দূর-প্রশিক্ষণ পুস্তিকা
[Distance-Training Package]

১

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

তৃতীয় ভাগ
[3rd Part]

বাংলাদেশ প্রতিবন্ধী ফাউন্ডেশন
Bangladesh Protibondhi Foundation

দূর-প্রশিক্ষণ পুস্তিকা

১

প্রাক-কথা ও ভাষার বিকাশ

তৃতীয় 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

সূচিপত্র

	পৃষ্ঠা নং
সাধারণ নির্দেশাবলী	১
প্রাক–জ্ঞানশিক্ষা বিষয়ক উন্নতি	
১. আবিষ্কারমূলক বা পরীক্ষামূলক খেলা	২–৪
২. আলাদা করা বা বাছাই করা	৫
প্রাক-সামাজিক উন্নতি	৬
প্রকাশ করা	৬

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।

প্রাক-জ্ঞানশিক্ষা বিষয়ক উন্নতি

১. আবিষ্কারমূলক বা পরীক্ষামূলক খেলা

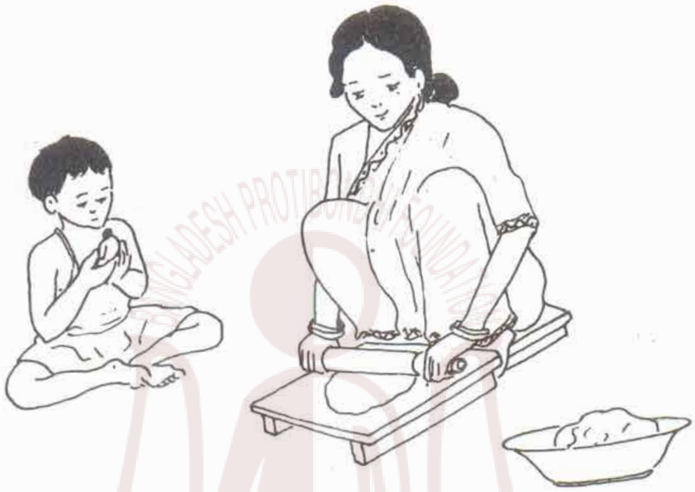
ক. পানি এবং বস্তু

শিশুর সামনে একটি বড় রান্নার পাত্র রাখুন। পাত্রটি পানি দ্বারা ভর্তি করুন। তাকে পানিতে খেলার জন্য এমন কতকগুলো জিনিস দিন, যেগুলির কয়েকটি পানিতে ভাসবে, কয়েকটি পানিতে ডুবে যাবে। এছাড়া একটি ছোট পাত্র বা টিন শিশুর সামনে রাখুন যেন শিশু সেই পাত্র বা টিন দিয়ে পানি তুলতে বা ঢালতে পারে ; পাশে এক টুকরা কাপড় রাখতে হবে পড়ে যাওয়া পানি মোছার জন্য।

কিছু পুরাতন প্লাস্টিক অথবা টিনের পাত্র সংগ্রহ করুন। পাত্রটির পিছনে কিছু ছিদ্র করুন যাতে পানি ঢাললে ছিদ্র দিয়ে পানি পড়বে। অনেকগুলো ছোট ছিদ্র ঝর্নার কাজ করবে। একটি বড় ছিদ্র একইভাবে একটি কলের কাজ করবে।

খ) মাখা ময়দাদির তাল

যদি আপনি চাপাতি/রুটি বানান তবে আপনার শিশুকে কিছু আটার গোল্লা দিন। তাকে এটা অনুভব করতে এবং এটা দিয়ে বিভিন্ন ধরনের আকৃতি বানাতে উৎসাহিত করুন। যখন আপনার রুটি বানানো শেষ হয়ে যাবে, রুটি বানানোর বেলনী ও পিড়াটি শিশুকে দিন এবং তাকে বেলতে চেষ্টা করতে দিন। তাকে একটি ভোঁতা ছুরি/চাকু দিন এবং কিভাবে কতকগুলো ছোট টুকরা কাটা যায় তা দেখিয়ে দিন।



গ) নতুন জিনিস

মাঝে মাঝে শিশুকে নতুন খেলনা/জিনিস দিন। এমন জিনিস সে কখনও আগে নেড়েচেড়ে দেখে নাই। জিনিসটিকে আরো উত্তেজনাপূর্ণ করে তোলার জন্য এটাকে খবরের কাগজ দিয়ে মোড়ান। জিনিসটি কি তা আবিষ্কার করার জন্য সে তখন কাগজটি ছিড়তে আনন্দ পাবে।

BANGLADESH PROTIBONDHI FOUNDATION BPF

ঘ) ডাক-বাক্সের খেলা

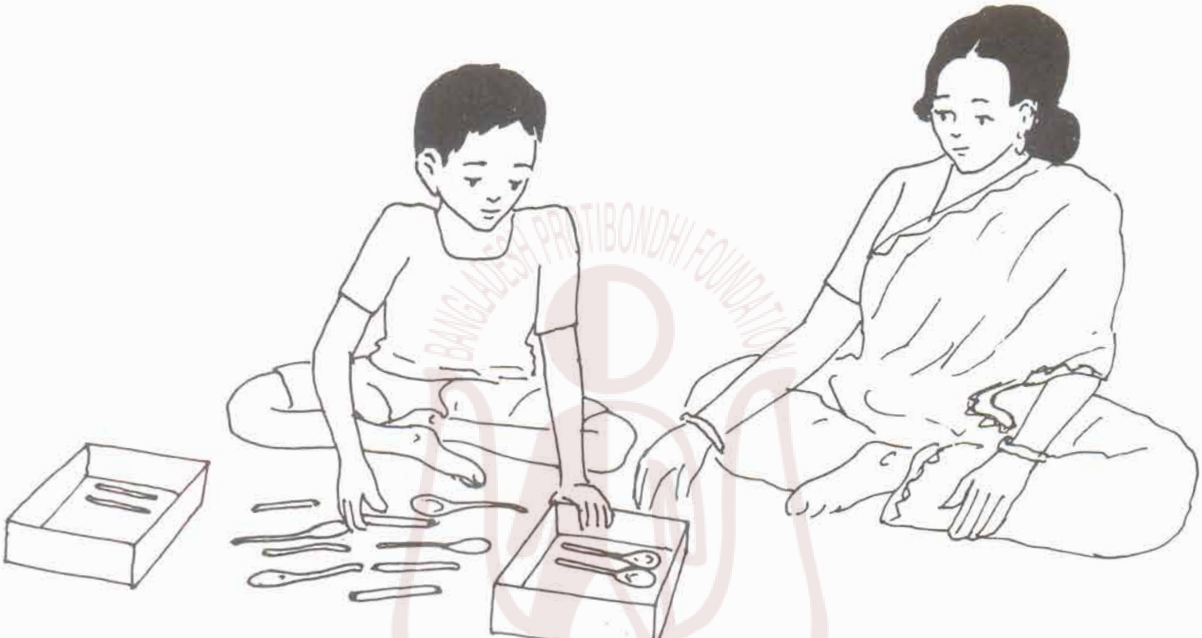
কিছু বোতলের মুখ জোগাড় করুন। যদি সম্ভব হয় মুখগুলোতে উজ্জ্বল রং দিয়ে রং করুন। পুরাতন কোন টিন বা প্লাস্টিকের পাত্র খুঁজে বের করুন। টিনটির উপরে একটি বড় ফুটা করুন যাতে বোতলের মুখগুলো সেই ফুটা দিয়ে টিনে ঢোকান যায়। কিভাবে মুখগুলো বাক্সের ফুটা দিয়ে ভিতরে ঢুকবে তা শিশুকে দেখিয়ে দিন। তারপর কিভাবে সবগুলো মুখ আবার বাক্সের ভিতর থেকে বের করে আনবে তাও শিশুকে দেখান।

ঙ) দুম দুম শব্দ খেলা (Bang Bang)

শিশুকে একটি কাঠি/একটি চামচ দিন। শিশুর সামনে এমন কিছু, যেগুলো ভাঙবে না কিন্তু বাড়ি দিলে/আঘাত করলে, বিভিন্ন ধরনের শব্দ করবে তা রাখুন। যেমন- রান্নার একটি পাত্র, দুধ ভর্তি টিন, প্লাস্টিকের পাত্র, কার্ড বোর্ডের বাক্স, খালি টিন ইত্যাদি।

২. আলাদা করা বা বাছাই করা

ক) শিশুকে ছয়টি চামচ এবং ছয়টি কাঠি এক সাথে মিশিয়ে দিন। শিশুকে দেখিয়ে দিন যে সে যেন আপনাকে জিনিসগুলো দু'ভাগে আলাদা করে দেয়। এক ভাগ চামচ আর এক ভাগ কাঠি। শিশু এটা সহজেই বুঝতে পারবে যদি সেখানে দু'টি



বাক্স থাকে ; একটি বাক্স চামচের জন্য এবং অন্যটি কাঠির জন্য। যদি শিশুর সবগুলো জিনিস একসাথে নিয়ে বুঝতে কঠিন বা শক্ত মনে হয় তবে তার হাতে একটি করে জিনিস দিন এবং জিনিসটি নির্ধারিত বাক্সে রাখতে বলুন।

খ) যদি শিশু উপরের কাজটি করতে পারে; তাহলে চামচ এবং কাঠির পরিবর্তে ছোট ও বড় কাঠ ব্যবহার করে পুনরায় কাজটি করতে দিন।

(আইসক্রিমের কাঠি ব্যবহার করা যেতে যারে, কিছু কাঠি অর্ধেক করে ভেঙ্গে ছোট করে নিন।)

গ) সাদা এবং কালো রং-এর জিনিস ব্যবহার করে কাজটি পুনরায় করতে পারেন। যেমন– বোতলের মুখ, কার্ড বোর্ডের টুকরা ইত্যাদি কিছু সাদা ও কিছু কালো রং করে নিন।

প্রাক-সামাজিক উন্নতি

আপনার শিশু কি নিম্নলিখিত জিনিসগুলো করে ঃ-

১। ☐ পরিচিত কোনো ব্যক্তির আগমন অথবা প্রস্থানে নড়াচড়া বা কথার মাধ্যমে কোনো প্রতিক্রিয়া প্রকাশ করে ?

২। ☐ কারো দিকে তাকিয়ে কথা বা হাততালির মাধ্যমে মনোযোগ আকর্ষণ করার চেষ্টা করে ?

৩। ☐ প্রত্যক্ষভাবে চোখ নাড়িয়ে মানুষকে লক্ষ্য করে ?

৪। ☐ মনোযোগ আকর্ষণের জন্য কি হাসে বা শব্দ করে ?

৫। ☐ বড়দের মুখ ধরে কি আদর বা স্পর্শ করে ?

৬। ☐ মনোযোগ আকর্ষণের জন্য কি শব্দ করে ?

৭। ☐ হাততালি বা বাই-বাই বা সালাম অনুকরণ করে কি ?

৮। ☐ পরিচিত ব্যক্তির প্রতি কি ভালোবাসা প্রদর্শন করে ?

৯। ☐ নাম ধরে ডাকলে কি সাড়া দেয় বা প্রতিক্রিয়া প্রকাশ করে ?

BANGLADESH PROTIBONDHI FOUNDATION
BPF

প্রকাশ করা

☐ স্বরধ্বনি যেমন- অ, আ, উ, ঊ ইত্যাদি শব্দ করে কি ?

☐ ব্যঞ্জন ধ্বনি এবং স্বর ধ্বনি ব্যবহারে ভালো ভালো শব্দ যেমন- মা, দা, বা, মামা, বা-বা, দাদা ইত্যাদি করে কি ?

☐ খেতে না চাইলে কেঁদে, শরীর শক্ত করে অথবা মাথা ঘুরিয়ে বাধা দেয় কি ?

BANGLADESH PROTIBONDHI FOUNDATION

BPF