শিরোনাম ঃ এক এক করে ৬টা জিনিস পাত্র থেকে বের করতে পারা।

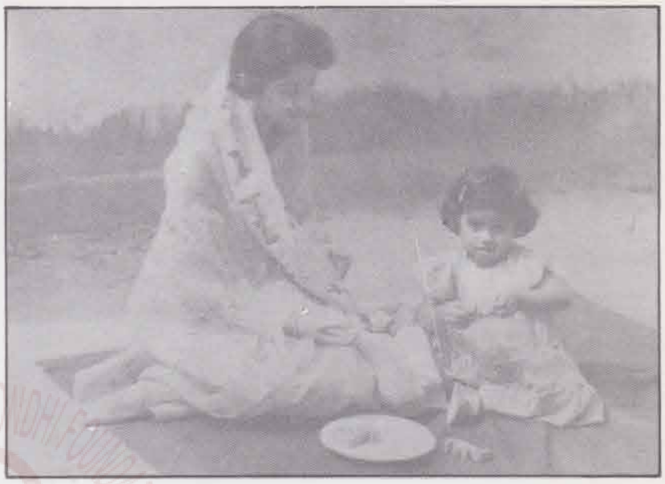
কি করতে হবে ঃ

১. পাত্রটি ধরে রাখুন যাতে শিশু পাত্রটি উপুর না করে একটা একটা করে জিনিস বের করতে পারে।

২. রঙিন কাঠের টুকরা এবং কাপ ব্যবহার করুন। শিশুকে কাঠের টুকরা গুলি কিভাবে বের করতে হয় দেখান। শিশুর সামনে কাপটি ধরে বলুন "আমাকে কাঠের টুকরা গুরি দাও"। দরকার হলে শিশুর হাত ধরে করে দিন। আস্তে আস্তে সাহায্য কমিয়ে মুখে বলুন। একটা একটা করে কাঠের টুকরা সরাতে পারলে শিশুকে আদর করুন।

৩. পাত্রের নীচে কোন খাদ্যবস্তু বা আকর্ষনীয় বস্তু রেখে পাত্রের উপরে ৬টা কাঠের টুকরা বা ছোট খেলনা রাখুন। জিনিষ গুলি সরিয়ে খাবারটা বা বস্তুটা নিতে পারলে হেসে প্রশংসা করুন।

BANGLADESH PROTIBONDHI FOUNDATION BPF



৪. পাত্রের মধ্যে একটা খেলনার বিভিন্ন অংশ রাখুন যাতে করে শিশু একটা একটা করে এনে খেলনাটি সাজাতে পারে।

৫. আপনার সংসারের কাজে যেমনঃ ধোয়ার জন্য কাপড় বের করা। বাজারের ব্যাগ থেকে বাজার বের করা। আলুর ঝুড়ি থেকে আলু বের করা ইত্যাদি কাজে আপনাকে সাহায্য করতে দিন। যে পাত্রই আপনি ব্যবহার করুন না কেন তার নীচে শিশুর জন্য কোন খাবার রেখে দিন।

BANGLADESH PROTIBONDHI FOUNDATION
BPF

শিরোনাম ঃ শরীরের একটা অঙ্গের দিকে নির্দেশ করা।

কি করতে হবে ঃ

১. একটা পুতুলের নাক ধরে জিজ্ঞাসা করুন "পুতুলের নাক কোথায়?" দরকার হলে শিশুর হাত ধরে দেখিয়ে দিন।

২. শিশুর নাকের দিকে দেখিয়ে বলুন "এটা বাবুর নাক" "বাবুর নাক কোথায়?" শিশুর নাক ধরে নিজের নাক ধরতে সাহায্য করুন। এবং আপনার নাকও ধরতে দিন।

৩. শরীরের বিভিন্ন অংশ হাত মাথা ইত্যাদি দেখিয়ে দিয়ে, ছুয়ে এবং বলে শিখাতে চেষ্টা করেন।

৪. শিশুর শরীরের বিভিন্ন অংশ কোনটা দিয়ে কি কাজ করা যায় তা বলুন। শরীরের বিভিন্ন অংশ গুলিতে টিকিট লাগাতে দিন। যেমনঃ শিশুর হাতে টিকিট লাগিয়ে বলুন "টিকিট কোথায়" যদি দরকার হয তবে শিশুর হয়ে আপনিই হাত দেখিয়ে বলুন "এই যে এটা তোমার হাত" টিকিটের বদলে আঠা লাগানো কাগজ ব্যবহার করতে পারেন। আপনি শরীরের অংশের নাম বলার সাথে শিশু টিকিট খুলে ফেলবে।

BANGLADESH PROTIBONDHI FOUNDATION BPF

শিরোনাম ঃ অনুরোধে তিনটি ব্লক বা কাঠের টুকরা সাজাতে পারে।

কি করতে হবে ঃ

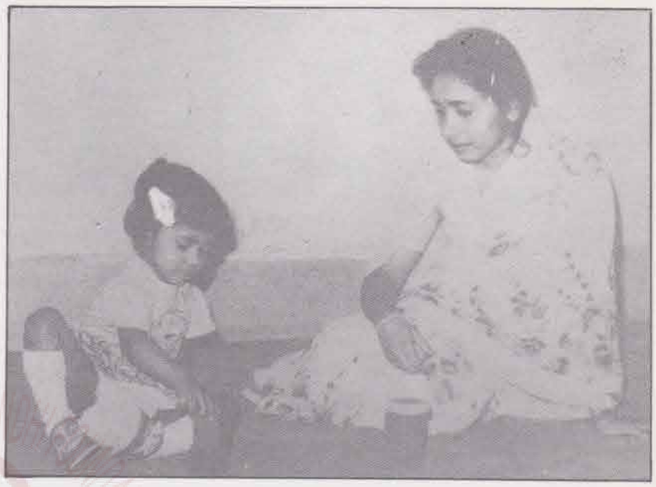
১. ২ইঞ্চি ৩ইঞ্চি চারকোনা বড় কাঠের টুকরা নিয়ে কিভাবে একটার উপড় একটা দিয়ে সাজাতে হয় তা শিশুকে করে দেখান। বলুন "প্রথমে একটা, তার উপড় একটা এবং তার উপর একটা ।' আপনার মত করে শিশুকে বানাতে বলুন এবং প্রশংসা করে কাজে মনোযোগ আনতে সাহায্য করুন।

২. দরকার হলে হাত ধরে দেখিয়ে দিন এবং আস্তে আস্তে সাহায্য কমিয়ে দিন। ভালভাবে পারলে প্রশংসা করুন

৩. কাঠের টুকরা কোথায় বসবে তা দেখিয়ে কিছুটা ইশারা করুন এবং প্রতিটি কাজকে তারিফ করুন।

BANGLADESH PROTIBONDHI FOUNDATION BPF

৪. ৬টা কাঠের টুকরা দিয়ে শুরু করুন। তিনটা দিয়ে নমুনা তৈরী করুন এবং তিনটি শিশুর কাছে রাখুন যাতে আপনার মত তৈরী করতে পারে।



৫. ৬টা কাঠের টুকরা দিয়ে ২টা চূড়া একসাথে তৈরী করুন। আপনার চূড়া তৈরী করার সাথে সাথে শিশুকে তার চূড়া তৈরী করতে বলুন। কাঠের টুকরা ধীরে ধীরে একটার উপড় একটা দিন এবং আপনার মত করলে তারিফ করুন।

৬. নমুনা ছাড়া অনুরোধে শিশু চূড়া তৈরী করলে আদর করুন এবং শিশুকে খুশী করার জন্য চূড়াটি ভেঙ্গে ফেলতে দিন।

BANGLADESH PROTIBONDHI FOUNDATION BPF

শিরোনাম ঃ একরকম জিনিস মিলাতে পারা।

কি করতে হবে ঃ

১ শিশুর পরিচিত চারটা বস্তু নিয়ে শুরু করুন। যেমনঃ ২টা বল, ২টা পুতুল ইত্যাদি, একটা বল ধরে শিশুকে বলুন "অন্য বলটা বের করতে" একই ভাবে পুতুল নিয়েও করুন। এভাবে একইরকম জিনিস মিলানোর জন্য আস্তে আস্তে বিভিন্ন জিনিস ও জিনিসের পরিমান বাড়িয়ে দিন।

২. জিনিসের বদলে ছবি ব্যবহার করতে পারেন।

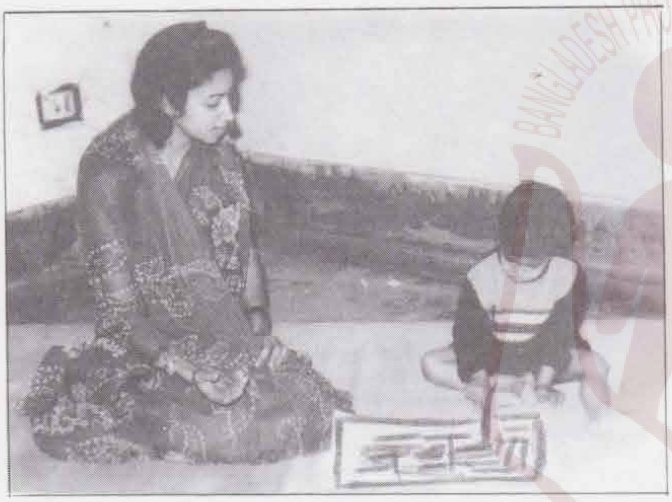
৩. একই ধরনের জিনিষ ভরা দুইটি ব্যাগ নিন। আপনার ব্যাগ থেকে একটা জিনিস বের করে বলুন যে, তোমার ব্যাগ থেকে এই জিনিস্‌টা বের কর।

৪. শিশুকে ঝুড়ির মধ্যে রাখা পিয়াজ থেকে রসুন আলাদা করতে দিন। অথবা গায়ের জামা থেকে প্যান্ট আলাদা করতে দিন, একটা রুসুন এবং প্যান্ট নমুনা হিসাবে দিতে পারেন।

শিরোনাম ঃ আকিঝুকি করতে পারা।

কি করতে হবে ঃ

১. আকিঝুকি করে শিশুকে দেখান। শিশুর হাতে চক বা খড়িমাটি দিন। হাত ধরে আপনার মত করতে সাহায্য করুন। আস্তে আস্তে হাত ধরে আর করাবেন না। শুধু বলুন আকিঝুকি করতে।



২. আকিঝুকির জন্য চক অথবা কয়লা অথবা রং দিয়ে বাড়ীর আঙ্গিনায় বা রাস্তার ধারে বসেও করাতে পারেন। স্লেট খড়িমাটিও ব্যবহার করতে পারেন।

BANGLADESH PROTIBONDHI FOUNDATION BPF

৩. খবরের কাগজে, ক্যালেন্ডারের পাতায় রঙিন পেন্সিল দিয়ে শিশুকে দাগ দিতে দিয়ে খুশী করতে পারেন।

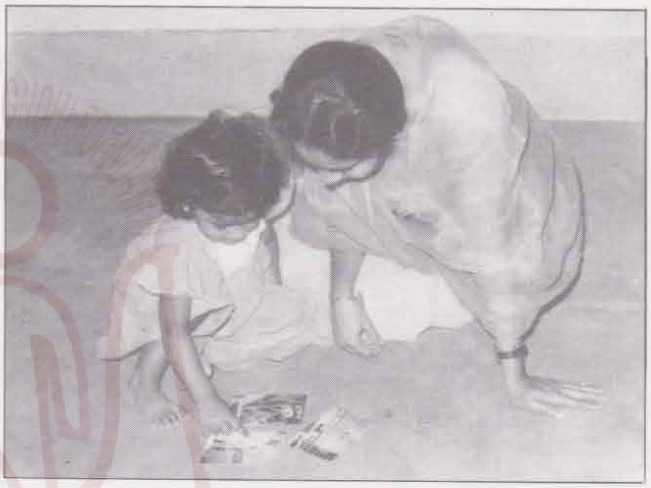
৪. বাড়ির বেড়ায় বা দেয়ালে বা আয়নায় কাগজ সেটে দিন যাতে শিশু আকিঝুকি করতে পারে।

শিরোনাম ঃ (নাম) কোথায়? বললে নিজেকে দেখাতে পারে।

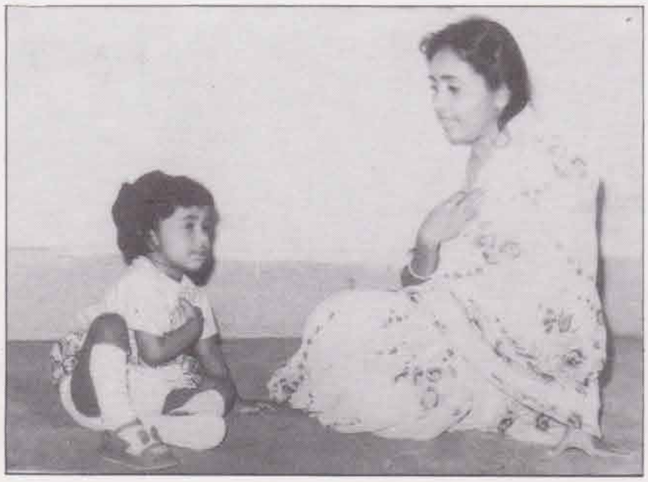
কি করতে হবে ঃ

১. একটি বড় আয়না ব্যবহার করুন। আয়নার সামনে শিশুর সাথে খেলা করুন যাতে শিশু নিজেকে দেখে। শিশুর নাম বলে বলুন যে "সে কোথায়" এবং শিশুর দিকে দেখিয়ে বলুন যে "এই যে সে।" শিশুর নাম ধরে বলুন "কোথায়?" এবং শিশুকে তার নিজেকে দেখাতে চেষ্টা করুন।

২. শিশুর ছবি ব্যবহার করে তাকে নিজের দিকে দেখাতে বলুন। পরিবারের সব সদস্যদের ছবি শিশুর সামনে রাখুন এবং তাকে নিজেকে এবং অন্যান্যদেরকে দেখাতে বলুন।



৩. শিশুকে নাম ধরে বলুন যে সে "কোথায়?" আপনি নিজেই শিশুর হাত ধরে নিজেকে দেখাতে সাহায্য করুন। আস্তে আস্তে সাহায্য কমান। নিজে নিজে যখন পারবে প্রশংসা করুন।



৪. শিশুর জন্য সর্বদা একটা নাম ব্যবহার করুন। যে নামের সাথে শিশু বেশী পরিচিত সে নামে ডাকুন।

শিরোনাম ঃ অনুরোধ করলে ৫টা গোল গুলি (Peg) ছিদ্রের ভিতর ঢুকাতে পারা।

কি করতে হবে ঃ

১. একটা জুতার বাক্স দিয়ে ছিদ্র কাঠামো বা ফলক তৈরী করুন এবং সেই হিসাবে পেরেক ব্যবহার করুন। অন্ততঃ একটা গুলি ছিদ্রে ঢুকিয়ে শিশুকে কি করতে হবে দেখান। তারপর শিশুকে আর একটা গুলি দিন ছিদ্রে ঢুকাতে। দরকার হলে মুখে বলুন কোথায় ঢুকাতে হবে।

২. দরকার হলে শিশুর হাত ধরে ছিদ্র পর্যন্ত নিয়ে তাকে ঢুকাতে সাহায্য করুন। শিশু করতে পারলে আস্তে আস্তে সাহায্য কমিয়ে দিন। সম্পূর্ণ পারলে প্রশংসা করুন।

৩. কাজটি করার সময় কাজটি সম্পর্কে কথা বলুন যাতে শেষ পর্যন্ত শিশুটি কোন নমুনা ছাড়াই এবং অনুরোধ করলেই গুলি ঢুকাতে পারে।

শিরোনাম ঃ কোন জিনিসের ছবির সাথে জিনিস মিলাতে পারা।

কি করতে হবে ঃ

১. শিশুর নিজের খেলনার মতো খেলনার ছবি কেটে আঠা দিয়ে সেটে দিন শিশুর হাতে পুতুল বা গাড়ী দিন এবং পুতুল বা গাড়ীর ছবি খুজতে দিন। এভাবে অন্যান্য ছবি ও জিনিস দিযেও করুন।

২. একটা জিনিসের ছবি তুলে ধরুন এবং শিশুকে জিনিসটি খুজে বের করতে বলুন যদি দরকার হয় কোন জিনিসের সাথে কোন ছবি যায় তা শিশুকে দেখিয়ে দিন। যতক্ষণ পর্যন্ত না সাহায্য ছাড়া শিশু ছবির সাথে জিনিস মিলাতে পারে ততক্ষণ চেষ্টা করে যাবেন।

৩. পত্রিকা বা ম্যাগাজিন থেকে খাবারের ছবি কেটে বের করুন এবং বাসায় রাখা আসল জিনিসের সাথে মিলাতে চেষ্টা করুন।

৪. যদি শিশুর অসুবিধা হয় তাহলে তার নিজের খেলনা বা সত্যিকারের ঘরের জিনিস যার সাথে শিশু পরিচিত এমন ছবি নিন। শিশুকে সত্যিকার জিনিসের সাথে সত্যিকারের ছবি মিলাতে দিন। পরবর্তীতে আঁকা ছবির সাথে জিনিস মিলাতে দিন।

BPF

৪. একক ছবি ব্যবহার করুন। ২টা ছবি একই সময়ে উপস্থিত করে তাকে একটা দেখাতে বলুন যদি শিশু না পারে তবে শিশুর হাত ধরে সঠিক ছবি দেখিয়ে দিন।

৫. যখন শিশু একক ছবি দেখাতে পারবে তখন শিশুর সামনে একই পৃষ্ঠায় ৩/৪টা জিনিসের ছবি নিন।

BANGLADESH PROTIBONDHI FOUNDATION BPF

বয়স ১-২
কার্ড - ২৪

শিরোনাম ঃ জিনিসের নাম বললে ছবি খোজার জন্য বইয়ের ২-৩টা পৃষ্ঠা উল্টাতে পারা।

কি করতে হবে ঃ

১. বই খুলে পরিচিত ছবি সহ পৃষ্ঠা বের করুন। ছবি সম্পর্কে কথা বলুন এবং শিশুকে ছবি দেখাতে বলুন বই বন্ধ করে দিন এবং ছবিটি খুজতে বলুন।

২. ছোট বাচ্চাদের জন্য শক্ত পাতার গল্পের বই ব্যবহার করুন। শিশুকে অনেকবার পড়ে শোনান এবং ছবিগুলি সম্পর্কে বলুন। বই বন্ধ করুন এবং আপনার জন্য শিশুকে ছবিটা বের করতে দিন প্রথম দিকে পৃষ্ঠা উলটাতে সাহায্য করুন। যদি সে সাথে সাথেই ছবি বের করতে না পারে তবে শিশুকে খোজার জন্য মুখে বলুন। এবং প্রশংসা করুন।

৩. শিশুকে অনেক বই দেখতে দিন এবং যে বইটা শিশু সবচেয়ে বেশী পছন্দ করে সেটা ব্যবহার করুন।

৪. শুধুমাত্র কয়েকটা পৃষ্ঠাসহ ছবির বই বা গল্পের বই ব্যবহার করুন যাতে একটা পৃষ্ঠায় একটা ছবি আছে।

শিরোনাম ঃ অনুরোধ করলে নির্দিষ্ট বই খুজে বের করা।

কি করতে হবে ঃ

১. শিশুর বই গুলি একটা বিশেষ সারি বা নির্দিষ্ট তাকে রাখুন যাতে শিশু জানে কোথায় তার বইগুলি আছে।

২. প্রথমে দুইটা বই ব্যবহার করুন। বইয়ের উপরের পাতার ছবি সম্পর্কে বলুন এবং বইটি শিশুকে পড়ে শোনান। যেমন: দুইটা বই এর মধ্যে কুকুর সম্পর্কে যে বই সেটা শিশুকে খুজতে বলুন। বইটা শিশুর অন্যান্য বইয়ের সাথে মিশিয়ে দিন। এবং তাকে আবার কুকুর সম্পর্কে সেই বইটা খুজে বের করতে বলুন। সঠিক উত্তরকে প্রশংসা করুন।

৩. দুইটা বা তিনটা ভিন্ন ধরনের বই ব্যবহার করুন (যেমন পশু, গাড়ী এবং মানুষ সম্পর্কে)। যাতে শিশু বই এর একই বিষয়ের জন্য ভুল না করে।

BANGLADESH PROTIBO
BPF