शैशवावस्था में शारीरिक विकास

(PHYSICAL DEVELOPMENT IN INFANCY)

क्रो एवं क्रो (Crow and Crow) (Child Psychology. Chapter III) के अनुसार, शैशवावस्था में शारीरिक विकास निम्न प्रकार से होता है -

1. **भार** (Weight) जन्म के समय और पूरी शैशवावस्था में बालक का भार बालिका से अधिक होता है। जन्म के समय बालक का भार लगभग 7-15 पौड़ और बालिका का भार लगभग 7-13 पौढ़ होता है। पहले 6 माह में शिशु का भार दुगुना और एक वर्ष के अन्त में तिगुना हो जाता है । दूसरे वर्ष में शिशु का भार केवल 112 पौढ प्रति मास के हिसाब से बढ़ता है और पांच वर्ष के अन्त में 38 एवं 43 पौड़ के बीच में होता है।
2. **लम्बाई** (Length)- जन्म के समय और सम्पूर्ण शैशवावस्था में बालक की लम्बाई बालिका से अधिक होती है। जन्म के समय बालक की लम्बाई लगभग 205 इंच और बालिका की लम्बाई 203 इंच होती है। अगले 3 या 4 वर्षों में बालिकाओं की लम्बाई बालकों से अधिक हो जाती है। उसके बाद बालकों की लम्बाई बालिकाओं से आगे निकलने लगती है। पहले वर्ष में शिशु की लंबाई लगभग 10 इंच और दूसरे वर्ष में 4 या 5 इंच बढ़ती है। तीसरे, चौथे और पांच वर्ष में उसकी लम्बाई कम बढ़ती है।
3. **सिर व मस्तिष्क** (Head and Brain) नवजात शिशु के सिर की लम्बाई उसके शरीर की कुल लम्बाई की 1/4 होती है। पहले दो वर्षों में सिर बहुत तीव्र गति से बढ़ता है, पर उसके बाद गति धीमी हो जाती है। जन्म के समय शिशु के मस्तिष्क का भार 350 ग्राम होता है और शरीर के भार के अनुपात में भर दो वर्ष में दुगुना और 5 वर्ष में शरीर के कुल भार का लगभग 80% हो जाता है।
4. **हड्डियों** (Bones) नवजात शिशु की हड्डियां छोटी और संख्या में 270 होती है। सम्पूर्ण शैशवावस्था में ये छोटी. कोमल, लचीली और भली प्रकार जुड़ी हुई नहीं होती है। ये कैलशियम फास्फेट और अन्य खनिज पदार्थों की सहायता से दिन-प्रतिदिन कड़ी होती चली जाती है। इस प्रक्रिया को अस्थीकरण या अस्थी निर्माण (Ossification) कहते हैं। बालकों की तुलना बालिकाओं में अस्थीकरण की गति तीव्र होती है।
5. **दाँत** (Teeth) छठे माह में शिशु के अस्थायी या दूध के दाँत निकलने आरम्भ हो जाते हैं। सबसे पहले नीचे के अगले दाँत निकलते हैं और एक वर्ष की आयु तक उनकी संख्या ८/ हो जाती है। लगभग 4 वर्ष की आयु तक शिशु के दूध के सब दौत निकल आते है।

6. **अन्य अंग** (Other Organs) नवजात शिशु की मांसपेशियों का भार उसके शरीर के कुल भार का 23% होता है। यह भार धीरे-धीरे बढ़ता चला जाता है। जन्म के समय हृदय की धड़कन कभी तेज और कभी धीमी होती है। जैसे-जैसे हृदय बड़ा होता जाता है, वैसे-वैसे घड़कन में स्थिरता आती जाती है। पहले माह में शिशु के हृदय की धड़कन 1 मिनट में लगभग 140 बार होती है। लगभग 6 वर्ष की आयु में इनकी संख्या घटकर 100 हो जाती है। शिशु के शरीर के ऊपरी भाग का लगभग पूर्ण विकास 6 वर्ष की आयु तक हो जाता है। टाँगो और भुजाओं का विकास अति तीव्र गति से होता है। पहले दो वर्षों में टांग ड्यौदी और भुजायें दुगुनी हो जाती है। शिशु के यौन सम्बन्धी अगों का विकास अति मन्द गति से होता है।
7. **विकास का महत्त्व** (Importance of Development) तीन वर्ष की आयु में शिशु के शरीर और मस्तिष्क में सन्तुलन आरम्भ हो जाता है, उसके शरीर के लगभग सब अग कार्य करने लगते है और उसके हाथ एवं पैर मजबूत हो जाते हैं। फलस्वरूप, जैसा कि स्टंग (Strang) (n. 136) ने लिखा है- "**शिशु अपने नैतिक गृह-कार्यों में लगभग आत्म-निर्भर हो जाते हैं। पाँच वर्ष के अन्ततक अनेक शिशु पर्याप्त स्वतन्त्रता और कुशलता प्राप्त कर लेते हैं।**"