මුල් ළමාවිය සංවර්ධනය පිළිබඳ පුහුණු කිරීමේ වැඩ සටහන

සහභාගී වන්නන් සඳහා උපදෙස්

2014

මුල් ළමාවිය සංවර්ධනය පිළිබඳ පුහුණු කිරීමේ වැඩ සටහන

සහභාගී වන්නන් සඳහා උපදෙස්

2014

දායකත්වය

සකස් කිරීම

විශේෂඥ වෛද්‍ය නිල් තලගල (MBBS, MSc & MD Community Medicine)

සහය

වෛද්‍ය ආසිරි හේවාමාලගේ (MBBS, MSc Community Medicine)

වෛද්‍ය හරේන්ද්‍ර දසනායක (MBBS, MSc Community Medicine)

වෛද්‍ය රසිකා අලුත්වලගේ (MBBS, MSc Community Medicine)

පටුන

1 මුල් ළමාවිය රැකවරණය සහ සංවර්ධනය පිළිබඳ පුහුණුව 01

2 ප්‍රවේශය 02

2.1 ඉගෙනුම් අරමුණු 02

2.2 ක්‍රියාකාරකම 1: තමා හඳුන්වා දීම (මිනිත්තු 15) 02

2.3 ක්‍රියාකාරකම 2: පුහුණු වැඩ මුළුවේ විෂය පථය, අරමුණු සහ අපේක්ෂිත ප්‍රතිඵල පිළිබඳ ඉදිරිපත් කිරීමකට සවන් දීම (මිනිත්තු 20) 03

3 ළමා සංවර්ධනය අවබෝධ කර ගැනීම 04

3.1 ඉගෙනුම් අරමුණු 04

3.2 ක්‍රියාකාරකම් 1: ප්‍රතිශ්‍රාව ලබා ගැනීම (මිනිත්තු 15) 04

3.3 ක්‍රියාකාරකම 2: ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳ අභ්‍යාසය කියවීම සහ දැනුම හා අවබෝධය පුනරීක්ෂණ කිරීම (මිනිත්තු 30) 05

3.4 ක්‍රියාකාරකම 3: මොළයේ මුහුකුරායාම සහ ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳ අභ්‍යාසය කියවීම සහ දැනුම හා අවබෝධය පුනරීක්ෂණ කිරීම (මිනිත්තු 30) 08

3.5 ක්‍රියාකාරකම 4: ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳ ඉදිරිපත් කිරීම සහ වීඩියෝ දර්ශන නැරඹීම... 12

4 සංවර්ධන රටාවන් පිළිබඳව අවබෝධයක් ලබා ගැනීම 13

4.1 ඉගෙනුම් අරමුණු 13

4.2 ක්‍රියාකාරකම 1: වයසට අනුකූල සංවර්ධන රටාවන් පිළිබඳ වගු නිර්මාණය කිරීම (මිනිත්තු 30).. 13

4.3 ක්‍රියාකාරකම 2: වයසත් සමඟ විවිධ නිපුණතාවයන් විකසනය වන ආකාරය පිළිබඳ ඉදිරිපත් කිරීම (මිනිත්තු 15) 13

5 සංවර්ධනය සඳහා බලපාන සාධක සමාලෝචනය කිරීම 15

5.1 ඉගෙනුම් අරමුණු 15

5.2 ක්‍රියාකාරකම 1: ළමා සංවර්ධනය සඳහා ඇති අවශ්‍යතා පිළිබඳ ඉදිරිපත් කිරීම (මිනිත්තු 20) 15

5.3 ක්‍රියාකාරකම 2: වත්මන් ළමා සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන තුළ, සංවර්ධනය ප්‍රවර්ධනය සඳහා ඇති ඉඩ ප්‍රස්ථාවන් සොයා බැලීම පිළිබඳ කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම (මිනිත්තු 90) 16

6 සංවර්ධන ප්‍රවර්ධනය පිළිබඳ ඉගෙන ගැනීම 19

6.1 ඉගෙනුම් අරමුණු 19

6.2 ක්‍රියාකාරකම් 1: අත්පොතෙහි 5 වන ඒකකයේ සිට 7 වන ඒකකය දක්වා කියවීම (මිනිත්තු 10) 19
6.3 ක්‍රියාකාරකම් 2: සංවර්ධන ප්‍රවර්ධනය සහ මැන බැලීම පිළිබඳ ඉදිරිපත් කිරීම..21
6.4 ක්‍රියාකාරකම් 3: අවස්ථා නිරූපණයන් පිලිබඳ කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම (මිනිත්තු 325)........ 22
6.4.1 අවස්ථා නිරූපණය 01 22
6.4.2 සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන සැසියක් පුහුණු වීම 24
6.4.3 දරුවෙකුගේ සංවර්ධනය සඳහා අවශ්‍ය වටපිටාව ඇගයීම (මිනිත්තු 30)........26
6.4.4 අවස්ථා නිරූපණය 02 27
6.4.5 අවස්ථා නිරූපණය 03 28
6.4.6 අවස්ථා නිරූපණය 04 31
6.4.7 අවස්ථා නිරූපණය 05 32
6.4.8 අවස්ථා නිරූපණය 06 33
6.4.9 අවස්ථා නිරූපණය 07 34
6.4.10 අවස්ථා නිරූපණය 08 35
6.4.11 අවස්ථා නිරූපණය 09 36
6.4.12 අවස්ථා නිරූපණය 10 37
6.4.13 අවස්ථා නිරූපණය 11 38
6.4.14 අවස්ථා නිරූපණය 12 39
6.4.15 අවස්ථා නිරූපණය 13 40
6.4.16 අවස්ථා නිරූපණය 14 41
6.4.17 අවස්ථා නිරූපණය 15 42

7 ළමා සංවර්ධනය සහ විශේෂ අවශ්‍යතා ඇති දරුවන් සඳහා වන වැඩ සටහන 43
7.1 ඉගෙනුම් අරමුණු 43
7.2 ක්‍රියාකාරකම 1: කියවීම සහ ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු දීම (මිනිත්තු 60) 43
7.3 ක්‍රියාකාරකම 2: වීඩියෝ පට ආශ්‍රයෙන් සිදු කරන ක්‍රියාකාරකම 45

8 මුල් ළමාවිය රැකවරණය සහ සංවර්ධනය පිළිබඳ වැඩ කටයුතු සැලසුම් කිරීම 45
8.1 ඉගෙනුම් අරමුණු 45
8.2 ක්‍රියාකාරකම 1: මුල් ළමාවිය රැකවරණය සහ සංවර්ධනය පිළිබඳ නව වැඩ සටහන හඳුන්වා දීම 45
8.3 ක්‍රියාකාරකම 2: ඒකාබද්ධ සැලසුම් පිළිබඳ කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම 46

9 උප ග්‍රන්ථය 47
9.1 යෝජිත ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳ වැඩ සටහන 47

01 - මුල් ළමාවිය සංවර්ධනය පිළිබඳ පුහුණුව

ශ්‍රී ලංකාවේ ජාතික ළමා සෞඛ්‍ය වැඩ සටහනට එක් වූ නව අංගයක් ලෙස මුල් ළමාවිය සංවර්ධන පැකේජය හැඳින්විය හැකිය. ළමා සංවර්ධන ප්‍රවර්ධන කටයුතු වඩාත් සාර්ථක හා අර්ථවත් අයුරින් කිරීම සඳහා ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සංරක්ෂණ නිලධාරීන්, ළමා සංවර්ධන මූලධර්ම හා මැදිහත් වීම් වල තාක්ෂණික අංශය ගැන මනා නිපුණත්වයක් ලබා ගත යුතුය. මෙම මුල් ළමාවිය සංවර්ධන පැකේජය තවමත් ආරම්භක අදියර වල පවතින බැවින් එහි ඇතුළත් යම් යම් තාක්ෂණික කරුණු ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සංරක්ෂණ නිලධාරීන්ගේ පූර්ව සේවා පුහුණු වීම් වලට ඇතුළත් කර නැත. එබැවින් මෙම මුල් ළමාවිය සංවර්ධන පුහුණුව ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සංරක්ෂණ දැනුම, නිලධාරීන්ගේ ආකල්ප හා කුසලතා වර්ධනය කරන සේවාස්ථ පුහුණුවක් ලෙස හඳුන්වා දී ඇත.

මෙම පුහුණුව සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන්, මහජන සෞඛ්‍ය හෙද සොයුරියන්, පරිපාලන පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන් හා පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනීන් සඳහා වඩාත් යෝග්‍ය වේ. තවද මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන්ද මෙම පුහුණුවට සහභාගී වන්නන් ලෙස සැලකිය හැක.

මෙම පුහුණුව සහභාගී වන්නන් කේන්ද්‍ර කරගත් පුහුණුවකි. තාක්ෂණික දැනුමෙන් වැඩි කොටස් ආවරණය කිරීම සඳහා පමණක් ඉතා සීමිත පරිදි පුහුණුකරුගේ උපදේශාත්මක දේශනද භාවිතා කරනු ලැබේ. එබැවින් මෙම පුහුණුවේදී සහභාගී වන්නන් පුහුණු කරන ක්‍රම කිහිපයක්ම යොදා ගෙන ඇත. තමන් විසින්ම කියවීමේ අභ්‍යාස, කණ්ඩායම් සාකච්ඡා, භූමිකා නිරූපන, වීඩියෝ පදනම් කරගත් පුහුණු සහ සායනික ප්‍රදර්ශන යනාදිය ඉහත පුහුණු ක්‍රම වලට උදාහරණ වේ. සීමිත දේශන කිහිපයක්ද ඇතුළත්ව ඇත.

මුල් ළමාවිය සංවර්ධන පුහුණුවේදී ප්‍රධාන පරිශීලන ග්‍රන්ථයක් ලෙස ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සංරක්ෂණ නිලධාරීන් සඳහා වූ මුල් ළමාවිය සංවර්ධන අත් පොත භාවිතා කෙරේ. පුහුණු අභ්‍යාස අතරතුර මෙම අත්පොතෙහි විවිධ පරිච්ඡේද වෙත යොමු වීමට සිදු වේ. මීට අමතරව අවශ්‍ය තොරතුරු හා උපදෙස් මෙහි අඩංගු වේ.

මෙම පුහුණුව ප්‍රධාන තේමා 06 ක් ඔස්සේ කේන්ද්‍රගත වේ.

1. ළමා සංවර්ධනය ආශ්‍රිත ජීව විද්‍යාත්මක හා කායික විද්‍යාත්මක මූලධර්ම
2. ළමා සංවර්ධන රටාවන්
3. ළමා සංවර්ධනයට බලපාන සාධක
4. ළමා සංවර්ධන ප්‍රවර්ධනය
5. ළමා සංවර්ධනය ඇගයීම හා ගැටළු හඳුනා ගැනීම
6. ළමා සංවර්ධනය හා සංවර්ධන ප්‍රමාදයන්

02 - ආරම්භ කිරීම

මෙම සැසිය තුලදී පුහුණු වැඩමුළුවේ අරමුණු හා බලාපොරොත්තු වන ප්‍රතිඵල පිළිබඳ ඔබට වැටහෙනු ඇත. තවද ඔබ හා මෙම පුහුණුවට සහභාගී වන අනෙකුත් අය හඳුනාගෙන, සහභාගීත්ව පුහුණුවකට උචිත පරිසරයක් ගොඩ නගා ගැනීමේ අවස්ථාවක්ද උදාවෙනු ඇත. මෙහිදී ඉගෙන ගැනීම සඳහා ආත්ම අනාවරණය, සාකච්ඡා හා කල්පනාකාරීව සිතා බැලීම යන උපක්‍රම භාවිතා කිරීමට ඔබව උනන්දු කරනු ලැබේ. ඔබගේ පුහුණුකරුවන් මේ සඳහා ඔබට උදව් කරනු ඇත.

2.1 ඉගෙනුම් අරමුණු

i. එකිනෙකා හඳුනාගෙන ක්‍රියාකාරී සහභාගීත්වය ලබා දීමට යෝග්‍ය වටපිටාවක් ඇති කර ගැනීම.

ii. මෙම පුහුණුවෙහි අර්ථය, විෂය පථය, අරමුණු හා බලාපොරොත්තු තේරුම් ගැනීම.

2.2 ක්‍රියාකාරකම් 01: ඔබව හඳුන්වා දීම (මිනිත්තු 15)

ඔබ හා ඔබගේ මිතුරු මිතුරියෝ ඉදිරි දින තුන මෙම පුහුණුව සමඟ ගත කරති. ඔබ දැනටමත් එකිනෙකා හඳුනනවා ඇති. නමුත් ඔබ දවසේ වැඩි වේලාවක් ගත කරන අනෙක් පුද්ගලයන් ගැන වැඩිදුර තොරතුරු දැන ගැනීම සෑම විටම වඩාත් සුදුසු වේ. එමගින් ඔබ අනිත් අය සමඟ ගොඩ නගා ගන්නා සම්බන්ධතා හිතකර හා වඩාත් සතුටුදායක වේ. එබැවින් ඉදිරි මිනිත්තු 15 ඔබ හා මෙම වැඩමුළුවට සහභාගී වන අනෙකුත් අය හඳුනා ගැනීමට වෙන් වේ.

ඔබ ආසන්නයේ සිටින පුද්ගලයා හා සාකච්ඡා කර ඔහුගේ ඇයගේ,

- සම්පූර්ණ නම, පවුලේ විස්තර
- රාජකාරී අත්දැකීම් / පුහුණු වීම්
- විශේෂිත දක්ෂතා / විනෝදාංශ
- ජීවිතයේ වඩාත්ම කැමති දේ / අකමැති දේ

පිළිබඳ විස්තර ලබා ගන්න. අනතුරුව මෙම තොරතුරු ආශ්‍රයෙන් ඔබගේ මිතුරා/ මිතුරියව අන් අයටද හඳුන්වා දෙන්න. දැන් ඔබට ඔබගේ කණ්ඩායම තුල වඩාත් පහසු සැහැල්ලු භාවයක් දැනෙනු ඇත. ඉදිරි ක්‍රියාකාරකම් වලදී වඩාත් විනෝදයක් හා දැනුමක් ඔබට ලැබෙනු ඇත.

2.3 ක්‍රියාකාරකම 2: මෙම පුහුණුවෙහි විෂය පථය, අරමුණු හා අපේක්ෂිත ප්‍රතිඵල පිළිබඳ වූ ඉදිරිපත් කිරීමකට සවන් දීම

(මිනිත්තු 20)

ඉදිරි මිනිත්තු 10 තුල, ඔබගේ පුහුණුකරුවන් විසින් මෙම පුහුණුවෙහි විෂය පථය, අරමුණු හා අපේක්ෂිත ප්‍රතිඵල පිළිබඳව ඉදිරිපත් කිරීමක් කරනු ඇත. මෙයට අවධානයෙන් සවන් දී ඔබගේ සිතට නැගෙන ගැටළු සඳහන් කර ගන්න.

ඉදිරිපත් කිරීමෙන් අනතුරුව පහත සඳහන් කරුණු සම්බන්ධයෙන් ඔබගේ බලාපොරොත්තු ලියා සඳහන් කරන්න.

- මෙම පුහුණුවෙන් ඔබට කුමන ආකාරයක ප්‍රතිලාභයක් ලැබේ යැයි ඔබට සිතේද?
- මෙම පුහුණුව තුලදී ඔබ හා සහභාගී වන අනෙකුත් අයගෙන් ඔබ කුමක් බලාපොරොත්තු වේද? ඔබට ලබා දී ඇති කාඩ්පත් තුල ඉහත දෑ සඳහන් කරන්න.
  (එක් කරුණක් එක කාඩ් පතකට)

තවද පහත දේ ලියා දක්වන්න.

- පුහුණු සැසියකදී කුමන මූලික නීති රීති තිබෙනවාට ඔබ කැමතිද?

දැන් ඔබ ලියූ කාඩ්පත් පුවරුව මත අලවා කියවිය යුතුය. අන් අයෙකු සඳහන් කළ කරුණු ඔබද සඳහන් කර ඇත්නම් එම කාඩ්පත නොඅලවා, එම කරුණ සඳහන් කර දැනටමත් පුවරුව මත අලවා ඇති කාඩ්පතට ප්‍රගණන ලකුණක් දමන්න. මෙම ක්‍රියාකාරකම තුලදී අන් අයගේ බලාපොරොත්තු පිළිබඳව අදහස් දැක්වීමටද ඔබ උත්සහ කළ යුතුය. ඔබගේ බලාපොරොත්තු මුදුන් පමුණුවා ගැනීමට අවශ්‍ය වැදගත් උපාය මාර්ග කිහිපයක් ස්ථාපිත කර ගැනීමට ඔබගේ පුහුණුකරු උදව් කරනු ඇත.

03 - ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳ වටහා ගැනීම

මෙම කොටසේදී ළමා සංවර්ධනයට අදාළ වැදගත් සිද්ධාන්තමය සංකල්ප රැසක් සාකච්ඡාවට බඳුන් වේ. මෙහිදී මොළයේ මුහුකුරා යාම සිදු වන ආකාරයත් එය ළමයෙකුගේ සංවර්ධනයට බලපාන ආකාරයත් තේරුම් ගැනීමට ඔබට හැකිවේ.

3.1 ඉගෙනුම් අරමුණු

i. ළමා සංවර්ධනය යන පදයෙහි අරුත වටහා ගැනීම හා සංවර්ධන පැතිකඩ යන සංකල්පය හඳුනා ගැනීම.

ii. සංවර්ධන පියවර, සංවර්ධන කවුළු හා සංවර්ධන ප්‍රමිතීන් යන පද නිර්වචනය කිරීම.

iii. මොළයේ සැකැස්ම, මුහුකුරා යාම සහ ළමා සංවර්ධනයට එය බලපාන අන්දම පිළිබඳව දැනුවත් වීම.

3.2 ක්‍රියාකාරකම 01: දිවුරුම් ප්‍රකාශය (මිනිත්තු 05)

කරුණාකර නැගිට පහත ප්‍රකාශය ශබ්ද නගා කියවන්න.

දිවුරුම:

ඉගෙනීම සඳහා විවිධාකාර ක්‍රම ඇත. නමුත් කියවීම මගින් ඉගෙන ගැනීම යන ඉගෙනුම් ක්‍රමය ප්‍රතිස්ථාපනය කිරීමට අන් කවර ක්‍රමයකටවත් නොහැකිය. මෙම පුහුණුව සඳහා සකසා ඇති මුල් ළමාවිය සංවර්ධනය පිළිබඳ අත්පොත, ළමා සංවර්ධනය ප්‍රවර්ධනය කරන නිලධාරියෙකු වශයෙන් මා සතු විය යුතු කුසලතා හා දැනුම පිළිබඳ සවිස්තරාත්මක තොරතුරු ඇතුළත් ග්‍රන්ථයකි. මෙම පුහුණුව තුළදී අත් පොත සම්පූර්ණයෙන් කියවීමට මා හට ඉඩ නොලැබෙනු ඇත. එබැවින් මෙම පුහුණුව අවසානයේදී අත්පොත කිහිප වරක් නැවත නැවත කියවන බවට මම මටම ප්‍රතිඥා දෙමි.

3.3 ක්‍රියාකාරකම 02: ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳව කියවීමේ අභ්‍යාස හා දැනුම් හා වැටහීම පිළිබඳ සමාලෝචනය (මිනිත්තු 30)

යමක් කියවීමෙන් පසු ඉන් ඔබට කොපමණ ප්‍රමාණයක් මතක තබා ගත හැකි යැයි ඔබ සිතනවාද? අප කියවූ සෑම දේම අපේ මතකයේ නොරැදෙන බව ඔබ දන්නවා ඇති. කරුණු අපේ මතකයේ ධාරණය වීම අප එම කරුණු කියවීමේදී දක්වන අවධානය, උද්යෝගය, විෂය, කියවන දෙයහි ආකෘතිය පිළිබඳව හඳුනා ගැනීම හා කියවා සොයා ගන්නා කරුණු පිළිබඳව අප දන්නවාද නොදන්නවාද යනාදිය මත රඳා පවතී.

පහත සඳහන් කොටස කියවීමට පෙර පොත සැකෙවින් කියවන්න. ශීර්ෂ හා උප ශීර්ෂ දෙස බලන්න. ඔබ ගවේෂණය කිරීමට සූදානම් වන මාතෘකා පිළිබඳ යම් වැටහීමක් ලබා ගන්න. පහත දක්වා ඇති ප්‍රශ්න වලට මුල් ළමාවිය සංවර්ධන අත්පොතෙහි පළවන කොටසෙහි පිටු අංක 01 සිට 08 දක්වා කොටස කියවා පිළිතුරු සොයා ගත යුතුය. එබැවින් කරුණාකර පහත ප්‍රශ්න කියවා බලන්න.

1. ළමා සංවර්ධනය යන්නෙන් අදහස් කරන්නේ කුමක්ද?

....
....
....
....

2. සංවර්ධන කවුළුවක් යනු කුමක්ද?

....
....
....
....

3. ප්‍රශස්ත මට්ටමින් සංවර්ධිත දරුවෙකුගෙන් බලාපොරොත්තු වන ගුණාංග මොනවාද?

....
....
....
....

4. සංවර්ධන පැතිකඩ ඔබ නම් කරන්නේ කෙසේද?

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………

5. කායික සංවර්ධන පැතිකඩ හා ආශ්‍රිත කුසලතා මොනවාද?

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………

6. කායික සංවර්ධන පැතිකඩහි කොටස් මොනවාද?

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………

7. චාලක සංවර්ධනයෙහි මූලික සිද්ධාන්ත මොනවාද?

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………

8. සමාජීය හා චිත්තවේගී සංවර්ධනයට අදාල කුසලතා මොනවාද?

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………

9. සංවේදන සැකසුම යන්නෙහි අරුත කුමක්ද?

....

....

....

....

10. ප්‍රශස්ත සමාජීය හා චිත්තවේග සංවර්ධනයක් මගින් දරුවෙකුට ලැබෙන ගුණාංග මොනවාද?

....

....

....

....

11. ප්‍රජානනීය සංවර්ධනය යනු කුමක්ද?

....

....

....

....

12. බුද්ධිය යන්නෙන් අදහස් වන්නේ කුමක්ද?

....

....

....

....

13. දරුවෙකුගේ භාෂාමය සංවර්ධනයෙහි මුල් අදියරයන් නිරූපණය කෙරෙන කුසලතා මොනවාද?

....

....

....

....

දැන් මුල් ළමාවිය සංවර්ධනය පිළිබඳ අත්පොතෙහි පිටු අංක 01 සිට 08 දක්වා ඇති කොටස කියවන්න. කියවීමෙන් අනතුරුව ඔබගේ පුහුණුකරු සමඟ නැවතත් ඉහත ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු සැපයීමට උත්සහ කරන්න. මෙම කාලය තුල ඔබට වෙනත් ඕනෑම ගැටළුවක්ද අසා නිරාකරණය කර ගත හැකිය.

3.4 ක්‍රියාකාරකම 03: මොළයේ මුහුකුරා යාම හා ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳ කියවීමේ අභ්‍යාසය හා දැනුම හා වැටහීම පිළිබඳ සමාලෝචනය (මිනිත්තු 30)

පහත පෙර කියවූ ප්‍රශ්න කියවා බලා මුල් ළමාවිය සංවර්ධන අත්පොතෙහි දෙවන පරිච්ඡේදය එනම්, ,මොළයේ මුහුකුරායාම හා ළමාවියේ සංවර්ධනය (පිටු 11 - 18) කියවන්න.

1. මොළය කරා උත්තේජන ළඟා වීමේ ක්‍රම 02 මොනවාද?

....
....
....
....

2. මොළය වෙත උත්තේජනයක් ළඟා වූ පසු සිදු වන ක්‍රියාවලිය කුමක්ද?

....
....
....
....

3. නියුරෝන සෛලයක කොටස් මොනවාද?

....
....
....
....

4. මොළයේ විවිධ ස්ථාන වල ඇති නියුරෝන සෛල එකිනෙක සමඟ සන්නිවේදනය කරන්නේ කෙසේද?

……
……
……
…………………………………………………………

5. උපාගම සම්බන්ධතාවයක් යනු කුමක්ද?

……
……
……
…………………………………………………………

6. උපාගම සම්බන්ධතා ගොඩ නැගෙන ක්‍රියාදාමය කෙටියෙන් විස්තර කරන්න.

……
……
……
…………………………………………………………

7. ස්නායු පරිපථ වල ගුණාත්මක භාවය හා කාර්යක්ෂම භාවය වැඩි දියුණු කරන්නේ කෙසේද?

……
……
……
…………………………………………………………

8. මොළයේ වැඩිම වශයෙන් උපාගම සම්බන්ධතා ගොඩනැගෙන වයස් කාණ්ඩය කුමක්ද?

……
……
……
…………………………………………………………

9. උපාගම නිෂේදනය වීම යනු කුමක්ද?

....
....
....
....

10. සාමාන්‍යයෙන් උපාගම නිෂේධනය සිදු වන්නේ කුමන වයස් වලදීද?

....
....
....
....

11. උපාගම නිෂේදනය හා ස්නායු පරිපථ නැවත සකස් වීම මගින් ඇති ප්‍රයෝජනය කුමක්ද?

....
....
....
....

12. මොළයේ කාර්‍යක්‍ෂමතාවය රඳා පවතින සාධක මොනවාද?

....
....
....
....

13. මොළයේ සෛල සංඛ්‍යාව තීරණය කරන සාධක මොනවාද?

....
....
....
....

14. මොළය/ ස්නායු සංවර්ධනය යන්නෙන් ඔබට වැටහෙන්නේ කුමක්ද?

………

………

………

…………………………………………………………

15. ස්නායු ප්‍රත්‍යස්ථතාවය යනු කුමක්ද?

………

………

………

…………………………………………………………

16. මොළයේ සංවර්ධනය ප්‍රධාන වශයෙන්ම සිදු වන වයස් පරාසය කුමක්ද? එය දැන ගැනිමේ වැදගත් කම කුමක්ද?

………

………

………

…………………………………………………………

17. කළල ජනන අවධියේදී මොළයේ සංවර්ධනය සිදු වන පියවර කෙටියෙන් දක්වන්න.

………

………

………

…………………………………………………………

මෙම කොටස ඔබ කණ්ඩායමක් වශයෙන් කියවිය යුතුවේ. එක් අයෙක් ඡේදයක් හඬ නගා කියවිය යුතු අතර තවත් අයෙක් එහි අරුත සාරාංශ ගත කර පැවසිය යුතුය. ඉන්පසු නැවතත් ප්‍රශ්න කියවා බලා පුහුණු කරු එම ගැටලු වලට පිළිතුරු සමාලෝචනය කරනු ඇත.

3.5 ක්‍රියාකාරකම 04: ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳ දේශනය සහ වීඩියෝ පට (මිනිත්තු 90)

මෙම කොටසේදී පුහුණුකරු විසින් ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳව ඉදිරිපත් කිරීමක් සිදු කරනු ඇත. වීඩියෝ පට කිහිපයක්ද මේ සමඟම ඔබට ඉදිරිපත් කෙරේ. දේශනය අතරතුරම ඔබට නැගෙන ගැටළු අසා විසඳා ගන්න.

04 - සංවර්ධන රටාවන් සමග හුරු පුරුදු බවක් ඇති කර ගැනීම

4.1 ඉගෙනුම් අරමුණු

i. එක් එක් වයස් කාණ්ඩයන්ට විශේෂිත වූ විවිධ සංවර්ධන පැතිකඩ වල සංවර්ධන රටාවන් පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබා ගැනීම.

4.2 ක්‍රියාකාරකම 01: වයස් විශේෂිත සංවර්ධන රටාවන් ආශ්‍රයෙන් වගුවක් ගොඩ නැගීම

කණ්ඩායම් අටකට බෙදෙන්න. මේ සඳහා 1 සිට 8 දක්වා එක් එක් අය පිළිවෙළින් ගණන් කර තමන් පැවසූ අංකය තම කණ්ඩායමේ අංකය ලෙස සැලකීමෙන් පහසුවෙන් කණ්ඩායම් 08 කට බෙදිය හැකි වේ. මෙම කණ්ඩායම් අට පිළිවෙළින් වයස මාස 03 ට අඩු, මාස 03, මාස 06, මාස 09, මාස 12, 18, 24 සහ 36 යන වයස් කාණ්ඩ වලට අනුයුක්ත කෙරේ.

සංවර්ධන රටාවන් යන පරිච්ඡේදය කියවන්න. ඔබ කණ්ඩායමට අදාල වයස් කාණ්ඩය තුල ළමුන් එම වයසට ළඟා වන විට සාමාන්‍යයෙන් අත්පත් කර ගන්නා කුසලතාවයන් වෙනම ලියා ගන්න. අවසානයේදී කණ්ඩායම එකමුතුව එම අදාල වයසෙහි දරුවකු සතු විවිධ සංවර්ධන පැතිකඩ වලට අයත් කුසලතා ලැයිස්තුවක් සකසන්න. ඉන්පසු කණ්ඩායමේ එක් සාමාජිකයෙකු කණ්ඩායමට අදාළ වයස් කාණ්ඩයක දරුවෙකු සතු සංවර්ධන කුසලතා පිළිබඳව විස්තරයක් කරන්න.

4.3 ක්‍රියාකාරකම 02: වයසත් සමග විවිධ කුසලතා පරිණාමය වන ආකාරය පිළිබඳව ඉදිරිපත් කිරීම (මිනිත්තු 15)

දරුවන් අතර ඇති ප්‍රධාන සංවර්ධන කුසලතා කිහිපයක් ඇසුරින් වයසත් සමග එම කුසලතා පරිණාමය වන අයුරු දැක්වෙන ඉදිරිපත් කිරීමක් උපදේශකවරයා විසින් කරනු ඇත.

මුල් ළමාවිය සංවර්ධනය අත්පොතෙහි 03 වන පරිච්ඡේදය - "සංවර්ධන රටාවන්" තුල මේ පිළිබඳ සවිස්තරාත්මක වාර්තාවක් ඇත. පුහුණු වැඩසටහනෙන් අනතුරුව මෙම කොටස හොඳින් කියවා බලා එවැනි තොරතුරු අවශ්‍ය සෑම විටම පරිශීලන පරිච්ඡේදයක් ලෙස මෙම කොටස භාවිතා කරන්න.

ඉදිරිපත් කිරීම කරන ආකෘතිය

වයස (මාස 03 ට අඩු/ මාස 03/ මාස 06/ මාස 09/මාස 12/මාස 18/අවුරුදු 02/අවුරුදු 03)				
දළ චාලක	සියුම් චාලක/ පෙනීම	සන්නිවේදනය/ ඇසීම	සමාජීය හා චිත්තවේගී	ප්‍රජානන

05 - සංවර්ධනයට බලපාන සාධක පිළිබඳව සමාලෝචනය

සංවර්ධනය කෙරෙහි විවිධ සාධක බලපායි. මෙම සාධක පිළිබඳ හොඳින් දැනුවත් වී සංවර්ධනය අඩාල කරන සාධක ඉවත් කිරීමටත් සංවර්ධනය වැඩි දියුණු කරන සාධක ප්‍රවර්ධනය කිරීමටත් වග බලා ගත යුතුය.

5.1 ඉගෙනුම් අරමුණු

i. සංවර්ධනය කෙරෙහි බලපාන සාධක පිළිබඳව දැනුවත් වී, තම දරුවන්ගේ ප්‍රශස්ත සංවර්ධනයක් ළඟා කර ගත හැකි වන පරිදි ජීවත් වන පරිසරය වැඩි දියුණු කරන අතර හඳුනා ගැනීමට දෙමව්පියන්ට උදව් වීම.

5.2 ක්‍රියාකාරකම 01: ප්‍රශස්ත ළමා සංවර්ධනයකට බලපාන සාධක පිළිබඳව දේශනය (මිනිත්තු 20)

දැන් ඔබට ළමා සංවර්ධනයට බලපාන විවිධ සාධක පිළිබඳව දේශනයකට සවන් දීමට හැකිය. මෙහිදී ලබා ගන්නා දැනුම ඊළඟ කොටස සඳහා ප්‍රයෝජනයට ගත හැකිය.

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

5.3 ක්‍රියාකාරකම 02: වර්තමාන ජාතික ළමා සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන තුල ළමා සංවර්ධනය ප්‍රවර්ධනයට හිතකර පරිසරයක් ගොඩනැගීම සඳහා යොදා ගත හැකි සුදුසුම අවකාශ හඳුනා ගැනීමේ කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම

ඉහත දේශනයේදී ළමා සංවර්ධනයට බලපාන සාධක අපි හඳුනා ගත්තෙමු. ඔබ දැනටමත් දන්නා පරිදි වර්තමාන ජාතික ළමා සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන තුල ඉහත සඳහන් කල සමහර සාධක ප්‍රවර්ධනයට ඉඩ ප්‍රස්ථාව ඇත. නමුත් සමහර සාධක අපට අලුතෙන් වැඩ සටහනට සමෝධානය කල යුතුය. මෙම ක්‍රියාකාරකම මගින් එලෙස දැනටමත් අමතා ඇති සාධකද අතරින් එක් කල යුතු සාධක ජාතික ළමා සෞඛ්‍ය වැඩ සටහනට ඇතුළු කළ හැකි ඉඩ ප්‍රස්ථාවන් පිළිබඳවද ඔබ විවේචනාත්මකව සාකච්ඡා කළ යුතුය.

සාකච්ඡාව (මිනිත්තු 20)

කණ්ඩායම 05 ට බෙදන්න. පහත තේමාවන් එක් එක් කණ්ඩායම සඳහා බෙදා දී ඇත.

කණ්ඩායම 01

i. ළමා පෝෂණ ප්‍රවර්ධන ක්‍රියාකාරකම්

ii. රෝග හා අනතුරු වැළැක්වීමට කෙරෙන මැදිහත් වීම

කණ්ඩායම 02

iii. දරුවන් සඳහා සුරක්ෂිත ආදරණීය සම්බන්ධතා ඇති කරලීමට ගෙන ඇති ක්‍රියාමාර්ග

iv. මානසික ආතතිය අඩු කරලීම

කණ්ඩායම 03

v. ඉගෙනීම සඳහා ඉඩ ප්‍රස්තාවන් ලබා දීම

කණ්ඩායම 04

vi. ආරක්ෂාව හා රැකවරණය ලබා දීම

vii. සංවර්ධනයට උචිත පරිසරයක් නිවස තුළ ගොඩ නැගීම

කණ්ඩායම 04

viii. සංවර්ධනය ආශ්‍රිත ගැටළු සඳහා මැදිහත් වීම

ix. හොඳ පෙනීම, ඇසීම හා ශාරීරික ක්‍රියාකාරකම් තහවුරු කිරීම්

ඔබ කණ්ඩායමට අදාළ තේමාවන් යටතේ දැනටමත් ජාතික ළමා සෞඛ්‍ය වැඩ සටහනේ ඇති තේමා කෙලෙසක ක්‍රියාත්මක වේද යන්නත් ඒ තුල නැති තේමාවන් හඳුන්වා දීමට යෝග්‍ය ආකාරයත් සාකච්ඡා කරන්න. පළමුව එක් එක් තේමාව යටතේ,

- මෙවැනි සංවර්ධනය ප්‍රවර්ධනය කරන පරිසරයක තිබිය යුතු දේ හා අවස්ථාවන් මොනවාද?
- ඒවා ළඟා කර ගත හැක්කේ කෙසේද?
- සෞඛ්‍ය පද්ධතියක් මෙම අවස්ථාවන්ට මුහුණ දෙන්නේ කෙසේද? සෞඛ්‍ය පද්ධතිය තුළ කුමන වෙනස් කිරීම් හෝ එක් කිරීම් අවශ්‍යද? මේ සඳහා ඇති බාධක කවරේද?
- එක් එක් කොටසට පහත සඳහන් කරුණු පිළිබඳ සැලකිල්ලක් දක්වන්න.

ඉදිරිපත් කිරීම (15 × 5 - මිනිත්තු 75)

කණ්ඩායම් සාකච්ඡාවෙන් පසු එක් සාමාජිකයෙක් ඉදිරිපත් කිරීමක් කළ යුතුය.

06 - සංවර්ධනය ප්‍රවර්ධනය කරන අයුරු ඉගෙනීම

මෙම කොටසෙහි ඇති අභ්‍යාස රූප නිරූපණ, ක්ෂේත්‍ර රැගුම් යන ආකාරයෙන් ඉදිරිපත් වේ. මෙමගින් ඔබ සතු සංවර්ධන ප්‍රවර්ධන කුසලතාවයන් වැඩි දියුණු කිරීමට අපේක්ෂා කෙරේ. සාර්ථක නිරූපණයක් සඳහා ඔබ සතුව ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳවත් එයට බලපාන සාධක පිළිබඳවත් පුළුල් දැනුමක් තිබිය යුතුය. පසුගිය කොටස් 05 තුළ මෙම දැනුම අත් පත් කර ගැනීමට ඔබට අවකාශ ලැබුණි. මීට අමතරව ළමා සංවර්ධන ප්‍රවර්ධන මාර්ගෝපදේශ හා ළමා සංවර්ධනය මැන බලන තාක්ෂණික දැනුමද ඔබට අවශ්‍ය වේ. තවද බහුලව පවතින සංවර්ධනය ආශ්‍රිත ගැටළු පිළිබඳවද ඔබ දැනුවත් විය යුතුය. මෙම උපදෙස් මුල් ළමාවිය සංවර්ධන අත්පොතෙහි 05 - 07 පරිච්ඡේද තුළ දක්වා ඇත.

සංවර්ධන ප්‍රවර්ධන උපදෙස් එක් එක් වයසට අනුකූලව දක්වා ඇති බව සැලකිල්ලට ගන්න.

එක් එක් රූප නිරූපණයට අදාළ වයසට ගැළපෙන සංවර්ධන ප්‍රවර්ධන කොටස කියවීමට අවශ්‍ය වේ.

මෙම කොටස පුහුණුවෙන් පසුව හොඳින් කියවීමට වග බලා ගන්න.

6.1 ඉගෙනුම් අරමුණු

i. දරුවෙකුගේ සංවර්ධන පසුබිම අගයා අඩුපාඩු හඳුනා ගැනීම ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සංරක්ෂණ නිලධාරියෙකු සතු කුසලතාවය වැඩි දියුණු කිරීම

ii. ක්ෂේත්‍රයේ මුහුණ දෙන විවිධ අවස්ථාවන්ට අනුකූල වන පරිදි ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳව තම දැනුම කුසලතා යොදා ගැනීමට ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සංරක්ෂණ නිලධාරීන් තුල ඇති හැකියාව ශක්තිමත් කිරීම

6.2 ක්‍රියාකාරකම 01: මුල් ළමාවිය සංවර්ධන අත්පොතෙහි 05 සිට 07 වන පරිච්ඡේදය දක්වා සැකෙවින් කියවන්න. (මිනිත්තු 10)

මුල් ළමාවිය සංවර්ධන අත්පොතෙහි 05 සිට 07 දක්වා පරිච්ඡේද මගින් සංවර්ධනය ප්‍රවර්ධනය කන අයුරු, සංවර්ධනය මැන බලන දර්ශක හා ළමා සංවර්ධනය ආශ්‍රිත ගැටළු පිළිබඳ විස්තරාත්මකව පැහැදිලි කර ඇත. මෙම පරිච්ඡේද හොඳින් හුරු පුරුදු වී කරුණු සැකසී ඇති රටාව හඳුනා ගැනීමෙන් පහත අභ්‍යාස කිරීමේදී අදාළ පරිච්ඡේද වෙත පහසුවෙන් යොමු විය හැකිය.

6.3 ක්‍රියාකාරකම 02: සංවර්ධනය ප්‍රවර්ධනය හා සංවර්ධන ගැටළු හඳුනා ගැනීම පිළිබඳ ඉදිරිපත් කිරීම

දැන් ඔබට සංවර්ධන ප්‍රවර්ධනයේ වැදගත්ම අංග පිළිබඳ කෙටි ඉදිරිපත් කිරීමක් කරනු ලැබේ. මෙය මුල් ළමාවිය සංවර්ධන අත්පොතේ 05 වන ඒකකය හා සම්බන්ධ වේ.

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

6.4 ක්‍රියාකාරකම 03: ළමා සංවර්ධනය පිළබඳ අවස්ථා නිරූපණය හා සම්බන්ධ කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම් (මිනිත්තු 385)

එක් කණ්ඩායමට සාමාජිකයන් 06 දෙනා බැගින් බෙදන්න. මෙම ඒකකයේදී විවිධ ක්‍රියාකාරකම් එක් එක් කණ්ඩායම් සඳහා ක්‍රියාකාරකම අනුපිළවෙළකට අනුව පැවරිය යුතු වේ. සෑම කණ්ඩායමක්ම තම කාර්යය ඉදිරිපත් කළ පසු ඊළඟ වටයේ ක්‍රියාකාරකම ආරම්භ කරයි.

මෙම අභ්‍යාසය අවස්ථා නිරූපණයන් හෝ ක්ෂේත්‍ර සිදුවීම් මත පදනම් වී ඇත. කණ්ඩායම් සාමාජිකයින් තමාට ලබා දී ඇති අවස්ථාවට අනුව සාකච්ඡා කර ලබා දී ඇති උපදෙස් අනුව ඉදිරිපත් කිරීමක් කළ යුතුය. මෙහිදී පුහුණුකරු මුලු කණ්ඩායම සඳහාම එකවර බුද්ධිය ආලෝලන සැසියක් පැවත්විය යුතුය.

6.4.1 අවස්ථා නිරූපණය 01

නිමාලි වයස අවුරුදු 24 ක් වන එක් දරු මවකි. ඇගේ දරුවා වයස දින 04 ක් වන අතර සාමාන්‍ය දරු උපතක් ලෙස බිහි කර ඇත. පෞද්ගලික ආයතනයක ලිපිකරුවෙකු වන සැමියා සහ දරුවා සමඟ නිමාලි තනිව නිවසක ජීවත් වේ. දෙවන පසු ප්‍රසව ගෘහ පිවිසුම සඳහා පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය නිවසට පැමිණෙන අවස්ථාවේ නිමාලි ආහාර පිසිමින් මුළුතැන් ගෙයි සිටින අතර දරුවා තනිවම කාමරයේ ඇඳ මත හඬමින් සිටිනු ඇයට පෙනෙයි.

භූමිකා නිරූපණය (මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම 01 ට මෙම සිද්ධිය පාදක කර ගනිමින් අවස්ථා නිරූපණයක් සිදු කරන්න. එම ඉදිරිපත් කිරීම තුළින් අදාළ සිද්ධීන් සහ එම අවස්ථා වලදී ගත යුතු පියවර නිරූපණය විය යුතු අතර මුල් පසු ප්‍රසව ගෘහ පිවිසීම් වලදී පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය විසින් ලබා දිය යුතු සේවාවන් පිළිබඳ පැහැදිලි අදහසක් ලබා දිය යුතුයි.

....

....

....

....

....

....

……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………

බුද්ධි ආලෝලන සැසිය: (මිනිත්තු 15)

නිමාලිගේ දරුවා සංවර්ධන හිතකර පරිසරයක තම ජිවිතය පටන් ගැනීමට නම් පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය තම දායකත්වය ලබා දිය යුතු ආකාරය පිළිබඳ ඔබේ පුහුණුකරු විසින් මෙහිදී බුද්ධි ආලෝලන සැසියක් පවත්වනු ලැබේ.

……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

6.4.2 සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන සැසියක් පුහුණු වීම

සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන සැසිය: (මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම 02: දෙවන පූර්ව ප්‍රසව සැසිය සඳහා ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳ සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන කතාවක් කිරීමට පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය සූදානම් වේ. මෙහි පරමාර්ථය වනුයේ ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳ මව්වරු දනුවත් කිරීම තුළින් තම නූපන් දරුවාගේ අනාගත සංවර්ධනය ප්‍රශස්ත මට්ටමකට පත් කර ගැනීම සඳහා ඔවුන් උනන්දු කර වීමයි.

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

බුද්ධි ආලෝලනය (මිනිත්තු 15)

සම්පූර්න කණ්ඩායම සමඟ පහත සඳහන් දෑ සාකච්ඡා කරන්න. එක් පුහුණුකරුවෙක් මෙම සැසිය මෙහෙය විය යුතු වේ.

1. දරුවන්ගේ සංවර්ධනය උත්තේජනය කිරීම සඳහා මව්වරුන් පෙළඹීමට නම් ඔවුන් දැන ගත යුතු හා අවබෝධ කර ගත යුතු කරුණු මොනවාද?
2. හොඳ සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපනික සැසියක තිබිය යුතු ලක්ෂණ මොනවාද?
3. සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන සැසියක් සඳහා ඔබ සූදානම් වන්නේ කෙසේද?
4. එවැනි සැසියක් සඳහා ඔබට අවශ්‍ය විය හැකි ද්‍රව්‍ය මොනවාද?

…………………………………………………………………………………………
…………………………………………………………………………………………
…………………………………………………………………………………………
…………………………………………………………………………………………
…………………………………………………………………………………………
…………………………………………………………………………………………
…………………………………………………………………………………………
…………………………………………………………………………………………
…………………………………………………………………………………………
…………………………………………………………………………………………
…………………………………………………………………………………………
…………………………………………………………………………………………

සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපනික සැසියක් පැවැත්වීම පිළිබඳ ඉදිරිපත් කිරීම (මිනිත්තු 20)

ඔබේ පුහුණුකරු විසින් සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපනය පිළිබඳ වැදගත් කරුණු මෙහිදී සාකච්ඡා කරනු ඇත.

……………………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………………..
……………………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………………..

6.4.3 දරුවෙකු සංවර්ධනය වීමට අවශ්‍ය වටපිටාව ඇගයීමට ලක් කිරීම

(මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම 03 ට මුල් ළමාවිය රැකවරණය හා සංවර්ධනය සම්බන්ධයෙන්, පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය විසින් නිවසක සොයා බැලිය යුතු විවිධ අංග පිළිබඳව කණ්ඩායම සමඟ සාකච්ඡා කරන්න. (මානසික, කායික, පෝෂණය, දැනුම, අපයෝජනය, රැකවරණය, සනීපාරක්ෂාව, සෞඛ්‍ය ආරක්ෂිත ජලය, සෞඛ්‍ය ආරක්ෂිත පුරුදු - අත් සේදීම, වැසිකිළි භාවිතය, ආසාදන වැළැක්වීම)

මෙම එක් එක් මාතෘකා සම්බන්ධව කණ්ඩායමෙන් එක් අයෙකු හෝ කිහිප දෙනෙකු කරුණු පැහැදිලි කළ යුතු වේ.

මෙයට පසු ප්‍රශස්ත ළමා සංවර්ධනයකට අවශ්‍ය වට පිටාව සම්බන්ධයෙන් වැදගත් කරුණු ආවර්ජනය කිරීමට හැකි වනු ඇත.

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

6.4.4 අවස්ථා නිරූපණය: 02

අවුරුදු 30 ක් වයසැති රුවනි, රැකියාවක නියුතු දෙදරු මවකි. ඇයගේ පළමු දරුවා අවුරුදු 04 ක් වන අතර දිවා සුරැකුම් මධ්‍යස්ථානයකදී රැකබලා ගැනේ. මෑතකදී අමතර ආහාර ආරම්භ කළ මාස 06 ක් වයසැති දෙවැනි දරුවා දිවා කාලයේදී රැකබලා ගන්නේ සේවිකාවක් විසිනි. මෙම මාස 06 ක් වන දෙවන දරුවා සෙනසුරාදා දිනයකදී බර කිරීමේ මධ්‍යස්ථානයකට රැගෙන යන රුවනි, ඔහු දුර්වල බව හා සංවර්ධන පියවර අතින් ප්‍රමාද බව පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය සමඟ පවසයි.

සාකච්ඡාව: (මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම 04 ථ මෙම මාස 06 ක් වයසැති දරුවාට බලපෑ හැකි තත්වයන් විසඳුම් සෙවීම සඳහා පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය විසින් සකස් කළ යුතු සැලැස්ම පිළිබඳව සාකච්ඡා කරයි. මවගේ ප්‍රශ්නයට අවධානය යොමු කිරීමේදී පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනය විසින් සලකා බැලිය යුතු අංශ අවධාරණය කරන්න. කණ්ඩායමේ එක් සාමාජිකයෙක් සාකච්ඡාවෙන් පසු ඒ පිළිබඳව විස්තර කළ යුතු වේ. ඉන්පසු පුහුණුකරු විසින් එම කරුනු සාරාංශගත කරන අතර, තවත් කරුණු එක් කිරීම සඳහා අනෙකුත් කණ්ඩායම් වලට අවස්ථාව ලබා දෙයි.

....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....

භූමිකා නිරූපණය: (මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම 05: පවතින පරිසරය තුළදී දරුවාගේ ඉගෙනුම් අවස්ථා වැඩි දියුණු කිරීමට ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග සම්බන්ධයෙන් මව හා පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය අතර ඇති වන සාකච්ඡාව නිරූපණය කරන්න. ඉන්පසු මග හැරුණු කරුණු පිළිබඳව සාකච්ඡා කළ යුතු වේ.

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

6.4.5 අවස්ථා නිරූපණය 03

මාස 18 ක් වයස ඇති කාවින්දි පවුලේ එකම දරුවා වේ. මවත් පියාත් රැකියාවට ගිය පසු ඇයව බලා ගන්නේ ආච්චි සහ සීයා විසින්ය. ඔවුන් සියළු දෙනා නාගරික ප්‍රදේශයක මහල් නිවසක ජීවත් වේ. කාවින්දිගේ මවත්, නැන්දම්මාත් අතර විවිධ මත ගැටුම් පවතින අතර රියදුරෙකු වූ පියා නිවසට පැමිණෙන්නේ බොහෝ රෑ බෝ වූ පසුවය. මාස 18 **DPT** එන්නත පිළිබඳව මතක් කිරීම සඳහා ප.සෞ. සේ. නිලධාරිනිය එම නිවසට ගිය විට, කාවින්දි සමාජීය අන්තර් ක්‍රියා පිළිබඳව දුර්වලතාවයක් පෙන්වන බව නිරීක්ෂණය කරන ලදී .

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

……
……
……
……
……
……
……
……
……
……
……
……
……
……
……
……
……
……

සාකච්ඡාව: (මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම 06: මෙම තත්වය යහපත් කරලීම සඳහා ප.සෞ. සේ. නිලධාරිනිය විසින් ගත යුතු ක්‍රියාමාර්ග, කණ්ඩායම තුළ සාකච්ඡා කර එක් සාමාජිකයෙක් මගින් ඉදිරිපත් කිරීමක් කළ යුතු වේ. ඉදිරිපත් කිරීමෙන් පසු උපදෙස් සපයන්නා විසින් එම කරුණු සාරාංශ ගත කරන අතර අනිත් කණ්ඩායම් වලටද කරුණු එකතු කිරීම සඳහා අවස්ථාව දෙනු ලැබේ.

……
……
……
……
……
……
……

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

භූමිකා නිරූපණය: (මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම 07: ගෘහ පිවිසීම් වලදී කාවින්දිගේ මව මුණ ගැසුණු විට මේ පිළිබඳව පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය සාකච්ඡා කරන ආකාරය ඉදිරිපත් කරන්න.

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

6.4.6 අවස්ථා නිරූපණය 04

අවුරුද්දක් වයස ඇති සෙනුරට අවුරුදු 05 ක සහ 07 ක වැඩිමහල් සොහොයුරියන් දෙදෙනෙකු සිටී. ඔහුගේ මව හසිනි ගෘහණියක් වන අතර ඇය තම දරුවන්ගේ සෞඛ්‍ය පිළිබඳව දැඩි උනන්දුවක් දක්වයි. තම ස්වාමි පුරුෂයා රැකියාවට ගිය පසු දරුවන් තිදෙනාගේම කටයුතු හසිනි තනිවම කර ගනියි. මාස 12 වන විට දරුවෙකු තනිවම ඇවිදිය යුතු බව රූපවාහිනී වැඩ සටහනක් මගින් දැන ගන්නා හසිනි, සෙනුරට තවමත් තනිව ඇවිදිය නොහැකි බැවින් සිත් තැවුලට පත්වේ. ප්‍රතිශක්තීකරණ සායනයේදී ඇය මේ පිළිබඳව ප.සෞ. සේ. නිලධාරිනියගෙන් විමසයි. එමෙන්ම සෙනුරගේ සම්පූර්ණ සංවර්ධනය හොඳද නරකද යන්න දැන ගැනීමටද ඇයට අවශ්‍ය වේ. ඔබ මෙම මවට උපකාර කරන්නේ කෙසේද යන්න සාකච්ඡා කරන්න.

සාකච්ජාව: (මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම 08: මෙම අවස්ථාවේදී ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනිය විසින් ගත යුතු ක්‍රියාමාර්ග සාකච්ඡා කරන්න.

....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....

6.4.7 අවස්ථා නිරූපණය 05

අරුණි අවුරුදු 21 ක් වයසැති එක් දරු මවක් වන අතර ඇගේ වැඩිමහල් දරුවාගේ වයස අවුරුදු 02 කි. දෙවන වරට ගැබ් ගෙන ඇති ඇයගේ ගර්භයට වයස සති 15 ක් වේ. ප්‍රදේශයේ ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනිය ගෘහ පිවිසීම සඳහා පැමිණෙන අවස්ථාවේ අරුණිගේ දරුවා හඬමින් මොර දෙමින් මවගෙන් යමක් ඉල්ලා සිටී. මේ පිළිබඳව විමසූ විට අරුණි පැවසුවේ විදුලි ඉස්ත්‍රික්කය සමඟ සෙල්ලම් කිරීමට දරුවා ඉල්ලා සිටි බවය. තවද ඔහුගේ කලබලකාරී ස්වරූපය නවතා ගැනීමට ඔහුගේ එම ඉල්ලීමට එකඟ වූ අරුණි ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනයට පවසන්නේ බොහෝ අවස්ථා වලදී දරුවාගේ කලබලකාරී ස්වරූපය අවම කර ගැනීමට ඔහුගේ එවැනි ඉල්ලීම් වලට එකඟ වීමට ඇයට සිදු වන බවයි. ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනියක් වශයෙන් ඔබ මෙම මව දැනුවත් කරන්නේ කෙසේද?

භූමිකා නිරූපණය (මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම 09: ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනිය වශයෙන් මෙම මවට උපදෙස් දෙන ආකාරය නිරූපණය කර පෙන්වන්න.

....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....

6.4.8 අවස්ථා නිරූපණය 06

මව් හවුලකට සහභාගී වීමට පැමිණෙන ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනිය වයස අවුරුදු 01 ත් 03 ත් අතර දරුවන් ඇති මව්වරුන් වන සුජානි, දීපිකා හා ලලිතාගේ කතා බහකට කන්දෙයි.

සුජානි: ඔයාලා දැක්කද අර කොළඹින් ඇවිත් පදිංචි වුන පවුල? ඒ ළමයි අපේ ළමයින්ට වඩා වෙනස්. හරිම ලස්සන නුවණක්කාර ළමයි.

දීපිකා: එයාලා පෝසත් අය වගේ පේන්නේ. අනික ඔය ළමයින්ට අර විශේෂ ගුණදායක පිටි කිරි වර්ග දෙනවා ඇති මොළේ වර්ධනයට. ඒක නිසා වෙන්න ඇති ඒ ළමයින්ගේ නුවණ වර්ධනය වෙලා තියෙන්නේ. මම දැකලා තියෙනවා ඔය කිරි පිටි වර්ග ගැන ටී වී එකෙත් කියනවා.

ලලිතා: අපි කොහොමද අපේ ළමයින්ට ඒවා අරන් දෙන්නේ. මම දැක්කා දවසක් ඒ ළමයි අමුතු සෙල්ලම් බඩු එක්ක සෙල්ලම් කරනවා. පත්තරයේත් තිබුණා සමහර සෙල්ලම් බඩු වලින් දරුවන්ව උත්තේජනය කරන්න පුළුවන් කියලා. මේ ගමේ අපට කොහේද එහෙම පහසුකම්. නේද?

සාකච්ඡාව: (මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම් 10: මෙවැනි අවස්ථාවකදී ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනිය විසින් මව්වරුන්ගේ වැරදි අදහස් හා විශ්වාස පැහැදිලි කළ යුත්තේ කෙසේදැයි කණ්ඩායම තුළ සාකච්ඡා කරන්න. තවද අවට ඇති සම්පත් භාවිතයෙන් දරුවන්ගේ සංවර්ධනයට සහය වන ආකාරය පහදන්න.

....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....

6.4.9 අවස්ථා නිරූපණය 07

තේනුජ වයස අවුරුදු 03 ක් වන පවුලේ එකම දරුවාය. මේ නිවසට පැමිණෙන ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනිය දුටු තේනුජ ඇය පිළිගැනීමට නිවසෙන් පිටතට පැමිණීමට සැරසෙයි. මේ දුටු ඔහුගේ මව "දුවන්න එපා ඔයා වැටෙයි. එළියට යන්න එපා, විෂබීජ තියෙනවා ඔයා ලෙඩ වෙයි." යැයි පවසමින් දරුවා ඔසවා ගෙන ගොස් සීයාගේ අතෙහි තබයි. ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනිය මෙම නිවසට පැමිණෙන්නේ අවුරුදු 03 සම්පූර්ණ වීමේදී ලබා දිය යුතු එන්නත පිළිබඳව මව දැනුවත් කිරීමටයි.

මේ අතර දරුවාට මුං ඇට කැවීමට සූදානම් වන සීයාට දරුවාගේ ආච්චී බැන වදින්නේ සීතල කෑම දී ඔහු දරුවා ලෙඩ කිරීමට උත්සහ දරන බවක්ද මුං ඇට දරුවාට හිර විය හැකි බවද පවසමිනි.

භූමිකා නිරූපණය: (මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම 01: මෙම අවස්ථාව ගැන ඔබගේ අදහස් දක්වන්න. ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනිය විසින් මෙවැනි පවුලකට මුල් ළමාවිය සංවර්ධනය පිළිබඳ දැනුවත් කිරීමක් කළ යුතු ආකාරය කණ්ඩායම තුළ සාකච්ඡා කර ඉදිරිපත් කිරීමක් කර පෙන්වන්න.

....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....

6.4.10 අවස්ථා නිරූපණය 08

පාරේ ගමන් කරන ඔබට මඟදී නිලුපා මුණ ගැසේ. ඇය, ඇයගේ දියණිය වන නුහන්සි අමතර පන්තියක් නිම වී නිවසට ගෙන යමින් සිටින්නීය. නිලුපා, මග දිගටම දරුවාට බැණ වදින ආකාරයද ඔබට ඇසේ. "මේ ළමයට නම් මොළේ නෑ. වචනයක් ලියා ගන්න තාම බෑ. බලන්න, අනික් ළමයි ලස්සනට ලියනවා. ඔය ළමයා ශිෂ්‍යත්ව විභාගේ පාස් වෙන්නේ කොහොමද ඔය විදිහට. හැම වෙලේම සෙල්ලම, සෙල්ලම." යැයි කියමින් මව බැණ වැදුනාය. නුහන්සිගේ දෑස කඳුළින් බරවී ඇත. ඇය බිම බලාගෙන සෙමෙන් ගමන් කරයි. නුහන්සි වයස අවුරුදු 05 ක් වන අතර ඇයගේ ප්‍රතිශක්තිකරණ එන්නත ලබා ගැනීමටද නොපැමිණි බව ඔබේ මතකයට නැගේ.

භූමිකා නිරූපණය: (මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම 02: මෙම අවස්ථාව අධ්‍යනය කර ඔබ මවට උපදෙස් දෙන්නේ කෙසේදැයි කණ්ඩායම තුළ සාකච්ඡා කරන්න. එම අවස්ථාව නිරූපණය වන පරිදි භූමිකා නිරූපණයක් කර පෙන්වන්න.

……………………………………………………………………………………………………..
……………………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………………..
……………………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………………..
……………………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………………..
……………………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………………..

6.4.11 අවස්ථා නිරූපණය 09

සනුක තුන් හැවිරිදි දරුවකු වන අතර තම සීයා, ආච්චී හා පියා සමඟ නිවසේ ජීවත් වෙයි. ඔහුට වැඩිමහලු සහෝදරියන් දෙදෙනෙකු සිටින අතර මව මැද පෙරදිග රැකියාවේ යෙදේ. ඔබ නිවසට ඇතුළු වන විට පවුලේ සැම දෙනාම වටවී සනුකට තරවටු කරන අතර සනුකගේ පියා ඔහුට බැණ වදිමින් පහර දෙනු පෙනේ. **"**මේ ළමයා නම් මහ බූරුවෙක්. කිසිම දෙයක් හරියට කර ගන්න බැහැ. මොනවට ඉපදුනාද මම දන්නේ නෑ. අර අක්කලා දෙන්නගෙන් මට මෙච්චර කරදර තිබුනේ නෑ.**"** වැනි දේ පවසමින් පියා දරුවාට බැණ වදියි. පවුලේ කිසිවෙකු දරුවා රැක ගැනීමට උත්සහ නොකරයි. මෙසේ තරවටු කිරීමට හේතුව ඔබ විමසූ විට පියා පවසන්නේ තමාට අත්‍යවශ්‍ය ලිය කියවිලි මත සනුක චිත්‍ර ඇඳ ඇති බවයි.

භූමිකා නිරූපණය: (මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම 03: මෙවැනි සිදු වීමකදී සිදු වන ක්‍රියා දාමයන්ගේ අහිතකර බලපෑම් කණ්ඩායම තුළ සාකච්ඡා කරන්න. මෙවැනි අවස්ථාවකදී ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනිය මුහුණ දෙන අපහසුතා මොනවාද? මෙම අවස්ථාව පිළිබඳව භූමිකා නිරූපණයක් ඉදිරිපත් කරන්න.

....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....

6.4.12 අවස්ථා නිරූපණය 10

දෙහැවිරිදි පියූෂා දැරියට පැපොල රෝගය වැළඳුන බව දැන ගත් පසු ඔබ ඇය බැලීමට යාමට තීරණය කරන්නේ ඇය අඩු බර දරුවෙකු නිසාය. ඔබ එම නිවසට යන විට දරුවා වාතාශ්‍රය නැති අඳුරු කාමරයක තබා ඇති අතර ඇගේ මිත්තණිය ඇයට කිරි හොදි සමඟ බත් පමණක් ලබා දෙයි.

භූමිකා නිරූපණය: (මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම 04: මෙවැනි අවස්ථාවක් ඔබ අධ්‍යනය කළ යුතු ආකාරය හා එහිදී ඔවුන් දැනුවත් කළ යුතු ආකාරය පහදන්න. මේ සඳහා නිරූපණයක් උපයෝගී කර ගන්න.

....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....

6.4.13 අවස්ථා නිරූපණය 11

විජිතා හා රත්නපාලගේ මාස 09 ක් වයසැති දරුවාගේ එන්නත පිළිබඳ දැනුවත් කිරීම සඳහා ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනිය එම නිවසට ඇතුළු වේ. අපිළිවෙළට ඇති නිවසේ සාලයේ දරුවා තනිවම සිටින අතර මව ඉල්ලමින් කෑ ගසයි. මුලුතැන් ගෙයි ආහාර පිසින විජිතා දරුවාට කෑ ගසමින් සාලයටත් නැවත මුලුතැන් ගෙයටත් දිව යයි. ඔබට දිස් වන්නේ විඩාබර වූ කෘශ දරුවෙකි. රත්නපාල කුලී වැඩ කර මුදල් උපයන අතර ඔවුනට තවත් වයස අවුරුදු 07, 05 හා 03 වන දරුවන් තිදෙනෙකු සිටී. මෙම දරුවන්ගේ වැඩ කර ගැනීමට වෙනත් කිසියම් සහයෝගයක් ඔවුනට නැත.

භූමිකා නිරූපණය: (මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම 05: භූමිකා නිරූපණය මගින් මෙවැනි සිදුවීමක ඇති අයහපත් ප්‍රතිඵල හා ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනිය මෙවන් පවුලකට උපදෙස් හා උපකාර ලබා දිය යුතු ආකාරය පහදන්න.

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

6.4.14 අවස්ථා නිරූපණය 12

වයස අවුරුදු 20 ක් වන අමාලි මීට මාස 03 කට කලින් තම පළමු දරුවා ප්‍රසූත කළාය. සැමියා වන නුවන් 25 හැවිරිදි ත්‍රී රෝද රථ රියදුරෙකි. ඔවුන් විවාහයෙන් පසු සතුටින් කල් ගෙවූ යුවලකි.

දිනක් මඟදී ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනියට මුණ ගැසුනු නුවන් තම බිරිඳගේ මෑතක සිට පවතින වෙනස්කම් ගැන ඇයට පවසයි. දරුවා බලා ගැනීමට පවා අපොහොසත්ව ඇති අමාලි හේතුවක් නොමැතිව හදිසියේ හඬා වැටෙන බවත්, රාත්‍රියට දරුවා නිදා සිටින විටත් නොනිදා සිටින බවත් පවසයි. තවද ඇය තම පිරිසිදු බව හෝ ඇඳුම් පැළඳුම් ගැන පවා උනන්දු නොවන අතර සමහර විට දරුවා ගැනද නොබලන බව ඔහු පවසයි. දරුවාට යම් ප්‍රශ්නයක් ඇතැයි පවසමින් සැම විටම දුක් වන බවද ඔහු කියා සිටියි.

ඉන්පසු අමාලිගේ නිවසට යන ඇයට පෙනෙන්නේ අපිළිවෙළට තිබුණු නිවස තුළ අමාලි කනස්සලු ස්වභාවයකින් සිටින බවයි. ඇය දුටු විට අමාලි පවසන්නේ දරුවාට යම් කිසි ප්‍රශ්නයක් ඇති බවය. නමුත් පෙනෙන ආකාරයට දරුවා නීරෝගී වන අතර සංවර්ධනයද වයසට උචිත වේ.

සාකච්ඡාව හා කර පෙන්වීම: (මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම 06: මෙම අවස්ථාව තුළ ඇති ප්‍රශ්න හඳුනා ගැනීමට කණ්ඩායම තුළ සාකච්ඡා කරන්න. තවද ප.සෞ .සේ. නිලධාරිනිය විසින් අමාලිගේ මානසික තත්වය හඳුනා ගන්නා ආකාරය පහදන්න. මෙවැනි අවස්ථාවකදී ක්‍රියා කළ යුතු ආකාරය සඳහා සැලැස්මක් සකස් කර ඉදිරිපත් කිරීමක් කරන්න.

……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………

6.4.15 අවස්ථා නිරූපණය 13

පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය, මාලාගේ සහ ගාමිණීගේ නිවසට ගියේ ඔවුන්ගේ වයස අවුරුදු දෙකහමාරක් වයසැති දරුවා වන සුපුන් මීට සති කිහිපයකට පෙර උඩකින් වැටීම නිසා රෝහල් ගත වී සිටතිබූ බැවිනි. ඇය නිවසට යන විට ගාමිණී පුවත් පතක් කියවමින් සිටි අතර මාලා රෙදි සෝදමින් සිටියාය. එම අවස්ථාවේදී සුපුන් බිම වාඩි වී සෙල්ලම් කරමින් සිටියේය. ඔවුන්ගේ රූපවාහිනියද ක්‍රියාත්මක වී තිබූ අතර ස්විචයට වයර් කිහිපයක් සම්බන්ධ වී තිබුණි. සෙල්ලම් කරන අතරතුර දරුවා වයර් අදිමින් සහ ස්විචය ගලවමින් සෙල්ලම් කිරීමට තැත් කළ අතර පුවත් පත කියවමින් සිටි ගාමිණී මෙය නොදුටුවේය. දරුවා වයර් වලින් අදින විටම ස්විචයෙන් ගිනි පුළිඟුවක්ද විහිදුනි.

සාකච්ඡාව හා භූමිකා නිරූපණය: (මිනිත්තු 30)

කණ්ඩායම 07: නිවසේදී සහ සමාජයේ සිටින විට දරුවන්ට අනතුරු සිදු විය හැකි ආකාරයත්, එම අනතුරු හා තුවාල වීම් වළක්වා ගැනීමට රැකබලා ගන්නන් සිදු කළයුතු දෑත් කණ්ඩායම තුළ සාකච්ඡා කරන්න. එමෙන්ම හදිසි අනතුරු වලින් දරුවන්ට ඇතිවිය හැකි බලපෑමද සාකච්ඡා කරන්න.

සාකච්ඡාවෙන් පසු හදිසි අනතුරු සහ තුවාල වීම් වැළැක්වීම් පිළිබඳව සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන සැසියක් පවත්වන අයුරු රඟ දක්වන්න. මෙහිදී කණ්ඩායමේ එක් අයෙක් ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනිය ලෙසත් ඉතිරි අය මව්වරුන් ලෙසත් රඟ පෑ යුතුය.

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

6.4.16 අවස්ථා නිරූපණය 17

දවසේ ගෘහ පිවිසීම් වල යෙදෙන ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනිය, කමලා හා බණ්ඩාරගේ නිවසට පැමිණෙයි. නිවසේ සිටින හතර හැවිරිදි පෙර පාසල් දරුවා එදින පාවන තත්වයක් නිසා පෙර පාසල් නොගොස් නිවසේ සිටී. ගෙහිමි බණ්ඩාර කුඹුරට යාමට සැරසෙන අතර කමලා නිවස පිටුපස යම් කාර්යයක නිරත වෙමින් සිටී. ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනිය නිවසේ පිටු පසට පැමිණෙන විට දකින්නේ වැසිකිළියෙන් පිටතට පැමිණෙන දරුවා සහ ඔහු සේදීමෙන් පසු පැමිණෙන කමලාය.

ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනිය පිළිගනිමින්ම කමලා ළිඳ වෙත යන අතර ඇයගේ අතේ තිබූ බාල්දියටම ජලය පුරවා ගෙන එම ජලය සහිත බාල්දිය නිවසේ මුලුතැන් ගෙයට ගෙන යයි

.

මෙහිදී කමලා තම දරුවා සේදීමෙන් පසු සබන් යොදා දෑත් සෝදා නොගත් බවත් වැසිකිළියට ජලය ගෙන ගිය බඳුනටම මුළුතැන් ගෙයටත් ජලය ගෙන ගිය බවත් ප.සෞ.සේ. නිලධාරිනිය නිරීක්ෂණය කරයි.

සාකච්ජාව හා බුද්ධි ආලෝලන භූමිකා නිරූපණය: (මිනිත්තු 30

කණ්ඩායම 08: දරුවෙකුගේ වර්ධනය සඳහා, ජල පවිත්‍රතාව හා සනීපාරක්ෂාව වැදගත් වන ආකාරය කණ්ඩායම තුළ සාකච්ජා කරන්න.

ජල පවිත්‍රතාවය හා සනීපාරක්ෂාව මගින් දරුවන්ගේ සෞඛ්‍ය හා වර්ධනය පිළිබඳව ගැටළු මග හරවා ගැනීමට ප.සෞ .සේ. නිලධාරිනිය විසින් ක්‍රියාත්මක කළ හැකි මූලෝපායන් පෙළගස්වන්න. ඔබ අතරින් එක් අයෙක් බුද්ධි ආලෝලන සැසියක් පවත්වන අතර අනෙකුත් කණ්ඩායම් සාමාජිකයන් සායනයට සහභාගී වන දෙමව්පියන් ලෙස සලකන්න.

……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………
……………………………………………………………………………………………

6.4.17 දෙමව්පියන් සඳහා පණිවිඩ (මිනිත්තු 90)

දරුවෙකුගේ සංවර්ධනයට බලපාන සියළුම අංශ පාහේ ඔබ මේ වන විට ඉගෙන ගෙන ඇත. උදාහරණ ලෙස ආහාර ලබා දීම, මෘදු ආදරණීය රැකවරණය, රෝගාබාධ සඳහා ප්‍රතිකාර කිරීම, මානසික ආතතිය වැළැක්වීම, මනෝ සමාජීය උත්තේජනය යන සියල්ලම දරුවෙකුගේ සංවර්ධනය සඳහා වැදගත් වේ.

කණ්ඩායම 06 කට බෙදෙන්න. මුල් ළමාවියේ දරුවන් සිටින දෙමව්පියන් සඳහා ලබා දිය යුතු මූලික පණිවිඩ සැකසීම එක් එක් කණ්ඩායමෙන් අපේක්ෂා කෙරේ.

පහත සඳහන් පරිදි කණ්ඩායම් අතරේ මාතෘකා බෙදා ගන්න.

01 වන කණ්ඩායම	පොදු පණිවුඩ
02 වන කණ්ඩායම	දරු උපතේදී හා ඊට ආසන්නයේ (පෙර හා පසුව) ලබා දිය යුතු පණිවුඩ
03 වන කණ්ඩායම	දරුවාගේ පළමු මාස 06 ඇතුළත
04 වන කණ්ඩායම	දරුවාගේ දෙවන මාස 06 ඇතුළත
05 වන කණ්ඩායම	දෙවන වසර තුළ (අවුරුදු 01 සිට 02 දක්වා)
06 වන කණ්ඩායම	තුන්වන වසර සිට 05 වන වසර දක්වා (අවුරුදු 2, 3, 4)

ඉහත සඳහන් කළ වයස් කාණ්ඩ වල දරුවන් සිටින සහ පොදුවේ මව්වරුන් සහ පියවරුන් දැනුවත් කිරීම සඳහා ප්‍රජා සෞඛ්‍ය සේවකයෙක් ලෙස ඔබට භාවිතා කළ හැකි මූලික පණිවුඩ ඇතුළත් ඉදිරිපත් කිරීමක් (Presentation) සෑම කණ්ඩායමක්ම සිදු කළ යුතු වේ.

07 - ළමා සංවර්ධනය සහ විශේෂ අවශ්‍යතා ඇති ළමුන් සඳහා වන ජාතික වැඩ සටහන

7.1 ඉගෙනුම් අරමුණු

1. බහුලව පවතින ළමා සංවර්ධනය ආශ්‍රිත ගැටළු සහ ඒ සම්බන්ධව ප්‍රජා සෞඛ්‍ය සේවකයන්ගේ කාර්ය භාරය පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබා ගැනීම

7.2 ක්‍රියාකාරකම 01: ළමා සංවර්ධනයේ ප්‍රමාදයන් හා ගැටළු පිළිබඳ කියවීමේ අභ්‍යාසය (මිනිත්තු 60)

ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳ අත්පොතේ 07 වන ඒකකය (පිටු අංක 221 සිට 232 දක්වා) බහුලව පවතින සංවර්ධනය ආශ්‍රිත ගැටළු විස්තර කර ඇත. එම ඒකකය කියවා පහත දක්වා ඇති මාතෘකා වලට අදාළව ඉදිරිපත් කිරීමක් සකස් කරන්න.

කණ්ඩායම් 05 කට බෙදෙන්න. පහත දක්වා ඇති පහෙන් එක් මාතෘකාවක් බැගින් කණ්ඩායමකට ලබා දෙනු ලැබේ. කණ්ඩායමේ සියළු දෙනාම අදාළ කරුණු නිහඬව කියවා ගත යුතු අතර පුහුණුකරු විසින් නම් කරන සාමාජිකයා හෝ සාමාජිකාව ඉදිරිපත් කිරීම සිදු කළ යුතු වේ.

1. මනෝ වික්ෂිප්තභාව පරාසයේ දුබලතා (Autism Spectrum Disorders)
2. මන්ද අවධානිත අධි ක්‍රියාකාරිත්වය (Attention Deficit Hyperactivity Disorder)
3. මස්තිෂ්ක ආඝාතය (Cerebral Palsy)
4. ඇසීමේ හා පෙනීමේ දුර්වලතා
5. බුද්ධිමය ඌනතාවය

....

....

....

....

7.3 ක්‍රියාකාරකම 02: වීඩියෝ දර්ශනයක් ආශ්‍රයෙන් සිදු කරන අභ්‍යාසය (මිනිත්තු 30)

ඉහත සඳහන් කළ සංවර්ධන ආශ්‍රිත ගැටළු පවතින දරුවන්ගේ ලක්‍ෂණ මෙම වීඩියෝ පට මගින් ඔබට දැක ගත හැකි වේ.

08 - මුල් ළමාවිය රැකවරණය සහ සංවර්ධන පිළිබඳ කාර්යයන් සැලසුම් කිරීමේ අභ්‍යාසය

8.1 ඉගෙනුම් අරමුණු

1. යෝජිත මුල් ළමාවිය රැකවරණය හා සංවර්ධනය පිළිබඳ උපාය මාර්ග තේරුම් ගැනීම සඳහා වත්මන් ළමා සෞඛ්‍ය වැඩ සටහනට එම මැදිහත්වීම් ඒකාබද්ධ කළ යුත්තේ කෙසේද යන්න සැලසුම් කිරීම.

8.2 ක්‍රියාකාරකම 01: මුල් ළමාවිය රැකවරණය සහ සංවර්ධනය පිළිබඳ වැඩ සටහනෙහි නව උපාය මාර්ග ඉදිරිපත් කිරීම

මුල් ළමාවිය රැකවරණය සහ සංවර්ධනය පිළිබඳ යෝජිත නව උපාය මාර්ග පිළිබඳ ඉදිරිපත් කිරීමක් ඔබේ පුහුණුකරු විසින් සිදු කරනු ලැබේ. මෙම පොතේ උප ග්‍රන්ථය මගින් එය සවිස්තරාත්මකව ඉදිරිපත් කර ඇත.

....

....

....

....

....

....

....

8.3 ක්‍රියාකාරකම 02: ඒකාබද්ධ සැලසුම් කිරීම පිළිබඳ කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම

කණ්ඩායම් 03 කට බෙදෙන්න. පවතින ළමා සෞඛ්‍ය වැඩ සටහනට, ළමා සංවර්ධන ක්‍රියාකාරකම් ඒකාබද්ධ කරන්නේ කෙසේද යන්න මෙහිදී සාකච්ඡා කරන්න. මෙහිදී ළමා සෞඛ්‍ය සම්බන්ධයෙන් ප්‍රජා සෞඛ්‍ය සේවකයන්ගේ රාජකාරි කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීමද අපේක්ෂා කෙරේ.

ඒ සඳහා ඉලක්ක විය යුතු කරුණු

1. ඉලක්ක කණ්ඩායම හඳුනා ගැනිම සහ වැඩ ප්‍රමාණය

2. මූලික කාර්යයන් මොනවාදැයි හඳුනා ගැනීම
   a) ළමා සංවර්ධනය ප්‍රවර්ධනය සඳහා රැකබලා ගන්නන් බලාත්මක කිරීම
   b) ළමා සංවර්ධනය ආශ්‍රිත ගැටළු සඳහා පරීක්ෂා කිරීම
   c) විශේෂ අවශ්‍යතා සහිත දරුවන් අදාළ ස්ථාන වලට යොමු කිරීම සහ පසු විපරම් කිරීම

3. මව්වරුන් (පවුල්) වෙත ළඟා වීමේ උපක්‍රම

4. මව්වරුන් බලාත්මක (empower) කිරීම සඳහා යොදා ගත හැකි ක්‍රම

5. සංවර්ධනය සඳහා දරුවන් පරීක්ෂා කළ යුතු ආකාරය සහ එය කළ යුත්තේ කුමන අවස්ථාවේද යන්න

6. ඔබේ දිනපතා රාජකාරි වලට ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳ වැඩ කටයුතු ඒකාබද්ධ කරන්නේ කෙසේද යන්න

7. ළමා සංවර්ධනය ප්‍රවර්ධන වැඩ සටහන් සඳහා අවශ්‍ය වන දැනුම සහ කුසලතා

8. වැඩ කටයුතු සැලසුම් කර ගැනීම

9. ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳ වැඩ කටයුතු තමන් විසින්ම ඇගයීමට ලක් කිරීම.

සාකච්ඡා කළ කරුණු පිළිබඳ ඉදිරිපත් කිරීමක් සෑම කණ්ඩායමකින්ම එක් සාමාජිකයෙකු විසින් සිදු කළ යුතු වේ.

……
……
……
……………………………………………………………………………………………………….....
……
……
……
……
………………………………………………………………………………………………………..
………………………………………………………………………………………………………..

09 - උපග්‍රන්ථය

9.1 යෝජිත ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳ වැඩ සටහන

ළමා සුභ සාධනය ප්‍රශස්ථ මට්ටමකට ගෙන ඒම, විවිධ පැතිකඩයන්ගේ උපාය මාර්ගික මැදිහත්වීම් ක්‍රියාත්මක කිරීම මත රදා පවතී. එනම්,

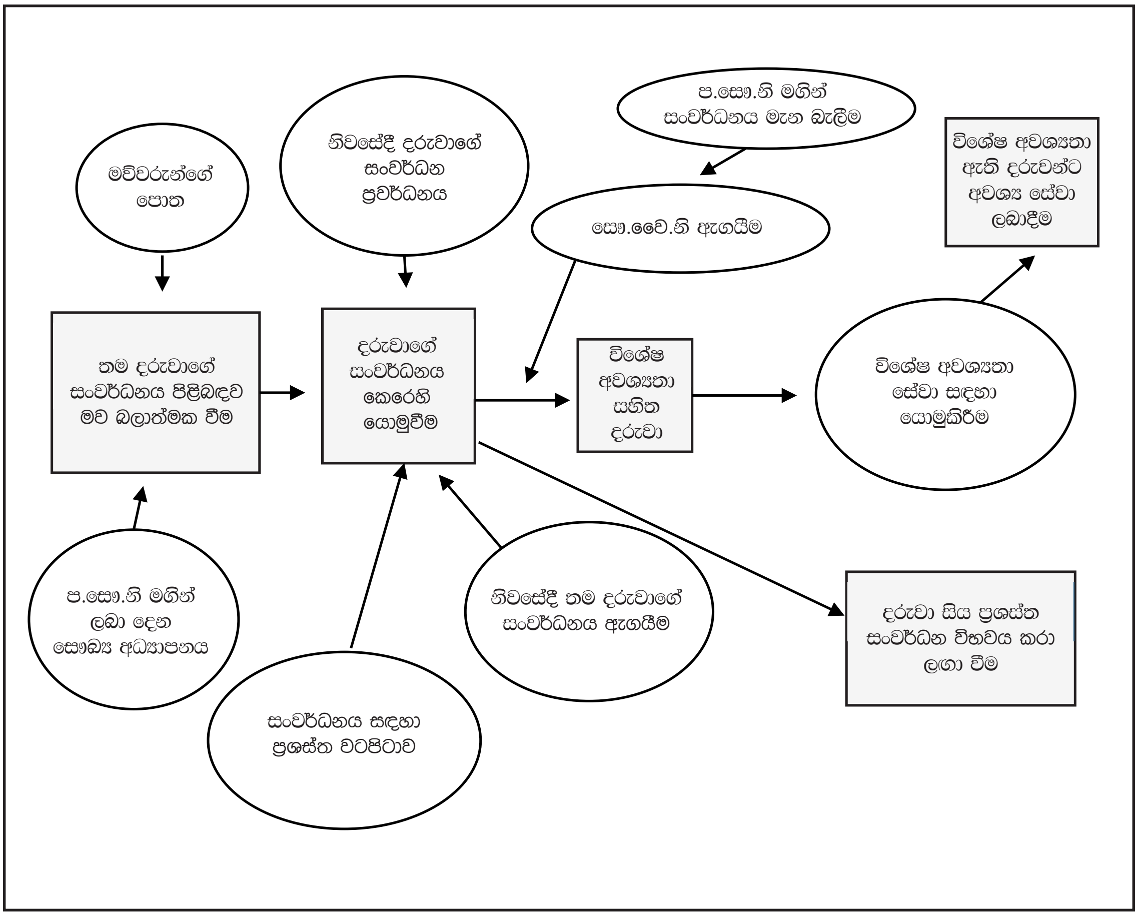
1. ආරක්ෂිත සහ සෞඛ්‍යමත් ගර්භනීභාවයන්
2. මව් කිරි පමණක් ලබා දීම (මුල් මාස 06 දී)
3. ගර්භනී මව්වරුන්ගේ සහ දරුවන්ගේ වර්ධනය මැන බැලීම සහ පෝෂණ තත්වය ප්‍රවර්ධනය කිරීම
4. ප්‍රතිශක්තීකරණය
5. බහුලව පවතින රෝග වන පාචනය, ශ්වසන මාර්ගයේ ආසාදන සඳහා ඉක්මනින් අවධානය ලබා දීම
6. අනතුරු සහ තුවාල වීම් වලින් ආරක්ෂා කිරීම
7. ප්‍රමාණවත් සනීපාරක්ෂක පහසුකම්, සෞඛ්‍යාරක්ෂිත ජලය සහ ආහාර ඇති බවට සහතික වීම
8. ආරක්ෂාව සැලසීම සහ අපයෝජනයන් වැළැක්වීම
9. සංවර්ධනය උත්තේජනය මගින් ඉගෙනුම් අවස්ථා වැඩි කරලීම
10. විශේෂ අවශ්‍යතා සඳහා අවධානය යොමු කිරීම
11. ඉහත සඳහන් කළ කරුණු පිළිබඳව දෙමව්පියන් බලාත්මක කිරීම (අවශ්‍ය තොරතුරු සැපයීම සහ ඔවුන්ගේ කුසලතා හා විශ්වාසනීයත්වය වැඩි දියුණු කිරීම මගින්)

ඉහත සඳහන් කල කරුණු අතරින් සංවර්ධන ප්‍රවර්ධනය සහ විශේෂ අවශ්‍යතා සඳහා රැකවරණය සැලසීම අපගේ ප්‍රජා සෞඛ්‍ය පද්ධතියට සාපේක්ෂව අලුත් මාතෘකාවන් වේ. එනිසා මෙම පුහුණුව ප්‍රධාන ලෙසම ඉලක්ක කරන්නේ එම කරුණු දෙකයි. ඔබ දැනටමත් දන්නා පරිදි දරුවෙකුගේ සංවර්ධනය වේගවත්ව හා ඉතා කාර්යක්ෂමව සිදු වන්නේ මුල් අවුරුදු කිහිපය තුළදීය. ඒ අනුව බොහෝ මැදිහත්වීම් මුල් ළමාවිය ඉලක්ක කර ගනිමින් සිදු කරයි.

ළමා සංවර්ධනය සහ විශේෂ අවශ්‍යතා පිළිබඳ වැඩ සටහනෙහි ප්‍රධාන අරමුණු 03 කි. එනම්,

1. ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳව දෙමව්පියන් බලාත්මක කිරීම
2. විධිමත් ලෙස ළමා සංවර්ධනය මැන බැලීම
3. විශේෂ අවශ්‍යතා සඳහා සුදුසු මැදිහත්වීම් ලබා දීම

රූපය 01 - ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳ මැදිහත්වීම් දැක්වෙන රූප සටහන



දරුවෙකුගේ ජාන විසින් තීරණය කරන ලද සංවර්ධන විභවය ළඟා කර ගැනීමට කළ හැකි වඩා වැදගත්ම දෙය වන්නේ, ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳව දෙමව්පියන් බලාත්මක කිරීමයි. සංවර්ධනය සඳහා උපකාරී වන ප්‍රශස්ත කායික සහ මානසික පරිසරය, සංවර්ධනය ප්‍රවර්ධනය කිරීම, සංවර්ධනය මැන බැලීම සහ ඇගයීම සහ ගැටලු ඇති වූ විට උපකාර සෙවිය යුත්තේ කුමන අවස්ථාවල, කුමන ස්ථානයෙන්ද යනාදී කරුණු දෙමව්පියන් (විශේෂයෙන්ම මව) විසින් දැන සිටිය යුතු වේ.

ඉහත කරුණු සම්බන්ධයෙන් මව්වරුන් දැනුවත් කිරීමට, යෝජිත ළමා සංවර්ධනය පිළිබඳ වැඩ සටහන මගින් ප්‍රවේශයන් කිහිපයක් සකසා ඇත. එනම්,

a) දෙවන පූර්ව ප්‍රසව සැසියේදී සහ අනෙකුත් ළමා සායන වලදී මේ පිළිබඳව මව්වරුන් දැනුවත් කිරීම

b) දෙවන පූර්ව ප්‍රසව සැසියේදී මව්වරුන් වෙත සංවර්ධනය පිළිබඳ ලියවුණු පොතක් ලබා දීම. මෙම පොත අලුතින් සකස් කර ඇති අතර මුල් ළමාවිය සංවර්ධනය පිළිබඳ අත්‍යාවශ්‍යයෙන් මව්වරුන් දැන ගත යුතු කරුණු සියල්ලක්ම පාහේ එහි අන්තර්ගත වේ. සෑම මවකටම මෙය ලැබෙන පරිදි වැඩ පිළිවෙළක් සකස් කරනු ලැබේ. එහි අඩංගු කරුණු විවිධ වයස් සීමාවන් ඉලක්ක වන පරිදි වෙන් කර දක්වා ඇත. (උදාහරණ: පළවන සතියේදී ලැබිය යුතු පණිවුඩ, පළමු මාස 06 දී ලැබිය යුතු පණිවුඩ, දෙවන මාස 06 දී ලැබිය යුතු පණිවුඩ ආදී වශයෙන්). මෙම පොත නිවසේ තබා ගෙන දරුවාගේ අදාළ වයස් වලදී අවශ්‍ය කරුණු කියවා ගැනීමට අවස්ථාව ලබා දීම එහි අරමුණයි. තවද පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනීන් මෙම පොතේ අඩංගු කරුණු හොඳින් අවබෝධ කර ගෙන, සායන වලදී සහ ගෘහ පිවිසීම් වලදී මව්වරුන් දැනුවත් කරුනු ඇතැයි බලාපොරොත්තු වේ.

c) ඉහත සඳහන් කල ප්‍රවේශයන් ශක්තිමත් කිරීම සඳහා ජන මාධ්‍යය සහ පෝස්ටර් යොදා ගැනීම.

සංවර්ධනය පිළිබඳ මව්වරුන් දැනුවත් වී විශ්වාසනීයත්වයක් ගොඩ නැගුනු විට, තම දරුවාගේ සංවර්ධනය සඳහා අවශ්‍ය ප්‍රශස්ත වටපිටාවක් ඇති කිරීමටත්, අවශ්‍ය තරම් අවස්ථාවන් ලබා දීමටත්, සංවර්ධනය මැන බැලීමටත් ඔවුන්ට හැකියාව ලැබේ. එමෙන්ම සංවර්ධනය ආශ්‍රිතව යම් ගැටළුවක් ඇති විට ඒ සඳහා අවශ්‍ය සහය පැතීමටද ඔවුන්ට හැකියාව ලැබේ.

දැනට භාවිතා වන සංවර්ධනය පිළිබඳ දර්ශක සහ පණිවිඩද යථාවත් කිරීමට බලාපොරොත්තු වන අතර ඒ පිළිබඳව මව්වරුන් දැනුවත් කිරීම පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනීන්ගෙන් අපේක්ෂා කෙරේ. ළඳරු සෞඛ්‍ය සංවර්ධන සටහනට අනුව මව්වරුන් දරුවාගේ සංවර්ධනය පිළිබඳ විමසිලිමත්ද යන්න නිතිපතා සොයා බැලීමද පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරින්ගේ වගකීමකි.

ඊට අමතරව පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනීන් විසින් වයස මාස 09, 18, 24 හා 36 දී තමා භාරයේ සිටින සියළුම දරුවන්ගේ සංවර්ධනය විධිමත්ව මැන බැලීමටද තීරණය කර ඇත. මෙම අවශ්‍යතාවය සපුරාලීම සඳහා සෑම පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියක් විසින්ම මසකට දරුවන් 20 ක් වත් පරීක්ෂා කිරීමට සිදු වේ. මෙම කාර්යය සඳහා අප රටට ගැළපෙන පරිදි සංවර්ධන දර්ශක සහ නිර්දේශ සකස් කරමින් පවතී.

ඉහත පරීක්ෂාවේදී සංවර්ධනය පිළිබඳව යම් ගැටළුවක් ඇතැයි සැක කෙරෙන දරුවන් පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය විසින්, සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි වෙත යොමු කළ යුතු වේ. මේ සඳහා මසකට දෙවරක් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි විසින් ළමා සංවර්ධන සායන පැවැත්වීම නිර්දේශ කර ඇත. එම සායන වලදී යොමු කරන ලද දරුවන් සංවර්ධන ගැටළු හෝ ප්‍රමාදයන් ඇත්දැයි සොයා බැලීම සඳහා සායනිකව පරීක්ෂා කිරීම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරිවරයාගේ වගකීම වේ.

සෑම දිස්ත්‍රික්කයකටම ද්වීතික ළමා සංවර්ධන මධ්‍යස්ථානයක් ඉදි කිරීම මෙම වැඩ සටහනේ තවත් අරමුණකි. සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරින්ට මෙම මධ්‍යස්ථානය වෙත සංවර්ධන ගැටළු සහිත දරුවන් යොමු කළ හැක. ප්‍රජා ළමා රෝග විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙක්, වෛද්‍ය නිලධාරීන්, භාෂා සහ කථන චිකිත්සකවරයෙක්, වෘත්තීය චිකිත්සකවරයෙක් සහ භෞත චිකිත්සකවරයෙක් විසින් මෙම මධ්‍යස්ථානය මෙහෙයවනු ලබයි. එනිසා ද්වීතික ළමා සංවර්ධන මධ්‍යස්ථානය, විශේෂ අවශ්‍යතා ඇති ළමුන් පිළිබඳ විශේෂඥ ආයතනයක් ලෙස සැලකිය හැක.

සටහන්

සටහන්

සටහන්

සටහන්

....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....

සටහන්

සටහන්