

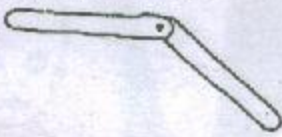
بچے کے بہتر ہونے کو ناپنے اور ریکارڈ کرنے کے آسان طریقے:

ہر بچے کی پیش رفت کا ریکارڈ رکھنا ضروری ہے۔ احتیاط سے تیار کئے گئے ریکارڈ ہر بچے میں آنیوالی تبدیلی کو محسوس کرنے اور مشورے، علاج اور سہولت فراہم کرنے والے اوزار کے پراثر ہونے کا تجزیہ کرتے ہیں۔ اور والدین اور کارکنوں کی مدد کرتے ہیں۔

ہمیں تمام شعبوں، جسمانی و ذہنی اور معاشرتی میں بچے کی پیش رفت کی ایک واضح تصویر کی ضرورت ہے۔ اس سلسلے میں بچے کے بڑھنے کا چارٹ چھوٹے بچوں کے لئے ہماری مدد کر سکتا ہے۔ پانچ سال سے کم عمر کے بچوں کی کام کرنے کی صلاحیت کا تجزیہ کرنے کے لئے اس باب کے آخر میں ایک سادہ چارٹ (ریکارڈ پرچہ 5) دیا گیا ہے۔

جب والدین اور بچہ خود باقاعدگی سے بچے کی پیش رفت کو ناپتے اور ریکارڈ کرتے ہیں تو وہ بتدریج بہتری سے زیادہ آگاہ ہو جاتے ہیں۔ اس سے ان کی حوصلہ افزائی ہوتی ہے کہ وہ اہم ورزشیں، سہولت فراہم کرنے والے اوزار اور کام جاری رکھیں۔

بدقسمتی سے جسمانی خرابیوں کو ریکارڈ کرنے کے لئے جو معیاری طریقے استعمال کئے جاتے ہیں اس کے لئے زاویوں اور علامات کے ایسے علم کی ضرورت ہوتی ہے جسے کئی لوگ نہیں سمجھ سکتے۔ اچھے تجربے کے لئے ضروری ہے کہ ہم ناپنے، ریکارڈ کرنے اور معلومات کو سمجھنے کے سادہ اور واضح طریقے اختیار کریں۔



جوڑوں کے مقام اور بگٹن ہوئے عضلوں کی پیمائش:

کلزی، پلاسٹک یا کارڈ بورڈ کے دو ہموار کٹڑے استعمال کر کے پیمائش کا ایک سادہ اوزار بنایا جاسکتا ہے۔
دونوں کٹڑوں کو ایک سرے پر جوڑیں۔
زاویے کو کاغذ پر اتاریں۔



مارچ
اپریل
مئی
جون

دیں۔



جوڑ کے ساتھ ان کو لگا

ہر ہفتے یا دوسرے ہفتے پیدہرائیں جس سے پتہ چل سکے کہ ورزش سے جوڑ کتنا سیدھا ہو رہا ہے۔

فلیکسی کن (Flexikin) پیش رفت ناپنے اور بڑھانے میں سہولت فراہم کرنے والی شے:

فلیکسی کن کارڈ بورڈ کی بنی ہوئی گڑبیا ہے جس میں جوڑ ہوتے ہیں، معذور اور صحت مند بچے اس کو بنا سکتے ہیں اور اس سے کھیل سکتے ہیں۔ ان کا استعمال اتنا آسان ہے کہ وہ والدین جو پڑھنا نہیں جانتے وہ بھی اس کے ذریعے اپنے بچے کے عضلے چھوٹے رہ جانا اور جوڑوں کے سکڑنے کو ناپ کر ریکارڈ کر سکتے ہیں۔ چونکہ وقتاً فوقتاً پیمائش تصویروں کی شکل میں ریکارڈ کی جاتی ہے اس لئے کوئی بھی ایک نظر میں بچے کی پیش رفت کو معلوم کر سکتا ہے۔

سامنے اور پیٹھ سے فلیکسی کن کے نمونے کی تصویر



ہم نے دیکھا ہے کہ جو خاندان بچے کی پیش رفت معلوم کرنے کے لئے فلیکسی کن کا استعمال کرتے ہیں تو بچہ اور والدین دونوں ایسی ورزشیں کرتے ہیں جس سے ان کا وجود پھیلتا ہے۔ نتیجتاً کئی ایسے انقباض (Contractures) ہونگے جو مکمل یا جزوی طور پر گھر میں ہی ابھیر سائے میں ڈھالنے یا آپریشن کے ٹھیک ہو جاتے ہیں۔

کھیل رہے ہیں۔ معذور بچے بھی یہ بنا سکتے ہیں۔



بچے فلیکسی کن بنا رہے ہیں اور ان سے

فلیکسی کن کے استعمال کی مثالیں



ماں فلیکسی کن کی ٹانگ کو اسی حالت میں رکھتی ہے جس میں اس کے بیٹے کی ٹانگ ہے اور اس کو ممکن حد تک موڑتی ہے پھر اس کی ٹانگ کا نقشہ ایک بڑے سٹے پر بناتی ہے۔



دیہاتی بھالی کارکنوں نے اس بچے کیلئے جس

کی ٹانگ پولیو کی وجہ سے بہت زیادہ پیچھے کی طرف مڑی ہے ایک پٹی (Brace) بنائی ہے۔ یہ جاننا چاہتے ہیں کہ اس کی ٹانگ درجہ بہ درجہ ٹھیک ہو جائے گی یعنی سیدھی ہو جائیگی۔ اس لئے انہوں نے اس کی ماں سے کہا ہے کہ ہر مہینے اس کو تپتی رہے۔

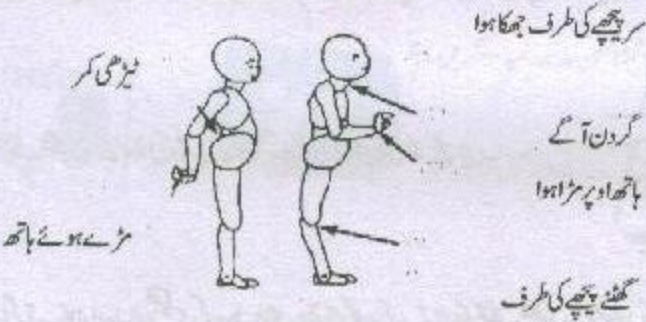
میں اس کے بیٹے نے دو مختلف پٹی کا استعمال نہیں کیا جس سے اس کا گھٹنا اور خراب ہو گیا۔ اس سے گئے۔



ہر مہینے وہ بھی کرتی ہے اور تاریخ لکھ لیتی ہے۔ (اپریل ماں بیٹا دونوں پٹی کے استعمال کی اہمیت کے قائل ہو

فلیکسی کن کو وسیع پیمانے پر استعمال کیا جا سکتا ہے مثلاً جسم کی حالت، تقاضے، پھسلے کا چھوڑنا، جانا یا جوڑوں کا سکرانا اور خاص طور پر بازوؤں اور ٹانگوں کی حرکت میں کی اور

گردن، کمر، گولہوں اور جسم کی حرکت کی حد



بچے کو دیکھتے ہوئے ریزہ کی ہڈی بنائیں

مٹھنے ایک ساتھ لگے ہوئے اور پیچ علیحدہ



ریکارڈ رکھنے کے لئے چھوٹے فلکسی کن کے استعمال کے علاوہ آپ بڑے فلکسی کن پڑھانے کے لئے استعمال کر سکتے ہیں۔

عضلے کے چھوٹے رہ جانے یا جوڑوں کے سکڑنے کا ریکارڈ رکھنے کے لئے سائڈ فلکسی کن سامنے والے فلکسی کن سے زیادہ مفید ہے۔ سائڈ فلکسی کن بنانا بھی آسان ہے۔ بچے کی پیش رفت کو ناپنے کے لئے غالباً یہ واحد فلکسی کن ہے۔



فلکسی کن کیسے بنائے جاتے ہیں۔

(1) بہت موٹے کاغذ، پتے کا رڈ بورڈ یا ایکسے کی پرانی فلم پر مختلف گلوں کی شکلوں کے نشان لگائیں۔ آپ اس کے لئے کاربن پیپر کا استعمال کر سکتے ہیں (کاغذ کو سیکے کی پنسل سے مکمل کالا کر کے آپ خود بھی کاربن پیپر بنا سکتے ہیں)۔

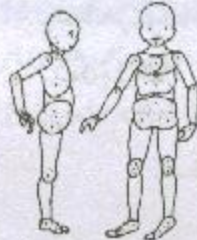


مختلف شکلوں کے نمونوں کو آپ براہ راست کارڈ بورڈ پر بھی لگا سکتے ہیں۔



اگر آپ کا ارادہ زیادہ فلکسی کن بنانے کا ہے تو ہم تجویز کرتے ہیں کہ مختلف شکلوں کے نمونوں کو براہ راست کارڈ بورڈ پر چھاپیں

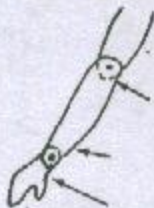
گلی میں لگا ہوا بلیڈ



(2) ان گلوں کو مضبوط قہنی یا بلیڈ سے کاٹیں

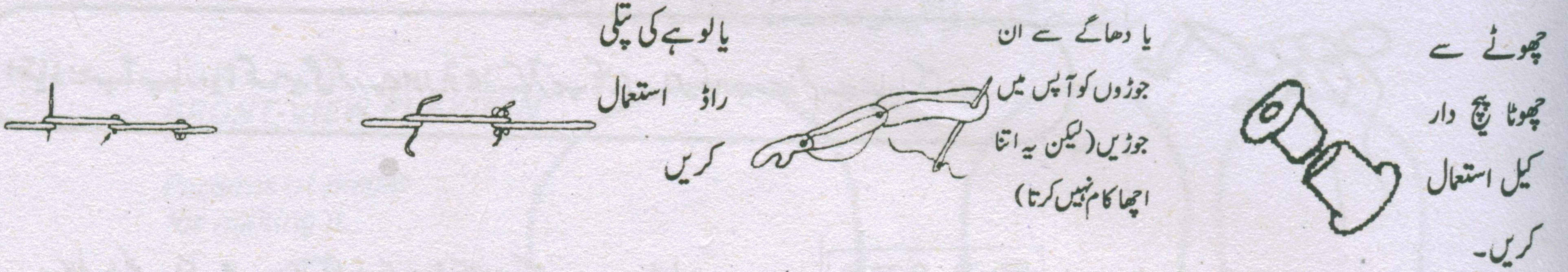
والی لکیروں کے کارڈ بورڈ مکمل لکیروں کے نیچے آئیں۔

(3) مختلف گلوں کو آپس میں جوڑیں، اس بات کو یقینی بنائیں کہ نٹوں



یہ گلوں لگائیں، اس گلوں کے پیچھے اور اس کو اس گلوں کے پیچھے لگائیں۔

(4) کالے نشانوں والی جگہوں کو دھاگے پچ دار کیل یا پن کے ذریعے آپس میں جوڑیں



یہاں پر کاٹ کر مضبوط گلو کا ایک قطرہ ڈالیں

پچ دار کیل بہترین کام کرتے ہیں پہلے نشان زدہ جگہوں پر سوراخ کریں۔ پچ دار کیلوں کو اندر ڈال کر ہتھوڑے سے اتنا مضبوط کریں کہ وہ مختلف ٹکڑوں کو بغیر پھاڑے جوڑے رکھے اور ان کو گھمایا بھی جاسکے۔

اس پرچے کی کاپی بنا کر آپ فلیکسی کن کے ساتھ والدین کو دے سکتے ہیں۔ آپ ان کو استعمال کا طریقہ بتائیں اور پھر ان کو استعمال کرتے ہوئے دیکھیں۔



فلیکسی کن کے استعمال کے لئے ہدایات :
ہم نے آپ کو فلیکسی کن مہیا کیا ہے تاکہ آپ ورزشوں اور سہولت فراہم کرنے والی اشیاء کی مدد سے اپنے بچے کی پیش رفت دیکھ سکیں۔

رناپ سکیں۔

ہم تجویز کرتے ہیں کہ آپ نئی پیمائش لیں

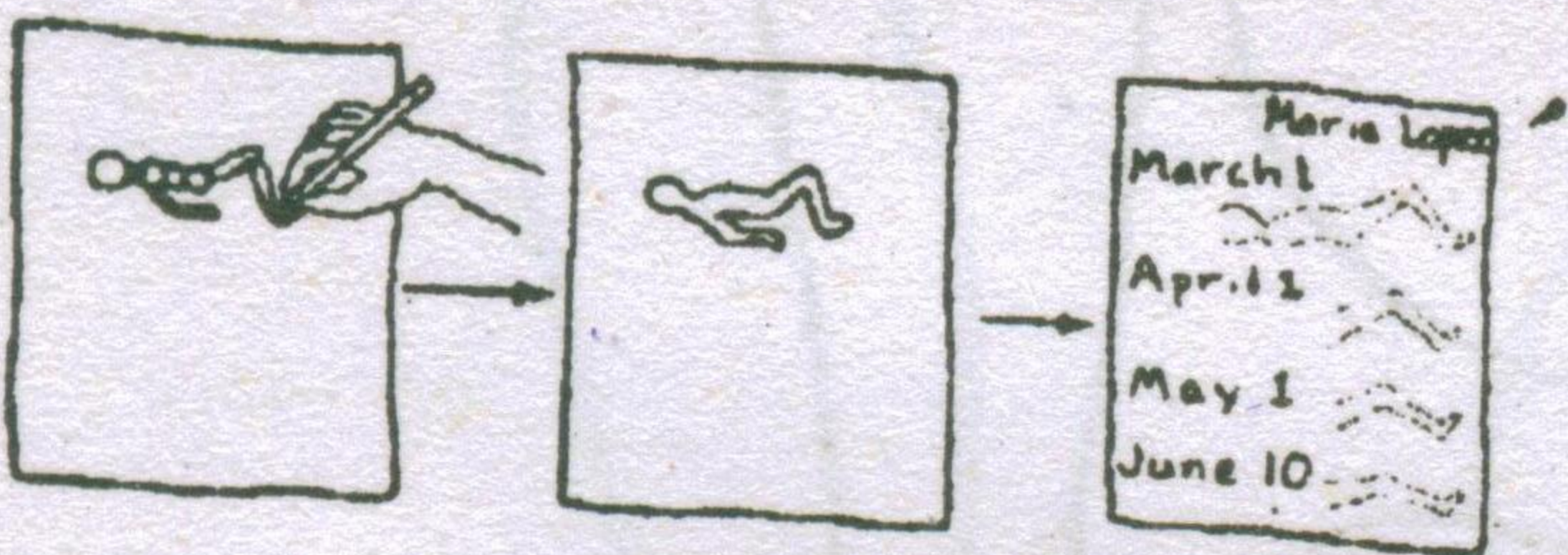
اس طرح کریں:



(1) جس حالت کو آپ ناپنا چاہتے ہیں اپنے بچے کو اسی حالت میں لائیں (مثلاً اس کا گھٹنا ممکن حد تک سیدھا کریں۔)

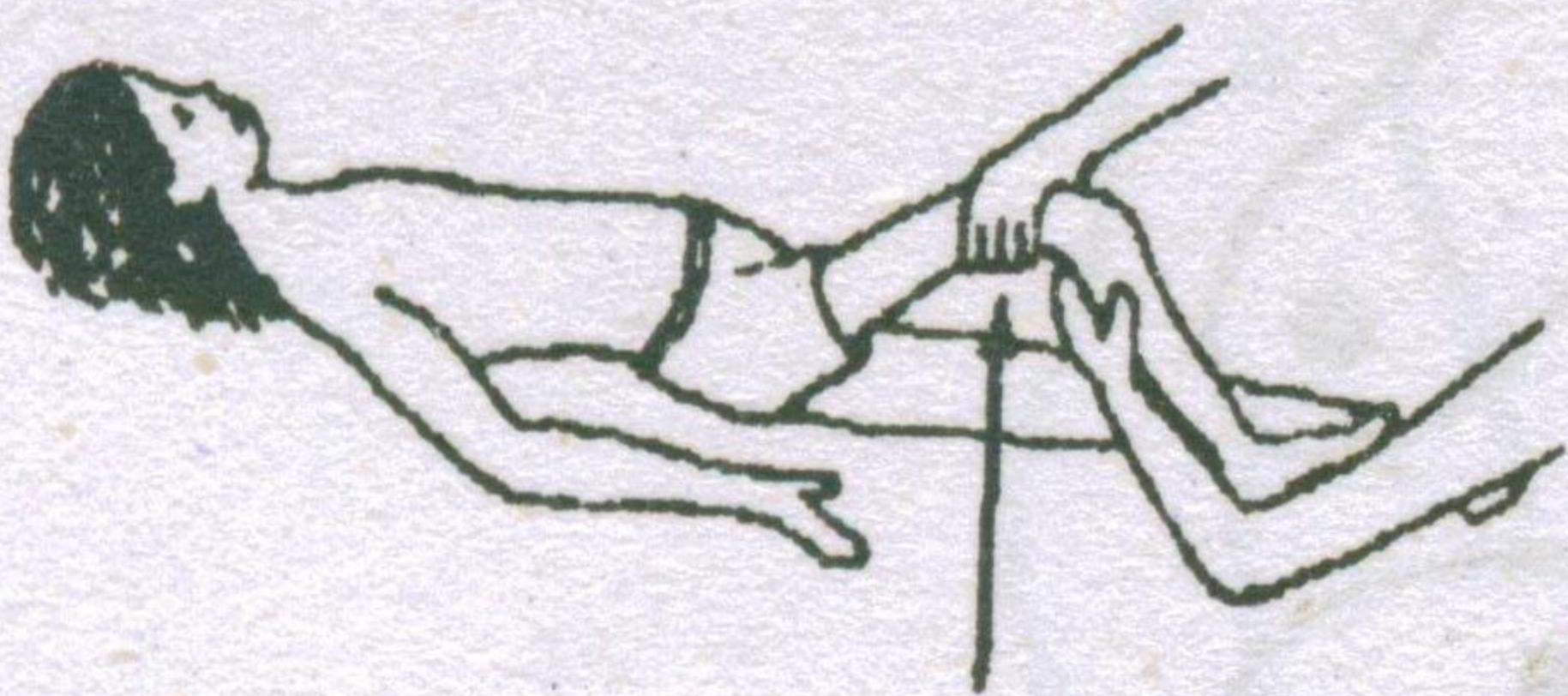
(2) فلیکسی کن کو بھی بچے والی حالت میں رکھیں فلیکسی کن کو بچے کے قریب اور اپنے آپ سے اتنا دور رکھیں کہ بچی اور فلیکسی کن ایک جتنے نظر آئیں۔ اس سے آپ کو صحیح جگہ پر لکیر بنانے میں مدد ملے گی۔

(3) فلیکسی کن کو ہلوائے بغیر کاغذ کے ایک بڑے ٹکڑے پر نشان لگائیں، پہلی دفعہ سارے جسم کے لئے نشان لگائیں ہر مرتبہ اسی حالت میں بچے کی پیمائش کریں۔



اس مثال سے پتہ چلتا ہے کہ ایک سبکڑے ہوئے گھٹنے کو کس طرح ورزشوں سے سیدھا کیا گیا۔

بعد میں آپ صرف اس حصے یا حصوں کو کاغذ پر اتاریں جو آپ ناپنا چاہتے ہیں۔ ہر مرتبہ پیمائش کی تاریخ ضرور لکھیں۔



بعض اوقات آپ یہ دیکھنا چاہیں گے کہ بچہ اپنے بازو یا ٹانگہ خود کتنا سیدھا کر سکتا ہے اور آپ کی مدد سے کتنا سیدھا کیا جاسکتا ہے۔



احتیاط: جب آپ بازو یا ٹانگہ سیدھی کر رہے ہوں تو جوڑے کے قریب پکڑیں۔ اس کی وجہ سے زخم سے بچا جاسکتا ہے۔

Part	Material	Size
Neck	Cotton	12" x 12"
Arm	Cotton	12" x 12"
Hand	Cotton	12" x 12"
Leg	Cotton	12" x 12"
Foot	Cotton	12" x 12"

دو کالم بنائیں۔ ایک میں یہ ریکارڈ کریں کہ کچھ خود کتنا ہلا سکتا ہے دوسرے کالم میں یہ لکھیں کہ کسی مدد سے بچے کتنا ہلا سکتا ہے۔

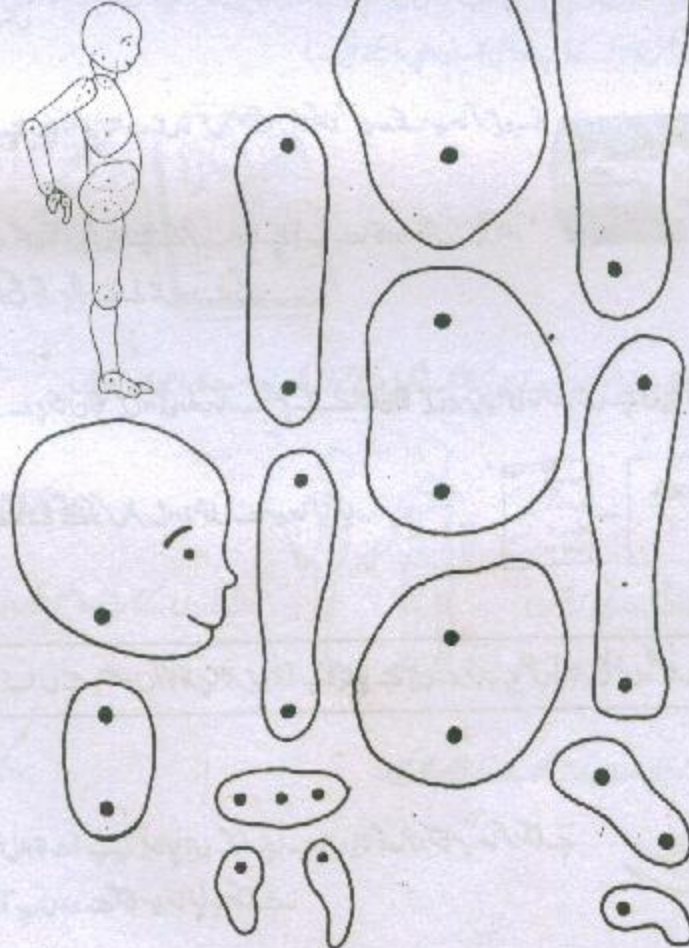
اس کو اندامی پٹی لگائی جاسکتی ہے۔

یہاں پر آپ ٹانگہ کی سیدھی ہونے کی پیش رفت دیکھ سکتے ہیں اور اب

سائیز سے فلکسی کن کی شکل اس کو بنانے کے لئے مختلف ٹکڑوں کی شکلیں

SIDE-VIEW FLEXIKIN

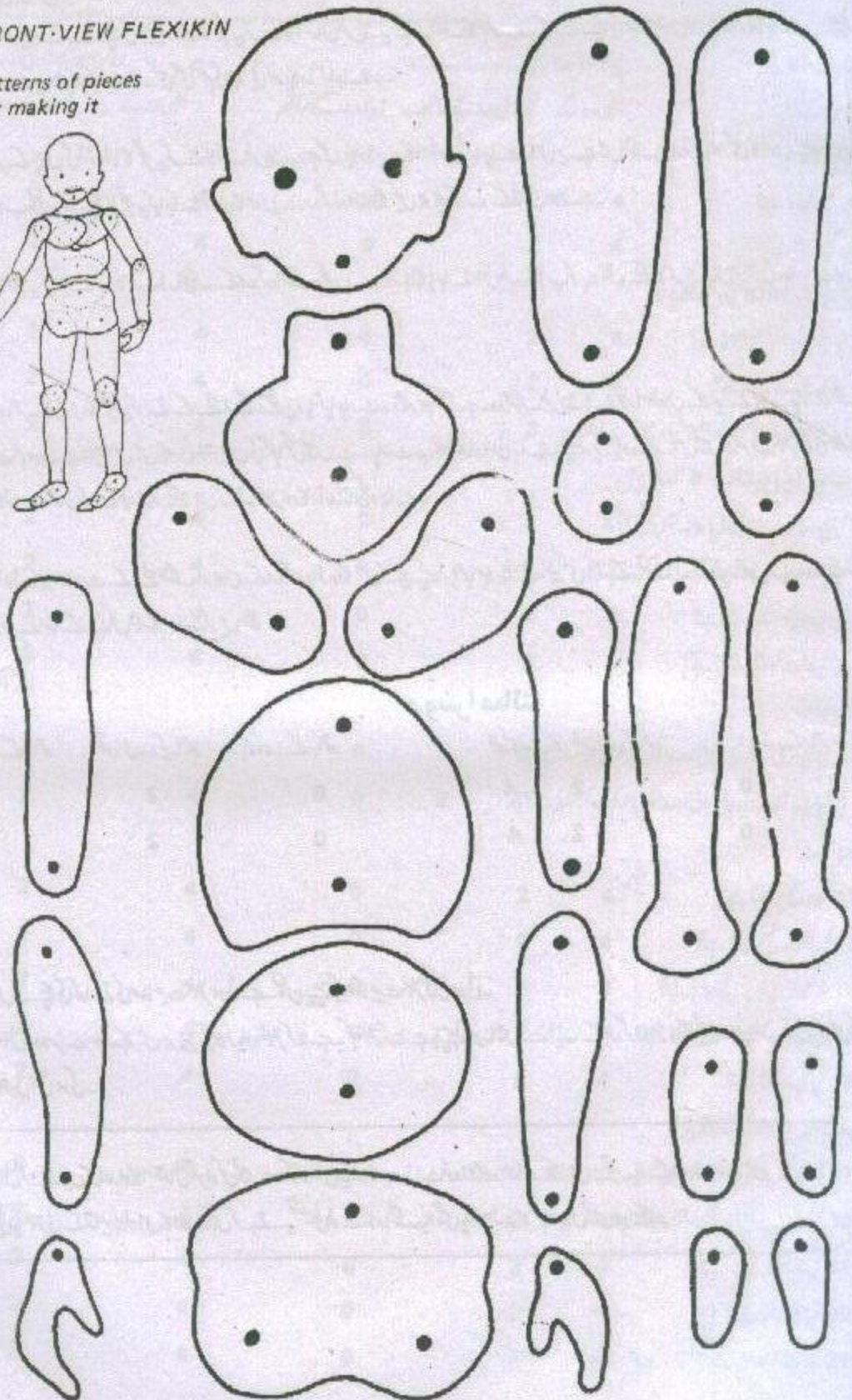
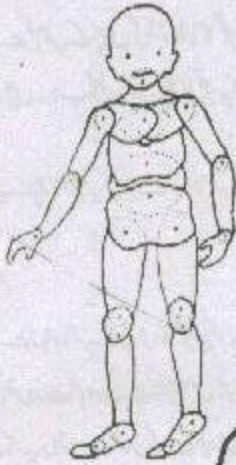
Patterns of pieces for making it



سانے سے فلکسی کن کی شکل اس کو بنانے کے لئے مختلف ٹکڑوں کی شکلیں

FRONT-VIEW FLEXIKIN

Patterns of pieces
for making it



بچے کی کلی پیش رفت کا تجزیہ:

بحالی کارکنوں اور والدین کے لئے بچے کی پیش رفت کا تجزیہ کرنے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ مختلف کام کرنے کے لئے بچے کی صلاحیتوں کا ریکارڈ رکھا جائے۔ ہر مہینے بچے کی صلاحیتوں کا جائزہ لیا جائے، میٹ یا مشاہدہ کیا جائے۔ کسی بھی قسم کی تہدیلی کو ریکارڈ کیا جائے۔

پانچ سال سے کم عمر کے بچوں کی نشوونما کا تجزیہ کرنے کا ایک طریقہ یہ ہے کہ ریکارڈ پر چہ کا استعمال کیا جائے۔ اس پر بچے میں مختلف مہارتوں اور عملی کاموں کیلئے نشوونما کے مختلف درجات دیئے گئے ہیں۔ جب کبھی دفعہ بچے کا تجزیہ کیا جائے تو ان کاموں۔ ارد گرد دائرہ لگانے جو بچہ کرنے کے قابل ہوتا ہے۔

ہر مرتبہ جب بچے کا تجزیہ کیا جائے تو مناسب ڈرائنگ کے ارد گرد مختلف رنگوں سے دائرہ لگایا جائے اس طرح آپ کو پتہ چل سکے گا کہ بچہ کہاں پر آگے جا رہا ہے اور کہاں پیچھے رہ رہا ہے۔

پانچ سال سے زیادہ عمر کے بچوں کا تجزیہ کرنے کے لئے اگلے صفحے پر دیا گیا چارٹ مددگار ہو سکتا ہے۔ دو مختلف طریقہ ہائے کار استعمال کئے جاتے ہیں۔ چارٹ الف کے لئے ذاتی رائے یا فیصلے کی ضرورت کم ہوتی ہے لیکن اس میں چھوٹی بہتریوں کی گنجائش نہیں ہے۔ چارٹ ب کا انحصار ذاتی رائے یا فیصلے پر زیادہ ہے۔ اس میں نہ صرف بہتری کی مقدار بلکہ معیار بھی دیکھا جاتا ہے۔ آپ دونوں استعمال کر کے فیصلہ کر سکتے ہیں کہ کونسا بہتر اور کارآمد نتائج دیتا ہے۔

چارٹ الف کا استعمال: ہر صلاحیت کے لئے مختلف درجوں کے ارد گرد دائرہ لگائیں کہ بچہ کیسے سرانجام دیتا ہے، بغیر کسی مدد کے۔ تھوڑی مدد کے ساتھ یا زیادہ مدد کے ساتھ۔ سارے نمبر جمع کر لیں پہلے اور دوسرے معائنے کے کل شمار کا موازنہ کریں مثلاً

دوسرا معائنہ				پہلا معائنہ		
زیادہ مدد کے ساتھ	بغیر کسی مدد کے تھوڑی مدد کے ساتھ		زیادہ مدد کے ساتھ	تھوڑی مدد کے ساتھ	مدد کے ساتھ	
0	2	4	0	2	4	بچہ کیسے کھاتا ہے؟
0	2	4	0	2	4	بچہ کیسے پیتا ہے؟

یہاں ہم دیکھتے ہیں کہ بچے کی کھانے کی صلاحیت بہتر ہوئی ہے۔ لیکن پینے کی صلاحیت بہتر نہیں ہوئی۔

چارٹ ب کا استعمال: دوسرے معائنے میں ہر چیز کیلئے زیادہ بہتر کرتا ہے۔ کم بہتر کرتا ہے یا پہلے جیسا میں سے ایک کے ارد گرد دائرہ لگائیں۔ ان سب کو جمع کر لیں کل شمار جتنا زیادہ ہوگا اتنا ہی بچے میں بہتری آئی ہوگی۔

(نوٹ) ہم یہ سوال کرتے ہیں کہ اعداد کا استعمال گمراہ کن نہیں ہو سکتا۔ لیکن یہ سوالات بذات خود اچھے رہنما ہو سکتے ہیں۔ تجزیے کے ان فارموں میں سے کوئی بھی تہدیلی یا بہتری کے تمام پہلوؤں کا احاطہ نہیں کرتے۔ یہ تفصیلی نوٹ، ڈرائنگ یا اچھی یادداشت کا ہم البدل نہیں ہو سکتے۔

ریکارڈ پروجہ 5

پانچ سال سال سے زیادہ عمر کے بچے کی پیش رفت کا تجزیہ

نام	عمر	مغزوری	پہلا معائنہ تاریخ	دوسرا معائنہ تاریخ	چارٹ الف	روزمرہ کے کام	خوراک		
			بغیر مدد کے	تھوڑی سی مدد کے ساتھ	زیادہ مدد کے ساتھ				
			بغیر مدد کے	تھوڑی مدد کے ساتھ	زیادہ مدد کے ساتھ				
			0	2	4	0	2	4	1 بچے کھاتا ہے؟
			0	2	4	0	2	4	2 بچے پیتا ہے؟
									کپڑے اور ہاتھ پیر دھونا
			0	2	4	0	2	4	3 کیا بچہ چہرہ اور جسم دھوتا ہے؟
			0	2	4	0	2	4	4 کیا بچہ کپڑے پہنتا ہے؟
			0	2	4	0	2	4	5 کیا بچہ سہولت فراہم کرنے والی اشیاء پہنتا ہے؟
									پاخانے اور پیشاب کا کنٹرول
			0	2	4	0	2	4	6 کیا بچہ صاف رہتا ہے (پاخانہ کنٹرول)؟
			0	2	4	0	2	4	7 کیا پانخانے کے بعد بچہ خود کو صاف کرتا ہے؟
			0	2	4	0	2	4	8 کیا بچہ دن کو خشک رہتا ہے؟
			0	2	4	0	2	4	9 کیا بچہ رات کو خشک رہتا ہے؟
									تحریک
			0	2	4	0	2	4	10 کیا بچہ کرسی سے چارپائی اور واپس حرکت کر سکتا ہے؟
			0	2	4	0	2	4	11 کیا بچہ زمین سے چارپائی اور واپس حرکت کر سکتا ہے؟
									حرکت
			0	2	4	0	2	4	12 ہوا ریل پر چلتا ہے؟
			0	2	4	0	2	4	13 غیر ہوا ریل پر چلتا ہے؟
			0	2	4	0	2	4	14 میز جیوں پر اوپر نیچے جاتا ہے؟
			0	2	4	0	2	4	15 پیوں والی کرسی استعمال کرتا ہے؟
			0	2	4	0	2	4	16 کیا بچہ رنگتا ہے؟
									سماجی کام گفتگو
			0	2	4	0	2	4	17 کیا بچہ گہرا کھیت کے کاموں میں مدد دیتا ہے؟
			0	2	4	0	2	4	18 کیا دوسرے بچوں کے ساتھ کھیلتا ہے؟
			0	2	4	0	2	4	19 کیا بچہ سکول جاتا ہے؟
			0	2	4	0	2	4	20 کیا بچہ بولتا ہے؟
			0	2	4	0	2	4	21 کیا بچہ اشاروں سے گفتگو کرتا ہے؟

دوسرا معائنہ تاریخ -----				پہلا معائنہ تاریخ -----		چارٹ الف
رتہ	پہلے جیسا	تھوڑا بہتر	بہت بہتر	موازنے کے لئے یہاں نوٹ لکھیں	عملی کاموں کا معیار	
4	0	2	4	-----	کیا بچہ بہتر حرکت کر سکتا ہے؟	
4	0	2	4	-----	کیا بہتر حالت میں بیٹھ سکتا ہے؟	
4	0	2	4	-----	کیا بہتر چل سکتا ہے (کم لنگھو اگر یا کم سہارے کے ساتھ؟	
4	0	2	4	-----	کیا زیادہ فاصلے تک، تیز یا آسانی سے چلا ہے؟	
4	0	2	4	-----	کولہا؟	
4	0	2	4	-----	گھٹنا؟	
4	0	2	4	-----	مخنی	
4	0	2	4	-----	کیا بچہ ایسے کام کر سکتا ہے جو وہ پہلے نہ کر سکتا تھا؟	
4	0	2	4	-----	خوراک؟	
4	0	2	4	-----	نہانا؟	
4	0	2	4	-----	کپڑے پہننا؟	
4	0	2	4	-----	پیشاب اور پاخانہ کرنا؟	
4	0	2	4	-----	کیا تھروں کیساتھ بہتر کھیلتا ہے؟	
4	0	2	4	-----	کیا بہتر انداز سے گفتگو کر سکتا ہے؟	
4	0	2	4	-----	کیا دوسرے بچوں کیساتھ بہتر رہتا ہے؟	
4	0	2	4	-----	کیا پہلے سے زیادہ خوش اور با اعتماد دکھائی دیتا ہے؟	
4	0	2	4	-----	کیا پہلے سے بہتر یاد دہا رہا ہے؟	
4	0	2	4	-----	کس طرح؟	

☆☆☆☆☆☆☆☆