

कला और शिल्प गतिविधियां

एमडीवीआई से ग्रस्त बच्चों के लिए घर पर की जाने वाली कला से संबंधित गतिविधियां

हाथ जो रंगों का उपयोग करके व्यक्त करते हैं

हम में से कई, जब हम छोटे थे और आज भी, कला और शिल्प से संबंधित विभिन्न गतिविधियां करना पसंद करते हैं। यही बात दृष्टि दिव्यांगता और बहू दिव्यांगता (एमडीवीआई) से ग्रस्त बच्चों के लिए भी लागू होती है।

जब हम कला और शिल्प से संबंधित गतिविधियों के बारे में सोचते हैं, तो कई गतिविधियां होती हैं जिन पर हम विचार कर सकते हैं, - यह गतिविधियां रंग या पेंटिंग से संबंधित हो सकती हैं जिसमें विभिन्न सामग्रियों का उपयोग कर सकते हैं।

एमडीवीआई से ग्रस्त कई बच्चे कला और शिल्प से संबंधित गतिविधियों को करना पसंद करते हैं। माता-पिता और देखभाल करने वाले बच्चों को घर पर इन गतिविधियों में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित कर सकते हैं, यह एक तरीका है जिससे हम बच्चों को ऐसी गतिविधियों में शामिल कर सकते हैं जो मजेदार हैं और साथ ही साथ सीखने का एक शानदार तरीका भी है।

कला और शिल्प की गतिविधियां बच्चों को रचनात्मक बनाने, अन्य बच्चों और व्यक्तियों के साथ और परिवार के अन्य सदस्यों के साथ मेलजोल बढ़ाने और उनकी भावनाओं को व्यक्त करने का अवसर प्रदान करती हैं। वे विभिन्न अवधारणाओं को भी सीख सकते हैं जैसे विभिन्न रंगों और बनावटों को समझना, और हाथों का उपयोग किसी चीज़ को पकड़ने के लिए करना और अन्य कार्यों के लिए भी हाथों का कुशलतापूर्वक उपयोग करना सीख सकते हैं। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि इन गतिविधियों की वजह से बच्चे आनंद प्राप्त करेंगे!

कला और शिल्प गतिविधियों के लिए विभिन्न प्रकार की सामग्री जैसे क्रेयॉन, पानी के रंग, फूलों की पंखुड़ियां, कागज / रंगीन कागज का उपयोग किया जा सकता है। कुछ बच्चों के लिए, क्रेयॉन या पेंटब्रश को पकड़ना चुनौतीपूर्ण हो सकता है। अगर बच्चे को छोटी वस्तुओं को पकड़ना या उँगलियों

का उपयोग करना मुश्किल लगता है, इस परिस्थिति में, घर पर आसानी से उपलब्ध वस्तुओं का उपयोग किया जा सकता है जैसे कि सब्जियां, फल या शेविंग ब्रश जो बच्चे को पकड़ना और रंगों की गतिविधि के लिए इस्तेमाल करना आसान होगा।

क्रेयॉन का उपयोग करके की जाने वाली गतिविधियां

एमडीवीआई से ग्रस्त कुछ बच्चे क्रेयॉन का उपयोग करना पसंद करते हैं। ऐसे में माता-पिता और देखभाल करने वाले बच्चे को विभिन्न प्रकार की रंग गतिविधियों में क्रेयॉन का उपयोग करने के लिए प्रोत्साहित कर सकते हैं। माता-पिता बच्चे के लिए परिचित वस्तुओं या परिचित लोगों के सरल चित्र बच्चे के साथ बना सकते हैं और धीरे-धीरे विभिन्न घटनाओं / दृश्यों या अनुभवों (जैसे बगीचा, समुद्र तट, मंदिर, घर और अन्य) का उपयोग कर सकते हैं।



बच्चा अपने पसंदीदा रंग का चयन कर सकता है और कभी चित्र को वास्तविक वस्तु के रंग से मिला कर देख सकता है। उदाहरण के लिए, तस्वीर में हम एमडीवीआई से ग्रस्त एक छात्र को सेब रंगते हुए देख सकते हैं। बच्चे वस्तु और चित्र का रंग मिला पाए इसलिए आप शुरुवात में बच्चे को वस्तु या एक असली सेब दिखा सकते हैं और बच्चा सेब के रंग को देखते हुए उस चित्र में उसी रंग का चयन करके भर सकता है। इस तरह बच्चा सेब के रंग के बारे में भी सीख रहा है और विविध प्रकार के रंगों के को क्रेयॉन में से चुनने की प्रक्रिया से रंगों को मिलाना भी सीखता है।

माता-पिता और देखभाल करने वाले बच्चे को किसी पसंदीदा फल या वस्तु का चयन करने के लिए दे सकते हैं, जिससे बच्चा संभवतः रंग की गतिविधि को करने के लिए बहुत प्रेरित होगा।

कृपया याद रखें:

- यदि बच्चों के पास कुछ अवशिष्ट दृष्टि है तो बच्चे क्रेयॉन का उपयोग कर सकते हैं।
- यदि क्रेयॉन को पकड़ना बच्चे के लिए मुश्किल हो तो आप क्रेयॉन पर धागा (थ्रेड) / रबर बैंड बांधकर उसे मोटा बना सकते हैं। इससे बच्चे को क्रेयॉन पकड़ने में मदद मिल सकती है। यदि मोटे मार्कर आसानी से उपलब्ध हैं तो उनका भी उपयोग किया जा सकता है।
- चित्रों की बाहरी सतह को धागे या पेन के द्वारा उभारा जा सकता है (एक सीमा रेखा खींचना) जिससे बच्चे को चित्र बेहतर देखने में मदद हो सकती है और उसे यह भी जानने में मदद मिल सकती है कि उसे कहां रंग भरना है।

पानी के रंगों का उपयोग करके की जाने वाली गतिविधियां

माता-पिता और देखभाल करने वाले पानी के रंगों का उपयोग करके बच्चे को रंगों की गतिविधियों में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित कर सकते हैं। बच्चा कई तरीकों से भाग ले सकता है - उंगली से चित्रकारी करना (फिंगर पेंटिंग), अंगूठे की पेंटिंग, सब्जियों का उपयोग करके पेंटिंग करना और अपनी पसंद और जरूरतों के आधार पर किसी अन्य तरीके से।



रंगों की गतिविधि के लिए अन्य घरेलू सामग्री का कैसे उपयोग किया जा सकता है?

कुछ बच्चे अपने हाथों पर रंग लगा होना पसंद नहीं करते हैं और कुछ बच्चों को अपने हाथों को गीला या चिपचिपा रखना पसंद नहीं होता। घर पर जो सब्जियां आसानी से उपलब्ध हो वह रंग की गतिविधि में इस्तेमाल की जा सकती हैं।



उदाहरण के लिए, प्याज, आलू, भिंडी और करेले का उपयोग आसानी से रंगों की गतिविधियों के लिए किया जा सकता है। यदि रंग घर पर उपलब्ध नहीं हैं, तो आप हल्दी और सिंदूर भी इस्तेमाल कर सकते हैं।



चित्र अनुसार, माता-पिता और देखभाल करने वाले आलू पर विभिन्न आकृतियां बना सकते हैं और बच्चे अपनी पसंद के अनुसार विभिन्न रंगों का इस्तेमाल करके इसका उपयोग कर सकते हैं।

कृपया याद रखें:

- बच्चे को सहायता की आवश्यकता हो सकती है। माता-पिता और देखभाल करने वाले आवश्यक रूप से सहायता प्रदान कर सकते हैं - हैंड अंडर हैंड (माता या पिता के हाथ के ऊपर बच्चे का हाथ) या हैंड-ओवर-हैंड सहायता (बच्चे के हाथ के ऊपर माता या पिता का हाथ), कलाई पर सहायता, या रंग गतिविधि को करने के लिए मौखिक संकेत के रूप में सहायता दे सकते हैं।
- पर्याप्त समय दें और इसे बच्चे और परिवार के अन्य सदस्यों के लिए एक आनंददायक, सुखद गतिविधि होने दें। एमडीवीआई से ग्रस्त बच्चे के लिए यह गतिविधि और भी सुखद होगी जब बच्चे का भाई या बहन भी बच्चे के साथ इस गतिविधि को करने में शामिल होंगे।
- सुनिश्चित करें कि बच्चा अपने मुंह में रंग न डाले। यदि बच्चे को अपने मुंह में हाथ डालने की आदत है, तो आप हल्दी या पालक और धनिया के पत्तों का गाढ़ा पेस्ट जैसे पदार्थों का उपयोग कर सकते हैं। ये खाद्य सामग्री बच्चे के लिए हानिकारक नहीं हैं और इन पदार्थों के द्वारा सुन्दर रंग भी बनाये जा सकते हैं।
- जब बच्चा रंग करने वाली गतिविधि करता है, हमेशा बच्चे के पास एक साफ कपड़ा रखें, जिसका उपयोग बच्चा हाथों को पोंछने के लिए कर सकता है।
- बच्चे को रंग गतिविधि के बाद हाथ धोने के लिए प्रोत्साहित करें। [इस गतिविधि में सार्थक रूप से MDVI से ग्रस्त बच्चे को कैसे जोड़ा जाए, इस पर विचारों के लिए पर्किन्स इंडिया का हैंडवाशिंग वीडियो देखें](#)।

