



ডাউন সিনড্রোম স্ক্রিনিং কার্যকলাপ

কার্যকলাপের নাম: বাধা-পথ
(Obstacle Course)

বয়সসীমা: ২-৪ বছর



উদ্দেশ্য:

এই কাজটি ডাউন সিনড্রোমে আক্রান্ত শিশুদের মধ্যে প্রাথমিক স্কুল মোটর বিলম্ব (gross motor delays), পেশীর দুর্বলতা (muscle tone weaknesses), বা সমন্বয়ের অসুবিধা (coordination difficulties) শনাক্ত করতে পিতামাতা এবং শিক্ষকদের সাহায্য করে। এই কাজটি ডাউন সিনড্রোমে আক্রান্ত শিশুদের মধ্যে প্রাথমিক স্কুল মোটর বিলম্ব (gross motor delays), পেশীর দুর্বলতা (muscle tone weaknesses), বা সমন্বয়ের অসুবিধা (coordination difficulties) শনাক্ত করতে পিতামাতা এবং শিক্ষকদের সাহায্য করে।

এটি পর্যবেক্ষণ করে যে শিশুটি কীভাবে নড়াচড়া করে, ভারসাম্য বজায় রাখে এবং লাফানো, দৌড়ানো, লাথি মারা এবং ওঠার মতো গতি-ভিত্তিক নির্দেশগুলি অনুসরণ করে।

যেসব শিশুর পেশীর টান কম (lower muscle tone) বা পরিকল্পনার অসুবিধা (planning difficulties) আছে, তারা দ্বিধা (hesitation), দুর্বল ভারসাম্য (poor balance) দেখাতে পারে, অথবা ক্রমটি সম্পন্ন করার জন্য সহায়তার প্রয়োজন হতে পারে।



প্রয়োজনীয় উপকরণ

- খোলা নিরাপদ জায়গা (কার্পেট পাতা মেঝে, খেলার ম্যাট বা বাইরের জায়গা)
- নরম বল (পা দিয়ে ঠেলার জন্য)
- ওঠার জন্য ছোট টুল বা কুশন
- লাফানোর জায়গা চিহ্নিত করার জন্য টেপ বা ম্যাট
- পর্যবেক্ষণ পত্র বা চেকলিস্ট



ধাপে ধাপে নির্দেশাবলী

৩-৪টি সহজ নড়াচড়ার স্টেশন সাজান:

1. লাফানোর জায়গা (টেপ বা ম্যাট ব্যবহার করে)
2. দৌড়ে যাওয়ার জন্য কোণ বা দরজা
3. পা দিয়ে ঠেলার জন্য বল
4. ওঠার জন্য ছোট ধাপ বা কুশন

 বল:

“চলো একটি মজার খেলা খেলি! আমরা লাফাব, দৌড়াব, আর বলে পা দিয়ে ঠেলব।”

ধাপ দুই: *ধাপে ধাপে নির্দেশাবলী (পরবর্তী অংশ)*

 বল:

"তুমি কি আমাকে 'চারটি খেলনা' দিতে পারবে?"

✓ পর্যবেক্ষণ করুন:

- * শিশুটি কি ঠিক চারটি দেওয়ার পরে থেমে যায়?
- * তারা কি চারটির পর গণনা চালিয়ে যায় নাকি এলোমেলোভাবে খেলনা দেয়?
- * তারা কি পরীক্ষা করার জন্য আবার গণনা করে?

ধাপ তিন: অবশিষ্ট পরিমাণ সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করুন

চারটি খেলনা পাওয়ার পর জিজ্ঞাসা করুন

 বল:

"তোমার কাছে আর কটি খেলনা বাকি আছে?"

✓ পর্যবেক্ষণ করুন:

- শিশুটি কি অবশিষ্ট খেলনা গণনা করতে বা অনুমান করতে পারে?
- তারা কি সমস্ত খেলনা (দেওয়া + বাকি) আবার গণনা করে?
- তারা কি "আমার কাছে __টি বাকি আছে" এই ভাবটি প্রকাশ করতে পারে?

ধাপ চার: *ভিন্ন সংখ্যা দিয়ে পুনরাবৃত্তি করুন*

- অন্য একটি লক্ষ্য সংখ্যা দিয়ে প্রক্রিয়াটি পুনরাবৃত্তি করুন (যেমন, "আমাকে তিনটি খেলনা দাও")।
- প্রক্রিয়াটি অন্য একটি লক্ষ্য সংখ্যা দিয়ে পুনরাবৃত্তি করুন (যেমন, "আমাকে তিনটি খেলনা দাও")।
- ধারাবাহিকতা (consistency) এবং ক্লান্তির (fatigue) দিকে নজর রাখুন।



Scoring & Interpretation

পর্যবেক্ষণ	সাধারণ প্রতিক্রিয়া ✓	বিপদ সংকেত/উদ্বেগ ⚠
গণনার নির্ভুলতা	এক-এক করে গণনা করে এবং লক্ষ্য সংখ্যায় গিয়ে থামে।	জিনিস বাদ দিয়ে যায়, পুনরাবৃত্তি করে, বা তাল হারিয়ে ফেলে।
কার্ডিন্যালিটির ধারণা	"কতগুলি?" জিজ্ঞাসা করলে সঠিক মোট সংখ্যা বলে।	শুরু থেকে আবার গণনা করে যখন জিজ্ঞাসা করা হয় "কতগুলি?"।
বিশ্লেষের ধারণা	কতগুলি বাকি আছে, তা সঠিকভাবে শনাক্ত করে।	বলতে পারে না বা এলোমেলোভাবে অনুমান করে।
ধারাবাহিকতা	একাধিক প্রচেষ্টায় সঠিকভাবে সম্পাদন করে।	অসঙ্গত প্রতিক্রিয়া দেয়; পুনরায় নির্দেশনার প্রয়োজন হয়।

যে শিশুরা ধারাবাহিকভাবে বেশি গণনা করে, অবশিষ্ট জিনিস ভুল অনুমান করে, অথবা জিনিস দিয়ে দেওয়া এবং অবশিষ্ট কম জিনিসের মধ্যে সম্পর্ক স্থাপন করতে পারে না, তাদের মধ্যে সংখ্যাগত ধারণার দুর্বলতা এবং ডিসক্যালকুলিয়ার ঝুঁকির প্রাথমিক সূচক দেখা যেতে পারে।

👉 এটি কোনো রোগ নির্ণয় নয়। এটি কেবল নির্দেশ করে যে একজন শিশু বিশেষজ্ঞ বা মনোবিজ্ঞানীর দ্বারা আরও উন্নত বিকাশের স্ক্রিনিং (*further developmental screening*) করানো উচিত।

💡 মা বাবা ও পরীক্ষকদের জন্য পরামর্শ

- খেলার মেজাজ বজায় রাখুন — "চলো খেলনার খেলাটা খেলি!"
- প্রশংসা করুন ("খুব ভালো গণনা করেছো!")।
- প্রতিদিনের উদাহরণ ব্যবহার করুন: "আমরা যদি দুটি আপেল খাই, তাহলে কটি বাকি রইল?"
- ধারাবাহিক ভুলের ক্ষেত্রে, আবার মডেল গণনা দেখান, তারপর শিশুকে চেষ্টা করতে দিন।
- চূড়ান্ত সিদ্ধান্ত নেওয়ার আগে ২-৩টি সেশন ধরে অগ্রগতি নথিভুক্ত করুন।