සවියෙන් පෙරට අපි එකට

e - ඉගෙනුම් කලාපය - හොරණ

ශ්‍රේණිය	විෂය	වාරය	නිපුනතාව
11	ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව	III	13.4 - නිවැරදි පිළිවෙත් අනුගමනය කරමින් දරුවන් හදා වඩා ගනියි. පාඩම-13 - ළදරුවන් රැකබලා ගැනීම

සැකසුම : ප්‍රීතිකා කුමාරි මල්ලිකාරච්චි
බ/ප/හො ගාමිණී මධ්‍ය මහා විද්‍යාලය - ඉංගිරිය

පාඩම-13

ළදරුවන් රැකබලා ගැනීම

11 ශ්‍රේණිය

මුනි සිරිපා සිඹිමින්නේ,
සමනොළ ගිරි මුදුනින්නෙ,
මද සුළඟයි මේ එන්නේ,
මගේ පුතා නැලවෙන්නේ

නවජ දරුවා

නවජ දරුවා යනු

උපතේ සිට දින 28 තුළ දරුවා නවජ දරුවා ලෙස හැඳින්වෙයි.

නවජ දරුවාගේ බාහිර පෙනුම හා ස්වභාවය

- දවසේ වැඩි කාලයක් නිදාගනියි.
- හිස ශරීරයේ දිගින් 1 /4 පමණ වේ.
- හිස සෘජුව තබා ගැනීමට අපහසුය.
- නවා වටකුරු කරගත් අත්පා වලින් යුක්තය.
- සම රෝස පැහැ වන අතර සිනිඳු රෝම දක්නට ලැබෙන.

ශ්‍රී ලාංකික දරුවන්ගේ උපත් බර

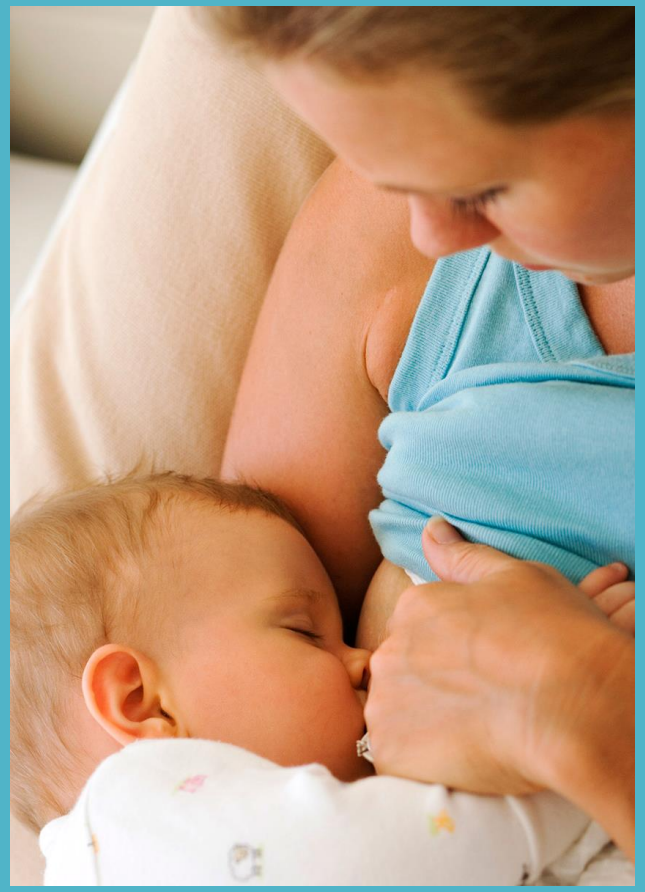
2.5kg - 3.5kg ක් පමණ වේ.

ප්‍රතීක ක්‍රියා

අවට පරිසරයේ ඇතිවන විවිධ සංවේදන වලට අනිච්ඡානුගව එනම් මොළයේ පාලනයකින් තොරව නවජ දරුවා දක්වන ප්‍රතිචාර, ප්‍රතීක ක්‍රියා වේ.

නවජ දරුවා දක්වන ප්‍රතීක ක්‍රියා

හැඬීම



කිරි උරා බීම

තිගැස්ම

බහිස්‍රාවය

පළමු වසර තුළ ළදරුවාගේ සංවර්ධනය සිදු වෙන ආකාරය

1. කායික වර්ධනය.
2. චාලක ක්‍රියා වර්ධනය.
3. භාවික පිළිබිඹු කරන ආකාරය.
4. සමාජයට හුරු වීම.
5. භාෂා වර්ධනය සිදුවන ආකාරය.

කායික වර්ධනය

ළදරුවකුගේ කායික වර්ධනය ආකාර දෙකකට සිදු වේ.

1. හිසේ සිට දෙපතුල දක්වා.
2. මධ්‍යයේ සිට පර්යන්තය දක්වා

කායික වර්ධනයපෙන්නුම් කරන ලක්ෂණ.

- උස හා බර වැඩිවීම.
- ඉන්ද්‍රියන් ක්‍රමයෙන් විශාල වීම.
- දත් වර්ධනය.
- ඉන්ද්‍රිය ක්‍රියා ක්‍රියාකාරිත්වය වර්ධනය වීම.
- පළමු මාස පහ තුළදී බර උපත් බර මෙන් දෙගුණයක් වීම.
- අස්ථි හා මාංශපේශී වර්ධනය.

චාලක ක්‍රියා වර්ධනය

ළදරු සිරුරේ අස්ථි හා මාංශපේශී වර්ධනය වීම තුළින් ඒවා පාලනය කරමින් චලනය කිරීමේ හැකියාව චාලක වර්ධනය ලෙස හැඳින්වේ.

මාස එක හමාරේ සිට දෙක දක්වා

මාස 3 සිට 4 දක්වා

මාස 4 සිට 5 දක්වා

මාස 6

මාස 7 සිට 8 දක්වා

මාස 9 සිට 10 දක්වා

මාස 10 සිට 11 දක්වා

මාස 12

භාවික (චිත්ත වේගය) හා සමාජීය වර්ධනය පිළිබිඹු කරන ආකාරය

- ප්‍රතිචාර ලෙස සිනාසෙයි.
- අපහසුතා හා වෙහෙස හැඟවීමට හඬයි.
- ප්‍රීතිමත් ලෙස සෙල්ලම්ට නැඹුරු වෙයි.
- අතට දුන් යමක් ආපසු ගත් විට තරහ දක්වයි.
- අමුත්තන් දුටු විට බියවෙයි හඬයි.

ළදරුවාගේ මානසික වර්ධනය හා භාෂා වර්ධනය

මාස 1 1/2 සිට 2 දක්වා	• ශබ්දය ඇසෙන දෙසට ඇස යොමු කරයි • මව හඳුනා ගනී
මාස 2 - 5	• විවිධ ශබ්ද නිකුත් කරයි • මව හඳුනාගෙන සිනහ වෙයි
මාස 7 - 8	• ශබ්දය ඇසෙන දෙසට හිස යොමු කරයි • තේරුම්ක් නැති යම් හඬක් නැවත නැවත ශබ්ද කරයි
මාස 9 - 10	• තේරුම්ක් අති වචන කියයි • සරල උපදෙස් තේරුම් ගනියි
මාස 12	• වචන දෙක තුනක් කතා කරයි. • සැඟ වූ යමක් සොයා ගනියී. • හුරු පුරුදු දේවල් ගැන ඇසූ විට අත දිගු කර පෙන්වයි

ළදරුවන් රැකබලා ගැනීම

ළදරු සංවර්ධනය කෙරෙහි බලපාන සාධක

1. ළදරුවාගේ ස්වස්ථතාව හා සෞඛ්‍ය.
2. පළමු මාස 6 තුල පෝෂණය.
3. මාස 6 - 12 පෝෂණය.
4. ප්‍රතිශක්තිකරණ වැඩසටහන් අනුගමනය කිරීම.
5. ඇඳුම් පැළඳුම් ඇඳ පිලි ආදියෙහි සෞඛ්‍ය සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බව.
6. වර්ධනයන්ට අදාල අත්දැකීම් ලබා දීම.
7. අනතුරුවලින් දරුවා ආරක්ෂා කිරීම

ළදරුවාගේ පෝෂණය

- ළදරුවාට මුල් මාස 6 තුළ මවුකිරි පමණක් දීම නිර්දේශ කර ඇත.

- ප්‍රෝලැක්ටින් හෝමෝනය මව්කිරි නිපදවීමට වැදගත් වේ.

මව්කිරි දීමෙන් අත්වන වාසි

- මවගේ මුල්කිරි කොලොස්ට්‍රම් හෙවත් නවස්තනය මඟින් ළදරුවාට ස්වාභාවික ප්‍රතිශක්තිය ලබා දීම
- දරුවාගේ වර්ධනයට අවශ්‍ය පෝෂක නිසි ප්‍රමාණයෙන් අඩංගු වී තිබීම
- මව් කිරිවල DHA (අත්‍යවශ්‍ය මේද අම්ලයක්) අඩංගු බැවින් ළදරු මොළය වර්ධනයට වැදගත් වීම
- ළදරුවා කිරි උරාබීම නිසා කම්මුල්වල පේශීවලට ව්‍යායාම ලැබීම හා ඒ තුළින් භාෂා වර්ධනයට රුකුලක් වීම
- ළදරුවාට ආසාදන රෝග සෑදීම පාලනය වීම
- ජීරණය පහසුව
- මළ බද්ධය අඩු වීම
- අසාත්මිකතා අඩු වීම
- මව හා ළදරුවා අතර අන්‍යෝන්‍ය බැඳීම වර්ධනය වීම

මව් කිරි දීමෙන් මවට සැලසෙන වාසි කිහිපයක් ද ඇත

- මවගේ ගර්භාෂය නැවත යථා තත්ත්වයට පත් වීමට හේතු වීම
- ස්වභාවික උපත් පාලනයට කිසියම් බලපෑමක් ඇති වීම
- මවට පියයුරු පිළිකා ඇතිවීමේ ප්‍රවණතාව අඩු වීම

දරුවා මාස හය ඉක්මවත්ම දෛනික පෝෂණ අවශ්‍යතා වැඩිවන හෙයින් මව් කිරිවලට අමතරව අතිරේක ආහාරවලට හුරු කළ යුතු ය.

මාස 6 – 12 තුළ පෝෂණය

- ඝන ආහාර වලට යොමු කිරීම
- දෛනික ආහාර වේල් ලබාදීම
- ආහාර පුරුදු
- ආහාර ගැනීමේ සිරිත් විරිත් වලට යොමු කිරීම

අතිරේක ආහාර වලට හුරු කිරීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු

- කුඩා ප්‍රමාණවලින් ආරම්භ කර ක්‍රමයෙන් වැඩි කිරීම
- වරකට එක් අලුත් ආහාරයක් බැගින් හඳුන්වා දීම
- ආහාරයේ ප්‍රමාණය මෙන් ම පෝෂණ අගය ද ක්‍රමයෙන් වැඩි කිරීම
- එක් ආහාරයක් හඳුන්වා දී අසාත්මික නොවේ නම් දින තුනකට පමණ පසුව අනෙක් ආහාරය හඳුන්වා දීම
- ලුණු හා සීනි ආහාරයට එකතු නොකිරීම
- විවිධත්වයෙන් යුත් ආහාර වර්ග ලබා දීම
- ආහාර ගැනීමට දරුවා උනන්දු කළ යුතු අතර බලෙන් ආහාර නොදීම

කෑම වේල් අතරට දරුවාට අවශ්‍ය සෑම විටදීම මව්කිරි ලබා දී ලබාදීම සිදුකළ යුතුය.

දරුවාට ආහාර ගැනීමට පුරුදු කිරීමේ දී අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු.

දරුවා විවිධ ආසාදන රෝග වලින් ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා ක්‍රියාත්මක වන ජාතික ප්‍රතිශක්තිකරණ වැඩසටහන

ප්‍රතිශක්තිකරණ වැඩසටහන - 2007

වයස	රෝගය	එන්නත
උපතේ දී	ක්ෂය රෝගය	B.C.G
මාස දෙක සම්පූර්ණ වූ විට	කක්කල් කැස්ස, ගලපටලය, පිටගැස්ම, හෙපටයිටිස් B, හිමොෆිලස් ඉන්ෆ්ලුවන්සා B	පංච සංයුජ එන්නත (Pentavalent Vaccine) පළමු මාත්‍රාව
	පෝලියෝ	පෝලියෝ මුඛ එන්නත පළමු මාත්‍රාව
මාස හතර අවසානයේ දී	කක්කල් කැස්ස, ගලපටලය, පිටගැස්ම, හෙපටයිටිස් B, හිමොෆිලස් ඉන්ෆ්ලුවන්සා B	පංච සංයුජ එන්නත දෙවන මාත්‍රාව
	පෝලියෝ	පෝලියෝ මුඛ එන්නත දෙවන මාත්‍රාව

මාස හය අවසානයේ දී	කක්කල් කැස්ස, ගලපටලය, පිටගැස්ම, හෙපටයිටිස් B, හිමොෆිලස් ඉන්ෆ්ලුවන්සා B ආසාදන පෝලියෝ	පංච සංයුජ එන්නත තෙවන මාත්‍රාව පෝලියෝ මුඛ එන්නත තෙවන මාත්‍රාව
මාස නවය අවසානයේ දී	ජපන් නිදිකර්ප්‍රදාහය	ජැපනීස් එන්සෙෆලයිටිස් (JE) එන්නත
මාස දොළහ අවසානයේ දී	සරම්ප, ජර්මන් සරම්ප (රුබෙල්ලා) කම්මුල්ගාය	MMR එන්නත පළමු මාත්‍රාව
මාස දහඅට දී	කක්කල් කැස්ස, ගලපටලය, පිටගැස්ම පෝලියෝ	ත්‍රිත්ව එන්නත සිව්වන මාත්‍රාව පෝලියෝ මුඛ එන්නත සිව්වන මාත්‍රාව

අවුරුදු තුන අවසානයේ දී	සරම්ප, ජර්මන් සරම්ප (රුබෙල්ලා), කම්මුල්ගාය	MMR එන්නත දෙවන මාත්‍රාව
අවුරුදු පහ අවසානයේ දී	ගලපටලය, පිටගැස්ම පෝලියෝ	ගලපටලය, ටෙටනස් ද්විත්ව එන්නත DT පෝලියෝ මුඛ එන්නත පස්වන මාත්‍රාව
අවුරුදු දොළහ දී	පිටගැස්ම හා ගලපටලය	ATD එන්නත (වැඩිහිටි පිටගැස්ම සහ ගලපටලය)
පළමු ගර්භණී අවධිය සති දොළහට පසු	පිටගැස්ම	පිටගැස්ම එන්නත් මාත්‍රා දෙකක් (සති හතරක පරතරයක් ඇති ව)
දෙවන, තෙවන ගර්භණී අවධිවල දී සති දොළහට පසු	පිටගැස්ම	පිටගැස්ම එන්නත (මාත්‍රා දෙකක්)
අවුරුදු 15 - 44 අතර	රුබෙල්ලා	MMR එන්නත (මෙයට පෙර ලබා දී නැත්නම්)

සෞඛ්‍යයය ආරක්ෂිත බව

ළදරුවාගේ නිරෝගී බව ආරක්ෂා කිරීම සඳහා සෞඛ්‍ය හා පවුල් පෞද්ගලික ස්වස්ථතාව ගැනීම් ඉතා වැදගත් වේ. භාවිත කරන ඇඳුම් පැළඳුම් ඇඳ පිළි ආදිය පිරිසිදුව තබා ගැනීම, දරුවා දිනපතා නෑවීම ඉතා වැදගත් වේ.

දරුවා රැකබලා ගැනීමේදී මානසික්ව වර්ධනය, භෂා වර්ධනය හා චිත්තවේගීය වර්ධනය සඳහා අවස්ථාව සලසා දීම.

- මුහුණට මුහුණ බලා දරුවා සමඟ ළයාන්විත ව කථා කිරීම
- ආදරයෙන් තුරුලු කර ගැනීම, සිප ගැනීම
- නැළවිලි ගීත ගැයීම
- කතන්දර කීම
- දරුවා වචන කථා කිරීම ආරම්භ කළ විට ඒ සඳහා ප්‍රතිචාර දක්වමින් සරල වචන භාවිතයට උනන්දු කිරීම
- පරිසරය නැරඹීමට අවස්ථාව දීම
- පරිසරයේ වෙනස්කම් පිළිබඳ ව දරුවාට තේරුම් ගත හැකි වන සේ කථා කිරීම.

  උදා - ආහාර ගන්නා අවස්ථාවේ දී ආහාරයේ නම, වර්ණය, රසය ගැන කථා කිරීම

වර්ධනයන්ට අදාල අත්දැකීම් ලබා දීම

වයසට උචිත ආරක්ෂිත උපකරණ, මෙවලම්, ක්‍රීඩා භාණ්ඩ ලබාදීම හා වර්ධනයට අදාළ ක්‍රියාකාරකම් වල යෙදවීම ළදරු සංවර්ධනයට බෙහෙවින් ඉවහල් වේ.

පළමු වසර තුළ දරුවාට ලබාදිය යුතු ක්‍රීඩා උපකරණ හා අත්වන ප්‍රයෝජන

වයස	ක්‍රීඩා උපකරණයේ ස්වභාවය	සංවර්ධනය කෙරෙහි බලපෑම්
ඉපදී මුල් මාස කිහිපයේ දී	මිහිරි නාදය සමග චලනය වන වර්ණවත් ක්‍රීඩා භාණ්ඩ	• මිහිරි නාදය හා වර්ණය ප්‍රිය කරයි. • ශබ්දය එන දෙස බලයි. • අත දිගුකර අල්ලයි. • මානසික තෘප්තිය ලබයි. • ශබ්දවලට හුරු වෙයි. • සන්නිවේදන හැකියා දියුණු වෙයි. • ශබ්ද පුහුණුව නිසා භාෂා වර්ධනය සිදු වේ.
මාස 8, 9, 10	• සුරතල් සතුන්, වාහන ලෙස සකස් කළ වර්ණවත් හඬ උපදවන ක්‍රීඩා භාණ්ඩ • සැහැල්ලු වර්ණවත් බෝල වැනි ක්‍රීඩා භාණ්ඩ	• පරිසරයේ විවිධ සතුන්, වාහන වැනි දේ හඳුනා ගනියි. • දණගාමින් බෝලය පසුපස යයි.
මාස 11, 12	බිල්ඩින් බ්ලොක් වැනි වර්ණවත් ක්‍රීඩා මෙවලම්	• වර්ණයට ප්‍රිය කරයි. • ක්‍රීඩා භාණ්ඩ අල්ලමින් එකිනෙක සමග ක්‍රීඩා කර ප්‍රීතිවෙයි. • චාලක වර්ධනයට උදව් වේ. • නිර්මාණ කුසලතා වර්ධනය වේ. • භාවික වර්ධනය සිදු වේ.
මාස 12	තල්ලු කරගෙන යන කරත්ත වැනි උපකරණ	• අල්ලාගෙන ඇවිදීමට උදව් වේ • තල්ලු කර යාමෙන් සතුටු වෙයි • මානසික, චාලක, චිත්තවේගීය වර්ධනයට උදව් වේ.

අනතුරුවලින් දරුවා ආරක්ෂා කිරීම

නිවසේදී දරුවාට සිදුවිය හැකි අනතුරු

අනතුර	වැළැක්වීමට ගතයුතු පියවර
වැටීම	• තොටිල්ල දෙපස ඇති ආරක්ෂක වැටවල් වසා තැබීම • පොළොව තෙත් වූ විගස තෙතමනය වියළීම • බාධාවකින් තොරව දණගෑමට, ඇවිදීමට සුදුසු පරිසරයක් සකස්කර දීම • දරුවා වාඩිවීමේ දී, ඇවිදීමේ දී රැක බලාගන්නන්ගේ වැඩි අවධානය යොමු කිරීම
පිළිස්සීම	• දරුවාට හසුවන මට්ටමින් උණු වතුර වැනි දෑ නොතැබීම • උදුනේ ගින්දරට අත පෙවීම හෝ ගින්දර ඇඟට වැටීමට ඉඩකඩ නොතැබීම • දරුවාගේ උස මට්ටමට ඇති විදුලි කෙවෙනි ආවරණය කර තැබීම
නාසයේ, උගුරේ යමක් හිර කර ගැනීම	• දරුවාට ආහාර දීමේ දී සැලකිලිමත් වීම • ගෙබිම පිරිසිදු කර තැබීම • පබළු වැනි කුඩා දේ දරුවාට හසු නොවන සේ තැබීම • ඖෂධ වර්ග, වස විස වර්ග ආරක්ෂාකාරී ව තැබීම
ජලයෙන් සිදුවන හානි	• නිවසේ ඇති ජල පොකුණු සමීපයට යා නොහැකි සේ පරිසරය සකස් කිරීම • රැක බලාගන්නා අයගේ වැඩි අවධානය යොමු කිරීම

සාරාංශය

ළදරු අවදියේදී සිදුවන විවිධ වර්ධන ස්වභාව හඳුනාගෙන දරුවාගේ මනා සංවර්ධනය ඇති කිරීම සඳහා රැක බලා ගන්නෙකු විසින් අවධාරණය යොමු කළ යුතුය. පෝෂණය ලබා දීම, වයස් වලට අනුව ක්‍රියාකාරකම් සඳහා අවස්ථා ලබා දීම, ප්‍රතිශක්තිකරණය ලබා දීම, ස්වස්ථතාව ආරක්ෂා කිරීම, හදිසි අනතුරු වලින් වළක්වා ගැනීමටට කටයුතු සැලැස්වීම වැදගත්ය

සවියෙන් පෙරට අපි එකට

e - ඉගෙනුම් කලාපය - හොරණ

ශ්‍රේණිය	විෂය	වාරය	නිපුනතාව
11	ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව	III	13.4 - නිවැරදි පිළිවෙත් අනුගමනය කරමින් දරුවන් හදා වඩා ගනියි. පාඩම-13 - ළදරුවන් රැකබලා ගැනීම

සැකසුම : ප්‍රීතිකා කුමාරි මල්ලිකාරච්චි
බ/ප/හො ගාමිණී මධ්‍ය මහා විද්‍යාලය - ඉංගිරිය

පාඩම-13

ළදරුවන් රැකබලා ගැනීම

11 ශ්‍රේණිය

ප්‍රශ්න

1 ළදරුවාගේ පළමු වසර තුළ, කායික වර්ධනයෙහි දක්නට ලැබෙන සුවිශේෂී ලක්ෂණ **තුනක්** ලියන්න.

2 ළදරුවකුට අතිරේක ආහාර දීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු **තුනක්** විස්තර කරන්න.

3 ළදරුවකු සඳහා ලබාදිය හැකි ක්‍රීඩා භාණ්ඩ **හතරක්** නම් කර, ඒවා ළදරුවාගේ විවිධ හැකියා වර්ධනය කෙරෙහි දායක වන අයුරු පැහැදිලි කරන්න.

4 පහත සඳහන් දෑ පිළිබඳ සටහන් ලියන්න.

(a) නවජ දරුවා

(b) නිවසේ දී ළදරුවකු මුහුණ දිය හැකි අනතුරු

සවියෙන් පෙරට අපි එකට

e - ඉගෙනුම් කලාපය - හොරණ

ශ්‍රේණිය	විෂය	වාරය	නිපුනතාව
11	ගෘහ ආර්ථික විද්‍යා ව	III	13.4 - නිවැරදි පිළිවෙත් අනුගමනය කරමින් දරුවන් හදා වඩා ගනියි. පාඩම -13 - ළදරුවන් රැකබලා ගැනීම

සැකසුම : ප්‍රීතිකා කුමාරි මල්ලිකාරච්චි
බ/ප/හො ගාමිණී මධ්‍ය මහාවිද්‍යාලය - ඉංගිරිය

පාඩම-13

ළදරුවන් රැකබලා ගැනීම

11 ශ්‍රේණිය

පිළිතුරු

1 ළදරුවාගේ පළමු වසර තුළ, කායික වර්ධනයෙහි දක්නට ලැබෙන සුවිශේෂී ලක්ෂණ **තුනක්** ලියන්න.

- උස හා බර වැඩි වීම
- ඉන්ද්‍රියයන් ක්‍රමයෙන් වර්ධනය වීම
- මුල් මාස පහ වන විට උපත් බර දෙගුණයක් වීම
- අවුරුද්ද වන විට උපත් බර තුන් ගුණයක් වීම
- මාස හයක් පමණ වන විට දත් වීම ආරම්භ වීම
- අස්ථි හා මාංශ පේශි වර්ධනය
- අත් පා දිගින් වැඩි වීම

(ලක්ෂණ 3 ට - ලකුණු 3)

2 ළදරුවකුට අතිරේක ආහාර දීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු **තුනක්** විස්තර කරන්න.

- කුඩා ප්‍රමාණවලින් ආහාර ලබා දීම
- එක් වරකට එක් ආහාරය බැගින් හඳුන්වා දීම
- පෝෂණ අගය පිළිබඳ සැලකිලිමත් වීම
- පළමුව මව්කිරි සමග මිශ්‍ර කර ධාන්‍ය කැඳ ලබා දීම.
- පසුව එයට පලා වර්ග, එළවළු හා ප්‍රෝටීනමය ආහාර ක්‍රමයෙන් එකතු කිරීම.
- ලුණු, සීනි වැනි ද්‍රව්‍ය හා කුළුබඩු එක් නොකිරීම
- විවිධත්වයකින් යුත් ආහාර වර්ග ලබා දීම
- කිසියම් ආහාරයකට අසාත්මික බවක් ඇතිවේදැයි විමසිලිමත් වීම

(කරුණු 3 ක් විස්තර කිරීම - ලකුණු 03)

3 ළදරුවකු සඳහා ලබාදිය හැකි ක්‍රීඩා භාණ්ඩ **හතරක්** නම් කර, ඒවා ළදරුවාගේ විවිධ හැකියා වර්ධනය කෙරෙහි දායක වන අයුරු පැහැදිලි කරන්න.

- තල්ලු කරගෙන යන කරත්ත වැනි උපකරණ - අල්ලාගෙන ඇවිදීමට උපකාර වේ
- චාලක හැකියා වර්ධනය (දළ චාලක)
- සැහැල්ලු වර්ණවත් බෝල - වර්ණ හඳුනාගැනීමේ හැකියා, චාලක හැකියා වර්ධනය (සියුම් චාලක)
- ශබ්ද නඟන සෙලවිය හැකි ක්‍රීඩා භාණ්ඩ- ශබ්ද හඳුනා ගැනීමේ හැකියාව, චාලක හැකියා
- කතා කරන බෝනික්කන්- භාෂා හැකියා, මානසික හැකියා
- චලනය වන සතුන් වැනි ක්‍රීඩා භාණ්ඩ - චාලක හැකියා වර්ධනය

(ක්‍රීඩා භාණ්ඩයකට 1/2 බැගින් 4කට ලකුණු 02යි)
(හේතු දැක්වීමට 1/2 බැගින් ලකුණු 02 ය)
(ලකුණු 04)

(මුළු ලකුණු 10)

4 ාහත සඳහන් දෑ පිළිබඳ සටහන් ලියන්න.

(a) නවජ දරුවා

(b) නිවසේ දී ළදරුවකු මුහුණ දිය හැකි අනතුරු

නවජ දරුවා

- උපතේ සිට දින 28 ක් තුළ දරුවා - මෙලෙස හැඳින්වේ
- උපත් බර කිලෝග්‍රෑම් 2.5 - 3.5 හා දිග සෙන්ටි මීටර 50 ක් පමණ
- මාංශ පේශිවල මෘදු බව
- අත් පා වකුටු කර සිටීම
- සම රෝස පැහැතිය.
- සිනිඳු රෝම දක්නට ඇත.
- විවිධ සංවේදනයන්ට ප්‍රතීක ලෙස ප්‍රතිචාරය දක්වයි

උදා : අධික ශබ්දයට තිගැස්සේ

ආලෝකය යොමු වූ විට ඇස් පියා ගනී.

(ලකුණු 01 1/2 යි)

5 නිවසේ දී ළදරුවකු මුහුණ දිය හැකි අනතුරු

1. නාසයේ යමක් හිරවීම

2. වැටීම

3. විදුලි සැර වැදීම (බිත්තියේ පහත සවිකර ඇති පේනු ආවරණය නොකිරීම නිසා)

4. හුනු පැකට්, දත් බෙහෙත්, ඖෂධ අතට අසුවී මිරකීම හෝ කටේ දැමීම

5. ජලය මගින් විය හැකි අනතුරු

(ලකුණු 01 1/2 යි)