ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ - ਪਹਿਲੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ

ਵਿਕਾਸ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ

- ਵਿਕਾਸ ਸੰਬੰਧੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਮਾਪਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਵਿਕਾਸ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੰਕੇਤ ਹਨ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਵਧਣ ਅਤੇ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੇ ਹਨ।
- ਹਰ ਬੱਚਾ ਆਪਣੀ ਗਤੀ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ਇਹ ਉਪਲਬਧੀਆਂ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸਥਾਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ, ਪਰੰਤੂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਲਗਭਗ ਇੱਕੋ ਜਿਹੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰਦੇ ਹਨ।
- ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਪਲਬਧੀ (ਪ੍ਰਾਪਤੀ) ਵਿੱਚ 2-3 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਦੇਰੀ ਹੋਣ ਤੇ ਮੈਡੀਕਲ ਸਲਾਹ/ਵਿਕਾਸ ਸੰਬੰਧੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਵਿਕਾਸ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਲਈ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ਾਂ:

ਉਮਰ	ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ	ਬੱਚੇ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ
0-3 ਮਹੀਨੇ	* ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਵੱਲ ਮੁਸਕਰਾਓ, ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਗੱਲਾਂ ਕਰੋ। * ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇਖਣ, ਸੁਣਨ, ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹਰਕਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤਰੀਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ।	* ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਮੁਸਕਰਾਉਣਾ। * ਬੰਨੇ ਰੀਬਨ ਨੂੰ ਛੂਹਣਾ। * ਆਵਾਜ਼ ਕੱਢਣ ਲੱਗਣਾ।
3-6 ਮਹੀਨੇ	* ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੱਡੀਆਂ ਰੰਗਦਾਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇਖਣ ਅਤੇ ਵਰਤਣ ਲਈ ਦਿਓ। * ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਗੱਲਾਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਜਵਾਬ ਦਿਓ। ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਇਸ਼ਾਰਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਾਂ ਕਰੋ।	* ਸਿੱਧੇ ਖੜ੍ਹੇ ਰਹਿਣ ਦੌਰਾਨ ਸਿਰ ਰੋਕ ਕੇ ਰੱਖਣਾ। * ਆਵਾਜ਼ ਵੱਲ ਚਿਹਰਾ ਕਰਨਾ। * ਵਸਤੂਆਂ ਚੁੱਕਣਾ।
ਲਗਭਗ 9 ਮਹੀਨੇ	* ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪਕੜਣ ਲਈ ਉਸਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਿਓ ਅਤੇ ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਿਓ ਜੋ ਆਵਾਜ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹੋਣ। * ਖੇਡਾਂ ਜਿਵੇਂ ਲੁੱਕਣਮੀਟੀ ਖੇਡੋ। * ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੱਸੋ।	* ਲੇਟੀ ਹੋਈ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹਿਣਾ। * ਅੰਗੂਠੇ ਅਤੇ ਉਂਗਲ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣਾ। * ਸਹਾਇਤਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਬੈਠਣਾ।
ਲਗਭਗ 1 ਸਾਲ		* ਸਹਾਇਤਾ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਸਹੀ ਖੜ੍ਹਾ ਹੋਣਾ । * ਹੱਥ ਹਿਲਾਣਾ। * ਪਾਪਾ/ਮੰਮਾ ਕਹਿਣਾ।
ਲਗਭਗ 1½ ਸਾਲ	* ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਢੇਰ ਲਗਾਉਣ ਅਤੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਲਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਿਓ। * ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਮ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰੋ।	* ਇੱਛਾਵਾਂ ਜ਼ਾਹਿਰ ਕਰਨਾ। * ਕੱਪ ਵਿੱਚ 3 ਪੱਥਰ ਪਾਉਣਾ। * ਸਹੀ ਤਰਾਂ ਚੱਲਣਾ।
ਲਗਭਗ 2 ਸਾਲ		* ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਇੱਕ ਪੈਰ ਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣਾ। * ਇੱਕ ਹੋਰ ਸ਼ਬਦ ਕਹਿਣਾ। * ਘਰ ਦੇ ਕੰਮ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਨਾ।
ਲਗਭਗ 2½ ਸਾਲ	* ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗਿਣਤੀ ਕਰਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ ਅਤੇ ਚੀਜਾਂ ਦਾ ਫਰਕ ਪਛਾਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ; ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸੌਖੇ ਖਿਡੌਣੇ ਬਣਾਓ। * ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗੱਲਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸਾਹਿਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦਿਓ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਹਾਣੀਆਂ, ਗਾਣੇ ਅਤੇ ਖੇਡਾਂ ਸਿਖਾਓ।	* ਸਰੀਰ ਦੇ 4 ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵੱਲ ਸੰਕੇਤ ਕਰਨਾ। * ਥੋੜਾ ਡੋਲਦੇ ਹੋਏ ਖੁਦ ਖਾਣਾ। * ਇੱਕ ਰੰਗ ਦਾ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਾਮ ਦੱਸਣਾ।
ਲਗਭਗ 3 ਸਾਲ		* ਸਿੱਧੇ ਰੇਖਾ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਖਿੱਚਣਾ। * ਖੁਦ ਹੱਥ ਧੋਣਾ। * 4 ਵਿੱਚੋਂ 3 ਵਸਤੂਆਂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੱਸਣਾ।