দূর-প্রশিক্ষণ পুস্তিকা
[Distance-Training Package]

১

প্রাক-কথা ও ভাষার বিকাশ
[Pre-Speech & Language Development]

দ্বিতীয় ভাগ
[2nd Part]

বাংলাদেশ প্রতিবন্ধী ফাউন্ডেশন
Bangladesh Protibondhi Foundation

দূর-প্রশিক্ষণ পুস্তিকা
১
প্রাক-কথা ও ভাষার বিকাশ
দ্বিতীয় ভাগ

BANGLADESH PROTIBONDHI FOUNDATION
BPF

প্রকাশকাল
১৯৯০
•
প্রথম সংস্করণ
১৯৯৯
•

লুসি টপিং-এর তত্ত্বাবধানে
তাহসিনা খাতুন
•
চিত্রশিল্পী
জাহাঙ্গীর হোসেন

বাংলাদেশ প্রতিবন্ধী ফাউন্ডেশন কর্তৃক প্রকাশিত ও সর্বসত্ত্ব সংরক্ষিত
১২ নিউ সার্কুলার রোড, পশ্চিম মালিবাগ, ঢাকা-১২১৭

BANGLADESH PROTIBONDHI FOUNDATION
BPF

সূচিপত্র

পৃষ্ঠা নং

সাধারণ নির্দেশাবলী

১. প্রাক–জ্ঞানশিক্ষা বিষয়ক উন্নতি ১

(ক) ধাক্কা দেওয়া ২–৩

(খ) ধরতে পারা ৪–৬

(গ) পর্যবেক্ষণ করা/ অনুসন্ধান করা ৭

২. দু'টি বস্তুকে একত্রিত করা ৮

৩. বস্তুর ব্যবহারিক কার্যকারিতা ৮

BANGLADESH PROTIBONDHI FOUNDATION
BPF

সাধারণ নির্দেশাবলী

১। আপনার শিশু সব সময়ই কিছু একটা করা বা দেখার জন্য অবশ্যই সজাগ থাকবে। যখনই শিশু নড়াচড়া করবে বা হাত-পা নাড়াবে, মনে রাখতে হবে যে, কিছু একটা ঘটবে/হতে যাচ্ছে। যদি কিছু ঘটে সেটাই শিশুকে পুনরায় করার জন্য উৎসাহিত করবেন।

২। আপনার শিশুকে কখনোই শোওয়া অবস্থায় বেশিক্ষণ রাখবেন না। তাকে কিছু দেখতে সুযোগ দিন ; তার অবস্থান / স্থান পরিবর্তন করুন ; তাকে আপনার কাজ দেখতে দিন ; তাকে ঘরের / বাড়ীর বাইরে নিয়ে যান এবং বিভিন্ন রকমের জিনিস দেখতে / অনুভব করতে দিন।

৩। প্রতিবন্ধী শিশু ঠিকমতো বসতে অথবা মাথা সোজা রাখতে পারে না। এই ক্ষেত্রে কিছু বালিশের ব্যবস্থা করা দরকার, যাতে শিশু ঠিকমতো বসতে পারে। যখনই সে ভালোমতো বসতে পারে, তখনই সে তার চারপাশে কি হচ্ছে তা ভালো করে দেখতে পারবে এবং জিনিস ধরতে শিখবে।

৪। দূর্বল পেশী সম্পন্ন শিশু কখনোই নিজে নিজে জিনিস ধরতে পারে না। তখন অবশ্যই আপনি তার সামনে জিনিসটি নিয়ে আসুন, তার হাতে জিনিসটি ধরিয়ে দিন এবং জিনিসটি শিশুর মুখের কাছে নিয়ে তাকে অনুভব করতে দিন।

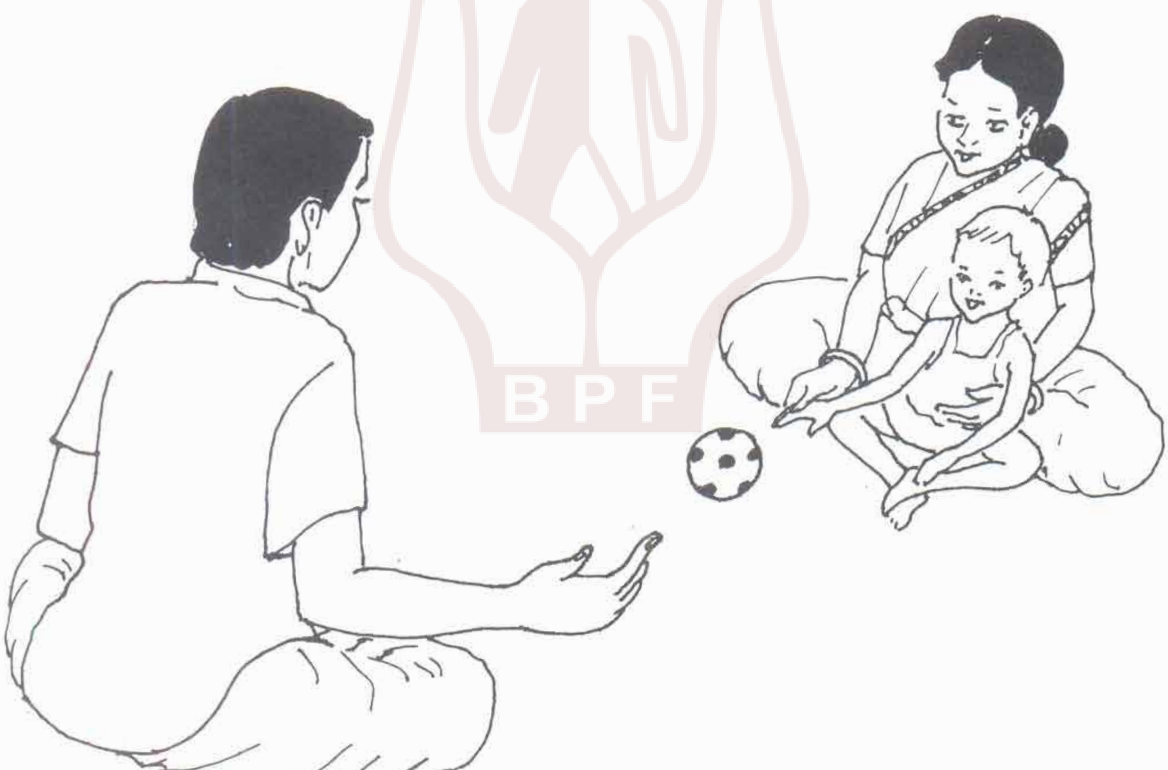
৫। আপনার শিশু হয়তো খুব অল্প নড়াচড়া করতে পারে। এক্ষেত্রে আপনি তার হাত-পা নড়াচড়া করে দিতে পারেন। যেমন, শিশুর হাত ধরে হাততালি দেওয়া, পা দিয়ে সাইকেল চালানো ইত্যাদি।

১. প্রাক-জ্ঞানশিক্ষা বিষয়ক উন্নতি

(ক) ধাক্কা দেওয়া

যদি দেখেন যে শিশু কোনো জিনিস ছুঁতে আরম্ভ করেছে বা শিখেছে কিন্তু এখনো পর্যন্ত ধরতে পারে না তখন তাকে জিনিসটি ধাক্কা দিতে উৎসাহিত করুন।

ঝুলন্ত খেলনা যেগুলো বর্ণনা করা হয়েছে তার মধ্যে যে কোনো একটি ব্যবহার করা যায়। পর পর উঁচু করে সাজানো কতকগুলো দিয়াশলাই-এর বাক্স ব্যবহার করা যেতে পারে। শিশুর সামনে বাক্সগুলো পর পর উঁচু করে সাজান এবং তাকে সেটা ধাক্কা দিয়ে ফেলে দিতে দিন। শব্দ এবং পড়ে যাওয়া দুটোই শিশুকে উৎসাহিত এবং আনন্দ দেবে। খালি একটি দুধের টিন নিন। টিনের ভিতরে এমন কিছু ভরে দিন যাতে টিনটি গড়ালে আওয়াজ হয়। শিশুর মুখোমুখি বসুন এবং টিনটি গড়িয়ে শিশুর দিকে দিন। কিভাবে ধাক্কা দিতে হবে তা শিশুকে দেখিয়ে দিন, তাহলে টিনটি গড়িয়ে আপনার দিকে আসবে।

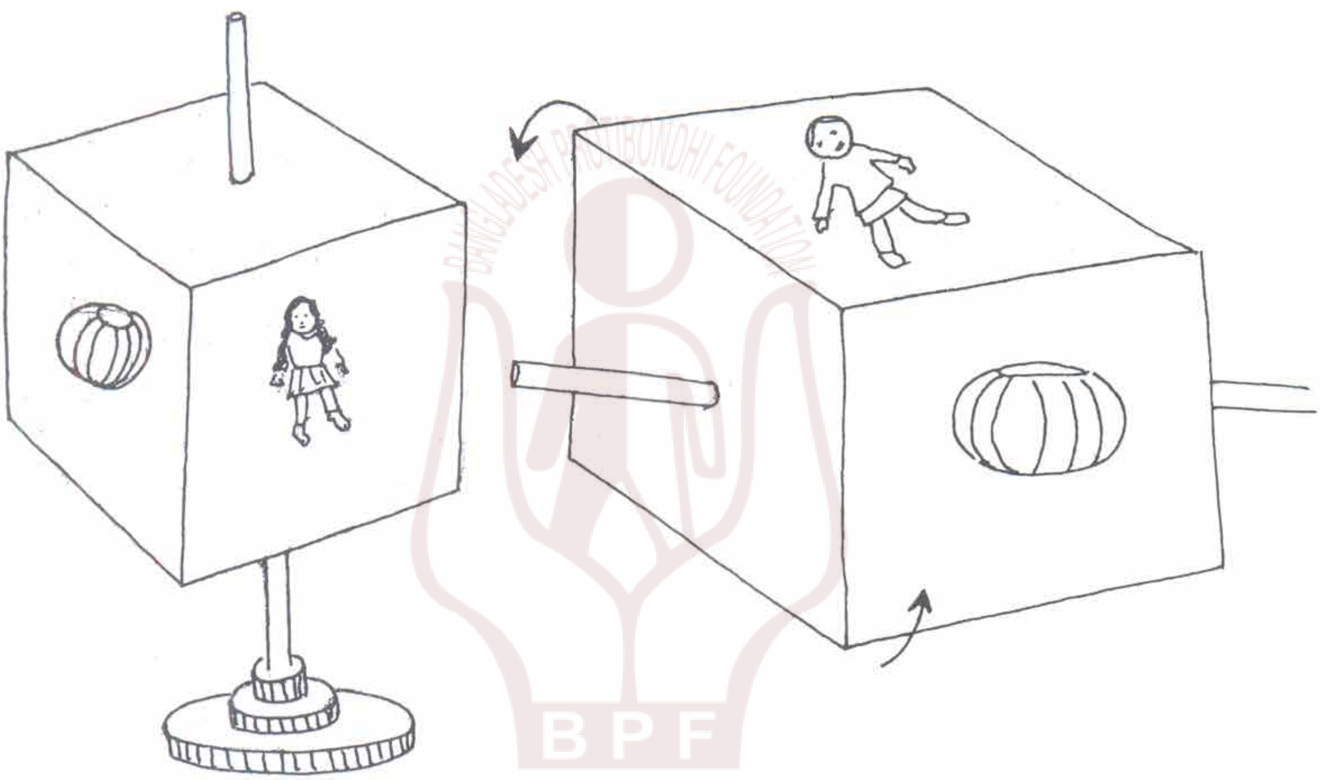


যদি সে ধাক্কা দিতে না পারে, তাহলে তার হাতটি ধরুন। আস্তে আস্তে সাহায্যের পরিমাণ কমিয়ে আনুন।

ছবির বাক্স

একটি ঘুরন্ত ছবির বাক্স শিশুকে কিছু ছুঁতে বা ছুঁয়ে দেখতে উৎসাহিত করবে। যদি সে বাক্সটি ধাক্কা দেয় তাহলে সেটা ঘুরে যাবে এবং একটি নতুন ছবি দেখতে পাবে। এটা তাকে পুনরায় করতে উৎসাহিত করবে।

বাক্সটি কাগজ দিয়ে মুড়িয়ে দিন। বাক্সটির চারপাশে কিছু ছবি আঁকুন বা কেটে লাগান এবং মাঝখানে একটি ফুটো করে একটি কাঠি ঢোকান।

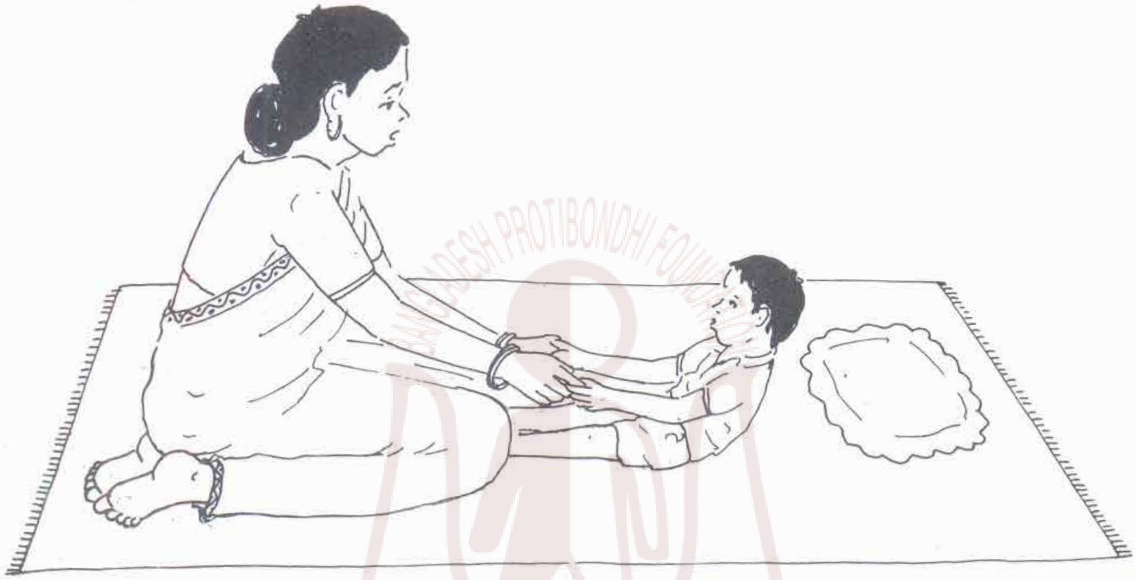


এই বাক্সটির পরিবর্তে অন্যভাবে একটি ছবির বাক্স তৈরি করুন যাতে কাঠিটি সমান্তরালভাবে থাকে।

(খ) ধরতে পারা

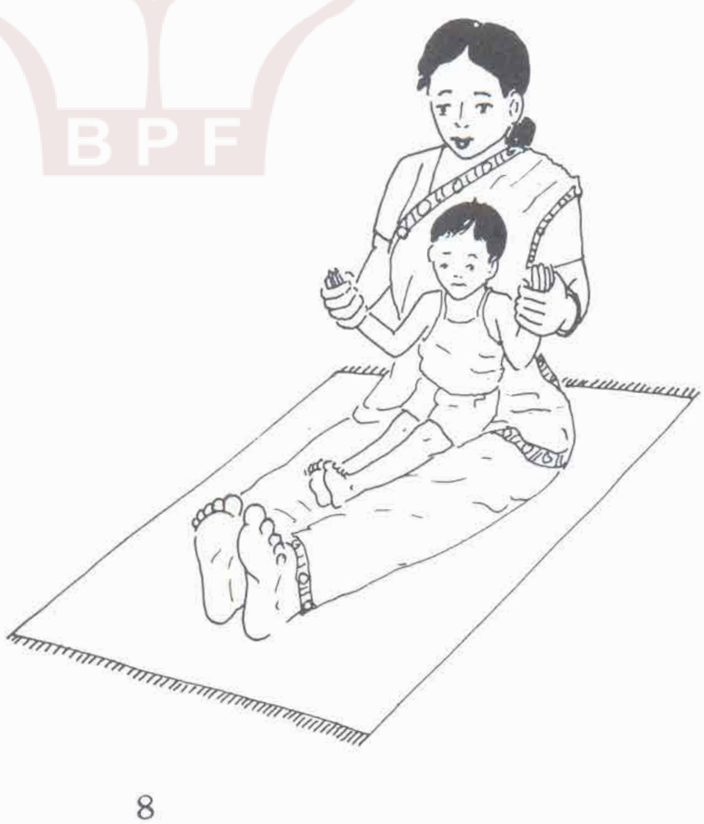
টেনে উঠানো

শিশুকে তার দুই হাত দিয়ে আপনার আঙুল দু'টি ধরতে উৎসাহিত করুন এবং আস্তে আস্তে শোয়া অবস্থা থেকে টেনে বসাতে চেষ্টা করুন। আবার শুইয়ে দিন। শিশু তখন আপনার আঙুলটি শক্ত করে ধরতে শিখবে।

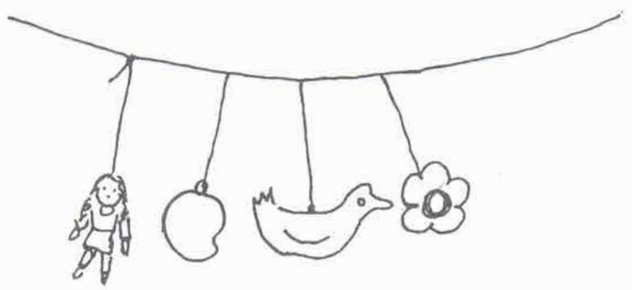


নৌকা বাওয়া ঃ

শিশুকে আপনার দুই পায়ের মাঝখানে নিয়ে মেঝেতে বসুন। তার হাত দু'টি ধরুন এবং পিছন দিক থেকে সামনের দিকে এবং সামনের দিক থেকে পিছনের দিকে যান। যেমন, মনে করুন আপনি একটি নৌকা চালাচ্ছেন। যখন শিশু এভাবে অভ্যস্ত হয়ে থাকবে তখন আপনার আঙুলগুলো তাকে ধরতে দিন। সে তখন হাত চালাবার জন্য আঙুল ধরবে। এটা তার হাতের মুঠি শক্ত করতে সাহায্য করবে।



ঝুলন্ত খেলনা ঃ



ঝুলন্ত খেলনা যেগুলো পূর্বে বর্ণনা করা হয়েছে সেগুলো শিশুর জন্য উপযুক্ত এবং তাকে ধরতে উৎসাহিত করবে।

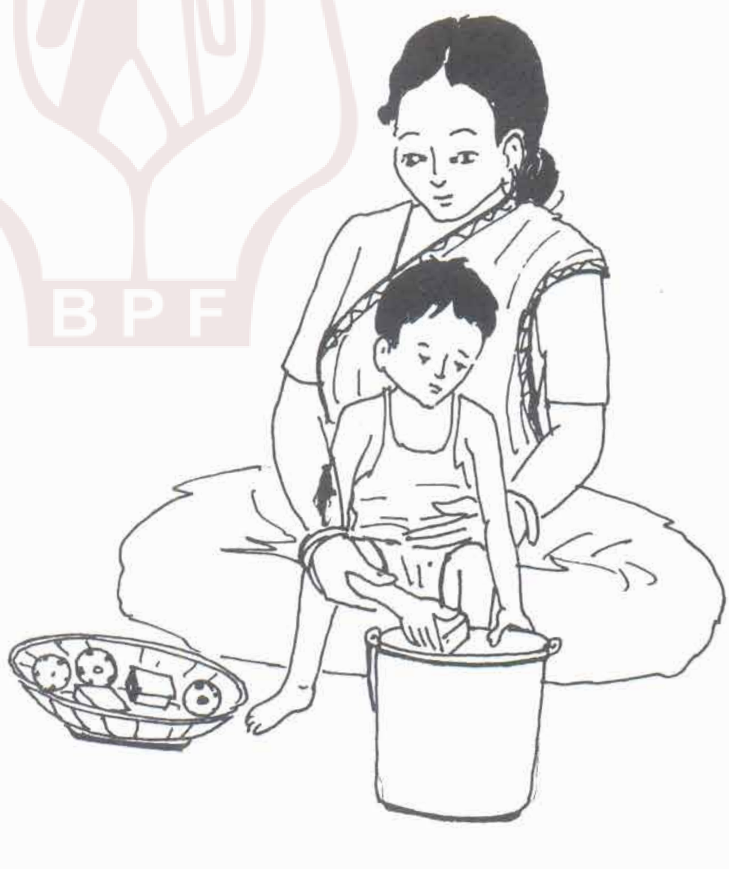
সিলিণ্ডারের আকৃতি ঃ

বিশেষ করে সিলিণ্ডারের আকৃতি জাতীয় জিনিস শিশুর পক্ষে ধরতে সহজ। এটি কম খরচে কাপড় দিয়ে তৈরি করা যেতে পারে যার দু'দিকে দু'টি ছোট ঘণ্টা যা শব্দ করে এবং কিছু লাগানো থাকবে।

যে আকারটি ছবিতে দেখানো হয়েছে সেটাই সবচেয়ে ভালো।

টিনের ভিতরে খেলনা ঢুকানো

একটি বড় টিন বা রান্নার পাত্র এবং ছোট জিনিস (ভাঙবে না এমন) যেগুলো টিনের ভিতর ফেলে দিলে শব্দ করবে এমন ধরনের কিছু যোগাড় করুন। শিশুকে দেখান কিভাবে সে জিনিসগুলো টিনের ভিতর ঢুকাবে, সে তখন অনুকরণ করবে। শিশু কাজটি করতে সক্ষম না হলে হাত ধরে সাহায্য করুন।



BANGLADESH PROTIBONDHI FOUNDATION
BPF

দুই হাতের ব্যবহার

অনেক দক্ষতা সম্পন্ন কাজে আমরা দুই হাত এক সাথে ব্যবহার করি। প্রতিবন্ধী শিশুদের সবসময় একটি হাত ব্যবহার করতে দেখা যায়। এই কারণে তাদের দুই হাত ব্যবহার করার জন্য উৎসাহিত করা প্রয়োজন।

হাততালি – শিশুর হাতে তালির মাধ্যমে এবং একদিক থেকে আরেক দিকে হাত ক্রস করিয়ে আপনি শিশুকে নির্দেশ করতে সাহায্য করবেন। এবং দুই হাত এক সংগে ব্যবহার করবেন।

বড় খেলনা – শিশুকে একটি বড় খেলনা বা জিনিস দিন যা দুই হাত দিয়ে উঠাতে হবে। একটি বড় বল শিশুর দিকে গড়িয়ে দিন, দেখুন সে দুই হাত দিয়ে সেটা আবার আপনার দিকে গড়িয়ে দিতে পারে কি না।

যখন শিশুকে খেলনা দিবেন, তখন শিশুর যে হাতটি সক্ষম বা সব সময় ব্যবহার করে সেদিকে সব সময় দিবেন না। মাঝে মাঝে শিশুর অন্যদিকে দিয়ে তাকে তার অক্ষম হাতটি ব্যবহার করতে উৎসাহ দিন।

BPF

গ) পর্যবেক্ষণ করা/ অনুসন্ধান করা

যখনই শিশু একটি জিনিস ধরতে পারবে, সে নিজের মনে জিনিসটি কিছুটা পর্যবেক্ষণ করে বা নেড়েচেড়ে দেখবে। যদি সে না পারে তখন তাকে সাহায্য করা আপনার প্রয়োজন। সেই জন্য শিশুকে জিনিসটি ধরে তার মুখ বা গালের কাছে নিতে সাহায্য করুন। জিনিসটি কোনো শব্দ করে কিনা তা দেখার জন্য তাকে নাড়াতে বা ঝাঁকাতে সাহায্য করুন এবং জিনিসটি কি ধরনের শব্দ করে, তা দেখার জন্য সেটা মেঝে বা টেবিলে আঘাত করতে সাহায্য করুন।

যদি আপনি তাকে কিছু জিনিস দেন, যেগুলো ধরতে বিভিন্ন রকম এবং বিভিন্ন ধরনের শব্দ করে তাহলে তাতে তার কৌতুহল বাড়বে এবং তাকে নিজে জিনিসটি পর্যবেক্ষণ করে বা নেড়েচেড়ে দেখতে উৎসাহ বোধ করবে।

২. দুই বস্তুকে একত্রিত করা

ক. ড্রাম

শিশুর সামনে রান্নার একটি পাত্র উপুড় করে রাখুন। তাকে একটি বড় চামচ দিন। শিশুর হাতটি ধরুন এবং তাকে চামচটি দিয়ে পাত্রটিতে আঘাত করতে সাহায্য করুন। শিশু সম্ভবতঃ শব্দটি পছন্দ করবে এবং বার বার এটা করতে চাইবে। আস্তে আস্তে সেটা নিজে নিজে করতে শিখবে।

খ. টাওয়ার (চূড়া)

কিছু ছোট, খালি বাক্স অথবা কিছু কাঠের ব্লক (টুকরা) সংগ্রহ করুন। শিশুকে দেখান কিভাবে একটির উপর আরেকটি দিয়ে একটি টাওয়ার তৈরি করা যায়। সে তখন টাওয়ারটি ধাক্কা দিয়ে ফেলে দিতে মজা পাবে। এবার আপনি তার হাত দিয়ে তাকে একটা তৈরি করতে সাহায্য করুন।

৩. বস্তুর ব্যবহারিক কার্যকারিতা

শিশুকে দৈনন্দিন কাজের মাধ্যমে বিভিন্ন জিনিসের ব্যবহার সম্পর্কে ধারণা দেন। যেমন : চিরুনী, চামচ, জুতা, কলম ইত্যাদি দিয়ে আমরা কি করি, কোনটা কি কাজে ব্যবহার হয়, সে সম্পর্কে কিছু বলুন এবং জিনিসের সাথে পরিচিত করান।

BANGLADESH PROTIBONDHI FOUNDATION

BPF