



# ஆரம்பகால பயிற்சிகளுக்கான சிறப்பு ஆசிரியர் கையேடு Early Intervention Manual for Special Educators



Prepared by

M.Sathiya BSW.,D.Ed., Spl Ed  
K. Saraswathi M.A.,B.Ed., Spl Ed

Enabling Inclusion through  
Early Intervention (EI) Programme

## அமர் சேவா சங்கம் (ASSA)

அமர் சேவா சங்கம் கிராமப்புறங்களை மையமாகக் கொண்டு ஊனமுற்றோர்களின் வளர்ச்சிக்காக பணியாற்றும் ஒரு முக்கிய நிறுவனமாகும். இது தமிழ்நாட்டின் தென்காசி மாவட்டத்தில் உள்ள ஆய்க்குடி கிராமத்தில் அமைந்துள்ளது.

### அமர் சேவா சங்கத்தின் குறிக்கோள்

சவால் விடப்பட்டோர்களுக்கு மறுவாழ்வு மற்றும் முன்னேற்ற மையங்களை நிறுவி அதன் மூலம் கிராமங்களின் வாழ்வாதாரங்களை உயர்த்தி இவைகளை ஒரு முன்மாதிரி மையங்களாக உருவாக்கி சவால் விடப்பட்டோர்களை சுய உதவி குழுக்களாக ஒருங்கிணைத்து சமுதாயத்தில் இவர்களையும் கூடி வாழச் செய்வதே அமர் சேவா சங்கத்தின் குறிக்கோளாகும்.

### அமர் சேவா சங்கத்தின் அணுகுமுறை

உடலாலும் மனதாலும் மாற்றுத்திறன் படைத்தவர்களின் வாழ்க்கைத்திறனை மேம்படுத்துவதற்காக அனைத்து வசதிகளையும் கொண்ட வள மையத்தை உருவாக்கி செயலாக்கம் செய்ய வேண்டும். மேலும் இந்த செயல்பாட்டில் கிராம சமுதாயத்தை ஈடுபடுத்தி சவால் விடப்பட்டவர்கள் இந்த சமுதாயத்தில் சம வாய்ப்பு, சமஉரிமை, மற்றும் சம அந்தஸ்துடன் வாழ வழிவகை செய்யும் ஊடகமாக செயல்பட வேண்டும்.

கிராமப்புறங்களை மையமாகக் கொண்டு ஊனமுற்றோர்களின் மேம்பாட்டிற்காக திரு. ராமகிருஷ்ணன் என்பவரால் ஊனமுற்றோர்களை சர்வதேச ஆண்டில் அமர் சேவா சங்கம் நிறுவப்பட்டது.

### பத்மஸ்ரீ S. ராமகிருஷ்ணன், நிறுவனர் தலைவர்



திரு.S.ராமகிருஷ்ணன் தனது நான்காவது ஆண்டு பொறியியல் கல்லூரியில் படிக்கும் போது கடற்படை அதிகாரிகள் தேர்வு சோதனையின் கடைசி சுற்றில் கலந்து கொள்ளும் போது அவரது முதுகு தண்டுவடம் பாதிக்கப்பட்டு இரண்டு கைகள் மற்றும் கால்கள் செயலிழக்கப்பட்டார். இவர் ஊனமுற்றோருக்கான சர்வதேச ஆண்டில் தனக்கு சிகிச்சை அளித்து ஊக்கப்படுத்திய மருத்துவர் ஏர் மார்ஷல் டாக்டர். அமர்ஜித்சிங் சாகல் அவர்களின் பெயரில் இந்த அமர் சேவா சங்கத்தை 1981-ஆம் ஆண்டு நிறுவினார். எஸ்.ராமகிருஷ்ணன் அமர் சேவா சங்கத்தின் தலைவராகச் செயல்பட்டு வருகிறார்.



### S. சங்கரராமன், செயலாளர்

S.சங்கரராமன் ஒரு பட்டய கணக்காளர்(ஆடிட்டர்). இவர் தசை சிதைவு நோயால் பாதிக்கப்பட்டு சக்கரநாற்காலி உதவியுடன் வாழ்ந்து வருகிறார். இவர் தன்னை 1992-ல் அமர் சேவா சங்கத்தின் சேவையுடன் இணைத்துக்கொண்டார். இவர் அமர் சேவா சங்கத்தின் செயலாளராக பணியாற்றி வருகிறார். இவர் அமர் சேவா சங்கத் தலைவர் எஸ் ராமகிருஷ்ணன் அவருடன் இணைந்து ஆய்க்குடியில் 30 ஏக்கர் நிலப்பரப்பில் வள மையத்தை ஏற்படுத்தி மாற்றுத்திறனாளிகள் சமுதாயத்தில் ஒருங்கிணைந்து வாழ்வதற்கான பல்வேறு சேவைகளை செய்து வருகிறார்.

## வளர்ச்சி தாமதம் என்றால் என்ன?

முதல் அடி எடுத்து வைத்தல், முதல்முறையாக சிரித்தல், “பை பை” என்று கை அசைத்தல் போன்ற திறன்கள் “வளர்ச்சி மைல்கற்கள்” என்று அழைக்கப்படுகின்றன.

குழந்தைகள் எவ்வாறு விளையாடுகிறார்கள், கற்றுக் கொள்கிறார்கள், பேசுகிறார்கள், நடந்து கொள்கிறார்கள், நகர்கிறார்கள் (எடுத்துக்காட்டாக ஊர்ந்து செல்வது மற்றும் நடப்பது) என்பதில் பல்வேறு வளர்ச்சி நிலை படிநிலைகளை அடைகிறார்கள். குழந்தைகள் தாமத தங்கள் போக்கில் வளருகிறார்கள். எனினும் சில குறிப்பிட்ட வயதிற்கு தகுந்த வளர்ச்சி படி நிலையை அடைய முடியவில்லை எனில் இது வளர்ச்சி தாமதம் என்று அழைக்கப்படுகிறது. ஆரம்ப நிலையிலேயே கண்டறிந்து சிகிச்சை அளிப்பது, குழந்தை அந்தந்த வயதிற்கேற்ப வளர்ச்சிநிலையை அடைய உதவும்.

## வளர்ச்சி குறைபாடுகள் என்றால் என்ன?

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் என்பது உடல் இயக்கம் கற்றல், மொழி, சமூக அல்லது நடத்தை சார்ந்த பகுதிகளில் ஏற்படும் குறைபாடுகள் காரணமாக குழந்தையின் வளர்ச்சி பாதிக்கப்படுவதாகும். இவை குழந்தைகளின் வளர்ச்சி காலத்தில் தொடங்குகின்றன. இது அன்றாடம் செய்யக்கூடிய செயல்பாடுகளை பாதிக்கலாம் மற்றும் இந்த பாதிப்பு ஒரு நபரின் வாழ்நாள் முழுவதும் நீடிக்கலாம். உலக சுகாதார அமைப்பின் கூற்றுப்படி, வளர்ச்சி தாமதங்களைக் கொண்ட குழந்தைகளுக்கு பொருத்தமான ஆரம்பகால சிகிச்சை முறைகள் அளிக்கப்படாவிட்டால் அதன் விளைவாக இந்த குழந்தைகள் வாழ்நாள் முழுவதும் சிரமத்திற்கு உட்படுத்தப்படுவார்கள். மேலும் அதிக வறுமை மற்றும் அதிகளவு சமுதாயத்திலிருந்து ஒதுக்கி வைக்கப்படும் நிலை உருவாகலாம்.

## ஆரம்ப கால சிகிச்சைமுறை என்றால் என்ன?

குழந்தையின் வளர்ச்சியை ஊக்குவிக்கும் சிகிச்சை முறைகள் உடல்நீதியான சமூக, உணர்ச்சி, மொழி மற்றும் அறிவுதிறன் போன்ற வளர்ச்சி பகுதிகளிலும்

மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும். இந்த வளர்ச்சிப் பாதைகளில் முன்னேற்றத்தை ஏற்படுத்தும் பயிற்சிகளே ஆரம்பகால சிகிச்சை முறை என்று அழைக்கப்படுகிறது. இது இயன்முறை சிகிச்சை, தொழில்முறை சிகிச்சை, பேச்சுமொழி சிகிச்சை மற்றும் சிறப்புக் கல்வி ஆகியவற்றை உள்ளடக்கியது. ஆரம்பகால சிகிச்சைமுறை உடல், அறிவாற்றல், உணர்ச்சி, நடத்தை, சமூக மற்றும் தகவல் தொடர்பு போன்ற பகுதிகளில் வளர்ச்சி குறைபாடுள்ள குழந்தைகளுக்கு குறிப்பிடத்தக்க முன்னேற்றத்தை ஏற்படுத்துகிறது. தரமான ஆரம்பகால சிகிச்சைமுறைகளால் குழந்தைகள் தங்களுக்கு சாத்தியமான முழு திறனையும் அடையமுடியும். மேலும் அவர்கள் ஒரு அர்த்தமுள்ள வாழ்க்கையை இந்த சமூகத்துடன் ஒருங்கிணைந்தும் வாழ முடியும்.



## Enable Inclusion ஒருங்கிணைத்தல்

அமர் சேவா சங்கத்தின் “எனேபிளிங் இன்குளுசன் திட்டமானது” பல விருதுகளை வென்ற “எனேபிளிங் இ.செயலி” மூலம் கிராம மறுவாழ்வு பணியாளர்களை மறுவாழ்வு சிறப்பு நிபுணர்களோடு (பிஸியோதெரபிஸ்ட்கள், ஆக்குபேஷனல் தெரபிஸ்ட்கள், சிறப்பு ஆசிரியர்கள், பேச்சு பயிற்சியாளர் மற்றும் பேச்சு பயிற்சி உதவியாளர்) இணைத்து கிராம மறுவாழ்வு பணியாளர்களின் மூலமாக குழந்தைகளின் வீடுகளில் அல்லது சமுதாய மையங்களில் ஆரம்பகால சிகிச்சையை அளிக்கிறது. இந்த திட்டத்தின் மூலமாக வளர்ச்சி குறைபாடுள்ள குழந்தைகள் மற்றும் அவர்களது குடும்ப உறுப்பினர்களுக்கு அதிக பலன் கிடைத்துள்ளதாக நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளது. மேலும் இத்திட்டத்தின் மூலம் அதிகமான குழந்தைகள் தங்கள் முன்னேற்றம் வளர்ச்சிபடி நிலைகளை அடைந்துள்ளார்கள்.



வ. எண்	உள்ளடக்கம்	பக்கம்
1	மனவளர்ச்சிகுறைபாடு-அறிமுகம்	4
2.	மனவளர்ச்சி குன்றிய குழந்தைகளின் செயல்பாடுகள்	5
3	தனிநபர் கல்வி திட்டமிடல்	9
4	அறிவுசார் குறைபாடுடைய குழந்தைகளை பயிற்றுவிக்கும் வழி	10
5	தன்னைத்தானேபேணும் திறன் <ul style="list-style-type: none"> <li>I. பெருந்தசை இயக்கத்திறன்கள்</li> <li>II. குறுந்தசை இயக்கத்திறன்கள்</li> <li>III. ஊணவு உண்ணுதல்</li> <li>IV. கழிவறையைப் பயன்படுத்துதல்</li> <li>V. பல் துலக்குதல்</li> <li>VI. ஆடை அணிதல்</li> <li>VII. குளித்தல்</li> <li>VIII. சமூகத்தோடு ஒன்றிணைந்தது செயல்படுதல்</li> </ul>	19 21 27 30 33 39 42 47 49
6	கவனத்தை ஈர்ப்பதற்கான பயிற்சிகள்	53
7	கல்வி பயிலுதல்	61
8	FACP (Functional Assessment Checklist For Programming)	75



## 1. மனவளர்ச்சி குறைபாடு - அறிமுகம்

அறிவுசார் நடவடிக்கை (அறிவுநிலையை அளக்க உதவும் பரிசோதனைகள் மூலம் அளவீடு செய்தது) மற்றும் அன்றாட வாழ்க்கைக்கு தேவையான நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்வதில் சராசரிக்கும் குறைவான குறிப்பிடத்தகுந்த குறைபாடுகள் இருப்பதை மனவளர்ச்சிக் குறைபாடு அறிவு வளர்ச்சிக்குறைபாடு என்கிறோம். ஐ.க்யூ. (IQ) மதிப்பீடு 75 கீழ் உள்ளவர்கள் மனவளர்ச்சிக் குறைபாடுடையோர். இவ்வகை குழந்தைகள் சமூக நடத்தை தகவல் தொடர்பு, கல்வி மற்றும் அன்றாட திறன்களில் சிரமத்திற்கு உள்ளாவார்கள்.

அன்றாட பணிகளுக்கு தேவைப்படும் திறன்கள் என்பது செயலாக்கத்திறன்கள் எனப்படும். இவை மொழிகளை புரிந்து கொள்ளுதல், வீட்டில் வசிப்பதற்கு தேவைப்படும் திறன்கள், சமூக வளங்களை பயன்படுத்தத் தேவையான திறன்கள், சுகாதாரம் பாதுகாப்பு பொழுதுபோக்கு சுய அக்கறை சமூகத்திறன்கள், செயலாக்கமிக்க கல்வித்திறன் (வாசித்தல், எழுதுதல், கணக்கிடுதல்) மற்றும் பணித்திறன்களை உள்ளடக்கியவை.

### மனவளர்ச்சிக் குறைபாடுகளின் வகைகள்:

ஐக்யூ அல்லது புத்திசாலித்தனம் ஆகியவை, வயதுக்கேற்ப செயலாக்க திறன்கள் எப்படி இருக்கிறது என்பதை அறிவதை பொறுத்து அளவிடப்படுகிறது. மிகக்குறைவு, மிதமான, அதிகம் மற்றும் மிக அதிகம் என நான்கு கட்டங்களாக வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. தனி நபரின் அறிவுத்திறன் செயல்பாடுகளின் விதங்களை அடிப்படையாகக் கொண்டு இவை அமைக்கப்பட்டுள்ளன.

#### 1) மிகக்குறைவான மனவளர்ச்சிக் குறைபாடு (MILD 55-69)

மிகக்குறைவான மனவளர்ச்சிக் குறைபாடு உள்ளவர்களின் அறிவுத்திறன் (IQ) அளவீடு 50 முதல் 70 வரை இருக்கும். மற்றும் இவர்கள் சிறிது உதவியுடன் கல்வித்தகுதி சிறிதளவு சமூக அக்கறை மற்றும் கவனத்துடன் இவர்கள் சுமாரான சுயசார்பு வாழ்க்கையைத் தொடர முடியும்.

#### 2) மிதமான மனவளர்ச்சிக் குறைபாடு (MODERATE 36-51)

மிதமான மனவளர்ச்சியுடைய குழந்தைகளின் அறிவுத்திறன் வளர்ச்சியானது 35 முதல் 55 வரை இருக்கும். சிறிதளவு மேற்பார்வையுடன்



இவர்கள் தங்களின் அன்றாடப் பணிகளை செய்துகொள்ள முடியும். குழந்தைப் பருவத்தில் பெற்ற தகவல் தொடர்புத்திறன்களைக் கொண்டு மேற்பார்வையுடன் கூடிய சூழல்களில் இவர்களால் வாழவும் செயல்படவும் முடியும்.

### 3) அதிகமான மனவளர்ச்சிக் குறைபாடு (SEVERE 20-35)

அதிகமான மனவளர்ச்சியுடைய குழந்தைகளின் அறிவுத்திறன் வளர்ச்சியானது 20 முதல் 40 வரை இருக்கும். இவர்களால் சிறிதளவு சுயதேவை மற்றும் தகவல் தொடர்புத்திறன்களைக் கற்க முடியும். அதிகமான மேற்பார்வையுடன் கூடிய சூழல்களில் இவர்களால் வாழ முடியும்.

### 4) மிக அதிகமான மனவளர்ச்சிக் குறைபாடு (PROFOUND < 20)

மிக அதிக குறைபாடு உள்ளவர்களின் ஐக்கிய அளவீடு 20 முதல் 25 வரை இருக்கும். பயிற்சிகள் மூலம் இவர்களால் சுயதேவை மற்றும் தகவல் தொடர்புத்திறன்களை மிகச்சிறிதளவு கற்க முடியும். நரம்பியல் கோளாறுகள் ஏதாவது இவ்வகை குறைபாடுகளுடன் சேர்ந்து காணப்படும். இவர்களுக்கு மிக அதிக மேற்பார்வை தேவைப்படும்.

## 2. மனவளர்ச்சி குன்றிய குழந்தைகளின் செயல்பாடுகள்

### தாமதமாக பதிலளித்தல்

- ❖ தன்னை சுற்றி நடக்கும் நிகழ்வுகளில் புரிதலின்றி இருத்தல்
- ❖ பிறர் கேட்கும் கேள்விகளுக்கு தாமதமாக பதிலளித்தல் அல்லது சில நேரங்களில் பதிலளிக்காதிருத்தல்

### கவனமின்மை

- ❖ ஒரு செயலின் மீதோ ஒரு நபரின் மீதோ தொடர் கவனம் செலுத்த இயலாமை
- ❖ ஒரு செயலிலிருந்து மற்றொரு செயலிற்கு கவனம் செலுத்த இயலாமை

### புதிய விஷயங்களை கற்றுக்கொள்ள இயலாமை





- ❖ இலக்குகளை எளிதில் கற்றுக்கொள்ள சிரமப்படுதல்
- ❖ புதிய பாடங்களை விரைவில் கற்றுக்கொள்ள இயலாமை

### புரிதலில் சிரமப்படுத்தல்

- ❖ பிறர் கூறும் கருத்துக்களை எளிதில் புரிந்து கொள்ள இயலாதிருத்தல்
- ❖ பிறரின் கருத்துக்களை தவறாக புரிந்து கொள்ளுதல்

### நினைவு கொள்ள இயலாமை

- ❖ முன்பு கூறிய கருத்துக்களை அல்லது நிகழ்வுகளை நினைவு கொள்ள சிரமப்படுதல் அல்லது நினைவு கூற இயலாமை

### தீர்வு எடுக்க இயலாமை

- ❖ சூழ்நிலையை ஆராய்ந்து முடிவு எடுக்க இயலாமல்
- ❖ தன்னுடைய தேவைக்காக முடிவெடுக்கும் நிலையிலும் பிறரின் உதவியை நாடுவர்



### தெளிவின்மை

- ❖ தன்னுடைய சுய தேவைகள், உணர்ச்சிகள், திறன்கள் மற்றும் எண்ணங்களை தெளிவின்றி கூறுதல் அல்லது கூறாமலிருத்தல்

### உணர்ச்சிவசப்படுதல்

- ❖ தன்னுடைய உணர்ச்சிகளை கட்டுப்படுத்த முடியாமல் பிறரின் மீது கோவம் கொள்ளுதல்
- ❖ தன்னைதானே காயப்படுத்தி கொள்ளுதல்
- ❖ எந்த இடத்தில், எவ்வாறு தன்னுடைய உணர்வுகளை வெளிப்படுத்த வேண்டும் என்ற புரிதல் இயலாமை

### நடத்தை

நமது அன்றாட வாழ்வில் நாம் செய்யும் செயல்கள் அனைத்தும் நம்முடைய நடத்தை தான். நடத்தை இரு வகைப்படும்

1. திறன் சார்ந்த நடத்தை (Skill Behavior)
2. பிரச்சனைக்குரிய நடத்தை (Problem Behavior)



## திறன் சார்ந்த நடத்தை

திறன் சார்ந்த நடத்தையை பாடமாக எடுத்துக்கொண்டு குழந்தைக்கு கற்றுக்கொடுக்க வேண்டும். எடுத்துக்காட்டாக: நிற்பதற்கு, நடப்பதற்கு, மற்றும் தன் அன்றாட வேலைகளை செய்வதற்கு

## பிரச்சனைக்குரிய நடத்தை

ஒருவருடைய நடத்தையோ அல்லது செயலோ, அவரையோ, மற்றவரையோ அல்லது சுற்றுப்புறத்தையோ பாதிக்கும் வகையில் இருந்தாலோ அல்லது சூழ்நிலைக்கு மாற்றாக இருந்தாலோ அந்த செயல் பிரச்சனைக்குரிய நடத்தை ஆகும்.

- **ஆபத்து அல்லது அபாயகரமான நடத்தை**

நோட்டு மற்றும் புத்தகங்களை கிழித்தல்

பொருட்களை தூக்கி எறிதல்

- **கட்டுப்பாடின்றி இருத்தல்**

அதிகப்படியாக அல்லது கட்டுப்படுத்த முடியாத அளவிற்கு அழுதல் கத்துதல்(சத்தமிடுதல்) தரையில் படுத்து உருளுதல்

- **மற்றவரை துன்புறுத்துதல்**

காரணமின்றி பிறரின் மீது தவறான நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளுதல்

எடுத்துக்காட்டாக: அடித்தல், கோபம் கொள்ளுதல், தள்ளுதல், உதைத்தல்



## தன்னை தானே துன்புறுத்துதல்

எந்தவிதமான காரணமுமின்றி தன்னைத்தானே தாக்கி கொள்ளுதல் தலையில் அடித்தல், முடியை இழுத்தல், கைகளை கடித்தல், தன்னைத்தானே கவனித்துக்கொண்டிருத்தல், புண்களை சுரண்டுதல் போன்ற செயல்கள் செய்வது.

## சலிப்பூட்டும் படியாக நடந்துகொள்ளுதல்

ஏதேனும் ஒரு செயலை இடைவெளியின்றி செய்துகொண்டிருந்தல் எடுத்துக்காட்டாக: தனது உடலை அசைத்துக்கொண்ட இருத்தல், தலையை ஆட்டிக்கொண்டே இருத்தல், கைகளை காது அல்லது மூக்கினுள் விடுதல்







### அதீதமான நடத்தை

- ❖ தேவையற்ற நேரத்தில் சிரித்தல், அழுதல்
- ❖ ஆளவிற்கதிகமாக பேசுதல்
- ❖ குப்பைகளை சேகரித்தல்
- ❖ ஏதேனும் ஒரு பொருட்களோடு இருத்தல்

### ஹைப்பர் ஆக்ட்டிவ்(நடத்தை சீர்குலைவு)

- ❖ ஒரு இடத்தில் குறிப்பிட்ட நேரத்திற்கு மேல் கவனம் செலுத்த இயலாமை
- ❖ தன்னுடைய கவனத்தை வெவ்வேறு நிகழ்வுகளில் செலுத்துதல்
- ❖ ஒரே செயலில் தொடர் கவனம் செலுத்த முடியாதிருத்தல்

### கட்டளைகளை / விதிகளை பின்பற்றாமை:

- ❖ பிறரின் கட்டளைகளை மதிக்காதிருத்தல்
- ❖ பிறர் சொல்லும் வார்த்தைகளை மீறுதல்
- ❖ பிறரின் பேச்சிற்கு மாற்றாக நடத்தல்

### பயம்

- ❖ காரணமின்றி பயப்படுதல்
- ❖ பொருட்களை பார்த்து பயப்படுதல்
- ❖ விலங்குகளை பார்த்து பயப்படுதல்
- ❖ மனிதர்களை பார்த்து பயப்படுதல்

### பிரச்சனைக்குரிய நடத்தைக்கான தீர்வுகள்

குழந்தைகள் தவறான செயலை செய்யும் போது கண்டிப்பதோடு மட்டுமன்றி, சரியான செயலை செய்யும் போது ஊக்கப்படுத்த வேண்டும். இவ்வகையான ஊக்கப்படுத்துதல், குழந்தைக்கு பிடித்தவாறு இருக்க வேண்டும். குழந்தை சரியான நடத்தையை மேற்கொள்ளும், ஒவ்வொருமுறையும் வலுவான பாராட்டுகளையோ அல்லது வெகுமதிகளையோ வழங்கி ஊக்கப்படுத்த வேண்டும். நாம் தேர்ந்தெடுக்கும்



ஊக்கப்படுத்தும் முறை வலுவானதாகவும் ஒரு நபரின் செயல்களை மாற்றும் வகையிலும் இருக்க வேண்டும்

### 3. தனி நபர் கல்வி திட்டமிடல் (INDIVIDUALIZED EDUCATIONAL PROGRAM)

தனிநபர் கல்வித்திட்டமிடல்(IEP) என்பது ஆசிரியர்கள் மற்றும் பெற்றோர்கள் ஒரு குழுவாக இணைந்து செயல்படும் ஒரு செயல்முறையாகும். இந்த குழு ஒரு மாணவரின் தற்போதைய தேவைகளை ஆராய்ந்து அதன் அடிப்படையில் இலக்குகளை (GOAL FIXING) ஊருவாக்குகிறது.

ஒரு IEP ன் நோக்கம், ஒரு மாணவர் தனது தற்போதைய திறன்களைத் தாண்டி தனிப்பட்ட விளைவுகளை அல்லது இலக்குகளை பூர்த்தி செய்ய உதவும் கல்வித் திட்டத்தை வழங்குவதாகும். இந்த காரணத்திற்காக, ஒரு மாணவர் என்ன செய்ய முடியும் மற்றும் செய்ய முடியாது என்பது பற்றி புரிதல் தனிப்பட்ட கல்வி திட்டமிடல் செயல்முறை ஆராய்கிறது. ஒவ்வொரு IEP யும் தனிப்பட்ட மாவணவருக்கான வடிவமைக்கப்பட்ட திறன்களை அடிப்படையாக கொண்டு உருவாக்கப்படுகிறது. IEP குழுவின் உறுப்பினர்களாக, பெற்றோர்கள் தனிப்பட்ட திட்டமிடல் செயல்பாட்டின் ஒரு பகுதியாக இருக்க வேண்டும்.

மாணவர் கற்றலை ஊக்குவிப்பதில் ஐநூீ கள் மிகவும் கவனம் செலுத்த வேண்டும். படத்திட்டமானது மாவணவரின் தனி திறன்களை கணக்கிட்டு அதனை கருத்தில் கொண்டு இலக்குகளை தனி தனியாக வகைப்படுத்தப்பட்டு ஒவ்வொரு மாணவரின் தற்போதையை நிலையை வைத்து அமைக்கப்பட வேண்டும்.

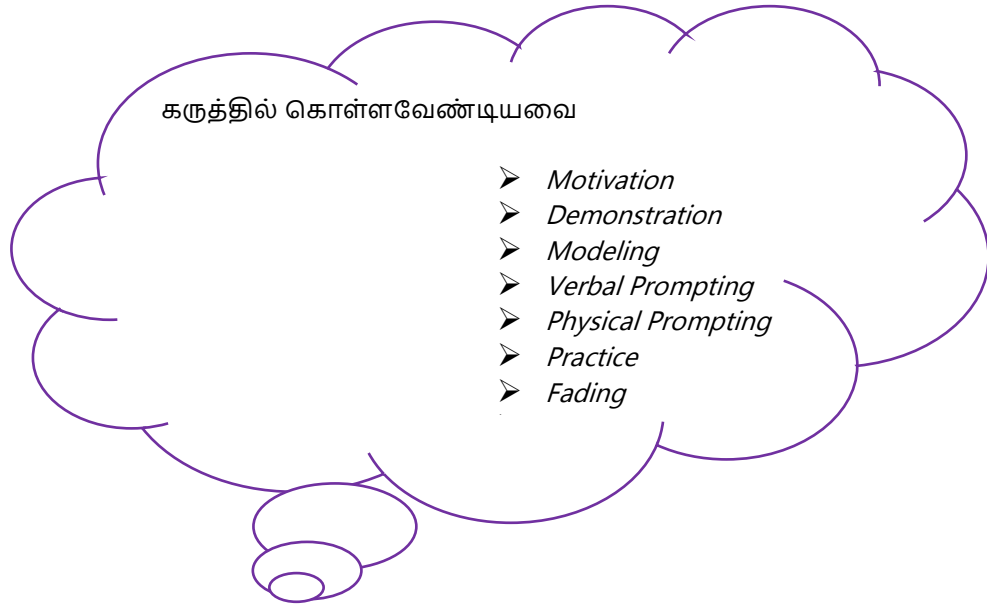
ஊக்கிகள்

- ❖ சாப்பிடும் பொருட்கள்
- ❖ விளையாட்டு பொருட்கள்
- ❖ இடைவேளையளித்தல்



- ❖ பிடித்தமான சூழலை உருவாக்குதல்
- ❖ பொழுதுபோக்கு நிகழ்வுகளை உருவாக்குதல்
- ❖ தனிமை படுத்துதல் அல்லது புறக்கணித்தல்

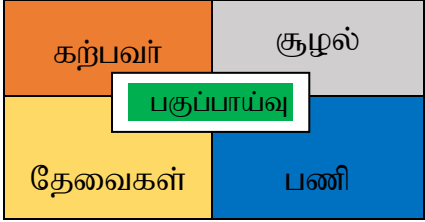
#### 4. அறிவுசார் குறைபாடுவுடைய குழந்தைகளை பயிற்றுவிக்கும் வழி முறைகள் (TEACHING METHODS FOR CHILDREN WITH INTELLECTUAL DISAVILITIES)



#### கற்பித்தல் வழிமுறைகள்.

அறிவுத்திறன் குறைபாடுள்ள குழந்தைகளுடன் பணிபுரிந்து போது பலவிதமான கற்பித்தல் முறைகள் உள்ளன. இம்முறைகளை இலக்கை அடைய பயன்படுத்தலாம். எந்தவொரு ஒற்றை முறையும் அனைத்து குழந்தைகளுக்கும் பயனுள்ளதாக இருக்காது. அறிவுத்திறன் குறைபாடுள்ள குழந்தைகளுக்கு புதிய திறன்களைக் கற்பிக்கும் போது ஆராய்ச்சியில் வெற்றிகரமாக கண்டறியப்பட வெவ்வேறு முறைகளை இந்த பட்டியல் விளக்குகிறது.



முறை	விளக்கம்
<p><b>பணி பகுப்பாய்வு (Task Analysis)</b></p> 	<p>பணிபகுப்பாய்வு என்பது பணியை முடிக்க தேவையான சிறிய பகுதிகளாக ஒரு செயல்பாட்டை பிரித்துச் செய்யும் செயல்முறையாகும்.</p> <p>இந்த சிறிய பகுதிகள் எளிதில் செய்யக்கூடியதாகவும், செயல்களை செய்யும் பொழுது ஏற்படும் சவால்களை அடையாளம் காணவும் உதவும்.</p>
<p><b>தொடர்பாக்கம் (CHAINING)</b></p> <p>இது ஒரு தொடர் நிகழ்வு. ஒரு நிகழ்வினை அல்லது பாடத்தை கற்றுக்கொடுக்கும் போது ஒன்றுடன் ஒன்றை தொடர்பு படுத்தி அடுத்தடுத்த செயல்களாக கற்றுக்கொடுக்க வேண்டும்.</p> <p>இம்முறையில் முன்னோக்கு மற்றும் பின்னோக்கு முறைகள் இரு வகைப்படும்.</p>	<p><b>முன்னோக்கு முறை (Forward chaining)</b></p> <p>ஒரு செயலை சரியான வழிமுறைகள் கொண்டு செய்தல்</p> <p>எடுத்துக்காட்டாக: சட்டை போடுதல்</p> <p>முன்னோக்கி செயலைச் செய்யும் சங்கிலி முறையில், ஒரு பணியைச் சிறிய பகுதிகளாக பிரித்த பிறகு, குழந்தை “சங்கிலியின்” முதல் பகுதியை முடிக்கும். முதல்பகுதியில் தேர்ச்சி பெற்றதும் அடுத்ததாக குழந்தை செயலின் முதல் இரண்டு பகுதிகளை செய்ய பயிற்சி கொடுக்க வேண்டும்.</p> <p>*முன்னோக்கி செய்யும் முறையில் வழக்கமாக கடைசி கட்டம் மிகவும் கடினமாக இருக்கும் பகுதிகளை கற்பிக்க பயன்படுகிறது.</p> <p>பின்னோக்கி செயலைச் செய்யும் சங்கிலி முறையில் ஒரு பணியை சிறிய பகுதிகளாக பிரித்த பிறகு முதலில் குழந்தை கடைசி பகுதியை கற்றுக்</p>



கொள்கிறது. பிறகு செயலின் கடைசி இரண்டு பகுதிகளை செய்ய பயிற்சி கொடுக்க வேண்டும்.

**பின்னோக்கு முறை (Backward chaining)**

முதற் படியை இறுதியிலும் கடைசி படியை முதலிலும் செய்தல்.

எடுத்துக்காட்டாக: சட்டை கழற்றுதல்

பின்னோக்கி செய்யும் முறை குழந்தைக்கு மிகவும் வேடிக்கையாக இருக்கும்.

ஏனென்றால் அவர்கள் அச்செயலை

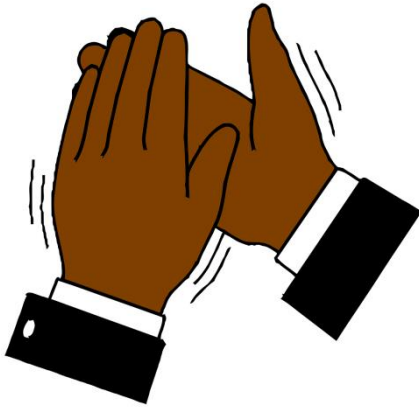
நிறைவு செய்ததாக உணர இது

உதவுகிறது. தன்னைத் தானே பேணும்

திறன்களைப் பயிற்றுவிப்பதில் இது

பெரும்பாலும் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

## வலுவூட்டல்கள் (Reinforcement)



வலுவூட்டல்கள் என்பது உள் அல்லது வெளிப்புற தூண்டுதலாக இருந்து அவை ஒரு பணியில் பங்கேற்பதை ஊக்குவிக்கிறது. பல வகையான வலுவூட்டல்கள் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

### 1. ஒருமுறை அளிக்கும் பரிசு

இந்த வகை வலுவூட்டல் ஒவ்வொரு முறையும் குழந்தைக்கு தன்னைத் தானே பேணும் பணியைச் செய்யும் போது அல்லது அந்த பணியின் ஒரு பகுதியை செய்யும் பொழுது வழங்கப்படுகிறது.

அந்த பரிசு : உண்ணக்கூடியவையாக, பிடித்த செயலாக, பொருளாக அல்லது சலுகையாக கூட இருக்கலாம். ஒரு புதிய செயல்திறனை அறிமுகப்படுத்தும் போது இதை பயன்படுத்துவது சிறந்தது.


### 2. டோக்கன்கள்

ஒவ்வொரு முறையும் குழந்தை ஒரு பணியை முடிக்கும் போது ஒரு "டோக்கனை" சேர்க்கும் அமைப்பை உருவாக்கவும். (எ.கா. கற்களைக் கொண்ட ஒரு கிண்ணம்) ஒரு குறிப்பிட்ட காலத்தின் முடிவில் (எ.கா.மாதம்) குழந்தைகள் பெற்ற டோக்கன் அளவை பொருத்து பரிசு கிடைக்கும். தன்னைத் தானே பேணும் திறனில் குழந்தையை ஊக்குவிக்க இது பயன்படுகிறது.

### 3. இயற்கையாகவே கிடைக்கும் நன்மைகள்



குழந்தை செயலை நிறைவு செய்வதால் தானாகவே பெறும் நன்மைகள் (எ.கா) குழந்தையால் ஒரு டம்ளரிலுள்ள தண்ணீரை குடிக்க முடிந்தால் அவர்கள் இயற்கையாக அடையும் நன்மை என்பது தாகத்திலிருந்து விடுபடுவது ஆகும்.

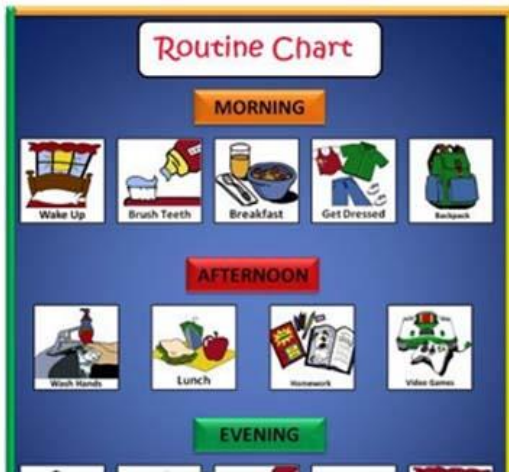
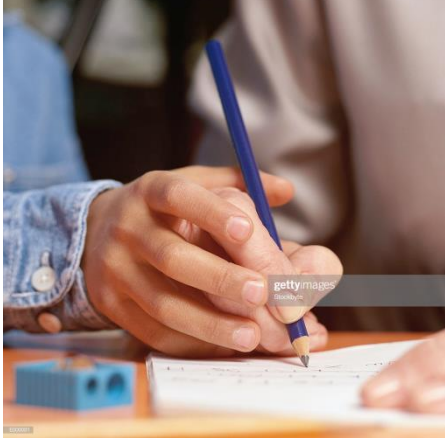
குழந்தை ஒரு செயலை கற்றுக்கொள்ள ஆரம்பிக்கும் பொழுது அச்செயலை செய்து முடித்துவிட்டோம் என்ற மனநிலை அடைந்தால் அது அந்த செயலை பிறர்

	<p>உதவியின்றி தனியாக செய்வதற்கு ஊக்கமளிக்கும் விதமாக அமையும்.</p> <p>எ.கா. குழந்தை முதன்முதலாக டம்ளரை உபயோகிக்க கற்றுக்கொள்ளும் பொழுது “உன்னால் டம்ளரில் இருந்து தண்ணீர் குடிக்க முடிகிறது” எனக் கூறினால் அது அவர்களை பெருமையாக உணரச் செய்யும்.</p>
<p>வடிவமைத்தல் (Shaping)</p> 	<p>வடிவமைத்தல் என்பது குழந்தை ஒரு செயலை ஏறத்தாழ சரியான அளவில் செய்ய முடியும் பொழுது பரிசளித்து, பாராட்டுதல் ஆகும். அச்செயலை மிகச்சரியாக செய்ய வேண்டும் என்பது அவசியம் இல்லை.</p> <p>எ.கா. குழந்தை தலைவாருவதற்கு சீப்பை கையில் எடுத்து அதை தலைக்கு கொண்டு சென்றால் போதும். அதற்கு குழந்தையை பாராட்டி பரிசு அளிக்க வேண்டும். பயிற்சி அளிக்கும் காலத்தில் ஆரம்ப நிலையில் இம்முறை பயன்படுத்தப்படுகிறது.</p>
<p>வகைப்படுத்துதல் (Grading)</p>	<p>குழந்தையின் தேவைக்கு ஏற்றவாறு செயலை செயலை மாற்றிக் கொள்வது வகைப்படுத்துதல் ஆகும்.</p> <p>எ.கா. குழந்தைக்கு ஒரு செயலைச் செய்வது கடினமாக இருந்தால் அதை எளிதான பகுதிகளாக பிரித்துக் கொள்ளலாம் அல்லது சுற்றுப்புறத்தையோ, அச்செயலையே குழந்தையின் தகுதிக்கு ஏற்றவாறு</p>

	<p>மாற்றிக் கொள்ளலாம். வகைப்படுத்துவதற்குத் தேவையான யோசனைகள் பின்னோக்கி அல்லது முன்னோக்கி செயலை செய்யும் சங்கிலிமுறை. சிறிய பொருட்களை கையாளுவதில் பிரச்சனை இருந்தால் பெரிய பொருட்களை கொடுத்தல். பெரிய அளவு ஆடையை பயன்படுத்தி ஆடையை அணியக் கற்றுக்கொடுத்தல்.</p>
<p>செய்து காண்பித்தல் (Modeling)</p>	<p>குழந்தை என்ன செய்ய வேண்டும், அதை எவ்வாறு செய்ய வேண்டும் என்பதை ஒருவர் செய்வதைப் பார்த்துக் கற்றுக் கொள்ள ஆரம்பித்தலே இம்முறையில் செயலைக் கற்பது நடைபெற முக்கியமான ஒன்றாகும். உடல் இயக்கத்திறன் வாய்மொழி அல்லாத நடத்தைகள் சமூக செயல்பாடு திறன்கள் போன்றவற்றை கற்றுக்கொள்ள மாடலிங் பயன்படுத்தப்படுகிறது.</p> <p>ஆசிரியர் குழந்தைக்கு முன்பாக அமர்ந்து குழந்தை கற்க வேண்டிய பாடத்தை அல்லது செயலை முன் மாதிரியாக செய்து காண்பிக்க வேண்டும். மேலும் குழந்தை எந்த இடத்தில் தவறு செய்கிறதோ அவ்விடத்தை ஆசிரியர் குறிப்பிடும் வகையில் சரியாக செய்து காட்ட வேண்டும்.</p> <p>செய்து காண்பிக்கும் முறையை சிறப்பாக செயல்படுத்துவது எப்படி?</p> <p>1. குழந்தையின் கவனம் உங்களிடம் இருக்குமாறு செய்தல் வேண்டும். அதை உறுதி செய்து கொள்வது அவசியம்.</p>
	
	



	<p>2. குழந்தையை முதலில் உங்களை பார்க்கச் செய்யுங்கள். பின்னர் செயலைப் படிப்படியாக செய்து காட்டுங்கள். இதன் மூலம்</p> <p>3. நீங்கள் என்ன செய்கிறீர்கள் என்பதற்கான முக்கிய பகுதிகளை கூட்டிக்காட்டுங்கள். எ.கா. பார், நான் எப்படி செய்கிறேன்!”</p> <p>4. குழந்தை உங்களைப் பார்த்து புரிந்தவுடன் தானே பயிற்சி செய்வதற்கு நிறைய வாய்ப்புகளைக் கொடுக்கலாம்.</p>
<p>திரும்பச் செய்தல் (Repetition)</p> 	<p>ஒரு பணியை வலுப்படுத்தவும், கற்றுக்கொள்ளவும் சிறந்த வழிகளில் ஒன்று திரும்ப திரும்ப அச்செயலை செய்வதாகும். தன்னை தானே பேணும் திறன்களை பற்றிய சிறந்த பகுதி என்னவென்றால் நீங்கள் அவற்றை ஒவ்வொரு நாளும் செய்ய வேண்டும். பெரும்பாலும் ஒரு நாளைக்கு ஒரு முறைக்கு மேல் செய்ய வேண்டும். ஒவ்வொரு முறையும் செயலைச் செய்ய குழந்தைகளுக்கு உதவுங்கள்.</p>
<p>தூண்டுதல் (Prompting)</p> 	<p>ஒரு புதிய செயலை செய்யும் போது தேவையான தகவல்களை வழங்குவதற்கான வழி தூண்டுதல் எனப்படும். ஒரு நேரத்தில் பல வகையான தூண்டுதல்களை பயன்படுத்தலாம். குழந்தை தனியாக செயல்பட தூண்டுதல்களைக் குறைத்தல்/ அகற்றுதல் பயன்படுத்தலாம்.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. வாய்மொழி தூண்டுதல்</li> <li>2. செயலை செய்து முடிக்க ஒரு நபரை வழிநடத்துவதற்கான வழிமுறைகள் அல்லது சொற்கள் வாய்மொழி தூண்டுதல் ஆகும்.</li> </ol>



2. செய்து காண்பித்தல் **Modeling**  
நேரில் அல்லது வீடியோவில் ஒரு செயலை செய்வது எப்படி என்று காண்பிப்பது மேலும் இதைப் பற்றிய விவரங்கள் மேலே விவரிக்கப்பட்டுள்ளது.

### 3. Physical Prompts

கைபிடித்து செய்ய தூண்டுதல்  
கைபிடித்து செய்ய தூண்டுதல் என்பது குழந்தை ஒரு செயலைச் செய்து முடிக்க உடலீதியாக உதவும் பொழுது பயன்படுவது ஆகும். முதலில் அதிக தூண்டுதல், பிறகு அதை குறைத்துக் கொள்ளுதல் என்பது கைப்பிடித்து செய்யும் தூண்டுதலை விட சிறந்ததாக இருக்கிறது என ஆராய்ச்சி முடிவுகள் தெரிவிக்கின்றன.

(கைப்பிடித்து செய்யத் தூண்டும் பொழுது, குழந்தையின் தானாகவே செயலைச் செய்யும் தன்மை குறைந்துவிடும்.)

4. Gestural Prompts கைகை தூண்டுதல்  
குழந்தை செயலை செய்து முடிக்க அக்குழந்தையை நோக்கி கை காட்டுதல், தலை அசைத்தல் அச்செயலை செய்து முடிக்கத் தேவையான பொருட்களை காண்பித்தல், சைகை தூண்டுதல் ஆகும்.

5. காட்சி தூண்டுதல்  
(Visual prompts) : செயலை செய்து முடிக்க தேவையான தகவல்களை படிப்படியாக படங்கள் மூலம் காண்பித்தல் மேலும் விவரங்களை கீழே காணலாம்

6. வாக்கியத் தூண்டுதல் (Text prompt)

	<p>எ.கா. எழுதப்பட்ட தகவல்கள், சரிபார்ப்பு பட்டியல்கள், கையெழுத்துப்படிவம், நினைவூட்டும் பட்டியல்கள்</p>
<p>குறிப்புகள் (CLUEING)</p> 	<p>இம்மாதிரியான செயல் முறையின் போது குழந்தைக்கும் ஆசிரியருக்கும் இடையே நல்ல அணுகுமுறையும் நம்பகத்தன்மையும் இருக்க வேண்டும்.</p> <p>நாம் ஒரு குழந்தையை வாய்வழி உதவியுடன் பழக்கிய பின் வாய்வழி உதவியை படிப்படியாக குறைக்க வேண்டும் ஹிண்ட் போன்ற குறியீடுகளை கொடுக்க வேண்டும்.</p> <p>எடுத்துக்காட்டாக</p> <p>குழந்தைக்கு உடல் உறுப்புக்களை அறிமுகம் செய்யும் போது குழந்தையின் முன்பாக கண் படத்தை காண்பித்து இது என்ன என்று வினவும் போது ஆசிரியர் என்று கண்டுபிடிக்க வேண்டிய வார்த்தையின் முதல் எழுத்தை கூறியோ அல்லது கண்களை சிமிட்டியோ தனது குறியீடை குழந்தைக்கு காண்பிக்க வேண்டும்.</p>

<p><b>FADING</b></p> <p>கற்பிப்பதற்கான தூண்டுதல்களைப் பயன்படுத்தும் போது படிப்படியாக உதவியின் அளவைக் குறைப்பது அல்லது குழந்தைக்கு வழங்கப்படும் உதவியை உடல் ரீதியான - வாய்வழி - செய்கையை - பார்த்து செய்தல் என படிப்படியாக குறைத்து குறிப்பிட்ட திறன்கள் அல்லது குறிக்கோள்களின் செயல்திறனில் குழந்தையை உதவின்றி செய்ய வைப்பதே இச்செயல் முறை</p>	
<p><b>காட்சி விளக்கப்படங்கள் (Visual aids)</b></p> <p>தினசரி காலை காட்சி அட்டவணை</p> <p>The Mama Workshop's <b>Morning Routine Visual Schedule</b></p>	<p>காட்சி விளக்கப்படங்கள், குழந்தைகளுக்கு ஒரு புதிய செயலை கற்பிக்கும் பொழுது காட்சி தூண்டுதலாக செயல்படுகிறது. அவை கீழ்வரும் வடிவத்தில் இருக்கக்கூடும். படங்கள், வரைபடங்கள், புகைப்படங்கள் மற்றும் சொற்கள் அத்தோடு ஒரு செயலை செய்து முடிக்க தேவையான வார்த்தைகளும் எழுதப்பட்டிருக்கும். தினசரி காட்சி விளக்க அட்டவணை என்பது கட்டமைக்கப்பட்ட சூழலில் ஒரு முக்கியமான அங்கமாகும். இது அறிவுத்திறன் குறைபாடுகள் உள்ள குழந்தைகளின் நடத்தைகளில் முன்னேற்றங்களைக் காட்டுகிறது. என்ன நடவடிக்கைகள் நிகழும், எந்த வரிசையில் இருக்கும் என்பதை இந்த அட்டவணை காட்டுகிறது.</p>

<p>ஒருங்கிணைப்பு</p> 	<p>ஒருங்கிணைப்பு என்பது ஒரு ஒற்றை அணுகுமுறை அல்ல, ஆனால் நாள் முழுவதும் தேவைப்படக் கூடியதாகும். நாள் முழுவதும் மற்றும் விளையாட்டின் போது தன்னைத்தானே பேணும் செயல்களை மேம்படுத்துவதற்கான வாய்ப்புகளை ஒருங்கிணைப்பது செயல்களின் வெற்றிகரமான தேர்ச்சிக்கு தேவையான பயிற்சியை வழங்குவது முக்கிய குறிக்கோளாகும். (எ.கா) ஆடை அணிவது என்பது உடை அணிதல், பட்டன் மாட்டுதல், ஜீப் போடுதல் ஆகியவற்றை வலுப்படுத்த ஒரு சிறந்த வாய்ப்பை வழங்குகிறது.</p>
--	--

## 5. தன்னைத் தானே பேணும் திறன்

தன்னைத் தானே பேணும் திறன் என்பது அன்றாட வாழ்க்கை நடவடிக்கைகளில் பங்கேற்கத் தயாராக இருக்கும் அன்றாடப் பணிகளாகும். அதாவது உணவு, கழிப்பறை, ஆடை அணிதல், சீர்ப்படுத்துதல் மற்றும் தனிப்பட்ட சுகாதார நடவடிக்கைகள்

**தன்னைத் தானே பேணும் திறன் என்பது ஏன் முக்கியமானது?**

- பணிகளை திட்டமிட, ஒழுங்கமைக்க மற்றும் செயல்களை செய்யும் திறனை வளர்த்துக் கொள்ள உதவும்.
- சுய மற்றும் சுதந்திர உணர்வை வளர்த்துக் கொள்ள உதவும்.
- அன்றாட பணிகளைச் செய்வதற்கு தேவையான உடல் கட்டுப்பாட்டை உருவாக்க உதவும்.
- பள்ளி தொடர்பான பல பணிகளுக்கு முன்னோடியாக செயல்படும்.

**தன்னைத் தானே பேணும் திறனை கற்பிக்கும் போது நினைவில் கொள்ள வேண்டிய உதவிக்குறிப்புகள்**

- தன்னைத் தானே பேணும் திறனுக்கு தேவையான பொருட்களை அணுகக்கூடியதாகவும், குழந்தைக்கு எட்டக்கூடியதாகவும் மாற்றவும்.



- உங்கள் நேரத்தை எடுத்து பொறுமையாகச் செய்யுங்கள். இப்பொழுது அதிக நேரம் தேவைப்படலாம் எதிர்காலத்தில் குறைந்த நேரமே தேவைப்படும்.
- தன்னைத் தானே பேணும் திறன் தேவைப்படும் பொழுது குழந்தைகளை எச்சரிக்கை செய்யவும். எ.கா. "உனது கை சுத்தமாக இல்லை வந்து அதை சரி செய்".
- குழந்தைக்குப் போதுமான உதவி செய்யுங்கள். ஒரு செயலை செய்ய அக்குழந்தைக்கு உதவி செய்யும் முறையை விட அக்குழந்தை "உடன்" இணைந்து அச்செயலை செய்வது பற்றி சிந்தியுங்கள்.

**குறிப்பு :** தன்னைத் தானே பேணும் திறனை கற்பிக்க அக்குழந்தைகளுடன் பணிபுரியும் போது பெற்றோரின் கவலைகளை நிவர்த்தி செய்வது, தீர்வுகளைக் கேட்பது, சிகிச்சை வளர்ச்சியில் அவர்களைச் சேர்ப்பது மற்றும் குழந்தையின் சிகிச்சை நடவடிக்கைகளில் பங்கேற்க வைப்பது அவசியம். இவ்வாறு பயிற்சிகளை மேற்கொள்ளுதல் குழந்தைக்கு அதிக வலுவூட்டலை வழங்குகிறது. பெற்றோர்கள் குழந்தைக்கு நேர்மறையான ஊக்கத்தை அளிப்பவராக இருக்க முடியும். இது குழந்தையின் உணர்ச்சிப் பூர்வமான வளர்ச்சிக்கு உதவுகிறது.

### தன்னைத் தானே பேணும் செயலுக்கு தேவையான பகுதிகளை உருவாக்குதல்

தன்னைத் தானே பேணும் பணிகளில் பங்கேற்கும் முன், குழந்தைகள் செயல்களை சுதந்திரமாக செய்ய சில வழிகளை உருவாக்க வேண்டும். தன்னைத் தானே பேணும் செயல்களைச் செய்ய உடல் இயக்கங்கள் (Gross motor), நுணுக்கமான செயல்கள் (Fine motor), காட்சி அறிவாற்றல், (Visual cognitive), உணர்ச்சி (Sensorial) மற்றும் தகவல் தொடர்புதிறன் (Communication skills) போன்ற பல பகுதிகள் மேம்படுத்தப்பட வேண்டும். தன்னைத் தானே பேணும் செயலை கற்பதற்கு முன் சவாலான பகுதிகளை அடையாளம் காண்பது முக்கியம். இந்த பகுதிகளில் பெரும்பாலானவை விளையாட்டின் மூலம் மேம்படுத்தப்படலாம்.

## I. பெருந்தசை இயக்கத் திறன்கள்:

இவையெல்லாம் முழுஉடல் அசைவுகளை குறிக்கும் மற்றும் அன்றாட செயல்பாடுகளைச் செய்ய உடலில் தேவைப்படும் பெரிய தசைகளை உள்ளடக்கியது. எடுத்துக்காட்டாக நிற்பது, நடப்பது, ஓடுதல், குதித்தல் மற்றும் மேஜையில் நிமிர்ந்து உட்கார்ந்து கொள்வது.

### உடம்பின் மொத்த அசைவுகளின் வளர்ச்சியை ஊக்குவிக்கும் பொதுவான செயல்கள்

<p>நொண்டி விளையாட்டு</p> 	<p>தாவுதல், சமநிலை மற்றும் ஒருங்கிணைத்து செயலைச் செய்யும் திறன் போன்றவற்றின் வளர்ச்சியை ஆதரிக்கிறது.</p>
<p>நடனம்</p> 	<p>சமநிலை, ஒருங்கிணைப்பு மற்றும் அசைவுகளை வரிசைப்படுத்துதல் போன்ற திறன்களை வளர்க்க குழந்தைகளுக்கு உதவுகிறது. இது குழந்தைக்கு தானத்தைப் பற்றிய விழிப்புணர்வை உருவாக்க உதவுகிறது. சிறு குழந்தைகளுக்கு “நான் ஒரு சிறிய தேனீ பாத்திரம்” அல்லது “தி ஹொக்கி போக்கி” போன்ற உடல் இயக்கத்தை தூண்டும் பாடல்களை பயன்படுத்த முயற்சிக்கவும்.</p>
<p>சக்கர வண்டி நடைப்பயிற்சி</p>	<p>மேல் உடல் வலிமை மற்றும் உடல் அமைப்பு / உடற்பகுதி கட்டுப்பாட்டின் வளர்ச்சியை அதிகரிக்கிறது.</p>

<p>நிலையற்ற மேற்பரப்புகளில் நடப்பது</p>	<p>நிலையற்ற மேற்பரப்புகளில் (எகா) பெரிய தலையணைகளின் மேல் நடக்க/ஏறுவதற்கு நிறைய முயற்சி தேவைப்படுகிறது. மேலும் இது ஒட்டு மொத்த உடல் வலிமையையும், சமநிலையையும் அதிகரிக்கிறது. விளையாட்டை மிகவும் சுவாரஸ்யமாக மாற்றும் விதமாக விளையாட்டை உருவாக்க வேண்டும்.</p>
<p>வேடிக்கை அட்டைப்பெட்டி</p>	<p>நீங்கள் ஒரு பெட்டியில் அனைத்து வகையான செயல்பாடுகளையும் உருவாக்கலாம்.</p> <p>அ) அதை தலைகீழாக மாற்றி, அதை தாள கருவியாக (drums) பயன்படுத்துங்கள். அதை எப்படி அடிக்க வேண்டும் என்பதை குழந்தைகளுக்குக் காட்டுங்கள். உங்கள் செயல்களை குழந்தை பிரதிபலிக்கும் போது பார்க்க வேண்டும்.</p> <p>ஆ) அட்டையை பொம்மைகளால் நிரப்புங்கள். குழந்தையை அதை எடுத்து வெளியே போடச் சொல்லுங்கள். இவ்விரண்டு செயல்பாடுகளும் உடல்கட்டுப்பாடு மற்றும் கைகளின் கட்டுப்பாட்டு வளர்ச்சியை அதிகரிக்கின்றன.</p>



<p>விளையாட்டு மைதானம்</p>	<p>குழந்தைகளின் சமநிலையை வளர்க்க ஊஞ்சல் உதவுகிறது. இது அவர்களின் எடையை எவ்வாறு சரிசமமாக மாற்றி உட்காருவதையும், கால்களை முன்னும், பின்னுமாக நகர்த்துவதையும் எவ்வாறு ஒருங்கிணைப்பது என்பதை அறிய உதவுகிறது. கயிறு ஏணிகள் மற்றும் ஆடும் பாலங்கள் (Wobble bridges) போன்ற விளையாட்டு மைதான உபகரணங்கள், உடலின் தசைகள் வேலை செய்ய உதவுகின்றன.</p>
<p>பலூன்/நுரைகுமிழ்களுடன் விளையாட்டு</p>	<p>குழந்தைகள் பலூன்கள் மற்றும் நுரை குமிழ்களைத் துரத்தி முடிந்தவரை பிடிக்க செய்ய முயற்சி செய்யலாம். அவற்றை துரத்தும் போது உடல்நிலை மற்றும் எடையில் மாற்றங்கள் ஏற்படும் செயல்களான ஓடுதல், குதித்தல், அங்கும் இங்கும் ஓடுதல் போன்றவற்றை செய்ய முடியும்.</p>

இவை அனைத்தும் தீர்மானமான பட்டியல் அல்ல. உங்கள் யோசனைக்கு ஏற்றவாறு வெவ்வேறு வழிகளை குழந்தைகளுக்கு பொருந்தும் வகையில் செயலை செய்ய வைக்கலாம்.


**உடம்பின் மொத்த அசைவுகளில் ஏற்படும் சவால்கள்.**

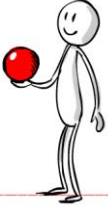


<p>அடையாளம் காணப்பட்ட சவால்கள்</p>	<p>செயல்படுத்த சாத்தியமான வழிகள்</p>
<p>கழுத்து நேராக நிற்க இயலாமை</p>	<p>1. குழந்தையை குப்புற உங்கள் மடியில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். உங்களுக்கு அருகில் பிரகாசமான வண்ணப்பொருட்களை வைத்துக் கொள்ளுங்கள் அந்த பொருட்களைக் காண குழந்தையின் கழுத்தை அதை நோக்கி நகர்த்துவதை ஊக்குவிக்க ஒலி எழுப்புங்கள். படிப்படியாக அவர்களின் கழுத்தை உங்கள் மடிக்கு</p>

 	<p>அப்பால் நீட்டி, உங்கள் மடியை உயர்த்துங்கள். இதனால் குழந்தை சமநிலையடைந்து தங்கள் கழுத்தை பிடித்து வைத்திருக்கும்.</p> <p>2. குழந்தையை செங்குத்தாக உங்கள் தோள்களில் சாய்த்து உங்களது ஒரு கை, குழந்தையின் கழுத்தின் பின்புறத்திலும், மற்றொரு கை குழந்தையின் கீழ் இடுப்பிலும் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். குழந்தையின் நாடி உங்கள் தோளில் வைத்திருக்க வேண்டும். குழந்தையின் முகத்தின் முன் யாராவது ஒரு கிலுக்கு/பொம்மையை காட்டுங்கள். குழந்தையின் கவனம் அதில் பட்டவுடன் பொம்மையை நகர்த்தினால் பொருளை கண்காணித்து, கழுத்தை நகர்த்துவதை ஊக்குவிக்கும்.</p>
<p>சுயமாக உட்காரவில்லை</p> 	<p>3. முதலில் உங்கள் மடியில் உட்கார வைப்புகள். பின்னர் காலப்போக்கில் அறையின் மூலையில் உட்கார வைப்புகள் அல்லது வீட்டுப் பொருட்களை இரு பக்கம் கீழே விழாமல் இருக்குமாறு அமைப்பு கொண்ட இருக்கையை உருவாக்குங்கள்.</p>
<p>நடக்க இயலாது</p>	<p>1. உட்கார்ந்த இடத்திலிருந்து நிற்பதை ஊக்குவிக்க குழந்தையின் விருப்பமான பொம்மையை குறைந்த தூரத்தில் அடைய முடிந்த மற்றும் பார்க்கும் இடத்தில் வைக்க வேண்டும். அதை எடுக்க அவர்களைத் தூண்டவும், எழுந்து நிற்கும் வரை குழந்தைக்கு உதவுங்கள். அவர்கள் முயற்சி செய்ய செய்ய படிப்படியாக பொம்மையை நகர்த்துங்கள். எழுந்து நின்ற பிறகு பொம்மையை எடுக்க அனுமதியுங்கள்.</p>  <p>2. குழந்தையை அறையின் ஒரு முனையில் மேசை, கட்டில்</p>

	அல்லது ஒரு தடியை பிடித்துக் கொண்டு நிற்கச் செய்யுங்கள். உங்களிடம் வரச்சொல்லி சிறிது தூரத்திலிருந்து குழந்தையை அழைக்கவும். (தற்போது உள்ள உடம்பின் ஆற்றலைப் பொறுத்து)
--	---

### கண்,கை ஒருங்கிணைப்பு வளர்ச்சியை ஊக்குவிக்கும் செயல்கள்

<p><b>பந்தும் -வலையும்</b></p>  <p>OT Mom Learning Activities</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• காய்கறியும், பழங்களும் போட்டு வைக்கும் வலைப்பையை பயன்படுத்துங்கள்.</li> <li>• பந்தை அதிலே போட்டு முடிச்சு போடுங்கள்</li> <li>• அதை கயிறில் கட்டுங்கள்.</li> <li>• உங்கள் குழந்தையின் மார்புக்கு எட்டுமளவு கயிறு நீண்டதாக இருக்க வேண்டும்.</li> <li>• அந்த கயிற்றில் பந்தை கட்டிவிட்டுத் தொங்க விடுங்கள்.</li> </ul>	<p>தள்ளு மற்றும் பிடி:</p> <p>குழந்தை தன்னிடம் இருந்து பந்தை தள்ளவும் மற்றும் தன்னை நோக்கி வரும் போது உடம்பில் படுவதற்கு முன் பிடிக்க முயற்சி செய்யும்.</p> <p>மட்டையும் பந்தும்:</p> <p>ஒரு மட்டையைப் பயன்படுத்துங்கள். உங்கள் குழந்தையை மட்டையை வைத்து பந்தை அடிக்க பயிற்சி அளியுங்கள். உங்கள் குழந்தைக்கு சவாலை அதிகரிக்க வெவ்வேறு விதமான மட்டைகளை பயன்படுத்துங்கள்.</p>
<p><b>பந்து உருட்டுதல்</b></p> 	<p>உங்கள் குழந்தையை படத்துள் உள்ளது போல் கால்களை அகற்றி உட்கார வைப்புகள். பின்னர் நீங்கள் குழந்தைக்கு பந்தை உருட்டி விடுங்கள்.</p> <p>உங்கள் குழந்தை தன்மேல் பந்து வந்து மோதுவதற்குள் தடுக்க முயற்சி செய்ய வேண்டும். இப்படிச் செய்தால் குழந்தை பந்தை கவனமாக பார்த்து கைகளோடு ஒருங்கிணைத்து பந்தை சரியான நேரத்தில் நிறுத்துகிறது என்று அர்த்தம்.</p>

<p>பந்து வீசுதல்</p> 	<p>சிறு குழந்தைக்கு இரு கைகளை வைத்து பந்தை தூக்கி வீசுவதற்கு அதிக கவனம் தேவைப்படும். முதலில் பந்தை கையில் கொடுத்து வீச சொல்லி பின்னர் முன்னேற்றத்திற்காக முன்னும் பின்னும் பந்தை அவர்கள் கைகளுக்குள் வீச பயிற்சி கொடுக்கவும்.</p>
<p>பொம்மையை பொருத்துதல்</p> 	<p>குழந்தையின் பொம்மைகள் சிலவற்றை எடுத்து அதன் வடிவத்தை காகிதத்தில் வரையுங்கள். குழந்தையை சரியாக பொருத்தச் சொல்லுங்கள். இவை அவர்களுக்கு கண் மற்றும் கை ஒருங்கிணைப்புக்கு உதவும்.</p>
<p>நூலில் கோர்த்தல்</p> 	<p>நூலில் கோர்த்தல் நுணுக்கமான செயல்கள் மற்றும் கண், கை ஒருங்கிணைப்பை கொண்டதாகும். கயிறு மற்றும் பாசிகளை பயன்படுத்துங்கள். குழந்தையால் அதில் கோர்க்க முடியவில்லை என்றால் ஒரு பைப் பயன்படுத்துங்கள்.</p>

இவை தீர்மானமான பட்டியல் அல்ல. உங்களுடைய கருத்துக்களைக் கொண்டு குழந்தைகளுக்குத் தகுந்தவாறு வெவ்வேறு வழிகளை பயன்படுத்துங்கள்.

## II. குறுந்தசை இயக்கத்திறன்கள்

குறுந்தசை இயக்கத்திறன்கள் என்பது நாம் அன்றாடம் செய்யும் செயல்கள், சிறிய தசைகளை உள்ளடக்கியது. எ.டு. எழுதுதல், சிறிய பொருட்களை எடுத்தல், சட்டை பட்டன் போடுதல் ஆகும். நுணுக்கமான செயல்திறனின் தாக்கம், ஒரு செயலைத் தரமாகவும், விரைவாகவும் செய்ய உதவுகிறது.

### நுணுக்கமான செயலின் வளர்ச்சியை ஊக்குவிக்கும் செயல்கள்

<p>மாவை வைத்து விளையாடுதல் (Play dough)</p> 	<p>மாவை வைத்து விளையாட விரல்களைப் பயன்படுத்துவது இயற்கையாகவே செயல்திறன் வளர்ச்சியை மேம்படுத்துகிறது. செயல்பாட்டை மேம்படுத்துவதற்கு ரோலிங் பின்ஸ் குழந்தைகள் பயன்படுத்தும் பாதுகாப்பான கத்தரிக்கோல், கேக் வெட்டும் மட்டமான கத்திகள் போன்றவற்றை பயன்படுத்தலாம்.</p>
<p>Painting வண்ணம் தீட்டுதல்</p> 	<p>வெவ்வேறு வகையான வண்ணம் தீட்டுதல் உங்கள் குழந்தையின் கை, கண் ஒருங்கிணைப்பு மற்றும் கையின் வலிமை ஆகியவற்றை வலுப்படுத்த உதவும்.</p> <p>விரல் ஓவியம் குழந்தைகளுக்கு தங்கள் கைகளைப் பயன்படுத்த ஒரு வாய்ப்பை வழங்குகிறது..</p> <p>ஒரு தூரிகை மூலம் ஓவியம் வரைவது குழந்தைகளுக்கு ஒரு தூரிகையை வைத்திருக்க கற்றுக்கொள்ள உதவுகிறது மற்றும் அதை ஒரு கருவியாக பயன்படுத்தி கைகளின் கட்டுப்பாட்டை அதிகரிக்க உதவுகிறது.</p>
<p>Sponges பஞ்சு</p>	<p>ஒரு கிண்ணத்தில் தண்ணீரை நிரப்பி மற்றொரு கிண்ணத்தை காலியாக</p>

	<p>வைக்கவும். குழந்தை அந்த பஞ்சை தண்ணீரில் ஊறவைத்து, பின்னர் காலியாக உள்ள கிண்ணத்தில் புளிந்து விடலாம். இது கைகளையும், முன்கைகளையும் பலப்படுத்துகிறது.</p>
<p>Sensory Bins புலன் உணர்வைத் தூண்டும் தொட்டிகள்</p>	<p>பலவிதமான பொருட்களால் நிரப்பப்பட்ட ஒரு பெரிய பிளாஸ்டிக் பெட்டியைக் கொண்டு ஒரு புலன் உணர்வுத் தூண்டும் பெட்டியை உருவாக்கலாம். பல பெற்றோர்கள் உலர்ந்த அரிசி அல்லது பீன்ஸை பெட்டியில் போட்டு இவையுடன் வெவ்வேறு அளவுகள் மற்றும் அமைப்புகளுடன் கூடிய வெவ்வேறு பொருட்களை சேர்க்கின்றனர். வெவ்வேறு அமைப்புகளைக் கையாளுதல், கரண்டி/முள்கரண்டி அல்லது இடுக்கியை பயன்படுத்துவது நுணுக்கமான செயல்திறன் வளர்ச்சிக்கு உதவும்.</p>

இவை தீர்மானிக்கப்பட்ட பட்டியல் அல்ல. உங்களுடைய கருத்துகளைக் கொண்டு குழந்தைகளுக்குத் தகுந்தவாறு வெவ்வேறு வழிகளைப் பயன்படுத்துங்கள்.

### நுணுக்கமான செயல்பாட்டின் சவால்கள்

கண்டறியப்பட்ட சவால்கள்	சாத்தியமான தந்திர வழிகள்
பொருட்களை எடுத்து கையாளுவதில்லை	<p>முதலில் குழந்தையை ஒரு பெரிய பொருளை தன் விரல்கள் அனைத்தையும் பயன்படுத்தி எடுக்க பழக்குங்கள்</p> <p>.பெரிய பொருட்களை முதலில் இரு கைகளாலும், பின்னர் ஒற்றை கையாலும், மூன்றாவதாக ஒரு</p>



	<p>கையிலிருந்து, மற்றொரு கைக்கு மாற்றுவதன் மூலம் பிடிக்கும் திறனை மேம்படுத்தலாம்.</p> <p>*பொருட்களை பிடிக்க மற்றும் விடுவிக்க பயிற்சி அளியுங்கள். குழந்தையை அந்த பொருளை “எடு” என்னிடம் “கொடு” என்று உங்கள் கைகளில் கொடுக்குமாறு செய்யலாம். பல விதமான பொருட்களைக் கொண்டு அதை செய்யுங்கள்.</p>
--	--

## தன்னைத்தானே பேணும் திறனுக்கான பயிற்சியை ஆரம்பித்தல்

தன்னைத்தானே பேணும் திறனில் எந்தப்பகுதியில் இருந்து பயிற்சியை ஆரம்பித்தாலும் கீழ்க்கண்டவை மிக முக்கியமானதாகும்.

1. பெற்றோருடன் கலந்து ஆலோசித்து தன்னைத்தானே பேணும் திறனில் தற்போதைய நிலைமையை பற்றி தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.
2. திறனில் எந்த நிலையில் பயிற்சி தேவைப்படுகிறதோ அதன் பணி பகுப்பாய்வை முடிக்கவும்.
3. குழந்தையின் தற்போதைய திறன்கள் மற்றும் சவால்களை மதிப்பீடு செய்யுங்கள்
4. பணிபகுப்பாய்வை குழந்தையின் திறன்களுடன் ஒப்பிடுக.
5. செயல்பாட்டை மதிப்பிடவும்
6. பொருத்தமான வழிகாட்டுதல் முறைகளை பயன்படுத்துங்கள்.
7. செயலின் விளைவுகளை மதிப்பீடு செய்யுங்கள்.

**குறிப்பு:** அறிவுத்திறன் குறைபாடுள்ள குழந்தைகள் ஒரு குறிப்பிட்ட செயல் அட்டவணை இருக்கும் போது அவர்களின் தினசரி நடைமுறைகளை சிறப்பாக நிர்வகிக்கிறார்கள் என்று ஆராய்ச்சி கண்டறிந்துள்ளது. பெற்றோருடன் பணிபுரியும் போது, தன்னைத் தானே பேணும் நடவடிக்கைகளில் தேவைப்படும் நடைமுறைகளில், தேவைப்படும் நடைமுறைகள் மற்றும் ஒவ்வொரு நாளும் சீரான ஒரு பொதுவான தினசரி அட்டவணை குறித்து அவர்களுக்கு கல்வி கற்பது முக்கியம்.

### III. உணவு உண்ணுதல்

அறிவுத்திறன் குறைபாடுள்ள குழந்தைகள் சராசரி குழந்தையை விட சாப்பிடுவதில் அதிக சவால்களை அனுபவிக்கின்றன. குழந்தைகள் தாங்கள் சாப்பிடுவதை தேர்ந்தெடுப்பர். அதிலும் அதன் அமைப்பு, திறம், வாசன மற்றும் வெப்பநிலை இவைக்கு அதிக முக்கியத்துவம் அளிப்பர்.

#### பெற்றோருக்கு கற்பிக்கக்கூடிய பொதுவான உணவளிக்கும் வழிகள்



- வழக்கமான உணவு நேரங்களை கொண்டிருத்தல்
- சாப்பிடும் முன் ஒரு எச்சரிக்கையை கொடுங்கள். எ.டு. 10 நிமிடங்களுக்கு முன்பு
- குழந்தை பசியுடன் இருக்கக்கூடாது . அது சரி என்று நினைவில் கொள்க
- உணவு எவ்வளவு காலம் நீடிக்கும் என்பதற்கான கால அவகாசம் உள்ளது. இது ஒரு குறிப்பிட்ட கால எல்லையில் உணவை முடிக்க குழந்தை ஒரு பொறுப்புணர்வை வளர்க்க அனுமதிக்கிறது மற்றும் வெறுப்பை உண்டாக்கும் நீளமான உணவை கட்டுப்படுத்துகிறது. உணவை மிக மெதுவாக அல்லது வேகமாக சாப்பிடும் குழந்தையின் வேகத்தை கட்டுப்படுத்த டைமர்கள், அதிர்வுறும் கடிகாரங்கள் மற்றும் காட்சிக் கருவிகள் உதவும்.
- வரையறுக்கப்பட்ட முடிவுகளை வழங்குதல்
- சிறிய பகுதியை வழங்குதல்
- விரும்பத்தகாத நடத்தையை புறக்கணித்து நேர்மறையான நடத்தையை பாராட்டுங்கள்.
- நன்றாக சாப்பிடுவதை பாராட்டுங்கள். ஒரு கட்டமைப்பை உருவாக்க ஒவ்வொரு சிற்றுண்டி/உணவு நேரத்திற்கும் ஒரு கடிகாரத்தின் முகத்தைச் சுற்றி வேறு படத்தை வைக்க முயற்சிக்கவும். குழந்தை எளிதாகக் காணக்கூடிய அட்டவணையை இடுங்கள்.

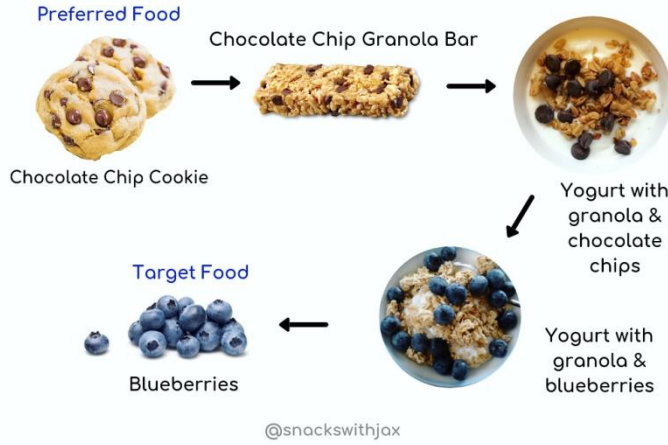


அறிவுத்திறன் குறைபாடுகள் உள்ள குழந்தைகள் பெரும்பாலும் அவர்கள் உண்ணும் உணவைப்பற்றி குறிப்பாக இருப்பார்கள். உணவின் எண்ணிக்கை மற்றும் வகையையும் அதிகரிக்க உணவுச்சங்கிலியை பயன்படுத்தவும்.

## Parenting a Picky Eater

### Food Chaining

### Cookies to Blueberries

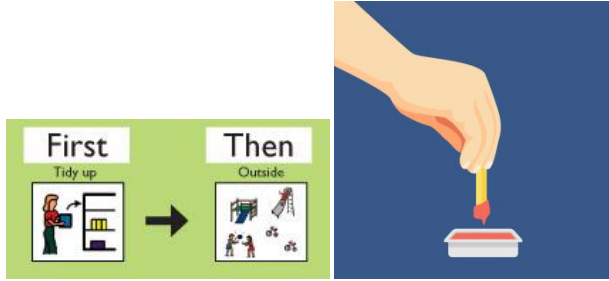


உணவுச்சங்கிலி என்பது ஒரு குழந்தை உண்ணும் உணவின் எண்ணிக்கை மற்றும் வகைகளை அதிகரிக்க உருவாக்கப்பட்ட ஒரு தனிப்பட்ட, கட்டமைக்கப்பட்ட அணுகுமுறையாகும். இது குழந்தையின் உணர்ச்சி சுயவிவரம் ஆகியவற்றை அடிப்படையாகக் கொண்டது. ஒரு உணவுச்சங்கிலி என்பது குழந்தை சாப்பிட விரும்பும் உணவில் தொடங்கி இலக்கு உணவுடன் முடிகிறது. ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட உணவில் படிப்படியாக மாற்றங்களைச் செய்வதன் மூலம் உணவுச் சங்கிலி உருவாக்கப்படுகிறது. எ.கா. ஒரு உணவுச்சங்கிலி குழந்தையின் விருப்பமான சிக்கனில் தொடங்கி வேக வைத்த மீன்களுடன் முடிவடையும் சங்கிலியின் ஆரம்ப கட்டங்களில் புதிய பிராண்டுகள் மற்றும் சிக்கனின் வடிவங்களும் அடங்கும்.

### பரிந்துரைக்கப்பட்ட கற்பித்தல் முறை

- சமூக கதைகள்
- டோக்கன் அமைப்பு
- காட்சி உதவிக்கருவிகள் : “முதல்-பின்” பலகையை உருவாக்கவும். இதில் ஒரு பொருளின் படம் அல்லது செயலைத் தொடர்ந்து ஒரு பாராட்டுப் பொருட்களை காட்டுகிறது. (எ.டு) பராமரிப்பாளர் ஒரு குழந்தைக்கு “சாப்பிடு” என்ற வார்த்தையுடன் ஒரு சிற்றுண்டி படத்தை காண்பிக்கலாம். அதைத்

தொடர்ந்து “விளையாடு” என்ற வார்த்தையுடன் ஒரு ஊஞ்சலில் அமைக்கப்பட்டிருக்கும் படத்தை காண்பிக்கலாம்.



### அதிக கவனம் தேவைப்படும் இடங்கள்

சவால் : உணவை மெல்ல இயலவில்லை

1. காய்கறியை எடுத்து பிடித்த உணவோடு சேர்த்து கொடுக்கவும்
2. குழந்தையின் வாயைத் திறக்கவும் (கட்டளைகளை பின்பற்றாவிட்டால், கன்னங்களை மெதுவாக அழுத்தி திறக்க உதவவும்) மற்றும் பின்பற்களில் காய்களிகளை வைக்கவும். குழந்தைகள் பற்களை ஒன்றாக கொண்டுவரும் போது அவர்கள் விரும்பும் உணவை சாப்பிடுவார்கள்.
3. குழந்தை சுவையை கண்டறியும் வரை இதை தொடுங்கள்.
4. படிப்படியாக சுலபமாக மெல்லக்கூடிய வேக வைத்த காய்களிகளை குழந்தையின் வாயில் வையுங்கள்.

சவால்: தங்கள் கைகளால் உணவை சுயமாக சாப்பிடுவது .

1. குழந்தையின் முன் ஓட்டும் அமைப்பு இல்லாத உணவை ஒரு தட்டில் வைத்து தொடங்கவும். எ.டு. வேக வைத்த உருளைக்கிழங்கு/ரொட்டி
2. குழந்தை உண்ணத் தொடங்காத நிலையில் பின்னால் நின்று அவர்களின் வலது கையை பிடித்து உணவை வாய்க்குள் செலுத்த அவ்வாறு அத்துண்டுகளை எடுக்க அவர்களுக்கு உதவுங்கள்.
3. படிப்படியாக உங்கள் கைகளை அகற்றி தேவைப்படும் போது மட்டும் உதவுங்கள்.
4. சாதம் போன்ற ஓட்டும் உணவை அறிமுகப்படுத்துங்கள். மீண்டும் அதே செயல்முறை
5. இறுதியாக சாதத்தை கொழப்புடன் கலந்து மீண்டும் செய்யவும்.

சவால்: கரண்டியில் சுயமாக சாப்பிடுவது



1. ஒரு கிண்ணத்தில் பொருத்தமான உணவுப்பொருட்களை பயன்படுத்தி தொடங்குங்கள். குழந்தை இதை கற்றுக்கொண்ட பின் தட்டுக்கு முன்னேறலாம்.
2. கிண்ணத்தை மேஜையில் உறுதியாக வைக்கவும்.
3. குழந்தையை கரண்டியில் எடுத்து சாப்பிட பயிற்சியளிக்கவும். கரண்டி பயன்படுத்தவதை கற்றுக்கொண்ட பின் தட்டிலோ/கிண்ணத்திலோ தானாக பிடித்துக் கொண்டு சாப்பிட அனுமதிக்கவும்.

*சவால்:* கிண்ணத்திலிருந்தோ/டம்ளரிலிருந்தோ குடிக்கும் போது சிந்துதல்

1. உடையாத இரண்டு கைப்பிடுகளைக் கொண்ட கிண்ணத்தை பயன்படுத்தவும். ஆரம்பத்தில் முடி உள்ள சிப்பர் பயன்படுத்தவும்.
2. திறந்த கிண்ணத்தில் ஒரு வாய் திரவத்தை மட்டும் கொடுங்கள். அளவைப் படிப்படியாக அதிகரிக்கவும்.
3. ஒற்றை கைப்படி அல்லது கைப்பிடி இல்லாத கப்/டம்ளரை பயன்படுத்தவும்.

குழந்தை செயலை வெற்றிகரமாக செய்து முடித்தபின் பாராட்ட நினைவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள் (அவர்களை பார்த்து சிரியுங்கள் அல்லது நன்றாக செய்தாய் என்று சொல்லுங்கள்)

## IV. கழிவறையை பயன்படுத்துதல்

பிறர் உதவியின்றி கழிவறையை பயன்படுத்தக் கற்றுக்கொள்ள அறிவுத்திறன் குறைபாடு உள்ள குழந்தைகள் சவால்களை கொண்டுள்ளதாக கண்டறியப்பட்டுள்ளது. பிறர் உதவியின்றி செயல்களை செய்வதற்கு பயிற்சி ஆரம்பித்த பிறகு ஏறக்குறைய 1.6 வருடங்கள் எடுத்துக் கொள்கிறார்கள். அண்மைக்கால ஆராய்ச்சி முடிவுகள் ஆரம்ப கால, தீவிரமான பயிற்சிகள் மூலமாக கழிவறையை பயன்படுத்த தேவையான திறன்களை கண்டறிந்து, அதை பயிற்சி

செய்வதன் மூலம் அந்த செயலை பிறர் உதவியின்றி செயல்படுத்த இயலும் என கருத்து கூறுகிறது.

உடலின் தயார் நிலையை வெளிப்படுத்தும் 3 சைகைகள்



1. சிறுநீர் கழித்தலை கட்டுப்படுத்துதல்
2. குழந்தையால் உலர்ந்த நிலையில் சிலமணி நேரங்களுக்கு இருக்க முடிகிறதா? குழந்தைக்கு எப்பொழுது சிறுநீர் கழிக்க வேண்டும் என தோன்றுகிறதோ, அதை சைகை மூலமாக செய்து காண்பிக்க முடிகிறதா?
3. புரிந்து கொள்ளுதல் : குழந்தைக்கு பயிற்சியை கற்றுக்கொள்ள தேவையான அளவு புரிந்து கொள்ளும் தன்மை, ஒத்துழைக்கும் தன்மை இருக்கிறதா என தெரிந்து கொள்ள சில செயல்களை செய்ய சொல்ல வேண்டும். எடுத்துக்காட்டாக படு, உட்காரு, உடல் பாகங்களை சுட்டிக்காட்டு, பொம்மையை பெட்டியில் போடு, பொருட்களை தருமாறு கேட்டல், கைதட்டுதல் போன்றவற்றை திரும்ப செய்ய சொல்லுதல்
4. இயக்கம் : சிறிய பொருட்களை குழந்தையால் எடுக்க முடிகிறதா? நடக்கவோ, நகரவோ அந்த குழந்தையால் முடிகிறதா? குத்துக்காலிட்டு உட்காரவோ, நாற்காலியில் உட்காரவோ முடிகிறதா? அப்பொழுது சரியான சமநிலையில் அமர முடிகிறதா? இதையெல்லாம் செய்ய முடிந்தால் அந்த குழந்தையானது கழிவறையை பயன்படுத்த உடல்நீதியாக சரியான நிலையில் உள்ளது. கழிவறைக்கு பிறர் உதவியின்றி செல்ல முடியவில்லையென்றால் அவர்களுக்கு எந்த அளவிற்கு சுற்றுப்புற அல்லது பொருட்களில் மாற்றங்கள் செய்ய வேண்டும் என்பதை மதிப்பீடு செய்து உதவி செய்தல் வேண்டும்.

கழிவறையை பயன்படுத்த கற்பிக்கும் பொதுவான வழிமுறைகள்



- நடைமுறைப்படுத்தக்கூடிய எதிர்பார்ப்புகளை அமைத்தல்.
- குழந்தை கழிவறைக்கு செல்வதற்கு சைகையை வெளிப்படுத்துதல் மற்றும் அதற்கு தேவையான செயல்கள் அனைத்தையும் ஒரே நேரத்தில் கற்றுக்கொள்ளும் என எதிர்பார்க்கக் கூடாது. ஒவ்வொரு பகுதியாக கற்றுக்கொடுத்தால் அவர்களால் எளிதாகக் கற்றுக் கொள்ள முடியும்.



- ஒரு பகுதியை ஒரு நேரத்தில் செய்தல்.
- குழந்தையின் திறன் எந்த அளவில் உள்ளது என்பதை மதிப்பீடு செய்வதும், செயல்களை செய்வதில் எந்த பகுதியில் வெற்றிகரமாக உள்ளார்கள் என்பதை தெரிந்து கொள்வதும் அவசியமானதாகும்.
- கழிவறையை பயன்படுத்தும் பயிற்சியில் வெவ்வேறு விதமான பயிற்சி முறைகள் பற்றி கவனம் செலுத்துதல் என்பது மிக முக்கியமான முதலில் செய்ய வேண்டிய ஒன்றாகும். மற்ற திறன்களில் அதற்கு பிறகு கவனம் செலுத்தலாம். உடனடியாக வெற்றி அடைவதை விட குழந்தையை ஊக்குவிப்பதே முக்கியமான ஒன்றாகும்.
- பயிற்சி ஆரம்பிக்கும் முன் பெற்றோர்கள் ஒரு நோட்டீஸ் தினமும் குழந்தை கழிவறைக்கு செல்லும் நேரத்தை 2 வாரங்களுக்கு குறித்து வைத்து, அதிலிருந்து சரியான நேரத்தை தேர்ந்தெடுத்து அட்டவணைப்படுத்த வேண்டும்.
- குழந்தையை தயார்ப்படுத்தும் நேரத்தில் சுற்றுப்புறத்தையும் அவர்கள் வெற்றி பெறுவதற்கு ஏற்றவாறு மாற்ற வேண்டும். கழிவறை நாற்காலி, மாற்றம் செய்யப்பட்ட நாற்காலி, தடைகளை நீக்குதல், சரியான பரிசுகளை தேர்ந்தெடுத்தல் போன்றவை கழிவறை பயன்படுத்துதலை ஊக்குவிக்கும்.
- கழிவறை சூழலை மாற்றுதல் : (பாட்டு, மிதமான வெளிச்சம், நறுமணம் வெளிப்படுத்தும் கருவி) பயத்தை, எதிர்மறை எண்ணங்களை உருவாக்கும்



சூழலை, பொருட்களை தவிர்க்க வேண்டும்.

- மேற்கத்திய முறையிலான கழிவறையை பயன்படுத்தும் போது உயரத்தை பற்றிய பயம் மற்றும் வசதியற்ற சூழ்நிலையை தவிர்க்க காலின் அடியில் சிறிய நாற்காலியை பயன்படுத்தலாம். கழிவறை இருக்கையும் பயனுள்ளதாக இருக்கும்.
- கழற்றுதற்கு எளிதான ஆடைகளை அணிவிக்கவும்.

### **பெற்றோர்களை ஊக்குவிக்கும் வழிமுறைகள்**

1. குழந்தை எழுந்தவுடன் கழிவறைக்கு அழைத்து செல்ல வேண்டும்.
2. 5 நிமிடங்களுக்கு குழந்தையை கழிவறையில் உட்கார செய்தல் வேண்டும்.



3. குழந்தை சரியாக செய்தால், பாராட்டி பரிசு கொடுக்க வேண்டும். கழிவறையை சரியாக பயன்படுத்தினால் மட்டுமே அந்த பரிசை கொடுக்க வேண்டும். மற்ற செயல்களுக்கு அந்த பரிசை கொடுக்கும் பழக்கத்தை ஏற்படுத்தக் கூடாது.
4. கழிவறையை பயன்படுத்த தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட நேரத்தில் குழந்தை சிறுநீர், மலம் கழிக்கவில்லையென்றாலும், அந்த குறிப்பிட்ட நேரம் முடியும் வரை கழிவறையில் அமரச்செய்தல் வேண்டும். அவர்கள் சிறுநீர், மலம் கழிக்கவில்லை என்றாலும் திட்டக்கூடாது. நேர்மறையான வார்த்தைகளாக “பரவாயில்லை, அடுத்த முறை கழிக்கலாம்” என்று கூற வேண்டும்.
5. சுத்தம் செய்யும் பணிகளில் குழந்தையை பங்கேற்க செய்ய வேண்டும். (எ.கா. கைகளை கழுவுதல்)
6. அட்டவணைப்படுத்தப்பட்ட, தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட நேரமானது நேர்மறை எண்ணத்தையும், ஊக்கத்தையும் ஏற்படுத்துவதாக இருத்தல் வேண்டும்.
7. ஆரம்ப கால மதிப்பீட்டில் கண்டறியப்பட்ட தேவைகளின் படி கழிவறைக்குச் செல்லும் நேரமானது 90 நிமிடங்கள் அல்லது 2 மணி நேர இடைவேளை கொண்டதாக இருக்க வேண்டும். அதை சரியாக பழக்கப்படுத்த வேண்டும்.
8. இரவு படுக்கைக்குச் செல்லும் வரை இந்த குறிப்பிட்ட இடைவெளியில் கழிவறை செல்ல பழக்கப்படுத்த வேண்டும்.

குழந்தை அவர்களாகவே தொடர்ந்து தேவையான நேரத்தில் கழிவறைக்கு செல்ல பழகிவிட்டால் அட்டவணை நேரத்தை பயன்படுத்துதலை நிறுத்தி விடலாம்.

கழிவறைக்கு செல்ல குழந்தைக்கு ஏதாவது பிரச்சனை இருந்தால் “அட்டவணைப்படுத்தப்பட்ட நாற்காலியில் அமரும் நேரம்” என்ற அணுகுமுறையை பயன்படுத்தலாம்.

இந்த அணுகுமுறை கீழ்க்கண்டவாறு

1. நாற்காலியை கழிவறை இருக்கையிலிருந்து 2 அடி தூரத்தில் வைத்து ஏற்கனவே கழிவறை செல்ல நாம் ஏற்படுத்திய அட்டவணைப்படுத்தப்பட்ட நேரத்தில் சென்று அந்த நாற்காலியில் உட்கார சொல்ல வேண்டும். .



2. குழந்தை நாற்காலியிலிருந்து கழிவறைக்குச் செல்லவில்லை அல்லது கழிவறையை விட்டு வெளியே செல்ல முயற்சித்தாலோ பெற்றோர் குழந்தைக்கு வாய்மொழி வார்த்தையாகவோ அல்லது கையை பிடித்து உட்கார வைக்கவோ முயற்சி செய்யலாம். அதிக அளவில் உடல்ரீதியில் கஷ்டப்படுத்தக் கூடாது.



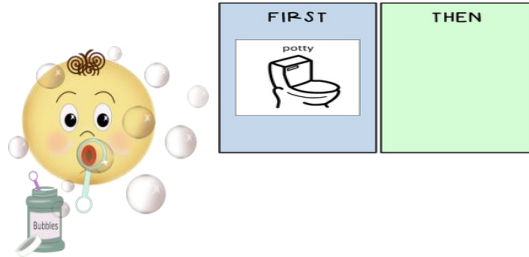
3. எப்பொழுது குழந்தை தானாகவே நாற்காலியிலிருந்து கழிவறைக்குச் சென்று பயன்படுத்த தொடங்கி விட்டதோ அதற்கு பிறகு 2 அடி தூரத்தில் இருந்து 4 அடி தூரமாக நாற்காலியை வைக்க வேண்டும்.
4. படிப்படியாக தூரத்தை அதிகரித்து 20 அடி தூரம் வரை நாற்காலியை பயன்படுத்தலாம். அதற்கு பிறகு நாற்காலியை பயன்படுத்த வேண்டாம்..

### பரிந்துரைக்கப்பட்ட கற்பித்தல் முறைகள்

சமூக கதைகள்

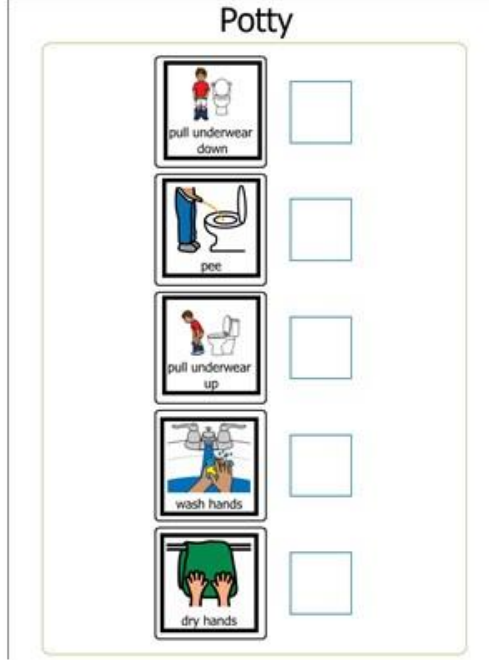
உதாரணம் காட்டுதல் :

- குடும்பத்தின் சூழ்நிலை, வசதிக்கேற்ப குடும்பத்தின் மற்ற உறுப்பினர் எவ்வாறு கழிவறையை பயன்படுத்துகிறார், ஆடையை கழற்றுக்கிறார், கழிவறையில் அமர்கிறார், சுத்தம் செய்கிறார்.கைகளை கழுவுகிறார் போன்றவற்றை குழந்தை பார்க்குமாறு செய்ய வேண்டும்.
- அவ்வாறு செய்ய இயலவில்லை என்றால் ஒரு பொம்மையை வைத்து கழிவறையை எவ்வாறு சரியாக பயன்படுத்த வேண்டும் என்று பயிற்சி கொடுக்கலாம். எவ்வாறு குழந்தை பொம்மை கழிவறைக்கு சென்று அதை பயன்படுத்துகிறது என்பதை சொல்லிக் கொடுக்க வேண்டும்.
- கழிவறையை சரியாக பயன்படுத்தியதற்கு கொடுக்கப்படும் பரிசானது அறிவுத்திறன் குறைபாடு மற்றும் பேசுவதில் குறைபாடு உள்ள குழந்தைகளுக்கு மிக முக்கியமான ஒன்றாகும்.

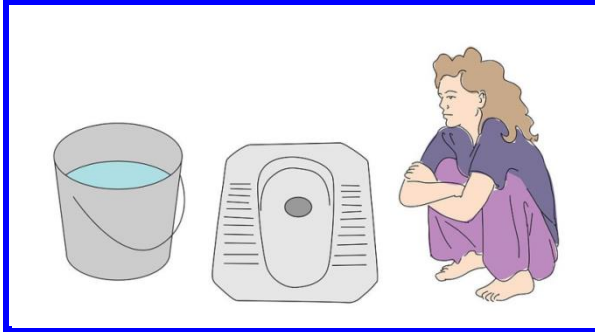


காட்சி விளக்கப்படங்கள்:

- “முதல் - பிறகு” பலகை மூலமாக குறிப்பிட்ட கழிவறை பயன்பாட்டிற்கு பிறகு கொடுக்கப்படும் பரிசை பற்றி குழந்தையிடம் தொடர்பு கொள்ளலாம்.



- காட்சி விளக்க அட்டவணை ஒன்றை உருவாக்கலாம்



- வாய்மொழி மூலம் தொடர்பு கொள்ள இயலாத மற்றும் அதிக பிரச்சனை உள்ள நேரங்களில் தொடர்பு கொள்ள இயலாத குழந்தைகளுக்கு படங்களை ஒரு அட்டையில் ஒட்டி அதை பெற்றோரிடம் கழிவறைக்கு செல்ல வேண்டும் என்றால் காண்பிக்க வேண்டும்.

### **அதிக கவனம் தேவைப்படும் பகுதிகள்**

சவால் : கழிவறை பயன்படுத்திய பிறகு சுத்தம் செய்ய இயலாமை. கழிவறையை பயன்படுத்திய பிறகு கையை பயன்படுத்தி சுத்தம் செய்வது என்பது இரண்டு கைகளுக்கும் ஒருங்கிணைப்பு இல்லாத குழந்தைக்கு மிகக் கடினமான ஒன்றாகும்.

1. இடது கைக்கு முதலில் பயிற்சி கொடுக்க வேண்டும். குழந்தையின் பாதுகாப்பாளர் தண்ணீர் ஊற்ற குழந்தை இடது கையை மட்டும் பயன்படுத்தி





கழுவ வேண்டும். தேவைப்பட்டால் உங்கள் இடது கையை குழந்தையின் இடது கையின் மேல் வைத்து எவ்வாறு கழுவ வேண்டும் என்பதை சொல்லிக் கொடுக்கலாம்.

- இதை சரியாக கற்றுக்கொண்ட பிறகு வலது கையால் தண்ணீர் ஊற்ற பயிற்சி கொடுக்க வேண்டும். கப்பை பிடித்து ஊற்றுவதில் பிரச்சனை இருந்தால் தேவைப்பட்ட மாற்றங்களை செய்து கொள்ளலாம்.

*சவால்:* கழிவறையை பயன்படுத்தும் பொழுது வெட்க உணர்வு இல்லாமை

- அனைவரும் கழிவறையை பயன்படுத்தும் பொழுது கதவை மூடிக்கொள்வதை காண்பித்தல் வேண்டும். அதை பின்பற்ற சொல்ல வேண்டும். முதலில் பயப்பட்டால் நீங்கள் குழந்தையுடன் அறைக்குள் செல்ல வேண்டும். கதவை மூடும் வரை குழந்தை ஆடையை கழற்றுவதை அனுமதிக்க கூடாது.
- அடுத்த கட்டமாக நீங்கள் அறைக்கு வெளியே நின்று கொள்ள வேண்டும். குழந்தைக்கு நீங்கள் நிற்பீர்கள் என்பது பற்றி உறுதி இருத்தல் வேண்டும்.
- படிப்படியாக குழந்தை தனியாகவே கழிவறையை கதவை மூடிக்கொண்டு பயன்படுத்துவதை ஊக்குவிக்க வேண்டும்.

## V. பல் துலக்குதல்



பொதுவாக மற்றவர்களை விட அறிவுத்திறன் குறைபாடு உள்ளவர்களுக்கு பல் சொத்தை மற்றும் பற்கள் சம்பந்தப்பட்ட மற்ற பிரச்சனைகள் அதிகமாக உள்ளன என ஆய்வு முடிவுகள் தெரிவிக்கின்றன. பல் துலக்குவதில் இவர்களுக்கு சவால்கள் உள்ளதாக கண்டறியப்பட்டுள்ளது. பற்களில் சேரும் தேவையற்ற உணவுகளை கண்டறிய இயலாமை, முன் பற்களின் உள்புறம் மற்றும் வெளிப்புறமாக துலக்க இயலாமை, பேஸ்டின் மூடியை திறக்க கைகளின் சரியான



இயக்கம் இல்லாமை.

பொதுவான வழிமுறைகள்





- குழந்தைகளுக்கு உரிய பிரிவு தேர்ந்தெடுக்கவும். மென்மையான நார் மற்றும் சிறிய அமைப்பு கொண்ட பிரிவு தேர்ந்தெடுக்கவும்.
- குழந்தைக்கு பிடித்த கலர், டிசைன் கொண்ட பிரிவு தேர்ந்தெடுக்கவும்.
- வாயை சுத்தப்படுத்தும் பொருட்களை பயன்படுத்தவும். குழந்தைக்கு பிரிவு பிடிப்பதில் பிரச்சனை இருந்தால் இதை பயன்படுத்தலாம்.
- கைப்பிடியை பெரிதாக்கவும். எ.கா பிரிவு ஒரு பந்தினுள் நுழைத்து பந்தை பிடித்துக் கொண்டு பிரிவு பண்ண கற்றுக்கொடுக்கவும்.,
- தலைக்கு மாட்டும் ஹோர்பன்ட் அல்லது வெல்கிரோவை பயன்படுத்தி பிரிவு கைகளில் கட்டி விடவும்.
- குழந்தைக்கு பிடித்த சுவை மற்றும் வாயினுள் நல்ல உணர்வை ஏற்படுத்தும் பேஸ்ட்டை தேர்ந்தெடுக்கவும்.
- பல்துலக்கும் நேரத்தை மகிழ்ச்சியானதாக மாற்றவும். எ.கா. பாட்டுப் பாடலாம், கதை சொல்லலாம். விலங்குகளின் சத்தம் ஏற்படுத்தலாம்.

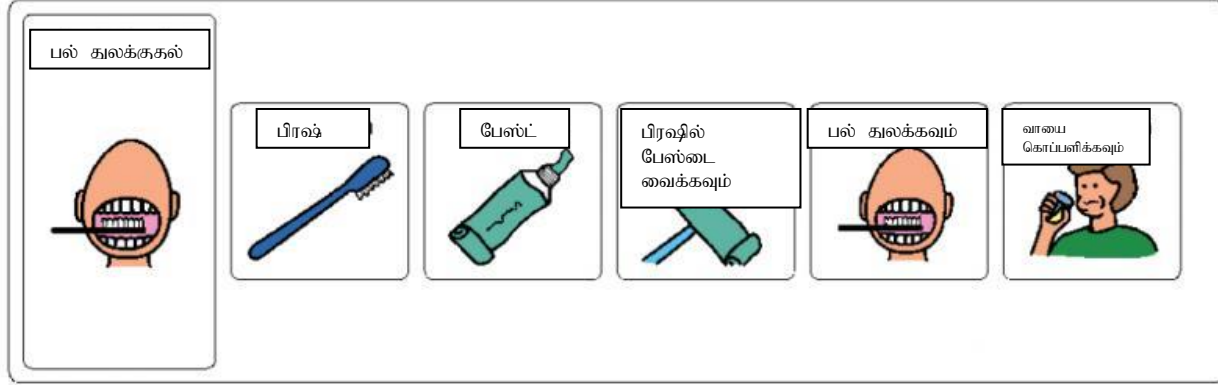
### பரிந்துரைக்கப்பட்ட கற்பித்தல் முறைகள்

உதாரணம் காட்டுதல்: பெற்றோர்கள் அல்லது உடன்பிறந்தோர் பல் துலக்கும் பொழுது அதை கவனிக்க செய்தல் அல்லது அவர்களுடன் இணைந்து பல்துலக்குதல்.

முன்னோக்கி செயலை செய்யும் சங்கிலி முறை : நல்ல செயல்திறன் மற்றும் மொழியை புரிந்து கொள்ளும் தன்மை கொண்ட குழந்தைக்கு இம்முறை பயனுள்ளதாக இருக்கும்.

பின்னோக்கி செயலை செய்யும் சங்கிலி முறை: தெளிவான மற்றும் சிறந்த முறையில் மொழியை புரிந்து கொள்ள இயலாத குழந்தைக்கு இம்முறை பயன்படுகிறது.

காட்சி விளக்க அட்டவணை : பல் துலக்கும் செயலுக்கு தேவையான செயல்முறைகளை பற்றிய படங்களை வரிசையாக ஒட்டி அதை பயன்படுத்தலாம்.



### அதிக கவனம் தேவைப்படும் பகுதிகள்

**சவால் :** பேஸ்டை விழுங்குதல், நுரையை துப்ப இயலாமை,

- குழந்தையின் பாதுகாப்பாளர் இதை செய்து காண்பிக்க வேண்டும். தண்ணீரை பயன்படுத்தி எவ்வாறு கொப்பளித்து துப்ப வேண்டும் என்பதை செய்து காண்பிக்க வேண்டும். குழந்தை உங்களை கவனிக்கறதா என்பதை உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள்.
- குழந்தையை தானாகவே செய்து பார்க்க அனுமதிக்கவும்.
- இதை பல் துலக்க பயன்படுத்தும் இடத்தில் மட்டும் செய்ய அனுமதிக்க வேண்டும்.
- பல்துலக்க ஒதுக்கப்பட்ட நேரத்தில் மட்டும் இதை செய்ய வேண்டும். தண்ணீரை பயன்படுத்தி துப்ப தெரிந்து விட்டால் பேஸ்ட் பயன்படுத்திய பிறகு துப்ப சொல்ல ஊக்கமளிக்க வேண்டும்.

**சவால் :** சரியான முறையில் பல் துலக்காமை.

- பல்துலக்குதலை கீழ்கண்டவாறு பிரித்துக் கொள்ளவும்.  
எ.கா. 1. முன்பற்கள் 2. இடது பக்கம் 3. வலது பக்கம் 4. வாயை திறத்தல் 5. வலது கீழ்ப்புறம் 6. இடதுகீழ்ப்புறம் 7. இடது மேல்புறம் 8. வலது மேல்புறம் 9. வலதுகீழ்புறம் உள்பக்கம் 10. இடது கீழ்புறம் உள்பக்கம் 11. வலதுமேல்புறம் உள்பக்கம் 12. இடது மேல் புறம் உள்பக்கம். 13. பற்களை சேர்த்து வைத்து உதடுகளை பிரிக்கவும். ஒவ்வொரு முறையும் இந்த வரிசைபடி செய்யவும். குழந்தையின் செயல்திறனுக்கு ஏற்ப இந்த பிரிக்கப்பட்ட பகுதிகளின் சிலவற்றையாவது அவர்களை செய்ய சொல்லி மற்றவற்றை

நீங்கள் செய்யவும். முழுமையாக அவர்கள் எல்லா பகுதிகளையும் செய்ய கற்றுக்கொள்ளும் வரை இதை செய்யவும்.

## VI. ஆடை அணிதல்

ஆடைஅணிய கற்றுக்கொடுக்கும் முன் குழந்தையின் வயதை கவனத்தில் கொள்ளுதல் வேண்டும். குடும்பத்தின் பழக்க வழக்கங்கள் பெற்றோர்கள் எந்த அளவிற்கு இந்த பயிற்சிக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கிறார்கள் என்பதையும் கவனத்தில் கொள்ளுதல் வேண்டும். இயல்பான நல்ல நிலையிலுள்ள 6 வயது குழந்தைக்குக் கூட ஆடைகளை தனியாக அணிவதில் பிரச்சனைகள் உள்ளன. அறிவுத்திறன் குறைபாடுள்ள குழந்தைகள் ஆடை அணிதலை மிக மெதுவாகவே கற்றுக்கொள்வார்கள். யாராவது ஆடைகளை போட்டுவிட்டால் எளிதாக, விரைவாக அந்த வேலை முடிந்து விட்டாலும் குழந்தையின் முன்னேற்றத்தின் அளவை அது தாமதமாக்கும். ஆடை அணிதல் என்பது அதிகமான அளவில் நிறைய பகுதிகளில் முன்னேற்றம் அடைய குழந்தைக்கு உதவியாக உள்ளது. செயல்திறன் அதிகரிப்பு, உடலின் சமநிலைப்பாடு, உடல் இயக்கம் மற்றும் மொழி பயன்பாடு.

ஆடை அணிதலை கற்பிக்கும் பொதுவான வழிமுறைகள்



VectorStock.com/20954220

- சமமான, நிலையான இடத்தில் குழந்தை உள்ளதா என்பதை உறுதி செய்யவும்: எ.கா. தரையில் (கால்களை தொடுவதற்கு எளிதாக இருக்கும்) அல்லது நாற்காலியில் அல்லது மெத்தையில் அமர்ந்து கால்கள் தரையில்



படுமாறு உட்கார வைக்க வேண்டும். தரையில் அமரும் பொழுது தேவையான பேலனஸ் இல்லை என்றால் சுவரில் சாய்ந்து கொள்ள செய்யலாம். இல்லை என்றால் சுவர் முக்கில் அமரச் செய்யலாம்.

- .நேரம் முக்கியமான ஒன்றாகும்: களைப்படைவதற்கு முன்பு ஆடைகளை கழற்றுவது குறைவான மனஅழுத்தத்தை அளிக்கும் மற்றும் அதின அளவில் வெற்றிக்கு வழிவகுக்கும்.
- பழக்கப்படுத்தவும்: சில வாரங்களுக்கு ஆடையை அணியச் சொல்லாமல் குழந்தையின் கைகளில் கொடுக்கவும். அதை குழந்தை தொட்டு பார்த்து, மணத்தை முகர்ந்து பார்த்து, நன்றாக பழகியபின் அணிவதற்கு பயிற்சி கொடுக்க வேண்டும்.
- தோந்தெடுக்கும் உரிமையை அளித்தல்: குழந்தை சில வகையான துணிகளை அணிவதற்கு எதிர்ப்பு தெரிவிக்கும். எனவே 3 வகையான துணிகளை கொடுத்து தோந்தெடுக்க செய்யவும். இது அவர்களே அவர்களுக்கு தேவையான ஆடையை தோந்தெடுத்த உணர்வை அளித்து இந்த சூழ்நிலையை நல்ல கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைக்க உதவும்.



- ஆடைகளை அணிவதை விட கழற்றுதல் எளிதாக இருக்கும். ஏனென்றால் அணிவதற்கு அதிக செயல்திறன், உடல் சமநிலை மற்றும் திட்டங்களை செயல்படுத்தும் திறன் போன்றவை தேவைப்படுகிறது. எனவே ஆடைகளை கழற்றுவதில் இருந்து பயிற்சியை ஆரம்பித்தல் வேண்டும்.

- ஆடை அணிவதற்கு ஒரே மாதிரியான, வரிசையான, சீரான வழிமுறைகளை பயன்படுத்தவும். ஆடைகளை அணிவதற்கு தேவையான முறையில் அதை



விரித்து வைக்க வேண்டும். .

- ஆடை அணிவதற்கு தேவையான செயல்கள் மற்றும் உடல் பாகங்களின் பெயர்கள் போன்றவற்றை கூறுவது ஆடை அணிதலை எளிதாக்கும். எ.கா. “வலது காலை நுழை”, “நான் டிரவுசரை உன் காலில் நுழைத்து மேலே இருக்கும் பொழுது எழுந்து நில்” எனக் கூறுதல்.
- நீங்களாகவே தவறுகளை சரி செய்யாமல் குழந்தையை அவர்களாகவே தான் அணிந்துள்ள முறை சரியாக உள்ளதா என்பதை பார்க்கச் சொல்லவும். தவறை கண்டுபிடித்து அதை சரி செய்ய தேவையானவற்றை செய்ய சொல்லி ஊக்குவிக்க வேண்டும்.
- பயிற்சியின் ஆரம்பகாலத்தில் பட்டன் போடுதல், இறுக்கமான ஆடைகள் மற்றும் அடுக்கடுக்காய் துணிகளை வைத்து தைத்த ஆடை போன்றவற்றை தவிர்க்கவும். அதற்கு பதிலாக தளர்வான, பெரிதான ஆடைகளை பயன்படுத்தவும். பெரிதான கழுத்துப்பகுதி, கைப்பகுதியானது அவைகளை எளிதாக அடையாளம் காண உதவும். அவர்களுக்கு உள்ள வழக்கமான அளவை விட பெரிய அளவு ஆடையை பயன்படுத்தவும்.
- அவர்களை எப்பொழுதும் கண்காணிக்க வேண்டாம். தனியாக அவர்களாகவே செய்தால் அதிகமாக செய்ய வாய்ப்புகள் உள்ளது.

### பரிந்துரைக்கப்பட்ட கற்பித்தல் முறைகள்

- வாழ்த்து தெரிவிப்பதன் மூலம் அதிக அளவு நேர்மறை ஊக்கத்தை அளிக்கலாம்.
- எளிதில் ஏமாற்றும் அடைவதை தவிர்க்க உடல்ரீதியாக உதவி புரியலாம்

- ஆடை அணிதல் நிகழ்வை சிறுசிறு பகுதிகளாக பிரித்து அதை படங்களாக வரிசையாக ஒட்டி, அதை பார்த்து கற்றுக்கொள்ள செய்வதன் மூலம்



வாய்மொழி உத்தரவு கொடுப்பதைக் குறைத்துக் கொள்ளலாம்.

- பின்னோக்கி செயலை செய்யும் சங்கிலி முறை சிறந்தமுறையாக உள்ளதால் அதை ஊக்குவித்தல் வேண்டும்.



shutterstock.com • 727329736

## அதிக கவனம் தேவைப்படும் பகுதிகள்

சவால் : ஆடையின் முன்புறம், பின்புறம், உள்பக்கம், வெளிப்பக்கம் எது என்று அடையாளம் தெரியாதது முக்கிய சவாலாகும்

- ஆடையின் உள்பக்கத்தில், பின்புறத்தில், மேல்பகுதியில் ஒரு கோடு மாதிரி தையல் போடவும். ஆடையின் வண்ணத்திலேயே இருக்க வேண்டும்.
- குழந்தையிடம் அந்த கோடானது எப்பொழுதும் உள்பக்கத்தில் பின்புறமாக வருமாறு ஆடை அணிய வேண்டுமென கற்றுக்கொடுக்க வேண்டும். குழந்தையின் உடம்பில் அது எந்த இடத்தில் இருக்க வேண்டும் என்பதை உடம்பை தொட்டு சொல்லிக் கொடுக்க வேண்டும்.

சவால்: பட்டன் போடுதல், கொக்கி போடுதல்.

1. ஆடை அணிவதற்கு தேவைப்படும் திறன்களை ஆய்வு செய்து எந்த நிலையில் குழந்தைக்கு பிரச்சனை உள்ளது என்பதை கண்டறியலாம்.



2. அந்த ஆய்வின் மூலம் குழந்தைக்கு ஏற்றவாறு ஆடையை மாற்றம் செய்து கொள்ளவும். இடுப்பில் கட்ட கயிறுக்கு பதிலாக எலாஸ்டிக் வைத்து தைத்தல், செருப்பில் வெல்குரோ வைத்து தைத்தல், பெரிய பட்டன்கள் மற்றும் பட்டன் போட பெரிய துளைகள் வைப்பது போன்றவற்றை பயிற்சி காலத்தில் பயன்படுத்தலாம். குழந்தை அவர்கள் மேலேயே ஆடையை அணிந்து பயிற்சி செய்து பார்த்தல் வேண்டும். பொம்மைக்கு பட்டன் போடுதல் அல்லது பட்டன் மட்டும் உள்ள சட்டத்தில் பயிற்சி செய்யக்கூடாது. அவ்வாறு செய்தால் வலது, இடது புறம் பற்றிய குழப்பம் ஏற்படும்.



## VII. குளித்தல்

குளித்தல் என்பது அன்றாட பணிகளில் மிகவும் கடினமான பணியாக உள்ளது. (அறிவுத்திறன் குறைபாடுள்ள குழந்தைகளுக்கு) குளித்தல் செயலில் அதிகமான, வெவ்வேறான பகுதிகள் உள்ளது. அதை கற்பிக்க பணிஆய்வு முறை சிறந்ததாகும். உடல் இயக்கத்தில் கை, கால் இயக்கம் போன்ற பெரிய செயல்களில் ஏற்படும் தாமதமானது குழந்தையின்





ஒருங்கிணைப்புத்தன்மை, உடல் சமநிலைப்படுத்துதல் போன்றவற்றில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும். அதே போன்று விரல்களை பயன்படுத்தி செய்யும் நுண்ணிய செயல்களில் எடுத்துக்காட்டாக ஷாம்பு பாட்டிலை திறத்தல் போன்றவற்றிலும் பாதிப்பு ஏற்படும். இதனால் விரக்தி அடைதல் ஏற்படும். புலன்உணர்வு மண்டலம் சார்ந்த பிரச்சனையால் தண்ணீர் திறந்துவிட்டால் பயப்படுதல், அறையின் எதிரொலிப்பு தன்மையால் பயப்படுதல், தலையில் ஷாம்பு போடுவதால் ஏற்படும் உணர்வினால் பிரச்சனை ஏற்படுதல் போன்றவை குளித்தலை கடினமான செயலாக மாற்றுகிறது.

## குளித்தலை கற்பிக்கும் பொதுவான வழிமுறைகள்

தொடங்குவதற்கு முன்பாக .

1. குழந்தையின் சோப்பு, ஷாம்பு போன்றவற்றை ஒரு பிளாஸ்டிக் டப்பாவில் போட்டு வைக்கவும். இதனால் அனைத்து பொருளும் ஒரே இடத்தில் இருக்கும். பயன்படுத்த எளிதாக இருக்கும்.
2. அன்றாட செயல்களை பற்றிய செயல்முறை பழக்கவழக்கத்தை உருவாக்கி அதை பின்பற்ற செய்ய வேண்டும். இதன் மூலம் கற்றுக்கொள்வதால் சிறப்புக் குழந்தைகள் எளிதில் வெற்றி பெறுவார்கள். அவர்களாகவே தனிப்பட்ட முறையில் செய்வதற்கு பழகிக்கொண்டால் நீங்கள் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அவர்களுக்கு உதவிபுரிவதில் இருந்து விலகிக் கொள்ளலாம்.
3. காட்சி விளக்கப்படங்கள் மூலமாக அன்றாட செயல்களை செய்வதற்கு ஞாபகப்படுத்தலாம்..

## குளியலறை பாதுகாப்பு

- குளியலறை கதவு எப்பொழுதும் பாதி திறந்த நிலையில் அல்லது தாழ்ப்பாள் இடாமல் இருந்தால் ஆபத்தான நேரங்களில் உதவியாக இருக்கும்.
- உடல்நிலை சம்பந்திட்டுதலில் பிரச்சனை உள்ள குழந்தைகளுக்கு குளியலறையில் பாதுகாப்பிற்காக தேவைப்பட்ட பொருட்களை பொருத்துவதற்கு ஆய்வு செய்தல் வேண்டும்.



- ஒருங்கிணைப்பு பிரச்சனை, சமநிலைப்படுத்துதலில் பிரச்சனை உள்ள குழந்தைகளுக்கு நாற்காலி பயன்படுத்துதல் அல்லது தரையில் அமர்ந்து குளித்தல் போன்றவற்றை செயல்படுத்தலாம்.



### சோப், ஷாம்பூ

- பிளாஸ்டிக் ஸ்பூனை பயன்படுத்தி தேவைப்பட்ட அளவிற்கு ஷாம்பூ போன்றவற்றை எடுத்துக்கொள்ள பயிற்சி கொடுக்கலாம். பம்ப் இணைக்கப்பட்ட டப்பாவில் இருந்து தேவையான அளவிற்கு ஷாம்பூ போன்றவற்றை எடுத்துக்கொள்ள பயிற்சி அளிக்க வேண்டும். ஒருமுறை மட்டும் பம்ப்



செய்வதற்கு பயிற்சி அளிக்க வேண்டும்.

- நல்ல கம்பெனியின் சோப், ஷாம்பூ, கன்டிசனர் போன்றவற்றை பெற்றோர்கள் தேர்ந்தெடுத்து கொடுக்க வேண்டும்.
- ஒவ்வொன்றுக்கும் வெவ்வேறு கலர் பாட்டில்களை பயன்படுத்தினால் எளிதாக இருக்கும். (ஷாம்பூ வெள்ளை பாட்டிலில், கன்டிசனர் பிரவுன் பாட்டிலில்)

### அதிக கவனம் தேவைப்படும் பகுதிகள்

**சவால்:** தோளில் தண்ணீரை ஊற்றும் பொழுது பின்புறம் தண்ணீர் படாமல் இருப்பது.

- தோளில் தண்ணீரை ஊற்றும் பொழுது சிறிது முன்புறமாக குனிந்து கொண்டு ஊற்ற சொல்ல வேண்டும். இதனால் முதுகில் பின்புறத்தில் எளிதாக தண்ணீர் படும்.



**சவால்:** சோப்பை சரியாக போட இயலாமை.

1. சோப்பை எவ்வாறு போடுவது என்பதை கற்பிக்கும் பொழுது சீரான, வரிசையான முறைகளை பயன்படுத்தவும்.

எ.கா 1. அவர்களால் பார்க்க முடிந்த பகுதிகள் : a. வயிறு, மார்பு பகுதி. b. இடது கை, வலது கை c. இடுப்பு, இடது கால், வலது கால், (இடது, வலது சொல்ல விரும்பினால் அதையும் சேர்த்து சொல்லவும் ). d. பாதம், கால் விரல் (இடது, வலது).

2. இதைக் கற்றுக்கொண்ட பிறகு கண்ணால் பார்க்க இயலாத இடங்களுக்கு சோப்பு போட கற்றுக்கொடுக்கவும். இதையும் வரிசை முறையில் சொல்லிக் கொடுக்கவும்.

**சவால்:** : தலைமுடியை சரியான முறையில் சுத்தம் செய்ய இயலாமை.

1. குழந்தையை முன்புறம் குனிந்து தலையில் தண்ணீர் ஊற்ற சொல்ல வேண்டும்.
2. காலின் பக்கத்தில் குவளையில் (mug) தண்ணீர் வைக்க வேண்டும்.
3. சோப்பு, ஷாம்பூ போன்றவற்றை எடுத்து குழந்தையின் கையில் வைக்க வேண்டும். உங்கள் கையை குழந்தையின் கைமேல் வைத்து சோப்பு/ஷாம்பூ போன்றவற்றை தலையில் போட்டு பின்னர் முடியின் மொத்த நீளத்திற்கும் படுமாறு தடவுவதற்கு உதவி புரிய வேண்டும்.)
4. தலைமுடியை அலசுவதற்கும் தேவைப்பட்டால் உதவி செய்ய வேண்டும்.

## VIII. சமூகத்தோடு ஒன்றிணைந்து செயல்படுதல்

கற்றல் என்பது சமூக உறவுகளில் ஈடுபடுதல் மற்றும் குழந்தை பருவத்திலிருந்தே நடத்தை மற்றும் உணர்ச்சி ஒழுங்குமுறை போன்றவற்றிற்கு தேவையானவற்றை வழங்குகின்றது. அறிவுத்திறன் குறைபாடுள்ள குழந்தைகள் இந்த திறன்களை வளர்ப்பதில் சவால்களைப் பெறுகிறார்கள்.

குழந்தை பேசாமல் / பதிலளிக்காமல் இருக்கும் போது பயன்படுத்த வேண்டிய சில வழிகள் கீழே உள்ளன.

1. குழந்தைக்கு உணவளிக்கும் போது, உடை அணியும் போது குளிக்கும் போது மற்றும் வழக்கமாக செய்யும் வேலை நேரங்களில் குழந்தையுடன் பேசுங்கள். குழந்தை புன்னகைக்கும் போது, ஆர்ப்பாட்டம் செய்யும் போது உங்கள் கவனத்தை அதன் மீது காண்பியுங்கள். குளிக்கும் மற்றும் ஆடை அணியும் போது குழந்தைக்கு உபயோகப்படுத்தும் படி உடல்பகுதியை கூறவும். எ.டு. உன் கையை காட்டு, காலைக்காட்டு என்று கூறுங்கள்.



2. உங்கள் முகத்தை மூடி குழந்தையை “என்னைக் கண்டுபிடி என்று சொல்லி விளையாடுங்கள். உங்கள் முகத்திலிருந்து துணியை அவர்களாக எடுத்து உங்கள் முகத்தை காட்டச் செய்யுங்கள். சிரித்து மகிழ்ச்சியை காட்டுங்கள். இது சுய விழிப்புணர்வை கற்றுக் கொள்ள உதவுகிறது. குழந்தை முகத்தில் துணியை வைத்து எங்கே? (குழந்தையின் பெயர்) என்று கேளுங்கள். அவர்கள் துணியை அகற்றி தன் முகத்தை வெளிப்படுத்தட்டும்.

3. குடும்ப உறுப்பினர்களின் பெயர்கள்/உறவுகளை படிப்படியாக அறிமுகப்படுத்துங்கள். குழந்தையிடம் “பாப்பா எங்கே? தாத்தாவிடம் சொல்லுங்கள்”. இதனால் குடும்ப உறுப்பினர்களை அடையாளம் காணலாம்.

4. விலங்குகள், பறவைகள், வாகனங்கள் போன்றவற்றை போல் நடிப்பதை ஊக்குவிக்கவும்.

5. குழந்தையிடம் சாதாரணமாக (இயற்கையாகவே) பேசுங்கள். பேச்சுடன் கைகளின் அசைவுகளை பயன்படுத்துங்கள். குழந்தையின் பெயரைச் சொல்லி அழையுங்கள். எப்பொழுதும் அவர்கள் சிரிப்பது, அவர்கள் நாம் அழைக்கும் பக்கமாக திரும்புவது மற்றும் ஒரு செயலை நிறுத்த சொல்லும் போது அதன்படி நடப்பது மூலம் நமக்கு செவி சாய்ப்பதை உறுதி செய்யுங்கள்.

6. மொழி வளர்ச்சியை ஊக்குவிக்கும் சிறந்த வடிவங்களில் ஒன்று விளையாட்டு, குழந்தையுடன் தொடர்பு கொள்ள பலவிதமான விளையாட்டுக்களை பயன்படுத்தவும்.

### கண் நோக்கும் திறனை அல்லது கண் தொடர்பு திறனை மேம்படுத்துதல்:

ஒரு குழந்தை பேசும் பொது நம் கண்களை உற்று நோக்கும் திறன் தான் அக்குழந்தையின் சமூக வாழ்க்கைக்கு முக்கியமானது. இத்திறன் மூலமாக தான் குழந்தை சமூகத்துடன் உறவாட அல்லது ஒன்றிணைய முடியும். இந்திறனிலிருந்தே பிற திறன்கள் பிறக்கின்றன. இதனை மேம்படுத்த தகுந்த பயிற்சி முறைகள் அவசியம்.

<p>கற்றுக்கொடுப்பவர் குழந்தைக்கு எதிராக அமாந்து கற்றுக்கொடுக்க வேண்டும்.</p>	
<p>குழந்தையின் முகத்திற்கு பார்வைக்கு ஏற்ற அளவில் கற்று கொடுக்கும் நபர் அமர வேண்டும்.</p>	
<p>கற்றுக்கொடுப்பவர் முகத்தில் வண்ணமயமான முகமுடிகளை அணிந்து குழந்தையின் பார்வையை கவனத்தை பயிற்றுவிப்பவரின் மீது திருப்பலாம்.</p>	

<p>கற்றுக்கொடுப்பவர்களின் முகத்தில் ஈர்க்கும் வகையிலான ஸ்டிக்கர்களை ஒட்டி குழந்தையை பார்க்க வைக்கலாம்.</p>	
<p>பவுடர் கொண்டு முகத்தில் புள்ளிகளை ஏற்படுத்தலாம்.</p>	
<p>கண்களை சிமிட்டியும், கண்களை மூடி பின் திறந்தும் சில விளையாட்டுகளை குழந்தைக்கு அறிமுகப்படுத்தலாம்.</p>	
<p>ஒரு அறையில் உள்ள விளக்கு &amp; Fan களை On / Off செய்தும் பார்க்க வைக்கலாம்.</p>	

ஒரு இருள் சூழ்ந்த அய்யில் டார்ச் அடித்தும் அதனை வெவ்வேறு திசைகளிலிருந்தும் அடித்து கண் நோக்கும் திறனை மேம்படுத்தலாம்.



குறிப்பு: ஆட்டிசம் குறைபாடு இருக்கும் குழந்தைகளுக்கு முகத்தைப் பார்த்து பேசுவதற்கு பயிற்சி அளிக்கலாம். ஆனால் அவர்களை வற்புற்றுத்தக் கூடாது.

## 6. கவனத்தை ஈர்ப்பதற்கான பயிற்சி முறைகள்

அமைதியான நிலையில் குழந்தை ஏதேனும் ஒரு செயலை செய்யும் போது அதன் கவனத்தை ஈர்க்க நமது கைகளை தட்டலாம். (123 123 123 ) என்ற வகையில் தட்ட வேண்டும்.



குழந்தையை கவரும் வகையில் சப்தம் எழுப்பலாம். (விசில் ட்ரம்ஸ்)



<p>பூனை நாய் மாடு போன்ற விலங்குகள் மற்றும் கிளி சிட்டு குருவி போன்ற பறவைகளின் சப்தங்களை எழுப்பலாம்.</p>	
<p>திடீரென பாடல்களை பாடியும் ஒலியுடன் கூடிய பாடல்கள் பாடியும் கவனத்தை ஈர்க்கலாம்.</p>	
<p>விளையாட்டு பொம்மைகளின் சப்தங்களை காட்டலாம் Talking Tom</p>	



## கவனத்தை மேம்படுத்துவதற்கான பயிற்சி முறைகள்

<p>ஆசிரியர் ஒரு தளத்தின் மீது வண்ணமயமான பொருட்களை ஒட்டியும் அதனை குழந்தையை எடுக்க சொல்லியும் பின் ஒட்ட சொல்லியும் ஒரு செயலின் மீதான கவனத்தை அதிக படுத்தலாம்.</p>	
<p>பாசி மணி அல்லது பாசி உருண்டைகளை ஒரு கம்பி அல்லது கையரினுள் கோர்க்க வைக்கலாம்.</p>	
<p>கட்டைகளை ஒன்றன்மேல் ஒன்றாக அடுக்க வைக்கலாம்.</p>	

<p>பாசி உருண்டைகளை பாட்டிலினுள் போட வைக்கலாம்.</p>	
<p>டோக்கன்கள் உண்டியலில் போட வைக்கலாம்.</p>	
<p>பாட்டிலின் முடியை கழற்றி மாட்ட வைத்தல்.</p>	



குழந்தையின் கவனத்தை அதிகரிக்கும் பயிற்சி என்பது சில வினாடிகள் கவனத்தில் இருந்து சில நிமிடங்கள் (உதாரணம்: 1 நிமிடத்தில் இருந்து 5,10,15 நிமிடம் என) கவனத்தை அதிகப்படுத்துதல் ஆகும். குழந்தையின் கவனம் அதிகரிக்கச் செய்யும் பயிற்சியுடன், குழந்தையின் கவனம் இருக்கும். நேரத்தைப்பொறுத்து அதற்குள் நாம் மற்ற கற்றல் விவியங்களைப் பயிற்சி அளிக்க வேண்டும். உதாரணம்: குழந்தையின் கவனம் 5 நிமிடம் மட்டுமே. இதில் நிறங்கள் சொல்லித்தருவது.

### பொருள் நகரும் திசையை நோக்கி குழந்தையை பார்க்க வைத்தல்

- குழந்தை படுத்தருக்கும் போது குழந்தைக்கு பார்வைக்கு ஏற்ப நேராக வண்ணமயான மற்றும் ஒலி எழுப்பக்கூடிய பொருட்களை காண்பித்து குழந்தையின் கவனத்தை ஈர்க்க வேண்டும்.
- குழந்தைக்கு பிடிக்கும் வகையிலான வண்ணமயமான விளையாட்டு பொருட்களை தேர்தெடுக்க வேண்டும்.
- குழந்தையின் வலதுபுறத்தில் உள்ள பொருளின் மீது கவனம் செலுத்தும் வகையில் குழந்தையின் வலதுபுறத்தில் இருந்து ஒலி எழுப்பக்கூடிய பொருட்களை வைத்து ஒலி எழுப்ப வேண்டும். அப்பொருளை வேடிக்கையான வகையிலும் உபயோகிக்க வேண்டும்.
- வலது வலது புறத்தில் இருந்த பொருளின் மீதான கவனத்தை இடது புறமாக நகர்த்தி பின் இடது இடது புறத்தில் இருந்த பொருளின் மீதான கவனத்தை வலது புறமாகவும் நகர்த்த செய்ய வேண்டும்.



### தன்னுடைய பெயரை சொல்லும் போது பதிலளித்தல்

- குழந்தை நன்கு புரிந்த அல்லது நன்கு தெரிந்த செயலை செய்யும் போதோ தெரிந்த நபருடன் இருக்கும் போதோ குழந்தைக்கு அவரின் பெயரை சொல்லி குழந்தையை திரும்ப வைக்க வேண்டும்.
- குழந்தையின் பெயரை பள்ளி வீடு மற்றும் அணைத்து இடங்களிலும் அனைவரும் ஒரே மாதிரியாக கூப்பிட வேண்டும்.
- ஆசிரியருக்கும் குழந்தைக்கும் இடையே நல்ல நடப்புறவு ஏற்படுத்த வேண்டும்.



- குழந்தையின் பெயரை அறிமுக படுத்த குழந்தையின் ஒவ்வொரு செயலின் போதும் நடவடிக்கையின் போதும் குழந்தையின் பெயரை சொல்லி அந்த செயலை செய்யுமாறும் சொல்ல வேண்டும்.
- ஆசிரியர் குழந்தையின் மார்பு பகுதியில் கையை வைத்து குழந்தையின் பெயர் சொல்லப்படும் ஒவ்வொரு முறைக்கு அந்த பெயர்க்குரிய நபர் தாம் என்பதை உணர்த்த வேண்டும்.
- சில பாடல் மற்றும் விளையாட்டு மூலமாகவும் பெயரை சொல்லி கொடுக்க வேண்டும்.

#### எடுத்துக்காட்டாக

விஸ்ணு எங்கே விஸ்ணு எங்கே என் ஆசிரியர் கேள்வி கேட்பது போலவும் அதற்கு விஸ்ணு இங்கே விஸ்ணு இங்கே (இவ்வாறு கூறும் போது ஆசிரியர் குழந்தையின் கையை குழந்தையின் மார்பின் மீது வைக்க வேண்டும்) என்று குழந்தை பதில் கூறுவது போலவும் பாடல்களை ஏற்படுத்த வேண்டும்.

- ஆமைதியான சூழலில் குழந்தைக்கு பின்னால் நின்று குழந்தையின் பெயரை சப்தமாக கூப்பிட வேண்டும்.
- குழந்தை நமது செய்கைக்கு திரும்பவும் வரை முயற்சிக்க வேண்டும்.
- சிறிது சிறிதாக சப்தத்தை அல்லது செய்கையை குறைக்க வேண்டும்.
- இவ்வாறு தொடர்ந்து செய்வதன் மூலம் குழந்தை தன்னுடைய பெயரை அடையாளம் கண்டுகொள்ளும்.

#### முகத்தை பார்த்து சிரித்தல்

- குழந்தையின் முன்பாக அமர்ந்து குழந்தை கவனிக்கும் வண்ணம் சப்தம் தரும் பொருட்களை அறிமுகம் செய்ய வேண்டும்.
- குழந்தை சப்தத்திற்கு பதிலளிக்கிறதா (உடலசைவின் மூலம் முகபாவனையின் மூலம்) என்பதை கவனிக்க வேண்டும்.
- குழந்தைக்கு சரியான முகபாவனைகளை (சிரித்தல்) அறிமுகப்படுத்த வேண்டும்.
- குழந்தையின் முகபாவனை அல்லது அசைவிற்கு ஊக்கமளிக்க வேண்டும்.
- துணியினால் ஆசிரியர் தனது முகத்தினை மறைத்து பின் குழந்தைக்கு சப்தத்துடன் துணியை அகற்ற பயிற்றுவிக்க வேண்டும்.
- சிறிது சிறிதாக சப்தத்தை குறைத்து ஆசிரியர் தன்னை குழந்தைக்கு பதிய வைக்க வேண்டும்.

## தன்னுடைய வாய்ப்பு வரும் வரை காத்திருந்து பிறருடன் சேர்ந்திருத்தல்

- குழந்தையின் முன்பாக ஆசிரியர் மற்ற குழந்தைகளுடன் விளையாட வேண்டும்.
- ஆசிரியர் தேர்ந்தெடுக்கும் விளையாட்டு குழந்தையின் ஆர்வத்தை தூண்டும் வண்ணம் இருக்க வேண்டும்.
- ஆசிரியர் தன்னுடைய விளையாடும் மாணவனுக்கு தகுந்த ஊக்கமளிக்க வேண்டும்.
- குழந்தையின் கவனம் இந்த விளையாட்டின் மீது திரும்புமாறு இருக்க வேண்டும்.
- ஆசிரியர் ஊக்கத்தை ஊக்கிகளை (Reinforces) குழந்தைக்கு அளிக்க வேண்டும்.
- குழந்தை செய்யும் ஒவ்வொரு செயல் அல்லது நடவடிக்கைக்கும் வலுவான ஊக்கிகளை அளிக்க வேண்டும்.
- குழந்தைக்கு சக குழந்தைகளின் செயலையும் நடத்தையும் காண்பிக்க வேண்டும்.
- விளையாட்டின் போது தன்னுடைய முறை வரும் வரை காத்திருக்க வேண்டும் என்பதையும் அவ்வாறு குழந்தை செய்யும் போது குழந்தைக்கு வெகுமதி அளிக்க வேண்டும்.
- விளையாட்டின் போது தன்னுடைய பொருட்களை சக நண்பர்களுக்கு பகிர்ந்தலையும் ஊக்குவிக்க வேண்டும்.



## கவன சிதறலை கட்டுப்படுத்தும் முறைகள்

- நாம் கற்றுக்கொடுக்க வேண்டிய பாடங்களை ஒரு சிறிய அட்டையில் படங்களாகவும் ஒரு நீள் அட்டையும் தயார் செய்து கொள்ள வேண்டும்.
- குழந்தை விரும்பி செய்யும் செய்யக்கூடிய செயல் முறைகளுக்கான பாடங்களையும் அட்டையில் தயார் செய்ய வேண்டும்.
- இன்றைய வகுப்பில் கற்றுக்கொள்ள வேண்டிய பாடத்திற்கான படங்களை நீள் அட்டையில் ஒட்ட





வேண்டும். இடையிடையே செயல் முறைக்கான படங்களையும் ஓட்ட வேண்டும்.

- குழந்தைக்கு படத்துக்கான பாடத்திற்கான பாடத்தை அறிமுக படுத்த வேண்டும்.
- குழந்தை ஒவ்வொரு படத்திற்கான பாடத்தை செய்தவுடன் அதற்கான படத்தை நீள் அட்டையிலிருந்து நீக்க வேண்டும்.
- குழந்தையின் கவனத்திறனுக்கு ஏற்ப செயல் முறை படங்களை வைக்க வேண்டும்.
- தற்போது குழந்தை இன்று செய்ய வேண்டிய அல்லது படிக்க வேண்டிய பாடங்களை மட்டும் தெரிந்து கொள்ளும்.
- இம்முறையின் மூலம் குழந்தையை கவனசதறலில்லிருந்து மாற்ற முடியும்.

### கட்டளைகளை பின்பற்றுதல்

முதலில் குழந்தைக்கு நன்கு தெரிந்த வார்த்தைகளை மீண்டும் மீண்டும் பயன் படுத்த வேண்டும்.

### எடுத்துக்காட்டாக

குழந்தைக்கு அதன் பெயர் நன்றாக தெரிந்திருந்தால் அடிக்கடி அல்லது குழந்தையிடம் பேசும் ஒவ்வொரு முறையும் குழந்தையின் பெயரை சொல்லி அதனை வலுப்படுத்த வேண்டும்.

நாம் சொல்ல கூடிய புதிய கட்டளைகளை குழந்தைக்கு தெரிந்த வார்த்தைகளுடன் இணைத்து குழந்தையிடம் கூற வேண்டும். நாம் கூறும் கட்டளைகள் மிகவும் எளிமையானதாகவும் இருக்க வேண்டும்.

### எடுத்துக்காட்டாக

குழந்தையின் பெயருடன் வா போ தா என்கிற எளிய சொற்களை அதன் செயல் முறைகளுடன் (செய்கைகளுடன்) அறிமுக படுத்த வேண்டும்.

நமது செய்கையை குறைத்து வார்த்தைகளை மிக அழுத்தமாக குழந்தைக்கு பதிய வைக்க வேண்டும்.

நமது கட்டளைகளை ஒரு வார்த்தையிலிருந்து இரண்டு மூன்று என அதிகரித்து குழந்தையின் திறனுக்கு ஏற்ப கற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.



## 7.கல்வி பயிலுதல் (ACADEMIC)

குழந்தைக்கு பாடம் கற்பிக்கும் வழிமுறைகள்

குழந்தைக்கு பாடம் கற்பிக்கும் போது கீழ்க்காணும் படிநிலைகள் அறிமுக படுத்துதல் ஏதுவாக இருக்கும்.

- |                      |   |                    |
|----------------------|---|--------------------|
| ➤ உண்மை பொருள்       | ➤ | உண்மை பொருள்       |
| ➤ உண்மை பொருள்       | ➤ | மாதிரி வடிவ பொருள் |
| ➤ மாதிரி வடிவ பொருள் | ➤ | வண்ண படம்          |
| ➤ வண்ண படம்          | ➤ | நிழற் படம்         |
| ➤ நிழற் படம்         | ➤ | எழுத்து வடிவம்     |
| ➤ எழுத்து வடிவம்     | ➤ | உண்மை பொருள்       |

என படிப்படியான படிநிலைகளின் துணைகொண்டு குழந்தைகளுக்கு பாடம் கற்பிக்க வேண்டும்.

வீட்டில் நடக்கும் ஒவ்வொரு செயல்பாடு அல்லது நிகழ்வின் போதும் குழந்தைக்கு கட்டளைகளை தெளிவாகவும் சுருக்கமாகவும் கொடுக்க வேண்டும்

### A. அடையாளம் காணுதல் (IDENTIFICATION)

- குழந்தைக்கு பொருளை அடையாளம் காண கற்றுக்கொடுக்கும் போது முதலில் குழந்தைக்கு தொடர்புள்ள பொருட்களை எடுத்து கொண்டு அதனை அறிமுக படுத்தவேண்டும்.
- இதற்காக நாம் எடுத்து கொள்ளும் பொருட்கள் குழந்தை அன்றாட தேவைக்கு உபயோகிக்க மாறும் இருக்க வேண்டும்.
- குழந்தைக்கு படத்தின் மீதான கவனத்தை ஈர்க்க படம் தொடர்பான கருத்துக்களை பயன் படுத்தி பாடல்களை வடிவமைத்து கற்றுக்கொடுக்க வேண்டும்.



### எடுத்துக்காட்டாக

உடல் உறுப்புகளை அறிமுகம் செய்ய குழந்தைக்கு செய்கையுடன் இப்பாடலை சொல்லிக்கொடுக்கும் போது குழந்தை உடல் உறுப்புகளை எளிதில் கற்றுக்கொள்ளும் தலையை தொட்டு பார்.

தலை தலை தலை

கண்ணை தொட்டு பார்

கண் கண் கண்

மூக்கை தொட்டு பார்

மூக்கு மூக்கு மூக்கு

வாயை தொட்டு பார்

வாய் வாய் வாய்

கையை தொட்டு பார்

கை கை கை

காலை தொட்டு பார்

கால் கால் கால்

எழுத்து மற்றும் எண்களை அறிமுக படுத்தும் போதும் எளிதில் மற்றும் பயன்பாட்டிலுள்ள வார்த்தைகளுக்கு தொடர்புடைய எழுத்துக்களை எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

## B. பொருத்துதல் (MATCHING)

குழந்தைக்கு Matching கற்று கொடுக்கும் போது



- உண்மை பொருளை உண்மை பொருளுடனும்
- உண்மை பொருளை - மாதிரி வடிவ பொருளுடனும்





- மாதிரி வடிவ பொருளை வண்ண படத்துடனும்
- வண்ண படத்தை – நிழற் படத்துடனும்
- நிழற் படத்தை – எழுத்து வடிவத்துடனும்

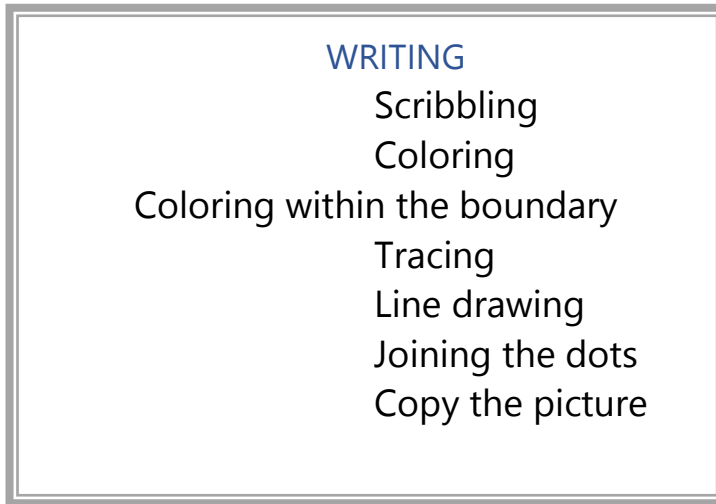
என வரிசை முறைப்படி கற்று தர வேண்டும் உண்மை பொருளிலிருந்து எழுத்துவடிவம் வரை குழந்தைக்கு படிநிலைகளின் மூலம் கற்றுக்கொடுக்கும் போது குழந்தை உண்மை பொருளுக்கான எழுத்து வடிவத்தை கற்றுக்கொள்ளும்.



### C. சுட்டிக்காட்டுதல் (POINTING)

பொருட்களை சுட்டிக்காட்ட கற்றுக்கொடுக்கும் போது குழந்தை பயன்படுத்தும் அல்லது குழந்தை விரும்பும் பொருளையும் அதற்கு எதிர்மனையான மற்றொரு பொருளையும் குழந்தையிடம் காண்பித்து குழந்தைக்கு தேவையான சூழ்நிலையை உருவாக்கி அதற்கேற்றவாறு பொருட்களை சுட்டிக்காட்ட பழக்க வேண்டும். குழந்தை மட்டுமின்றி கற்றுக்கொடுப்பவரும் பொருட்களை சுட்டி காட்டி பின் அதனை எடுக்க வேண்டும்.

### D. எழுதுதல் (WRITING)



குழந்தையை எழுத வைப்பதற்கான பயிற்சி முறைகள்

<p><b>கிறுக்குதல் (SCRIBBLING)</b></p> <p>தம் பிரிண்ட் வைத்தல்</p> <p>குழந்தையின் பெருவிரலை கொண்டு வலது புறமிருந்து இடது புறமாக அச்சு வைப்பதன் மூலம் குழந்தைக்கு எழுதுவதற்கான அடிப்படையை கற்று கொடுக்க முடியும்.</p>	 
<p>நுரை குமிழிகளை உடைக்க வைக்கலாம்.</p>	

<p>மாவு பிசைய வைத்தல்</p>	
<p>உண்டியலில் டோக்கன்கள் போட வைக்கலாம்.</p>	
<p>Beg Board Activities</p>	
<p>பாசி மணிகளை மாவினுள் அழுத்தி வைத்து பின் பாசிமணிகளை எடுக்க வைக்கலாம்.</p>	

<p>சப்பாத்தி மாவினை ஒரு குச்சி போன்று வடிவத்தற்கு உருட்ட வைக்கலாம்.</p>	
<p>ஒரு புத்தகத்தை எடுத்து கொண்டு அதன் பக்கங்களை திருப்ப வைக்கலாம்.</p>	
<p>பந்துகளை தூக்கி எறிந்தும், பிடித்தும் பயிற்சியளிக்கலாம்.</p>	

<p>கை தட்டுதல் தொடர்பான விளையாட்டுகளை செய்ய வைக்கலாம்</p> <p><b>RHYMING</b> ஆக கைகளை தட்ட வேண்டும்.</p> <p>123 123 1 2</p> <p>3.....</p>	
<p>சிறு சிறு பொருட்களை எடுக்கவும் அதனை சிறு துளையுள்ள பாட்டலின் உள்ளே போடுமாறும் செய்ய வேண்டும்.</p>	

குறிப்பு: இந்த வகைப் பயிற்சிகள் கைகளின் வலுவை அதிகரிப்பதுடன் கைகளின் ஒருங்கிணைப்புத் திறனையும் அதிகரிக்கிறது.

### வண்ணம் தீட்டுதல் (COLORING)

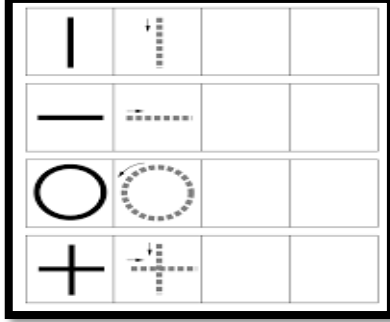
- எழுத்து பலகையில் சில வண்ணங்களை ஏற்படுத்தி அதனை அழிக்க வைக்க வேண்டும்.
- பென்சில் கொண்டு நோட் புத்தகத்தில் வண்ணங்களை ஏற்படுத்தி அதனை அளிக்க வைக்க வேண்டும்.
- வண்ணமயமான பிரஷ் மற்றும் பெயிண்ட்களை கொண்டு வண்ணம் தீட்ட வைக்கலாம்.
- ஏதேனும் ஒரு நிறத்தை எடுத்துக்கொண்டு வண்ணம் தீட்ட வைக்க வேண்டும்.
- ஒரு தளத்தின் மீது வண்ணம் ஏற்படுத்திய பின்னர் எல்லை கோட்டிற்குள் வண்ணம் தீட்ட வைக்க வேண்டும்.





- இந்த படி நிலையில் குழந்தைக்கு ஒரே படத்திற்குள் இரண்டு அல்லது மூன்று நிறங்களை கொண்டு வண்ணம் தீட்ட வைக்க வேண்டும்.

### புள்ளிகளை இணைத்தல் (JOINT - DOTS)

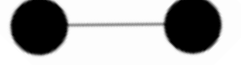


- முதலில் இரண்டு

புள்ளிகளுக்கு இடையே நேர் கோடுகளை இணைக்க கற்றுக்கொடுக்க வேண்டும்.

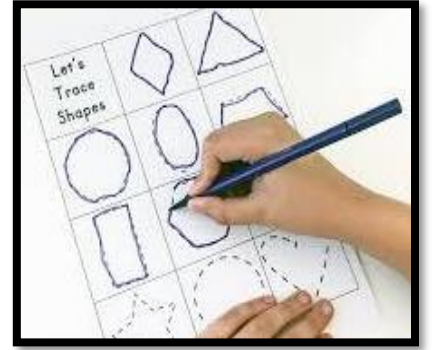
- புள்ளிகளின் எண்ணிக்கையை

குறைவாக எடுத்துக்கொண்டு இணைக்க கற்றுக்கொடுக்க



வேண்டும்.

- நேர் கோடுகளை இணைக்க கற்றுக்கொடுக்க வேண்டும்.
- வளை கோடுகளை இணைக்க கற்றுக்கொடுக்க வேண்டும்.



### கோட்டின் மீது கோடு வரைதல் (TRACING)

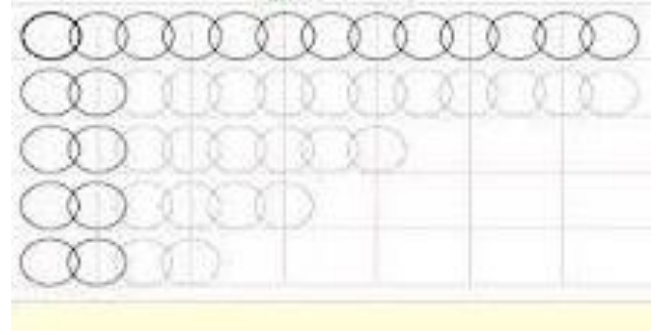
ஒரு கோட்டின் மீது கோடு வரைதலை பயிற்சியளிக்க மணலின் மீது குழந்தையின் கைகளை கொண்டு வடிவ உருவத்தை ஏற்படுத்த வேண்டும்.

மாவின் (ஊடயல) மீது கோடு அல்லது வரைபடத்தை ஏற்படுத்த வேண்டும். எழுத்து அல்லது உருவ வடிவத்தை ஏற்படுத்த வேண்டும்.



## LINK DRAWING

குழந்தைக்கு பழக்க பட்ட பொருளின் படத்தை மெல்லிய கோடு வரை படத்தின் மீது குழந்தையின் ஆர்வத்தை தூண்டும் வகையில் வண்ணமயமான எழுதுகோல்களை பயன்படுத்தி எழுத கற்றுக்கொடுக்க வேண்டும்.

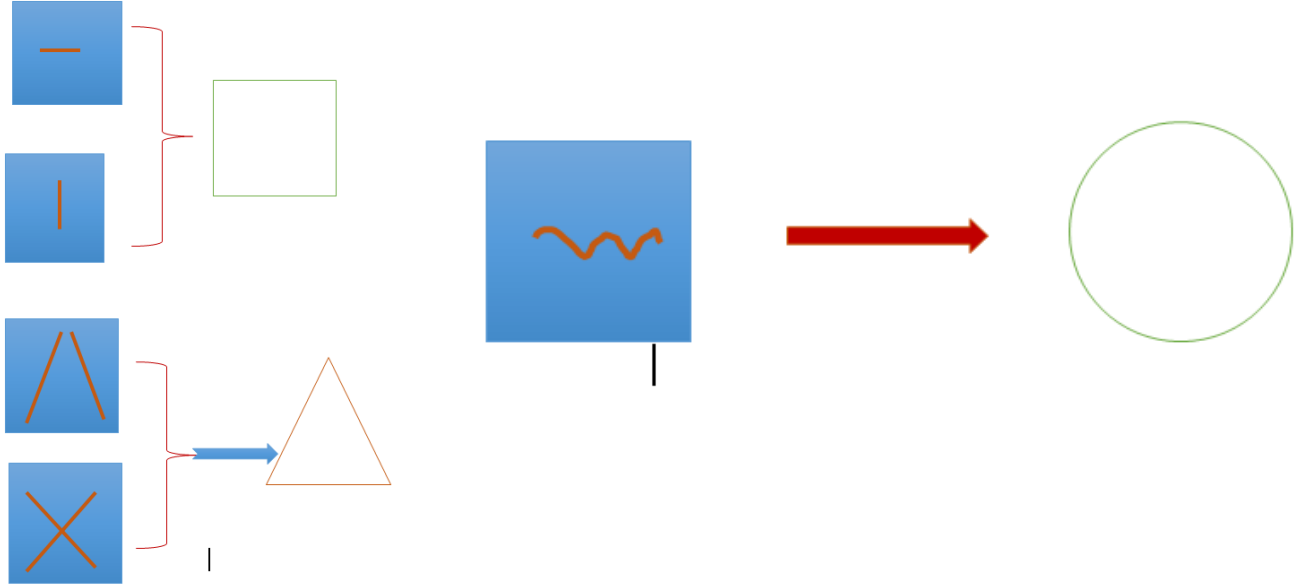


## பார்த்து எழுதுதல் (COPING)

கீழ்காணும் அடுத்தடுத்த கோணங்களில் பயிற்சியளிக்க வேண்டும்.



## பார்த்து எழுதுதல் (BEFORE)



## E. பிரித்தறிதல் (SORTING)

வரிசைப்படுத்துதல் அல்லது பிரித்தறிதல் என்பது அறிவாற்றலின் அடிப்படையான ஒன்றாகும். குழந்தை வைக்கப்பட்டுள்ள பொருட்களை பிரித்தறிய எவ்வாறு கற்றுக்கொடுக்க வேண்டும்.

முதலில் குழந்தைக்கு அன்றாட தேவைக்கான மற்றும் ஒன்றோடு ஒன்று தொடர்பு இல்லாத வெவ்வேறு வகையான பொருட்களை ஒன்றாக சேர்த்து பிரிக்க பழக்க வேண்டும்.



### எடுத்துக்காட்டாக

Bangles, Tooth Paste, Vegetables, Notebook, Coin போன்ற பொருட்களை ஒன்றாக சேர்த்து வைத்து பிரிக்க கற்று கொடுக்க வேண்டும்.

குழந்தை இதில் நன்கு பழகியவுடன் ஒரே மாதிரியான வெவ்வேறு வடிவங்களால் ஆன பொருட்களை பிரித்தறிய வைக்க வேண்டும்.



ஒரே மாதிரியான வெவ்வேறு வண்ணங்களால் ஆன பொருட்களளை பிரித்தறிய வைக்க வேண்டும்.

### BIG & SMALL

- பெரிய மற்றும் சிறிய பொருட்களை பிரித்தறிய எவ்வாறு கற்றுக்கொடுக்க வேண்டும்.
- பிரித்தறிய கற்றுக்கொடுக்கும் போது குழந்தைக்கு முதலில் பெரிய பொருளை அறிமுக படுத்த வேண்டும்.
- பின் அதனுடன் அதே மாதிரியான மிக சிறிய பொருளை ஒப்பிட்டு காட்ட வேண்டும்.
- குழந்தைக்கு பழக்கமான ஒரே வடிவமுடைய பெரிய பொருளையும் சிறிய பொருளையும் காண்பித்து பிரித்தறிய வைக்க வேண்டும்.
- பெரிய பொருளின் அளவை சற்று குறைத்து இரு பொருளையும் பிரித்தறிய வைக்க வேண்டும்.



BIG & SMALL	EMPTY & FULL

<p>LONG &amp; SHART</p>	<p>LESS &amp; MORE</p>

### C. One to One Correspondence:

ஒரு எண் சொல்லும் போது ஒரு பொருளை வைக்க வேண்டும் அதாவது ஒன்றுடன் ஒன்று பொருத்தும் பயிற்சி அளிக்க வேண்டும்.

**எடுத்துக்காட்டு:**

சில தட்டுக்கள், டம்ளர்கள் ஒரு தட்டில் ஒரு டம்ளர்கள் வைத்தல் ஒருவருக்கு ஒரு சாக்லெட் கொடுத்தல் பல்லாங்குழியில் ஒவ்வொரு குழியிலும் ஒரு சோழி வைத்தல்.

## எண்கள் (COUNTING)

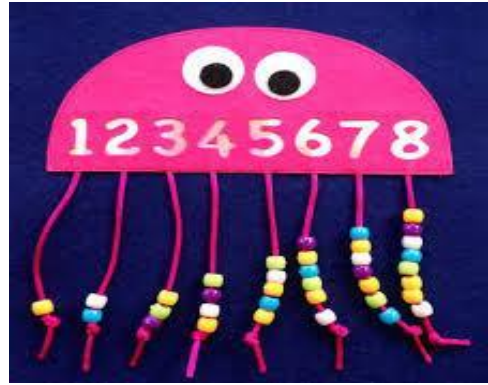
எண்களை அறிமுக படுத்தி வார்த்தை மூலம் சொல்ல வைக்க வேண்டும்.

பொருட்களை வைத்து எண்களை எண்ணுதல் எடுத்துக்காட்டு ஐஸ் குச்சியை எண்ணுதல்

குழந்தையின் விரல்களை மடக்கி வைத்து கொண்டு ஒன்றொன்றாக எடுத்து எடுக்கும்

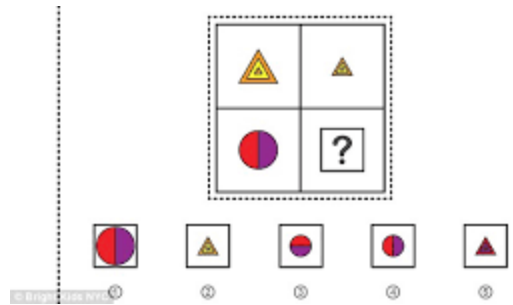


சிறு சிறு குச்சி துண்டுகளை ஒரு பாத்திரத்திலிருந்து மற்றொரு பாத்திரத்திற்குள் ஒவ்வொரு குச்சியை எடுத்து எண்ணி போடுதல். மணிச்சட்டம் ஒன்றை அமைத்து அதில் பாசிமணிகளை எண்களுக்கு ஏற்ப எண்களை சொல்லி பின் மணிகளை போட சொல்லி COUNTING ஐ கற்றுக்கொடுக்கலாம்.



## D. கண்டுபிடிக்க வைத்தல் (FINDING)

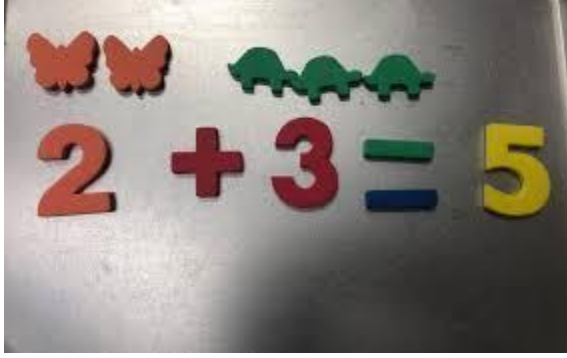
- ஒரு படத்திற்கும் மற்றொரு படத்திற்குமான வேறுபாடுகளை கண்டறிய வைத்தல்
- ஒரே மாதிரியான சற்று வேறுபாடுடைய இரு வரைபடங்களை எடுத்துக்கொண்டு அதில் உள்ள வேறுபாடுகளை கண்டறிய வைத்தல்



## எடுத்துக்காட்டாக

கீழ்காணும் இரு மரங்களை எடுத்துக்கொண்டு ஒரு மரத்தில் பழங்களை இருப்பதையும் மற்றொரு மரத்தில் இல்லாததையும் வேறு படுத்தி அறியவைக்க வேண்டும்.

### E. கூட்டல் (ADDITION)



கூட்டல் கற்றுக்கொடுக்கும் போது குழந்தைக்கு எண்களை வரிசையாக சொல்ல தெரிந்திருக்க வேண்டும்.

எண்களை வைத்து கூட்டல் கற்றுக்கொடுப்பதற்கு முன்பாக குழந்தைக்கு எண்களுக்கு ஏற்ப பொருட்களை கொடுத்து

கூட்டல் கற்றுக்கொடுக்க வேண்டும்.

குழந்தைக்கு படங்களை கொடுத்து கூட்ட வைக்க வேண்டும்.

ஒரே மாதிரியான படங்கள் எத்தனை உள்ளது என்பதை எண்ணுதல்

அடுத்த நிலையாக குழந்தைக்கு எண்களை கொடுத்து கூட்டல் பழக்க வேண்டும்.

### F. கழித்தல் (SUBTRACTION)

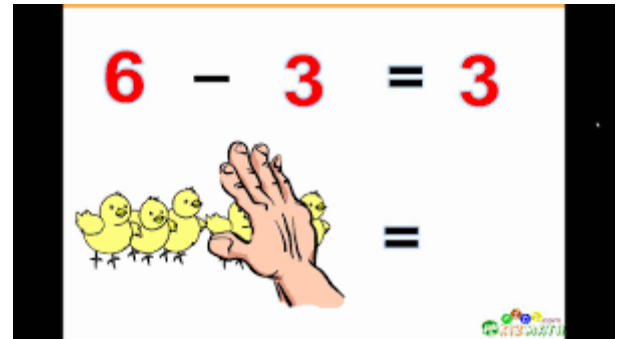
கழித்தல் கற்றுக்கொடுக்க குழந்தைக்கு கூட்டலின் போது கையாண்ட யுக்தியை பயன்படுத்த வேண்டும்.

குழந்தைக்கு அதிக விருப்பமான பொருட்களை ஊக்கிகளாக கொடுப்பதை தவிர்க்க வேண்டும்.

மேலும் ஊக்கிகள் கொடுக்கும் கால / செயல் அளவை குறைத்துக் கொண்டே வர வேண்டும்.

**உதாரணம்:**

ஒரு செயல் முடிந்தவுடன் ஒரு ஊக்கி சில நாட்கள் கழித்து மூன்று செயல்கள் முடிந்தவுடன் ஒரு ஊக்கியிற்கு முழு பயிற்சியும் முடிந்தவுடன் ஒரு ஊக்கி.





## 9. FACP (Functional Assessment Checklist For Programming)

### FACP எவ்வாறு பயன்படுத்த வேண்டும்?

இந்த குயுஊீ மதிப்பீடானது குழந்தைகளின் செயல்பாடுகளை அடிப்படையாக கொண்டு அமைக்கப்பட்டுள்ளது. இந்த மதிப்பீடு பட்டியலில் 3 முதல் 6 வயது வரையுடைய குழந்தைகளுக்கான கீழ்க்காணும் 4 வகையான வகைப்பாடுகளின் கீழ் வரும் செயல்பாடுகளை உள்ளடக்கியுள்ளது.

- தினசரி வாழ்வின் செயல்பாடுகள் (PERSONAL)
- சமூகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளுதல் (SOCIAL)
- கல்வி பயிலுதல் (ACADEMIC)
- அன்றாட செயல்பாடுகள் (OCCUPATIONAL)

#### தினசரி வாழ்வின் செயல்பாடுகள் (PERSONAL)

இந்த பிரிவில் 19 கேள்விகள் கேட்கப்பட்டிருக்கும் சாப்பிடுதல் குளித்தல் போன்ற அன்றாட செயல்பாடுகள் இதன் கீழ் அடங்கும்.

#### சமூகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளுதல் (SOCIAL)

இந்த பிரிவில் 23 கேள்விகள் கேட்கப்பட்டிருக்கும் குழந்தை வீட்டிலுள்ளவரிகளுடன் மற்றும் பிறருடன் தொடர்பு கொள்ளுவது படிப்படியாக சமூகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளுவது போன்ற செயல்பாடுகள் இதிலடங்கும்.

#### கல்வி பயிலுதல் (ACADEMIC)

3 முதல் 6 வயதுடைய குழந்தைகளுக்கான எழுதுதல் படித்தல் வாசித்தல் போன்ற பள்ளி செல்வதற்கு ஆயத்தமாவதற்கான பயிற்சி முறைகள் இதிலடங்கும்.

#### அன்றாட செயல்பாடுகள் (OCCUPATIONAL)



இந்த வகைபாட்டின் கீழ் குழந்தையின் அன்றாட வேளைகளில் பங்கு கொள்ளும் செயல்பாடுகள் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கும்.

இந்த மதிப்பீடை யார் பயன் படுத்துகிறார்கள்?

சிறப்பு கல்வியாளர் ஒவ்வொரு 6 மாதத்திற்கும் குழந்தைகளின் செயல்பாடு விகிதங்களை கணக்கிட அல்லது அளவிட இந்த மதிப்பீடை பயன்படுத்துகிறார்கள்.

எவ்வாறு பயன் படுத்த வேண்டும்?

இந்த FACP மதிப்பீட்டில் கொடுக்கப்பட்டுள்ள ஒவ்வொரு கேள்விகளையும் நன்கு படித்து புரிந்து கொண்டு பின்னர் குழந்தையை அதற்கான செயல்பாடுகளை செய்து காண்பிக்க வைத்து அதற்கு தகுந்த மதிப்பீடு அளிக்க வேண்டும்.

### Performance Scoring Scale

இந்த மதிப்பீடு அளவானது 1 – 5 வரை உள்ளடக்கியுள்ளது அதன் விளக்கங்கள் பின்வருமாறு

SCORING	COMMAND	PROCEDURE
<b>Score 5</b>	Achieved	This means the child can perform the activities without support. குழந்தையாக தன்னிச்சையாக செயலை செய்ய முடிகிறது.
<b>Score 4</b>	Cueing	The child needs to be given clues that require "Thinking" by the child to perform the given Activity (Eg. Children can be taught to name fruits from pictures. After showing the appropriate picture, the teacher may help the child by saying "Man ..." or "pie ..." (meaning to



		zprompt "Mango" or "Pineapple"), and leave it for the child to complete the naming of a fruit.)
<b>Score 3</b>	Verbal prompting	The child needs to be given verbal commands which require "Thinking" by the child to perform the given Activity (Eg. Wash hands and face will be, telling the trainee "Rinse hands" , "Pick up soap" , "apply" and so on).
<b>Score 2</b>	Modeling	The child can perform the activity with trainee demonstration in step by step in the activity
<b>Score 1</b>	Physical prompting	The child can perform the activity with physical support.

துப்பு கொடுத்து செய்தல் - செயலை செய்வதற்கு துப்பு கொடுத்தல். நாம் கொடுக்கும் துப்பு குழந்தையை யோசிக்க வைத்து செயலை செய்ய வைக்கும்.

#### உதாரணம்:

மாம்பழம் படத்தைக் காட்டுகிறோம் என்ன என்று கேள்வி கேட்டால் குழந்தை படத்தைப் பார்த்து சொல்லாத போம் "மாம்" என துப்புக்கொடுத்தல்

வார்த்தை குறிப்பு - என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதை வார்த்தையால் சொல்லுதல்

செய்து காட்டுதல்- என்ன செய்ய வேண்டும் என செய்து காட்டுதல்

கைகளை பிடித்து குறிப்பு - கைகளைப் பிடித்து செய்ய வைத்தல்



Enabling Inclusion through  
Early Intervention (EI) Programme

<https://earlyintervention.amarseva.org/>



**Amar Seva Sangam**

Sulochana Gardens,  
Post Box No. 001  
10/2/163, Tenkasi Road, Ayikudy,  
Tenkasi Dt., Tamil Nadu, India. Pin 627852

Copyright © Amar Seva Sangam