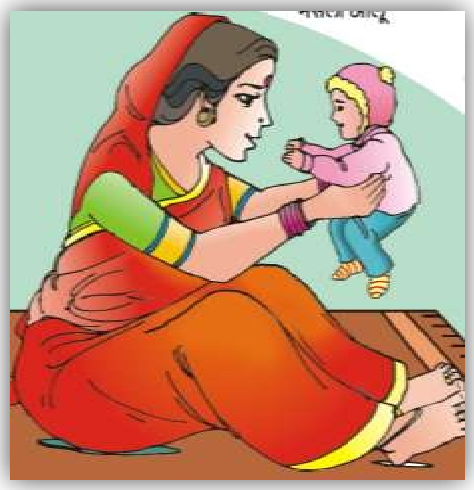
ശിശു വികസന നാഴികക്കല്ലുകൾ – ആദ്യത്തെ മൂന്നു വർഷങ്ങളിൽ

വളർച്ചയിലെ നാഴികക്കല്ലുകൾ

- വളർച്ചയിലെ നാഴികക്കല്ലുകൾ മുഖേന ഒരു കുട്ടിയുടെ വളർച്ച അളക്കാൻ കഴിയും.
- വളർച്ചയിലെ നാഴികക്കല്ലുകൾ കുട്ടികൾ വളരുകയും വികസിക്കുകയും ചെയ്യുന്നത് അനുസരിച്ചുള്ള അവരുടെ അഭിവൃദ്ധിയെപ്പറ്റി നമ്മോട് പറയുന്നവയാണ്.
- ഓരോ കുട്ടിയും ഓരോ നാഴികക്കല്ലിനും എത്തുന്നത് അവന്റെ/അവളുടെ സ്വന്തം ഗതിവേഗത്തിലാണ്.
- ഈ നാഴികക്കല്ലുകൾ പൂർണ്ണമായി ഉറപ്പിക്കപ്പെട്ടതല്ല, എന്നാൽ സാധാരണഗതിയിൽ മിക്ക കുട്ടികളും ഏതാണ്ട് ഒരേ പ്രായത്തിലാകും അതിലൂടെ കടന്നുപോകുക.
- ഒരു കുട്ടിയുടെ നാഴികക്കല്ലിൽ 2-3 മാസത്തെ താമസം നേരിടുന്നതിന് വൈദ്യോപദേശം തേടണം/വികസനനിർണ്ണയവും ഉത്തേജനവും ആവശ്യമായേക്കും.

വളർച്ചയിലെ നാഴികക്കല്ലുകൾക്കുള്ള ശുപാർശകൾ:



പ്രായം	നിങ്ങൾക്ക് ചെയ്യാൻ കഴിയുന്നത്	കുട്ടികൾക്ക് ചെയ്യാൻ കഴിയുന്നത്
0–3 മാസം	* നിങ്ങളുടെ കുട്ടിയെ നോക്കി ചിരിക്കുക, കുട്ടിയുടെ കണ്ണുകളിലേക്കു നോക്കുക, കുട്ടിയോടു സംസാരിക്കുക. * കാണുന്നതിനും കേൾക്കുന്നതിനും അനുഭവിക്കുന്നതിനും ചലിക്കുന്നതിനുമുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങൾ കുട്ടിക്ക് ലഭ്യമാക്കുക.	* പ്രതികരണമായി ചിരിക്കുക. * താഴേക്കു നീക്കുന്ന ഒരു റിബണിന്റെ ഗതി പിന്തുടരുക. * ശബ്ദങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാൻ ആരംഭിക്കുക.
3–6 മാസം	* കുട്ടിക്ക് കാണുന്നതിനും എത്തിപ്പിടിക്കാനും വേണ്ടി നിറമുള്ള വലിയ വസ്തുക്കൾ ഒരുക്കുക. * നിങ്ങളുടെ കുട്ടിയോട് സംസാരിക്കുകയും പ്രതികരിക്കുകയും ചെയ്യുക. ശബ്ദങ്ങൾക്കും ആംഗ്യങ്ങൾക്കും ഒപ്പം സംഭാഷണം നടത്തുക.	* നേരെ പിടിക്കുമ്പോൾ തല നിവർത്തിപ്പിടിക്കുക. * ശബ്ദം കേൾക്കുന്നിടത്തേക്ക് തിരിയുക. * വസ്തുക്കൾ എത്തിപ്പിടിക്കാൻ ശ്രമിക്കുക.
ഏകദേശം 9 മാസം	* നിങ്ങളുടെ കുട്ടിക്ക് കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിനു വൃത്തിയുള്ള സുരക്ഷിത വസ്തുക്കൾ കൊടുക്കുക ഒപ്പം ശബ്ദമുണ്ടാക്കാനുള്ള വസ്തുക്കളും. * ഒളിച്ചു കളി പോലെയുള്ള കളികളിലേർപ്പെടുക. * വസ്തുക്കളുടെയും ആളുകളുടെയും പേര് കുട്ടിയോടു പറയുക.	* കിടക്കുന്ന സ്ഥിതിയിൽ നിന്ന് എഴുന്നേറ്റിരിക്കുക. * തള്ളവിരലും വിരലും ചേർത്ത് വസ്തുക്കൾ എടുക്കുക. * പിന്തുണ കൂടാതെ ഇരിക്കുക.
ഏകദേശം 1 വയസ്സ്		* പിന്തുണ കൂടാതെ നല്ലതുപോലെ നിൽക്കുക. * കൈയാട്ടുക. * പപ്പാ/മമ്മാ എന്നു പറയുക.
ഏകദേശം 1½ വയസ്സ്	* കുന്നു കൂട്ടാനും കണ്ടെയ്നറുകളിലേക്ക് ഇടാനും അവയിൽ നിന്ന് എടുക്കാനുമുള്ള വസ്തുക്കൾ നിങ്ങളുടെ കുട്ടിക്കു നൽകുക. * നിങ്ങളുടെ കുട്ടിയോടു ലളിതമായ ചോദ്യങ്ങൾ ചോദിക്കുക. സംസാരിക്കാനുള്ള നിങ്ങളുടെ കുട്ടിയുടെ പരിശ്രമങ്ങളോട് പ്രതികരിക്കുക.	* ആഗ്രഹങ്ങൾ പ്രകടിപ്പിക്കുന്നു. * ഒരു കപ്പിൽ 3 കല്ലുകൾ ഇടുന്നു. * നന്നായി നടക്കുന്നു.
ഏകദേശം 2 വയസ്സ്		* സഹായത്തോടെ ഒറ്റക്കാലിൽ നിൽക്കുന്നു. * മറ്റൊരു വാക്കു കൂടി പറയുന്നു. * വീട്ടിൽ നടക്കുന്ന ജോലികളെ അനുകരിക്കുന്നു.
ഏകദേശം 2½ വയസ്സ്	* എണ്ണാനും വസ്തുക്കളെ താരതമ്യപ്പെടുത്താനും നിങ്ങളുടെ കുട്ടിയെ സഹായിക്കുക; നിങ്ങളുടെ കുട്ടിക്കു വേണ്ടി ലളിതമായ കളിപ്പാട്ടങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുക. * സംസാരിക്കാൻ നിങ്ങളുടെ കുട്ടിയെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക, നിങ്ങളുടെ കുട്ടിയുടെ ചോദ്യങ്ങളോട് പ്രതികരിക്കുക. കഥകൾ, ഗാനങ്ങൾ, കളികൾ എന്നിവ കുട്ടിയെ പഠിപ്പിക്കുക.	* 4 ശരീര ഭാഗങ്ങൾ ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നു. * അല്പം തൂകിക്കളഞ്ഞു കൊണ്ട് സ്വയം ആഹാരം കഴിക്കുന്നു. * ഒരു നിറത്തിന്റെ പേര് തെറ്റാതെ പറയുന്നു.
ഏകദേശം 3 വയസ്സ്		* നേർ വര പകർത്തുകയും വരയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. * സ്വയം കൈ കഴുകുന്നു. * 4 ൽ 3 വസ്തുക്കളുടെ പേര് പറയുന്നു.