



ہمارے آس پاس کی دنیا

حصہ ۱
تیسری جماعت

ضلع ناندری



ٹیلی مانس ہیلپ لائن

Tele-MANAS (Tele Mental Health Assistance and Networking Across States)

Tele-MANAS (ٹیلی منٹل ہیلتھ اسسٹنس اینڈ نیٹ ورکنگ آکراس اسٹیٹس)

(14416 / 1800-89-14416)

قومی ذہنی صحت پروگرام کے تحت 'ٹیلی مانس' مرکزی حکومت کی اسپانسر شدہ ایک اسکیم ہے جو ریاست مہاراشٹر میں شروع کی گئی ہے۔ یہ پروگرام اکتوبر 2022 سے جاری ہے۔ ٹیلی مانس کے تحت فون نمبر 14416 کے ذریعے ہفتے کے ساتوں دن، 24 گھنٹے ذہنی صحت سے متعلق جامع خدمات فراہم کی جاتی ہیں۔ اس پروگرام کے تحت مختلف ذہنی مسائل کے شکار افراد کے لیے ماہرین کے ذریعے مشورے اور علاج سے متعلق معلومات دستیاب ہے۔ ٹیلی مانس ہیلپ لائن پر کی جانے والی کال کے ذریعے دی گئی تمام معلومات مکمل رازداری میں رکھی جاتی ہے۔ والدین، طلبہ اور اساتذہ بلا جھجک اپنے مسائل اور پریشانیوں کے بارے میں فون پر بات کریں اور اس ہیلپ لائن سے دیگر لوگوں کو بھی فائدہ اٹھانے کی ترغیب دیں۔

منودرپن

منودرپن (8448440632) یہ مفت ٹیلی فون خدمات جولائی ۲۰۲۰ء سے وزارتِ تعلیم کی جانب سے نیشنل کونسل آف ایجوکیشنل ریسرچ اینڈ ٹریننگ میں 'منودرپن سیل' کے ذریعے طلبہ، سرپرستوں اور اساتذہ کو نفسیاتی رہنمائی اور مدد دینے کے لیے ہفتے کے آٹھوں دن صبح ۸ بجے سے رات ۸ بجے تک فراہم کی جا رہی ہیں۔ طلبہ، سرپرست اور اساتذہ ضروری رہنمائی اور مشاورت حاصل کرنے کے لیے اس ہیلپ لائن پر بھی فون کر سکتے ہیں۔

راجیہ شیکسٹک سنشودھن و پرنسپل، مہاراشٹر، پونہ کی جانب سے تیار کردہ نصاب اور درسیات کے مطابق یہ درسی کتاب بنائی گئی ہے اور اس کے ذریعے اس کی جانچ کی گئی ہے۔ سرکاری فیصلہ نمبر: ابھیاس-۲۱۱۶/ (پر۔ نمبر ۱۶/۴۳) ایس ڈی-۴، مؤرخہ ۲۵ اپریل ۲۰۱۶ء کے مطابق قائم کردہ رابطہ کار کمیٹی کی یکم اپریل ۲۰۲۶ء کو منعقدہ نشست میں اس درسی کتاب کو تعلیمی سال ۲۰۲۶-۲۰۲۷ء سے متعین کرنے کی منظوری دی گئی ہے۔

ہمارے آس پاس کی دنیا حصہ ۱

تیسری جماعت

ضلع ناندیڑ



مہاراشٹر راجیہ پاٹھیہ پرنسپل، ابھیاس کرم سنشودھن منڈل، پونہ - ۴۱۱۰۰۴



سامنے درج Q.R. Code کو اسمارٹ فون کے ذریعے اسکین کرنے پر ہمیں ڈیجیٹل درسی کتاب اور درسی کتاب کے اسباق سے متعلق مفید سمعی، بصری اور سمعی بصری وسائل کی صورت میں مواد دستیاب ہوگا۔

پہلا ایڈیشن: جون ۲۰۲۶ء

© مہاراشٹر راجیہ پاٹھیہ پستک نرمتی وابھیس کرم سنشودھن منڈل، پونہ-۴

اس کتاب کے جملہ حقوق مہاراشٹر راجیہ پاٹھیہ پستک نرمتی وابھیس کرم سنشودھن منڈل، پونہ کے حق میں محفوظ ہیں۔ کتاب کا کوئی بھی حصہ ڈاکٹر، مہاراشٹر راجیہ پاٹھیہ پستک نرمتی وابھیس کرم سنشودھن منڈل کی تحریری اجازت کے بغیر شائع نہ کیا جائے۔

سائنس مضمون کمیٹی

ڈاکٹر دیپک چوبان، صدر
ڈاکٹر پراچی چودھری، رکن
شریمتی مرناں جادھو، رکن
شریمتی ورشالی پھالک، رکن
شریمتی سورداکھیٹر، رکن
شریمتی شینل ونوے، رکن
شری پرمود جادھو، رکن
شری اشوک آٹھرے، رکن
شری انیکیت موتالے، رکن
شری جیون جے، رکن
ڈاکٹر دیانکر ویدیہ، رکن

شری تشار سوئے، رکن
ڈاکٹر سلیمھا ودھاتے، رکن
ڈاکٹر پونم کڈلگ، رکن
شریمتی شوبیتا ٹھاکر، رکن
شری روپیش ٹھاکر، رکن
شریمتی سندھیا موہیے، رکن
شریمتی نزکا مولیہ، (مدعو رکن)
شریمتی پلوی شرودے، (مدعو رکن)
شریمتی سرسوتی سوریہ ونشی (نصاب رابطہ کار)
ڈاکٹر سندھیا پٹم،
انچارج اسپیشل آفیسر، سائنس

جغرافیہ مضمون کمیٹی

ڈاکٹر سریش جوگ، صدر
شریمتی جیوتی تامھانکر، رکن
ڈاکٹر سچن ساکھرے، رکن
شری آجے کالے، رکن
شری ہمنمت جادار، ڈاکٹر
ڈاکٹر کرنال پوار، رکن
شریمتی شینل تانبے، رکن
ڈاکٹر اسمیتا مال واڑ، رکن
شری ونود کمار ٹیمبھورنے، رکن

شری سچدرا نند ہوتا، رکن
شریمتی جیوتی اوگھرے، رکن
ڈاکٹر کیربا کامبلے، رکن
ڈاکٹر ہمنمت واکل گاڈے، رکن
شری بھائی داس سومونشی، رکن
شری آنند کسے، رکن
ڈاکٹر مایا انڈے،
انچارج اسپیشل آفیسر، جغرافیہ

معیار جائزہ کار

ڈاکٹر سچن دیورے، ڈاکٹر اویناش کاندیکر
شری سنیل کالیکر، ایڈوکیٹ شریکانٹ دلوی، پروفیسر مادھوی پٹور دھن

رابطہ کار مراٹھی

ڈاکٹر سندھیا سریکھا یثونت کم
کارگزار اسپیشل آفیسر، سائنس

ڈاکٹر مایا انڈے
انچارج اسپیشل آفیسر، جغرافیہ

نقشہ نویس: شری تشار پرکاش راؤت | شری بالا بوڑکھے

اُردو کمپوزنگ

آصف نثار سید، یسری گرافکس، ۳۰۵، سوموار پیٹھ، پونہ

سرورق اور مصوری

شری رام دیگمکھ | شری اوتیہ پراڈکر | شری دھن جے لوکھنڈے
شری ہمنمت ساونت | شری بھوبالگ | شری رندر جوشی
کماری تروینی تھوروے | کماری آرتی کلکرنی

پیپر: 70 جی ایس ایم، کریم واو

پرنٹ آرڈر:

پرنٹر:

اُردو مترجمین

ڈاکٹر غلام نبی مومن، جناب مشتاق بونجر، ڈاکٹر ناصر الدین انصار
جناب عبدالملک عبدالقادر نظامی، جناب عبدالاعلیٰ عبداللطیف،
جناب عبدالرزاق اقبال احمد

رابطہ کار اُردو

جناب خان نوید الحق انعام الحق
انچارج اسپیشل آفیسر برائے اُردو، بال بھارتی، پونہ
جناب ناصر علی یعقوب علی شیخ
انچارج اسٹنٹ آفیسر برائے اُردو، بال بھارتی، پونہ

پروڈکشن

شریمتی میتالی شینپ
چیف پروڈکشن آفیسر

شری منیش کھوت
پروڈکشن آفیسر

ناشر

شری ہمنمت بابر
انچارج کنٹرولر
پاٹھیہ پستک نرمتی منڈل، پر بھادیوی، ممبئی-۲۵۔

بھارت کا آئین

تمہید

ہم بھارت کے عوام متانت و سنجیدگی سے عزم کرتے ہیں کہ بھارت کو ایک مقتدر سماج وادی غیر مذہبی عوامی جمہوریہ بنائیں اور اس کے تمام شہریوں کے لیے حاصل کریں:

انصاف، سماجی، معاشی اور سیاسی؛

آزادی خیال، اظہار، عقیدہ، دین اور عبادت؛

مساوات بہ اعتبار حیثیت اور موقع،

اور ان سب میں

اُخوت کو ترقی دیں جس سے فرد کی عظمت اور قوم کے اتحاد اور سالمیت کا تین ہو؛

اپنی آئین ساز اسمبلی میں آج چھبیس نومبر ۱۹۴۹ء کو یہ آئین ذریعہ ہذا اختیار کرتے ہیں،

وضوح کرتے ہیں اور اپنے آپ پر نافذ کرتے ہیں۔

بھارت کا آئین

حصہ 4 الف

شہریوں کے بنیادی فرائض

اقتباس 51 الف

بنیادی فرائض - بھارت کے ہر شہری کا یہ فرض ہوگا کہ وہ -

- (الف) آئین پر کاربند رہے اور اس کے نصب العین اور اداروں، قومی پرچم اور قومی ترانے کا احترام کرے۔
- (ب) ان اعلیٰ نصب العین کو عزیز رکھے اور ان کی تقلید کرے جو آزادی کی تحریک میں قوم کی رہنمائی کرتے رہے ہیں۔
- (ج) بھارت کے اقتدار اعلیٰ، اتحاد اور سالمیت کو مستحکم بنیادوں پر استوار کر کے ان کا تحفظ کرے۔
- (د) ملک کی حفاظت کرے اور جب ضرورت پڑے قومی خدمت انجام دے۔
- (ه) مذہبی، لسانی اور علاقائی و طبقاتی تفرقات سے قطع نظر بھارت کے عوام الناس کے مابین یک جہتی اور عام بھائی چارے کے جذبے کو فروغ دے نیز ایسی حرکات سے باز رہے جن سے خواتین کے وقار کو ٹھیس پہنچتی ہو۔
- (و) ملک کی ملی جلی ثقافت کی قدر کرے اور اسے برقرار رکھے۔
- (ز) قدرتی ماحول کو محفوظ رکھے اور بہتر بنائے اور جانداروں کے تین محبت و شفقت کا جذبہ رکھے۔
- (ح) دانشورانہ رویے سے کام لے کر انسان دوستی اور تحقیقی و اصلاحی شعور کو فروغ دے۔
- (ط) قومی جاندار کا تحفظ کرے اور تشدد سے گریز کرے۔
- (ی) تمام انفرادی اور اجتماعی شعبوں کی بہتر کارکردگی کے لیے کوشاں رہے تاکہ قوم متوازن ترقی کی منازل طے کرنے میں سرگرم عمل رہے۔
- (ک) سرپرستوں کو چاہیے کہ مجھے سے چودہ سال کی عمر کے بچوں کے لیے تعلیم کے مواقع فراہم کرے۔

راشٹر گیت

جَن گَن مَن - اُدھ نایک جیہ ہے
 بھارت - بھاگیہ ودھاتا۔
 پنجاب، سندھ، گجرات، مراٹھا
 دراوڑ، اُتکل، بنگ،
 وندھیه، ہماچل، یمنا، گنگا،
 اُچھل جَل دھ تَرنگ،
 توشہ نامے جاگے، توشہ آرشس ماگے،
 گاہے توجیہ گاتھا،
 جَن گَن منگل دایک جیہ ہے،
 بھارت - بھاگیہ ودھاتا۔
 جیہ ہے، جیہ ہے، جیہ ہے،
 جیہ جیہ جیہ، جیہ ہے۔

عہد

بھارت میرا وطن ہے۔ سب بھارتی میرے بھائی
 اور بہنیں ہیں۔
 مجھے اپنے وطن سے پیار ہے اور میں اس کے عظیم و
 گوناگوں ورثے پر فخر محسوس کرتا ہوں۔ میں ہمیشہ اس
 ورثے کے قابل بننے کی کوشش کروں گا۔
 میں اپنے والدین، استادوں اور بزرگوں کی عزت
 کروں گا اور ہر ایک سے خوش اخلاقی کا برتاؤ کروں گا۔
 میں اپنے ملک اور اپنے لوگوں کے لیے خود کو وقف
 کرنے کی قسم کھاتا ہوں۔ ان کی بہتری اور خوش حالی
 ہی میں میری خوشی ہے۔

राज्यगीत

जय जय महाराष्ट्र माझा, गर्जा महाराष्ट्र माझा
 जय जय महाराष्ट्र माझा, गर्जा महाराष्ट्र माझा ॥धृ॥
 भिती न आम्हा तुझी मुळी ही गडगडणाऱ्या नभा
 अस्मानाच्या सुलतानीला जबाब देती जिभा
 सह्याद्रीचा सिंह गर्जतो शिव शंभू राजा
 दरी दरीतून नाद गुंजला महाराष्ट्र माझा
 जय जय महाराष्ट्र माझा, गर्जा महाराष्ट्र माझा ॥१॥
 काळ्या छातीवरी कोरली, अभिमानाची लेणी
 पोलादी मनगटे खेळती, खेळ जीवघेणी
 दारिद्र्याच्या उन्हात शिजला
 निढळाच्या घामाने भिजला
 देश गौरवासाठी झिजला
 दिल्लीचे ही तख्त राखितो, महाराष्ट्र माझा
 जय जय महाराष्ट्र माझा, गर्जा महाराष्ट्र माझा
 जय जय महाराष्ट्र माझा ॥२॥

پیش لفظ

قومی تعلیمی پالیسی ۲۰۲۰ء کو رد و عمل لانے کے نقطہ نظر سے اسکولی تعلیم کا نصاب تیار کیا گیا ہے۔ حکومت سے منظور شدہ اس نصاب پر مبنی نئی درسی کتب تعلیمی سال ۲۰۲۱-۲۰۲۲ء سے پاٹھیہ پبلیک منڈل تیار کر رہا ہے۔ ہمارے آس پاس کی دنیا حصہ۔ انامی درسی کتاب آپ کے ہاتھوں میں دیتے ہوئے ہمیں بے حد مسرت ہو رہی ہے۔

بچوں کا تعلیمی سفر ہنستے کھیلتے ہو، طلبہ کی مشاہدے کی صلاحیت میں اضافہ ہو، تخلیقیت کو خصوصی اہمیت دی جائے، طلبہ قبل از تیاری کی سطح کے لیے درکار صلاحیتیں حاصل کریں... ان بنیادی امور پر غور و فکر کر کے اس کتاب کو ترتیب دیا گیا ہے۔ نیز نصاب میں مذکور تمام ہدایتوں پر غور و خوض کر کے درسی کتاب تحریر کی گئی ہے۔

دلکش ترتیب اور تصاویر طلبہ کو ہمیشہ متوجہ کرتی ہیں۔ اسی وجہ سے اس درسی کتاب میں متن کے مطابق تصاویر، نقشے دیے ہوئے ہیں۔ طلبہ کے اطراف کے ماحول کے پیش نظر ماحول کے مختلف امور کتاب کے متن میں دکھائی دیں گے۔ زیر نظر کتاب طلبہ میں مشاہدے کی صلاحیت کو تحریک دینے کے نقطہ نظر سے کارآمد ہے۔

اس کتاب کے ذریعے طلبہ اپنے آس پاس کے قدرتی ماحول، جانوروں اور نباتات کی دنیا نیز عوامی زندگی سے روشناس ہوں گے۔ اس کتاب کے ذریعے طلبہ کو اپنے ضلع کی جغرافیائی معلومات حاصل ہوگی۔ آس پاس کے ماحول سے ان کا اٹوٹ رشتہ قائم ہونے اور مختلف مہارتوں کے حصول میں یہ کتاب مدد و معاون ہوگی۔

درسی کتاب کو زیادہ سے زیادہ بے عیب (عمدہ) اور معیاری بنانے کے مقصد سے مہاراشٹر کے تمام علاقوں کے منتخب اساتذہ، چند ماہرین تعلیم اور نصاب تعلیم کمیٹی کے رکن سے اس کتاب کی جانچ کروائی گئی ہے۔ ان حضرات کے مشوروں اور آرا پر مضمون کمیٹی نے غور و فکر کر کے کتاب کو حتمی شکل دی ہے۔

منڈل کی کمیٹیوں کے اراکین، معیار جائزہ کار ماہرین اور مصور نے بڑی دلچسپی اور محنت و مشقت سے اس کتاب کو تیار کیا ہے۔ مہاراشٹر راجیہ پاٹھیہ پبلیک منڈل ان سب کا تہہ دل سے ممنون ہے۔ ہمیں اُمید ہے کہ طلبہ، اساتذہ اور سرپرست اس کتاب کا خیر مقدم کریں گے۔


(انور ادھاواک)
ڈائریکٹر

مہاراشٹر راجیہ پاٹھیہ پبلیک منڈل و
ابھیاس کرم سنشودھن منڈل، پونہ

پونہ۔

تاریخ: ۱۹ اپریل ۲۰۲۱ء

بھارتی سور: ویشاکھ ش ۲، شکرے ۱۹۳۸، اکشے ترتیہ

نصابی اہداف، نصابی صلاحیتیں اور آزموزشی ماحصل

نصابی ہدف (CG-1): طلبہ کے اطراف کے قدرتی اور سماجی و ثقافتی ماحول کی کھوج کرنا اور انھیں اس میں مشغول رکھنا۔			
نمبر شمار	آزموزشی صلاحیت	آزموزشی ماحصل	صفحہ نمبر
۱۔	C-1.1: اطراف کے ماحولیات میں موجود جاندار اور بے جان اجزا بتاتا ہے۔ (قدرتی: کیڑے، نباتات، جانور، پرندے، جغرافیائی خصوصیات، سورج، چاند، سیارے، قدرتی وسائل) اور (سماجی: گھر، خاندانی رشتے) کے اجزا کا مشاہدہ کرتا ہے اور انھیں پہچانتا ہے۔	• جاندار اور بے جان میں درجہ بندی کرتا ہے۔ • جاندار اور بے جان کے تصور پر گفتگو کرتا ہے۔ • اطراف میں پائے جانے والے مختلف کیڑوں کا مشاہدہ کر کے ان کے نام بتاتا ہے۔ • اطراف کی نباتات (پودوں) کے نام بتاتا ہے۔ • اطراف کے جانے پہچانے اور نامعلوم پرندوں کے نام بتاتا ہے۔ • اطراف کے جانوروں کے نام بتاتا ہے۔ • اطراف کے جانے پہچانے اور نامعلوم پرندوں کے نام بتاتا ہے۔ • جانوروں، پرندوں، کیڑوں اور نباتات کے درمیان باہمی انحصار کی مثالیں بتاتا ہے۔ • جانوروں اور نباتات کے باہمی تعلق کو واضح کرنے والے فکر انگیز سوالات پر اپنی رائے پیش کرتا ہے۔ • قدرتی وسائل کے تصور کو واضح کرتا ہے۔ • ہوا ایک قدرتی وسیلہ ہے، اسے مثالوں کے ذریعے واضح کرتا ہے۔ • اطراف کی مٹی کی اس کے رنگ اور خصوصیات کے لحاظ سے درجہ بندی کرتا ہے۔ • سیارہ زمین کے بارے میں معلومات بتاتا ہے۔ • چاند اور سورج کا مشاہدہ کر کے ان کی تصویر کشی کرتا ہے۔ • چاند اور سورج سے متعلق واقعات کا مشاہدہ کر کے ان پر گفتگو کرتا ہے۔ • چاند اور سورج کے بارے میں فکر انگیز سوالات پر گفتگو کرتا ہے۔ • اپنے ضلع کی جغرافیائی خصوصیات بتاتا ہے۔ • ضلع کے نقشے میں اہم ندیاں، بند، اور تالاب دکھاتا ہے۔	۴۳، ۴۲ ۴۳، ۴۲ ۴۸ ۴۲، ۴۳، ۴۴ ۴۲، ۴۳، ۴۴، ۴۵، ۴۶، ۴۷، ۴۸، ۴۹ ۴۳، ۴۲، ۴۱ ۸۱ ۸۱ ۱۴، ۲، ۱ ۲ ۴۳، ۴۲، ۴۱ ۳۳ ۳۵، ۳۴ ۳۴ ۳۵، ۳۴ ۱۳۴، ۱۳۳، ۱۳۲ ۱۳۳، ۱۳۲
۲۔	C-1.2: خاندانی اور سماجی باہمی تعلقات (انسان، جانور / فطرت) اور روایات (فن، تہوار، تقریب) کو بیان کرتا ہے۔	• پالتو جانوروں کے تصور کو مثالوں کے ساتھ واضح کرتا ہے۔ • پالتو جانوروں کے استعمال (فوائد) بتاتا ہے۔ • پالتو جانوروں کے تئیں ہمدردی رکھتا ہے۔	۴۹ ۴۹ ۸۰، ۷۸
۳۔	C-1.3: قریبی ماحول میں مشاہدہ کردہ سادہ نمونوں/طرزوں (غذائی زنجیر، موسمی تبدیلیاں، اشکال، قمر، ستاروں و سیاروں کی حرکت، درخت، نباتات، پتوں اور پھولوں کی جسامت، رومات، تہوار) پر مبنی سوالات پوچھتا ہے اور پیشین گوئیاں کرتا ہے۔	• موسموں کے نام اور ان کی خصوصیات بتاتا ہے۔ • نباتات کے پتوں اور پھولوں کے مخصوص نمونوں کو پہچانتا ہے اور ان کی تصویر کشی کرتا ہے۔ • پتوں کی ساخت اور افعال کو واضح کرتا ہے۔ • سورج، زمین اور چاند کے بارے میں معلومات بتاتا ہے۔ • دن اور رات کا جانداروں کے افعال سے تعلق بتاتا ہے۔ • تصویری چارٹ کا استعمال کر کے بارش کے پانی کا سفر دکھاتا ہے۔	۹۹، ۹۸، ۹۷ ۴۷ ۴۷، ۴۵، ۴۴ ۳۵ ۳۵ ۹
۴۔	C-1.5: مقامی طور پر دستیاب مواد کا استعمال کر کے گھر یا کمرہ جماعت کی سجاوٹ کے لیے خود اشیا (جگر، نسب، لفافے، کاغذی جانور) بناتا ہے۔	• مٹی سے مختلف اشیا بنانے کے طریقوں کی معلومات حاصل کرتا ہے۔ • کمرہ جماعت/گھر کی سجاوٹ کے لیے اشیا بناتے وقت مقامی وسائل (درختوں کے پتے، پرندوں کے پر وغیرہ) کا استعمال کرتا ہے۔	۸، ۷، ۶، ۵ ۸۶
نصابی ہدف (CG-2): اطراف کے ماحول میں باہمی انحصار کو مشاہدے اور تجربے سے سمجھ کر 'واسود پو کیکم' (پوری دنیا ایک کنبہ ہے) کے تصور کا ادراک حاصل کرنا۔			
۵۔	C-2.1: زندگی کے لیے ضروری قدرتی اور انسانی ساختہ ڈھانچوں (پانی کی فراہمی، آبی چکر، ندیوں کے بہاؤ کی ساخت، موسم، نباتات اور جانوروں کا دورِ حیات، خوراک، گھر، پلو، اشیا، رسل و رسائل، نقل و حمل، گھر کی بجلی) کو پہچانتا ہے۔	• منبع سے گھر تک پانی کیسے آتا ہے، اس عمل کو واضح کرتا ہے۔ • پانی ذخیرہ کرنے کے پرانے اور جدید طریقوں کی معلومات بتاتا ہے۔ • بارش کے پانی کا سفر تصویر، چارٹ کی مدد سے دکھاتا ہے۔ • اطراف کے پانی کے مختلف ذرائع کی معلومات بتاتا ہے۔ • گھر اور اطراف میں پانی ذخیرہ کرنے کے مختلف ذرائع کی خصوصیات واضح کرتا ہے۔ • شہری اور دیہی علاقوں میں پانی فراہم کرنے والے ذرائع کے نام بتاتا ہے۔ • بیج سے لے کر پودے تک نباتات کی نشوونما کی عملی سرگرمی کے ذریعے جانچ کرتا ہے۔ • انسانی حواس خمسہ کے افعال اور اہمیت بتاتا ہے۔ • نباتات کے مختلف حصوں (جڑ، پتے، ستنے، پھل، بیج وغیرہ) کے بطور غذا استعمال کی مثالیں تلاش کرتا ہے۔ • گھریلو علاج کے طور پر استعمال ہونے والے، اطراف اور باورچی خانے کی اشیا کے نام بتاتا ہے۔ • باورچی خانے کے برتنوں کے نام اور ان کے استعمال بتاتا ہے۔	۱۱، ۱۰ ۱۱ ۹ ۱۰ ۱۱ ۱۱ ۴۴ ۲۱، ۲۰، ۱۹، ۱۸، ۱۷، ۱۶ ۱۱۵، ۱۱۴، ۱۰۵، ۴۸ ۵۰، ۴۹ ۹۰، ۸۷

۶۔ C-2.2: اطراف کے قدرتی ماحول اور ثقافتی طریقوں کے درمیان تعلق (کام کی نوعیت، خوراک، تہوار، روایات) کو واضح کرتا ہے۔	• پرانے زمانے میں یکن میں استعمال ہونے والے برتنوں کی معلومات حاصل کرتا ہے اور موجودہ دور کے استعمال کے برتنوں سے ان کا موازنہ کرتا ہے۔ (پہلے سے مراد پچھلی دہائیوں کے دوران) • روزمرہ کی زندگی کی مختلف مشینوں کو پہچان کر ان کا کام بتاتا ہے۔ • گھر میں بجلی پر چلنے والے آلات کی معلومات بتاتا ہے۔ • ذرائع نقل و حمل کو پہچان کر ان کا استعمال بتاتا ہے۔ • سفر کی وجوہات واضح کرتا ہے۔ • ذرائع ابلاغ کے نام بتاتا ہے۔ • اپنے ضلع کے مختلف حصوں کی اہم فصلوں، مشہور غذائی اشیاء وغیرہ کی معلومات حاصل کرتا ہے۔ • اطراف میں منائے جانے والے تہواروں اور تقریبات کا قدرتی ماحول سے تعلق بتاتا ہے۔	۹۰ ۱۲۹، ۱۲۷، ۱۲۶، ۱۲۴، ۱۲۳، ۱۲۲ ۱۲۹، ۱۲۷، ۱۲۶، ۱۲۴، ۱۲۳ ۹۲ ۹۵ ۹۳ ۱۳۹، ۱۳۸، ۱۳۷ ۱۴۰، ۱۳۹، ۹۱
۷۔ C-3.1: انسانوں، پرندوں اور جانوروں کے بنیادی حفاظتی اور تحفظی نظام (صحت اور صفائی، خوراک، پانی، مسکن، احتیاط، ہنگامی اور غیر محفوظ حالات میں برقی جانے والی احتیاط) کو بیان کرتا ہے۔	• محفوظ اور غیر محفوظ اس کے تصور کو واضح کرتا ہے۔ • نامعلوم شخص کے ساتھ بات چیت کرتے وقت احتیاط برتنا ہے۔ • روزمرہ کی زندگی کے ساتھ ساتھ عوامی مقامات پر صفائی کی اچھی عادات اپناتا ہے۔ • پرانے زمانے میں صفائی کے لیے استعمال ہونے والے روایتی ذرائع کی معلومات حاصل کر کے موجودہ ذرائع سے ان کا موازنہ کرتا ہے۔ • روزمرہ کی زندگی میں کھیل، جسمانی ورزش کو اپناتا ہے۔ • گھر، اسکول، عوامی مقامات پر کھیلنے وقت چوٹ نہ لگے، اس لیے احتیاط کرتا ہے۔ • مختلف کھیلوں اور دیگر اجتماعی سرگرمیوں میں صفائی اور حفاظت کے اصولوں پر عمل کرتا ہے۔ • برقی آلات استعمال کرتے وقت مناسب احتیاط برتنا ہے۔ • جانوروں، پرندوں، نباتات کی مناسب دیکھ بھال کرتا ہے۔ • کچرہ پیدا ہونے کی وجوہات اور اس سے پیدا ہونے والے مسائل بتاتا ہے۔ • کچرہ اکم پیدا ہونے کے لیے تدابیر تجویز کرتا ہے۔ • صفائی کے آلات استعمال اور صفائی کے اصولوں کی پابندی کر کے عوامی مقامات پر صفائی رکھتا ہے۔ • دوسروں کی صحت کا خیال رکھتے ہوئے صفائی کی اچھی عادات اپناتا ہے۔ • مختلف جانوروں کے اپنی صفائی کرنے کے طریقوں کو مشاہدے کی بنیاد پر بتاتا ہے۔ • صحت کے لیے مفید غذائی اشیاء کی پہچان کر کے انھیں تیار کرنے کا طریقہ بتاتا ہے۔ • نقصان دہ خوراک سے صحت کے حوالے سے پیدا ہونے والے مسائل بتاتا ہے۔ • تازہ اور باسی خوراک میں فرق پہچانتا ہے۔ • گھر کی مختلف اقسام کو بیان کرتا ہے۔ • گھر کی اقسام کے لحاظ سے انھیں بنانے کے لیے درکار مواد کی معلومات حاصل کرتا ہے۔	۲۲ ۲۲ ۲۳، ۲۲، ۲۱، ۱۹ ۲۴ ۱۰۶، ۲۰ ۲۰ ۱۱۴، ۲۰ ۱۲۹، ۲۵ ۸۰، ۵۱ ۶۵، ۶۴ ۶۷، ۶۶ ۲۱، ۱۹ ۲۱، ۱۹ ۸۰ ۱۱۱، ۱۰۶، ۱۰۵، ۱۰۴ ۱۱۱، ۱۰۹، ۱۰۸، ۱۰۷ ۱۱۰، ۱۰۸ ۵۹، ۵۸ ۶۱، ۵۹
۸۔ C-3.2: خاندان اور معاشرے میں گفتگو کر کے یا ذاتی تجربے کی بنیاد پر ہنگامی حالات (دھواں، آگ، چھوٹی چوٹ، جلنا، بجلی کے حوالے سے حفاظت، بے وقت کی بارش، درختوں کا گرنا) کے لیے تیاری کیسے کی جائے، اس پر بحث کرتا ہے۔	• گھر، اسکول اور عوامی مقامات پر اچانک پیش آنے والے خطرات (چھوٹی چوٹ، کھروچ، جلنا) کی فہرست بتاتا ہے۔ • ابتدائی طبی امداد کی پٹی میں موجود مواد کی فہرست بتاتا ہے۔	۲۷ ۲۸
۹۔ C-3.3: نعرے یا سادہ علامات تیار کر کے حفاظت اور تحفظ کی معلومات کے لیے اسکول اور معاشرے میں رول پلے (کردار نگاری) اور اس کی پیشکش کرتا ہے۔	• سڑک کی حفاظت سے متعلق علامات، معلوماتی بورڈ کو پہچانتا ہے۔ • سڑک کی حفاظت سے متعلق قواعد کی فہرست بتاتا ہے اور ان پر عمل کرتا ہے۔ • ذاتی اور ماحولیاتی صفائی، صحت کی عادات، محفوظ اور غیر محفوظ مس کے حوالے سے عوامی بیداری پیدا کرنے کے لیے نعرے تیار کرتا ہے۔ • آفت کے دوران کی جانے والی تدابیر کے حوالے سے کردار نگاری (رول پلے) پیش کرتا ہے۔	۲۷، ۲۶ ۳۲، ۲۷، ۲۶ ۳۲ ۲۶، ۲۵
۱۰۔ C-4.1: اطراف کے ماحول میں نباتات، جانوروں اور پرندوں کے تنوع (جسامت، آواز، خوراک کی عادات، نشوونما، مسکن) کا مشاہدہ کرتا ہے اور ان کا بیان کرتا ہے۔	• نباتات کی جسامت کے لحاظ سے درخت، جھاڑی، پودا، تیل، گھاس میں درجہ بندی کرتا ہے۔ • نباتات کے مختلف حصوں کے نام بتاتا ہے اور ان کے استعمال واضح کرتا ہے۔ • نباتات کے پتوں، تنوں، پھولوں کی ساخت کی خصوصیات (مماثلت، تنوع) کو سمجھتا ہے۔ • پھولوں کی جسامت، رنگ اور خوشبو کی سادہ خصوصیات کی بنیاد پر مختلف پھولوں کا مشاہدہ کرتا ہے۔ • مختلف قسم کے پرندوں کی جسمانی خصوصیات اور آواز سے پرندوں کو پہچانتا ہے۔ • مختلف جانوروں کے یکساں جسمانی خصوصیات کے لحاظ سے گروہ بناتا ہے۔	۳۶، ۳۵ ۳۹، ۳۸، ۳۴ ۵۱، ۴۷، ۴۵، ۴۳ ۵۳، ۵۲، ۴۹، ۴۷، ۴۶، ۴۵، ۴۴ ۸۳، ۷۷ ۷۶، ۷۳

۱۱	۲-4-C : ماحول میں بھائی رنگارنگی (خوراک، لباس، کھیل، موسم، فصل کی کٹائی اور بوائی سے جڑے پھوار) کا مشاہدہ کر کے بیان کرتا ہے۔	مختلف علاقوں کے لوگوں کے لباس میں تنوع کو پہچانتا ہے۔	۱۰۱، ۱۱۰
۱۲	۳-4-C : اطراف کے ماحول میں قدرتی وسائل کے استعمال کے حوالے سے بیان کرتا ہے۔	- اطراف کے قدرتی وسائل کی معلومات بتاتا ہے۔ - نباتات کے انسانوں کے لیے فوائد بتاتا ہے۔ - مختلف جانوروں کے استعمال کی معلومات حاصل کرتا ہے۔ - روزمرہ زندگی میں پانی کے استعمال بتاتا ہے۔ - روزمرہ کے استعمال کی مختلف اشیاء بنانے کے طریقوں سے واقف ہوتا ہے۔ ڈھلائی کا کام، دھات کی اشیاء اور برتن بناتا ہے۔	۱۲، ۲، ۱ ۵۱، ۵۰، ۴۹، ۴۸ ۷۹ ۳ ۷، ۶، ۵
۱۳	۴-4-C : قدرتی وسائل (درخت، بارش کے پانی کا استعمال، موٹے اناج کے فوائد) کے استعمال، دیکھ بھال اور تحفظ کو کس طرح استعمال کیا جاسکتا ہے، اس کا مظاہرہ کرتا ہے۔	- اسکول و گھر میں پائیں باغ بنا کر اس کی دیکھ بھال کرتا ہے۔ مفید اور ادویاتی خصوصیات والے درخت لگاتا ہے۔ - موٹے اناج کی پہچان کر کے اس کے فوائد بتاتا ہے۔ - آبی آلودگی کی وجہ سے پیدا ہونے والے مسائل کو واضح کرتا ہے۔ - جنگلات کی اہمیت اور ان کے تحفظ کی ضرورت کو واضح کرتا ہے۔	۵۶، ۵۰ ۱۱۳، ۴۸ ۱۲ ۵۲، ۵۱
۱۴	۵-4-C : نباتات، جانوروں اور پرندوں کی ضروریات (پانی، مٹی، خوراک، دیکھ بھال)، ان کے تحفظ سے متعلق امور کو پہچانتا ہے۔	- نباتات کے لیے پانی کی ضرورت کو واضح کرتا ہے۔ - نباتات کے لیے مٹی کی اہمیت بتاتا ہے۔ - اطراف کے جانوروں اور پرندوں کے لیے پانی کی سہولت فراہم کرتا ہے۔	۴۷ ۴۳ ۸۰
۱۵	۷-4-C : سماجی اور رویے سے متعلق متوقع باتیں سیکھتا ہے اور سماجی و قدرتی ماحول کی ساخت (کوڑے دان کا استعمال، قطار میں کھڑے رہنا، پانی کا تحفظ، عوامی نقل و حمل کا استعمال، ماحولیاتی صفائی، ہر طبقے کے لوگوں کی مدد) کو سمجھتا ہے جس سے سماجی زندگی آسان ہوتی ہے۔	- شہری اور دیہی عوامی زندگی میں فرق بتاتا ہے۔ - بنیادی سہولیات کی معلومات بتاتا ہے۔	۹۱، ۹۰، ۸۹، ۸۸ ۸۹، ۸۸
نصابی ہدف (CG-5): نقشہ خوانی اور اس کی تشریح کرنے کی صلاحیت پیدا کرنا۔			
۱۶	۱-5-C : اسکول، گاؤں اور وارڈ کے نقشوں کی خاکہ نگاری کرتا ہے۔	گھر، اسکول، گاؤں اور تعلقہ کی سرحدیں نقشے میں دکھاتا ہے۔	۳۷، ۳۶
۱۷	۲-5-C : علاقوں اور زمینیں استعمال کر کے اسکول، گاؤں اور وارڈ کو خاکے میں بناتا ہے۔	سمتوں کو سمجھ کر نقشے پر مبنی پہیلیاں حل کرتا ہے۔	۳۷، ۳۶
۱۸	۳-5-C : علامات اور سمتوں کے حوالے سے قدرتی اور انسانی ساختہ خصوصیات (کنواں، جھیل، ڈانچا، اسکول، اسپتال) پہچاننے کیلئے شہر، ریاست و ملک کی نقشہ خوانی کرتا ہے۔	- اپنے ضلع کے نقشے کا مطالعہ (نقشہ خوانی) کرتا ہے۔ - مہاراشٹر کے نقشے میں اپنا ضلع پہچانتا ہے۔	۳۸ ۳۹
نصابی ہدف (CG-6): مختلف ذرائع سے حاصل کردہ معلومات کا استعمال کر کے اطراف کے ماحول کے مختلف سوالات کی کھوج کرنا۔			
۱۹	۱-6-C : آزادانہ طور پر یا گروہ میں مخصوص سوالات کی عام نقشہ کشی کرتا ہے۔	(الف) فکر انگیز سوالات پر اپنی رائے کا اظہار کرتا ہے۔ (ب) گروہ میں فکر انگیز سوالات پر بحث کرتا ہے۔ (ج) آزادانہ جوابات کے سوالات کے جوابات بتاتا / لکھتا ہے۔ (د) پہیلیوں کو سمجھانے کے لیے جوابات تک لے جانے والے سوالات مرتب کرتا ہے۔ (ه) مسائل کے حل کے لیے سوالات ترتیب دیتا ہے۔ (و) ماحول کے مختلف واقعات، اشیاء اور عمل پر سوالات پوچھتا ہے۔ (ز) مشاہدہ کر کے سوالوں کے جواب تلاش کرتا ہے۔ (ح) مشاہدہ کر کے مختلف تصورات کی مزید معلومات تلاش کرتا ہے۔	تمام اسباق میں مربوط طریقے سے شامل
۲۰	۲-6-C : مشاہدات اور نتائج کو تخلیقی ذرائع (تصاویر، خاکے، نقشیں، ڈرامے، اسکرپٹ، کھیل، زبانی یا تحریری اظہار) سے پیش کرتا ہے۔	(الف) ماحول کے جانداروں کا مشاہدہ کر کے تصاویر بناتا ہے۔ (ب) مختلف تصورات پر مبنی تصاویر اور خاکے بناتا ہے۔ (ج) مختلف تصورات کی تصاویر اور خاکوں کی بنیاد پر پیش کرتا ہے۔ (د) ڈرامے، کھیل، نظموں کی بنیاد پر مختلف تصورات پیش کرتا ہے۔ (ه) مختلف تصورات کو مکالمے، زبانی یا تحریری ذرائع سے پیش کرتا ہے۔ (و) مختلف سرگرمیوں کے مشاہدے اور نتائج کی پیشکش مختلف ذرائع سے کرتا ہے۔	
نصابی ہدف (CG-7): قدرتی سائنس (حیاتیات، طبیعیات، ارضیات اور خلائی سائنس) اور انجینئرنگ سائنس کے بنیادی تصورات اور طریقوں سے واقفیت حاصل کرنا۔			
۲۱	۱-7-C : تحقیقی کام میں سائنسی طریقوں کے استعمال کے ساتھ ساتھ توانائی، مادہ/شے اور سائنس و انجینئرنگ کے شعبوں میں لاکھونے والے نظاموں جیسے دیگر باہمی تصورات سے واقف ہوتا ہے۔	- اطراف کے قدرتی اور انسانی ساختہ مادوں (اشیا) کے نام بتاتا ہے۔ - مادوں کی حالتیں بتاتا ہے۔ (ٹھوس، مائع، اور گیس) - مادوں کی سادہ خصوصیات کو پہچانتا ہے۔ - ٹھوس، مائع اور گیس کے لحاظ سے مادوں کی درجہ بندی کرتا ہے۔	۱۱۹، ۱۱۷ ۱۲۱، ۱۲۰ ۱۲۰، ۱۱۹ ۱۲۱
۲۲	۲-7-C : قدرتی سائنس، انجینئرنگ، جینالوجی اور سائنس کے اطلاق کے شعبوں میں اچھی جہانمتوں کے مواد کو ظاہر کرنے والی بنیادی اصطلاحات/تصورات سے متعارف ہوتا ہے۔	- آواز کا منبع پہچانتا ہے۔ - روزمرہ کی زندگی میں ہوا کے دباؤ کی مثالیں بتاتا ہے۔	۱۲۵، ۱۲۴ ۱۲۷، ۱۲۶

درسی کتاب کو سمجھ لیں۔

- درسی کتاب کے تمام اجزاء کو نصابی اہداف، تدریسی صلاحیتوں اور آموزشی ماحصل کے مطابق ترتیب دیا گیا ہے۔
- درسی کتاب ہمارے آس پاس کی دنیا حصہ - ۱ طلبہ کو اکتسابی تجربات کے ذریعے اپنے ارد گرد کے ماحول سے سائنس اور جغرافیہ مضامین کے بنیادی تصورات کو مربوط کرنے کے مقصد سے تیار کی گئی ہے۔ علاوہ ازیں سبق 'اپنا ضلع' کے ذریعے ضلع سے متعلق معلومات دی گئی ہے۔ اس کتاب کا مقصد بچوں میں ماحول کے تعلق سے حساسیت کو بڑھانا، گروہ میں کام کرنے یا اجتماعی طور پر کام کرنے کی مہارتوں کو فروغ دینا اور مثبت نقطہ نظر پروان چڑھانا ہے۔
- مشمولاتی نصابی اہداف (CG-6 اور CG-7) میں شامل صلاحیتوں کو فروغ دینے کے لیے سرگرمیوں اور عملی کاموں کی منصوبہ بندی اچھی طرح غور و فکر کے بعد کریں۔
- درسی کتاب ہمارے آس پاس کی دنیا حصہ - ۱ تصورات کی تفہیم، قوت استدلال، تخلیقیت اور ترقی کی مطلوبہ سطح کے لیے ضروری اقدار اور نقطہ نظر پر زور دیتی ہے۔
- قومی تعلیمی پالیسی ۲۰۲۰ء کے مطابق فنون، کھیل کود، کھلونے، نیڑے ٹکنالوجی پر مبنی مربوط تعلیم کو روزمرہ کی تدریس کا حصہ بنایا جائے۔
- درسی کتاب کے مواد سے ہم آہنگ بھارتی علوم سے متعارف کرایا جائے۔
- اکتسابی تجربات کے عمل کی جانچ شعور کی بیداری، حساسیت، تخلیقی رویہ، روبرک کے مطابق کی جائے۔ اس امر کی جانچ کی جائے کہ طالب علم کس سطح پر ہے۔
- درسی کتاب میں پیشہ ورانہ تعلیم کا ابتدائی تعارف پیش کرنے کے لیے مختلف عملی کاموں کو شامل کیا گیا ہے۔ طلبہ سے وہ عملی کام کرائے جائیں۔
- ماحول اور تصویروں کے مشاہدے، گانوں، کھیل، مکالموں، عملی کاموں، سرگرمیوں، مظاہروں، ماحول میں دستیاب اشیاء / وسائل کو استعمال کر کے درسی کتاب کے تصورات / نظریات کو واضح کیا جائے۔
- درسی کتاب کے عملی کاموں کو حسب ضرورت انفرادی، جوڑی میں یا گروہ میں کرائے اور ہم جماعتی اور شراکتی تعلیم کی ترغیب دی جائے۔
- سائنس اور جغرافیہ کے مضامین کے بنیادی تصورات کو سمجھنے اور ان کا اطلاق کرنے میں ماحول کے بارے میں حساسیت اور شعوری بیداری پیدا کرنے کی کوشش کی جائے۔
- یہ درسی کتاب محض جماعت میں پڑھنے، سمجھانے، سکھانے اور طلبہ سے صرف سوالات حل کرانے کے لیے نہیں ہے بلکہ جو سیکھا اسے وہ لفظوں میں دوسروں کو بتائیں اور اپنے طور پر سوالات تیار کر سکیں، اس طرح کے اعلیٰ سطح کے مواقع فراہم کرنے کے نقطہ نظر سے اس کتاب کو تیار کیا گیا ہے۔ اس مقصد کو زیادہ سے زیادہ وسعت دیجیے۔
- درسی کتاب میں رہنما نوعیت کی ہدایتیں دی ہوئی ہیں۔ اس لیے اپنے مقامی ماحول، حالات، بولی اور ماحول سے اخذ کردہ مثالوں کے مطابق درس و تدریسی عمل میں حسب ضرورت تبدیلی کریں۔
- درسی کتاب میں دیے ہوئے سوالوں کے جواب بیاض میں لکھ لیں۔ انھیں جانچ کر ان کا استعمال قدر پیمائی کے لیے کیا جائے۔
- مخصوص ضروریات کے حامل طلبہ کی درس و تدریس کے لیے اساتذہ اشاراتی علامات کی زبان (Sign Language ) اور دیگر معاون تدریسی طریقوں کا استعمال کریں۔ مخصوص ضروریات کے حامل طلبہ جس طریقے سے بھی ممکن ہو انھیں اظہار کرنے کا موقع دیں۔

فہرست

نمبر شمار	سبق	صفحہ نمبر
۱۔	قدرت کا خزانہ۔ ہوا، پانی اور مٹی	۱
۲۔	میری صحت بخش اور محفوظ زندگی	۱۶
۳۔	اپنی دنیا - سورج، زمین اور چاند	۳۳
۴۔	ہمارے سبز دوست	۴۲
۵۔	انسان کا مسکن	۵۷
۶۔	اپنا کوڑا کرکٹ۔ اپنی ذمہ داری	۶۴
۷۔	آؤ جانوروں سے دوستی کریں	۷۲
۸۔	ہمارا رہن سہن	۸۷
۹۔	جیسا موسم ویسا لباس	۹۷
۱۰۔	میری خوراک	۱۰۴
۱۱۔	روزمرہ زندگی میں تجسس	۱۱۷
۱۲۔	اپنا ضلع	۱۲۹

نوٹ : درسی کتاب میں استعمال کردہ نقشے تعلیمی مقصد کے لیے تیار کیے گئے ہیں۔ انھیں سیاسی اور جغرافیائی سطح پر استعمال کرنے کے لیے معیار نہ بنایا جائے۔
نقشے بناتے وقت انھیں زیادہ سے زیادہ صحیح بنانے کی کوشش کی گئی ہے۔ اس کے باوجود کچھ کمیاں رہ گئی ہوں تو وہ تکنیکی وجوہات کی بنا پر ہو سکتی ہیں۔



قدرت کا خزانہ - ہوا، پانی اور مٹی

۱

آؤ مشاہدہ کریں۔



پچھانو تو بھلا!



۴ پون چگی کی پتیاں کس وجہ سے گھومتی ہیں؟

۴ ہمیں پانی کہاں سے ملتا ہے؟

۴ ہم پانی کا استعمال کون کون سے کاموں کے لیے کرتے ہیں؟

۴ تصویر میں مٹی کون سے رنگ کی ہے؟

۴ نباتات کی نشوونما کے لیے مٹی ضروری کیوں ہوتی ہے؟

اوپر کی تصویر میں پون چگی دکھائی دے رہی ہے۔ پون چگی کی پتیاں ہوا کی وجہ سے گھومتی ہیں۔ اس سے توانائی پیدا کر سکتے ہیں۔ بارش کی وجہ سے تالاب میں پانی کا ایک بڑا ذخیرہ تیار ہو گیا ہے۔ تالاب کے پانی کا استعمال زراعت (کھیتی) اور گھریلو استعمال کے لیے بڑے پیمانے پر کیا جاتا ہے۔ زمین پر فصلیں اور درخت اُگے ہوئے دکھائی دیتے ہیں۔ ہوا، پانی اور مٹی قدرتی عوامل ہیں۔

قدرتی طور پر حاصل ہونے والے جن عوامل کا استعمال انسان اپنی روزمرہ زندگی میں کرتا ہے، انہیں 'قدرتی وسائل' کہا جاتا ہے۔ ہمارے آس پاس کے ماحول میں ہوا، پانی اور مٹی 'قدرتی وسائل' ہیں۔ تو آؤ، ہم ان کے بارے میں واقفیت حاصل کریں۔

آؤ سمجھیں۔



ہوا دکھائی نہیں دیتی لیکن جب وہ چلتی ہے تو اس کی موجودگی کا احساس ہوتا ہے۔ تمام جانداروں کو زندہ رہنے کے لیے ہوا کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہوا مختلف گیسوں کا آمیزہ ہے۔ نائٹروجن گیس، آکسیجن گیس اور کاربن ڈائی آکسائیڈ ہوا کے اہم اجزاء ہیں۔ ان کے علاوہ ہوا میں دیگر گیسیں بھی کم مقدار میں پائی جاتی ہیں۔ ان میں سے آکسیجن گیس تمام جانداروں کے لیے انتہائی ضروری ہے۔ ہوا میں ہمیشہ تبدیلی ہوتی رہتی ہے۔ ہم سب کو اس بات کا خیال رکھنا چاہیے کہ ہوا ہمیشہ صاف اور خالص رہے۔ آؤ ہم روزمرہ زندگی میں ہوا کے استعمال کو سمجھیں۔

پہچانو تو بھلا!



یہیں ہے مگر دکھائی نہیں دیتی۔

اس میں کئی مادے حل ہو جاتے ہیں۔

اس میں بیج میں آسانی سے کوئیل پھوٹتی ہے۔

نیچے کی تصویر کے مطابق ہوا اور کون کون سی چیزوں میں بھری جاسکتی ہے؟



آؤ بات چیت کریں۔



استاد کی مدد سے روزمرہ زندگی میں ہوا کے استعمال اور ان کی مثالوں کے بارے میں بات چیت کرو۔

بتاؤ تو بھلا!



تمہارے آس پاس پانی کہاں سے آتا ہے؟

گھر میں پانی کون کون سی چیزوں میں جمع کیا جاتا ہے؟

گھر میں پانی کا استعمال کون سے کاموں کے لیے کیا جاتا ہے؟

’پانی یعنی زندگی‘۔ پانی ہمیں بارش سے حاصل ہوتا ہے۔

آؤ ہم تصویروں کی مدد سے پانی کے استعمال کو سمجھیں۔



آؤ عمل کریں۔



استاد/دوستوں کی مدد سے پانی کی اہمیت پر نعرے تیار کرو۔

استاد: دوستو، اپنے اطراف میں الگ الگ رنگ کی مٹی دکھائی دیتی ہے۔ ہم مٹی سے کئی چیزیں بناتے ہیں۔ تو آؤ، ہم مٹی کے بارے میں معلومات حاصل کریں۔

مٹی مٹی میں بھی فرق ہوتا ہے۔

طالب علم: ایسے کیسے؟ مٹی تو ایک ہی ہے۔

استاد: نہیں بچو! کسان جس مٹی میں بیج بوتا ہے وہ زری مٹی ہے۔ برتن، چھوٹے بڑے مٹکے، اینٹ وغیرہ بنانے کے لیے جس کا استعمال کرتے ہیں وہ 'چکنی مٹی' ہے۔

طالب علم: اور بھی کوئی فرق ہے؟

استاد: زمین پر پائی جانے والی ریت، چٹانی پتھر کے ٹکڑے، دھول کے ذرات، کوڑا کرکٹ وغیرہ سے مل کر بننے والے مادے کو مٹی کہتے ہیں۔

طالب علم: سمجھ میں آ گیا، سر۔

استاد: چٹانی پتھروں کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں سے 'زری مٹی' بنتی ہے۔ یہ ٹکڑے ذرات میں تبدیل ہو جاتے ہیں اور اس میں نباتات اور جانوروں کے باقیات شامل ہو جاتے ہیں۔ اس طرح پتھروں سے تیار ہونے والے اور باریک حیاتی مادوں کے شامل ہونے سے تیار ہونے والے آمیزے کو 'زری مٹی' کہتے ہیں۔

آؤ مشاہدہ کریں۔



نیچے دی ہوئی تصویروں کا مشاہدہ کرو اور چوکون میں مٹی کا رنگ لکھو۔



آؤ سمجھیں۔



کیا نہ کریں	کیا کریں
- پانی نہ گرائیں۔ - پانی گندہ (آلودہ) نہ کریں۔ - درختوں کو نہ کاٹیں۔ - ہوا کو گندہ (آلودہ) نہ کریں۔	- پانی کفایت شعاری سے استعمال کریں۔ - پانی روکو، پانی جذب کرو۔ - درخت لگاؤ، صاف ہوا پاؤ۔ - درخت لگاؤ، مٹی روکو۔

آج اسکول میں مٹی کی چیزیں بنانے کا ورکشاپ تھا۔ چیزیں بنانے والی معلّمہ اور تیسری جماعت کے بچے ڈرائنگ کلاس میں جمع ہوئے۔ معلّمہ انھیں ہدایتیں دے رہی تھیں۔ ورکشاپ میں شامل بچے ان کی ہدایت کے مطابق عمل کر رہے تھے۔

معلّمہ : آؤ، سب بچے تھوڑا تھوڑا پانی ڈال کر مٹی کے گولے بنائیں۔ مٹی کو ہاتھ میں لینے پر کیسا محسوس ہوا؟

ردا : مٹی نرم اور چکنی ہے۔

معلّمہ : صحیح۔ ہم کون کون سی مٹی سے چیزیں بناتے ہیں؟



انور : لال مٹی، کالی مٹی، راکھ کے رنگ کی (خاکستری) مٹی۔

معلمہ : بالکل صحیح۔ ہمارے یہاں الگ الگ رنگوں کی مٹی پائی جاتی ہے۔ مٹی میں بہت سارے چھوٹے بڑے ذرات ہوتے ہیں۔ مٹی کے ذرات کی جسامت کے لحاظ سے انھیں چکنی مٹی، رسوبی مٹی اور ریت کہا جاتا ہے۔ مٹی میں ذرات کے تناسب کے لحاظ سے اس کی بناوٹ کا تعین ہوتا ہے۔ بعض قسم کی مٹی باریک اور نرم ہوتی ہے تو بعض قسم کی مٹی بڑی اور موٹی ہوتی ہے۔



معلمہ : ہم پانی جمع کرنے کے لیے برتنوں کا استعمال کرتے ہیں۔

تمام بچے : جی ٹیچر۔

معلمہ : وہ برتن کس چیز سے بنے ہوتے ہیں؟

ذیشان : مٹی اور دھات سے۔

معلمہ : بالکل صحیح۔ مٹی سے مختلف چیزیں بنائی جاتی ہیں۔ کیا تم نے وہ چیزیں دیکھی ہیں؟



مٹی کے برتن

- ردا : جی، میں نے دیکھی ہیں۔
- معلمہ : کون کون سی بھلا؟
- ردا : برتن، گل دان، ویلا، عطر دان، مؤرتی، گملے، دیوالی کے قلعوں کے کھلونے وغیرہ۔
- معلمہ : ان چیزوں کو کس نے بنایا ہے اور کس طرح بنایا ہے؟
- وسیم : میرے گھر کے اطراف مٹی کے برتن بنائے جاتے ہیں لیکن وہ کس طرح بنائے جاتے ہیں، اس کا مجھے علم نہیں۔
- معلمہ : آؤ، معلومات حاصل کرتے ہیں۔

آؤ مشاہدہ کریں۔



آؤ مٹی سے مٹی کے برتن تک کے سفر کو سمجھ لیں۔



مٹی کا کام کرنے والے پہلے عمدہ مٹی حاصل کرتے ہیں۔

اچھے مکے بنانے کے لیے مٹی میں کچھ اور چیزیں ملاتے ہیں۔ اس کے بعد مٹی کو اچھی طرح بیروں سے مل کر انھیں ایک جان کر لیتے ہیں۔



اس مٹی کو پہلے پرگھما کر اس سے مختلف قسم کے برتن بناتے ہیں۔

کچے برتنوں کو بھٹی میں تپا کر پکے بنائے جاتے ہیں۔

تیار شدہ مکے۔





استاد طلبہ کے ساتھ اپنے اطراف مٹی سے چیزیں بنانے والے مقام کا دورہ کرتے ہیں۔ مٹی کا کام کرنے والے ندی کے کنارے سے اور اسی طرح دوسرے مقامات سے بھی مٹی لاتے ہیں۔ مٹی میں مختلف چیزیں اور پانی ڈال کر انھیں ایک جان کرنے کے لیے پیروں سے ملتے (گوندھتے) ہیں۔ اس بات کا خیال رکھتے ہیں کہ مٹی نہ پتلی ہو جائے، نہ ہی سؤکھی رہ جائے بلکہ ایک جان ہو جائے۔ اس کے بعد اس مٹی کا گولہ بناتے ہیں۔ ایک لکڑی کے پیسے پر مٹی کا گولا رکھتے ہیں۔ پیسے کو گھما کر گولے کو ایک خاص شکل دیتے ہیں۔ تیار ہونے والے برتن کو سکھاتے ہیں، پھر بھٹی میں تپاتے ہیں۔ برتن کو دلکش بنانے کے لیے اس پر رنگ لگاتے ہیں اور نقاشی بناتے ہیں۔ اسی طرح مٹی سے سجاوٹ کی چیزیں، لوہان دانی، توا، مؤرتی، مٹکے اور دیے بنائے جاتے ہیں۔



- مٹی کے برتن کس کام کے لیے استعمال ہوتے ہیں؟
 - مٹی کا کام کرنے والے کون کون سی قسم کی چیزیں بناتے ہیں؟
 - مٹی کے برتنوں کو کیوں تپایا جاتا ہے؟
- نیچے دیے ہوئے چوکون میں مٹی کی چند ایسی چیزوں کی تصویریں بناؤ جو تم نے مٹی کا کام کرنے والے کے یہاں دیکھی ہیں۔

آؤیہ کر کے دیکھیں۔



(والدین/استاد کی مدد سے نیچے دیا ہوا عمل کرو۔)

- مٹی جمع کرو۔
- جالی یا چھلنی کا استعمال کرو۔ مٹی میں سے بڑے کنکر، کوڑا کرکٹ نکال لو۔
- پانی ملا کر مٹی کا گولہ بناؤ۔
- مٹی کے گولے سے اپنی پسند کی دو چیزیں بناؤ۔ اپنی بنائی ہوئی چیز کو رنگ دو۔ اس پر نقش و نگار بناؤ۔

کیا تمہیں معلوم ہے؟



تم نے مختلف تصویروں میں چیتے کے جسم پر چتے یا شیر کے جسم پر پٹے اور مور کے پھیلے ہوئے پنکھوں کو دیکھا ہوگا۔ قدرت میں ایسی کئی چیزیں ہیں جنہیں دیکھ کر نقاشی کا خیال آتا ہے۔ قدرت میں جگہ جگہ نقش و نگار پائے جاتے ہیں۔ اب وہ چیتے کے جسم پر ہوں یا مور کے پنکھوں پر۔ فنکار مٹکے پر جو تصویریں بناتے ہیں ان کا خیال قدرت ہی سے آتا ہے۔ قدرتی شکلوں اور رنگوں کا مشاہدہ کر کے نقش و نگار بنائے جاسکتے ہیں۔





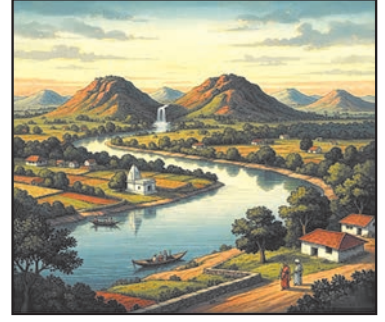
بڑے آبی ذخائر یا سمندر میں جمع ہونے والے پانی پر حرارت کا اثر ہوتا ہے۔ پانی کی کچھ مقدار بخارات (بھاپ) میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ بخارات کا درجہ حرارت اس کے آس پاس کی ہوا سے زیادہ ہوتا ہے۔ اس وجہ سے وہ ہلکے ہوتے ہیں۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ بخارات اوپر کی جانب اٹھنے لگتے ہیں اور اسی سمت میں زیادہ اونچائی تک جاتے ہیں۔ اونچائی پر ہوا ٹھنڈی ہوتی ہے۔ آسمان میں بخارات کے بادل بن جاتے ہیں۔ ہوا کے بہنے کی وجہ سے بادل بھی بہتے جاتے ہیں۔ ان بادلوں کو پہاڑ روک لیتے ہیں۔ تب ان بادلوں کا پانی بارش کی شکل میں زمین پر آتا ہے۔ ڈھلان پر سے بہتے ہوئے دھارا، جھرنہ، ندی کی شکل میں یہ پانی سمندر سے جا ملتا ہے۔ اس طرح سمندر سے شروع ہونے والا پانی کا سفر سمندر میں آکر مکمل ہوتا ہے۔ اسے 'آبی چکر' کہتے ہیں۔ آبی چکر کا سفر ہمیشہ جاری رہتا ہے۔



- (۱) پانی کا سفر سمندر سے شروع ہو کر واپس سمندر تک کس طرح ہوتا ہے؟
- (۲) قدرت سے حاصل ہونے والا پانی کہاں سے آتا ہے؟



◀ بارش کا پانی پہاڑیوں جیسی اونچی جگہوں پر برستا ہے۔ پانی ڈھلان کی سمت میں بہتا ہے۔ ایسے پانی سے کئی دھارے، جھرنے اور نالے بن جاتے ہیں۔ ان سب کے ملنے سے ندی بن جاتی ہے۔ یہ ندی پہاڑی، وادی، سطح مرتفع اور میدان میں بہتی ہے۔



◀ چاروں طرف سے زمین سے گھرے ہوئے ایک بند اور ساکن پانی کے ذخیرے کو تالاب کہتے ہیں۔ تالاب قدرتی یا مصنوعی (انسان کے بنائے ہوئے) ہوتے ہیں۔



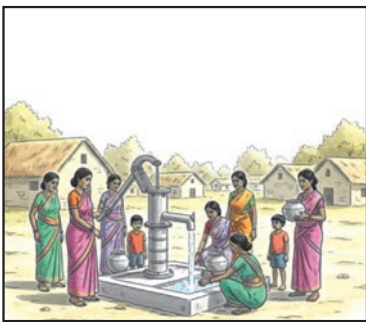
◀ بارش کا پانی زمین میں جذب ہو جاتا ہے۔ زمین پر مٹی اور پتھروں کے درمیان سے گہرائی میں چلا جاتا ہے۔ یہ جذب شدہ پانی بعض مقامات پر زمین سے باہر نکلتا ہے۔ اسی کو 'چشمہ' کہتے ہیں۔



◀ ندی کے بہتے ہوئے پانی کو بند یا دیوار بنا کر روکا جاتا ہے جسے پشتہ یا 'بند' (ڈیم) کہتے ہیں۔



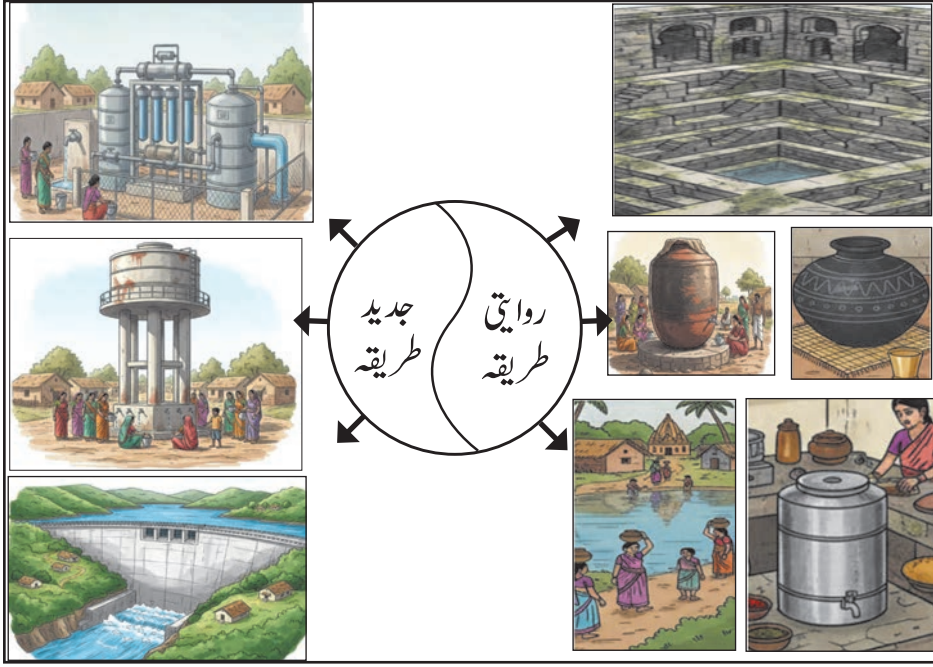
◀ بارش کا کچھ پانی زمین میں جذب ہو جاتا ہے۔ اس پانی کو نکالنے کے لیے کنویں کھودے جاتے ہیں۔ ہینڈ پمپ یا ٹیوب ویل کے ذریعے بھی یہ پانی نکالا جاتا ہے۔



◀ دھارے، نالے، جھرنے، تالاب، ندیاں قدرتی آبی ذخائر ہیں۔



ہم اپنے آس پاس اپنی ضرورت کے لیے پانی جمع کرتے ہیں۔ پانی جمع کرنے کے کچھ روایتی اور جدید طریقے ہیں۔ اپنے استاد کی مدد سے بتاؤ کہ تمہارے آس پاس کون سے طریقے سے پانی جمع کیا جاتا ہے۔



آؤ یہ کر کے دیکھیں۔



اساتذہ اور والدین کی مدد سے دیا ہوا عمل کرو۔
کیا تمہارے گاؤں یا شہر کے قریب کوئی نالا، تالاب، بند یا ندی ہے؟ اس کا نام اور معلومات حاصل کر کے لکھو۔

آؤ سمجھیں۔



قدرت کا ایک انمول عطیہ پانی ہے۔ ہمیں پانی ہمیشہ ملتا رہے اس لیے اسے جمع کرتے ہیں۔ شہروں میں لوگوں کو ان کے گھروں میں نلوں کے ذریعے پانی پہنچتا ہے۔ گاؤں کے لوگوں کو اپنے گھروں میں پانی جمع کرنے کے لیے تالاب، نالے، کنویں، ٹیوب ویل اور ندی سے لانا پڑتا ہے۔ آج کل گاؤں میں بھی نلوں کے ذریعے پانی ملنے کی سہولت ہو گئی ہے۔
ہمارے آس پاس گاؤں اور شہروں کے لیے مختلف طریقوں سے پانی جمع کیا جاتا ہے۔ پانی کے قدرتی آبی ذخیرے (ندی، تالاب) اور انسان کے بنائے ہوئے آبی ذخیرے (بند، کنواں) پائے جاتے ہیں۔

استاد کی مدد سے ذیل کی جدول مکمل کرو۔

ہمارے آس پاس کے آبی ذخائر		نمبر شمار
انسان کے بنائے ہوئے آبی ذخیرے	قدرتی آبی ذخیرے	
		۱۔
		۲۔
		۳۔
		۴۔

آؤ سمجھیں۔



انسانی زندگی کو خوش گوار بنانے کے لیے قدرتی عناصر (اجزا) ہوا، پانی اور مٹی کا استعمال کیا جاتا ہے۔ ان سب کو قدرتی وسائل کہتے ہیں۔ زمین پر موجود ہوا، پانی اور مٹی جیسے قدرتی وسائل انسانوں کے لیے بڑی اہمیت رکھتے ہیں۔ جانداروں کی دنیا کی بقا اور ترقی کے لیے ہوا، پانی اور مٹی بہت زیادہ ضروری ہیں۔ ان تمام وسائل کا استعمال سنبھال کر اور احتیاط سے کرنا چاہیے۔ قدرتی وسائل کی کمی نہ ہونے پائے اس کے لیے ان کا استعمال صحیح طریقے سے کریں اور ان کی بچت کریں۔

آؤ بات چیت کریں۔



- استاد اور طلبہ آپس میں بات چیت کریں۔
- ’پانی قدرت کا عطیہ ہے‘ اگر پانی نہ ہو تو کیا ہوگا؟
- پانی کے آلودہ ہونے کی وجوہات اور اس کی وجہ سے پیدا ہونے والے مسائل کے بارے میں بات چیت کرو۔

بتاؤ تو بھلا!



- پانی کی بچت کیوں کرنی پڑتی ہے؟
- پانی کی بچت کس طرح کریں گے؟

اساتذہ کے لیے ہدایت:

- تمہارے گھر میں پانی کو صاف اور خالص رکھنے کے لیے کون کون سی تدبیریں کی جاتی ہیں؟ اس کے بارے میں جماعت میں پیش کش کرنے کے لیے کہیں۔
- اطراف میں آب رسانی کس طرح کی جاتی ہے، اس کے بارے میں اساتذہ/سرپرستوں کی مدد سے معلومات حاصل کرو۔



ہم نے یہ سیکھا۔



- ◀ زمین پر موجود ہوا، پانی اور مٹی جیسے قدرتی وسائل انسانوں کے لیے بڑی اہمیت رکھتے ہیں۔
- ◀ سمندر سے شروع ہونے والا پانی کا سفر سمندر میں آکر مکمل ہوتا ہے۔ اسے 'آبی چکر' کہتے ہیں۔
- ◀ مٹی سے مختلف چیزیں تیار کر سکتے ہیں۔
- ◀ پانی کی قلت سے بچنے کے لیے پانی کا استعمال احتیاط سے کیا جائے۔
- ◀ پانی زندگی ہے۔ پانی (قدرت کا) انمول عطیہ ہے۔
- ◀ جانداروں کو زندہ رہنے کے لیے ہوا کی ضرورت ہوتی ہے۔

آؤ اعادہ کریں۔



- (الف) خالی جگہ میں مناسب لفظ لکھو۔
- ۱۔ پون چگلی کی پیتیاں کی وجہ سے گھومتی ہیں۔
(الف) ہوا (ب) پانی (ج) مٹی (د) حرارت
 - ۲۔ برتن سے بنائے جاتے ہیں۔
(الف) کپڑے (ب) مٹی (ج) ریت (د) ربر
 - ۳۔ قدرت کا ایک انمول عطیہ ہے۔
(الف) گھر (ب) دکان (ج) بند (د) پانی
 - ۴۔ مٹی میں ذرات کے تناسب کے لحاظ سے اس کی کا تعین ہوتا ہے۔
(الف) رنگ (ب) بناوٹ (ج) خشکی (د) نمی
- (ب) ایک جملے میں جواب لکھو۔
- ۱۔ قدرت کی جانب سے ہمیں کیا کیا ملتا ہے؟
 - ۲۔ پانی جمع کرنے کے جدید طریقے کون سے ہیں؟
 - ۳۔ مٹی سے کون کون سی چیزیں بناتے ہیں؟

(ج) مختصر جواب لکھو۔

- ۱۔ آبی چکر سے کیا مراد ہے؟
 - ۲۔ مٹی کے برتن بنانے کا عمل لکھو۔
 - ۳۔ پانی کی بچت کے فائدے لکھو۔
 - ۴۔ روزمرہ زندگی میں ہوا کی اہمیت لکھو۔
 - ۵۔ قدرتی وسائل کی قلت ٹالنے کے لیے کون کون سی تدبیریں کریں گے؟
- (د) گھروں میں پانی کو صاف رکھنے کے لیے کون سی تدبیر کی جائے؟
- (ه) تصویروں کا مشاہدہ کرو۔ پانی کی بچت کرنے کے لیے تم کیا کرو گے؟



(و) تمہیں ایسا کیوں محسوس ہوتا ہے کہ پانی ایک قدرتی وسیلہ ہے؟

(ز) تصویروں کا مشاہدہ کرو۔ تمہیں جو تصویر پسند آئی ہو اس پر ☒ کا نشان لگاؤ۔ کیوں پسند ہے، بتاؤ۔



- تمہارے آس پاس موجود چیزوں پر نقش و نگار تلاش کرو اور دیے ہوئے چوکون میں کسی ایک نقش و نگار کا نمونہ بناؤ۔



- تصویر میں بتائے ہوئے کپ، مٹکا، صراحی جیسی چیزوں کو نقش و نگار سے سجاؤ۔



- پانی جمع کرنے کے مختلف برتنوں کی تصویریں بناؤ۔ جماعت میں دوستوں - سہیلیوں کی بنائی ہوئی تصویروں کو دیکھو۔ تصویروں میں دکھائے ہوئے مختلف برتنوں کے نام بیاض میں لکھو۔

تصویر بنانے کے لیے جماعت کے دوست / سہیلی کے ساتھ بات چیت کرو۔

- تمہارے گھر میں جن برتنوں میں پانی جمع کیا جاتا ہے، ان کے ناموں کی فہرست بناؤ۔



میری صحت بخش اور محفوظ زندگی

۲



آؤ مشاہدہ کریں۔



تصویروں میں نظر آنے والا عمل خاص طور پر کون سے اعضا کی مدد سے ہو رہا ہے، اسے تصویر کے نیچے ☐ میں لکھو۔











ہمارے پانچ حسی اعضا

آنکھیں اپنی دنیا دیکھیں
رنگوں کی ہے کتنی قسمیں



کانوں میں ہیں کتنے گُن
سننے ہیں یہ سب کی دُھن



زباں بتائے لذت سب کی
کھٹی، میٹھی، ترشی، تلخی



ناک کے ہیں انداز نرالے
خوشبو، بدبو اس کے حوالے



لمس بتاتا ہے ہر وقت
کیا ہے نرم، کیا ہے سخت



جب تک ساتھ ہوں پانچ حواس
ہر شے کا ہوگا احساس

آس پاس کے حالات سے واقف کرانے والے اعضا کو حسی اعضا کہتے ہیں۔ آنکھیں، کان، ناک، زبان اور جلد ہمارے پانچ حسی اعضا ہیں۔ انہیں ہی 'حواسِ خمسہ' کہتے ہیں۔ آؤ دیکھیں ان کے کیا کام ہیں۔ اعضا جمع ہے عضو کی یعنی بدن کا حصہ۔

حسی اعضا کے کام

آنکھیں : آنکھوں کے ذریعے ہم دیکھ سکتے ہیں۔ مختلف قسم کی چیزوں، مادوں، ان کی جسامت، رنگ کا علم ہمیں آنکھوں کے ذریعے ہوتا ہے۔



کان : کانوں کی وجہ سے ہم سن سکتے ہیں۔ مختلف آوازوں کو ہم کانوں کے ذریعے سمجھ سکتے ہیں۔ آواز کس سمت سے آرہی ہے، اس کا علم بھی ہمیں کانوں کی وجہ سے ہی ہوتا ہے۔



ناک : ناک سے ہم سانس لیتے ہیں۔ پھولوں، پھلوں، عطر کی خوشبو ہمیں ناک کی وجہ سے سمجھ میں آتی ہے۔ اسی طرح خراب ہو جانے والے کھانے اور گیلے کچرے کی بدبو کا علم بھی ناک کے ذریعے ہوتا ہے۔

جلد : جلد کی وجہ سے ہمیں گرم، ٹھنڈا، نرم، سخت، ٹھکڑا، چکنے پن کا احساس ہوتا ہے۔ مختلف قسم کی چیزوں کے اجزا کو پہچاننے کا کام جلد کے ذریعے ہوتا ہے۔





زبان : زبان کی وجہ سے ہمیں ذائقے کا علم ہوتا ہے۔ میٹھا، کھٹا، نمکین، کڑوا۔ یہ چار ذائقے ہمیں زبان کی وجہ سے سمجھ میں آتے ہیں۔ غذا میں کوئی تیکھی چیز کھالیں تو زبان جلتی ہے۔ کچا امرود کھلا معلوم ہوتا ہے۔ تیز اور کھلا دو احساس ہیں۔ غذا کو چبانے، منہ میں غذا کے نوالے کو پھرانے، نگلنے کے کاموں میں زبان مدد کرتی ہے۔

زبان پر ذائقے کی تفریح

مختلف غذائی اجزاء کا ذائقہ ہمیں زبان کی وجہ سے معلوم ہوتا ہے۔ یہ زبان پر ذائقے کی تفریح ہی ہے۔



کھٹا



کڑوا



میٹھا



نمکین

کیا تمہیں معلوم ہے؟



آیورید میں 'شدرس' ایک اہم اصول ہے۔ 'شد' کے معنی ہے چھو اور 'رس' مطلب ذائقہ۔ آیورید کے مطابق میٹھا، کھٹا، نمکین، کڑوا، تیز اور کھلا ان چھ ذائقوں کو 'شدرس' کہتے ہیں۔ ان چھ ذائقوں کا مناسب مقدار میں استعمال بہتر صحت اور بیماریوں کو ختم کرنے کے لیے ضروری ہے۔

اسے ہمیشہ ذہن میں رکھیں۔



آنکھیں، کان اور ناک نازک اعضا ہیں۔ ان اعضا کو صاف ستھرا رکھنا ضروری ہے۔ ان کی صفائی کے لیے نوک دار چیزیں استعمال نہ کریں۔ اس بات کا خیال رکھیں کہ انہیں نقصان نہ پہنچے۔



نیچے دی ہوئی تصویروں کا مشاہدہ کرو اور صحت بخش عادتوں کو جان لو۔



روزانہ نہانا۔



روزانہ دانتوں کو صاف کرنا۔



بیت الخلا سے آنے کے بعد ہاتھوں کو صابن سے اچھی طرح دھونا۔



صبح جلد نیند سے بیدار ہونا۔



باقاعدگی سے بال کٹانا۔



باقاعدگی سے ناخن تراشنا۔



صاف کپڑے پہننا۔



روزانہ ورزش کرنا۔



حسب ضرورت سونا۔



مقوی غذا کھانا۔



بھرپور پانی پینا۔



باقاعدگی سے بال دھونا



چلا کر، اوپچی آواز میں نہ بولنا۔



کوڑے دان ہی میں کوڑا کرکٹ ڈالنا۔



عوامی جگہوں پر نہ تھوکنا۔



کھانے سے پہلے اور کھانے کے بعد ہاتھوں کو اچھی طرح دھو کر صاف کرنا۔



- (۱) تم کون کون سے کھیل کھیلتے ہو؟
- (۲) تمہارا پسندیدہ کھیل کون سا ہے؟
- (۳) وہ کھیل تمہیں کیوں پسند ہے؟
- (۴) کھیل کھیلنے سے کیا فائدے ہوتے ہیں؟

کھیلتے ہوئے احتیاط کریں۔

- کھیل کے اُصول و ضوابط کی پابندی کرو۔
- دوستوں کی مدد کرو۔
- کھانا کھاتے ہی میدانی کھیل نہ کھیلو۔
- کھیل ختم ہونے کے بعد ہاتھ پیر صاف دھولو۔ کافی مقدار میں پانی پیو اور آرام کرو۔
- کسی بھی کھلاڑی کو جان بوجھ کر تکلیف نہ پہنچاؤ۔
- چوٹ لگنے پر فوراً علاج کراؤ۔

اساتذہ کے لیے ہدایت: طلبہ کو کھیلوں کے مختلف فائدوں کی معلومات فراہم کرنے کے لیے اساتذہ ان کے ساتھ گفتگو کریں۔

بچے کی تصویریں دیکھ کر مناسب اور نامناسب عادتوں کو پہچانو۔ مناسب عادت والی تصویر کے نیچے کے ہاتھ کے گرد اور نامناسب عادت والی تصویر کے نیچے کے ہاتھ کے گرد بناؤ۔



بتاؤ تو بھلا!



تم اور کون کون سی اچھی عادتیں بتا سکتے ہو؟

ذاتی اعضا



ہونٹ، سینہ، کمر کے نیچے کا حصہ
ذاتی اعضا کہلاتے ہیں۔ ان
اعضا کی طرف دیکھنے، ان کے
بارے میں بولنے اور چھوئے کی
کسی اور کو اجازت نہیں ہے۔ یہ
چھوئے کا قانون ہے۔



جسم

میرا جسم میرا ہی ہے۔
اسے کوئی بھی نقصان نہیں پہنچا
سکتا۔



گلے لگانا

تمہارے پسندیدہ شخص نے تمہیں گلے
لگایا، تمہارے گالوں کو بوسہ دیا تو تمہیں
اچھا لگتا ہے لیکن ایسا کسی اور کے کرنے
سے تمہیں ڈر محسوس ہوا یا اچھا نہیں لگا تو
اپنے بڑوں سے ضرور کہو۔



خفیہ

چھوئے کے قانون کو توڑ کر کسی نے
تمہارے ساتھ غلط حرکت کی اور اس
بات کو خفیہ رکھنے کے لیے کہا تو والدین
سے اس بات کو ہرگز مت چھپاؤ۔



شور مچاتے ہوئے بھاگ جاؤ۔
تمہیں کوئی غلط طریقے سے چھوئے تو
زور زور سے چلاؤ۔ 'نہیں' بولو اور
بھاگ جاؤ۔



تم کبھی بھی غلطی پر نہیں ہوتے۔
یہ بات ہمیشہ ذہن میں رکھو کہ کوئی بھی
تمہیں غلط طریقے سے چھوئے تو
اس میں تمہاری کوئی غلطی نہیں ہوتی۔



بولو اور ذہن میں رکھو۔

غلط طریقے سے چھوا جائے تو اپنے ماں باپ، دادا دادی اور
ٹیچر کو فوراً بتاؤ۔ وہ یقیناً تمہاری مدد کریں گے۔

اساتذہ کے لیے ہدایت: محفوظ لمس اور غیر محفوظ لمس نیز انجانے افراد سے رابطے میں آنے پر کون سی احتیاط کریں، اس بارے میں طلبہ کو
معلومات دیں اور اس کے تعلق سے بیداری پیدا کریں۔

ہاتھوں کی صفائی ستھرائی

تصویروں کا مشاہدہ کر کے خالی جگہوں میں مناسب ہدایت لکھو۔ ہاتھ دھونے کا عمل ۴۰ سے ۶۰ سیکنڈ تک ہونا چاہیے۔



ہتھیلیوں کو رگڑو۔



.....



اور نل کو بند کر دو۔



اُنگیوں کو مضبوطی سے پکڑ کر اُنگیوں کے پچھلے حصے سے دونوں ہتھیلیوں کو رگڑو۔



دونوں ہتھیلیوں کو دھونے کے لیے اُنگیوں کو ایک دوسرے میں رکھ کر رگڑو۔



دونوں ہاتھوں کے پچھلے حصے دھونے کے لیے اُنگیوں کو ایک دوسرے میں رکھ کر رگڑو۔



.....



ایک ہاتھ کی اُنگیوں کو دوسرے ہاتھ کی ہتھیلی پر گولائی میں رگڑنا۔ اسی طرح دوسرے ہاتھ کی اُنگیوں کو رگڑو۔



بائیں ہاتھ سے دائیں انگوٹھے کو رگڑو۔ اسی طرح دائیں ہاتھ سے بائیں انگوٹھے کو رگڑو۔

کیا تمہیں معلوم ہے؟



۱۵ اکتوبر ہاتھ دھونے کا عالمی یوم ہاتھوں کو صاف ستھرا رکھنے کے بارے میں عوامی بیداری کے لیے منایا جاتا ہے۔



اب تمہارے ہاتھ صاف ہو گئے۔



.....

دانتوں کی صفائی



دانتوں پر برش کو تر چھا رکھو۔



برش پر ٹوٹھ پیسٹ / منجن لو۔



برش کو دانتوں پر اوپر سے نیچے اور نیچے سے اوپر پھیرو۔



برش کو دانتوں پر دائرے کی شکل میں پھیرو۔



دانتوں کے اندرونی جانب برش پھیرو۔



برش کو دانتوں پر دائرے کی شکل میں پھیرو۔



منہ میں پانی بھر کر کُلی کرو۔



مسوڑھے اور زبان کو صاف کرو۔

اسے ہمیشہ ذہن میں رکھیں۔



صبح سوکر اُٹھنے کے بعد اور رات کو سونے سے پہلے دانتوں کو صاف کرو۔ دیگر اوقات میں کچھ بھی کھاؤ تو پانی سے کُلی کرو۔

کیا تمہیں معلوم ہے؟



دانتوں کو صاف کرنے کے لیے نیم، بؤل، بیلو کی گیلی ٹہنیوں کو مسواک کے طور پر استعمال کرتے ہیں۔

بالوں کو دھونے کے لیے ریٹھا، شکا کائی استعمال کرتے ہیں۔

جلد کی صفائی کے لیے چنے کا آٹا (بیسن) اور اُبٹن استعمال کیا جاتا ہے۔

جسم کو مناسب ڈھنگ سے صاف رکھیں تو ہماری صحت بھی اچھی رہتی ہے۔ یاد رکھو، ہمیں گھر کے اندر یا باہر چلتے پھرتے ہوئے مختلف چیزوں سے نقصان پہنچ سکتا ہے۔ بجلی کے آلات استعمال کرتے ہوئے، سڑک پار کرتے ہوئے ہمیں محتاط رہنا چاہیے اور اپنے آپ کو محفوظ رکھنا چاہیے۔



ساکٹ میں اُنکلی، قلم، چمچہ نہ ڈالو۔



بجلی کے آلات کو بڑوں کی مدد ہی سے استعمال کرو۔



بجلی کے تار ایک دوسرے سے مس ہونے سے چنگاریاں گر رہی ہوں تو اس جگہ سے دور رہو۔



گیلے ہاتھوں سے بجلی کے آلات کو نہ چھوؤ۔



جہاں آگ لگی ہو وہاں سے فوراً دُور چلے جاؤ۔

سڑک تحفظ گیت

جب بھی گھومنے جائیں ہم
گاڑی میں جب بھی بیٹھیں
بس تھوڑا سا رک جائیں اور
سیٹ بیلٹ کو باندھے رکھیں



سگنل پر جب گاڑی آئے
جلد بازی نہیں کریں گے
سرخ رنگ کی بتی جلے تو
آگے بالکل نہیں جائیں گے

زرد رنگ جو دکھائی دے
رفتار کو دھیمی کر لیں گے
رنگ سبز جب ہو جائے تو
گاڑی آگے لے جائیں گے



دو پہیوں کی گاڑی پر
دو افراد ہی بیٹھیں گے
ہیلیمٹ گر نہ پہنا تو
جاں خطرے میں ڈالیں گے

دو پہیہ یا چار پہیہ
گاڑی جب بھی چلائیں ہم
موبائل فون کو کانوں سے
بالکل نہیں لگائیں ہم



زیبرا کراسنگ پر سے ہی
پیدل چلتے جانا ہے
اُصولِ حفاظت رستے کے
ہم کو عمل میں لانا ہے

اساتذہ کے لیے ہدایت: سڑک پر حفاظت کے ساتھ چلنے کے قوانین کی پابندی کے لیے طلبہ سے اس سے ملتی جلتی مشق کرائیں۔



جوڑیاں لگاؤ۔

مطلب

نشانی

(الف) آگے اسکول ہے۔



(۱)

(ب) گاڑی لگانا منع ہے۔



(۲)

(ج) سڑک پار کیجیے۔



(۳)

(د) رک جائیے۔



(۴)

(ه) داخلہ منع ہے۔



(۵)

آؤ سمجھیں۔

گھر، اسکول میں، راستے پر، میدان میں یا باغ میں کبھی کبھی ہمیں چھوٹا موٹا زخم ہو سکتا ہے جیسے کھروچ آنا، کانٹا چھنا، کٹ جانا، گر جانا، جل جانا، کھیلتے وقت دھکا لگ جائے تو ناک، ہونٹ، دانتوں سے خون آنا۔ ایسی چھوٹی موٹی تکلیفوں پر دوا خانے میں جانے سے پہلے جو علاج کیا جاتا ہے، اسے 'ابتدائی طبی علاج' کہتے ہیں۔
ابتدائی طبی علاج کرنے کے لیے لگنے والا سامان جس صندوق میں رکھتے ہیں اسے 'ابتدائی طبی صندوق' کہتے ہیں۔



اسے ہمیشہ ذہن میں رکھیں۔



ابتدائی علاج کے صندوق کی کسی بھی چیز کا استعمال ہمیشہ اپنے بڑوں کی مدد سے کرو۔

اساتذہ کے لیے ہدایت: انفرادی تحفظ، صحت بخش عادتوں پر مبنی نعرے طلبہ سے تیار کرائیں۔



ہم نے یہ سیکھا۔



آس پاس کے حالات سے واقف کرانے والے اعضا کو حسی اعضا کہتے ہیں۔ (مثلاً آنکھیں، کان، ناک، زبان اور جلد)

ہمیں اپنے حسی اعضا کا ہمیشہ خیال رکھنا چاہیے۔

ہر ایک کو اچھی عادتیں اختیار کرنا چاہیے۔ اسی طرح بری عادتوں سے دور رہنا چاہیے۔

صبح نیند سے بیدار ہونے کے بعد اور رات کو سونے سے پہلے دانتوں کو صاف کرنا چاہیے۔

اجنبی شخص سے ملتے ہوئے کافی محتاط رہو۔

بجلی کے آلات استعمال کرتے وقت احتیاط کرو۔

سڑک پار کرتے وقت محتاط رہو۔ آمدورفت کے اصولوں کی پابندی کرو۔

چھوٹی موٹی چوٹ لگنے پر دواخانہ جانے سے پہلے جو علاج کیا جاتا ہے اسے ابتدائی طبی علاج کہا جاتا ہے۔ ابتدائی علاج

کرنے کے لیے درکار سامان جس میں رکھا جاتا ہے اسے ابتدائی طبی صندوق کہتے ہیں۔



(الف) ایک جملے میں جواب لکھو۔

- ۱۔ حسی اعضا کسے کہتے ہیں؟
- ۲۔ ہاتھ دھونے کا عمل کتنی بار کرنا چاہیے؟
- ۳۔ جلد کے کیا کام ہیں؟

(ب) جوڑیاں لگاؤ۔

نشانی

مطلب

(الف) سرکی حفاظت



(۱)

(ب) سڑک پار کرنے کے لیے



(۲)

(ج) سائیکل کے لیے راستہ



(۳)

(د) سڑک پار نہ کریں



(۴)

(ه) پیدل چلنے کے لیے



(۵)

(ج) صحیح عمل کے سامنے (✓) کا نشان بناؤ اور غلط عمل کے سامنے (x) کا نشان بناؤ۔

- ۱۔ چلنے کے لیے فٹ پاتھ کا استعمال نہ کرنا۔
- ۲۔ سیٹ بیلٹ کا استعمال کرنا۔
- ۳۔ سڑکوں پر کاغذ کے گولے پھینکنا۔
- ۴۔ جلدی جلدی میں ہاتھ دھونا۔
- ۵۔ رات کو سونے سے پہلے دانت مانجھنا۔
- ۶۔ میدان پر دوستوں کو دھکیلنا۔
- ۷۔ صاف ستھرے کپڑے پہننا۔
- ۸۔ سڑک کے کنارے پیشاب کرنا۔

(د) نیچے دی ہوئی جدول مکمل کرو۔

عمل	پہلے استعمال کی جانے والی چیزیں	آج کل استعمال کی جانے والی چیزیں
 دانتوں کی صفائی		
 بالوں کی صفائی		

(ه) دیے ہوئے چوکون مکمل کرو۔



(و) نیچے دی ہوئی تصویروں کو دیکھ کر کون سی احتیاط کرو گے، لکھو۔



(ز) نیچے دی ہوئی معلومات ہمیں کس حسی عضو سے حاصل ہوتی ہے، اسے چوکون میں لکھو۔

- ۱۔ لیموکھٹا ہے۔
- ۲۔ گھر کے باہر کتا بھونک رہا ہے۔
- ۳۔ کیری کا رنگ ہرا ہے۔
- ۴۔ تکیے کے اندر بھرا ہوا کپاس ملائم ہے۔
- ۵۔ ڈھول تاشہ بج رہا ہے۔
- ۶۔ باورچی خانے میں دال کو بگھار دیا جا رہا ہے۔
- ۷۔ توا بہت زیادہ گرم ہے۔
- ۸۔ سبزی میں نمک زیادہ ہو گیا ہے۔
- ۹۔ عطر کی خوشبو پھیلی ہے۔
- ۱۰۔ آسمان نیلا ہے۔

(ح) نعرے تیار کرو۔

(انفرادی تحفظ، ماحول کی صاف صفائی، صحت مند عادتیں)

عادتیں اچھی تو صحت بخش زندگی

روز نہاؤ، بیماری کو بھگاؤ۔

.....

.....

.....

سرگرمی :

- تم ٹرافک کے جن اصولوں کو جانتے ہو ان کی فہرست بناؤ۔ کسی ایک اصول کی نشانی کی تصویر بناؤ اور اس کا مطلب لکھو۔



اپنی دنیا - سورج، زمین اور چاند

۳

آؤ مشاہدہ کریں۔



زمین کے گلوب کا مشاہدہ کرو اور ٹیچر کی مدد سے نیچے دیے ہوئے سوالوں کے جواب لکھو۔

- گلوب پر نیلے رنگ سے کیا دکھایا گیا ہے؟
- گلوب پر پانی اور زمین (خشکی) کا حصہ کون کون سے رنگوں سے دکھایا گیا ہے؟
- زمین پر خشکی کا علاقہ کم ہے جو تقریباً ۲۹ فی صد ہے جبکہ پانی کا رقبہ ۷۱ فی صد ہے۔

پانی کی شکلیں:

زمین پر پانی کا بہاؤ اور ذخیرہ دکھائی دیتا ہے۔ جھرنے، چشمہ، ندی، نالے بہاؤ کی مثالیں ہیں۔ پانی کے گڑھے، گہرے گڑھے، تالاب، جھیل، خلیج، سمندر، بحرِ اعظم آبی ذخائر کی مثالیں ہیں۔



زمین کی قدرتی شکلیں - زمین کی اونچائی اور گہرائی کی وجہ سے زمین کی جو شکل بنتی ہے اسے زمین کی قدرتی شکلیں کہتے ہیں۔ پہاڑ، سطح مرتفع، میدان، چوٹی، پہاڑی، ٹیکری، درہ اور وادی زمین کی قدرتی شکلیں ہیں۔ نظام شمسی میں زمین ایک اہم سیارہ ہے۔ زمین کے اطراف ہوا کا غلاف ہے۔ خشکی پر، پانی میں اور ہوا میں جانداروں کا وجود پایا جاتا ہے۔

برِ اعظم: زمین کے خشکی کے بڑے علاقے کو برِ اعظم کہتے ہیں۔

بحرِ اعظم: زمین پر کھارے پانی کے بڑے ذخائر کو بحرِ اعظم کہتے ہیں۔ زمین پر خشکی کے مقابلے میں پانی کا تناسب زیادہ ہے۔ اسی لیے زمین کو آبی سیارہ بھی کہتے ہیں۔

آؤ مشاہدہ کریں۔



نیچے دیے ہوئے سوالوں کے جواب لکھو۔

- سورج کے طلوع ہونے کے وقت سورج کا کون سا رنگ ہوتا ہے؟
- کیا روزانہ چاند کی جسامت ایک جیسی ہوتی ہے؟ اس کا مشاہدہ کرو اور لکھو۔



سورج



چاند کی حالتیں

آؤ سمجھیں۔



گھر کے بڑوں کی مدد سے نیچے دی ہوئی سرگرمی کرو۔

- * ایسی کھلی جگہ تلاش کرو جہاں سے آسمان صاف دکھائی دے۔
- * ایک ہفتے تک روزانہ صبح اور شام کو اس کھلی جگہ پر جاؤ۔
- * سورج اور چاند کے طلوع (نکلنے) اور غروب (ڈوبنے) کے اوقات کا مشاہدہ کرو۔
- * سورج کی جسامت روزانہ ایک جیسی کیوں دکھائی دیتی ہے؟
- * چاند کی جسامت روزانہ کیوں بدلتی ہے؟ اسے سمجھو۔
- * سورج اور چاند کے طلوع اور غروب کا وقت کیلنڈر اور اخبار میں دیا ہوا ہوتا ہے۔ اس طرح کے ذرائع استعمال کر کے ایک ہفتے میں سورج اور چاند کے طلوع اور غروب کے اوقات کا چارٹ تیار کرو۔

آؤ سمجھیں۔



تم نے آسمان میں چاند اور بہت سارے تارے دیکھے ہوں گے۔ رات کو آسمان کا مشاہدہ کریں تو یہ بات سمجھ میں آتی ہے کہ سارے تارے جھلملاتے نہیں ہیں۔ جو تارے جھلملاتے ہیں انہیں 'ستارے' کہتے ہیں۔ جو تارے جھلملاتے نہیں ہیں انہیں 'سیارے' اور 'سیارچے' کہتے ہیں۔ سیارے ستاروں کے گرد چکر لگاتے ہیں۔ اس طرح چکر لگانے کو 'گردش' کہتے ہیں۔ وہ اپنے گرد بھی گردش کرتے ہیں۔ (وہ خود بھی گول گول گھومتے ہیں)

سورج ایک ستارہ ہے جس کی اپنی روشنی ہے۔ سورج گول ہے۔ وہ ہمیں حرارت اور روشنی دیتا ہے۔ سورج مرکز میں واقع ہے۔ اس کے گرد سیارے، سیارچے گردش کرتے ہیں۔ زمین سیارہ ہے۔ سیاروں کی اپنی روشنی نہیں ہوتی۔

زمین کو سورج سے روشنی حاصل ہوتی ہے۔ زمین اور چاند، سورج کے گرد گھومتے ہیں۔ زمین اپنے گرد بھی گھومتی ہے جسے 'محوری گردش' کہتے ہیں۔ زمین خود کے گرد گھومتے گھومتے سورج کے گرد بھی گھومتی ہے جسے 'سالانہ گردش' کہتے ہیں۔ زمین کی محوری گردش کی وجہ سے طلوع آفتاب اور غروب آفتاب ہوتا ہے۔

سورج کے طلوع ہونے کے بعد زمین کا ایک حصہ روشن ہو جاتا ہے اور یہ روشنی سورج غروب ہونے تک رہتی ہے۔ اس پورے وقت کو 'دن' کہتے ہیں۔ سورج کے غروب ہونے کے بعد ہونے والا اندھیرا اگلے دن کے سورج طلوع ہونے تک رہتا ہے۔ اس عرصے کو 'رات' کہتے ہیں۔ دن اور رات مل کر ایک یوم (پورا دن) بناتے ہیں۔ ایک یوم ۲۴ گھنٹوں کا ہوتا ہے۔

چاند زمین کا سیارچہ ہے۔ چاند زمین کے گرد گھومتا ہے اور زمین کے ساتھ سورج کے گرد بھی گردش کرتا ہے۔ اس کی اپنی روشنی نہیں ہے۔ چاند کو سورج سے روشنی ملتی ہے۔ اس وجہ سے چاند روشن دکھائی دیتا ہے۔ چاند کی شکل روز بدلتی ہے جسے 'اشکالِ قمر' کہتے ہیں۔ جس دن آسمان میں چاند پورا گول نظر آتا ہے اس دن بدرِ کامل (پورنیا) ہوتی ہے۔

بدرِ کامل کے بعد ۱۵ دن چاند کا دکھائی دینے والا روشن حصہ کم کم ہوتا نظر آتا ہے۔ پندرہویں دن چاند آسمان میں ہوتا ہے لیکن آنکھوں سے دکھائی نہیں دیتا۔ اس دن کو 'اماس' کہتے ہیں۔

آؤ سمجھیں۔



سورج جس سمت سے نکلتا ہے اسے 'مشرق' کہتے ہیں۔ سورج کے نکلنے کو 'طلوع آفتاب' کہتے ہیں۔

سورج جس سمت میں ڈوبتا ہے اسے 'مغرب' کہتے ہیں۔ سورج کے ڈوبنے کو 'غروب آفتاب' کہتے ہیں۔



غروب آفتاب



طلوع آفتاب

ایک دن استاد بچوں کو اسکول کے میدان میں لے گئے۔
استاد : آج میں تمہیں سمتوں کی معلومات دوں گا۔ کیا تم جانتے ہو کہ ہم کہیں بھی جائیں تو ہمیں سمت کو سمجھنے کی ضرورت ہوتی ہے۔

طلبہ : جی سر۔
استاد : سورج کس سمت سے نکلتا ہے؟
سمیر : مشرقی سمت سے۔
استاد : درست۔ سورج کس سمت میں ڈوبتا ہے؟
رشیدہ : مغرب کی سمت میں۔
استاد : جس طرح مشرق، مغرب سمتیں ہیں اسی طرح اور دو سمتیں ہیں۔
امجد : کون سی؟
استاد : ہم مشرق کی سمت میں منہ کر کے کھڑے رہیں تو ہماری بائیں طرف شمال کی سمت اور دائیں جانب جنوب کی سمت ہوگی۔
طلبہ : مطلب یہ کہ مشرق، مغرب، شمال اور جنوب چار خاص سمتیں ہیں۔
استاد : بالکل درست۔



کیا تمہیں معلوم ہے؟



سورج روز نکلتا اور ڈوبتا ہے۔ اسی لیے انسان نے سمتیں طے کرنے کے لیے سورج کا استعمال کیا ہے۔ بازو میں قطب نما کی تصویر دی ہوئی ہے۔ قطب نما میں سوئی ہمیشہ شمال اور جنوب کی سمتیں دکھاتی ہے۔ اپنے استاد یا والدین کی مدد سے تم اسے دیکھ سکتے ہو۔



زمین کی معلومات حاصل کرنے اور زمین کا مطالعہ آسانی سے کرنے کے لیے نقشے تیار کیے جاتے ہیں۔ ایسے نقشے تیار کرنے سے ہمیں کسی بھی مقام کا محل وقوع بتانا آسان ہو جاتا ہے۔



نیچے کی تصویر میں درمیان میں گھر دکھایا گیا ہے۔ گھر کے مشرقی سمت میں اسکول ہے۔ تصویر کے لحاظ سے دوسرے مقامات کی سمت معلوم کرو اور چوکون میں لکھو۔



معاہل کرو۔

نیچے دیے ہوئے چوکونوں میں خاص سمتوں کے نام چھپے ہوئے ہیں۔ ان میں سے ایک سمت کا نام تلاش کر لیا گیا ہے۔ تم باقی سمتوں کے نام تلاش کرو۔

ا	ت	ج	و	م	پ	س
م	ش	ر	ق	غ	ہ	ق
ف	م	ق	ن	ر	ش	م
ص	ا	ک	ل	ب	ن	ذ
ب	ل	و	خ	ٹ	و	ع
د	ر	ج	ن	و	ب	غ



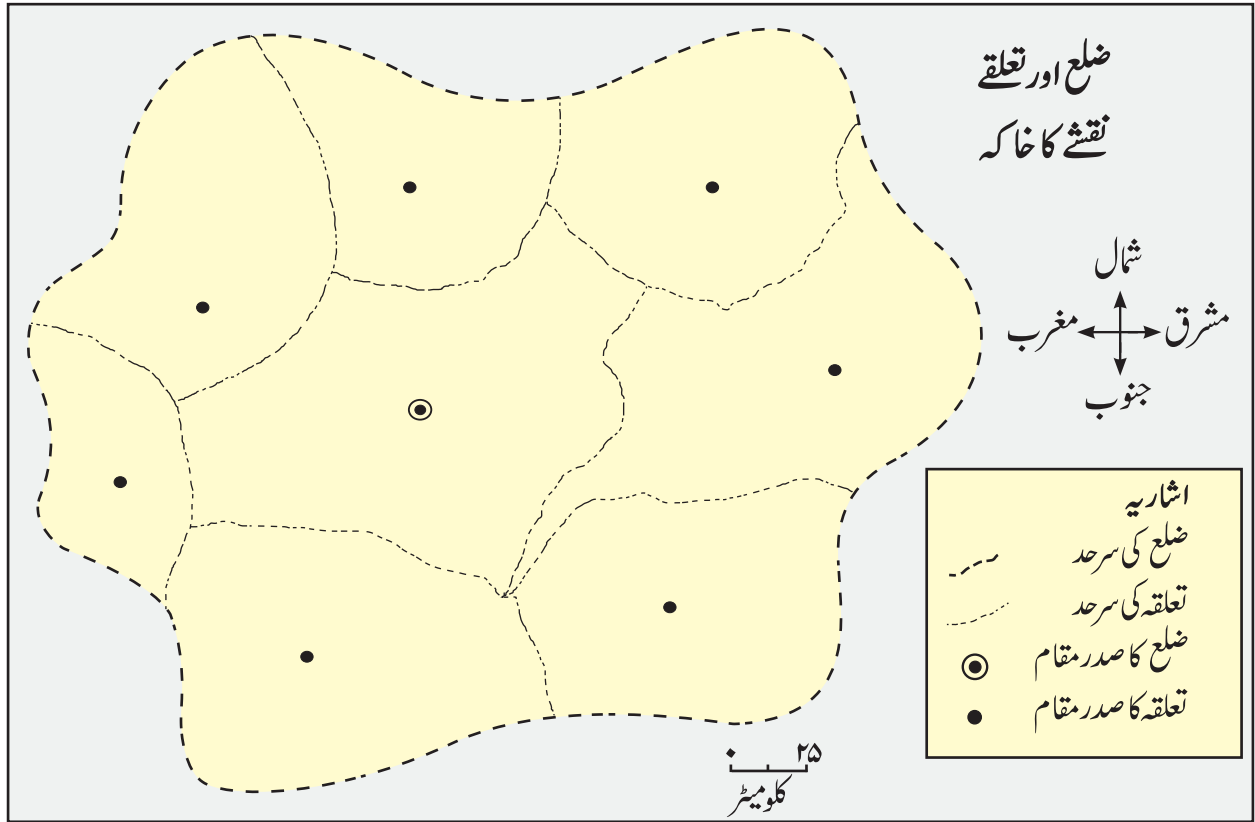
ہمارے آس پاس کئی گھر ہوتے ہیں۔ بہت سارے گھر مل کر گاؤں بنتا ہے۔ ہم کسی گاؤں کو تصویر میں جوں کا توں دکھانے نہیں سکتے۔ اس لیے سمت، پیمانہ، نشانات اور علامتوں کا استعمال کر کے گاؤں کی تصویر بناتے ہیں۔ اس تصویر کو 'نقشہ' کہتے ہیں۔
نقشے میں سمت اور علامتیں ہوتی ہیں۔ اپنے گاؤں کے نقشے کی طرح شہروں کے نقشے ہوتے ہیں۔ گاؤں اور شہر مل کر تعلقہ بنتا ہے۔ کئی تعلقے مل کر ضلع بنتا ہے۔

مطالعے کے لیے مثال کے طور پر ضلع اور تعلقوں کے نقشے کا خاکہ دیا ہوا ہے۔ نقشے کے خاکے میں ضلع کا صدر مقام اور تعلقے کا صدر مقام دکھایا گیا ہے۔ اسی طرح نقشے کے خاکے میں اشاریہ، سمت اور پیمانہ دکھایا گیا ہے۔

آؤ مشاہدہ کریں۔



ٹیچر کی مدد سے نقشے کا مشاہدہ کرو اور سوالوں کے جواب لکھو۔



- نقشے میں سمتوں کے نام بتاؤ۔
- نقشے میں ضلع کا صدر مقام کس اشاراتی نشان سے دکھایا گیا ہے؟
- دیے ہوئے ضلع کے نقشے کے خاکے میں کل کتنے تعلقے ہیں؟



جس طرح کئی تعلقے مل کر ضلع بنتا ہے اسی طرح کئی ضلعوں سے مل کر ریاست بنتی ہے۔ ریاست مہاراشٹر میں کل ۳۶ ضلعے ہیں۔

نیچے ریاست مہاراشٹر کا نقشہ دیا ہوا ہے۔

نقشے میں ریاست کے ضلع دکھائے گئے ہیں۔

نقشے میں تعلقوں، ضلعوں اور ریاست کے علاقے دکھانے کے لیے الگ الگ قسم کی لکیریں استعمال کی گئی ہیں۔ انھیں 'سرحدی لکیریں' کہتے ہیں۔ ان کی وجہ سے تعلقوں، ضلعوں اور ریاست کو پہچاننا آسان ہو جاتا ہے۔

نقشے کا اشاریہ پڑھنے کے لیے اہم اشارے:



نقشے کے اشاریے میں ریاست/ضلع/تعلقے کی سرحدی لکیر دکھائی گئی ہے۔ (تعلقے کی سرحدی لکیر کم موٹائی والی اور ضلع کی سرحدی لکیر زیادہ موٹائی کی دکھائی گئی ہے)

آؤ مشاہدہ کریں۔



ٹیچر کی مدد سے نقشے کا مشاہدہ کرو اور سوالوں کے جواب لکھو۔



- نقشے میں اپنا ضلع تلاش کرو اور اس میں رنگ بھرو۔
- اپنے ضلع کا نام دیے ہوئے چوکوں میں لکھو۔
- اپنے ٹیچر کی مدد سے دیے گئے چارٹ میں اپنے ضلع کے مشرق، مغرب، شمال اور جنوب کی سمتوں میں واقع ضلع، ریاست یا سمندر کا نام لکھو۔

سمت	مشرق	مغرب	شمال	جنوب
ضلع، ریاست، سمندر				



ہم نے یہ سیکھا۔



- ◀ گلوب زمین کا ماڈل ہے۔
- ◀ سورج ستارہ ہے۔
- ◀ زمین نظام شمسی کا ایک سیارہ ہے۔
- ◀ چاند زمین کا سیارچہ ہے۔
- ◀ زمین کو آبی سیارہ بھی کہتے ہیں۔
- ◀ مشرق، مغرب، شمال اور جنوب چار خاص سمتیں ہیں۔
- ◀ سمت، پیمانہ، اشاریہ، نشانیوں اور علامتوں کا استعمال کر کے کسی علاقے کی جو تصویر بنائی جاتی ہے اسے 'نقشہ' کہتے ہیں۔
- ◀ نقشے میں سمت اور علامتیں اشاریے میں دکھائی جاتی ہیں۔

آؤ اعادہ کریں۔



- (الف) خالی جگہ میں مناسب لفظ لکھو۔
- ۱۔ زمین پر خشکی کے بڑے حصے کو کہتے ہیں۔
(الف) براعظم (ب) بحر اعظم (ج) خلیج (د) سمندر
 - ۲۔ سورج جس سمت سے طلوع ہوتا ہے اس سمت کو کہتے ہیں۔
(الف) مغرب (ب) مشرق (ج) جنوب (د) شمال

۳۔ نظامِ شمسی میں خود سے روشن ہوتے ہیں۔

(الف) سیارہ (ب) سیارچہ (ج) ستارہ (د) طفل سیارہ

۴۔ مشرق کی سمت منہ کر کے کھڑے ہوں تو ہمارے دائیں جانب کی سمت ہوتی ہے۔

(الف) مغرب (ب) جنوب (ج) شمال (د) مشرق

(ب) ایک جملے میں جواب لکھو۔

۱۔ زمین کو آبی سیارہ کیوں کہتے ہیں؟

۲۔ محوری گردش سے کیا مراد ہے؟

۳۔ نقشے سے کیا مراد ہے؟

(ج) مختصر جواب لکھو۔

۱۔ زمین کی قدرتی شکلوں کا کیا مطلب ہے؟ دو مثالیں لکھو۔

۲۔ بدرِ کامل اور نیا چاند میں کیا فرق ہے؟

۳۔ زمین اپنے گرد گھومنا بند کر دے تو کیا ہوگا؟

(د) نیا چاند، تربیعِ اول، بدرِ کامل کے دن چاند کی جو شکلیں دکھائی دیتی ہیں، ان کی تصویریں بناؤ۔

(ه) اپنے گھر کے کسی کمرے کے درمیانی حصے میں کھڑے ہو جاؤ اور مشرق، مغرب، شمال، جنوب کی سمتوں میں موجود چیزوں کی فہرست بناؤ۔

(و) تمہارے گھر کے چاروں جانب واقع عمارتیں کن سمتوں میں ہیں اور وہ عمارتیں کس لیے استعمال ہوتی ہیں، اس کی معلومات حاصل کرو۔

(ز) سرپرستوں کی مدد سے اپنے گھر کے اطراف کے نقشے کا خاکہ بناؤ۔

سرگرمی :

استاد/سرپرست کی مدد سے درج ذیل سرگرمی کرو۔

قطب نما/موبائل میں موجود قطب نما کا استعمال کر کے اپنے گھر کی سمتیں معلوم کرو۔





آؤ مشاہدہ کریں۔



نیچے دی ہوئی تصویر میں تمہیں کیا دکھائی دے رہا ہے؟

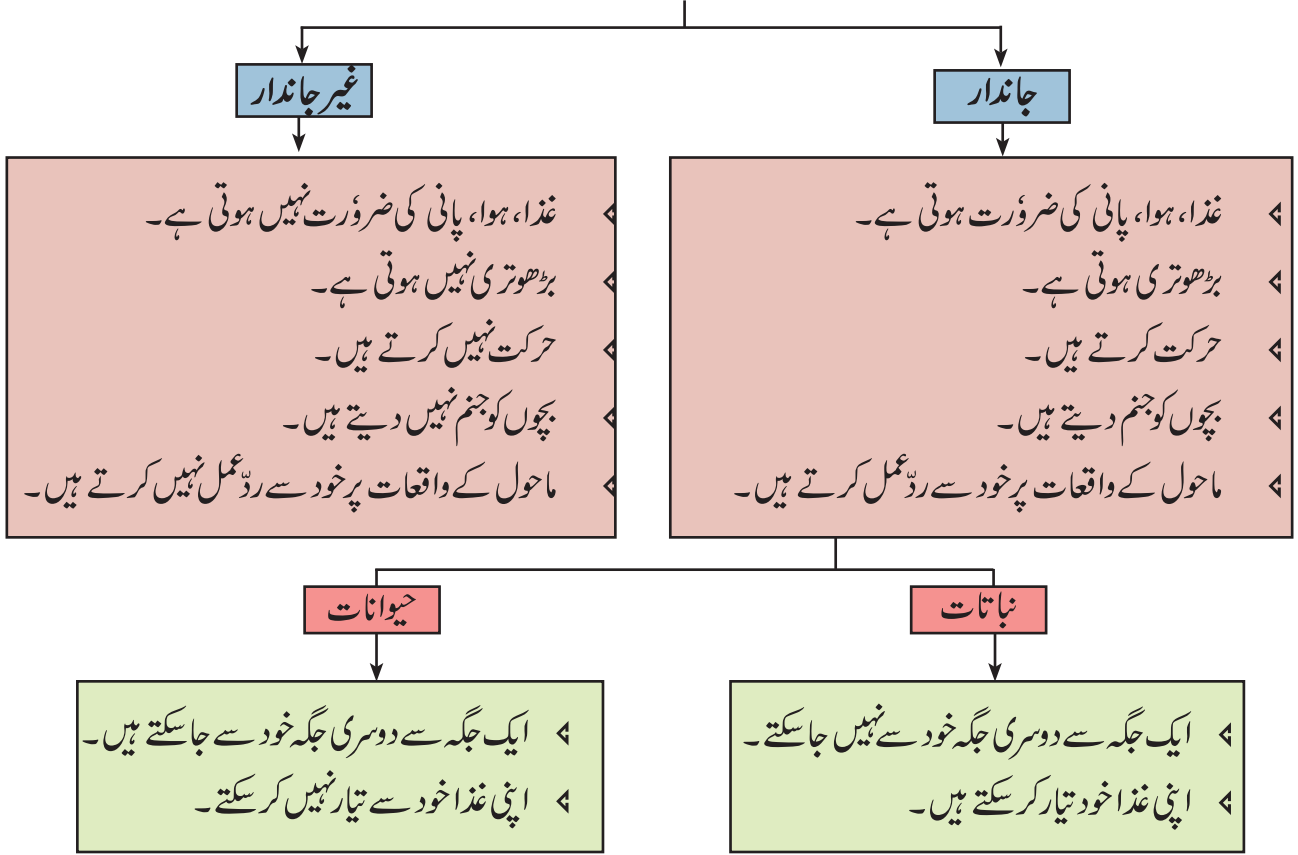


ہمارے آس پاس کون کون سے جانور اور نباتات (پھڑپھڑے) دکھائی دیتے ہیں؟ ان کے نام لکھو۔

ہمارے آس پاس ہوا، درخت، پرندے، جانور، کھیت، گھر، سڑکیں، سواریاں، پہاڑی، تالاب، بند، پانی، مٹی پتھر ہیں۔ ان سب سے مل کر ہمارا ماحول بنتا ہے۔

ہمارے گھر، آگن اور آس پاس کے ماحول میں کئی اجزا ہیں۔ ان میں سے کچھ جاندار ہیں تو کچھ بے جان ہیں۔

ہمارے آس پاس پائے جانے والے اجزا



آؤ غور کریں۔



- سڑک پر سواریاں ادھر سے ادھر آتی جاتی ہیں۔ یہ سواریاں جاندار ہیں یا بے جان؟
- آگ پھیلتی جاتی ہے۔ آگ جاندار ہے یا بے جان؟

قدرت کا چکر

اپنے ماحول میں پائی جانے والی نباتات کا مشاہدہ کرو اور ان کی معلومات نیچے دی ہوئی جدول میں درج کرو۔

نمبر شمار	نباتات کا نام	پھول کا رنگ اور شکل	پھل کا رنگ	پتے کا رنگ اور شکل

اساتذہ کے لیے ہدایت: مثالوں کے ذریعے ماحول کے جاندار اور بے جان اجزا کے بارے میں رہنمائی کریں۔

نباتات ایک جگہ سے دوسری جگہ جانیں سکتی لیکن ان کی بڑھوتری ہوتی ہے اور ان کے بیجوں سے، ٹہنیوں سے نئے پودے اُگتے ہیں۔ اس وجہ سے ہم نباتات کو جاندار کہتے ہیں۔
معامل کرو۔

نیچے دیے ہوئے لفظی معے میں نباتات کے نام تلاش کرو اور ان کے گرد چوکون بناؤ۔

ن	ک	ٹھ	ل	م
ی	س	ی	ب	ن
م	آ	م	ع	ل
ل	ہ	و	ق	گ
ج	ا	ن	ا	ر
پ	ی	پ	ل	ی



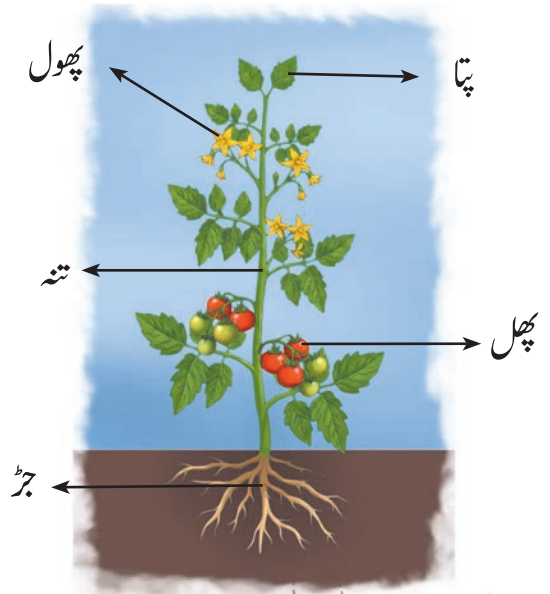
آؤ یہ کر کے دیکھیں۔



مونگ، دھنیا، رائی، گیہوں جیسے دانے لو۔ گیلی مٹی میں ان دانوں کو ڈالو اور روزانہ مشاہدہ کرو۔ تمہیں جو تبدیلیاں دکھائی دیتی ہیں، لکھو۔

آؤ سمجھیں۔

جس طرح تمہارے جسم میں ہاتھ، پیر، ناک، آنکھیں وغیرہ اعضا ہیں، ٹھیک اسی طرح جڑ، تنہ، پتے، پھول اور پھل درختوں کے اعضا ہیں۔





برگد



درخت

جاسوندی



جھاڑی

تلسی



پودا

جڑی



بیل



ملتاس کے پھول



ڈھاک



ہر درخت
الگ/انفرادی



آم



کٹھل



گلاب کا پتہ



پپل کا پتہ



گھاس کی جڑ



املی کی جڑ

آؤ سمجھیں۔

پیڑوں کی جڑ، تنے، پتوں، پھلوں اور پھولوں کی بنا پر ہر پیڑ کی الگ پہچان ہے۔
درخت - خوب اونچا بڑھنے والے اور مضبوط، سخت تنے والے پیڑ کو درخت کہتے ہیں۔ مثالیں - آم، املی، برگد، پپل، جامن،
ڈھاک، گل نشتر، سنبل، ناریل، نیم وغیرہ۔
جھاڑی - کمی اونچائی کے پیڑ کو جھاڑی کہتے ہیں۔ جھاڑیاں درختوں سے چھوٹی ہوتی ہیں لیکن تنے سخت اور مضبوط ہوتا ہے۔ مثلاً
گلاب، سیاہ توت (کروندا)، جاسوندی، نرگڑی، کپاس وغیرہ۔

پودا - پودا جھاری سے کم اونچا اور نازک تنے والا ہوتا ہے۔ مثالیں - گھاس، تلسی، لاجنتی، سدا بہار، گل بخشی، ایک دانڈی، سراٹا گوکھرو وغیرہ۔



سراٹا گوکھرو

ایک دانڈی

سدا بہار

بیل - نازک، لچکدار، نرم تنے والے پودوں کو بیل کہتے ہیں۔ بعض بیلیں لکڑی، دیوار، پیڑ کے سہارے بڑھتی ہیں۔ مثلاً جوہی، چنبیلی، گوکرن کے تنے سہارے کے گرد گول شکل میں بڑھتے ہیں۔

مٹر، انگور، کٹری وغیرہ کی بیلوں کو سہارے کے گرد لپیٹنے کے لیے اسپرنگ جیسی ڈوریاں ہوتی ہیں۔ بعض بیلیں زمین پر ترچھی (آڑی/افقی) بڑھتی ہیں۔ انھیں ریگنے والی بیلیں کہتے ہیں۔ مثال - کدو، تربوز، خر بوز، اسٹرابیری وغیرہ۔



تربوز کی بیل

کٹری کی بیل

جوہی کی بیل

زمین پر پھیلتی ہے

ڈوری کے سہارے بڑھتی ہے

تنے کے سہارے بڑھتی ہے

اپنے ماحول کی مختلف نباتات کا مشاہدہ کرو۔ سرپرستوں یا استاد کی مدد سے نیچے دی ہوئی جدول مکمل کرو۔ جدول میں ایک مثال دی ہوئی ہے۔

نمبر شمار	درخت	جھاڑی	پودا	بیل
۱۔	آم	سیاہ توت (کروندا)	تلسی	چنبیلی
۲۔				
۳۔				

بعض پیڑوں کی ڈٹھل پر صرف ایک پتہ ہوتا ہے جب کہ بعض پیڑوں کی ڈٹھل پر کئی چھوٹے چھوٹے پتے ہوتے ہیں۔



اٹلی کے پتے



امرو کا پتہ

بعض پیڑوں کی ڈٹھل پر صرف ایک پھول ہوتا ہے جب کہ بعض پیڑوں کی ڈٹھل پر پھولوں کا گچھا ہوتا ہے۔ بعض پھول خوشبودار ہوتے ہیں جب کہ کچھ پھولوں میں خوشبو نہیں ہوتی۔



کپاس کا پھول

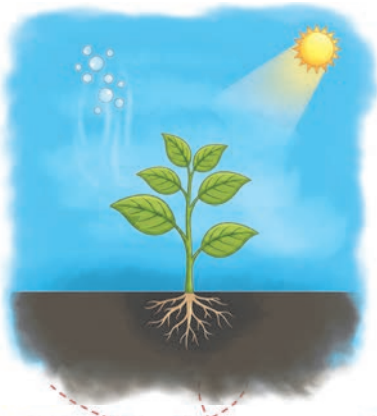
عشق پیچاں کا پھول

جاسوندی کا پھول

کنول کا پھول

اپنے ماحول کی نباتات کا مشاہدہ کرو۔ سرپرستوں یا استاد کی مدد سے نیچے دی ہوئی جدول مکمل کرو۔ مشاہدے کی ہوئی نباتات کی تصویریں اپنی بیاض میں بناؤ۔

ڈٹھل پر ایک پتہ	ڈٹھل پر ایک پھول	ڈٹھل پر کئی پتے	ڈٹھل پر کئی پھول	خوشبودار پھول	بغیر خوشبو کے پھول
کٹھل	گلاب	لاجنتی	ہزاری موگرا	ہار سنگھار	سورج مکھی



آؤ سمجھیں۔



ہوا، پانی اور سورج کی روشنی کی مدد سے نباتات اپنی غذا خود تیار کرتے ہیں۔



ہم نباتات کے الگ الگ حصے غذا کے طور پر استعمال کرتے ہیں۔



جس اناج کی نباتات گھاس کی طرح ہوتی ہے، اسے غذائی اناج کہتے ہیں۔ مثلاً گیہوں، جوار، باجرہ، مکئی، چاول وغیرہ۔
گیہوں اور چاول کے علاوہ چھوٹی جسامت کے دوسرے بیج / دانے والے غذائی اناج کوٹے ہوئے اناج یا دالیں ہیں۔ یہ قوت بخش اجزاء سے بھرپور ہوتے ہیں۔

جن اناجوں سے دالیں تیار کی جاتی ہیں انھیں دودالہ اناج یا پھلیاں کہتے ہیں۔ مثلاً اُرد، چنا، مسور، مونگ، مٹر، تور، وال وغیرہ۔
جن نباتات کے بیجوں سے تیل نکالا جاتا ہے انھیں تلہن کہتے ہیں۔ مثلاً مونگ پھلی، اسی، تل، کلہن، سورج مکھی کے بیج وغیرہ۔

آؤ غور کریں۔



درختوں سے ہمیں اور دیگر جانداروں کو کیا کیا ملتا ہے؟



بعض بیماریوں کے گھریلو علاج کے طور پر ادویاتی نباتات کا استعمال کس طرح کیا جاتا ہے، اس کے بارے میں اپنے گھر کے بزرگوں سے پوچھو اور اپنی بیاض میں لکھو۔ مثلاً ایلوا، تلسی، ہلدی، ادراک وغیرہ۔

آؤ غور کریں۔



- کیا پیڑ ہماری طرح سانس لیتے ہیں؟
- کیا پیڑ بھی سوتے ہیں؟

کیا تمہیں معلوم ہے؟



جرؤل - ریاستی پھول

تامھن (جرؤل) مہاراشٹر کا ریاستی پھول ہے۔ تامھن پھول کو جرؤل یا بونڈارا کے نام سے بھی جانا جاتا ہے۔ اس کے دوسرے نام بھی ہیں جیسے تامن، بونڈارا، بونڈرا، بندرا وغیرہ۔ نباتات کے علم کا مطالعہ کرنے والوں نے جرؤل کو پرائنڈ آف انڈیا نام دیا ہے۔ اس درخت میں سال میں دو بار پھول آتے ہیں۔

مسرت بخش پائیں باغ (کچن گارڈن)

پائیں باغ سے مراد گھر کے آس پاس کی خالی جگہ کو استعمال کر کے اپنی روزانہ کی ضرورتیں پوری کرنے کے لیے ضروری سبزی ترکاری اور پھل کی کاشت کرنا ہے۔ یہاں بیگن، ٹماٹر، سون، بند گوبھی، پھول گوبھی، بھنڈی وغیرہ ترکاریاں کیاریوں میں اُگائی جاتی ہیں۔ اسی باغ میں ایلوا کا پودا، تلسی، ہلدی، ادراک، سبز چائے، پودینہ جیسے ادویاتی پودے اُگائے جاتے ہیں۔ جہاں نیل اوپر جاسکے، ایسی جگہوں پر ککڑی، کدو، لوکی، کریلا، گھیوڑا اُگاتے ہیں۔ اسی طرح سبزی ترکاریاں بھی اُگائی جاسکتی ہیں۔ مثلاً میتھی، پالک، چاکوت، امباڑی، راج گیرا، لال مٹھ، سیپو وغیرہ۔ اسی طریقے سے اسکول کی کھلی جگہوں میں بھی پائیں باغ تیار کر سکتے ہیں۔



کیا تمہیں معلوم ہے؟



بھارت میں ہزاروں برسوں سے آیور ویدک دوائیں استعمال کی جا رہی ہیں۔ ان میں خاص طور پر نباتات کا استعمال ہوتا ہے۔ مثلاً ہلدی، تلسی، اڈولسا، مروڑ شینگ، گل، ویل، لونگ، دارچینی وغیرہ۔



اساتذہ کے لیے ہدایت: اسکول میں دستیاب جگہوں پر طلبہ سے پائیں باغ تیار کرائیں۔



نیچے دی ہوئی جنگل کی تصویر کا مشاہدہ کر کے جنگل سے ہونے والے فائدوں کو سمجھو۔



بارش کو تناسب میں رکھتی ہے۔

مٹی بہہ نہیں جاتی۔

خالص ہوا ملتی ہے۔

ادویاتی نباتات ملتی ہیں۔

پھل، خوردنی جڑیں، جنگلی میوے،
جنگلی ترکاریاں ملتی ہیں۔

جانوروں کو مسکن ملتا ہے۔

تعمیراتی کام اور ایندھن کے
لیے لکڑی ملتی ہے۔

گرمی کے موسم میں کبھی کبھی درختوں کی سوکھی ٹہنیاں ایک دوسرے پر گر کر کھانے کی وجہ سے جنگل میں آگ لگ جاتی ہے۔ بعض اوقات جنگل کے قریب گھاس کے ڈھیر کو جلانے یا جلتی تیلی پھینکنے کی وجہ سے جنگل کو آگ لگ جاتی ہے۔ جنگل میں لگنے والی آگ کو آتشزدگی کہتے ہیں۔ آتشزدگی کی وجہ سے جنگل کی نباتات اور جانوروں کی زندگی کو نقصان پہنچتا ہے۔



کیا تمہیں معلوم ہے؟



کبھا درخت کی لکڑی بہت سخت ہوتی ہے۔ اسے جلنے میں وقت لگتا ہے۔ جنگل میں آگ لگ جائے تو اس درخت کی وجہ سے آگ کے پھیلنے میں تھوڑے وقت کے لیے رکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے۔ اس وجہ سے اس درخت کو جنگل کی سرحد پر اور دوسرے مقامات پر بھی لگانا چاہیے۔

آؤان جنگلات کی حفاظت کریں!

دورائی - دورائی کا مطلب ہے گاؤں کے لوگوں کا محفوظ کیا ہوا چھوٹا سا جنگل۔ مہاراشٹر میں پچھلے کئی برسوں سے دورائی کا چلن عام ہے۔ بھارت کی مختلف ریاستوں میں دورائی کو الگ الگ ناموں سے جانا جاتا ہے۔
محفوظ جنگلات - حکومت کی جانب سے بعض جنگلات کی حفاظت کی جاتی ہے۔

جنگلی ترکاریوں کی پہچان

	
ٹاکلا	بن کریدا
	
آمبوشی	کڑا
	
کینا	پاتھری
	
بھوئی آملہ	اجوائن کے پتے



آگھاڑا



بانس



چول



چولئی کی بھاجی



کُلفے کی بھاجی



امباڑی



مٹارو



سورن



ہم نے یہ سیکھا۔



- ہمارے گھر کے آنگن اور آس پاس کے ماحول میں کئی اجزا ہوتے ہیں۔ ان میں سے کئی جاندار ہیں تو کچھ بے جان۔
- جانداروں میں نباتات اور حیوانات کا شمار ہوتا ہے۔
- نباتات کی جڑیں، تنے، پھولوں، پھلوں کی بنا پر ہر پتھر کی الگ پہچان ہوتی ہے۔
- ہمارے ماحول میں درخت، جھاڑیاں، پودے اور بیلئیں جیسی مختلف نباتات نظر آتی ہیں۔
- ہوا، پانی، سورج کی روشنی کی مدد سے نباتات اپنی غذا خود تیار کرتی ہیں۔
- پائیں باغ سے مراد گھر کے آس پاس کی خالی جگہ کو استعمال کر کے اپنی روزانہ زندگی کی ضرورتیں پوری کرنے کے لیے ضروری سبزی ترکاری اور پھل کی کاشت کرنا ہے۔
- جنگلوں کی حفاظت کرنا ہماری ذمہ داری ہے۔

آؤ اعادہ کریں۔



- (الف) مناسب متبادل پر (✓) کا نشان لگاؤ۔
- ۱۔ خوب اونچائی تک بڑھنے والے اور مضبوط تنے والے پیڑوں کو کیا کہتے ہیں؟
- (الف) پودے (ب) درخت
- (ج) جھاڑیاں (د) بیل
- ۲۔ نازک، لچکدار اور نرم تنے والے پیڑوں کو کیا کہتے ہیں؟
- (الف) درخت (ب) پودے
- (ج) جھاڑیاں (د) بیل
- ۳۔ نیچے دیے ہوئے متبادلوں میں سے جاندار پہچانو۔
- (الف) سائیکل (ب) موبائل فون
- (ج) امرود کا درخت (د) کتاب

(ب) مناسب جوڑیاں لگاؤ۔

کالم 'ب'	جواب	کالم 'الف'
دودالہ اناج		تلسی
دوا کے طور پر استعمال		بیر
پھل		مرچ
تلہن		گیہوں
مسالہ		مؤنگ پھلی

(ج) دوا لگ لگ درختوں کا مشاہدہ کرو۔ نیچے دی ہوئی جدول مکمل کرو۔

خصوصیات	درخت ۱ (.....)	درخت ۲ (.....)
پتوں کا رنگ		
پھلوں کا رنگ		
تنے کی بناوٹ		
تنے کا رنگ		
بیجوں کا رنگ		

(د) تصویر میں دی ہوئی نباتات کے مختلف حصوں کو پہچانو۔ ان کی مدد سے پودے کی تصویر بناؤ۔



(ہ) تو کیا ہوگا؟

۱۔ ایک مہینے تک سبزی ترکاری نہ ملے۔

۲۔ بے شمار درخت کاٹے گئے۔

(و) غور کرو۔

تیندوے جنگل چھوڑ کر انسانی بستیوں کی طرف کیوں جاتے ہوں گے؟



سرگرمی

- مختلف پھلوں کے بیج جمع کرو اور بیجوں کا گولا بناؤ۔ بارش کے موسم میں انھیں مٹی میں بودو۔
- اسکول کی کھلی جگہ میں استاد کی مدد سے مختلف شکلوں میں بیج بوؤ یا پودوں کی کاشت کر کے پائیں باغ بناؤ۔





انسان کا مسکن

۵

آؤ مشاہدہ کریں۔



نیچے دی ہوئی تصویروں کا مشاہدہ کرو اور سوالوں کے جواب دو۔



- شیر کہاں رہتا ہے؟
- بیا پرندے کا گھونسلا کہاں ہوتا ہے؟
- پرندے اپنا گھر کس طرح بناتے ہیں؟
- گائے اور بھینس کہاں رہتے ہیں؟
- دوستوں کی مدد سے اپنے ماحول کے جانوروں اور پرندوں کے رہنے کی جگہوں کا مشاہدہ کرو اور انھیں اپنی بیاض میں درج کرو۔

مسکن کس لیے

زمین کے ہر جانور کو مسکن / گھر کی ضرورت ہوتی ہے۔ دھوپ، تیز ہوا، بارش اور کڑا کے کی سردی سے بچنے کے لیے سب کو گھر کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہر جانور کا مسکن ہی اس کا گھر ہوتا ہے۔ گھر کی وجہ سے اسے تحفظ حاصل ہوتا ہے۔ چیونٹیاں بھی رہنے کے لیے اپنا گھر بناتی ہیں۔ ہم انھیں مٹی کا تودہ کہتے ہیں۔ دنیا میں موجود تمام جانداروں کو مسکن کی ضرورت ہوتی ہے۔

بتاؤ تو بھلا!



- انسان اپنے گھر کہاں کہاں تعمیر کرتا ہے؟
- جانور مسکن کہاں تلاش کرتے ہیں؟
- انسانی بستیاں ندی کے کنارے کیوں ہوتی ہیں؟



آؤ معلوم کریں۔



- گھر بنانے کے لیے کس کس چیز کا استعمال کیا جاتا ہے؟
- تمہارے اطراف میں گھر کون سی چیزوں سے بنائے گئے ہیں؟



پکا گھر



کچا گھر

انسان اپنی حفاظت کے لیے آس پاس پائی جانے والی چیزوں کو استعمال کر کے اپنا گھر بناتا ہے۔ ہمارے آس پاس ایسے مختلف گھر پائے جاتے ہیں۔

مثال کے طور پر دیہات کے علاقوں میں گھر بنانے میں مقامی پتھر، بانس، لکڑی، گھاس، ناریل کے درخت کی ٹہنیاں (شاخیں) اور کویلو (کپھریل) وغیرہ استعمال کیے جاتے ہیں۔



شہری علاقوں میں عام طور پر گھر پکے اور جدید ساز و سامان استعمال کر کے تعمیر کیے جاتے ہیں۔

مثلاً شہروں میں گھر کی تعمیر کرتے وقت سیمنٹ، ریت، لوہے وغیرہ کا استعمال کیا جاتا ہے۔ شہروں میں گھر کئی منزلہ بھی ہوتے ہیں۔



انسان گھر تعمیر کرنے کے لیے محفوظ جگہ تلاش کرتا ہے۔

زیادہ محفوظ رہنے کے لیے بستی، کالونی بنا کر اکٹھا رہتے ہیں۔

دیہات کے علاقوں میں انسانوں کے گھر آس پاس پائی جانے والی چیزوں سے بنے ہوتے ہیں۔

مثلاً لکڑی، مٹی، پتھر سے بنائے ہوئے گھر، بانس سے تیار کی گئی جھونپڑی، کچھریل والے گھر وغیرہ۔

شہری علاقوں میں پکے گھر ہوتے ہیں۔

بڑی بڑی عمارتیں سیمنٹ، لوہا، ریت سے تعمیر کی جاتی ہیں۔

بتاؤ تو بھلا!



تم کچے یا پکے گھر کو کس طرح پہچانو گے؟

نیچے کی خالی جگہ میں اپنے خیالی گھر کی تصویر بناؤ۔

A large empty rectangular box for drawing a house.

آؤ مشاہدہ کریں۔



دوستوں کی مدد سے مشاہدہ کرو کہ تمہارے آس پاس کون کون سی قسم کے گھر ہیں۔ ان کی معلومات تین سے چار جملوں میں لکھو۔

آؤ عمل کریں۔



گھر بنانے کے لیے درکار سامان - لکڑی، اینٹ، سیمنٹ، باریک ریت، موٹی ریت، پتھر، پترے، لوہا، تاڑ پتری، ناریل کی ٹہنیاں (شاخیں)، مٹی، بانس، چھوٹے پتھر، پانی، اسٹیل وغیرہ۔
اوپر کی فہرست میں کچے گھر اور پکے گھر کے لیے درکار سامان کو تقسیم کر کے نیچے کی جدول میں لکھو۔

پکے گھر کے لیے درکار سامان	کچے گھر کے لیے درکار سامان

کچے گھر مٹی، بانس، گھاس پھوس، پتوں، پتھر جیسی چیزوں سے بنائے جاتے ہیں۔ اپنے ماحول سے سامان جمع کر کے یہ گھر بناتے ہیں۔ یہ گھر کم پائیدار ہوتے ہیں۔ مثلاً دیہی علاقوں میں مٹی کے گھر۔ پکے گھر اینٹ، سیمنٹ، لوہا جیسے سامان سے بنائے جاتے ہیں۔ ایسے گھر زیادہ پائیدار (مضبوط) ہوتے ہیں۔ مثلاً شہری علاقوں کے گھر



ہم نے یہ سیکھا۔



- ◀ زمین پر ہر جانور کو رہنے کے لیے گھروں کی ضرورت ہوتی ہے۔
- ◀ مسکن / گھر کی وجہ سے انسان کی حفاظت ہوتی ہے۔
- ◀ دیہی علاقوں میں اکثر گھر کچے ہوتے ہیں۔ شہری علاقوں میں پکے گھر ہوتے ہیں۔
- ◀ اطراف سے گھر بنانے کے لیے درکار سامان جمع کر کے کچے گھر تعمیر کیے جاتے ہیں۔ اس وجہ سے وہ کم مضبوط ہوتے ہیں۔
- ◀ پکے گھر اینٹ، سیمنٹ اور لوہے سے تعمیر کیے جاتے ہیں۔ وہ زیادہ مضبوط ہوتے ہیں۔



(الف) خالی جگہ میں مناسب لفظ لکھو۔

۱۔ دھوپ، تیز ہوا، بارش اور ٹھنڈی سے بچنے کے لیے انسانوں کو..... کی ضرورت ہوتی ہے۔

(الف) مسکن (ب) غذا (ج) کپڑوں (د) ساتھی

۲۔ دیہی علاقوں میں زیادہ تر گھر..... ہوتے ہیں۔

(الف) پکے (ب) کچے (ج) کئی منزلہ (د) فلک بوس

۳۔ شہری علاقوں کے مکانات..... کے ہوتے ہیں۔

(الف) کٹر (ب) مٹی (ج) سیمنٹ (د) کھیریل

۴۔ چیونٹیاں رہنے کے لیے اپنے گھر بناتی ہیں جسے ہم..... کہتے ہیں۔

(الف) پل (ب) تودہ (ج) گھونسل (د) غار

(ب) نیچے دی ہوئی تصویروں کا مشاہدہ کر کے تصویروں کے گھر قدرتی یا انسان کے بنائے ہوئے اور کچے یا پکے گھر ہیں، اس کی درجہ بندی کرو۔ (صحیح خانے میں (✓) کا نشان لگاؤ۔

گھر کی تصویر	قدرتی گھر	انسان کا بنایا ہوا گھر	کچا گھر	پکا گھر
				
				
				
				
				

(ج) ایک جملے میں جواب لکھو۔

- ۱۔ زمین پر ہر جانور کو رہنے کے لیے کس چیز کی ضرورت ہوتی ہے؟
- ۲۔ دیہی علاقوں میں گھر تعمیر کرنے کے لیے کون سے سامان کی ضرورت ہوتی ہے؟
- ۳۔ کس قسم کے گھر زیادہ مضبوط ہوتے ہیں؟

(د) مختصر جواب لکھو۔

- ۱۔ تمہارے گھر کی تعمیر کے لیے کون سا سامان استعمال کیا گیا ہے؟
- ۲۔ کچے گھر اور پکے گھر میں فرق لکھو۔
- ۳۔ تمہیں گھر بنانا ہو تو کون سے سامان استعمال کریں گے؟

(ہ) ماحول میں گھر کی تعداد میں اضافہ ہوتا ہوا دکھائی دیتا ہے، اس کی کیا وجوہات ہیں؟ اس کی وجہ سے قدرت پر کیا اثر ہوگا؟

(و) نیچے کی تصویر میں گھر کی تعمیر میں جو جو چیزیں استعمال ہوئی ہیں، ان کی فہرست بنا کر لکھو۔



سرگرمی:

- ۱۔ کسی بڑی عمر کے شخص کی مدد سے کچے گھر یا پکے گھر کا ماڈل بناؤ۔ اس کے لیے مٹی / پتھر / کاغذ / پٹھا / آئسکریم کی تیلیاں / گوند کا استعمال کرو۔





اپنا کوڑا کرکٹ : اپنی ذمہ داری

۶

آؤ مشاہدہ کریں۔



استاد : کیا تم اپنے دادا-دادی کے ساتھ کبھی باغ میں گھومنے کے لیے گئے ہو؟

اسد : ہاں! میں گیا ہوں، باغ میں بہت مزہ آتا ہے۔

سارہ : میں بھی گئی ہوں۔

استاد : بہت اچھا۔ باغ میں سب طرف صفائی ہوتی ہے۔ خوب صورت پیڑ، پھول، تتلیاں دکھائی دیتی ہیں۔ باغ میں کہیں بھی کوڑا کرکٹ دکھائی نہیں دیتا۔ اگر کوڑا کرکٹ ہوا تو ہم کوڑا دان میں ڈال دیتے ہیں۔ ہم کوڑا کرکٹ صحیح جگہ ڈالیں تو ہمارے گھر، اسکول اور ماحول صاف ستھرے رہیں گے۔

مسکان : سر، مطلب یہ کہ ہر ایک کوڑا کرکٹ کوڑا دان میں ڈالے تو ہمارا ماحول خوب صورت رہے گا۔

استاد : ہاں! بالکل درست۔



- اپنے گھر کو صاف ستھرا اور خوب صورت بنائے رکھنے کے لیے تم ماں باپ کی کس طرح مدد کرتے ہو؟
- تمہارے ماحول میں کوڑا کرکٹ ہونے کی کون کون سی وجوہات ہیں، ان کی فہرست بناؤ۔
- ماحول میں کوڑا کرکٹ ہونے کی وجہ سے کیا اثرات ہوتے ہیں، استاد کی مدد سے فہرست بناؤ۔

اس طرح کوڑا کرکٹ ہوتا ہے
نیچے دی ہوئی تصویریں دیکھو۔



ہمیں جو چیزیں چاہیے ہم اسے پھینک دیتے ہیں، اسے کوڑا کرکٹ (کچرا) کہتے ہیں۔ ہمارے ہر کام میں کوڑا کرکٹ تیار ہوتا ہے جو آس پاس پڑا ہوا دکھائی دیتا ہے۔ مثلاً گھریلو کاموں کا کوڑا کرکٹ جیسے ترکاریوں، پھلوں کے بچے ہوئے حصے، استعمال میں نہ آنے والے آلات، پرانا ٹی وی، تار کے ٹکڑے، بجلی کے آلات وغیرہ۔ ہمیں جن چیزوں کی ضرورت نہیں ہوتی، انہیں ہم کہیں بھی پھینک دیتے ہیں۔ اس وجہ سے ماحول میں کوڑا کرکٹ ہو جاتا ہے۔

ہمارے ماحول میں کوڑا کرکٹ جمع رہے تو وہ سڑتا ہے، اس کی وجہ سے پانی بھی جمع ہو جاتا ہے۔ اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ مکھی، مچھر جیسے کیڑوں کی وجہ سے کئی بیماریاں پھیلتی ہیں۔ اس کا اثر ہماری صحت پر پڑتا ہے اور اس وجہ سے انسان بیمار پڑتے ہیں۔



- اوپر کی تصویر کا مشاہدہ کرو اور بات چیت کرو۔



اسے ہمیشہ ذہن میں رکھیں۔



- کوڑا کرکٹ صرف کوڑے دان میں ڈالیں۔

بتاؤ تو بھلا!



- تم اپنے گھر کا کوڑا کرکٹ کہاں پھینکتے ہو؟
- ہم کوڑا کرکٹ کم کرنے کے لیے کیا کر سکتے ہیں؟

الماس ماں کے ساتھ دواخانہ گئی تھی۔ طبیعت ٹھیک نہ ہونے کی وجہ سے اس کا کچھ بھی کرنے کو دل نہیں چاہ رہا تھا۔ الماس دواخانے میں بیٹھ کر آس پاس کا مشاہدہ کرنے لگی۔ ایک چاچا نے پورے دواخانے کو جھاڑو سے صاف کیا۔ سوکھا کچرا سوپ میں لے کر پیلے رنگ کے کوڑے دان میں ڈال دیا۔ ایک لمبی جھاڑو سے جالے وغیرہ صاف کر ڈالے۔ الماس کو یاد آیا کہ گھر میں گرد و غبار (دھول) صاف کرنے والی مشین (ویکیوم کلیئر) استعمال کرتے ہیں۔ بعد میں چاچا نے ایک بالٹی میں پانی لیا اور اس میں تھوڑا سا فائیل ڈالا۔ ایک کپڑا لے کر فرش کو پونچھ کر صاف کیا۔ پورا دواخانہ صاف ستھرا ہو گیا۔

- اوپر کی عبارت میں صفائی کرنے کے لیے استعمال کی ہوئی چیزوں کی فہرست بناؤ۔

اسے ہمیشہ ذہن میں رکھیں۔



- (۱) پلاسٹک کی چیزوں کی بجائے کپڑے اور دھات کی چیزیں استعمال کریں۔
- (۲) پلاسٹک کی تھیلیاں استعمال نہ کریں بلکہ کپڑے یا کاغذ کی تھیلیاں استعمال کریں۔
- (۳) اپنے پرانے کھلونے، کپڑے، کتابیں انھیں دے دیں جنھیں ضرورت ہے۔
- (۴) ہم جتنی زیادہ چیزیں خریدتے ہیں، اتنی ہی زیادہ چیزیں پھینک دیتے ہیں اور اتنا ہی کوڑا کرکٹ تیار ہوتا ہے۔ ہمیں جس کی ضرورت ہے بس وہی چیزیں خریدیں۔ ہم کوڑا کرکٹ کم کرنے کی جتنی ہو سکے اتنی کوشش کریں۔

کیا تم ایسا کرتے ہو؟

- (۱) پرانی بیاض کے باقی کورے صفحات کو اکٹھا کر کے گھر میں نئی بیاض بنا سکتے ہیں۔
- (۲) تحفے دیتے وقت کتابوں پر کور لگاتے وقت کپڑے یا اخبار کا استعمال کر سکتے ہیں۔
- (۳) تمھارے گھر کی مفید چیزیں جن کی تمھیں ضرورت نہیں ہے، تحفے کے طور پر دے سکتے ہیں۔ مثلاً بعض شہروں / گاؤں میں رفاہی تنظیمیں جیسے انسانیت کی دیوار قائم ہیں جہاں سے یہ چیزیں ضرورت مندوں کو دی جاتی ہیں۔
- پرانے اخبارات، پرانے کیلنڈر، بوتلیں، ڈبے وغیرہ استعمال کر کے کھلونے یا سجاوٹ کی چیزیں بنائی جاسکتی ہیں۔ اس کے لیے گھر کے بڑوں کی مدد لو۔ (بے کار چیزوں سے کارآمد چیزیں بنائیں)

آؤ عمل کریں۔



آؤ ہم کاغذ سے لفافہ (پیکٹ) بنائیں۔



- (۱) ۲۵ سم x ۱۰ سم جسامت کا کاغذ لو۔ دونوں جانب سے اور درمیان سے موڑو۔
- (۲) شکل میں دکھائے ہوئے طریقے سے اوپر اور نیچے کے حصے کو موڑو۔
- (۳) تصویر میں دکھائی ہوئی (- - - - -) لکیر پر کاغذ کے دونوں جانب کے کناروں کو گوند سے چپکاؤ۔
- (۴) چپکایا ہوا حصہ سواکھ جانے کے بعد تیار ہونے والا لفافہ استعمال کرو۔

بعض مقامات پر مختلف قسم کے کوڑا کرکٹ کے لیے الگ الگ ڈبے رکھے جاتے ہیں۔

درختوں کے پتے، پھول، ترکاریوں اور پھلوں کے چھلکے، انڈے کے خول، ہرے کوڑے دان میں ڈالتے ہیں۔ یہ کوڑا کرکٹ جلد گھل جاتا ہے اور مٹی میں آسانی سے مل جاتا ہے۔ اسے 'گیلا کچرا' کہتے ہیں۔ اس سے درختوں کے لیے عمدہ قسم کی کھاد تیار ہوتی ہے۔ نیلے رنگ کے کوڑے دان میں دھات، کانچ، پلاسٹک ڈالتے ہیں۔ اسے 'سوکھا کچرا' کہتے ہیں۔

ممبئی جیسے بڑے شہروں میں مختلف مقامات پر، ریلوے اسٹیشن پر پلاسٹک کی بوتلوں کو ٹھکانے لگانے کے لیے علیحدہ مشینری ہے۔ ان سے بہت ساری نئی چیزیں بنائی جاسکتی ہیں۔ ان چیزوں کو کئی جگہوں پر دوبارہ استعمال کر سکتے ہیں۔ ایسے پلاسٹک جن کی ضرورت نہیں ہے، انھیں استعمال کر کے سڑکیں بنائی جاسکتی ہیں۔ اس طرح کی کوشش مہاراشٹر میں پونہ، رائے گڑھ میں کی گئی ہے۔ ایسا کرنے سے آس پاس کے ماحول کو صاف ستھرا رکھا جاسکتا ہے۔

شہری علاقوں میں گیلا اور سوکھا کچرا الگ الگ جمع کرنے کے لیے مختلف رنگوں کے ڈبے فراہم کیے جاتے ہیں۔ دیہی علاقوں میں کھیت/ترکاریوں کے باغ میں ایک مخصوص حصے میں گڑھا کر کے سارا کوڑا کرکٹ ڈالا جاتا ہے۔ اس کوڑا کرکٹ سے کھاد تیار ہوتی ہے۔



کیا تمہیں معلوم ہے؟



- بھارت میں ۳۰ جنوری کو 'قومی صفائی دن' کے طور پر منایا جاتا ہے۔
- سنت گاڑگے مہاراج نے صفائی کو ایک مہم کی شکل دی۔ ریاست مہاراشٹر میں ان کے نام سے 'صفائی مہم' شروع کی گئی ہے۔
- ۲ اکتوبر ۲۰۱۴ء سے ملک بھر میں 'سوچھ بھارت' ابھیان جاری ہے۔

نیچے دیے ہوئے چوکون میں 'میرا اسکول، صاف ستھرا اسکول' جیسے نعرے تیار کر کے لکھو۔

اساتذہ کے لیے ہدایت: بے کار اشیاء سے کارآمد اشیاء بنانے کے لیے ورکشاپ کا انعقاد کریں اور اس میں طلبہ کے ساتھ ساتھ سرپرستوں کو بھی شریک کریں۔

آؤ معلومات حاصل کریں۔

- 'سوچھتا ابھیان' (صفائی مہم) کے بارے میں معلومات حاصل کرو۔
- نزل گرام انعام

ریاست مہاراشٹر نے مختلف گاؤں، دیہاتوں میں 'صاف ستھرا گاؤں' کا منصوبہ شروع کیا ہے۔ اس کا بنیادی مقصد گاؤں میں صفائی ستھرائی ہو۔ یہ منصوبہ کافی کامیاب رہا ہے۔ کئی گاؤں میں ہونے والی صفائی ستھرائی نے پورے مہاراشٹر کو متاثر کیا ہے۔ کئی گاؤں 'نزل گرام' کی حیثیت سے مشہور ہیں۔ ان میں ضلع ستارا میں 'نڈھل'، ضلع اہلیانگر میں رالے گن سدھی اور ہیورے بازار، ضلع بلڈانہ میں ادی وادی گاؤں چچالا، ضلع چھترپتی سنبھاجی نگر میں پاٹوڈا بدرک، ضلع پونہ کے بارہ متی تعلقے میں کاٹے واڑی گاؤں کا شمار ہوتا ہے۔ ان کے علاوہ بھی مہاراشٹر میں ایسے کئی گاؤں ہیں۔

گھر گھر کا کوڑا کرکٹ کوڑے دان میں ڈالا جاتا ہے۔ سارے گھروں کے کوڑا کرکٹ کا انتظام گرام پنچایت، میونسپلٹی اور کارپوریشن کے ذریعے کیا جاتا ہے۔ اس کے لیے آنے والی گھنٹا گاڑی تو تم نے دیکھی ہی ہوگی!

کیا تمہیں معلوم ہے؟



موجودہ زمانے میں ہر گھر میں موبائل فون، کمپیوٹر، ٹی وی سیٹ، سی ڈی کا استعمال بہت زیادہ بڑھ گیا ہے۔ یہ چیزیں ہمیشہ کے لیے خراب ہو جائیں تو ان بے کار چیزوں کا کوڑا کرکٹ ایک بڑا مسئلہ بن جاتا ہے۔ اس طرح کے کوڑا کرکٹ کو ای-کچرا کہتے ہیں۔

دواخانوں، تجربہ گاہوں میں انسانی یا جانوروں کے علاج کے دوران پیدا ہونے والا کوڑا کرکٹ 'حیاتیاتی کوڑا کرکٹ' کہلاتا ہے۔ اس کوڑا کرکٹ کا مسئلہ بھی بہت بڑا ہے۔

آؤ بات چیت کریں۔



- اپنے ماحول کو صاف ستھرا رکھنے کے لیے کی جانے والی دوسرے گرمیوں کے بارے میں استاد/سرپرستوں کی مدد سے آپس میں بات چیت کرو اور معلومات لکھو۔
- اپنے آس پاس کے علاقے میں 'نزل گرام' منصوبے والے گاؤں تلاش کرو اور ان میں سے کسی ایک گاؤں کا استاد کے ساتھ دورہ کرو۔



ہم نے یہ سیکھا۔



- ◀ ہم اپنے گھر، اسکول اور ماحول کو ہمیشہ صاف ستھرا رکھیں۔
- ◀ اپنے اطراف میں کوڑا کرکٹ ہو جائے تو اسے کوڑا دان میں ڈالیں۔
- ◀ کوڑا کرکٹ میں سے بعض چیزوں کو دوبارہ استعمال کر کے نئی چیز بنا سکتے ہیں۔
- ◀ حکومت مہاراشٹر صاف ستھرا گاؤں منصوبہ / نرل گرام منصوبہ پر عمل کر رہی ہے۔
- ◀ بے کار چیزوں سے کام کی چیزیں بنائی جاسکتی ہیں۔
- ◀ گاؤں میں کوڑا کرکٹ کا انتظام حکومتی سطح پر کیا جاتا ہے۔
- ◀ گپلا کچرا اور سوکھا کچرا ہمیشہ الگ الگ جمع کریں۔

آؤ اعادہ کریں۔



- (الف) خالی جگہ میں مناسب لفظ لکھو۔
- ۱۔ کوڑا کرکٹ جلائیں تو تیار ہو کر ہوا میں شامل ہو جاتی ہے۔
(الف) زہریلی گیس (ب) زہریلا رنگ (ج) زہریلا مادہ (د) زہریلی اشیا
 - ۲۔ کوڑا کرکٹ سے تیار ہوتی ہے۔
(الف) کھاد (ب) ڈھیر (ج) مٹی (د) پانی
 - ۳۔ گھر کا کمپیوٹر، ٹی وی سیٹ خراب ہو گیا ہو تو وہ ہے۔
(الف) گپلا کچرا (ب) سوکھا کچرا (ج) ای-کچرا (د) حیاتیاتی کچرا
 - ۴۔ بھارت میں کا دن 'قومی صفائی دن' کے طور پر منایا جاتا ہے۔
(الف) ۱۲ فروری (ب) ۳۰ جنوری (ج) ۱۰ جون (د) ۱۵ اگست

(ب) الگ کون ہے اور کیوں؟

- ۱۔ کاغذ کے ٹکڑے، مونگ پھلی کے چھلکے، پھلوں کا چھلکا، پلاسٹک کے کھلونے
- ۲۔ تار کے ٹکڑے، لکڑی کا بھوسا، مٹی کے گولے، درختوں کے پتے

(ج) مختصر جواب لکھو۔

- ۱۔ کوڑا کرکٹ کس طرح تیار ہوتا ہے؟
- ۲۔ فرق لکھو: گپلا کچرا اور سوکھا کچرا

۳۔ کوڑا کرکٹ کو کس طرح ٹھکانے لگا سکتے ہیں؟

۴۔ تم اپنے ماحول کو صاف ستھرا رکھنے کے لیے کیا کرو گے؟

(د) سرپرست کے ساتھ اپنے اطراف کے ہفتہ واری بازار ختم ہونے کے بعد دورہ کرو۔ وہاں پھیلے ہوئے کوڑا کرکٹ کے بارے میں بتاؤ۔



(ہ) کوڑا کرکٹ کو دوبارہ استعمال کرنے کے دو منصوبے/تجویز لکھو۔

(و) عمل کرو۔

۱۔ تم جماعت میں اپنے بیٹھنے کی جگہ کو صاف کرو۔

۲۔ گھر میں صفائی کے کاموں میں روزانہ اپنے بڑوں کی مدد کرو۔

سرگرمی :

استاد کی رہنمائی میں اور طلبہ کے ساتھ صلاح مشورہ کر کے اپنے اسکول میں دی ہوئی سرگرمیاں مکمل کرو۔

• اسکول میں ۳۰ جنوری کو 'قومی صفائی دن' مناؤ۔

• اسکول میں 'صاف ستھری جماعت، خوب صورت جماعت' کا مقابلہ منعقد کرو۔





آؤ جانوروں سے دوستی کریں

۷

آؤ مشاہدہ کریں۔



نیچے دی ہوئی تصویروں میں جانداروں کے نیچے ○ میں ہر رنگ اور غیر جانداروں کے نیچے ○ میں لال رنگ بھرو۔



ہمارے آس پاس کئی طرح کے جانور پائے جاتے ہیں۔ کچھ بڑے، کچھ چھوٹے، کچھ زمین پر چلتے ہیں تو کچھ آسمان میں اڑتے ہیں۔ ہم ان جانوروں کے الگ الگ گروہ بنا سکتے ہیں۔

پیروں کی تعداد کے لحاظ سے جانوروں کے گروہ۔

تصویر میں جانوروں کا مشاہدہ کرو۔ نیچے دی ہوئی جدول میں بتائے ہوئے طریقے سے ان جانوروں کے نام لکھو۔ ان کے علاوہ تمہیں جو جانور معلوم ہیں، ان کے نام بیاض میں لکھو۔



آٹھ سے زیادہ پیروں والے	آٹھ پیروں والے	چار پیروں والے	دو پیروں والے

- ◀ زمین کے زیادہ تر جانوروں کو چلنے کے لیے پیر ہوتے ہیں۔ جانوروں کے پیروں کی تعداد الگ الگ ہوتی ہے۔
- ◀ انسان دو پیروں پر چلتا ہے جب کہ ہرن، گائے، ہاتھی، چوہا جیسے جانور چار پیروں پر چلتے، دوڑتے ہیں۔
- ◀ چھپکلی، مگر، مچھ، گرگٹ کے چاروں پیر چھوٹے ہونے کی وجہ سے انہیں رینگنا پڑتا ہے جب کہ سانپ کو تو پیر ہی نہیں ہوتے ہیں۔
- ◀ پرندوں کو اڑنے کے لیے دو پنکھ (پر) اور زمین پر چلنے کے لیے دو پیر ہوتے ہیں۔
- ◀ مکھی، پتنگے، مچھر جیسے کیڑوں کو چھ پیر اور دو پنکھ بھی ہوتے ہیں۔
- ◀ گوچر، بچھو، مکڑی کو آٹھ پیر، کیڑا، جھینگا مچھلی (لو بسٹر) کو دس پیر ہوتے ہیں۔ کن کھجورا، ہزار پا کو دس سے زیادہ پیر ہوتے ہیں۔
- ◀ مچھلیوں کو پانی میں تیرنے کے لیے پنکھ ہوتے ہیں۔ بلخ پانی کا کچھوا کے پیروں کی انگلیوں کے درمیان پردے ہوتے ہیں جو تیرنے میں مدد دیتے ہیں۔

رہنے کی جگہوں کے لحاظ سے جانوروں کا گروہ



ہم گھونسلے میں رہتے ہیں اور
آسمان میں اُڑتے ہیں۔

ہم جنگل میں اور غار میں رہتے ہیں۔



ہم پانی میں رہتے ہیں۔

ہم ہل میں رہتے ہیں۔



ہم درختوں پر رہتے ہیں۔

ہم زمین پر رہتے ہیں۔

بعض جانور زمین پر اور بعض پانی میں رہتے ہیں۔ سانپ، چوہا، خارپشت، خرگوش زمین میں ہل بنا کر ان میں محفوظ رہتے ہیں۔ چیونٹیاں، دیمک مٹی کے تودے تیار کر کے ان میں رہتے ہیں۔ شیر، شیربہر، گیدڑ جیسے جنگل میں رہنے والے بہت سے جانور پہاڑیوں کے غار میں رہتے ہیں۔ بندر درختوں کی شاخوں پر اور ہرن لمبی گھاس، جھاڑیوں کو سہارا بنا کر رہتے ہیں۔ بعض پرندے درختوں پر گھونسلے بناتے ہیں۔ مثلاً بیا، درزی چڑیا۔ بعض پرندے درختوں کے تنے کے کھوکھلے سوراخ میں رہتے ہیں۔ مثلاً طوطا، اُلو وغیرہ۔ کچھ پرندے پہاڑی کے اندھیرے غار میں رہتے ہیں۔ مثلاً چمگاڈر۔ مچھلیاں، دریائی گھوڑا پانی میں رہتے ہیں۔ مگر مچھ، گھڑیاں، مینڈک، بطخ کچھ دیر پانی میں اور کچھ دیر زمین پر بھی رہتے ہیں۔

غذائی عادتوں کے لحاظ سے جانوروں کے گروہ

ہر جانور الگ الگ غذا کھاتا ہے۔ بعض جانور نباتات کے مختلف حصوں کو غذا کے طور پر استعمال کرتے ہیں۔ کچھ جانور دوسرے جانوروں کو کھاتے ہیں تو کچھ جانور کیڑے مکوڑے کھاتے ہیں۔

دائرے میں جانوروں کی غذاؤں کی تصویریں دی ہوئی ہیں۔ جانوروں کی تصویر کے نیچے بنے ہوئے چوکون میں ان کی غذا کا نام پہچان کو لکھو۔



سبزی خور جانور - گھاس، درختوں کے مختلف حصے جیسے پتے، پھل، ٹہنیاں کھانے والے جانوروں کو سبزی خور جانور کہتے ہیں۔ مثلاً ہرن، ہاتھی، بھینس وغیرہ۔

گوشت خور جانور - دوسرے جانوروں کا گوشت کھانے والے جانوروں کو گوشت خور جانور کہتے ہیں۔ مثلاً شیر، شیربر وغیرہ۔

ہمہ خور جانور - نباتات کے حصے اور جانوروں کا گوشت دونوں کو کھانے والے جانوروں کو ہمہ خور جانور کہتے ہیں۔ مثلاً انسان، بندر، چڑیا وغیرہ۔

ایسے اور کون کون سے جانوروں سے تم واقف ہو؟

کیا تمہیں معلوم ہے؟



- (۱) نیولا صرف سانپوں کو نہیں کھاتا بلکہ وہ چھوٹے کیڑے، چوہے، گھوٹس، مینڈک، کیڑے جیسے کئی جانوروں کو بھی کھاتا ہے۔
- (۲) نخل خور، کوتوال (کالی چڑی) جیسے پرندے بھی کیڑے مکوڑے کھاتے ہیں۔ دعائیہ ٹڈی، ٹڈا جیسے کیڑے دوسرے کیڑوں کو کھاتے ہیں۔

ہم کس کی طرح ہیں؟

نیچے دی ہوئی تصویروں کا مشاہدہ کر کے لکھو۔



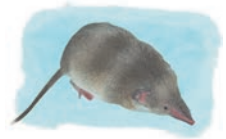
انسان



شیر



تیندوا



چھچھوندرا



گوریلا



گیدڑ



خارپشت



لکڑبگھا

- (۱) ہم چوہے کی طرح ہیں :
- (۲) ہم بلی کی طرح ہیں :
- (۳) ہم بندر کی طرح ہیں :
- (۴) ہم کتے کی طرح ہیں :

ہمارے اطراف میں مختلف قسم کے جانور پائے جاتے ہیں۔ کئی جانور ایک جیسے دکھائی دیتے ہیں۔ ان کے جسم کی شکل اور جسامت میں تھوڑا بہت فرق ہوتا ہے۔ گیدڑ، کتے اور بھیڑیے کے جسم کی شکل اور جسامت میں یکسانیت ہوتی ہے۔ گینڈا، ہاتھی، دریائی گھوڑا ان کے جسم کی بناوٹ ایک جیسی ہے۔ شیر، چیتا، تیندوا کے جسم کی ساخت بلی کے جیسی دکھائی دیتی ہے۔ بندر، چمپانزی، انسان میں بڑی حد تک یکسانیت پائی جاتی ہے۔ تم ایسی اور مثالیں تلاش کر کے لکھو۔

کیا تمہیں معلوم ہے؟



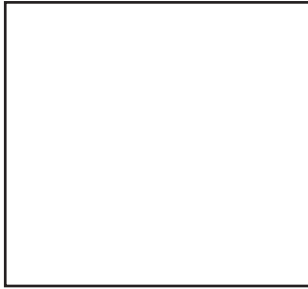
دن میں گھومنے پھرنے والے جانوروں کو 'دن چر' کہتے ہیں۔ مثلاً بندر، تتلیاں، خرگوش وغیرہ۔ رات میں بھٹکنے والے جانوروں کو 'شب گرد' کہتے ہیں۔ مثلاً چمگادڑ، جھینگڑ، آلو وغیرہ۔

آؤ غور کریں۔



انسان دن چر ہے یا شب گرد؟

نیچے کے چوکون میں گوریٹا سے چھوٹے پرندے، گوریٹا کی جسامت کے پرندے اور گوریٹا سے بڑے پرندے کی تصویریں چکاؤ۔



گوریٹا سے بڑا پرندہ



گوریٹا جتنا پرندہ

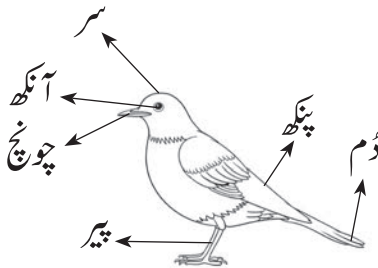


گوریٹا



گوریٹا سے چھوٹے پرندہ

پرندے کے جسم کے حصے



اساتذہ کے لیے ہدایت : ماحول میں دکھائی دینے والے پرندوں اور جانوروں کی فہرست تیار کرنے میں طلبہ کی رہنمائی کریں۔ ان میں نامانوس پرندوں اور جانوروں کے نام بتائیں۔

آؤ سمجھیں۔

- (۱) پرندے انڈے دیتے ہیں۔
- (۲) ان کی ہڈیاں کھوکھلی اور ہلکی ہوتی ہیں۔
- (۳) ان کے جسم میں ہوا کی تھیلیاں ہوتی ہیں۔
- (۴) ان کی نظریں ہوتی ہیں۔ انھیں سنائی بھی صاف دیتا ہے۔

ہم ننھے ننھے پیروں والے کیڑے



تنتی



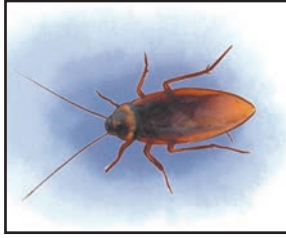
بھڑ



بھونرا



مکوڑا



جھینگڑ



مکھی



ٹڈا

جن جانوروں کو چھ پیر ہوتے ہیں، انھیں کیڑے کہتے ہیں۔ زیادہ تر کیڑوں کے پنکھ ہوتے ہیں لیکن جوں، پسو جیسے کیڑوں کو پنکھ نہیں ہوتے ہیں۔

آؤ غور کریں۔



ٹڈے کی دم میں دھاگا باندھ کر اس کے ساتھ کھیلنا صحیح ہے یا غلط؟ وجہ کے ساتھ بتاؤ۔

اساتذہ کے لیے ہدایت: استاد موبائل فون / اسپیکر پر مختلف جانوروں کی آوازیں طلبہ کو سنا کر ان جانوروں کو پہچاننے کے لیے کہے۔ زیادہ سے زیادہ صحیح جواب دینے والے طالب علم کی 'جانوروں کا دوست' کے طور پر عزت افزائی کرے۔

کیا تمہیں معلوم ہے؟



گوبریلا (گوبر چقندر) - گوبریلا کھیت میں رہتا ہے۔ اس کا رنگ ہلکا سیاہ یا لال ہوتا ہے۔ اس کے اگلے پیر تلوار کی شکل کے ہوتے ہیں جس کے اوپر کانٹے ہوتے ہیں۔ پچھلے پیر جسم کے برابر یا اس سے زیادہ لمبے ہوتے ہیں۔ گوبریلا گوبر کا گولا بناتا ہے۔ وہ اپنے سے زیادہ بڑے گولے کو پچھلے پیروں سے دھکیل کر لے جاتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ وہ طاقتور کیڑا ہے۔ کھیت کی زمین میں سوراخ بنا کر اس میں گوبر کے بنائے ہوئے گولے ڈالتا ہے۔ اس وجہ سے ماحول صاف ستھرا رہتا ہے۔ کچھوے کی طرح گوبریلا بھی کسانوں کا دوست ہے۔



آؤ سمجھیں۔

ہمارے پالتو جانور

گھروں یا کھیتوں میں پالے ہوئے جانوروں کو پالتو جانور کہتے ہیں۔ گائے، بھینس، بکری دودھ دیتے ہیں۔ بھیڑ سے دودھ اور اڑن ملتا ہے۔ بوجھ اٹھانے، کھیت کے بھاری کام کرنے کے لیے بیل، گھوڑے، بھینسا، گدھے جیسے جانوروں کا استعمال کیا جاتا ہے۔ مرغی، بٹخ، اپھو کو انڈے اور گوشت حاصل کرنے کے لیے پالتے ہیں۔ بلی ہمارے گھر کے چوہوں کو بھگا دیتی ہے۔ کتا ہمارے گھروں کی رکھوالی کرتا ہے۔ ہم پالتو جانوروں سے پیار کرتے ہیں۔ ان کے ساتھ رہ کر ہمیں خوشی ملتی ہے۔

پالتو جانوروں کے استعمال



اساتذہ کے لیے ہدایت: طلبہ کو پالتو جانور اور خاندان کے فرد کا کردار دیں اور ان کا خیال رکھنے سے متعلق ایک چھوٹے سے ڈرامے کی پیشکش کرائیں۔

تم کیا کرو گے؟

بارش ہو رہی ہے، تمہیں بلی کا بچہ بھیگتا ہوا دکھائی دیا۔

پالتو جانوروں کی دیکھ بھال:

- ◀ جانوروں کو صاف پانی اور غذا دیں۔
- ◀ وقت پر انہیں ٹیکہ لگوائیں۔
- ◀ ان کے رہنے کی جگہ کو صاف ستھرا اور ہوادار رکھیں۔
- ◀ ان کے ساتھ محبت سے پیش آئیں۔

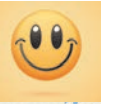
آؤ یہ کر کے دیکھیں۔



پالتو جانوروں کی طرح اپنے ماحول میں پائے جانے والے دوسرے جانوروں اور پرندوں کا بھی خیال رکھنا چاہیے۔



- ◀ پرندوں کے استعمال کے لیے آرائشی برتن (برڈ - باتھ) تیار کرو۔
- ◀ پرندے گرمی کے موسم میں پانی پینے کے لیے اس کا استعمال کرتے ہیں۔
- ◀ ایک اُتھلا (کم گہرا) اور چوڑا برتن لو۔ اس میں چند پتھر رکھو تاکہ پرندے ان پر بیٹھ سکیں۔
- ◀ تازہ پانی بھرو۔ برتن آنگن یا چھت پر رکھو۔
- ◀ پانی کو وقفے وقفے سے بدلتے رہو۔ اسے خاص طور پر یاد رکھو۔
- ◀ ہفتے میں دو بار برتن کو کاٹھے سے صاف کرو۔ یہ کاٹھا گھر کے دوسرے برتنوں کو صاف کرنے کے لیے استعمال نہ کرو۔



مزے دار معلومات

- ◀ بعض مچھلیاں خود کو صاف کرنے کے لیے چھوٹی 'کلیز مچھلیوں' کے قریب جاتی ہیں۔ یہ چھوٹی مچھلیاں ان کے جسم پر موجود گندگی کو کھا لیتی ہیں۔
- ◀ بندر ایک دوسرے کے جسم پر سے جوں نکال کر کھاتے ہیں۔
- ◀ بلی، کتا، گائے جیسے جانور خود کو صاف ستھرا رکھنے کے لیے اپنے جسم کو زبان سے چاٹتے ہیں۔
- ◀ زیادہ تر جانور اور پرندے پانی میں ڈبکی لگا کر اپنے جسم کو صاف کرتے ہیں۔ مثلاً بھینس، ہاتھی، گوریا وغیرہ۔



تصویر میں برگد کے درخت پر مختلف جانوروں - پرندوں کے گھر ہیں۔ یہ جانور - پرندے برگد میں لگے ہوئے چھوٹے چھوٹے لال پھل کھاتے ہیں۔ بعض درختوں کے پتوں کو گائے، بھینس، بکریاں شوق سے کھاتی ہیں۔ جن درختوں میں پھول آتے ہیں ان پھولوں کا میٹھارس پینے کے لیے ان پر کیڑے آکر بیٹھتے ہیں۔ کیا درخت کو ان سب سے تکلیف ہوتی ہوگی؟ درختوں کو بھی ان کی ضرورت ہوتی ہے۔ تتلیاں، شہد کی مکھیاں پھولوں کا میٹھارس پیتی ہیں تو اس وقت ان کے پیروں سے پھولوں کے زیرے چپک جاتے ہیں۔ وہ زیرے دوسرے پھولوں سے چپکنے کی وجہ سے پھل بنتے ہیں۔ ان پھولوں کے بیج سے نئے پودے تیار ہوتے ہیں جو آگے چل کر درخت بن جاتے ہیں۔ اسی طرح پرندوں اور جانوروں کے فضلے سے بیجوں کا پھیلاؤ ہوتا ہے۔

آؤ غور کریں۔



جانوروں کے جسم کے بالوں کا نباتات کو کس طرح فائدہ ہوتا ہے؟

کیا تمہیں معلوم ہے؟



پرانے زمانے میں لڑکے 'گروکل' میں گرو کے پاس رہ کر تعلیم حاصل کرتے تھے۔ اسی طرح مدارس میں تعلیم حاصل کرنے کا رواج بھی تھا۔ انھیں اپنے ساتھ ساتھ نباتات اور جانوروں کا خیال کس طرح رکھنا چاہیے، اس کا علم اپنے گرو سے حاصل ہوتا تھا۔ اس وجہ سے اس ماحول میں نباتات اور جانور محفوظ رہتے تھے۔



کوٹوال (کالی چڑیا)



نخل خور (سبز چڑیا)



کستوری (شاما)



فاختہ



سبز کبوتر



لقا (ناچنے والی چڑیا)



بوقرن (سبز رنگ کی ہارن بیل)



ہند (کھٹ پھوڑا)



دعائے ٹڈی



پتے دار کپاسی تتلی



چیونٹی



بڑی جنگلی مکڑی



نیولا



گلہری (شیکرو)



چمگادڑ



سانپ نما چھپکلی

تمہارے آس پاس ان میں سے کون سے جانور پائے جاتے ہیں، ان کے نام بیاض میں لکھو۔



ہم نے یہ سیکھا۔



- ◀ ہمارے آس پاس کئی قسم کے جانور پائے جاتے ہیں۔ ہم ان جانوروں کو مختلف گروہوں میں تقسیم کر سکتے ہیں۔
- ◀ پیروں کی تعداد، رہنے کا ٹھکانا اور کھانے کی عادتوں کے لحاظ سے جانوروں کے گروہ بنا سکتے ہیں۔
- ◀ جن جانوروں کے چھ پیر ہوتے ہیں انھیں کیڑے کہتے ہیں۔ مثلاً تتلی، بھونرا، مچھر وغیرہ۔
- ◀ گھروں یا کھیتوں میں پائے جانے والے جانوروں کو پالتو جانور کہتے ہیں۔
- ◀ پالتو جانور مختلف طرح سے ہماری مدد کرتے ہیں۔ ہمیں ہمیشہ ان کا خیال رکھنا چاہیے۔
- ◀ تمام جاندار اپنی ضرورتوں کو پورا کرنے کے لیے ایک دوسرے پر انحصار کرتے ہیں۔

آؤ اعادہ کریں۔



(الف) مناسب متبادل کے گرد ○ بناؤ۔

- ۱۔ آٹھ پیروں والا جانور
(الف) بچھو
(ب) کیڑا
(ج) کن کھجورا
(د) چوہا
- ۲۔ پل میں رہنے والا جانور
(الف) طوطا
(ب) گائے
(ج) خرگوش
(د) مرغی
- ۳۔ پالتو جانور
(الف) بھیڑیا
(ب) گیدڑ
(ج) کوا
(د) بلی

(ب) الگ کون؟ کیوں؟

- ۱۔ چیونٹی ، چوہا ، پپیل ، طوطا
- ۲۔ گائے ، جھینگر ، مرغی ، شہد کی مکھی
- ۳۔ بھڑ ، تتلی ، بھونرا ، طوطا
- ۴۔ کائی ، پانی ، مچھلی ، کیڑا
- ۵۔ بندر ، انسان ، چگادڑ ، گھر

(ج) نیچے دی ہوئی تصویروں کا مشاہدہ کرو۔ جدول کی معلومات کے لحاظ سے جانوروں کے نام لکھو۔



میرے چار پیر ہیں۔	میں زمین پر رہتا ہوں۔	میں گھاس کھاتا ہوں۔
میرے چھ پیر ہیں۔	میں پانی میں رہتا ہوں۔	میں پھل کھاتا ہوں۔
میرے آٹھ پیر ہیں۔	میں درخت پر رہتا ہوں۔	میں جانوروں کا گوشت کھاتا ہوں۔
میرے دس پیر ہیں۔	میں ہوا میں اڑتا ہوں۔	میں کیڑے مکوڑے کھاتا ہوں۔

(د) بھلا ایسا کیوں؟

- ۱۔ تتلیوں کو پنکھ ہوتے ہیں لیکن وہ پرندے نہیں ہیں۔
- ۲۔ گوچڑ، کن کھجورا، کیڑا حشرات (کرم) نہیں ہیں۔

(ه) اپنے پسندیدہ جانور کی خصوصیات لکھو۔

(و) جانوروں کا شناختی کارڈ تیار کرو۔



..... میرا نام کیا ہے؟
..... میں کہاں رہتا ہوں؟
..... میرے کتنے پیر ہیں؟
..... میں کیا کھاتا ہوں؟



..... میرا نام کیا ہے؟
..... میں کہاں رہتا ہوں؟
..... میرے کتنے پیر ہیں؟
..... میں کیا کھاتا ہوں؟

آؤ کھیلیں۔

اساتذہ مختلف جانوروں کی تصویریں طلبہ کو دکھائیں۔ تصویر کے جانور کو پہچان کر اس کی آواز نکالنے کے لیے کہیں۔ صحیح آواز نکالنے والے طالب علم کو شاباشی دیں۔

سرگرمی

- پھلوں اور ترکاریوں کی مختلف شکلوں کو استعمال کر کے جانور، پرندے، کیڑے کے ماڈل تیار کرو۔





آؤ مشاہدہ کریں۔



- ۱۔ تصویر میں گھر میں کون کون سی چیزیں استعمال میں ہیں، ان کی فہرست بناؤ۔
- ۲۔ تمہارے گھر میں استعمال کی جانے والی چیزوں کے نام اور ان کا استعمال نیچے دی ہوئی جدول میں لکھو۔

استعمال	گھر کی چیزیں
بیٹھنے کے لیے	کرسی
.....	
.....	



- ۱۔ باورچی خانے کے برتنوں کے نام بتاؤ۔
- ۲۔ جدول مکمل کرو۔



استعمال	باورچی خانے کی چیزیں
.....	بیلن
.....	کڑاہی
.....	کپ
.....	چھری
.....	مکسر



ذیل کی تصویروں میں گاؤں اور شہر کی چند بنیادی سہولتیں دکھائی ہوئی ہیں۔ بنیادی سہولتوں کا مطلب ہے لوگوں کی روزمرہ زندگی کو آرام دہ بنانے کے لیے اور کسی گاؤں یا شہر کی ترقی کے لیے ضروری بنیادی سہولتیں۔ تصویروں کا مشاہدہ کرو اور دیے ہوئے سوالوں کی بنیاد پر جماعت میں بات چیت کرو۔

(۱) دیہی اور شہری علاقے میں اپنی ضرورتیں پوری کرنے کے لیے لوگ کون کون سے کام کرتے ہیں؟

(۲) تصویروں میں دیہی اور شہری علاقوں میں کون کون سی بنیادی سہولتیں نظر آ رہی ہیں؟





- ۳) تصویروں میں سڑکیں، پانی کی فراہمی اور آمد و رفت کی ترقی یافتہ صورت کہاں دکھائی دیتی ہے؟
- ۴) شہری علاقوں میں بنیادی سہولیات دیہی علاقوں کے مقابلے میں زیادہ ترقی یافتہ کیوں دکھائی دیتی ہیں؟
- ۵) تمہیں رہنے کے لیے کون سا علاقہ پسند آئے گا، گاؤں یا شہر؟ وجوہات بتاؤ۔

شہری رہن سہن

جدول مکمل کرو۔



موجودہ زمانے میں استعمال کیے جانے والے برتن	پہلے استعمال کیے جانے والے برتن
(۱)	(۱)
(۲)	(۲)
(۳)	(۳)
(۴)	(۴)

لوگوں کی زبان، لباس، غذا اور عوامی فنون، تہوار، تقریب، پیشوں پر قدرتی حالات کا اثر ہوتا رہتا ہے۔ ہر علاقے میں وہاں کے قدرتی حالات کا لوگوں کے معیار زندگی اور طرز زندگی پر اثر ہوتا رہتا ہے۔ اسی کو 'رہن سہن' کہتے ہیں۔

بتاؤ تو بھلا!



صفحہ نمبر ۸۸ اور ۸۹ پر دی ہوئی تصویروں سے تمہیں شہری اور دیہی علاقوں میں نظر آنے والا فرق بتاؤ۔

آؤ سمجھیں۔



شہری رہن سہن:

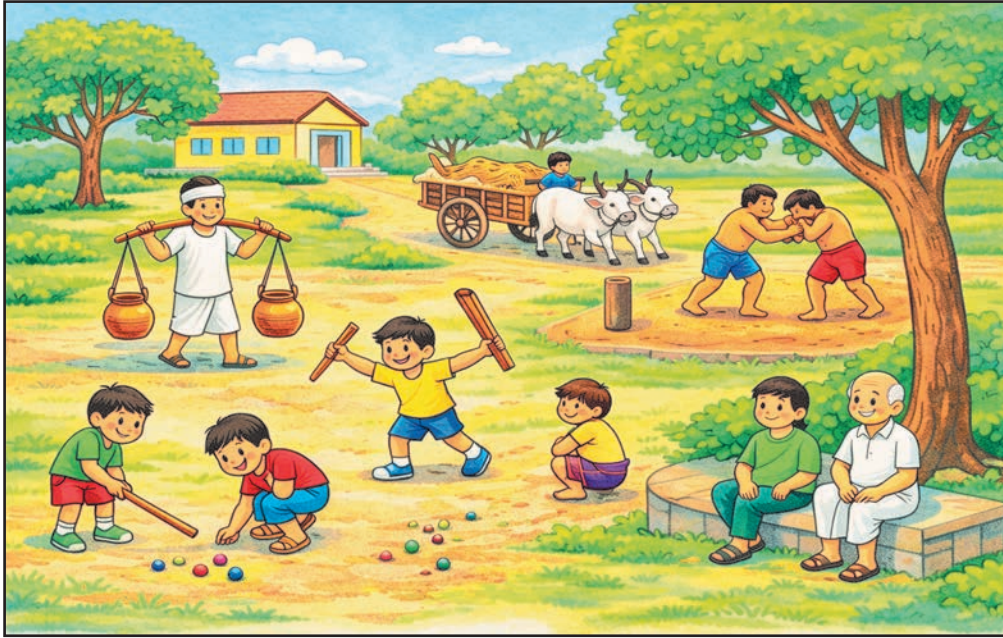
شہری علاقوں میں لوگ جدید یعنی نئی چیزیں، مشینیں بڑے پیمانے پر استعمال کرتے ہیں۔ زیادہ تر لوگ تجارت یا ملازمت کرتے ہیں۔ آمد و رفت کے مختلف ذرائع استعمال کیے جاتے ہیں۔ ان کی زندگی بھاگ دوڑ کی ہوتی ہے۔



لوگ روزانہ گھروں میں کھانے کے ساتھ ساتھ ہوٹلوں میں بھی کھاتے ہوئے نظر آتے ہیں۔ خریداری کے لیے مال اور بڑی دکانوں میں جاتے ہیں۔ سیر و تفریح کے لیے مختلف سہولتیں دستیاب ہوتی ہیں۔ شہروں میں جدید طبی سہولتیں آسانی سے حاصل ہو جاتی ہیں۔

دیہی رہن سہن :

دیہی علاقوں میں زیادہ تر لوگ کھیتی باڑی کرتے ہیں۔ ان کے گھر کچھریل (کویلو) اور مٹی کے ہوتے ہیں۔ غذا میں خاص طور پر جوار کی روٹی، چپاتی، چاول، ترکاری شامل ہیں۔



دیہی علاقوں میں گاؤں گاؤں میں میلے، جشن، عرس منائے جاتے ہیں۔ عوامی ڈراما، عوامی گیت اور عوامی فنون دیہی تہذیب کی خصوصیات ہیں۔ تفریح کے ذرائع شہروں کے مقابلے میں کم ہوتے ہیں۔ دیہی علاقوں میں طبی سہولتیں کم پائی جاتی ہیں۔ آج کل بہت سے گاؤں میں پرائمری ہیلتھ سینٹر شروع ہو گئے ہیں۔

بتاؤ تو بھلا!



- تمہارے اطراف میں جو جو تہوار منائے جاتے ہیں، ان کی فہرست بناؤ۔
- تمہارے اطراف میں کون کون سے لباس پہنے جاتے ہیں؟ ان کی فہرست بناؤ۔
- نیچے کی جدول میں غذائی چیزوں کے نام لکھو۔

ناشتے کی چیزیں	روزانہ کا کھانا	تہوار - تقریب کے کھانے

آؤ سمجھیں۔



لوگوں کی زندگی پر ماحول کا اثر پڑتا ہے۔ آس پاس کے ماحول کے مطابق ان کے مکانات، لباس، غذا، کاروبار بدلتے رہتے ہیں۔ مختلف حصوں میں بولی جانے والی زبان اور عوامی فنون الگ الگ ہوتے ہیں۔ مقامی روایتوں کے مطابق تہوار۔ تقریب منائے جاتے ہیں۔ ماحول کے مقامی حالات کے مطابق ان سب میں تبدیلیاں ہوتی ہیں۔ اسی وجہ سے رہن سہن میں رنگارنگی پائی جاتی ہے۔

آؤ عمل کریں۔



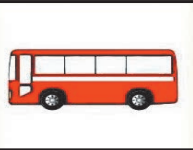
استاد/سرپرست/دوست کی مدد سے سمندر کے کنارے رہنے والے لوگ کون کون سے تہوار اور تقریبات مناتے ہیں، اس کی معلومات حاصل کرو۔

آؤ مشاہدہ کریں۔



تصویر کا مشاہدہ کر کے سوالوں کے جواب لکھو۔

سواریاں



- دیہی علاقوں میں استعمال کی جانے والی سواریاں کون سی ہیں؟
- کم رفتار سے چلنے والی سواریوں کے نام لکھو۔
- پانی میں سفر کرنے کے لیے تصویر میں دی ہوئی کون سی سواری استعمال کریں گے؟
- ہوائی آمد و رفت کی سواری کا نام بتاؤ۔
- عوامی سواریوں (پبلک ٹرانسپورٹ) کے نام بتاؤ۔

آؤ عمل کریں۔



- آمد و رفت کے جدید ذرائع کی معلومات استاد/سرپرست کی مدد سے تلاش کرو۔
- موبائل فون کے ذریعے پیغام فوراً دیا اور حاصل کیا جاتا ہے۔ ریڈیو، ٹیلی ویژن اور اخبار معلومات، خبریں دینے اور تفریح کے لیے استعمال کیے جاتے ہیں۔ خط، لفافہ، پارسل بھیجنے کے لیے ڈاک خانے یا کوریئر کا استعمال کیا جاتا ہے۔ پہلے خط، انٹرڈیشی (اندرون ملک) خط کا استعمال پیغام رسانی کے لیے کیا جاتا تھا۔ تیز رفتاری سے پیغام رسانی کے لیے پہلے تار (ٹیلی گرام) کا استعمال کیا جاتا تھا۔ موجودہ زمانے میں ٹیلی فون، موبائل اور انٹرنیٹ کی مدد سے فوری طور پر بات چیت کی جاسکتی ہے۔
- نیچے دی ہوئی تصویروں کا مشاہدہ کر کے سوالوں کے جواب لکھو۔



- تصویروں میں سے تم نے جن ذرائع کا استعمال کیا ہے، ان کی فہرست بناؤ۔
- پہلے جلد سے جلد پیغام بھیجنے کے لیے کون کون سے ذرائع کا استعمال کیا جاتا رہا ہوگا، اس کے بارے میں بات چیت کرو۔

آؤ سمجھیں۔



ٹکنالوجی کی ترقی کی وجہ سے پیغام رسانی کی رفتار میں زبردست اضافہ ہوا ہے۔ پرانے زمانے میں جب فون، موبائل فون نہیں تھے تب پیغام بھیجنے کے لیے کافی عرصے تک انتظار کرنا پڑتا تھا۔ لیکن اب صورتِ حال بدل گئی ہے۔ ترقی یافتہ سہولتوں کی وجہ سے اب فوری طور پر پیغام بھیجا اور حاصل کیا جاتا ہے۔



ہم نے یہ سیکھا۔



- ◀ لوگوں کی معیاری زندگی پر ماحول کا اثر یا نتیجہ نظر آتا ہے۔
- ◀ شہری رہن سہن اور دیہی رہن سہن میں رنگارنگی پائی جاتی ہے۔
- ◀ اپنے ماحول اور قدرت کے تحفظ کے لیے عوامی سواروں کا استعمال کریں۔
- ◀ موجودہ زمانے میں ٹکنالوجی کی ترقی کی وجہ سے پیغام رسانی کی رفتار بڑھ گئی ہے۔
- ◀ ہم اپنے مقامی حالات کے مطابق تہوار اور تقریبات مناتے ہیں۔

آؤ اعادہ کریں۔



(الف) خالی جگہ میں مناسب لفظ لکھو۔

- ۱۔ جدید پیغام رسانی کا ذریعہ ہے۔
(الف) خط (ب) ای-میل (ج) اخبار (د) منادی
- ۲۔ تیز رفتاری اور جلدی سے سفر کرنے کے لیے آمدورفت کا ذریعہ کا استعمال کیا جاتا ہے۔
(الف) ریل گاڑی (ب) بس (ج) ہوائی جہاز (د) سائیکل
- ۳۔ آمدورفت کی سہولتیں علاقوں میں بڑے پیمانے پر دستیاب ہیں۔
(الف) شہری (ب) ترقی یافتہ (ج) پہاڑی (د) برفانی
- ۴۔ عوامی ڈراما، عوامی گیت اور عوامی فنون خاص طور پر رہن سہن میں نظر آتے ہیں۔
(الف) شہری (ب) ترقی یافتہ (ج) کاسموپولیٹن (د) دیہی

(ب) ایک جملے میں جواب لکھو۔

- ۱۔ تمہارے اطراف میں عوامی آمدورفت کے کون سے ذرائع استعمال کیے جاتے ہیں؟
- ۲۔ آبی آمدورفت کے لیے کون کون سی سواریاں استعمال کی جاتی ہیں؟
- ۳۔ تیز رفتار پیغام رسانی کے لیے استعمال کیے جانے والے کوئی دو ذرائع کے نام لکھو۔

(ج) جوڑیاں لگاؤ۔

سواریاں	آمدورفت کے راستے
(۱) ریل گاڑی	الف) آسمان میں سفر
(۲) ہوائی جہاز	ب) پانی میں سفر
(۳) بحری جہاز	ج) سڑک پر سفر
(۴) نیل گاڑی	د) ریل کے راستے پر سفر

(د) مختصر جواب لکھو۔

- ۱۔ دیہی اور شہری علاقوں کے پیشوں کی فہرست بناؤ۔
- ۲۔ تم نے اب تک کون کون سے سفر کے ذرائع کا استعمال کیا ہے؟ اس کی فہرست بناؤ۔
- ۳۔ تم کون سے تہوار - تقریب ایک ساتھ مناتے ہو؟
- ۴۔ باورچی خانے میں استعمال کیے جانے والے دو برتنوں کی تصویر بناؤ۔

(ہ) مناسب متبادل کے گرد ○ بناؤ۔

۱۔ اگر شہری بنیادی سہولتیں اچانک بند ہو جائیں تو کیا ہوگا؟

- (الف) زندگی زیادہ آسان ہو جائے گی۔
 (ب) لوگوں کو مشکلیں ہوں گی۔
 (ج) کچھ فرق نہیں پڑے گا۔
 (د) لوگ وطن نہیں جائیں گے۔

۲۔ صفحہ نمبر ۸۸ اور ۸۹ کی تصویروں میں ندی پر پل کا بنیادی فائدہ کیا ہے؟

- (الف) پانی روکتا ہے۔
 (ب) لوگ اور سواریاں آسانی سے آجاسکتی ہیں۔
 (ج) مچھلیاں بڑھتی ہیں۔
 (د) سیلاب آتا ہے۔

(و) عوامی سفر کے لیے کون سی سواریاں بڑے پیمانے پر استعمال کی جاتی ہیں؟

(ز) حال ہی میں تم نے جن مقامات کا سفر کیا ہے، ان کے نام لکھو اور تم نے سفر کے لیے کون کون سی سواریوں کا استعمال کیا، ان کے نام لکھو۔

(ح) تصویروں کا مشاہدہ کرو اور تصویری کہانی کو مناسب ترتیب میں لگا کر چوکون میں نمبر لکھو۔



سرگرمی

- تمہارے آس پاس کون کون سے تہوار - تقریب مناتے ہیں، ان کی معلومات اپنے بزرگوں کی مدد سے حاصل کرو۔
- تم خبر رسانی کے کون کون سے ذرائع استعمال کرتے ہو، دوستوں کی مدد سے ان کی معلومات لکھو۔





جیسا موسم ویسا لباس

۹

آؤ مشاہدہ کریں۔



بتاؤ تو بھلا!



- بارش سے بچاؤ کے لیے تم کیا کرو گے؟
- سردی کے موسم میں تم کون کون سے کپڑے استعمال کرتے ہو؟
- نرم اور سوتلی کپڑے کس موسم میں استعمال کرتے ہیں؟



ہمارے آس پاس ہمیشہ تبدیلیاں ہوتی رہتی ہیں۔ سال بھر موسم کے لحاظ سے آب و ہوا بدلتی ہے۔ آب و ہوا میں ہونے والی تبدیلی کو ہم تین حصوں میں تقسیم کرتے ہیں۔ اسے 'موسم' کہتے ہیں۔ بھارت میں گرما، بارش اور سرما تین خاص موسم ہوتے ہیں۔ ہر موسم کا عرصہ عام طور پر چار مہینوں کا ہوتا ہے۔ موسم ایک کے بعد دوسرا باقاعدگی سے آتے ہیں، اسی کو 'موسموں کا چکر' کہتے ہیں۔ موسموں کے چکر کے مطابق انسان اپنے طرز زندگی میں تبدیلی لاتا ہے۔



- (۱) کس موسم میں ٹھنڈا پانی پینے کو جی چاہتا ہے؟
- (۲) کس موسم میں زیادہ آبشار دکھائی دیتے ہیں؟
- (۳) الاؤ کون سے موسم میں جلایا جاتا ہے؟



- (۱) گرما - سال کے کچھ مہینوں میں سخت دھوپ پڑتی ہے۔ درجہ حرارت زیادہ ہوتا ہے۔ ہوا میں بہت زیادہ گرمی ہوتی ہے۔ عام طور پر فروری کے مہینے سے پیش بڑھنے لگتی ہے۔ اپریل اور مئی میں گرمی بڑھ جاتی ہے۔ فروری، مارچ، اپریل اور مئی کے چار مہینوں کے عرصے کو 'موسم گرما' گرمی کا موسم کہتے ہیں۔
- (۲) بارش - گرمی کے بعد بارش کا موسم شروع ہوتا ہے۔ بادلوں کی گرج، بجلی کی کڑک اور تیز ہواؤں کے ساتھ بارش ہوتی

ہے۔ جون کے مہینے میں بارش شروع ہوتی ہے۔ عام طور پر جون، جولائی، اگست اور ستمبر کے چار مہینوں کے عرصے کو 'موسم باراں' کہتے ہیں۔

(۳) سرما - بارش کے موسم کے بعد کچھ عرصے تک ہوا سرد اور خوش گوار رہتی ہے۔ ہوا کی تپش کم ہوتی ہے۔ ہوا خشک ہوتی ہے۔ آسمان پر بادل نہیں ہوتے۔ ہوا کی یہ کیفیت اکتوبر، نومبر، دسمبر اور جنوری کے چار مہینوں کے عرصے میں رہتی ہے۔ اس عرصے کو 'موسم سرما' (سردی کا موسم) کہتے ہیں۔

آؤ مشاہدہ کریں۔



موسم	مہینے	خصوصیات
موسم بہار	چیت، بیساکھ	نئی کونپلیں پھوٹتی ہیں، خوش گوار آب و ہوا
موسم گرما	جیسٹھ، اشاڑھ	زیادہ گرمی، گرمی کا موسم
موسم باراں	ساون، بھادوں	بارش، ہریالی بڑھ جاتی ہے
موسم خزاں	اشون، کارتک	سردی کا آغاز، تہواروں کا موسم
موسم سرما	مارگ شیش، پوس	زیادہ سردی
موسم سرما	ماگھ، پھاگن	پت جھڑ، گرمی کی ابتدا

آؤ عمل کریں۔



تمہارے پسندیدہ موسم کی تصویریں حاصل کرو۔



موسم کے لحاظ سے ہمارے ماحول میں کئی تبدیلیاں نظر آتی ہیں۔ گرمی کے موسم کے آخر میں اور سردی کے موسم میں بعض درختوں کے پتے جھڑ جاتے ہیں۔ گھاس اور چھوٹی جھاڑیاں سوکھ جاتی ہیں۔ برسات ہونے پر سب طرف ہریالی دکھائی دیتی ہے۔ درختوں پر نئے پتے آتے ہیں۔ پھول، پھل اُگتے ہیں۔ ہر ہنگام (موسم) میں آنے والے پھل کھانے کی ہمیں خواہش ہوتی ہے۔ موسمی پھل ہماری صحت کے لیے مفید ہوتے ہیں۔

لباس، غذا، تہوار، تقریب، زراعت اور دوسرے پیشوں پر موسم کا اثر دکھائی دیتا ہے۔

• موسم کے لحاظ سے ہم کون کون سی غذا کھاتے ہیں، نیچے کی جدول میں لکھو۔

غذا	موسم
	سرمہ
	گرمہ
	باراں



نیچے کی تصویر میں مرد اور عورتوں کے لباس کا مشاہدہ کرو۔



لباس :

غذا، لباس، مکان انسان کی بنیادی ضرورتیں ہیں۔ انسان کی ضرورتیں موسم کے لحاظ سے تبدیل ہوتی ہیں۔ موسم کے مطابق کپڑے پہنے جاتے ہیں۔ یہ کپڑے پیشوں کی پہچان کراتے ہیں۔ مختلف تہوار۔ تقریب مناتے وقت علاقائی اور روایتی لباس پہنے جاتے ہیں۔ اس سے کثرت میں وحدت نظر آتی ہے۔

شہری علاقوں میں مرد شرٹ۔ پیٹ، شارٹ جبکہ عورتیں شلوار۔ قمیص، ٹاپ، پیٹ، ساڑی استعمال کرتی ہیں۔ دیہی علاقوں میں مرد پاجامہ، شرٹ۔ پیٹ، دھوتی، صدری اور عورتیں ساڑی استعمال کرتی ہیں۔



ہم نے یہ سیکھا۔



بھارت میں تین خاص موسم؛ گرما، باراں اور سرما ہوتے ہیں۔

موسم کے مطابق ماحول میں تبدیلی نظر آتی ہے۔

موسم کے بدلتے ہی ہماری غذا بھی بدل جاتی ہے۔

ہم موسم کے مطابق لباس پہنتے ہیں۔

دیہی اور شہری علاقوں کے لوگوں کے لباس میں رنگا رنگی دکھائی دیتا ہے۔

آؤ اعادہ کریں۔



(الف) خالی جگہ میں مناسب لفظ لکھو۔

۱۔ گرمی کے موسم میں استعمال کرتے ہیں۔

(الف) نرم اور سوتی کپڑے (ب) سویٹر (ج) رین کوٹ (د) کنٹوپ

۲۔ جون سے ستمبر تک کے مہینوں میں کا موسم ہوتا ہے۔

(الف) سردی (ب) گرمی (ج) بارش (د) واپسی کی بارش

۳۔ درختوں کے پتوں کے جھڑنے کو کہتے ہیں۔

(الف) کونیل پھوٹنا (ب) مورلگنا (ج) پت جھڑ (د) چمرنگ

۴۔ موسم بہار میں چیت اور کے مہینے آتے ہیں۔

(الف) بیساکھ (ب) جیسٹھ (ج) ساون (د) پوس

(ب) ایک جملے میں جواب لکھو۔

۱۔ تمہیں کون سا موسم پسند ہے؟

۲۔ بارش سے بچنے کے لیے کون کون سی چیزیں استعمال کرتے ہیں؟

۳۔ آم کس موسم میں ملتے ہیں؟

۴۔ گرم کپڑے کس موسم میں استعمال کرتے ہیں؟

(ج) نیچے دی ہوئی جدول مکمل کرو۔

موسم	موسم کے مطابق غذائی چیزیں
(۱) گرما	(۱) (۲) (۳) (۴)
(۲) باراں	(۱) (۲) (۳) (۴)
(۳) سرما	(۱) (۲) (۳) (۴)

(د) موسم گرما کی چھٹیوں میں گاؤں جاتے وقت کون کون سی چیزیں لے جاسکیں گے؟ اپنی منتخب کی ہوئی چیزوں کی تصویروں کے نیچے چوکون میں ✓ کا نشان لگاؤ۔


☐

☐

☐

☐

☐

☐

(۵) تمہیں کس موسم کے کپڑے سب سے زیادہ پسند ہیں؟ کیوں؟

اساتذہ کے لیے ہدایت :

استاد مختلف موسموں میں استعمال کی جانے والی اور طلبہ کے پاس آسانی سے دستیاب چیزیں جمع کر کے جادوئی تھیلی بنائے۔

سرگرمی

- استاد طلبہ کی مدد سے جادوئی تھیلی تیار کرتا ہے۔ اس میں مختلف موسموں میں استعمال کی جانے والی چیزیں رکھتا ہے۔ ہر طالب علم کو ایک چیز نکالنے کے لیے کہتا ہے اور پوچھتا ہے کہ وہ چیز کس موسم میں استعمال کر سکتے ہیں؟





میری خوراک

۱۰

آؤ معامل کریں۔



نیچے دیے ہوئے لفظی معے میں غذائی اشیا کے نام تلاش کرو اور اس کے گرد چوکون بناؤ۔

ر	ا	ن	ا	چ	پ	ل	پھ	ا	ت	ی	س	ت
ا	ہ	ق	ت	ر	ف	ے	و	ن	ٹ	ق	ت	ر
ی	ل	س	و	ک	ی	چ	ل	ج	م	ر	ے	ب
ت	ر	گ	ر	ب	م	ن	س	ی	ا	ا	ڑ	و
ا	ٹ	ٹ	بھ	ل	و	ا	چ	ر	ٹ	پ	ٹ	ز
م	ا	ر	ت	ن	س	ڈ	ق	م	ا	ل	ے	ک
س	م	ر	و	س	م	ل	ن	و	ر	و	م	ا
م	ہ	ن	س	ے	ب	ی	د	م	ح	ک	ک	ن
و	ل	ا	ت	ر	ی	ی	ر	و	ق	ی	ا	ڈ
س	ء	ا	ر	ف	م	ا	ز	ز	پ	ر	ج	ا
ا	م	ج	ل	ش	ک	ن	ر	ڈ	ڈ	ل	و	ک

بتاؤ تو بھلا!



کون سی غذائی چیزیں کھانے کے لیے گھر کے سب لوگ ہمیشہ تمھیں تاکید کرتے ہیں اور کیوں؟

گھر کے سب لوگ تمھیں کون سی غذائی اشیا نہیں کھانے کے لیے کہتے ہیں اور کیوں؟

جن غذائی چیزوں کو کھانے سے جسم کو قوت بخش اجزا اور توانائی حاصل ہوتی ہے، ان چیزوں کو غذا کہتے ہیں۔ ہمارے جسم کے سارے کام ٹھیک طرح سے انجام پانے کے لیے غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔



نیچے دی ہوئی تصویروں کی دو تھالیوں میں سے کون سی تھالی کی غذائی چیزیں مقوی ہیں اور کیوں؟



جسم کی نشوونما کے لیے ضروری غذائی چیزوں کو 'مقوی غذائی اشیا' کہتے ہیں۔ جس خوراک میں مختلف مقوی غذائی اشیا مناسب مقدار میں ہوں اسے 'متوازن غذا' کہتے ہیں۔ متوازن غذا کھانے سے جسم صحت مندر رہتا ہے اور مختلف بیماریوں سے محفوظ رہتا ہے۔

پچھانو تو بھلا!



مقوی اشیا کے نیچے ☒ کا نشان لگاؤ اور جو اشیا مقوی نہ ہوں ان کے نیچے ☐ کا نشان لگاؤ۔


☐
☐
☐
☐

☐
☐
☐
☐



اچھی صحت کو برقرار رکھنے کے لیے متوازن غذا کے ساتھ ساتھ بھرپور نیند، باقاعدگی کے ساتھ جسمانی ورزش، میدانی کھیل، یوگا کرنا اور سب کے ساتھ خوشی خوشی زندگی گزارنا ضروری ہے۔

مناسب ترتیب لگاؤ۔

نیچے پوہے تیار کرنے کا عمل بے ترتیب دیا ہوا ہے۔ اس عمل کو مناسب ترتیب میں لگاؤ۔



☆ پیاز، مرچ، ہر ادھنیا وغیرہ چیزوں کو کاٹ کر رکھو۔



☆ گیس یا چولہا جلا کر اس پر کڑا ہی رکھو۔



☆ تھوڑا سا پانی چھڑ کر پوہے کو بھگو دو۔



☆ کڑا ہی میں تیل گرم کر کے اس میں رائی، زیرہ، کڑی پتا، مونگ پھلی کے دانے، پیاز، مرچ، نمک ڈال کر تھوڑی دیر تک ڈھانک کر رکھو۔



☆ گیس یا چولہا بند کر کے پوہے پر لیمو کا رس، شکر اور ہر ادھنیا ڈالو۔



☆ بھگے ہوئے پوہے کو تیل میں بھونے ہوئے مسالے میں ڈال کر اوپر نیچے کرو۔

کیا تمہیں معلوم ہے؟



مہاراشٹر کے بعض دیہی علاقوں میں ایک روایتی پکوان 'روڈگا' بنایا جاتا ہے۔ یہ پکوان مکئی، گیہوں کے آٹے سے بنایا جاتا ہے۔ اسے گڑ، گھی، بھنا ہوا دلیا، بیگن کے راتے کے ساتھ کھاتے ہیں۔ روڈگا صحت کے لیے مقوی اور کھانے میں لذیذ ہوتا ہے۔

تمہارے آس پاس روایتی غذائی اشیاء تیار کرنے کا طریقہ خاندان کے کسی بزرگ سے معلوم کر کے بیاض میں لکھو۔

پھل، سبزی ترکاری، اناج، دودالہ اناج، چنے کی دال، دودھ، گھی، مکھن، چپک، انڈے، گوشت، سوکھا میوہ وغیرہ یہ تمام غذائی اشیاء مناسب مقدار میں کھانا ہماری صحت کے لیے مفید ہوتا ہے لیکن کچھ غذائی اشیاء ہماری صحت کے لیے نقصان دہ ہوتی ہیں۔

آؤ کھیلیں۔ درج ذیل سانپ سیڑھی کھیل میں صحت کے لیے مفید اور مضر غذائی اشیاء دی ہوئی ہیں۔ سانپ سیڑھی کے باقاعدہ کھیل کی طرح کھیلو۔



تمہارے آس پاس کھانے کی کون کون سی چیزیں کھلی جگہوں پر فروخت کی جاتی ہیں؟
 کھلی جگہوں کی کھانے کی چیزیں کھانے کی وجہ سے کیا کبھی تمہارے یا تمہارے دوست کے پیٹ میں گڑبڑ ہوئی ہے؟ پیٹ کیوں خراب ہوا ہوگا؟
 اس سلسلے میں تم اپنے دوست کو کیا مشورہ دو گے؟

آؤ بات چیت کریں۔





کھلی جگہوں کی غذائی اشیا پر گرد و غبار،
مکھیوں کے بیٹھنے سے وہ اشیا صحت کے لیے
نقصان دہ ہو جاتی ہیں۔ اس وجہ سے پیٹ کی
بیماری ہو سکتی ہے۔

آؤ مشاہدہ کریں۔



بچے کی تصویروں میں کون سا عمل مناسب ہے اور کون سا نامناسب؟



آؤ سمجھیں۔

چھاپھ، لسی، کوم شربت، آملہ شربت، ناریل پانی، سول کڑی وغیرہ مشروبات جسم کے لیے مفید ہیں۔ رنگ، ذائقے کے لیے
کچھ مخصوص چیزیں ملا کر تیار کیے گئے کاربوئیڈ مشروبات صحت کے لیے مضر ہوتے ہیں۔ ایسے مشروبات ہمیشہ پینے سے دانت گھس
جاتے ہیں اور ان میں کپڑا لگ جاتا ہے۔ جسم میں پانی کی مقدار کم ہونے، وزن بڑھنے جیسے برے اثرات ہوتے ہیں۔ ہوا بند
غذائی اشیا کو زیادہ عرصے تک چلانے کے لیے ان میں کچھ مخصوص چیزیں ملائی جاتی ہیں۔ ایسی ہوا بند غذائی اشیا ہمیشہ کھانے کی وجہ
سے ہماری صحت پر بُرا اثر ہوتا ہے۔

کیا تمہیں معلوم ہے؟



کاربونیٹڈ مشروبات سے مراد ایسے مشروبات ہیں جو کاربن ڈائی آکسائیڈ گیس ملا کر تیار کیے جاتے ہیں۔ اس میں بلبلے اُٹھتے دکھائی دیتے ہیں اور یہ مشروبات زبان پر جھنجھناہٹ پیدا کرتی ہیں۔

آؤ غور کریں۔



تم اپنی سالگرہ پر اپنے دوستوں کو کون سی مقوی چیزیں کھلاؤ گے؟

مقوی چیزوں کو لکیر کی مدد سے باسکٹ میں جمع کرو۔



نیچے دی ہوئی جدول میں ان غذائی اشیاء کو درج کرو جو تم کھاتے ہو۔

دن	صبح	دوپہر	شام	رات
پیر				
منگل				
بدھ				
جمعرات				
جمعہ				
سنیچر				
اتوار				

ایک ہفتے بعد استاد اور دوستوں کے ساتھ خوراک کے بارے میں بات چیت کرو۔

نیچے دی ہوئی تصویروں کی جو غذائی اشیاء تمہیں پسند ہو، اس کے نیچے ☒ کا نشان لگاؤ۔



تازہ غذا سے مراد ابھی ابھی تیار کی گئی غذا ہے۔ تازہ غذا تقویت بخش اور لذیذ ہوتی ہے۔ اس لیے ہمیشہ تازہ کھانا کھاؤ۔
تازہ کھانا کھانے سے جسم کو توانائی حاصل ہوتی ہے اور تازگی کا احساس ہوتا ہے۔
باسی غذا سے مراد تیار کرنے کے بعد کافی دیر تک رکھا ہوا کھانا ہے۔ یہ غذا زیادہ عرصے تک رکھنے کی وجہ سے اس میں کھٹی بو آتی ہے، پانی چھوٹ جاتا ہے، چکناہٹ آ جاتی ہے اور اس کا ذائقہ بدل جاتا ہے۔ ایسی غذا صحت کے لیے نقصان دہ ہوتی ہے اس لیے اسے نہ کھاؤ۔

آؤ غور کریں۔



فرض کرو تم اور تمہارے خاندان کے افراد چند دنوں کے لیے دوسرے گاؤں گئے اور کچھ پھل اور سبزی ترکاری گھر میں یوں ہی پڑی رہ گئی۔ تم لوگوں کے گھر لوٹنے پر ان میں کیا تبدیلیاں نظر آئیں گی؟

آؤ گیت گائیں۔



روز اچھی خوراک کھاؤ
طاقت ، صحت ، مسرت پاؤ
صحت ہے یہ سچی دولت
اس میں چھپی ہے خوشی مسرت
صبح کا ناشتہ خوب مقوی
دوپہر میں ترکاری ، جوار کی روٹی
شام اور رات کو ہلکا کھائیں
پیٹ اور من دونوں سیر ہو جائیں
اس لیے ذہن میں رکھو (حدیث)
ایمان کے بعد سب سے اچھی چیز صحت ہے۔

آؤ بات چیت کریں۔



’ایمان کے بعد سب سے اچھی چیز صحت ہے‘ کے بارے میں اپنے دوستوں/سہیلیوں اور گھر کے بڑوں کے ساتھ بات چیت کرو۔

آؤ سمجھیں۔

موسموں کے مطابق خوراک

سرما کے موسم میں گڑ، تیل، سوکھے میوے، چھوہارے، کھوپرے کے لڈو، مونگ پھلی کے دانوں کا لڈو، انڈے، گوشت جیسی چیزیں کھاتے ہیں۔

گرما کے موسم میں ناریل پانی، لیمو شربت، چھاچھ، گنے کا رس، کوکم شربت، آم کا پٹا، سول کڑی، بیل پھل کا شربت، خس کا شربت، جوار یا ناچنی سے بنایا ہوا مشروب جیسے مشروبات پیتے ہیں۔ موسم کے لحاظ سے بیر، آملہ، املی اور کوپٹ جیسے پھل کھاتے ہیں۔

بارش کے موسم میں ہم کون سی خوراک کھاتے ہیں؟

آؤ مشاہدہ کریں۔



نیچے دی ہوئی تصویر میں کون سی غلط بات نظر آرہی ہے؟



آؤ غور کریں۔



- غذا کیوں ضائع نہیں کرنا چاہیے؟
- غذا ضائع نہ ہو، اس کے لیے کیا کرنا چاہیے؟
- ضائع ہونے والی غذا کو کس طرح استعمال کر سکتے ہیں؟

ایک دوسرے کی مدد کریں۔

بعض سماجی ادارے بچے ہوئے کھانے لے جاتے ہیں اور ضرورت مندوں تک پہنچاتے ہیں۔

اسے ہمیشہ ذہن میں رکھیں۔



کھیت میں اناج اُگانے میں کسانوں کو بہت زیادہ محنت کرنا پڑتی ہے۔ یہ ان کی محنت کا پھل ہے، اس لیے ہم غذا کو ہرگز ضائع نہ ہونے دیں۔ اس لیے ضرورت بھر غذا ہی اپنی رکابی میں لیں۔

آؤ سمجھیں۔

جنس چینا (موٹا اناج)



کنگنی (رالے)



باجرا



ناچنی (راگی)



جَو



جوار



راج گیرا

جنس چینا کے فائدے

جنس چینا سے روٹی، لاپسی، اُپما، اڈلی،
ڈوسا، کھیر، تھالی پیٹ، کٹلیٹ وغیرہ
بناسکتے ہیں۔

جنس چینا سے تیار کی گئی چیزیں
جلد ہضم ہوتی ہیں۔



وزن قابو میں رہتا ہے۔

جلدی جلدی بیمار نہیں پڑتے۔
دفاعی قوت بڑھتی ہے۔

ایک دن جنس چینا کے اناج کے لیے

الگ الگ چھوٹی تھیلیوں میں جنس چینا کے نمونے جمع کرو۔ ایک دن ہر ایک اپنے ٹفن میں اس اناج سے تیار کیا ہوا کھانا لے کر آئے۔ یہ کھانا ایک دوسرے کو دو۔



ہم نے یہ سیکھا۔



- ﴿ جسم کی نشوونما کے لیے ضروری غذائی اشیا کو مقوی غذا کہتے ہیں۔
- ﴿ پھل، سبزی ترکاری، اناج، پھلیوں کے دانے، دالیں، دودھ، گھی، مکھن، سوکھا میوہ وغیرہ کو مناسب مقدار میں کھانا ہماری صحت کے لیے مفید ہوتا ہے۔
- ﴿ کھلی جگہوں پر رکھی ہوئی غذائی اشیا پر دھول، مکھیاں بیٹھتی ہیں جس کی وجہ سے یہ اشیا صحت کے لیے مضر بن جاتی ہیں۔
- ﴿ ہمیشہ تازہ کھانا کھاؤ، باسی کھانا مت کھاؤ۔
- ﴿ موسم کے مطابق ہم اپنی خوراک میں مختلف قسم کی غذائی اشیا شامل کرتے ہیں۔
- ﴿ جنس چینا (موٹے اناج) سے تیار کی ہوئی غذائی اشیا مثلاً روٹی، اُپما، اڈلی، بیسن وغیرہ صحت کے لیے مفید ہوتی ہیں۔
- ﴿ کھانا ضائع نہ کریں۔
- ﴿ ہوا بند غذائی اشیا مسلسل کھانے کی وجہ سے ان کا صحت پر بُرا اثر پڑتا ہے۔

آؤ اعادہ کریں۔



(الف) خالی جگہ پُر کرو۔

- ۱۔ جسم کی نشوونما کے لیے ضروری غذائی اشیا کو..... غذا کہتے ہیں۔
- ۲۔ رنگ، ذائقے کے لیے کچھ مخصوص چیزیں ملا کر تیار کی گئی..... صحت کے لیے نقصان دہ ہوتی ہے۔
- ۳۔ تازہ غذا..... اور..... ہوتی ہے۔

(پ)



- ۱۔ اوپر دی ہوئی تصویر میں متوازن غذا میں شامل چیزوں کے نام لکھو۔
- ۲۔ اوپر دی ہوئی تصویر میں غیر متوازن غذا میں شامل چیزوں کے نام لکھو۔
- ۳۔ باقاعدگی سے متوازن غذا کیوں کھانا چاہیے؟

(ج)

(,)



(۵)

نیچے دی ہوئی معلومات پڑھ کر سوالوں کے جواب لکھو۔

نیچے سہیل کے تین مہینے کے ہر ہفتے کی خوراک کی جدول دی ہوئی ہے۔ آج کل اس کے پیٹ میں ہمیشہ درد رہتا ہے اور اس کا وزن بھی بڑھ رہا ہے۔

کھانے کی چیزیں	ہفتے میں کتنی مرتبہ
کھلی جگہوں کا کھانا	۶ سے ۷ مرتبہ
ترکاری، چپاتی، سلاد	۳ مرتبہ
پھل	۲ مرتبہ
کیک، برگر، پزا، ویفرس	۴ سے ۵ مرتبہ
دودھ، انڈے	روزانہ
جوار، باجرے کی روٹی	روزانہ

۱۔ سہیل کے پیٹ میں کیوں درد ہو رہا ہوگا؟

۲۔ تمہارے خیال میں سہیل کو وزن کم کرنے کے لیے اپنی خوراک میں کیا تبدیلی کرنا چاہیے؟

(و) مقوی غذا کے طور پر تمہاری جیب میں کون سی کھانے کی چیزیں ہوتی ہیں؟

سرگرمی

- جنس چینا کے اناج چپکا کر تصویر بناؤ۔
- بھنے ہوئے جنس چینا کے اناج سے بھیل بناؤ اور اس کا طریقہ بیاض میں لکھو۔





روزمرہ زندگی میں تجسس

۱۱

مریم ابو کے ساتھ تفریح کے لیے سمندر کے کنارے گئی تھی۔ وہاں وہ ریت کا قلعہ بنانے کی کوشش کر رہی تھی لیکن وہ کامیاب نہیں ہو پا رہی تھی۔ آخر میں اس نے مدد کے لیے ابو کو بلایا۔ ابو نے دیکھا کہ وہ خشک ریت سے قلعہ بنانے کی کوشش کر رہی تھی۔ انھوں نے اسے گیلی ریت لے کر قلعہ بنانے کے لیے کہا۔ مریم نے اس طرح کر کے دیکھا اور حیران رہ گئی۔ مریم کا قلعہ تیار ہو گیا۔ مریم نے حیرت سے پوچھا، ”ابو، یہ کس طرح ممکن ہوا؟“

ابو بولے، ”گیلی ریت کے پانی کی وجہ سے ریت کے ذرات ایک دوسرے سے چپک گئے اور جیسی شکل چاہیے تھی ویسی شکل تم دے پائی۔ قلعہ بنانے کے لیے تم نے ریت اور پانی کا استعمال کیا۔“



قدرت کی طرف سے حاصل
ہونے والی چیزوں کو قدرت کی بنائی
ہوئی اشیا یعنی ’قدرتی اشیا‘ کہتے ہیں۔
مثال - لکڑی، ریت، پانی وغیرہ۔

قدرتی اشیا سے انسان کی بنائی
ہوئی چیزوں کو ’انسان کی تیار کردہ اشیا‘
کہتے ہیں۔
مثال - کرسی، میز وغیرہ۔

تصویر میں دی ہوئی چیزوں کا مشاہدہ کرو۔ انھیں تیار کرنے کے لیے کون سی شے استعمال کی گئی ہے، اسے جدول میں لکھو۔

چیز	استعمال کی گئی شے (مادہ)	اس شے سے تیار کردہ دوسری چیزوں کے نام لکھو۔
	لکڑی	دروازہ، لکڑی کے کھلونے، بیلن، میز
		
		
		
		

اپنے آس پاس کی چیزوں کا مشاہدہ کرو۔ قدرت کی بنائی ہوئی اور انسان کی بنائی ہوئی چیزوں کی الگ الگ فہرست بناؤ۔

قدرت کی بنائی ہوئی چیزیں :

انسان کی بنائی ہوئی چیزیں :

ابو نے پوچھا، ”مریم، تم نے ریت کا قلعہ بناتے ہوئے پتھروں کا بھی استعمال کیا ہے، وہ سخت تھے جب کہ گیلی ریت نرم تھی۔ کچھ چیزیں کھردری تو کچھ چکنی ہوتی ہیں۔ کچھ چیزیں کٹنے، اونچائی سے زمین پر گرنے یا دوسری چیز سے ٹکرانے پر فوراً ٹوٹ پھوٹ جاتی ہیں۔ انھیں ’خستہ اشیا‘ کہتے ہیں۔

آؤ یہ کر کے دیکھیں۔



نیچے دی ہوئی تصویر کی چیزوں کو پکڑ کر دیکھو اور چوکون مکمل کرو۔

چکنی 	کھردری 	سخت
نرم / ملائم 		خستہ

آؤ یہ کر کے دیکھیں۔



درکار چیزیں : کانچ کا پیالہ، چمچ، پانی، نمک، شکر، ریت، دودھ اور تیل۔

۴ کانچ کے پیالے میں پانی لو۔

۴ اس میں تھوڑا سا نمک ڈال کر چمچ سے ہلاؤ۔

۴ کیا ہوتا ہے، اس کا مشاہدہ کرو اور دی ہوئی جدول میں درج کرو۔

۴ یہی عمل شکر، ریت، دودھ اور تیل کے ساتھ کرو۔

۴ نیچے دی ہوئی جدول میں درج کرو۔

پانی میں حل ہونے والی اشیا	پانی میں حل نہیں ہونے والی اشیا
.....	
.....	
.....	

کچھ اشیا پانی میں حل ہو جاتی ہیں تو کچھ اشیا پانی میں حل نہیں ہوتی ہیں۔

ابو نے کہا، ”اس عمل میں ہم نے ریت، تیل، دودھ، پانی کا استعمال کیا۔ ان میں سے کچھ ٹھوس تو کچھ مائع اشیا ہیں، یہ ان اشیا کی حالت ہے۔“ سوالیہ چہرہ بنا کر مریم نے پوچھا، ”ابو، اشیا کی حالت کا کیا مطلب ہے؟“ ابو بولے، ”تمہیں ایک دلچسپ چیز دکھاتا ہوں۔“

آؤ یہ کر کے دیکھیں۔



ایک چوڑے برتن میں برف کے چند ٹکڑے لو۔ اس برتن کو دھوپ میں رکھ کر اس میں ہونے والی تبدیلی دیکھو۔

میں نے یہ تبدیلی دیکھی۔

.....

.....

.....

.....

عمل کر کے مشاہدہ کرنے پر مریم نے ابو سے پوچھا، ”ابو، میں نے دیکھا کہ برف کا پانی بن گیا اور ۶-۵ دنوں کے بعد برتن میں دیکھا تو وہ پانی بھی دکھائی نہیں دے رہا تھا۔ آخر وہ پانی کہاں چلا گیا ہوگا؟“ ابو نے سمجھاتے ہوئے کہا، ”دھوپ کی وجہ سے پہلے برف کا پانی بنا، بعد میں پانی کی بھاپ بن گئی جو ہوا میں مل گئی۔ اسی لیے تمہیں اب برتن میں کچھ بھی دکھائی نہیں دے رہا ہے۔ یہ جو برف، پانی اور پانی کی بھاپ ہے، یہ پانی کی حالتیں ہیں۔ مطلب یہ کہ برف پانی کی ’ٹھوس‘ شکل ہے، پانی ’مائع‘ حالت ہے، اسی طرح بھاپ پانی کی ’گیسی‘ حالت ہے۔ اشیا ٹھوس، مائع اور گسیسی حالت میں پائی جاتی ہیں۔“ مریم نے کہا، ”تو ابو! تیل مائع حالت ہے نا؟“ ابو بولے، ”بالکل صحیح۔“



نیچے دی ہوئی اشیا کی حالت کے مطابق مناسب گروہ بناؤ اور لکھو۔
 شربت، گھی، لکڑی کا کُندہ، دھند، دودھ، دھواں، ہوا، چائے کی پتی، چاول، پتھر، پٹرول، بھاپ، شہد



کیا تمہیں معلوم ہے؟



سائنس کی آج کی زبان میں اشیا کی ٹھوس، مائع اور گیس حالتیں بتائی جاتی ہیں۔ لیکن قدیم بھارتی علم کے مطابق ان حالتوں کو آسمان، ہوا، آگ، پانی اور زمین کی صورت میں ترتیب دیا گیا ہے۔ دنیا کی ہر شے میں کم زیادہ پیمانے میں یہ عنصر شامل ہوتے ہیں۔

مریم باورچی خانے میں کھانا کھاتے ہوئے ابو سے باتیں کر رہی تھی۔ مریم نے پوچھا، ”ابو، ہم باورچی خانے میں کھانا تیار کرنے کے لیے کتنی ساری چیزیں استعمال کرتے ہیں، ہے نا؟“ ابو بولے، ”ہاں، مریم۔ ہم جو بھی کام کرتے ہیں اسے آسانی سے



کرنے کے لیے کئی چیزیں استعمال کرتے ہیں۔ ان چیزوں کو ہم ’مشین‘ کہتے ہیں۔“ مریم بولی، ”مشین! مطلب مکسر جیسی؟“ ابو نے کہا، ”وہ بھی مشین ہی ہے لیکن کچھ مشینوں کی بناوٹ آسان ہوتی ہے۔ جیسے دھاردار چھری سے ہم سبزی ترکاری آسانی سے کاٹتے ہیں۔ اسی طرح بوتل کھولنے کا کھٹکا (بوتل اوپنر) بوتل کا ڈھکن فوراً کھول دیتا ہے۔ یہ ہے سادہ مشین۔“

آؤیہ کر کے دیکھیں۔



دودھ پاؤڈر یا رس گلے کا پترے کا ایک ڈبہ لوجس کا ڈھکن مضبوطی سے لگا ہو۔ صرف ہاتھ سے اس کے ڈھکن کو کھولنے کی کوشش کرو۔ کیا اسے آسانی سے کھول سکتے ہیں؟ نہیں نا؟ اب ایک چمچے کی مدد سے ڈھکن کو دوبارہ کھولنے کی کوشش کرو۔ کیا ہوا؟ چمچے استعمال کر کے ڈبے کا ڈھکن کھولنا کافی آسان ہوتا ہے۔ یہاں چمچے ایک سادہ مشین ہے۔

نیچے سادہ مشینوں کی تصویریں دی ہوئی ہیں۔ جدول میں سادہ مشینوں کے نام اور ان کا استعمال لکھو۔



سادہ مشین کا نام	استعمال

کیا تمہیں معلوم ہے؟



بیسویں صدی کے آخر تک فصلوں تک پانی پہنچانے کے لیے رہٹ کا استعمال کیا جاتا تھا۔ اس میں کنویں پر بڑا پہیہ ہوتا تھا، اس پر کئی منکوں یا بالٹیوں کو باندھ دیا جاتا تھا۔ اس پہیے یعنی چرنی سے ایک یا دو بیل جوڑ دیے جاتے تھے۔ بیل دائرے کی شکل میں چلتے رہتے اور چرنی سے لگی ہوئی بالٹیوں میں کنویں سے پانی باہر آتا رہتا تھا۔ یہ اس زمانے کی بہت موزوں مشین تھی۔ رہٹ میں کئی سادہ مشینیں استعمال کی جاتی تھیں۔

مریم نے پوچھا، ”اچھا! چھری، چمچ، ڈھکن کھولنے کا کھٹکا، یہ سب سادہ مشینیں ہیں تو ابو، مکسر، ٹی وی جیسی مشینیں کس طرح چلتی ہیں؟“ ابو نے کہا، ”مکسر، پنکھا، ٹی وی... یہ سب بجلی سے چلنے والے آلات (مشینیں) ہیں۔ انہیں کام کرنے کے لیے بجلی کی ضرورت ہوتی ہے۔ بجلی کی وجہ سے مکسر گھومتا ہے اور چیزیں باریک ہوتی ہیں۔ پنکھا گھومتا ہے اور ہمیں ہوا ملتی ہے۔ ان آلات کے استعمال کی وجہ سے کام بہت جلد ہو جاتے ہیں۔ لیکن ان کا استعمال کرتے ہوئے احتیاط برتنا چاہیے۔ گیلے ہاتھوں سے بجلی کے بٹن کو ہرگز نہیں چھونا چاہیے۔



بجلی سے چلنے والے آلات

پچا نو تو بھلا!



نیچے دیے ہوئے آلات میں سے بجلی سے چلنے والے آلات کو پچا نو اور ان میں رنگ بھرو۔



آؤ غور کریں۔



پرانے زمانے میں جدید مشینیں، بجلی کے آلات نہیں تھے، تب مختلف کام کس طرح کیے جاتے رہے ہوں گے؟

جدید آلات	پہلے کے آلات	کس کام کے لیے استعمال ہوتا ہے؟
مکسر	اوکھلی موسل، سل بتا	کھانا پکانے کے لیے درکار چیزوں کو پینے کے لیے

دروازے کی گھنٹی بجتے ہی مریم دوڑتے ہوئے دروازے کی طرف گئی۔ ابو کام پر سے لوٹے تھے۔ ابو سے اس نے پوچھا،



”ابو، دروازے پر لگی ہوئی بجلی کی گھنٹی بھی ایک مشین ہی ہے نا؟“ ابو بولے، ”ہاں بیٹا۔ لیکن اس میں سے آواز کس طرح آتی ہے، کیا تمہیں معلوم ہے؟“ مریم نے کہا، ”بٹن دباتے ہی آواز آتی ہے۔ لیکن آواز کس طرح بنتی ہے، یہ معلوم نہیں۔“ ابو نے کہا، ”کسی بھی چیز پر جب دوسری چیز سے ضرب لگتی ہے تب وہ چیز تھرتھراتی ہے اور آواز ہوتی ہے۔ گھنٹی کا بٹن دبانے پر گھنٹی کی کٹوری پر ڈنڈی سے ضرب لگنے پر کٹوری تھرتھراتی ہے اور آواز پیدا ہوتی ہے۔ آواز کو ’صوت‘ بھی کہتے ہیں۔ آؤ ہم ایک عمل کریں۔“

اسٹیل کی ایک بڑی رکابی/ گول منہ کا برتن الٹا رکھو۔ اس رکابی یا برتن کے درمیانی حصے پر پیچھے سے ایک ضرب لگاؤ۔ اس کے بعد اس برتن کے درمیانی حصے کو آہستہ سے ہاتھ سے چھوؤ۔ کیا ہوا؟“ مریم نے کہا، ”ابو، اس میں سے آواز آرہی تھی اور چھوئے پر ہاتھ کو تھرتھراہٹ کا احساس ہوا لیکن ابو، ہاتھ لگانے کے بعد آواز بند ہوگئی۔“ ابو بولے، ”ہاتھ لگانے کی وجہ سے تھرتھراہٹ رک گئی اور آواز بند ہوگئی۔

آؤ موسیقی کا ساز بنائیں

ایک اسٹیل کا چھچھو لو اور لکڑی، دھات، پلاسٹک، کپڑا اور کانچ جیسی مختلف اشیا سے بنی ہوئی کم از کم پانچ چیزیں لو۔ ہر چیز پر پیچھے سے ہلکے سے ضرب لگاؤ۔ ہر ایک کی آواز سنو۔ ان آوازوں کو ٹینگ - ٹینگ، دھوم - دھوم، ڈب - ڈب... جیسے لفظوں میں بیان کرنے کی کوشش کرو۔ اب اپنی خود کی موسیقی تیار کرو اور اس کے لیے استعمال کیا گیا لفظ لکھو۔

مثلاً - دھوم دھوم ٹھک ٹھک، دھوم دھوم ٹھک -
ٹنگ ٹنگ ٹھک ٹھک، ٹنگ ٹنگ ٹھک -

میری موسیقی



آؤ مشاہدہ کریں۔





مریم نے کہا، ”ابو، میں نے مٹی کے گولے پر ہلکا سا زور لگایا تو میرے ہاتھوں کا ہلکا سا نقش اس پر اُتر آیا۔ تھوڑا زیادہ زور دینے پر ہاتھوں کا نقش نمایاں دکھائی دینے لگا۔ اب اور زیادہ زور دینے پر دیکھو کیا ہو گیا۔“ ابو نے کہا، ”مٹی کے گولے پر تم ہاتھوں سے زور لگاتی ہو، اسے دباؤ کہتے ہیں۔“ کسی بھی چیز کی مخصوص جگہ پر لگایا ہوا زور یعنی طاقت ہی دباؤ ہے۔

مریم نے کہا، ”ابو، کل باہر سے آتے ہوئے میری چھتری تیز ہوا کی وجہ سے پلٹ گئی تھی۔“ ابو بولے، ”ارے، ہوا کے زور کی وجہ سے تمہاری چھتری پلٹ گئی۔ اسی کو ہوا کا دباؤ کہتے ہیں۔“

آؤ یہ کر کے دیکھیں۔

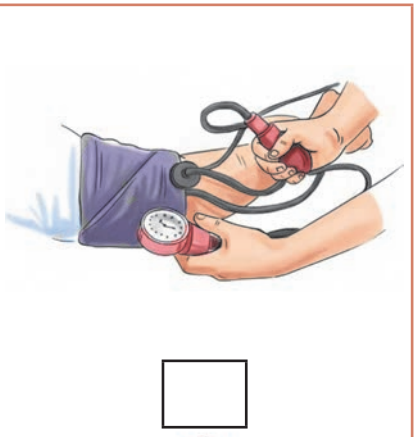
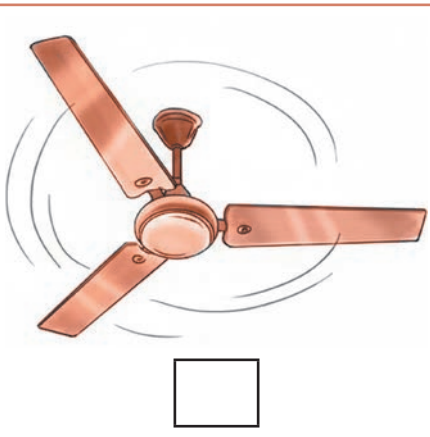


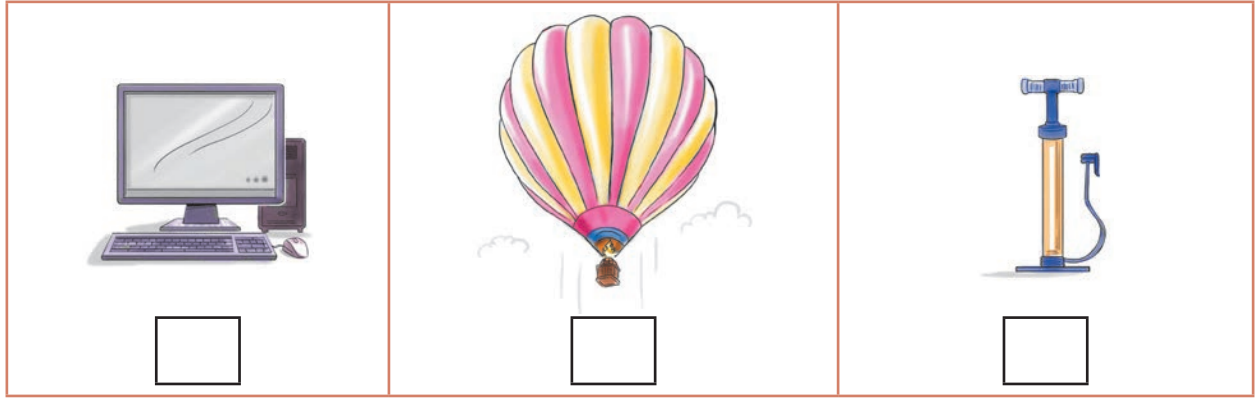
کسی بوتل کے ڈھکن کو میز پر رکھ کر اس پر پھونک مار کر دیکھو، کیا ہوتا ہے۔

مریم نے کہا، ”پھونک مارنے پر ڈھکن کو ہاتھ سے نہ چھونے پر بھی ڈھکن آگے دھکیلا گیا۔“

ابو نے کہا، ”مطلب یہ کہ ہوانے ڈھکن پر مخصوص سمت میں دباؤ ڈالا اور اس دباؤ کی وجہ سے ڈھکن آگے دھکیلا گیا۔ ہوا کے دباؤ کی ایسی کئی مثالیں بتا سکتے ہیں۔“

ہوا کے دباؤ کے استعمال سے چلنے والی مشین کے نیچے * کا نشان اور بجلی سے چلنے والی مشین کے نیچے ✓ کا نشان بناؤ۔





مریم نے کہا، ”ارے واہ! اب میری سمجھ میں آیا۔ ابو، اپنے گھر میں کتنی ہی دلچسپ چیزیں چھپی ہوئی ہیں۔“ ابو نے کہا، ”یقیناً! ہمارے آس پاس کی ہر چیز میں حیرت انگیز باتیں چھپی ہوئی ہیں۔ بس انھیں توجہ کے ساتھ دیکھنا آنا چاہیے۔“



ہم نے یہ سیکھا۔



- ◀ ہمیں بہت ساری اشیا قدرت سے حاصل ہوتی ہیں جنھیں قدرت کی بنائی ہوئی اشیا یا قدرتی اشیا کہتے ہیں۔
- ◀ قدرتی اشیا سے انسان کی بنائی ہوئی چیزوں کو انسان کی بنائی ہوئی اشیا کہتے ہیں۔
- ◀ کچھ چیزیں پانی میں حل ہو جاتی ہیں جب کہ کچھ چیزیں پانی میں حل نہیں ہوتی ہیں۔
- ◀ چیزوں کی تین حالتیں: ٹھوس، مائع اور بھاپ ہیں۔
- ◀ کام کو آسان کرنے کے لیے استعمال کی جانے والی چیز کو ’مشین‘ کہتے ہیں۔
- ◀ جب کوئی چیز تھر تھراتی ہے تب آواز پیدا ہوتی ہے۔ اسی آواز کو ’صوت‘ کہتے ہیں۔
- ◀ کسی بھی چیز کی مخصوص جگہ پر لگائی گئی طاقت ہی دباؤ ہے۔

آؤ اعادہ کریں۔



(الف) گروہ سے الگ لفظ پہچانو۔

۱۔ ٹی وی ، فریج ، مکسر ، اوکھلی موسل

۲۔ دروازے کی گھنٹی ، چھری ، چمچہ ، قینچی

۳۔ لکڑی ، کانچ ، کپاس ، لوہا

(ب) پہچانو تو بھلا میں کون ہوں۔

- ۱۔ میں سخت اور مضبوط ہوں۔ میں کھردرا ہوں۔ میرا استعمال فرنیچر بنانے کے لیے کیا جاتا ہے۔
- ۲۔ میں چمک دار، ٹھوس ہوں۔ میرا استعمال چوڑیاں، پیالے یا کھڑکیاں بنانے کے لیے ہوتا ہے۔
- ۳۔ میں بہت ملائم ہوں۔ پانی میں بھینکنے پر زنی ہو جاتا ہوں۔ رومال یا کپڑے بنانے کے لیے میرا استعمال ہوتا ہے۔
- ۴۔ میں بہت سخت ہوں۔ ضرب لگانے پر میری آواز آتی ہے۔ برتن، اوزار بنانے کے لیے میرا استعمال کیا جاتا ہے۔

(ج) تمہارے ہاتھ سے گرمی ہوئی رکابی کی آواز کو فوراً روکنے کے لیے تم کیا کرو گے؟

(د) اپنی جماعت کی ٹھوس اشیا کی فہرست بناؤ۔

(ه) گھر کی مختلف چیزیں لو۔ پانی میں حل ہونے اور پانی میں حل نہ ہونے والی چیزوں کی فہرست بناؤ۔

(و) چیزوں کی خصوصیات تلاش کرو اور ان کے گرد چوکون بناؤ۔

ط	و	ب	ض	م
س	و	ٹھ	ا	س
ا	ن	ک	چ	خ
ف	م	ر	ن	ت
ا	ر	د	ر	کھ

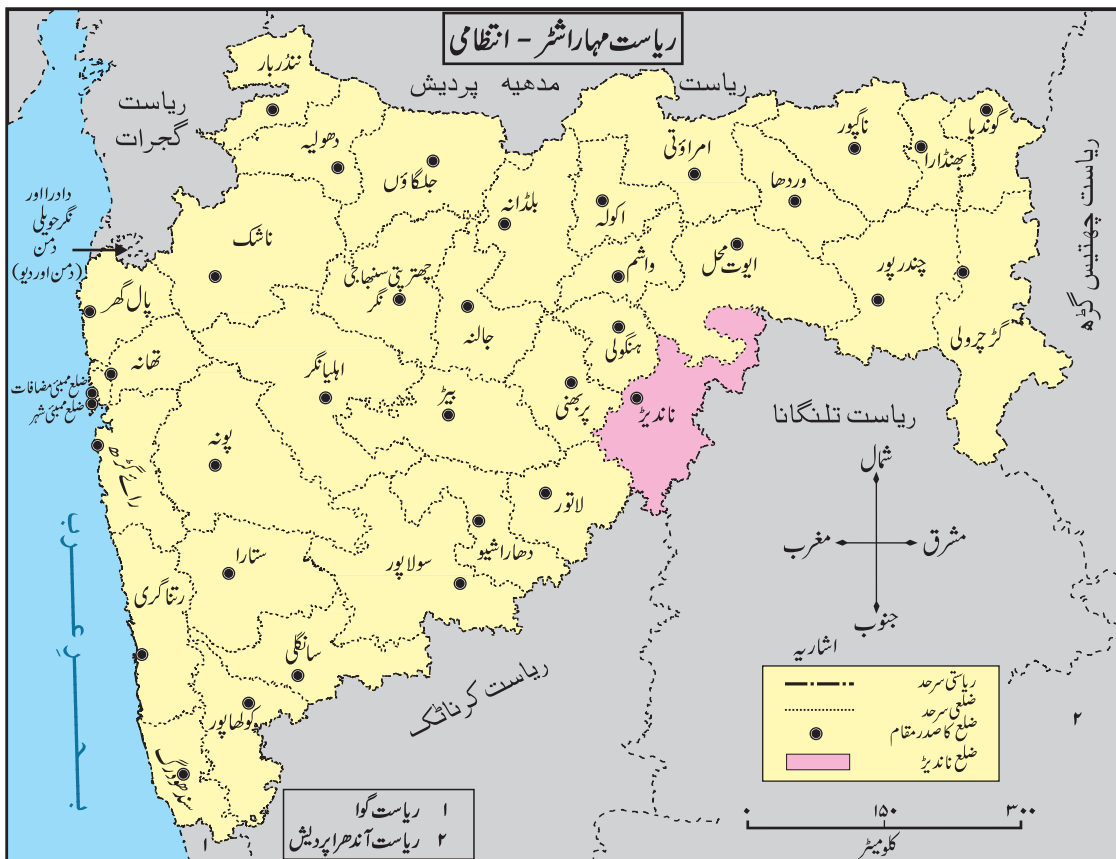


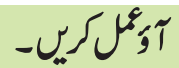
سرگرمی

• ہوا کے دباؤ سے چلنے والے کھلونے بناؤ۔

• بجلی سے چلنے والے کسی ایک آلے کی تصویر بناؤ۔ اس میں مناسب رنگ بھرو اور اسے استعمال کرتے وقت کیا احتیاط برتنا چاہیے، لکھو۔







- | | |
|--|--|
| | |
|--|--|



ضلع نانڈیڑ تعلقہ

ضلع ملتان

ضلع فیصل آباد

ضلع راولپنڈی

ماہور

رانگوت

چاہیت نگر

حد گاؤں

اردھاپور

بھوکر

نانڈیڑ

مدھیڑ

امری

دھم آباد

نئے گاؤں (کھیر گاؤں)

پابلی

قذہار

لوہا

مکھیڑ

دیگور

ریاست کرناٹک

شمال

جنوب

شرق

مغرب

۰ ۱۰ ۲۰ کلومیٹر

اشاریہ

ریاستی سرحد

ضلعی سرحد

تعلقہ کی سرحد

ضلع کا صدر مقام

تعلقہ کا صدر مقام

-

- اپنے ضلع کے ارد گرد کون کون سے ضلع اور ریاستیں ہیں، انھیں سمتوں کے مطابق لکھو۔

ضلع / ریاست	سمت
	مشرق
	مغرب

ضلع / ریاست	سمت
	شمال
	جنوب

آؤ سمجھیں۔

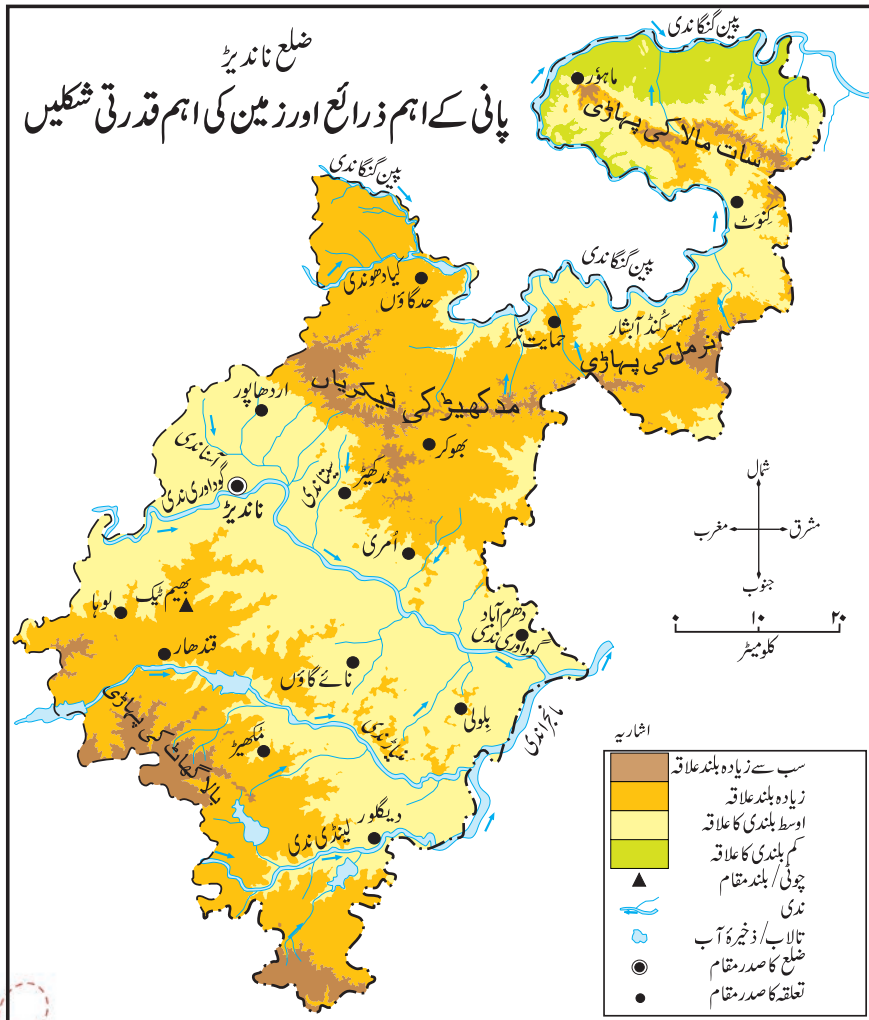


- ضلع نانڈیڑ ریاست مہاراشٹر کے مشرقی جانب واقع ہے۔
- ضلع نانڈیڑ میں کل 'سولہ' تعلقے ہیں۔
- رقبے کے لحاظ سے تعلقہ 'کنوٹ'، ضلع نانڈیڑ کا سب سے بڑا تعلقہ ہے۔
- رقبے کے لحاظ سے تعلقہ 'اردھاپور'، ضلع نانڈیڑ کا سب سے چھوٹا تعلقہ ہے۔

آؤ مشاہدہ کریں۔



نقشے کی مدد سے دی ہوئی سرگرمی کرو۔



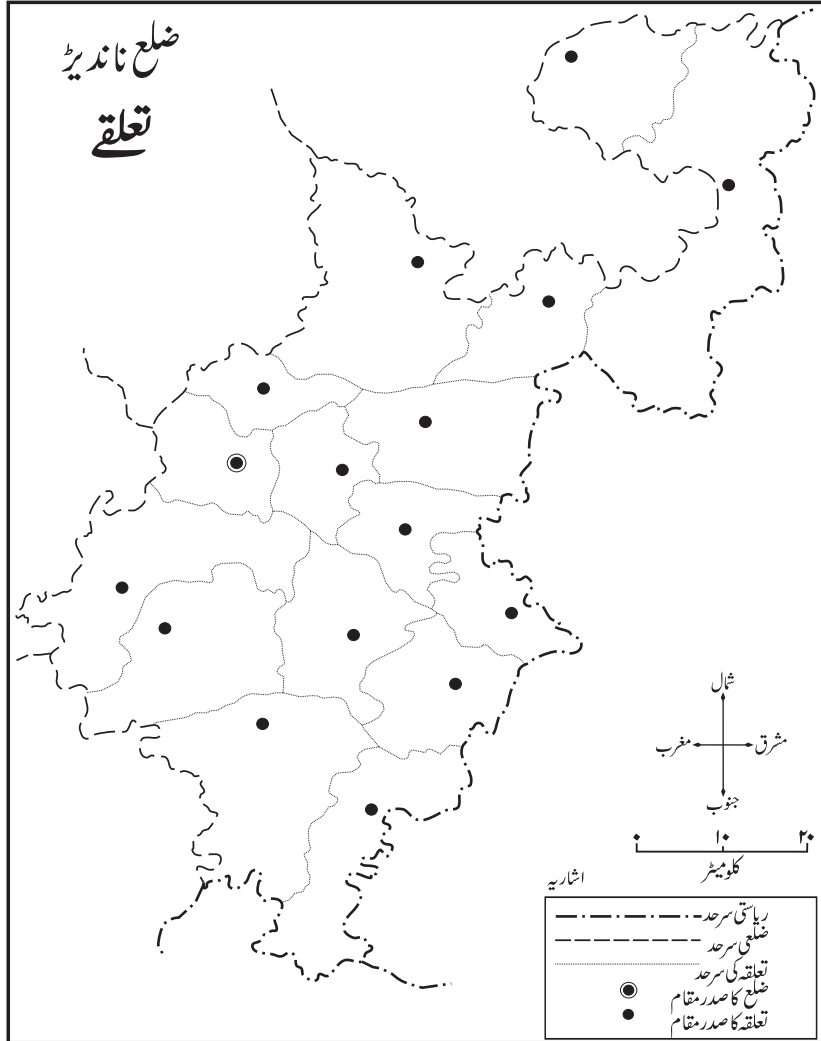
- دی ہوئی جدول میں ندیوں کے بہنے کی سمت لکھو۔

بہنے کی سمت	ندی	بہنے کی سمت	ندی
	لینڈی		گوداوری
	پین گنگا		منیاڑ

آؤ عمل کریں۔



نقشے کے خاکے کی مدد سے نیچے دی ہوئی سرگرمی کرو۔



- ضلع کی کوئی ایک ندی بناؤ۔
- ضلع کا کوئی پہاڑی سلسلہ بناؤ۔
- اپنے ضلع کا صدر مقام تلاش کرو اور اس کا نام لکھو۔
- کوئی بھی دو تعلقوں کے صدر مقام کے نام لکھو۔



- ضلع ناندیڑ میں بہت سارے پہاڑی سلسلے اور ٹیکریاں ہیں۔
- شمالی حصے میں سات مالا پہاڑیاں، درمیانی حصے میں مڈکھیڑ ٹیکریاں اور نزل پہاڑی جبکہ جنوبی حصے میں بالا گھاٹ پہاڑ ہے۔ ان پہاڑی سلسلوں میں بھیم ٹیک، شیولنگپا، ماہور وغیرہ چوٹیاں ہیں۔
- بالا گھاٹ پہاڑی سلسلہ اور مڈکھیڑ ٹیکریوں کے درمیان گوداوری ندی کا پھیلا ہوا میدانی علاقہ ہے۔
- گوداوری ندی اپنے ضلع کی اہم ندی ہے۔ مڈکھیڑ ٹیکریوں اور نزل پہاڑی کے شمالی جانب پین گنگا ندی کا میدانی علاقہ ہے۔
- پین گنگا ندی پر اصلاح پور کے قریب سہستر گنڈ آبشار ہے۔
- تعمیراتی کاموں میں لگنے والا پتھر ضلع کی کانوں سے نکالا جاتا ہے۔



پانی کے ذرائع	زمین کی قدرتی شکلیں
تالاب	پہاڑ
ندی	میدان
سمندر	سطح مرتفع



- اپنے ضلع کی اہم سڑکیں کون کون سے مقامات کو آپس میں جوڑتی ہیں؟
- اپنے ضلع کے اہم ریل کے راستے کون کون سے ہیں؟
- نیچے دیے ہوئے مقامات کس لیے مشہور ہیں؟

مقام کا نام	کس لیے مشہور ہے؟
اصلاح پور	
قندھار	
مالیگاؤں	
ناندیڑ	



اپنے استاد کی مدد سے انٹرنیٹ کے ذریعے اپنے ضلع کے اہم تاریخی مقام / سیاحتی مقام / مشہور مقام کی معلومات حاصل کرو اور لکھو۔

مشہور مقامات	سڑکیں - ریل کے راستے
گردوارہ - نانڈیٹ	سڑکیں - راستے
رینو کا مندر - ماہور	ریل کا راستہ

کیا تمہیں معلوم ہے؟



- ضلع ناندیڑ میں آمدورفت کے لیے عام طور پر سڑکوں کا استعمال ہوتا ہے۔ ضلع سے ریل کے دورستے گزرتے ہیں۔
- سکھوں کے دسویں گرو گرو گوند سنگھ کا گردوارہ شہر ناندیڑ میں واقع ہے۔
- ناندیڑ میں ہوائی اڈہ ہے۔ قندھار میں بھوئی کوٹ (زمینی) قلعہ ہے۔
- ناندیڑ ریلوے اسٹیشن کو حضور صاحب ناندیڑ کے نام سے جانا جاتا ہے۔
- تعلقہ کنوٹ میں اصلاح پور میں پین گنگا ندی پر سہسٹر کنڈ آبشار ہے۔
- کنوٹ کے قریب پین گنگا ماٹن مشہور ہے۔ اسی طرح تعلقہ حدگاؤں کے شیوڑ میں مشہور بدھ گھاتیں ہیں۔
- سوامی راما نند تیرتھ مراٹھواڑہ یونیورسٹی ناندیڑ میں ہے۔

آؤ مشاہدہ کریں۔



نیچے کی تصویروں میں اہم غذائی اناج اور پھلوں کی فصلیں بتائی گئی ہیں۔

پھلوں کی فصلیں		غذائی اناج کی فصلیں	

آؤ عمل کریں۔



- اپنے ارد گرد اُگائے جانے والے دو اناج کی فصلوں کے نام لکھو۔
- اپنے ارد گرد اُگائے جانے والے دو پھلوں کی فصلوں کے نام لکھو۔



- ضلع ناندیڑ کی آب و ہوا گرم اور خشک ہے۔
- ضلع ناندیڑ میں کپاس کی فصل بڑے پیمانے پر اُگائی جاتی ہے۔
- ضلع کے چند حصوں میں کیلے کی فصل اُگائی جاتی ہے۔ اردھا پور کے کیلے مشہور ہیں۔
- اس کے علاوہ امرود، مومبی، سینتا پھل وغیرہ پھل بھی اُگائے جاتے ہیں۔
- ضلع میں جوار، تور، مونگ، سویا بین، اُڑد، گیہوں، چنا، مونگ پھلی، گنا وغیرہ کی فصلیں اُگائی جاتی ہیں۔
- ضلع میں حالیہ دنوں میں آب پاشی کی مدد سے زراعت (کھیتی) کی جاتی ہے۔



نیچے کی تصویروں میں اہم نقدی فصلیں، اناج اور تہن کی فصلیں دکھائی گئی ہیں۔



استاد کی مدد سے اپنے ارد گرد اُگائی جانے والی نقدی فصلوں کی معلومات اندراج بیاض میں لکھو۔

بتاؤ تو بھلا!



نیچے دی ہوئی غذائی چیزیں کون کون سی فصلوں سے حاصل ہوتی ہیں، چوکون میں لکھو۔



آؤ سمجھیں۔



اپنے ضلع میں روایتی انداز میں مختلف تہوار منائے جاتے ہیں۔ مثلاً مراٹھی نئے سال کا آغاز 'گڑی پاڑوا' تہوار سے اور قمری سال کا آغاز 'محرم' مہینے سے ہوتا ہے۔ اسی طرح عیدین، گنیش اُتسو، نوراتری، دیوالی، کرسمس، ہولی، بدھ پورنیا، پارسی نیا سال، چھترپتی شیواجی مہاراج جینتی، مہاویر جینتی، ڈاکٹر بابا صاحب امبیڈکر جینتی وغیرہ تہوار۔ تقریب منائے جاتے ہیں۔

جدول مکمل کرو۔

• اس سال منائے جانے والے تہوار کس عرصے میں آئیں گے، ان کے نام استاد کی مدد سے نیچے دی ہوئی جدول میں لکھو۔

جنوری سے اپریل	مئی سے اگست	ستمبر سے دسمبر
.....		
.....		
.....		
.....		

- کوئی تین تہواروں کی معلومات حاصل کرو۔ انھیں تم کس طرح مناتے ہو، لکھو۔

کیا تمہیں معلوم ہے؟



- ضلع ناندیڈ کے لوگوں کی زندگی زراعت (کھیتی) سے جڑی ہوئی ہے۔
- ضلع میں عید، پولا، گنیش اُتسو، دسہرہ، دیوالی وغیرہ تہوار۔ تقریب خوشی خوشی منائے جاتے ہیں۔ قندھار میں 'حضرت حاجی سید سرور مخدوم' کا عرس ہوتا ہے۔
- ضلع ناندیڈ میں آندھ، پردھان، گوئڈ، بھل، کولام ادی و اسی جماعتیں آباد ہیں۔
- ادی و اسی جماعتوں کی بستیاں سات مالا پہاڑوں کے علاقے میں ہیں۔ ماہور، کنوٹ تعلقوں میں ادی و اسی لوگ آباد ہیں۔

آؤ عمل کریں۔

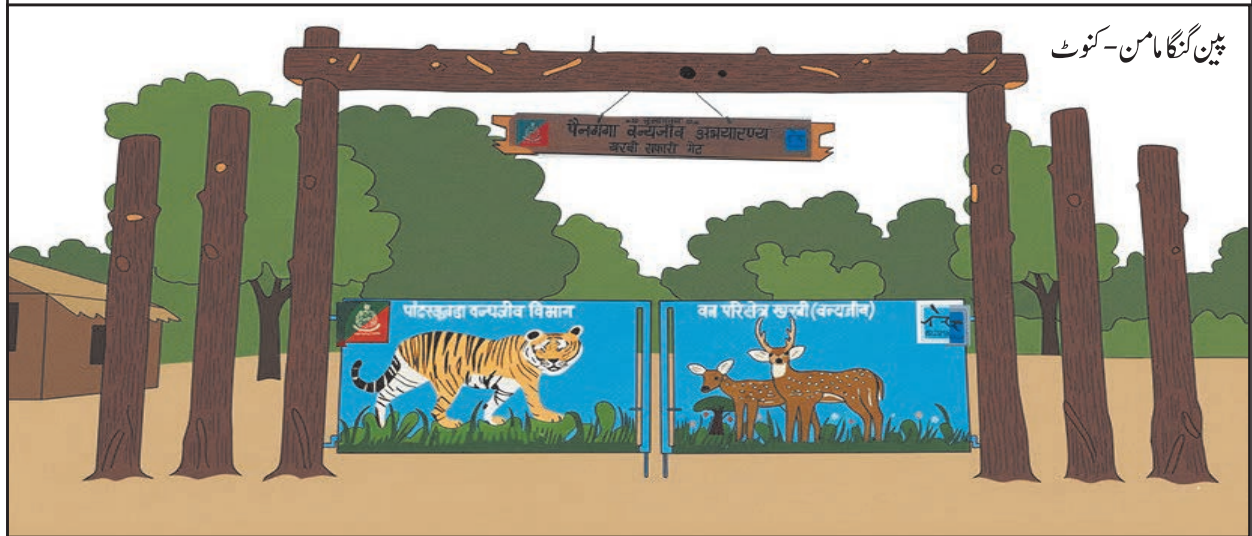


اپنے پسندیدہ تہوار کی تصویر بناؤ۔

ضلع کے بارے میں مزید معلومات

- ضلع ناندیڈ کے تعلقہ لوہا کے مالیگاؤں میں ہر سال کھنڈوبا کا بڑا میلہ لگتا ہے۔
- ساگوان لکڑی کی تجارت کے لیے کنوٹ مشہور ہے۔
- نائیگاؤں، والکی اور قندھار میں جانوروں کا بازار لگتا ہے۔
- ماہور میں رینوکا دیوی مندر مہاراشٹر کے ساڑھے تین شکتی پیٹھوں میں سے ایک ہے۔
- ہوٹل میں قدیم سدھیشور مندر واقع ہے۔

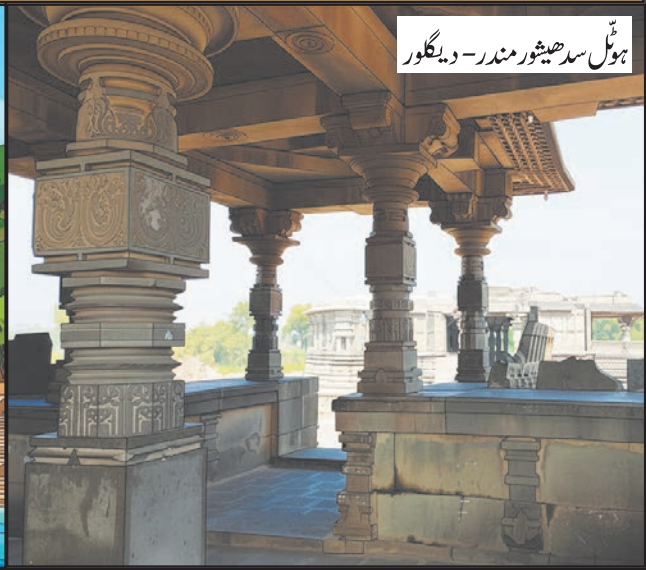
ضلع کے بارے میں مزید معلومات اور ان کی تصویریں



پین گنگا ماسن - کنوٹ



شری کالیشور مندر - ناندریٹ



ہٹل سدھیشور مندر - دیگلور



ہم نے یہ سیکھا۔



- ◀ نقشے کی مدد سے ہم نے اپنے ضلع اور مہاراشٹر کے دوسرے ضلعوں کی معلومات حاصل کی۔
- ◀ نقشے کی مدد سے اپنے ضلع کے پانی کے اہم ذرائع اور زمین کی اہم قدرتی شکلوں کی معلومات حاصل کی۔
- ◀ اپنے ضلع کے ارد گرد واقع مقامات کو سمتوں کے مطابق بیان کرنا۔
- ◀ آب و ہوا کے مطابق فصلیں اُگائی جاتی ہیں۔
- ◀ نقشے کی مدد سے اپنے ضلع کی اہم سڑکوں، ریل کے راستوں اور مشہور مقامات کی معلومات حاصل کی۔
- ◀ اپنے ضلع کے تہوار اور رسم و رواج کا تعارف حاصل کیا۔



(الف) خالی جگہ میں مناسب لفظ لکھو۔

۱۔ ضلع نانڈیڑ میں کل تعلقے ہیں۔

(الف) چودہ (ب) سولہ (ج) پندرہ (د) تیرہ

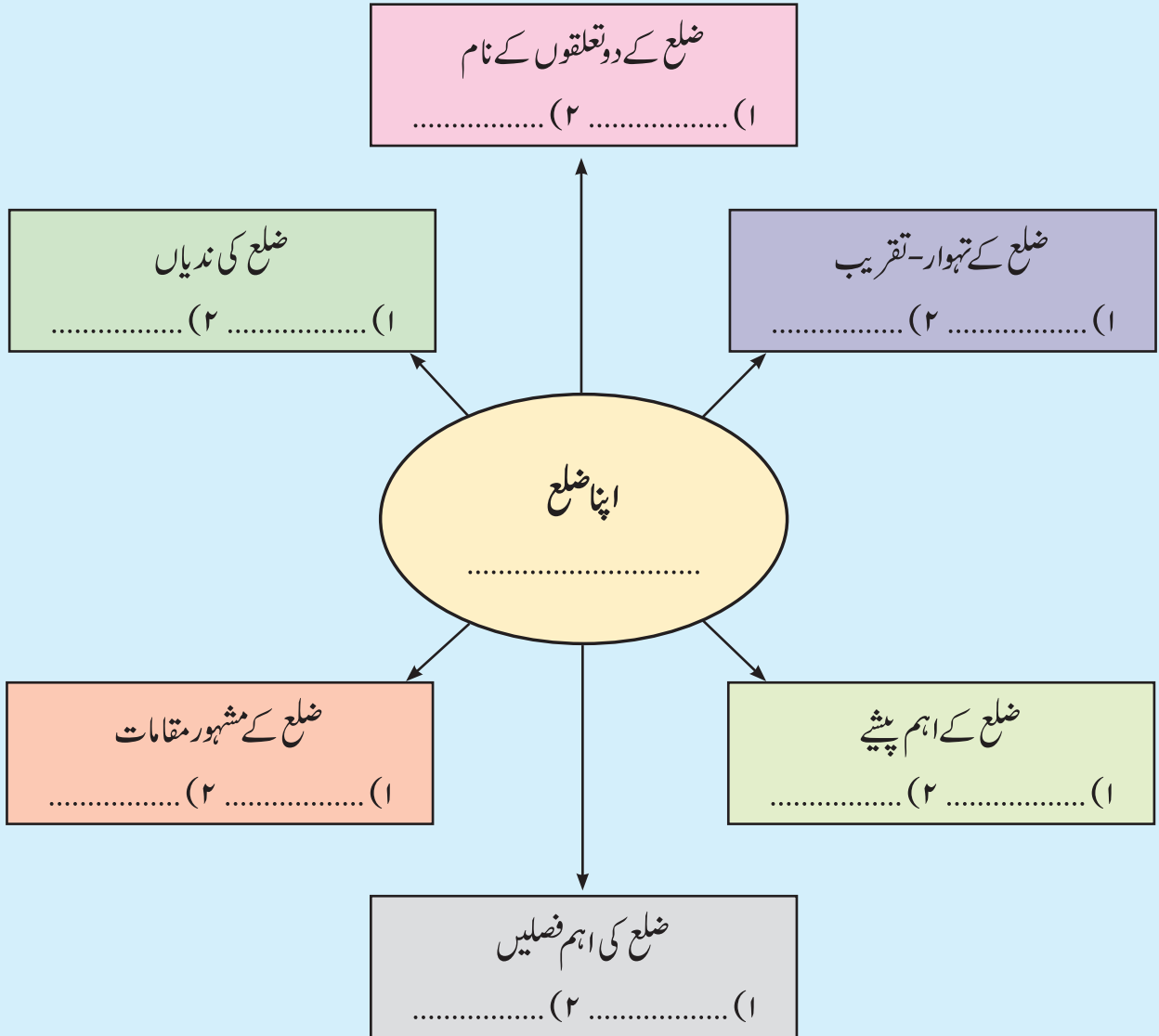
۲۔ ضلع نانڈیڑ کی اہم فصل ہے۔

(الف) گیہوں (ب) گنا (ج) کپاس (د) جوار

۳۔ ضلع نانڈیڑ میں کنوٹ کے قریب مامن مشہور ہے۔

(الف) میل گھاٹ (ب) پین گنگا (ج) پنچ (د) منودیوی

(ب) نیچے دیا ہوا تصوراتی خاکہ مکمل کرو۔



(ج) سرپرست یا استاد کے ساتھ اپنے تعلقے کے کسی مقام کی سیر کرو۔

(د) سرگرمی کرو - دیے ہوئے معے میں مہاراشٹر کے بعض ضلعوں کے نام ہیں۔ ان میں سے ایک ضلع کا نام تلاش کر لیا گیا ہے۔ اسی طرح دیگر ضلعوں کے نام لکھو۔

ر	ت	ن	ا	گ	ر	ی	ع
و	بھ	ن	ڈ	ا	ر	ا	ا
ر	س	ا	ن	گ	ل	ی	م
دھ	پ	و	ن	ہ	د	و	م
ا	پ	ر	بھ	ن	ی	ت	ب
ب	ی	ڑ	و	گ	ح	م	ء
ن	ا	گ	پ	و	ر	ح	ی
ن	ا	ش	ک	ل	خ	ل	ظ
ڈ	ن	ا	ن	د	ے	ڑ	ع

(ه) سرپرستوں کے ساتھ ہفتہ واری بازار کی سیر کرو۔ بازار میں بیچی جانے والی چیزوں اور مصنوعات (پیداوار) کی نیچے دی ہوئی جدول میں درجہ بندی کرو۔

نمبر شمار	ارد گرد تیار کی جانے والی چیزیں اور مصنوعات	ارد گرد تیار نہیں کی جانے والی چیزیں اور مصنوعات
۱۔		
۲۔		
۳۔		
۴۔		
۵۔		



پیارے طالب علم دوستو اور سہیلیو!

اگر آپ کو کسی نے نامناسب طریقے سے چھوا تو آپ بے چین ہو گئے ہوں گے، اس پر آپ بالکل خاموش نہ رہیں۔ اگر ایسا ہوتا ہے، تو آپ کو درج ذیل کام کرنے چاہئیں۔

(1) اپنے آپ کو مورد الزام نہ ٹھہرائیں۔

(2) آپ کو جس پر بھروسہ ہے اسے اس واقعے کے بارے میں بتائیں۔

(3) آپ کو سواہی-بکس کے ذریعے آپ کے حقوق کے تحفظ کے لیے قائم کردہ قومی کمیشن کو بھی مطلع کر سکتے ہیں۔

جب کوئی آپ کو نامناسب طریقے سے چھوتا ہے تو آپ کو برا لگ سکتا ہے، آپ الجھن محسوس کر سکتے ہیں، آپ بے بسی محسوس کر سکتے ہیں، لیکن 'برا' محسوس کرنے کی کوئی وجہ نہیں ہے، کیونکہ یہ آپ کی غلطی بالکل نہیں ہے۔



اس بٹن کو دبائیں۔

POCSO یہ e-box ویب سائٹ: ncpcr@gov.in پر دستیاب ہے۔

اگر آپ کی عمر 18 سال سے کم ہے اور آپ کو ہراساں کیا گیا ہے، آپ الجھن میں ہیں، پریشان ہیں یا تناؤ کا شکار ہیں، یا کسی ایسے بچے کے بارے میں جانتے ہیں جسے ہراساں کیا گیا ہے، تو 1098 پر رابطہ کریں۔ اس طرح آپ کی اور دوستوں کی زندگی بدل سکتی ہے۔



چائلڈ لائن 1098: یہ ایک 24 گھنٹے والی ٹول فری قومی فون سروس ہے۔ یہ چائلڈ لائن فاؤنڈیشن کی طرف سے شروع کی گئی ایک پہل ہے، جسے وزارت برائے ہنگامی حالات برائے خواتین اور بچوں کی ترقی نے متاثرین کے لیے شروع کیا ہے۔



नए समाज की ओर
Towards a new dawn

• ہدایت: طلبہ کو محفوظ اور غیر محفوظ لمس کے تعلق سے معلومات دیں۔



महाराष्ट्र राजीव पाठ्यपुस्तक नरुती ऱाबुहस करु
सुनुषुधुन ढनुडुल, डुनु - ॢॢॢॢॢॢ

₹ 112.00

आडलुडुडु सडुडुवतलकु कुग डुग १ इडुतुतल तुसरी (ऑलुहल नलंडुडु) (उडुडु डुलधुडुडु)

