



حکومت کرناٹک

محکمہ اسکولی تعلیم

کھیلو - سیکھو

درسی و مشقی کتاب

صحت اور ماحول

2

دوسری جماعت

حصہ دوم

PART-2

سمگر اشکشنا کرناٹک
نرپاتنگاروڈ
بنگلور-560001

ادارہ درسی کتاب کرناٹک
6واں کراس بلیشورم
بنگلور-560003

میرے آموزشی مضامین

جماعت-2

حصہ دوم

صفحہ نمبر	سرگرمیوں کی تعداد	عنوان	سنگ میل
1- 5	1.1 تا 1.15	کھیل کے قوانین	5
6 - 11	2.1 تا 2.6	ہماری حفاظت	6
12 - 18	3.1 تا 3.7	پیشے	7
19 - 27	4.1 تا 4.9	میری صلاحیت	8
28 - 33	5.1 تا 5.9	تاثر- فرق	9
34 - 40	6.1 تا 6.7	میرا فرض	10
41		قدربیائش و آموزشی ماحصل	



5.1 مختلف کھیل - سبق

5

ہدایت :- تصویر پر غور کریں گے کھیلوں کے نام بتائیں گے۔



- (1) تصویر میں بچے کون کون سے کھیل کھیل رہے ہیں؟
- (2) آپ نے کونسی کون سے کھیل کھیلے ہیں؟ سوچ کر بتائیں۔
- (3) اپنے پسندیدہ کسی ایک کھیل کے متعلق وضاحت کریں۔
(اپنے بڑوں سے ان کے دور کے کھیلوں سے متعلق جانیں۔
ایسے کریں: معلومات اکٹھا کریں اور اپنی جماعت میں پیش کریں۔)

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



5.2 کھیلوں کی ہدایات - عمل



ہدایت:- ان تصاویر پر غور کرتے ہوئے ان کے قوانین جان کر ہم بھی کھیلیں گے۔



- (1) اس کھیل کا نام کیا ہے
- (2) اس کھیل کے لئے کون کون سی اشیاء درکار ہیں؟
- (3) اس کھیل کے اصول بیان کرو۔

- (1) آپ کیا چوکا بارا کھیل کھیلے ہو؟
- (2) اس کھیل کو کتنے لوگ بیک وقت کھیل سکتے ہیں؟
- (3) اس کھیل کو جیتنے کے کیا اصول ہیں؟



- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



5.3 کھیلوں کے قوانین

5

ہدایت:- کھوکھو کھیل میں استعمال ہونے والے قوانین اپنے استاد سے معلوم کریں گے۔



ایسے کریں: خواتین کے مطابق کھیل کھیلنے کے بعد اس سوالات کے جواب دو۔

- کھوکھو کھیل میں ہر ٹیم کے لئے درکار کھلاڑیوں کی تعداد-----
- کھوکھو کھیلنے کے لئے درکار ستونوں کی تعداد-----
- میدان پر ایک وقت پکڑ سے بچنے والے کھلاڑیوں کی تعداد-----
- آپ اپنے کن ساتھیوں کے ساتھ یہ کھیل کھیلنا پسند کرو گے؟ ان کے نام یہاں درج کریں،

-----،-----،-----،-----،-----
-----،-----،-----،-----،-----

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



5.4 سُر-تال پر مبنی کھیل

5

ہدایت:- اس طرح کے کھیل کھیلنے کی مشق کریں گے۔



- ساتھیوں کے ساتھ مل کر تال کے ساتھ انہیں کھیلنے کی مشق کریں۔
- تصویروں میں بتلائے گے کسی ایک کھیل کو کھیلنے کی مشق کرو۔
- اپنے ساتھیوں کے ساتھ سُر تال کے کھیل اجتماعی طور پر مدد سے کے میدان میں مظاہرہ کریں۔۔

☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔

☐ مجھے مدد چاہیئے۔

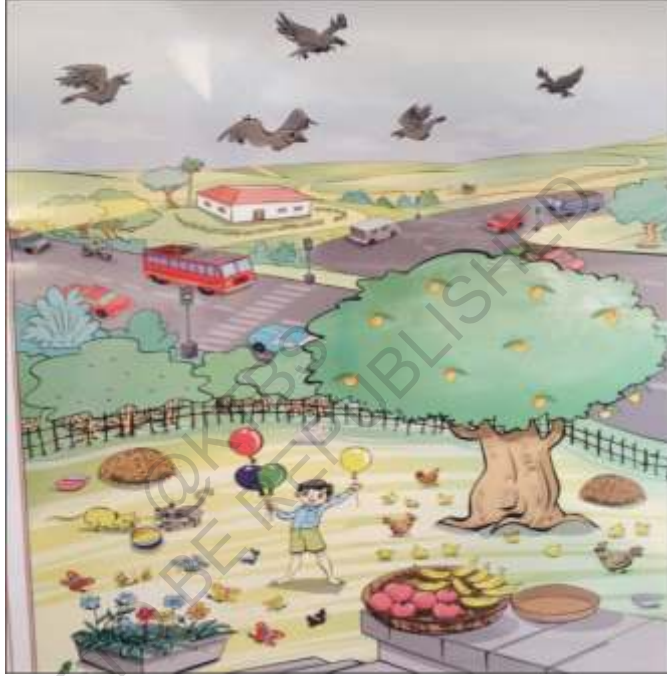
دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



5.5 دیکھو-گنتی کرو-لکھو

5

ہدایت:- تصویر پر غور کریں گے اور اس میں موجود تصاویر کی تعداد گنتی کر لکھیں گے۔



1. تصویر میں اُڑ رہے پرندوں کی تعداد-----
2. آم کی تعداد-----
3. درختوں کی کل تعداد-----
4. پھولوں کی تعداد-----
5. غباروں کی تعداد-----
6. بلیوں کی تعداد-----

اس طرح کریں:- اپنے گھر کے اطراف موجود پودے پیڑ، نیل، جانور، پرندے
گھر اور دکان وغیرہ گن کر لکھیں۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



6.1 تصویر دیکھو۔ بات کرو



ہدایت :- تصویر دیکھ کر ان سواریوں سے ملنے والی مدد پر گفتگو کریں گے۔



- ان سواریوں کو کیا آپ نے دیکھا ہے؟ تو کہاں؟
- ان سواریوں کو کن مواقعوں پر استعمال کیا جاتا ہے؟
- ان سے رابطہ کن فون نمبروں کے ذریعہ کیا جاتا ہے؟

- مجھے معلوم ہوا ہے۔ ☐
- مجھے مدد چاہیئے۔ ☐

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



6.2 ہوشیار! ہوشیار!



ہدایت:- تصویر دیکھیں جواب دیں۔



- ان دونوں تصاویر سے غلط پیغام مل رہے ہیں۔ کیا آپ ان کا پتہ لگا سکو گے؟
- اگر ہم ایسی حرکتیں کریں گے تو اس سے کیا خطرات لاحق ہوں گے؟ بحث کرو۔

مجھے معلوم ہوا ہے۔

مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



6.3 علاماتی صورتِ حال



ہدایت:- نیچے دئے گئے الفاظ کا استعمال کرتے ہوئے جملے مکمل کریں گے۔

سائیکل پارک، رُک گئے، ہیلمیٹ، سرخ، حادثاتی حلقہ، سائیکل، دائیں، بائیں، تیار ہو گئے، آگے بڑھ گئے، اسکول، حسن، اِرم، کھدائی کا کام، سبز، زرد، دونوں

پہنے _____ اور _____

پر سوار ہو کر چلے۔ _____

پار کرتے ہوئے ان علامت کو دیکھ کر _____

پار کرنے کے بعد _____

پہنچ گئے۔ _____

پار کرنے کے بعد _____

پہنچ گئے۔ _____

پار کرنے کے بعد _____

پہنچ گئے۔ _____

ایسے کریں:

- اسکول سے گھر لوٹتے ہوئے یا کہیں باہر جانے پر راستے پر نظر آنے والی علامات پر غور کیا ہے۔ اپنے دوستوں کے ساتھ ان پر بحث کرو۔

مجھے معلوم ہوا ہے۔

مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



6.4 ہوشیار! خطرہ لاحق ہے!

6

ہدایت:- تصویر پر غور کرتے ہوئے یہاں جو نظر آرہا ہے اس کی وضاحت کریں گے۔



- آپ نے اس طرح کی خطرناک حرکتوں کو کہاں دیکھا ہے۔ سوچ کر بتائیں۔
- ہر ایک تصویر پر غور کریں۔، لاحق ہونے والے خطرات کے متعلق استاد سے بحث کریں۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :

دوسری جماعت - صحت اور ماحول 27-2026



6.5 کس کے لئے کونسا؟



ہدایت:- دی گئی تحفظی تختیوں پر غور کرتے ہوئے اور تصاویر کے ساتھ ان تختیوں کے صحیح نمبر لکھیں گے۔



1



2



3



4



5



6

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔



6.6 یہ میں جانتا ہوں

6

ہدایت:- صحیح بیانات کے آگے  نشان اور غلط بیانات کے آگے  نشان لگائیں گے۔

نمبر شمار	بیانات		
01	ہفتہ میں ایک دفعہ ناخن تراشتا / تی ہوں۔		
02	نوکیلی اشیاء کا استعمال احتیاط کے ساتھ کرتا / تی ہوں۔		
03	چاقو کے ساتھ کھیلتا / تی ہوں۔		
04	راستے کے درمیان سائیکل چلاتا / تی ہوں		
05	کھلے کنویں کے قریب جاتا / تی ہوں۔		
06	سوار یوں میں سفر کرتے ہوئے اپنا سریا ہاتھ باہر لہراتا / تی ہوں۔		
07	ٹر افک قوانین پر عمل کرتا / تی ہوں۔		
08	برقی تار، سوئچ بورڈ سے دور ہٹ جاتا / تی ہوں۔		
09	دوستوں کے ساتھ تیرنے جاتا / تی ہوں۔		
10	کتابوں اور نوٹ بک کے صفحات کو ضائع کئے بغیر حفاظت کرتا / تی ہوں۔		
11	لیمو پانی کا شربت میں خود بناتا / تی ہوں۔		
12	میرے جوتے / شوکا لیس میں خود باندھ لیتا / لتی ہوں۔		

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



7.1 انہیں یاد رکھو اور ان کا ادب کرو



نوماہ پیٹ میں رکھنے کے بعد
جنم دے کر پالنے والی ماں کو سلام



بچپن سے تعلیم سے عقل سلیم
سے نوازنے والے
اُستاد کو سلام



محنت و مشقت سے
کھانا دینے والے
کسان کو سلام



بہت محنت سے پال پوس کر
بڑھا کرنے والے
ابا کو سلام

مختلف بیماریوں سے
نجات دلانے والے
ڈاکٹر کو سلام

ہر وقت ملک کی
حفاظت کرنے والے
فوجیوں کو سلام

ماخوذ

• ہمیں کس کس کو یاد رکھتے ہوئے ان کا اور احترام کرنا چاہیے؟ بحث کرو۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :

دوسری جماعت - صحت اور ماحول 27-2026



7.2 کس کے لئے کون؟



ہدایت:- تصویر دیکھیں اور سوالات کے جواب دیں گے۔

یہ شخص بیماری میں مبتلا ہے اس کو کسی کی مدد درکار ہے؟	ایک گاؤں سے دوسرے گاؤں سفر کرنے کے لئے لوگوں کو کس کی ضرورت پڑتی ہے۔
یہ اجناس ہمارے گھر پہنچنے میں کون کون مدد کرتے ہیں؟	مدرسہ میں ہماری آموزش کے لئے کس کی مدد چاہیئے؟

• ذرا سوچئے:

ایک گلاس پانی ہم تک پہنچانے کے لئے کس کس کی مدد درکار ہے اس پر بحث کریں گے۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



7.3 میں ان جیسا بنوں گا / گی

7

ہدایت:- آئیے جانتے ہیں کہ نیچے دی گئی تصاویر میں موجود خدمات کو ہم تک پہنچانے میں کن پیشوں کی ضرورت ہے۔



- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



7.4 فوراً حل بتاؤ

7

ہدایت:- درج ذیل خطرناک صورتِ حال کے لئے فوری حل بتلاتے ہوئے لکھیں گے۔

نمبر شمار	صورتِ حال	آپ کیا کرو گے؟
1	آگ سے جلنے پر۔	
2	چاقو سے کٹ کر انگلی زخمی ہونے پر۔	
3	پیر میں کانٹا چبھنے پر۔	
4	پانی کے سمپ کے قریب کسی بچہ کو کھیلتا دیکھنے پر۔	
5	آنکھ میں دھول، مٹی، کچرا چلے جانے پر۔	
6	آپ کے دوست کا پیر پھسل کر گر جانے پر۔	
7	کسی انجان شخص کے چاکلیٹ یا دیگر کھانے کی چیزیں دینے پر۔	
8	برقی تار کو زمین پر پڑا دیکھنے پر۔	
9	شہد کا چھتہ دیکھنے پر۔	

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



7.5 ایسا بھی کریں گے

7

ہدایت:- ان تصاویر پر غور کریں گے۔ خطرناک صورتِ حال سے گفتگو کریں گے۔



• معقول تحفظی اقدام پر ✓ کا نشان اور غلط پر ✗ کا نشان لگائیں گے۔

1.	رکی ہوئی سواریوں کے پیچھے نہیں کھیلیں گے۔
2.	بلیڈ لیکر پنسل نہیں تراشیں گے۔
3.	تیز دار چاقو کا احتیاط سے استعمال کریں گے۔
4.	گرم برتنوں کو ننگے ہاتھ نہیں چھوئیں گے۔
5.	برقی سوئچ بورڈ میں انگلیاں ڈالیں گے۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



7.6 میرے اپنوں کے پیشے

7

ہدایت:- آپ کے گھر میں بڑوں کے پیشوں کے متعلق معلومات اکٹھا کریں اور ذیل میں درج کریں۔

نمبر شمار	کنپے کے افراد کے نام	کتنے جانے والے پیشے

- آپ مستقبل میں کیا بنو گے؟ بحث کریں
- اپنے چند پسندیدہ کسی پانچ پیشوں کے نام دی گئی خالی جگہ میں لکھیں۔

نمبر شمار	آپ کے پسندیدہ پیشے

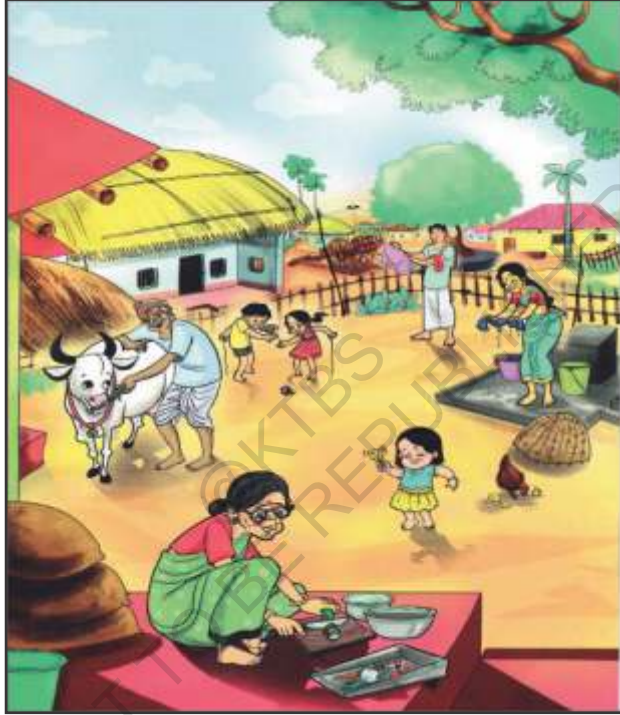
دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



7.7 میرا کام میرا فخر

7

ہدایت:- تصویر پر غور کریں گے اس سے متعلق گفتگو کریں گے۔



1. آپ گھر میں کون کون سے کام کرتے ہو؟

2. آپ کے گھر میں دیگر افراد کون سے کام کرتے ہیں؟

3. گھر کے اندر والے کام کون سے ہیں؟

4. گھر کے باہر والے کام کون سے ہیں؟

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



8.1 ہم سب ایک ہیں

8

ہدایت:- تصویر پر غور کرتے ہوئے اور اس سے متعلق گفتگو کریں گے۔



- ان دونوں تصاویر میں موجود فرق کیا ہے؟ معلوم کریں۔
- ہماری اسکول میں اس طرح کے ساتھی ہوں تو ہمیں کس طرح ان کی مدد کرنی چاہیے۔
- سب مل جل کر اس طرح کھیلنے کے متعلق آپ کیا کہتے ہو؟

☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔

☐ مجھے مدد چاہیے۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



8.2 آؤ کھیلیں

8

ہدایت:- کیا آپ ان کھیلوں کو جانتے ہو؟ تصاویر میں موجود کھیلوں کو کھیلیں گے۔



ایسا کریں:

- دی گئی تصاویر پر غور کریں۔ استاد کی مدد سے یہ معلوم کریں کہ ان میں سے ہر ایک کھیل کو کھیلنے کے لئے ہمارے جسم کے کن کن اعضاء کا توازن درکار ہے۔ بحث کریں۔
- تمام ساتھی لٹو کھیلتے ہوئے ہاتھ میں اس کو رکھ لیں۔

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



8.3 کھیلوں کا منظر

8

ہدایت:- گھومنے، چلنے، پھسلنے والے کھیلوں پر غور کریں گے۔ ان کو احتیاط سے کھیلیں گے۔



ان بیانات کو بلند آواز سے پڑھ کر ہاں / نہیں لکھیں گے۔

نمبر شمار	بیانات	ہاں / نہیں
1	گھومتے پیسے کو زور سے گھماؤں گا۔	
2	مخصوص مددگار افراد کی مدد کروں گا۔	
3	کھیل میں شامل ہونے کے لئے سب کا انتظار نہیں کروں گا۔	
4	خصوصی توجہ طلب طلباء جب کھیلنے آئیں تو ان کے ساتھ باخوشی کھیلوں گا۔	
5	پھسلنے پر بغیر پھسلے دوڑوں گا۔	
6	جھولے میں ہنسی مذاق کرتے ہوئے جھولوں گا۔	

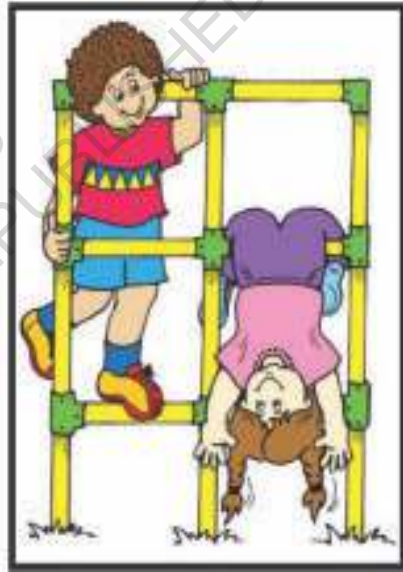
دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



8.4 جنگل کسرت (جَم)

8

ہدایت:- یہ جانیں گے کہ یہ کس طرح کے کھیل ہیں۔



۱۰ استاد / بڑوں کی مدد سے جنگل جم کھیلوں کے متعلق معلوم کرو۔

۱۰ اس طرح کے کھیل کھیلنے کے لئے کن اعضاء کا توازن ضروری ہے استاد سے بحث کرو۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔



8.5 میرا یوگا میری صحت

8

	• تصویر پر غور کرتے ہوئے بات کریں گے۔ • اس آسن کو کرنے کے طریقہ کی مشق کریں گے۔
 	• ان تصاویر میں 4 آسن کی حرکت پر غور کریں۔ • ترتیب کے ساتھ تصاویر کے نیچے اعداد درج کریں گے۔

- مجھے معلوم ہوا ہے۔ ☐
- مجھے مدد چاہیئے۔ ☐

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



8.6 آسنوں کی - مشق بنے مشغلہ

8

ہدایت :- استاد کی مدد سے مختلف یوگا آسنوں کے متعلق جانیں گے۔



سہل کار کے لئے ہدایت:

- ◀ ہر دن ایک آسن سیکھنے کے لئے بچوں کو آمادہ کریں۔
- ◀ ہر ایک آسن کرنے کا صحیح طریقہ بتلائیں۔
- ◀ یوگا آسن سے ہمیں ہونے والے فوائد کے متعلق بہ آسانی ذہن نشین کروائیں۔

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



8.7 عملی منصوبہ

8

ہدایت:- یہاں گل چار عملی منصوبے دئے گئے ہیں۔ ان میں سے کسی دو کو تمام ساتھیوں کے ساتھ مل کر انجام دیں گے۔ مکمل کردہ منصوبے کے متعلق جماعتی کمرے میں زبانی وضاحت کریں گے۔



ایسا کریں:

سرگرمی 1:- ہمارے بزرگ کونسے کھیل کھیلا کرتے تھے اسکی جانکاری اکٹھا کریں اور دوستوں کے ساتھ تبادلہ خیال کریں۔

سرگرمی 2:- گھر کے اندر کھیلے جانے والے کھیلوں کی فہرست بناؤ اور جماعت میں وضاحت کرو۔

سرگرمی 3:- اکیلے کھیلے جانے والے اور گروہ میں کھیلے جانے والے کھیلوں کی جانکاری اکٹھا کریں اور جماعت میں وضاحت کریں

سرگرمی 4:- سدگنی کا کھیل، چوکا بار، لنگڑی کا کھیل ان میں سے کسی ایک کھیل کو سیکھ کر اس کھیل کے طریقے کو جماعت میں بیان کریں۔

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

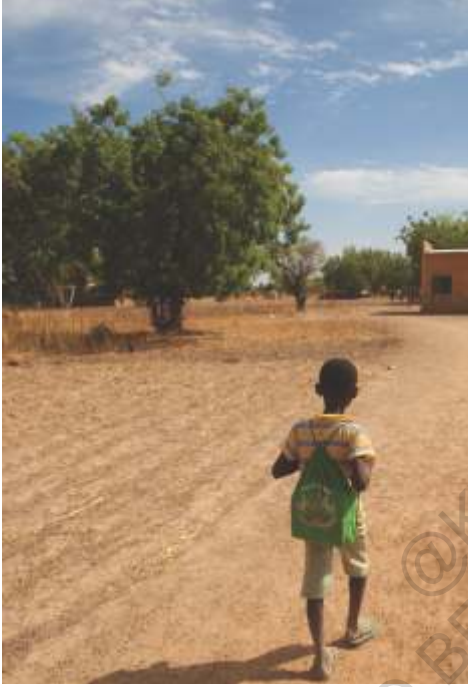
دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



8.8 تصویر دیکھو۔ بات کرو

8

ہدایت:- ان تصاویر پر غور کرتے ہوئے ان کے متعلق بات کریں گے۔



جواب دو:

- کیا آپ بتاؤ گے کہ آپ نے کن کن موقعوں پر دور تک پیدل چلے ہو؟
- آپ نے کن کن موقعوں پر دور تک دوڑ لگائی ہے؟
- کیا آپ نے صبح سویرے اور شام کے وقت چہل قدمی (واکنگ) کرتے ہوئے لوگ دیکھے ہیں؟ وہ آخر چہل قدمی کیوں کرتے ہیں؟ اس کے متعلق بڑوں سے معلوم کرو اور تبادلہ خیال کرو۔

☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔

☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



8.9 میں یہ کروں گا / گی

8

ہدایت:- نیچے دئے گئے بیانات پر غور کرتے ہوئے۔ جن کاموں کو آپ انجام دے سکتے ہو ان کے لئے (✓) کا نشان اور جن کو آپ انجام نہیں دے سکتے ان کے لئے (X) کا نشان لگائیں گے۔

نمبر شمار	علامت	کام	X / ✓
1.		پانی سے بھرا گھڑا اٹھا سکتا / سکتی ہوں۔	
2.		ایک ٹوکری مٹی اٹھا کر پودے کو ڈال سکتا / سکتی ہوں۔	
3.		کپڑے موڑ کر تہہ کر سکتا / سکتی ہوں۔	
4.		15 منٹ تک ایک پیر پر توازن بنا کر ٹھہر سکتا / سکتی ہوں۔	
5.		کم از کم 50 میٹر دور تک تیزی سے دوڑ سکتا / سکتی ہوں۔	
6.		راستے پر آزادانہ طور پر سائیکل چلا سکتا / سکتی ہوں۔	
7.		پودوں کو پانی دے کے ان کی حفاظت کر سکتا / سکتی ہوں۔	

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

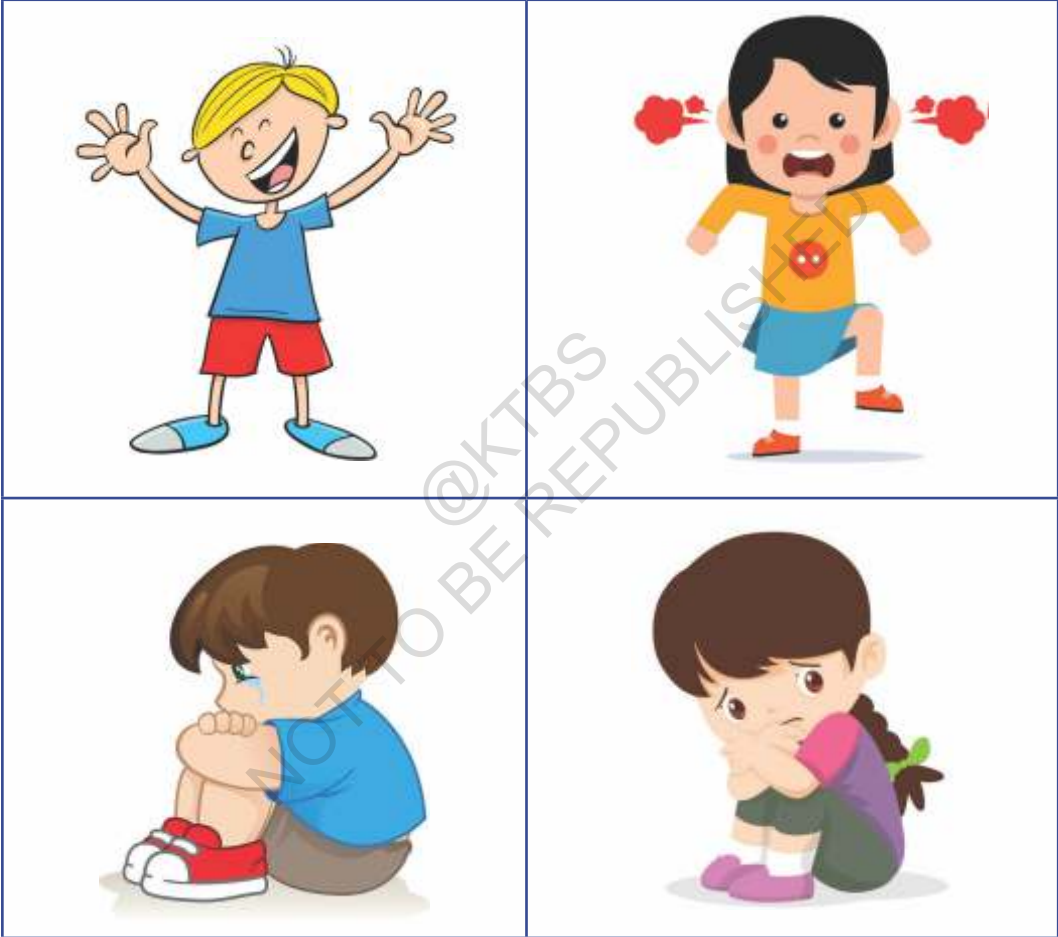
دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



9.1 تصویر دیکھو۔ بات کرو

9

ہدایت :- ان تصاویر پر غور کرتے ہوئے۔ ان کا رویہ جانیں گے۔



- ہر ایک تصویر پر غور کریں۔ ان کے رویہ کے متعلق گفتگو کریں۔
- دی گئی تصاویر کی نقل کر کے بلائیں؟

☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔

☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



9.2 مناسب جوڑ لگاؤ

9

ہدایت:- نیچے دئے گئے چہروں کے تاثرات کو ان کے مناسب الفاظ سے جوڑیں گے۔

	خوشی	
	غصہ	
	تعجب	
	ہنسنا	
	رونا	
	مایوس	

- ہم پر ایسے تاثرات کب واقعہ ہوتے ہیں؟
- ہر ایک تصویر پر غور کریں، ان کے متعلق جماعت میں وضاحت کریں۔

☐	مجھے معلوم ہوا ہے۔
☐	مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



9.3 میں اور میرے تاثرات



ہدایت:- ان بیانات کو پڑھیں گے دی گئی تصاویر کے ساتھ مناسب بیان جوڑیں گے۔

تاثراتی تصاویر

بیانات	نمبر شمار
پسندیدہ کھلونا کھو جانے پر	1
کھیل میں جیت حاصل کرنے پر	2
کہیں گر کر چوٹ لگنے پر	3
سائیکل بطور انعام ملنے پر	4
دوستوں کے ساتھ غصہ آنے پر	5
راستے میں سانپ دیکھنے پر	6
تفریح میں جانے کے لئے گھر سے اجازت ملنے پر	7

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



9.5 مختلف لباس

9

ہدایت:- تصاویر پر غور کرتے ہوئے۔ ان پوشاکوں کے متعلق گفتگو کرتے ہوئے یہ کسی ریاست سے تعلق رکھتے ہیں اس پر گفتگو کریں۔



ایسا کریں:

- بھارت کی مختلف ریاستوں میں استعمال کردہ پوشاکوں کی تصاویر اکٹھا کریں اور ایک چھوٹا البم تیار کریں۔
- اپنے گھر / پڑوس میں پہنے جانے والے روایتی پوشاکوں کو اگر آپ نے دیکھا ہو تو ان کے متعلق جماعت میں گفتگو کریں۔
- اُستاد کی مدد سے مدرسے میں مختلف پوشاک کا مظاہر کریں۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



9.6 فرق و اختلاف



ہدایت:- تصاویر غور سے دیکھیں گے۔ ان میں موجود فرق کے متعلق بحث کریں گے۔



- ہر ملک کی آب و ہوا، موسمی خصوصیات، جغرافیائی ماحول کے فرق سے ہمارے جسم میں کچھ اختلاف اور فرق نظر آتا ہے۔ اس کے متعلق اساتذہ سے بحث کریں۔
- ایک ملک کے دوسرے ملک کے افراد میں بال، جلد، آنکھ اور ناک میں اختلاف ہوتا ہے۔ اس اختلاف کے متعلق مختصر ویڈیو کلپ پر غور کریں۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



10.1 تصویر پر میرا رنگ

10

ہدایت:- اس تصویر میں اپنے پسندیدہ رنگ بھرتے ہیں اور کچھ گفتگو کرتے ہیں۔



- اس تصویر میں کیا کام چل رہا ہے؟ وضاحت کریں۔
- کتا، بکرا، بکری، گائے، بھینس ان سب کو کیسے صاف کرتے ہیں؟
- کیا آپ نے کسی جانور کو نہلایا ہے؟ اس کے متعلق گفتگو کریں۔
- جانور، پرندے کس طرح نہاتے ہیں؟ سوچ کر بتلائیں۔

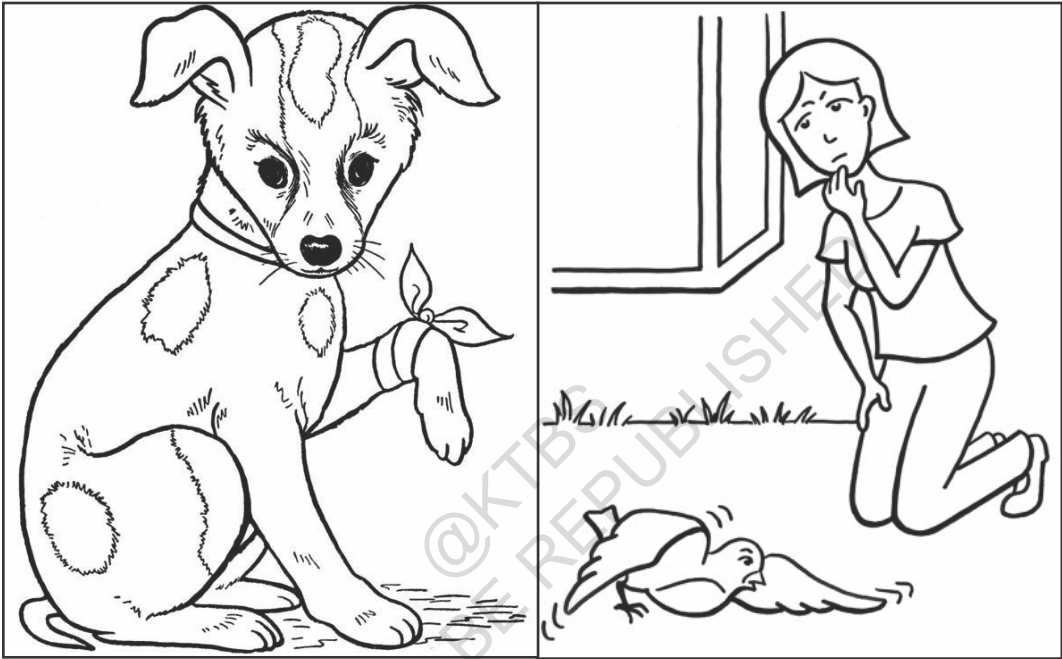
دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



10.2 تصویر دیکھو۔ بات کرو

10

ہدایت:- اس تصویر میں اپنے پسندیدہ رنگ بھر کر گفتگو کریں گے۔



تصویر پر غور کریں۔

- ہماری طرح ہی جانوروں کو بھی دیکھ بھال کی ضرورت ہوتی ہے۔ کن موقعوں پر ہم ان کی مدد کر سکتے ہیں؟
- جانوروں کو درد ہونے پر ان کی دیکھ بھال کیسے کی جانی چاہیئے؟ بحث کریں۔
- جانور جب ہم سے محبت کرنے لگیں تو ہمارے لئے ان کا رویہ کیسا ہوتا ہے؟ وضاحت کریں۔
- بیٹھے ہوئے / لیٹے ہوئے کسی جانور کے آگے جا کر کھڑے ہونے پر ان کا ردِ عمل کیا ہوتا ہے؟ مشاہدہ کریں۔ اس کے متعلق تبادلہ خیال کریں۔
- کتّا، بلی، بندر کو غصّہ آنے پر تو ان کا رویہ کیا ہوگا؟ سوچ کر بتلائیں۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



10.3 کونسا صحیح؟ کونسا غلط؟

10

ہدایت:- صحیح تصویر کے لئے (✓) اور غلط تصویر کے لئے (X) کا نشان لگائیں گے۔



- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



10.4 کھلاؤ-دیکھ بھال کرو

10

ہدایت:- ان بیانات کو پڑھ کر نوٹ بک میں لکھیں گے۔ ان کے تحت ہم عمل کریں گے۔

نمبر شمار	بیانات
1.	بڑوں کی رہنمائی میں زخمی جانور یا پرندے کی دیکھ بھال کروں گا / گی۔
2.	گھر کے اوپر، چھت پر جانور اور پرندوں کو پینے کے لئے پانی رکھوں گا / گی۔
3.	پودوں کے کوئیل، کلیاں کھلنے سے پہلے انہیں توڑے بغیر ان کی حفاظت کروں گا / گی۔
4.	ضعیفوں کی چلنے میں مدد کروں گا / گی۔
5.	چھٹیوں میں امی ابا کا گھر کے کاموں میں ہاتھ بٹاؤں گا / گی۔
6.	میرے کپڑے اور اسکولی اشیاء کو منظم رکھوں گا / گی۔
7.	پالتو جانوروں کی صفائی بڑوں کی مدد سے انجام دوں گا۔
8.	روز مرہ میں صحت مند عادات اپناتوں گا / گی۔
9.	جانوروں پرندوں کے لئے ضروری غذا دے کر ان کی پرورش کروں گا۔
10.	پالتو جانوروں کے بچوں کو خطروں سے بچا کر ان کی حفاظت کروں گا۔

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



10.5 ہمارے اطراف کے پودے

10

ہدایت:- تصویر پر غور کرتے ہوئے۔ یہاں موجود پودوں کو پہچان کر نیچے دئے گئے سوالات کے جواب دیں گے۔



1. کسی 5 ترکاری کی بیلوں کے نام لکھو۔
2. پھول دینے والے کسی 5 پودوں کے نام لکھو۔
3. اپنے گھر کے اطراف موجود پودوں کا مشاہدہ کرو اور جماعت میں گفتگو کرو۔

• مجھے معلوم ہوا ہے۔ ☐

• مجھے مدد چاہیئے۔ ☐

دستخط معلم / معلمہ - تاریخ :



10

ہدایت:- اب تک میں نے جو سیکھا ہے اسے (*) دیں گے۔

- 1۔ اگر آپ نے اس کتاب میں موجود ساری سرگرمیوں کو استاد / رہنما کی مدد سے مکمل کئے ہو تو
آپ خود کو-----اسٹار دیں گے۔
- 2۔ اگر آپ نے عملی منصوبوں سے متعلق معلومات دوستوں کی مدد سے اکٹھا کر کے جماعت میں ان پر
تبادلہ خیال کیا ہے تو آپ خود کو-----اسٹار دیں گے۔
- 3۔ اگر آپ نے صحت مند عادات فروغ دیتے ہوئے اپنا تے ہیں تو آپ خود کو-----
اسٹار دیں گے۔
- 4۔ اگر آپ جانوروں، پرندوں اور پودوں کی دیکھ بھال کر سکتے ہیں تو آپ خود کو-----
اسٹار دیں گے۔
- 5۔ اگر مختلف کھیلوں میں حصہ لیتے ہیں اور کھلونے تیار کر سکتے ہیں تو آپ خود کو-----
اسٹار دیں گے۔

قدر پیمائی - ہدایتی آموزشی محاصل

شمارہ نمبر	سنگ میل	آموزشی محاصل	قدر پیمائی کا وقفہ
5	کھیل کے قوانین	• دوران کھیل دوسروں کے خیالات شامل کرنے کی خواہش ظاہر کریں گے۔ • دوسروں کے ساتھ مل کر کھیلتے ہوئے کھیل کے اصولوں پر عمل کریں گے۔ • حقیقی دنیا کی صورت حال کو آسان ریاضی مسائل میں شناخت کریں گے۔	نومبر - دسمبر تشکیلی قدر پیمائی - 3
6	ہماری حفاظت	• راستہ چلتے ہوئے، سائیکل سواری کرتے ہوئے اور عوامی نقل و حمل وغیرہ میں بنیادی تحفظی اصولوں پر عمل کریں گے۔	
7	پیشہ	• بڑوں اور ہم ساتھیوں سے امداد حاصل کرنے کے لئے زبان کا استعمال کرتے ہیں۔ • بنیادی تحفظی اصولوں کو سمجھیں گے اور ان پر عمل کریں گے۔ • سماج کے لئے اپنا عطیہ دینے کی غرض سے اپنی صلاحیت اور دلچسپی کا اظہار کرنا۔ شروع کریں گے۔ میں بڑا ہو کر کسان، ڈاکٹر، پائلٹ، فوجی بننا چاہوں گا۔ • اپنے کنبے کے افراد کے پیشوں اور کام کرنے کی جگہوں دے متعلق تفصیلات پر تبادلہ خیال کریں گے۔	جنوری - فروری تشکیلی قدر پیمائی 4
8	میری صلاحیت	• کو دیں گے اور کھیل مکمل کریں گے۔ مناسب آلات اور توازن کے ساتھ وزنی اشیاء ایک جگہ سے دوسری جگہ پہنچائیں گے۔ رفتار کے ساتھ عمدہ جسمانی توازن کا مظاہرہ کریں گے۔ • تاثر آسن کی حالت میں ایک منٹ تک سیدھے کھڑے رہیں گے۔ • کام اور کھیل کے دوران صلاحیت اور برداشت کا مظاہرہ کریں گے۔	
9	تاثر - فرق	• سماجی طور پر قبول کردہ طریقوں سے اپنے تاثر ظاہر کریں گے۔ مثلاً: رونابند کریں گے۔ (رونے کی وجہ بتائیں گے)۔ • دوسرے طلباء کا ان میں موجود تنوع کی وجہ سے ان کا مزاق نہیں اٹائیں گے۔	مارچ مجموعی قدر پیمائی - ۲ (تمام آموزشی محاصل شمار کریں)
10	میرا فرض	• دیگر جانداروں کے ساتھ والے معاملات میں ان کی دیکھ بھال اور نرمی کا مظاہرہ کریں گے۔	