

36-মাসের ভিজিট

ভাষা

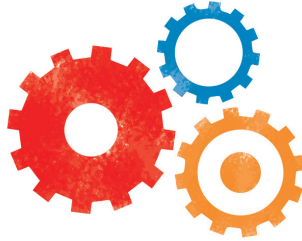
আপনার সন্তান এখন
সৃজনশীল উপায়ে ভাষা
ব্যবহার করতে শুরু করেছে।

তাদের কল্পনাপ্রসূত খেলায় তাদের
সাথে যোগ দিন। একটি তৈরি করা গল্প, বা তারা
ইতিমধ্যেই জানে এমন গল্প অভিনয় করুন: “তুমি
গোল্ডিলক্সের গল্প জানো? মিছিমিছি সেটার ভান
করে খেলা যাক। তুমি কি গোল্ডিলক্স বা কোনো
একটা ভাল্লুক হতে চাও?” আপনার সন্তান পছন্দ
করে নেওয়ার পরে, জিজ্ঞাসা করুন: “আমায় কী
হতে হবে?” তারপর গল্পটা অভিনয় করুন।



বিজ্ঞান এবং গণিত

স্থানের সময়টা হল ডুবে
যাওয়া এবং ভাসা-র মতো
বৈজ্ঞানিক ধারণাগুলি
নিয়ে নাড়াচাড়া করার
জন্য একটা দুর্দান্ত সময়। টাবে
বিভিন্ন খেলনা আনুন এবং পরীক্ষা করুন। কোন
জিনিসগুলি ডোবে এবং কোনটি ভাসে: সে সম্পর্কে
কথা বলুন “দ্যাখো, পাথরটি জলের নীচে ডুবে গেছে।
রবারের হাঁসটি উপরে ভাসছে।” অন্যান্য জিনিস নিয়ে
এটি করুন, যা ডোবে এবং ভাসে। তারপর আপনার
সন্তানকে একটি জিনিস দেখান এবং জিজ্ঞাসা করুন,
“তুমি কি মনে কর, এটি ডুবে বা ভাসবে?” এই
কার্যকলাপ তাদের ভবিষ্যদ্বাণী করার ক্ষমতা বিকাশে
সাহায্য করবে। তারা এটা ঠিক বলতে না পারলেও
ঠিক আছে। ওটা বাদ দিন এবং বলুন, “ওহ! এটা তো
ভাসতে পারলো না, এটা কী করবে তাহলে?”



অনুভূতি নিয়ন্ত্রণ

‘রেড লাইট, গ্রিন লাইট’-
এর মতো গেমগুলি একটি
শিশুকে তাদের শরীরকে
নিয়ন্ত্রণ করতে শিখাতে,
এবং তাদের অনুভূতি এবং ক্রিয়াকলাপের দায়িত্বে
থাকতে শেখার ব্যাপারে সাহায্য করতে পারে। খেলার
নিয়ম ব্যাখ্যা কর। প্রাপ্তবয়স্করা ট্রাফিক লাইট হতে
পারে এবং শিশুটি হবে গাড়ি। গাড়ি তখনই যেতে
পারবে যখন আলো সবুজ হয়, এবং আলো লাল
হলে থামতে হবে। ব্যাখ্যা করে বলে দিন যে, আপনি
রঙগুলো হাঁকবেন। আপনার সন্তানকেও ট্রাফিক
লাইট হওয়ার পালা দিতে ভুলবেন না। এবং, তারা
আপনাকে কী করতে হবে তা বলতেও পছন্দ করবে।



এই বয়সে পড়ার জন্য ভালো বই:

- অড্রে উড-এর দ্য লিটল মাউজ, দ্য রেড
রাইপ স্ট্রবেরি অ্যান্ড দ্য বিগ হাংরি বিয়ার
- মার্টিন ওয়াডেল -এর আউল বেবিজ
- স্পাইক লি-র প্লিজ, বেবি, প্লিজ
- অ্যানা ম্যাককুইন-এর লোলা রিডস
টু লিও



সমস্যা সমাধান

এই বয়সে আপনার সন্তান কোনো সহজ ধাঁধার পক্ষে যথেষ্টই বড়। ছবি বা ম্যাগাজিন থেকে কাটা ছবি পিচবোর্ডের একটি টুকরোতে আঠা দিয়ে লাগান এবং তারপরে এটিকে 3-4 টুকরা করুন। কিভাবে টুকরোগুলো ফের একসাথে জুড়ে রাখা যায়, সেটা চিন্তা করতে একসঙ্গে কাজ করুন



শারীরিক দক্ষতা

আপনার সন্তান এখন শারীরিকভাবে বেশি ব্যস্ত—দৌড়ানো, সিঁড়ি বেয়ে ওঠা এবং মালায় পুঁতি ভরা। তাদের বড় এবং ছোট পেশীগুলো সত্যিই গত ছয় মাসে বিকশিত হয়েছে। চারপাশে কিক মারার জন্য আপনার সন্তানকে একটি বল দিন বা তাদেরকে আপনার সাথে কাজ করার জন্য আমন্ত্রণ জানান। আপনি তাদের সিট-আপ, পুশ-আপ এবং জাম্পিং জ্যাক করতে নেতৃত্ব দিতে পারেন। আপনি কিছু ব্যায়াম করবেন, এবং তারা আপনার ওয়ার্কআউটে যোগ দিতে পছন্দ করবে।



শিল্প ও সঙ্গীত

এখন আপনার সন্তান বড় হয়ে গেছে, একটি ভিন্ন ধরনের নাচের পার্টি বিবেচনা করুন। বিভিন্ন ধরনের মিউজিক বাজান, আপনার সন্তানের সাথে দ্রুত-লয়ের গানের সঙ্গে দ্রুত নাচুন এবং সুরেলা গানের সাথে ধীরে ধীরে নাচুন। হাততালি দিন, এবং আপনার পায়ে তাল ঠুকুন। এছাড়াও আপনি 'ফ্রিজ ডান্স' খেলার চেষ্টা করতে পারেন। একটি গান বাজান এবং মিউজিক কয়েক সেকেন্ডের জন্য থামালে আপনার সন্তানকে নাচ বন্ধ করে তখন ফ্রিজ হতে বলুন। তারপর আবার শুরু করুন। এটি আপনার সন্তানকে তাদের শরীরকে নিয়ন্ত্রণ করার সুযোগ দেয়, যেমনটা তারা 'রেড লাইট, গ্রিন লাইট'-এ করে।

