

વૃદ્ધિ અને વિકાસલક્ષી સીમાચિહ્નો

શિશુઓનાં તંદુરસ્ત ઉછેર માટે ખોરાક અને પાણીથી પણ વધુ કંઈક આવશ્યક છે. અન્ય વસ્તુઓમાં, તેમને પ્રેમ, સમજણ, માર્ગદર્શન અને સુરક્ષાની જરૂર છે. તેઓને તેમનાં વિશ્વ અંગે જાણવામાં, કૌશલ્યનાં વિકાસ માટે, અને તેમની હંમેશા બદલાતી જરૂરિયાતો સાથે ગોઠવવામાં મદદ માટે તમારી જરૂર છે.

તમારાં બાળકનાં વિકાસમાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવવાનું કાર્ય ઉત્તેજક, સભર, ફળદાયી બની શકે છે. તમે બાળકના દેખાવ, વર્તણૂક અને વાણીમાં ફેરફાર લગભગ રોજ અનુભવશો, અને જલ્દી તમે સમજી શકશો કે તમારાં બાળકનો સફળ વિકાસ મહદઅંશે આ પ્રક્રિયામાં તમારી ભાગીદારી પર અવલંબે છે.

જ્યારે તમે તમારાં બાળકની વૃદ્ધિનું નિરીક્ષણ કરો, ત્યારે આ ધ્યાનમાં રાખો કે બે બાળકો ક્યારેય સરખા નથી હોતા. એક બાજુ વૃદ્ધિનાં અમુક "ચોક્કસ" તબક્કા હોય છે, ત્યાં તમારું બાળક અન્ય બાળક કરતાં અલગ ઝડપથી વિકાસ પામી શકે છે. આ ઉપરાંત, તમારું બાળક એક દિશામાં ઝડપી વિકાસપામી શકે છે, પરંતુ અન્યમાં એટલું ઝડપી નહીં હોય.

જો તમે માનતા હો કે, તમારું બાળક કોઈ ચોક્કસ વિકાસની દિશામાં મુશ્કેલી અનુભવી રહ્યું છે તો, *ગભરાશો નહીં*. વહેલાસર મધ્યસ્થીથી વિકાસને સંબંધિત ઘણાં પડકારોમાં સહાય મેળવી શકાય છે—*બાળક શાળાની વય સુધી પહોંચે તે પહેલાં વૃદ્ધિ અને વિકાસ માટે બાળકની ક્ષમતા વધારવા માટે આપવામાં આવતી આ સેવાઓની એક પ્રજાલી છે*.

આ પુસ્તિકામાં આપવામાં આવતી જાણકારી સઘન માની શકાય નહીં. આમ છતાં, જો કે, કોઈ અમુક વયે તમારું બાળક શું કરી શકશે તેની સામાન્ય માર્ગદર્શિકા તરીકે તે ઉપયોગી સાબિત થઈ શકે છે.

આ જાણકારી સુરક્ષિત અને હાથે લાગી શકાય તેવા સ્થળે રાખો, જેથી તમે સરળતાથી તેનો ઉપયોગ કરી શકો—કદાચ સ્કેપબુકમાં, બેબી બુક અથવા જ્યાં તમે પરિવારની માહિતી રાખો છો ત્યાં. જો તમને કોઈ પ્રશ્નો હોય તો, તમારાં સ્થાનિક નવજાત અને શિશુ કાર્યક્રમને જાણ કરો.

જન્મ—2 મહિના

શારીરિક વિકાસ

- સપાટી ચોખ્ખી કરવા ક્યારેક જ માથું ઉચું કરે છે
- હાથોને સખત રીતે બંધ રાખે છે

વાણી વિકાસ

- ગણગણાટ કરે છે અને ચીસો પાડે છે
- કલકલનાદ કરે છે

સામાજિક વિકાસ

- અતિશય ઉદ્ધે છે
- અતિશય રુદ્ધ કરે છે
- અસ્થિર ઉદ્ધ અને આહાર પદ્ધતિ હોઈ શકે
- માતા-પિતાનો ચહેરો અથવા અવાજનાં પ્રતિભાવમાં શાંત થઈ જાય

2 મહિના

શારીરિક વિકાસ

- પેટ પર સૂતા માથું ઉચું કરે
- સરળ હલન-ચલન હોય
- મુઠ્ઠીને આરામ આપે, આંગળીઓ ખોલે
- પીઠ પર હોય ત્યારે હાથ હલાવે છે અને પગથી લાત મારે

વાણી વિકાસ

- ગણગણાટ કરે અને ખાસ કરીને જ્યારે વાત કરવામાં આવે, ત્યારે વધુને વધુ કોગળા કરે
- અલગ અલગ જરૂરિયાતો માટે અલગ અલગ રીતે રેરે

સામાજિક વિકાસ

- સ્મિત આપવાનું શરૂ કરે છે, તાજ અને ઉત્તેજના દર્શાવે
- પરિચિત અવાજો તરફ મોં ફેરવે છે
- હાથમાં લેવામાં આવે ત્યારે ચૂપ થઈ જાય
- ગલીપચી (રમત) માં આનંદ અનુભવે છે
- આહાર લેતી વખતે ટૂંકો આંખનો સંપર્ક જાળવી રાખે
- પોતાને શાંત રાખવા માટે અંગૂઠો અથવા આંગળી ચૂસી શકે

4 મહિના

શારીરિક વિકાસ

- ખંડમાં ચારે તરફ નજર ફેરવી શકે
- ટેકો આપવામાં આવે તો ટક્કર બેસે
- પેટથી પીઠ તરફ ફેરે

- રમકડાં સુધી પહોંચે
- વસ્તુઓ પકડે
- પગનાં પંજા સુધી પહોંચી તેમને મોંમાં લાવે
- જાણીતા અવાજો તરફ ધ્યાન આપે
- લોકોને આંખથી અનુસરે

વાણી વિકાસ

- હસે, ચીસો પાડે, અને ભબડાટ કરે
- ગણગણાટ કરે અને આનંદથી કોગળા કરે
- "ઉહ" અને "આહ" બોલે

સામાજિક વિકાસ

- પોતાનાં પગનાં પંજાથી રમવાનું પસંદ કરે
- કાળો અને સફેદ સિવાયનાં રંગો જુએ
- પોતાને ઉચકવાની અને પકડવાની ઈચ્છા ધરાવતુ હોય ત્યારે ધમપછાડા કરે
- પરિવારનાં સભ્યોમાં ફરક બતાવી શકે
- રમવા માટે હાથ અને પંજા ફેલાવે
- હસે

7 મહિના

શારીરિક વિકાસ

- થોડા સમય માટે જાતે બેસે
- રમકડાં પકડે અને જાતે ખોરાકનાં ટુકડા ખાય
- પકડવામાં આવે ત્યારે ઉભું રહે, થોડુંક વજન પોતાનાં પગ પર લે
- વસ્તુઓ સુધી પહોંચે, તેમને એક હાથથી બીજા હાથમાં ફેરવે
- દાંત આવવાનાં શરૂ થાય છે, જે ઉદ્ધમાં ખલેલ પાડી શકે છે.

વાણી વિકાસ

- સ્વરનાં અવાજોને જોડે
- અવાજની નકલ કરે
- "ના" અને પોતાનાં નામને પ્રતિભાવ આપે
- વાત શરૂ કરવા માટે શારીરિક ભાષાનો ઉપયોગ કરે

સામાજિક વિકાસ

- એકલું રમે
- વ્યક્તિઓ અને રમકડાં સાથે લાંબો સમય રમે
- અન્ય બાળકો સાથે આનંદ અનુભવે
- અવાજ પ્રત્યે વધુ પ્રતિભાવ આપે
- અજાણ્યાથી દૂર રહે, પરિચિત સંભાળ રાખનારાઓ પાસે વધુ રહે

10 મહિના

શારીરિક વિકાસ

- વિવિધ પદ્ધતિઓથી ઘૂંટણીયે ચાલે
- વસ્તુઓ પર ઘસડાય
- વસ્તુઓ પર ઢળીને ઉભું રહી શકે
- અંગૂઠા અને આંગળીઓથી નાની વસ્તુઓ પકડે

વાણી વિકાસ

- "ના", "ભાય-ભાય", "દાદા" અને "મામા" બોલે
- ધ્યાન ખેંચવા માટે અવાજનો ઉપયોગ કરે

સામાજિક વિકાસ

- વધુ સ્વનિર્ભર બને—પકડવા કરતાં એકલા રમવામાં વધારે રસ દાખવે
- હાથ અને ચહેરાનાં હાવભાવની નકલ કરે
- માતા-પિતાને શોધવા માટે ઘૂંટણીયે ચાલે
- જ્યારે નામથી બોલાવવામાં આવે ત્યારે ઘૂંટણીયે ચાલીને તમારી પાસે આવે
- "સંતાકૂકડી" રમવાનું પસંદ કરે
- પુસ્તકો અને સામયિકોનાં પાનાં ફેરવે
- અવાજની રમતો રમવાનું પસંદ કરે
- "ભાય-ભાય" કહેવા હાથ હલાવે
- સામાન્ય દિશા સૂચનો સમજે છે

12 મહિના

શારીરિક વિકાસ

- ઘૂંટણીયેથી ચાલવાને બદલે પગ પહોળા રાખી ડગમગતું ચાલે
- પોતાની જાતે આંગળીથી ખાય
- ચમચી વાપરવાનું શરૂ કરી શકે
- પલાંઠી વાળીને બેસે છે

વાણી વિકાસ

- કોઈ ખાસ વ્યક્તિઓને બોલાવવા "દાદા" અને "મામા" નો ઉપયોગ કરી શકે
- ૩ થી 10 "સાચા" શબ્દોનો શબ્દકોષ હોઈ શકે
- પોતાની શારીરિક બોલીમાં હાવભાવ ઉમેરે

સામાજિક વિકાસ

- સમૂહ (શ્રોતાગણ) ને પસંદ કરે
- કેયોન્સ સાથે લીટા કરે
- રમતમાં વધુ વિવિધતા હોય
- વધારે ગમતી અને અનગમતી બાબતો પ્રદર્શિત કરે
- અરીસામાં પોતાની સાથે છેડતી કરે અને પપ્પી કરે
- ઢીંગલીઓ અને પ્રાણીઓનાં પોચા રમકડાં સાથે રમે
- પુસ્તકોમાં આપેલી વસ્તુઓ તરફ અંગૂઠી નિર્દેશ કરે છે અને તેમને ઓળખે
- સામાન્ય સાદા શબ્દો અને વાક્યો જેવાકે "પપ્પા પાસે આવો" સમજે

15 મહિના

શારીરિક વિકાસ

- એકલું ઉભું રહે અને ચાલે
- જાતે ખાવા માટે ચમચીનો ઉપયોગ કરે
- ચાલવાની સ્થિતિમાં વસ્તુઓ પકડે

વાણી વિકાસ

- સાદા શબ્દો અને વાક્યોનો ઉપયોગ કરે
- માતા-પિતા દ્વારા બોલાયેલા કેટલાંક શબ્દો બોલે

સામાજિક વિકાસ

- સંગીત સાંભળવાનું અને ધૂન પર નાચવાનું પસંદ કરે
- "ના" પાડે અને ખોરાકનો અસ્વીકાર કરે
- આજુ-બાજુ પ્રત્યે વધુ જાગૃત બને
- વધુ સ્વનિર્ભર બને
- અતિશય પ્રવૃત્તિશીલ હોય

18 મહિના

શારીરિક વિકાસ

- અક્કડ દોડે
- દડાથી રમતી વખતે આખા હાથનો ઉપયોગ કરે
- જાતે ખાય છે, ચમચીથી જમે છે, કાંટો વાપરવાનો પ્રયત્ન કરે
- જૂતા, ટોપી, મોજાં, કાઢે
- ખેંચવાનું, ફેંકવાનું, દબાવવાનું, ઉચકવાનું પસંદ કરે
- મદદ વિના પગથિયામાં ચડ-ઉતર કરે

વાણી વિકાસ

- વસ્તુઓનાં નામ ઓળખે
- વ્યક્તિગત નામોનો ઉપયોગ કરે

સામાજિક વિકાસ

- સંશોધનમાં આનંદ અનુભવે
- ઘણીવાર ખોરાકનો અસ્વીકાર કરે

24 મહિના

શારીરિક વિકાસ

- પોતાની જાતે વસ્ત્રો ઉતારે (મોટી વસ્તુઓ જેવી કે પાયજામા)
- લાત મારવાનું શરૂ કરે
- કપ ભરાભર પકડે
- વસ્તુઓ અલગ મૂકે છે અને ફરીથી તેમને સાથે મૂકે

વાણી વિકાસ

- વધુ સ્પષ્ટ બોલે
- "બેબી" ભાષાને બદલે નાનાં વાક્યો બોલે
- જાત સાથે વાતો કરવાનું પસંદ કરે
- અન્ય દ્વારા બોલાયેલ શબ્દો ફરી બોલે
- શબ્દો અને પ્રક્રિયાઓને જોડે

સામાજિક વિકાસ

- આજુબાજુનાં વાતાવરણને ઓળખે
- મમ્મી અને પપ્પાને મદદ કરવામાં આનંદ અનુભવે
- રમ્યા બાદ સાફસૂકી કરવામાં આનંદ અનુભવે
- અત્યંત પ્રવૃત્તિશીલ હોય
- સમયાંતરે સ્વભાવ ઉગ્રતા ધરાવી શકે
- શરીરનાં બોલાયેલા ભાગો તરફ અંગૂઠિ નિર્દેશ કરી શકે

36 મહિના

શારીરિક વિકાસ

- હિંચકા ખાય અને ચઢે
- સ્થળ પર ફૂટે
- ઉઘુ ચાલે
- ટ્રાયસિકલને પૈડાં મારે

વાણી વિકાસ

- નાનાં વાક્યોમાં વાત કરે, બહુવચનનો ઉપયોગ કરે
- નાનાં ગીતો ગાય
- માતા-પિતા સિવાય અન્ય દ્વારા પણ ભાષા સમજી શકાય
- પોતાનું નામ બોલે
- વધુને વધુ "ના"નો ઉપયોગ કરે
- પોતાનો ડર અને અજાગમા જાહેર કરે

સામાજિક વિકાસ

- જાતે ચમચી અને કાંટાથી સારી રીતે ખાય
- સ્ટ્રોથી પીવે
- મોટાં મજાકાં પરોવે
- જાતે સારી રીતે કપડાં પહેરે
- જાતિગત ભૂમિકાને ઓળખવાનું શરૂ કરે
- ઘરની બહારનાં વાતાવરણને ઓળખવાનું શરૂ કરે

માતા-પિતા માટે નુસ્ખાઓ

- બાળકો ત્યારે વાત કરવાનું શીખે છે જ્યારે અન્યને સાંભળે છે. તમારાં બાળક સાથે વાત કરો, ગીતો ગાવો, અને વાંચો.
- બાળકોને શારીરિક સંપર્ક ગમે છે - તમારાં બાળકને સ્પર્શ કરો, હલાવો, પકડો રાખો.
- બાળકો તાણને અનુભવી શકે છે. તમારાં બાળકનાં સ્વદન પ્રત્યે ઝડપી અને મૃદુ પ્રતિભાવ આપો. તમારાં બાળક સાથે વાત કરતી વખતે અને તેની હાજરીમાં અન્ય સાથે વાત કરતી વખતે સંવેદનશીલ બનો.
- પ્રકૃતિ, બહારનાં વાતાવરણ પ્રત્યે બાળકોનાં રસને જાગૃત કરે છે. તમારાં બાળક સાથે વારંવાર બહાર ચાલવાનું રાખો. તાજી હવા પણ મદદરૂપ છે.
- તમારાં બાળકની વય અને વિકાસને અનુરૂપ રમકડાં પૂરાં પાડો. મોબાઇલ, રંગીન ખોખા, દબાવવાનાં/ ખેંચવાનાં રમકડાં, મોટાં બ્લોક, મોટાં દડા અને સંગીતમય સાધનો એ તમામ સારાં વિચારો છે.
- બાળકોને જતનથી સાચવો. બાળકો અને નાનાં શિશુને ક્યારેય જોરથી ન હલાવો!

મેરિલેન્ડ સ્ટેટ ડિપાર્ટમેન્ટ ઓફ એડ્યુકેશન
વિશેષ શિક્ષણ વિભાગ / વહેલાસરની મધ્યસ્થી
સેવાઓ

મેરિલેન્ડ નવજાત અને શિશુ કાર્યક્રમ
200 West Baltimore Street, 9th Floor
Baltimore, MD 21201
ફોન: 410-767-0261
મફત ફોન: 1-800-535-0182
ફેક્સ: 410-333-2661
TDD: 410-333-0731

Robert L. Ehrlich, Jr.
ગવર્નર

મેરિલેન્ડ સ્ટેટ ડિપાર્ટમેન્ટ ઓફ એડ્યુકેશન

Edward L. Root, અધ્યક્ષ
Jo Ann T. Bell, ઉપાધ્યક્ષ

Philip S. Benzil
Dunbar Brooks
Calvin D. Disney
Clarence A. Hawkins
Walter S. Levin
Karabelle Pizzigati
Maria C. Torres-Queral
John L. Wisthoff
Christopher J. Caniglia

Nancy S. Grasmick
શાળાઓનાં રાજ્ય અધીક્ષક

Carol Ann Baglin
શાળાઓનાં સહાયક રાજ્ય અધીક્ષક, વિશેષ શિક્ષણ
વિભાગ / વહેલાસરની મધ્યસ્થી સેવાઓ

મેરિલેન્ડ સ્ટેટ ડિપાર્ટમેન્ટ ઓફ એડ્યુકેશન રોજગારીને અસર કરતી ભાભતોમાં અથવા કાર્યક્રમ પૂરા પાડવામાં વર્ણો, રંગ, જાતિ, વય, રાષ્ટ્રીયતા, ધર્મ અને પંગુતાનાં આધારે ભેદભાવ કરતાં નથી. વિભાગીય નીતિ સંબંધિત પૂછપરછ માટે સમાનતા આશ્વાસન અને અનુપાલન શાખાનો ફોન: 410-767-0246 ફેક્સ 410-333-8165, અથવા TDD 410-333-6442 પર સંપર્ક કરો. ♦ આ દસ્તાવેજ વિશેષ શિક્ષણ વિભાગ, IDEA, ભાગ સી, ગ્રાન્ટ #H181A020124 દ્વારા તૈયાર અને રજૂ કરવામાં આવ્યું, U.S. શિક્ષણ વિભાગ, વિશેષ શિક્ષણ અને પુનર્વસન સેવાઓની કચેરી દ્વારા ફંડ કરવામાં આવ્યું. અહીં રજૂ કરવામાં આવેલ વિચારો U.S. શિક્ષણ વિભાગ, અથવા અન્ય કોઈ ફેડરલ સંસ્થાનાં વિચારોને પ્રદર્શિત કરે એ જરૂરી નથી અને એ રીતે ગણવામાં આવશે નહીં. જાણકરી કોપીરાઈટ મુક્ત છે. વાચકોને તેની નકલ કરવા અને વહેંચવા માટે પ્રોત્સાહન આપવામાં આવે છે, પરંતુ કૃપા કરીને વિશેષ શિક્ષણ વિભાગ વહેલાસરની મધ્યસ્થી સેવાઓ, મેરિલેન્ડ રાજ્ય શિક્ષણ વિભાગને તેનો શ્રેય આપો. ♦ વિકલાંગતાયુક્ત અમેરિકન અધિનિયમ (ADA) સાથે સુસંગત આ દસ્તાવેજ વિનંતીથી વૈકલ્પિક ફોર્મેટમાં ઉપલબ્ધ છે. સંપર્ક કરો: વિશેષ શિક્ષણ વિભાગ, વહેલાસરની મધ્યસ્થી સેવાઓ, મેરિલેન્ડ સ્ટેટ ડિપાર્ટમેન્ટ ઓફ એડ્યુકેશન, ફોન: 410-767-0249, ફેક્સ: 410-333-8165, TDD 410-333-0731.

વૃદ્ધિ અને વિકાસલક્ષી સીમાચિહ્નો



જન્મથી ત્રણ વર્ષની
વયનાં નાના
બાળકોમાં વિકાસની
માર્ગદર્શિકા