ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಣ ಇಲಾಖೆ

ನಲಿಕಲಿ

ಅಭ್ಯಾಸ ಸಹಿತ ಪಠ್ಯ ಪುಸ್ತಕ

ಪರಿಸರ ಅಧ್ಯಯನ

ಭಾಗ – 2

3

ಮೂರನೇ ತರಗತಿ

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಸಮಗ್ರ ಶಿಕ್ಷಣ ಕರ್ನಾಟಕ
ನೃಪತುಂಗ ರಸ್ತೆ
ಬೆಂಗಳೂರು – 560 001

ಕರ್ನಾಟಕ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕ ಸಂಘ
6ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ
ಬೆಂಗಳೂರು – 560 003

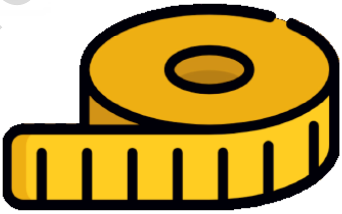
ನನ್ನ ಕಲಿಕೆಯ ವಿಷಯಗಳು

5. ಶುಚಿ–ರುಚಿ, ಜೀವ ಜಲ 1 - 15

6. ಅಂದು–ಇಂದು 16 - 25

7. ಆಟ – ಓಟ 26 - 38

8. ನಮ್ಮ ಸುರಕ್ಷತೆ 39 - 53



9. ಅಳತೆ–ಅಂದಾಜು 54 - 64

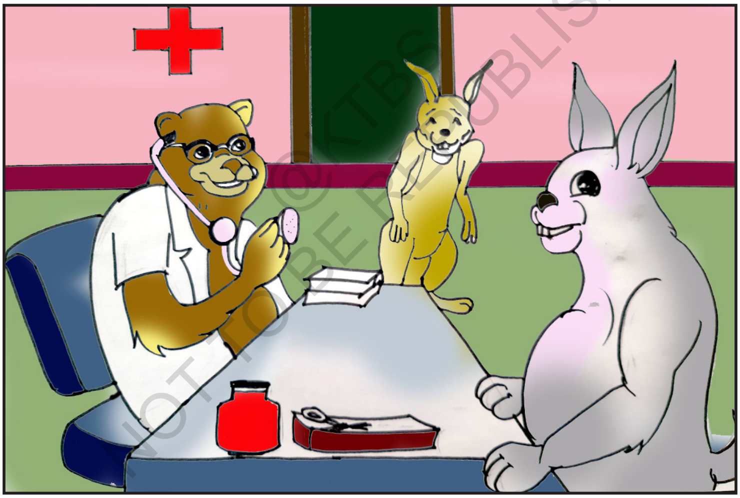
10. ನಾನೆಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ? & ಕಲಿಕಾ ಫಲಗಳು 65 - 78

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

5 ಶುಚಿ–ರುಚಿ, ಜೀವ ಜಲ

ನಾವು ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರ:

ಡಾಕ್ಟರ್. ಜಾಂಬುವಿನ ಹತ್ತಿರ ಮೀಕು ಮತ್ತು ಚೀಕು ಎಂಬ ಮೊಲಗಳು ತಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯಲು ಬಂದರು. ಅವರ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆಯಲು ಡಾ. ಜಾಂಬು ಅವರನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.



NOT TO BE REPUBLISHED © KTBS

6 ವರ್ಷದ ಮೀಕುವಿಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕೇಳುವವರೆ ಇಲ್ಲ. ಅವನಿಗೆ ಒಂದು ಹೊತ್ತು ಊಟ ಸಿಕ್ಕರೆ ಸಾಕಾಗಿದೆ. ಕೈ ಕಾಲು ಸಣ್ಣ! ಹೊಟ್ಟೆ ಬೆನ್ನಿಗೆ!! ಸ್ವಚ್ಛತೆಯು ಇಲ್ಲ. ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗಲು ಇಷ್ಟ. ಆದರೆ ಕಷ್ಟ.	9 ವರ್ಷದ ಚೀಕುವಿಗೆ ಅವನ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಮೀರಿದ ಬೊಜ್ಜು. ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಸುಸ್ತು. ಆಟ ಆಡಲು ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ. ಮನೆಯ ಊಟಕ್ಕಿಂತ ಬೇಕರಿ ತಿನಿಸುಗಳೆಂದರೆ ಬಲು ಇಷ್ಟ. ಒಂದೇ ಕಡೆ ಕುಳಿತು ಏನಾದರೂ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾನೆ.

ಡಾಕ್ಟರ್. ಜಾಂಬು ಸ್ಟೆತಸ್ಕೋಪ್ ಬೆನ್ನಿನ ಮೇಲೆ, ಎದೆಯ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟರು. ಜೋರಾಗಿ ಉಸಿರಾಡು ಎಂದರು. ವಯಸ್ಸನ್ನು ಕೇಳಿದರು. ಎತ್ತರ ಮತ್ತು ತೂಕವನ್ನು ಅಳತೆ ಮಾಡಿದರು. ವಯಸ್ಸಿಗೆ ತಕ್ಕನಾದ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹಾಗೂ ಸರಿಯಾದ ದೇಹ ಸ್ಥಿತಿ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಅವರ ದೇಹ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕಾರಣ ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿದರು. ಅವು ಏನಿರಬಹುದು...?

ಯೋಚಿಸಿ, ಉತ್ತರಿಸುವೆಯಾ?

1. ಡಾಕ್ಟರ್ ಜಾಂಬು, ಮೀಕುವಿಗೆ ಕೊಟ್ಟ ಸಲಹೆಗಳು ಏನಿರಬಹುದು?

2. ಡಾಕ್ಟರ್ ಜಾಂಬು, ಚೀಕುವಿಗೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿಸಿರಬಹುದು?

ಹಸಿವಾದಾಗ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಬೇಕು, ಬಾಯಾರಿಕೆಯಾದಾಗ ನೀರು ಕುಡಿಯಬೇಕು ಎಂದೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಹಸಿವು ಮತ್ತು ಬಾಯಾರಿಕೆಗಳು ಏಕೆ ಆಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಯೋಚಿಸಬಲ್ಲೆಯಾ?

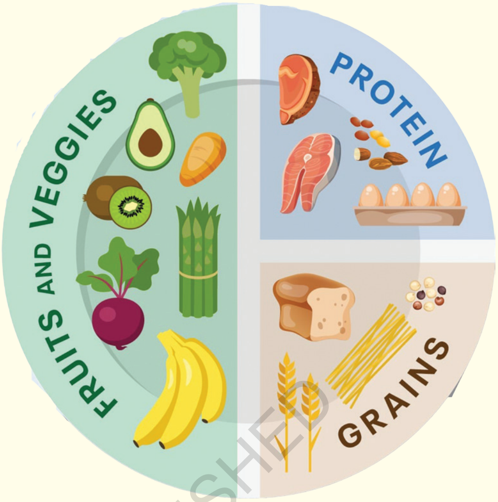
ನಾವು ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು, ಆಟ ಆಡಲು ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಇರಲು ಪಡೆಯುವ ಆಹಾರವೇ ಶಕ್ತಿ ಕೊಡುವ ಆಹಾರಗಳು. ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಾಗಿ ಕೂಡಾ ಆಹಾರದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ನಮ್ಮ ದೇಹದ ರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿಯೂ ಸಹ ಆಹಾರ ಬೇಕಿದೆ.

©KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ನಮಗೆ ಆಹಾರ ಏಕೆ ಬೇಕು? ಯೋಚಿಸಿ ಉತ್ತರಿಸು.

-
-
-
-
-
-

ಓದಿ ತಿಳಿಯೋಣ:



ನಾವು ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡುವ, ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಮತ್ತು ದೇಹದ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು ಇವೆ. ಇವುಗಳು ಯಾವುವೆಂದರೆ,

1. ಶರ್ಕರ ಪಿಷ್ಟಗಳು
2. ಪ್ರೋಟೀನ್‌ಗಳು
3. ಜೀವಸತ್ವಗಳು
4. ಮೇದಸ್ಸು ಅಥವಾ ಕೊಬ್ಬು
5. ಖನಿಜ ಲವಣಗಳು ಮತ್ತು ನೀರು

- **ಶಕ್ತಿಪ್ರಧಾನ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳು :** ಮೇದಸ್ಸು ಮತ್ತು ಶರ್ಕರ ಪಿಷ್ಟಗಳು – ರಾಗಿ, ಜೋಳ, ಭತ್ತ, ಗೋಧಿ, ಸಜ್ಜೆ, ನವಣೆ, ಕಬ್ಬು, ಗೆಣಸು, ಜೇನುತುಪ್ಪ, ಆಲೂಗಡ್ಡೆ, ಬೆಣ್ಣೆ, ತುಪ್ಪ, ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆ ಇತ್ಯಾದಿ.

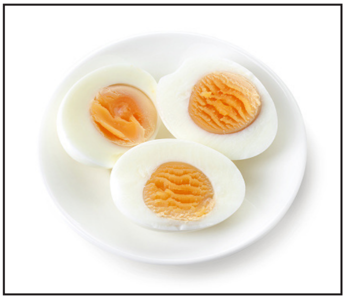
- **ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳು :** ಪ್ರೋಟೀನ್‌ಗಳು – ತೊಗರಿ, ಕಡಲೆ, ಅವರೆ, ಉದ್ದು, ಅಲಸಂದೆ, ಹೆಸರು, ಶೇಂಗಾ, ಮೊಟ್ಟೆ, ಮೀನು, ಹಾಲು, ಮಾಂಸ ಇತ್ಯಾದಿ.

- **ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುವ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳು :** ಖನಿಜ ಲವಣಗಳು ಮತ್ತು ನೀರು ಹಾಗೂ ಜೀವಸತ್ವಗಳು – ಹಣ್ಣುಗಳು, ತರಕಾರಿ, ಸೊಪ್ಪು, ಮೊಳಕೆ ಕಾಳುಗಳು, ತುಪ್ಪ, ಮೊಟ್ಟೆ, ಉಪ್ಪು ಇತ್ಯಾದಿ.

ಇವುಗಳಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಆರೋಗ್ಯ ಕೆಡಬಹುದು. ಶರೀರ ದುರ್ಬಲವಾಗುವುದು. ಸೋಂಕನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಅಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

NOT TO BE REPUBLISHED @KTBS

ಇವುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದ ಮೀನಾ ತಾನು ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರ ತನಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಲು ಬಯಸಿದ್ದಾಳೆ. ಈ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ದೇಹಕ್ಕೆ ಶಕ್ತಿ ಕೊಡುವ, ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಸಹಕರಿಸುವ ಹಾಗೂ ರಕ್ಷಣೆಗೆ ನೆರವಾಗುವ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸೋಣ.



© NOT TO BE REPUBLISHED

ಶಕ್ತಿಗಾಗಿ	ಬೆಳವಣಿಗೆಗಾಗಿ	ರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ

ನಮ್ಮಂತೆಯೇ ಪ್ರಾಣಿ, ಪಕ್ಷಿಗಳಿಗೂ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ನೀರಿನ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ. ಅಲ್ಲವೇ? ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಪ್ರಾಣಿ, ಪಕ್ಷಿಗಳ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ನೀಡಿದೆ. ಅವು ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಗೆಳೆಯರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ ಬರೆ.

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

ಪ್ರಾಣಿಗಳು

ಹಸು –

ಬೆಕ್ಕು –

ಕುದುರೆ –

ಮೊಲ –

ಅಳಿಲು –

ಪಕ್ಷಿಗಳು

ಹದ್ದು –

ಗಿಳಿ –

ನವಿಲು –

ಪಾರಿವಾಳ –

ಗುಬ್ಬಿ –

ನಾವು ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರವು ಸಸ್ಯ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಣಿ ಮೂಲಗಳಿಂದ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಕೆಳಗೆ ಕೆಲವು ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ನೀಡಿದೆ. ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಮೂಲ ಸಸ್ಯಗಳಾಗಿದ್ದರೆ ಅವುಗಳ ಕೆಳಗೆ **‘P'** ಎಂದು ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಣಿಮೂಲವಾಗಿದ್ದರೆ **‘A '** ಎಂದು ಬರೆ.

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

ನಿನಗೆ ಗೊತ್ತಿರುವ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸು.

ಸಸ್ಯ ಮೂಲ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥ	ಪ್ರಾಣಿ ಮೂಲ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥ

ಮೀನಾಳಿಗೆ ಶಾಲೆಯಿಂದ ಮನೆಗೆ ಬಂದ ನಂತರ ಏನಾದರೂ ತಿನ್ನುವ ಅಭ್ಯಾಸ. ಅವಳು ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಹೀಗಿವೆ. ಒಮ್ಮೆ ಗಮನಿಸು.

ಮಿಟ್ಟು ಗಿಳಿಮರಿ, ಅವುಗಳನ್ನು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರವಲ್ಲದ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿ, ಮೀನಾಳಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಆಹಾರದ ಅಭ್ಯಾಸ ರೂಢಿಸಲು ಬಯಸಿದ್ದಾನೆ. ಅವನಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡೋಣ.

* ಮೀನಾ ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳು:

ಬಾಳೆಹಣ್ಣು	ಸೊಪ್ಪು	ಬೇಯಿಸಿದ ಮೊಟ್ಟೆ	ಐಸ್ ಕ್ರೀಮ್	ಹಾಲು
ಅವಧಿ ಮೀರಿದ ಆಹಾರದ ಪ್ಯಾಕೆಟ್	ಪೇರಲ	ಪೇಡಾ	ಹಣ್ಣುಗಳ ಸಲಾಡ್	ಹಣ್ಣಿನ ಜ್ಯೂಸ್
ತೆರೆದಿಟ್ಟ ತಿಂಡಿ	ಬೇಯಿಸಿದ ಜೋಳದ ತೆನೆ	ತರಕಾರಿ ಸಲಾಡ್	ಚಪಾತಿ–ಪಲ್ಯ	ದ್ರಾಕ್ಷಿ ಹಣ್ಣು
ಸೌತೆಕಾಯಿ	ಬ್ರೆಡ್ ಮತ್ತು ಜಾಮ್	ಮೊಳಕೆ ಕಾಳು	ಪಪ್ಪಾಯ	

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಆಹಾರ ಹೇಗೆ ಭಿನ್ನ..?

ಮೀನಾಳ ಕುತೂಹಲ...!

ಎಲ್ಲರೂ ಒಂದೇ ರೀತಿಯ, ಒಂದೇ ಪ್ರಮಾಣದ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸುವರೇ? ಕೋಷ್ಟಕ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮೀನಾಳ ಕುತೂಹಲ ಪರಿಹರಿಸೋಣ.

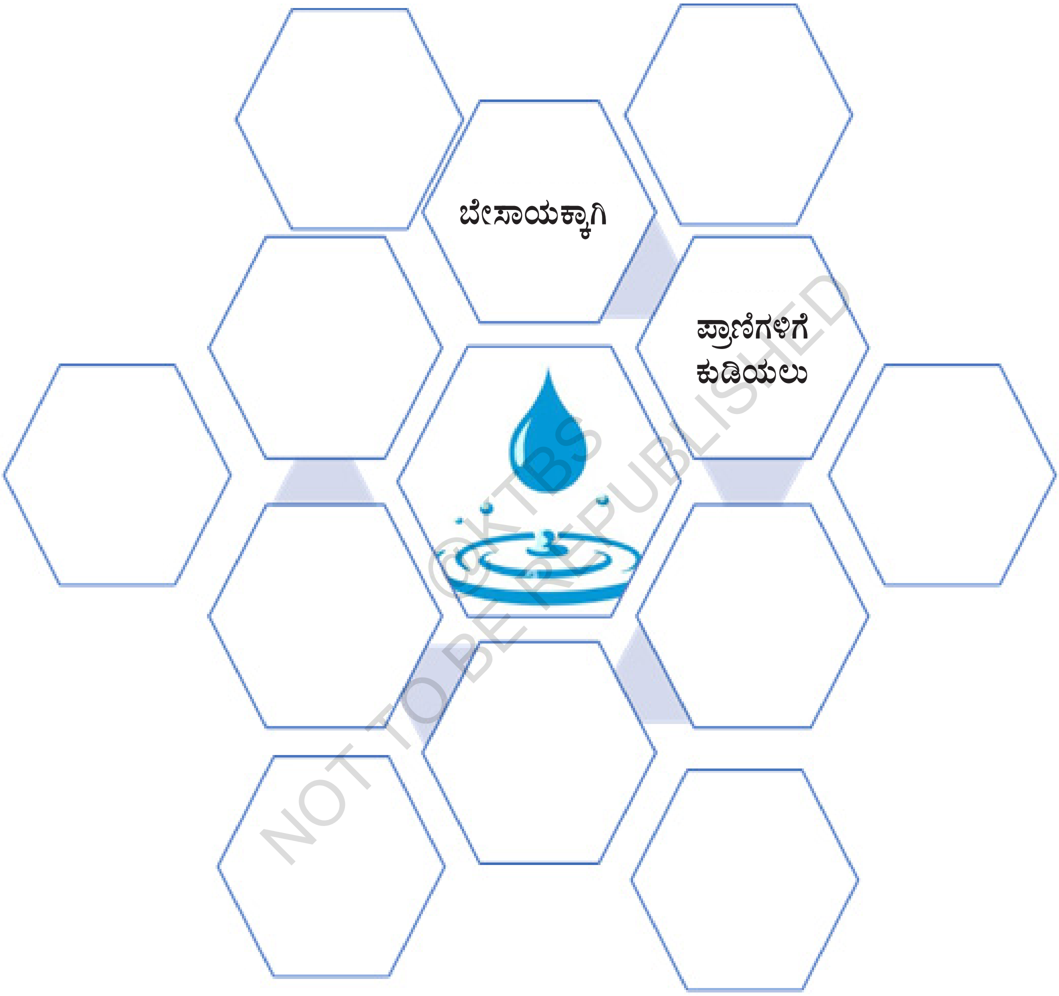
ಕ್ರ.ಸಂ	ವಿವಿಧ ವಯೋಮಾನದವರು	ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳು	ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರದ ಪ್ರಮಾಣ (ಸ್ವಲ್ಪ / ಬಹಳ)
1.			
2.			
3.			
4.			

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಯೋಚಿಸೋಣ: ಬೇರೆ ಬೇರೆ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆ?

ಜೀವ ಜಲ

ಸೂಚನೆ: ನೀರನ್ನು ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ? ಉದಾಹರಣೆ ಗಮನಿಸಿ ಭರ್ತಿ ಮಾಡೋಣ.



© KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ನೀರಿನ ಅಗತ್ಯ ಇದ್ದೇ ಇದೆ. ನೀರನ್ನು ಬಾವಿ, ಕೆರೆ, ಬೋರವೆಲ್, ನದಿ, ಸರೋವರ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಂದ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ನೀರಿನ ಮೂಲಗಳು ಎನ್ನುವರು. ಮಳೆಯ ನೀರಿನ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾಗ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಇಂಗುವುದು, ಇದನ್ನು "ಅಂತರ್ಜಲ" ಎನ್ನುವರು.

ನಾವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ನೀರಿಗೆ ಬಹಳ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಇದೆ. ಇದು ಯಾವುದೇ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನೀರಿಲ್ಲದೇ ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆ ಆಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ನೀರು ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ದೇಹವು ಸುಮಾರು ಶೇ. 70 ರಷ್ಟು ನೀರಿನಿಂದ ರಚನೆ ಆಗಿದೆ. ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ 8 ರಿಂದ 10 ಲೋಟಗಳಷ್ಟು ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಬೇಕು.

ಯೋಚಿಸು: ನೀರಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಏನಾಗುತ್ತಿತ್ತು? ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸು. ನಂತರ ಹಿರಿಯರಿಂದ ಮಾಹಿತಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ,

ಯೋಚಿಸಿ ಉತ್ತರಿಸು.

- ದಿನನಿತ್ಯ ನಿನ್ನ ಸುತ್ತಮುತ್ತ ನೀರು ಹೇಗೆ ಪೋಲಾಗುತ್ತದೆ?

  ____

  ____

- ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆ ಬಳಸಿದ ನೀರನ್ನು ಮತ್ತೆ ಯಾವ ಯಾವ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು?

  ____

  ____

ಈ ರೀತಿಯ ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ನೀನು ನೋಡಿರುವೆಯಾ? ಪ್ರಾಣಿ ಪಕ್ಷಿಗಳಿಗೆ ನೀನೂ ಈ ರೀತಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿರುವುದನ್ನ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೋ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

* ನಾನೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವೆ...

ಮೀನಾಳ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಹಂಚಿಕೊಂಡು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಪರಸ್ಪರ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ, ಗೆರೆ ಎಳೆದು ಹೊಂದಿಸು.

'ಅ' ಪಟ್ಟಿ	'ಆ' ಪಟ್ಟಿ

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಯೋಚಿಸು, ಚರ್ಚಿಸು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಿಸು:

- ನೀನು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವ ಯಾವ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವೆ?

  ____

  ____

  ____

- ನಿನಗೆ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಲು ಯಾರು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ?

  ____

  ____

- ನಿನ್ನ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಯಾರು ಅಡುಗೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ?

  ____

  ____

- ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡು ಮಾಡಬೇಕು. ಏಕೆ?

  ____

  ____

  ____

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

ನೀರು – ಯಾರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು, ಯಾರಿಗೆ ಕಡಿಮೆ..?

ದೈನಂದಿನ ನೀರಿನ ಬಳಕೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ನಡೆಸಿದ ಸಮೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಆಯ್ದ ನಾಲ್ಕು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿ ಕೆಳಗಿನಂತಿದೆ.

- ಇದು ಒಂದು ದಿನದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ನೀರಿನ ಸರಾಸರಿ ಅಳತೆಯಾಗಿದೆ (ಲೀಟರ್‌ಗಳಲ್ಲಿ). ಈ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸು.

ಕ್ರ.ಸಂ.	ಉಪಯೋಗ	ವ್ಯಕ್ತಿ–1	ವ್ಯಕ್ತಿ–2	ವ್ಯಕ್ತಿ–3	ವ್ಯಕ್ತಿ–4
1	ಕುಡಿಯಲು	2	2	2	3
2	ಸ್ನಾನ ಮಾಡಲು	70	60	40	10
3	ಅಡುಗೆ ಮಾಡಲು	10	35	25	10
4	ಗಿಡಗಳಿಗೆ	10	15	10	7
5	ಬಟ್ಟೆ ಒಗೆಯಲು	60	60	65	30
	ಒಟ್ಟು	152	172	142	60

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಓದಿ ಸರಿಯಾದ ಆಯ್ಕೆಗೆ ಬಣ್ಣ ತುಂಬು.

ಎ. ಬಟ್ಟೆ ಒಗೆಯಲು ಅತೀ ಹೆಚ್ಚು ನೀರನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿರುವ ಕುಟುಂಬ

ವ್ಯಕ್ತಿ–1 | ವ್ಯಕ್ತಿ–2 | ವ್ಯಕ್ತಿ–3 | ವ್ಯಕ್ತಿ–4

ಬಿ. ಅತೀ ಕಡಿಮೆ ನೀರನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿರುವ ಕುಟುಂಬ

ವ್ಯಕ್ತಿ–1 | ವ್ಯಕ್ತಿ–2 | ವ್ಯಕ್ತಿ–3 | ವ್ಯಕ್ತಿ–4

ಸಿ. ಸ್ನಾನ ಮಾಡಲು 70 ಲೀ ನೀರನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿರುವ ಕುಟುಂಬ

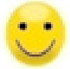
ವ್ಯಕ್ತಿ–1 | ವ್ಯಕ್ತಿ–2 | ವ್ಯಕ್ತಿ–3 | ವ್ಯಕ್ತಿ–4

ಡಿ. ಕುಡಿಯಲು 3 ಲೀ ನೀರನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿರುವ ಕುಟುಂಬ

ವ್ಯಕ್ತಿ–1 | ವ್ಯಕ್ತಿ–2 | ವ್ಯಕ್ತಿ–3 | ವ್ಯಕ್ತಿ–4

ಯೋಚಿಸು: ಈ ಮೇಲಿನ ನಾಲ್ಕು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಸರಿಯಾದ ಬಳಕೆ ಮಾಡಿದವರು ಯಾರು? ಏಕಿರಬಹುದು? ಚರ್ಚಿಸಿ.

ನನ್ನ ಆರೋಗ್ಯ ನನ್ನ ಕೈಯಲ್ಲಿ

ಸೂಚನೆ: ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಆಹಾರಾಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದೆ. ನೀನು ಒಪ್ಪುವ ಆಹಾರಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ  ಚಿತ್ರವನ್ನು ಮತ್ತು ಒಪ್ಪದಿರುವ ಆಹಾರಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಬರೆ.

ಕ್ರ. ಸಂ.	ಅಭ್ಯಾಸ ಕ್ರಮಗಳು	
1	ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಊಟ ಮಾಡುವೆ.	
2	ಊಟದ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ನಂತರ ಕೈ ತೊಳೆಯುವೆ.	
3.	ಆಹಾರವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅಗಿದು ತಿನ್ನುವೆ.	
4.	ಊಟ ಮಾಡುವಾಗ ತರಕಾರಿ, ಸೊಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಬಿಡದೇ ತಿನ್ನುತ್ತೇನೆ.	
5.	ಊಟ ಮಾಡುವಾಗ ನಡುನಡುವೆ ಮಾತನಾಡುವುದಿಲ್ಲ.	
6.	ಊಟ ಮಾಡುವಾಗ ಪದೇ ಪದೇ ನೀರು ಕುಡಿಯುತ್ತೇನೆ.	
7.	ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಏನನ್ನಾದರೂ ತಿನ್ನುತ್ತಿರುವೆ.	
8.	ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ತೊಳೆದು ತಿನ್ನುವೆ.	
9.	ತೆರೆದಿಟ್ಟ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದಿಲ್ಲ.	

ನಾವು ಉತ್ತಮ ಆಹಾರಾಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಏಕೆ? ಚರ್ಚಿಸು.

NOT TO BE REPUBLISHED @KTBS

* ಯೋಜನಾ ಕಾರ್ಯ:

ನನ್ನ ಮನೆಯ ಮೀನುಗಳು

ಯೋಜನೆ–1:

ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು: ಟ್ರೆ / ಪಾತ್ರೆ / ಬಾಣಲೆ, ಮರಳು, ಗೋಲಿಗಳು, ಕಲ್ಲುಗಳು, ಮೀನಿನ ಮಾದರಿಗಳು, ಕಪ್ಪೆ ಚಿಪ್ಪುಗಳು ಹಾಗೂ ನೀಲಿ ಬಟ್ಟೆ.

ವಿಧಾನ:

1. ಟ್ರೆ / ಬಾಣಲೆ / ಪಾತ್ರೆಗೆ ನೀಲಿ ಬಟ್ಟೆ ಹೊದಿಸು. (ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿದಂತೆ)
2. ಅದರ ಅರ್ಧಭಾಗಕ್ಕೆ ಮರಳು ಹಾಕು. (ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿದಂತೆ)
3. ನಂತರ ಗೋಲಿ, ಕಲ್ಲು, ಕಪ್ಪೆಚಿಪ್ಪು ಹಾಗೂ ಮೀನುಗಳನ್ನು ಜೋಡಿಸು.
4. ಈಗ "ನೀರಿನ ಪ್ರಾಣಿ ಪ್ರಪಂಚ" ಸಿದ್ಧವಾಗಿದೆ...!!
5. ನೀನು ಮಾಡಿದ ಯೋಜನೆಯ ಕುರಿತು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸು.

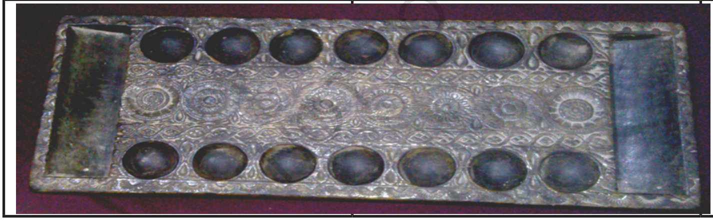
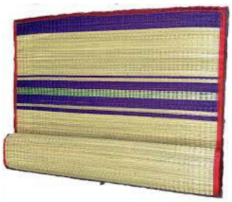
ಯೋಜನೆ–2:

1. ಜಲಚರಗಳ ಚಿತ್ರ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರದರ್ಶಿಸು.
2. ಜಲಚರಗಳ ರಕ್ಷಣೆಗೆ ಯಾವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿ ಬರೆ. ನಂತರ ನಿನ್ನ ಕೃತಿ ಸಂಪುಟದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸು.

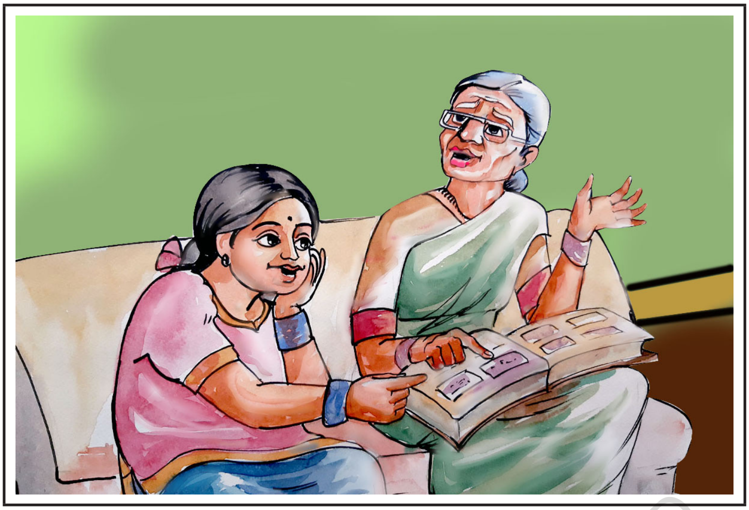
*****

© KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

6 ಅಂದು – ಇಂದು

- ✓ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿರುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನೋಡಿರುವೆಯಾ? ಯೋಚಿಸಿ ಹೇಳು?
- ✓ ಈ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸು. ಇವುಗಳನ್ನು ಯಾರು ಯಾವಾಗ ಎಲ್ಲಿ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರು?
- ✓ ನೀನು ಎಂದಾದರೂ ಇವುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿರುವೆಯಾ? ಈ ವಸ್ತುಗಳು ಈಗ ಯಾವ ರೂಪವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿವೆ ಎಂದು ನಿನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆಯೇ?



ಒಂದು ದಿನ ಬಬ್ಲಿ ತನ್ನ ಅಜ್ಜಿಯೊಂದಿಗೆ ಹಳೆಯ ಆಲ್ಬಮ್ ನೋಡುತ್ತಾ ಇದ್ದಳು.

ಬಬ್ಲಿ: ಅಜ್ಜಿ, ಈ ಫೋಟೋದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಹುಡುಗಿ ಯಾರು?

ಅಜ್ಜಿ: ಅದು ನಾನೇ.

ಬಬ್ಲಿ: ಓ, ಹೌದಾ?! ಆದರೆ ಅಜ್ಜಿ, ನೀನು ಹಾಕಿದ ಡ್ರೆಸ್ ನನ್ನ ತರಹ ಇಲ್ವಲ್ಲ?

ಅಜ್ಜಿ: ಅಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳು ಲಂಗ-ದಾವಣಿ, ಸೀರೆಯನ್ನು, ಗಂಡು ಮಕ್ಕಳು ಕಚ್ಚೆ-ಪಂಚೆ, ಜುಬ್ಬಾ-ಪೈಜಾಮ್, ದೋತ್ರ ಹಾಗೂ ರುಮಾಲುಗಳನ್ನು ಧರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಓದಿ ತಿಳಿಯೋಣ:

ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಜನರು ಹತ್ತಿಯ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳು ಬೆಂಡೋಲೆ, ಡಾಬು (ನಡುಪಟ್ಟಿ), ತೋಳಬಂಧಿ, ಕಾಲ್ಗೆಜ್ಜೆಗಳಂತಹ ಆಭರಣಗಳನ್ನೂ ಧರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಕಾಲಕ್ರಮೇಣ ಆಯಾ ಪ್ರದೇಶ, ಆಚಾರವಿಚಾರಗಳಿಂದಾಗಿ ಜನರ ಉಡುಗೆ ತೊಡುಗೆಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾದವು.

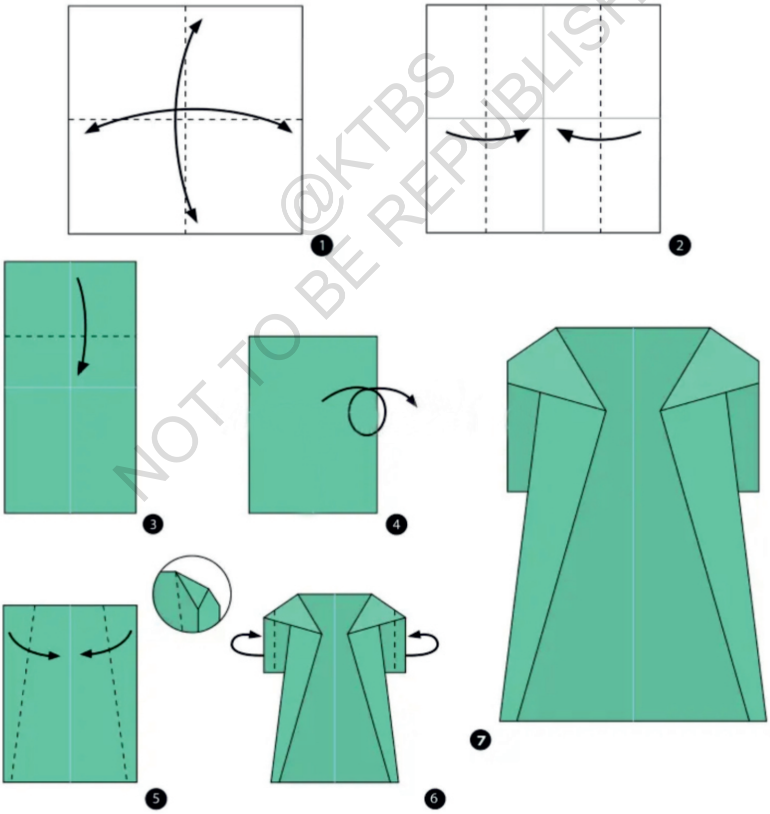
*** ಯೋಜನಾ ಕಾರ್ಯ:**

ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು, ಹಿರಿಯರು ಧರಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಉಡುಪುಗಳ ಭಾವಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ, ವಿವರ ಬರೆದು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಮಂಡಿಸು.

* ಇಂದು ಜನರು ಧರಿಸುವ ಉಡುಪುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಬರೆ.

ಕ್ರ.ಸಂ.	ಪುರುಷರು	ಮಹಿಳೆಯರು	ಮಕ್ಕಳು
1			
2			
3			

ಕ್ರಾಫ್ಟ್ : ಬಣ್ಣದ ಕಾಗದ ಬಳಸಿ ಅಂಗಿ ತಯಾರಿಸೋಣ.



@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

ಅಜ್ಜಿಯೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾ ಬಬ್ಲಿಯ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೊಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಮೂಡಿತು.

ಬಬ್ಲಿ: ಅಜ್ಜಿ, ನೀವು ಚಿಕ್ಕವರಾಗಿದ್ದಾಗ ಅಡುಗೆ ಮಾಡಲು ಯಾವ ಯಾವ ಪಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದಿರಿ?

ಅಜ್ಜಿ: ಹ್ಞೂಂ.. ಅಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಾವು ಅಡುಗೆ ಮಾಡಲು ಮಣ್ಣಿನ ಪಾತ್ರೆ, ಕಂಚು, ಹಿತ್ತಾಳೆ ಪಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದೆವು ಮತ್ತು ಅವೆಲ್ಲ ದೊಡ್ಡ ಪಾತ್ರೆಗಳಾಗಿದ್ದವು. ಜೊತೆಗೆ ಮಜ್ಜಿಗೆ ಕಡೆಯಲು ಕಡಗೋಲು, ಕಾಳು ಬೀಸಲು ಒರಳು ಕಲ್ಲು, ಬೀಸುವ ಕಲ್ಲು, ಪುಡಿ ಮಾಡಲು ಒನಕೆ, ರುಬ್ಬಲು ರುಬ್ಬು ಗುಂಡು ಇವುಗಳೆಲ್ಲ ಅಡುಗೆ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಇರಲೇಬೇಕಿತ್ತು.

ಇಂದಿನಂತೆ ಮಿಕ್ಸರ್, ಗ್ರ್ಯಾಂಡರ್, ಗ್ಯಾಸ್‌ಸ್ಟವ್, ನಾನ್‌ಸ್ಟಿಕ್ ತವಾ ಇತ್ಯಾದಿ ಪಾತ್ರೆಗಳು ಇರಲೇ ಇಲ್ಲ.

ಬಬ್ಲಿ: ಓಹೋ !!! ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಈ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಹೇಳಜ್ಜಿ...

NOT TO BE REPUBLISHED

ಓದಿ ತಿಳಿಯೋಣ:

ಅಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮಣ್ಣಿನ ಮಡಕೆ, ಗಂಗಾಳ, ಚೊಂಬು, ಹರಿವಾಣ, ತಾಂಡವಾಳ, ಜಾಲರಿ, ತೆಂಗಿನ ಚಿಪ್ಪಿನ ಸೌಟು, ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಬಹುತೇಕ ಲೋಹ, ಮರ ಹಾಗೂ ಮಣ್ಣಿನಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದವು. ಕ್ರಮೇಣ ಅಲ್ಯೂಮಿನಿಯಮ್, ಹಿಂಡಾಲಿಯಮ್, ಸ್ಟೀಲ್ ಪಾತ್ರೆಗಳು ಬಳಕೆಗೆ ಬಂದವು. ಇಂದು ಗ್ಯಾಸ್, ಎಲೆಕ್ಟ್ರಿಕ್ ಕುಕ್ಕರ್, ಓವನ್‌ಗಳು ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

* ನಿನ್ನ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅಡುಗೆ ಮಾಡಲು ಬಳಸುವ ಪರಿಕರಗಳನ್ನು ಹಿರಿಯರ ಸಹಾಯದಿಂದ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡು. ಅವುಗಳ ಉಪಯೋಗಗಳನ್ನು ಬರೆ.

ಪಾತ್ರೆಗಳ ಹೆಸರು	ಉಪಯೋಗಗಳು

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಹೀಗೆ ಮಾಡು:
ಗೆಳೆಯರೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿ ಅಡುಗೆ ಮನೆ ಪರಿಕರಗಳ ಮಾದರಿಗಳನ್ನು ಮಣ್ಣಿನಿಂದ ತಯಾರಿಸಿ ಪ್ರದರ್ಶಿಸು.

ಯೋಜನಾ ಕಾರ್ಯ: (ಶಿಕ್ಷಕರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ)

✓ ಅಜ್ಜ– ಅಜ್ಜಿಯರು ಬಳಸುತ್ತಿರುವ ಪರಿಕರಗಳನ್ನು ತಂದು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿ.

✓ ವಸ್ತುವಿನ ಹೆಸರು, ಉಪಯೋಗ, ಅಂದಾಜು ಬೆಲೆ ಇತ್ಯಾದಿ ವಿವರಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ

✓ ಹಿರಿಯರೊಬ್ಬರ ಮೂಲಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿಸಿ.

ಆಲ್ಬಂ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದ ಬಬ್ಲಿಗೆ ಸಾಕಾಯಿತು...

ಬಬ್ಲಿ: ಸಾಕಾಯ್ತು ಅಜ್ಜಿ.. ಈಗ... ನನಗೆ ಆಟ ಆಡಬೇಕು ಅನ್ನಿಸ್ತಾ ಇದೆ...

ಅಜ್ಜಿ: ಹಾಗೆಯೇ ಆಗಲಿ. ಅಳಿಗುಳಿಮಣೆ ಆಟ ಆಡೋಣ ಬಾ.

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ☐
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ ☐

ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :
ದಿನಾಂಕ :

ಬಬ್ಲಿ: ಅಜ್ಜಿ, ನೀವು ಇನ್ನೂ ಯಾವ ಯಾವ ಆಟಗಳನ್ನು ಆಡುತ್ತಾ ಇದ್ದಿರಿ?

ಅಜ್ಜಿ: ಪಗಡೆಯಾಟ, ಆನೆ–ಕುರಿ, ಹುಲಿ–ಘಟ್ಟ, ಕಡ್ಡಿ ಬಿಡಿಸೋ ಆಟ, ಸಲಾಂ ಗುಡ್ಲು ಹುಡುಕೋ ಆಟ, ಅವಲಕ್ಕಿ–ಪವಲಕ್ಕಿ, ಕಣ್ಣಾ ಮುಚ್ಚಾಲೆ, ಹಸು–ಹುಲಿ ಆಟ, ಮಲ್ಲಕಂಬ ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ಆಟಗಳಿದ್ದವು.

ಬಬ್ಲಿ: ಇದೇನಜ್ಜಿ!! ಈ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ನಾನೆಂದು ಕೇಳಿಯೇ ಇಲ್ವಲ್ಲ!!!

ಸಮೀಕ್ಷೆ: ಇಂದು, ನೀವು ಆಡುತ್ತಿರುವ ಆಟಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ.

ಕ್ರ. ಸಂ.	ಆಟದ ಹೆಸರು	ಮನೆ/ಶಾಲೆಯ ಒಳಗೆ	ಮನೆ/ಶಾಲೆಯ ಹೊರಗೆ	ಬೇಕಾದ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು	ಆಟಗಾರರ ಸಂಖ್ಯೆ
1					
2					
3					
4					
5					

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

* ನಿನ್ನ ಮನೆಯ ಅಥವಾ ನೆರೆಹೊರೆಯ ಹಿರಿಯರು ಆಡಿದ ಆಟಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳಿ ತಿಳಿ. ಅವರು ಆಡಿದ್ದರೆ, ಕಾಲಂನಲ್ಲಿ ✓ ಗುರುತನ್ನು ಹಾಕು. ಆಡಿರದಿದ್ದರೆ × ಗುರುತನ್ನು ಹಾಕು. ಅವರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ತಿಳಿದು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊ.

ಕ್ರ. ಸಂ.	ಆಟದ ಹೆಸರು	ಅಜ್ಜ	ಅಜ್ಜಿ	ತಂದೆ	ತಾಯಿ	ನೆರೆಹೊರೆಯ ಹಿರಿಯರು
1	ಕವಡೆ ಆಟ					
2	ಡಬ್ಬಾ-ಡುಬ್ಬಿ ಆಟ					
3	ಪೆಟ್ಲು ಆಟ					
4	ಅಡುಗೆಮನೆ ಆಟ					
5	ತೆಂಗು/ಅಡಿಕೆ ಗರಿ ಆಟ					
6	ಟೋಪಿ ಆಟ					
7	ಕರೆಂಟ್-ಶರಾಫ್ ಆಟ					
8	ಕೋಲಿನ ಆಟ					
9	ಜೋಕಾಲಿ ಆಟ					
10						
11						
12						

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಓದಿ ತಿಳಿಯೋಣ: ಮನರಂಜನೆಗಾಗಿ ದೊಡ್ಡಾಟ, ಸಣ್ಣಾಟ, ಪಾರಿಜಾತ, ಯಕ್ಷಗಾನ, ಬಯಲಾಟ, ತೊಗಲು ಗೊಂಬೆಯಾಟ, ಭೂತದ ಕೋಲಾ, ಸುಗ್ಗಿಕುಣಿತ ಇತ್ಯಾದಿ ಪ್ರದರ್ಶನಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಇವುಗಳನ್ನು ನೋಡಲು ಊರಿಂದೂರಿಗೆ ಮನೆಯ ಹಿರಿಯರೊಡನೆ ಮಕ್ಕಳೂ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರು. ನೀನು ಎಂದಾದರೂ ಇಂತಹ ಪ್ರದರ್ಶನಗಳಿಗೆ ಹಿರಿಯರೊಂದಿಗೆ ಹೋಗಿರುವೆಯಾ?

ಅಜ್ಜಿಯ ಮಾತಿನಿಂದ ಕುತೂಹಲಗೊಂಡ ಬಬ್ಲಿಯು ಆಟವಾಡುವ ಯೋಚನೆ ಬಿಟ್ಟು, ಮತ್ತೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳತೊಡಗಿದಳು.

ಬಬ್ಲಿ: ಅಜ್ಜಿ, ನೀವು ಚಿಕ್ಕವರಿದ್ದಾಗ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸಗಳನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಾ?

ಅಜ್ಜಿ: ಹೌದು ಮಗು, ತುಂಬಾ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆವು.

ಬಬ್ಲಿ: ಏನೇನು ಮಾಡ್ತಾ ಇದ್ದಿರಿ?

ಅಜ್ಜಿ: ಹಾಲು ಕರೆಯುವುದು, ಕಾಳುಗಳನ್ನು ಬಿಡಿಸುವುದು, ಭತ್ತ ಕುಟ್ಟುವುದು, ಮೊಸರು ಕಡೆಯುವುದು, ರಾಗಿ ಬೀಸುವುದು, ರೊಟ್ಟಿ ತಟ್ಟುವುದು, ಸಗಣಿಯಿಂದ ನೆಲ ಸಾರಿಸುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆವು.

ಬಬ್ಲಿ: ಅಬ್ಬಾ! ಅಷ್ಟೆಲ್ಲ ಕೆಲಸ ಮಾಡ್ತಾ ಇದ್ರಾ?

★ ಯೋಚಿಸಿ ಉತ್ತರಿಸೋಣ:

1. ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು ಅವರ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಈಗ ನಾವು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆಯೇ?

ಹೌದಾದಲ್ಲಿ ಯಾವುದು? ______________________________

____

ಇಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ, ಏಕೆ? ______________________________

____

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

2. ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು ಅವರ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆಡುತ್ತಿದ್ದ ಆಟಗಳನ್ನು ಈಗ ನಾವು ಆಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆಯೇ?

ಹೌದಾದಲ್ಲಿ ಯಾವುದು? ______________________________

____

ಇಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ, ಏಕೆ? ______________________________

____

ಹಾಡೋಣ ಬಾರಾ: (ತರಗತಿ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಅಭಿನಯದೊಂದಿಗೆ ಹಾಡುತ್ತಾ ಆನಂದಿಸು)

ಕುಟ್ಟೋದು ಖುಷಿ ಬಾಳ
ಬೀಸೋದು ಬಿಗಿ ಬಾಳ
ರೊಟ್ಟಿ ಸುಡುವುದು ಜಡ ಬಾಳವ್ವ,

- ಇದೇ ರೀತಿ ಹಾಡನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುವುದು.
- ಇಂತಹ ಇತರ ಜನಪದ ಹಾಡುಗಳನ್ನು ಅಭಿನಯದೊಂದಿಗೆ ಹಾಡುತ್ತಾ ಆನಂದಿಸುವುದು.

*** ನಿನ್ನ ಒಂದು ರಜಾದಿನದ ದಿನಚರಿಯನ್ನು ಬರೆ.**

ದಿನಾಂಕ: **ವಾರ:** **ತಿಂಗಳು:** **ವರ್ಷ:**

ಕ್ರ. ಸಂ.	ಸಮಯ	ಕೆಲಸದ ವಿವರ
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ☐
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ ☐

ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :
ದಿನಾಂಕ :

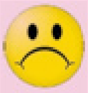
❖ ನಿನ್ನ ಮನೆಯ ಹಿರಿಯರೊಬ್ಬರ (ತಂದೆ/ತಾಯಿ/ಅಜ್ಜಿ/ಅಜ್ಜ/ಇತರರು) ಚಿಕ್ಕಂದಿನ ಒಂದು ದಿನದ ದಿನಚರಿಯನ್ನು ಬರೆ.

ಕ್ರ. ಸಂ.	ಸಮಯ	ಕೆಲಸದ ವಿವರ
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

ಎರಡೂ ದಿನಚರಿಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಹಿರಿಯರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸು.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ನನ್ನ ಕಲಿಕೆ ಪ್ರಗತಿ...

ಕ್ರ.ಸಂ.	ಹೇಳಿಕೆಗಳು		
1	ಹಿಂದಿನ ಮತ್ತು ಇಂದಿನ ಉಡುಪುಗಳ ನಡುವಿನ ಹೋಲಿಕೆ ಮತ್ತು ವ್ಯತ್ಯಾಸ ತಿಳಿದಿರುವೆ.		
2	ಹಿಂದಿನ ಮತ್ತು ಈಗಿನ ಅಡುಗೆ ಪರಿಕರಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಉಪಯೋಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿರುವೆ.		
3	ಹಿರಿಯರು ಆಡಿದ ಆಟಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸುವೆ.		
4	ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು ಚಿಕ್ಕವರಿದ್ದಾಗ ಮಾಡಿದ್ದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನನ್ನ ಕೆಲಸಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸುವೆ.		

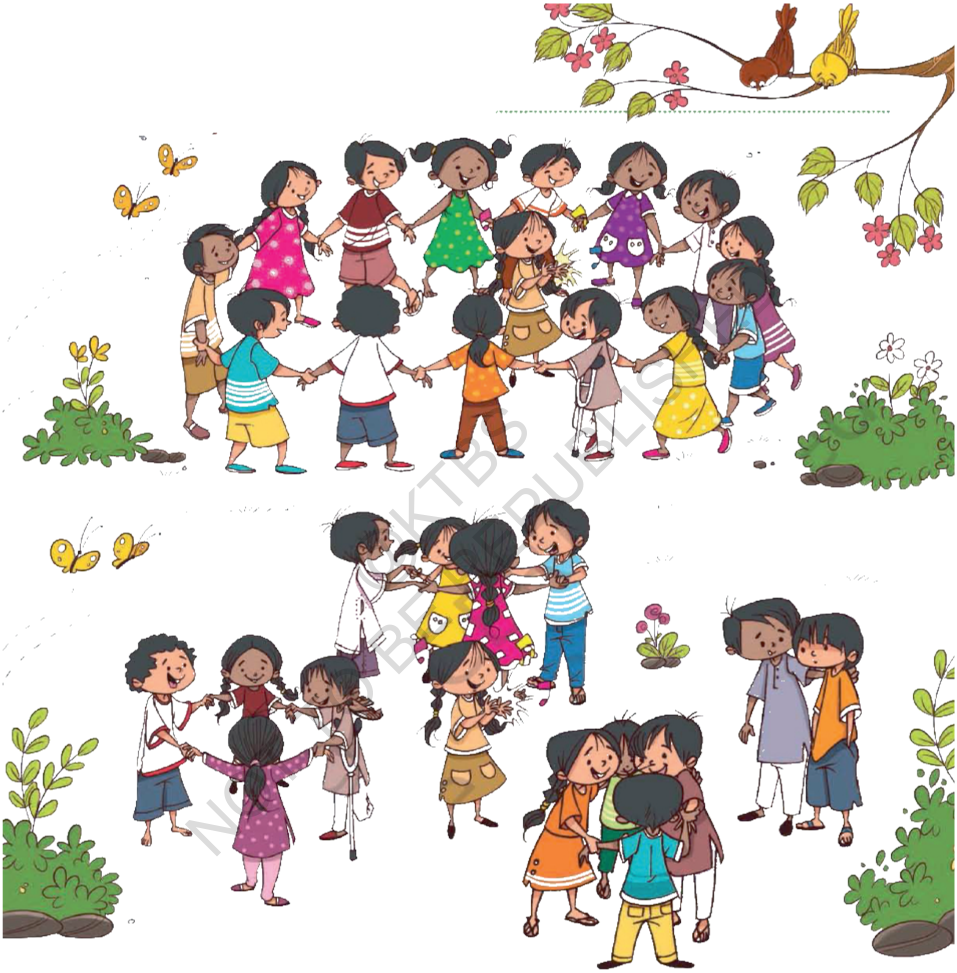
*****

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ☐
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ ☐

ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :
ದಿನಾಂಕ :

7 ಆಟ–ಓಟ

ಈ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಗಮನಿಸೋಣ:



© KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಯೋಚಿಸು:

1. ಈ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ಕಾಣುವೆ?
2. ನಿನಗೆ ಆಟವಾಡಲು ಏಕೆ ಇಷ್ಟ? ಯಾರೆಲ್ಲಾ ಸೇರಿ ಆಟವಾಡುತ್ತೀರಿ?

ಆಟದ ಸಮಯ, ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲರದ್ದೂ ಒಂದೇ ಗಲಾಟೆ.. ನಾನು ಈ ಆಟ ಆಡುವೆ.. ನಾನು ಆ ಆಟ ಆಡುವೆ...! ಎಂದು.

ನೀನು ಯಾವ ಯಾವ ಆಟಗಳನ್ನು ಆಡಿರುವೆ? ಬರೆ.

________	________	________
________	________	________

ನಿನಗೆ ಇಷ್ಟವಾದ ಆಟಗಳು ಯಾವುವು? ಬರೆ.

________	________	________
________	________	________

ಶಿಕ್ಷಕಿಯು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಆಟದ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳಿರುವ ಕೊಠಡಿಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಬಂದರು. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಗುಂಪುಗಳಾಗಿ ಮಾಡಿ ಅವರ ಇಚ್ಛೆಯಂತೆ ಆಟದ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸೂಚಿಸಿದರು.

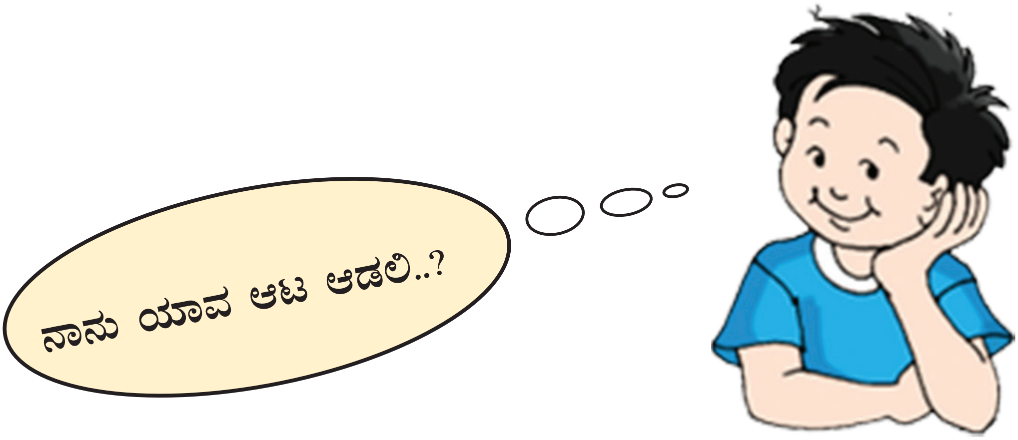
ಮೀನಾಳ ಗುಂಪು ಬ್ಯಾಟ್ ಮತ್ತು ಬಾಲ್ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಕ್ರಿಕೇಟ್ ಆಡುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಮೈದಾನದ ಕಡೆ ನಡೆದರು.

ಗಿರಿಯ ಗುಂಪು ಲಗೋರಿ ಆಡುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಲಗೋರಿ ಸೆಟ್ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋದರು.

ಪಿಂಕಿಗೆ ನಡೆಯಲು ಬಾರದಿದ್ದರೂ ಚೆಸ್ ಆಟದಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಚುರುಕಾಗಿದ್ದಳು. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವಳು ಚೆಸ್ ಬೋರ್ಡ್ ಪಡೆದು ತನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರ ಜೊತೆ ತರಗತಿ ಕೋಣೆಗೆ ಹೋದಳು.

ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲರೂ ತಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾದ ಆಟದ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಆಟ ಆಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. ಆದರೆ ಸಮೀರನಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಗೊಂದಲ...!

NOT TO BE REPUBLISHED @KTBS



ಈ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿ ಸಮೀರನಿಗೆ ಆಟದ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡೋಣ :

ಕ್ರ. ಸಂ.	ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ಆಡುವ ಆಟಗಳು	ತರಗತಿ ಅಥವಾ ಮನೆಯ ಒಳಗೆ ಕುಳಿತು ಆಡುವ ಆಟಗಳು

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಸಮೀರ, ಇನ್ನೇನು ಆಟವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗಲೇ ಮಳೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಎಲ್ಲ ಮಕ್ಕಳು 'ಹುಯ್ಯೋ ಹುಯ್ಯೋ ಮಳೆರಾಯ' ಎನ್ನುತ್ತ ತರಗತಿಗೆ ಮರಳಿದರು. ಶಿಕ್ಷಕಿಯು ಅವರೆಲ್ಲರನ್ನು ವೃತ್ತಾಕಾರದಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಡೊಂದನ್ನು ಹೇಳಿಸಿದರು.

ಈ ಹಾಡನ್ನು ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಹಾಡು.

ಆಟ ಆಡೋಣ ಹಿಗ್ಗಿ ನಲಿಯೋಣ

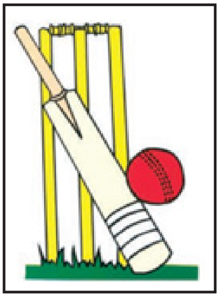
ಬನ್ನಿರಿ ಮಕ್ಕಳೇ,
ನಾಡಿನ ಕುಡಿಗಳೇ,
ಆಟವ ಆಡಿ ನಲಿಯೋಣ.
ಸುಂದರ ದೇಶವ ಕಟ್ಟೋಣ.

ಆಟವ ಆಡಲು ಮಜವುಂಟು
ಆಟದಿ ಎರಡು ಬಗೆಯುಂಟು
ಹೊರಾಂಗಣ ಆಟ ಒಳಾಂಗಣ ಆಟ
ಆಡುತ್ತ ನಾವು ನಲಿಯೋಣ
ಸುಂದರ ದೇಶವ ಕಟ್ಟೋಣ.

ನಾನು ತಿಳಿದಿರುವೆ....!

* ಮನೆಯ ಹೊರಗೆ ಆಡುವ ಆಟಗಳನ್ನು 'ಹೊರಾಂಗಣ ಆಟಗಳು' ಎನ್ನುವರು.
* ಮನೆಯ ಒಳಗೆ ಆಡುವ ಆಟಗಳನ್ನು 'ಒಳಾಂಗಣ ಆಟಗಳು' ಎನ್ನುವರು.

ಆಡಿದ್ರೆ ನೀನು ಚದುರಂಗ
ಮೆದುಳಿಗೆ ಮೇವು ಹಾಕಿದಂಗ
ಖೋ-ಖೋ ಕಬಡ್ಡಿ ವಾಲಿಬಾಲ
ಓಡುತ್ತ ಒದೆಯುವ ಫುಟ್ಬಾಲ
ಆಡುತ್ತ ನಾವು ನಲಿಯೋಣ



ಕ್ರಿಕೇಟ್ ಬ್ಯಾಟ್ ಹಿಡಿಯೋಣ
ಸಿಕ್ಸರ್ ಫೋರ್ ಹೊಡೆಯೋಣ
ಕಣ್ಣಾಮುಚ್ಚೆ ಕಾಡೆಗೂಡೆ ಆಡೋಣ
ಆಟದೊಳಗೆ ಪಾಠ ಕಲಿಯೋಣ
ಸುಂದರ ದೇಶವ ಕಟ್ಟೋಣ.

(ರಚನೆ: ಮಹಾಂತೇಶ ಪೂಜೇರ)

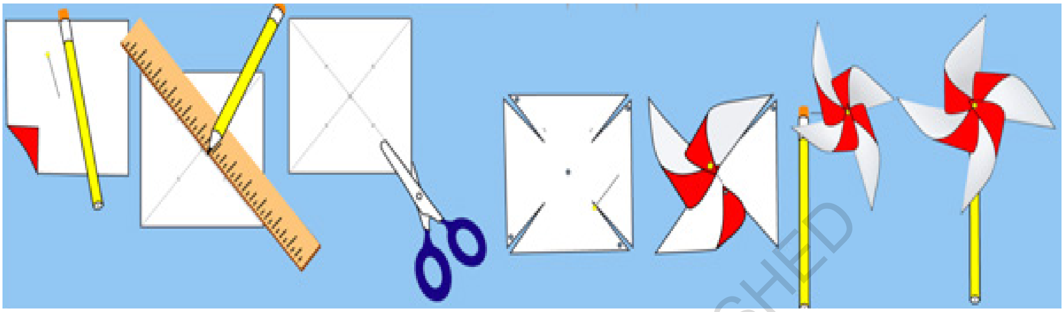
©KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

★ ಯೋಚಿಸಿ ಉತ್ತರಿಸು:

● ನೀನು ಆಟ ಆಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಮಳೆ ಬಂದರೆ ಏನು ಮಾಡುವೆ?

ಶಿಕ್ಷಕಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಕಾಗದದಿಂದ ಗಿರಿಗಿಟ್ಲೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟರು.

ಈ ಕೆಳಗಿನ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸು. ನೀನು ಕಾಗದದಿಂದ ಗಿರಿಗಿಟ್ಲೆ ಮಾಡಿ ಆಟವಾಡು.



● **ಈ ಆಟಿಕೆ ತಯಾರಿಸಲು ಬೇಕಾಗುವ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು ಯಾವುವು?**

....

....

● **ಗಿರಿಗಿಟ್ಲೆ ತಯಾರಿಸುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬರೆ.**

....

....

....

....

....

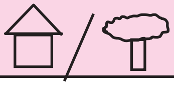
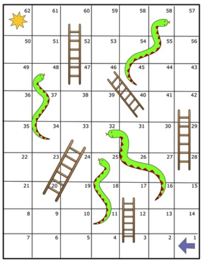
ಶಿಕ್ಷಕಿಯು ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲರಿಗೂ ಕೆಲವು ಆಟದ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಕೆಳಗಿನ 4 ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಲು ತಿಳಿಸಿದಳು.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಪಟ್ಟಿ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡೋಣ.

ಸೂಚನೆಗಳು : ಪಟ್ಟಿ 1. ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಆಟಗಳ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದೆ. ಆಟದ ಹೆಸರನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗಿರುವ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿಮಾಡು.

ಆಟ ಒಳಾಂಗಣವಾಗಿದ್ದರೆ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಹೊರಾಂಗಣವಾಗಿದ್ದರೆ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಬರೆ.

ಕ್ರ. ಸಂ.	ಚಿತ್ರ	ಆಟದ ಹೆಸರು	ಆಟಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು	
1				
2				
3				
4				

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಪಟ್ಟಿ 2: ಈ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಗಮನಿಸು.

1) ಇದು ಯಾವ ಆಟ?

____

2) ಈ ಆಟವಾಡಲು ಯಾವ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತವೆ?

____

____

ಕೆಲವು ಆಟಗಳಿಗೆ ಆಟದ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತವೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವು ಆಟಗಳಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಸಾಮಗ್ರಿ ಬೇಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತಹ ಆಟಗಳ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಚೌಕದಲ್ಲಿ ಬರೆ.

1.	2.
3.	4.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

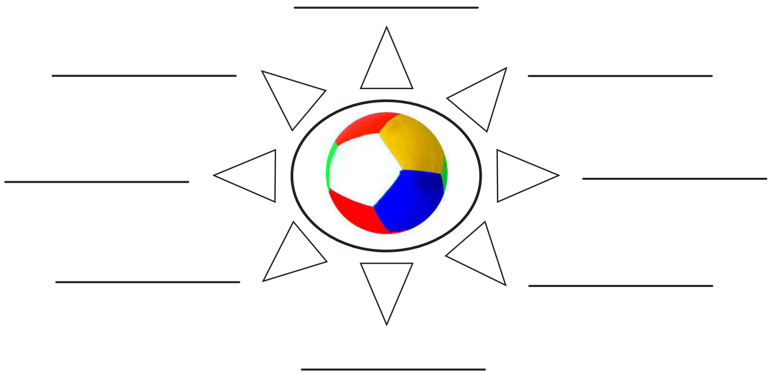
ಪಟ್ಟಿ 3: ನಾವು ಆಟಗಳನ್ನು ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಗುಂಪಾಗಿ ಆಡುತ್ತೇವೆ. ಕೆಲವು ಆಟಗಳನ್ನು ಕೇವಲ ಇಬ್ಬರು ಮಾತ್ರ ಆಡುತ್ತೇವೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವು ಆಟಗಳನ್ನು ಒಬ್ಬರೇ ಆಡುತ್ತೇವೆ. ನಿನ್ನ ಹಿರಿಯರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ ಉತ್ತರಿಸು.

ಒಬ್ಬರೇ ಆಡುವ ಆಟಗಳು	ಇಬ್ಬರು ಸೇರಿ ಆಡುವ ಆಟಗಳು	ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಆಡುವ ಆಟಗಳು

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ☐
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ ☐

ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :
ದಿನಾಂಕ :

ಪಟ್ಟಿ 4: ಚೆಂಡನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಆಡುವ ಆಟಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿಮಾಡು.



● ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಓದಿ, ಸರಿಯಾದ ಆಯ್ಕೆಗೆ ವೃತ್ತ ಹಾಕು.

1. ಚೆಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು ಎಷ್ಟು ಕಾಯಿಗಳಿರುತ್ತವೆ?
   ಅ. 20　　ಬ. 30　　ಕ. 32　　ಡ. 22

2. ಕಬಡ್ಡಿ ಆಟದ ಒಂದು ತಂಡದಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು ಎಷ್ಟು ಜನ ಆಟಗಾರರು ಇರುತ್ತಾರೆ?
   ಅ. 5　　ಬ. 7　　ಕ. 8　　ಡ. 13

3. ಓಲಂಪಿಕ್ ಕ್ರೀಡಾಕೂಟವನ್ನು ಎಷ್ಟು ವರ್ಷಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ?
   ಅ. 4　　ಬ. 5　　ಕ. 6　　ಡ. 7

4. ಯಾವ ದಿನದಂದು 'ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಯೋಗ ದಿನ' ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ?
   ಅ. ನವೆಂಬರ್ 21　　ಬ. ಅಕ್ಟೋಬರ್ 21　　ಕ. ಜೂನ್ 21　　ಡ. ಜುಲೈ 21

5. ಯಾವುದೇ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಬಳಸದೇ ಆಡುವ ಆಟ ಯಾವುದು?
   ಅ. ಚೌಕಾಬಾರ ಆಟ　　ಕ. ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಾಲೆ ಆಟ
   ಬ. ಮರಕೋತಿ ಆಟ　　ಡ. ಕೇರಮ್ ಆಟ

● ಉತ್ತರವನ್ನು ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಪರೀಕ್ಷಿಸು. ಸರಿಯಾದ ಉತ್ತರಕ್ಕೆ ಅಂಕಗಳನ್ನು ನೀನೇ ನೀಡು.

ನೀನು ಗಳಿಸಿದ ಒಟ್ಟು ಅಂಕಗಳು: ☐

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ☐ * ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ ☐	ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ : ದಿನಾಂಕ :

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಮರುದಿನ ದಿನ ಸಮೀರ್ ತನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಫುಟ್ಬಾಲ್ ಆಟವಾಡುತ್ತಿದ್ದನು. ಆಗ ಗಿರಿ ಫುಟ್‌ಬಾಲನ್ನು ಕಾಲಿನಿಂದ ಒದೆಯುವ ಬದಲು ಕೈಯಿಂದ ಎಸೆದ. 'ಇದು ಸರಿಯಲ್ಲ ಫುಟ್‌ಬಾಲನ್ನು ಕೈಯಿಂದ ಮುಟ್ಟಬಾರದು. ಕೇವಲ ಕಾಲಿನಿಂದ ಒದೆಯುತ್ತಾ ಗೋಲ್ ಮಾಡಬೇಕು' ಎಂದು ಸಮೀರ್ ಕೂಗಿದ. ಗಿರಿ ಕೈಯಿಂದ ಗೋಲ್ ಮಾಡಿರುವುದಾಗಿ ಎಲ್ಲ ಸ್ನೇಹಿತರು ಗಲಾಟೆ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. ಆಟವನ್ನು ಅರ್ಧಕ್ಕೆ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಎಲ್ಲರೂ ಶಿಕ್ಷಕಿಯ ಹತ್ತಿರ ಬಂದರು.

ಯೋಚಿಸಿ ಉತ್ತರಿಸು:

1. ಸ್ನೇಹಿತರು ಆಟವನ್ನು ಏಕೆ ಅರ್ಧಕ್ಕೆ ನಿಲ್ಲಿಸಿದರು?
2. ನೀವು ಫುಟ್ಬಾಲನ್ನು ಹೇಗೆ ಆಡುತ್ತೀರಿ?
3. ಆಟಗಳಿಗೆ ನಿಯಮಗಳು ಇರುತ್ತವೆಯೇ?

ಓದಿ ತಿಳಿಯೋಣ:

- ಪ್ರತಿ ಆಟಕ್ಕೂ ಅಥವಾ ಕ್ರೀಡೆಗೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ನಿಯಮಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಅನುಸರಿಸಿ ಆಡಿದಾಗ ಆಟವು ಸುಗಮವಾಗಿ ಸಾಗುತ್ತದೆ.
- ನಿಯಮಗಳು ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡುವಲ್ಲಿ ಸಹಕರಿಸುತ್ತವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಆಟಗಳನ್ನು ಅವುಗಳ ನಿಯಮಗಳಿಗನುಸಾರವಾಗಿ ಆಡಬೇಕು.
- ಆಟದಲ್ಲಿ ಸೋಲು-ಗೆಲುವು ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ, ಭಾಗವಹಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ.
- ಆಟಗಳಿಂದ ನಾವು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಸದೃಢರಾಗುತ್ತೇವೆ.

©KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ನಿನಗೆ ಇಷ್ಟವಾದ ಆಟಗಳ ಹೆಸರನ್ನು ಬರೆ. ಚರ್ಚಿಸಿ ಉತ್ತರಿಸು:

1. ಆಟದ ಹೆಸರು: ______________________

   ಆಟದ ನಿಯಮಗಳು ____

   ____

   ____

   ____

   ____

2. ಆಟದ ಹೆಸರು: ______________________

   ಆಟದ ನಿಯಮಗಳು ____

   ____

   ____

   ____

   ____

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

3. ನಿನ್ನ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಕ್ರೀಡಾಪಟುವಿನ ವಿವರ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಬರೆ.

   ಆಟಗಾರ್ತಿಯ / ಆಟಗಾರನ ಹೆಸರು ______________________________

   ಆಟದ ವಿವರ: ______________________________

ಯೋಚಿಸು:

- ನಿಯಮಗಳಿಲ್ಲದೆ ಆಟವಾಡಿದರೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊ.

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ☐
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ ☐

ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :
ದಿನಾಂಕ :

ಓದಿ ತಿಳಿಯೋಣ:

ಆಟಗಳು ಅಥವಾ ಕ್ರೀಡೆಗಳು ಸಂಘಟಿತ, ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಾಗಿವೆ. ಇವನ್ನು ನಿಯಮಗಳ ಪಾಲನೆಯಿಂದ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕ್ರೀಡಾಕೂಟಗಳು ಮೋಜಿಗಾಗಿ ಅಥವಾ ಉತ್ತಮ ದೈಹಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರಲು ಆಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕ್ರೀಡೆಯನ್ನು ವೃತ್ತಿಯಾಗಿಯೂ ಜನರು ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಮನರಂಜನೆಯೇ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ.

ನಿಮಗಿದು ತಿಳಿದಿರಲಿ: ಜಾರು ಮೆಟ್ಟು ಅಥವಾ ಸ್ಕೇಟಿಂಗ್

ಇದು ಒಂದು ಆಟ. ಸುಮಾರು 200 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಹಾಲೆಂಡಿನ ರಸ್ತೆಗಳ ಮೇಲೆ ಚಕ್ರವಿರುವ ಜಾರು ಮೆಟ್ಟುಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಯಿತು. ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನ ಜೆ.ಎಲ್.ಪ್ಲಿಂಪ್ಟನ್ ಎಂಬುವನು ನಾಲ್ಕು ಚಕ್ರವಿರುವ ಜಾರುಮೆಟ್ಟನ್ನು 1863ರಲ್ಲಿ ತಯಾರಿಸಿದನು.

ಹಿಮದ ಜಾರುವಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ 16ನೇ ಶತಮಾನದಲ್ಲಿಯೇ ಉಲ್ಲೇಖವಿದೆ. ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಜಾರುಮೆಟ್ಟನ್ನು ಓಟಗಾರನ ಕಾಲಿಗೆ ಜೋಡಿಸಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ನಂತರ ಶೂಗಳನ್ನು ಬಂಧಿಸಲು ಹಿಡಿಕಟ್ಟು ಬಂದಿತು. ಈಗ ಸ್ಕೇಟಿಂಗ್ ಅತ್ಯಂತ ಜನಪ್ರಿಯ ಕ್ರೀಡೆ. ನಗರ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ನೀರ್ಗಲ್ಲಿನ ಕ್ರೀಡಾಂಗಣ ರಚಿಸಿ ವರ್ಷದ ಯಾವುದೇ ಋತುವಿನಲ್ಲೂ ಈ ಆಟವನ್ನು ಆಡಲು ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

NOT TO BE REPUBLISHED ©KTBS

ನನ್ನ ಆರೋಗ್ಯ ನನ್ನ ಕೈಯಲ್ಲಿ: ನಾವು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿರಬೇಕಾದರೆ ಕೆಲವು ಉತ್ತಮ ಹವ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಊಟದೊಂದಿಗೆ ಆಟವೂ ಬೇಕು. ವ್ಯಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಯೋಗಾಸನವನ್ನು ದಿನನಿತ್ಯ ಮಾಡಬೇಕು. ನೀನು ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಹೆಲ್ತ್‌ಕಾರ್ಡ್‌ನ ಚೌಕದಲ್ಲಿ ✓ ಗುರುತು ಹಾಕು.

ನನ್ನ ಹೆಲ್ತ್ ಕಾರ್ಡ್

ಹೆಸರು: ವಯಸ್ಸು:

ತರಗತಿ: ತೂಕ:

ಶಾಲೆಯ ಹೆಸರು: ಎತ್ತರ:

ನನ್ನ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು	ವ್ಯಾಯಾಮ		ಆಟ ಮತ್ತು ಕ್ರೀಡೆಗಳು	
ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸುವೆ. ☐	ವಾಕಿಂಗ್ ಮಾಡುವೆ. ☐	ಜಾಗಿಂಗ್ ಮಾಡುವೆ. ☐	ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಆಡುವೆ. ☐	ಹಗ್ಗದಾಟ ಆಡುವೆ. ☐
ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವೆ. ☐	ಸರಿಯಾದ ಭಂಗಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವೆ. ☐	ಸೈಕಲ್ ಓಡಿಸುವೆ. ☐	ಕಬಡ್ಡಿ ಆಡುವೆ. ☐	ಖೋ–ಖೋ ಆಡುವೆ. ☐
ಆಹಾರವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅಗಿದು ತಿನ್ನುವೆ. ☐	ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವೆ. ☐	ಸರಿಯಾದ ಭಂಗಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವೆ. ☐	ಫುಟ್ ಬಾಲ್ ಆಡುವೆ. ☐	ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಾಲೆ ಆಟ ಆಡುವೆ. ☐
ಬೇಗ ಮಲಗಿ ಬೇಗ ಏಳುವೆ. ☐	ಸರಿಯಾದ ಭಂಗಿಯಲ್ಲಿ ಮಲಗುವೆ. ☐	ಯೋಗ ಮಾಡುವೆ. ☐	ಲಗೋರಿ ಆಡುವೆ. ☐	ಇತರೆ ಯಾವುದೇ ಆಟ ಆಡುವೆ. ☐

©KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ☐
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ ☐

ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :

ದಿನಾಂಕ :

ಓದಿ ತಿಳಿಯೋಣ:

ಪ್ಯಾರಾಲಂಪಿಕ್ಸ್:

ಇದೊಂದು ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅಥ್ಲೆಟಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳ ಕೂಟ. ದೈಹಿಕವಾಗಿ ನ್ಯೂನತೆ ಹೊಂದಿರುವ ಸ್ಪರ್ಧಾಳುಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಅವಕಾಶ.

ಇದು ಯಾವುದರ ಚಿನ್ಹೆ? ಈ ಕ್ರೀಡಾಕೂಟದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಕೆಳಗೆ ಕೊಟ್ಟ ಚೌಕದಲ್ಲಿ ಬರೆ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

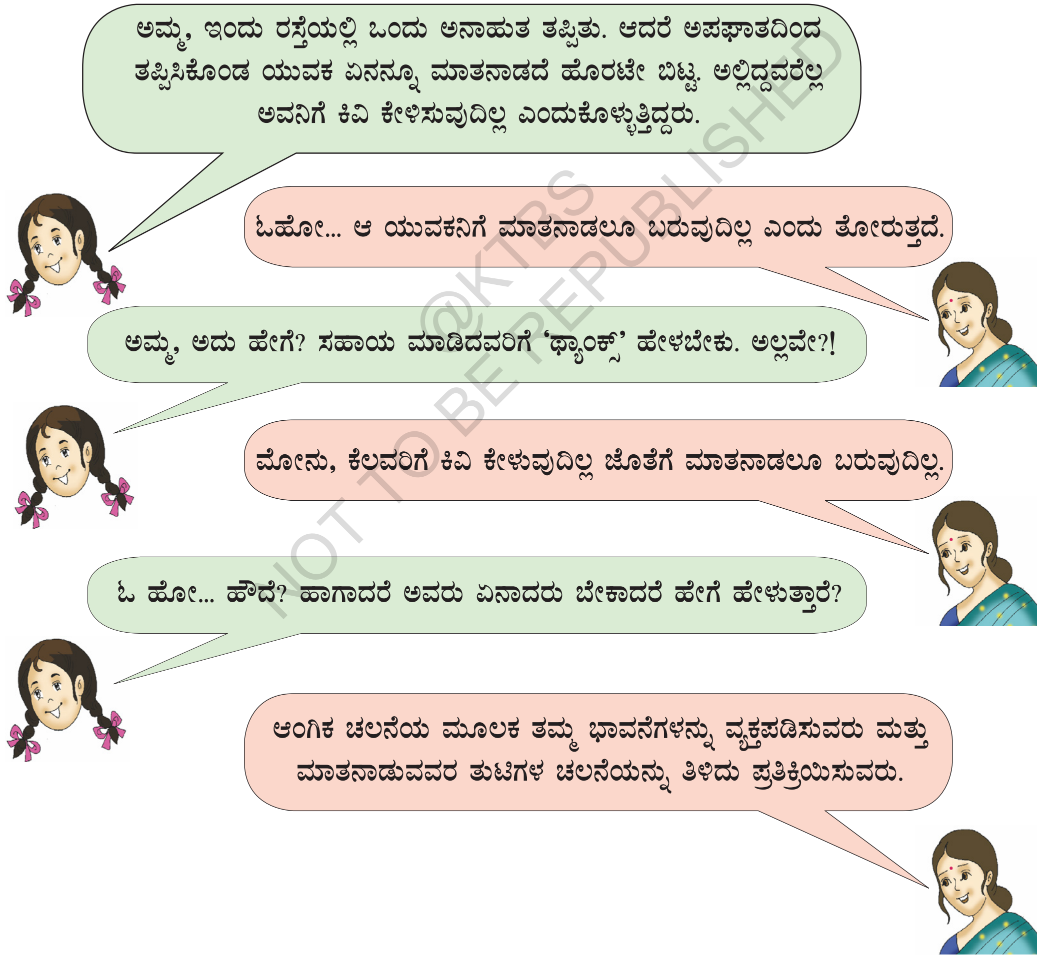
* ವಿವಿಧ ಆಟಗಳಲ್ಲಿ ಭಾರತವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸಿ ಪದಕ ಗಳಿಸಿದ ಆಟಗಾರರ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಮಂಡಿಸು.

*****

8 ನಮ್ಮ ಸುರಕ್ಷತೆ

ಅಂದು ಶನಿವಾರ, ಮೋನು ‘ಶಾಲೆಗೆ ತಡವಾಗಬಾರದು’ ಎಂದು ಆತುರವಾಗಿ ನಡೆದು ಹೊರಟಿದ್ದಳು. ತಕ್ಷಣ ಮೊಟರ್ ಸೈಕಲ್ ‘ಕಿರ್ರ’.... ಎಂದು ಬ್ರೆಕ್ ಹಾಕಿತು. ರಸ್ತೆ ದಾಟುತ್ತಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ಯುವಕನನ್ನು ಹಿರಿಯರೊಬ್ಬರು ಕೈ ಹಿಡಿದು ಎಳೆದರು. ಆಗುತ್ತಿದ್ದ ಅಪಘಾತ ತಪ್ಪಿತು. ಆದರೆ ಆ ಯುವಕ ಏನನ್ನೂ ಮಾತನಾಡದೇ ಮುಂದೆ ನಡೆದೇ ಬಿಟ್ಟ!!

ಮನೆಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿದ ಮೋನು ತನ್ನ ತಾಯಿಯ ಹತ್ತಿರ...



@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಓದಿ ತಿಳಿಯೋಣ: ದೃಷ್ಟಿ ವಿಶೇಷ ಚೇತನರು ಬ್ರೈಲ್ ಲಿಪಿಯನ್ನು, ವಾಕ್ ಮತ್ತು ಶ್ರವಣ ವಿಶೇಷ ಚೇತನರು ಸಂಕೇತ ಅಕ್ಷರಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಸಂವಹನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇವರೆಲ್ಲ ನಮ್ಮವರೆ. ಆದರೆ ಇವರಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಸೌಲಭ್ಯಗಳಿರುವ ಶಿಕ್ಷಣದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.

ಎಲ್ಲರೂ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಕೆಲವರು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮತ್ತೆ ಕೆಲವರು ಹಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರು ತುಂಬಾ ಸಲೀಸಾಗಿ ಗಿಡ – ಮರಗಳನ್ನು ಹತ್ತಿ ಇಳಿಯುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ಇವರೆಲ್ಲ ಒಂದೊಂದು ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಪರಿಣಿತರು. ಕೆಲವರಿಗೆ ದೈಹಿಕ ತೊಂದರೆ ಇದ್ದರೂ ತಮ್ಮ ವಿಶಿಷ್ಟ ಗುಣ ಮತ್ತು ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಛಲದಿಂದ ಮುಂದುವರೆಸಿ ಉತ್ತಮ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

✱ ನೀನು ಯಾವ ರೀತಿಯ ವಿಶೇಷ ಚೇತನರನ್ನು ಕಂಡಿರುವೆ?

____

____

✱ ಅವರು ತಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ?

____

____

____

✱ ನೀನು ಅವರಿಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು?

____

____

____

____

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ☐ * ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ ☐	ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ : ದಿನಾಂಕ :

ವಿಶೇಷ ಚೇತನರು ನಿತ್ಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಉಪಕರಣಗಳ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ನೀಡಿದೆ. ಅವುಗಳ ಹೆಸರುಗಳೊಂದಿಗೆ ಈ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿಸು.

ಕಿವಿ ಕೇಳುವ ಸಾಧನ

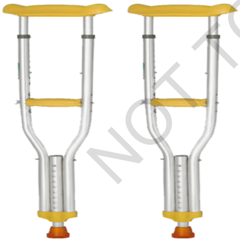
(Hearing Aid)

ವಾಕರ್

(Walker)

ಕಂಕುಳ ಸಾಧನ (ಕ್ರಚಸ್)

(Crutches)



ಗಾಲಿ ಕುರ್ಚಿ

(Wheel Chair)

ಬ್ರೈಲ್ ಲಿಪಿ

(Braille Script)

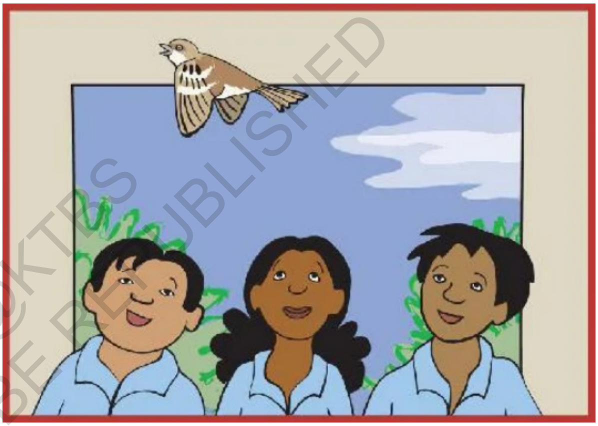
@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ	☐	ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :	
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ	☐	ದಿನಾಂಕ :	

ಮರುದಿನ, ಅಮ್ಮ ಹೇಳಿದ ಮಾತುಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಮೋನು, ತರಗತಿ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿದ್ದಳು. ಒಮ್ಮೆಲೆ ಫ್ಯಾನ್ ಕಡೆಯಿಂದ ಗುಬ್ಬಚ್ಚಿಯೊಂದರ ಕೀರಲು ಧ್ವನಿ ಕೇಳಿ ಬಂದಿತು.

ಹಿಂಬದಿಯಿಂದ ಸೋನು, "ನೋಡಿ ಅಲ್ಲಿ ಗುಬ್ಬಿಯೊಂದು ಗಾಯಗೊಂಡು ಚೀರುತ್ತಿದೆ" ಎಂದು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಕೂಗಿದಳು. ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲರೂ ಗುಂಪಾದರು. ಕೂಡಲೇ ಸೋನು, ಗುಬ್ಬಿ ಮರಿಯನ್ನು ತನ್ನ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಸವರಿದಳು.

'ಎಲ್ಲರೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಹಿಂದೆ ಸರಿಯಿರಿ' ಎನ್ನುತ್ತಾ ಜಾನ್, ಒಂದು ಬಟ್ಟಲಿನಲ್ಲಿ ನೀರು ತಂದನು. ಗುಬ್ಬಿಯ ಕೊಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಹನಿಹನಿಯಾಗಿ ಹಾಕತೊಡಗಿದನು. ನೀರು ಗುಟುಕಿಸಿದ ಗುಬ್ಬಿಯು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಎಚ್ಚರಗೊಂಡಿತು. ರೆಕ್ಕೆ ಬಡಿಯುತ್ತಾ 'ಪುರ್' ಎಂದು ಹಾರಿ ಹೋಯಿತು. ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲರೂ ಖುಷಿಪಟ್ಟರು.



NOT TO BE REPUBLISHED ©KTBS

ಎಂದಿನಂತೆ ಸಂಜೆ, ಮೋನು ಮನೆಗೆ ಹಿಂತಿರುಗಿದಳು. ತಾನು ಸಾಕಿದ್ದ ಬೆಕ್ಕು ಅಳುತ್ತಿದ್ದ ಶಬ್ದ ಕೇಳಿಸಿಕೊಂಡು ಮನೆಯ ಹಿತ್ತಲಲ್ಲಿ ಹೋಗಿ ನೋಡಿದಳು. ಬೆಕ್ಕಿನ ನಾಲ್ಕು ಮರಿಗಳ ಪೈಕಿ ಮೂರು ಮಾತ್ರ ಇದ್ದವು. ಗಾಬರಿಗೊಂಡ ಮೋನು ಕಾಣೆಯಾದ ಬೆಕ್ಕಿನ ಮರಿಗಾಗಿ ಹುಡುಕಾಡಿದಳು. ಕೊನೆಗೆ ಮೋನುವಿನ ಅಣ್ಣ ತನ್ನ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಹಿಡಿದು ಮುದ್ದಿಸುತ್ತಿದ್ದನು...!!! ಈ ರೀತಿಯ ಘಟನೆಗಳು ನಿನ್ನ ಶಾಲೆ, ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆದಿವೆಯೇ..? ಹೌದಾದಲ್ಲಿ ನಿನ್ನ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಗೆಳೆಯರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊ.

ಈ ರೀತಿಯ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಕಂಡಾಗ ನೀನು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವೆ?

- **ಸಂದರ್ಭ–1:** ಮೇಕೆ ಮರಿಯೊಂದು ತಂತಿ ಬೇಲಿ ದಾಟುವಾಗ ಅದರ ಕಾಲು ಸಿಕ್ಕಿಕೊಂಡು ಹೊರಬರಲಾಗದೇ ಒದ್ದಾಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ.

  ____

  ____

  ____

- **ಸಂದರ್ಭ–2:** ಪಾರ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲರೂ ಆಟ ಆಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಒಂದು ಕಾಲು ಊನವಾಗಿರುವ ಮಗು ಜಾರುಬಂಡೆಯ ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳನ್ನು ಹತ್ತಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಪಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ.

  ____

  ____

  ____

- **ಸಂದರ್ಭ–3:** ಕಡಲೆಕಾಯಿ ಪರಿಷೆಯಲ್ಲಿ ಮಗುವೊಂದು ತಂದೆ ತಾಯಿಯಿಂದ ಬೇರ್ಪಟ್ಟು / ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಂಡು ಗಾಬರಿಯಿಂದ ಅಳುತ್ತಿರುತ್ತದೆ.

  ____

  ____

  ____

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಮೋನು, ತನ್ನ ಅಣ್ಣನಿಂದ ಸೈಕಲ್ ಸವಾರಿ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಕಲಿತಳು. ಅದೇ ರೀತಿ ನೀನೂ ಕೂಡಾ ನಿನ್ನ ಕುಟುಂಬದವರಿಂದ ಏನನ್ನಾದರೂ ಕಲಿತಿರಬಹುದು. ಅವುಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಪಟ್ಟಿಮಾಡೋಣ.

ಏನನ್ನು ಕಲಿತಿರುವೆ?	ಯಾರಿಂದ ಕಲಿತಿರುವೆ?

ನಿನ್ನ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಯಾರ ಬಳಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವೆ? (ಇತರ ಭಾವನೆಗಳು ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸು)

ಕ್ರ.ಸಂ.	ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳು	ನಾನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುವವರು
1	ನನಗೆ ಸಂತೋಷವಾದಾಗ	
2	ಹಿಂದಿನ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕಾದಾಗ	
3	ನನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಗುಟ್ಟನ್ನು ಹೇಳಬೇಕಾದಾಗ	
4	ನಾನು ಯಾವುದಾದರೊಂದು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದಾಗ	
5	ನನಗೆ ತುಂಬಾ ದುಃಖವಾದಾಗ	
6		
7		

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

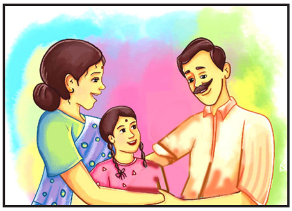
ಇದು ನನಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ... ...

ಆಟ ಮುಗಿದ ಮೇಲೆ ಮೀನಾ ಮತ್ತು ರೀಟಾ ಮನೆಯ ಕಡೆಗೆ ಹೊರಟರು. ಮೀನಾ, ರೀಟಾಳನ್ನು ಕೈ ಹಿಡಿದು ಎಳೆಯುತ್ತಾ 'ನಮ್ಮ ಮನೆಗೆ ಹೋಗೋಣ, ಬಾ' ಎಂದಳು. ರೀಟಾ, ತನ್ನ ಕೈಯನ್ನು ಬಿಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ 'ನಿಮ್ಮ ಅಂಕಲ್ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾರಾ? ಅವರು ಇದ್ದರೆ ನಾನು ಬರುವುದಿಲ್ಲ' ಎಂದಳು.

'ಏಕೆ ರೀಟಾ, ಹಾಗೆ ಹೇಳುವೆ? ನಮ್ಮ ಅಂಕಲ್‌ಗೆ ನೀನು ಎಂದರೆ ಇಷ್ಟ. ಅವರು ಇಬ್ಬರಿಗೂ ಚಾಕಲೇಟ್ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಬಾ...'

'ಮೀನಾ, ನಿಮ್ಮ ಅಂಕಲ್ ಕಂಡರೆ ನನಗೆ ಭಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು ನನ್ನ ಕೈಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದು ನನಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ' ಎನ್ನುತ್ತಾ ಅಲ್ಲಿಂದ ತನ್ನ ಮನೆಯ ಕಡೆಗೆ ಹೊರಡುತ್ತಾಳೆ.

ನಾ ಹೇಳುವೆ ಸರಿ – ತಪ್ಪು:



@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಹೀಗೆ ಮಾಡು !!

ಶಾಲೆ, ಮನೆ, ನೆರೆಹೊರೆ ಅಥವಾ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ನಿನಗೆ/ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ವರ್ತಿಸಿದರೆ –

- ನಿನಗೆ ಅವಶ್ಯಕ ಎನಿಸಿದಲ್ಲಿ, ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ತಿಳಿಸು ಅಥವಾ ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಕಂಡು ಬಂದಲ್ಲಿ, ಅವರ ಅನುಭವವನ್ನು ಕೇಳಿ ತಿಳಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸು
- ನಿನ್ನ ಹಿರಿಯರಿಗೆ/ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ತಿಳಿಸು. ಇಲ್ಲವೆ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿರುವ 'ಸಮಸ್ಯಾ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ' ಯಲ್ಲಿ ಬರೆದು ಹಾಕಿ ಸೂಕ್ತ ರಕ್ಷಣೆ ಪಡೆಯಲು ಮರೆಯದಿರು.

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ	
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ	

ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :
ದಿನಾಂಕ :

ಸಹಾಯ ಹಸ್ತ

ಈ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಗಮನಿಸು.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

- ನನ್ನ ಕೈಗಳನ್ನು ನಾನು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ನೋವುಂಟು ಮಾಡಲು ಬಳಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವುಗಳನ್ನು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ನಾನು ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಬಳಸುವೆ ಹಾಗೂ ಮೇಲಿನಂತೆ ಸುಂದರವಾದ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಬಿಡಿಸಲೂ ಸಹ ಬಳಸುವೆ. ನೀನು?

ನೀನು ನಿನ್ನ ಕೈಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಬಳಸುವೆ? ಇಲ್ಲಿ ಬರೆ.

____

____

____

ಪ್ರಿಯಾ ಎಂದಿನಂತೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮುಗಿಸಿ, ತರಗತಿಗೆ ಸಾಲಿನಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಳು. ಶ್ಯಾಮ ವೇಗವಾಗಿ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಬರುವ ರಭಸದಲ್ಲಿ ಪ್ರಿಯಾಳನ್ನು ತಳ್ಳಿದ. ಪ್ರಿಯಾ ಬಿದ್ದಿದ್ದರಿಂದ ಅವಳ ಕಾಲಿಗೆ ನೋವಾಯಿತು. ಅವಳು ಅಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಳು. ಶ್ಯಾಮ ತನ್ನ ತಪ್ಪಿನ ಅರಿವಾಗಿ ಓಡಿ ಬಂದು ಕ್ಷಮೆ ಕೇಳಿದ. ಅವನು, ಸಿರಿ ಮತ್ತು ಸೋಮುವಿನೊಂದಿಗೆ ಅವಳನ್ನು ಸಮಾಧಾನ ಪಡಿಸುತ್ತಾ ತರಚಿದ ಗಾಯಕ್ಕೆ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ (First Aid Box) ಯಿಂದ ಮುಲಾಮು ಹಚ್ಚಿದನು.

©KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಯೋಚಿಸಿ, ಉತ್ತರಿಸು:

- ಶ್ಯಾಮನಿಗೆ ತನ್ನ ತಪ್ಪಿನ ಅರಿವಾಯಿತು. ಏಕೆ?
- ನೀನು ಶ್ಯಾಮ ಆಗಿದ್ದರೆ, ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ?
- ನೀನು ನಿನ್ನ ತರಗತಿಗೆ ಹೇಗೆ ಹೋಗುವೆ?
- ನಾವು ಏಕೆ ಸಾಲಾಗಿ ಹೋಗಬೇಕು?

ಶಿಕ್ಷಕಿಯು, ತರಗತಿಗೆ ಬಂದ ನಂತರ ಮಕ್ಕಳು ನಡೆದ ಘಟನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿದರು. ಅವರು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅರ್ಧವೃತ್ತಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸಿ, ನಾವು ಹೇಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ವಿವರಿಸಿದರು. 'ಸಾಲಾಗಿ ತರಗತಿಗೆ ಬಂದರೆ ಯಾವುದೇ ಅನಾಹುತವಾಗುವುದಿಲ್ಲ' ಎಂದು ಎಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರು. ಅಂದಿನಿಂದ ಶ್ಯಾಮನು ತರಗತಿಗೆ ಬರುವಾಗ ಸಾಲಾಗಿ ಬರುವುದನ್ನು, ಹೋಗುವುದನ್ನು ಎಂದೂ ತಪ್ಪಿಸಲಿಲ್ಲ.

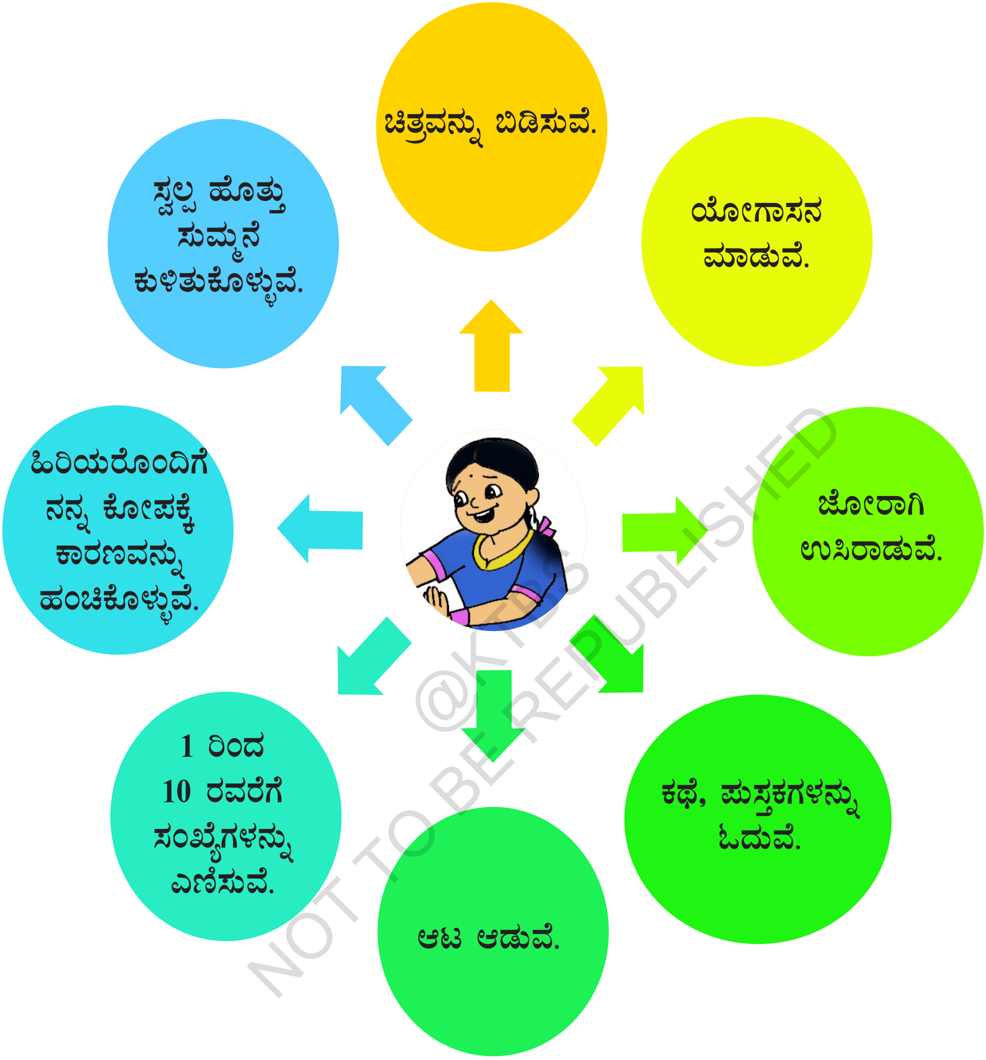
ಪ್ರಿಯಾ ತುಂಬಾ ಜಾಣೆ. ಅವಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾಳೆ. ಒಂದು ದಿನ ಗಿರಿಯನ್ನು ಸಿರಿ ಅಡ್ಡ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಕರೆದಳು. ಆಗ ಗಿರಿಯು ಬೇಸರದಿಂದ ಅಳತೊಡಗಿದನು. ಪ್ರಿಯಾ ಅವನನ್ನು ಸಮಾಧಾನ ಮಾಡಿ ತರಗತಿಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಬಂದಳು. ಯಾರಿಗಾದರೂ ನೋವಾದರೆ ಪ್ರಿಯಾ ಅವರಿಗೆ ಸಮಾಧಾನಪಡಿಸುತ್ತಾಳೆ.

- ಗಿರಿ ಅಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದನು. ಏಕೆ?
- ಗಿರಿಯನ್ನು ಸಮಾಧಾನಪಡಿಸಲು ನೀನು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ?

ಮತ್ತೊಂದು ದಿನ ಸೋಮುವಿಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸುಭಾಷಿತ ಓದಲು ತಿಳಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಆದರೆ ಸೋಮುವಿಗೆ ಹೆದರಿಕೆಯೋ ಹೆದರಿಕೆ! ಅವನನ್ನು ಗಮನಿಸಿದ ಪ್ರಿಯಾ, ನೀನು 'ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಓದು' ಎಂದು ಹುರಿದುಂಬಿಸಿದಳು. ಅವಳ ಮಾತು ಕೇಳಿದ ಸೋಮು, ಸುಭಾಷಿತವನ್ನು ಓದಿ ಎಲ್ಲರಿಂದ ಬೇಷ್ ಎನಿಸಿಕೊಂಡನು.

- ಸೋಮುವಿನ ಹಿಂಜರಿಕೆಗೆ ಏನು ಕಾರಣ?
- ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನೀನು ಏನು ಮಾಡುವೆ?

ಪ್ರಿಯಾಳಿಗೆ ಕೋಪ ಬಂದಾಗ ಈ ರೀತಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ :



@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ಸಮಾಧಾನವಾಗಿ ಮೊದಲಿನಂತೆ ನಗುನಗುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾಳೆ.

ನಿನಗೆ ಕೋಪ ಬಂದಾಗ ನೀನು ಏನು ಮಾಡುವೆ? ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ನಿನ್ನ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊ.

ಅವಳ ಮಾತು ತುಂಬಾ ಹಿತಮಿತ. ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಅವಳು ಸದಾ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಇರುತ್ತಾಳೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಅವಳು ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನೇ ಕಲಿಯುತ್ತಾಳೆ. ನೀವೂ ಹಾಗೇಯೇ ಮಾಡಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚಾಗಿರಿ.

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ	☐	ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :	
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ	☐	ದಿನಾಂಕ :	

ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಹೇಳಿಕೆಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದೆ. ಇವು ನಿನಗೆ ಉತ್ತಮವಾದುದನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಚಟುವಟಿಕೆ ಹಾಳೆಯಲ್ಲಿರುವ ಚಿತ್ರದ ಕೆಳಗೆ ಇಲ್ಲವಾದರೆ, ಚಿತ್ರದ ಕೆಳಗೆ ತಪ್ಪಿಲ್ಲದಂತೆ ಬರೆ.

ಈ ಹೇಳಿಕೆಗಳನ್ನು ಓದಿ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊ.

ಹೇಳಿಕೆಗಳು:

1. ನಾನು ಕಲಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತೇನೆ.
2. ನನಗೆ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ನಂಬಿಕೆ ಇದೆ.
3. ನಾನು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಲು ಕೊಟ್ಟ ನಿಯೋಜಿತ ಕೆಲಸವನ್ನು ಅಂದೇ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.
4. ಕಲಿಯುವುದು ನನಗೆ ಖುಷಿ ಕೊಡುತ್ತದೆ.
5. ನಾನು ಆಡಿ, ನೋಡಿ, ಮಾಡಿಯೂ ಕಲಿಯುವೆ.
6. ನಾನು ಬೇರೆಯವರು ಹೇಳುವುದನ್ನು ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವೆ.
7. ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ನಾನು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವೆ.
8. ನಾನು ನನಗೆ ತಿಳಿಯದನ್ನು ಕೇಳಿ ತಿಳಿಯುವೆ.
9. ನನಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲದವರ ಹತ್ತಿರ ನಾನು ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ.
10. ವಿರಾಮದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ತರಗತಿಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ಹೋಗುವೆ.
11. ಸ್ನೇಹಿತರ ಪುಸ್ತಕ, ಪೆನ್ಸಿಲ್‌ಗಳನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳದೆಯೇ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವೆ.
12. ನಾನು ಮಾಡಿದ ಮಣ್ಣಿನ ಆಟಿಕೆ, ಕಾಗದದ ಗೊಂಬೆಗಳು, ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವೆ.
13. ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಸದಾ ಜಗಳವಾಡುವೆ.
14. ಪ್ರಾಣಿ–ಪಕ್ಷಿಗಳಿಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಪೋಷಿಸಿ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಆರೈಕೆ ಮಾಡುವೆ.

NOT TO BE REPUBLISHED @KTBS

ಹೇಳಿಕೆಗಳನ್ನು ವಿಂಗಡಿಸಿ ಬರೆ.

ನೀನು ಓದಿದ ಹೇಳಿಕೆಗಳು ನಿನಗೆ ಉತ್ತಮವಾದುದನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಬರೆ.

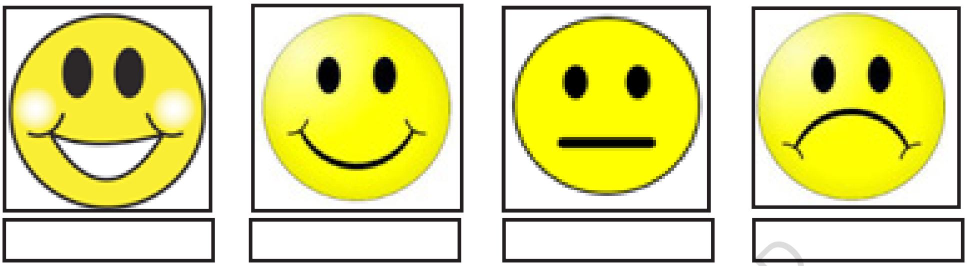
ಉಳಿದ ಹೇಳಿಕೆಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಬರೆ.

©KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

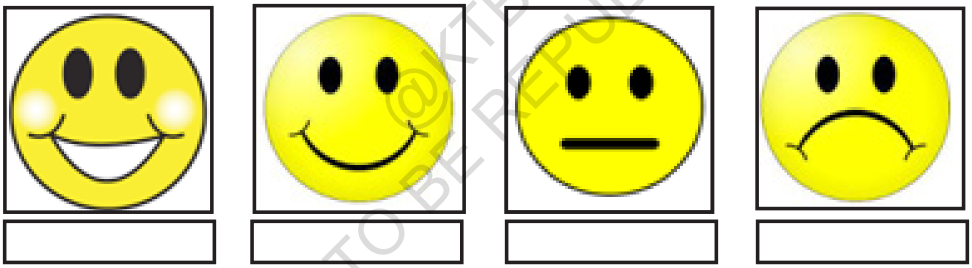
ಸೂಚನೆ : ಇಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಗಮನವಿಟ್ಟು ಓದು. ಅವುಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ನಿನ್ನ ಕೆಲಸದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ ಚಿತ್ರಕ್ಕೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ✓ ಗುರುತು ಹಾಕು.

1. ಪ್ರತಿದಿನ ಯೋಗಾಸನಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಾನು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಇರುತ್ತೇನೆ.

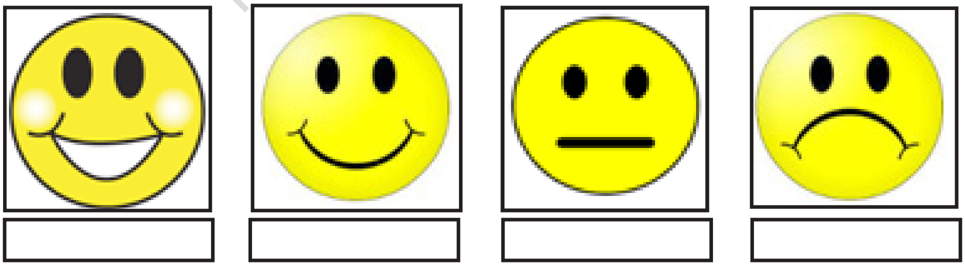
ಪ್ರತಿದಿನ	ದಿನಬಿಟ್ಟು ದಿನ	ವಾರದಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆ	ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ



2. ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತೇನೆ ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲಾ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಲವಲವಿಕೆಯಿಂದ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

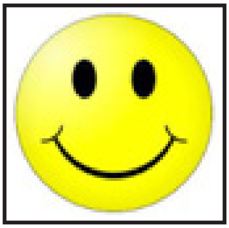


3. ನಾನು ದಿನಾಲೂ ಪಾಠಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಆಟಗಳನ್ನೂ ಆಡುವುದರಿಂದ ನನಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಖುಷಿಯಾಗುತ್ತದೆ.



@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

4. ನಾನು ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಸಹಕಾರದಿಂದ ಇರುವುದರಿಂದ ಅವರು ನನ್ನನ್ನು ಆಟಪಾಠಗಳಲ್ಲಿ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.



ಓದಿ ತಿಳಿಯೋಣ: 'ವಿಶ್ವ ಶೌಚಾಲಯ ದಿನ' – ನವೆಂಬರ್ 19

ವಿಶ್ವದ ಎಲ್ಲೆಡೆ ನಿರ್ಮಲದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಹಾಗೂ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಶೌಚಾಲಯದ ಬಳಕೆ ಹಾಗೂ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯ ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಬಳಕೆ ಕುರಿತು ಜಾಗತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಇಡುವುದು ಈ ದಿನದ ಆಶಯವಾಗಿದೆ.

ಮಾನವನ ಮಲವು ನೀರು, ನೊಣ, ಬರಿಗಾಲು ಮತ್ತು ಆಹಾರದ ಮೂಲಕ ಮನುಷ್ಯನ ದೇಹವನ್ನು ಸೇರುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಹಲವಾರು ಖಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ:– ವಾಂತಿ, ಭೇದಿ, ಜ್ವರ ಇತ್ಯಾದಿ.

©KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

*****

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ	
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ	

ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :
ದಿನಾಂಕ :

9 ಅಳತೆ–ಅಂದಾಜು

ನೀನು ಈಗಾಗಲೇ ಗೇಣು, ಮೊಳ, ಮಾರು, ಹೆಜ್ಜೆಗಳಲ್ಲಿ ವಸ್ತು, ಸ್ಥಳ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಅಳೆಯುವ ಕ್ರಮವನ್ನು ತಿಳಿದಿರುವೆ. ಅಲ್ಲವೇ?

*** ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನೀನು ಯಾವ ಅಳತೆಯ ಮಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೀಯಾ? ಎಂಬುದನ್ನು ✓ ಹಾಕಿ ಗುರುತಿಸು.**

ಕ್ರ. ಸಂ.	ಸಂದರ್ಭ	ಅಳತೆಗಳು			
		ಗೇಣು	ಮೊಳ	ಹೆಜ್ಜೆ	ಮಾರು
1	ಹಗ್ಗದ ಉದ್ದ ಅಳೆಯುವಾಗ				
2	ಪುಸ್ತಕದ ಅಗಲ ತಿಳಿಯುವಾಗ				
3	ಕೊಠಡಿಯ ಅಗಲ ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವಾಗ				
4	ಟವೆಲ್ ಅಗಲ ಅಳೆಯುವಾಗ				
5	ಹೂವಿನ ಮಾಲೆಯನ್ನು ಕೊಳ್ಳುವಾಗ				
6	ಕುಂಟಬಿಲ್ಲೆ ಆಟದ ಅಂಕಣ ಹಾಕುವಾಗ				
7					
8					

*** ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಸ್ಥಳಗಳ ನಡುವಿನ ದೂರವನ್ನು ಅಂದಾಜಿಸು. ನಂತರ ಅಳೆದು ಬರೆ.**

ಕ್ರ.ಸಂ.	ಅಂದಾಜಿಸಿ ಅಳತೆ ಮಾಡಿದಾಗ	ಹೆಜ್ಜೆಗಳಲ್ಲಿ	
		ಅಂದಾಜಿಸಿದಾಗ	ಅಳೆದಾಗ
1	ನಿನ್ನ ಮನೆಯ ಬಾಗಿಲಿನಿಂದ ಪಕ್ಕದ ಮನೆಯ ಬಾಗಿಲಿಗೆ		
2	ನಿನ್ನ ಮನೆಯಿಂದ ಸಮೀಪದ ಅಂಗಡಿಗೆ		
3	ತರಗತಿ ಕೊಠಡಿಯಿಂದ ಶೌಚಾಲಯಕ್ಕೆ		
4			
5			

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ☐
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ ☐

ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :
ದಿನಾಂಕ :

NOT TO BE REPUBLISHED ©KTBS

ಓದಿ ತಿಳಿಯೋಣ:

- ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ದವಸ ಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ಅಳೆಯಲು ಪಾವು, ಅಚ್ಚೇರು, ಸೇರು, ಕೊಳಗಗಳಂತಹ ಅಳತೆಯ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರು.
- ಅಳತೆಗಾಗಿ ಚಮಚ ಬಳಸುವ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯರಿಂದ ಕೇಳಿ ತಿಳಿದುಕೋ.

ಧಾನ್ಯಗಳ ಅಳತೆಯ ಸಾಧನಗಳು

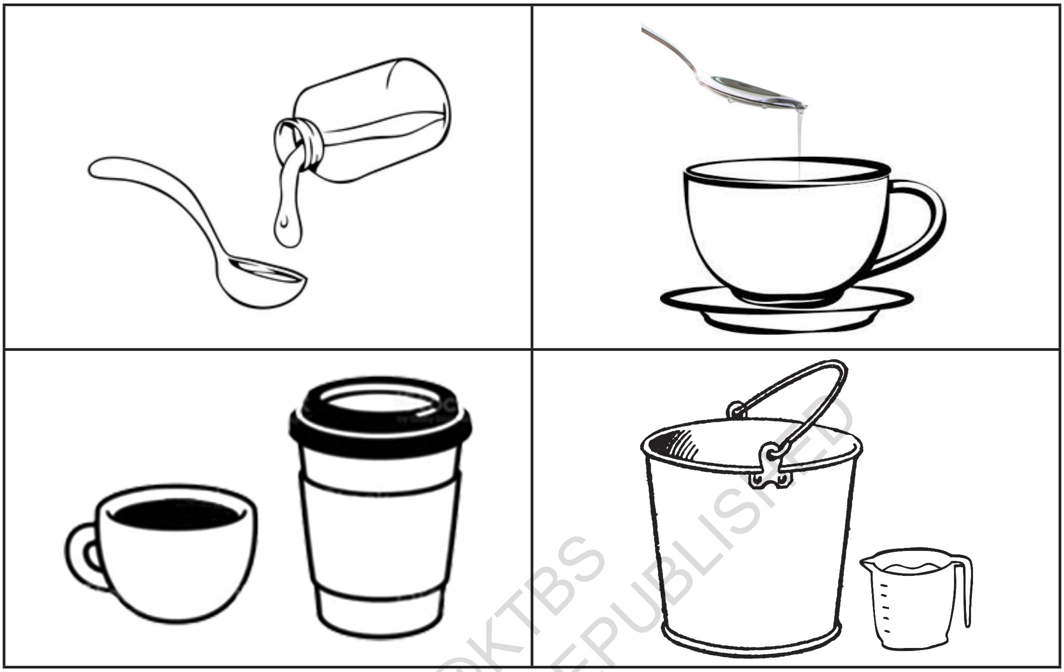
NOT TO BE REPUBLISHED © KTBS

ನಿನಗಿದು ತಿಳಿದಿರಲಿ:

1 ಪಾವು	=	4 ಚಟಾಕು
1 ಸೇರು	=	4 ಪಾವು
1 ಇಬ್ಬಳಿಗೆ	=	5 1/2 ಸೇರು ಅಥವಾ 6 ಸೇರು
1 ಪಲ್ಲ	=	100 ಸೇರು
1 ಕೊಳಗ	=	2 ಇಬ್ಬಳಿಗೆ/11ಸೇರು
1 ಖಂಡುಗ	=	40 ಇಬ್ಬಳಿಗೆ/20 ಕೊಳಗ

- ಈ ಅಳತೆಯ ಮಾಪನಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಹಿರಿಯರಿಂದ ಕೇಳಿ ತಿಳಿ.

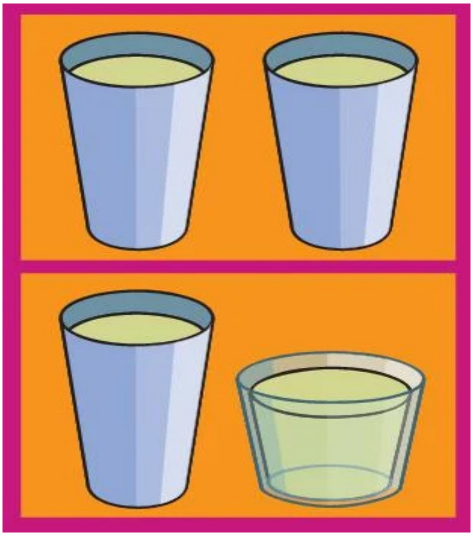
* ಈ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಗಮನಿಸು. ಅಳತೆಯನ್ನು ಮೊದಲು ಅಂದಾಜಿಸಿ ಬರೆ, ನಂತರ ನಿಖರವಾಗಿ ಅಳೆದು ಬರೆ.



@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಕ್ರ.ಸಂ.	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮಾನಗಳು	
		ಅಂದಾಜಿಸಿದಾಗ	ನಿಖರವಾಗಿ ಅಳೆದಾಗ
1	ಒಂದು ಚಮಚ ತುಂಬಲು ಎಷ್ಟು ಹನಿ ನೀರು ಬೇಕಾಗಬಹುದು?		
2	ಒಂದು ಕಪ್ ತುಂಬಲು ಎಷ್ಟು ಚಮಚ ನೀರು ಬೇಕು ?		
3	ಒಂದು ಚೊಂಬು ನೀರು ತುಂಬಲು ಎಷ್ಟು ಕಪ್ ನೀರು ಬೇಕು ?		
4	ಒಂದು ಬಕೇಟ್ ನೀರು ತುಂಬಲು ಎಷ್ಟು ಚೊಂಬು ನೀರು ಬೇಕು ?		
5			

ಚಿಟ್ಟಿ – ಕಿಟ್ಟಿ:



ಒಂದು ದಿನ ಚಿಟ್ಟಿ ಮತ್ತು ಕಿಟ್ಟಿಗೆ ತುಂಬಾ ಬಾಯಾರಿಕೆಯಾಗಿತ್ತು. ಅವರ ಚಿಕ್ಕಪ್ಪ ಲೋಟಗಳಲ್ಲಿ ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣಿನ ಜ್ಯೂಸ್‌ನ್ನು ಕೊಟ್ಟರು.

ಆದರೆ ಚಿಟ್ಟಿಗೆ ಗಾಜಿನ ಲೋಟದಲ್ಲಿ ಕುಡಿಯಬೇಕೆಂದು ಆಸೆಯಾಯಿತು. ಕೂಡಲೇ ಚಿಕ್ಕಪ್ಪನು ಗಾಜಿನ ಲೋಟವೊಂದರಲ್ಲಿ ಸುರಿದು ಕೊಟ್ಟರು. ಆದರೆ ಚಿಟ್ಟಿಗೆ ಸಮಾಧಾನವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಅವಳು, "ಚಿಕ್ಕಪ್ಪ, ನೀವು ನನಗೆ ಕಿಟ್ಟಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಜ್ಯೂಸ್ ಕೊಟ್ಟಿರುವಿರಿ" ಎಂದು ದೂರಿದಳು. ಏಕಿರಬಹುದು...!!

ನಿನಗೂ ಹಾಗೆ ಅನಿಸಿತೇ...?

ರಿಂಕು–ಮಿಂಕು:

ರಿಂಕು ಗಿಳಿಮರಿ, ಮಿಂಕು ಪಾರಿವಾಳದ ಮರಿ. ಇಬ್ಬರು ಸ್ನೇಹಿತರು. ಒಂದು ದಿನ ರಿಂಕು ಮತ್ತು ಮಿಂಕು ಆಟದ ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ಆಟವಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಸಮಯವಾಗಿತ್ತು. ರಿಂಕು ಆಕಾಶದ ಕಡೆ ನೋಡುತ್ತಾ, "ಇವತ್ತು ಬಿಸಿಲಿದೆ, ಇನ್ನೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಆಟವಾಡೋಣ" ಎಂದನು. ಮಿಂಕು ತಲೆಯನ್ನಾಡಿಸಿ ಬಾಲನ್ನು ಮಿಂಕುವಿನ ಕಡೆ ಎಸೆದಳು. ಸ್ವಲ್ಪಹೊತ್ತಿನ ನಂತರ ಗಾಳಿ ಜೋರಾಗಿ ಬೀಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿತು.

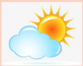
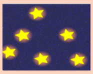
ಚಳಿ ತಾಳಲಾರದೆ ಇಬ್ಬರೂ ಓಡಿ ಗೂಡಿಗೆ ಸೇರಿದರು. ಆಗಲೇ ಮಳೆಯು ಬೀಳತೊಡಗಿತು. ರಿಂಕು ಈ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸಿ, ಕುತೂಹಲ ತಾಳಲಾರದೆ ಅವನ ತಾಯಿಯನ್ನು ಕೇಳಿಯೇ ಬಿಟ್ಟನು. "ಅವ್ವ, ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತಿನ ಮೊದಲು ಬಿಸಿಲು ಇತ್ತು, ನಂತರ ಗಾಳಿ ಬೀಸಿತು. ಈಗ ಮಳೆ ಶುರುವಾಯಿತು. ಏಕೆ ಹೀಗೆ?"

"ಹವಾಮಾನದಿಂದಾಗಿ ಹೀಗೆ ಬದಲಾಗುವುದು" ಎಂದು ಹೇಳಿ, ಇಬ್ಬರಿಗೂ ಒಂದು ಕೆಲಸವನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ತಿಳಿಸಿದಳು.

ರಿಂಕುವಿನ ತಾಯಿ, ಕೊಟ್ಟ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ಮರಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡೋಣ.

© KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಒಂದು ವಾರದ ದಿನಗಳ ಹವಾಮಾನವನ್ನು ಗಮನಿಸಿ, ಕೋಷ್ಟಕವನ್ನು ✓ ಗುರುತು ಹಾಕಿ, ಭರ್ತಿಮಾಡು. ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಾಯದಿಂದ ಕ್ರೋಢೀಕರಿಸಿ, ಗೆಳೆಯರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊ.

ಕ್ರ ಸಂ	ದಿನಗಳು	ಸಮಯ						
1	ಭಾನುವಾರ	ಮುಂಜಾನೆ						
		ಮಧ್ಯಾಹ್ನ						
		ಸಾಯಂಕಾಲ						
		ರಾತ್ರಿ						
2	ಸೋಮವಾರ	ಮುಂಜಾನೆ						
		ಮಧ್ಯಾಹ್ನ						
		ಸಾಯಂಕಾಲ						
		ರಾತ್ರಿ						
3	ಮಂಗಳವಾರ	ಮುಂಜಾನೆ						
		ಮಧ್ಯಾಹ್ನ						
		ಸಾಯಂಕಾಲ						
		ರಾತ್ರಿ						
4	ಬುಧವಾರ	ಮುಂಜಾನೆ						
		ಮಧ್ಯಾಹ್ನ						
		ಸಾಯಂಕಾಲ						
		ರಾತ್ರಿ						
5	ಗುರುವಾರ	ಮುಂಜಾನೆ						
		ಮಧ್ಯಾಹ್ನ						
		ಸಾಯಂಕಾಲ						
		ರಾತ್ರಿ						
6	ಶುಕ್ರವಾರ	ಮುಂಜಾನೆ						
		ಮಧ್ಯಾಹ್ನ						
		ಸಾಯಂಕಾಲ						
		ರಾತ್ರಿ						
7	ಶನಿವಾರ	ಮುಂಜಾನೆ						
		ಮಧ್ಯಾಹ್ನ						
		ಸಾಯಂಕಾಲ						
		ರಾತ್ರಿ						

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ☐
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ ☐

ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :
ದಿನಾಂಕ :

ಓದಿ ತಿಳಿಯೋಣ: ಬಿಸಿಲು, ಮೋಡ, ಗಾಳಿ, ಚಳಿ, ಮಳೆ ಇವೆಲ್ಲ ಹವೆಯ ಅಂಶಗಳು. ಇವು ದಿನವೂ ಬದಲಾಗುತ್ತ ಇರುತ್ತವೆ.. ಒಂದು ದಿನದಲ್ಲಿ ಇವೆಲ್ಲ ಬದಲಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಬದಲಾಗದೆ ಇರಬಹುದು. ದಿನದಿಂದ ದಿನಕ್ಕೆ, ಗಂಟೆಯಿಂದ ಗಂಟೆಗೆ ಬದಲಾಗುವ ಹವೆಯ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಯೇ ಹವಾಮಾನ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸಂಜೆ ಸೂರ್ಯನ ಬಿಸಿಲು ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದು ತಂಪಿನ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

ರಿಂಕುವಿನ ತಾಯಿ, ಬಾಸ್ಕೆಟ್ ಹಿಡಿದು ಆಹಾರ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಹೊರಟಳು. ಮಿಂಕುವಿನ ತಾಯಿ ರಿಂಕುವಿನ ತಾಯಿಯನ್ನು ಕಂಡು "ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೊರಟಿರುವೆ?" ಎಂದು ವಿಚಾರಿಸಿದಳು. ಆಗ ರಿಂಕುವಿನ "ತಾಯಿ ಇನ್ನೇನು ಮಳೆಗಾಲ ಆರಂಭವಾಗಬಹುದು, ಅದಕ್ಕೆ ಕಾಳುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಡುವೆ" ಎಂದಳು. ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದ ಮಿಂಕು "ಅಮ್ಮಾ..! ಮಳೆಗಾಲ ಏಕೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ?" ಎಂದು ಕುತೂಹಲದಿಂದ ಕೇಳಿದನು. ಮಿಂಕುವಿನ ತಾಯಿ ಋತುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದಳು.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಗಮನಿಸು:

ಹವಾಮಾನವು ಕೆಲವು ತಿಂಗಳುಗಳವರೆಗೂ ಒಂದೇ ರೀತಿಯಾಗಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ನಾವು 'ಋತುಮಾನ' ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಮೂರು ವಿಧಗಳು – ಬೇಸಿಗೆಕಾಲ, ಮಳೆಗಾಲ ಮತ್ತು ಚಳಿಗಾಲ. ಋತುಮಾನಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ನಮ್ಮ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಧರಿಸುವ ಉಡುಪುಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಕಾಣುತ್ತೇವೆ.

ಮಿಂಕುವಿನ ತಾಯಿ ಬೇರೆ–ಬೇರೆ ಋತುಮಾನಗಳಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಧರಿಸುವ ಬಟ್ಟೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ತಿಳಿಸಿದಳು. ಮಿಂಕುವಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡೋಣ. ನೀನು ತಯಾರಿಸಿದ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊ.

ಕ್ರ.ಸಂ	ಋತುಮಾನ	ಧರಿಸುವ ಬಟ್ಟೆ	ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರ
1	ಬೇಸಿಗೆ ಕಾಲ		
2	ಮಳೆಗಾಲ		
3	ಚಳಿಗಾಲ		

* ಈ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ನೀನು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸದ ಚಿತ್ರಗಳ ಮುಂದೆ ✓ ಗುರುತು ಹಾಕು.

ಬೇಸಿಗೆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಾನು ಹೀಗೆ ಮಾಡುವೆ.

ಮಳೆಗಾಲದಲ್ಲಿ ನಾನು ಹೀಗೆ ಮಾಡುವೆ.

ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ನಾನು ಹೀಗೆ ಮಾಡುವೆ.

NOT TO BE REPUBLISHED

ಹುಣ್ಣಿಮೆಯೆಂದು ರಿಂಕು ಮತ್ತು ಮಿಂಕು ಆಕಾಶವನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾ ಕುಳಿತಿದ್ದರು. “ರಿಂಕು ನೋಡಲ್ಲಿ, ಚಂದ್ರ ದುಂಡಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದಾನಲ್ಲ!” ಎಂದನು. “ಹೌದಲ್ಲವೇ! ಮೊನ್ನೆಯ ದಿನ ಹೀಗಿರಲಿಲ್ಲವಲ್ಲ” ಎಂದು ಉತ್ತರಿಸಿದನು. ಅಲ್ಲಿಯೇ ಕುಳಿತಿದ್ದ ಅಮ್ಮಂದಿರು ಚಂದ್ರನ ಆಕಾರದಲ್ಲಾಗುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸಿದರು.

© KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

ಹೀಗೆ ಮಾಡು: ಹುಣ್ಣಿಮೆಯ ದಿನದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ 15 ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಪ್ರತಿ ರಾತ್ರಿ ಆಕಾಶದಲ್ಲಿರುವ ಚಂದ್ರನನ್ನು ಗಮನಿಸು. ಹಿರಿಯರ ಸಹಾಯದಿಂದ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸು.

ದಿನಾಂಕ	ವಾರದ ಹೆಸರು	ರಾತ್ರಿ ಆಕಾಶ ನೋಡಿದ ಸಮಯ	ಕಂಡ ಚಂದ್ರನ ಬಿಂಬದ ಚಿತ್ರ

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ದಿನಾಂಕ	ವಾರದ ಹೆಸರು	ರಾತ್ರಿ ಆಕಾಶ ನೋಡಿದ ಸಮಯ	ಕಂಡ ಚಂದ್ರನ ಬಿಂಬದ ಚಿತ್ರ

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ☐
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ ☐

ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :
ದಿನಾಂಕ :

ಯೋಚಿಸಿ, ಹಿರಿಯರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸು:

1. ಎಲ್ಲ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಚಂದ್ರನ ಬಿಂಬ ಒಂದೇ ರೀತಿ ಇತ್ತೇ?
2. ಚಂದ್ರನ ಬಿಂಬದಲ್ಲಿ ಏಕೆ ಬದಲಾವಣೆ ಕಾಣುತ್ತೇವೆ?
3. ಅಮಾವಾಸ್ಯೆಯಂದು ಚಂದ್ರ ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆ?

ಕ್ರಾಫ್ಟ್ – ಹೀಗೆ ಮಾಡು:

ಒಂದು ರಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಚಂದ್ರ ಬಿಂಬಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಸು. ಬಿಳಿ ಹಾಳೆಯ ಮೇಲೆ ಅಂಟಿಸು. ಸೂಚನಾ ಫಲಕದಲ್ಲಿ ಪ್ರದರ್ಶಿಸು. (ಹಿರಿಯರ ಸಹಾಯ ಪಡೆ)

ಓದಿ ತಿಳಿಯೋಣ:

ಚಂದ್ರ ಏಕೆ ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತಾನೆ?

ಬಾಹ್ಯಕಾಶದಲ್ಲಿ ಚಂದ್ರನು ನಮಗೆ ಅತೀ ಸಮೀಪವಾದುದು, ಅದು ಕೇವಲ 239,000 ಮೈಲಿಗಳಷ್ಟು ದೂರದಲ್ಲಿದೆ. ಅದರಲ್ಲಿನ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾಗವು ಧೂಳಿನಿಂದ ಆವೃತವಾಗಿದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಸಸ್ಯ, ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಇಲ್ಲ. ಗಾಳಿ ಅಥವಾ ನೀರೂ ಇಲ್ಲ. ಇಡೀ ಮೇಲ್ಮೈ ಬೆಟ್ಟ ಮತ್ತು ಮೈದಾನಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ಆದರೂ ಚಂದ್ರ ಹೊಳೆಯುತ್ತಾನೆ. ಏಕೆ?

ಅದು ಭೂಮಿಗೆ ಕಳುಹಿಸುವ ಬೆಳಕು ಸೂರ್ಯನ ಬೆಳಕಾಗಿದ್ದು, ಭೂಮಿಯ ಕಡೆಗೆ ಪ್ರತಿಫಲಿತವಾಗಿರುವುದು. ಚಂದ್ರನಿಂದ ಭೂಮಿಗೆ ಬೆಳಕು ಬಂದರೂ ಅದು ಸೂರ್ಯನ ಬೆಳಕಿನಷ್ಟು ತೀಕ್ಷ್ಣವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ, ಚಂದ್ರ ತನ್ನ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಎಂಟನೇ ಒಂದರಷ್ಟನ್ನು ಮಾತ್ರ ಭೂಮಿಗೆ ಕಳುಹಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಚಂದ್ರನ ಬೆಳಕು ಆಹ್ಲಾದ ತರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತಂಪಾಗಿಯೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಚಂದ್ರನ ಬೆಳದಿಂಗಳು ನಮಗೆ ತುಂಬಾ ಇಷ್ಟ. ಅಲ್ಲವೇ...?

*****

NOT TO BE REPUBLISHED ©KTBS

10

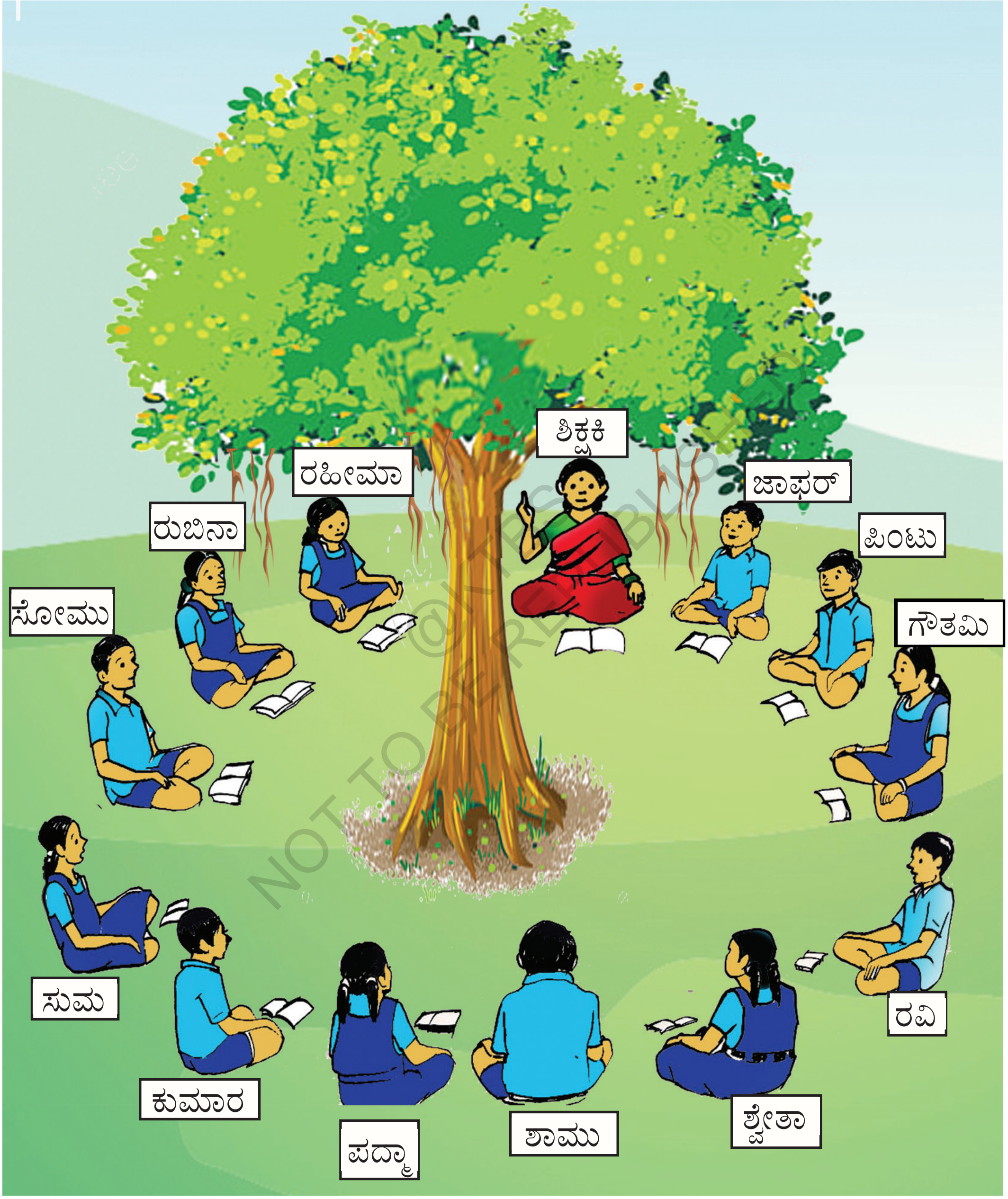
ನಾನೆಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ?

ಹೀಗೆ ಮಾಡು: ಚಿತ್ರದ ಮೇಲೆ ಸರಿ ಹೊಂದುವಂತೆ ನಿಮ್ಮ ಅಂಗೈಯನ್ನು ಇಡಿ. ಯಾವ ಕೈ ಸರಿ ಹೊಂದುತ್ತದೆಯೋ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಈ ಚಿತ್ರಕ್ಕೆ ಸರಿ ಹೊಂದುವ ಕೈ ನನ್ನ ________ ಗೈ ಆಗಿದೆ.

ಒಂದು ದಿನ ರಹೀಮಾ ತನ್ನ ತರಗತಿಯ ಸ್ನೇಹಿತರು ಹಾಗೂ ಶಿಕ್ಷಕಿಯೊಂದಿಗೆ ಹೊರ ಸಂಚಾರಕ್ಕೆ ಹೋಗಿದ್ದಳು. ಆಲದ ಮರದ ಕೆಳಗೆ ವೃತ್ತಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಕುಳಿತರು.



ಚಿತ್ರವನ್ನು ನೋಡಿ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕಿಯ ಎಡಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಬಲಕ್ಕೆ ಕುಳಿತವರ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಬರೆ.

ಕ್ರ. ಸಂ	ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಹೆಸರು	ಎಡಕ್ಕೆ ಕುಳಿತವರು	ಬಲಕ್ಕೆ ಕುಳಿತವರು
1	ರಹೀಮಾ		
2	ಕುಮಾರ		
3	ಗೌತಮಿ		
4	ಶ್ವೇತಾ		
5	ಶಿಕ್ಷಕಿ		

ಇದು ರಹೀಮಾಳ ಮನೆ ಇರುವ ಸ್ಥಳ. ಇದನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಗಮನಿಸು.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಈ ಹೇಳಿಕೆಗಳನ್ನು ಓದಿ ಸರಿಯಾದ ಆಯ್ಕೆಗೆ ಅಡಿಗೆರೆ ಹಾಕು.

1. **ಆಲದ ಮರವು ಇರುವ ಸ್ಥಳ:**

   ಅ. ರಹೀಮಾಳ ಮನೆಯ ಹಿಂದೆ. ಬ. ರಹೀಮಾಳ ಮನೆಯ ಮುಂದೆ.

   ಕ. ರಹೀಮಾಳ ಮನೆಯ ಎಡಕ್ಕೆ. ಡ. ರಹೀಮಾಳ ಮನೆಯ ಬಲಕ್ಕೆ.

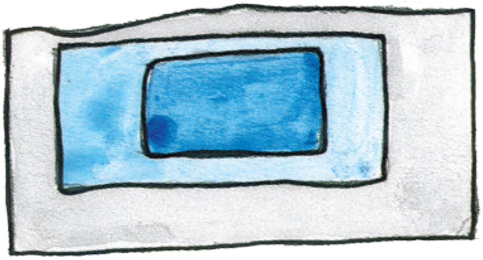
2. **ರಹೀಮಾಳ ಮನೆಯ ಹಿಂಭಾಗದಲ್ಲಿರುವುದು.**

   ಅ. ಶಾಲೆ ಬ. ಹಣ್ಣಿನ ಅಂಗಡಿ

   ಕ. ಪಾರ್ಕ್ ಡ. ಆಲದ ಮರ

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ	☐	ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :	
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ	☐	ದಿನಾಂಕ :	

ರಹೀಮಾಳ ಶಿಕ್ಷಕಿಯು ಎಲ್ಲರೂ ಒಂದು ಕಾರಿನ ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸಿಕೊಂಡು ಬರಲು ಹೇಳಿದರು. ಮನೆಗೆ ಬಂದ ರಹೀಮಾ ತನ್ನ ಮನೆಯ ತಾರಸಿಯ ಮೇಲೆ ನಿಂತು ಕೆಳಗೆ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದಳು. ಕೆಳಗೆ ನಿಂತ ಕಾರು ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು.



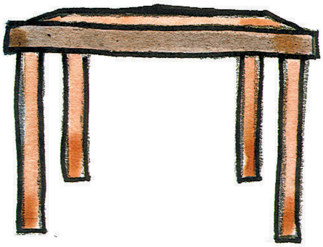
ರಹೀಮಾಳ ಡ್ರಾಯಿಂಗ್

ಅದೇ ರೀತಿಯಾಗಿ ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸಿ ಶಿಕ್ಷಕಿಗೆ ತೋರಿಸಿದಳು.

ಇದನ್ನು ನೋಡಿದ ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲಾ ನಕ್ಕರು. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಬಿಡಿಸಿದ ಚಿತ್ರ ಹೀಗಿತ್ತು.

ಆದರೆ ಶಿಕ್ಷಕಿಯು ರಹೀಮಾಳ ಚಿತ್ರ ಸರಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದರು. ಮಕ್ಕಳಿಗೆಲ್ಲಾ ಆಶ್ಚರ್ಯವೆನಿಸಿತು. ನಿಮಗೆ ಸರಿಯೆನಿಸಿತೇ?

ನೀವೂ ಕೂಡ ಒಂದು ವಸ್ತುವನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ದಿಕ್ಕಿನಿಂದ ನೋಡಿದಾಗ ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತೀರಿ. ಅಲ್ಲವೇ..? ಇದು ಟೇಬಲ್‌ನ ಚಿತ್ರ.



ಮುಂಭಾಗದ ನೋಟ

ಮೇಲ್ಭಾಗದ ನೋಟ

NOT TO BE REPUBLISHED

ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ವಸ್ತುಗಳ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ನೀಡಿದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಮೇಲಿನಿಂದ ನೋಡಿದಾಗ ಹೇಗೆ ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಊಹಿಸಬಲ್ಲಿರಾ?

ಹೀಗೆ ಕಾಣುತ್ತವೆ ಅಲ್ಲವೇ?

ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದುದನ್ನು ಗುರುತಿಸು:

NOT TO BE REPUBLISHED @KTBS

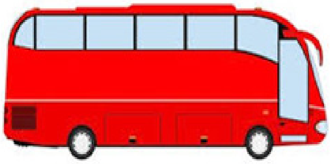
1. ಕಾರಿನ ನೋಟ:

ಅ. ಮುಂಭಾಗದ ನೋಟ ☐

ಬ. ಮೇಲಿನ ನೋಟ ☐

ಕ. ಹಿಂಭಾಗದ ನೋಟ ☐

2. ಬಸ್ಸಿನ ನೋಟ:



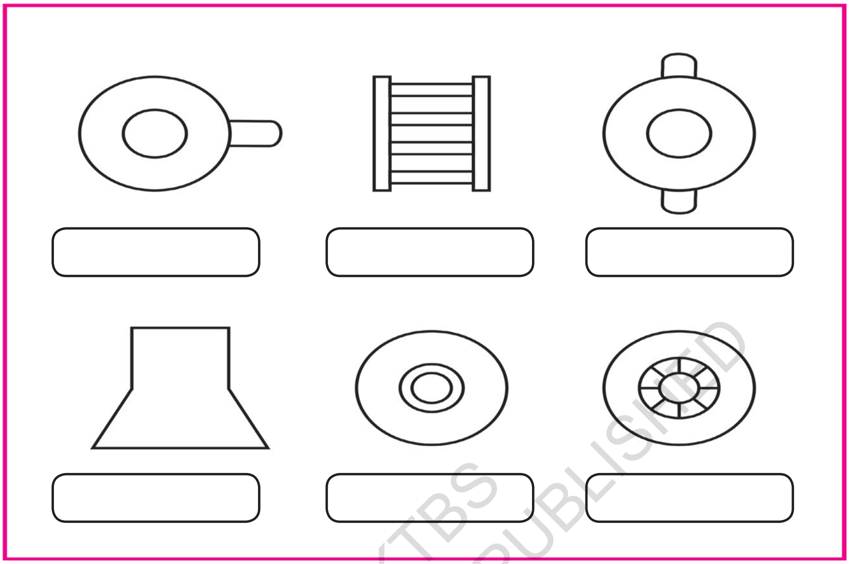
ಅ. ಮುಂಭಾಗದ ನೋಟ ☐

ಬ. ಒಂದು ಬದಿಯ ನೋಟ ☐

ಕ. ಹಿಂಭಾಗದ ನೋಟ ☐

ಇಲ್ಲಿ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮೇಲಿನಿಂದ ನೋಡಿದಾಗ ಕಾಣುವ ಚಿತ್ರವನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಆವರಣದಲ್ಲಿರುವ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಆರಿಸಿ, ಸೂಕ್ತ ಚಿತ್ರದ ಮುಂದೆ ಬರೆ.

(ಕಂಪ್ಯೂಟರ್, ಕಪ್, ಬಕೆಟ್, ಗ್ಲಾಸ್, ಏಣಿ, ಬಾಟಲ್)



ಹೀಗೆ ಮಾಡು: ನಿನಗೆ ಇಷ್ಟವಾದ ಒಂದು ವಸ್ತುವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡು. ಮುಂಭಾಗ, ಹಿಂಭಾಗ ಮತ್ತು ಮೇಲ್ಭಾಗದಿಂದ ನೋಡಿದಾಗ ಕಾಣುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆವಸ್ತುವಿನ ನೋಟಗಳ ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸು.

ನೀನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದ ವಸ್ತುವಿನ ಹೆಸರು:

ಮುಂಭಾಗ	ಹಿಂಭಾಗ	ಮೇಲ್ಭಾಗ

©KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಈ ಚಿತ್ರ ಗಮನಿಸು. ಸೂರ್ಯೋದಯದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ರಹೀಮಾ ದಿಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಗುರುತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯೋಣ.

1. ರಹೀಮಾ ಯಾವ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ಮುಖ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ನಿಂತಿದ್ದಾಳೆ?

____

2. ರಹೀಮಾಳ ನೆರಳು ಯಾವ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ಬೀಳುತ್ತಿದೆ?

____

3. ರಹೀಮಾಳ ಬಲಗೈ ಯಾವ ದಿಕ್ಕನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ?

____

4. ರಹೀಮಾಳ ಎಡಗೈ ಯಾವ ದಿಕ್ಕನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ?

____

5. ನೀನು ಯಾವ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ಮುಖ ಮಾಡಿ ಕುಳಿತಿರುವೆ?

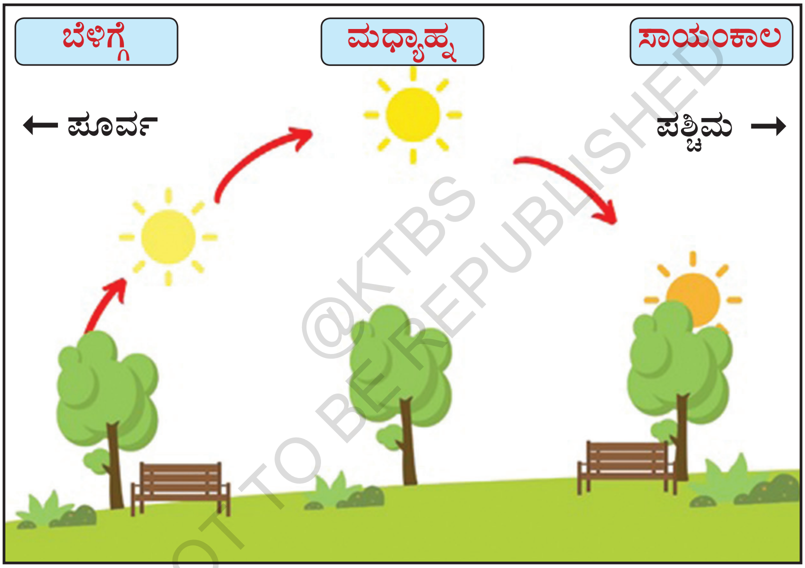
____

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ	☐		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ	☐		ದಿನಾಂಕ :

ಯೋಚಿಸು : ಭೂಪಟಕ್ಕೆ ಎದುರಾಗಿ ನಿಂತರೆ ದಿಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಓದಿ ತಿಳಿಯೋಣ:

ಸೂರ್ಯನು ಉದಯಿಸುವಂತೆ ಕಾಣುವ ದಿಕ್ಕು ಪೂರ್ವ. ಸಂಜೆಯ ವೇಳೆ ಸೂರ್ಯನು ಮುಳುಗುವಂತೆ ಕಾಣುವ ದಿಕ್ಕು ಪಶ್ಚಿಮ. ಪೂರ್ವಕ್ಕೆ ಮುಖ ಮಾಡಿ ನಿಂತಾಗ ನಮ್ಮ ಎಡಭಾಗ ಉತ್ತರ ಮತ್ತು ಬಲಭಾಗ ದಕ್ಷಿಣ. ಹೀಗೆ ಒಟ್ಟು ನಾಲ್ಕು ದಿಕ್ಕುಗಳು ಇದ್ದು, ಉಪದಿಕ್ಕುಗಳೂ ಇವೆ. ಅವು ಈಶಾನ್ಯ, ಆಗ್ನೇಯ, ನೈಋತ್ಯ ಮತ್ತು ವಾಯುವ್ಯ.



@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ನಾನೂ ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲೆ..........!

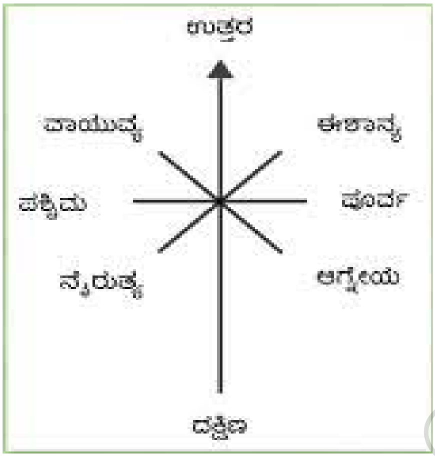
- ಸೂರ್ಯನು ಉದಯಿಸುವ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ಮುಖಮಾಡಿ ನಿಲ್ಲು ಮತ್ತು ದಿಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಹೇಳು.
- ನಿನ್ನ ತರಗತಿ ಕೊಠಡಿಯ ಎದುರಿಗೆ ನಿಂತು ನಾಲ್ಕು ದಿಕ್ಕುಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವ ಸ್ಥಳ/ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸು.

  ಪೂರ್ವ ____________ ಪಶ್ಚಿಮ _________ ಉತ್ತರ ____________ ದಕ್ಷಿಣ ____________

- ನಿನ್ನ ಮನೆಯ ಬಾಗಿಲಿಗೆ ಮುಖ ಮಾಡಿ ನಿಂತು ನಾಲ್ಕು ದಿಕ್ಕುಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವ ಸ್ಥಳ/ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸು.

ನಿನಗಿದು ತಿಳಿದಿರಲಿ: GPS

ಬಹುದೂರ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ, ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವಾಗ ನಾವು ಯಾವ ದಿಕ್ಕಿನೆಡೆಗೆ ಚಲಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿಖರವಾಗಿ ತಿಳಿಯಲು ದಿಕ್ಸೂಚಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಹಡಗಿನಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ವಿಮಾನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ ದಿಕ್ಕು ತಿಳಿಯಲು ಇದರ ಮಹತ್ವ ದೊಡ್ಡದು. ವಾಹನಗಳ ಚಾಲಕರು ಮ್ಯಾಪ್‌ನ್ನು (GPS) ಬಳಸಿಕೊಂಡು ತಲುಪಬೇಕಾದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಹೋಗುವಂತಹ ಆಧುನಿಕ ತಾಂತ್ರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಹೆಚ್ಚು ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿದೆ.



ನಿನಗಿದು ಗೊತ್ತೆ ?

ಭೂಮಿಯ ಉತ್ತರ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಕಾಣುವ ಧೃವ ನಕ್ಷತ್ರದ ಸಹಾಯದಿಂದ ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ದಿಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಪಕ್ಷಿಗಳು ವಲಸೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯ, ಚಂದ್ರ, ನಕ್ಷತ್ರಗಳಿಂದ ತಮ್ಮ ದಿಕ್ಕನ್ನು ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಹಿರಿಯರ ಸಹಾಯದಿಂದ ಉತ್ತರಿಸು:

1. ಭಾರತದ ನಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಕರ್ನಾಟಕ ಯಾವ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿದೆ?

____

2. ನಿನ್ನ ಜಿಲ್ಲೆಯ ನೆರೆಹೊರೆ ಜಿಲ್ಲೆಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿಮಾಡು.

____

3. ದಿಕ್ಸೂಚಿಯನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಏಕೆ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ?

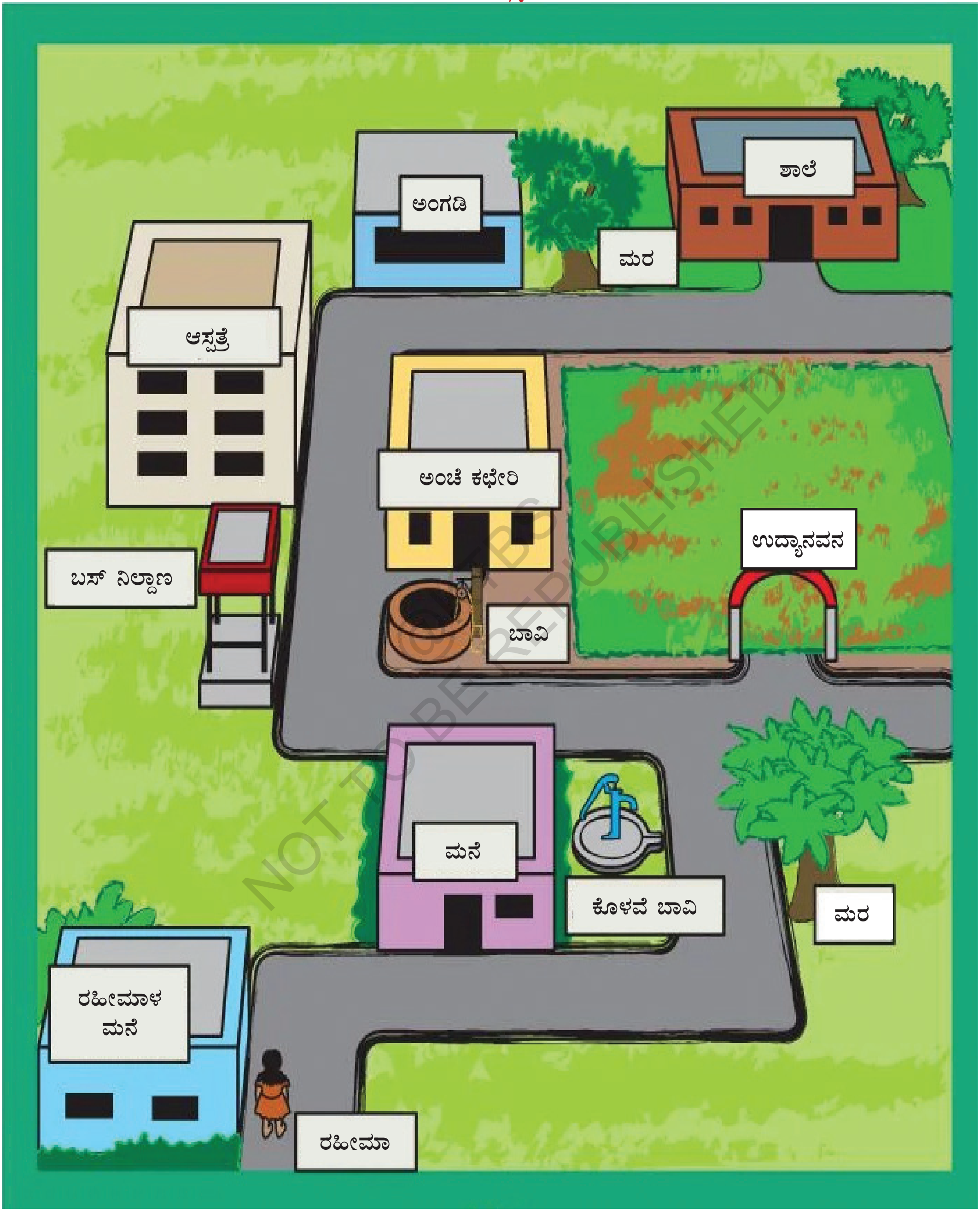
____

____

4. ಸಂಜೆ ಸೂರ್ಯನಿಗೆ ಮುಖಮಾಡಿ ನಿಂತಾಗ ನಿನ್ನ ಬಲಭಾಗದ ದಿಕ್ಕು ಯಾವುದು?

____

ರಹೀಮಾ ತನ್ನ ಮನೆಯಿಂದ ಶಾಲೆಗೆ ಹೊರಟಿದ್ದಾಳೆ. ಅವಳಿಗೆ ಹೇಗೆ ಹೋಗಬೇಕೆಂದು ದಾರಿ ತೋರಿಸು. (ಪೆನ್ಸಿಲ್‌ನಿಂದ ಗುರುತು ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ)



NOT TO BE REPUBLISHED

1. ರಹೀಮಾ ತನ್ನ ಮನೆಯಿಂದ ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗುವ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಣುವ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡು.

______________________ ______________________ ______________________

______________________ ______________________ ______________________

2. ನೀನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿದ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ರಹೀಮಾಳ ದಾರಿಯ ಎಡಬದಿಯಲ್ಲಿರುವ ಮತ್ತು ಬಲ ಬದಿಯಲ್ಲಿರುವ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ವಿಂಗಡಿಸಿ ಬರೆ.

ಎಡಬದಿಯಲ್ಲಿರುವ ಸ್ಥಳಗಳು	ಬಲಬದಿಯಲ್ಲಿರುವ ಸ್ಥಳಗಳು

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

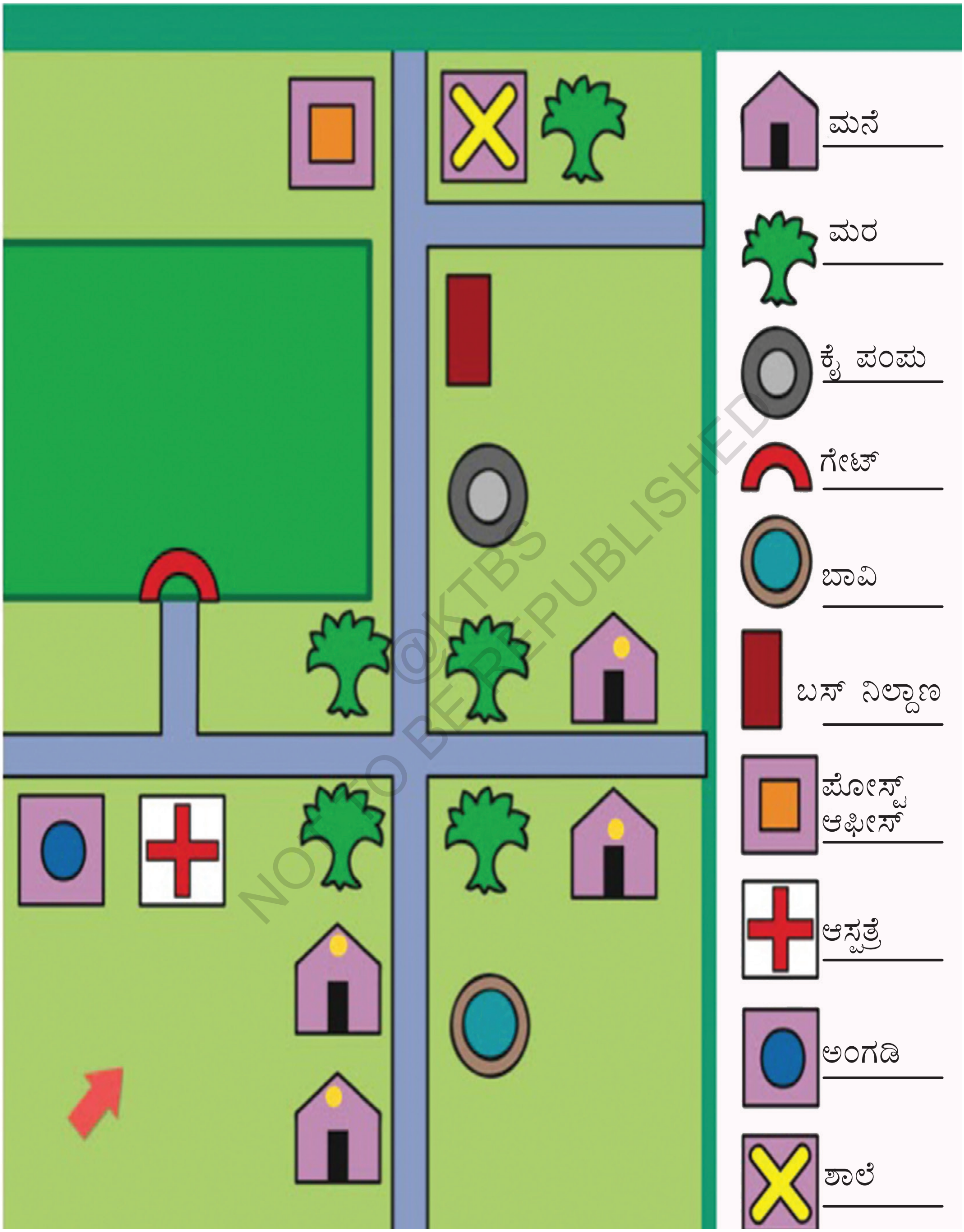
ರಹಿಮಾ, ತನ್ನ ಮನೆಯಿಂದ ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗುವ ದಾರಿಯನ್ನು ತೋರಿಸುವ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಹೀಗೂ ಚಿತ್ರಿಸಬಹುದು. ಇದನ್ನು ನಕ್ಷೆ ಎನ್ನುವರು. ಇಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೇವೆ. ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ಬಳಸಿದಾಗ ನಕ್ಷೆ ಹೇಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸು.

ಉದಾ: '+' ಚಿಹ್ನೆಯು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸಲು ಬಳಸಲಾಗಿದೆ.

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ	☐
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ	☐

ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :
ದಿನಾಂಕ :

● ನಕ್ಷೆ ಗಮನಿಸಿ, ಇಲ್ಲಿ ಬಳಸಿರುವ ಸಂಕೇತಗಳ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ತಿಳಿ.



© KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

● ನೀನು ಇಂತಹ ಅನೇಕ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿರಬಹುದು. ಅವುಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಚೌಕದಲ್ಲಿ ಬಿಡಿಸು. ಅವು ಇರುವ ಸ್ಥಳ ಮತ್ತು ಅವು ಏನನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಬರೆ.

ಸಂಕೇತಗಳು	ಎಲ್ಲಿ ಕಾಣುವೆ?	ಏನನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ?

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

* ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ನಿನ್ನ ಶಾಲೆಯ ನಕ್ಷೆಯನ್ನು ಬಿಡಿಸು.

* ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ☐
* ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿದೆ ☐

ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ :
ದಿನಾಂಕ :

ಘ.ಸಂ.	ತಿಂಗಳು	ಮೌಲ್ಯಾಂಕನ – ಸೂಚಿತ ಕಲಿಕಾ ಫಲಗಳು	ಮೌ.ವಿಧ	
5. ಶುಚಿ-ರುಚಿ, ಜೀವ-ಜಲ	ಅಕ್ಟೋಬರ್	ವಿವಿಧ ವಯೋಮಾನದ ಜನರಿಗೆ, ಪ್ರಾಣಿ/ಪಕ್ಷಿಗಳಿಗೆ ಆಹಾರದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಹಾಗೂ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ನೀರಿನ ಲಭ್ಯತೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಮನೆ ಹಾಗೂ ಸುತ್ತಲಿನ ನೀರಿನ ಉಪಯೋಗವನ್ನು ವಿವರಿಸುವರು.	ರೂಪಣಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ-3	ಸಂಕಲನಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ-2
		ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ಕೆಲಸ/ಆಟ/ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿನ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ/ದುರ್ಬಳಕೆ/ಆಹಾರ ಮತ್ತು ನೀರಿನ ಪೋಲು ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ/ಕೆಟ್ಟ ಸ್ಪರ್ಶದ ಬಗ್ಗೆ ತಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸುವರು. **(w.r.t. gender)**		
		ತರಗತಿ ಕೊಠಡಿ, ಆಟದ ಮೈದಾನ, ಶೌಚಾಲಯ ಮತ್ತು ಸ್ನಾನಗೃಹ, ಮನೆ/ ಕೊಠಡಿ, ಪಾತ್ರೆ ಪರಿಕರಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡುವರು ಮತ್ತು ಸೂಕ್ತರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತ್ಯಾಜ್ಯ ವಿಲೇವಾರಿ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.		
		ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳು (ಶಕ್ತಿ, ಬೆಳವಣಿಗೆ, ರಕ್ಷಣೆ), ಜಂಕ್ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳು, ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವ ಬಗೆಗಿನ ಜಾಗೃತಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವರು.		
		ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿನ ವಿವಿಧ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಅವಶ್ಯಕತೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸುವರು.		
6. ಅಂದು-ಇಂದು	ನವೆಂಬರ್	ಪ್ರಸ್ತುತ ಮಕ್ಕಳು ಬಳಸುವ ಹಾಗೂ ಅವರ ಹಿರಿಯರು ಮಕ್ಕಳಾಗಿದ್ದಾಗ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದ ವಸ್ತುಗಳು ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವರು. (ಉದಾ: ಜನರು ಬಳಸುವ ಉಡುಪು/ಪಾತ್ರೆ ಪರಿಕರಗಳು /ಆಡಿದ ಆಟಗಳು/ ಮಾಡಿದ ಕೆಲಸಗಳು)		
		ನಾಯಕತ್ವ ಗುಣಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುತ್ತಾರೆ. ದಿನಚರಿ / ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಾಗುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಗೆ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ.		
		ಆಸಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಆಯ್ಕೆಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಕ್ರೀಡೆ / ಆಟದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.		
		ಆಟ ಅಥವಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಡತಡೆಗಳು ಉಂಟಾಗದಂತೆ ಎಚ್ಚರವಹಿಸುತ್ತಾರೆ, ಆಟವಾಡುವ ಮುನ್ನ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಎದುರಾಗುವ ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ಗೊಂದಲಗಳನ್ನು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಅಥವಾ ವಯಸ್ಕರ ನೆರವಿನೊಂದಿಗೆ ಬಗೆಹರಿಸುತ್ತಾರೆ.		
		ಕೆಲಸ, ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಆಡುವ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ಸಾಹವನ್ನು ತೋರುತ್ತಾರೆ, ಆಟ (ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ಗುಂಪು) ಮತ್ತು ಇತರ ಗುಂಪು ಕಾರ್ಯಗಳ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ.		
		ಅಣುಕು, ನಾಟಕ, ಪಾತ್ರಾಭಿನಯ, ಸಂಗೀತ ಮತ್ತು ಆಂಗಿಕ ಚಲನೆ, ಇತ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡು ಮುಂದಾಳತ್ವ/ನಾಯಕತ್ವವನ್ನು ತೋರುತ್ತಾ ಭಾಗವಹಿಸುವರು.		
7. ಆಟ - ಓಟ	ಡಿಸೆಂಬರ್	ಸಾಮೂಹಿಕವಾಗಿ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳು ಮತ್ತು ಆಟಗಳಲ್ಲಿನ (ಸ್ಥಳೀಯ, ಒಳಾಂಗಣ, ಹೊರಾಂಗಣ) ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವರು.	ರೂಪಣಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ-4	
		ಸ್ನಾಯು ಮತ್ತು ಚಲನ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಲು ಹಾಗೂ ಆಟಗಳು ಮತ್ತು ಕ್ರೀಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವರು.		
		ಮುಂದಾಳತ್ವವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವರು, ಎಲ್ಲ ಗುಂಪು ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಆಟಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಾರೆ, ತಂಡದಲ್ಲಿ ಸಹಕರಿಸಲು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುತ್ತಾರೆ.		
		ಸಂಕೀರ್ಣ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು / ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆವಿಷ್ಕರಿಸಿದ ಆಟಗಳು ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಸ್ವತಃ ತಾವೇ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತಾರೆ.		

©KTBS NOT TO BE REPUBLISHED