کہ کیا چیز حقیقی ہے اور کیا چیز میک بیلو ہے
- مزید خود مختاری دکھاتا ہے (جیسے، خود سے کسی قریبی پڑوسی کے یہاں جا ہے [بالغ فرد کی نگرانی ابھی بھی درکار ہے])
- کبھی کبھی پریشان کن اور کبھی کبھی کافی معاون ہوتا ہے

زبان/مواصلت

- کافی واضح طور پر بولتا ہے
- پورے جملوں کا استعمال کر کے ایک آسان کہانی سناتا ہے
- مستقبل کے جملے استعمال کرتا ہے؛ جیسے "دادی یہاں آئیں گی۔"
- نام اور پتہ بتاتا ہے

شعوری (آموزش، سوچنا، مسئلہ حل کرنا)

- 10 یا زیادہ چیزوں کی گنتی کرتا ہے
- کم سے کم 6 اعضاء کے ساتھ فرد کی تصویر ڈرا کر سکتا ہے
- کچھ حروف یا اعداد جلی حروف میں لکھ سکتا ہے
- مثلث یا علم ہندسہ کی دیگر اشکال کی نقل کرتا ہے
- روزانہ استعمال ہونے والی چیزوں کے بارے میں جانتا ہے، جیسے رقم اور غذا

حرت/جسمانی نشوونما

- 10 سیکنڈ یا زیادہ وقت تک ایک پر کھڑا ہوتا ہے
- پھدکتا ہے؛ اچھلنے پر قادر ہو سکتا ہے
- قلا بازی لگا سکتا ہے
- کانٹا اور چمچہ اور کبھی کبھی میز چھری کا استعمال کرتا ہے
- خود سے بیت الخلاء کا استعمال کر سکتا ہے
- جھولتا یا اوپر چڑھتا ہے

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

- وسیع پیمانے کے جذبات کا اظہار نہیں کرتا ہے
- انتہائی رویے کا اظہار کرتا ہے (خلاف معمول طور پر خوف زدہ، جارح، شرمیلا یا غمگین)
- خلاف معمول طور پر گریزاں ہے اور چاق و چوبند نہیں ہے
- آسانی سے توجہ ہٹ جاتی ہے، ایک سرگرمی پر 5 منٹ سے زیادہ توجہ مرکوز کرنے میں پریشانی ہوتی ہے
- لوگوں کے تئیں ردعمل ظاہر نہیں کرتا ہے، یا صرف سطحی طور پر ردعمل ظاہر کرتا ہے
- یہ نہیں بتا سکتا ہے کہ کیا چیز حقیقی ہے اور کیا چیز میک بیلو ہے
- ڈھیر سارے گیم نہیں کھیلتا اور سرگرمیاں انجام نہیں دیتا ہے
- پہلا اور آخری نام نہیں بتا سکتا ہے
- جمع کے الفاظ یا ماضی کا صیغہ مناسب طریقے سے استعمال نہیں کرتا ہے
- روزمرہ کی سرگرمیوں یا تجربوں کے بارے میں بات نہیں کرتا ہے
- تصویریں نہیں بناتا ہے
- دانتوں پر برش نہیں کر سکتا ہے، ہاتھ دھو اور خشک نہیں کر سکتا ہے، یا مدد کے بغیر لباس نہیں اتار سکتا 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 سے متعلق خدمات سے مانوس ہے۔ مزید معلومات کے لیے، [nyc.gov](http://www.nyc.gov) ملاحظہ کریں اور "Child Development" تلاش کریں۔

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۔