হাঁটুন ও কথা বলুন

আপনি বিভিন্ন জায়গায় থাকাকালীন আপনার শিশু বা সন্তানের সাথে কথা বলার জন্য এই কার্ডগুলি ব্যবহার করুন। এটির সাহায্যে তারা কথা বলা এবং যোগাযোগ করার দক্ষতায় উন্নতি করবে।

দেখুন, শুনুন ও গল্প করুন!

অংশীদারিত্বে

দেখুন, শুনুন ও গল্প করুন।

আপনার সন্তানের সাথে আপনার কথা বলা তাদের ভবিষ্যতের জন্য কোনো পরিবর্তন নিয়ে আসতে পারে।

আপনি জানেন কি?

আপনার শিশু কোনো শব্দ বলতে পারার আগে তার সাথে আপনার কথা বলা তাকে কথা বলতে শিখতে সাহায্য করে।

তারা যে শব্দগুলি উচ্চারণ করে তা অনুকরণ করে তাদের সাথে একটি 'বাবল' চ্যাট করার চেষ্টা করুন!

কেন?

একটি সন্তানের জীবনের প্রথম পাঁচ বছরের একটি বড় প্রভাব থাকে। এই সময় যে বিকাশ ঘটে তা তাদের ভবিষ্যতের শিক্ষা, সুখ এবং ভালো থাকার উন্নয়নে সাহায্য করে।

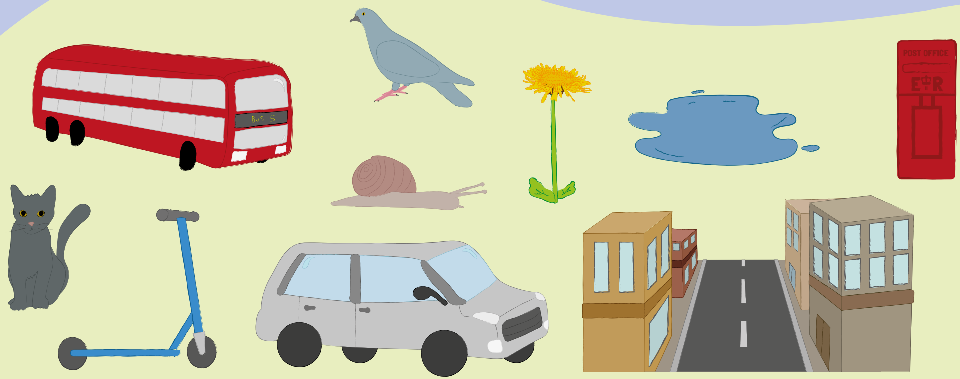
আপনি যতবেশি সম্ভব কথা বলা ও শোনার সুযোগ খুঁজে বের করে এবং নতুন জিনিসের সাথে তাদের পরিচয় করিয়ে দেওয়ার মাধ্যমে এই বিকাশে সহায়তা করতে পারেন।

কিভাবে?

- ধারণার জন্য কার্ডগুলি পড়ুন এবং সেগুলি আপনার সাথে নিয়ে যান।
- আপনার সন্তানের আগ্রহগুলি লক্ষ্য করুন (তারা কিসে আগ্রহী তা লক্ষ্য করুন)।
- আপনার সন্তানের সাথে আপনার প্রতিটি কথাবার্তা উল্লেখযোগ্য প্রভাব পরবে।

আপনি লক্ষ্য করতে পারেন এবং যা নিয়ে কথা বলতে পারেন...

জীবন্ত জিনিস যা নড়াচড়া করে, যা আপনি শুনতে পারেন বা যার গন্ধ পেতে পারেন, আবহাওয়া, অক্ষর এবং সংখ্যা, আপনি চলাফেরা করতে পারেন এমন বিভিন্ন উপায়, প্যাটার্ন, টেক্সচার এবং আরো অনেক কিছু।

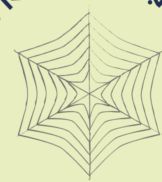


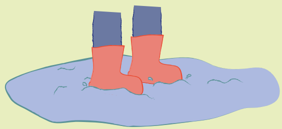
আপনি নিম্নোক্তগুলি করতে পারেন:

গণনা করুন

1234

ছোট ছোট বিষয়গুলো খেয়াল করুন

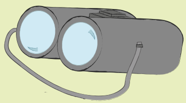




মাটিতে বৃষ্টির জলে স্প্ল্যাশ করুন

বিভিন্নভাবে নড়াচড়া করুন

আমি স্পাই খেলুন



আপনার জ্ঞানবুদ্ধি কাজে লাগান

একটি গান করুন বা নার্সারির ছড়া আবৃত্তি করুন

একটি গল্প বা গান তৈরি করুন

আপনার সন্তানের আগ্রহগুলি লক্ষ্য করুন। তারা যে কাজগুলো করছে এবং মনোযোগ দিচ্ছে সে বিষয়ে কথা বলুন।

আপনি জানেন কি?

তারা যেসব কাজ করে এবং যা বলে সেগুলি আপনি পছন্দ করেন এমনটা আপনার সন্তানকে দেখানো হলে তাদের আত্মবিশ্বাস বাড়ে।

এটি একটি চমৎকার ধারণা! তোমার নেওয়া ছোট ছোট পদক্ষেপগুলি তোমাকে ভারসাম্য রক্ষায় সাহায্য করছে
আমি কি করছি সে সম্পর্কে আপনি যখন কথা বলেন তখন এটি আমাকে নতুন শব্দ শেখায়

আপনি তাদের সাথে কথা বলার সময় তাদেরকে চিন্তা করার এবং উত্তর দেওয়ার জন্য আপনার শিশু বা সন্তানকে সময় দিন।

সেরা পরামর্শ:

আপনি আপনার সন্তানের সাথে কথা বলার সময় তার কাছ থেকে উত্তর পাওয়ার জন্য কমপক্ষে 5-15 সেকেন্ড অপেক্ষা করুন।

আপনি যদি আমাকে চিন্তা করার কিছু সময় দেন তবে এটি আমাকে সাহায্য করে
যখন আমি তার উত্তরের জন্য অপেক্ষা করি, তখন সে আমাকে আরো ভালোভাবে উত্তর দেয়

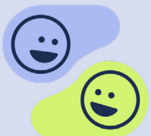
আপনার সন্তান যে ধ্বনি এবং শব্দ বলেছে তার পুনরাবৃত্তি করুন এবং আরো এক বা দুটি ধ্বনি বা শব্দ যোগ করুন।

আপনি জানেন কি?

আপনি যখন আপনার সন্তান যা বলছে তা অনুকরণ করেন, তখন এটি তাদের দেখায় যে আপনি তা শুনছেন। একটি বা দুটি অতিরিক্ত শব্দ যোগ করা তাদের নতুন শব্দ এবং কীভাবে বড় বাক্য বলতে হয় তা শেখায়।

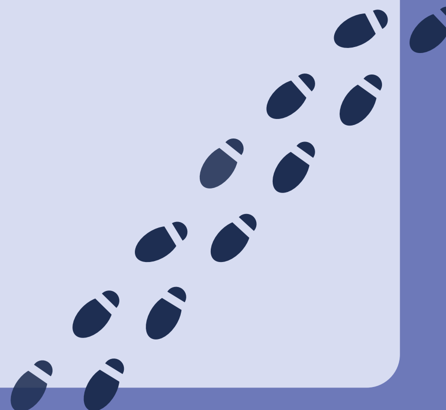
বিড়াল
হ্যাঁ, ঐ বিড়ালের একটি তুলতুলে লেজ আছে
দা দা দা হ্যাঁ, বিড়াল
দাদাদাদা

সময় পেলে একটু সময় দিন। ধীরে সুস্থে করুন এবং আপনার সন্তানকে দেখান যে আপনি তাকে শুনছেন।



সেরা পরামর্শ:

আরো কাছাকাছি তাকাতে, তারা দেখতে বা শুনতে পায় এমন জিনিসগুলি লক্ষ্য করতে আপনার সন্তানকে সহায়তা করুন।



আমরা যখন আপনার মুখ দেখে কথা বলি আমাকে যোগাযোগ করা শিখতে সহায়তা করে
যখন আমি ধীরে সুস্থে করি এবং তাকে আমার সম্পূর্ণ মনোযোগ দিই, তখন তাকে খুব খুশি দেখায়

আপনি যে ধরনের প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করেন সে সম্পর্কে চিন্তা করুন।

সবচেয়ে ভালো প্রশ্নগুলো হলো যেগুলি এক শব্দের উত্তর না দিয়ে চিন্তাভাবনাকে উৎসাহিত করে।

আপনি জানেন কি?

আপনি যদি আপনার সন্তানের সকল প্রশ্নের উত্তর দিতে না পারেন তবে সমস্যা নেই। একত্রে উত্তরগুলি খুঁজতে লাইব্রেরিতে যান বা ইন্টারনেট ব্যবহার করুন।

ভাবছি সেই শামুক কোথায় যাচ্ছে?
?
আমার মনে হয় শামুক যাচ্ছে...

আপনি যখনই পারেন সারা দিনে, আপনার দেখা, শোনা এবং গল্প করা অন্তর্ভুক্ত করুন।

এটি আপনার সন্তানের কথা বলা এবং যোগাযোগের দক্ষতা বাড়াতে সাহায্য করবে।

National Literacy Trust

Change your story

আপনি যদি আপনার সন্তানের ভাষার উন্নয়নের বিষয়ে চিন্তিত হন, তাহলে অনুগ্রহ করে আপনার হেলথ পরিদর্শক, ফ্যামিলি হাব বা চাইল্ড কেয়ার পরিষেবা প্রদানকারীর সাথে কথা বলুন।

অংশীদারিত্বে

Better Health Start for Life

আমরা আপনার সন্তানকে সহায়তায় আপনাকে সাহায্য করার জন্য এই কার্ডগুলি তৈরি করতে স্পিচ এবং ল্যাঙ্গুয়েজ থেরাপিস্ট, শিক্ষক, হাঁটতে শিখেছে বা স্কুলে যায়নি এমনে শিশুদের জন্য পেশাদার এবং পিতামাতার সাথে পরামর্শ করেছি।