

प्रारम्भिक बाल्यावस्थाका विकासात्मक चरण

खण्ड-क अध्ययन सामग्री

विकासात्मक चरण के हो ?

बालबालिकाको वृद्धि विकास आफ्नै गतिमा हुने गर्दछ । तर निश्चित समयावधिमा निश्चित सिप विकास भन्ने हुनुपर्छ । आफ्नो बालबालिकाको कस्ता सिप विकास भयो वा कस्तो हुँदैछ ? के हुन बाँकी छ ? भन्ने उत्सुकता धेरैजसो आमाबुबामा हुन्छ । यसका लागि विकासात्मक अवस्थाको बुझाइ आवश्यक छ । सबै बालबालिकाले गर्भावस्था, नवजात अवस्था, शैशवस्था गर्दै बाल्यावस्थाका विकासात्मक चरण एकपछि अर्को गरी पूरा गर्नेपर्छ । प्रत्येक बालबालिकाको शारीरिक, बौद्धिक, भाषिक, संवेगात्मक, सामाजिक विकास गति एकअर्कामा भिन्न भएतापनि निश्चित विकासात्मक सिप विकास हुनेपर्छ । तर कुनै बालबालिकाले गर्न सक्दैनन् भन्ने नसक्नुको अर्थ उसमा केही समस्या छ भन्ने बुझ्नुपर्छ । विकासको अवस्था अत्यन्त ढिलो भएको पाइएमा सम्बन्धित स्वास्थ्य संस्थामा परीक्षण गरी कारण पत्ता लगाउनुपर्छ । यसैबाट बालबालिकामा हुनसक्ने अपाङ्गता पनि समयमै पहिचान गर्न सकिन्छ । अभिभावकले आफ्ना बालबालिकाको विकास लक्षणहरू अवलोकन र अनुगमन गरी उनीहरूको क्षमता, समस्या तथा आवश्यकता पत्ता लगाई पूरा गर्नुपर्छ । जन्मदेखि आठ वर्षसम्म बालबालिकाको विकासात्मक अवस्था र अभिभावकले गर्नुपर्ने सहयोग निम्नानुसार राखिएको छ ।



पक्ष	विकासात्मक लक्षण वा क्षमता	अभिभावकको भूमिका
शारीरिक विकास	टाउको सिधा गर्छ । आड लागेर बस्छ । कुनै सहाराविना बस्छ । बामे सर्छ । सहारा लिएर उठ्न थाल्छ । विना सहारा हिँड्न थाल्छ । वस्तु समात्छ । सामानहरू एउटा हातबाट अर्कोमा सार्छ । चोरी औँला र बुढी औँलाले सामान समात्छ । आमाबुबाका आवाज राम्ररी सुन्न सक्छ । गीत सङ्गीतको तालमा शरीर चलाउन सक्छ ।	शिशुको आँखामा हेरेर मुस्कुराउँदै कुरा गर्ने, विभिन्न इन्द्रियको प्रयोग गराउने, 'माउ हाउ कु कु हा' खेल खेल्ने तेल मालिस गरिदिने, बस्न सहारा दिने, हात समातेर उठाउन सहयोग गर्ने, पाइला सार्न सहयोग गर्ने, उठ्न सहारा दिने गर्नुपर्दछ । चोट लाग्ने ठाउँहरू विचार गर्ने र समाधान गर्ने, बलहरू गुडाउने र भेटाउन उत्प्रेरित गर्ने, गीत सङ्गीतमा नचाउने वा जिउ हल्लाउने, सामानहरू समाउन, टिप्न, फाल्न लगाउने गर्नुपर्छ ।
बौद्धिक विकास	सामानहरूको विभिन्न तरिकाले खोजी गर्छ । हल्लाउँछ, हान्छ र फाल्छ । हराएका सामान खोजी गर्छ । अरूको नक्कल गर्छ । मुखमा वस्तुहरू राखेर अनुभव गर्न सक्छ ।	सामानहरू लुकाउने र खोज्ने गरी खेल्ने, घरपालुवा जनावर, चराको आवाज छुट्याउन लगाउने, परिवारको सदस्य, वस्तु चिन्न लगाउनुपर्छ ।
भाषिक विकास	नाम बोलाउँदा हेर्छ, प्रतिक्रिया गर्छ । मसिनो र चर्को ध्वनि सुन्छ । भाषिक साङ्केतिक प्रतिक्रिया देखाउँछ । ५० शब्दहरू बुझ्छ । नौलो आवाज, गीतसङ्गीत, सुरमा रुचि देखाउँछ । शब्द तथा आवाजहरूको नक्कल गर्न सक्छ ।	कथा सुनाउने, बालगीत गाउने, सिकाउने, कुराकानी गर्ने, घर वरिपरि भएका वस्तुबारे सिकाउने गर्नुपर्दछ ।
संवेगात्मक विकास	खेल्न रुचाउँछ । अभिभावकसँग स्नेहपूर्ण सम्बन्ध बनाउँछ । नौलो मान्छेसँग डराउँछ । माया व्यक्त गर्छ । वस्तुमा रुचि देखाउँछ । खेल खेलेर, गाएर र कथा सुनेर खुसी हुन्छ । औँला चुसेर आफूलाई शान्त पार्न जान्छ ।	चित्र देखाएर नक्कल गराउने, खेल खेलाउने, कथा सुनाउने, नाकमुख विगारेर देखाउने, ऐना देखाउने, अलिअलि काउकाउ लगाएर हँसाउने, खित्का छाडेर हाँस्ने हँसाउने गर्नुपर्छ ।

सामाजिक विकास	देखेको चिनेको मान्छेलाई विश्वास गर्छ । आमाबुबा चिनेको मान्छे, वस्तुलाई हेरेर मुस्कुराउँछ । नयाँ मान्छेसँग जाँदै न तर चिन्न खोज्छ । समूहमा रमाउँछ । घरबाहिर जान मन गर्छ । आफ्नो नाममा प्रतिक्रिया दिन्छ ।	मानिसहरूसँग भेटाउने, कुराकानी गराउने, घुमाउन लैजाने, वरिपरिका गाडी चराहरू, जनावर बोटबिरुवा देखाउने गर्नुपर्छ ।
स्वास्थ्यकर्मीसँग सल्लाह लिनुपर्ने अवस्था	• धेरै रुने, शरीर धेरै कडा वा लत्याकलुत्रुक भएमा । • भुइँमा खेलाउँदा पल्टेर उत्तानो पर्न नजानेमा । • आवाज आएतिर वा बोलाउँदा नहेर्ने, प्रतिक्रिया नदिने । • केही आवाज निकाल्न नसकेमा । • दुवै हात वा खुट्टाको प्रयोग गरेर नखेलेमा । • एक वर्षसम्ममा पनि बस्न, बामे सर्न वा उभिन कोसिस नगरेमा । • रङ्गीचङ्गी वस्तुहरू देखाउँदा उत्तैतिर टाउको नफर्काउने वा प्रतिक्रिया नदिने भएमा । • कम्मरमा समातेर उभ्याउँदा गोडा नटेकेमा । • तेल लगाउँदा वा लुगा फेर्दा निस्सासिएर रोएमा र अन्य स्वास्थ्यसम्बन्धी समस्या भएमा ।	

१३ देखि २४ महिना

पक्ष	विकासात्मक लक्षण वा क्षमता	अभिभावकको भूमिका
शारीरिक विकास	केही पाइलाहरू एकलै हिँड्न सक्छ । मेच वा भ्याडमा समातेर उक्लन ओर्लन सक्छ । दगुन सुरु गर्छ तर सन्तुलन हुन्न । खुट्टाले बल हान्छ । बल फाल्न सक्छ । लगाएको लुगा फुकाल्न सक्छ । सङ्गीतको तालमा उफ्रिने, सामानहरू टिपेर राख्छ । आफूले खाने कपहरू समातेर खान सक्छ ।	दुर्घटना, घाउचोट हुनबाट बचाउनुपर्छ । हात समातेर हिँडाउने, नचाउने, नरम कपडाको बल, रिड फाल्न र खुट्टाले हान्न लगाउने, गीत सङ्गीत बजाएर शारीरिक सञ्चालन गराउने, थरिथरिका जनावरहरूको चाल नक्कल गर्न दिने, मुछेको पिठोबाट मन लागेको आकार बनाउन सिकाउने गर्नुपर्छ ।
बौद्धिक विकास	लुकाएको सामान पत्ता लाउँछ । रङ हेरेर वस्तु छुट्याउन सक्छ । आँखा, कान, नाक जस्ता अङ्ग चिन्छन् । नाइँको सङ्केत गर्न जान्दछन् । नामअनुसार चित्रमा औलाले देखाउँछ । वस्तु, ब्लक एकमाथि अर्को राखेर धरहरा बनाउँछ । एउटै सामानलाई हेर्ने, छुने, फाल्ने, आवाज निकाल्ने गरेर खेल्छ ।	विभिन्न वस्तुको नाम बताएर देखाउने, सोध्ने र स्याबासी दिने, परिवारका सदस्यसँग नाता, नाम चिनाउने र भन्न लगाउने, कथा सुनाउने, विभिन्न जनावरको आवाज नक्कल गर्न साथ दिने, सामान लुकाइ खेल खेल्ने गर्नुपर्छ । ऐनामा लुकामारी खेल्ने, फोटो हेरेर परिवारका सदस्य चिनाउने, कुन सामान कहाँको हो सोध्ने र राख्न लगाउने, चित्रहरू देखाएर के हो चिन्न, जोडा मिलाउन र हाउभाउ गर्न लगाउनुपर्छ ।

भाषा विकास	सानो वाक्यांश बोल्न थाल्छ । नाम भन्दा वस्तु देखाउन सक्छ । सुनेका शब्द दोहोर्‍याउँछ । उस्तै आवाज आउने शब्दहरू बनाउँछ ।	छोटा कथा सुनाउने, बालगीत गाउने, सिकाउने, कुराकानी गर्ने, घर वरिपरि भएका वस्तुहरू देखाउने, नाम भन्न लगाउने, परिवारका सदस्यहरूबारे सिकाउने गर्नुपर्दछ । उनीहरूको प्रश्नको उत्तर दिने गर्नुपर्दछ ।
संवेगात्मक विकास	आफूप्रति सचेत हुन्छ । चिनेका मान्छे, खेल्ने साथीसँग हाँस्छ । भावनाहरू व्यक्त गर्न सक्छ । आमाबुबाबाट छुट्टिन डर मान्छ ।	मन पर्ने र नपर्ने वस्तुहरूको बारेमा सोध्ने, कस्तो क्रियाकलाप र व्यवहारले खुसी वा दुखी हुन्छ बुझ्ने प्रयास गर्नुपर्दछ । विभिन्न क्रियाकलाप गरेपछि कस्तो लाग्यो सोध्नुपर्छ ।
सामाजिक विकास	अरूको व्यवहार नक्कल गर्छ । अरू बालबालिका प्रति आकर्षित हुन्छन् । एकलै क्रियाकलाप गर्न खोज्छ । आउने जाने पाहुनाहरूलाई नमस्कार गर्ने बाई बाई गर्ने गर्छन् । घरको भान्साको काम सघाउन अघि सर्छ ।	असल व्यवहार गरेर देखाउने गर्नुपर्दछ । काम गर्न आउँदा सघाउन दिने, आदर सत्कार गरेकोमा बालबालिकाको प्रशंसा गर्नुपर्दछ । नक्कल गर्ने, भाँडाकुटी खेल्ने र अरू बालबालिकासँग खेल्न अवसर दिनुपर्छ ।
स्वास्थ्यकर्मीसँग सल्लाह लिनुपर्ने अवस्था	- सजिलै हिँड्ने, सामान भएतिर जान, आफ्नो सामान बोकेर हिँड्ने वा शरीर नियन्त्रण गर्न नसकेमा । - शब्दहरू दोहोर्‍याउन, नयाँ शब्दहरू जोड्ने, आँखा जुधाएर सञ्चार गर्न नसकेमा । - बोलाएकोतिर नहेरेमा वा बेवास्ता गरेमा, लामो समयसम्म एउटै क्रियाकलाप गर्ने वा क्रियाकलाप परिवर्तन नगरेमा । प्रतिक्रिया नदिने, टोलाउने, भुलेर बस्ने गरेमा ।	

२५ देखि ३६ महिना

पक्ष	विकासात्मक लक्षण वा क्षमता	अभिभावकको भूमिका
शारीरिक विकास	एकलै हिँड्न सक्छ । साना सामानहरू समात्छ । आफ्नो सामान बोकेर हिँड्छ । विनासहारा दौडन्छ । सामान तान्छ । भ्याड तल माथि गर्छ । बोटल तथा बक्साहरूको ढक्कन खोल्न र लगाउन सक्छ । आफैं खान सक्छ, पोखिएको वस्तुहरू टिप्छ र भाँडामा हाल्छ । बल वा वस्तुहरू सही ठाउँमा फाल्न कोसिस गर्छ । हिँड्ने, दौडने क्रममा बाधा भएमा पन्छाएर हिँड्छ । पलड, मेच भ्याडको २ ओटा खुट्टाकिला आदिबाट निर्धक्क सँग हाम्फाल्छ । आफैं लुगा लगाउन कोसिस गर्छ ।	घर भित्रै हिँड्ने ठाउँ बनाईदिने, स्थाहारकर्ता वा अभिभावकले निगरानी गर्ने, आफूसँगै उक्लिन, ओर्लने, हाम्फाल्ने, नाच्ने क्रियाकलापहरू गर्ने, ठुला प्वाल भएका वस्तुहरू डोरीमा उन्न सिकाउने, कागज वा पातहरू च्यात्न र टाँस्न सिकाउने, मोटो रङ्गीन कलमले केरकार गर्ने, चित्र कोर्न र रङ्ग भर्न दिनुपर्छ । माटो वा पिठोबाट विभिन्न आकारहरू बनाउन दिनुपर्छ । आफैं खान दिएर आत्मनिर्भर गराउनुपर्छ । लुगा, जुता, मोजा आफैं लाउन र हात धुने तथा चर्पीको सही तरिकाले प्रयोग गर्न सिकाउनुपर्छ ।

बौद्धिक विकास	समान र फरक खालका वस्तु छुट्याउन सक्छ। शरीरको अङ्ग, मान्छे, जनावर, वस्तु चिनेर नाम भन्न सक्छ। साना कथाहरू सुनेर भन्न सक्छ। अरूको हाउभाउ नक्कल गर्छ।	विभिन्न वस्तुको नाम सोध्ने र भन्नेपछि स्याबासी दिने, दिनभरि के के गन्यो सम्भन र भन्न लगाउने, कथाका पात्रको नक्कल गर्न दिने गर्नुपर्छ। चित्रको जोडा, पजल खेलाउने, कल्पना गरेर खेल्ने, लुकामारी खेलाउने, लय हालेर गीत गाउने र नाच्ने, गर्नुपर्छ।
भाषा विकास	प्रश्नहरू सोध्छ। आफूसँग कुरा गरेको मन पराउँछ। देखेको कुरा वा घटनाहरू बताउँछ। सुनेको कुरा, कथा भन्न सक्छ। २५० देखि ९०० ओटा शब्दहरू थाहा पाउन र बताउन सक्छ।	कुराकानी, अन्तरक्रिया गर्ने गराउने, कथा, चित्रकथाका किताब पढेर सुनाउने र पढेको नक्कल गर्न सिकाउने, बालगीत, लोकगीत गाउन सिकाउने, हाउभाउ, अभिनय गर्न सिकाउनुपर्छ।
संवेगात्मक विकास	खुसी, माया, रिस, आश्चर्य, ईर्ष्या, उत्साह जस्ता भावना मौखिक र व्यवहारमा व्यक्त गर्छ। अरूको भावना बुझ्न सक्छ। आमाबुबाबाट केहीबेर छुट्टिन सक्छ। अरू रोएकोमा माया दर्शाउँछ। आफ्नो सामान अरूलाई केहीबेर दिन्छ। आफूलाई महत्त्व दिएको मन पराउँछ।	कथा सुनाएर विभिन्न भावनाबारे जानकारी दिने, हाँस्ने रुने अभिनय गर्ने, अर्कालाई सहयोग गर्न सिकाउनुपर्छ। सकारात्मक कुराकानी गर्ने, कथा सुनाउने गर्नुपर्छ। विभिन्न क्रियाकलाप गरेपछि कस्तो लाग्यो सोध्नुपर्छ।
सामाजिक विकास	आफ्नो र अरूको वस्तु चिन्छ। साथी बनाउँछ। आफू जस्तै साथीसँग खेल्न जाने मिल्न खोज्ने गर्छ। परिवारले गरेका कामहरू दोहर्‍याए गर्न खोज्छ। सहयोग गर्न खोज्छ। स्वतन्त्रता मन पराउँछ। आफ्नो काम आफैं गर्न खोज्छ। स्वकेन्द्रित हुन्छ।	छरछिमेकमा उनीहरूलाई आफू जत्रै साथी बनाउन सहयोग गर्ने, आफ्नो काम आफैं गर्न प्रोत्साहन र सहयोग गर्ने गर्नुपर्दछ। सक्ने घरका काममा मद्दत लिनुपर्छ। घरका मूल्यमान्यता गरेर देखाउने र महत्त्व बताउनुपर्छ। पारिवारिक जमघटमा लाने, परिवारका सदस्यहरूसँग घुलमिल गराउने, नाताहरू चिनाउने आदि गर्नुपर्छ।
स्वास्थ्यकर्मीसँग सल्लाह लिनुपर्ने अवस्था	• बालबालिकाहरू एकलै बस्न रुचाउने। • खेल्न मन नगर्ने, दौडन उफ्रिन मन नपराउने, खेलेपनि धेरै लड्ने, निर्देशन नबुझेमा। • अल्छी, लोसेपना भएमा। • तर्सने, राती ननिदाउने। • माथिका क्रियाकलापहरू अलिकति पनि गर्न नसकेमा। • खान मन नगर्ने, तौल घट्दै गएमा, खाएको पेटमा नअड्ने, बान्ता दिसा लागेमा।	

पक्ष	विकासात्मक लक्षण वा क्षमता	अभिभावकको भूमिका
शारीरिक विकास	सजिलोसँग दौडिन्छ। एक खुट्टामा ५ सेकेन्ड सम्म उभिन सक्छ। खुट्टाको कुर्कुच्चाले केही पाइला हिँड्छ। किताबका पाना एक एक गरी पल्टाउँछ। लुगाको टाँक लगाउन सक्छ। सजिलै समातेर क्रेयनले रङ भर्न सक्छ। विभिन्न आकारहरू स्वतन्त्र भएर बनाउँछन् आफैं लुगा लगाउन सक्छ। चर्पीमा सही तरिकाले बस्न सक्छ। हात धुन, दाँत माभन सक्छ।	शरीरका स्थूल अङ्गहरू सञ्चालन हुने क्रियाकलापहरू जस्तै, दौडिने उफ्रिने, भुण्डिने घुम्ने, तन्काउने तथा सन्तुलन गर्ने खेल खेल्ने, गोलो घेरामा उफ्रिन तथा सन्तुलन गर्ने खेल खेल्न दिनुपर्छ। रङ भर्न दिने, च्यात्ने, काट्ने, टाँस्ने जस्ता औलाको अभ्यास हुने क्रियाकलाप धेरै भन्दा धेरै गराउनुपर्छ।
बौद्धिक विकास	नक्कल गर्ने, अभिनयात्मक खेल खेल्न मन पराउँछ। आफूले गर्ने दैनिक क्रियाकलाप बुझ्ने बताउन सक्छ। रङ, आकारको गुणको आधारमा वर्गीकरण गर्छ। चित्र जोडा, वास्तविक वस्तुहरूको जोडा मिलाउन, अन्दाज गर्न, समस्या समाधानको तरिका बताउन मौसम पहिचान गर्छ। वस्तु गन्न सक्छ। वास्तविक र भूठो बोलेर समस्या समाधान गर्न वा आफ्नो बचावट गर्न अरूलाई फसाउन सक्छन्।	वरिपरिका वस्तुहरू वर्गीकरण गर्न लगाउने, अनुमान लगाउने खेल खेलाउने, कप वा गिलासले पानी नाप्न सिकाउनुपर्छ। स्थानीय स्तरमा पाइने मकैका खोया, काठका टुक्रा, लप्सीका गेडा, गेडागुडी दिई छुट्याउन, क्रममा मिलाउन तथा तुलना गर्न लगाउने गर्नुपर्छ। रुचि भएको विषयमा छलफल गराउने, दैनिकी सिलसिलावार रूपमा बताउन लगाउनुपर्छ। बोलेको रुचिपूर्वक सुन्ने र जिज्ञासा राख्ने, बालकथाका पात्र, घटना, सिकाइ विषयमा कुरा गर्ने गर्नुपर्दछ।
भाषा विकास	बालगीत गाउन, कविता भन्न रुचाउँछ। पाँच शब्द सम्मका वाक्य बोल्न सक्छ। ५ मिनेटसम्म ध्यान दिएर कुरा सुन्न सक्छ। सुनेको कुरा, कथा भन्न सक्छ।	मन पर्ने कथा किताव पढेर सुनाउने, खुसी, दुःख, माया लाग्ने सन्देशमूलक कुरा, घटनाबारे कुरा गर्ने, बालगीत गाउने, रमाइला शब्दहरू नक्कल गर्ने जस्तै करर टरर, फरर, च्याप च्याप, ट्याट्याप आदि, कुराकानी वा कथा भन्न लगाउने खुल्ला र अनि के भयो होला भन्ने गर्नुपर्छ।
संवेगात्मक विकास	आफूलाई मनपर्ने र मन नपर्ने कुराहरू बताउन सक्छन्। आफ्नो सिप तथा क्षमतामा गौरव गर्छन्। अवस्थाअनुसार विभिन्न संवेगहरू रिस, चिन्ता, ईर्ष्या, हाँसो आदि प्रकट गर्ने गर्छन्।	सुरक्षित वातावरण उपलब्ध गराउने, हाँस्ने ठट्टा गर्ने, लडिबुडी गरेर खेल्ने, जोक्सहरू भन्ने, हाउभाउ गरेर रमाइलो गर्ने क्षमता प्रदर्शन गर्न अवसर दिने र प्रशंसा गर्ने गर्नुपर्दछ।

सामाजिक विकास	अरू बालबालिकासँग खेलदा रमाउँछ । सजिलै अरूसँग मिल्न सक्छ । बाँडेर खान्छ । नमस्कार गर्छ । आभार व्यक्त गर्छ । विभिन्न अभिनय गरेर खेल्छ ।	बालबालिकालाई घरका काममा विभिन्न जिम्मेवारी दिनुपर्छ । छरछिमेकमा खेलाउनुपर्छ । पारिवारिक जमघटमा सहभागी गराउनुपर्छ ।
स्वास्थ्यकर्मीसँग सल्लाह लिनुपर्ने अवस्था	• बालबालिकाले बोलेका कुरा धेरै नै बुझ्न नसकिएमा । • बोल्दा भकभकाउने वा अड्किने भएमा । • अरू बालबालिकासँग नखेलेमा । • आफैं शौच गर्न नसकेमा ।	

४९ देखि ६० महिना

पक्ष	विकासात्मक लक्षण वा क्षमता	अभिभावकको भूमिका
शारीरिक विकास	शरीर सन्तुलन गरी सिधा रेखा, साँघुरो बाटो वा काठको फल्याकमा तीन मिटरसम्म हिँड्न सक्छ । ३ किलो वजन भएको सामान १ देखि २ मिटरसम्म बोकेर लान सक्छ । पिडमा सन्तुलित भएर भुल्न सक्छ । जुत्ताको फित्ता लाउन सक्छ । जिब्रो चलाएर मुखले सिटी बजाउन सक्छ । च्यात्ने टाँस्ने रड् भर्ने गर्न सक्छ । सिधा धर्सा, अर्धगोलाकार, गोलाकारलगायत विभिन्न धर्सा एवं बुट्टाहरू कोर्न सक्छ ।	शरीरका स्थूल अङ्गहरू सञ्चालन जस्तै दौडिने, उफ्रिने, भुण्डिने, घुम्ने, तन्काउने तथा सन्तुलन गर्ने अभ्यास गर्न प्रोत्साहित गर्नुपर्दछ । पिड तथा अन्य शारीरिक सञ्चालन हुने खालका खेल खेल्न प्रोत्साहित गर्नुपर्दछ । टाँक लगाउने र तुना लाउने अभ्यास आफू सँगै गर्ने र गराउने गर्नुपर्दछ । जिब्रो चलाएर विभिन्न स्वर निकाल्ने अभ्यास गराउने गर्नुपर्छ ।
बौद्धिक विकास	कुनै पनि घटना तथा अवस्थाको कारण बुझ्न तथा भन्न सक्छन् । दिइएको चित्र तथा कथामा छुटेको कुरा भर्न सक्छन् । कम्तीमा पनि १० मिनेटसम्म आफैंले छानेको क्रियाकलापमा एकाग्र रहने गर्छन् । परिचित आकारहरू जस्तै त्रिकोण, गोलाकार, वर्ग आदिको वर्णन गर्न सक्छन् । कम्तीमा पनि ६ ओटा रड् चिन्न र छुट्याउन सक्छन् । १ देखि १० सम्म वस्तुसँग अड्कको जोडा मिलाउन सक्छन् । लामो, छोटो, अग्लो र बराबर विशेषणको सही तरिकाले प्रयोग गर्छन् ।	बालबालिकालाई कथा सुनाउँदा अन्तमा अब के हुन्छ होला भनी सोधेर उसलाई कथा पूरा गर्न लगाउने गर्नुपर्दछ । बालबालिकालाई उसले चाहेअनुसारको क्रियाकलाप (जस्तै: खेल्ने, चित्र कोर्ने, किताब पढ्ने, आदि) गर्न प्रोत्साहित गर्नुपर्दछ । विभिन्न ज्यामितीय आकारका वस्तुहरू (जस्तै जियो बोर्ड, काठको ब्लक) दिएर खेल्न प्रोत्साहित गर्नुपर्दछ । स्थानीय स्तरमा पाइने मकैका खोया, काठका टुक्रा, लप्सीका गोडा, गोडागुडी दिई छुट्याउन, क्रममा मिलाउन तथा तुलना गर्न लगाउने गर्नुपर्छ ।

भाषा विकास	आफ्नो मातृभाषामा बोलेको सुन्न, बुझ्न र दिइएको निर्देशन पालना गर्न सक्छन् । आफ्ना विचारहरू अभिव्यक्त गर्छन् । नेपाली भाषाका केही अक्षरहरू चिन्न सक्छन् ।	कुरा गर्न र आफ्ना विचारहरू व्यक्त गर्न, चित्रकथा पढ्दा औला सारेर पढ्न प्रोत्साहित गर्नुपर्दछ । भुईँमा, माटोमा, बालुवामा, कालोपाटी, स्लेट र कागजमा विभिन्न बुट्टाहरू कोर्ने अभ्यास गराउनुपर्छ । बुट्टाहरू कोर्न सक्षम भएपछि बल्ल अक्षर लेखाउन थाल्नुपर्छ ।
संवेगात्मक विकास	आफूलाई मन पर्ने र मन नपर्ने कुराहरू बताउन सक्छन् । आफ्नो सिप तथा क्षमतामा गौरव गर्छन् । अवस्थाअनुसार विभिन्न संवेगहरू रिस, चिन्ता, ईर्ष्या, हाँसो आदि प्रकट गर्ने गर्छन् ।	सुरक्षित वातावरण उपलब्ध गराउने आफ्नो क्षमता प्रदर्शन तथा अभिवृद्धि गर्ने अवसर दिने र प्रशंसा गर्नुपर्छ ।
सामाजिक विकास	आफ्नो गल्ती स्वीकार्ने र अरूको गल्ती पनि बताउँछन् । राम्रो कामको प्रशंसा गर्ने गर्छन् । घरपरिवारको नियम सिक्छन् र नियममा बस्न खोज्छन् । बाहिर जाँदा पनि नियम सोध्यन् ।	भूल भएमा माफी माग्ने, अरूका राम्रा कुरालाई तारिफ गर्ने, सहयोग गरेकोमा धन्यवाद दिनुपर्छ । अरूका सामग्री प्रयोग गर्नलाई आज्ञा लिने, घरको नियम पालन गरेकोमा स्यावासी दिने बाहिर जाँदा के के गर्ने घरमा पहिले नै बताउने, साँस्कृतिक क्षेत्रहरू घुमाउन लाने र यसको कथाहरू बताउने गर्नुपर्छ ।
स्वास्थ्यकर्मीसँग सल्लाह लिनुपर्ने अवस्था	- माथिका क्रियाकलापहरू अभिभावकले तथा पूर्वप्राथमिक कक्षामा सबै सिकाउँदा पनि केहीपनि गर्न सकेनन् भने । - धेरै रिसाउने, टोलाउने, खेल सिकाइलाई बेवास्ता गर्ने भएमा । - कुराकानी नगर्ने, सुत्नलाई गाह्रो भएमा । - खानामा अरूचि तथा अन्य स्वास्थ्य समस्याहरू देखापरेमा ।	

पक्ष	विकासात्मक लक्षण वा क्षमता	अभिभावकको भूमिका
शारीरिक विकास	यो उमेरमा बालबालिकाको शारीरिक सुगठन र मांसपेशीहरू कसिलो, पिँडौलाहरू लामा र शरीर अग्लो र बलिया देखिन्छन् । स्थूल तथा सूक्ष्म अङ्गको विकास भने तीव्र र पहिलेभन्दा सन्तुलित हुन्छ । यसबेलादेखि उनीहरूको खेलहरू अनुशासित र चुनौतीपूर्ण हुँदै जान्छन् । सूक्ष्म अङ्गको विकास हात र आँखाको समन्वयको सिप विकास स्तरीय हुन्छ । उनीहरूको सिर्जना अर्थपूर्ण र क्रियाकलापहरूले पूर्णता पाउँछ । दूधे दाँतहरू फुक्लेर स्थायी दाँतहरू आउन सुरु हुन्छ ।	बालबालिकालाई विभिन्न साना नियम पालना गर्नुपर्ने खेलहरू खेल्ने मौका दिनुपर्छ, जस्तै, नियमबद्ध उफ्रने, दौडने, अवलोकन भ्रमणहरू आदि । उनीहरूको क्रियाकलापहरूबाट हुनसक्ने संभाव्य खतरालाई सचेत गर्ने गर्नुपर्छ ।
बौद्धिक विकास	यस अवस्थामा बालबालिकाको बौद्धिक सिप तीव्र हुँदै जान्छ । विश्लेषणात्मक विचारहरू व्यक्त गर्ने, समस्या तथा घटनाहरूको तथ्य खोजीका लागि विभिन्न रणनीतिहरू अपनाउने, कल्पनाहरूलाई वास्तविक बनाउन प्रयत्न गर्ने गर्छन् । स्मरण शक्ति पनि पहिलेभन्दा प्रबल हुन्छ । सिकाइ अब सरलबाट जटिलतर्फ बढ्दै जान्छ ।	उनीहरूको क्रियाकलाप रमाइलोबाट सिकाइमा परिणत हुने र उद्देश्यपूर्ण कार्यगर्न उत्साहित गर्ने गृहकार्य गर्न उत्प्रेरित गर्नुपर्छ । उनीहरूले लेखेका, पढेका कार्यहरूलाई सकारात्मक रूपमा लिने, प्रशंसा गर्ने, आफूले केही सुधार गर्नुपर्ने देखिए सुधार गर्न लगाउने, उनीहरूको गृहकार्यमा आफूले सघाउन नसकेमा विद्यालयमा समन्वय गर्नुपर्छ ।
भाषा विकास	बालबालिकाले यो उमेरसम्ममा धेरै शब्द भण्डार बनाइसकेका हुन्छन् । बोलेका र पढाइमा प्रयोग गर्ने, शब्दहरूको अर्थ बुझ्न, एकपटकमा दुईभन्दा बढी निर्देशनहरू सुन्न, बुझ्न र पालन गर्न सक्छन् । वाक्यहरूले प्रस्तुत गर्ने थप अर्थहरू पनि बुझ्न सक्छन् । बालबालिकाले यो उमेरमा आफ्नो मातृभाषा सँगै अन्य भाषाहरू पनि सजिलै सिक्न सक्छन् । साथीहरूको समूहमा अन्तर क्रिया गर्न विचारहरू राख्न, आफ्नो विचारहरूलाई स्थान दिन पनि सक्षम हुन्छन् ।	उनीहरूसँग बसेर पढ्को लागि निश्चित समय निर्धारण गर्ने र सो समयमा पढ्ने बानी लगाउनुपर्छ । उनीहरूलाई दाजुदिदी, हजुरबुबा, हजुरआमा वा घरका अरू परिवारलाई पनि किताब पढेर सुनाउन लगाउनुपर्छ । पाठ्यपुस्तकबाहेक अन्य पुस्तक पनि पढ्न उत्प्रेरित गर्नुपर्दछ । अभिभावक वा दाजुदिदीले पनि पालोपालो पढ्ने, पढेर बुझेको कुराहरू बालबालिकालाई भन्न लगाउने, शब्दहरू खोज्ने र पत्ता लगाउने जस्ता रमाइला पढाइका क्रियाकलापहरू गराउनुपर्छ । साथै धेरैपटक दोहोर्याइएका शब्दहरू लेख्न लगाउने र आफूले हेरेर प्रशंसा गर्ने गर्नुपर्छ ।

सवेगात्मक विकास:	आत्मविश्वास र सकारात्मक स्वःअवधारणा तयार गर्छन् । साथीको विचार भावनाको साटासाट गर्ने र भावना व्यवहार गर्छन् । आधारभूत संवेगहरूबाट (रमाइलो, नरमाइलो, दुःखी, खुसी) अब स्वःचेतनामुखी संवेगहरू वा भावनाहरूको (लाज, गौरव, पछुतो, रहर, सम्मानित वा अपहेलित महसुस) विकास हुनथाल्छ । दुर्घटना, प्रकोपहरूको डर लाग्ने, परिवारका सदस्यहरूको मृत्यु विछोड जस्ता चिन्ता लाग्ने, विद्यालयको वातावरणमा समायोजन हुन कठिनाई पनि हुनसक्छ ।	यस उमेरमा साथीहरूले समूहमा वा क्रियाकलापमा सहभागी गराउने उनीहरूको विचारलाई स्वीकृति वा कदर गर्ने, विद्यालयबाट फर्केर आउँदा मुस्कुराएर स्वागत गर्ने गर्नुपर्छ ।
सामाजिक विकास	प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा/बालविकास केन्द्रबाट विद्यालय र समुदायतिरका सबै दायराहरूमा आफूलाई समावेश गर्दै लैजान्छन् । साथीहरूको समूहमा प्रवेश गर्ने सिप विकास गर्छन् । साथीहरूले पनि उनीहरूको विचार र भावनालाई कदर गर्छन् । समूहमा मिलाउने, योजना पूरा गर्ने आदि रणनीति तयार गर्ने गर्दछन् ।	बालबालिकाले साथी बनाउनु समूहमा योजना बनाउनु र सामूहिक कार्यहरू पूरा गर्न सहयोग गर्ने उनीहरूलाई विद्यालय तथा समुदायको बाल क्लवहरूमा समावेश गराउने, उनीहरूको साथी र परिवारलाई भेट्ने, योजनाहरू बनाउन सहयोग गर्नुपर्दछ । जन्मदिन पूजा, चाडबाड, भेटघाट आदिमा कुनै निश्चित जिम्मेवारी दिने सोअनुसारको जिम्मेवारी पूरा गर्न सहयोग पनि गर्ने गर्नुपर्छ ।
स्वास्थ्यकर्मीसँग सल्लाह लिनुपर्ने अवस्था	• बालबालिका विद्यालय जान मन नगर्ने । • निदाउन नसक्ने, खाना नरुच्ने । • पढाइ वा विद्यालयको क्रियाकलाप मन नपराउने । • सिकाइमा कठिनाई भएमा । • शरीरिक स्वास्थ्यसम्बन्धी समस्या भएमा ।	

- बालबालिकाले उमेरअनुसार विकासात्मक चरणहरू पूरा गरेका हुन्छन् । यी चरण पूरा गर्न नसकेको अवस्थामा विकासमा समस्या भएको हुनसक्छ ।
- बालबालिकालाई विभिन्न खालका रोग लाग्न सक्छ । यस्ता रोगको रोकथाम र उपचार नगरेमा वृद्धि र विकासमा नकारात्मक असर पर्दछ ।
- उमेरअनुसार पौष्टिक खानाको अभाव वा असन्तुलित खानाले कुपोषण हुनसक्छ । जसले विकासात्मक चरणमा असर पर्दछ ।
- गर्भावस्थामा वा जन्मने समयमा जटिलता भई अपाङ्गता भएमा पनि विकासात्मक चरण पूरा हुन सक्दैन ।
- हिंसा, दुर्यवहार, सजायले बालबालिकाको विकासमा बाधा पुग्छ ।
- सकारात्मक विकासको लागि अभिभावकले उत्प्रेरणा, अवसर र अनुकूल वातावरण दिनुपर्छ ।



खण्ड-ख सहजीकरण निर्देशिका



उद्देश्य: सहभागीहरूले बालबालिकाको विकासात्मक चरणअनुसारका लक्षण पहिचान गरी सर्वाङ्गीण विकासका लागि उपयुक्त क्रियाकलापहरू गर्न सक्ने छन् ।

अगाडिको पाठमा के सिकेका थियौं ? सिकिएका ज्ञान र सिपलाई घरपरिवारमा कसरी लागू गर्ने सोच बनाउनु भएको छ ? आदि प्रश्न गर्दै अधिल्लो पाठ वा छलफलको पुनरावलोकन गर्नुहोस् ।

स स्थानीय ज्ञान तथा सकारात्मक चलन

सहजकर्ताले आजको विषयको छोटो परिचय दिएपछि अभिभावकहरूसँग निम्नानुसार प्रश्न गरी छलफल गर्नुहोस् र अभिभावकका उत्तरहरूलाई सकारात्मक तरिकाले स्वीकार गर्नुहोस् । साथै छलफलमा आफूले जानेका कुराहरू पनि थप्दै जानुहोस् ।



हाम्रो समुदायमा बालबालिकाको उमेर सुहाउँदो कस्ता क्रियाकलाप गर्ने चलन छ ?

प्रश्न सोधेपछि सहभागीहरूलाई बोल्न र उत्तर दिन उत्प्रेरित गर्नुहोस् । आफ्नो कुरा भन्नुपूर्व बोल्न बाँकी सहभागीहरूबाट थप कुरा लिने प्रयत्न गर्नुहोस् । पछि बोल्ने सहभागीहरूलाई (अघि बोलेकाहरूको शब्दहरूलाई दोहोर्याएर) उहाँले भन्नुभए जस्तै अरू थप कुराहरू के के होलान् ? भनेर बोल्नलाई उत्प्रेरित गर्नुहोस् । सहभागीहरूबाट आएका जवाफलाई सकारात्मक तवरले संश्लेषण गर्दै थप कुरा भनिदिनुहोस् ।

स समस्याको विश्लेषण

क्रियाकलाप



- अभिभावकहरूलाई ६ ओटा समूह (जन्मदेखि १२ महिना, १३ देखि २४ महिना, २५ देखि ३६ महिना, ३७ देखि ४८ महिना, ४९ देखि ६० महिना, ६१ देखि ९६ महिना) मा विभाजन गर्नुहोस् ।
- विभाजित समूहलाई आफ्नो नामाकरणमा परेको उमेरसमूहका बालबालिकामा हुने विकासात्मक परिवर्तनका विषयमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।
- सो उमेर समूहका बालबालिकाका लागि अभिभावकले गरिदिनुपर्ने सहयोगका बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।
- प्रत्येक समूहको छलफलमा आफू पनि सहभागी भएर अध्ययन सामग्रीमा भएका कुराहरू पनि सिकाउनुहोस् ।
- छलफल गरेपछि प्रत्येक समूहबाट १ जनालाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

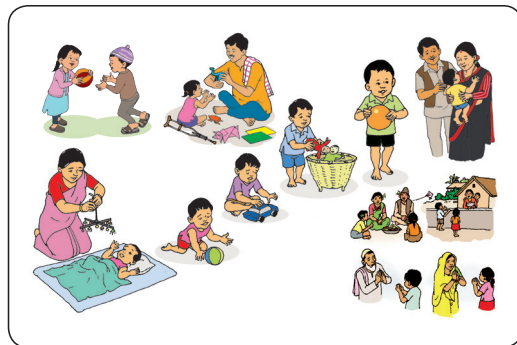
स सन्देश

सहजकर्ताले “आज हाम्रो नानी/बाबुले के भनिरहेका छन् ? सुन्नुहोस् त” भनेर सबैलाई शान्त हुन अनुरोध गर्नुहोस् । बालसन्देशलाई सबैले सुन्ने गरी पढ्नुहोस् वा पढ्न सक्ने अभिभावकलाई पढ्न दिनुहोस् ।



बालसन्देश: मेरो उमेर र विकासात्मक अवस्थाअनुरूप उचित स्याहार र हौसला पाएमा मेरो विकास राम्रो हुन्छ ।

सहभागीहरूलाई भएका कार्डको सङ्ख्या (कम्तीमा ३ समूह)अनुसार समूह विभाजन गरेर चित्र अवलोकन गराउनुहोस् र चित्रमा “के के देख्नुभयो ?” छलफल गरी भन्न लगाउनुहोस् ।



छलफलमा छुटेका महत्त्वपूर्ण

कुराहरूलाई ख्याल राख्दै तथा अभिभावकबाट आएका प्रतिक्रियालाई पनि सम्मान गर्दै सहजकर्ताले अध्ययन सामग्रीमा भएको प्रारम्भिक बाल्यावस्थाका विकासात्मक चरणबारे प्रस्तुतीकरण गर्नुहोस् । सहभागीको स्तरअनुसार आवश्यक परे स्थानीय भाषामा पनि स्पष्ट गरिदिनुहोस् ।

निम्न मुख्य सन्देशहरू पढेर सुनाउनुहोस् :



- बालबालिकाले उमेरअनुसार विकासात्मक चरणहरू पूरा गरेका हुन्छन् । यी चरण पूरा गर्न नसकेको अवस्थामा विकासमा समस्या भएको हुनसक्छ ।
- बालबालिकालाई विभिन्न खालका रोग लाग्न सक्छ । यस्ता रोगको रोकथाम र उपचार नगरेमा वृद्धि र विकासमा नकारात्मक असर पर्दछ ।
- उमेरअनुसार पौष्टिक खानाको अभाव वा असन्तुलित खानाले कुपोषण हुनसक्छ । जसले विकासात्मक चरणमा असर पर्दछ ।
- गर्भावस्थामा वा जन्मने समयमा जटिलता भई अपाङ्गता भएमा पनि विकासात्मक चरण पूरा हुन सक्दैन ।
- हिंसा, दुर्यवहार, सजायले बालबालिकाको विकासमा बाधा पुग्छ ।
- सकारात्मक विकासको लागि अभिभावकले उत्प्रेरणा, अवसर र अनुकूल वातावरण दिनुपर्छ ।

स सङ्कल्प

अभिभावकलाई आज सिकेका सिपहरू कसरी प्रयोगमा ल्याउनुहुन्छ सोध्नुहोस् । अभिभावकका योजनालाई प्राथमिकता दिँदै निम्न उदाहरणहरू आफूले पढेर अभिभावकलाई सुनाउनुहोस् ।

म आजैदेखि बालबालिकाको विकासात्मक चरणहरूमा ध्यान दिन्छु ।

म आजैदेखि बालबालिकालाई विकासात्मक चरणअनुसारको सहयोग गर्छु ।

म आजैदेखि उनीहरूलाई उमेरअनुसारका कथा भन्ने, कुराकानी गर्ने गर्छु । मिठो बोली र मायालु व्यवहार गर्छु ।

स समीक्षा

अभिभावकलाई समूहमा गोलो घेरा बनाई उभिन लगाउनुहोस् । बिचमा एउटा मेच वा बस्ने कुरा राख्नुहोस् । एकजनालाई बाजा (मादल वा कुनै) बजाउन लगाउनुहोस् । सहभागीलाई बाजा बजाउञ्जेल गोलो घेरामा घुम्न लगाउनुहोस् र बाजा रोकिएपछि सो मेचमा बस्न लगाउनुहोस् । मेचमा बस्ने सहभागीलाई आजको सिकाइ के के भयो ? बताउन लगाउनुहोस् र उहाँले भन्नु भएका कुराको प्रशंसा गर्नुहोस् । सहभागीको इच्छा र समयअनुसार अर्को चरणमा दोहर्‍याउन पनि लगाउनुहोस् ।



मेरो उमेर र विकासात्मक अवस्थाअनुरूप उचित स्याहार र
हौसला पाएमा मेरो विकास राम्रो हुन्छ ।



(११) प्रारम्भिक बाल्यावस्थाका विकासात्मक चरण



उद्देश्य: सहभागीहरूले बालबालिकाको विकासात्मक चरणअनुसारका लक्षण पहिचान गरी सर्वाङ्गीण विकासका लागि उपयुक्त क्रियाकलापहरू गर्न सक्ने छन् ।

स स्थानीय ज्ञान तथा सकारात्मक चलन

अभिभावकहरूसँग निम्नानुसार प्रश्न गरी छलफल गर्नुहोस् :



हाम्रो समुदायमा बालबालिकाको उमेर सुहाउँदो कस्ता क्रियाकलाप गर्ने चलन छ ?

स समस्याको विश्लेषण

क्रियाकलाप

- अभिभावकहरूलाई ६ ओटा समूह (जन्मदेखि १२ महिना, १३ देखि २४ महिना, २५ देखि ३६ महिना, ३७ देखि ४८ महिना, ४९ देखि ६० महिना, ६१ देखि ९६ महिना) मा विभाजन गर्नुहोस् ।
- समूहलाई थाहा भएअनुसार,
 - सो अवधिमा हुने बालबालिकाको विकासात्मक परिवर्तन,
 - अभिभावकले गरिदिनुपर्ने सहयोगका बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।
- प्रत्येक समूहको छलफलमा आफू पनि सहभागी भएर अध्ययन सामग्रीमा भएका कुराहरू पनि सिकाउनुहोस् ।
- छलफल गरेपछि प्रत्येक समूहबाट १ जनालाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

स सन्देश

माथिका छलफलमा छुटेका र अध्ययन सामग्रीमा भएको प्रारम्भिक बाल्यावस्थाका विकासात्मक चरण बुझाइ स्पष्ट गरिदिनुहोस् ।



यसपछि सहभागीहरूलाई चित्र अवलोकन गराउनुहोस् र चित्रमा “के के देख्नुभयो ?” भन्ने लगाउनुहोस् र अधिल्लो छलफलसँग जोड्नुहोस् ।

निम्न मुख्य सन्देशहरू पढेर सुनाउनुहोस् :

- बालबालिकाले उमेरअनुसार विकासात्मक चरणहरू पूरा गरेका हुन्छन् । यी चरण पूरा गर्न नसकेको अवस्थामा विकासमा समस्या भएको हुनसक्छ ।
- बालबालिकालाई विभिन्न खालका रोग लाग्न सक्छ । यस्ता रोगको रोकथाम र उपचार नगरेमा वृद्धि र विकासमा नकारात्मक असर पर्दछ ।
- उमेरअनुसार पौष्टिक खानाको अभाव वा असन्तुलित खानाले कुपोषण हुनसक्छ । जसले विकासात्मक चरणमा असर पर्दछ ।
- गर्भावस्थामा वा जन्मने समयमा जटिलता भई अपाङ्गता भएमा पनि विकासात्मक चरण पूरा हुन सक्दैन ।
- हिंसा, दुर्व्यवहार, सजायले बालबालिकाको विकासमा बाधा पुग्छ ।
- सकारात्मक विकासको लागि अभिभावकले उत्प्रेरणा, अवसर र अनुकूल वातावरण दिनुपर्छ ।

स सङ्कल्प

अभिभावकलाई आज सिकेका सिपहरू कसरी प्रयोगमा ल्याउनुहुन्छ ? सोध्नुहोस् ।

स समीक्षा

अभिभावकलाई समूहमा गोलो घेरा बनाई उभिन लगाउनुहोस्, बिचमा एउटा मेच वा बस्ने कुरा राख्नुहोस् । एक जनालाई बाजा (मादल वा अन्य) बजाउन लगाउनुहोस् । सहभागीलाई बाजा बजाउन्जेल गोलो घेरामा घुम्न लगाउनुहोस् र बाजा रोकिएपछि सो मेचमा बस्न लगाउनुहोस् । मेचमा बस्ने सहभागीलाई आजको सिकाइ के के भयो ? बताउन लगाउनुहोस् ।