දුරකථන / தொலைபேசி / Telephone) 0112669192 , 0112675011) 0112698507 , 0112694033) 0112675449 , 0112675280
ෆැක්ස් / பெக்ஸ் / Fax) 0112693866) 0112693869)0112692913
විද්‍යුත් තැපෑල / மின்னஞ்சல் முகவரி / e-mail)postmaster@health.gov.lk
වෙබ් අඩවිය / இணையத்தளம் / website) www.health.gov.lk

මගේ අංකය / எனது இல / My No.)FHB/CHII/FD/Gen/03/2020
ඔබේ අංකය / உமது இல / Your No. :)
දිනය / திகதி / Date) 01.02.2020

සුවසිරිපාය
சுவசிரிபாய
SUWASIRIPAYA

සෞඛ්‍ය හා දේශීය වෛද්‍ය සේවා අමාත්‍යාංශය
சுகாதார மற்றும் சுதேசவைத்தியச் சேவைகள் அமைச்சு
Ministry of Health and Indigenous Medical Services

பொது சுற்றறிக்கை: 01-12/2020

சுகாதார சேவைகளின் அனைத்து மாகாண பணிப்பாளர்களும்
சுகாதார சேவைகளின் அனைத்து பிராந்திய பணிப்பாளர்களும்
பணிப்பளர், தேசிய சுகாதார சேவைகள் நிறுவனம்
தலைமை, சுகாதார வைத்திய அதிகாரிகள்,மாநகர சபை, கொழும்பு
தாய் மற்றும் குழந்தை சுகாதார அனைத்து மருத்துவ அலுவலர்களும்
அனைத்து சுகாதார வைத்திய அதிகாரிகளும்

ஆரம்ப சுகாதார பராமரிப்பு (பி.எச்.சி) தொழிலாளர்களுக்கான குழந்தை மேம்பாட்டு ஊக்குவிப்பு மற்றும் மேம்பாட்டுத் திரையிடல் குறித்த வழிகாட்டுதல்

இலங்கையில் இனப்பெருக்க, தாய், புதிய பிறப்பு, குழந்தை மற்றும் இளைஞர் சுகாதார (ஆர்.எம்.என்.சி.ஏ.எச்) திட்டத்தில் குழந்தை பராமரிப்பு ஒரு முக்கிய அங்கமாகும். கள அமைப்புகளில் வழங்கப்படும் அனைத்து குழந்தை சுகாதார தலையீடுகளும் ஆரம்ப சுகாதார அமைப்புகளில் பணிபுரியும் மருத்துவ அதிகாரிகள் (MOHs) குழுக்களால் செயல்படுத்தப்படுகின்றன.

தாய்வழி பராமரிப்பு, குடும்பக் கட்டுப்பாடு, பள்ளி சுகாதாரம் போன்ற பிற ஆரம்ப சுகாதாரத் தலையீடுகளுடன் அவற்றைச் செயல்படுத்துவது வரையறுக்கப்பட்ட நபர் மணி நேரத்திற்குள் ஒரு வலிமையான சவாலாக மாறும். வெளிப்படையான வழிகாட்டுதல்களைக் கொண்டிருப்பது MOH அணிகள் தங்கள் வழக்கமான நடவடிக்கைகளை ஒழுங்காக ஒழுங்கமைக்க மகத்தான உதவியாக இருக்கும்.

எனவே, ஆரம்ப சுகாதார பராமரிப்பு (பி.எச்.சி) தொழிலாளர்களுக்கான குழந்தை மேம்பாட்டு ஊக்குவிப்பு மற்றும் மேம்பாட்டுத் திரையிடல் குறித்த வழிகாட்டுதலை உருவாக்க குடும்ப சுகாதார பணியகம் (எஃப்.எச்.பி) நடவடிக்கை எடுத்துள்ளது. இத்தகைய ஒருங்கிணைந்த வழிகாட்டுதல் பி.எச்.எம்., சுகாதார மருத்துவ அலுவலர் (எம்.ஓ.எச்) மற்றும் பிற ஆரம்ப சுகாதாரப் பணியாளர்கள் (பி.எச்.சி) அவர்களின் சேவை நடைமுறைகளை சிறப்பாக ஒழுங்கமைக்கவும், கள குழந்தை பராமரிப்பின் தரத்தை மேம்படுத்தவும் உதவும் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. உங்கள் வரம்புக்குட்பட்ட MOH பகுதிகளில் உள்ள அனைத்து PHC தொழிலாளர்களுக்கும் கீழே இணைக்கப்பட்டுள்ள வழிகாட்டுதல்களை கண்டிப்பாக பின்பற்றுமாறு அறிவுறுத்தவும்.

Dr. Anil Jasinghe
Director General of Health Services
Ministry of Health & Indigenous Medicine Services
"Suwasiripaya"
385, Rev. Baddegama Wimalawansa Thero Mawatha,
Colombo 10.

சுகாதார சேவைகள் பணிப்பாளர் நாயகம்

பிரதிகள் ; 1. செயலாளர் / சுகாதாரம்
2. மேலதிக செயலாளர் / சுகாதாரம்
3. சுகாதார சேவைகள் பிரதிப்பணிப்பாளர் (பொது சுகாதார சேவைகள்) 11
4. பணிப்பாளர் (தாய் மற்றும் குழந்தை சுகாதாரம்)

பொது சுற்றறிக்கை: 01-12/2020

பிள்ளைகளின் விருத்தி ஊக்குவிப்பு, விருத்தி வகைப்படுத்தலுக்காக ஆரம்ப சுகாதார வேலையாட்களுக்கான வழிகாட்டலகள்

1. பின்புலம்

பிள்ளைகள், பிள்ளைப்பருவத்தின் முற்பகுதியில் (முதல் 5 வருடங்கள்) - சிக்கலான வகையில் அதிகரித்துச் செல்லும் சிக்கலான வாழ்க்கையில், வாழ்க்கையுடன் தொடர்புள்ள பௌதிக, சமுக உணர்வு, மொழித்திதிறன்கள் இயலுமைகளை அனுபவத்தாலும் புலன்களாலும் அறிந்து படிப்படியாக விளங்கிக்கொள்ளல் முக்கியமான சம்பவமாகும். இது பிள்ளையின் விருத்தி எனப்படும்
பிள்ளைகள் இயற்கையாக விருத்தியடையும் விருப்பமுடையவர்கள். பாதுகாவலரதும் பங்களிப்புடன், ஆரம்பசுகாதார பணியாட்கள் (சுகாதார வைத்திய அதிகாரிகள், பொதுச் சுகாதாரதாதி சகோ்தரிகள், மேற்பார்வை பொதுச் சுகாதார தாதிச் சகோ்தரிகள், குடும்ப நல உத்தியோகத்தர்கள், மேற்பார்வை குடும்ப நல உத்தியோகத்தர்கள்) மிகப்பெருமளவில் பிள்ளையின் விருத்திக்கு உதவுவார்கள்.

ஆரம்பத்தில், விருத்தியடையும் மறைதிறன், குறிப்பாக பிள்ளைப்பருவத்தின் முற்பகுதியில், பிள்ளையின் மரபணுக்களினதும், சூழலினதும் செல்வாக்குக்கு உட்பட்டது. ஆயினும், மூன்று வகையான தலையீடுகளின்மூலம் பொதுச்சுகாகாதார பணியாட்கள்(ீர்ஊ) நேரடியாக அவர்களது பங்களிப்பை செய்து, சூழல் செல்வாக்கை செம்மைப்படுத்தி, சாதகமானவகையில் செயல்படச் செய்யமுடியும்.

1. பிள்ளைப்பருவத்தில் சமுக உளவியல் ஊக்குவிப்பு
2. அபிவிருத்தி முன்னேற்றத்தை – விருத்தியை தொடர்ச்சியாக வகைப்படுத்தி ஒழுங்காக கண்காணித்தல்
3. வீட்டில், பகல் பராமரிப்பு இடத்தில், பாடசாலைக்குமுன்னான பிள்ளைகளின் கல்விக்கூடங்களில், பள்ளிக்கூடத்தில் பிள்ளையின் விருத்திக்கு ஏற்ற சூழலை ஏற்படுத்துதல்.

இவற்றுள், முதல் இரண்டுவகையான தலையீடுகளையம் பிள்ளையின் விருத்தியில் மேற்கொள்ளப்படும் நேரடியான தலையீடுகள் எனலாம். பிள்ளையின் விருத்திக்கு ஏற்ற சூழல் என்பது பின்வருவனவற்றை குறிக்கும். முன்பாடசாலையில், பாடசாலையில், பிள்ளைக்குப் போதுமான சத்துணவு, நோய்ஏற்படாது தடுத்தல், தேவை ஏற்படும்போது வைத்தியவசதி, வசதியான ஆபத்தற்ற வாழ்க்கை அமைந்த வீடும் சூலும், வன்முறையற்ற குடும்ப கவனிப்பு என்பன. இத்தகைய சூழல், பிள்ளை தடையேதுமில்லாமல் தனது விருத்திக்கான ஆற்றலை பெறத்தக்கதாக விருத்தியடையயும் என்பதை உறுதிப்படுத்தும். இது பிள்ளையின் சுகாதாரத்

திட்டத்தில் ஏற்படுத்தப்படும் எல்லாத் தலையீடுகளும் பிள்ளையின் வாழ்க்கையில் பிள்ளையின் அபிவிருத்திக்கு ஏற்ற சூழலை ஏற்படுத்துவது என்பதை எடுத்துக்காட்டும்.

பிள்ளையின் விருத்திக்கு ஏற்ற சூழலை ஏற்படுத்துவதன் முக்கியத்துவம்

பிள்ளைகள் இயற்கையாகவே வாழும் சூழலை ஆராய்ந்து அதிலிருந்து பெறும் ஊக்குவிப்பகளை தங்களது விருத்திக்கு பயன்படுத்தும் இயல்புடையவரகள். அவர்கள் இயற்கையாகப்பெற்றுக்கொள்ளும் விருத்தி அவர்கள் பார்ப்பவற்றையும் வீட்டிலும் சமுகத்திலும் பிறருடன் பழகும்போது கிடைக்கும் தொடர்பாடல் அனுபவங்கள் போன்றவற்றையும் அதன் மூலம்கிடைக்கும் தூண்டுதல்களையும் ஆராய்வார்கள்.

இயற்கையான இந்த விருத்தியை பொருத்தமானதும் காலத்துக்கு ஏற்றதும் தரமானதுமான பெற்றோரதும் பாதுகாவலரதும் காலத்துக்கேற்ற உளவியல் ஊக்குவிப்புகள் வடிவிலான தலையீடுகள் மூலம் உயர்த்தலாம். பிள்ளையின் விருத்திக்கு உதவுகின்ற சூழலில் பிள்ளையை வளர வழிவகுத்து உளவியல் ஊக்குவிப்புகள் ஏற்படுத்தும் தாக்கங்களின் திறனை அதிகரிக்கச்செய்யலாம். அபிவிருத்திக்கு உதவும்சூழல் என்பது, பிள்ளையின் அபிவிருத்திக்கு தேவையான அடிப்படை அபிவிருத்தி தேவைகளை, பிள்ளை பெற்றுக்கொள்ளும் சூழல் என்பதாகும்.

பின்வரும் பந்திகள் பிள்ளையின் அபிவிருத்தி தலையீடுகளுக்கு வழிகாட்டிகளாக அமையும்.

பின்வரும் பிரிவுகள், பிள்ளையின் அபிவிருத்தி தலையிடுகளை நடைமுறைப்படுத்துவதற்கான வழிகாட்டிகளை விபரிக்கின்றன.

2. பிள்ளையின் விருத்தி தலையீட்டுப்பொதி

பிள்ளையின் விருத்தி தலையீடுகள் பின்வரும் சேவை விநியோக மையங்களின் ஊடாக நடைமுறைப்படுத்தப்படவேண்டும்.

1. இரண்டாவது (நுஊஊனு) தாய்மார்களுக்கான வகுப்புகளில்
2. வீட்டு தரிசிப்புகளில்
3. கிளினிக்குகளில்
4. விருத்தி கிளினிக்களில்

2.1. இரண்டாவது (நுஊஊனு) தாய்மார் வகுப்பு

பிரசவ தாய்மார்களுக்கான பொதியின்கீழ் எல்லா தாய்மார்களும் மூன்று (பிரசவத்துக்கு முந்திய கல்வி) வகுப்புகளுக்கு சமுகமளித்தல் எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. இரண்டாவது வகை தாய்மார்களுக்கான சுகாதார கல்வி நிகழ்ச்சித்திட்டம், அபாயகரமான அறிகுறிகள், சத்துணவு, தாய்ப்பாலூட்டல், ஆரம்பகால குழந்தை கவனிப்பும் விருத்தியும் (நுஊஊனு) என்பனவற்றை உள்ளடக்கியது.

இந்த வகுப்பின் நோக்கம் தய்மார் குழந்தையின் விருத்தியை அறியச்செய்வதாகும். இந்த வகுப்புக்கான நிகழ்ச்சியில் பின்வரும் விடயங்கள் தொடர்பான தகவல்களை உள்ளடங்கியிருக்கும்.

1. இதில், பிள்ளையின் அவிவிருத்தி என்பதன் அர்த்தம், மூளையின் பூரண வளர்ச்சி, வயதுக்கு ஏற்ற மைல்கற்கள் (விருத்திகள்)போன்ற எளிமையான விடயங்கள் உள்ளடக்கியிருக்கும்.

2. .பிள்ளையினதும் சமுகத்தினதும் பொருத்தமான வளர்ச்சியின் முக்கியத்துவம்

3. குழந்தையின்விருத்தியை பெற்றோரால் ஊக்குவிக்க முடியும் என்பதும் ஆரம்பகால குழந்தைபருவத்தில் அதனை செய்யவேண்டியதன் முக்கியத்துவமும்.

4. வயதுக்கு பொருத்தமான அபிவிருத்தி ஊக்குவிப்பு ஐநுஊ சாதனங்களை அறிமுகம்செய்தல். இது, பிரவசத்தின் பின்னரான தரிசிப்புகளின்போது இவை வழங்கப்படும். சுப்பறேக்கா வீடியோ இந்த வகுப்புகளின்போது பயன்படுத்தப்படலாம். இவை,குடும்ப சுகாதார பிரிவினரால் சுகாதார வைத்திய அதிகாரி அலுவலகங்களுக்கு ஏற்கனவே வழங்கப்பட்டுள்ளன. இவற்றை பின்வரும் இடங்களிலிருந்து தரவிறக்கம் செய்யலாம். ரவவிள:.்..்.னசளைந.பழழபடந.உழஅ.்.கடைந.்.ன.்.1புது6ேேஅறுதுஞ3ஆநூஓமுஓடுஎிளருசவுபுீஆநு0ஓளச.்.எநைற

ொபருத்தமான தகவல்களை பெறுவற்கு குழந்தை வளர்ச்சி கையேட்டை உசாவவேண்டும். ரவவிள:.்..்.றறற.காடி.ரநயடவா.பழஎ.டம.்.ைஅயபநள.்.குர்டீமூ20சநளழரசஉநள.்.ஊாடைனமூ20னுநளநடழிஅநவெமூ20ரூமூ20ஞிநஉயைமூ20நெநனள.்.ஊாடைனமூ20னுநளநடழிஅநவெமூ20ஆயரெயடகையெட-ஞுைொயடயமூ20.ினக -ரனௌநச ிரடிடைஉயவழைளெ ழசளாழசவ ருசுடு -ரவவிள:.்..்.உரவவ.டல.்.ர்நஆநவுஓை

2.2. வீட்டு தரிசிப்புகளின்போது பிள்ளையின் விருத்தி தலையீடுகளை மேற்கொள்ளல்

பிள்ளையின் விருத்தி தலையீடுகளை இரண்டு பிரதானவகைகளாக வகைப்படுத்தலாம்.

1. விருத்தி ஊக்குவிப்பு தலையீடுகள்
2. விருத்தியை வகைப்படுத்தலும் விசேடமான கவனிப்பு தேவைகளுக்கான தலையீடும்

பின்வரும் காரணங்களுக்காக, பிள்ளையின் அபிவிருத்திக்கான தலையீடுகளை வீட்டு தரிசிப்புகளின்போது சிறப்பாக மேற்கொள்ளலாம்.

1. இந்த விடயம் தொடர்பான கல்வி தகவல்கள் சிக்கலானவை. இவற்றை விளங்கிக்கொள்வதற்கு, பெற்றோர்களுக்கு இவ்விடயம் தொடர்பாக விளக்கங்கள் தேவைப்படலாம். சந்தடிமிக்க கிளினிக்குகளில், பெற்றோர்கள் இவ்விடயம் தொடர்பாக அவர்களது கவனத்தை குவித்து, முறையாக விளங்கிக்கொள்ள முடியாது. வீடுகளிலேயே பெற்றோர்கள் கவனமாக கேட்டு விடயங்களை விளங்கிக்கொள்ளமுடியும். பிள்ளையின் விருத்திக்கான வகைப்படுத்தல்கள். பிள்ளை ஓய்வாகவும் அமைதியாக, கவனக் கலைப்பான்கள் இல்லாத,

பிள்ளைக்கு பழக்கப்பட்ட சூழலிலேயே மேற்கொள்ளப்படவேண்டும். இத்தகைய சந்தர்ப்பத்திலேயே விருத்திகாட்டிகளை குழப்பமின்றி மதிப்பிடமுடியும்.

நடைமுறையிலுள்ள வழிகாட்டல்களின்படி, பொது சுகாதார தாதியர் பின்வரும் அட்டவணைக்கு அமைவாக அவர்களது கண்காணிப்பிலுள்ள பிள்ளைகளை வீட்டு தரிசிப்புகளின்போது தரிசிக்கவேண்டும். இந்த தரிசிப்புகளின்போது மேற்கொள்ளப்படும் விருத்திக்கான தலையீடு, வயதுக்கு பொருத்தமான வகையில், பிள்ளையின் விருத்தி அளவுக்கு ஏற்றதாகவும் தாய் ஏற்கனவே பெற்றிருக்கும் விழிப்புணர்ச்சியை மேம்படுத்துவதாகவும் ஊக்குவிப்பதாகவும் அமைவதை ீர்ஆளு உறுதிப்படுத்தவேண்டும்.

பிள்ளையின் அபிவிருத்தி தலையீடு 4 ஆம் 6ஆம் 9 ஆம், 12 ஆம் 18இ ஆம் 24 ஆம் 36 ஆம் 48 ஆம்

வீட்டு தரிசிப்புகளின்போது செய்யப்படவேண்டும்.

அட்டவணை 1

குடும்ப நல உத்தியோகத்தர் வீட்டு தரிசிப்பின்போது பிள்ளைகளை தரிசிக்கும் அட்டவணை

கைக்குழந்தைகள் (முதலாம் வருடம்)	**இளவயது பிள்ளைகள் நடைபயில்பருவம்(2ஆவது வருடம்)**	**பாடசாலை வயதை அடையாதோர் (3 -5 வருடங்கள்)**
வீட்டுதரிசிப்பு நாள் 1-5 (பிரசவத்தின் பின்னரான நடவடிக்கைகளுடன் இணைந்தது)	வீட்டுதரிசிப்பு நாள் – 14 ஆவது மாதம்	வீட்டுதரிசிப்பு 27 ஆவது மாதம்
வீட்டுதரிசிப்பு நாள் 6-10 (பிரசவத்தின் பின்னரான நடவடிக்கைகளுடன் இணைந்தது)	வீட்டுதரிசிப்பு நாள் – 16 ஆவது மாதம்	வீட்டுதரிசிப்பு 30 ஆவது மாதம்
வீட்டுதரிசிப்பு நாள் 15(பிரசவத்தின் பின்னரான நடவடிக்கைகளுடன் இணைந்தது)	வீட்டுதரிசிப்பு 18 ஆவது மாதம் (ூவிருத்தி வகைப்படுத்தல்)	வீட்டுதரிசிப்பு 33 ஆவது மாதம்
வீட்டுதரிசிப்பு நாள் 42(பிரசவத்தின் பின்னரான நடவடிக்கைகளுடன் இணைந்தது)	வீட்டுதரிசிப்பு 20 ஆவது மாதம்	வீட்டுதரிசிப்பு 36 ஆவது மாதம் (ூவிருத்தி வகைப்படுத்தல்)
வீட்டுதரிசிப்பு 2 ஆவது மாதம்	வீட்டுதரிசிப்பு 22 ஆவது மாதம்	வீட்டுதரிசிப்பு 39 ஆவது மாதம்
வீட்டுதரிசிப்பு 3ஆவது மாதம்	வீட்டுதரிசிப்பு 24 ஆவது மாதம் (ூவிருத்தி வகைப்படுத்தல்)	வீட்டுதரிசிப்பு 42 ஆவது மாதம்
வீட்டுதரிசிப்பு 4 ஆவது மாதம் (ூவிருத்தி வகைப்படுத்தல்)		வீட்டுதரிசிப்பு 45 ஆவது மாதம்
வீட்டுதரிசிப்பு 5ஆவது மாதம்		வீட்டுதரிசிப்பு 48 ஆவது மாதம் ூிவிருத்தி வகைப்படுத்தல்)

வீட்டுதரிசிப்பு 6ஆவது மாதம் ௫விருத்தி வகைப்படுத்தல்)		வீட்டுதரிசிப்பு 51 ஆவது மாதம்
வீட்டுதரிசிப்பு 7ஆவது மாதம		வீட்டுதரிசிப்பு 53ஆவது மாதம்
வீட்டுதரிசிப்பு 8ஆவது மாதம்		வீட்டுதரிசிப்பு 57ஆவது மாதம்
வீட்டுதரிசிப்பு 9ஆவது மாதம் ௫விருத்தி வகைப்படுத்தல்)		வீட்டுதரிசிப்பு 60ஆவது மாதம் ௫விருத்தி வகைப்படுத்தல்)
வீட்டுதரிசிப்பு 10 ஆவது மாதம்		
வீட்டுதரிசிப்பு 11 ஆவது மாதம்		
வீட்டுதரிசிப்பு 12ஆவது மாதம் ௫விருத்தி வகைப்படுத்தல்)		

2.2.1 ˙ விருத்தி ஊக்குவிப்பு தலையீடுகள்

பிள்ளைகளுக்கு மரபுரீதியாக எற்பட்ட அபிவிருத்தி சக்திகளை உயிர்ப்பான தலையீட்டின் வாயிலாக உச்சநிலைக்கு கொண்டுபோவதை உறுதிப்படுத்தல் அபிவிருத்தி ஊக்குவிப்பு எனப்படும்.

விருத்தி ஊக்குவிப்பு பின்வரும் விடயங்களை இலக்காகக்கொண்டிருக்கும்.

1. பின்வருவனவற்றை பெற்றோர் விளங்கிக்கொள்வதை உறுதிசெய்தல்.
    - ை. அ. விருத்தி நடைமுறையும் வாழ்க்கைக்கு அதன் அவசியமும்.
    - ைை. ஆ. ஒரு பிள்ளை வயதுக்கேற்ற நடவடிக்கைகளை (மைல்கல்) வெவ்வேறு வயதுகளில் வெளிப்படுத்தல்.
    - ைைை. இ. பிள்ளை தனது அபிவிருத்தி திறமைகளை மேம்படுத்துவதற்கான,எளிமையான சமுக உளவியல் ஊக்குவிப்புகளில் பெற்றோர்கள் உயிர்ப்புடன் ஈடுபட்டு உதவலாம்.
2. வயதுக்கேற்ற சமுக உளவியல் நடைமுறைகளை பெற்றோருக்கும் பாதுகாவலர்களுக்கும் கற்பித்து அவற்றை பயன்படுத்துவதற்கு ஊக்குவித்தல்.
3. பிள்ளையின் விருத்தி நடவடிக்கைகளுக்கு வீட்டுச் சூழலை எவ்வாறு ஏற்றதாக்கலாம் என்பதை பெற்றோருக்கும் பாதுகாவலருக்கும் எடுத்துரைத்தல்.

மைல் கற்களும் வயதுக்கு பொருத்தமான உளவியல் ஊக்குவிப்பு முறைளும்

பிள்ளையின் வயது அதிகரிப்புக்குஏற்றவாறு திறன்கள், ஆற்றல்கள் நடத்தைகள், அறிவு என்பனவற்றில் ஏற்படும் படிப்படியான வளர்ச்சி விருத்தி எனப்படும்.

1. பிள்ளைகளுக்கே உரியதான விருத்தி அமைவுகள் பாடசாலையிலும், வேலையிலும் சமுகத்திலும் வாழ்க்கை முழுவதிலும் பிள்ளைகளின் வெற்றிக்கு முக்கியமானவையாகும்.

2. விருத்தியானது, ஏறக்குறைய சமஅளவில், மரபணுக்களாலலும் சூழலாலும் தீர்மானிக்கப்படுகின்றன.
3. எளிமையான நடவக்கைகளில ஈடுபடுத்துவதன்மூலமும், சீராக்கல்மூலமும் பிள்ளைகள் அவர்களது மரபணுக்களில் உலக்துக்கு கொண்டுவரும் விருத்திவளங்களின் உச்ச நிலையை அடைவதற்கு பெற்றோர் உதவலாம்.
4. வுழமைமயான வயதுக்கேற்ற மைல்கற்களும் வயதுக்கேற்ற சமூகஉளவியல் ஊக்குவிப்பு தொழில்நுட்பங்களும்.
5. ஊர்னுசு இல் இருக்கும் பிள்ளையின் விருத்தி சாதனங்கள் மேம்பாட்டு குறிகாட்டிகள் (ளஉசநநநைபெ னைெைஉயவழசளஇ யனெ னநளநடழிஅநவெயட ிசழஅழவழைெ அநளளயபநள)

மைல் கற்களும் வயதுக்கு பொருத்தமான சமுக உளவியல் முறைகளும்

ஒரு பிள்ளை ஒரு மைல் கல்லை அடைந்துள்ளது என்பது, அந்தப்பிள்ளை அதனடைய வாகைக்கையில், முதல் தடவையாக குறிப்பிட்ட ஒரு செயலை செய்வதையோ அல்லது இலக்கைக்கை அடைவதையோ குறிக்கும். உதாரணம்: பிள்ளை வாழ்க்கையில் முதல் தடவையாக ஒரு சொல்லை பேசுதல், முதல்தடவையாக நடத்தல் போன்றவை. ஒரே வயது குழந்தைகள்குழு வாழ்க்கையின் பொதுவான காலப்பகுதியில் ஒரு மைல்கல்லை அடைய முயற்சிக்கும்.

உதாரணம்: பெரும்பாலான பிள்ளைகள், 12மாத வயதில் நடக்கத் தொடங்கும். இந்தக் காலத்துக்கு முன்னதாகவே நடக்கத் தொடங்கும் சில பிள்ளைகளும் இருக்கிறார்கள். இந்தக் காலத்துக்கு பின்னர் நடக்கத் தொடங்கும் சில பிள்ளைகளும் இருக்கிறார்கள். சிலரைத் தவிர, எல்லாப் பிள்ளைகளும் 8 -24 மாதங்களில் நடப்பார்கள். இது நடத்தலுக்கான இலக்கை அடையும் யன்னலாகும்.

விருத்தி மைல் கல்களும் இலக்கை அடையும் யன்னல்களும் எல்லா வகையான திறன்களிலும் இருக்கும்.

சாதாரணமான எல்லா பிள்ளைகளும் அவர்களது வயதுக்கேற்ற மைல் கற்களுக்கு பொருத்தமான இலக்கை அடைதல் யன்னலுக்குள் இலக்கை அடைந்துவிடுவார்கள். சில செயல்களை செய்து அனுபவம்பெறுமாறு பெற்றோர்கள் மேற்கொள்ளும் ஊக்குவிப்பு நடவடிக்கைகளால் இந்த நடவடிக்கை உச்சத்தை அடையும். இது சமுகஉளவியல் தூண்டுதல் எனப்படும்.

கீழேயுள்ள அட்டவணை, குறித்த வயதில் அனேகமான பிள்ளைகள் (ஏறத்தாழு அரைப்பங்கினர்) அந்த வயதில் செய்யக்கூடிய விடயங்களையும் குழந்தையின் விருத்திக்கு பெற்றோர்களும் பாதுகாவலர்களும் செய்யக்கூடியவற்றையும் எடுத்துக்காட்டுகின்றது.

2வது மாதத்தில்

2வது மாதத்தில் அதிகப்படியான குழந்தைகள் என்ன செய்வார்கள்?	உமது 2 தொடக்கம் 4 மாதம் வரையான குழந்தைக்கு நீங்கள் எவ்வாறு ஊக்குவிப்பீர்கள்
▪ மற்ற மனிதரைப் பார்த்து சிரிக்க ஆரம்பிப்பார்கள் ▪ தங்களைத் தாங்களே அமைதிப் படுத்திக் கொள்வார்கள் (தமது கைகளை வாய்க்குள் கொண்டு வந்து சூப்புவார்கள்) ▪ பெற்றோரைப் பார்ப்பதற்கு முயற்சி செய்வார்கள் ▪ கூவல்கள், ஒலிச்சத்தங்களை எழுப்புவார்கள் ▪ ஒலி எழும்பும் பக்கத்தை நோக்கி தலையைத் திருப்புவார்கள். ▪ முகத்தை நோக்கி கவனம் செலுத்துவார்கள் ▪ கண்களினால் விடயங்களைப் பின்பற்றவும் மற்றும் தூரத்தில் ஆட்களை அடையாளம் கண்டு கொள்ளவும் ஆரம்பிப்பர் ▪ செயல்பாடு மாறுபடாமல் ஒரே மாதிரியாக இருக்குமிடத்து சலிப்படைய (அழுதல், சிணுங்குதல்) ஆரம்பிப்பர் ▪ வயிற்றுப் பக்கமாக நிலத்தில் கிடக்கும்போது தலையை உயர்த்திப் பிடிக்க முடியும் மற்றும் முன்புறமாகத் தன்னைத் தள்ளிக் கொண்டு போக ஆரம்பிப்பர் ▪ கைகளாலும் கால்களாலும் மெதுவாக அசைந்து செல்வர்.	▪ கட்டித்தழுவுங்கள், கதையுங்கள் மற்றும் உணவு வழங்கும் போது, உடை அணிவிக்கும் போது, குளிக்க வாக்கும் போதும் பிள்ளையுடன் விளையாடுங்கள். ▪ தன்னைத்தானே அமைதிப்படுத்துவதற்கு பிள்ளைக்கு உதவுங்கள். பிள்ளை தனது விரலை சூப்புவது பரவாயில்லை. ▪ நாளாந்த வேலையில் ஈடுபடுவதற்கு அதாவது பகலை விட இரவில் தூங்குவதற்கும், ஒழுங்கான அட்டவணைப்படி செயற்படவும் பிள்ளைக்கு உதவுவதற்கு ஆரம்பியுங்கள். ▪ உமது குழந்தையின் விருப்பு வெறுப்புகளுக்கு அமைவாக புரிந்து நடக்க ஆயத்தமாகுங்கள். நீங்கள் மிகவும் ஆறுதலாகவும், நம்பிக்கையுடனும் உணர்ந்து கொள்வதற்கு இது உதவியாக இருக்கும். ▪ உமது குழந்தை ஒலிகளை எழுப்பும் போது உற்சாகமாக சிரித்துக் கொண்டு செயற்படுங்கள். ▪ சிலவேளைகளில் உமது குழந்தையின் ஒலிகளை அதேபோன்று செய்யலாம், ஆனால், தெளிவான மொழியைப் பயன்படுத்தல் வேண்டும். ▪ உமது குழந்தையின் வித்தியாசமான அழுகைக்கு கவனத்தை செலுத்துங்கள், அப்போது தான் அவனுக்கு என்ன வேண்டும் என்பதை நீங்கள் தெரிந்து கொள்ள முடியும். ▪ உமது குழந்தையுடன் கதையுங்கள், வாசியுங்கள் மற்றும் பாடுங்கள். ▪ பிள்ளையுடன் பீக்-எ-பூ என்ற விளையாட்டை விளையாடுவதுடன், அவர்களும் அதை விளையாடுவதற்கு உதவி செய்யுங்கள். ▪ உங்கள் குழந்தையின் தொட்டிலில் பாதுகாப்பான கண்ணாடியை

	வைக்கவும். அப்போது அவள் தன்னைத் தானே பார்க்க முடியும். ▪ உமது குழந்தையுடன் சேர்ந்து படங்களைப் பார்த்து அதைப் பற்றி அவர்களுடன் கதைக்கவும். ▪ குழந்தை முழிப்பாக இருக்கும் போது அக்குழந்தையை அதன் வயிற்றுப் பக்கமாக நிலத்தில் படுக்கவைத்து விளையாட்டுப் பொருட்களை குழந்தைக்கு கிட்டவாக போட்டு விடவும். ▪ உமது குழந்தைக்கு முன்பதாக அதன் கண்மட்டத்தில் விளையாட்டுப் பொருட்களைப் போட்டு அதனைப் பிடித்துக் கொண்டு தனது தலையைத் தூக்குவதற்கு குழந்தையை ஊக்குவிக்கவும். ▪ உமது குழந்தையின் தலைக்கு மேலாக ஒரு விளையாட்டுப் பொருளை தூக்கிப் பிடித்துக் கொண்டு, அதனை எட்டிப் பிடிப்பதற்கு ஊக்குவிக்கவும். ▪ உமது பிள்ளை தனது கால்களில் நேராக நிற்கும்படியாக நிலத்தில் வைத்திருக்கவும். குழந்தை நேராக நிற்கும் போது குழந்தையுடன் கதைக்கவும் அல்லது பாடவும்.

4 வது மாதத்தில்

4வது மாதத்தில் அதிகப்படியான குழந்தைகள் என்ன செய்வார்கள்	உமது 4 தொடக்கம் 6 மாதம் வரையான குழந்தைக்கு நீங்கள் எவ்வாறு ஊக்குவிப்பீர்கள்
சமூகரீதியாக ∴ உணர்வுரீதியாக ▪ சிறப்பாக நபர்களைப் பார்த்துத் தன்னிச்சையாக சிரிப்பர் ▪ ஆட்களுடன் சேர்ந்து விளையாடுவதற்கு விரும்புவர்.அத்துடன் விளையாடுவதை நிறுத்தும் போது அழஆரம்பிப்பார்கள். ▪ சில அசைவுகளை, அதாவது சிரித்தல் அல்லது முறைத்தல் போன்ற சில முக பாவனைகளை அதே போல செய்ய முனைவார்கள். **தொடர்பாடல்** ▪ தெளிவின்றி வார்த்தைகளை வெளிப்படுத்தல் ▪ காதில் கேட்கின்ற சத்தங்களை பின்பற்றுதல். ▪ பசி, நோ, அல்லது களைத்த இருப்பதைக் காட்டுவதற்கு பல்வேறுபட்ட விதங்களில் அழுதல். **அறிவாற்றல்** ▪ தான் சந்தோஷமாக அல்லது கவலையாக இருப்பதை உமக்குத் தெரிய வைத்தல் ▪ பாசத்திற்கு விளைவு காட்டுதல். ▪ விளையாட்டுப் பொருட்களை ஒரு கையால் எடுக்க முயற்சி செய்தல் ▪ கைகளையும் கண்களையும் ஒன்றாகப் பாவித்தல், அதாவது விளையாட்டுப் பொருட்களைப் பார்த்து அதை அடைவதற்கு முயலுதல். ▪ அசைகின்ற பொருட்களை ஒரு பக்கத்தில் இருந்து இன்னொரு பக்கத்திற்கு கண்களால் கண்காணித்துப் பாாத்தல் ▪ முகங்களை நெருக்கமாக அவதானித்தல் ▪ நன்றாகத் தெரிந்த ஆட்களை, பொருட்களை தூரத்தில் இருந்தே அடையாளம் கண்டு கொள்ளல் **உடல்ரீதியான** ▪ ஆதரவு எதுவுமின்றி தலையை உறுதியாக	▪ குழந்தையைக் கையில் பிடித்தவாறு கதைத்தல், சிரித்தல் மற்றும் மகிழ்ச்சியாக இருத்தல். ▪ உணவு வழங்குதல், நித்திரைக்குச் செல்லுதல் என்பவற்றில் உறுதியான நடைமுறைகளை உருவாக்குதல். ▪ உமது குழந்தையின் விருப்பு வெறுப்புகளுக்கு நெருங்கிய கவனத்தை செலுத்தவும். உமது பிள்ளையின் தேவைகளை எவ்வாறு நிறைவேற்றலாம், உமது பிள்ளையை சந்தோஷமாக வைத்திருக்க என்ன செய்யலாம் என்பதை தெரிந்து கொள்ளல். ▪ உமது குழந்தையின் சத்தங்களை பிரதி எடுத்தல் ▪ உமது குழந்தை ஒலிகளை எழுப்பும் போது உற்சாகமாக சிரித்துக் கொண்டு செயற்படுங்கள். ▪ உமது குழந்தைக்காக வாசிக்கும் போது அல்லது பாடும் போது அமைதியான விளையாட்டு நேரத்தை ஒதுக்கவும். ▪ வயதுக்குப் பொருத்தமான அதாவது கிலுகிலுப்பை அல்லது வண்ணமயமான படங்கள் கொண்ட விளையாட்டுப் பொருட்களை விளையாடுவதற்கு வழங்கவும். ▪ பீக்-எ-பூ போன்ற விளையாட்டுக்களை விளையாட அனுமதிக்கவும் ▪ விளையாட்டுப் பொருட்களை எடுப்பதற்கு ஏதுவான, பாதுகாப்பான தருணங்களை வழங்குவதுடன் அதற்கான சூழலையும் ஆராய்தல். ▪ உமது குழந்தை விளைளயாட்டுப் பொருட்களை எடுக்கக் கூடியதாக அல்லது அதனை தனது காலால் உதைக்கக் கூடிய வகையில் குழந்தைக்கு அருகாமையில் விளையாட்டுப் பொருட்களை போடவும். ▪ சில விளையாட்டுப் பொருட்களை அல்லது கிலுகிலுப்பையை குழந்தையின் கைகளில் கொடுத்து அதனைப் பிடித்திருக்கும் வகையில் உதவவும். ▪ உமது குழந்தையை நிலத்தில் கால்களை வைத்து நேராக நிமிர்த்திப் பிடித்துக் கொண்டு, அவள் ஒரு உதவியுடன் நிற்பதால் பிள்ளையை பார்த்து பாடுதல் அல்லது கதைத்தல்.

வைத்திருத்தல், ▪ கால்கள் ஒரு கடினமான மேற்பரப்பில் இருக்கும் போது கால்களை கீழே தள்ளுதல் ▪ வயிற்றினால் பின்பக்கம் தள்ளி புரளுவதற்கு இயலுமாக இருத்தல். ▪ விளையாட்டுப் பொருளை கையில் பிடித்து குலுக்குவதற்கும் தொங்கிக் கொண்டிருக்கும் விளையாட்டுப் பொருளை இங்கும் அங்கும் ஆட்டுவதற்கும் இயலுமாக இருத்தல் ▪ கைகளை வாய்க்குள் கொண்டு வருதல் ▪ வயிற்றுப்பக்கமாகப் படுத்திருக்கும் போது, முழங்கைகள் வரை தள்ளுதல்.	

6 வது மாதத்தில்

6வது மாதத்தில் அதிகப்படியான குழந்தைகள் என்ன செய்வார்கள்	**உமது 6 தொடக்கம் 9 மாதம் வரையான குழந்தைக்கு நீங்கள் எவ்வாறு ஊக்குவிப்பீர்கள்?**

சமூகரீதியாக ∴ உணர்வுரீதியாக ▪ பழக்கமான முகங்களை இனங்காணுவர் மற்றும் அந்நியர்களை இனங்காண முற்படுவர். ▪ மற்றவர்களுடன் விளையாட விரும்புவர், சிறப்பாக பெற்றோர். ▪ மற்றவர்களின் உணர்வுகளுக்கு விளைவு காட்டுவதுடன் எப்பொழுதும் சந்தோஷமாக காணப்படுவர். ▪ கண்ணாடியில் தனது உருவத்தை பார்க்க விரும்புவர். **தொடர்பாடல்** ▪ சத்தங்களை உருவாக்குவதன் மூலம் ஏனைய சத்தங்களுக்கு விளைவு காட்டுவர். ▪ தொடர்ச்சியாக வேகமாக நெடில் சத்தங்களை உதாரணமாக (“ஆ” “ஏ” “ஓ”) போன்ற ஒலிகளை உருவாக்குதல், அவ்வாறு சத்தங்களை செய்யும் போது பெற்றோருடனும் சந்தர்ப்பத்தை எடுத்தல். ▪ தனது சொந்தப் பெயருக்கு விளைவு காட்டுவர். ▪ தனது சந்தோஷத்தையும் அதிருப்தியையும் காட்ட ஒலிகளை எழுப்புதல். ▪ தொடர்ச்சியாகவும் விரைவாகவும் (“ம்”, “பி”) போன்ற மெய் ஒலிகளை சொல்ல ஆரம்பித்தல். **அறிவாற்றல்** ▪ அருகாமையிலுள்ள பொருட்களை சுற்றிப் பார்த்தல். ▪ பொருட்களை வாய்க்குள் கொண்டு செல்லல். பொருட்களை பற்றி அறிந்து கொள்வதற்கான ஆசையை வெளிப்படுத்துவர் மற்றும் தனக்கு எட்ட முடியாமல் இருக்கும் பொருட்களை எடுப்பதற்கும் முயலுவர். ▪ ஒரு கையில் இருந்து தனது மற்றக் கைக்குப் பொருட்களை மாற்றுவதற்கு ஆரம்பிப்பர்.	▪ ஒவ்வொரு நாளும் உமது குழந்தையுடன் நிலத்தில் இருந்து விளையாடவும். ▪ உமது குழந்தையின் மனநிலையை தெரிந்து கொள்ள கற்றுக் கொள்ளுங்கள். அவர் சந்தோஷமாக இருந்தால், நீர் செய்வதை தொடர்ந்து செய்து கொண்டிருக்கலாம். அவர் சந்தோஷம் இல்லாமல் மனக்குழப்பமாக இருந்தால், ஒரு இடைவெளி எடுத்து உங்கள் குழந்தையை ஆறுதல்படுத்துங்கள். ▪ உமது குழந்தை தனக்கு மனக்குழப்பமாக இருக்கும் போது,எப்படி தன்னை ஆறுதல்படுத்தலாம் என்பதை காட்டிக் கொடுக்கவும். சுய ஆற்றுப்படுத்தலுக்காக அவள் தனது விரல்களை சூப்பலாம். ▪ “பரஸ்பர” விளையாட்டைப் பயன்படுத்தவும்- அவனோ அவளோ சிரிக்கும் பொழுது நீங்களும் சிரியுங்கள். அவர்கள் ஒலிகளை எழுப்பும் போது அதே போன்று நீங்களும் ஒலிகளை எழுப்புங்கள். ▪ உமது குழந்தை எழுப்பும் ஒலியை மீளஒலிப்பதுடன், மிக எளிதான சொற்களை அந்த ஒலியுடன் சேர்த்து சொல்லவும். உதாரணமாக, உமது குழந்தை “பா”என்ற ஒலியை எழுப்பினால் “போத்தல்” அல்லது “புத்தகம்” என்று சேர்த்துச் சொல்லவும். ▪ ஒவ்வொரு நாளும் புத்தகங்களை உமது பிள்ளைக்காக வாசிக்கவும். வாசிக்கும் போதும், விரைவாக சத்தங்களை பிரயோகிக்கும் போதும் பாராட்டுங்கள். ▪ உமது குழந்தை ஏதாவது ஒன்றைப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தால், அதைச் சுட்டிக் காட்டி அதைப்பற்றி கதைக்கவும். ▪ உமது குழந்தை ஏதாவது விளையாட்டுப் பொருளை கீழே விழுத்தினால், எடுத்து அதனை திருப்பிக் கொடுக்கவும். இந்த விளையாட்டு, காரணம் மற்றும் விளைவு பற்றிக் கற்றுக் கொள்வதற்கு அவருக்கு உதவும். ▪ வண்ணமயமான படங்கள் நிறைந்த புத்தகங்களை உமது பிள்ளைக்கு வாசித்துக் காட்டவும். ▪ சில புதிய பொருட்களை உமது குழந்தைக்கு சுட்டிக் காட்டி அதற்கான பெயரைச் சொல்லவும். ▪ சில பிரகாசமான படங்களை மாதாந்த இதழ் புத்தகங்களில் இருந்து காட்டி, அவற்றின் பெயரைச் சொல்லவும்.

உடல்ரீதியான ▪ (முன்னுக்கும் பின்னுக்கும், பின்னுக்கும் முன்னுக்கும்) ஆக இரண்டு பக்கங்களுக்கும் புரளுதல் ▪ எந்தவித ஆதரவும் இல்லாமல் எழுந்து இருக்க ஆரம்பித்தல் ▪ எழுந்து நிற்கும்போதுஇ பாரத்தை கால்களின் மீது ஆதாரமாக வைப்பதுடன் குதித்து விடும் தன்மையை கொண்டிருத்தல். ▪ முன்னும் பின்னுமாக அசைதல், சிலவேளைகளில் முன்பக்கமாக அசைவதற்கு முன்பதாக பின்பக்கமாக தவழுதல்.	▪ உமது குழந்தை இருக்கும் போது, குழந்தையைப் உயர்த்திப் பிடித்துக் கொள்ளவும், அல்லது தலையணையை ஆதரவாக அல்லது அணையாக வைத்து விடவும். ▪ உமது குழந்தையை வயிற்றுப் பக்கமாக அல்லது பின்புறமாக படுக்கவைத்து, எடுக்க முடியாத துாரத்தில் விளையாட்டுப் பொருட்களைப் போட்டு விடவும். குழந்தை தவழ்ந்து வந்து அந்த விளையாட்டுப் பொருளை எடுப்பதற்கு ஊக்கப்படுத்தவும்.

9 வது மாதத்தில்

9வது மாதத்தில் அதிகப்படியான குழந்தைகள் என்ன செய்வார்கள்?	**உமது 9 தொடக்கம் 12 மாதம் வரையான குழந்தைக்கு நீங்கள் எவ்வாறு ஊக்குவிப்பீர்கள்?**

சமூகரீதியாக ∴ உணர்வுரீதியாக ▪ அந்நியருக்கு பயப்படுதல் ▪ மிகவும் பழக்கப்பட்ட வளர்ந்தவர்களுடன் களிப்புடன் இருக்கலாம் ▪ தனக்கு விருப்பமான அல்ல பிடித்த விளையாட்டுப் பொருட்களை வைத்திருத்தல் தொடர்பாடல் ▪ "இல்லை " என்ற வார்த்தையைப் புரிந்து கொள்ளல் ▪ பல்வேறுபட்ட ஒலிகளை அதாவது "மாமாமாமா" மற்றும் "பாபாபாபா" போன்றவற்றை ஒலித்தல். ▪ மற்றவர்களுடைய ஒலிகளையும் மற்றும் சைகைகளையும் பின்பற்றுவர் அல்லது பிரதிபலித்துக் காட்டுவர் ▪ பொருட்களைச் சுட்டிக் காட்டுவதற்கு தமது விரல்களை பாவிப்பர். அறிவாற்றல் ▪ ஏதாவது பொருட்கள் விழுந்தால் அது வந்த இடத்தை அவதானிப்பார்கள். ▪ நீங்கள் பொருட்களை மறைக்கின்றதைக் கண்டால் அதைத் தேடுவார்கள். ▪ பீக்-எ-பூ என்ற விளையாட்டை விளையாடுதல் உடல்ரீதியான ▪ பொருட்களை வாய்க்குள் வைத்தல் ▪ ஒரு கையில் இருந்து இன்னுமொரு கைக்கு	▪ குழந்தை புதிய நிலைமைக்கும் நபர்களுக்கும் பிரதிபலிக்கின்ற விதங்களைப் பற்றி கவனம் செலுத்தவும். அத்துடன் உமது குழந்தையை சந்தோஷமாக வசதியாக வைத்திருப்பதற்கு தேவையான விடயங்களை தொடர்ந்து செய்ய முயலவும். ▪ குழந்தை அதிகமாக சுற்றி வந்து அசைந்து திரிவதால், நீங்கள் தனக்குப் பக்கத்தில் நிற்பதை அவள் உணரும் வகையில், குழந்தைக்கு அருகாமையில் இருக்கவும். ▪ நாளாந்த நடைமுறைகளை இப்பொழுதும் தொடர்ந்து செய்வது சிறப்பாக மிக முக்கியமாக இருக்கிறது. ▪ "எனது முறை, உனது முறை" என்பதைப் பாவித்து விளையாட்டுக்களை விளையாடவும். ▪ உமது குழந்தையின் உணர்வைப்பற்றி என்ன நினைக்கிறீர் என்பதை சொல்லவும். உதாரணமாக, "நீங்கள் மிகவும் துக்கமாக இருக்கிறீர், நீங்கள் நன்றாக உணரும்படி செய்ய நாங்கள் முயற்சி செய்வோம்" என்று சொல்லவும். ▪ உதாரணமாக, "வட்டமான சிவப்புப் பந்து" என்று பிள்ளை பார்க்கின்ற பொருளைப் பற்றி விளக்கவும். ▪ குழந்தை ஏதாவது ஒன்றை சுட்டிக் காட்டும் போது குழந்தைக்கு என்ன வேண்டும் என்பதைப் பற்றி கதைக்கவும். ▪ உமது குழந்தையின் ஒலிகள் மற்றும் சொற்களை பிரதிபலித்து உள்வாங்கிக் கொள்ளவும். ▪ உமக்கு வேண்டிய சாதக நடத்தைகளை உருவாக்கிக் கொள்ளவும் - உதாரணமாக "நிற்க வேண்டாம்" என்று சொல்வதை விட "இருப்பதற்கான நேரம்" என்று சொல்லவும். ▪ பந்தை முன்னும் பின்னுமாக உருட்டிக் காட்டுவதன் மூலம், விளையாட்டுக் கார் மற்றும் லொறிகளை தள்ளிக்காட்டுவதன்

மெதுவாகப் பொருட்களை மாற்றுதல் ▪ தானியம் போன்ற பொருட்களை முட்டாள் விரலுக்கும் சுட்டு விரலுக்கும் இடையிலாக பொறுக்கி எடுப்பர். ▪ உட்கார்ந்து இருக்கின்ற நிலைக்கு வரக்கூடியதாக இருத்தல் ▪ எந்தவித ஆதரவும் இல்லாமல் உட்கார்ந்து இருத்தல் ▪ எழும்பி நிற்பதற்காக இழுத்தல் ▪ தவழுதல்	மூலம், கொள்கலன்களில் கற்களை உள்ளுக்கும் வெளியிலும் போட்டு எடுப்பதன் மூலம் காரணங்கள் மற்றும் விளைவுகள் பற்றிப் படிப்பிக்கவும். ▪ பீக் -எ- பூ மற்றும் ஒளித்துப் பிடித்து (கண்ணாமூச்சி)விளையாட்டுகளை விளையாடவும். ▪ உமது குழந்தையுடன் கதைப்பதுடன் புத்தகங்களை வாசிக்கவும். ▪ பாதுகாப்பான இடத்தில் உமது குழந்தை அசைந்து திரிந்து ஆராயும் வகையில் போதுமான அளவு இடம் இருக்கக் கூடியதான பாதுகாப்பான இடத்தை உமது குழந்தைக்கு வழங்கவும். ▪ உமது குழந்தை, பொருட்களை கவனமாக இழுத்து எடுக்கும் வகையில், அவர்களை பொருட்களுக்கு கிட்டவாக விடுங்கள்.

12 வது மாதத்தில்

12வது மாதத்தில் அதிகப்படியான குழந்தைகள் என்ன செய்வார்கள்?	**உமது 12 தொடக்கம் 18 மாதம் வரையான குழந்தைக்கு நீங்கள் எவ்வாறு ஊக்குவிப்பீர்கள்?**

சமூகரீதியாக ∴ உணர்வுரீதியாக

- அம்மா அல்லது அப்பா பிள்ளையை விட்டு வெளியே செல்லும் போது அழுதல். சில சூழ்நிலைகளில் பயத்தைக் காண்பித்தல்
- தனக்கு கதை கேட்க வேண்டும் என்று தோன்றும் போது உங்கள் கைகளில் புத்தகத்தைக் கொடுப்பர்.
- மற்றவர்களின் கவனத்தைப் பெறுவதற்காக ஒலிகளையும் செயல்களையும் திரும்பத் திரும்ப செய்தல்.
- ஆடைகளை அணிவதற்கு உதவியாக கை அல்லது கால்களை வெளியே எடுத்தல்.
- "பீக்-எ-பூ" மற்றும் "பட்-எ-கேக்" போன்ற விளையாட்டுகளை விளையாடுதல்.

தொடர்பாடல்

- வார்த்தைகளுக்கு இலகுவாக பதிலளிப்பர்.
- " இல்லை" என்று தலையை அசைத்தல் அல்லது "பை –பை" என்று கைகளை அசைத்தல் போன்ற சாதாரண சைகைகளை அல்லது சமிக்ஞைகளை பாவித்தல்
- குரலில் மாற்றங்களை உண்டாக்கி ஒலிகளை உருவாக்குதல் (பேச்சை விட மேலாக ஒலிகள்)
- "மாமா" மற்றும் "டாடா" போன்ற சொற்களையும் மற்றும் "ஊ—ஓ" ஆச்சரியக்குறியாக உள்ள ஒலிகளையும் சொல்லுவர்.
- நீங்கள் சொல்லும் வார்த்தைகளை சொல்லுவதற்கு முயலுதல்

அறிவாற்றல்

- பொருட்களை வெவ்வேறு வழிகளில் ஆராய்தல் - அதாவது குலுக்குதல், பலமாக அசைத்தல், தூக்கியெறிதல்
- மறைந்திருக்கும் பொருட்களை சுலபமாக

- தனது புதிய பராமரிப்பாளரைத் தெரிந்து கொள்வதற்கு உமது பிள்ளைக்கு போதிய அளவு நேரம் வழங்கவும். மிகவும் பிடித்த விளையாட்டுப் பொருளை, பஞ்சு நிரப்பப்பட்ட மிருகம், அல்லது பிள்ளைக்கு சுகமாக வைத்திருக்க உதவக்கூடிய போர்வையை கொண்டு வந்து கொடுக்கவும்.
- தேவையற்ற நடத்தைகளுக்கு விளைவு காட்டும் விதத்தில், "இல்லை" என்று உறுதியாகச் சொல்லவும். கத்த வேண்டாம், தலையின் பின்பக்கத்தில் கையால் அடித்தல், அல்லது நீண்ட விளக்கம் கொடுக்க வேண்டாம். 30 செக்கன்கள் அல்லது 1 நிமிடம் உங்களது பிள்ளையை மீளத்திருத்துவதற்கு போதுமானதாக இருக்கும்.
- உமது பிள்ளைக்கு நிறைவான அரவணைப்பு, முத்தங்கள், மற்றும் நல்ல நடத்தைக்கான பாராட்டுதல்களை வழங்கவும்.
- தேவையற்ற அல்லது விரும்பாத நடத்தைகளுக்காகத் தண்டிப்பதை விடுத்து, தேவையானது அல்லது விரும்பத் தக்கது என்று நினைக்கின்ற நடத்தைகளை ஊக்குவிக்க மிக அதிகமான நேரத்தை பிள்ளைகளுடன் செலவழிக்கவும். (தேவையற்ற நடத்தைகளை திருத்துவதை விடுத்து நான்கு மடங்கு அதிகளவிலாக தேவையான நடத்தைகளை ஊக்குவிப்பதில் செலவழிக்கவும்).
- நீங்கள் என்ன செய்கிறீர்கள் என்பதைப் பற்றி பிள்ளைகளுடன் கதைக்கவும். உதாரணமாக, "அம்மா உமது கைகளை சவர்க்காரம் போட்டு துணியால் கழுவுகிறேன்" என்று சொல்லவும்.
- ஒவ்வொரு நாளும் பிள்ளையுடன் சேர்ந்து வாசிக்கவும். புத்தகத்தின் பக்கங்களைத் (ஒற்றைகளை) திருப்புவதற்குப் பிள்ளைக்கு சந்தர்ப்பம் அளிக்கவும். படங்களுக்குப் பெயரிடுவதில் உமது பிள்ளையுடன் சேர்ந்து சந்தர்ப்பத்தை மாறி மாறி எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்.
- உமது பிள்ளை சொல்லுகின்ற விடயம் அல்லது சொல்ல முயற்சிக்கின்ற விடயத்தை அல்லது சுட்டிக்காட்டுகின்ற விடயத்தை அடிப்படையாக வைத்து பேச்சைக் கட்டி எழுப்பவும். அவன் ஒரு பாரவண்டியை (ட்ரக்)ஐப் பார்த்து "ரி" அல்லது "ட்ரக்" என்று சொல்ல ஆரம்பித்தால், உமது

கண்டுபிடித்தல் ▪ சரியான படங்களை அல்லது பொருட்களைப் அவற்றின் பெயரைக் கொண்டு பார்த்தல் ▪ சமிக்ஞைகள் அல்லது சைகைகளை பார்த்து போலச் செய்தல் அல்லது பிரதிபலித்தல் ▪ பொருட்களை சரியாகப் பாவிக்க ஆரம்பித்தல் உதாரணமாக- கோப்பையில் இருந்து குடித்தல், தலை முடியை தூரிகை கொண்டு இழுத்தல். **உடல்ரீதியான** ▪ இரண்டு பொருட்களை ஒன்றாக அடித்தல் அல்லது மோதுதல் ▪ கொள்கலன்களுக்குள் பொருட்களை உள்ளே வைத்தல், கொள்கலனிலிருந்து அவற்றை வெளியே எடுத்தல். ▪ எந்த வித உதவியும் இல்லாமல் விடயங்களை நடக்கச் செய்தல் ▪ "விளையாட்டுப் பொருட்களை எடுத்தல்" போன்ற சாதாரண வழிமுறைகளைப் பின்பற்றல். எந்த வித உதவியும் இல்லாமல் எழுந்து இருப்பதற்கு முனைதல். தளபாடங்களைப் பிடித்துக் கொண்டு எழுந்து நிற்க நடக்க முயலுதல்.(பயணித்தல்) வேறு யாரும் பிடிக்காமல் ஒரு சில அடிகளை எடுத்து வைக்க முடியுமாக இருக்கும். தனியாக நிற்பதற்கு முடியுமாக இருக்கும்	பிள்ளையிடம் "ஆம் அது ஒரு பெரிய நீல நிறமான ட்ரக்" என்று சொல்லவும். ▪ ஏதாவது விடயத்தை பார்த்துச் செய்ய முயற்சி செய்தால், உமது பிள்ளைக்கு கடதாசி, மற்றும் வண்ணக்கலர் வெண்கட்டியைக் கொடுத்து, சுதந்திரமாக வரைவதற்கு அனுமதிக்கவும். கோடுகளை மேலும் கீழுமாக, கடதாசியின் பக்கத்திற்குக் குறுக்காக எவ்வாறு கீறுவது என்று காட்டிக் கொடுக்கவும். பிள்ளையைப் பாராட்டவும். ▪ பாளங்கள், வடிவங்கள் மற்றும் கைகளைப் பாவிக்கத் தூண்டுகின்ற வேறு விளையாட்டுப் பொருட்களை வைத்து விளையாடுவதற்கு பிள்ளைக்கு அனுமதியுங்கள். ▪ சிறிய விளையாட்டுப் பொருட்கள் மற்றும் வேறு பொருட்களை ஒளித்து வைத்து விட்டு அதைத் தேடிக் கண்டு பிடிக்குமாறு பிள்ளைக்கு கூறுங்கள். ▪ உடம்பின் உறுப்புக்களின் பெயரை சொல்லுமாறு கேட்கலாம், அல்லது மோட்டார் வாகனத்தை ஓடிக்கொண்டு போகும் போது காண்கின்ற பொருட்களின் பெயரைச் சொல்லுமாறு கேட்கலாம். ▪ பாடல்களைப் பாடும்போது நடிப்போடு சேர்ந்து பாடல்களைப் பாடவும். உங்களுடன் சேர்ந்து நடிப்பை செய்வதற்கு உங்கள் பிள்ளைக்கு உதவவும். "இட்சி பிட்சி ஸ்பைடர்" மற்றும் "வீல் ஒன் த பஸ்" போன்ற பாடல்களைப் பாடலாம். ▪ உங்களது குழந்தைக்கு சட்டி பானைகள் அல்லது ட்ரம், மெல்லிய ஒலி வரக்கூடிய சிறிய சங்கீதக் கருவிகள் போன்றவற்றை வழங்கலாம். ஒலிகளை எழுப்புவதற்கு உங்களது குழந்தையை ஊக்குவிக்கவும். ▪ உங்களது தத்தித்திரியும் குழந்தைக்கு அசைந்து திரிவதற்காக போதிய பாதுகாப்பான இடங்களை வழங்குங்கள்.(துப்பரவாக்குவதற்கான பொருட்கள், சலவைக்கான பொருட்கள், புல்வெளி பராமரிப்பு பொருட்கள், மோட்டார் வாகன பராமரிப்புப் பொருட்கள் ஆகியவற்றை பூட்டு போட்டு தூரமாக வைக்கவும். பாதுகாப்பான கதவு, வெளிப்பக்கத்திற்கும் அடித்தளத்திற்கும் பூட்டுள்ள கதவுகள் பாவிக்கவும்) ▪ தள்ளிச் செல்லுகின்ற விளையாட்டுப் பொருட்களை அதாவது இழுத்துச் செல்லும் பாரவண்டி அல்லது "தள்ளுகின்ற கார்" போன்றவற்றை உங்களது பிள்ளைக்குக் கொடுங்கள்.

18வது மாதத்தில்

18வது மாதத்தில் அதிகப்படியான குழந்தைகள் என்ன செய்வார்கள்?	உமது 18 தொடக்கம் 24 மாதம் வரையான குழந்தைக்கு நீங்கள் எவ்வாறு ஊக்குவிப்பீர்கள்?
சமூகரீதியாக ∴ உணர்வுரீதியாக ▪ விளையாடுவது போன்று பொருட்களை மற்றவர்களுக்கு ஒப்படைக்க விரும்புவர். ▪ கட்டுப்படுத்த முடியாத கோபம் வரலாம் ▪ புதியவர்கள் அல்லது அந்நியர்களைக் கண்டு பயப்படல். ▪ பழக்கப்பட்ட ஆட்களுக்கு அன்பைக் காட்டுதல் ▪ பொம்மைக்கு உணவு ஊட்டுவது போன்று, சாதாரணமாக பாசாங்கு செய்து விளையாடல், ▪ புதிய சூழ்நிலையில் பராமரிப்பாளரிடம் ஒட்டிக் கொண்டிருத்தல் ▪ சுவாரஸ்யமான ஏதோ ஒன்றை மற்றவர்களுக்கு சுட்டிக் காட்டுதல் ▪ பெற்றோருடன் பக்கத்தில் இருக்கும்போது, தனிமையாக ஆராய்தல் **தொடர்பாடல்** ▪ பல தனிச் சொற்களைச் சொல்லுதல் ▪ “இல்லை” என்ற வார்த்தையை தலையை ஆட்டிச் சொல்லுதல். ▪ தனக்குத் தேவையான பொருளை யாராவது ஒருவருக்கு சுட்டிக் காட்டுதல். **அறிவாற்றல்** ▪ சாதாரண பொருட்கள் பற்றி அறிந்திருத்தல்,	▪ பாதுகாப்பானதும் அன்பானதுமான சூழலை பிள்ளைக்கு வழங்குதல். அது சீரானதும் கணிக்கக்கூடியதுமாக இருப்பது மிக முக்கியமானது. ▪ பிழையான அல்லது தப்பான நடத்தைகளுக்கு தண்டிப்பதை விட, சரியான அல்லது நல்ல நடத்தைகளுக்கு பாராட்டுதலை வழங்குங்கள்.(வெளியே மிக குறுகிய காலத்தைப் பயன்படுத்துங்கள்) ▪ அவளுடைய உணர்வுகளை விவரித்துக் காட்டவும். உதாரணமாக, “இந்தப் புத்தகத்தை வாசிக்கும் போது நீங்கள் சந்தோஷமாக இருக்கிறீர்கள்.” என்று கூறுங்கள். ▪ பாசாங்கு செய்து (அல்லது போலச் செய்து) விளையாடுவதை ஊக்கப்படுத்துங்கள். ▪ அனுதாபம் காட்டுவதை ஊக்கப்படுத்துங்கள். உதாரணமாக, வேறு ஒரு பிள்ளை துக்கமாக இருப்பதைக் காணும் போது, அந்தப் பிள்ளையை கட்டியணைக்க அல்லது கைகளால் தட்டிக் கொடுக்க ஊக்கப்படுத்துங்கள். ▪ புத்தகங்களை வாசித்து அதிலுள்ள படங்களைப் பற்றி இலகுவான சொற்களினால் கதையுங்கள். ▪ உமது பிள்ளையின் சொற்களை போலச் சொல்லி பிரதிபலித்துக் காட்டுங்கள். ▪ உணர்வுகளையும் மற்றும் உணர்ச்சிகளையும் பிரதிபலிக்கும் வகையில் அல்லது விவரிக்கும் வகையில் சொற்களைப் பாவிக்கவும். ▪ இலகுவான, தெளிவான சொற்றொடர்களைப் பாவிக்கவும். ▪ இலகுவான அல்லது விளங்கிக் கொள்ளக் கூடிய வகையில்

உதாரணமாக தொலைபேசி, பல்துாரிகை, கரண்டி ▪ மற்றவர்களின் கவனத்தை எடுப்பதற்கு முனைதல் ▪ பொம்மையில் ஆர்வம் காட்டுதல் அல்லது பஞ்சு நிரப்பப்பட்ட மிருகங்களுக்கு உணவு ஊட்டுவது போன்று பாசாங்கு செய்தல் ▪ உடம்பின் ஒரு உறுப்பை சுட்டிக்காட்டுதல் ▪ தானே தன்னுடைய பாணியில் கிறுக்குதல் ▪ 1வது படியாக வாயால் சொல்லப்படுகின்ற கட்டளைகளை எந்த வித சைகைகளும் இல்லாமல் பின்பற்ற முடியும். உதாரணமாக "உட்காருங்கள்" என்று நீங்கள் சொல்லும் போது உட்கார்ந்து இருப்பர். ▪ **உடல்ரீதியான** ▪ தனியாக நடத்தல் ▪ படிகளில் நடக்கவும் மற்றும் ஓடவும் முடியும். ▪ நடந்து கொண்டு போகும் போதே விளையாட்டுப் பொருட்களை இழுத்துச் செல்ல முடியும். ▪ தானாகவே தனது ஆடைகளை கழட்ட முடியும். ▪ கோப்பையில் இருந்து குடிக்க முடியும். ▪ கரண்டியால் சாப்பிட முடியும்.	கேள்விகளைக் கேட்கவும். ▪ போர்வைக்குள் மற்றும் தலையணைக்குள் பொருட்களை ஒழித்து வைத்து விட்டு அவற்றைக் கண்டு பிடிக்கும்படி பிள்ளையை ஊக்கப்படுத்தவும். ▪ பிளாஸ்ரிக் கட்டிடப் பொருட்கள், பந்துகள், புத்தகங்கள், புதிர்கள், மற்றும் விளையாட்டுப் பொருட்களை வைத்து விளையாட அனுமதியுங்கள். இது காரணங்கள் மற்றும் விளைவுகளையும் மற்றும் பிரச்சினைகளைத் தீர்ப்பதற்கும் கற்றுக் கொடுக்கிறது. ▪ புத்தகத்திலுள்ள படங்களுக்கும், மற்றும் உடம்பின் பகுதிகளுக்கும் பெயரிடுமாறு கூறுங்கள். ▪ பாசாங்கு செய்வது போன்று விளையாடுவதை ஊக்கப்படுத்தும் வகையில் விளையாட்டுப் பொருட்களை வழங்கவும். உதாரணமாக- பொம்மைகள் வைத்து விளையாடுதல், தொலைபேசியில் கதைத்தல் போன்றன. ▪ உமது பிள்ளை நடப்பதற்கும், சுற்றி வருவதற்குமாக பாதுகாப்பான இடத்தை ஒதுக்கிக் கொடுங்கள். ▪ உமது பிள்ளை பாதுகாப்பாக தள்ளுவதற்கும், இழுப்பதற்கும் உகந்த வகையில் விளையாட்டுப் பொருட்களை வழங்கவும். ▪ உமது பிள்ளை உதைப்பதற்கும், உருட்டுவதற்கும், எறிவதற்கும் ஏற்றதாக பந்துகளை வழங்கவும். ▪ அது எவ்வளவு குழப்பமாக இருந்தாலும் பரவாயில்லை பிள்ளை தனது கோப்பையில் இருந்து குடிக்கவும், கரண்டியைப் பாவிக்கவும் ஊக்கப்படுத்துங்கள். ▪ குமிழிகளை ஊதவும் அவற்றை அடிக்கவும் அனுமதியுங்கள்.

24 வது மாதத்தில்

24வது மாதத்தில் அதிகப்படியான குழந்தைகள் என்ன செய்வார்கள்?	**உமது 24 தொடக்கம் 36 மாதம் வரையான குழந்தைக்கு நீங்கள் எவ்வாறு ஊக்குவிப்பீர்கள்?**

சமூகரீதியாக ∴ உணர்வுரீதியாக ▪ சிறப்பாக வளர்ந்தவர்கள் மற்றும் வளர்ந்த சிறுவர்கள் செய்வதைப் பார்த்துச் செய்தல். ▪ ஏனைய சிறுவர்களுடன் இருக்கும் போது உற்சாகமாக இருத்தல் ▪ அதிகமாக சுதந்திரமாக இருப்பதை காட்டுதல் ▪ தவறான நடத்தையைக் காட்டுதல்(எதைச் செய்ய வேண்டாம் என்று சொல்லப் பட்டதோ)அதைச் செய்தல் ▪ முக்கியமாக, மற்றச் சிறுவர்களுக்குப் பக்கத்தில் இருந்து விளையாடுதல் - ஆனால் மற்றவர்களையும் சேர்ப்பதற்கு ஆரம்பித்தல் - அதாவது ஓடிப்பிடித்து விளையாடும் போது. **தொடர்பாடல்** ▪ பொருட்கள் படங்கள் ஆகியவை பெயரிடப்பட்டு இருக்கும் போது அவற்றை சுட்டிக் காட்டுதல். நன்கு தெரிந்த அல்லது பழக்கப்பட்ட ஆட்களின் மற்றும் உடம்பின் பாகங்களின் பெயரைத் **தெரிந்து இருத்தல்**. ▪ இலகுவான அறிவுறுத்தல்களை பின்பற்றுதல் ▪ கதைக்கும் போது காதில் கேட்ட சொற்களை மீளச்சொல்லுதல். ▪ புத்தகத்தில் பொருட்களை சுட்டிக் காட்டுதல் **அறிவாற்றல்** ▪ இரண்டு அல்லது மூன்று உறைகளுக்கு கீழ் ஒழித்து வைத்திருந்தாலும் அந்தப் பொருளைக் கண்டுபிடித்தல் ▪ நிறங்களையும் வடிவங்களையும் பிரித்து அறிந்து கொள்ள ஆரம்பித்தல் ▪ நன்கு பழக்கப்பட்ட புத்தகங்களில் இருந்து வாக்கியங்களை மற்றும் பாடல்களை நிறைவு செய்தல் ▪ நம்பத்தக்க சில சாதாரண விளையாட்டுகளை விளையாடுதல்	▪ உமது பிள்ளை ஒரு பொருளைக் காட்டுவதற்குப் பதிலாக அதை ஒரு சொல்லாக சொல்வதற்கு ஊக்குவிக்கவும். முழுச் சொல்லையும் சொல்வதற்கு உமது பிள்ளைக்கு இயலாவிடில்,("பால்") என்பதன் முதலாவது எழுத்தின் சத்தத்தைச் உதாரணமாக "பா" என்று சொல்லி உதவவும். அவ்வப்போது உமது பிள்ளையை முழு வசனத்தையும் சொல்வதற்குத் தூண்டலாம். உதாரணமாக "எனக்கு பால் வேண்டும்" ▪ அதை உமது பிள்ளையின் விளையாட்டுப் பொருட்களை மறைத்து வைத்து விட்டு அவரிடம் அதைக் கண்டு பிடிக்க அனுமதிக்கவும். ▪ உமது பிள்ளை வடிவங்களுடனான புதிர்கள், நிறங்கள், அல்லது பண்ணை மிருகங்கள் போன்றவற்றை கண்டு பிடிக்க உதவி செய்யுங்கள். உமது பிள்ளை அவற்றை தெரிந்து எடுத்து வைக்கும் போது அவற்றிற்கு பெயரிடுவதற்கு உதவி செய்யுங்கள். ▪ கட்டிடத் தொகுதி பொருட்களை வைத்து விளையாடுவதற்கு உமது பிள்ளையை ஊக்கப்படுத்தவும். கோபுரங்களைக் கட்டவும் பின்பு அதை கீழே விழுத்துவது போன்ற செயற்பாட்டில் முறை எடுத்து இருவரும் விளையாடவும். ▪ தூரிகைகள், வண்ணக்கலர் வெண்கட்டிகள், நிறப்பூச்சுக்கள் மற்றும் கடதாசிகளைப் பாவித்து உமது பிள்ளையுடன் சேர்ந்து வரைதல் வேலைகளைச் செய்யவும். உமது பிள்ளை தயாரித்ததை விளக்கிக் கூறி அவற்றை சுவரில் அல்லது குளிர்சாதனப் பெட்டியில் தொங்க விடவும். ▪ கதவு மற்றும் இலாச்சி போன்ற இழுப்பறைகளை திறப்பதற்கும், மற்றும் புத்தகத்தின் அல்லது மாதாந்த இதழ்களின் பக்கங்களை திருப்புவதற்கும் உமக்கு உதவி செய்யுமாறு கேட்கவும். ▪ உமது பிள்ளை நன்றாக நடக்கும் போது, உமக்காக ஏதாவது ஒரு சிறிய பொருளை தூக்கி வரும்படி கேட்கவும். ▪ உமது பிள்ளையுடன் சேர்ந்து பந்தை முன்னுக்கும் பின்னுக்குமாக உதைக்கவும். உமது பிள்ளை அதில் நன்றாக

▪ 4 அல்லது அதற்கும் மேலான கோபுரத் தொகுதிகளைக் கட்டுதல். ▪ மற்றதை பாவிப்பதை விட ஒரே கையைப் பாவித்தல் ▪ இரண்டு வகையான அறிவுறுத்தல்களை அதாவது "உமது சப்பாத்தை எடுத்து மறைவாக வைக்கவும்" பின்பற்றி செயல்படல். ▪ படப்புத்தகத்தில் இருக்கும் பூனை, பறவை, அல்லது நாய் போன்றவற்றை பெயரிட்டுச் சொல்லல். உடல்ரீதியான ▪ கால் விரல் நுனியில் நிற்பது ▪ பந்தை காலால் அடிப்பது ▪ ஓடுவதற்கு ஆரம்பிப்பது ▪ எந்த வித உதவியும் இன்றி தளபாடங்களின் மேல் ஏறுவது மற்றும் இறங்குவது ▪ படிகளில் பிடித்துக் கொண்டு மேலும் கீழுமாக நடப்பது.	செயற்படும் போது, ஓடிக் கொண்டே உதைப்பதற்கு ஊக்கப்படுத்தவும். ▪ உமது பிள்ளை ஓடித்திரிவதற்கும், ஏதாவது உபகரணங்களில் ஏறுவதற்கும் அல்லது இயற்கையாக பாதங்களைப் பதித்து நடப்பதற்கும் பூங்காவிற்கு கூட்டிச் செல்லுங்கள். உமது பிள்ளையை மிக நெருக்கமாக அவதானிக்கவும்.

36வது மாதத்தில்

36வது மாதத்தில் அதிகப்படியான குழந்தைகள் என்ன செய்வார்கள்?	**உமது 36 தொடக்கம் 48 மாதம் வரையான குழந்தைக்கு நீங்கள் எவ்வாறு ஊக்குவிப்பீர்கள்?.**

சமூகரீதியாக.·. உணர்வுரீதியாக

- புதிய விடயங்களை செய்வதில் சந்தோஷப்படல்
- “அம்மா” மற்றும் “அப்பா” என்று விளையாடுதல்
- இன்னும் அதிகம் அதிகமாக படைப்பாற்றல் மற்றும் நம்பச் செய்யும் விளையாட்டில் ஈடுபாடு காட்டுதல். தான் தனியாக விளையாடுவதை விட மற்றைய சிறுவர்களுடன் சேர்ந்து விளையாடுதல். மற்றச் சிறுவர்களுடன் ஒத்துழைப்புடன் செயற்படல்
- உண்மையானது எது, நம்பச் செய்வது எது என்று அடிக்கடி சொல்ல முடியாமல் போதல்
- தனக்குப் பிடித்தது என்ன, தனக்கு ஆர்வமாக இருப்பது என்ன என்பதைப் பற்றி பிள்ளை கதைத்தல்

மொழி ∴ தொடர்பாடல்

- இலக்கணத்தின் அடிப்படை விதிகளை தெரிந்து இருத்தல், அதாவது “அவன்” மற்றும் “அவள்” போன்ற சொற்களை சரியாகப் பாவித்தல்
- ஞாபகத்தில் இருந்து “இட்ஸி பிட்ஸி ஸ்பைடர்” அல்லது “வீல்ஸ் ஒன் த பஸ்” போன்ற பாட்டுக்களைப் பாடல் அல்லது கவிதை சொல்லுதல்
- கதைகள் சொல்லுதல்
- முதற் பெயர் மற்றும் கடைசிப் பெயரை சொல்லக் கூடியதாக இருத்தல்

அறிவாற்றல் (கற்றல், யோசித்தல், பிரச்சினைக்குத் தீர்வு காணல்)

- சில நிறங்கள் மற்றும் சில இலக்கங்களை பெயரிடுதல்
- எண்ணிக்கை என்ற கருத்தினை விளங்கிக் கொண்டிருத்தல்.
- நேரத்தை விளங்கிக் கொள்வதற்கு ஆரம்பித்தல்
- கதையின் ஒரு பகுதியை ஞாபகம் வைத்திருத்தல்
- “அதே போன்ற” மற்றும் “வேறுபட்ட” என்ற சொற்களின் கருத்தை விளங்கிக் கொள்ளல்
- 2 இருந்து 4 வரையான உடம்பின் உறுப்புக்களுடன் ஆள் ஒன்றை வரைதல்
- கத்தரிக்கோலைப் பாவித்தல்
- பெரிய எழுத்துக்கள் சிலவற்றை பார்த்து எழுத ஆரம்பித்தல்.

- உமது பிள்ளை குழப்பமாக இருக்கும் போது பிரச்சினையைத் தீர்ப்பதற்கு உமது பிள்ளையுடன் சேர்ந்து செயலாற்றவும்.
- பிள்ளையின் மன அழுத்தத்தின் போது உரையாடுதல் வேண்டும்.
- பிள்ளையின் உணர்வுகள் பற்றிக் கதைக்கவும். உதாரணமாக- “ நீர் புதிர் விளையாட்டு துண்டுகளை வீசிவிட்டதால் உமக்கு யோசனையாக உணர்வதை நான் கூறுகிறேன்”. புத்தகத்தில் இருந்து உணர்வுகளை அடையாளம் காணும்படி உமது பிள்ளையை ஊக்குவிக்கவும்.
- உமது பிள்ளைக்கு விதிகள் மற்றும் வரம்புகளை உருவாக்கி அதில் கண்டிப்பாக்கவும்.
- உமது பிள்ளை அந்த விதிகளை மீறுவதாக இருந்தால், 30 செக்கன்ஸ் அல்லது 1 நிமிடம் அறைக்குள் கதிரையில் நேரத்தை செலவழித்தல் வேண்டும் என கேட்டல் பிள்ளையை மீளத் திருத்துவதற்குப் போதுமானது. பிள்ளை விதிகளை பின்பற்றுவதற்காக பாராட்டுதல் வேண்டும்.
- 2அல்லது 3 படிகளைக் கொண்ட அறிவுறுத்தல்களை உமது பிள்ளைக்கு சொல்லவும்.
- உதாரணமாக, “உமது அறைக்குச் சென்று உமது சப்பாத்துக்களையும் மேல் ஆடையையும் எடுக்கவும்”
- ஒவ்வொரு நாளும் உமது பிள்ளைக்கு வாசித்துக் காட்டவும். படங்களில் இருக்கும் பொருட்களை சுட்டிக் காட்டும்படி கேட்கவும் அத்துடன் நீர் சொல்லும் சொற்களை உமக்குப் பின்னால் மீண்டும் சொல்லுமாறு கேட்கவும்
- உமது பிள்ளைக்கு கடதாசி, வண்ணக்கலர் வெண்கட்டி , மற்றும் வண்ணம் அடிக்கும் புத்தகங்கள் அடங்கிய “செயல்பாட்டு பெட்டியை” வழங்கவும். உமது பிள்ளையுடன் சேர்ந்து நிறமூட்டி, மற்றும் கோடுகள் வடிவங்களை வரையவும்.
- பொருந்தும் விளையாட்டுக்களை விளையாடுதல்.

▪ கார்ட் மற்றும் பலகை விளையாட்டுக்களை விளையாடுதல் ▪ புத்தகத்தில் அடுத்து என்ன நடக்கப் போகிறது என தான் நினைப்பதை உமக்குச் சொல்லுதல். **அசைவு.். உடல்ரீதியான அபிவிருத்தி** ▪ ஒரு பாதத்தினால் துள்ளி 2 செக்கன்களுக்கு அப்படியே நிற்றல். ▪ அதிகமான நேரங்களில் துள்ளி வரும் பந்தை பிடித்தல். ▪ வளர்ந்தவரின் மேற்பார்வையின் கீழ், வெட்டி ஊற்றி தனது சொந்த உணவை பிசைந்து எடுத்தல்	புத்தகத்தில் இருந்து அல்லது வீட்டைச்சுற்றி ஒரே விதமான பொருட்களை கண்டு பிடிக்கும்படி பிள்ளையிடம் கேட்கவும். ▪ எண்ணிக்கை விளையாட்டை விளையாடவும். உடம்பின் உறுப்புக்களை, படிகளை, மற்றும் ஒவ்வொரு நாளும் பாவிக்கின்ற அல்லது காண்கின்ற மற்றைய பொருட்களை எண்ணுதல். ▪ படிகளில் ஏறும் போதும் இறங்கும் போதும் உமது பிள்ளையின் கைகளைப் பிடித்துக் கொள்ளுங்கள். சுலபமாக அவளால் மேலும் கீழும் போகும் போது பிடிமானத்தைப் பாவிக்கும்படி பிள்ளையை ஊக்கப்படுத்துங்கள். ▪ உமது பிள்ளையுடன் வெளியில் சென்று விளையாடுதல். பூங்காவிற்கு செல்லுதல் அல்லது நடைப்பயணம் செய்தல். உமது பிள்ளையை, வடிவமைக்கப்பட்ட செயற்பாடுகளை மாத்திரம் அல்லாமல் சுதந்திரமாக விளையாட அனுமதித்தல்.

48வது மாதத்தில்

48வது மாதத்தில் அதிகப்படியான குழந்தைகள் என்ன செய்வார்கள்?	**உமது 48 தொடக்கம் 60 மாதம் வரையான குழந்தைக்கு நீங்கள் எவ்வாறு ஊக்குவிப்பீர்கள்?.**

சமூகரீதியாக.∴. உணர்வுரீதியாக

- புதிய விடயங்களை செய்வதில் சந்தோஷப்படல்
- "அம்மா" மற்றும் "அப்பா" என்று விளையாடுதல்
- இன்னும் அதிகம் அதிகமாக படைப்பாற்றல் மற்றும் நம்பச் செய்யும் விளையாட்டில் ஈடுபாடு காட்டுதல். தான் தனியாக விளையாடுவதை விட மற்றைய சிறுவர்களுடன் சேர்ந்து விளையாடுதல். மற்றச் சிறுவர்களுடன் ஒத்துழைப்புடன் செயற்படல்
- உண்மையானது எது, நம்பச் செய்வது எது என்று அடிக்கடி சொல்ல முடியாமல் போதல்
- தனக்குப் பிடித்தது என்ன, தனக்கு ஆர்வமாக இருப்பது என்ன என்பதைப் பற்றி பிள்ளை கதைத்தல்

மொழி ∴ தொடர்பாடல்

- இலக்கணத்தின் அடிப்படை விதிகளை தெரிந்து இருத்தல், அதாவது "அவன்" மற்றும் "அவள்" போன்ற சொற்களை சரியாகப் பாவித்தல்
- ஞாபகத்தில் இருந்து "இட்ஸி பிட்ஸி ஸ்பைடர்" அல்லது "வீல்ஸ் ஒன் த பஸ்" போன்ற பாட்டுக்களைப் பாடல் அல்லது கவிதை சொல்லுதல்
- கதைகள் சொல்லுதல்
- முதற் பெயர் மற்றும் கடைசிப் பெயரை சொல்லக் கூடியதாக இருத்தல்

அறிவாற்றல் (கற்றல், யோசித்தல், பிரச்சினைக்குத் தீர்வு காணல்)

- சில நிறங்கள் மற்றும் சில இலக்கங்களை பெயரிடுதல்
- எண்ணிக்கை என்ற கருத்தினை விளங்கிக் கொண்டிருத்தல்.
- நேரத்தை விளங்கிக் கொள்வதற்கு ஆரம்பித்தல்
- கதையின் ஒரு பகுதியை ஞாபகம் வைத்திருத்தல்
- "அதே போன்ற" மற்றும் "வேறுபட்ட" என்ற சொற்களின் கருத்தை விளங்கிக் கொள்ளல்
- 2 இருந்து 4 வரையான உடம்பின் உறுப்புக்களுடன் ஆள் ஒன்றை வரைதல்
- கத்தரிக்கோலைப் பாவித்தல்

- உமது பிள்ளையுடன் கதைக்கும் போது சரியான இலக்கணங்களைப் பாவிக்கவும்.
- "நீ இங்கே வர வேண்டும் என்று அம்மா விரும்புகிறேன்" என்று சொல்வதற்குப் பதிலாக, " நீ இங்கே வரவேண்டும் என நான் விரும்புகிறேன்" என்று சொல்லவும்.
- அன்றாட செயற்பாடுகள் பற்றிக் கதைக்கும் போது, "முதலாவதாக" "இரண்டாவதாக" மற்றும் "இறுதியாக" என்ற சொற்பதங்களைப் பாவிக்கவும். பிள்ளை நிகழ்வுகளின் தொடர்ச்சியைக்(அல்லது நிகழ்வுகளை வரிசையாக) கற்றுக் கொள்வதற்கு இது உதவியாக இருக்கும்.
- உமது பிள்ளையின்" ஏன்" என்ற கேள்விக்கு பதிலளிப்பதற்கு நேரம் எடுக்கவும்.
- உமக்கு பதில் தெரியாவிடின், "எனக்குத் தெரியாது" என்று சொல்லவும். புத்தகத்தில் இருந்து, வலைப்பின்னலில் இருந்து அல்லது இன்னுமொரு வளர்ந்தவரிடம் இருந்து அதற்கான பதிலைக் கண்டு பிடிப்பதற்கு பிள்ளைக்கு உதவி செய்யவும்.
- உமது பிள்ளையுடன் புத்தகத்தை வாசிக்கும் போது, கதையில் என்ன நடந்தது என்பதை உமக்குச் சொல்லுமாறு பிள்ளையிடம் கேட்கவும்.
- புத்தகத்தில் இருந்து நிறங்கள், படங்கள் மற்றும் வீட்டில் உள்ள பொருட்களை கூறுதல்.
- பொதுப் பொருட்களை அதாவது சிற்றுண்டிகளின் எண்ணிக்கை, படிகள் அல்லது விளையாட்டு புகைவண்டிகள் ஆகியவற்றை எண்ணுதல்.
- வெளி விளையாட்டுகளை விளையாடுவதற்கு உமது பிள்ளைக்குக் கற்பிக்கவும் - அதாவது தலைவரை பின்பற்றுதல், தாராவும் வாத்தும் போன்ற விளையாட்டுக்கள்.
- உமது பிள்ளைக்கு மிகப் பிடித்தமான இசையைப் போட்டு பிள்ளையுடன் சேர்ந்து நடனம் ஆடவும். ஒவ்வொருவருடைய அசைவுகளையும் முறை எடுத்து பார்த்து செய்தல்.

▪ பெரிய எழுத்துக்கள் சிலவற்றை பார்த்து எழுத ஆரம்பித்தல். ▪ காா்ட் மற்றும் பலகை விளையாட்டுக்களை விளையாடுதல் ▪ புத்தகத்தில் அடுத்து என்ன நடக்கப் போகிறது என தான் நினைப்பதை உமக்குச் சொல்லுதல். **அசைவு.׃. உடல்ரீதியான அபிவிருத்தி** ▪ ஒரு பாதத்தினால் துள்ளி 2 செக்கன்களுக்கு அப்படியே நிற்றல். ▪ அதிகமான நேரங்களில் துள்ளி வரும் பந்தை பிடித்தல். ▪ வளா்ந்தவரின் மேற்பாா்வையின் கீழ், வெட்டி ஊற்றி தனது சொந்த உணவை பிசைந்து எடுத்தல்	

60 வது மாதத்தில்

60வது மாதத்தில் அதிகப்படியான குழந்தைகள் என்ன செய்வாா்கள்?	**உமது 60வது மாதக் குழந்தைக்கு நீங்கள் எவ்வாறு ஊக்குவிப்பீரகள்?.**
சமூகரீதியாக.׃. உணா்வுரீதியாக ▪ தமது நண்பா்களை மகிழ்ச்சியாக வைத்திருக்க விரும்புவா் ▪ தமது நண்பா்களைப் போல இருக்க விரும்புவா் ▪ கிட்டத்தட்ட விதிகளை ஏற்றுக் கொண்டு நடப்பா். பாடுவதற்கும், நடனமாடுவதற்கும், நடிப்பதற்கும் விரும்புவா் ▪ எது உண்மையானது எது நம்பச் செய்வது என்று சொல்ல முடியாது இருப்பா் ▪ அதிகமான சுதந்திரத்தை காட்டுவா் (உதாரணமாக - தாமே தமது அயல் வீட்டாரைத் தரிசிக்கச் செல்வா்.(வளா்ந்தவா்களின் மேற்பாா்வை இன்னமும் தேவையாக உள்ளது)	▪ விளையாட்டுக்கான நேரங்களை ஒழுங்குபடுத்துவதை தொடா்ந்து செய்யவும். அதாவது பூங்காவிற்கு செல்வது அல்லது விளையாட்டுக் குழுக்களைச் சந்திப்பது போன்றன. நண்பா்களுடன் சோ்ந்து விளையாடுவதற்கான செயற்பாடுகளை தெரிவு செய்வதில் பிள்ளைக்கு சுதந்திரம் கொடுக்கவும். அத்துடன் பிரச்சினைகளைத் தீா்ப்பதில் தானே செயல்படுவதற்கு அனுமதிக்கவும். ▪ உமது பிள்ளை தன்னை ஒரு சுதந்திரமான ஆளாக கருதி, உம்முடன் எதிா்த்துக் கதைக்க அல்லது அருவருப்பான வாா்த்தைகளை (சத்தியப் பிரமாணங்களை செய்ய) பேச ஆரம்பிக்கலாம். இத்தகைய கதைக்கு அளவுக்கதிகமான கவனத்தைச் செலுத்த வேண்டாம். ▪ பிள்ளை ஏதாவது விடயங்களை கேட்கும் போது பாராட்டுகின்ற அதே வேளையில், அமைதியாக, அன்பாக “இல்லை” என்ற பதிலைக் கூறவும்.

- சில வேளைகளில் கோரிக்கைகளை முன் வைப்பவர்களாகவும், சில வேளைகளில் மிகவும் ஒத்துழைப்பு தருபவர்களாகவும் இருப்பர்.

மொழி ∴ தொடர்பாடல்

- மிகத் தெளிவாகப் பேசுவார்கள்
- முழு வசனத்தைப் பாவித்து சாதாரண கதைகளைச் சொல்லுவார்கள்.
- எதிர்கால வசனங்களைப் பாவிப்பார்கள்.- உதாரணமாக "பாட்டி இங்கு வருவார்" என்று சொல்லுவர்
- தமது பெயரையும் விலாசத்தையம் சொல்லுவார்கள்

அறிவாற்றல் (கற்றல், யோசித்தல், பிரச்சினைக்குத் தீர்வு காணல்)

- 10 அல்லது 10ற்கு மேற்றப்பட்ட பொருட்களை எண்ண முடியும்.
- உடம்பின் உறுப்புக்கள் 6 உள்ளதாக ஒரு ஆளின் படத்தை அவர்களால் வரைய முடியும்.
- சில இலக்கங்களை அல்லது சில எழுத்துக்களை எழுத கூடியதாக இருத்தல்
- முக்கோணம் மற்றும் வடிவியல் சார்ந்த வேறு வடிவங்களைப் பார்த்துக் கீற முடியும்.
- ஒவ்வொரு நாளும் பாவனையிலுள்ள பொருட்களைப் பற்றி அறிந்திருப்பர் - அதாவது பணம் மற்றும் உணவு சம்பந்தமாக

அசைவு∴ உடல்ரீதியான அபிவிருத்தி

- 10 செக்கன்களுக்கு அல்லது அதைவிட நீண்ட நேரம் ஒரு பாதத்தில் நிற்க முடியும். துள்ள முடியும்.அத்துடன் பாயவும் முடியுமாக இருக்கும்.
- குட்டிக்கரணம் போட முடியும்
- முள்ளுக்கரண்டி மற்றும் கரண்டியைப் பாவிக்க முடியும். சில வேளைகளில் மேசைக் கத்தியையும் பாவிக்க முடியும்.
- தானே தனியாக மலசலகூடத்தைப் பாவிக்க முடியும்
- ஊஞ்சலாடவும் ஏறவும் முடியும்.

- உமது பிள்ளையுடன் பாதுகாப்பான தொடுகையைப் பற்றிக் கதைப்பதற்கு இது மிகவும் நல்ல தருணம். உடம்பை டாக்டர் அல்லது தாதி பரிசோதிக்கும் போது மட்டுமல்லாது, பெற்றோர் பிள்ளைகளின் உடம்பை துப்பரவு செய்யும் போது மட்டுமல்லாது பிள்ளையின் உடம்பின் "பிரத்தியேக உறுப்புக்களை" வேறு யாரும் தொடக்கூடாது என்பது பற்றி சொல்லிக் கொடுக்கவும்
- உமது பிள்ளைக்கு தொலைபேசி இலக்கம், வீட்டு விலாசம் என்பவற்றைக் கற்றுக் கொடுக்கவும்.
- பிள்ளைக்காக நீங்கள் புத்தகத்தை வாசிக்கும் போது, அடுத்து கதையில் என்ன நடக்கும் என்பது பற்றி அனுமானித்து சொல்லுமாறு கேட்கவும்.
- படங்களைப் பார்த்து "வாசிக்கவும்" கதைகளைச் சொல்லவும் உமது பிள்ளையை ஊக்கப்படுத்தவும்.
- உமது பிள்ளைக்கு நேரம் சம்பந்தமாக கற்றுக் கொடுக்கவும். அதாவது காலைநேரம், மதியநேரம், பின்னேரம், இன்று, நாளை, நேற்று போன்றன. ஒரு கிழமையில் உள்ள நாட்களைப் பற்றியும் கற்றுக் கொடுக்க ஆரம்பிக்கவும்.
- உமது சமூகத்தின் மட்டில் பிள்ளையின் அக்கறை அல்லது ஆர்வம் எழும் வகையில் ஊக்குவிக்கவும்.
- உதாரணமாக, உமது பிள்ளை மிருகங்களை நேசிப்பதாயின், மிருகக்காட்சிச் சாலைக்கு அல்லது செல்லப் பிராணிகள் உள்ள பண்ணைக்கு அழைத்துச் செல்லவும். இந்த விடயப் பொருள் சம்பந்தமாக புத்தகசாலை, அல்லது வலைப்பின்னல் மூலமாக மேலும் கற்றுக் கொள்வதற்கு உதவி செய்யவும்.
- வண்ணக்கலர் பென்சில்கள், கடதாசி, தண்ணீர் பூச்சு, சிறுவருக்கான கத்தரிக்கோல் மற்றும் ஒட்டுகின்ற பசை உள்ளடங்கலான அளவான பெட்டி ஒன்றை வைத்திருக்கவும். வரைதல் செய்து பல்வேறுபட்ட வழங்கல்களுடனான வரைதல் திட்டம் ஒன்றை உருவாக்க உமது பிள்ளையை ஊக்குவிக்கவும்.
- பொருட்களை ஒன்றாகப் போடுவதற்கு ஊக்குவிக்கும் வகையில் விளையாட்டுப் பொருட்களைக் கொடுத்து விளையாடவும்.
- ஊஞ்சலில் இருந்து கொண்டு கால்களை முன்னும் பின்னுமாக எப்படித் தள்ளுவது என உமது பிள்ளைக்கு கற்றுக் கொடுங்கள்.

	▪ குரங்கு பார்களின் மேல் ஏறுவதற்கு உமது பிள்ளைக்கு உதவவும். ▪ உமது பிள்ளையுடன் நடப்பதற்கு செல்லுங்கள். உங்களது சுற்றுப்புறத்தை அல்லது பூங்காவை வேட்டையாடி சுற்றிப் பாருங்கள். பயிற்சிக்கான சில்லுகள் பூட்டியிருக்கும் மோட்டார் வண்டியை ஓடுவதற்கு உதவி செய்யுங்கள். (தலைக் கவசம் அணிந்து

விருத்திக்கு ஏற்ற சூழல்

பல காரணிகள் விருத்தி நடவடிக்கைகளில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும். மேலே விபரிக்கப்பட்ட உளவியல் சமுக ஊக்குவிப்பு சந்தர்ப்பங்கள் கிடைத்தல் ஒரு முக்கிய காரணியாகும். அத்துடன், பிள்ளைகள், அவர்களது விருத்தி வளங்களை உணர்ந்துகொள்வதற்கு பின்வரும் வகையான கவனிப்புகள் பிள்ளைக்கு கிடைக்கவேண்டும் என்பதை பெற்றோருக்கு விளங்கப்படுத்தவேண்டும்.

1. முதல் 6 மாதங்களுக்கு தாய்ப்பால் மாத்திரமே கொடுக்கவேண்டும். இதன்பின்னர் வயதுக்கு பொருத்தமான சமவித உணவும் தாய்ப்பாலும் 2 வருடங்களுக்கு அதிக காலத்துக்கு கொடுக்கவேண்டும்.
2. ஆரோக்கியத்தை சிறந்தவகையில் பேணுதல். நோய்களிலிருந்து பாதுகாத்தல் (நோய்த்தடுப்பு, சுகாதாரமான உணவிலும் குடிநீரிலும் சுகாதாரம் பேணல், முறையான மலம் அகற்றல் நடவடிக்கை)
3. பிள்ளை நோயுற்றால் விரைவான ஆரோக்கிய கவனிப்பு.
4. புகையற்ற (சமைத்தல், புகைத்தல்) நல்ல காற்றோட்டமுள்ள வீடு.
5. விபத்து ஏற்படாத வீடும் சூழலும்.
6. விளையாடுவதற்கு போதுமான சந்தர்ப்பங்கள்.
7. ஆரம்ப காலத்திலிருந்து கற்றல், ஆராய்தலுக்கான சந்தர்ப்பங்கள்.
8. போதுமான ஓய்வும் நித்திரையும்.
9. ஒரு வயதானவர் அல்லது அதற்கும் அதிகமானவர்களின் தொடர்ச்சியானதும் அன்பானதுமான கவனிப்பு.
10. சுய அடையாளம், சுய கௌரவம் என்பனவற்றை விருத்திசெய்வதற்கான சந்தர்ப்பங்கள். (பெற்றோர் செய்யவேண்டியவை – பொறுயைாகவும் உணர்ச்சியுடனும் செயற்படல், தெரிவுகளை அனுமதித்தல், ஆரோக்கியமான சுதந்திரம், பிள்ளையுடன் அன்பாக கதைத்தல்)
11. பெற்றோர்களே பிள்ளைகளின் முன்மாதிரிகளாகவும் வழிகாட்டிகளாகவும் இருத்தல். பிள்ளைகளின் கௌ்விகளுக்குவிடையளிக்க தயாராக இரத்தல்.
12. ஏல்லா வகையான துக்கங்களிலிருந்தும் து்'பிரயோகங்களிலுமிருந்து பாதுகாத்தல்.

2.2.2. விருத்தி வகைப்படுத்தல் தலையீடு

குறிப்பிட்ட ஆற்றல்கள், நடத்தைகள், குறிப்பிட்ட தரத்துக்கு அமைவான தூண்டுதல்கள் தொடர்பாக, முன்னர் தரம்குறித்துரைக்கப்பட்ட விருத்தி காட்டிகளுக்கு, இப்போதைய நிலையில், பிள்ளை காட்டும் சில பிரதிபலிப்புகளைக்கொண்டு ஒருபிள்ளையின் தற்போதைய நிலையை மதிப்பிடல் விருத்தி வகைப்படுத்தல் எனப்படும்

நியாயமான கற்றலுக்கு சந்தர்ப்பம் வழங்கப்பட்டால் அநேகமான பிள்ளைகள் சாதாரணமாக விருத்தியடைவார்கள். சிலரது விருத்தியில் தாமதமும் பிரச்சினைகளும் இருக்கலாம்.இயலுமான விரைவில் இவர்களை அடையாளம்கண்டு தயைீடுசெய்து, விருத்தியில் இவர்கள் உச்சநிலையை அடைவதற்கு உதவவேண்டும்.

ஆதலால், அத்தகைய நிலைமையை கண்டுபிடிப்பதற்காக. .ஒவ்வொரு பிள்ளையையும் விருத்தி வகைப்படுத்தல் செய்வது அவசியமானது. விருத்தி தாமதங்களும் பிரச்சினைகளும் எந்த வயதிலும் தோன்றலாம். ஆதலால், விருத்தி வகைப்படுத்தல் அட்டவணைப்படுத்தப்பட்டு, குறிப்பிட்ட வயது இடைவளிகளில் செய்வதற்கான அட்டவணை தயாரிக்கப்பட்டு, தொடர்ச்சியான நடவடிக்கையாக செய்யப்படவேண்டும்.

குடும்ப நல உத்தியோகத்தரிடம் பின்வரும் விருத்தி வகைப்படுத்தல் இலக்கு கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

அவரது கவனிப்பிலுள்ள 4ஆவது, 6ஆவது, 9ஆவது, 12ஆவது, 18ஆவது, 24ஆவது, 36ஆவது, 48ஆவது மாத வயதிலுள்ள பிள்ளைகளுக்கு விருத்தி வகைப்படுத்தல்செய்து பிள்ளையின் ***நிலையைப் பற்றி அந்தப்பிள்கைளின் தாய்க்கு விளங்கப்படுத்தவேண்டும்.***

விருத்தி பிரச்சினையுள்ள பிள்ளைகளை விருத்தி கிளினிக்கிற்கு ஆற்றுப்படுத்தவேண்டும் என்று பெற்றோர்களுக்கு ஆலோசனை கூறவேண்டும். பெற்றோர்களது பயங்களையும் சந்தேகங்களையும் நீக்கி அவர்களுக்கு முறையாக ஆலோசனை கூறவேண்டும்.

பொது சுகாதார தாதி ஒவ்வொருவரும் அவரது கவனிப்பின்கீழுள்ள எல்லா பிள்ளைகளும் விருத்தி வகைப்படுத்தலுக்கு உட்படுத்தப்பட்டதை உறுதி செய்வதற்காக, சராசரியாக 40 - 50 பிள்ளைகளை ஒவ்வொருமாதமும் விருத்தி வகைப்படுத்தலுக்கு உட்படுத்தப்படவேண்டும். குறிப்பிட்ட வயதில், ஒரு பிள்ளை, தரப்பட்ட குறிகாட்டிகளில் ஒன்றை அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட குறிகாட்டிகளை காட்டினால், அந்தப் பிள்ளையை சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பார்வையிடுவதற்காக, அவருக்கு ஆற்றுப்படுத்தவேண்டும்.

விருத்தி வகைப்படுத்தல் பரிசோதனை பட்டியல்கள்

கீழே தரப்பட்டஅட்டவணை, குறிப்பிட்ட வயதில் ஏறத்தாழ எல்லா பிள்ளைகளும் தரப்பட்ட வயதில் திறன்களை வெளிப்படுத்தியிருப்பதை காட்டுகிறது. ஒருபிள்ளை அவரது வயதுக்கு பொருத்தமான மைல் கல்லை அடைங்துள்ளாரா? தாமத விருத்திநிலையில் இருக்கிறாரா? என்பதை மதிப்பீடு செய்வதற்கு இவற்றை குறிகாட்டிகளாக உபயோகிக்கலாம்.

குறிப்பிட்ட வயதில் தரப்பட்ட குறிகாட்டிகள் எவற்றையாவது காட்டினால், அந்தப் பிள்ளையை மேலதிக மதிப்பீட்டிற்காக சுகாதார வைத்திய அதிகாரியின் அலுவலகத்திலுள்ள விருத்தி கிளினிக்குக்கு ஆற்றுப்படுத்தவேண்டும்.

பின்வரும் பட்டியல் மூலம் எல்லா பிள்ளைகளும் (75 வீதம் அல்லது அதற்கு அதிகமானோர்) குறிப்பிட்ட வயதில் அடையக்கூடிய திறன்களையும், அவ்வாறு அவை அடையப்டாதிருப்பதையும் காணலாம். வயதுக்கு ஏற்ற விருத்தியை அறியக்கூடிய இந்த அட்டவணையை உாநஉம டளைவ பரிசீலித்தல் பட்டியலை இந்தத் தேவைக்கு உபயோகிக்கவேண்டும்.

அட்வணை 3 விருத்தி வகைப்படுத்தல் பரிசோதனை பட்டியலகள்

வகைப்படுத்தும் வயது	விருத்தி குறிகாட்டி
2ஆவது மாதம்	i. பலமான சத்தத்துக்கு விளைவுகாட்டவில்லை ii. அசையும் பொருட்களை அவதானிக்க முடியவில்லை iii. ஆட்களை அவதானித்து சிரிக்க இயலவில்லை iv. கைளை வாய்க்கு கொண்டுவர இயலவில்லை v. குப்புபுறப் படுத்திருந்து நிமிரும்போது தலையை உயர்த்த இயலவில்லை
4ஆவது மாதம்	அசையும் பொருட்களை அவதானிக்க முடியவில்லை i. உங்களை அவதானித்து சிரிக்கவில்லை ii. உங்களை அவதானித்து சிரிக்கவில்லை iii. தலையை உறுதியாக வைத்திருக்கமுடியவில்லை iv. "கூ" என்று சத்தம்போடவில்லை v. பொருட்களை வாய்க்கு கொண்டுபோக இயலவில்லை vi. கடினமான தளத்தில் காலை வைக்கும்போது கால்களால் தளத்தை அழுத்த இயலவில்லை vii. ஒரு கண்ணையோ இரண்டுகண்களையுமோ எந்தத் திசையில் திருப்பும்போதும் பிரச்சனை இருந்தது.
6ஆவது மாதம்	i. எடுக்கக்கூடிய இடத்திலிருக்கும் பொருட்களை எடுக்க முயறசிக்க இயலவிலலை ii. கவனிப்பாளர்களிடம் அன்பையோ விருப்பத்தையோ காட்டவில்லை iii. சூழலிலுள்ள சத்தங்களுக்கு விளைவு காட்டவில்லை iv. பொருட்களை வாய்க்கு கொண்டுபோவதில்க்'டம் இருந்தது. v. உயிர் ஒலிகளை("ஆ" "இ" "ஏ" "ஓ") எழுப்பவில்லை vi. எந்தப் பக்கத்துக்கும் உருளஇயலவில்லைலை vii. சிரிக்கவோ கீச்சிடவோ இயலவில்லை.
9 ஆவது மாதம்	i. ஆதாரத்துடன், நிறையை கால்களால் தாங்க இயலவில்லை ii. ஆதாரத்துடன், இருக்க இயலவில்லை iii. மகிழ்ச்சி சத்தங்களான் ("மா மா" "பாபா" "டாடா") எழுப்பஇயலவில்லை iv. முன்னும் பின்னும் அசையும் எந்த விளையாட்டையும் விளையாடவில் லை v. சொந்தப் பெயரை கூப்பிடும்போது விளைவு காட்டவில்லை vi. பழகியவர்களை அடையாளம் காணவில்லை vii. சுட்டிக்ககாட்டிய இடத்தை பார்க்கவில்லை viii. விளையாட்டு பொருட்களை ஒரு கையிலிருந்து மற்றைய

வகைப்படுத்தும் வயது	விருத்தி குறிகாட்டி
	கைக்கு மாற்றவில்லை
12 ஆவது மாதம்	i. .ஒரு இடத்திலிருந்து வேறொரு இடத்துக்கு போக இயலவில்லை. உ.ம். தவழ்தல், பிட்டத்தால் அரக்கல், கொமாண்டோ தவழ்தல் ii. ஆதாரம் கொடுத்தபோதும் நிற்க இயலவில்லை iii. காட்டிவிட்டு ஒழித்துவைத்த பொருட்களை தேட இயலவில்லை iv. "மாமா", "டாடா" போன்ற தனிச் சொற்களை பேச முடியவில்லை v. கையசைத்ததல், தலையாட்டல் போன்ற சைகைகளை கற்கவில்லை vi. பொருட்களை சுட்டிக் காட்டவில்லை vii. பெருவிரலையும் சுட்டுவிரலையும் உபயோகித்து அரிசி போன்ற சிறிய தானியங்களை எடுக்க இயலவில்லை
18வா அழவொ	i. பொருட்களை மற்றவர்களுக்கு சுட்டிக் காட்டவில்லை ii. நடக்க இயலவில்லை iii. பழக்கப்பட்ட பொருட்கள் எதற்கானவையெனத் தெரியவில்லை iv. மற்றவர்களின் நடவடிக்கைகளை பிரதிபண்ண தெரியவில்லை v. புதிய சொற்களை கற்கவில்லை vi. குறைந்தது 6 சொற்களையாவது நினைவில் நிறுத்தவில்லை vii. கவனிப்பாளர் எப்பொழுது போனாலும் எப்பொழுது திரும்பி வந்தாலும் அதைப்பற்றிச் சலனப்படுவதில்லை
24 ஆவது மாதம்	i. தனியாக நடக்க இயலவில்லை ii. 2 சொல்லு சொற் கூட்டங்களை பயன்படுத்த இயலவில்லை. உதாரணம்: பால் குடி iii. பிர்', தொலைபேசி, முள்ளு கரண்டி, கரண்டி போன்றவற்றை எதற்கு பயன்படுத்துவது என்று தெரியாது. iv. சொற்களையும் செயல்களையும் பிரதிபண்ண தெரியாது. எளிமையான உத்தரவுகளை விளங்கி செயற்படுத்த முடியாது. v. உறுதியாக நடக்கமுடியாது
36 ஆவது மாதம்	i. படியில் ஏறிஇறங்கும்போது பலதடவை விழுவதல் அல்லது பிரச்சினை ஏற்படுதல் ii. வாய்நீர்வடிதல், சற்றும் தெளிவற்ற பேச்சு iii. சாதாரண விளையாட்டு சாமான்களை கையாழத் தெரியாது. வசனங்களில் பேச முடியாது iv. எளிமையான உத்தரவுகளை விளங்கமுடியாது v. நடித்து விளையாட தெரியாது. உம். பாவைப்பிள்ளைக்கு உணவூட்டல், பலசரக்குகடைவைத்தல் vi. பிற பிள்ளைகளுடனும் விளையாட்டு சாமான்களுடனும் வியைாட விரும்பாமை vii.

வகைப்படுத்தும் வயது	விருத்தி குறிகாட்டி
48 ஆவது மாதம்	i. ஒரு இடத்தில் குதிக்க இயலாது ii. நேர்கோடு, வட்டம் போன்றவற்றை வரைய இயலாது iii. குழு விளையாட்டுகளில் அக்கறை காட்டாமை iv. ஏனையபிள்ளைகளை அலட்சியப்படுத்தல் அல்லது குடும்ப அங்கத்தவர்கள் அல்லாதோருடன் கலக்க விரும்ாமை v. உடை அணிதல், நித்திரைசெய்தல் மலசலகூடம் பயன்படுத்துவதை எதிர்த்தல் vi. பகலில் மலசலம் கழிக்கும் உணர்ச்சி ஏற்படும்போது அதனை சொல்லாதிருத்தல் vii. விருப்பமான கதையை திருப்பிச் சொல்ல இயலாமை viii. 3-பகுதி உத்தரவுகளை பிளன்பற்றாதிருத்தல் ix. “ஒரே வகையானவை” “வித்தியாசமானவை” என்பனவற்றை விளங்க இயலாமை x. “அந” யனெ “லழர” ஐயும் சரியாக பயன்படுத்தாமை xi. தெளிவின்றி பேசுதல்
60 ஆவது மாதம்	i. பலவகை உணர்ச்சிகளை வெளிக்காட்டாமை ii. மோசமான நடத்தையை வைளிக்காட்டல் - அசாதாரண பயம்,, மூர்க்கம், நாணம், துக்கம் iii. அசாதாரணமாக ஒதுங்கியிருத்தல், சோம்பல் iv. கவனச்சிதறல் ஏற்படல் 5 நிமிடத்துக்கு அதிகமாக ஒரு விடயத்தில் கவனம் செலுத்த இயலாமை v. மக்களுடன் பழகாமை. விளைவுகாட்டாமை, மேலோட்டமாக மாத்திரம் கதைத்தல் விளைவுகாட்டாமை vi. உண்மை எது என்று சொல்ல இயலாதிருத்தலும், எது நம்பவைக்கிறது என்று சொல்ல இயலாதிருத்தலும் vii. முதல் பெயரையும் கடைசிப் பெயரையும் சொல்ல இயலாமை viii. பன்மையை அல்லது இறந்த காலத்தை சரியாக உபயோகிக்க இயலாமை ix. நாளாந்த நடவடிக்கைகளைப் பற்றி அல்லது அனுபவங்களைப்பற்றி கதைக்காமை x. படம்வரைய இயலாமை xi. பல் துலக்கல், குளித்தல், கைளை கழுவி உலர்த்தல் உடை மாற்றுதல் போன்றவற்றை உதவியின்றி செய்ய xii. xiii. இயலாமை

3. பிள்ளைகளை விருத்தி தொடர்பாக விசேட கவனிப்புக்காக ஆற்றுப்படுத்தல்

குடும்ப நல உத்தியாகத்தர் அவரது கவனிப்பின்கீழுள்ள எல்லா பிள்ளைககளையும் குறித்த வயது இடைவெளிகளில் விருத்தி வகைப்படுத்தலுக்கு உட்படுத்தவேண்டுமென

எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. இந்த நடவடிக்கையின்போது விருத்தி பிரச்சினை உள்ளவர்கள் இனங்காணப்படுவர்.

வகைப்டுத்தல் சாதனப்படி , ஒரு பிள்ளைக்கு ஒரு பிரச்சினை இருப்பது கண்டுபிடிக்கப்பட்டால், குறித்த பிள்ளைக்கு விருத்திசம்பந்தமான பிரச்சினை இருப்பதாக விருத்தி வகைப்படுத்தலில் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளதெனவும், அந்தப் பிள்ளையை மேலதிக மதிப்பீட்டுக்கு உட்படுத்தவேண்டுமெனவும், சுகாதர தாதி, பெற்றோருக்கும் பாதுகாவலருக்கும் தெரிவிக்கவேண்டும்.

அந்தப் பிள்ளையை மேலதிக மதிப்பீட்டிற்காக சுகாதார வைத்திய அதிகாரியின் அலுவலகத்திலுள்ள விருத்தி கிளினிக்குக்கு ஆற்றுப்படுத்தவேண்டும். ஆற்றுப்படுத்தப்பட்ட பிள்ளைகளை சுகாதார வைத்திய அதிகாரி மதிப்பீடு செய்வார். மாதத்தில் இரண்டுதடவை சுகாதார வைத்திய அதிகாரி அலுவலகத்தில் ˙(அல்லது வேறு பொருத்தமான இடத்தில்) பிள்ளைகளின் விருத்தி கிளினிக் நடைபெறவேண்டுமென எதர்பார்க்கப்படுகிறது.

பிள்ளைகளின் விருத்தி கிளினிக் தொடர்பான வழிகாட்டல்கள் பிள்ளைகளின் விருத்தி கிளினிக் தொடர்பான சுற்றுநிருபத்தில் விபரிக்கப்படும்.

4. குழந்தைவிருத்தி நடவடிக்கைகள் மதிப்பிடலை கண்காணித்தல்

இரண்டுவகையான செயற்படல் குறிகாட்டிகள் மதிப்பிடுதலுக்கு பயன்படுத்தப்படுகின்றன. பிள்ளைகள் தொடர்பான தேசிய சுகாதாரத் திட்டத்திலிருக்கும் மதிப்பிடல் சட்டகத்தின் பிள்ளைகளின் விருத்தி தொடர்பான மதிப்பிடல் நடவடிக்கைக்கு, பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

இதில் பின்வருவன அடங்கியிருக்கும்.

1. ஆரம்பகால குழந்தைகள் கவனிப்பு நடத்தைகளின் குறிகாட்டிகள்.
2. பிள்ளைகளின் விருத்தி தொடர்பான சிறப்பு நடவடிக்கை குறிகாட்டிகள்

சிறந்த ஆரோக்கியம் உயர்ந்த விருத்திக்கான முன்தேவையாகும். ஆதலால் பிள்ளைகள் தொடர்பான எல்லா தலையீடுகளும் பிள்ளையின் ஒட்டுமொத்த விருத்தியுடன் தொடர்புடையவை. ஆதலால் பொதுவாக, ஆரம்பகால பிள்ளை கவனிப்பு தொடர்பான குறிகாட்டிகள் ீர்ஊ பணியாளர்களின் பங்களிப்பை மதிப்பிடுவதற்காக பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

பொதுவான ஆரம்பகால பிள்ளைகள் கவனிப்பு செயற்பாட்டு குறிகாட்டிகள்

1. கவனிப்பிலுள்ள குழந்தைகளின் வீதம் (எதிர்பார்க்கப்பட்ட பிறப்புகளின்படி)
2. கவனிப்பிலுள்ள நடைபயில் பருவத்தினரின் (2 ஆவது வருடம்) வீதம் (எதிர்பார்க்கப்பட்ட பிறப்புகளின்படி)
3. பாடசாலைக்கு போக ஆரம்பிக்காதவர்களின் வீதம் 3ஆம், 4ஆம், 5ஆம் வருடம் (எதிர்பார்க்கப்பட்ட பிறப்புகளின்படி)

4. பிரசவித்த தாய்மாரின்வீதம் - பிரசவித்த 6-10 நாட்களுள் பொது சுகாதார தாதியால் பார்க்கப்பட்டவர்கள். பிரசவித்த தாய்மாரின்வீதம் - பிரசவித்த 5 நாட்களுள் பொது சுகாதார தாதியால் பார்க்கப்பட்டவர்கள்.

5. பிரசவித்த தாய்மாரின்வீதம் - பிரசவித்த 6 – 10 நாட்களுள் பொது சுகாதார தாதியால் பார்க்கப்பட்டவர்கள். பிரசவித்த தாய்மாரின்வீதம் - பிரசவித்த 6 - 10 நாட்களுள் பொது சுகாதார தாதியால் பார்க்கப்பட்டவர்கள்.

6. பிரசவித்த தாய்மாரின்வீதம் - பிரசவித்த 14 – 21 நாட்களுள் பொது சுகாதார தாதியால் பார்க்கப்பட்டவர்கள்.

7. பிரசவித்த தாய்மாரின்வீதம் - பிரசவித்து ஏறத்தாழ 42 நாட்களுள் பொது சுகாதார தாதியால் பார்க்கப்பட்டவர்கள்.
8. 2ஆம்வருட பிள்ளைகள் தொடர்பான வீட்டு தரிசிப்புகளின் சராசரி
9. 3-5. வருட பிள்ளைகள் தொடர்பான வீட்டு தரிசிப்புகளின் சராசரி
10. ஒரு வயது சுகமான குழந்தைகளின் கிளினிக்குக்கு சமுகமளிக்கின்ற குழந்தைகளின் சராசரி.
11. குழந்தைகளுக்கான தொடர்நதுவரும் கிளினிக் தரிசிப்புகளின் சராசரி.
12. 2 ஆம் வருட குழந்தைகளுக்கான தொடர்நதுவரும் கிளினிக் தரிசிப்புகளின் சராசரி.
13. 3-5 வருட குழந்தைகளுக்கான தொடர்நதுவரும கிளினிக் தரிசிப்புகளின் சராசரி.

விருத்திதொடர்பான குறிப்பபிட்ட நடத்தை குறிகாட்டிகள்

1. இரண்டாவது நுஊஊனு தாய்மார்களுக்கான வகுப்புக்கு சமுகமளித்த கர்ப்பிணிகளின் வீதம்
2. பொது சுகாதார தாதியின் கவனிப்பிலுள்ள பிள்ளைகளுள் 4ஆம், 6ஆம், 9ஆம், 12ஆம், 18ஆம், 24ஆம் 36ஆம், 48ஆம் வருட குழந்தைகளுள் விருத்தி பிரச்சினைகளுக்காக விருத்தி வகைப்படுத்தலுக்குட்பட்டவர்களின் வீதம்
3. 18 மாத வயதினரில் விருத்தி பிரச்சினைக்கான விசேடகவனிப்புக்காக ஆற்றுப்படுத்தப்பட்டவர்களின் வீதம்
4. 5வயதுக்குட்பட்ட பிள்ளைகளுள் விசேடகவனிப்புக்காக ஆற்றுப்படுத்தப்பட்டவர்களின் வீதம்
5. கவனிப்பிலுள்ள பிள்ளைகளுள் விசேட தேவையுடையோரின் தொகை
6. பதியப்பட்டுள்ள மீள் Mw;Wg;gLj;jy;fspd; njhif