

12 মাসের ভিজিট

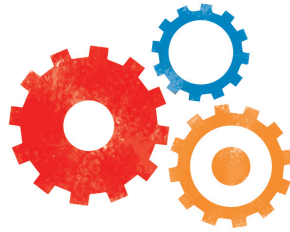
ভাষা

একটি শিশু 3 বছর বয়সের মধ্যে কত শব্দ জানে তা তার সামনে কত কথা সে শুনতে পায় তার সাথে সম্পর্কিত। সুতরাং, কথা বলতে থাকুন। শিশুরা যা বলতে পারে তার চেয়ে অনেক বেশি বোঝে। আপনি যখন বাইরে বা আশপাশে আছেন, তখন যা দেখেন সে সম্পর্কে কথা বলুন। যখন আপনার শিশু কোনো বস্তুর দিকে নির্দেশ করে, তখন সেই বস্তুর নাম দিন এবং গুরুত্বপূর্ণ শব্দগুলো পুনরাবৃত্তি করুন। বলুন, "তুমি শুনছ এরোপ্লেনের শব্দ। প্লেন।" রঙগুলিও নির্দেশ করুন: হলুদ বাসটার দিকে তাকাও। হলুদ বাস।"



বিজ্ঞান এবং গণিত

আপনার শিশুর সাথে কথা বলার সময় গণিতের ভাষা ব্যবহার করুন। গণিতের ভাষা সংখ্যা এবং শব্দ ব্যবহার করে যেমন আরওবা কম। খাওয়ার সময়, আপনার শিশুকে জিজ্ঞাসা করুন যে তারা "আরও একটি" কলা চায় কিনা। তাদেরকে দেখান: "এখানে একটি ক্র্যাকার আছে. এক।" আরও এবং একটি এবং দুটি-র মতো শব্দগুলি হল প্রাথমিক গণিতের ধারণা যা শিশুরা দৈনন্দিন কথাবার্তা দ্বারা শিখতে পারে। আপনি আইটেমগুলি কোথায় অবস্থিত তা নিয়েও কথা বলতে পারেন: উপরে, পাশে, পিছনে, ইত্যাদি। এই শব্দগুলি স্থানের ধারণা সম্পর্কে প্রারম্ভিক বোঝাপড়ায় সাহায্য করে।



অনুভূতি সামলানো

আপনি যখন আপনার শিশুকে অন্য কারো তদারকিতে রেখে যান তখন সর্বদা বিদায় বলুন। বলুন, "আমি এখন যাচ্ছি, কিন্তু আমি ফিরে আসব, দুটো চুমু, 1, 2!" আপনি যখন প্রতিবার একই জিনিস বলেন এবং করেন, তখন এটি বিদায়কে একটি আচারে পরিণত করে। পুনরাবৃত্তি করলে আপনি আপনার শিশুকে শেখাবেন যে আপনি নির্ভরযোগ্য। আপনি চলে গেলে শিশু দুঃখিত হতে পারে, কিন্তু বিদায় বলার আচারটা সান্ত্বনাদায়ক। আপনি লুকিয়ে থাকলে, তারা প্রথমে আপনি ছেড়ে চলে গেছেন তা লক্ষ্য নাও করতে পারে, এবং পরে আরও হতাশ হতে পারে। আপনি যদি প্রতিবার বিদায় বলেন তবে এটি একটা বিশ্বাস তৈরি করে, এবং শিশুকে কম আঁকড়ে থাকতে সাহায্য করতে পারে।



এই বয়সে পড়ার ভালো বই:

- মেলিসা সুইটের ফিডল-আই-ফি
- ড. সিউস-এর টেন অ্যাপেলস আপ অন টপ
- রাচেল ইসাডোরা-র পিকাবু মর্নিং
- লেসলি প্যাট্রিসেলি-র বেবি হ্যাপি, বেবি স্যাড

সমস্যা-সমাধান

আপনি সম্ভবত ইতিমধ্যেই আপনার শিশুর সাথে প্রচুরবার পিক-এ-ব্যু খেলেছেন। এই বয়সে তারা লুকোচুরির জন্য প্রস্তুত হতে পারে। দরজা বা কাউন্টারের পিছনে আপনার পুরো শরীর লুকানোর চেষ্টা করুন। আপনি যখন আড়াল থেকে বেরিয়ে আসবেন তখন একটি নতুন বাক্যাংশ ব্যবহার করে দেখুন, "আমি এখানে।" কোনো কম্বলের নীচে একটি স্টাফড প্রাণী বা পুতুল লুকানোর চেষ্টা করুন। বলুন, "কোথায় গেল?" এবং দেখুন আপনার শিশু কম্বল দেখতে বা নির্দেশ করে কিনা। তারপরে এটিকে বের করুন এবং বলুন, "পিক-এ-ব্যু!"



শারীরিক দক্ষতা

আপনার শিশু সম্ভবত হাঁটার লক্ষণ দেখাচ্ছে এমনকি যদি তারা তা নাও পারে। ওয়াকার ব্যবহার না করাই ভাল, কিন্তু আপনার শিশুকে হাঁটতে সাহায্য করার আরেকটি উপায় হল তারা চেষ্টা করার সময় ভর রাখার জন্য তাকে কিছু দেওয়া। এর জন্য পুশ টয়েজ তৈরি করা হয়েছে, তবে একটি বড় কার্ডবোর্ডের বাক্স টেপ দিয়ে বন্ধ করা এবং অন্তত বুক সমান উঁচুতেও কাজ হবে। আপনার ওই বাক্সের ভিতরে ওজন রাখার প্রয়োজন আছে কিনা তা পরীক্ষা করে দেখুন। বাক্সটি একটি খোলা জায়গায় রাখুন এবং দেখুন আপনার শিশু এটি দাঁড়ানোর জন্য ব্যবহার করে কিনা। কাছাকাছি থাকুন এবং বাক্সটি একটু এগিয়ে দিন। শিশুটি মেঝে দিয়ে এটিকে ঠেলে সরাতে সক্ষম হওয়া উচিত। যদি শিশু এখনও না হাঁটে, তবে এই কার্যকলাপ তাদেরকে সেটা করতে সাহায্য করবে। যদি তারা হাঁটে, তবেও তারা বাক্সটিকে এদিক ওদিক ঠেলে মজা পাবে।



কলা ও সঙ্গীত

একটি উলটো করে রাখা ধাতব পাত্র এবং প্লাস্টিকের বাটি দিয়ে একটি ড্রাম সেট তৈরি করুন। ড্রামস্টিক হিসাবে আপনার হাত বা কাঠের চামচ ব্যবহার করুন। পাত্র এবং বাটিতে টোকা দিয়ে আপনার শিশুর সাথে খেলুন এবং দেখুন তারা আপনার দেখানো কায়দা অনুসরণ করে কিনা। একসাথে ঠুং ঠাং শব্দ বাজান এবং সহজ সুর, ছন্দ, বা নার্সারি রাইমস তৈরি করুন।

