Advocates for Children of New York
Protecting every child's right to learn

উন্নয়নমূলক মাইলস্টোন

	শারীরিক	জ্ঞানগত	কথোপকথন	সামাজিক-আবেগ সংক্রান্ত
15 মাস	• উপুড় হলে মাথা উঁচু করে রাখে • দুই হাত-পা নাড়ায় মাঝে মাঝে হাতের মুঠো খোলে	• আপনি নড়লে খেয়াল করে • বেশ কয়েক সেকেন্ডের জন্য খেলনার দিকে তাকিয়ে থাকে	• কান্না ছাড়াও অন্য আওয়াজ করে • জোরে শব্দ হলে প্রতিক্রিয়া জানায়	• কথা বললে বা কোলে নিলে শান্ত হয় • মুখের দিকে তাকায় • আপনাকে দেখে খুশি হয় • ওর সাথে কথা বললে বা হাসলে ও হাসে
4 মাস	• কোলে নিলে সাপোর্ট ছাড়াই মাথা সোজা করে রাখতে পারে • মুখে হাত দেয় • হাতে খেলনা দিলে ধরে • খেলনার সাথে হাত দোলায় • উপুড় হয়ে থাকলে কনুই ও হাতের উপর ভর দিয়ে এগোতে চায়	• খিদে পেলে স্তন বা বোতল দেখলে মুখ খোলে • আগ্রহ সহকারে নিজের হাতের দিকে তাকায়	• "ও", "আ" জাতীয় আওয়াজ করে (বিভিন্ন আওয়াজ) • কথা বললে সাড়া দেয় • আপনার কথার আওয়াজের দিকে মাথা ঘুরিয়ে তাকায়	• আপনার দৃষ্টি আকর্ষণ করতে হাসে • আপনি হাসানোর চেষ্টা করলে একটু হাসে (ঠিক পুরোপুরি হাসি নয়) • আপনার দৃষ্টি আকর্ষণ করতে বা ধরে রাখতে আপনার দিকে তাকায়, নড়ে বা হাসে
6 মাস	• উপুড় অবস্থা থেকে গড়িয়ে সোজা হয়ে শোয় • উপুড় থাকা অবস্থায় হাতের উপর ভর দিয়ে ঠেলে এগোয় • বসে থাকলে সামনে ঝুঁকে দুই হাতের তালু নিচে ঠেকিয়ে রাখে	• জিনিসটা কী বুঝতে সেটা মুখে দেয় • যে খেলনা চাই সেটা ধরতে হাত বাড়িয়ে দেয় • আর খাবে না বোঝাতে ঠোঁট চেপে রাখে	• মুখে আওয়াজ করে আপনার সাথে ঘোরে • মুখে আওয়াজ করে (জিভ বার করে ফুঁ দেওয়ার মতো করে) • জোরে চিৎকার করে	• পরিচিত লোকজনকে চিনতে পারে • নিজেকে আয়নায় দেখতে ভালোবাসে • হাসে
9 মাস	• নিজে থেকে বসতে পারে • এক হাত থেকে অন্য হাতে জিনিস নিতে পারে • আঙুল দিয়ে খাবার নিজের দিকে টেনে আনে • কোনও সাপোর্ট ছাড়া বসতে পারে	• জিনিস পড়ে গেলে সেটা খোঁজে (যেমন খেলনা বা চামচ) • দুটো জিনিস একসাথে ঠোকা দেয়	• "মামামামামা" "বাবাবাবাবা" এর মতো বিভিন্ন শব্দ বলে • কোলে ওঠার জন্য হাত উপরে করে	• অচেনা ব্যক্তি থাকলে লজ্জা পায়, যেতে চায় না, ভয় পায় • নানা রকমের অভিব্যক্তি প্রকাশ করে যেমন আনন্দ, দুঃখ, রাগ ও অবাক হওয়া • ওর নাম ধরে ডাকলে তাকায় • আপনি চলে আসলে তার প্রভাব পড়ে (তাকায়, আপনার কোলে আসতে চায়, কাঁদে) • "টুকি টুকি" খেললে একটু হাসে বা খিল খিল করে হাসে
1 বছর	• উঠে দাঁড়ায় • কিছু ধরে ধরে হাঁটে • আপনি কাপ ধরে থাকলে, ঢাকনা বিহীন কাপ থেকে খেতে পারে • বুড়ো আঙুল ও তর্জনী দিয়ে জিনিস ধরে যেমন খাবারের টুকরো	• কোনও পাত্র যেমন কাপের মধ্যে জিনিস রাখে • আপনাকে কোনও জিনিস লুকাতে দেখলে সেটা খোঁজে, যেমন কম্বলের তলা থেকে খেলনা	• "বাই-বাই" করতে হাত নাড়ে • মা বাবাকে "মামা" "বাবা" বা অন্য নামে ডাকে • "না" কথার মানে বোঝে (বললে থমকে যায় বা একটু থেমে যায়)	• আপনার সাথে খেলা করে যেমন "আগডুম বাগডুম"

Copyright © 2022 by Advocates for Children of New York, Inc. www.advocatesforchildren.org

	শারীরিক	জ্ঞ্যানগত	কথোপকথন	সামাজিক-আবেগ সংক্রান্ত
15 মাস	• নিজে নিজে দু-এক পা হাঁটে • নিজের মুখে খাবার দিতে আঙুল ব্যবহার করে	• জিনিসপত্র সঠিক ভাবে ব্যবহার করে যেমন ফোন, কাপ, বই • দুটো জিনিস যেমন দুটো ব্লক একটার উপর আরেকটা রাখে	• "মামা", "বাবা" ছাড়া আরও দু-একটা শব্দ বলে যেমন কুকুরের জন্য 'ঘউ ঘউ', বলের জন্য 'ব ব' • আপনি নাম করলে সেই পরিচিত বস্তুর দিকে তাকায় • মুখে বললে বা হাত দিয়ে দেখালে সেই দিকে তাকায় • কোনও কিছু পেতে বা সাহায্যের জন্য আঙুল দিয়ে দেখিয়ে দেয়	• খেলার সময় অন্য বাচ্চাদের অনুকরণ করে যেমন কাউকে কোনও পাত্র থেকে খেলনা বার করতে দেখলে ও নিজেও তাই করে • তার পছন্দের জিনিস আপনাকে দেখিয়ে দেয় • আনন্দে হাত তালি দেয় • বড় পুতুল বা অন্য খেলনা জড়িয়ে ধরে • আপনাকে আদর করে (জড়িয়ে ধরে, বুকে মাথা রাখে বা চুমু খায়)
1.5 বছর	• কাউকে বা কিছু না ধরেই হাঁটে • আঁকিবুঁকি কাটে • ঢাকনা বিহীন কাপ থেকে চুমুক দিয়ে খায় আর কখনও কাপ থেকে পড়ে যায় • আঙুল দিয়ে ধরে খায় • চামচ দিয়ে খাবার চেষ্টা করে • কোনও সাহায্য ছাড়াই চেয়ার বা সোফায় ওঠে আর নামে	• আপনাকে ঘরের কাজকর্ম করতে দেখে অনুকরণ করে যেমন ঝাঁটা দিয়ে ঘর ঝাড়ু দেওয়া • খেলনা নিয়ে সাধারণভাবে খেলে যেমন খেলনা গাড়ি ধাক্কা দিয়ে চালানো	• "মামা", "বাবা" ছাড়া আরও তিন চারটে শব্দ বলার চেষ্টা করে • কোনও হাতের ইশারা ছাড়াই ছোট ছোট নির্দেশ বুঝতে পারে যেমন আপনি 'ওটা আমাকে দাও' বললে আপনাকে খেলনা দিয়ে দেয়	• আপনার থেকে একটু দূরে যায় কিন্তু তাকিয়ে দেখে যে আপনি কাছাকাছি আছেন কি না • পছন্দের কোনও জিনিস হাত দিয়ে দেখায় • হাত বাড়িয়ে দেয় যাতে আপনি হাত ধুয়ে দেন • আপনার সাথে বইয়ের কিছু পাতা দেখে • জামাকাপড় পরার সময় হাত গলিয়ে দেয় বা পা তোলে যাতে আপনি পরাতে পারেন
2 বছর	• বলে লাথি মারে • দৌড়ায় • কোনও সাহায্য ছাড়াই সিঁড়ী দিয়ে কয়েক ধাপ ওঠে (হামাগুড়ি দিয়ে নয়) • চামচ দিয়ে খায়	• এক হাত দিয়ে কিছু ধরে অন্য হাত দিয়ে কাজ করে যেমন এক হাতে বোতল ধরে অন্য হাত দিয়ে তার ঢাকনা খোলা • খেলনার সুইচ, নব বা বোতাম ব্যবহার করার চেষ্টা করে • একই সময় একাধিক খেলনা নিয়ে খেলে যেমন খেলনা থালার মধ্যে খেলনা খাবার রাখা	• বইয়ের মধ্যে কোনও জিনিস জিজ্ঞেস করলে যেমন 'ভাল্লুক কোথায়?" তাহলে আঙুল দিয়ে দেখিয়ে দেয় • কমপক্ষে দুটো শব্দ এক সাথে বলে যেমন "আরও দুধ" • আপনি দেখাতে বললে কমপক্ষে শরীরের দুটো অংশ চিহ্নিত করে • হাত নাড়া বা আঙুল দিয়ে নির্দেশ করা ছাড়াও আরও অঙ্গভঙ্গি করে যেমন ফ্লাইং কিস দেওয়া বা মাথা নেড়ে হ্যাঁ বলা	• কেউ ব্যথা পেলে বা কাঁদলে সেটা খেয়াল করে এবং মন খারাপ হয় বা চুপ হয়ে যায় • নতুন কোনও অবস্থায় আপনি কী করেন দেখতে আপনার মুখের দিকে লক্ষ্য করে

Copyright © 2022 by Advocates for Children of New York, Inc. www.advocatesforchildren.org

	শারীরিক	জ্ঞানগত	কথোপকথন	সামাজিক-আবেগ সংক্রান্ত
30 মাস	• দরজার নব ঘোরাতে বা বোতলের ঢাকনার প্যাঁচ খুলতে হাতের ব্যবহার করে • কিছু কিছু জামাকাপড় নিজে খুলতে পারে যেমন ঢোলা প্যান্ট বা বুক খোলা জ্যাকেট • মাটি থেকে উপরে দুই পায়ে লাফায় • আপনি যখন পড়ে শোনান, একটা একটা করে বইয়ের পাতা ওলটায়	• জিনিস ব্যবহার করার ভান করতে পারে যেমন একটা ব্লক পুতুলের মুখে দেয় যেন ওটা খাবার • ছোটখাটো সমস্যা সমাধান করতে পারে যেমন উঁচু জায়গায় যাতে হাত পৌঁছায় তার জন্য টুলের উপর দাঁড়ানো • দুই-ধাপের নির্দেশ বুঝতে পারে যেমন "খেলনাটা নিচে রেখে দরজা বন্ধ কর" • "লাল কোনটা?" জিজ্ঞেস করলে লাল রঙের ক্রেয়ন দেখিয়ে বুঝিয়ে দেয় যে কমপক্ষে একটা রঙ চেনে	• প্রায় 50টার মতো শব্দ বলতে পারে • একসাথে দুটো বা বেশি শব্দ বলে যেমন "কুকুর যা" • বইয়ের মধ্যে দেখিয়ে "এটা কী?" জিজ্ঞেস করলে বলতে পারে • "আমি", "আমাকে", "আমরা" জাতীয় শব্দ বলে	• অন্য বাচ্চাদের পাশাপাশি খেলে বা কখনও তাদের সাথেও খেলে • "এই দেখো" বলে সে কী করতে পারে আপনাকে দেখায় • ধারাবাহিক কাজকর্ম করে যেমন "এবার গোছাতে হবে" বললে খেলনাগুলো তুলতে সাহায্য করে
3 বছর	• বড় পুঁথি বা ম্যাকারনি তারের মধ্যে একত্রিত করতে পারে • কিছু কিছু জামাকাপড় নিজে পরতে পারে যেমন ঢোলা প্যান্ট বা বুক খোলা জ্যাকেট • কাঁটাচামচ ব্যবহার করে	• দেখিয়ে দিলে বৃত্ত আঁকতে পারে • সতর্ক করলে গরম কোনও জিনিসে হাত দেয় না যেমন উনুন	• আপনার সাথে কথা বলে এবং অন্তত দুবার প্রত্যুত্তর দিয়ে কথোপকথন চালায় • জিজ্ঞেস করে "কে", "কী", "কোথায়", "কেন" যেমন প্রশ্ন করে "মা/বাবা কোথায়?" • বই বা ছবিতে কী দেখানো হচ্ছে জিজ্ঞেস করলে বলতে পারে যেমন "দৌড়াচ্ছে", "খাচ্ছে", "খেলছে" • জিজ্ঞেস করলে নাম বলতে পারে • বেশীরভাগ সময়, লোকজন বুঝতে পারবে এমনভাবেই কথা বলে	• আপনি কোথাও রেখে আসলে, যেমন চাইল্ড কেয়ারে 10 মিনিট পর ঠিক হয়ে যায় • অন্য বাচ্চাদের লক্ষ্য করে এবং তাদের সাথে খেলায় যোগ দেয়

উৎস:রোগ নিয়ন্ত্রণ ও নিরাময় কেন্দ্র,উন্নয়নমূলক মাইলস্টোন, http://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/

Copyright © 2022 by Advocates for Children of New York, Inc. www.advocatesforchildren.org