প্রশিক্ষণের
উদ্দেশ্য

কর্মহীন বেকার নারীদের বিভিন্ন প্রশিক্ষণের মাধ্যমে তাদের স্বাবলম্বী করে তোলা সম্ভব । এমনই একটি প্রশিক্ষণ হলো বেবী কেয়ার । যে সকল নারীরা Day Care সেন্টারে কাজ করতে ইচ্ছুক তাদের জন্য এই প্রশিক্ষণটি অত্যন্ত ফলপ্রসূ । বর্তমানে সারাবিশ্বে বেবী কেয়ার/চাইল্ড কেয়ার জনপ্রিয় হয়ে উঠেছে। সেই দৃষ্টিকোণ থেকে এই কোর্সটির গুরুত্ব অপরিসীম। একজন নারী এই প্রশিক্ষণ গ্রহণের পর যেকোনো ধরনের Day Care সেন্টারে যেমন তার ক্যারিয়ার শুরু করতে পারেন তেমনই একটি Day Care সেন্টার প্রতিষ্ঠা করে উদ্যোক্তা হিসেবেও তার ক্যারিয়ার শুরু করতে পারে। এছাড়াও দেশে এবং বিদেশে ন্যানী হিসেবেও বেবী কেয়ারের উপর পার্ট টাইম জব করার সুযোগ রয়েছে। এভাবে সে তার নিজের সাথে সাথে তার পরিবারের উন্নতি সাধন করতে সক্ষম।

প্রশিক্ষণের
লক্ষ্য

১. বেবী কেয়ার প্রশিক্ষণের মাধ্যমে এই বিষয়ের উপর ব্যাপক দক্ষতা অর্জন করা।

২. কোর্স শেষে কর্মের মাধ্যমে উপার্জন করে পরিবারের পাশে দাঁড়ানো।

৩. প্রশিক্ষণের মাধ্যমে নিজের আত্মবিশ্বাস অর্জন এবং তা বৃদ্ধি করা।

৪. এই প্রশিক্ষণের মাধ্যমে নারীদের আত্মনির্ভরশীল হতে সাহায্য করা।

৫. প্রশিক্ষণের মাধ্যমে অর্থনৈতিকভাবে স্বাবলম্বী হওয়া।

৬. সমাজের মানুষের দৃষ্টি ভঙ্গিতে পরিবর্তন আনয়ন করা।

সূচীপত্র

দিন

পাঠ্য বিষয়		পৃষ্ঠা
প্রশিক্ষণের উদ্যেশ্য	১ম	১
প্রশিক্ষণের লক্ষ্য	১ম	১
উদ্বোধন ও পরিচয় পর্ব	১ম	৫
বেবী কেয়ার কোর্সের উদ্দেশ্য ও ধারণা	২য়	৫
শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র (Day Care Center)	৩য়	৫
বেবী কেয়ারের পরিচিতি, গুনাবলী, দায়িত্ব ও কর্তব্য	৪র্থ	৬
শিশু পরিচর্যাকারীর দায়িত্ব, কর্তব্য ও প্রতিদিনের কার্যাবলী	৫ম	৬
Day Care পরিচালনার জন্য শিশু পরিচর্যাকারীর রুটিন	৬ষ্ঠ	৮
রুটিন অনুযায়ী পরিচর্যাকারীর জন্য কাজের নির্দেশনা	৭ম	৮
শিশুদের পরিচিতি, শিশুদের বৈশিষ্ট, শিশু অধিকার এবং শিশুদের চাহিদা	৮ম	৯
প্রাক শৈশব বিকাশ বা ECD (Early Childhood Development) সম্পর্কে ধারণা	৯ম	১০
শিশুর ক্রমবিকাশ ও বিকাশের ক্ষেত্রসমূহ	১০ম	১০
শিশুর মস্তিকের গঠন, কাজ ও বিকাশ	১১তম	১১
শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত মতবাদসমূহ	১২তম	১১
শিশুর শিখন, শিখন পরিবেশ ও শিশুর আচরন	১৩তম	১১
খেলা ও খেলার মাধ্যমে শেখা	১৪তম	১১
ইচ্ছামত খেলা ও খেলার উপকরণ	১৫তম	১২
গল্প, গান, ছড়া, চারুকারু ও ব্লকের খেলা	১৬তম	১৩
শিশুর সাথে যোগাযোগ	১৭তম	১৪

শিশু নির্যাতন	১৮তম	১৪
শিশুর নিরাপত্তা	১৯তম	১৪
দুর্ঘটনা	২০তম	১৪
প্রাথমিক চিকিৎসা	২১তম	১৫
CPR (Cardio-pulmonary resuscitation)	২২তম	১৬
খাদ্যভ্যাস ও পুষ্টি	২৩তম	১৭
খাদ্য সুরক্ষা (Food Safety)	২৪তম	১৭
শিশুর ব্যক্তিগত ও পারিপার্শ্বিক পরিবেশের পরিস্কার পরিচ্ছন্নতা ও শিশুদের প্রয়োজনীয় টিকা	২৫তম	১৯
প্রতিবন্ধিতা এবং ইনক্লুসিভ প্রোগ্রাম (Inclusive Program)	২৬তম	১৯
রোগজীবানু	২৭তম	২০
স্বাস্থ্যবিধি (Hygiene)	২৮তম	২০
শিশুদের ডায়পার পরিবর্তন, পটি ট্রেনিং এবং শিশু কাঁদলে করনীয় (ব্যবহারিক)	২৯তম	২১
শিশুদের গোসল, পোশাক পরিবর্তন, খাওয়া এবং ঘুম (ব্যবহারিক)	৩০তম	২১
দিবাযত্ন কেন্দ্র সজ্জা এবং যোগাযোগ	৩১তম	২২
শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশুর দক্ষতা ও অগ্রগতি মূল্যায়ন প্রক্রিয়া	৩২তম	২২
শিশুদের অভিভাবকের সাথে যোগাযোগ Communication with parents	৩৩তম	২৩
রিভিউ ক্লাস	৩৪তম	২৩
রিভিউ ক্লাস	৩৫তম	২৩
ব্যবহারিক ক্লাস	৩৬তম	২৩
প্রেজেন্টেশন	৩৭তম	২৩
পরীক্ষা (ব্যবহারিক)	৩৮তম	২৩
পরীক্ষা (লিখিত)	৩৯তম	২৩
পরীক্ষা (মৌখিক)	৪০তম	২৩

১ম দিন

উদ্বোধন, পরিচয় পর্ব

প্রথম ক্লাসে আমরা কোর্সের উদ্বোধন করব। সেদিন আমরা একে অপরের সাথে পরিচিত হব। কে কোথা থেকে এসেছেন, কেন এই প্রশিক্ষণটি করতে চান ইত্যাদি বিষয়ে জানার চেষ্টা করব। সেইসাথে কোর্সের আনুষাঙ্গিক সকল বিষয়ে সংক্ষিপ্ত আকারে আলোচনা করব।

২য় দিন

বেবী কেয়ার কোর্সের উদ্দেশ্য ও ধারনা

কোর্সের উদ্দেশ্যঃ

১. এই কোর্স শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা শিশু, শিশুর শারীরিক এবং মানসিক বিকাশ ও শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র (Day Care Center) সম্পর্কে ধারনা লাভ করবে।
২. প্রশিক্ষণার্থীরা নিজেরা শিশু সম্পর্কিত বিষয়ে সচেতন হবে।
৩. বেবী কেয়ার দক্ষতার মাধ্যমে স্বাবলম্বী হওয়ার ব্যাপারে ধারনা লাভ করবে।
৪. প্রশিক্ষণ গ্রহণকারীর শিশুদের প্রতি এবং সর্বোপরি বেবী কেয়ারের প্রতি ইতিবাচক মনোভাব তৈরী হবে

৩য় দিন

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র (ডে-কেয়ার)

সাধারণত দিনের বেশির ভাগ সময় (৪ থেকে ৮ ঘন্টা) কোন নির্দিষ্ট স্থান বা কেন্দ্রে শিশুদের যত্ন ও সুরক্ষা দেওয়ার ব্যবস্থাকে শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র বা Day Care সেন্টার বলা হয়।

কর্মজীবি মায়েদের শিশুদের জন্য কর্মস্থলে শিশুদের জন্য একটি কক্ষ, যেখানে মায়েরা তাদের শিশুদের নিরাপদে রেখে কাজ করতে পারবেন, সেই কক্ষের পরিবেশ অবশ্যই শিশুদের সার্বিক বিকাশে সহায়ক হতে হবে। শিশুদের দেখাশোনার জন্য শিশু পরিচর্যাকারী থাকে।

ডে- কেয়ার সরকারী বা বেসরকারী পর্যায়ে হয়ে থাকে।

এই ক্লাসে শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রর উদ্দেশ্য/গুরুত্ব, এবং এর বৈশিষ্ট সম্পর্কে জানতে পারবেন।

৪র্থ দিন

বেবী কেয়ারের পরিচিতি, গুনাবলী, দায়িত্ব ও কর্তব্য

শিশু পরিচর্যাকারী (BABY CAREGIVER) কোন নির্দিষ্ট সময়ের জন্য কোন নির্দিষ্ট স্থানে শিশুদেরকে ধৈর্য্য ও সতর্কতার সহিত সঠিকভাবে শিশুদের নিরাপত্তা, শিশুদের সার্বিক বিকাশ ও আনন্দদায়ক কাজের মাধ্যমে শিশুর উন্নয়ন ও শিশুর পরিচর্যা করে থাকে। তাই শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র পরিচালনার জন্য শিশু পরিচর্যাকারী (BABY CAREGIVER) প্রশিক্ষণের কোন বিকল্প নেই। সঠিকভাবে শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র ব্যবস্থাপনা ও পরিচালনার জন্য বিশেষ দক্ষতার প্রয়োজন হয়। যারা বেবী কেয়ারে কাজ করতে ইচ্ছুক, তাদেরকে শিশু এবং শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র উভয় সম্পর্কে পরিষ্কার ধারণা থাকতে হবে। শিশুদেরকে নিয়ে কাজ করতে গেলে কিছু গুণাবলী ও বৈশিষ্ট থাকা প্রয়োজন যেমনঃ ধৈর্য্য, শিশুদের প্রতি ভালোবাসা, দায়িত্ববোধ ইত্যাদি।
এই ক্লাসে শিশু পরিচর্যাকারীর কী কী বৈশিষ্ট এবং গুণাবলী থাকা প্রয়োজন সেই সম্পর্কে বিস্তারিত আলোচনা করা হবে।

৫ম দিন

বেবি কেয়ারগিভারের দায়িত্ব, কর্তব্য ও প্রতিদিনের কার্যাবলী

যেকোন কাজের কিছু দায়িত্ব ও কর্তব্য রয়েছে। বেবি কেয়ার (Day Care) এর প্রশাসনিক এবং খেলা সংক্রান্ত দায়িত্ব ও কর্তব্য রয়েছে। কাজের ক্ষেত্রে কতজন শিশু পরিচর্যাকারীর কাছে কতজন শিশু থাকবে তার সুনির্দিষ্ট ধারনা থাকতে হবে। এছাড়াও শিশু পরিচর্যাকারীর দৈনন্দিন কিছু কাজ রয়েছে। যেমনঃ

- আনন্দের সাথে শিশুদেরকে গ্রহণ করা
- শ্রবণ দক্ষতা
- অনুসরনের দক্ষতা
- ব্যাগের জিনিসপত্র গুছিয়ে রাখা
- খাবার খাওয়ানোর বিভিন্ন পন্থা
- পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা ইত্যাদি।

CLEANING GUIDELINES

You may use these guidelines to determine which surfaces should be cleaned and how frequently they should be cleaned.

- **Clean** means to remove visible soils by using a multipurpose cleaner on the surface being cleaned. Rinse and dry.
- **Sanitize** means using a concentration of chemicals, such as a bleach solution, for a sufficient contact time to *reduce* the bacteria count on food surface areas or toys.
- **Disinfect** means to *eliminate most or all* germs by using a concentration of chemicals, such as a bleach solution, for a sufficient contact time when surfaces are contaminated by blood, vomit, feces, urine and mucus. Wear gloves.

CLASSROOM	CLEAN	SANITIZE	DISINFECT	FREQUENCY
Countertops/tabletops	X	X		When soiled or at least once daily
Tabletops/counters used for food	X	X		Before & after food is served daily
Food preparation area	X	X		Before & after preparing foods.
Floors	X	X		Daily or when soiled.
Carpet	X	X		Daily vacuum. When obviously soiled, use carpet cleaner.
Small rugs	X	X		Daily vacuum. Weekly launder.
Utensils	X	X		After each use.
Door knobs	X	X		Daily & when soiled
Handwashing sinks	X	X	X	Daily & when soiled; multiuse sinks need disinfection between different activities
Faucets and handles	X	X		Daily & when soiled.
Soap dispensers and surrounding counters	X	X		Daily & when soiled.
Toilet bowls, seats, flushing handle, bathroom countertops and soap dispensers	X		X	Daily or immediately if obviously soiled.
Changing table	X		X	After each use and daily.
Potty chairs toilet insert	X		X	After each use. Not allowed in Colorado
Toys	X	X		Daily and if visibly soiled
Toys that are mouthed	X	X		After each use & daily.
Larger toys	X	X		Weekly
Dress-up clothes	X	X		Launder after each use or weekly.
Hats	X	X		Launder after each use or at weekly.

Adapted from *Caring for Our Children: National Health and Safety Performance Standards 2nd Edition 2002* Washington, DC: AAP & APHA

Resource: *Rules and Regulations Governing the Health and Sanitation of Child Care Facilities in the State of Colorado,* Colorado Department of Public Health and Environment (2005).

Healthy Child Care Colorado 2009

৬ষ্ঠ দিন

Day Care পরিচালনার জন্য শিশু পরিচর্যাকারীর রুটিন

Day Care Center সুষ্ঠুভাবে পরিচালনার জন্য শিশু পরিচর্যাকারীর রুটিন একটি অত্যান্ত গুরুত্বপূর্ণ বিষয়। সঠিকভাবে দায়িত্ব ও কর্তব্য পালনের সময় শিশু পরিচর্যাকারীর রুটিন মাফিক কাজ করতে হবে। তাই এই ক্লাসে পরিচর্যাকারী সঠিক উপায়ে কিভাবে সাপ্তাহিক ওয়ার্ক-প্ল্যান তৈরি করবে তা শিখবে এবং সেই অনুযায়ী কাজ করবে। রুটিন তৈরি করতে কোন কোন বিষয়ের প্রতি গুরুত্ব দিতে হবে তা আলোচনা করা হবে।

Infant Daily Report
(6 weeks-12 months)

Child's Name: _____ Arrival Time:_____ Date: _____

***Parent's Corner:

Special Instructions For The Day:_____

Baby Last Ate: _____ Time: _____

Breast Milk: _____ Formula (What Kind) :_____

Baby Last Slept: _____ Time: _____

****

Teacher's Information About Your Baby's Day

Baby Seems: _____ Happy _____ Fussy _____Not Feeling Well

Baby Slept: From:_____ To:_____ / From:_____ To:_____
From: _____ To:_____ / From:_____ To:_____

Baby Ate: _____ Breast Times: _____
_____ Bottle Times:_____ Amount: _____
_____ Bottle Times:_____ Amount: _____
_____ Bottle Times:_____ Amount: _____
_____ Solids Times:_____ Amount: _____
_____ Solids Times:_____ Amount: _____

Diaper Time:
Little Job _____
Big Job _____
Diaper ✓ _____
Last Change _____

Notes To Parents: _____
_____

We Need: _____
_____

৭ম দিন

রুটিন অনুযায়ী কেয়ারগিভারের জন্য কাজের নির্দেশনা

এই ক্লাসটি সাপ্তাহিক ও মাসিক রুটিন অনুযায়ী যে ওয়ার্ক-প্ল্যান করা হয়েছে, তা কিভাবে কার্যকর করবে সেই সর্ম্পকে আলোচনা করা হবে।

ART ALL DAY LEARNING COOPERATIVE artallday.org | artafterschool.org

DAILY SCHEDULE

MONDAY – FRIDAY / 7:30 am – 6:00 pm

	INFANTS	TODDLERS/PRESCHOOL	AFTERSCHOOL
7:30 – 8:00 am	Welcome + Bottle if Necessary	Welcome + Free Play	
8:00 – 8:30 am	Breakfast + Diaper Change	Breakfast + Clean Up + Potty	
8:30 – 9:00 am	Nap Time + Manipulative Toys	Circle Time + Morning Art	
9:00 – 10:00 am	Outside Play + Swing Seat	Outside Play + Potty	
10:00 – 10:30 am	Baby Signs + Baby Games	Interactive Songs + Music	
10:30 – 11:00 am	Bottle + Diaper Change	Lunch + Potty	
11:00 – 12:00 pm	Nap Time + Story Time	Nap Time + Story Time	
1:00 – 2:00 pm	Nap Time + Bottle + Diaper	Nap Time + Classical Music	
2:00 – 2:30 pm	Gentle Wake Up	Gentle Wake Up + Potty + Books	Arrive + QuickWork + Books
2:30 – 3:00 pm	Bottle + Diaper + Indoor Play	Snack + Clean Up	Snack + Clean Up
3:00 – 4:00 pm	Baby Signs + Baby Games	Manipulatives + Table Work	Homework + Study Hour
4:00 – 5:00 pm	Outside Play + Swing Seat	Potty + Outside Play	Outside Play
5:00 – 6:00 pm	Indoor Play + Swing Seat	Afternoon Art + Free Time	Afternoon Art + Free Time

All infants will be fed and changed on demand as often as necessary. # Diapers will be changed every two hours or as necessary.

৮ম দিন

শিশুদের পরিচিতি, শিশুদের বৈশিষ্ট, শিশু অধিকার এবং শিশুদের চাহিদা

বাংলাদেশ জাতীয় শিশু নীতি অনুযায়ী এবং জাতিসংঘ শিশু অধিকার সনদ অনুসারে জন্মের পর থেকে পূর্নবয়স্ক (১৮ বছর বয়স) হওয়ার পূর্ব পর্যন্ত বয়সের মানব সন্তানকে শিশু বলা হয়। সকল শিশু একই রকম হয় না। প্রতিটি শিশুই ভিন্ন সত্ত্বার অধিকারী। ১৯৯১ সালের ২ সেপ্টেম্বর থেকে বাংলাদেশ শিশু অধিকার সনদের বাস্তবায়ন বাধ্যতামূলক করা হয়েছে। শিশুদের অধিকারের ধারাগুলোকে মূলত ৫টি ভাগে ভাগ করা হয়েছে। যথাঃ

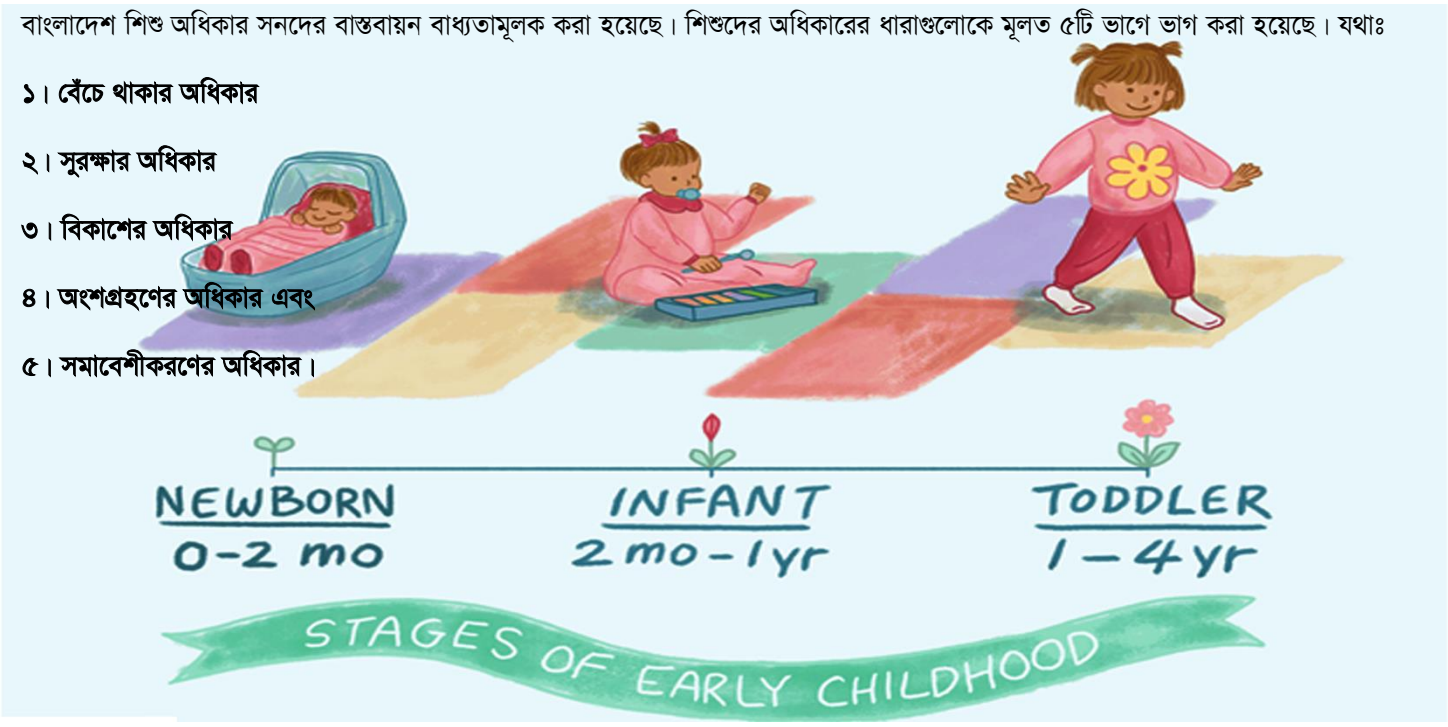
১। বেঁচে থাকার অধিকার

২। সুরক্ষার অধিকার

৩। বিকাশের অধিকার

৪। অংশগ্রহণের অধিকার এবং

৫। সমাবেশীকরণের অধিকার।



৯ম দিন

ECD (Early Childhood Development) প্রাক শৈশব বিকাশ সম্পর্কে ধারণা

শিশুকাল বা শৈশবকে কয়েকটি ছোট ছোট পর্বে ভাগ করা হয়। যেমনঃ প্রারম্ভিক শৈশব, শৈশব, কৈশোর ইত্যাদি ।ভ্রূণ থেকে শুরু করে ৮ বছর পর্যন্ত সময়কালকে শিশুর প্রারম্ভিক শৈশব বলা হয়। এই সময়কালটি শিশুদের সকল ধরণের বিকাশের জন্য অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।

শিশুর বৃদ্ধি ও বিকাশ (Children Development and Growth):

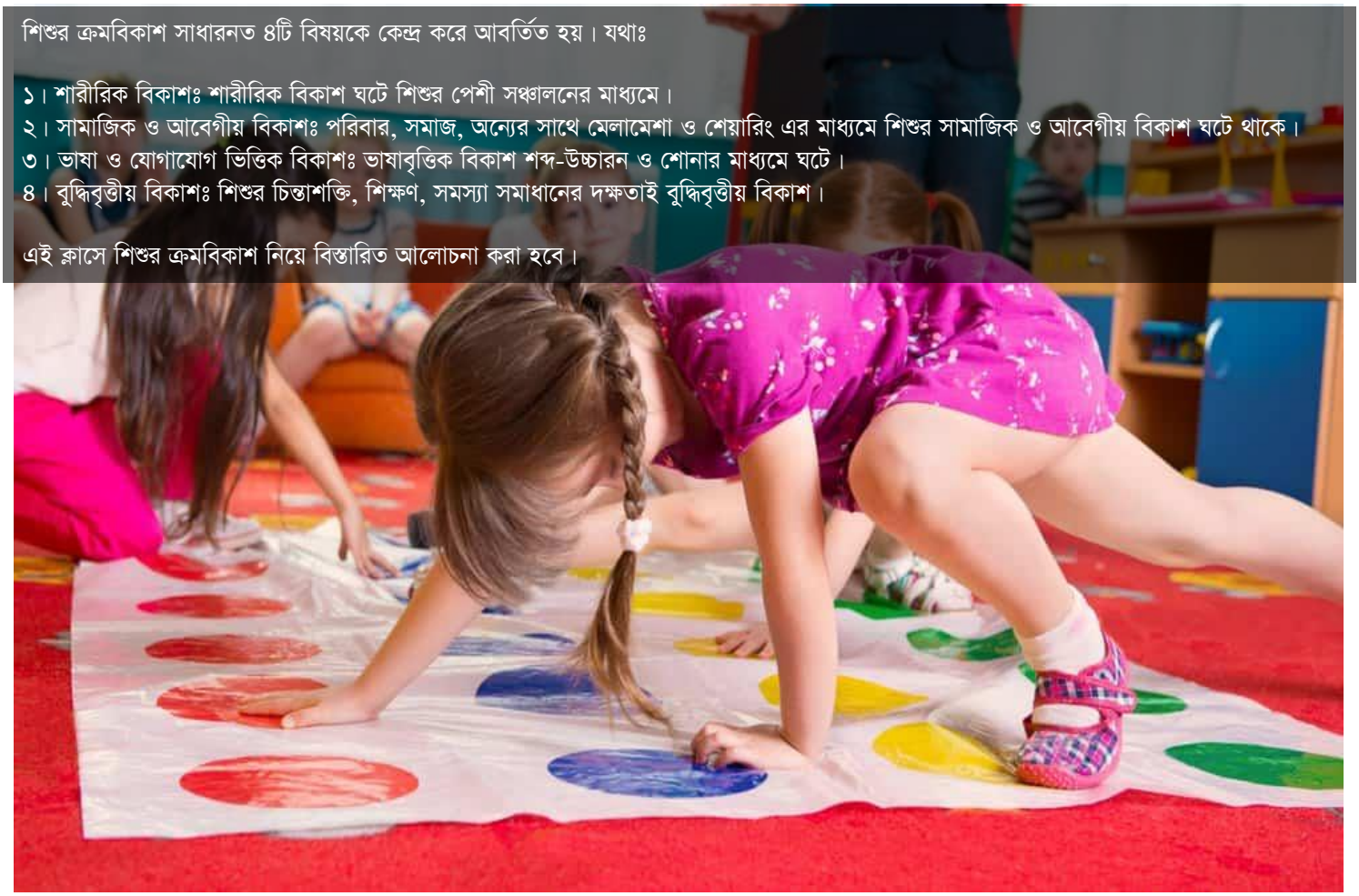
- শিশুর বৃদ্ধিঃ শিশুর আকার-আকৃতিতে শিশুর মধ্যে যে পরিবর্তন হয় তাকে শিশুর বৃদ্ধি বলে।
- শিশুর বিকাশঃ বয়স অনুযায়ী বিভিন্ন কাজ করতে পারা, আবেগ, আনুভূতি, অন্যের সাথে যোগাযোগের দক্ষতা ইত্যাদিকে শিশুদের বিকাশ বলে।

এই ক্লাসে প্রাক শৈশব বিকাশ এর গুরুত্ব, প্রয়োজনীয়তা, এবং শিশুদের বিকাশের ক্ষেত্রসমূহ নিয়ে আলোচনা করা হবে।

১০ম দিন

শিশুর ক্রমবিকাশ ও বিকাশের ক্ষেত্রসমূহ

বয়সভিত্তিক বিভিন্ন দক্ষতাঃ বয়সের ভিত্তিতে শিশুর বিভিন্ন দক্ষতার বিকাশ ঘটে। শিশুর বিভিন্ন দক্ষতা ও যোগ্যতার পরিপক্কতা বয়সের পাশাপাশি শিশুর পারিপার্শ্বিক পরিবেশ, শিশুর পরিবার, আর্থ-সামাজিক অবস্থা, শিশুর যত্ন, নিরাপত্তা ইত্যাদির উপরও নির্ভর করে। ১ থেকে ৫ বছরের মধ্যেই শিশুরা তাদের প্রাথমিক দক্ষতাগূলো অর্জন করে।



শিশুর ক্রমবিকাশ সাধারনত ৪টি বিষয়কে কেন্দ্র করে আবর্তিত হয়। যথাঃ

১। শারীরিক বিকাশঃ শারীরিক বিকাশ ঘটে শিশুর পেশী সঞ্চালনের মাধ্যমে।
২। সামাজিক ও আবেগীয় বিকাশঃ পরিবার, সমাজ, অন্যের সাথে মেলামেশা ও শেয়ারিং এর মাধ্যমে শিশুর সামাজিক ও আবেগীয় বিকাশ ঘটে থাকে।
৩। ভাষা ও যোগাযোগ ভিত্তিক বিকাশঃ ভাষাবৃত্তিক বিকাশ শব্দ-উচ্চারন ও শোনার মাধ্যমে ঘটে।
৪। বুদ্ধিবৃত্তীয় বিকাশঃ শিশুর চিন্তাশক্তি, শিক্ষণ, সমস্যা সমাধানের দক্ষতাই বুদ্ধিবৃত্তীয় বিকাশ।

এই ক্লাসে শিশুর ক্রমবিকাশ নিয়ে বিস্তারিত আলোচনা করা হবে।

১১তম দিন

শিশুর মস্তিকের গঠন, কাজ ও বিকাশ

আমাদের সকলেরই মস্তিষ্কের ২টি অংশ রয়েছে, যথাঃ ডান ও বাম মস্তিষ্ক। ডান ও বাম মস্তিষ্কের গঠন প্রায় একই রকম হলেও তাদের কাজ ভিন্ন।
বিকাশের উপর নির্ভর করে আবার মস্তিষ্ককে ৪ ভাগে ভাগ করা যায়। যথাঃ

১। শারীরিক বিকাশের অংশ
২। সামাজিক ও আবেগীয় বিকাশের অংশ
৩। বুদ্ধিবৃত্তীয় বিকাশের অংশ
৪। ভাষাবৃত্তীয় বিকাশের অংশ

শিশু বিকাশের প্রভাবকসমূহঃ যেমনঃ প্রথমিক পুষ্টি, পারিবারিক বন্ধন, নিরাপত্তা, বংশগতি পরিবেশ, লিঙ্গ বৈষম্য, সংস্কৃতি ইত্যাদি।

১২তম দিন

শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত মতবাদসমূহ

মনোসামাজিক মতবাদঃ মনোসামাজিক মতবাদ জানার একটি উদ্দ্যেশ্য হলো মনোসামাজিক মতবাদের মাধ্যমে শিশু, কিশোর, যুবক, মধ্যবয়স্ক ও বৃদ্ধসহ সকলের সামাজিক ও আবেগীয় বিকাশ সম্পর্কে পরিষ্কার ধারণা পাওয়া যায়। এরিকসন জন্ম থেকে মৃত্যু পর্যন্ত বয়সকালকে ৮ টি পর্যায়ে ভাগ করেছেন। এখানে আমরা শিশুর জন্মের ১ম বছর থেকে ৬ বছর সময়কালের ৩টি পর্যায় সম্পর্কে জানবো।

জ্যাঁ পিঁয়াজে মতবাদঃ বিখ্যাত সুইশ চিন্তাবিদ, মনোবিজ্ঞানী ও শিক্ষাবিদ জ্যাঁ পিঁয়াজের জীবন বিকাশ সংক্রান্ত মতবাদ আধুনিক মনোবিদ্যার ইতিহাসে অত্যন্ত তাৎপর্যপূর্ণ একটি তত্ত্ব যা বুদ্ধিবৃত্তিক বিকাশ তত্ত্ব নামে পরিচিত। তার বুদ্ধিবৃত্তিক বিকাশ তত্ত্বের মূল কথা হলো সক্রিয় ক্রিয়াকলাপের মাধ্যমে শিশুর জ্ঞান বিকশিত/তৈরী হয়, এটা মানুষের জন্মগত কোন অর্জন নয়। তাই পিঁয়াজে বলেছেন, শিশুকে নতুন কিছু শিখানোর জন্য তাকে নতুন তথ্য দেওয়াটাই যথেষ্ট নয়, এক্ষেত্রে শিশুর মানসিক প্রস্তুতিরও দরকার আছে।

১৩তম দিন

শিশুর শিখন, শিখন পরিবেশ ও শিশুর আচরণ

শিশুরা অনুকরণপ্রিয়। শিশুরা যে কোন পরিবেশ থেকে শেখার চেষ্টা করে থাকে। তাই তাদেরকে একটা শিশুবান্ধব পরিবেশ দেওয়া খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

একজন তত্ত্বাবধায়ক হিসাবে আমাদে ভালোভাবে শিশুদের আচরণ সম্পর্কে জানতে হবে। শিশুর আচরণ সম্পর্কে না জানলে আমরা শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশুদের সঠিকভাবে বিকাশে সহায়তা করতে পারবোনা।

এই ক্লাসে আমরা জানবো কিভাবে যেকোনো পরিবেশকে শিশুবান্ধব করে গড়ে তোলা যায় এবং শিশুদের আচরণ সম্পর্কেও সম্যক ধারণা দেয়ার চেষ্টা করব।

১৪তম দিন

খেলা ও খেলার মাধ্যমে শেখা

খেলা হলো শিশুদের বিভিন্ন কর্মকান্ডের সমষ্টি যেখানে শিশুরা স্বেচ্ছায় আনন্দ ও আগ্রহ নিয়ে অংশগ্রহণ করে। খেলার প্রবৃত্তি শিশুদের মধ্যে জন্মগতভাবেই আসে। খেলার মধ্য দিয়েই শিশুর সমস্ত প্রাণশক্তি প্রকাশ পায়। খেলার মাধ্যমে শিশুরা নিজেদের, তাদের চারপাশের মানুষ ও পৃথিবী সম্পর্কে জানতে পারে। শিশুদের বিকাশে খেলার গুরুত্ব অপরিসীম। খেলার মাধ্যমে শিশুদের শারীরিক, মানসিক, বুদ্ধিবৃত্তীয় ও সামাজিক বিকাশ সবচেয়ে বেশি ঘটে। খেলাভিত্তিক শিক্ষাক্রম প্রণয়নে কিছু ধারণা, নীতি ও বিশ্বাসসমূহকে মূলনীতি হিসেবে অনুসরণ করা হয়। এগুলো হলোঃ

- ১। শিশু কেন্দ্রিকতা
- ২। সক্রিয় শিখন
- ৩। খেলাভিত্তিক কৌশল
- ৪। আনন্দপূর্ণ খেলা
- ৫। খেলার ইতিবাচক মনোভাব
- ৬। স্থানীয় সংস্কৃতি ও ঐতিহ্য
- ৭। সৃজনশীলতা প্রকাশের সুযোগ
- ৮। উদ্ভাবনী মনোভাব ইত্যাদি।

১৫ তমদিন

ইচ্ছামত খেলা ও খেলার উপকরণ

ইচ্ছামত খেলা এমন এক ধরনের খেলা বা কাজ যেখানে শিশুরা স্বাধীনভাবে তাদের মনের মত করে খেলতে পারে। ইচ্ছামত খেলায় আনন্দের মধ্য দিয়ে শিশুদের মধ্যে সৃজনশীল মন-মানসিকতা তৈরি হয় সেই সাথে বিভিন্ন দক্ষতারও উন্নয়ন ঘটে।

খেলার উপকরণঃ শিশুরা খেলনা ভালবাসে। তাই খেলনা বা এ জাতীয় উপকরণ শিশুর শেখার প্রধান মাধ্যম। শিশুর বিকাশে উপকরণের গুরুত্ব ও প্রয়োজনীয়তা অপরিসীম। কারন, খেলনা শিশুর বিকাশে প্রত্যক্ষ ভূমিকা পালন করে। শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশুদের খেলা ও শিখনের জন্য নানারকম খেলনা ও কেন্দ্র সজ্জার জন্য নানা উপকরণ ব্যবহার করা হয়ে থাকে। উপকরণ ব্যবহারের প্রধান উদ্দেশ্য হলো শিশুর শেখাকে আকর্ষনীয়, আনন্দদায়ক, দীর্ঘস্থায়ী ও কার্যকরী করে তোলা।

১৬তম দিন

গল্প, গান, ছড়া, চারুকারু ও ব্লকের খেলা

গল্প বলাঃ শিশুর ভাষা বিকাশের জন্য গল্প বলা জরুরী। গল্প বলার পদ্ধতি ও গল্প বলার সময় যে সব পদ্ধতি মেনে চলতে হবে তার একটি ধারনা থাকতে হবে।

গান ও ছড়াঃ ছন্দে ও তালেতালে শিশুরা ছড়া ও গান শুনতে, বলতে ও পড়তে পছন্দ করে। তাই শিশুদের সাথে আনন্দায়ক ভাবে ছড়া ও গান করার প্রয়োজনীয়তা অপরিসীম।

চারুকারুঃ চারুকারু কলার চর্চার মাধ্যমে প্রকৃতি, পরিবেশ, জীবন, জীবন ধারা ইত্যাদি সম্পর্কে পর্যবেক্ষন ক্ষমতা বৃদ্ধি করে।

ব্লকঃ শিশুরা আনন্দের সাথে ব্লক দিয়ে টাওয়ার, বাস, বাড়ি, ট্রেন ইত্যাদি বানাতে পছন্দ করে।

এই ক্লাসে আমরা গল্প, গান, ছড়া, চারুকারু ও ব্লকের খেলাগুলি হাতে কলমে দেখানোর চেষ্টা করবো।

১৭ তমদিন

শিশুর সাথে যোগাযোগ

যোগাযোগ হচ্ছে এমন একটি প্রক্রিয়া যার মাধ্যমে একজনের নিজস্ব জ্ঞান, ধারণা, বিশ্বাস ও অভিজ্ঞতা অন্যের সাথে বিনিময় ও গ্রহণযোগ্য করে তোলা যায়। ছোট শিশুদের সাথে যোগাযোগের ক্ষেত্রে মৌখিক ভাষার সাথে ভাব-ভঙ্গি বা অমৌখিক ভাষার গুরুত্ব অনেক। তাই এই ক্লাসে শিশুদের সাথে যোগাযোগের গুরুত্ব, শিশুদের সাথে মৌখিক/ভাষাভিত্তিক যোগাযোগের উপায়সমূহ, অমৌখিক যোগাযোগের উপায়সমূহ, সর্বোপরি সকল যোগাযোগের বৈশিষ্ট ও কৌশল সম্পর্কে আলোচনা করা হবে।

১৮তম দিন

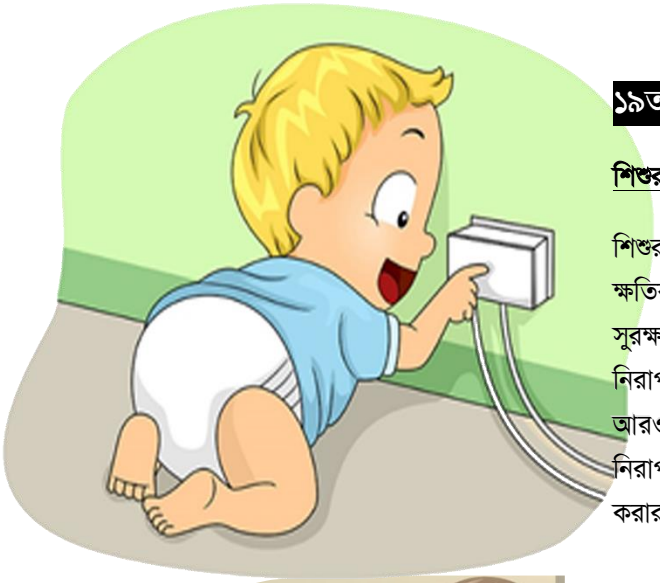
শিশু নির্যাতন

শিশু নির্যাতন বলতে সকল ধরনের শারিরীক বা মানসিক অসদাচরন বা দুর্ব্যবহার কে বুঝায়।

শিশু নির্যাতনের প্রকারভেদঃ

১। দৈহিক নির্যাতন
২। যৌন নির্যাতন
৩। আবেগীয়/মানসিন নির্যাতন
৪। অবহেলা

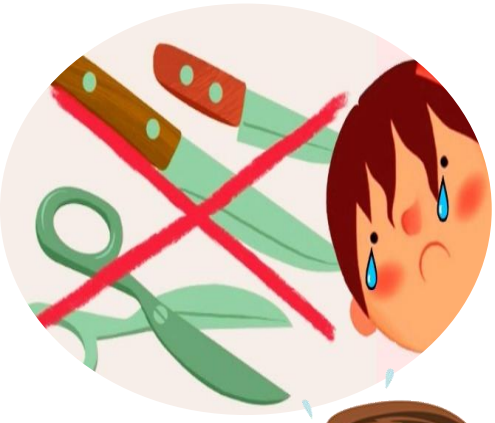
শিশু নির্যাতনের ধরণ ও আচরণবিধি চিহ্নিতকরণ, শিশু নির্যাতন প্রতিরোধ এবং শিশুর যাবতীয় নির্যাতন সম্পর্কে এই ক্লাসে আলোচনা করা হবে।



১৯তম দিন

শিশুর নিরাপত্তা

শিশুর সকল প্রকার মানসিক ও শারীরিক ক্ষতিকর আশঙ্কা দুর করে তাদের যাবতীয় সুরক্ষা দেয়াই হলো শিশুর নিরাপত্তা। শিশুর নিরাপত্তাগুলো কী কী, শিশুর নিরাপত্তা কিভাবে আরও উন্নত করা যায়, শিশুর দিবাযত্ন কেন্দ্রের নিরাপত্তা এবং পরিবেশগত নিরাপত্তা নিশ্চিত করার উপায় এই ক্লাসে বর্ননা করা হবে।



২০তম দিন

দুর্ঘটনা

দূর্ঘটনা হচ্ছে এমন কোন ঘটনা যা ইচ্ছাকৃত পরিকল্পনা বা কারন ছাড়াই অপ্রত্যাশিতভাবে ঘটে। যেহেতু শিশুরা চঞ্চল প্রকৃতির হয়ে থাকে তাই খেলার সময় ওরা বিভিন্ন ভাবে আঘাত প্রাপ্ত হতে পারে।

সাধারণভাবে শিশুরা যেই ধরণের আঘাত বেশি পেয়ে থাকে সেগুলো হলোঃ

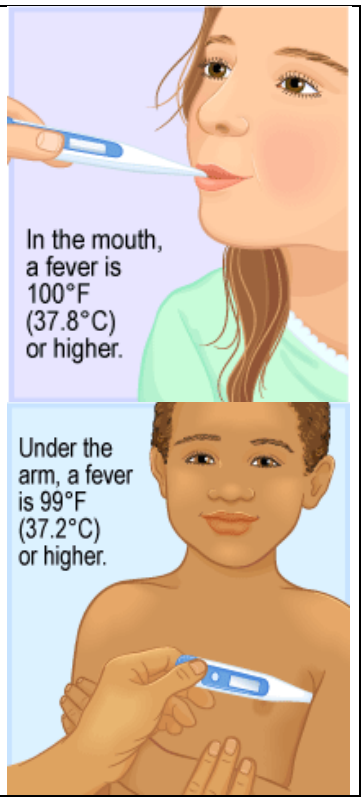
১। কেটে যাওয়া বা ক্ষত হওয়া
২। হাড় ভেঙ্গে যাওয়া
৩। পুড়ে যাওয়া
৪। পড়ে যাওয়া
৫। বিষক্রিয়া
৬। গলায় (খাবার/বস্তু) আটকে যাওয়া
৭। ডুবে যাওয়া ইত্যাদি।

২১তম দিন

প্রাথমিক চিকিৎসা

হঠাৎ করে কেউ অসুস্থ হলে বা দুর্ঘটনায় পতিত হলে ডাক্তারের কাছে নেয়ার আগ পর্যন্ত রোগীর অবস্থা যেন খারাপ না হয় সেই জন্য যে চিকিৎসা দেয়া হয় সেটাই প্রাথমিক চিকিৎসা। প্রাথমিক চিকিৎসা জানা থাকলে সময়মতো তা প্রয়োগ করে যেকোন রোগীর অবস্থার অবনতি ঠেকানো যায়। ছোটখাটো দূর্ঘটনায় প্রাথমিক চিকিৎসা নিলে দূর্ঘটনা মারাত্মক আকার ধারণ করতে পারে না।

পানিতে ডুবে গেলে, শরীরের কোন স্থান কেটে গেলে বা পুড়ে গেলে, হাড় ভেঙ্গে গেলে, গলায় কিছু আটকে গেলে প্রাথমিক চিকিৎসার করনীয়সমূহ ও প্রাথমিক চিকিৎসার প্রয়োজনীয়তা আলোচনা করা হবে।



২২তম দিন

CPR (Cardio-pulmonary resuscitation)

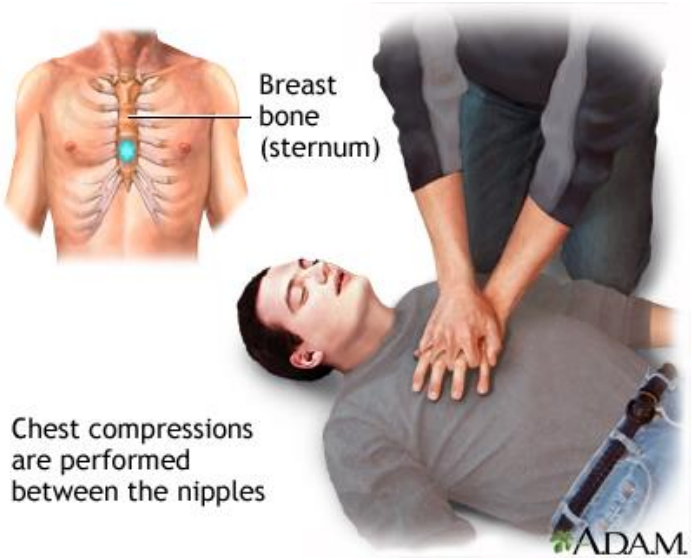
CPR (কার্ডিও-পালমোনারী রিসাসসিটেশন): হৃৎপিণ্ড ও শ্বাসতন্ত্রের কার্যক্রম স্বাভাবিক পর্যায়ে ফিরিয়ে আনার মাধ্যমকেই CPR বলে।

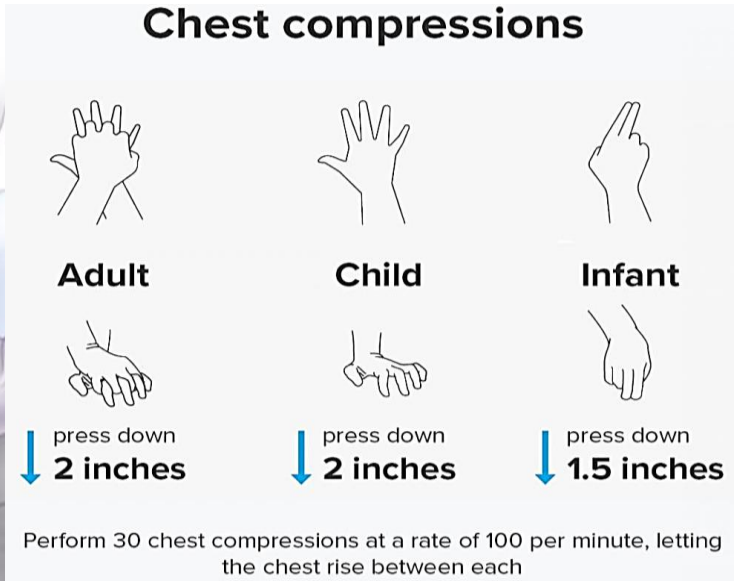
CPR এর পদ্ধতিসমূহঃ

১। মুখে মুখে শ্বাস প্রদানের মাধ্যমে শ্বাসতন্ত্রের কার্যক্রম ফিরিয়ে আনা যায় এবং

২। বুকে চাপ দিয়ে হৃৎপিণ্ডের কার্যক্রম ফিরিয়ে আনা যায়

এই ক্লাসে CPR এর কার্যপ্রণালী ব্যাবহারিকের পাশাপাশি বিস্তারিত আলোচনা করা হবে।



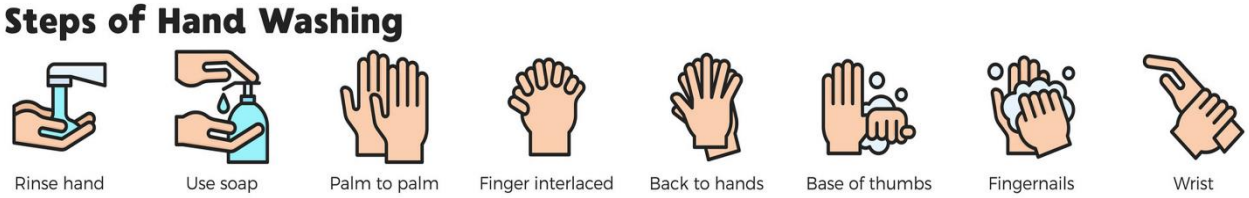


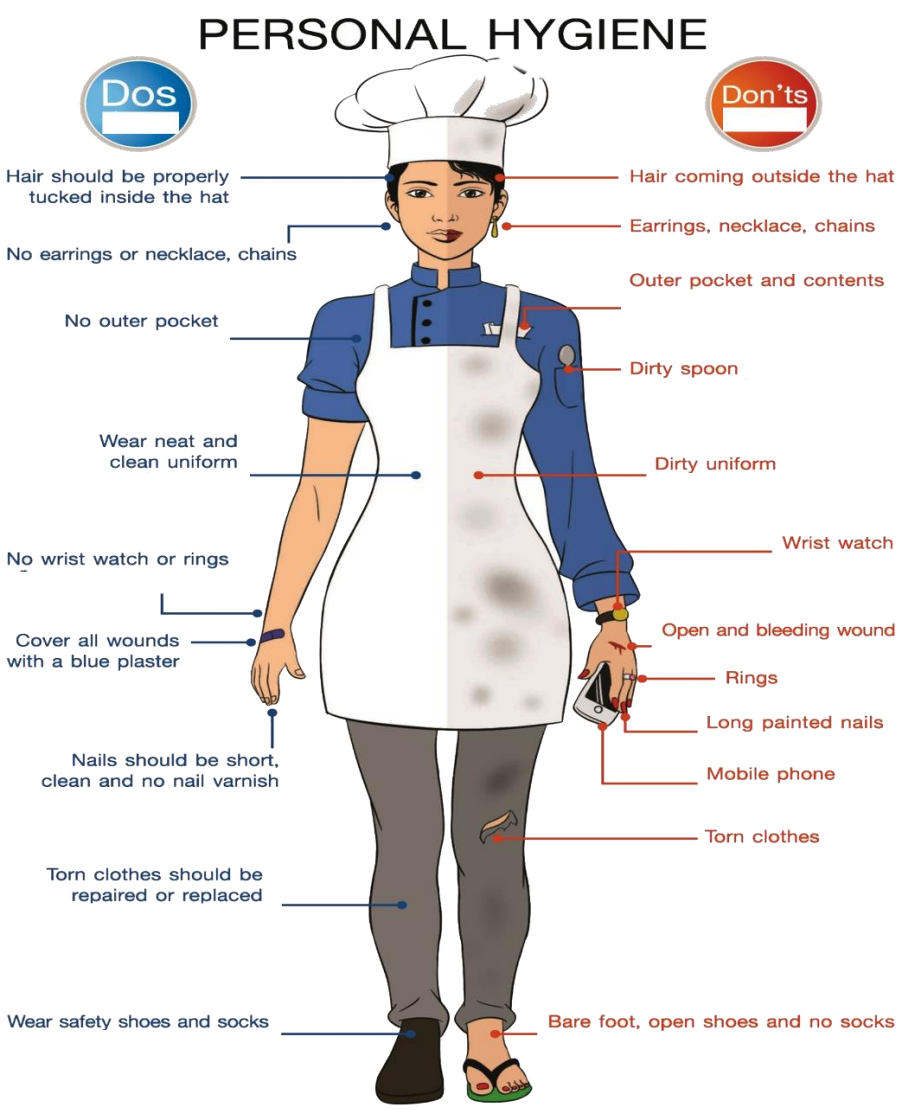
২৩তম দিন

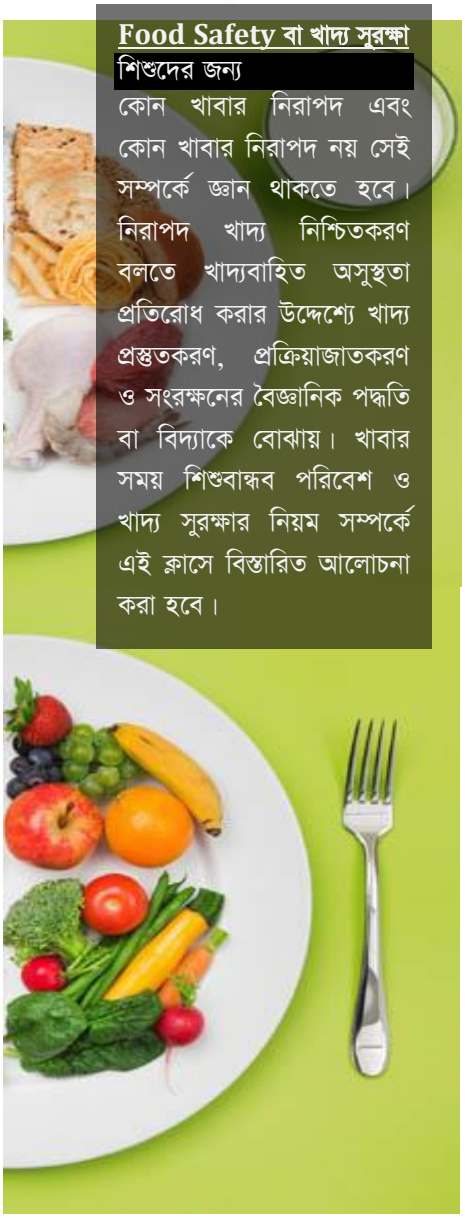
খাদ্যভ্যাস ও পুষ্টি

আমরা জীবন ধারনের জন্য যা খাই তাই খাদ্য। কিন্তু শরীরের বৃদ্ধি, কাজের ক্ষমতা, শরীরের ক্ষয়পুরন এবং রোগ জীবানুর হাত থেকে রক্ষা পাওয়ার জন্য সুষম খাবার গ্রহন করা প্রয়োজন। এই ক্লাসে পুষ্টিকর খাবারের ৫টি উপাদান, সুষম খাবার, পুষ্টিকর খাবার, শিশুর পুষ্টিহীনতার কারন ও লক্ষণ, ভিটামিন এ এবং আয়োডিনের সমস্যা, শিশুর পারিবারিক বার্তি খাবার এবং শিশুর দৈহিক বৃদ্ধি ও বিকাশে মায়ের দুধের ভূমিকা নিয়ে আলোচনা করা হবে।

২৪তম দিন





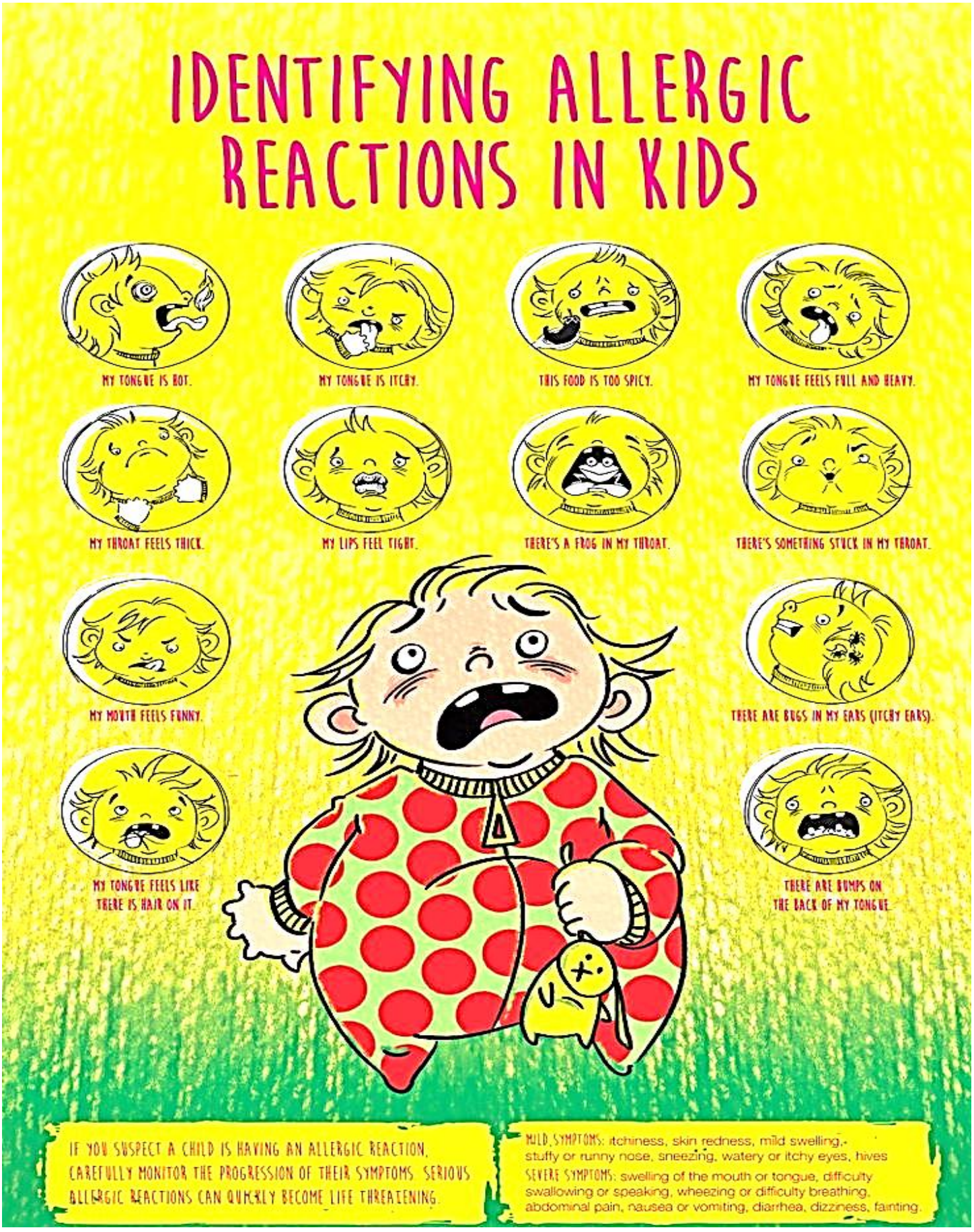


Food Safety বা খাদ্য সুরক্ষা

শিশুদের জন্য

কোন খাবার নিরাপদ এবং কোন খাবার নিরাপদ নয় সেই সম্পর্কে জ্ঞান থাকতে হবে। নিরাপদ খাদ্য নিশ্চিতকরণ বলতে খাদ্যবাহিত অসুস্থতা প্রতিরোধ করার উদ্দেশ্যে খাদ্য প্রস্তুতকরণ, প্রক্রিয়াজাতকরণ ও সংরক্ষনের বৈজ্ঞানিক পদ্ধতি বা বিদ্যাকে বোঝায়। খাবার সময় শিশুবান্ধব পরিবেশ ও খাদ্য সুরক্ষার নিয়ম সম্পর্কে এই ক্লাসে বিস্তারিত আলোচনা করা হবে।

খুঁজে বের করুন কেন বাচ্চাদের এলার্জিক রিয়েকশন হয় |IDENTIFY THE ALLERGIC REACTION IN KIDS



২৫তম দিন

শিশুর ব্যক্তিগত ও পারিপার্শ্বিক পরিবেশের পরিস্কার পরিচ্ছন্নতা ও শিশুদের প্রয়োজনীয় টিকা

পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা হলো এমন কিছু অভ্যাস যা আমাদের শরীরকে বিভিন্ন ধরনের রোগ থেকে দূরে রেখে সুস্থ থাকতে সাহায্য করে। শরীরের বিভিন্ন অংশ যেমন- হাত, পা, মুখ, চুল, দাঁত ইত্যাদি পরিষ্কার রাখা, ব্যবহৃত জিনিসপত্র যেমন- কাপড়চোপড়, বালিশ, বিছানার চাদর ইত্যাদি পরিষ্কার রাখা, শিশুকে যারা দেখাশোনা করেন তাদের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা, শিশুর খাবারদাবারের ক্ষেত্রে পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা, চারপাশ পরিষ্কার রাখা ইত্যাদি।

শিশুর টিকাঃ টিকা হলো রোগ প্রতিরোধ করার একটি পদ্ধতি। জরুরী কিছু রোগ থেকে বাঁচার জন্য টিকা গ্রহন করা হয়ে থাকে। শিশুর জন্য কোন কোন টিকা নেয়া অত্যাবশ্যক (যেমনঃ জক্ষা, হাম, পোলিও, নিউমোনিয়া, ধনুষ্টংকার, ডিপথেরিয়া ও জন্ডিস ইত্যাদি) তা বর্ননা করা হবে।

২৬তম দিন

প্রতিবন্ধিতা এবং (Inclusive Program) ইনক্লুসিভ প্রোগ্রাম

কিছু কিছু শিশু রয়েছে যাদের কিছু শারিরীক বা মানসিক প্রতিবন্ধকতা থাকে। এই প্রতিবন্ধকতা শিশুর সুস্থ ও স্বাভাবিক জীবনকে ব্যাহত করে। প্রতিবন্ধিকতার অসংখ্য ধরন ও প্রকার রয়েছে। যেমনঃ

১। বুদ্ধি প্রতিবন্ধিতা ২। শ্রবন প্রতিবন্ধিতা ৩। দৃষ্টি প্রতিবন্ধিতা ৪। শারিরীক প্রতিবন্ধিতা এবং ৫। অটিজম

এই ক্লাসে উক্ত প্রতিবন্ধিতাসমূহ সম্পর্কে বিস্তারিত আলোচনা করা হবে।

ইনক্লুসিভ প্রোগ্রাম (Inclusive Program) কী, ও এর গুরুত্ব কি, স্পেশাল নীডস চাইল্ড (Special Needs Child) -দের আচরণ কিভাবে বুঝবো, তাদেরকে ডে কেয়ার প্রোগ্রামে কিভাবে সংযুক্ত করা যায় ইত্যাদি নিয়েও এই ক্লাসে আলোচনা করা হবে।

২৭তম দিন

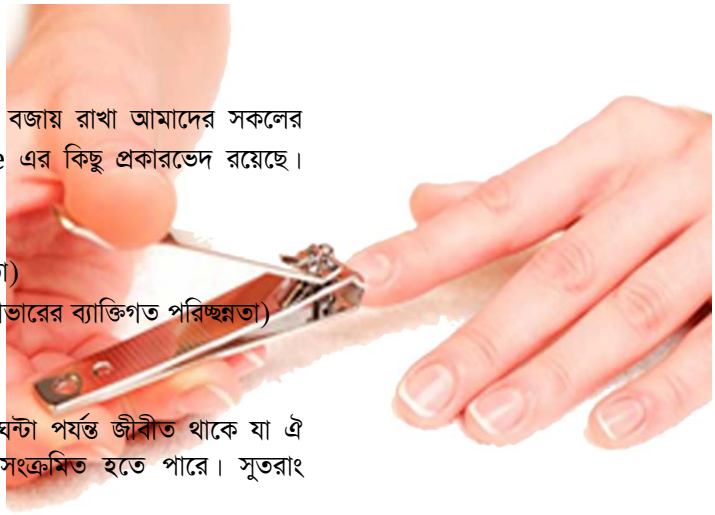
রোগজীবানু

রোগ সংক্রামক জীবাণু বা সংক্ষেপে রোগজাবাণু হচ্ছে এমন যেকোন কিছু যা রোগ উৎপন্ন করতে পারে।

এই ক্লাসে জীবানু সম্পর্কে ধারনা, জীবাণুর প্রকারভেদ (উপকারী, অপকারী), জীবাণু কিভাবে ছড়ায় (বাতাসের মাধ্যমে, পানির মাধ্যমে, সরাসরি), তা আলোচনা করা হবে। সেই সাথে সংক্রমিত রোগগুলো (যেমনঃ সর্দি-কাশি, জ্বর, ডাইরিয়া, চর্মরোগ, কৃমি, চোখ ওঠা, নিউমোনিয়া ইত্যাদি) কী কী, এগুলোর প্রতিকার এবং রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা সম্পর্কেও আলোচনা করা হবে।

২৮তম দিন

Hygiene বা পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা



Hygiene মানে পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা বজায় রাখা। পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা বজায় রাখা আমাদের সকলের জন্যই অত্যাবশ্যকীয় একটি বিষয়। এর গুরুত্ব অপরিসীম। Hygiene এর কিছু প্রকারভেদ রয়েছে। যেমনঃ

- ১। Day Care Center Hygiene (দিবাযত্ন কেন্দ্রের পরিচ্ছন্নতা)
- ২। Baby caregiver personal Hygiene (বেবী কেয়ারগিভারের ব্যাক্তিগত পরিচ্ছন্নতা)
- ৩। Children Hygiene (শিশুদের পরিচ্ছন্নতা)

হাত ধোয়া (Washing Hands): কিছু জীবানু আমাদের হাতে ৩ ঘন্টা পর্যন্ত জীবীত থাকে যা ঐ সময়ে অন্য কাউকে স্পর্শ করলে অথবা কোন খাবার ধরলে তাতে সংক্রমিত হতে পারে। সুতরাং সারাদিনই নিয়মিতভাবে হাত পরিষ্কার করা উচিৎ।

ব্যক্তিগত পরিচ্ছন্নতার জন্য টিপ্সঃ শরীরের কোথাও কোন কাটাছেড়া বা পোড়া থাকলে তা ঢেকে রাখার চেষ্টা করতে হবে এবং নিয়মিত তা পরিষ্কার করে নিতে হবে। বিশেষত হাতে বা বাহুতে কোন ক্ষত থাকলে তার প্রতি অতিরিক্ত সতর্ক থাকতে হবে।

বাহিরের পোশাক ডে-কেয়ারে এসে পরিবর্তন করে নিতে হবে এবং এপ্রোন ব্যবহার করতে হবে। হাঁচি বা কাশি দেয়ার পর হাত ধুয়ে নিতে হবে। খাবার প্রস্তুতির সময় অবশ্যই ঘড়ি, আংটি বা ব্রেসলেট খুলে নিতে হবে এবং কব্জি পর্যন্ত হাত পরিষ্কার করে খাবার ধরতে হবে।

২৯তম দিন

শিশুদের ডায়পার পরিবর্তন, পটি ট্রেনিং এবং শিশু কাঁদলে করনীয় (ব্যবহারিক)

সময়মত পটির জন্য প্রশিক্ষণ দেওয়াঃ শিশুদেরকে পটির প্রশিক্ষণ দেওয়া একটি সময়সাপেক্ষ ব্যাপার। ১ম জন্মদিনের পর শিশুদের মধ্যে দিনের একটি নির্দিষ্ট সময়ে পটি প্রবণতা দেখা দেয় এবং একটু বড় শিশুদেরকে পটিতে বসানোর জন্য চেষ্টা করা হয়। তবে ৩ বছর বয়সের মধ্যে শিশুরা তাদের পটি করার সময় নিজেরাই বলা শিখে ফেলে। এরপর শিশুকে কিভাবে বাথরুম ব্যবহার করতে হয় এবং পটি শেষে কিভাবে ফ্ল্যাশ করতে হয় তা শেখাতে হবে। সেই সাথে শিশুদেরকে তাদের প্রাথমিক হাইজিন সম্পর্কেও সচেতন করতে হবে।

শিশু কাঁদলে করনীয়ঃ শিশুর কান্না কমবেশি সবার জন্যই অস্বস্তিকর। শিশুরা কেন কাঁদছে তা সবসময় বোঝা যায় না। তা হলো শিশুর সাধারণ প্রয়োজনগুলো ঠিক আছে কিনা তা চেক করা। যেমনঃ গুরুত্বপূর্ন টিকা, শিশুর আরামের ব্যাপারে খেয়াল রাখা, তাদের কান্নার ধরণ ইত্যাদি। তবে শিশু যদি স্বাভাবিকের তুলনায় অনেক বেশী কান্নাকাটি করে, তাহলে দ্রুতই ডাক্তারের পরামর্শ নিতে হবে।

এই ক্লাসে উপর্যুক্ত বিষয়ের পাশাপাশি শিশুদের ডায়পার পরিবর্তন করা হাতে কলমে শিখানো হবে।

৩০তম দিন

শিশুদের গোসল, পোশাক পরিবর্তন, খাওয়া এবং ঘুম (ব্যবহারিক)

বিভিন্ন বয়সের বাচ্চাদের গোসল করানোর নিয়মঃ গোসলের জন্য পুরো প্রক্রিয়া যত তাড়াতাড়ি সম্ভব শেষ করতে হবে। শুধুমাত্র ৪+ বয়সী শিশুদের গোসল এবং বাথটাবে খেলার জন্য অতিরিক্ত সময় দিতে হবে তবে এটা একজন তত্ত্বাবধায়ক অবশ্যই খেয়াল রাখবেন।

গোসলের জন্য বাথরুমটি উষ্ণ হতে হবে। শীতের সময় বাথরুমে অবশ্যই Spot Heater/Water Heater/Geyser (পানি গরম করার যন্ত্র) থাকতে হবে এবং গোসলের পানি অল্প উষ্ণ হতে হবে। ৩ মাস থেকে ৮ মাস পর্যন্ত ছোট বাথটাব ব্যবহার করতে হবে এবং ৮ মাসের বেশী বয়সী শিশুদের জন্য বড় বাথটাব ব্যবহার করতে হবে।

বিভিন্ন বয়সের বাচ্চাদের পোশাক পরিবর্তনের নিয়ম ও দায়িত্বঃ পোশাক পরিবর্তন করার সময় এসি (AC/Air Conditioner) বন্ধ করে ঘর হালকা গরম করে নিতে হবে। এছাড়াও পোশাক পরিবর্তনের আগে অবশ্যই হাত পরিষ্কার করে নিতে হবে এবং শিশু কোন জামাটি পরবে, তা পরিবর্তনের পূর্বেই নিশ্চিত হয়ে নিতে হবে।

শিশুদেরকে ঘুম পাড়ানোর প্রক্রিয়া ও সে সময়ের দায়িত্বঃ নবজাতক শিশুরা দিনের বেশিরভাগ সময় ঘুমিয়েই কাটায়। সাধারণত ১৫ ঘন্টা বা তারও বেশী। বড় হওয়ার সাথে সাথে ঘুমের পরিমান কমতে থাকে। শিশুর ঘুম পেয়েছে কিনা তা বুঝার লক্ষণগুলো হলো- বার বার হাই তোলা, ঝিম মেরে বসে থাকা, ঘ্যান ঘ্যান করা বা খাবার খেতে অনিহা প্রকাশ করা ইত্যাদি।

ঘুমের সময় অবশ্যই কিছুক্ষণ পর পর বাচ্চাদেরকে চেক করতে হবে এবং সর্বদা রুমের তাপমাত্রার ব্যাপারে সতর্ক থাকতে হবে। ঘুমানোর সময় রুমের আলো কমিয়ে দিতে হবে এবং অবশ্যই একজন টিচার (ECE) এবং কেয়ারগিভার (ন্যানী) উপস্থিত থাকতে হবে।

বয়সভেদে খাওয়ানোর প্রক্রিয়াঃ নবজাতকেরা (৩-৬ মাস) শুধুমাত্র মায়ের বুকের দুধ অথবা বোতলে দুধ খাবে। যারা ৬ মাসের শিশু, তাদেরকে ধীরে ধীরে হাল্কা শক্ত খাবারে অভ্যস্থ করতে হবে এবং পাশাপাশি দুধও খাওয়াতে হবে। ৩ মাসের পর থেকে পর্যাপ্ত খাবার পানি দিতে হবে। তবে যদি বাবা-মা নির্দেশনা না দেয়, তাহলে পানি দেয়া যাবেনা। দেড় বছর বয়স থেকে স্বাভাবিক খাবার দেয়া যাবে।

শিশুকে খাবার দেয়ার আগে অবশ্যই খাবার চেক করতে হবে। যেমনঃ খাবারের গন্ধ, রং, স্বাদ খাবারের উষ্ণতা ইত্যাদি। খাওয়ানোর পূর্বে এবং পরে অবশ্যই কেয়ারগিভার এবং শিশুর দুই হাত ভালোভাবে ধুয়ে নিতে হবে।

৩১তম ক্লাস

দিবাযত্ন কেন্দ্র সজ্জা এবং যোগাযোগ

এই ক্লাসে একটি দিবাযত্ন কেন্দ্র কিভাবে সাজাতে হবে তার পরিকল্পনা থেকে শুরু করে তত্ত্বাবধায়ক/ব্যবস্থাপকের দায়িত্ব ও কর্তব্য সম্পর্কে জানবো। এছাড়াও যোগাযোগ ও বিভিন্ন পর্যায়ে সম্পর্ক স্থাপন নিয়েও আলোচনা করা হবে।

৩২তম ক্লাস

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশুর দক্ষতা ও অগ্রগতি মূল্যায়ন প্রক্রিয়া

যে কোন কর্মসূচির কাজ বা কার্যক্রম নিয়মিত মূল্যায়ন করা আবশ্যক। শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের গুনগত মান উন্নয়নের জন্য এর সার্বিক কাজ ও শিশুদের দক্ষতার অগ্রগতি যাচাই বা মূল্যায়ন করা জরুরী। শিশুদের প্রতিদিনের অগ্রগতি ও কেন্দ্রের মান নির্দিষ্ট মেয়াদান্তে পর পর মূল্যায়ন করা প্রয়োজন। এই ক্লাসে আমরা শিশুদের দক্ষতাভিত্তিক মূল্যায়ন ধারণা ও দক্ষতাভিত্তিক মূল্যায়নের উদ্দেশ্য সম্পর্কে জানবো।

৩৩তম দিন

Communication with parents (শিশুদের অভিভাবকের সাথে যোগাযোগ)

একটি দিবাযত্ন কেন্দ্র পরিচালনা করতে হলে অবশ্যই শিশুদের অভিভাবকদের সাথে নিয়মিত যোগাযোগ বজায় রাখতে হয়। এর ফলে অভিভাবকগণ নিজেদেরকে কেন্দ্রের অংশ মনে করবেন। অভিভাবকগণদের নিয়মিত কেন্দ্র পরিদর্শনে উৎসাহিত করতে হবে। এটি কেন্দ্রের গুনগত মান ভালো করতে সহায়তা করে।

অভিভাবকদের সাথে সুসম্পর্ক গড়ে তোলার উপায়সমুহঃ

- ১। অভিভাবক সভা
- ২। নিয়মিত শিশু ও তার পরিবার সম্পর্কে খবরাখবর নেওয়া
- ৩। কেন্দ্রের বিভিন্ন অনুষ্ঠানে অভিভাবকদের অন্তর্ভুক্ত করা
- ৪। কুশলাদী বিনিময় ইত্যাদি।

৩৪ ও ৩৫তম দিন

রিভিউ ক্লাস

এই ক্লাসে আমরা পূর্ববর্তী ৩৩ টি ক্লাসে যা শিখেছি সে ব্যাপারে রিভিউ জানবো। ক্লাসগুলো শেষে কারো যদি কোনকিছু বুঝতে সমস্যা থাকে সে ব্যাপারে আমরা পূনরায় আলোচনা করবো।

৩৬তম ক্লাস

ব্যবহারিক ক্লাস

এই ক্লাসে আমরা একটি ডে কেয়ার সেন্টার কিভাবে পরিচালনা করতে হবে সেই সম্পর্কে একটি ব্যাবহারিক ক্লাসের আয়োজন করবো।

৩৭তম দিন

প্রেজেন্টেশন

এই ক্লাসে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে প্রদানকৃত অ্যাসাইনমেন্টের উপর প্রেজেন্টেশন নেয়া হবে।

৩৮তম দিন

পরীক্ষা (ব্যবহারিক)

কোর্সের সবগুলো ক্লাস শেষ হওয়ার পরে পরীক্ষা গ্রহণ করা হবে। প্রথম পরীক্ষার দিন আমরা ব্যবহারিক পরীক্ষা গ্রহণ করব।

৩৯তম দিন

পরীক্ষা (লিখিত)

দ্বিতীয় পরীক্ষার দিন আমরা লিখিত পরীক্ষা গ্রহণ করব।

৪০তম দিন

পরীক্ষা (মৌখিক)

এ পর্যায়ে আমরা প্রশিক্ষনার্থীদের একটি ভাইবা পরীক্ষার মাধ্যমে পরীক্ষা পর্ব শেষ করব।