உங்கள் குழந்தையின் முதற்படிகளை நோக்கி
Towards the first steps of your infant

மூன்றாம் பாடம்
3rd Lesson

சமன்மாலி பி. சுமனசேன
Samanmali P. Sumanasena

உங்கள் குழந்தையின் முதற்படிகளை நோக்கி...
குழந்தைப் பராயத்தின் ஆரம்ப விருத்திக்குரிய ஒரு விசேட வழிகாட்டி

Towards the first steps of your infant
A specialised guide on early childhood development

சமன்மலி பி. சுமணசேன

2018

அச்சிட்டு பிரசுரிப்போர்
ரிப்பிள் பப்ளிகேஷன்
email:
tripleelmopriyananda@gmail.com

© முழுப்பதிப்புரிமை உடையது. இப்பதிப்பின் எந்த ஒரு பகுதியையும் மீளப் பிரசுரிப்பதோ, சேமித்து வைப்பதோ, இலத்திரனியல் போட்டோ பிரதி பதிவு செய்தல் போன்றவற்றின் மூலம் பதிப்பாளரின் அனுமதியின்றி கைமாற்றுவதோ செய்யப்படமுடியாது.

3rd Lesson

ம் பாடம்

இந்நூலிற்கான பங்களிப்பு

ஹஸினி இரந்திக்கா B.Sc (Hons) SLT

ஹஸினி பேச்சு மற்றும் மொழி தொடர்பான ஒரு சிகிச்சையாளர் ஆவார். இவர் களனிப் பல்கலைக்கழக மருத்துவபீடத்தின் பல்துறை சார் மருத்துவத் துறையில் ஆராய்ச்சி உதவியாளராக இருந்ததோடு, தற்போது கரவனல்ல மாவட்ட வைத்திய சாலையில் சிகிச்சையாளராக பணிபுரிகிறார்.

சுஜாதா குணவர்த்தன (Dip OT)

சுஜாதா லேடி றிட்ஜ்வே வைத்தியசாலையின் தொழில்சார் சிகிச்சையின் இளைப்பாறிய ஒரு பிரதான சிகிச்சையாளர் ஆவார். பிள்ளைகளுக்கும் அவர்களது குடும்பத்தினருக்கும் தொழில்சார் சிகிச்சையை வழங்குவதில் 20 வருடங்களுக்கு மேலான அனுபவம் உடையவராவார்.

புத்திக்க செனவிரட்டின BSc. (Hons) PT

புத்திக்க, கண்டி ஸ்ரீமாவோ பண்டாரநாயக்க வைத்தியசாலையின் பிரதான இயன் மருத்துவர் ஆவார்.

திலினி மதுஷிக்கா B.Sc (Hons) PT

திலினி, களனிப் பல்கலைக்கழக மருத்துவ பீடத்தின் பல்துறைசார் மருத்துவத் துறையில் பணியாற்றுகின்ற ஒரு இயன் மருத்துவர் ஆவார். இவர் தற்போது குழந்தைகளுக்கான இயன் மருத்துவம் சம்பந்தமான முதுமானி பட்டப்படிப்பைத் தொடர்ந்துவருகிறார்.

தமிழாக்கம்

வைத்திய கலாநிதி கஸ்தூரி தங்கராஜா (MBBS/ Jaffna, DCH/Colombo) அவர்கள் குழந்தை மருத்துவத்தில் 2ம் வருட பட்டப்படிப்பின் மேற்படிப்பைத் தொடர்ந்துவருகிறார்.

சித்திரம்

திரு நிஹால் விஜேசிங்ஹ

• இந்நூலை உபயோகிப்பதற்குரிய அறிவுறுத்தல்கள்.

- உங்கள் குழந்தை ஒவ்வொரு 3 மாதங்களிற்குள்ளும் அடைய வேண்டும் என எதிர்பார்க்கப்படுகின்ற விருத்திப்படி நிலைகள் பச்சை நிறத்தில் காட்டப்பட்டுள்ளன.

உங்கள் குழந்தையுடன் நீங்கள் செய்ய வேண்டிய செயன்முறைகள் இலக்கங்களில் காட்டப்பட்டுள்ளன.

விருத்திப்படி நிலைகள்

- சமூக மற்றும் உணர்வுகள் சார்ந்தவை.
- பார்வை மற்றும் நுட்ப அசைவுகள்
- அறிவாற்றல் விருத்தி
- மொழி விருத்தி
- இயக்கம்

ஒவ்வொரு வயது எல்லைகளுக்கும் உரிய அறிவுறுத்தல்கள் மேற்குறிப்பிடப்பட்டுள்ள உப தலைப்புகளின் கீழ் தரப்பட்டுள்ளன.

1. அறிமுகம்

குழந்தையின் விருத்தி தொடர்பான மருத்துவ ஆராய்ச்சிகளின் ஆதாரங்களின் படி சிறந்த இயக்கத்திறன், அறிவாற்றல், மொழி,சமூக மற்றும் உணர்வு சார்ந்த விருத்திகள் அனைத்தும் 0 – 3 வயது காலத்திலேயே நடைபெறுகிறது.

எனவே இக்காலப்பகுதியில் உங்கள் குழந்தைக்கு சிறந்த தூண்டல்களை வழங்குவதன் மூலம், சிறந்த விருத்தி நிலையை அடைவதற்கு ஆற்றலை குழந்தைக்கு வழங்குவது முக்கியமாகும். இது அனைத்து குழந்தைகளுக்கும், அவர்களது சிறந்த விருத்தி நிலையை அடைவதற்குரிய ஒரு நூலாகும்.

குழந்தை பிறக்கும் போது ஏதாவது தகாத நிகழ்வுகள் கர்ப்ப காலத்தின் போதோ பிரசவத்தின் போதோ அல்லது பின்போ நிகழ்ந்திருக்குமாயின் விருத்தியடைகின்ற மூளைக்கும் நரம்பு இணைப்புகளுக்கும் பாதிப்பு ஏற்படும் ஆபத்து உள்ளது. இது உடல் மற்றும் மனநிலை தொடர்பான விருத்தியில் தாமதத்தை விளைவிக்கும்.

இந்நூலானது இத்தகைய பாதகமான விளைவுகளை குறைக்கும் வகையில் குழந்தையின் விருத்தியைத் தூண்டுவதற்கான ஒரு நிகழ்ச்சி நிரலையும் கொண்டுள்ளது. உங்கள் குழந்தையின் வயதிற்கேற்ப உங்கள் குழந்தை அடைய வேண்டிய அடுத்த விருத்தி நிலைக்கு இச்செயற்பாடுகளை எவ்வாறு செய்வது என்பது தொடர்பாக நீங்கள் செல்கின்ற பல்துறை சார் மருத்துவக் குழுவினர் உங்களுக்கு விளங்கப்படுத்தியும் செயற்படுத்தியும் காட்டுவர்.

பல்துறைசார் மருத்துவக் குழுவினர் தருகின்ற அறிவுறுத்தல்களுக்கு மேலதிகமாக இயற்கையான உங்கள் வீட்டுச் சூழலில் நீங்கள் செய்யக்கூடிய இலகுவான செயற்பாடுகள் தொடர்பான அறிவுரையையும் இந்நூல் தருகின்றது. மருத்துவக் குழுவினர் தருகின்ற அறிவுரைகளையும் இந்நூலில் தரப்பட்டுள்ள அறிவுறுத்தல்களையும் தொடர்ச்சியாக செயற்படுத்துங்கள்.

உங்கள் குழந்தை விழித்திருக்கும் போது ஒவ்வொரு இரண்டு மணித்தியாலங்களிலும் 10-20 நிமிடங்களாவது இந்நூலில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள செயற்பாடுகள் செய்யப்படுவதை உறுதிப்படுத்தவும். உங்கள் குடும்பத்தின் நாளாந்த செயற்பாடாக இதை ஏற்படுத்தவும். செயற்பாடுகள் பெரியவர்களால் செயற்படுத்தப்படுவதோடு, இதில் குழந்தை ஆர்வத்துடன் பங்குபற்றவும் வேண்டும். குழந்தையின் ஆர்வமான பங்களிப்பு இன்றி இதனை செயற்படுத்த முடியாது.

மூளை மற்றும் நரம்புகளின் துரித வளர்ச்சி பிறப்பிலிருந்து 3 வயது வரை நடைபெறுவதாக ஆராய்ச்சிகள் காட்டுகிறது. எனவே குழந்தையின் விருத்தி நிலையில் ஏதாவது குறைபாடோ அல்லது தாமதமோ ஏற்படாதவாறு இக்காலப் பகுதியினுள் சிறந்த விருத்தி நிலையை அடைய நாம் வழிகாட்டுகின்றோம்.

மொத்த இயக்கத் திறன், நுட்ப இயக்கத்திறன், அறிவாற்றல், சமூக மற்றும் உணர்வு சார்ந்த விருத்தி, மொழி விருத்தி தொடர்பான இலக்குகளை எவ்வாறு அடைவது என்று இந்நூல் விபரிக்கும்.

குழந்தைக்கு உணவு ஊட்டும் போதோ அல்லது குளிப்பாட்டுவது போன்ற குழந்தையின் செயற்பாடுகளில் ஈடுபடும் போதோ, நூலில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள செயற்பாடுகள் செய்யப்படுவதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளவும். குழந்தைக்கும் உங்களுக்கும் இது மகிழ்ச்சிகரமானதும் திருப்திகரமானதுமான ஒரு கற்றல் அனுபவமாகும்.

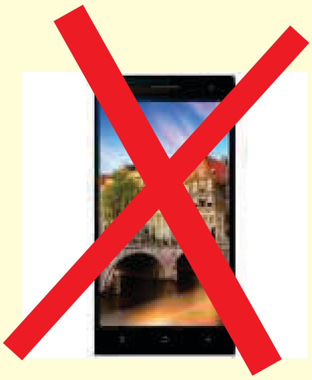
● நீங்கள் ஞாபகத்தில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டிய சில விசேட தகவல்கள்

- உங்கள் குழந்தை உங்களுக்குக் கிடைத்துள்ள பெறுமதிமிக்க ஒரு பரிசு. எனவே உங்கள் குழந்தையை அன்புடனும் ஆதரவுடனும் பராமரிப்பது உங்கள் முதற் கடமையாகும்.
- குழந்தையுடன் சரியான முறையில் இடைப்பட்டு செயற்பாடுகளில் பங்குபற்றுவது தொடர்பான ஆலோசனைகளை வழங்குவதே இந்நூலின் பிரதான நோக்கமாகும்.
- உங்கள் குழந்தையுடன் எவ்வாறு இடைப்பட்டு விளையாடுவது, குழந்தையின் ஆற்றல்களை எவ்வாறு கட்டியெழுப்புவது என்பன தொடர்பான புதிய அறிவையும் வழங்கக்கூடிய தகவல்கள் இந்நூலில் உள்ளடக்கப்பட்டுள்ளன.
- உங்கள் நாளாந்த நடவடிக்கையின் ஒரு பகுதியாக இச்செயற்பாடுகளை ஒருங்கிணைத்து உங்கள் குழந்தையின் விருத்திக்கு இந்நூல் வழிகாட்டும்.

● நீங்கள் ஒருபோதும் செய்யக்கூடாதவை:

தயவு செய்து உங்கள் குழந்தையிடம் தொலைபேசி, மடிக்கணிணி, தொலைக்காட்சிப்பெட்டி போன்ற திரைகளையோ அல்லது ஓடியோ வீடியோ கருவிகளையோ வழங்க வேண்டாம்.

ஆராய்ச்சிகளின் பிரகாரம் அத்தகைய தூண்டல்கள் குழந்தையின் விருத்தியில் தாமதத்தையோ, குறைபாட்டையோ ஏற்படுத்துவதாக நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளது.



● 3வது பாடம்

6 - 12 வது மாதத்தில் உங்களுடைய குழந்தை அடையும் விருத்தி நிலை

குழந்தை வளர்ச்சியடைந்து முதிர்ந்து ஒரு வயதாகும் போது குழந்தையுடைய திறன்கள் மேலும் சிக்கலானதாக மாறும். இந்த சிக்கல் தன்மையை அடைவதற்கு நுட்பமான இயக்கத்திறன், அறிவாற்றல், மொழி, மொத்த இயக்கத்திறன், சமூக உணர்ச்சி சம்பந்தமான விடயங்கள் ஒன்றிணைய வேண்டும்.

1. சமூக உணர்ச்சிகள் தொடர்பான விருத்தி

1.1 புதியவர்களைக் காணும் போது பதட்ட உணர்வை வெளிப்படுத்தல். **(8வது மாதம் தொடக்கம்)**

1.2 குறிப்பிட்ட சில விளையாட்டுப் பொருட்களை மட்டும் விரும்புதல் **(7வது மாதம் தொடக்கம்)**

1.3 பராமரிப்பவரிடம் இருந்து பிரிக்கும் போது அழுதல் **(10வது மாதம் தொடக்கம்)**

1.4 சில சந்தர்ப்பங்களிலும், பொது இடங்களிலும் பயத்தை வெளிப்படுத்தல் **(10வது மாதம் தொடக்கம்)**

2. நுட்பமான இயக்கத் திறன் விருத்தி

2.1 விளையாட்டுப் பொருளை ஒரு கையிலிருந்து மறு கைக்கும் கையிலிருந்து வாய்க்கும் கொண்டு செல்லல் **(6 – 8வது மாதத்திலிருந்து)**

2.2 பெருவிரலையும், சுட்டு விரலையும் பயன்படுத்தி அரிசி போன்ற நுண்ணிய பொருட்களை எடுக்கும் ஆற்றலைப் பெறுவர். **(9 – 12வது மாதத்திலிருந்து)**

2.3 கையால் பற்றிப் பிடிக்கப்பட்ட பொருளை வீச முற்படுவர். **(8 – 12வது மாதத்திலிருந்து)**

2.4 புத்தகமொன்றின் பக்கங்களை புரட்டுவதுடன், அதிலுள்ள படங்களையும் ஆவலுடன் பார்ப்பர். **(10வது மாதத்திலிருந்து)**

3. மொழி மற்றும் தொடர்பாடல் விருத்தி

3.1 மறு உத்தரவாக பல்வேறு சத்தங்களைப் போடுவதுடன் விளையாட்டுகளில் ஈடுபடுவர் **(8 – 12வது மாதத்திலிருந்து)**

3.2 வெவ்வேறுபட்ட ஸ்ருதிகளில் பிள்ளை ஒலிகளை எழுப்பும். **(6வது மாதத்திலிருந்து)**

3.3 பழக்கப்பட்ட சத்தங்கள், சொற்களை விளங்கிக்கொண்ட தன்மையை சிறியளவில் காண்பிப்பர். **(7வது மாதத்திலிருந்து)**

3.4 பழக்கப்பட்ட மனிதர்களையும், பொருட்களையும் பெயர் சொல்லி அழைக்க முற்படுவர். சொற்களின் முதலாவது எழுத்தை மட்டுமே உச்சரிப்பர். **(10வது மாதத்திலிருந்து)**

3.5 சத்தங்களை தாமும் ஏற்ப்படுத்துவர். எளிய சொற்களைச் சொல்ல எத்தனிப்பர். **(10வது மாதத்திலிருந்து)**

3.6 பழக்கப்பட்ட மனிதரையும் பொருட்களையும் அவற்றின் பெயர்கள் கூறப்படும் போது பார்ப்பர். **(6வது மாதத்திலிருந்து)**

3.7 தமது தேவைகளை சில உடல் அசைவுகள், சில வாய் மூலமான வெளிப்படுத்துகை என்பவற்றினூடாக வெளிப்படுத்துவர். **(9வது மாதத்திலிருந்து)**

3.8 வாய் மூலமான பல வெளிப்படுத்துகைகளினூடாக சம்பாஷணைகளில் தாமும் பங்குபற்ற முயல்வர். **(10வது மாதத்திலிருந்து)**

3.9 எளிய வாய்மூலமான கட்டளைகளைச் செயற்படுத்துவர். **(10வது மாதத்திலிருந்து)**

3.10 எளிய சொற்களைக் கருத்தாகப் பயன்படுத்துவர். சில வேளைகளில் சொற் சுருக்கங்களைப் பயன்படுத்துவர். **(10வது மாதத்திலிருந்து)**

4. அறிவாற்றல் விருத்தி

4.1 விளையாட்டுப் பொருட்களுடன் கருத்தாக விளையாடுவர். **(8 – 10வது மாதத்திலிருந்து)**

4.2 ஒரு பொருளைக் கொடுத்து, மீண்டும் மறைத்து வைத்தாலும் அதனை ஞாபகமாகத் தேடுவர். **(7 – 8 வது மாதத்திலிருந்து)**

4.3 விளையாட்டுப் பொருட்களையும் தாம் விரும்பிய மனிதர்களையும் தெரிவு செய்ய விரும்புவர். **(10 – 12வது மாதத்திலிருந்து)**

4.4 விருப்பமானவற்றையும், விருப்பமற்றவற்றையும் உடல் அசைவுகள் வாய்மூலமான வெளிப்படுத்துகை என்பவற்றினூடாக வெளிப்படுத்த முயல்வர். **(10 – 12 வது மாதத்திலிருந்து)**

4.5 பழகிய சில பொருட்களை கருத்துள்ள விதமாகப் பயன்படுத்துவர். **(10 வது மாதத்திலிருந்து)**

4.6 தமக்கு விருப்பமானவற்றைச் சுட்டுவிரலால் சுட்டிக்காட்டி காண்பிப்பர். **(12 வது மாதத்திலிருந்து)**

5. மொத்த இயக்க விருத்தி

5.1 படுத்திருக்கும் நிலையிலிருந்து உட்காரும் நிலைக்கு வருவர். அத்துடன் உட்காரும் நிலையில் உதவியின்றி உட்காருவர். **(8வது மாதத்திலிருந்து)**

5.2 உதவியுடன் நிற்பர். **(9வது மாதத்திலிருந்து)**

5.3 உதவியின்றி நிற்பர் **(12வது மாதத்திலிருந்து)**

5.4 உதவியுடன் பக்கப்புறமாக நடப்பர். **(12வது மாதத்திலிருந்து)**

1. சமூக உணர்ச்சிகள் தொடர்பான விருத்தி

1.1 புதியவர்களைக் கண்டு பதற்றப்படும் நிலையை காண்பிப்பர். (8வது மாதத்திலிருந்து)

"எனக்கு தெரியாத நபர்களை கண்டால் பயம்"

புதியவர்களை சந்திக்க ஏற்பட்டால் குழந்தை தன்னை பராமரிப்பவரை இறுக்கப் பிடித்து அழுவதன் மூலம் தனது பயத்தை வெளிப்படுத்தும்.

● செயற்பாடுகள்

1. குழந்தையை வெவ்வேறுபட்ட சூழல்களிற்கும் நபர்களிடையேயும் கொண்டு செல்க.

   குழந்தை எப்போதும் உங்களால் பாதுகாக்கப்படுகிறது என்பதை காண்பித்து குழந்தையின் பாதுகாப்பை குழந்தைக்கு உறுதிப்படுத்தவும்.

   படிப்படியாக புதியவர்களுடன் பழகுவதற்கான சந்தர்ப்பத்தை வழங்கவும்.

2. வழமையான பராமரிப்பாளரிடம் இருந்து குழந்தையை சடுதியாகப் பிரித்து குழந்தையின் நம்பிக்கையை இழக்க வைக்கக் கூடாது.

1.2 சில குறிப்பிட்ட விளையாட்டுப் பொருட்களை விரும்புவர். (7வது மாதத்திலிருந்து)

“இது எனக்கு மிக விருப்பமான பொம்மை. நான் காணும் போது இதைக் கேட்பேன்.”

● செயற்பாடுகள்

1. குழந்தைக்கு மிக விருப்பமான விளையாட்டுப் பொருட்களைக் காட்டி அப்பொருள் அவருடையது தான் என்பதை உறுதிப்படுத்தவும்.

2. மிக விருப்பமான விளையாட்டுப் பொருட்களை செயற்படுத்திக் காட்டி அதனுடன் எவ்வாறு விளையாடுவது என்பதனை குழந்தைக்குக் காட்டவும். வெவ்வேறுபட்ட விளையாட்டுகளைக் காட்டவும். ஒரே விளையாட்டை மீண்டும் மீண்டும் காட்ட வேண்டாம்.

3. படிப்படியாக வேறு வகையான விளையாட்டுப் பொருட்களையும் குழந்தைக்கு அறிமுகப்படுத்தவும்.

1.3 பராமரிப்பவரிடமிருந்து பிரிக்கும் போது குழந்தை அழும் (10வது மாதத்திலிருந்து)

“என்னை எனது அம்மாவிடமிருந்து பிரித்தால் நான் மிகவும் கவலைப்படுவேன்.”

செயற்பாடுகள்

1. தாய் / பிரதானமாகப் பராமரிப்பவர் குழந்தையை விட்டுச்செல்ல வேண்டி நேரிட்டால் குழந்தையைப் பழக்கமான பெரியவர் ஒருவருடன் விட்டுச் செல்ல முயற்சி செய்யவும்.

2. தாய் / பிரதானமாகப் பராமரிப்பவர் விரைவில் திரும்பி வருவார் என்பதனை எளிய மொழி நடையில் விளங்கப்படுத்தவும்.

3. குழந்தை இதனை மறக்கும் விதமாக அதனுடைய மிக விருப்பமான விளையாட்டு ஒன்றிலே ஈடுபடுத்தவும்.

1.4 சில குறிப்பிட்ட சூழ்நிலைகளில் / பொது இடங்களில் பயத்தை வெளிப்படுத்துவர் **(10வது மாதத்திலிருந்து)**

“நான் குறிப்பிட்ட சில இடங்களிற்குச் செல்லப் பயப்படுவேன்.”

குறிப்பிட்ட சில இடங்களிலுள்ள அதிக சத்தம், காட்சிகள் என்பன குழந்தைக்கு அதிகமானதாக இருக்கும்.

செயற்பாடுகள்

1. அப்படியான சூழல்களிற்கு படிப்படியாக குழந்தையை அறிமுகப்படுத்தவும். அப்போது பழக்கமானதும் அன்பானதுமான பெரியவர் குழந்தையுடன் எப்போதும் இருக்கிறார் என்பதை குழந்தைக்கு உறுதிப்படுத்தவும். குழந்தை எல்லா வேளைகளிலும் பாதுகாப்பாக உள்ளார் என்பதனை உறுதிப்படுத்தவும்.

2. குழந்தை அப்படியான சூழ்நிலைகளில் குழப்பமடைகிறார் என்பதை கண்டால் அப்படியான சூழ்நிலைகளிலிருந்து குழந்தையை உடனடியாக அகற்றவும். பின்னர் படிப்படியாக அந்த இடங்களிற்கு அறிமுகப்படுத்தவும்.

2. நுணுக்கமான இயக்கத் திறன் விருத்தி

2.1 விளையாட்டுப் பொருள் ஒன்றை ஒரு கையிலிருந்து மறு கைக்கும், கையிலிருந்து வாய்க்கும் கொண்டு செல்வர். **(6 – 8வது மாதத்திலிருந்து)**

"எனது அம்மா எனக்கு விளையாட்டுப் பொருட்கள் தந்தால், எனக்கு அதை வாயினுள் வைக்க விருப்பம்"

● செயற்பாடுகள்

1. வெவ்வேறு அளவிலான வடிவங்களுள்ள மேற்பரப்பைக் கொண்ட விளையாட்டுப் பொருட்களை குழந்தையின் இரண்டு கைகளாலும் பெறுவதற்கு ஊக்கப்படுத்தவும்.

2. குழந்தைக்கு விளையாட்டுப் பொருட்களை வெவ்வேறு திசைகளிலிருந்தும், வெவ்வேறு உயரங்களிலிருந்தும் கொடுப்பதன் மூலம், கண்களும் கைகளும் இணைந்து செயற்படும் விதத்தையும், கை அசைவுகளை எல்லா திசைகளிலும் நிகழ்வதையும் ஊக்கப்படுத்தவும்.

2.2 அரிசி போன்ற மிக நுண்ணிய பொருட்களைப் பெருவிரலையும் சுட்டுவிரலையும் பயன்படுத்திப் பிடிக்கக் கூடிய ஆற்றலைப் பெறுவர். **(9 – 12வது மாதத்திலிருந்து)**

"இப்போது எனது பெருவிரலையும் சுட்டு விரலையும் பயன்படுத்தி அரிசி போன்ற மிக நுண்ணிய பொருட்களையும் சிறிய விளையாட்டுப் பொருட்களையும் எடுக்க முடியும்"

● செயற்பாடுகள்

1. வெவ்வேறுபட்ட அளவுள்ள விளையாட்டுப் பொருட்களை குழந்தைக்குக் கொடுக்கவும். விளையாட்டுப் பொருளை எடுக்கவும், பிடிக்கவும், ஒரு கையிலிருந்து மறு கைக்கு மாற்றவும் ஊக்கப்படுத்தவும்.

2. குழந்தையின் உணவு வேளையின் போது, ஒரு தட்டில் சிறிய உணவுத் துணிக்கைகளை போட்டு கொடுக்கும் போது, குழந்தை சுட்டு விரலையும், பெருவிரலையும் பயன்படுத்தி அதனை எடுக்கும். (பாண் துண்டுகள், அப்பம், சோறு)

   இவ்வாறு பரிசோதிக்கும் போது உணவு வேளை மகிழ்ச்சிகரமானதாக அமையும், அத்துடன் குழந்தை இயற்கையாகவே வாய்க்கு கையைக் கொண்டு செல்லவும். தனியாக உணவு உண்ணவும் பழகிக் கொள்ளும்.

2.3 கையில் பிடித்த பொருட்களை எறிய முற்படுவர். (8 –12வது மாதத்திலிருந்து)

“கையில் எடுத்த பொருட்களை எறிய எனக்கு விருப்பம்”

● செயற்பாடுகள்

1. குழந்தை பொருள் ஒன்றை கையில் எடுத்தவுடன் அது அதனை ஆவலுடன் பார்க்கும். விரைவிலேயே அந்த ஆர்வம் குறைந்து அதனை எறிந்துவிடும். இது casting எனப்படும்.

   குழந்தைகள் பொருட்களை எறிவார்கள். ஏனெனில் அவர்கள் கையில் பிடித்த பொருளை எறிவதற்கு பழகுகிறார்கள். அத்துடன் விழுகின்ற பொருளிலிருந்து எழுகின்ற சத்தத்தையும் கேட்கிறார்கள்.

எறிதல் ஒரு இயற்கையான செயற்பாடு எறியப்பட்ட பொருளை எடுத்து மீளக் கொடுத்து ஊக்கப்படுத்துவது கூடாது என்றே பொதுவாகக் கூறப்படுகிறது. பொருட்களின் சரியான பயன்பாட்டை அறிந்து கொள்ளும் போது அதனை எறிவதை தவிர்த்துக் கொள்வர்.

2.4 புத்தகம் ஒன்றின் பக்கங்களை புரட்டுவதுடன் அதிலுள்ள படங்களை ஆவலுடன் பார்ப்பர். **(10வது மாதத்திலிருந்து)**

"இப்போது என்னால் புத்தகத்தின் பக்கங்களை புரட்ட முடியும். அதிலுள்ள படங்களைப் பார்க்க விரும்புகிறேன்."

● செயற்பாடுகள்

1. தடித்த பக்கங்கள் கொண்ட புத்தகமொன்றை குழந்தைக்கு கொடுக்கவும். இதிலே அழகிய பல வர்ண படங்கள் இருத்தல் வேண்டும்.

2. உங்களுடைய சுட்டுவிரலைப் பயன்படுத்தி படங்களை காட்டி எளிய கதைகளைக் கூறவும். சொற்களையும், சொற்றொடர்களையும் தெளிவாக எளிய மொழியில் கூறுவதுடன், கதையை நடித்துக் காட்டியும் முகபாவனையுடன் கூறியும் குழந்தையின் கவனத்தை ஈர்க்கவும்.

3. கதைகேற்றபடி நடித்துக் காட்டியோ அல்லது ஒலி எழுப்பியோ பதிலளிக்கக் குழந்தையை ஊக்குவிக்கவும்

உதாரணம்: யார் இது?
இது ஒரு குழந்தை
குழந்தை சிரிக்கிறது.
உடல் அசைவுகளால் அல்லது ஒலியால் பதிலளிக்க ஊக்கப்படுத்தவும்.

3. மொழி விருத்தி

3.1 வெரிய சத்தங்களை ஏற்படுத்தி விளையாட்டில் ஈடுபடுவர். (8 – 12 **வது மாதத்திலிருந்து)**

**"நான் மற்றவர்கள் கூறும் ஒலிகளை மீளக் கூற விரும்புகிறேன்.
அவர்களுடன் விளையாடவும் விரும்புகிறேன்."**

● செயற்பாடுகள்

1. குழந்தை பதிலளிக்கும்போது கூறும் சத்தங்களை மீளக் கூறவும். அதன் மூலம் குழந்தையுடன் சம்பாஷனை ஒன்றில் ஈடுபடுவதாக குழந்தைக்குக் காண்பிக்கவும். அதன்போது படிப்படியாக பல்வேறுபட்ட ஒலிகளை குழந்தைக்கு அறிமுகப்படுத்தவும்.

2. குழந்தைக்கு பல்வேறுபட்ட விலங்குகளினது ஒலிகளையும் சூழலிலுள்ள வேறு பல சத்தங்களையும் அறிமுகப்படுத்தவும். இவ் ஒலிகள் எங்கிருந்து வருகின்றன என குழந்தைக்கு காட்டவும். அவ் ஒலிகளை குழந்தை மீளக் கூற ஊக்குவிக்கவும்.

உதாரணம் : அதோ ஒரு நாய்
அது "வள் வள்" என்று கத்தும்.

3.2 வெவ்வேறு ஸ்ருதிகளில் ஒலிகளை எழுப்பும். **(6வது மாதத்திலிருந்து)**

"எனக்கு வெவ்வேறு தொனியிலே சத்தங்களைப் போட விருப்பம்"

● செயற்பாடுகள்

1. குழந்தையுடன் வேறுபட்ட தொனிகளில், ஸ்ருதிகளில் ஒலி எழுப்பிக் கதைக்கவும்.
2. குழந்தையுடன் சேர்ந்து எளிய பாடலை பாடவும். அப்பாடலுக்கு பொருத்தமான அபிநயங்களை செய்யவும்.

   உதாரணம் :- Clap clap clap your hands

3. வர்ணமயமான படங்களுள்ள கதைகளைக் கூறவும். கவரக்கூடிய அபிநயங்கள், மொழியைப் பயன்படுத்தி அவற்றை வர்ணிக்கவும். கதை கூறும் போதும், ஒலிகள் அபிநயங்கள் ஊடாக குழந்தை பதிலளித்து உங்களுடன் ஈடுபட வைக்கவும்.

3.3 பழக்கப்பட்ட ஒலிகள், சொற்கள் போன்றவற்றை குறிப்பிட்ட அளவிற்கு விளங்கிக் கொள்ளும் தன்மையைக் காண்பிப்பர். **(7வது மாதத்திலிருந்து)**

"என்னால் இப்போது பழக்கமான ஒலிகளையும், சொற்களையும் விளங்கிக் கொள்ள முடியும்."

● செயற்பாடுகள்

1. வெவ்வேறுபட்ட ஒலிகள் சத்தங்களிற்கு குழந்தையை வெளிப்படுத்தவும்.

உதாரணம் : ரயில் - சுக்கு பக்கு கூ
நாய் - வள் வள்
கார் - புறும் புறும்

2. குடும்ப அங்கத்தவர்களைக் குழந்தைக்கு அறிமுகப்படுத்தவும். குடும்ப அங்கத்தவர்களின் குறிப்பான உறவுமுறையைக் கூறி அவர்களுடன் சில செயற்பாடுகளை செய்யுமாறு குழந்தைக்குக் கூறவும். அப்போது குழந்தை குடும்ப உறுப்பினர் ஒருவருக்கும் ஒரு குறிப்பிட்ட பெயர் இருப்பதை அறிந்து கொள்ளும்.

உதாரணம் : அம்மாவிற்கு ஒரு முத்தம் கொடுக்கவும்.
அப்பாவிற்கு "bye" சொல்லவும்.

3.4 பழகிய மனிதர்களையும் பொருட்களையும் அவற்றின் பெயரைக் கொண்டு அழைப்பர். அநேகமான நேரங்களில் அவற்றின் முதலாவது எழுத்தை மட்டுமே உச்சரிப்பர். **(10வது மாதத்திலிருந்து)**

"என்னால் முடிந்தளவு நான் எனது குடும்ப உறுப்பினர்களை அழைப்பேன். அத்துடன் எனது விளையாட்டுப் பொருட்களின் பெயர்களையும் சொல்வேன். சில வேளைகளில் சொற்களை கூறக் கஷ்டப்படுவேன். ஆனால் சொற்களை பகுதியாகவேனும் கூறுவேன்.

● செயற்பாடுகள்

1. பழகிய மனிதர்களையும் பொருட்களையும் குழந்தைக்கு அறிமுகப்படுத்தவும். குழந்தை சொற்களை சொல்ல முயலும் போது சொற்களை தெளிவாகவும் ஆறுதலாகவும் உச்சரிக்குக. குழந்தையின் முற்புறமாக இருப்பது நன்று. ஏனெனில் அப்போது தான் குழந்தைக்கு உங்கள் உதடு அசைவதை பார்க்க முடியும்.

   உதாரணம் : தா தா – தரச் சொல்வதற்கு
   பா பா – பால் தரச் சொல்வதற்கு

2. கதைப்புத்தகங்களைக் குழந்தைக்கு வாசித்துக் காண்பிக்கவும். படத்தைக் காண்பித்து மனிதர்கள், பொருட்களின் பெயர்களைக் கூறவும்.

3.5 ஒலிகளையும் எளிய சொற்களையும் தாமும் கூற முற்படுவர். **(10வது மாதத்திலிருந்து)**

"நான் கேட்கும் ஒலிகளை என்னால் மீளக் கூற முடியும்.

● செயற்பாடுகள்

1. குழந்தையுடன் எப்போதும் எளிய சொற்களைப் பயன்படுத்தவும். குழந்தைக்கு அச் சொற்களின் கருத்து விளங்குகிறதா என்பதை உறுதிப்படுத்தவும். நீங்கள் அச் சொற்களை அடிக்கடி கூறும் போது குழந்தைக்கு அச்சொற்களை மீளக் கூறுவதற்கான தூண்டல் வழங்கப்படுகிறது.

2. குழந்தை கூறும் சொற்களை மீள மீளக் கூறவும். குழந்தை சொல்வதை எப்போதும் விரித்துக் கூறவும். அப்போது அதன் கருத்து புலப்படுத்தப்படும்.

3.6 பெயர் கூறி அழைக்கும்போது குழந்தை பழக்கப்பட்ட மனிதர்களையும் பொருட்களையும் நோக்குவர். **(6வது மாதத்திலிருந்து)**

"எனக்கு எனது அம்மா கூறும் சொற்கள் விளங்குவதால் நான் அவர் குறிப்பிடும் நபரையோ அல்லது பொருளையோ நோக்கித் திரும்புவேன்."

செயற்பாடுகள்

1. பொருட்களையோ நபர்களையோ அறிமுகப்படுத்தும் போது அவற்றைச் சுட்டிக் காட்டவும். குழந்தை கருத்தைப் புரிந்து கொள்வதற்கு எளிய, தெளிவான சொற்களை பயன்படுத்தவும். நீங்கள் காட்டும் பொருளை குழந்தை அக்கறையுடன் பார்ப்பாரானால் அப்பொருளின் பயன்பாட்டை கூறி அச்சொல்லை மீள அறிமுகப்படுத்தவும்.

   உதாரணம் : உடல் உறுப்புகள், நாளாந்தம் பயன்படுத்தும் பொருட்களை இவ்வாறு அறிமுகப்படுத்தலாம்.

   உதாரணம் :- கரண்டி- இந்த கரண்டியால் தான் நீங்கள் உணவை உண்ணுகிறீர்கள்.

2. பொருட்களை அறிமுகப்படுத்தும் போது பல புலன் உள்ளீடுகளை பயன்படுத்துவது மிகப் பொருத்தமானதாகும்.

   வாழைப்பழம் என்னும் சொல்லை கூறும் போது (கேட்டல்) முதலில் வாழைப்பழத்தை காண்பிக்கவும் (பார்த்தல்). அதை குழந்தை தொடவும் தொடுகை) உண்ணவும் (மணம் சுவை) கொடுக்கவும். எனவே குழந்தைக்கு புதிய சொல் ஒன்றை அறிமுகப்படுத்தும் போது குழந்தை கேட்டல், பார்த்தல், தொடுதல், மணத்தல், சுவைத்தல் போன்வற்றை அனுபவிக்க இடமளித்தால் அச்சொல் குறித்த அதிகளவான அனுபவத்தை பெறுவர்.

3.7 குழந்தை தனது சொந்த தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்வதற்கு உடல் அசைவுகளையும் வாய் மூலமான சொற்களையும் பயன்படுத்தி முயற்சி செய்யும்.

“எனக்கு ஏதாவது தேவைப்படும் போது உடல் அசைவுகள் மூலமும் சில ஒலிகளை எழுப்பியும் அதனைக் காண்பிப்பேன்”

● செயற்பாடுகள்

1. குழந்தை தனது தேவைகளை உடல் அசைவுகள் மூலம் அல்லது வாய்மொழி மூலம் வெளிப்படுத்த முயலும் போது நீங்கள் அந்த சொற்றொடர்களைப் பூர்த்தி செய்து அவரது தேவைகளையும் நிறைவேற்றுங்கள்.

   உதாரணம் : குழந்தை- தாங்.... பா....
   தாய்- தாங்கோ பந்து. உங்களுக்கு பந்து வேண்டுமா? இந்தாங்கோ பந்து

2. குழந்தைக்கு ஒரு பொருள் தேவைப்படுமிடத்து அவருக்கு எந்த பொருளைத் தெரிவு செய்ய ஒரு சந்தர்ப்பம் கொடுக்கவும். கண் மட்டத்தில் விளையாட்டுப் பொருட்களைக் காண்பித்து அவருக்கு எந்த பொருள் வேண்டுமென கேட்கவும். பிள்ளை பொருளின் சுருக்கத்தை கூறினால், முழுச் சொல்லையும் நீங்கள் தெளிவாக உச்சரித்து பின் அப்பொருளை குழந்தையிடம் கொடுக்கவும்.
   உதாரணம் : உங்களுக்கு பொம்மையா பூவா வேண்டும்? குழந்தை பூவைக் காட்டினால் ‘‘இது பூ, உங்களுக்கு பூவைத் தருகிறேன்.’’

3.8 உடையாடல்களில் வாய் மொழி மூலமான வெளிப்படுத்தல்கள் மூலம் தானும் கலந்து கொள்ள முயற்சிப்பார். **(10வது மாதத்திலிருந்து)**

"நான் மற்றவர்களுடன் உரையாட முயல்கிறேன்."

● செயற்பாடுகள்

1. எளிய உரையாடல்களில் குழந்தையுடன் ஈடுபட ஆரம்பிக்கும் விதமாக எளிய வசனங்களை பயன்படுத்தி ஆரம்பிக்கவும். குழந்தை பதிலளிக்க போதியளவு நேரம் கொடுக்கவும். குழந்தையின் பதிலிற்கேற்றவாறாக உரையாடலை கொண்டு செல்லவும். அது உடல் அசைவுகளாகவோ அபிநயங்களாகவோ சொற்களாகவோ அல்லது சொற்றொடர்களாகவோ இருக்க முடியும்.

3.9 ளிய வாய் மூலமான கட்டளைகளிற்கு கீழ்ப்படிவர். **(10வது மாதத்திலிருந்து)**

“என்னால் எளிய சொற்களையும் வசனங்களையும் புரிந்து கொள்ள முடியும். அதற்கு என்னால் பதிலளிக்க முடியும்”

● செயற்பாடுகள்

1. குழந்தைகளுடனான நாளாந்த நடவடிக்கைகளின் போது எளிய அறிவுறுத்தல்களை வழங்கவும். குழந்தையை அந்த அறிவுறுத்தல்களை செய்ய ஊக்கப்படுத்தவும்.

   உதாரணம் : தேநீர் தயாரிக்கும்போது அவருடைய கோப்பையைக் காட்டும்படி கூறவும்.

   பொம்மையுடன் விளையாடும் போது பொம்மைக்கு உணவூட்ட அல்லது குளிப்பாட்டும்படி குழந்தைக்கு அறிவுறுத்தவும்.

   குழந்தையை குளிப்பாட்டும்போது குழந்தையின் காலை தரும்படி கூறவும். ‘‘கால்களிற்கு சவர்க்காரம் பூசுவோம்.’’

2. எளிய சிறுவர் பாடல்களை பாடுவதன் மூலம் குழந்தையை உங்களுடன் இணைந்து பாட ஊக்கப்படுத்தவும்.

உதாரணம்	அம்மா	:	நிலா நிலா
	குழந்தை	:	வா வா
	அம்மா	:	நில்லாமல்
	குழந்தை	:	ஓடி வா

3. உறுப்புகளின் தொழிலிற்கேற்ப உடல் உறுப்புகளை குழந்தை அடையாளம் கண்டு கொள்வார்.

   உதாரணம் : நீங்கள் சாப்பிட உதவும் வாய் எங்கே?

3.10 எளிய சொற்களை கருத்தாகப் பயன்படுத்துவர். சில வேளைகள் சொற் சுருக்கங்களையும் பயன்படுத்துவர். **(10வது மாதத்திலிருந்து)**

“இப்போது எனக்கு சொற்களை பயன்படுத்தத் தெரியும்”

● செயற்பாடுகள்

1. மேற்கூறப்பட்ட அனைத்து திறன்களையும் ஒருங்கிணைத்து சொற்களையும் சொற் சுருக்கங்களையும் பயன்படுத்தி இப்போது குழந்தை தனது தேவைகளை வெளிப்படுத்துவார்.

உதாரணம் : பொம்மையுடன் விளையாடும் போது குழந்தை வெளிப்படுத்தக்கூடும். :- “குழந்தை தூங்குகிறது”

4. அறிவாற்றல் விருத்தி

4.1 விளையாட்டுப் பொருட்களுடன் கருத்துள்ள விதமாக விளையாடுவர். **(8 – 10வது மாதத்திலிருந்து)**

"என்னால் இப்போது விளையாட்டுப் பொருட்களை தெரிவு செய்து கருத்துள்ள விதத்தில் விளையாட முடியும்"

செயற்பாடுகள்

1. நீங்கள் குழந்தைக்கு ஒரு விளையாட்டுப் பொருளைக் கொடுக்கும் போது அப்பொருளை சரியாகப் பயன்படுத்துவது எப்படி என காண்பிக்கவும்.
   உதாரணம் : " ஒரு பொத்தானை அழுத்த ஒரு விளையாட்டு உருவம் வெளிப்படும்.

2. விளையாட்டுப் பொருட்களின் தொழிற்பாட்டைச் செய்து காட்டி விளங்கப்படுத்துதல்.
   உதாரணம் : இது ஒரு சீப்பு. உங்களுடைய தலைமுடியை இதனால் சீவுவோம்.

4.2 **மறைத்து வைக்கப்பட்ட பொருளின் இருப்பிடத்தை ஞாபகப்படுத்தித் தேடும் தன்மையை விருத்தி செய்தல். (7 – 8வது மாதத்திலிருந்து)**

"எனக்கு தெரியும். எனது அம்மா ஒரு விளையாட்டுப் பொருளை ஒளித்து வைத்துள்ளார்"

செயற்பாடுகள்

1. குழந்தையுடன் ஒளித்து பிடித்து விளையாடவும் விளையாட்டுப் பொருட்களை மறைத்துவிட்டு அவற்றை தேடி கண்டுபிடிக்கவும் ஊக்குவிக்கவும்.

2. விளையாட்டுப் பொருள் நிலத்தில் விழுந்தால் அதனைத் தேடுவதற்குக் குழந்தையை ஊக்கப்படுத்தவும்.

3. தன்னுடைய அப்பாவோ அல்லது தனக்கு மிக விருப்பமான பெரியவரோ வெளியே சென்றால் அவர் மீண்டும் திரும்பி வருவார் என்பது இப்போது குழந்தைக்கு தெரியும்.

4.3 விளையாட்டுப் பொருட்களையோ தாம் விரும்பும் நபர்களையோ தெரிவு செய்வர். **(10 – 12வது மாதத்திலிருந்து)**

"எனக்கு மிக விருப்பமான விளையாட்டுப் பொருட்களைத் தெரிவு செய்து எனக்கு மிக விருப்பமானவர்களுடன் விளையாடுவேன்."

● செயற்பாடுகள்

1. இந்தப் படிநிலையில் புதிய சுற்றாடல்களில் சேரும்போது அல்லது புதிய நபர்களைக் காணும் போது குழந்தை குழப்பமடையும் ஆகவே குழந்தையை வெவ்வேறு இடங்களுக்குக் கொண்டு செல்வதுடன் புதிய நபர்களையும் அறிமுகப்படுத்தவும். குழந்தை புதிய நபர்களையும் இடங்களையும் விரும்ப ஆரம்பிப்பர்.

2. புதிய சுற்றாடலையும், பழைய சுற்றாடலையும் வேறுபடுத்திப் பார்க்க குழந்தையை ஊக்கப்படுத்தவும்.

3. பழக்கப்பட்டவர்களையும் புதியவர்களையும் வேறுபடுத்த குழந்தையை ஊக்கப்படுத்தவும்.

4.4 வாய் மொழி மூலமாக அல்லது உடல் அசைவுகள் மூலம் தனது விருப்பையும், வெறுப்பையும் வெளிப்படுத்த முயற்சி செய்வர் **(10 – 12வது மாதத்திலிருந்து)**

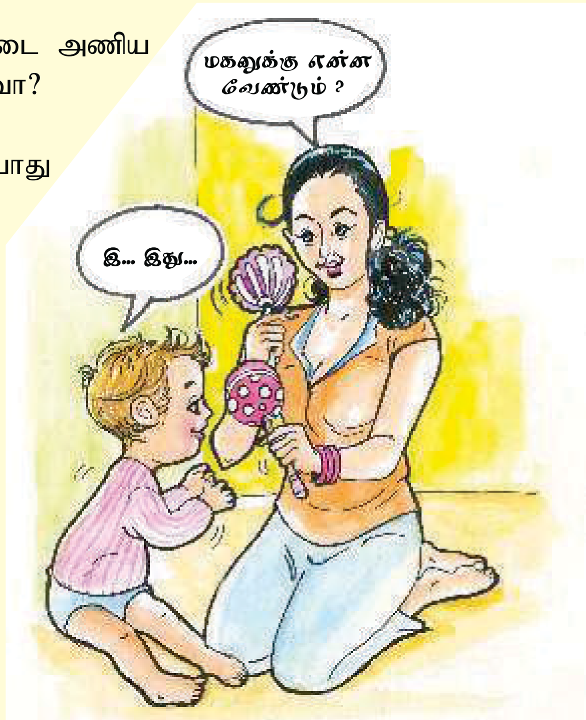
“இப்பொழுது எனக்கு விருப்பமானதை உடல் அசைவுகள் மற்றும் சொற்கள் மூலம் வெளிப்படுத்த முடியும்.

● செயற்பாடுகள்

1. தனக்குத் தேவையானதைத் தெரிவு செய்து வெளிப்படுத்த குழந்தைக்குச் சந்தர்ப்பம் அளிக்கவும்.

   உதாரணம் : இன்று நீங்கள் எந்தச் சட்டை அணிய விரும்புகிறீர்கள் இதுவா? அல்லது அதுவா?

2. விளையாட்டுப் பொருட்களை வழங்கும்போது தனியே ஒன்றை கொடுக்காமல் குழந்தையின் தெரிவைக் கேட்கவும்.



4.5 சில பழக்கப்பட்ட பொருட்களை கருத்தாகப் பயன்படுத்துவர். **(10வது மாதத்திலிருந்து)**

“எப்படி, எப்போது எனக்கு பழக்கமான விளையாட்டுப் பொருட்களையும், பிற பொருட்களையும் பயன்படுத்துவது என்றுஎனக்குஇப்போது தெரியும்,”

● செயற்பாடுகள்

1. வழமையான செயற்பாடுகள் சம்பந்தமான விளையாட்டுகளில் ஈடுபடும்போது விளையாட்டுப் பொருட்களின் உபயோகம் குறித்த குழந்தையின் அறிவு மீள வலியுறுத்தப்படுகிறது.

   உதாரணம் : பொம்மை விளையாட்டு, வீட்டு விளையாட்டு, சந்தை விளையாட்டு போன்றன சில உதாரணங்களாகும்.

2. நாளாந்த செயற்பாடுகளின் போது எவ்வாறு பொருட்கள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன என்பதையும் அவற்றின் செயற்பாடுகளையும் அதனுடன் தொடர்பான சொற்களையும் அறிமுகப்படுத்தவும்.

   உதாரணம் : சீப்பு – தலை வாருதல்.
   கரண்டி – உணவு ஊட்டுதல்
   கோப்பை – குடித்தல்.

4.6 தூக்கு விருப்பமானவற்றைச் சுட்டு விரலால் சுட்டிக்காட்டிக் கேட்பர். **(10வது மாதத்திலிருந்து)**

“இப்பொழுது எனக்கு என்ன தெரியும் என்பதனையும், எனக்கு என்ன வேண்டும் என்பதனையும் சுட்டு விரலால் சுட்டிக் காட்ட முடியும்.”

● செயற்பாடுகள்

1. குழந்தையுடன் சேர்ந்து கதைப்புத்தகங்களை வாசிக்கும் போது உங்களுடைய சுட்டு விரலைப் பயன்படுத்தி படங்களை சுட்டிக் காட்டி விளங்கப்படுத்தவும். கேள்வி கேட்கும் போது சுட்டிக் காட்டிப் பதிலளிப்பதனை ஊக்கப்படுத்தவும்.

2. குழந்தை விளையாட்டுப் பொருளை அல்லது வேறு எதையாவது கேட்டால் அதை சுட்டிக் காட்டிக் கேட்கும் படி ஊக்கப்படுத்தவும்.

5. இயக்கத்திறன் விருத்தி

5.1 படுத்திருக்கும் நிலையிலிருந்து உட்காரும் நிலைக்கு வந்து உட்காரும் நிலையை உதவியின்றி பேணுதல் **(8வது மாதத்திலிருந்து)**

"என்னால் இப்போது உதவியின்றி உட்கார முடியும்."

● செயற்பாடுகள்

1. பாய் ஒன்றில் குழந்தையை இருத்தி குழந்தையுடன் அடிக்கடி விளையாடவும்.

2. விளையாட்டுப் பொருட்களை பாயிலே குழந்தையைச் சுற்றி வைக்கவும். குழந்தை தனது உட்காரும் நிலையையும் சமநிலையையும் பேணியவாறு விளையாட்டுப் பொருட்களை எடுக்க எத்தனிக்கும். அதன் போது குழந்தை உட்கார்ந்தவாறே பக்கப்புறமாகவும் திரும்பும்.

5.2 உதவியுடன் நிற்பர் **(9வது மாதத்திலிருந்து)**

"என்னால் தளபாடத்தை பிடித்தவாறு நிற்க முடியும்."

● செயற்பாடுகள்

1. குழந்தை தொட்டிலிலிருக்கும்போது விளையாட்டுப் பொருளை கைபிடிக்கு மேலாக உயரத்திலிருந்து கொடுக்கவும். அப்போது குழந்தை கைபிடியை பிடித்து எழுந்து நிற்க முயற்சி செய்வார்.

2. குழந்தை நிலத்திலிருந்து விளையாடும் போது குழந்தை எடுக்கக்கூடிய உயரத்தில் கதிரையிலோ அல்லது சிறிய மேசையிலோ வைத்து விளையாட்டுப் பொருட்களைக் கொடுக்கவும். அந்தத் தளபாடங்களை பிடித்தவாறு எழும்பி விளையாட்டுப் பொருட்களை எடுக்க ஊக்கப்படுத்தவும்.

3. தவழ்வதற்கு குழந்தையை ஊக்கப்படுத்தவும்.

உதாரணம் : படிக்கட்டில் மேல் நோக்கி தவழ்வதற்கு

4. தளபாடம் ஒன்றின் மேல் விளையாட்டுப் பொருள்களை வைக்கவும். அதனை நோக்கி தவழ்ந்து சென்று எழுந்து நின்று அதனை எடுக்க குழந்தையை ஊக்குவிக்கவும். தளபாடத்தைப் பிடித்தவாறு நின்று அதன் உதவியுடன் விளையாட்டுப் பொருட்களுடன் விளையாட ஊக்கப்படுத்தவும்.

5.3 உதவியின்றி நிற்கக் கூடியதாக இருப்பர் (12வது மாதத்திலிருந்து)

"இப்போது என்னால் தனியே உதவியின்றி நிற்க முடியும்."

● செயற்பாடுகள்

1. தானாகவே இயங்கும் கார்கள், முச்சக்கர வண்டிகளை குழந்தை பயன்படுத்த ஊக்குவிக்கவும்.

2. குழந்தை நடப்பதற்கு நடைபழக்கு கருவிகளை அதாவது "வோக்கரை" ஐ உபயோகிக்க வேண்டாம். அவற்றை உபயோகிப்பதால் குழந்தை முறையற்ற நடையைப் பழகிக்கொள்ளும்.

5.4 பக்கப்புறமாக உதவியுடன் நடப்பர் (12வது மாதத்திலிருந்து)

"தளபாடம் ஒன்றைப் பிடித்தவாறாக வட்டமாக நான் நடக்க முயற்சிப்பேன்."

செயற்பாடுகள்

1. இயக்க திறன்களை விருத்தி செய்வதற்கு முன்னர் கூறியது போன்று செயற்பாடுகளை மேற்கொள்ளவும்.

2. தளபாடம் ஒன்றின் மேலே விளையாட்டுப் பொருட்களை வைத்துவிட்டு அவற்றை பிடித்தவாறு சுற்றி நடக்க குழந்தையை ஊக்குவிக்கவும்.

உங்கள் குழந்தையின் முதற்படிகளை நோக்கி
Towards the first steps of your infant

Samanmali P. Sumanasena
MBBS (Col), MD (Col), FRCPCH (London) is a Consultant Paediatrician with special interest in Child Development and Disabilities. She is a senior lecturer at the Faculty of Medicine, University of Kelaniya, Ragama, Sri Lanka. She is a clinician working at the multi-disciplinary clinic providing early intervention and services for infants at high risk for developmental impairments.

Tamil translation by:
Dr. Kasthuri Thangarajah, MBBS (Jaffna)

ISBN - 978-955-0629-08-4

Cover Page Inside and Outside
Design & Concept by
Elmo Priyanandana

මුද්‍රණය සහ ප්‍රකාශනය
ට්‍රිපල් ප්‍රකාශකයෝ
කොළඹ 12. 0112 339875 / 0777 988 661
E-mail: tripleelmopriyananda@gmail.com

9 789550 629084