



विद्यया ऽ मृतमश्नुते



एन सी ई आर टी  
NCERT

राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्  
NATIONAL COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH AND TRAINING

13246 – आनन्द- बालवाटिका आसतै कम्मकाज पुस्तिका

ISBN 978-93-5292-403-5

पैह्ला संस्करण

मार्च 2023, फगन 1944

पीडी 5टी बीएस

© राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान ते प्रशिक्षण परिशद,  
2023

₹ 160.00

एनसीईआरटी वॉटरमार्क कन्ने 80 जीएसएम पेपर पर  
मुद्रित

सचिव, राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान ते प्रशिक्षण परिशद, श्री  
अरबिंदोमार्ग, नई दिल्ली 110016 द्वारा प्रकाशन प्रभाग  
च प्रकाशित ते गीता ऑफसेट प्रिंटर्स (पी.) लिमिटेड, सी-90  
और सी-86, ओखला औद्योगिक क्षेत्र, फेज़ में मुद्रित। -I,  
नई दिल्ली 110020।

**सबभै अधिकार सुरक्षित**

- प्रकाशक दी पूर्व अनुमति बगैरा इस प्रकाशन दे कुसै बी अंश गी कुसै बी रूप च जां इलेक्ट्रॉनिक, मैकेनिकल, फोटोकॉपी, रिक्वॉडिंग बगैरा कुसै बी माध्यम राहें पुनः प्रस्तुत, पुनर्प्राप्ति प्रणाली में संग्रहित या प्रसारित नई कीता जाई सकदा।
- एह पुस्तिका इस शर्त कन्न बेची जंदि ऐ जे प्रकाशक दी सैहमति बगैरा व्यापार दे माध्यम राहें भाड़े पर नई दिती जाग,, परतिये बेचा नई जाग, किराए पर नई दिती जाग जां अन्यथा प्रकाशक बाईडिंग जां कवर दे अलावा प्रकाशक दी अनुमति बगैर निपटान नई कीता जाग।
- इस प्रकाशन सहेई मुल्ल इस पृष्ठ पर मुद्रित मुल्ल ऐ, रबर स्टैम्प जां स्टिकर जां कुसै होर चाल्सी दे माध्यम राहें दर्शाया गेदा कोई बी कोई संशोधित मुल्ल गलत ऐ ते अस्वीकार्य होना लोडचदा।

**प्रकाशन कार्यालय  
प्रभाग, एनसीईआरटी**

एनसीईआरटी परिसर  
श्री अरबिंदो मार्ग  
नई दिल्ली 110016

Phone : 011-26562708

08, 100 फीट रोड  
होसडकेरेहल्ली एक्सटेंशन  
बनशंकरी तृतीय चरण  
बेंगलुरु 560 085

Phone : 080-26725740

नवजीवन ट्रस्ट बिल्डिंग  
पी.ओ.नवजीवन  
अहमदाबाद 380014

Phone : 079-27541446

सीडब्ल्यूसी परिसर  
विपक्ष. धनकल बस स्टॉप  
पानीहाटी  
कोलकाता 700 114

Phone : 033-25530454

सीडब्ल्यूसी कॉम्प्लेक्स  
मालीगांव  
गुवाहाटी 781 021

Phone : 0361-2674869

**प्रकाशन टीम**

प्रमुख, प्रकाशन : अनुप कुमार राजपूत  
डिवीजन

मुख्य प्रोडक्शन : अरुण चितकारा  
अधिकारी

मुख्य व्यासायक : विपिन दीवान  
प्रबंधक

मुख्य संपादक : बिजनन सुतार  
(इन्चार्ज)

उत्पादन अधिकारी : अतुल सक्सेना

**कवर**

राजीव पाहुजा

## में ते जांग बालवाटिका

में ते जांग बालवाटिका

अस सब जागे बालवाटिका

बालवाटिका, बालवाटिका, बालवाटिका।

हा! हा! हा!

नां बस्ता ऐ

नां गै कताबां

तां पही केहू ऐ ?

भांत-सभांतियां खेढां न,

खेढें-खेढें पढ़ना ऐ

नेही ऐ साढ़ी बालवाटिका,

मौजें भरी ऐ बालवाटिका

बालवाटिका] बालवाटिका बालवाटिका

हा! हा! हा!





## भूमिका

भारत च इक बवस्थत प्रक्रिया राहें बच्चें दे बरोस-काल दे पालन-पोशन दी शानदार परंपरा ऐ जिशी आमतौर पर संस्कार गलाया जंदा ऐ। इक पीढ़ी थमां दूई पीढ़ी तगर पुज्जने आह्ले एह संस्कार बच्चें दे जीवन दे पैह्ले 8 ब'रें च लोडचदी पालमा दी बत्त पदरी करदे न तां जे अगें दे जीवन च उंदे विकास, उंदे ब्यहार ते समर्थे दे हर इक पक्ख गी साजगार रुप दित्ता जाई ऐ।

बच्चें दे इस मुंढली बरेस-काल दे म्हत्तवै गी ध्यानै च रखदे होई गै राश्टरी शिक्षा नीति (एन.ई.पी.) 2020 च बुनयादी स्तर दे 3 कोला लेइयै 8 ब'रें तगर दी उमरी दे बच्चें गी स्कूली शिक्षा दे दायरे च आह्नने दी सफारश कीती गेदी ऐ। कुसै व्यक्ति दे जीवनभर दी पढ़ाई-लखाई, समाजी ते भावनात्मक ब्यहार ते समूलचे स्वास्थ्य दा दारोमदार इस्सै समें पर होंदा ऐ। एह्दे इलावा बच्चें गी इस दौर च साक्षरता, अंक-ज्ञान, रचनात्मकता ते सौंदर्य सरबंधी संवेदनशीलता हासल करने लेई उंदे जसमानी ते कौशल विकास लेई बड़ी मुशक्कत आह्ली सहायता दी लोड होंदी ऐ। राश्टरी शिक्षा नीति च इस चरण लेई इक टकोह्दे राश्टरी पाठ्यक्रम ढांचा-रूप दी सफारश कीती गेदी ऐ जेह्द च इक समूलची शिक्षा प्रणाली दा मार्ग दर्शन ऐ जेह्दा नां छड़ा बुनयादी चरण पर उच्च गुणवत्ता आह्ली शिक्षा मुहेइया करोआने बारै सगुआं स्कूली शिक्षा दे अगले चरणें च इस गति गी बनाई रखने बारै बी ऐ।

बुनयादी स्तर लेई राश्टरी पाठ्यक्रम ढांचा-रूप (एनसीएफ-एफएस) च सफारश कीती गेदी ऐ जे भारती संस्कृति ते लोकाचार च रची-बसी दी मुंढली बाल-समहाल ते शिक्षा उपलब्ध करोआई जा। एह्दे इलावा एह् घरे च बच्चें दे जीवन दे अनुभवे गी ज्ञान, कौशल ते नजरिये कन्नै जोड़ने पर ध्यान केंद्रत कीता गेदा ऐ जिनेंगी स्कूलें अंदर गै विकसत कीजा जाग। एह् छड़ा कताबें सोआं सिक्खने दी मजूदा प्रणाली सोआं बक्खरी गल्ल गै नेई होग ते एह् होर मती साजगार खेल-पद्धति ते योग्यता अधारत शिक्षा प्रणाली बक्खी परिवर्तत होग, जित्थे इक बच्चा केह् करदा ऐ ते केह् सिखदा ऐ इस कन्नै रूह-बरू होना होर मता म्हतव आह्ला होग।

इसलेई इस सफारश मुजब कम्म करदे होई बुनयादी चरण गितै पाठ्यक्रम तयार करने दा कम्म पंचकोश विकास (मानव व्यक्तित्व दी पंज अवस्थाएं दा विकास) दी मूल भावना दे अधार पर बनाया गेआ ऐ, जिशी कृष्ण ययुर्वेद दी तैत्तिरीय संहिता दे अंग तैत्तिरीय उपनिषद च व्यक्ति आसेआ जीवन दे खीरी लक्ष्य दे रूप च आत्म-बोध दी अनुभूति लेई जरूरी मन्नेआ गेदा ऐ। इस चाल्ली एह् पाठ्यक्रम कुसै व्यक्ति दे समूलचे विकास दे समकालीन सरूप कन्नै भारत दे संजोए गेदे सभ्यतागत ज्ञान गी समोद्धै आह्ले ढगै कन्नै मेल बनाने गी यकीनी बनाने च सहायक होग।

इस प्रयास दी कामयाबी दा दारोमदार पक्क गै उ'नें गेई पर निर्भर करग जेह्ड़ियां इस स्तर पर बच्चें च उचित प्रतिभा दे विकास गी प्रोतसाह्त करने लेई ऑगनबाड़ी स्कूल ते सरबंधत संस्थाएं आसेआ पुटिट्यां जांगन। इसी लक्ष्य गी हासल करने लेई सफारश कीती गेदी पाठ्यक्रम बेवसाइटे पर सिखलाई ते पढ़ाई सरबंधी बक्ख-बक्ख चाल्ली दी प्रकाशत ते आनलाइन समगरी उपलब्ध कराई गेदी ऐ जेह्दा उपयोग कीता जाना लोडचदा। बच्चें दे माता-पिता ने बी ऑगनबाड़ी स्कूलें ते सरबंधत संस्थाएं दे सजग मार्गदर्शन तैह्त इ'यां गै करना लोडचदा।

पाठ्यक्रम तयार करने आहलें अपना कम्म बक्ख-बक्ख योग्यताएं दा उपयोग करियै अपने हिस्से दा कम्म करी दित्ते दा ऐ जेह्दे पर पढाई दे अगले पंज ब'रें दरान तरतीबवार ढंगै कन्नै बेहतर बनाने दा कम्म कीता जंदा रौह्ग। इ'यां करदे बेल्ले, पाठ्यक्रम निर्माण समिति ने विशे समगरी दी भार-सीमा मतल्लक मुद्दे गी बी ध्यानै च रखेआ गेदा ऐ। उ'नें एह् कम्म बुनयादी शिक्षा दे बक्ख-बक्ख स्तरें पर ज्ञान हासल करने दी प्रक्रिया गी नमें सिरैआं तय करियै ते होर नमीं दिशा देइयै बेहतर करियै कीता ऐ। इस उद्देश्श गी हासल करने लेई बाल मनोविज्ञान ते उस समें पर मता ध्यान केंद्रत कीता गेदा ऐ जेह्दा बक्ख-बक्ख सरूपें च पढाई-लखाई ते सिखलाई लेई उपलब्ध होग।

बालवाटिका दे बच्चें लेई कम्मकाज पुस्तिका तयार करने दा कम्म इक एन.ई.पी 2020 दे दिश्टीकोण गी ध्यानै रक्खियै कीता गेदा ऐ। इस गल्ला दा जतन कीता गेदा ऐ जे योग्यता आधारत कम्म-पत्तर सरल, रोचक ते आकर्शत ढंगै कन्नै उपलब्ध करोआए जान। इस कम्मकाज पुस्तिका च एह् कोशश कीती गेदी ऐ एह् समग्रता आहली होऐ ते कन्नै साद्वियें समाजी ते सांस्कृतिक मुल्लें कन्नै जुडी दी होऐ ते बच्चें सामने कम्म-गतिविधियां करने ते पढाने-सखाने गितै शिक्षकें कोल मते मौके होंगन। इस कम्मकाज पुस्तिका च कला ते शिल्प दा समावेश कीता गेदा ऐ जेह्दे राहें शिक्षक बच्चें गी जागरुक बनाई सकन ते इस चाल्ली दियें गतिविधियें च मज्जुद सौंदर्य भावना गी सराहना गितै प्रेरत करी सकन। इस कम्मकाज पुस्तिका च उ'नें विचारें गी उंदे अपने संदर्भें च सखाली समझ गितै स्थिति मुजब जागरुक बी बनाए जाने दी बवस्था कीती गेदी ऐ। एह् कम्मकाज पुस्तिका सार समगरी दे स्हाबै समृद्ध ऐ जेह्दे च बक्ख-बक्ख चाल्ली दे अनुभव दित्ते गेदे न ते खढौनें ते खेढें राहें असान्नी कन्नै सिखने-पढनें गी होर दूइयें बक्ख-बक्ख कम्म-गतिविधियें ते सुआलें कन्नै जोड़ेआ गेदा ऐ जिंदे राहें बच्चें च बेहतर समझ ते सम्यस्याएं गी सुलझाने दी काबलियत विकसत होंदी ऐ। एह्दे इलावा इस कम्मकाज पुस्तिका च सरबंधत विशे समगरी ते नेहियां कम्म-गतिविधियां शामिल कीतियां गेइयां न जिं'दे कन्नै बच्चें गी अपने पर्यावरण प्रति लोड्चदी संवेदनशीलता विकसत करने च मदद होंदी ऐ। एह्दे इलावा इस कम्मकाज पुस्तिका च राज्यें ते केंदरी राज प्रबंध आहले प्रदेशें लेई बी पढाई-लखाई च मकामी परिद्विश्शें मुजब समगरी शामिल करने दी बड़ी मती गुंजैश ऐ जिसी ओह् एन-ई.पी. 2020 दी सफारशें गी ध्यानै च रखदे होई विकसत करी सकदे न।

राश्ट्री शैक्षिक अनुसंधान ते प्रशिक्षण परिषद, मुंढले चरण गितै इस पाठ्यक्रम ते पढाई-लखाई आहली समगरी तयार करने गितै खढेरी गेदी कमेटी आसेआ कीती गेदी सख्त मेहनत दी सराहना करदी ऐ। में कमेटी दी अध्यक्ष प्रो. शशिकला वंजारी ते होरनें दूएं सभनें सदस्यें गी समें पर ते सराहनीय ढंगै कन्नै इस कम्म गी पूरा करने लेई धन्नवाद करना । में उ'नें सभनें संस्थाएं ते संगठनें दा बी आभारी आं जि'नें इस कम्म गी मुमकन बनाने च खुल्लियै सहायता दित्ती। राश्ट्री पाठ्यक्रमें दी रूपरेखा लेई गठत कीती गेदी राश्ट्री संचालन समिति दे अध्यक्ष डाक्टर के. कस्तूरीरंगन, एह्दे होर दूएं सदस्यें जिं'दे च मेनडेट ग्रुप्प ते जायजा कमेटी दे सदस्य शामिल च, गी बी उं'दे बेल्ले सिर मार्गदर्शन ते कीमती सुझाएं लेई बी खासतौर पर धन्नवाद करनां जेह्दे इस कम्मकाज पुस्तिका गी विचार-रूप देने ते विकसत करने च बड़े महत्त्वपूर्ण रेह्।

मुल्लखै दी स्कूली शिक्षा ते एह्दे लेई विकसत पढाई-सिखलाई दी समगरी दी गुणवत्ता च लगातार सुधार आहनने लेई प्रतिबद्ध इक संगठन दे रुपै च राश्ट्री शैक्षिक अनुसंधान ते परिशिक्षण परिषद गी इ'नें पाठ्य पुस्तकें च होर मते सुधार करने लेई अपने सभनें मुतल्लका धड़ें थमां महत्त्वपूर्ण टिप्पणियें ते सुझाएं दी निहालप रौह्ग।

27 जनवरी 2023  
नमीं दिल्ली

दिनेश प्रसाद सकलानी  
निदेशक, एनसीईआरटी

## पाठ्यक्रम विकास टीम

### सलाहकार

दिनेश प्रसाद सकलानी, निदेशक, एनसीईआरटी. नमी दिल्ली

### मार्गदर्शन

शशिकला वंजारी, साबका कुलपति, एसएडीटी महिला यूनिवर्सिटी, मुंबई, महाराष्ट्र अध्यक्ष, पाठ्यक्रम ते पाठ्यपुस्तिका विकास कमेटी

सुनिती सनवाल, अध्यक्ष, डीआईई, एनसीईआरटी, सदस्य कनवीनियर, पाठ्यक्रम ते पाठ्यपुस्तिका विकास कमेटी

### सहजोगकर्ता

रोमिला सोनी, एसोसिएट प्रोफेसर, डीआईई, एनसीईआरटी

भारत ढोकाई, निदेशक, विद्यापीठ, गांधीधाम, गुजरात

दिव्यांशु भाई दवे, डीजी एंड वीसी, चिल्डरन्स यूनिवर्सिटी, गांधीनगर, गुजरात

### समीक्षक

एम.सी.पंत, प्रोफेसर एवम चांसलर, एनआईपीए, नमी दिल्ली

सुनिती सनवाल, अध्यक्ष, डीआईई, एनसीईआरटी, सदस्य कनवीनियर, पाठ्यक्रम ते पाठ्यपुस्तिका विकास कमेटी

के. मयूरी, प्रोफेसर(रिटायर्ड), मानव विकास एवम परिवार अध्ययन, कालेज आफ कम्प्यूनिटी साईंस, पीजेटीएसएयू, हैदराबाद

रीटा सोनावत, साबका डीन, होम साईंस विभाग, एसएनडीटी महिला यूनिवर्सिटी, मुंबई, महाराष्ट्र

जोबी बालाकृष्णन, प्राइमरी अध्यापक, केरला

अनूप राजपूत, अध्यक्ष, पब्लिकेशन डिविजन, एनसीईआरटी

पदमा यादव, प्रोफेसर, पाठ्यक्रम अध्ययन विभाग

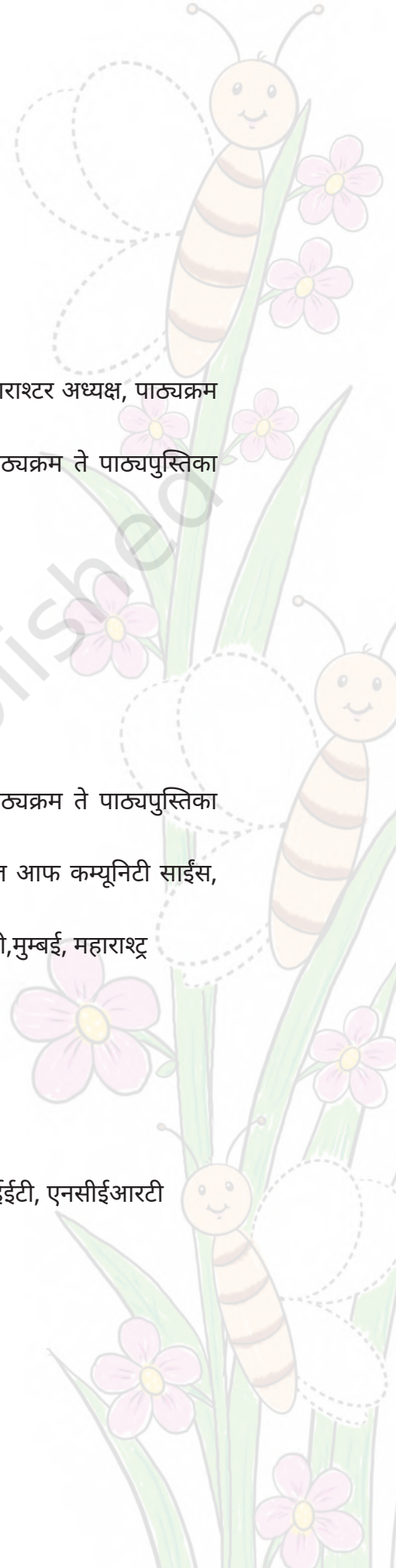
रंजना अरोड़ा प्रोफेसर, पाठ्यक्रम अध्ययन विभाग

ज्योतसना तिवारी, अध्यक्ष, लैंगिक अध्ययन विभाग, एनसीईआरटी

भारती कोशिक, एसोसिएट प्रोफेसर एवम अध्यक्ष, डीआईसीटीएंड टी, साआईईटी, एनसीईआरटी

### शैक्षणिक सदस्य संयोजक

रोमिला सोनी, एसोसिएट प्रोफेसर, डीआईई, एनसीईआरटी



## आभार

राश्ट्री शैक्षणिक अनुसंधान ते परिशिक्षण परिषद (एनसीईआरटी) राश्ट्री स्टीयरिंग कमेटी ते मेंडेट समूह दे अध्यक्ष ते सदस्ये दे मार्गदर्शन ते सहायता लेई आभार प्रगट करदी ऐ।

कौंसल पाठ्यक्र ते एलटीएम कमेटी दे अध्यक्ष ते सदस्ये दा उंदे लगातार सहायता लेई धन्नवाद करदा ऐ।

परिशद पाठ्यक्रम ते एलटीएम कमेटी दे अध्यक्ष ते सदस्ये दा उंदी लगातार सहायता लेई धन्नवाद करदी ऐ।

परिशद बालवाटिका लेई आनन्द- कम्मकाज पुस्तिका गी त्यार करने लेई मौसमी बोस, साबका हैडमिस्ट्रेस, सलवान पब्लिक स्कूल, गुरुग्राम ते मोनिका सेठी, कोआरडीनेटर, जूनियर स्कूल, एचडीएफसी, गुरुग्राम हुंदा आभार प्रगट करदी ऐ।

परिशद कम्मकाज पुस्तिका गी मुकदा रूप देने लेई दीक्षा दीवान, शैक्षिक सलाहकार, डीडीई, एनसीईआरटी ते अमनदीप कौर, पीएचडी शोधकर्ता ते प्रशिक्षु, दिल्ली यूनिवर्सटी दा बी उंदी आसेआ दित्ती गेदी सहायता लेई आभार प्रगट करदा ऐ।

परिशद एनसीईआरटी दे प्रकाशक विभाग दा बी आभार प्रगट करदा ऐ।

© NCERT  
not to be republished

## कम्मकाज-पुस्तिका बारै

मुंढला चरण बड़ा मता म्हत्तवै आह्ला होंदा ऐ जेह्दे च त्रै कोला लेइयै 8 बरे तोड़ी दे आयु समूह दे बच्चे शामिल न ते इयै समां होंदा ऐ जदूं कुसै दे जीवन दे होर कुसै दूए समे दे मकाबले बच्चें दा दमाग बड़ी तेजी कन्नै विकास करदा ऐ। दमागै दे नरोए विकास गितै बच्चें गी विकास दे हर क्षेत्र लेई सकारात्मक पढाई दे अनुभव उपलब्ध करोआने दी लोड़ होंदी ऐ। सकारात्मक ते योजनाबद्ध अनुभव युवां बच्चें दी भविष्य दी पढाई-सिखलाई गितै इक आधार तयार करी दिंदे न, उंदी सेहत, उंदा व्यवहार ते अगुआं दे जीवन च कामयाबी गितै। रोजमर्रा च खेठ-खेठ च हासल कीते गेदे अनुभव बच्चें दी दमागै गी रूप-अकार दिंदे न। बालबाटिका गितै आनन्द कम्मकाज पुस्तिका च मसाल आह्लियां वर्कशीटां जिंदी गिनतरी कुल 92 ऐ, इयै चीज पेश करदियां न।

इस चरण च बच्चें दी सिखलाई-पढाई च मदाद करने दा अव्वल तरीका एह् ऐ जे उनेंगी खेठ अधारत कम्म दित्ता जा जेह्ड़ा इनें चीजे पर अधारत होऐ सोखे थमां औखे, जाने सोआं अनजाने ते ठोस अनुभव होन जेह्ड़े बरेस ते विकास दे स्तर मूजब विचार जानने बारै होन। शिक्षकें ते बालगें दी भूमिका एह् बनदी ऐ जे ओह् बच्चें गी बरेसू दे स्हाबै ते विकास उचित खेठ अधारत कम्म ते अनुभव करान। एह् कम्म असल हत्थो-हत्थी अनुभवे ते वर्कशीटें पर होग। उद्देशपूर्ण ढंगै कन्नै तयार वर्कशीटां बच्चें दी बक्ख-बक्ख योग्यताएं गी समझने ते उंदी मूल म्हारतें गी तगड़ा करने च मदाद करगन।

बच्चा उसलै गै खरी चाल्ली पढ़ी-सिक्खी सकदा ऐ जेल्लै उसी सिखने च खुशी थहोंदी ऐ। इसलेई एह् बड़ा जरूरी होंदा ऐ जे बच्चें गी कोई बी कम्म करने बेल्लै अजादी ते लचीलापन उपलब्ध करोआया जा। बालबाटिका गितै खरी चाल्ली तयार कीतियां गेदियां वर्कशीटां बच्चें गी अभ्यास, चर्चा राहें सिखने ते इयां करियै सिखलाई दा इक मौका उपलब्ध करोआदियां न। एह्दे कन्नै वर्कशीटां इस्तेमाल करने कोला पैह्ले ठोस अनुभवे दी बरतून ते कन्नै मकामी तौर पर उपलब्ध समगरी ते कुदरती साधनें दी बरतून गी बढावा थहोंदा ऐ बजाए रसमी अध्यापकें आह्ली जमातें दे। इनें वर्कशीटें राहें बच्चें गी इक मौका थहोंदा ऐ जे ओह् अपने दिक्खी-भाली दी चीजे दे चेतें गी जमातें च पढ़ी-सिक्खी दियें गल्लें ते उंदे पैह्ले दे अनुभवे कन्नै जोड़ी सकन।

मसाल आह्लिये शीटें गी इस चाल्ली तयार कीता गेदा ऐ जे ओह् बक्ख-बक्ख समर्थे आह्लें बच्चें गी जमातें दे स्तर दे स्हाबै नतीजे दस्सने लेई खुशी खुशी सिक्खने गितै बक्ख-बक्ख चाल्ली दे मौके उपलब्ध करोआए जाई सकन। जियां के एन.ई-पी.20 च सुझाया गेदा ऐ जे शिक्षा च मुख् जोर छड़ा समगरी मुन्तकल करने दी थाहर योग्यता दे विकास पर दित्ता जाना लोड़चदा। समे दी जरूरत एह् ऐ जे युवा मनें दी बरोस, सूक्ष्म विचार, समस्या हल करने, विचारें दे संप्रेशन सरबन्धी म्हारतें, रचनात्मकता, हमदर्दी ते बकायदा मूल साक्षरता, अंकगणित राहें कीती जा ते इस चाल्ली एह्दे च पढाई-सिखलाई दी समगरी तयार करने च तरमीमशुदा नजरिया अपनाए जाने दी गल्ल आक्खी गेदी ऐ। एन.सी एफ—2022 बुनयादी चरण गितै राश्ट्री पाठ्यक्रम ढांचा-रूप च विकास दे सभनें खेतरे गी समावेशी रूप च बड़ा म्हत्तव दित्ता गेदा ऐ ते इसलेई इनेंगी मेलना मुख् करियै केंदर बिंदू च रक्खेआ गेदा ऐ। जियां के एन.सी एफ.एस च जिकर कीता गेदा पंचकोश गी बच्चे लेई शैक्षणिक समगरी ते तस्वीरां तयार करने लेई केंदर बिंदू च रक्खेआ गेदा ऐ तां जे जसमानी विकास (अन्नमय कोश) जीवन उर्जा (प्राणमय कोश), भावनात्मक विकास (मनोमय को), बोध विकास (विज्ञानमय कोश) ते आनन्दमय विकास (आनन्दमय कोश) कन्नो-कन्नी कीता जाई सकै।

एह वर्कशीटां बच्चें गितै स्कूल आस्तै त्यारी गी बढावा देंगन ते इस गल्लै गी बढावा देंगन जे उनेंगी विधिवत तौरै पर स्कूल प्रणाली च दाखल होने लेई लोड़चदी बुनयादी भाशा ते दमागी बौधिक कोशल दी जानकारी ऐ। रमनादारी आहले कुसै बदला गितै एह जरूरी ऐ जे बच्चें गी पैहले सोआं गै कौशल हासल होई जा जिंदे कन्नै उंदी आयु दे सहाबै कम्मै-काजै दी कारकरदगी दस्सने लेई उंदी मदाद होऐ। इने वर्कशीटें कन्नै बच्चें गी नरोई ते सुरक्षत आदतें दा विकास ते अभ्यास करने लेई मदाद होग जिंदे कन्नै सूझ-बूझ आहले विचार बनाने, तंदरुस्त ते लचीला शरीर बनाने, भावनात्मक ज्ञान दा विकास करने, तर्कपूर्ण सोचने ते कला राहें अभिव्यक्ति करने च मदाद होंदी ऐ।

इनें वर्कशीटें राहें बच्चें दी जसमानी कौशल, तर्कपूर्ण सोच दा विकास करने ते अपने आप चीजां सिखने च मदाद होग। मसाल आहलियां एह वर्कशीटां एन,सी,एफ -2022 च दिक्ती गेदी योग्यताएं दे अधार पर त्यार कीतियां गेदियां न ते इंदे च सुझा आहले विचार ते सुआल दिते गेदे न जेहूडे कोई अध्यापक जां माता-पिता ओहूदी समझ-बूझ दा आकलन करने लेई पुच्छी सकदे न।

### वर्कशीटें दे इस्तेमाल दा ढंग (शिक्षकें/बालगें लेई)

- बालबाटिका लेई वर्कशीटें (सभनें पंजें क्षेत्रें लेई) गी इस चाल्ली त्यार कीता गेदा ऐ जे ओहू इस्तेमाल लेई बड़ी असानी कन्नै कट्टियां जाई सकदियां न। उनेंगी कम्मपोथी चा बाहर कड्डेआ जाई सकदा ऐ ते मगरा उनेंगी फाइल च रक्खेआ जाई सकदा ऐ जेहूदे कन्नै बच्चें दे कम्म दा आकलन करने च अध्यापकें ते माता पिता गी सखाल होग। एहूदे कन्नै बच्चें गी इक्कली शीट पर कम्म करने ते मुख ध्यान देने च सहायता होग ते उंदा ध्यान वर्क शीटें दे होर कम्मकाज कारण ध्यान नेई भटगग।
- बक्ख-बक्ख क्षेत्रें दी समग्र सिखलाई गी यकीनी बनाने लेई इयै जनेहियां होर वर्कशीटां त्यार जाई सकदियां न।
- इनें वर्कशीटें गी मसाल दे तौर पर इस्तेमाल कीता जाई सकदा ऐ ते अध्यापक इनें विशें पर अधारत होर मते अभ्यास त्यार करी सकदे न। मसाल दे तौर पर चीजें दी संख्या जां अकार च बदलाव करियै इनें वर्कशीटें च संशोधन कीता जाई सकदा ऐ।
- मकामी स्रोतें ते समगरी दी बरतून करो ते वर्कशीटें दा इस्तेमाल करने थमां पैहले जां दरान बक्ख-बक्ख चाल्ली दे विचार रूप शुरु कीते जाने लोड़चदे। मसाल दे तौर पर पत्तें कन्नै बक्ख-बक्ख चाल्ली दे सरूप-अकार त्यार करने, सुक्के दे फुल्लें ते टाहलियें कन्नै रंगोली बनाना बगैरा।
- इलाके मुजब असली/ पक्कियें-मजबूत चीजें, कहानियें ते मसालां पेश करियै उनेंगी बच्चें दे जीवन कन्नै जोड़ो। मसाल दे तौर पर जानवरें सरबंधी वर्कशीट भरने थमां पैहले लोक-साहित्य, इलाकाई राइमस/ गीत दा प्रयोग करो, बच्चें दी उनें जानवरें बारै पुच्छो जेहूडे ओहू अपने आले-दोआले जां चिड़िया-घरै जां घरें च पालतू जानवर दिखदे न बगैरा-बगैरा तां जे बच्चे हासल कीते गेदे पक्के तजर्बे राहें सिक्खी सकन।
- वर्कशीटां शिक्षकें गी गतिविधि दे अखीर च औपचारक तौर पर समूलचे आकलन करने दे बजाए रचनात्मक ढंगै कन्नै बच्चें दी प्रतिभा दा आकलन, चर्चाएं दरान बच्चें गी दिक्खने-परखने/ जमात च अपनी प्रतिभा दा प्रदर्शन करने, कमियें-खामियें गी दूर करने ते इंदे मुजब बच्चें दी मदाद करने च मददगार होग।
- पोशक रचनात्मकता ते अजादी, खोजबीन गितै प्रोतसाहन ते कम्म-पत्तरें पर कम्म करने कोला पैहले आपूं अनुभव हासल करना ते बच्चें गी विचार सरूप मुजब अपने विचार बनान देना। हर बच्चे गी अपनी-अपनी समर्था मुजब कम्म करन देओ।
- जित्थूं तोड़ी संभव होऐ, चर्चा आहूला क्लास-रूम बनाइयै बच्चें-बच्चें बश्कार ते बच्चें ते अध्यापकें बश्कार परिचर्चा गी बढावा देइयै समाजी भावनात्मक विकास गी बढावा देओ।

- ◉ बच्चें गितै बाल मुआफक, प्रशंसा आह्ले ते सकारात्मक शब्दें गी बरतून करो ते उनेंगी मसूस कराओ जे उनेंगी दिक्खेआ ते सुनेआ जा करदा ऐ। मसाल दे तौर पर बालवाटिका दे ब्रांडे च जमातें दियें कंधें पर बच्चें आसेआ त्यार कीते गेदे चित्तर ते कोलाज गी पेश करना।
- ◉ इस गल्लै गी यकीनी बनाओ जे विशेष जरूरतें आह्ले बच्चें गितै चेची बवस्था होऐ ते इनें वर्कशीटें दे उंदे मुजब सरूप उपलब्ध होन। मसाल दे तौर पर बच्चें गी जेकर लेखन समगरी फगड़ने च कोई समस्या होऐ तां बच्चें गी स्टैपा बरतने दी खुल्ल होऐ ते कन्नै नेत्रहीन बच्चें गितै तस्वीरें दी बोल्लियै व्याख्या उपलब्ध करोआई जा।
- ◉ बच्चें गी अपनियां चीजां-बस्तां इक तयशुदा थाहर रखने लेई प्रोतसाहूत कीता जा तां जे उंदे च सकारात्मक आदतें दा विकास कीता जाई सकै। एह्दे कन्नै गै उनेंगी इक कम्म-पत्तरा मुकम्मल करने मगरा बरते गेदे रंगें, ब्रुशें ते ब्लाकें बगैरा चीजें गी परतियै उत्थै गै रखने लेई आखेआ जा।
- ◉ इक कम्म कोला दूए कम्मै दे बदलाव बक्फे दरान राइमस ते गीत बार बार गांदे जाओ ते कन्नै नाच ते हाव-भाव शामिल करो तां जे जेल्लै बी संभव होऐ तालमेल ते लचीले शरीरक कसरतें गी यकीनी बनाया जाई सकै।

इत्थे दित्ते गेदे कम्म-पत्तरें दा उद्देश्य अध्यापकें ते बच्चें दे माता-पिता गी किश मसालयोग विचार उपलब्ध करोआने दा ऐ ते एह् कुसै बी चाल्ली मुकम्मल तयशुदा पाठ्यपुस्तिका दा कम्म नेई करदियां। इंदे राहें कल्पना दी अजादी, बच्चें दे संदर्भ ते जरूरतें पर आधारत वर्कशीटां जोड़ने जां छोड़ने दी बवस्था ऐ। मकसद घर ते जमात च बरतने आह्ली शब्दावली बश्कार सरबंध स्थापत करना होग ते इनें कम्म-पत्तरें पर कम्म करदे बाकी मौज-मस्ती दी भावना पैदा करना होग।





An Initiative of the Ministry of Education

*If you are stressed, anxious,  
worried, sad or confused about....*



**Studies and Exams**



**Personal Relationships**



**Career Concerns**



**Peer Pressure**

**Seek Support of Counsellors**



**Call  
8448440632**

**National Toll-free  
Counselling Tele-Helpline  
8 am — 8 pm  
All days of the week**

## **MANODARPAN**

Psycho-social support for mental health and well-being  
of students during the COVID-19 outbreak and beyond.

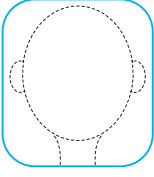
(An initiative by Minister of Education, Government of India  
as part of *Atma Nirbhar Bharat Abhiyan*).



**[www.https://manodorpan.education.gov.in](https://manodorpan.education.gov.in)**

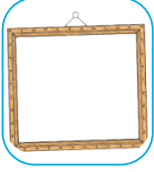
## कम्म-पत्तरें कन्नै सहायता

कम्म-पत्तर भरदे बेल्लै बच्चें दी मदाद आस्तै शिक्षक लेई किश गल्लां हेठ दित्तियां गेदियां न। उ'आं बच्चें दी जरुरते ते रुचि दे स्हाबै उंदे च बदलाव कीता जाई सकदा ऐ। हर इक कम्म-पत्तर च टकोह्दे डजैन आह्ला बार्डर बने दा ऐ। इक बारी जिसलै बच्चा कम्म-पत्तरै गी पूरा लेंदा ऐ तां बच्चें गी बार्डर उप्पर बने दे डजैन पूरा करने गितै उतसाह्त कीता जाई सकदा ऐ।



### कम्मकाज 1: मेरा फोटो-फ्रेम

बच्चें गी अपने मुहांदरे दे अंगे दे चित्तर आपूं बनाने ते उंदे च रंग भरने लेई उतसाह्त करो। बाद च बच्चें गी भांत-सभांते रंगे दा इस्तेमाल करदे होई दित्ते गेदे डजैन गी जारी रखदे होई अपनी फोटू दा फ्रेम बनाने लेई आक्खो।



### कम्मकाज 2: मेरा बारै च सब किश

बच्चें गी अपने बारै च ते अपने परोआर बारै दस्सने लेई आक्खो। बच्चें गी दित्ती गेदी थाहरै उप्पर अपने-अपने परोआर दी तस्वीर चमकाने लेई आक्खो। फही, बच्चें गी तस्वीर च मनभाना रंग भरने गितै उतसाह्त करो ते दित्ती गेदी थाहरै पर अपनी मनभांती तस्वीर बनाने लेई आक्खो। बच्चें गी अपने अंग राहें हाव-भाव दस्सदे होई 'Myself' कवता गान देओ।



### कम्मकाज 3: अपने बारै समझ

बच्चें गी एह् समझने च मदद करो जे ओह् परोआर दा हिस्सा न ते हर इक सदस्य अपने परोआर च इक बक्खरी भूमका नभांदा ऐ। बच्चें कन्नै चर्चा करो जे बच्चे परोआर दियें कदरें ते परंपराएं दी पालमा कियां करन।



### कम्मकाज 4: मेरा परोआर ते मेरे दोस्त

बच्चें गी तस्वीरां दिक्खन देओ ते एह्दे बारै गल्ल करन देओ। मसाल दे तौर पर इस चाल्ली दे सुआल पुच्छो जियां तस्वीरां च केह् लब्भै करदा ऐ ? इक बारी जिसलै बच्चें तस्वीरै गी दिक्खी लैन तां उनेंगी इस बारै बिस्तार च गल्ल करन देओ। फही बच्चें कशा अनुमान आह्ले सुआल पुच्छो। मसाल दे तौर पर, जेल्लै तुस अपने माता-पिता कन्नै कुसै दे घर जंदे ओ तां तुस उंदा किस चाल्ली प्रणाम करदे करदे ओ ? तुस कोह्दे घर

जाना मता पसिंद करदे ओ ? जेकर तुसेंगी कोई तुंदी पन्छान कराने लेई आक्खै तां तुस केह आखगे ? तुसेंगी केह बझोआ कदा ऐ जे कुड़ी परौहने गी केह-केह आक्खै करदी ऐ ? तुस बक्ख-बक्ख विशे पर अधारत तस्वीरें आहले पोस्टर बनाई सकदे ओ। तस्वीर दिक्खने परैत बच्चें गी परौहने दी गिनतरी करने लेई आक्खो ते तस्वीर च कुल व्यक्तियें, परौहने दी गिनतरी करने लेई आक्खो ते कन्नै इब्बी जे ओह् लाए गेदे कपड़े दी इक्कै जनेह बनतर दी शनाखत करने लेई अखेओ



### कम्मसाज 5: इक्के जनेही चीजें दा पता लाना

बच्चें गी हर इक पंक्ति च चीजें गी पन्छानने ते उंदा नांs दस्सन देओ। फही बच्चें गी खब्बै पाससै डब्बै च दिक्ती गेदी तस्वीर कन्नै मेल खाने आहली तस्वीरें गी तुप्पने ते उंदे च रंग भरने लेई आक्खो। बच्चें गी बिंदुदार लकीरें उप्पर उससै रंगै दा इस्तेमाल करियै नशान लाने गितै आक्खो जेहड़ा रंग बिंदु दा ऐ ।



### कम्मकाज 6: पैँछी दा चित्तर मुकम्मल करो

कम्म-पत्तरै च पैँछी दा चित्तर बने दा ऐ । बच्चें गी बिंदुएं गी जोड़दे होई पैँछी दे चित्तर गी पूरा करन ते एह्दे रंग भरन देओ जां कागज गी कट्टियै पैँछी दे चित्तर च चमकान देओ। उनेंगी पैँछी दे नां आहले शब्द दी पैहली ध्वनि दी अवाजा कड्डन देओ ते उनेंगी अपने आलै दुआलै लब्भने आहले इक्कै जनेह पैँछियें दे नांs सनाने लेई आखो।

### कम्मकाज 7: मेरियां पंज इंदरियां

बच्चें गी हर पंक्ति च दस्सी गेदी चीजें दी पन्छान करन देओ ते फही सज्जे डब्बे च मसूस करने आहले अंगे कन्नै उनेंगी मेलो। बच्चें गी मसूस करने आहली इंदरियें बारै च गल्लबात करने ते उंदे बारै च इक राइम पढ़ने लेई प्रोतसाहत करो।



### कम्मकाज 8: अपने आपै गी ते अपने स्कूलै गी साफ-सुथरा रक्खना

बच्चें गी एह् समझने च मदद करो जे अपने आपै गी ते अपने आले-दोआले गी साफसुथरा रक्खना जरुरी ऐ तां जे अस कटाणुएं शा मुक्त रौहचै ते साढ़े आले-दोआले दी हर चीज शैल-सन्हाकड़ी लब्भै। उंदे कन्नै इस बारै गल्ल करो जे किस चाल्ली जमात अंदर ते स्कूलै च सब किश साफ ते बवस्थत होना लोड़चदा। बच्चें गी उप्पर दिक्ती गेदी 2 तस्वीरें गी शरीर ते स्कूल दी साफ-सफाई लेई इस्तेमाल होने आहली उचित चीजें कन्नै मेलन देओ।



### कम्मकाज 9: मेरे आले-दोआले दे जानवर ते पैँछी

बच्चें कन्नै जमात च में तो सो रही थी कवता दा हाव-भाव दस्सदे होई कवता बोल्लो। जानवरें ते पैँछियें दे नाएं ते उंदियें अवाजें जोड़ियै राइम जारी रखने लेई बच्चें गी उतसाह्त करो। बच्चें गी असान्नी कन्नै थहोई जाने आहली चीजें कन्नै जानवरें/ पैँछियें दे फ्लैश कार्ड ते कठपुतली दा इस्तेमाल करियै कहानी/ कवता बनान देओ।



### कम्मकाज 10: मेरियां भावना

बच्चें गी एह समझने दी मदद करो जे साढ़े सभनें च भावना होंदियां न, पर एह जरूरी ऐ जे अस अपनी भावनाएं दा सामना करना सिक्खचै। फही बच्चें गी इक्के जनेही अभिव्यक्तियें आहले उचित चेहरें कन्नै भावनाएं गी मेलने लेई आखो। किश नेह कम्मकाज करो जिंदे कन्नै ओह अपनियें भावनाएं दा सामना करना सिक्खी सकन।



### कम्मकाज 11: नरोआ खानपान

नरोए ते माड़े खानपान आहली आदतें बारै चर्चा करो। बच्चें गी खाने-पीने आहली हर इक चीजदी पन्छान करने ते नांऽ सनाने लेई उतसाह्त करो। बच्चें गी पुच्छो जे ओह दिनें अक्सर केह खंदे न। फही बच्चें गी हर इक पंक्ति च खाने-पीने आहली चीजें पर गोलाधारा बनाने लेई आखो।



हाथी

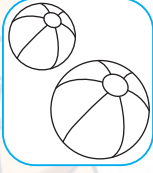
### कम्मकाज 12: जानवर जिनेंगी गी में जानना

बच्चें गी उनें जानवरें बारै गल्ल करन देओ जिनेंगी ओह जानदे होन ते जिनेंगी उनें अपने नेड़े-त्रेड़े दिक्खे दे होऐ। बच्चें गी हर इक जानवर दी पनछान करने ते उंदे नांऽ दस्सने ते उंदियां अवाजा कड्डने लेई आक्खो। फही, बच्चें गी हर इक जावनर अपने हत्थ दी पैहली औंगल रक्खने लेई आखो ते ओहदे नांऽ दी अवाज कड्डने लेई आखो। उनेंगी पीले बिंदु सोआ शुरु होइयै तीर निशान आहली दिशी बक्खी जंदे होई लाल बिंदु तोड़ी ट्रेस करो। जिसलै बच्चे बिंदुएं गी जोड़ै करदे होन तां उनेंगी जानवरें दी खुराक बारै जानने लेई प्रोतसाह्त करो ते उनेंगी एह सोचन देओ जे शेर गी खाने च केह पसंद ऐ।



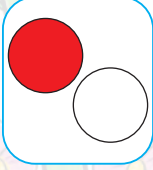
### कम्म-किसब 13:

बच्चें गी हर पंक्ति च तस्वीरें गी पन्छानन ते उंदा नांऽ दस्सन देओ ते उनेंगी हर पंक्ति च इक बाकियें कोला बक्खरी तस्वीरै गी गोलधारा मारने चीज गी फही बिंदुदार लकीरें गी ट्रेस करने लेई आक्खो।



#### कम्मकाज 14: बड्डी जां लौहकी चीज

बच्चें गी बड्डियें ते लौहकियें चीजें दी पन्छान करने ते उंदा नां दस्सने लेई आक्खो जियां के, लौहकिये ते बड्डियें छतरियें ते खिन्नु ते फही उनेंगी बड्डी चीजें च लाल ते लौहकी चीजें च नीला रंग भरने लेई प्रोतसाह्त करो।



#### कम्मकाज 15: अकार-रूप मेलो

बच्चें गी लकीरां खिच्चियै अकार-रूपें गी पन्छानने ते उंदा मेल कर लेई प्रोतसाह्त करो। बाद च उनेंगी आक्खो जे उनेंगी कट्टन ते उंदे अकार-रूप च अपने मनभांदे रंगदार कागच चमकान।



घोड़ा

#### कम्मकाज 16: जानवर जिनेंगी गी में जानना

बच्चें गी उनें जानवरें बारै गल्ल करन देओ जिनेंगी ओह् जानदे होन ते जिनेंगी उनें अपने नेड़े-त्रेड़े दिक्खे दे होऐ। बच्चें गी हर इक जानवर दी पन्छान करने ते उंदे नांऽ दस्सने ते उंदियां अवाजा कड्डने लेई आक्खो। फही, बच्चें गी हर इक जावनर अपने हत्थ दी पैह्ली औंगल रक्खने लेई आखो ते ओह्दे नांऽ दी अवाज कड्डने लेई आखो। उनेंगी पीले बिंदु सोआ शुरु होइयै तीर निशान आह्ली दिशी बक्खी जंदे होई लाल बिंदु तोड़ी ट्रेस करो। जिसलै बच्चे बिंदुएं गी जोड़ै करदे होन तां उनेंगी जानवरें दी खुराक बारै जानने लेई प्रोतसाह्त करो ते उनेंगी एह् सोचन देओ जे शेर गी खाने च केह् पसंद ऐ।



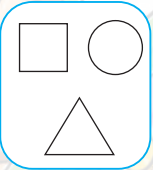
#### कम्मकाज 17: स्कूल जाने शा पैहले जेह्ड़े कम्म में करनां

बच्चें गी तस्वीरां दिक्खियै ते उनेंगी तस्वीरें गी कतार च स्हेई तरतीव च बनकान देओ। उनेंगी हर तस्वीर कम्मकाज दा ब्यौरा देने लेई आखो। उनेंगी आखरी खान्ना च अपना स्कूल दा चित्तर बनाने लेई उतसाह्त करो। बच्चें गी हर इक तस्वीरै गी कट्टियै ते स्हेई तरतीव च लाने ते बवस्था बारै दस्सने लेई आखो।



#### कम्मकाज 18: मेरी मनभाना खाना

बच्चें गी हाव-भाव कन्नै राइम बोलियै गाने च मदाद करो। उंदे शा मनभांने खाने बारै गल्लबात करो ते इस शा पैहलें कीते गेदे कम्मपत्तर 'नरोए खानपान' बारै पैहले आह्ले कम्म-पत्तरें कन्नै जोड़ो। इस बारै गल्ल करो जे बूह्टे साढी मदद कियां करदे ते उंदे बूह्टे शा असेंगी खाने आह्लियां केह्ड़ियां- केह्ड़ियां चीजां थ्होंदियां न बगैरा बगैरा।



#### कम्मकाज 19: अकार-रूपें च रंग भरो

बच्चें गी कम्म-पत्तर बारै दस्सो। उनेंगी गी हिदायतें मुजब रूप अकार दी पन्छान करने, उंदा नांऽ दस्सने ते रंग भरने लेई उतसाह्त करो। उनेंगी सभनें त्रकोण/अकारें च पीला रंग, चकौन्नं अकारें च सैल्ला ते गोल अकारें च नीला रंग भरन देओ।।



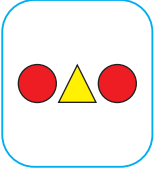
### कम्मकाज 20: सुरक्खत रवो

बच्चें गी सुरक्खत ते असुरक्खत स्थितियें गी समझने च मदद करो ते एह चर्चा करो जे इस चाल्ली दी कुसै स्थिति च उनेंगी केहू करना लोड़चदा। इस गल्ला दा ध्यान रक्खो जे उंदे च डर-त्राहू नेई पवै। हर इक बच्चें गी एहू मसूस करन देओ जे ओहू खास ऐ ते उनेंगी एहू गल्ल समझन देओ जे हिफाजत ते सुरक्षा उंदा हक्क ऐ। उंदे कन्नै एहू बी गल्लबात करो जे ओहू अपने आपै गी कियां सुरक्षत रक्खी सकदे न। उनेंगी बक्ख-बक्ख हैल्पलाइन नंबर चेता करन देओ। इस कम्म-पत्तर च उनेंगी तस्वीरां दिक्खने ते तस्वीरें मुजब सुरक्षत ते असुरक्षत टैग नशान लान देओ।



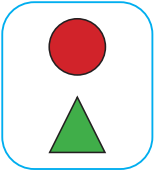
### कम्मकाज 21: फर्क दा पता लाओ ते गोलधारा लाओ

बच्चें गी दमै तस्वीरां दिक्खन देओ। उनेंगी दौन्नै तस्वीरें च फर्क तुप्पने लेई आखो ते पता गेदे फर्क उप्पर गोलाधारा लाने लेई आखो। तुस बच्चें लेई बक्ख-बक्ख विशें उप्पर इयै जनेहू कम्म-पत्तर त्यार करी सकदे ओ।



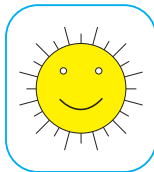
### कम्मकाज 22: अकार-डजैन तुप्पो ते रंग भरो

बच्चें गी अकार-रूपें गी दिक्खन देओ ते उंदे च रंग भरन देओ। उनेंगी अकार-रूपें बारै दस्सने लेई प्रोतसाहूत करो। मसाल दे तौर पर- स्येऊ-केला-स्येऊ-केला-स्येऊ ते फही इसै चाल्ली अगगे अगगे होर अकार-रूप।



### कम्मकाज 23: अकार-रूपें कन्नै कन्नै बनाओ

कम्म-पत्तर दे उप्पर किश अकार-रूप दिते गेदे न। बच्चें गी एहू अकार-रूप बरतियै चित्तर बनाने, डजैन बनाने लेई प्रोतसाहूत करो ते मगरा उनेंगी अपने डजैन जां चित्तर च रंग भरने गी आखो।



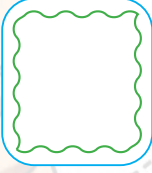
### कम्मकाज 24: मेरे रचनात्मक गोलधारे

कम्म-पत्तर च छे हेठ गोले दियां रूप-रेखा दित्तियां गेदियां न, बच्चें गी इनें गोलधारें सोआं अपनी मर्जी दा किश बी बनाने लेई प्रोतसाहूत करो। मसाल दे तौर पर इक गोलधारा दित्ता गेदा ऐ।



### कम्मकाज 25: मेरे खडौने (तस्वीर पढ़ना)

बच्चें गी तस्वीर दिक्खन देओ ते एहूदे बारै गल्ल करन देओ। उस तस्वीर पर कोई कहानी बनाई सकदे ओ। बच्चें जिनें खडौने कन्नै खेढदे न उंदी पन्छान करने, उंदा नांऽ दस्सने ते उंदी गिनतरी दस्सने लेई आखो। बच्चें गी बिजन लागत आहूली समगरी जां अपने आले दुआले कुदरती उपलब्ध होने आहूली चीजें गी बरतियै खडौने बनाने दे कम्मै च शामिल करो।



### कम्मकाज 26: मेरा चित्तर-संग्रह

बच्चें गी सुरक्षत कैची बरतियै परानी अखबारें ते रसालें थमां शरीरक सफाई ते साफ सफाई कन्नै जुडी दियां मनपसिंद तस्वीरां कट्टन देओ। उनेंगी एह तस्वीरां दित्ते गेदे खान्नें च चित्तर संग्रह दे रूपै च चमकाने लेई आखो। बच्चें गी अपने ढंगै कन्नै चित्तर संग्रह च दित्ती गेदी तस्वीरें बारै किश सतरां लिखने ली प्रोतसाहत करो।



### कम्मकाज 25: साढ़े आले-दोआले दे जानवर ते पैछी

'Chirp-Chirp Says the bird' राइम गी जमात च बच्चें कन्नै हाव-भाव कन्नै पढ़ो। बच्चें गी जानवरें ते पैछियें दे नां ते उंदियें अवाजें गी जोड़दे रौहने ते राइम जारी रखने लेई प्रोतसाहत करो। बच्चें गी अपने आले-दोआले सखाले उपलब्ध चीजें कन्नै जानवरें ते पैछियें दे फलैशकार्ड बनाने च शामिल करो ते जानवरें दे फलैशकार्ड जां कठपुतलियां बरतियै राइम बनान देओ।



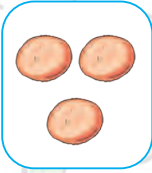
### कम्मकाज 28:: राइम आह्ले शब्द मेलो

बच्चें गी तस्वीरें दी पन्छान करन देओ, उंदे नांऽ दस्सन देओ ते लकीरां मारियै इक-दूए कन्नै मिलदियें तस्वीरें दे नाएं गी मेलन देओ।



### कम्मकाज 29: राइम आह्ले शब्द

बच्चें गी तस्वीरां दिक्खने ते उंदा नांऽ सनान देओ ते चर्चा करो जे एह नांऽ इक-दूए कन्नै किस चाल्ली मिलदे न। जियां--- फल, नल, जग-टब्ब बगैरा। उनेंगी रंग भरने लेई आखो। जेकर तस्वीरें दे नांऽ इक दुए कन्नै मिलदे न तां मुस्करांदी शकलें पर ते जेकर तस्वीरें दे नां नेई मिलदे होन तां दुआस शकलें च रंग भरने लेई आखो।



### कम्मकाज 30: चीजें दी गिनतरी (1 कोला 10 तगर )

बच्चें गी चीजें गी दिक्खन देओ ते हर खान्ने च दित्ती गेदी चीजें दी गिनतरी पर गोलधारा मारन देओ। मसाल दे तौर पर दस्सें फुल्कें पर गोला लुआओ तां बच्चें कशा मेद कीती जंदी ऐ जे ओह छड़ा दस्सें फुल्कें उप्पर गै गोला लान ते इस्सै चाल्ली इस कम्म गी जारी रक्खो।



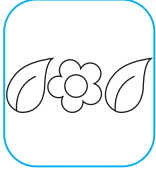
### कम्मकाज 31: फ्हेली

बच्चें गी अपने हत्थै दी पैह्ली आँगली कन्नै फ्हेली गी बुज्झन देओ ते सिया गी अपनी गो शैडु तगर लेई जाने च मदद करो। फ्ही उनेंगी रंगदार मुट्टी पैसल बरतियै ट्रेस करने ते सिया गी अपनी गवै गी गोहूडै तगर लेई जाने च मदद करो।



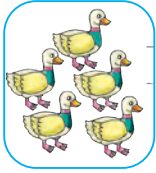
### कम्मकाज 32 : सभनें थमां बड्डे ते सभनें थमां लौहके

बच्चें गी सभनें शा बड्डी चीजा च काले रंगे दा कागज ते सभनें शा लौहकी चीजा च पीले रंगे कागज कट्टियै चमकाने लेई आखो।



### कम्मकाज 33 : अकार-डजैन मुजब चलो

बच्चें गी अकार-डजैन गी दिक्खन देओ, उंदा ब्यौरा दस्सने ते दिक्ती गेदी थाहूरै पर उस्सै अकार-डजैन गी पूरा करने लेई आखो।



### कम्मकाज 34 ते 35: चित्तर बनाओ ते स्हेई गिनतरी गिनो

बच्चें गी गिनने ते लकीरा उप्पर अपनी औंगली गी चलाने दा अभ्यास करन देओ। फही दिक्ती गेदे दिशा च इक लकीर मारो ते गोलधारे दी स्हेई गिनतरी कन्नै मेल करो।



### कम्मकाज 36 : कैटरपिलर ( रंगने आहला कीड़ा) दा चित्तर मुकम्मल करो

कैटरपिलर दा चित्तर मुकम्मल करने लेई बच्चे गी गोलधारे बनान देओ ( जि'यां खान्ने दे दिक्ते गेदे न)। तुस अभ्यास लेई इ'यै जनेह् कम्मपत्तरे देई सकदे ओ, जि'यां के रेल च दिक्ती गेदी गिनतरी च डब्बे जोड़ो बगैरा।



### कम्मकाज 37 : शेर ते चूहा

बच्चें गी स्टोरी कार्ड दस्सो ते कहानी सनाओ। उनेंगी प्रश्न पुच्छो जि'यां: कहानी कैह्दे बारै च ऐ ? कहानी दी घटना कु'त्थे घटी ? कहानी दा कथानक केह् ऐ ? तुसें गी तसवीर च केह्ड़े पशु लब्भै करदे न ? तुसें गी कहानी च केह्ड़ी चीज पसिंद आई ? तुस कहानी गी कोई होर नमां सिरलेख देई सकदे ओ ? तां फही बिंदुदार लकीरें दे कन्नै-कन्नै स्टोरी कार्ड गी कट्टो (बच्चें लेई सुरक्षत कैंची कन्नै) ते उ'नेंगी स्हेई क्रम च लाओ ते उ'नेंगी उंदे शब्दें च कहानी गी परतियै सनाओ।



### कम्म-किसब 38: शकारी ते कबूतर

बच्चें गी स्टोरी कार्ड पढ़न देओ ते चर्चा करो जे कहानी कोह्दे बारै च ऐ कहानी कुत्थे घटी कहानी च केह् समस्या ही। जाल चा बाहर निकले लेई पैछियें केह् कीता कहानी कार्ड च केह्ड़े पैछी गी दस्सेआ गेदा ऐ। अपने कोल-कच्छ लभने आहले होर दूए पैछियें दे नां सनाओ बगैरा। फही बच्चें गी हर स्टोरी कार्ड च कबूतरें दी गिनतरी करन देओ। बच्चे गी इस्तेमाल च सुरक्षत कैंची गी बरतियै स्टोरी कार्ड कहानी कार्ड गी बिंदुदार लकीरें दे स्हाबै कटटने ते स्हेई तरतीब च बनकाओ ते उनेंगी कहानी अपने शब्दें च सनाने लेई आखो। मगरा बच्चें गी लोकप्रिय गाना एक चिड़िया अनेक चिड़ियां

बारै दस्सा जाई सकदा ऐ।



### कम्मकाज 39: ऐन स्हेई अकार

बच्चें गी तस्वीरें दे अकार मताबक कट्टियै, दरम्याने ते लौहके रुपै च पन्छानने ते तसपवीरां दस्सन देओ। तुस दित्ती गेदी तस्वीरें दे अधार पर बी कहानी बनाई सकदे ओ ते बच्चें गी गणित शब्दावली बरतियै इक कहानी बनान देओ जियां बिद बड्डा जां सभनें थमां बड्डा, जां लौहका, ओहूदे कोला लौहका ते सभनें शा निक्का ते इस्सै चाल्ली फही बच्चे दी स्हूलत मताबक कैची बरतदे होई बच्चें गी बिंदुदार लकीरें दे स्हाबै तस्वीरें गी कप्पने ते स्हेई थाहरै पर चेपने लेई आखो। मसाल दे तौरा पर दरम्याने कटोरे दरम्यानी गुड्डी ते इस्सै चाल्ली होर।

### कम्मकाज 40: बड्डा ते लौहका

बच्चें गी (परानियें अखबारें जां रसालें शा कट्टियै) अकार-रूपें गी दित्ती गेदी खाल्ली थाहर पर चमकाने लेई आक्खो।



### कम्मकाज 41: लाल किला

अजादी आहूदे ध्याड़े जेहूड़ा साढ़ा राश्टरी त्योहार ऐ, ओहूदा म्हत्तव बारै गल्लबात करो- बच्चें गी राश्ट्री झंडे ते लाल किले च रंग भरन देओ।



### कम्मकाज 42: दूएं प्रति दया

सर्कल टाइम दरान चर्चा करो ते इस बारै गल्ल करो जे असेंगी म्हेशां जानवरें कन्नै दया-भावना आहूला व्यबहार करना चाहिदा। असेंगी अपने कार-व्यहार च दयालु होना चाहिदा। बच्चें गी एक्शन कन्नै कविता सनान देओ। जानवरें बारै कहानी गी जोरें जोरें पढ़न देओ। कागजें सोआं मच्छी बनाने च मदद करो ते उनेंगी दस्सी गेदी थाहरै पर चमकान देओ। ओहू मच्छी दी तस्वीर बी बनाई सकदे न।



सेब

### कम्मकाज 43: नरोआ खानपान

खानपान दियें नरोई ते माड़ी आदतें पर चर्चा करो। बच्चें गी खाने आहूही हर क चीज गी पन्छानने ते उंदे चा हर इक दा नांस सनाने लेई प्रोतसाहूत करो। बच्चें गी पुच्छो जे ओहू दिनें ज्यादातर केहू खंदे न ते फही बच्चें गी हर इक पंक्तिच खाने-पीने आहूली नरोई चीजें जें उप्पर गोलधारा लाने गी आखो।



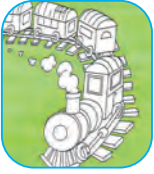
### कम्मकाज 44 ते 45: खेढ दे मदान च (तसवीर पढ़ना)

बच्चे गी खेढ मदान दियां तस्वीरां दस्सो ते चर्चा करो जे तस्वीरै च केह लब्धै करदा ऐ। बच्चें शा रचनात्मक ते म्हत्तवपूर्ण सुआल पुच्छो, किश मसालां कम्म-पत्तरै च दित्तियां गेदियां न। बच्चे गी नेड़े दे बाग (पार्क) च लेई जाओ ते उनेंगी अपनी बागै दी खुल्ली थाहर खेढ दा नंद लैन देओ। उनेंगी घिरे दे पत्तरें टाहलियें ते फुल्लें गी कठेरने लेई आखो। उनें गी तालने ते इस चाल्ली दे अकार-डजैन बनाइयै जमातै च कम्म-गतिविधियां करियै दस्सो। बाद च बच्चें कोल मजूद चीज गी बरतदे होई चित्तर-संग्रैह बनान देओ ते पत्तरें ते फुल्लें कन्नै छपाई करन देओ।



#### कम्मकाज 46: मेरे दस फलूस

मीना ते रवि बारै कहानी सनाओ। उनेंगी दस्सो जे इक बारी ओहू दमैं रंगदार फलूसै कन्नै कियां खेढना चांहदे न। बच्चें गी कहानी च किश नमां जोडने ते कोई सिरलेख देने आस्तै आखो। उनेंगी फलूस गिनने, रंग भरने लेई आखो ते फही हर इक फलूसै कन्नै धागा बनाओ ते फलूसै दे पैहले गुच्छे गी मीना दे हत्थें च ते दूए गुच्छे गे रवि दे हत्थें च फगड़ाओ। आखर च सभनें फलूसें दा कुल गिनतरी करे ते दित्ते गेदे खान्नै च लिखने लेई आखो।



#### कम्मकाज 47: गिनो ते रंग भरो

बच्चें गी रेल दे डब्बें दी गिनतरी करने ते हर इक नंबर च दस्से गेदे रंगें मताबक रंग भरने लेई आखो। गिनतरी पर इक राइम गाओ। बच्चें गी तील्लें आहली खाल्ली डब्बियें जां होर डब्बे (जां कोई बी चीज जेहूड़ी सौखे थहोई सकै ते जेहूदा कोई मुल्ल नेई होऐ) किटठे करो ते उनेंगी लोड़चदी चीजें कन्नै इक रेल बनाने लेई आखो। एह दिक्खे बच्चें समूह च किस चाल्ली कम्म करदे न, इक दूए कन्नै कियां गल्ल करदे ते किस चाल्ली अपनियां चीजां इक-दूए कन्नै सांझियां करदे न। उंदे कन्नै गल्ल करो जे क्या तुस कर्दे रेल दे सफर पर गेदे ओ कुत्थे गेदे ओ, सफर करने दे होर केहूडे साधन दिक्खे दे न ते क्या तुसेंगी सफर करना अच्छा लगदा ऐ, बगौरा।



#### कम्मकाज 48 : में अपनी सफाई आपूं करना

बच्चें गी उनें चीजें बारै गल्ल करन देओ जिनेंगी शरीर साफ करने लेई इस्तेमाल कीता जदा ऐ। उनेंगी खान्नै च दित्ती गेदी हिदायतें मुवजब उचित चीजें दे चित्तर बनाने ते उंदे च रंग भरने लेई उतसाहत करो।



#### कम्मकाज 49 : सड़क सुरक्षा (तस्वीर पढ़ना)

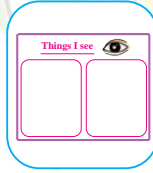
बच्चें गी एह समझने च मदद करो जे सड़क उप्पर सुरक्खत रौहना मता जरूरी ऐ।

निजमें ते सुरक्षा दे तौर-तरीकें दी पालमा करने लेई उंदा मार्गदर्शन करो ते सड़कै दे कंठे लिखे गेदे संकेतें बारै चर्चा करो। फही उनेंगी ओहू संकेतें बारै दस्सो जेह्ड़े ओहू आमतौरा पर अपने आले-दोआले खास करियै सड़क उप्पर दिखदे न ते उनेंगी उनें संकेतें पर जेह्ड़े सुरक्खत न पर () दा नशान ते जेह्ड़े सुरक्षत नेई उंदे पर () दा नशान लाओ।



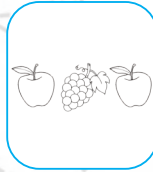
### कम्मकाज 50: साफ-सुथरा शरीर

बच्चें गी शरीर साफ रखने गितै बरतोने आहली चीजें गी दिक्खन देओ ते उनेंगी पन्छानने ते उंदा नांऽ सनाने लेई आखो। फही उनेंगी खब्बै पाससै दित्ते गेदे शरीरै दे अंगे कन्नै हर पंक्ति च दित्ती गेदी तस्वीरें कननै मेलने ते गोलधारा लाने लेई आखो। मसाल दे तौरा पर बच्चें कशा मेद कीती जंदी ऐ जे ओहू पैहली पंक्ति च साबन ते शैपू ते कंधी गी खब्बै पाससे दे बच्चें दे तस्वीरें कन्नै मिलान ते गोलधारा लान। बच्चे गी उनें चीजें बारै गल्ल-बात करने लेई प्रोतसाहूत करो जेह्ड़ियां ओहू शरीरै दी सफाई लेई बरतदे न।



### कम्मकाज 51: हिदायतें मुजब तस्वीर बनाओ (अपनी समझ मुजब)

कम्म-पत्तरै च 'चीजां जो अस दिक्खने आं', 'चीजां जो अस सुनने आं', 'चीजां जो अस सींघने आं', 'चीजां जेह्ड़ियां अस चखने आं' हर इक इंदरी गितै खान्ना दित्ता गेदा ऐ। बच्चें गी दित्ती गेदी मसूसने आहली इंदरियें मताबक तस्वीरा बनान देओ।



### कम्मकाज 52: फलें कन्नै अकार-डजैन

बच्चें गी बक्ख-बक्ख फलें दे अकार-डजैन दिक्खन देओ। हर पैटर्न दी ब्याख्या करो ते उनं गी फलें दी तस्वीर (आकृति) बनान देओ ते हर पंक्ति च अकार-रूप गी मुकम्मल करने लेई आखो।



### कम्मकाज 53 : गड़ियां गिनना

ईधन कन्नै चलने आहली गड़ियें दी जमीनी, पानी ते हवाई ट्रांसपोर्ट दे वाहने दे वर्गीकरण बारै चर्चा करदे ट्रांसपोर्ट दे बक्ख-बक्ख साधनें बारै गल्लबात करो। बच्चें गी दित्ते गेदे खान्नें च गड़ियें दी गिनतरी करने ते गिनतरी लिखने गी आखो। उनेंगी गड़ियें दे खडौने कन्नै खेढन देओ। उनेंगी अपनी मनपसिंद आहली गड्डी दी तस्वीर बनाने लेई आखो ते बगैर लागतू ते व्यर्थ पेदी चीजें गी बरतियै गड़ियें दे खडौने खडौने आपूं बनाने लेई आखो।



### कम्मकाज 54: वाले चित्र ढूँढो

बच्चों को चित्रों का अवलोकन करने दें, उनका नाम लिखने के लिए कहेँ और ग वाले चित्र

ढूँढकर उनमें रंग भरने दें।



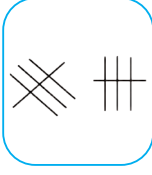
### कम्मकाज 55: आहली तस्वीरां चुप्पो।

बच्चें गी चित्तर दिक्खन देओ ते पशाकें पर बने दे बक्ख-बक्ख आकृति-रूपें बारै गल्ल करन देओ। फही बच्चें गी इक्कै जनेह् आकृति-रूप आहले पशाकें कन्नै मेल करने प्रोतसाह्त करो। उनेंगी आकृति-रूपें दी गिनतरी करने ते दित्ते गेदे खान्नं च लिखने लेई आखो।



### कम्मकाज 56: कपड़ें पर आकृति-रूप मेलो

बच्चें गी चित्तर दिक्खन देओ ते पशाकें पर बने दे बक्ख-बक्ख आकृति-रूपें बारै गल्ल करन देओ। फही बच्चें गी इक्कै जनेह् आकृति-रूप आहले पशाकें कन्नै मेल करने प्रोतसाह्त करो। उनेंगी आकृति-रूपें दी गिनतरी करने ते दित्ते गेदे खान्नं च लिखने लेई आखो।



### कम्मकाज 57: आकृति-रूप गी तुप्पो ते मेल करो

बच्चें गी हर पंक्ति ध्यानै कन्नै दिक्खन देओ ते सज्जी पंक्ति च दित्ते गेदी तस्वीर कन्नै मेलने लेई खब्बे खान्ने च मेलमी तस्वीर तुप्पन देओ। तुस चीजें दी दिशा ते थाहर बारै गल्ल करने लेई प्रोतसाह्त करी सकदे ओ। इक बारी बच्चा तस्वीरां मेलने दा कम्म पूरा करी लैन ते उनेंगी बिंदुदार लकीरें गी जोड़ने लेई आखो।



### कम्म-किसब 58 ते 59: निक्के पैछी

तस्वीरां च केह् होआ करदा ऐ बच्चें गी दिक्खन देओ ते गल्ल-कत्थ करने देओ तुस इस चाल्ली दे सुआल पुच्छी सकदे ओ जियां उनेंगी अपने घरै दे आलै-दोआलै कोई पैछी लब्भदे न ? ओह् पैछी केह्ड़े ते तुस केह् सोचदे ओह् जे ओह् कुत्थे रौह्दे न ? जेकर तुंदे घर कोई पैछी उठी आवै तां तुस केह् करगे ? तुस केह् मसूस करदे ओ जे पैछी तुंदे घर दी दुआरियें ते बालकोनी की ओंदै न ? क्या तुस पैछियें गी पालतू पैछियें आह्ला लेखा पालगे ?

फही बच्चें गी एह्दे लेई प्रोतसाह्त करो-

कवता च तुक्कबंदी आहले शब्दें दे जोड़े गी पनछानो।

- पैछी शब्दें च उनेंगी सभने कशा पैहली केह्ड़ी ध्वनि सनोचदी ऐ ? प ध्वनि कन्नै शुरु होने आहले होर केह्ड़े शब्द न ?
- उनें पैछियें बारै गल्ल करो जिनेंगी बच्चें अपने कोल-कच्छ दिखदे न।

बच्चें अज्ज पैँछियें दी अवाज कड्डन देओ। कागज़ मोड़ियै इक पैँछी बनाने च बच्चें दी मदद करो। कठपुतली जां कुसै होर चीजा दी दी मदद कन्नै बच्चें गी पैँछियें दी कहानी सनाओ।



### कम्मकाज 60: अपने ढंगै कन्नै उंचाई नापना (गैर-मानक इकाइयां)

बच्चें गी तस्वीर दिक्खने ते चकौन्ने डब्बें दी गिनतरी करन देआ। उनेंगी जिराफ दी उंचाई दे मताबक चकौन्ने खान्ने च रंग भरने लेई आखो। बच्चें गी रिबबन कन्नै अपनी उंचाई नापन देओ ते कन्नै अपने दोस्ते दी उंचाई कन्नै तुलना करन देओ।



### कम्म-किस्ब 61: अपने ढंगै कन्नै लंबाई मापो (गैर-मानक इकाइयां)

बच्चें गी ट्रांसपोर्ट दे साधने दी दिक्खन देओ ते गड्डियें दी लंबाई दे स्हाबै ब्लाके च रंग भरन देओ। उनेंगी एहू बी आखो जे ब्लाके दी गिनतरी करियै खान्ने च लिखन।



### कम्म-किसब 62: इंडिया गेट

इंडिया गेट बारे गल्लबात करो ते बच्चें गी कवता सनाने च मदद करो। बाद च बच्चें गी इंडिया गेट दी तस्वीर गी मुकम्मल करने लेई नंबर जोडने लेई आखो। राइमां गाओ ते बच्चें गी तरतीबी जोड़ें गी जोरें-जोरें बोलियै ते बिंदुएं गी जोड़ने गितै प्रोतसाह्त करो। इस्सै उप्पर उप्पर बच्चें गी तस्वीर आह्ला चार्ट जां वीडियो दस्सो।



### कम्मकाज 63: खडौने तुप्पो

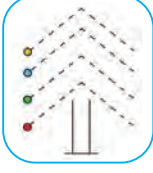
तस्वीरै पर चर्चा करो। बच्चें गी तस्वीर दिक्खन देओ ते पैहलें औंगली कन्नै बिंदुदार लकीरें गी ट्रेस करन देओ ते फही बिंदुदार लकीरें ही रंगदार पैसल कन्नै बिंदुदार लकीरें गी ट्रेस करियै खडौने बनाओ।



### कम्मकाज 64: सम्हाल ते साफ-सफाई सरबन्धी चार्ट

कम्मपत्तर च दस्से गेदे सम्हाल ते साफ-सफाई चार्ट बारे बच्चें गी। हर बच्चे गी हफते दे कुसै बी दिन अपने आपै दी सम्हाल ते साफ-सफाई गितै कीते गेदे कम्म दे बारे च हर इक खान्ने च नशान लाने जां नशान लान देए। बच्चें गी हर इक दिन नशान लाने लेई उस्सै शीट दा इस्तेमाल करने लई आखो ते हफते दे

अखीर च उंदे कशा मेद कीती जंदी ऐ जे ओहू जिन्ने दिनें तगर कम्म-किसब करी चुके दगे न, उन्नै गै दिनें लेई खीरले खानने च नशान लान।



### कम्मकाज 65: लकीरां ट्रेस करना

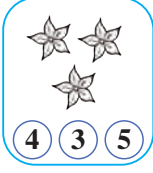
बच्चें गी आकृति डजैन गी धरोइयै दिक्खन देओ ते बिंदुएं उप्पर पैह्ले औंगली फेरो। फही उनेंगी बिंदुएं/ ठिमके दे जेहड़ा रंग ऐ उस्सै रंग कन्नै बिंदुदार लकीर गी ट्रेस करदे होई बूहटे दा चित्तर मुकममल करो। उनेंगी अपनी कहानी लिखने लेई लेई प्रोतसाह्त करो। (तुस उनेंगी जोड़े बनाइयै जां लौहके-लौहके गुप बनाइयै इयां करने लेई आक्खी सकदे ओ।



Laxmi picks 3 apples

### कम्मकाज 66: गिनो ते लिखो

बच्चें गी हर इक तस्वीर बारै दस्सो। जिसलै ओहू गिनन तां उनेगी हर इक चीजा पर औंगल रक्खने गी आक्खो। फही उनेंगी खान्ने च चीजे दा जोड़ करने ते गिनतरी लिखने लेई आखो।



### कम्मकाज 67: जीरो

बच्चें गी हर इक खान्ने च फुल्लें दी गिनतरी करने ते उंदे च रंग भरने लेई आखो। फही फुल्लें दी गिनतरी दस्सने आह्ले स्हेई गोलधारे च रंग भरो। बच्चें गी आले-दोआले लभने आह्ले भांत-सभांते फुल्लें गल्लबात करन देओ। जेकर होई सकै तां बच्चें गी अपने कच्छ-कोल किरि दे फुल्लें गी कठेरने लेई आखो। उनेंगी फुल्लें दे गुच्छे, फुल्ले दे चित्तर-संग्रैह ते इयां गै होर कम्म करने लेई प्रोतसाह्त करो।



### कम्मकाज 68 ते 69: अकें कन्नै खेढो

बच्चें गी पूरी कवता बोलन देओ। उंदे कन्नै पैछियें बारै गल्ल-कत्थ करो जिनेंगी ओहू अपने दुआलै दिखदे न। उनेंगी इन्ने बारी कवता दरहाने ते लिखने लेई प्रोतसाह्त करो जिन्नी बारी ओहू गाई सकदे न( वन फ्लू एवे- इक उडुरी गेआ) ते उसलै तगर जारी रक्खो जिसलै तगर ओहू कम्मकाज मकाई नेई लैन।



रलड्ड

### कम्मकाज 70 : अकें कन्नै खेढो

बच्चें गी चीजां पन्छानने ते गिनन देओ ते चीजे दी कुल्ल गिनतरी पता लान देओ। खेढा दरान नेहू कम्मकाज मते बारी ते ठोस चीजे कन्नै करो।



ल भ म

### कम्मकाज 71 : ध्वनि-चित्र मिलान

बच्चें गी तस्वीर दी पन्छान करने ते नां दस्सन ली। फही उनेंगी तस्वीरें दे नां दे मुंढले अक्खरें पर गोलधारा मारने गी आखो। तुस बची गेदे अक्खर ते उंदी ध्वनियें लेई उए जनेही वर्कशीट त्यार करी सकदे ओ।



म फ त

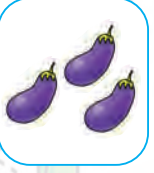
### कम्मकाज 72: ध्वनि-चित्र मिलान

बच्चें गी तस्वीरें दी पन्छान करियै उंदे नां दस्सन देओ। फही उनेंगी तस्वीरें दे पैहले अक्खरें पर गोलधारा लाने लेई आखो। तुस बाकी बचे ते अक्खरें ते उंदियें ध्वनियें लेई इससै चाल्ली दे कम्म-पत्तरे त्यार करी सकदे ओ।



### कम्मकाज 73: जमैटरी आहले आकार-रूप आहले- डजैन

बच्चें गी बक्ख-बक्ख अकार-रूपें दे डजैन दिक्खन देओ। उनेंगी हर इक रूप-डजैन बारै दस्सो ते आखो जे ओहू अकार-रूपें दी तस्वीर बनाइयै हर इक पंक्ति च डजैन पूरा करन।



### कम्मकाज 74: सब्जियें दी गिनतरी

बच्चें गी सब्जियें गी पन्छानने ते उंदे नां दस्सन देओ। उनेंगी सब्जियां गिनने ते दित्ती गेदी टोकरी च कुल जोड़ लिखने लेई आखो।



### कम्मकाज 75: हवाई जहाज

हवाई ट्रांपोर्ट बारै गल्लबात करो। बच्चें गी जहाजें दी गिनतरी करने लेई आखो ते इक जहाजै पर काटा मारने ते फही बाकी बचे दे जहाजें दा जोड़ लिखने लेई आखो। उनेंगी कागजै दा हवाई जहाज बनाने लेई आखो।



### कम्मकाज 76: बिंदुएं गी मेलो

रुट्टी खाने कशा पैहले ते रुट्टी खाने दे बाद ते कन्नै शोच करने परैत्त हत्थें गी धोने दे म्हत्तव बारै चर्चा करो। बच्चें गी तरतीब च अक्खरें दे बिंदें गी जोड़ियै तस्वीरै गी मुकम्मल करन देओ ते अक्खरें गी तरतीबवार जोरें-जोरें पढ़न देओ। किश गै अक्खर वर्कशीट च उदाहरण लेई पर दित्ते गेदे न। साक्षरता समृद्ध जमात दे हिस्से दे रूपै च तस्वीरें दे अगें उंदे नांएं आहले अक्खर-चार्ट बच्चें दे सामनै दस्सो।



### कम्मकाज 77: सब्जियां

बच्चें कन्नै उ'नें सब्जियें-तरकारियें बारै गल्लबात करो जिं'दे बारै ओहू जानदे न ते जिनेंगी ओहू घरे च खंदे न। फही बच्चें गी हर इक पंगताली च दिती गेदी सब्जियें गी पन्छानने, नांऽ पाने ते गिनतरी करने लेई आखो। फही खबबै पासै दिती गेदी सब्जियें तरकारियें दे जोड़ कन्नै मेलने लेई सज्जी बक्खी दित्ते गेदे हर इक खान्ने च सब्जियां बनाने लेई प्रेरत करो।



### कम्मकाज 78: अक्खरें दियां मुंढलियां ध्वनियां

बच्चें गी छें तस्वीरें बिच्चां हर इक गी पन्छानने ते उंदा नांऽ सनाने लेई आखो। फही, उनेंगी हर इक जानवर/ पैँछी दे नांऽ दी मुंढली ध्वनि दी अवाज कड्डने लेई उतसाहृतत करो। मसाल दे तौर पर कुक्कड़ी दी (क) ध्वनि, मोर दी (म) ध्वनि। तुस उनेंगी 'क', 'प' ध्वनि बगैरा ध्वनियें कन्नै शुरु होने आहले होर दूएं जानवरें दे नांऽ बोलने लेई उतसाहृत करी सकदे ओ। एहूदे परैत्त हर इक तस्वीर दे हेठ दित्ते गेदे खान्ने च हर इक तस्वीरै दे नांऽ दा पैहूला अक्खर लिखने गितै आखो।



### कम्मकाज 79: मेरी रंगली फलौहनी

बच्चें गी फलौहनी बारै दस्सो। बच्चें गी वर्कशीट च भरोए दे रंगें आहूला लेखा गै रंग बरतियै फलौहनी च रंग भरने लेई आक्खो।



### कम्मकाज 80-92: उदाहरण आहले विशे पर अधारत वर्कशीट

उप्परली वर्कशीटें दे इलावा 'मेरा परोआर' ते 'जानवर' विशे पर अधारत बारूहां होर वर्कशीटा न। एहू विशेगत कम्मपत्तर उदाहरण न। शिक्षक बक्ख-बक्ख विशें पर अधारत इयै जनेहू होर कम्मपत्तर त्यार करी सकदे न।



### Activity 92: शैल ते माड़ी आदतें पर खेढ (सप्प ते सीड़ी)

शैल ते माड़ी आदतें बारै एहू वर्कशीट लोकप्रिय बोर्डगेम- सप्प ते सीड़ी पर अधारत ऐ। बच्चें गी कम्म-किसब 75 गी भरने परैत्त कागज गी कट्टियै कुसै मुट्टे बोर्ड पर चमकाने ते पासें जां काउंटरें कन्नै खेढने लेई आखो। बेकार पेदी रंग-बरंगी बोटलें दे ढक्कनं गी काउंटर दे रुपै च इस्तेमाल करी सकदे ओ। खेढ दे निजमें बारै बच्चें कन्नै चर्चा करो ते जीवन च शैल आदतें दी पालमा दे म्हत्तव बारै बच्चें गी जानकारी हासल करन देओ।



Hello Children!

If you feel uneasy about someone touching you inappropriately, you should not keep quiet. You must

1. Not blame yourself
2. Tell someone whom you trust
3. You can also inform National Commission for Protection of Child Rights through the **POCSO e-box**.

**When you get an unsafe touch, you may feel bad, confused and helpless  
You need not feel "bad" because it's not your fault**



**Press This Button**

**POCSO e-box available at [NCPCR@gov.in](mailto:NCPCR@gov.in)**



**If you are below 18 years of age, and are troubled or confused or abused or in distress or know some other child who is...**

*Call **1098**...because some numbers are good!  
They change lives!!!*



**CHILDLINE 1098** - a national 24 hours toll free emergency phone service for children in distress is an initiative of CHILDLINE India Foundation supported by Ministry of Women & Child Development



*Ek Kadam Swachhhta ki or*

## विशे

आमुख

गतिविधि कताब दे बारे च

वर्कशीट कन्नै मदद करना s

ज्यानें लेई वर्कशीट

v

ix

xiii

1 – 93

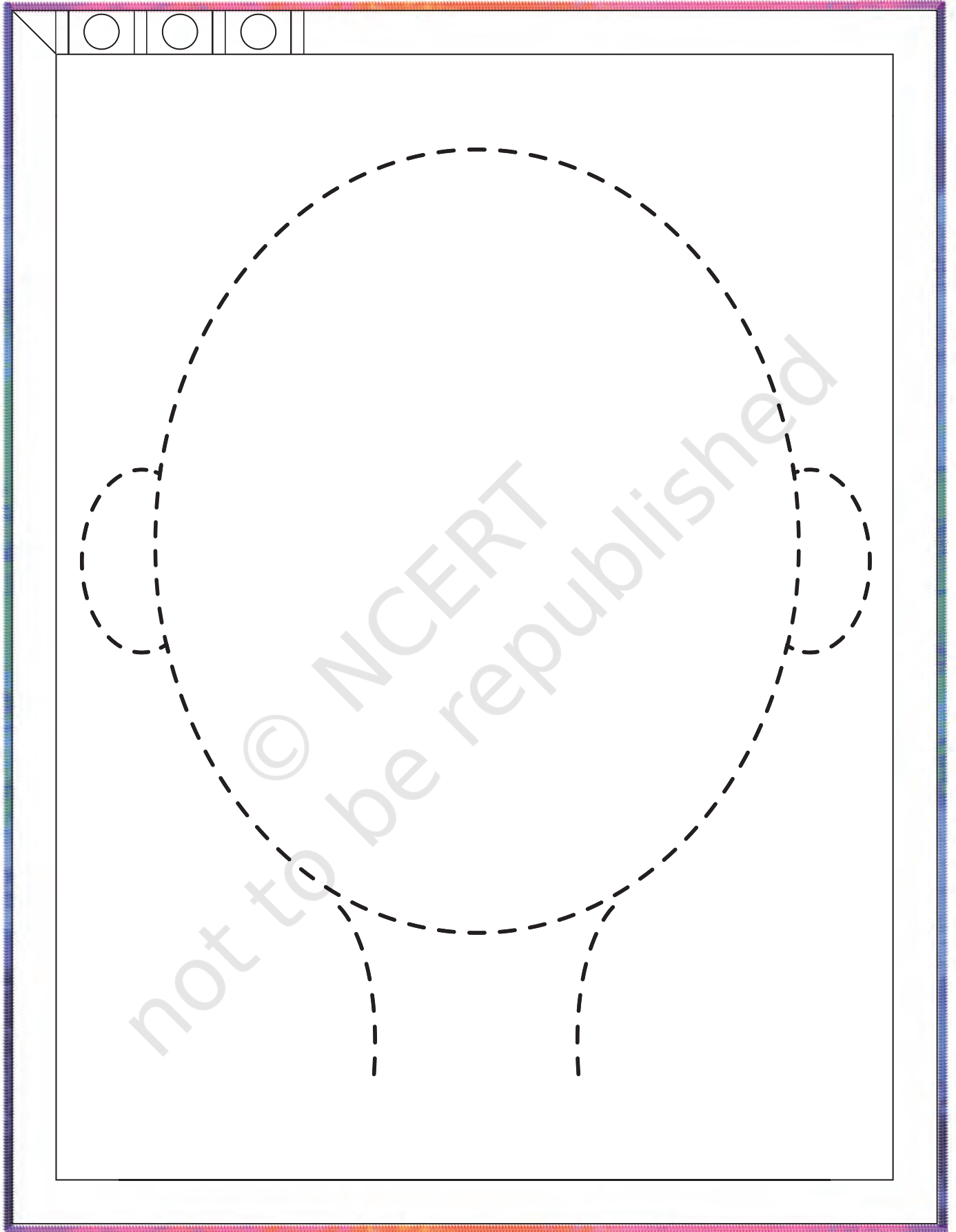




Educate her, as She will Spread the Light of Knowledge

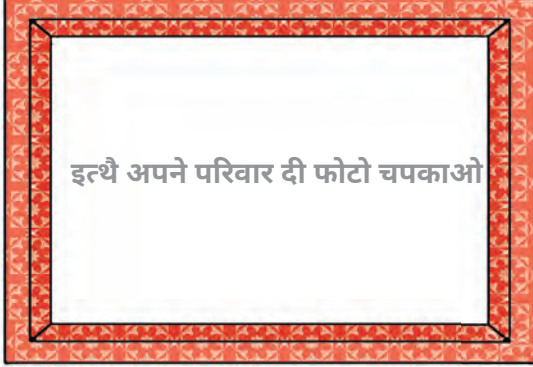
# मेरा फोटो फ्रेम

गतिविधि 1





## मेरे परिवार दी तस्वीर



## मेरा जन्मदिन



## मेरा पसंद

रंग: \_\_\_\_\_

आकृति: \_\_\_\_\_

रुटी: \_\_\_\_\_

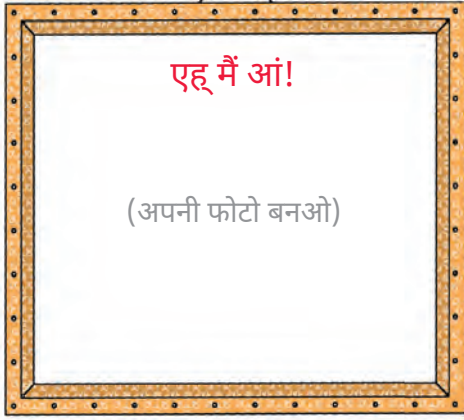
## एह मैं आं

(अपनी फोटो बनाओ)

## अपने बारे च

मैं खास आं,  
 मैं खास आं,  
 मेरे अल दिक्ख,  
 तुस दिखगे,  
 कोई बड़ा खास;  
 कोई बड़ा खास,  
 कीजे एह मैं आं,  
 कीजे एह मैं आं,





◆ मेरा नां केह ऐ?

\_\_\_\_\_

◆ किन्ने बरे दी/दा आं? नम्बर गी गोला लाओ.

1

2

3

4

5

6

◆ मैं कुड़ी आं जां जागत?

◆ गोला लाईयै उदे च रंग भरो.



◆ मेरी माता जी दा नां \_\_\_\_\_

◆ मेरे पिता जी दा नां \_\_\_\_\_

◆ मेरी दिक्खभाल करने आह्ले दा नां \_\_\_\_\_



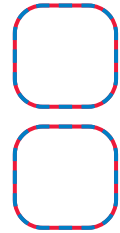


**तस्वीर गी दिक्खो ते इसदे बारे च गल्ल करो।**

- ◆ तस्वीर च केहू होआ करदा ऐ?
- ◆ क्या तुस बी अपने मां-प्यो कन्नै कुसै दे घर जंदे ओ?
- ◆ जदूं तुस कुसै दे घर जंदे ओ तां उसी किस चाल्ली नमस्कार करदे ओ?
- ◆ जेकर कोई तुसेंगी अपना परिचे देने लेई आखग तां तुस केहू आखगे?
- ◆ जदूं तुंदे घरै च परौह्ने औंदे न तां तुस अपने मां-प्यो दी किस चाल्ली मदद करदे ओ?

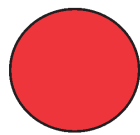


- ◆ मेहमानें दी गिनतरी गिनती करो ते डब्बे च लिखो।
- ◆ तस्वीर च लब्भै करदे लोकें दी कुल गिनतरी लिखो।
- ◆ इक्को नेहू पैटर्न दे कपड़े पाए दे दो माह्नुएं दी पन्छान करो।



# इससे चाल्ली दियां चीजां तुप्पो

गतिविधि 5

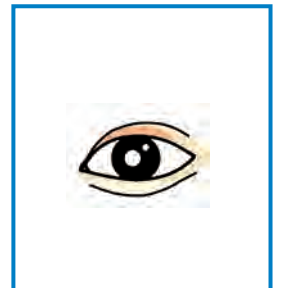
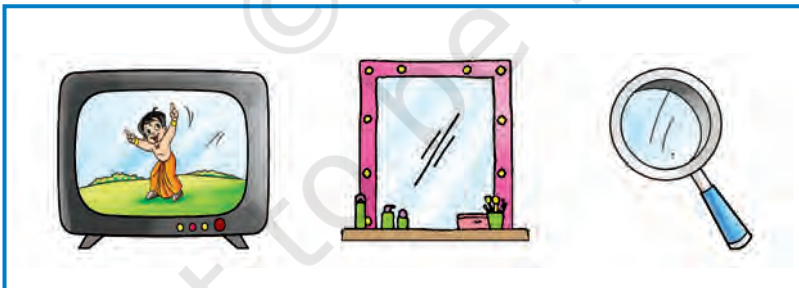
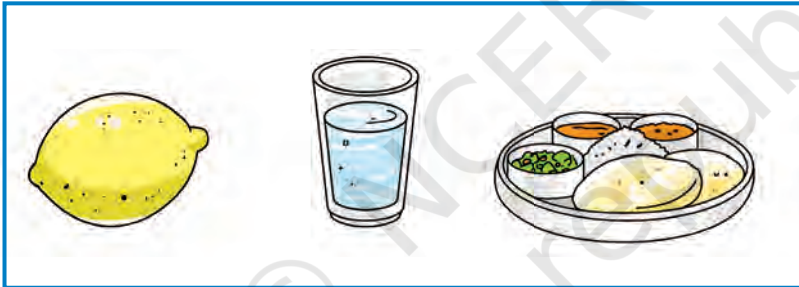
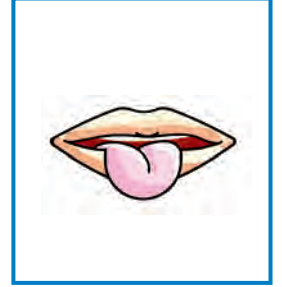


बिंदुएं गी पूरा करो ते चिड़िया गी पूरा करो





इंद्रिय अंग दा मिलान करो जिसदा तुस हर समूह आस्तै इस्तेमाल करगे.



- ◆ शरीर दी सफाई आस्तै इस्तेमाल कीती जाने आह्ली चीजें दा मिलान करो।
- ◆ स्कूल दी सफाई आस्तै इस्तेमाल कीती जाने आह्ली चीजें दा मिलान करो।





दिक्खो, पंछान करो ते नांs दस्सो।

## गीत गाओ

### मैं तां सोआ करदी ह



चिड़ी

मैं तां सोआ करदी ही  
मैं तां सोआ करदी ही  
मिगी चिड़ी नै जगाया  
बोली चीं-चीं-चीं



गौ

मैं तां सोआ करदी ही  
मैं तां सोआ करदी ही  
मिगी गवा नै जगाया  
बोली मा-मा-मा



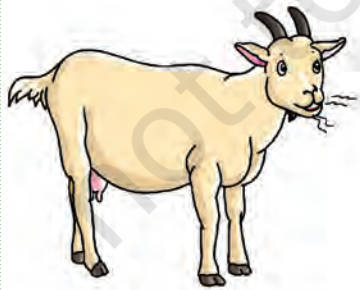
कुत्ता

मैं तां सोआ करदी ही  
मैं तां सोआ करदी ही  
मिगी कुत्ते नै जगाया  
बोला भौं-भौं-भौं

मैं तां सोआ करदी ही  
मैं तां सोआ करदी ही  
मिगी बिल्ली नै जगाया  
बोली म्याऊं- म्याऊं- म्याऊं



बिल्ली



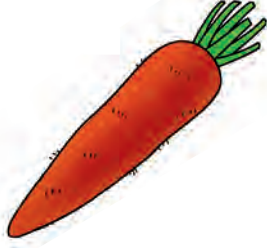
बकरी

मैं तां सोआ करदी ही  
मैं तां सोआ करदी ही  
मिगी बकरी नै जगाया  
बोली मै- मै- मै

चैहे कन्नै भावनाएं दा मिलान करो।



हर पंक्ति च स्वस्थ भोजन उप्पर गोला लाओ



गाजर



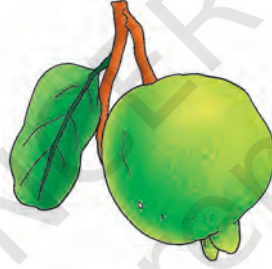
बर्गर



पालक



सोडा



अमरूद



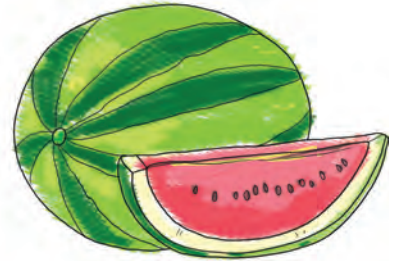
समोसा



नुडल्स



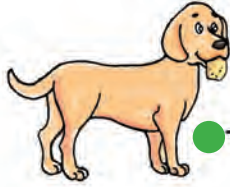
केला



दोहाना



- ◆ पनछानो ते हर जनौरें दा नां दस्सो
- ◆ क्या तुस इने जनौरें दी आवाज कड्डी सकदे ओ?



कुत्ता



गौ



हाथी



बंदर



बील्ली



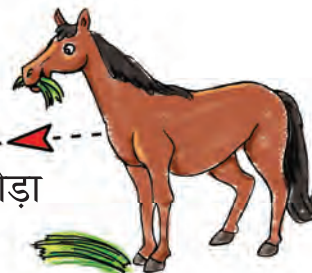
शेर



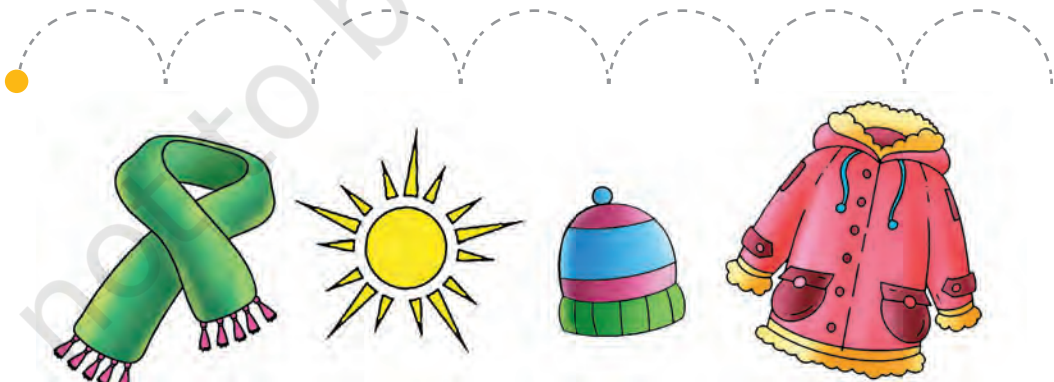
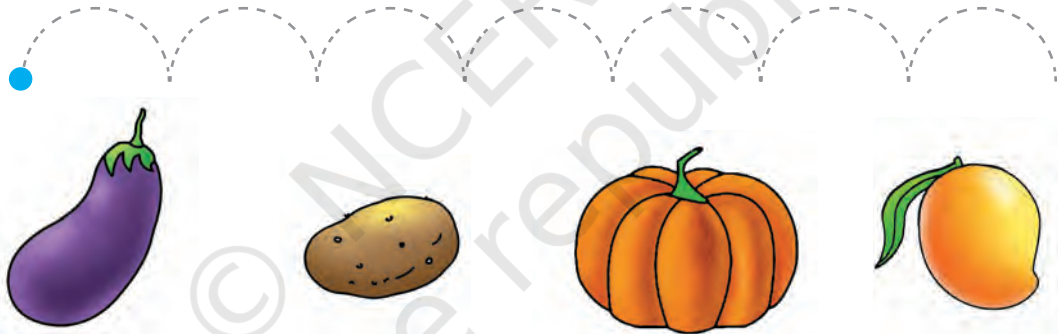
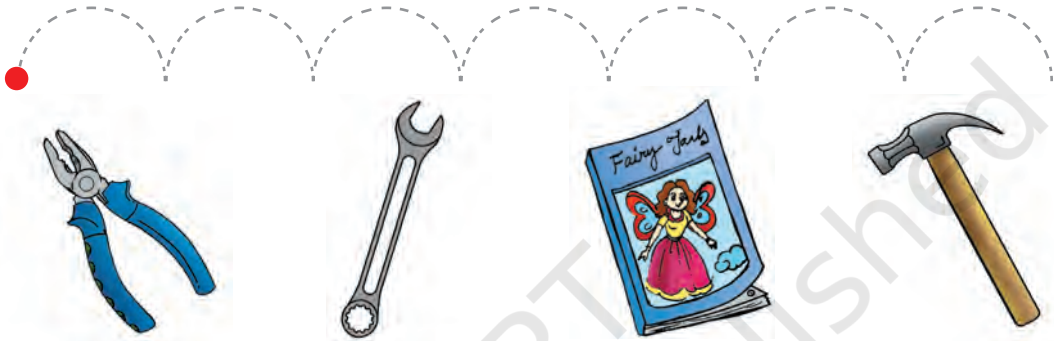
बकरी



खरगोश

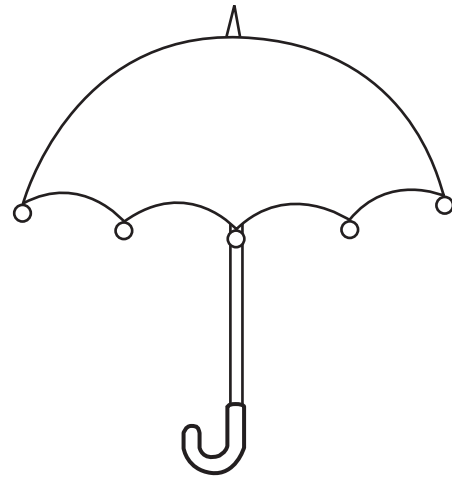
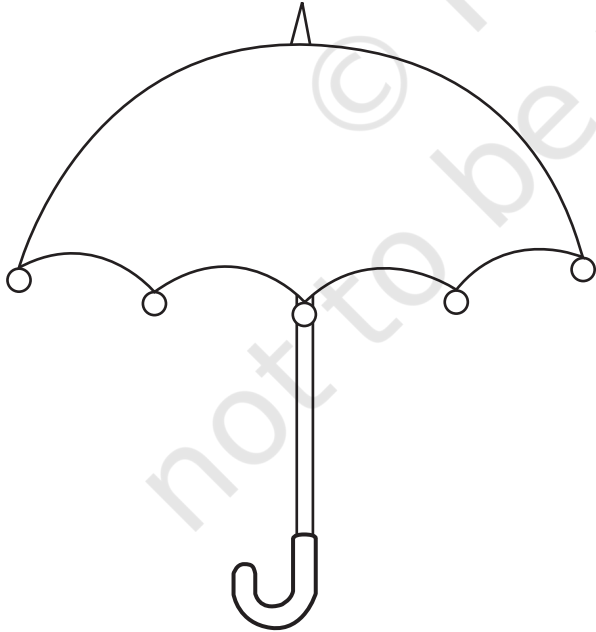
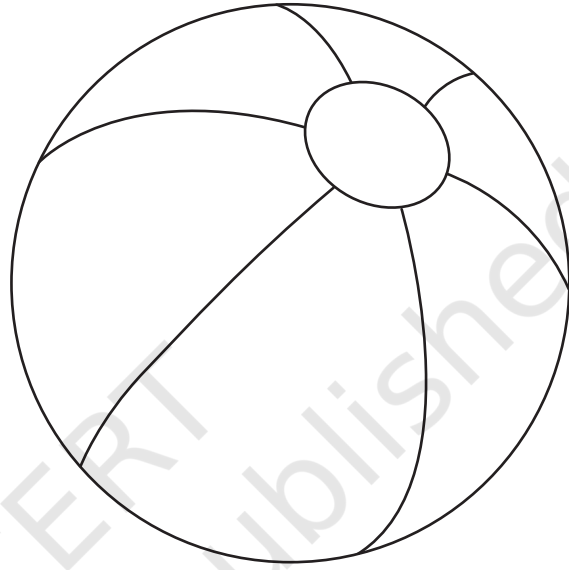
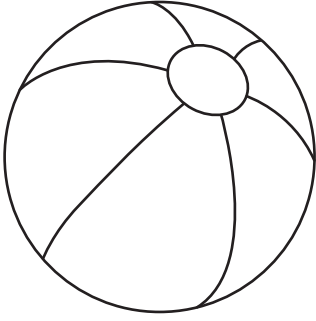


घोड़ा



# निक्की जां बड्डी चीज

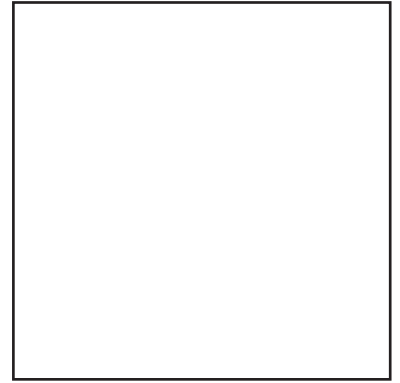
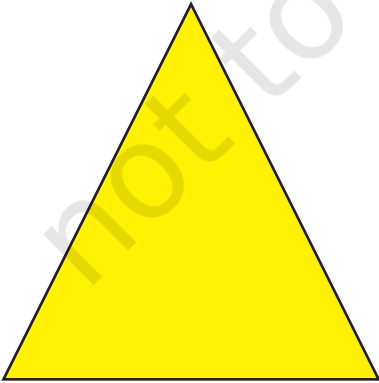
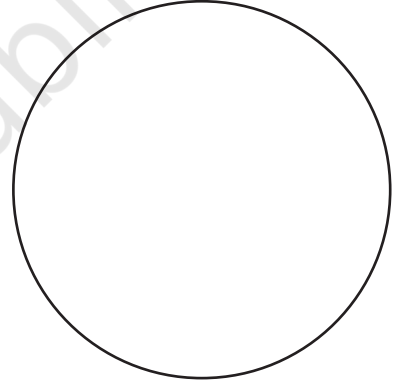
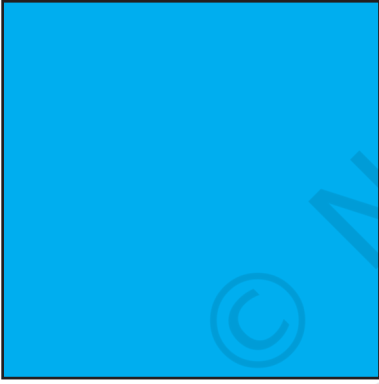
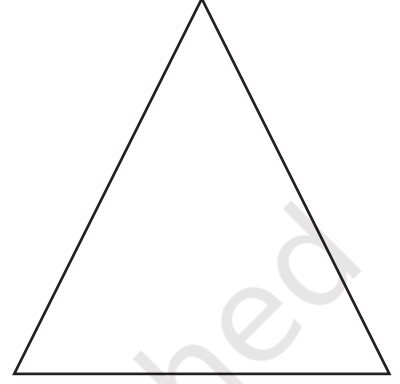
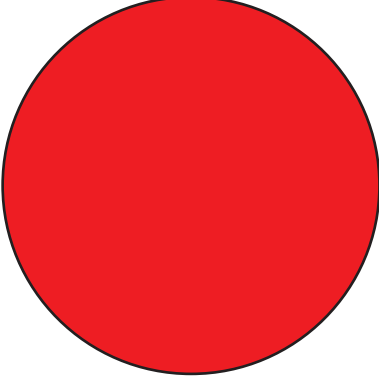
- ◆ बड्डी चीजा च लाल रंग भरो.
- ◆ निक्की चीजा च नीला रंग भरो.



# आकृती दा मिलन करो

गतिविधि 15

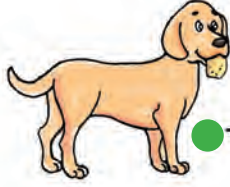
- ◆ मेल खाने आह्ली आकृतिये गी जोडने लेई इक लकीर खिच्यो।
- ◆ फही अपने पसंदीदा रंगीन कागज गी फाडिये आकृतिये च पेस्ट करो।



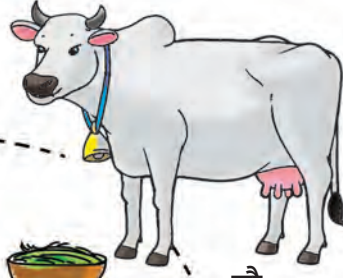
# जनौर जि'नेंगी में जनना/जाननी आं



- ♦ हर इक जानवर दी पन्छान ते नांs दस्सो।
- ♦ हर जानवर दी आवाज़ें गी बनाने दी कोशश करो।



कुत्ता



गौ



हाथी



बंदर



बिल्ली



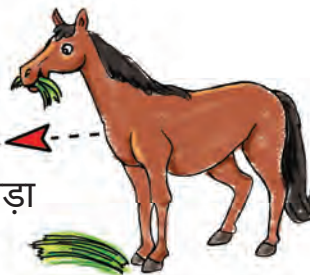
शेर



बकरी



खरगोश

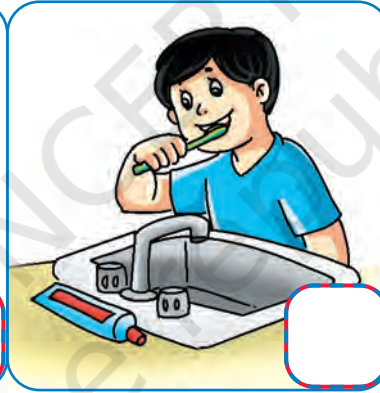
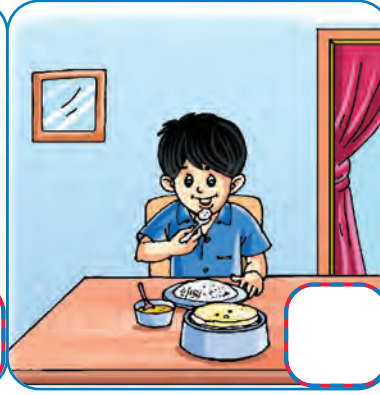


घोड़ा

# स्कूल जाने थमां पैह्लें जो कम्म में करना आं

गतिविधि 17

- ◆ हेठ दित्ते दे चित्रें गी स्हेई क्रम च नंबर देओ।
- ◆ हर तस्वीर च कीते गेदे कम्में दा वर्णन करो।



इत्थै अपने स्कूल दा चित्र बनओ



- ◆ कविता किस गल्लै दी गल्ल करदी ऐ?
- ◆ बूहटे उप्पर केह लटका करदा ऐ?
- ◆ रोटी दा आकार केहड़ा होंदा ऐ?
- ◆ किश होर खाद्य पदार्थे दा नांs दस्सो जेह् डे गोलाकार आकार च होन।
- ◆ हर रोटी गी छूओ ते गिनती करो ते रंगो।



रोटी

अगर रोटी कुसै बूहटे पर लगदी  
खुंडी-खुंडियै खंदे,  
तां पापा कनक कैसी लेआंदे ?  
ते उःनेंगी पिहाँदे?  
रोज सवैरे उड्डियै अस  
रोटी दे बूहटे गी ल्हांदे,  
रोटी डिगदी टप, टप, टप  
चुकी चुक्कियै खंदे

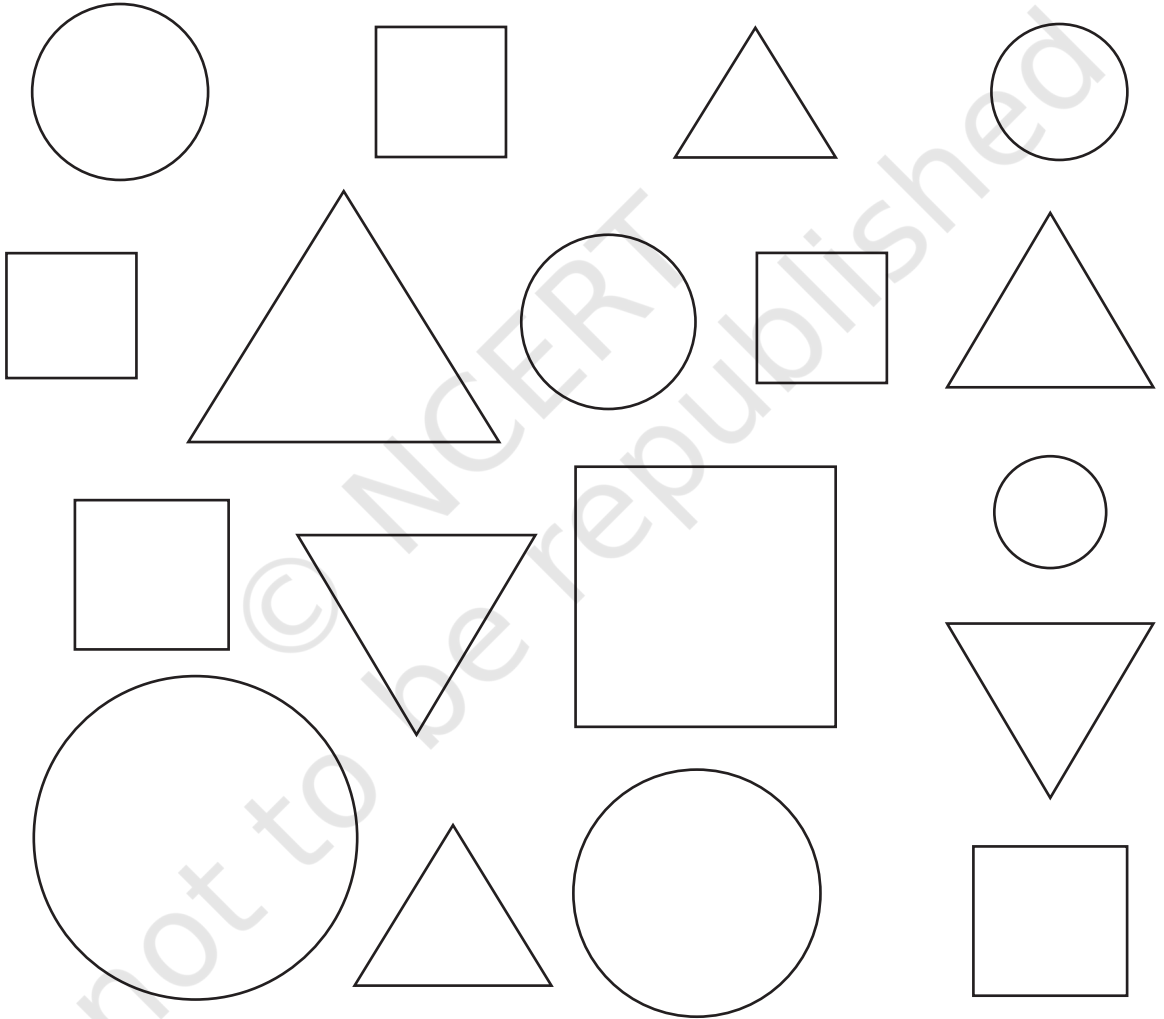
— निरंकर देव सेवक





आकृतियों गी भरने च सिया दी मदाद करो.

- ◆ सारे त्रकोणें ▲ च पीला रंग
- ◆ सारे चकोरें ■ च सैल्ला रंग
- ◆ सारे गोलें ● च नीला रंग



गीनो ते लिखो.

▲ = \_\_\_\_\_

■ = \_\_\_\_\_

● = \_\_\_\_\_



सुरक्षत आस्तै  ते असुरक्षत आस्तै  दा नशान लाओ.



सुरक्षत असुरक्षत



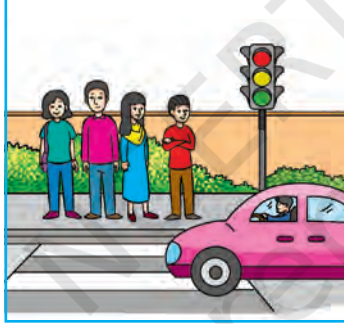
सुरक्षत असुरक्षत



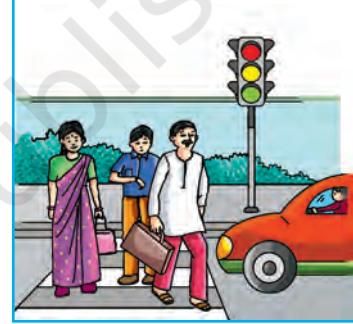
सुरक्षत असुरक्षत



सुरक्षत असुरक्षत



सुरक्षत असुरक्षत

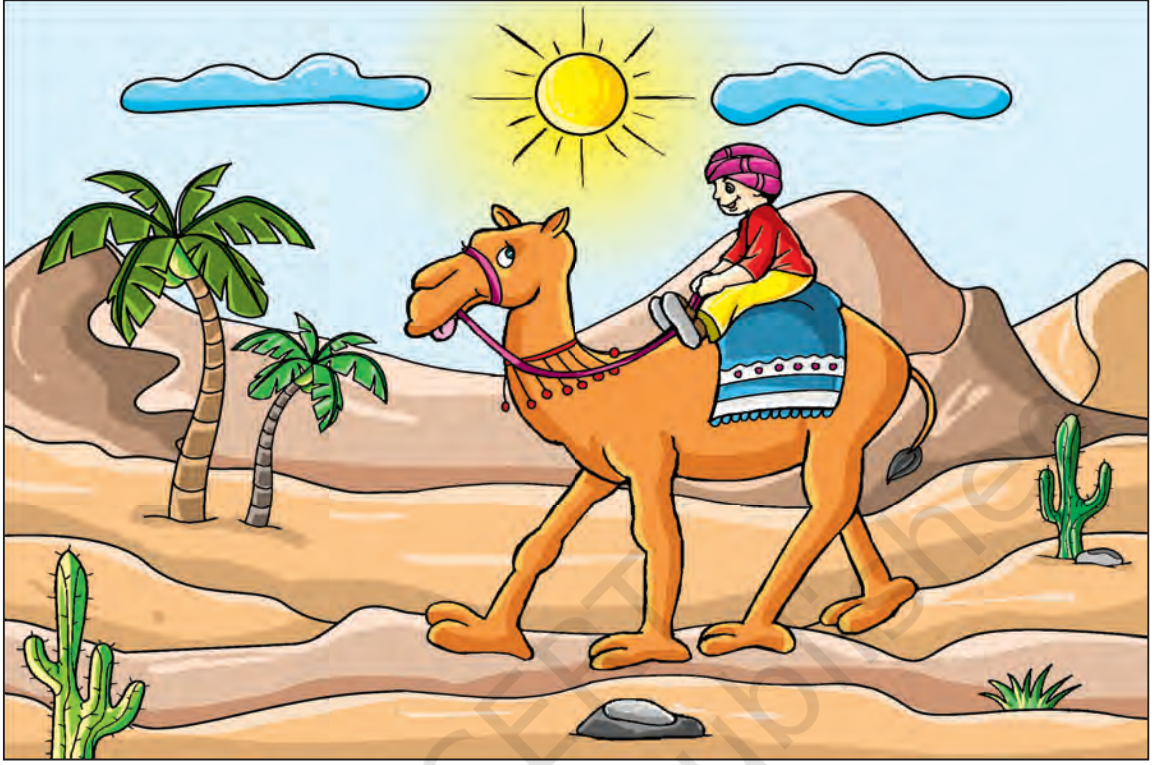


सुरक्षत असुरक्षत



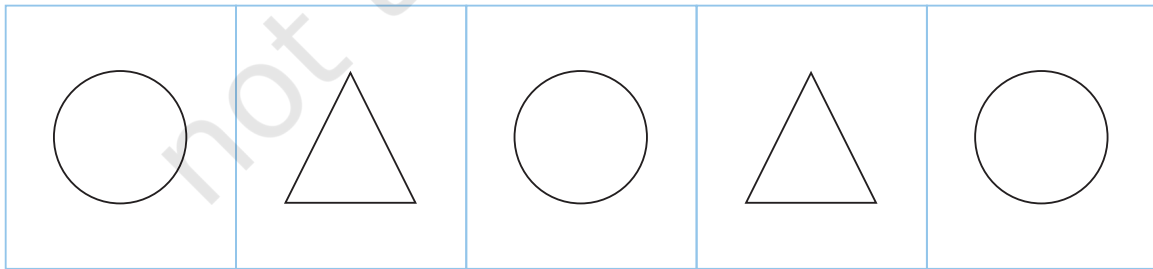
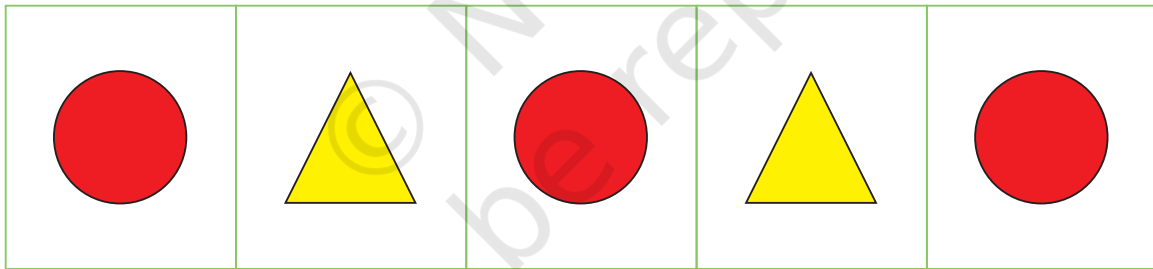
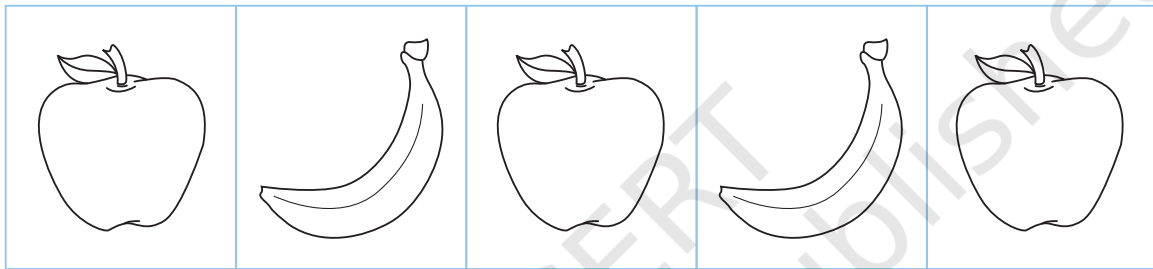
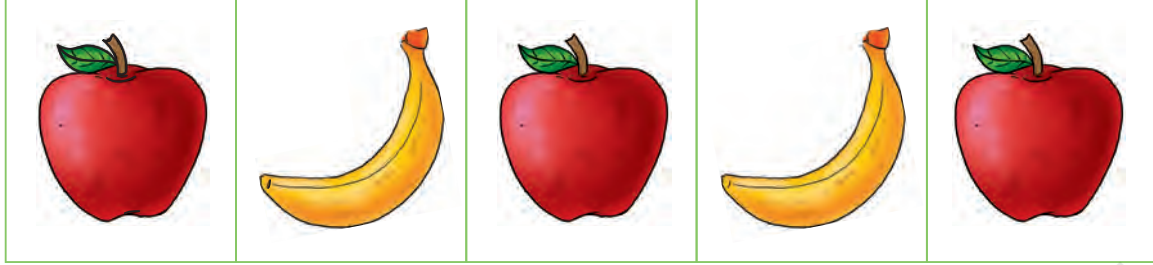
सुरक्षत असुरक्षत



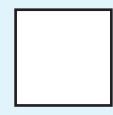
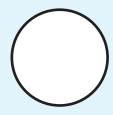


# पैटर्न दा पालन करो ते रंगो

रंगीन पैटर्न गी दिक्खो ते पैटर्न दे बाद रंगें गी भरो।



# आकृतियों कन्नै बनाओ

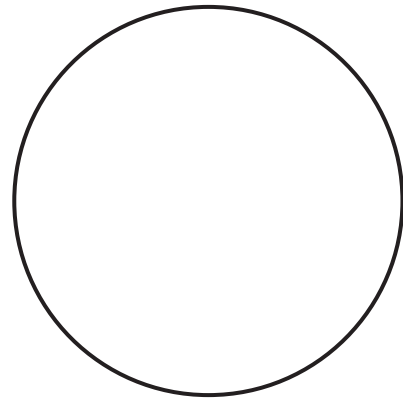
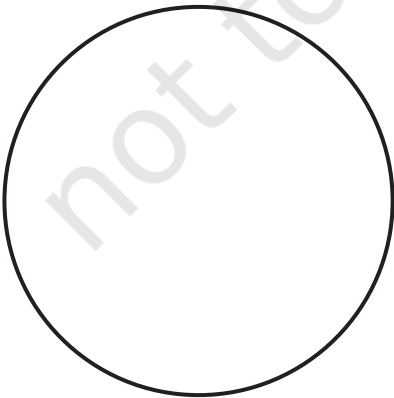
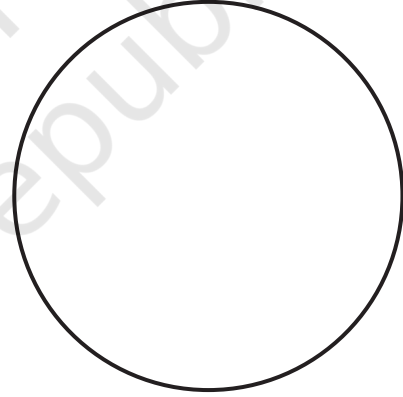
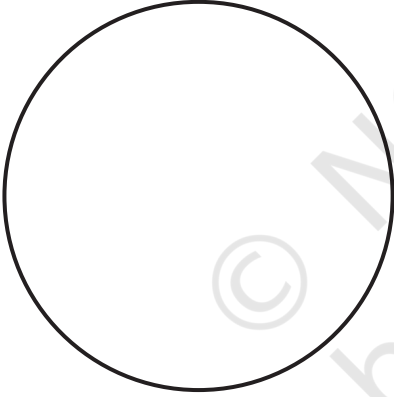
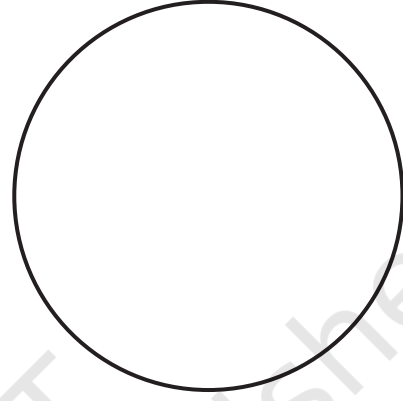
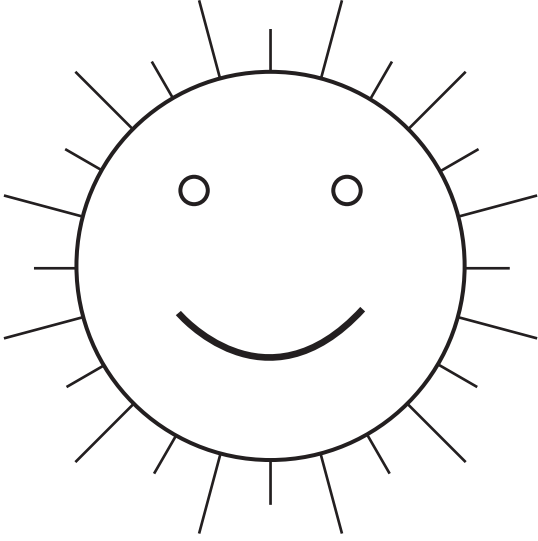


© NCERT  
not to be republished





- ◆ हेठ दित्ते दे घेरे जां गोले कन्ने अपनी पसंद दी कोई बी चीज़ बनाओ।
- ◆ इक मिसाल दे तौर उप्पर इक्क गोला तुंदे आस्तै दित्ता गेदा ऐ।

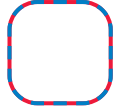




सिया, राहुल ते अमनदीप अपने मनपसंद खिलौने कन्नै खेलदे न। उं'दे घरै च बक्ख-बक्ख खिलौने मौजूद न।



- ♦ तस्वीर च तुस कितने खिलौने दिक्खी सकदे ओ? डब्बे च नंबर लिखो।
- ♦ खेलने दे बाद तुस अपने खिलौने कुत्थे रखदे ओ?



इत्थै अपने मनपसंद दे खडौने दा चित्र बनाओ

- ◆ अखबारें थमां शरीर दी स्वच्छता ते साफ-सफाई कन्नै जुड़ी दी तस्वीरां कट्टियां करो।
- ◆ दित्ते गेदे डिब्बे च इ'नें गी काट्टियै पेस्ट करो।
- ◆ अपनी पिक्चर कोलाज दी गल्ल करो।
- ◆ अपने कोलाज गी इक रोचक नां देओ।

इक्क कोलाज बनाओ

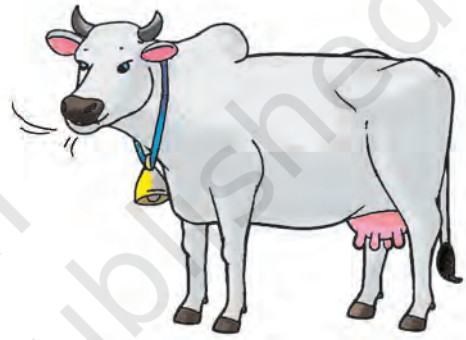


पन्छानो ते हर इक्क दा नांs लिखो.  
तुकबंदी गी गाओ



पैँछी

ची-ची-ची  
पैँछी करदे



गौ

मू-मू-मू  
गौ करदी



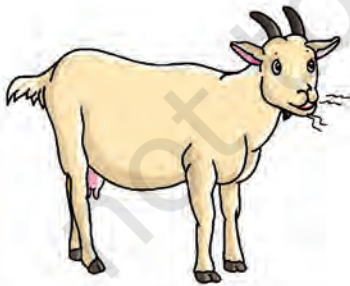
कुत्ता

बाउ-बाउ-बाउ  
कुत्ता करदा



बिल्ली

म्याऊं- म्याऊं- म्याऊं  
बिल्ली करदी



बकरी

मै-मै-मै  
बकरी करदी



नल



मग



जग



लकडी



आलू



फल



मकडी



भालू



जेकर दित्ती दी तस्वीरें दे नां आपू चे तुकबंदी करदे होन तां खुशनुमा चैहे च रंग भरो ते  
जेकर दित्ती गेदी तस्वीरें दे नां तुकबंदी नेई होन तां उदास चेहरे च रंग भरो।



फल



नल



जग



टब



दित्ते गेदे बक्खरे च तुकबंदी आह्ले नांऽ आह्ली कुसै बी द'ऊं चित्रें गी बनाओ।

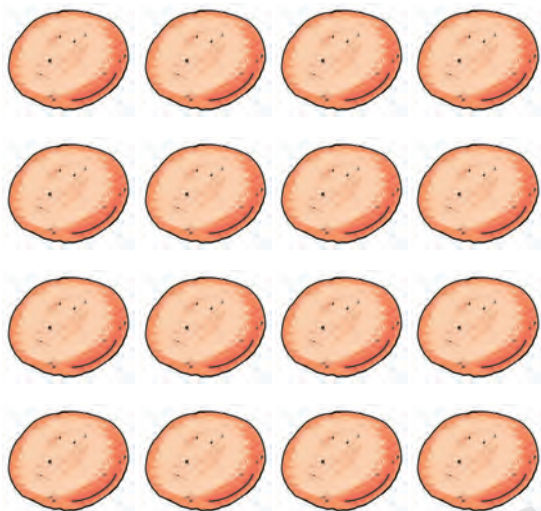


# चीजें दी गिनती (संख्या 1-10)



चीजें दी स्हई गिनती दे चबक्खे घेरा लाओ

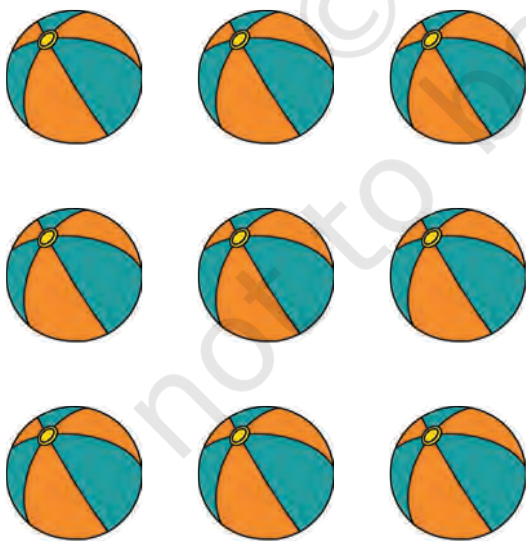
10 रुट्टियें पर घेरा लाओ



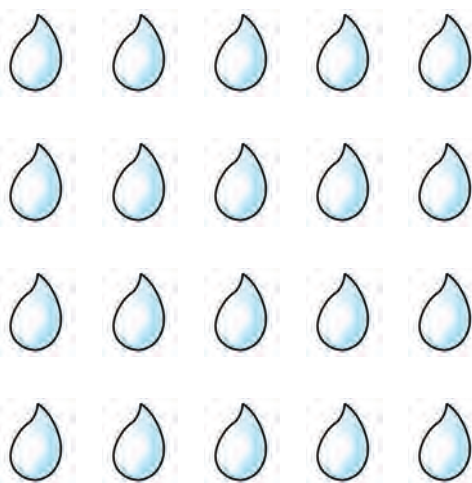
6 तारें पर घेरा लाओ



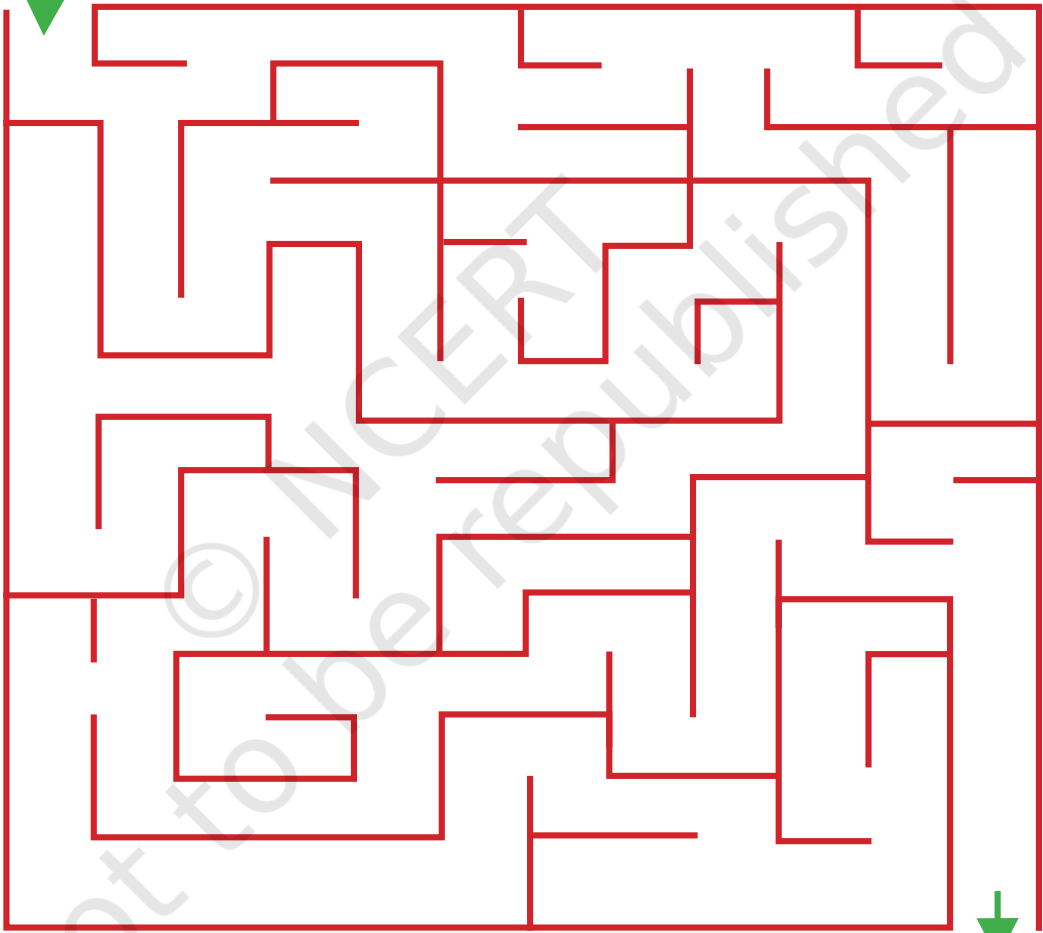
7 गेंदें पर घेरा लाओ



9 तोपें पर घेरा लाओ



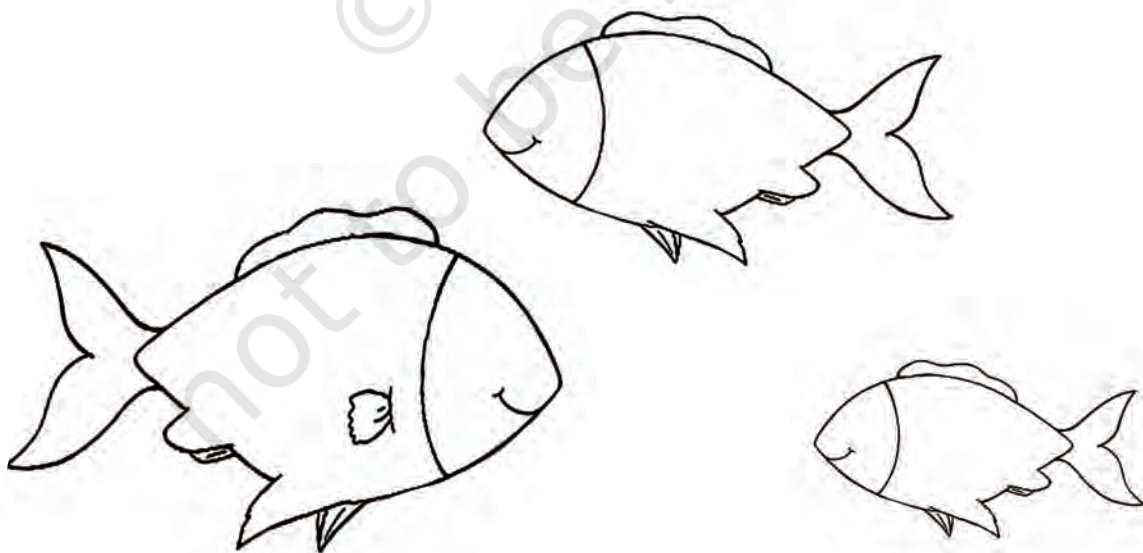
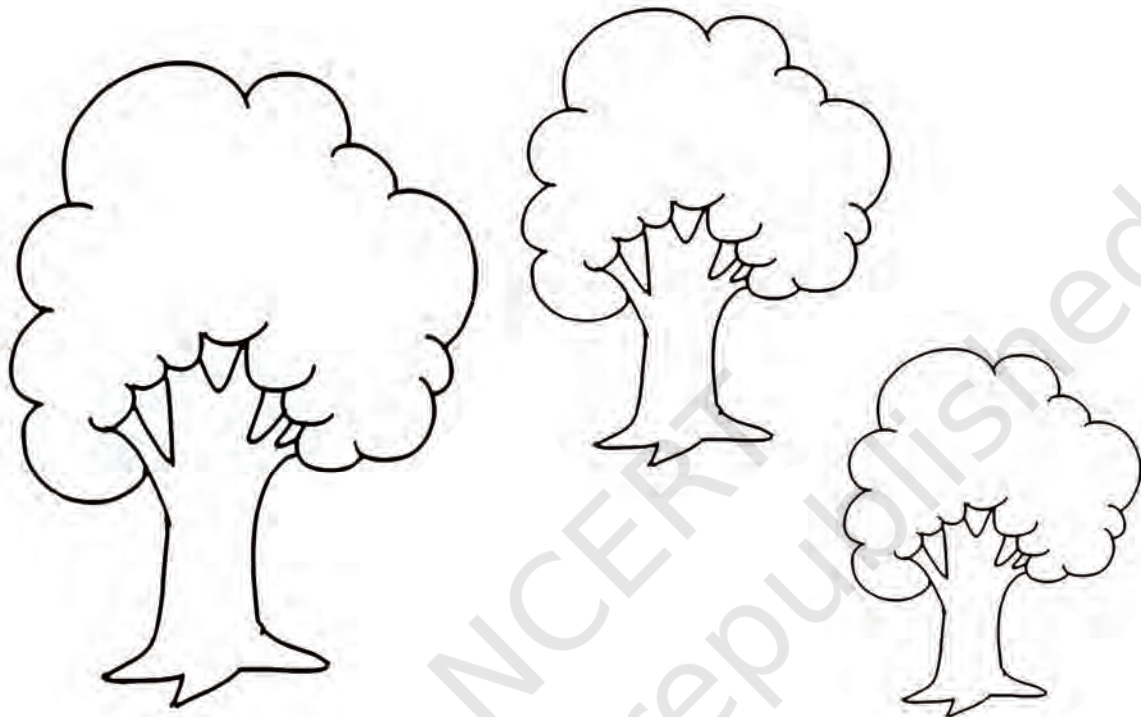
सिया गी अपनी गवै कन्नै अपने शेड्डु तकर लेई जाने आस्तै मदद करो



# सभनें शा बड्डा ते सभनें शा निक्का



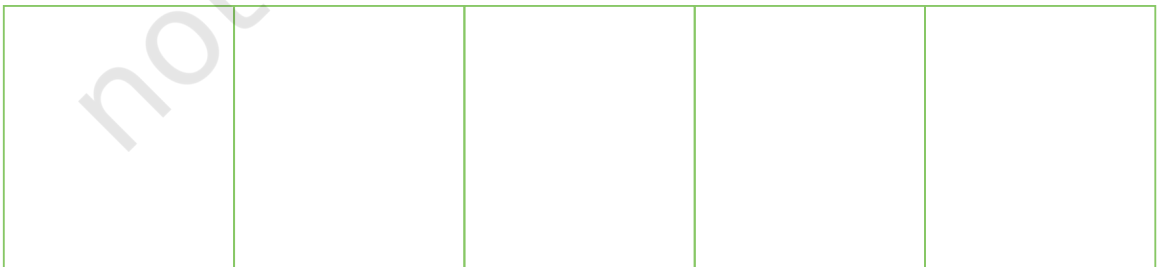
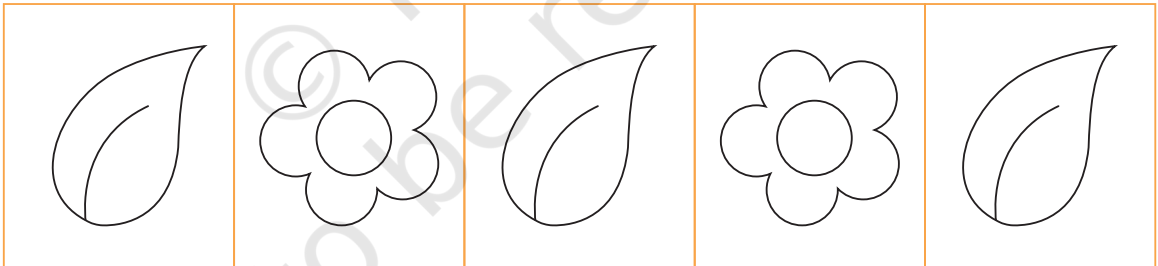
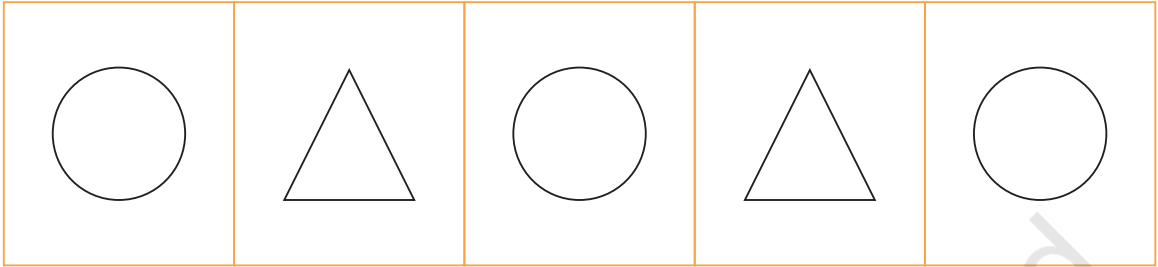
सभनें शा बड्डी चीजै च लाल  रंग दा कागज ते सभनें शा निक्की चेजै च पीले  रंग दा कागक फाड़ियै चपकाओ.



# पैटर्न दा पालन करो

गतिविधि 33

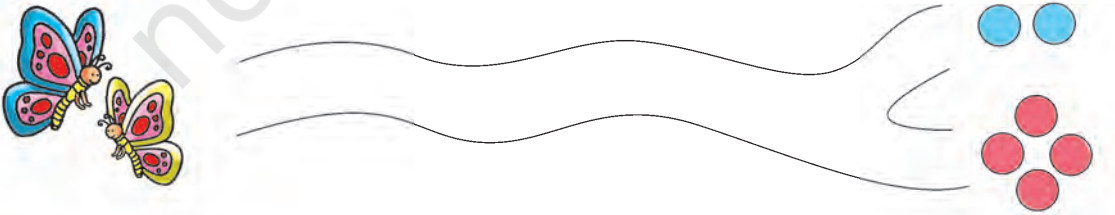
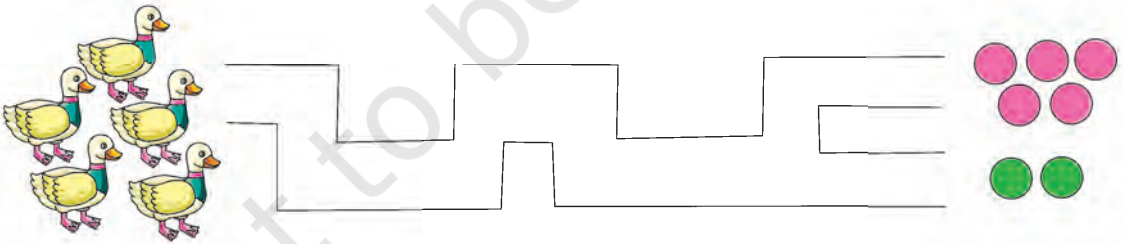
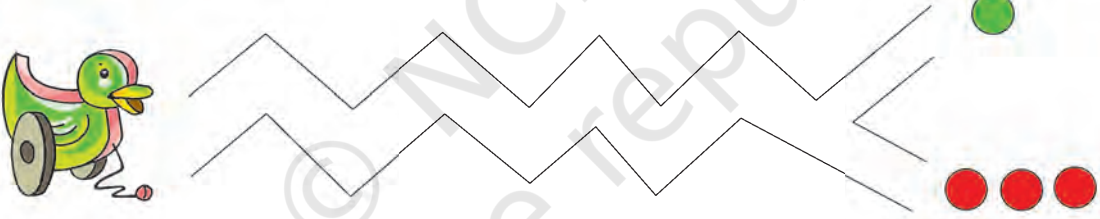
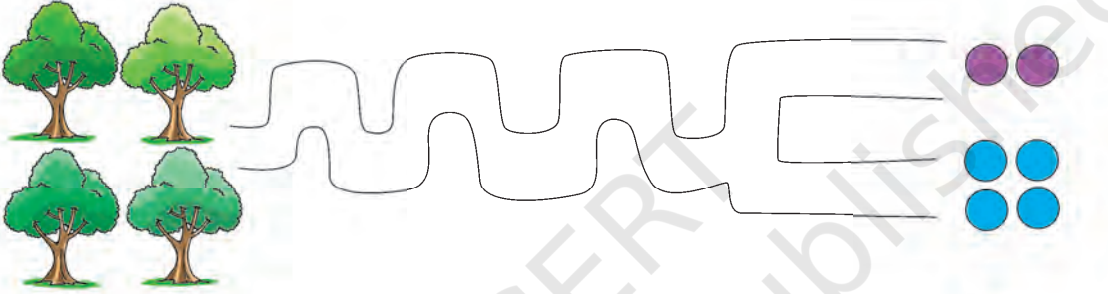
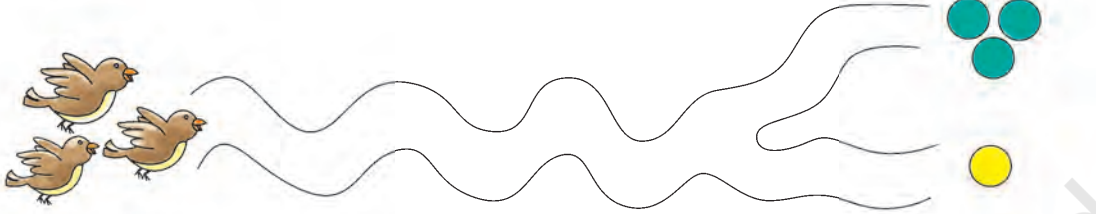
- ◆ पैटर्न दिक्खो।
- ◆ दिक्की गेदी थाहै च इस्सै चाल्ली दा पैटर्न बनाओ।



# सहई नंबर खिच्यो ते पुज्जो



- ♦ हर रस्ते लेई चीजें दी गिनतरी गिनती करो।
- ♦ दित्ते गेदे रस्ते च इक लकीर खिच्यो ते सहेई गिनती कन्नै चीजें दे समूह कन्नै
- ♦ मिलान करो।





© NCERT to be republished

Activity 35: Tracing and Dot Marking. The page contains five rows of tracing exercises. Each row features a set of colorful objects on the left, a tracing path in the middle, and a dot-marking pattern on the right.

- Row 1:** Objects: 7 colorful candies. Tracing: A wavy line. Dot-marking: 4 green dots in a 2x2 grid and 6 orange dots in a 2x3 grid.
- Row 2:** Objects: 8 colorful crayons. Tracing: A zigzag line with a square end. Dot-marking: 2 red dots and 8 blue dots in a 2x4 grid.
- Row 3:** Objects: 10 colorful balloons. Tracing: A zigzag line. Dot-marking: 4 pink dots in a 2x2 grid and 8 green dots in a 2x4 grid.
- Row 4:** Objects: 7 colorful leaves. Tracing: A zigzag line with a square end. Dot-marking: 7 purple dots in a 3x3 grid (with the bottom-right dot missing) and 2 pink dots.
- Row 5:** Objects: 10 light blue stars. Tracing: A wavy line. Dot-marking: 8 teal dots in a 2x4 grid and 5 orange dots in a pentagonal arrangement.

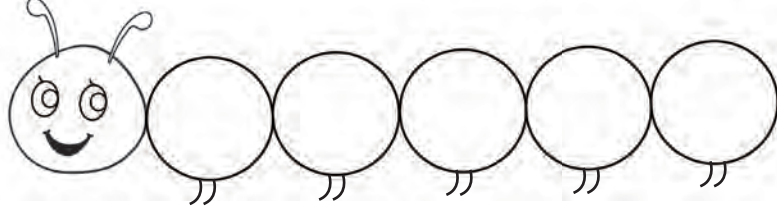


# कैटरपिलर गी पूरा करो



दिती दी संख्या अनुसार गोला बनाओ ते उं'दे च रंग भरो

5



7



9



6



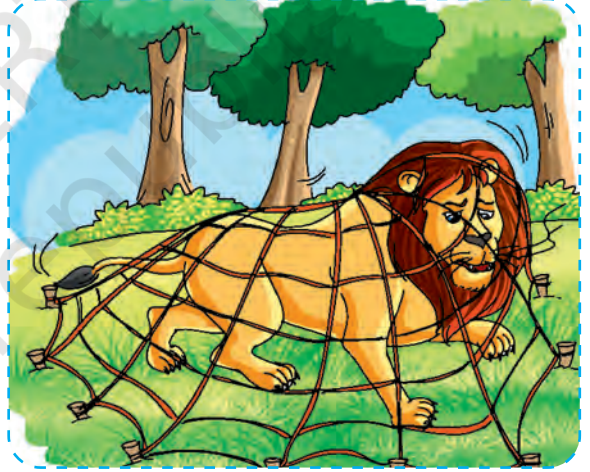
4



2

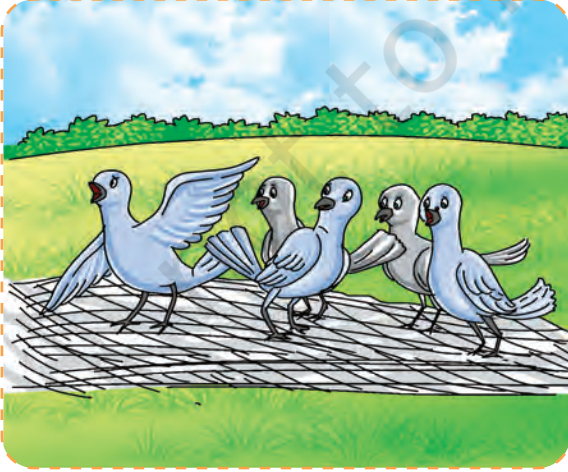
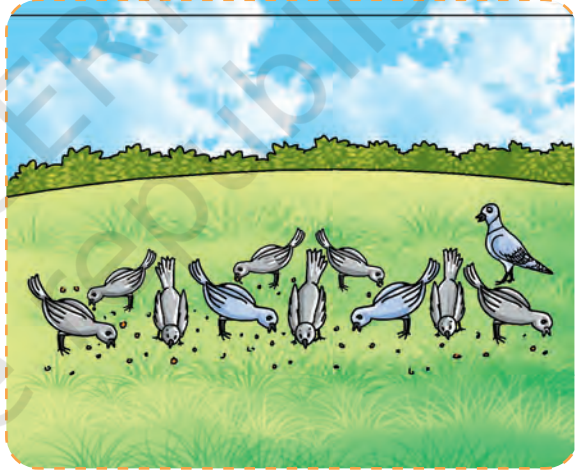


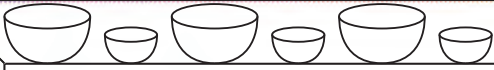
- ♦ हर कहानी कार्ड दस्सदे होई ज्यानें गी कहानी सुनाओ।
- ♦ ज्याने गी कहानी दे कार्ड कटने देओ, उ'नेंगी स्हेई क्रम च व्यवस्थित करने देओ ते कहानी गी अपने शब्दे च दोबारा दस्सन देओ।



## शकारी ते कबूतर

- ◆ हर कहानी कार्ड दस्सदे होई ज्यानें गी कहानी सुनाओ।
- ◆ ज्याने गी कहानी दे कार्ड कटने देओ, उ'नेंगी स्हेई क्रम च व्यवस्थित करने देओ ते कहानी गी अपने शब्दे च दोबारा दस्सन देओ।





- ♦ 'बड्डे', 'दरम्याने' ते 'निक्के' चित्रे दी पन्छान ते नांऽ दस्सो।
- ♦ हेठ दित्ती दी तस्वीरें गी कटिये सहेई क्रम च पेस्ट करो।

बड्डा






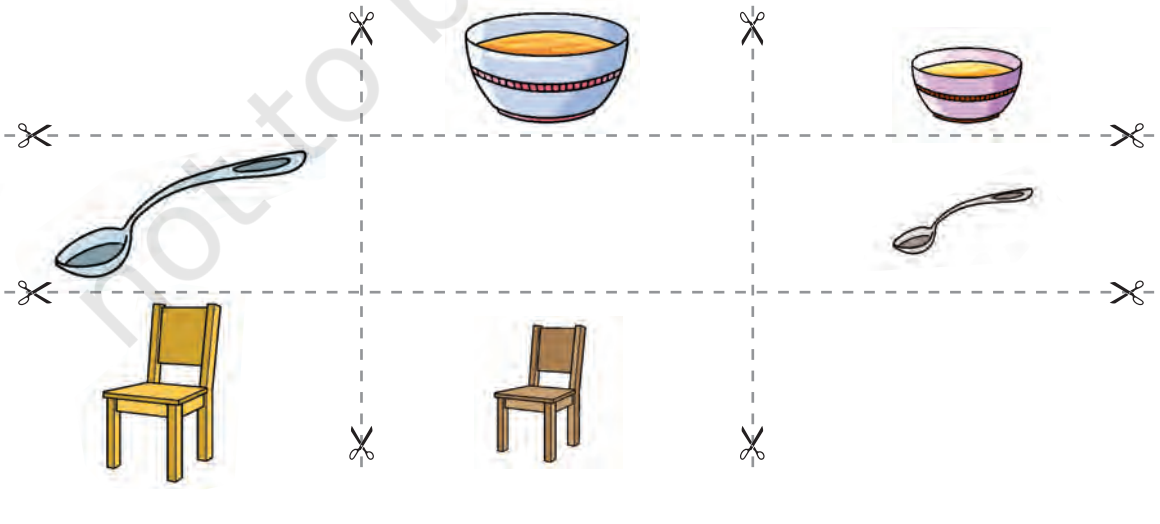
दरम्याना



निक्का





## बड्डा ते निक्का

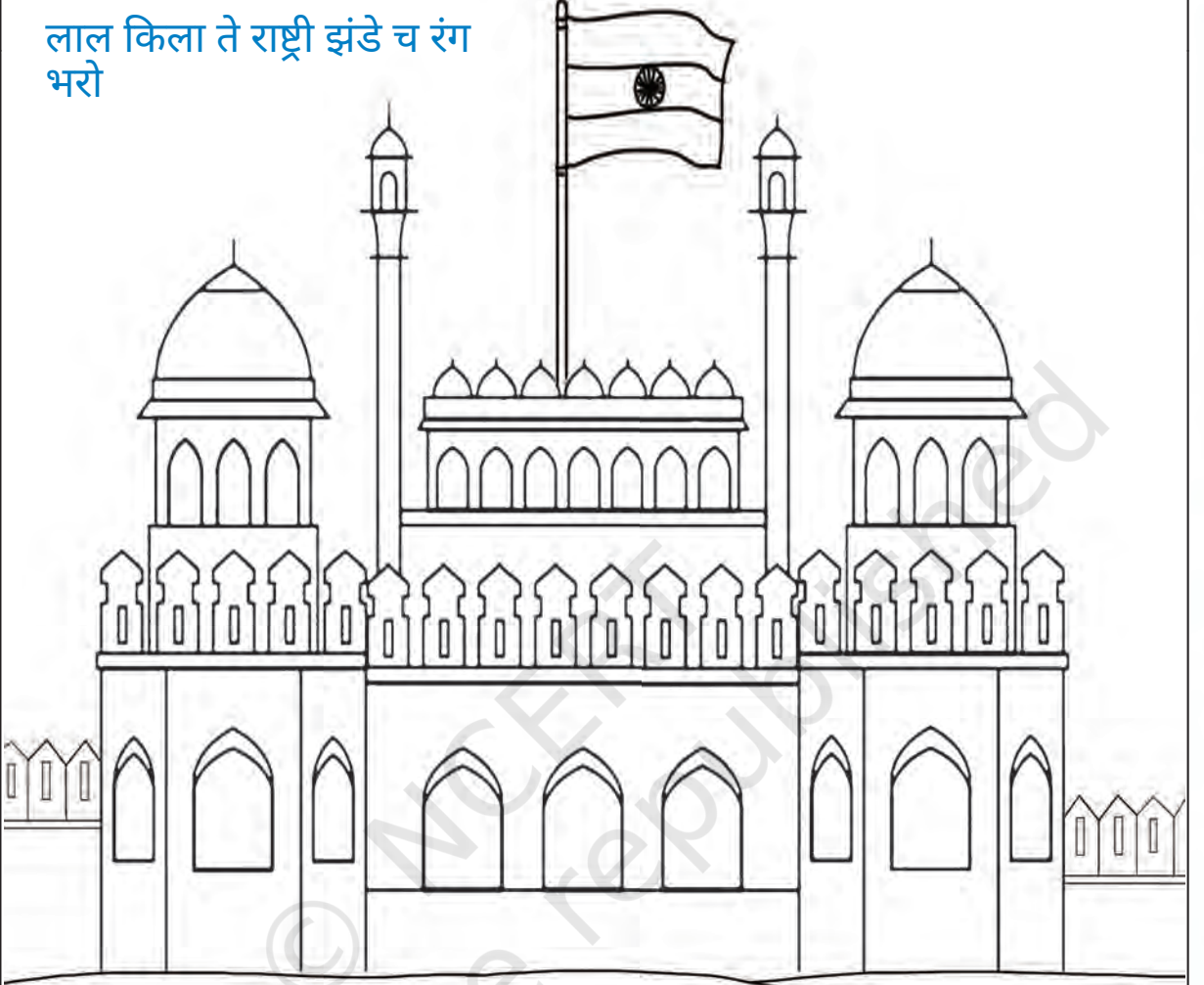


डब्बे च बड्डियां ते निक्कियां आकृतियां चिपकाओ

© NCERT  
not to be republished



लाल किला ते राष्ट्री झंडे च रंग  
भरो



तिरंगा देश दा झंडा,  
तिरंगा शान भारत दी।

तिरंगा चन्न थमां उच्चा,  
तिरंगा आन भारत दी।

तिरंगा अक्खीं दा तारा,  
तिरंगा जान भारत दी।

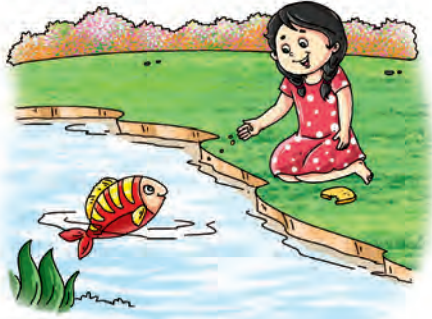
इसगी उच्चा करगेयही  
तिरंगा पंच्छन भारत दी।



हेठ दिती दि कविता गी पढ़ो.

## म्हेंशा जानवरें उप्पर दया करो

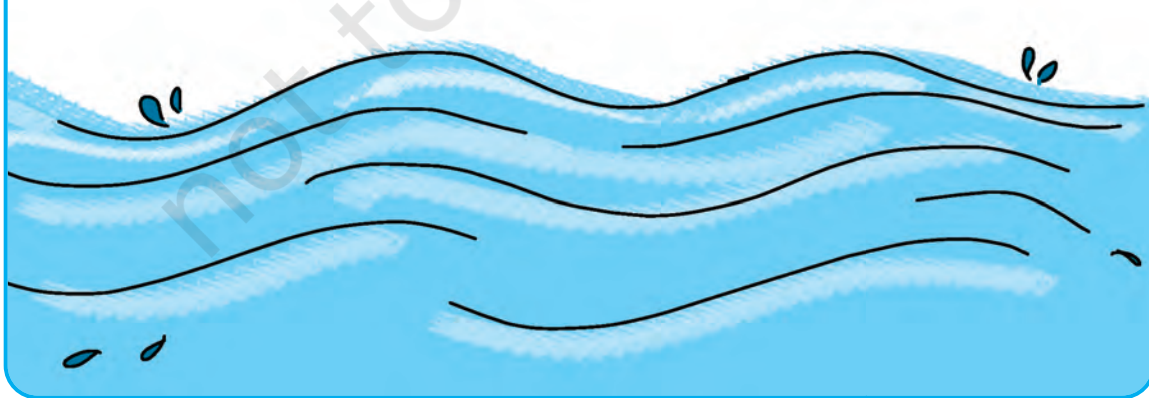
जानवरें उप्पर दया करो  
सवेरै, दोपही ते रातीं।  
कीजे जानवरें च बी भावनां होंदियां न  
इस करियै डराना नेई  
म्हेंशा इनेंगी प्यार करना।



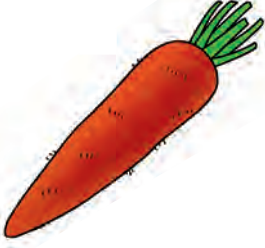
## मच्छी पानी दी रानी ऐ

जिंदगी उसदा पानी ऐ  
छूगेओ ते डरी जा'ग  
बाह कढगै ते मरी जा'ग  
पानी च पाओ ते तरी जा'ग

इत्थै इक्क मच्छी दा चित्र बनाओ  
जां  
कागज दी मच्छी बनाओ ते चिपकाओ



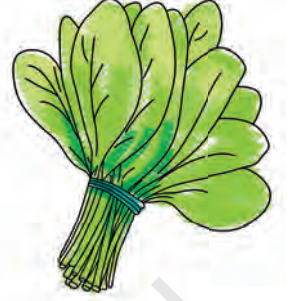
हर पंक्ति च सेहतमंद खाद्य पदार्थे गी घेरा लाओ



गाजर



पीजा



पालक



सोडा



सेव



समोसा



नूडल्स



अम्ब



मक्क

## तस्वीर दिक्खो।

- ◆ तस्वीर च केहू होआ करदा ऐ, इसदे बारे च गल्ल करो।
- ◆ ज्यानें ते बड्डे लोकें गी दिक्खो। ओहू केहू करा करदे न?



**रचनात्मक ते आलोचनात्मक सोच दे सुआल पुच्छो।**

- ◆ ज्याने केहडी खेठ खेठदे न ?
- ◆ तुसेंगी कीं लगदा ऐ जे मखियां फुल्लें दे कोल उडदियां न?
- ◆ जेकर तुस इस खेठ दे मैदान च जाओ तां तुस कुस गेम गी खेठगे?
- ◆ जेकर दो होर ज्याने रेत दे खेड च शामिल होंडन तां कितने ज्याने होंडन? डब्बे च नंबर लिखो।
- ◆ जेकर इक बच्चा झूले थमां उतरदा ऐ तां किन्ने ज्याने झूले उप्पर औडन? डब्बे च लिखो


इत्थें उस पार्क गी खींचो जित्थें तुस जाना चांद्दे  
ओ ते खेडना चांद्दे ओ।

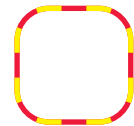


मीना ते रवि रंग-बिरंगे फलूस कच्चे खेलना चाहंदे न।

- ◆ फलूसा दे रंग दा नां दस्सो।
- ◆ हर फलूसा गी छूओ ते उं'दी गिनतरी करो।
- ◆ हून हर फलूसा दी तार मीना ते रवि दे हत्था च देओ।



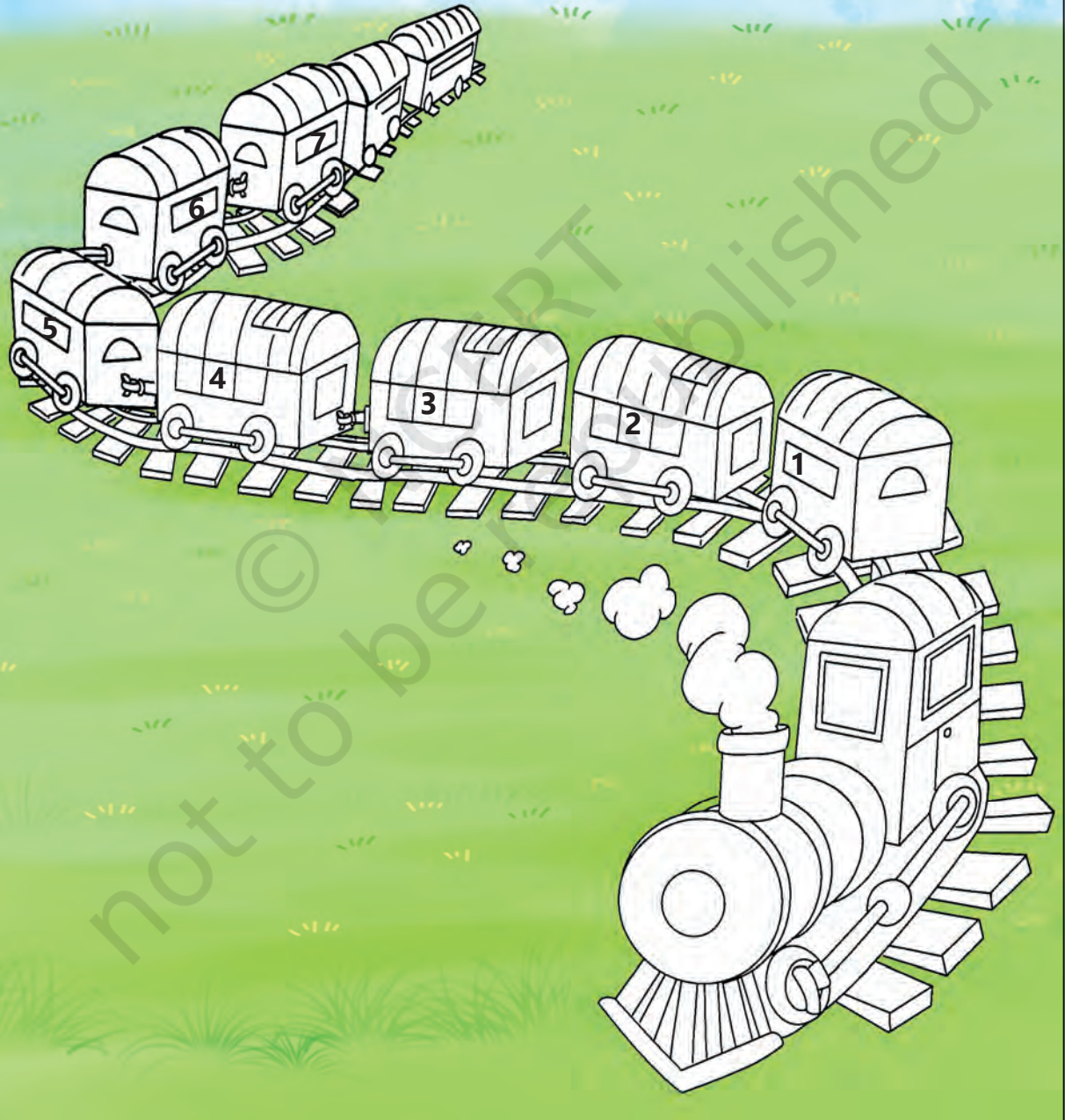
कुल किच्चे फलूस न? डब्बे च लिखो.





- ◆ ट्रेन च किन्ने कोच दिक्खी सकदे ओ? \_\_\_\_\_
- ◆ ट्रेन दे कोच गी रंग भरो।

1.  2.  3.  4.  5.  6.  7. 



# मैं अपने आप गी साफ-सुथरा रखना/रखनी आं



- ♦ ज्याने गी डब्बे च चीज बनाने ते उस च रंग भरने लेई प्रोत्साहित करो।
- ♦ चर्चा करो जे इं'दे चा हर इक चीज दा इस्तेमाल आत्म-देखभाल ते स्वच्छता आस्तै किसचाल्लीं कीता जंदा ऐ ते एह् कीऽ जरूरी ऐ?

इत्थै चित्र बनाओ

इत्थै चित्र बनाओ

मैं इदे कन्नै अपने दंद साफ करनी आं

मैं इदे कन्नै अपना शरीर धोना आं

इत्थै चित्र बनाओ

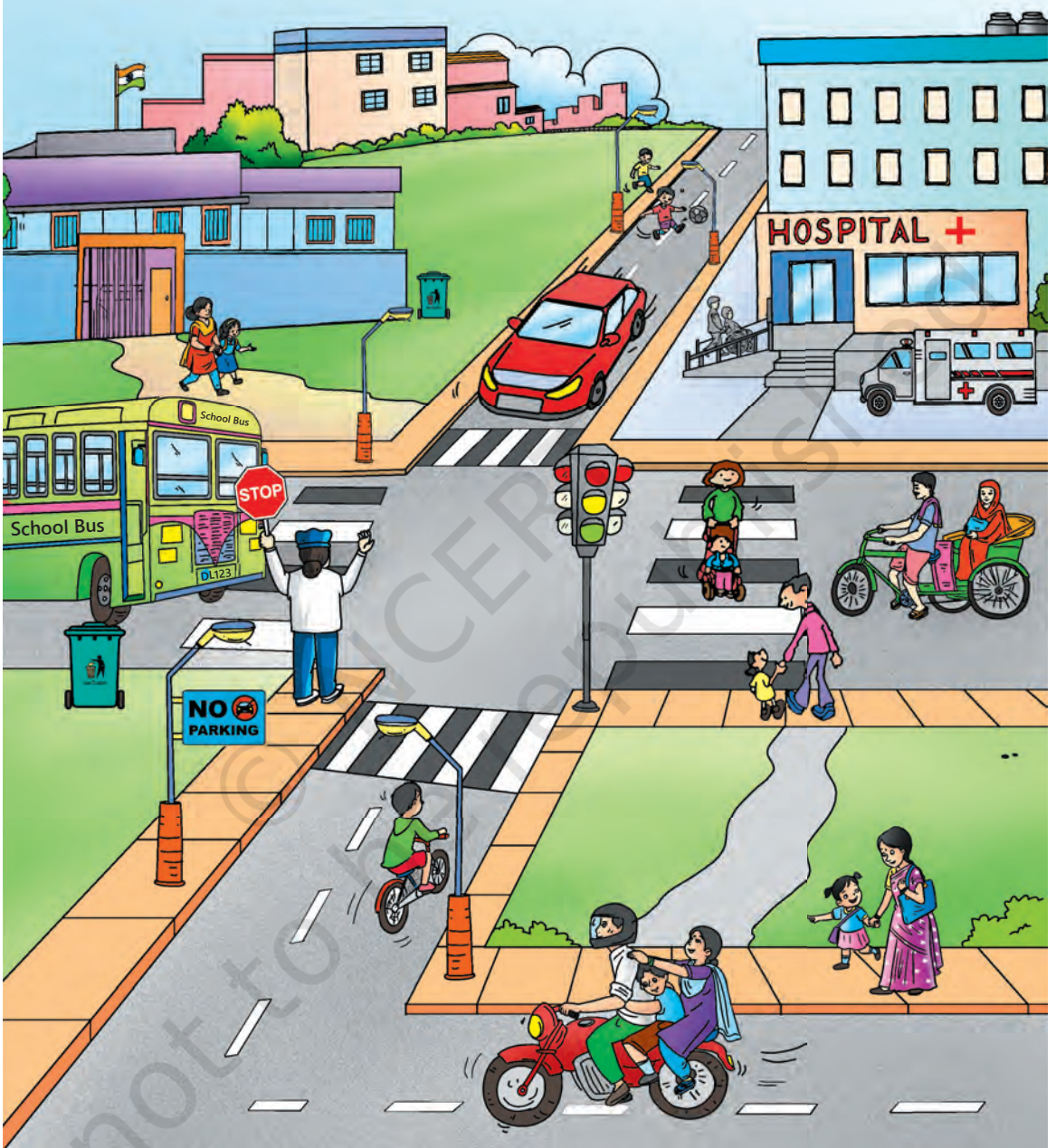
इत्थै चित्र बनाओ

मैं इ'दे कन्नै अपने बाल धोना आं

मैं इसदा प्रयोग अपने आप गी सुखाने आस्तै करना



- ♦ तुस चित्र च केह दिक्खा करदे ओ
- ♦ जेहड़े लोक सुरक्षित न उं'दे पर (✓) ते जेहड़े सुरक्षित नेई न, उं'दे उप्पर (✗) दा नशान लाओ.



- ♦ ट्रैफिक लाइट च हर इक्क बत्ती केह दर्शादी ऐ?
- ♦ सड़क उप्पर लब्भै करदी गड़ियें गी गिनो ते डब्बे च लिखो.

दो पहिया वाहन



तीन पहिया वाहन

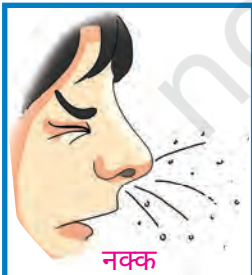
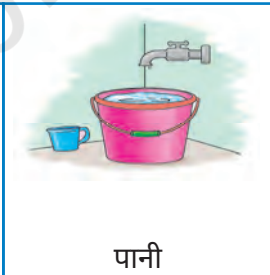


चार पहिया वाहन





हर पंक्ति च दित्ती गेदी चीजै/चीजै गी बक्खी दित्ते गेदे शरीर दे अंगें कन्नै मिलान करो ते गोला लाओ.



# निरदेश अनुसार चित्र बनाओ

गतिविधि 51



जिने चीजें गी मैं दिखना आं



जिने चीजें गी मैं सुनना आं



--	--

--	--

जिने चीजें गी मैं छूना आं



जिने चीजें गी मैं सूघना आं



--	--

--	--

जिने चीजें दा मैं सुआद लैना आं

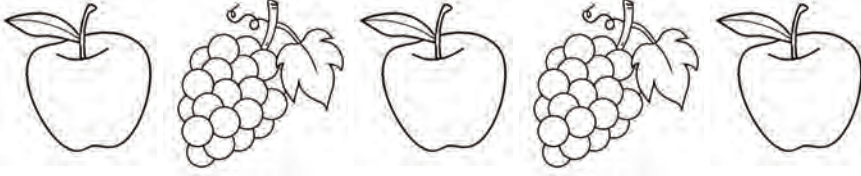


--	--	--	--





फलों के नमूनें गी पूरा करो



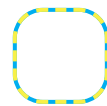


## गड़ियें गी गिनो ते संख्या लिखो

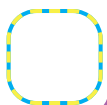
किन्ने ट्रक न?



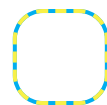
किन्नियां बैल गड़ियां न?



किन्ने रिक्शे न?



किन्ने सैकल न?





ग ० ग ० ग ० ग

- ◆ चित्र दिक्खो ते नांs दस्सो।
- ◆ 'ग' धविन कन्नै शुरु होने आह्ने चित्रें च रंग भरे।



गैह्ना



गन्ना



फल



गद्दा



गमल्ला



गणेश



फ ० फ ० फ ० फ ०

- चित्र दिक्खो ते नांs दस्सो।
- 'फ' धविन कन्नै शुरु होने आह्ने चित्रें च रंग भरें।



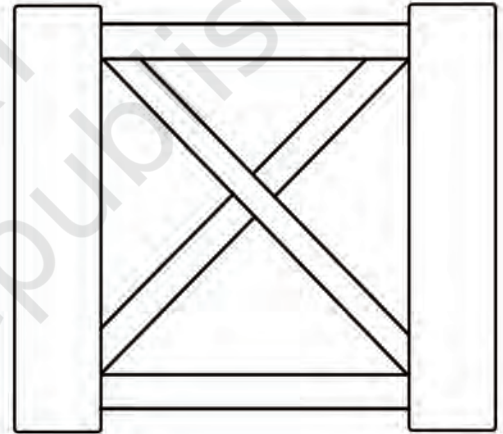
फल



चिमचा



फसल



फ़ाटक



फली



चिड़ी

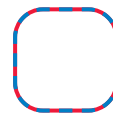
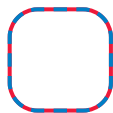
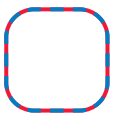
# कपड़ें उप्पर आकृतियें दा मिलान करो



- ◆ चित्र गी दिक्खो ते उसदे बारे च गल्ल करो.
- ◆ चित्र च दित्ते गेदे ज्यानें दे कपड़ें उप्पर बक्ख-बक्ख आकृतियें गी दिक्खो.
- ◆ हून इक्को जेही आकृति आह्ले कपड़ें दा मिलान करो.



हून, आकृतियें गी गिनो ते उं'दी संख्या डब्बे च लिखो.



# आकृतियों में गी तुप्पो ते मिलान करो

गतिविधि 57






गाओ ते कविता दा मजा लैओ।

इक बारी मैं इक निक्की जेही चिड़िया औंदी दिक्खी,

औग, मिगी मेद, मेद, मेद,

मैं रोया, "निक्की चिड़िया।

मैं रोया, "निक्की चिड़िया।

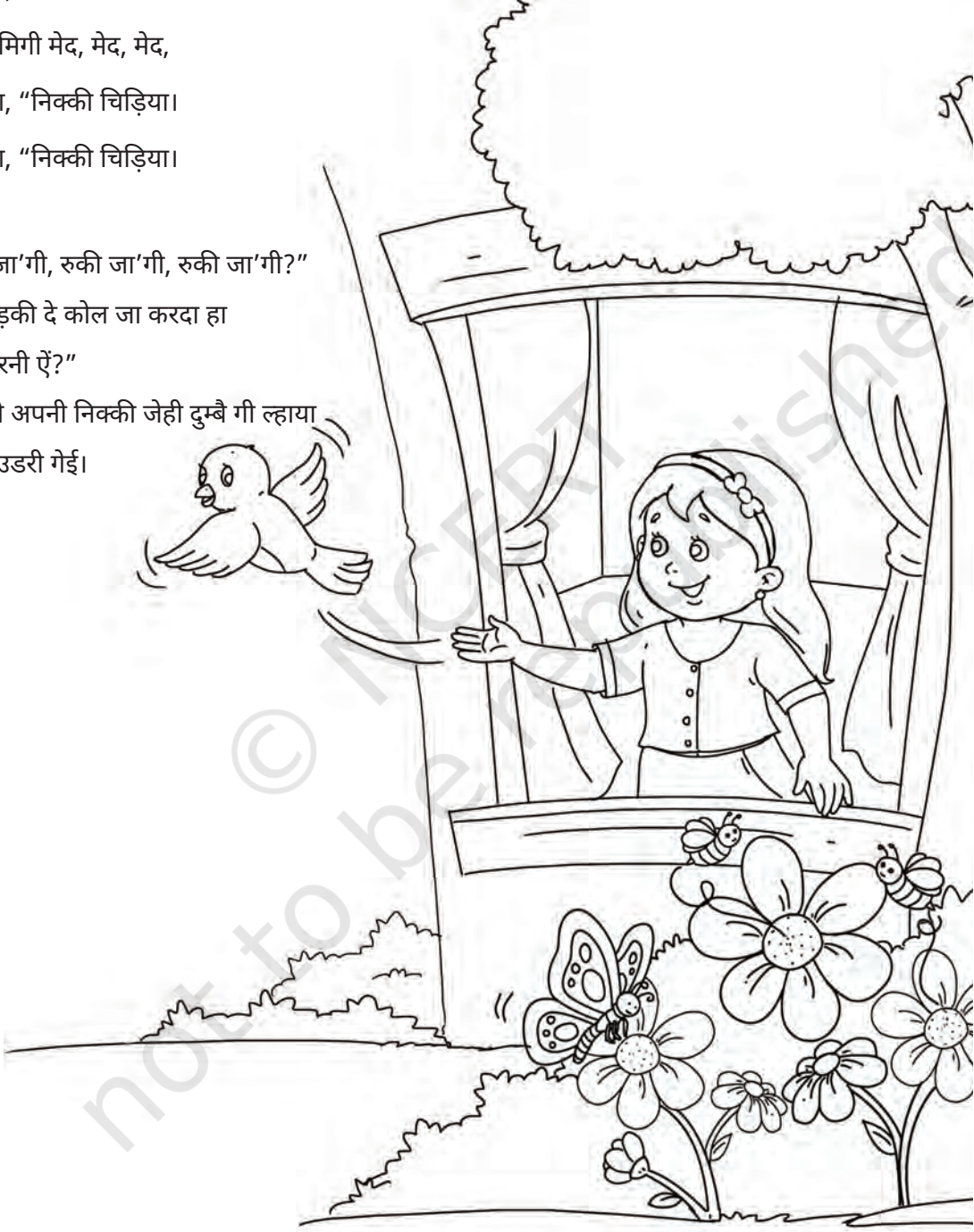
रुकी जा'गी, रुकी जा'गी, रुकी जा'गी?"

मैं खिड़की दे कोल जा करदा हा

"तू करनी ऐं?"

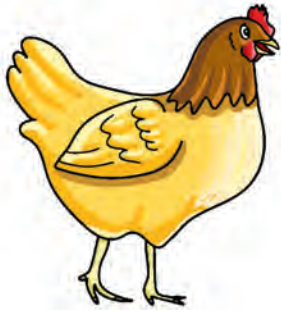
पर उनै अपनी निक्की जेही दुम्बै गी ल्हाया

ते दूर उडरी गई।

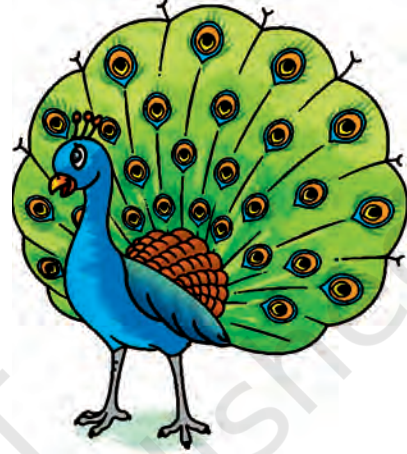


चित्र च रंग भरो.

- ◆ हर तस्वीर गी दिक्खो ते चिड़िया दा नांऽ दस्सो।
- ◆ हर चिड़िया दे नांऽ दी शुरूआती आवाज़ कड्डो।
- ◆ उ'ने चिड़ियें दी पन्छान करो ते उ'दा नांऽ दस्सो जिं'दे च शुरूआती अक्खर दी आवाज़ इक गै होंदी ऐ।



कुकड़ी



मोर



तोता



कबूतर



कां




बतख




- हर जिराफ किन्ने चोकोर लम्मा ऐ? चोकोर च रंग भरो.
- संख्या गी गिनो..


5	
4	
3	
2	
1	




5	
4	
3	
2	
1	

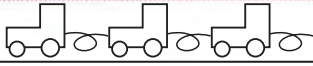


5	
4	
3	
2	
1	



5	
4	
3	
2	
1	



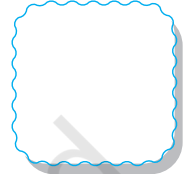



हर गड्डी किन्ने बलाक लम्मी ऐ? उ'ने बलाकें च रंग भरो ते दिन्ने देगे बलाकें च संख्या लिखो.

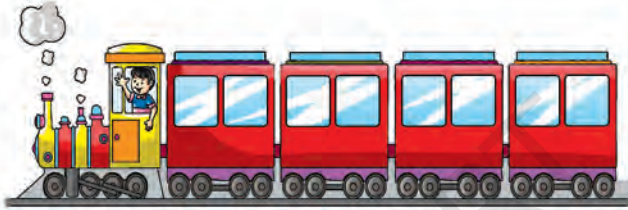
1.



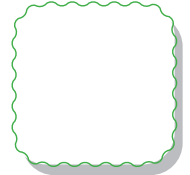
--	--	--	--	--



2.



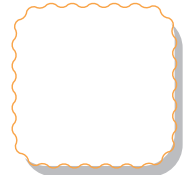
--	--	--	--	--



3.



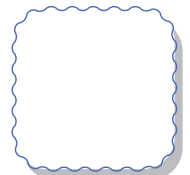
--	--	--	--	--



4.

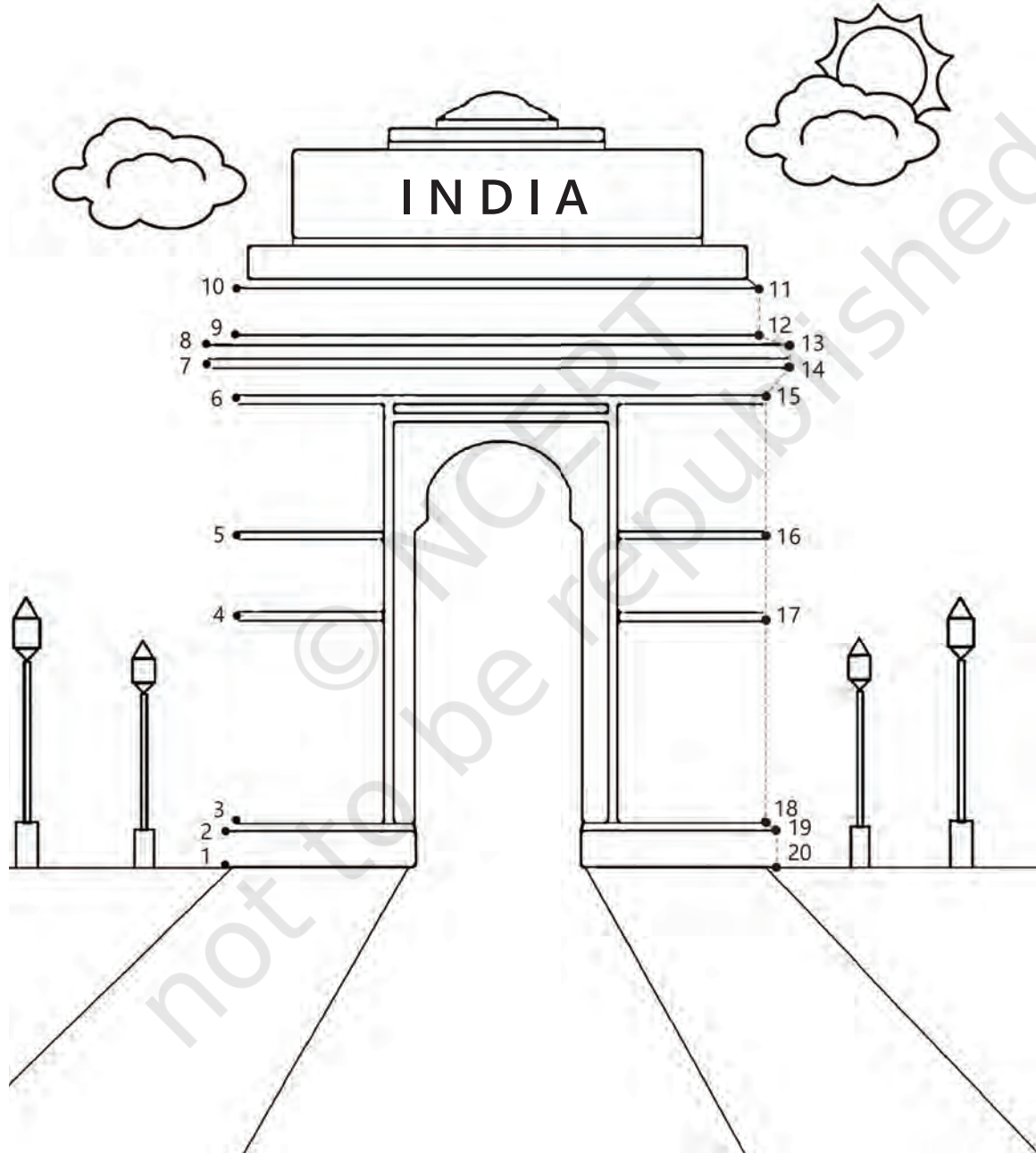


--	--	--	--	--



संख्या गी मिलाओ ते चित्र गी पूरा करो

गंगा, यमुना, जित्थै नर्मदा  
मंदिर, मस्जिद दे कन्ने गिरजा  
शांति प्रेम दी दिंदा शिक्षा,  
मेरा भारत सदा सर्वदा।



- ◆ बिंदीदार लकीरें उप्पर उचित रंग चुनो ते ट्रेस करो।
- ◆ हर खिलौने दी पन्छान ते नांऽ दस्सो।
- ◆ हर खिलौने च जेहड़ी शुरूआती आवाज़ सुनी जंदी ऐ, उसी बोलो।
- ◆ हर खिलौने दा शुरूआती अक्खर लिखो।



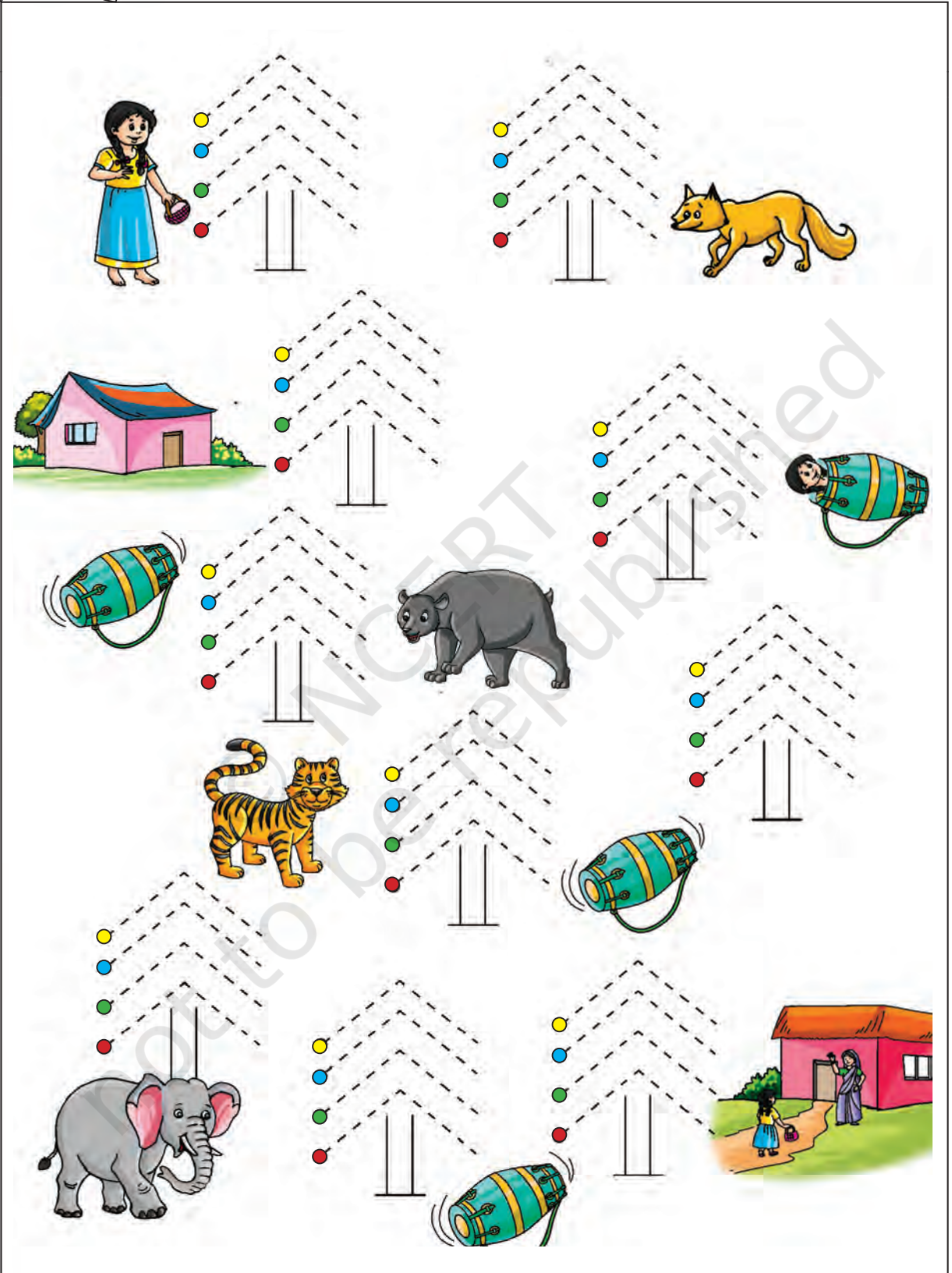
# देखभाल ते स्वच्छता चार्ट



- हप्ते च हर दिन तुसें अपनी आत्म-देखभाल ते स्वच्छता आस्तै जेहड़ी गतिविधि किती ऐ, उ'दे आस्तै हर दिन दे डब्बे च सहेई (✓) दा नशान लाओ।
- गिनती करो ते नंबर गी सहेई बॉक्स च लिखो जिस दिन तुसें गतिविधि कीती ही।

	सोमबार	मंगलबार	बुधबार	वीरबार	शुक्रबार	शनिबार	ऐतबार	
 ब्रुश करना (सवेरे)								
 मूह धोना								
 न्हीना								
 सिर बाह्वा								
 ब्रुश करना (राती)								







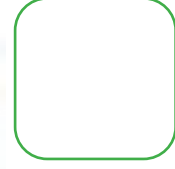
दिन्ते गेदे डब्बें च चीजें दी गिनतरी करो ते लिखो।



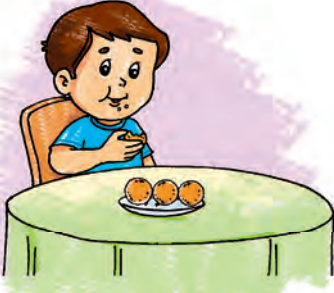
लक्ष्मी 3 सेव चुकदी ऐ



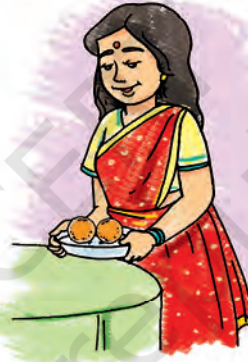
राधा 4 सेव चुकदी ऐ



कुल सेव चुक्के



सीतराम नै 3 लड्डू खाद्धे



उसदी मां नै उसी 2 लड्डू होर खाने  
गी दिन्ते



सीतराम नै  
कुल लड्डू खाद्धे



2 चिड़ियां बूहटे उप्पर



2 होर आईयां



कुल चिड़ियां



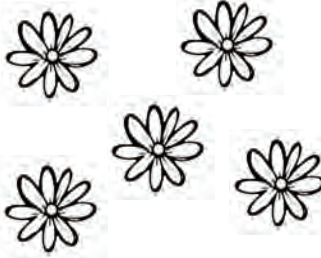
फुल्लें गी गिनो ते रंग भरो, सहेई गोले च रंग भरो.



2

3

1



5

7

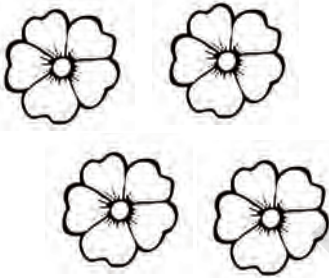
6



4

3

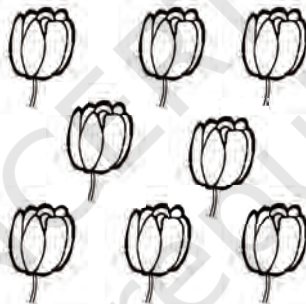
5



3

5

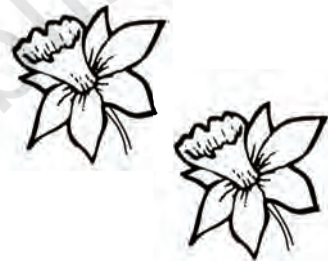
4



9

7

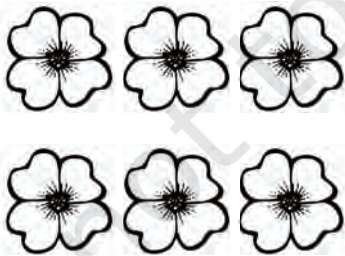
8



1

2

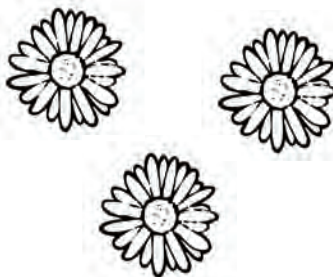
3



7

5

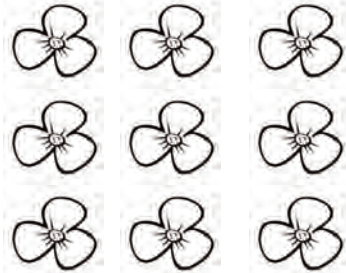
6



3

2

1



8

10

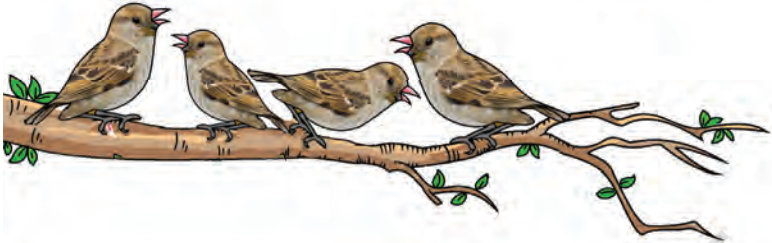
9



इक्क बूह्ते उप्पर 5 निक्के पैँछी बैठे दे न.



इक्क उडरी गोआ,

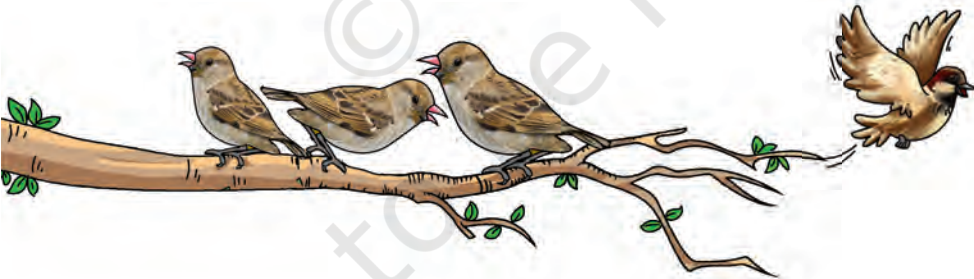


किन्ने बचे?

इक्क बूह्ते उप्पर 4 निक्के पैँछी बैठे दे न.



इक्क उडरी गोआ,



किन्ने बचे?

इक्क बूह्ते उप्पर 3 पैँछी बैठे दे न.



इक्क उडरी गेआ,



बाकी किन्ने बचे?

इक्क बूहटे उप्पर 2 पैँछी बैठे दे न.

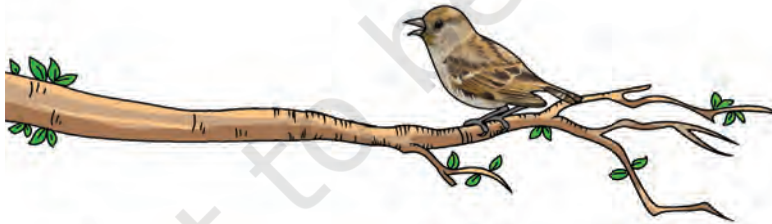


इक्क उडरी गेआ,

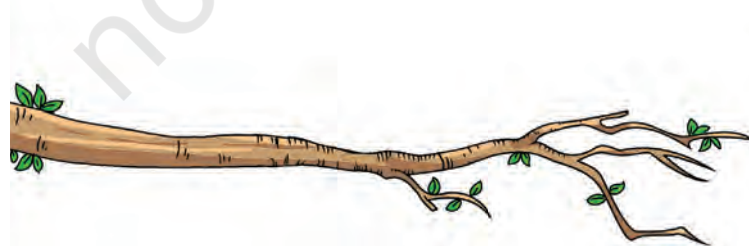


How many are left?

इक्क बूहटे उप्पर 1 पैँछी बैठे दा ऐ.



इक्क उडरी गेआ,



बाकी किन्ने बचे?

चीजें गी गिनो ते कुल किन्नियां न पता करो.



2 मच्छियां

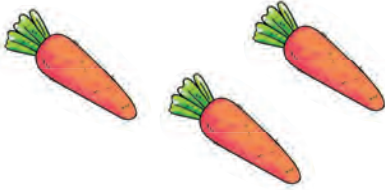


1 होर मच्छी

कुल



मच्छियां



3 गाजरां



ते 2 होर गाजरां

कुल



गाजरां



1 बूह्टे



3 होर बूह्टे

कुल



बूह्टे



2 लड्डू



2 होर लड्डू

कुल



लड्डू



5 छतरियां



1 छतरी

कुल



छतरियां

जिस ध्वनि कन्ने चित्र दा नांशुरु होंदा ऐ, उस उप्पर गोला लाओ।



ल भ म



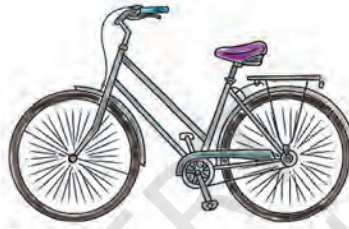
ग भ म



ग म भ



भ ग म



भ स म



ग म ब



ग ड म



ग भ म



भ ग म



भ ग म



ग भ म



ख म ग



जिस ध्वनि कन्नै चित्र दा नांs शुरु होंदा ऐ, उस उप्पर गोला लाओ।



त म न



म फ त



ल न त



म त स



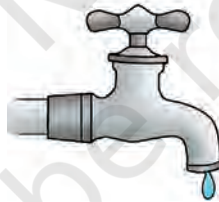
न म त



त न ख



न ख त



न म त



त म न



घ त म



त न ब



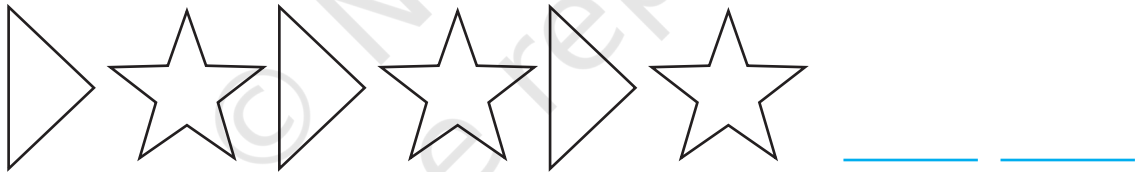
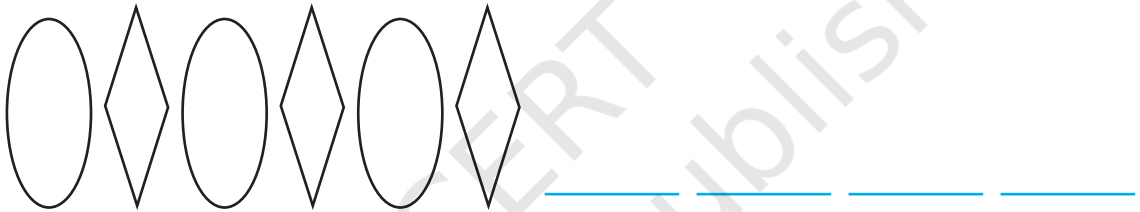
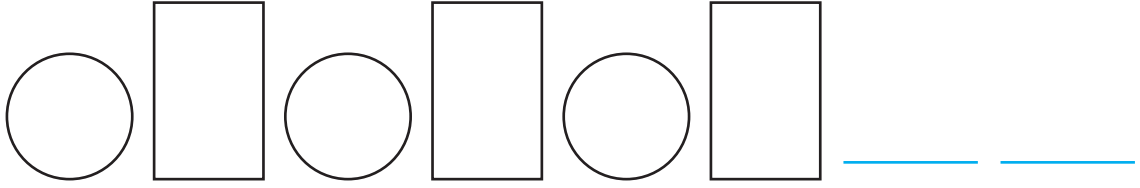
म छ त



# ज्यामितीय आकृतियों के नमूने

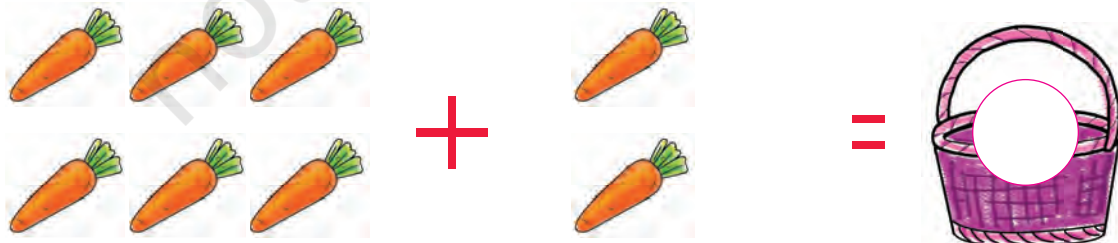
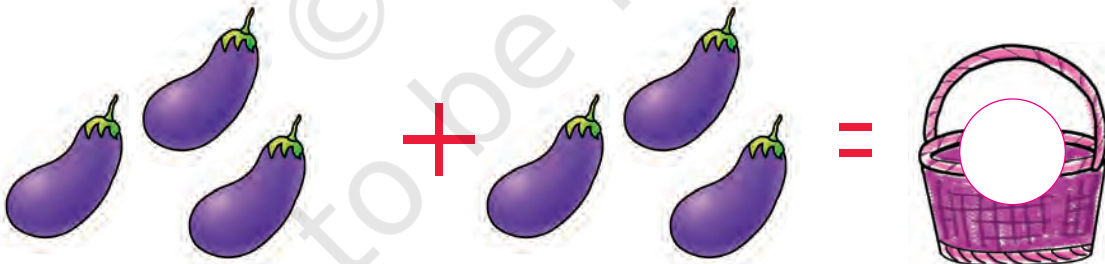
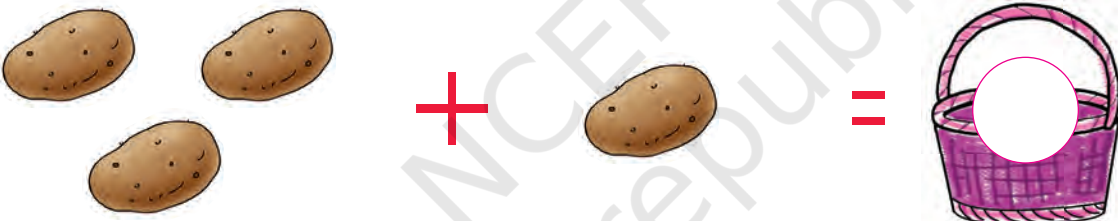
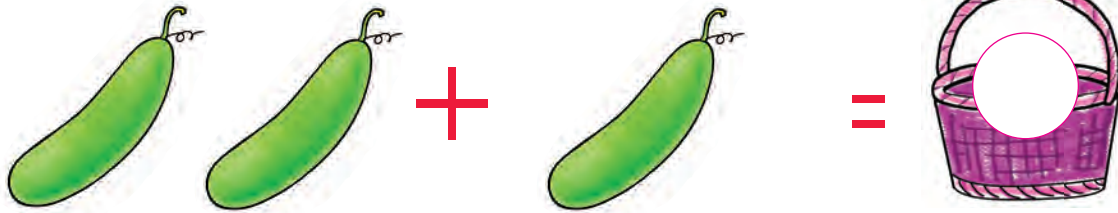


नमूनें गी पूरा करो



+ - + - + -

सब्जियां गिनना। कितने जोड़े?



जहाजें गी गिनो.



किन्ने जहाज न?

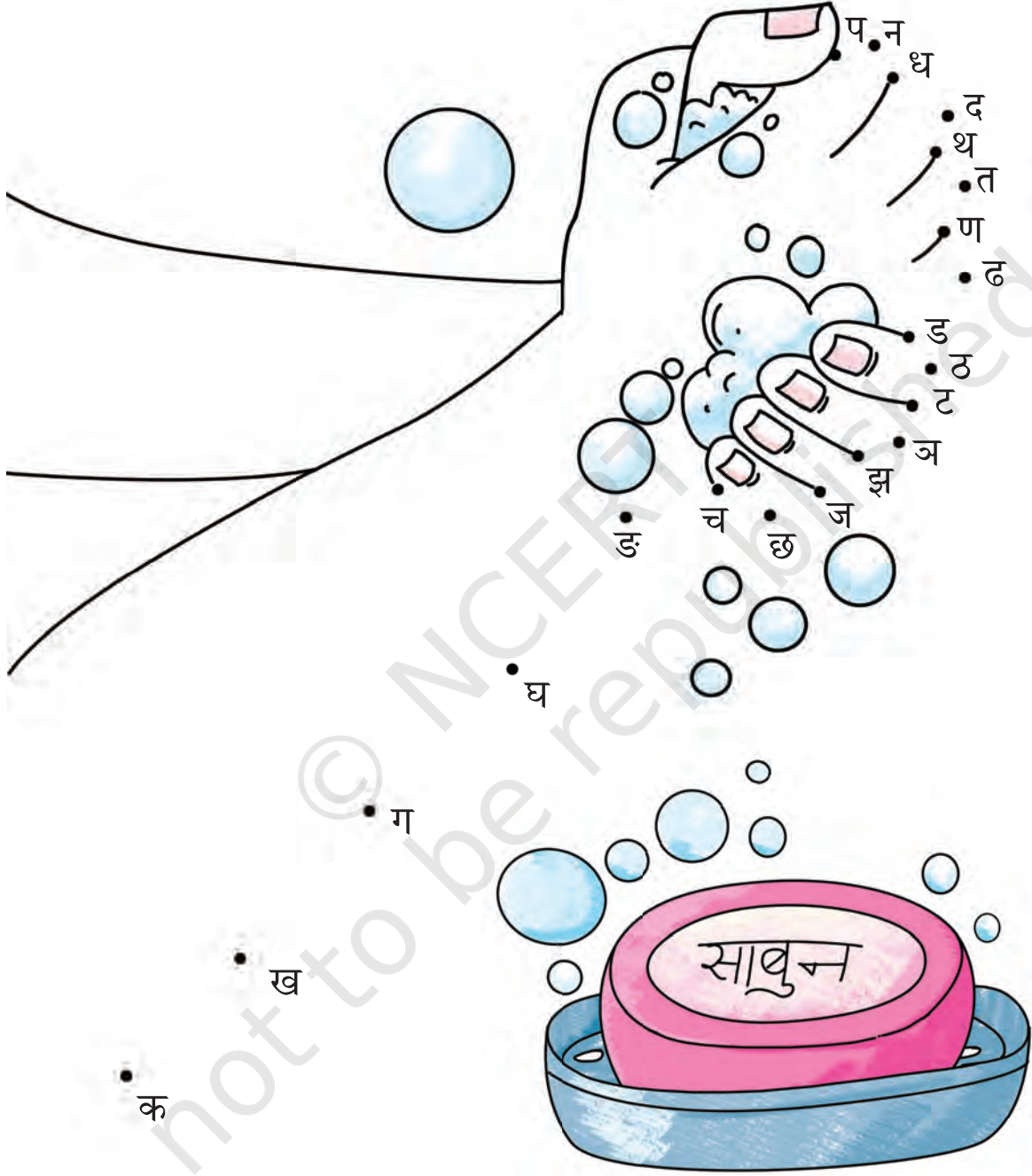
इक जहाज गी कट्टी देओ.

इक जहाजै गी कट्टन दे बाद किन्ने जहाज न?

# बिंदुएं गी जोड़ो



- ◆ बिंदुएं गी मलाईयै चित्र पूरा करो.
- ◆ अक्खरें गी जोरियै पढ़ो.

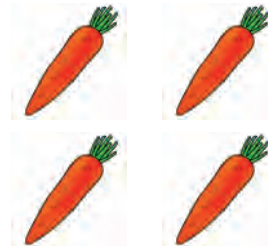
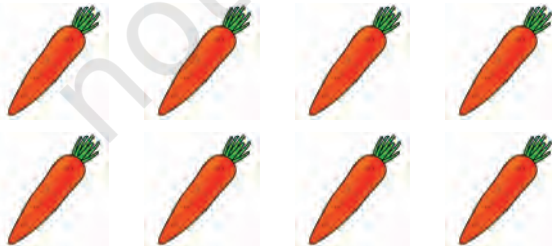
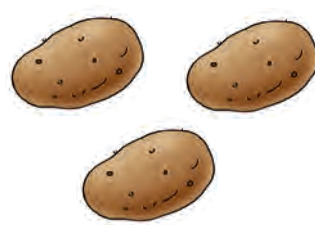
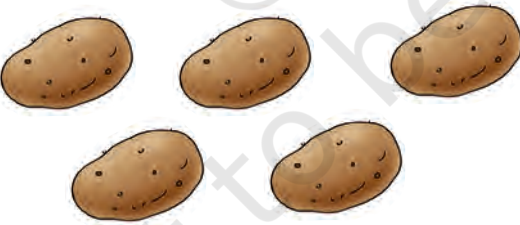
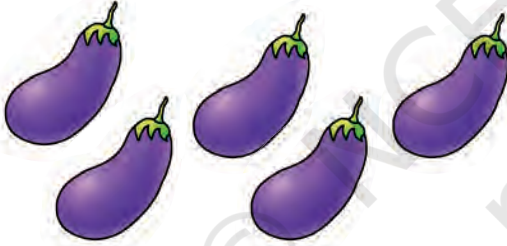
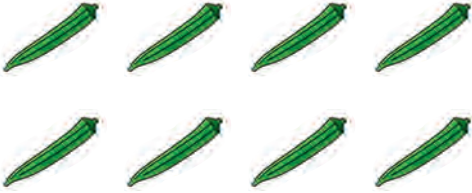
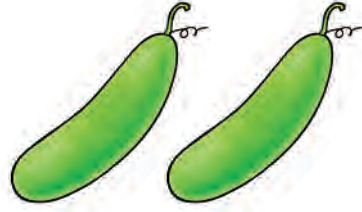
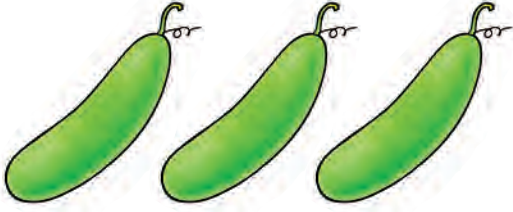


नोट: मसाल दे तौर उप्पर कार्यपत्रक च किश गै अक्खर दस्से गेदे न.





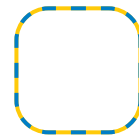
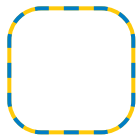
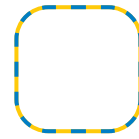
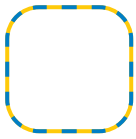
- ◆ सब्जियें गी दिक्खो ते हर इक डब्बे च गिनो.
- ◆ संग्रैह गी बराबर करने आस्तै डब्बे च सब्जियें दे चित्र बनाओ.





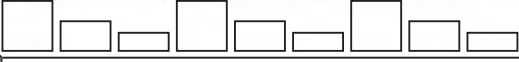
- ◆ दिक्खो, पंछानो ते चित्र दा नां लिखो.
- ◆ चित्र दी मुंढली ध्वनी दा उच्चारण करो.
- ◆ चित्र दे पैल्ले अक्खर गी लिखो.

र ह म क क म

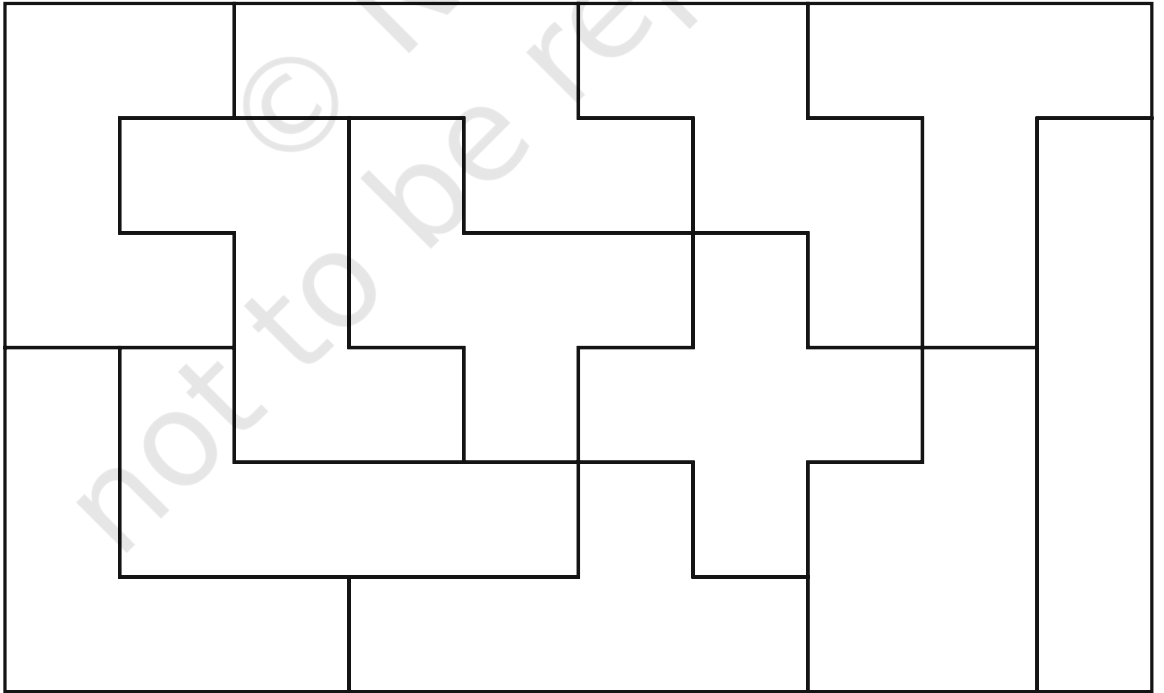


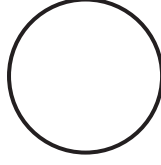
# मेरी रंगीन पहेली

गतिविधि 79



- ♦ रंगीन डब्बें गी दिक्खो.
- ♦ हून हेठ दित्ती दी आकृतियें गी उस्सै रंग च रंगो जेहड़े उप्पर दित्ते दे डब्बें च ऐ.

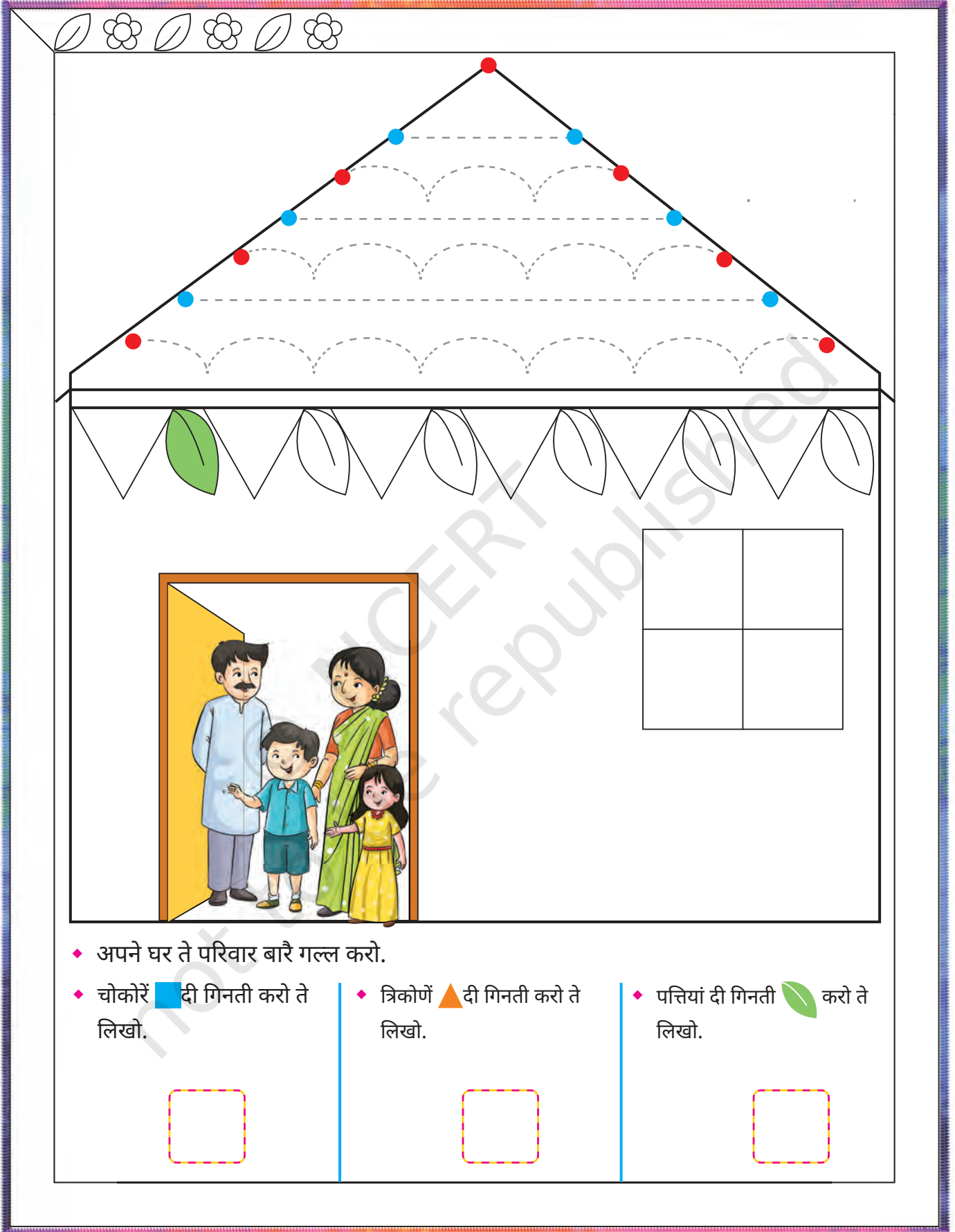




इत्थै अपने परिवार दा चित्र बनाओ.

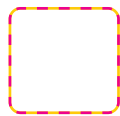
© NCERT  
not to be republished

# मेरा परिवार



◆ अपने घर ते परिवार बारै गल्ल करो.

◆ चकोरें  दी गिनती करो ते लिखो.



◆ त्रिकोणें  दी गिनती करो ते लिखो.



◆ पत्तियां दी गिनती  करो ते लिखो.




## अपने तरीके कन्नै उंचाई नापो


1 2 1 2 1 2

- हर महिला किन्ने डब्बे उच्ची ऐ?
- डब्बें दी गिनतरी करो ते उं'दे च रंग भरो.


✂

5	
4	
3	
2	
1	


✂

5	
4	
3	
2	
1	

✂

5	
4	
3	
2	
1	

✂

5	
4	
3	
2	
1	

नोट :

- ज्यानें गी हर इक तस्वीर गी रूपरेखा दे कन्नै-कन्नै कटने च मदद करो (ज्यानें दे अनुकूल कैंची दा इस्तेमाल करो)।
- उ'नेगी महिला दी तस्वीरें गी उं'दी लंबाई दे क्रम च व्यवस्थित करने लेई प्रोत्साहित करो ते मसलन, 'एह महिला सभने थमां लम्मी ऐ, एह महिला इस थमां निक्की ऐ... ते एह महिला लंबाई च सभने थमां लौट्की ऐ'।

# परिवार च किन्ने सदस्य न?

- ◆ परिवार दे सदस्ये दी गिनती करो.
- ◆ सही संख्या उप्पर घेरा लाओ जां रंग भरो.



3	4	2	5	1
---	---	---	---	---



4	1	3	2	5
---	---	---	---	---



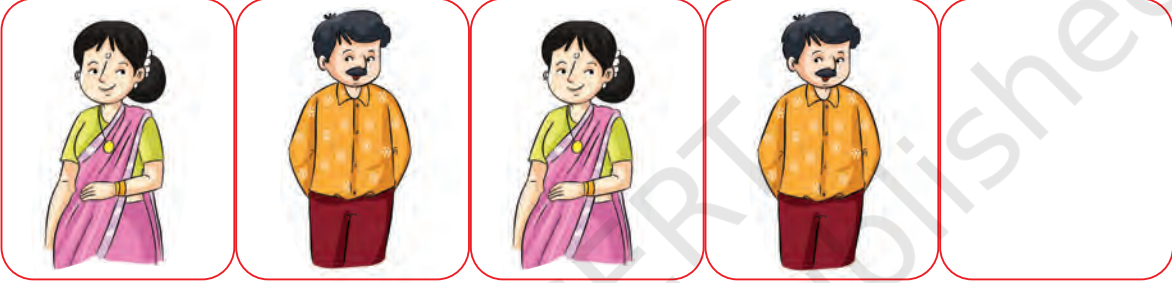
4	2	1	5	3
---	---	---	---	---



5	1	2	4	3
---	---	---	---	---

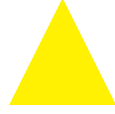
# नमूनें गी पूरा करो

- ◆ पैटर्न गी दिक्खो ते वर्णन करो।
- ◆ पैटर्न गी पूरा करने लेई दिक्खी गेदी थाहै च सहेई तस्वीर गी कट्टियै पेस्ट करो.



# मेरे घरै च आकार

♦ रंग कोड दा उपयोग करियै चित्र गी रंगो.



पीला



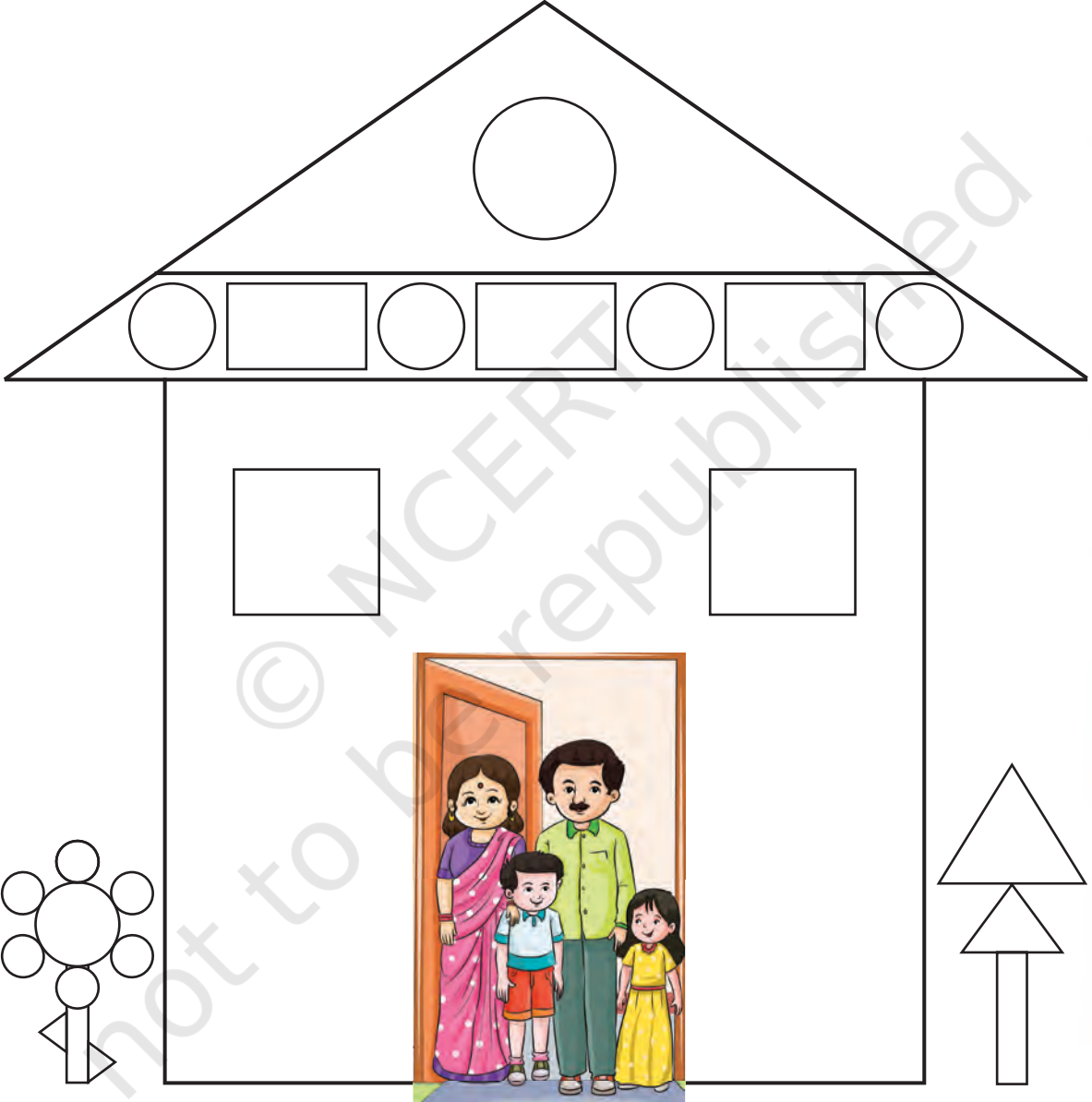
लाल



नीला



सैल्ला



♦ आकृतियें गी गिनो ते लिखो.



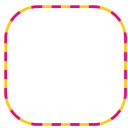
## परिवार कन्नै पिकनिक (चित्र पढ़ो)

तस्वीर गी दिक्खो

- ◆ तस्वीर च केह् होआ करदा ऐ?
- ◆ क्या तुस अपने परिवार कन्ने पिकनिक च गेदे ओ?
- ◆ पिकनिक पर जंदे बेल्लै तुस केह्-केह् चीजां खाना चांहदे ओ?



◆ परिवार च किन्ने लोक न?

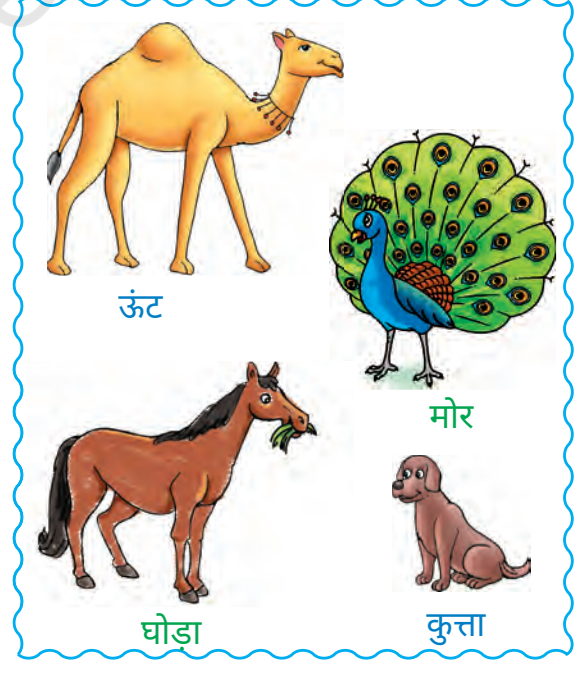
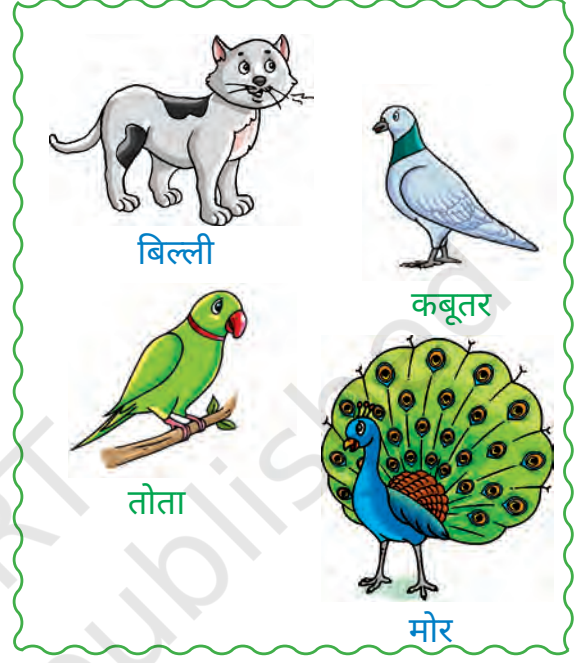


◆ फलें दी टोकरी उप्पर  
दित्ते दे नमूने गी बनाओ.



## बक्खरे उप्पर घेरा लाओ

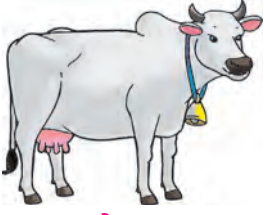
- ♦ जानवरें ते चिड़ियें दी पन्छान करो ते नांs लिखो।
- ♦ हर डब्बे च विषम/बक्खरे गी घेरो।



# परछाड़यें गी मलाओ



◆ चित्र गी उसदी परछाड़ कन्नै मलाओ.



गौ



बिल्ली



बांदर



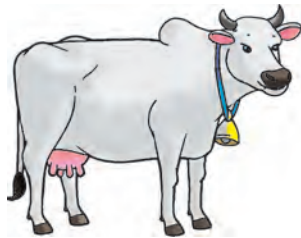
बकरी



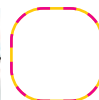
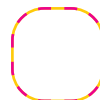
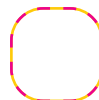
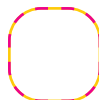
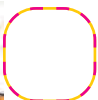
घोड़ा



- ◆ जनौरें गी पन्छानो ते नांs देओ.
- ◆ हर जनौर दी मुंढली ध्वनी बोलो.

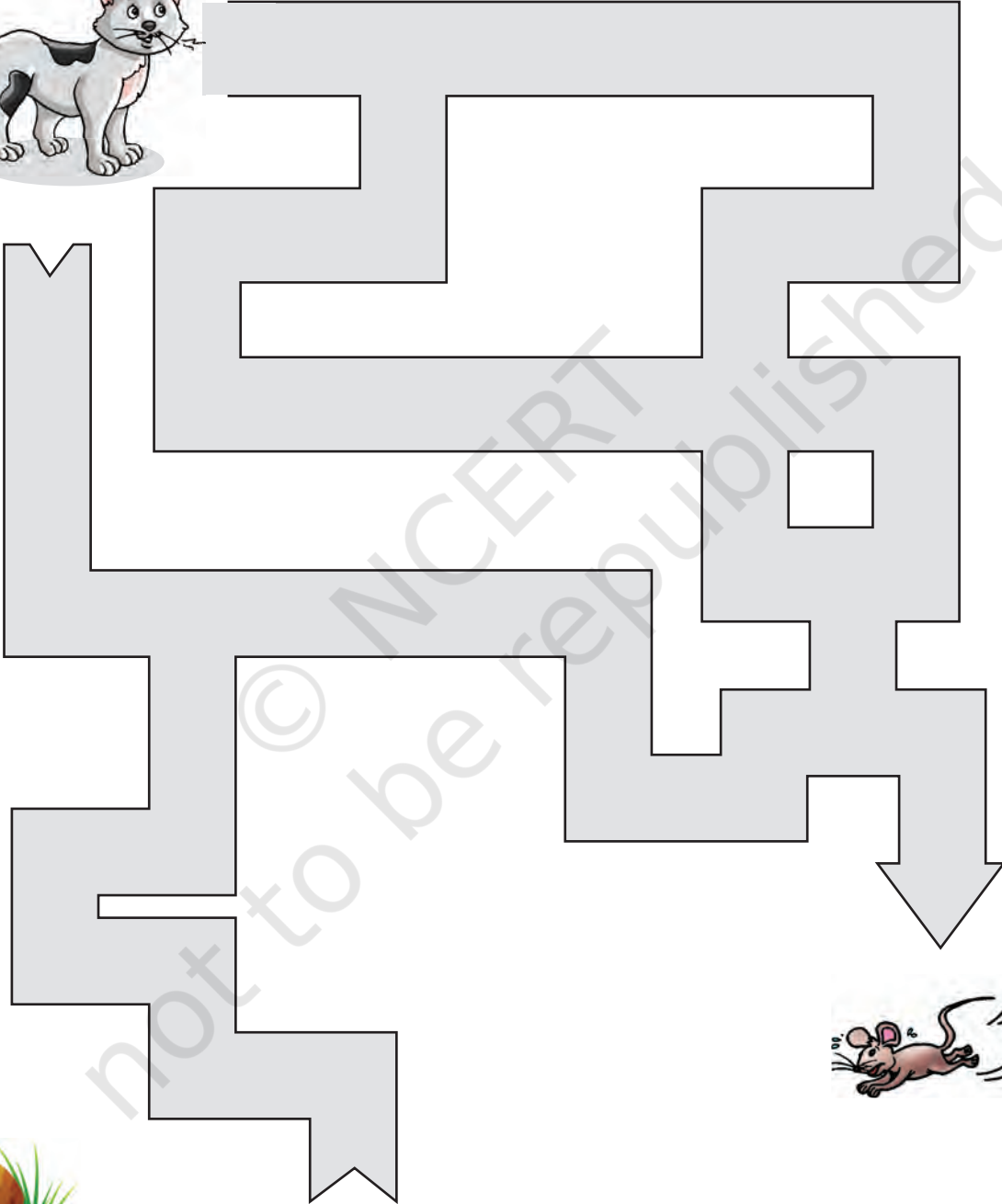


- ◆ जनौरें दी गिनती करियै डब्बें च लिखो.





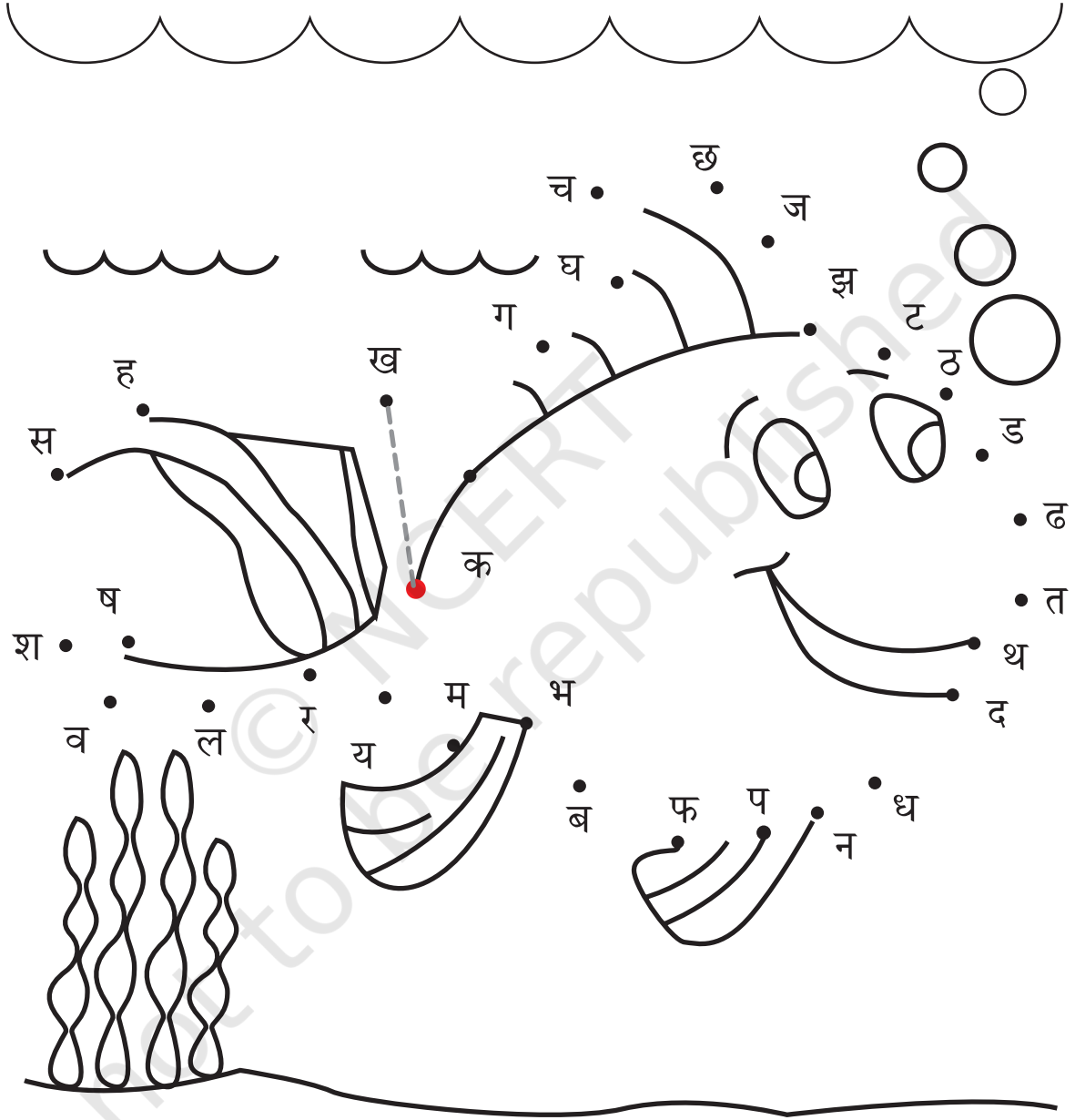
बिल्ली गी चूहे तकर पुज्जने च मदाद करो.




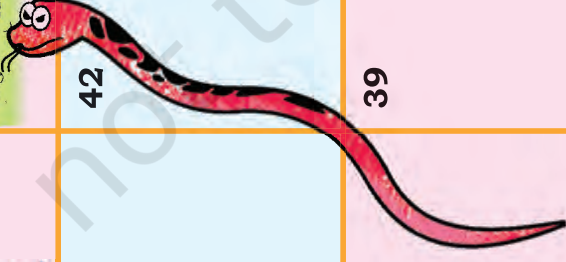








# बिंदुएं मिलान

जनौर  
गतिविधि 91

- ◆ लाल ● बिंदुएं शा मिलान शुरू करो
- ◆ हून चित्र च अपनी मरजी दा रंग भरो।



# चंगियां-मंदियां आदतां (सप्य ते पौढी)

<p>50 बच्चें दा समग्र विकास पुरा करना</p> 	<p>41</p> 	<p>40</p>	<p>31</p>	<p>30 तुस दूएँ कन्नै लइदे ओ</p> 
<p>49 तुस जानवरें गी मारदे हो</p> 	<p>42</p>	<p>39</p>	<p>32 दूएँ गी चीजें गी बरतने कोला पहिले इजाजत लैदे ओ</p> 	<p>29</p>
<p>48</p>	<p>43</p>	<p>38 तुस दूएँ गी अपने खढोने कन्नै खेहन दिदे ओ</p> 	<p>33</p>	<p>28</p>
<p>47 तुस अपने दोस्ते गी तंग करदे ओ</p> 	<p>44</p>	<p>37</p>	<p>34</p>	<p>27 तुस म्हेशां साफ ते धाते दे कपड़े पांदि ओ</p> 
<p>46</p>	<p>45 तुस अपने दंदें गी रोज साफ करदे ओ</p> 	<p>36</p>	<p>35 तुस गंद पांदि ओ।</p> 	<p>26</p>

21



तुस बूहटें दी दिक्खभाल करदे ओ।



1



शुरू

22

तुस सेहतमंद रौहने लेई रोज कसरत करदे ओ।



19

12

तुस गलत ढंगे कन्नै बौहदे ते सौदे ओ।



9

23

तुस कम्म करदे बेल्ले सुस्ती मसूस करदे ओ ते कम्मै थमां केस मारदे ओ।



18

13

8

24

17

14

7

तुस सेहत लेई माडा ते जक खाना खंदे ओ।



4

25

16

15

6

तुस रोज न्हौदे ओ।



5

नोट

---

© NCERT  
not to be republished