# ਆਨੰਦ

# ANAND

## ਬਲਵਾਟਿਕਾ ਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀ ਕਿਤਾਬ

not to be republished

विद्यया ऽमृतमश्नुते

एन सी ई आर टी
NCERT

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

# ਮੈਂ ਤਾਂ ਜਾਵਾਂ ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ

ਮੈਂ ਤਾਂ ਜਾਵਾਂ ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ,

ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਜਾਈਏ ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ,

ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ, ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ,
ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ।

ਹੋ! ਹੋ! ਹੋ!

ਬਸਤਾ ਵੀ ਨਹੀਂ,

ਕਿਤਾਬਾਂ ਵੀ ਨਹੀਂ,

ਤਾਂ ਫਿਰ ਕੀ ?

ਤਰ੍ਹਾਂ-ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਖੇਡਾਂ,

ਖੇਡ-ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਨਾ ।

ਐਸੀ ਸਾਡੀ ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ,

ਮੌਜ਼ ਭਰੀ ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ।

ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ, ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ,
ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ।

ਹੋ! ਹੋ! ਹੋ!

© NCERT not to be republished

# ਦੋ ਸ਼ਬਦ

ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਾਲਾਂ ਦਾ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੁਆਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਪਰੰਪਰਾ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਵਿਆਪਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਸਕਾਰ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਪੀੜ੍ਹੀ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸਾਰਿਤ, ਇਹ ਸੰਸਕਾਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਅੱਠ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ, ਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਸਮਰੱਥਾਵਾਂ ਦੇ ਹਰ ਪਹਿਲੂ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲ ਰੂਪ ਦੇਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਰਾਹ ਪੱਧਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਪੜਾਅ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨੀਤੀ (NEP) 2020, ਬੁਨਿਆਦੀ ਪੰਜ ਸਾਲ (3-8 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ) ਨੂੰ ਸਕੂਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜੀਵਨ ਭਰ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿਹਤ ਇਸ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬੌਧਿਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਾਖਰਤਾ, ਸੰਖਿਆ ਗਿਆਨ, ਰਚਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਸੁਹਜ ਸੰਵੇਦਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਕੌਸ਼ਲਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਹਿੱਤ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨੀਤੀ ਇਸ ਪੜਾਅ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਫਰੇਮਵਰਕ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਪੂਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਬੁਨਿਆਦੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਉੱਚ-ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਾਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ, ਸਗੋਂ ਸਕੂਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਅਗਲੇ ਪੜਾਵਾਂ ਤੱਕ ਇਸ ਗਤੀ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਲਿਜਾਣ ਲਈ ਵਿਆਪਕ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨਲ ਸਟੇਜ (NCF-FS) ਲਈ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਫਰੇਮਵਰਕ, ਬਚਪਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਭਾਰਤੀ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ ਅਤੇ ਲੋਕਾਚਾਰ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਘਰ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਦੇ ਤਜ਼ਰਬਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਗਿਆਨ, ਹੁਨਰ ਅਤੇ ਰਵੱਈਏ ਨਾਲ ਜੋੜਨ 'ਤੇ ਵੀ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਕਿਤਾਬਾਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਤੋਂ ਇੱਕ ਹੋਰ ਅਨੁਕੂਲ ਖੇਡ ਯੋਗਤਾ ਅਧਾਰਿਤ ਸਿੱਖਣ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵੱਲ ਇੱਕ ਬਦਲਾਵ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਇੱਕ ਬੱਚਾ, ਜੋ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ ਨਾਲ ਉਸਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਵਧੇਰੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਨੂੰ ਮੰਨਦੇ ਹੋਏ, ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨਲ ਪੜਾਅ ਲਈ ਸਿਲੇਬਸ, ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਯਜੁਰਵੇਦ ਦੀ ਤੈਤੀਰੀਆ ਸੰਹਿਤਾ ਦੇ ਇੱਕ ਹਿੱਸੇ, ਤੈਤੀਰੀਆ ਉਪਨਿਸ਼ਦ ਵਿੱਚ ਸਪਸ਼ਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਪੰਚਕੋਸ਼ੀਆ ਵਿਕਾਸ (ਮਨੁੱਖੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੀਆਂ ਪੰਜ ਪਰਤਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ) ਦੀ ਸੰਕਲਪਿਕ ਬੁਨਿਆਦ ਉੱਤੇ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ 'ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਆਰਾ 'ਸਵੈ' ਵਜੋਂ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਦੇ ਅਸਲ ਟੀਚੇ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪੂਰਨ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਸਮਕਾਲੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਦਾ ਭਾਰਤ ਦੀ ਪਿਆਰੀ ਸਭਿਅਤਾਤਮਕ ਬੁੱਧੀ ਨਾਲ ਸੁਮੇਲ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

© NCERT not to be republished

ਇਸ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਦੀ ਸਫ਼ਲਤਾ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਦਮਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗੀ, ਜੋ ਆਂਗਣਵਾੜੀਆਂ, ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਸਬੰਧਤ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਇਸ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਾਖ਼ਲ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਉਚਿਤ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਜੋਂ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਗੀਆਂ। ਇਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੀਆਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਦੋਵਾਂ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਨ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਂਗਣਵਾੜੀਆਂ, ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਸਬੰਧਤ ਅਦਾਰਿਆਂ ਦੀ ਯੋਗ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਹੀ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਸਿਲੇਬਸ ਦੇ ਤਿਆਰਕਰਤਾਵਾਂ ਨੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪੰਜ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕ੍ਰਮਵਾਰ ਪਰਪੱਕ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਹੈ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਪੜ੍ਹਨ ਸਮੱਗਰੀ ਦੇ ਬੋਝ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੱਧਰਾਂ 'ਤੇ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦਾ ਪੁਨਰਗਠਨ ਅਤੇ ਪੁਨਰਵਿਵਸਥਾ ਕਰਕੇ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਉਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਬਾਲ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਰਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਸਿਖਾਉਣ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਇਹ ਗਤੀਵਿਧੀ ਕਿਤਾਬ, NEP 2020 ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦਿਆਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਰਲ, ਦਿਲਚਸਪ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾ-ਅਧਾਰਿਤ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਗਤੀਵਿਧੀ ਪੁਸਤਕ ਨੇ ਸੰਮਲਿਤ ਹੋਣ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਜੜ੍ਹਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਕਲਾ ਅਤੇ ਸ਼ਿਲਪਕਾਰੀ ਨੂੰ ਜੋੜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਅਧਿਆਪਕ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸੁਹਜ ਭਾਵਨਾ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਗਰੂਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਗਤੀਵਿਧੀ ਪੁਸਤਕ ਅੰਤਰੀਵ ਸੰਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸੰਦਰਭਾਂ ਵਿੱਚ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਆਦਾਨ-ਪ੍ਰਦਾਨ ਲਈ ਸਥਿਤੀ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਗਤੀਵਿਧੀ ਪੁਸਤਕ ਸਮੱਗਰੀ ਵਿੱਚ ਅਮੀਰ ਹੈ; ਵਿਭਿੰਨ ਤਜ਼ਰਬੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ, ਅਤੇ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਅਤੇ ਖੇਡਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਖੇਡ ਆਧਾਰਿਤ ਢੰਗਾਂ ਨੂੰ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਅਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਸੋਚ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆ-ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਅਗਵਾਈ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਗਤੀਵਿਧੀ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਪ੍ਰਤੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਭਰਪੂਰ ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਗਤੀਵਿਧੀ ਪੁਸਤਕ ਸਾਡੇ ਰਾਜਾਂ/ਕੇਂਦਰ ਸ਼ਾਸਿਤ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ-ਅਧਿਆਪਨ ਸਮੱਗਰੀ ਵਿੱਚ NEP 2020 ਦੀਆਂ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਥਾਨਕ ਪਰਿਪੇਖਾਂ ਵਾਲੀ ਸਮੱਗਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

© NCERT
not to be republished

NCERT ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨਲ ਪੜਾਅ ਲਈ ਇਸ ਸਿਲੇਬਸ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ-ਅਧਿਆਪਨ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਬਣਾਈ ਗਈ ਕਮੇਟੀ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਸਖ਼ਤ ਮਿਹਨਤ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਇਸ ਕਮੇਟੀ ਦੀ ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਪ੍ਰੋ: ਸ਼ਸ਼ੀਕਲਾ ਵੰਜਾਰੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਇਸ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਅਤੇ ਅਜਿਹੇ ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦਾ ਵੀ ਧੰਨਵਾਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸੰਭਵ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਮਦਦ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਟੀਅਰਿੰਗ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਡਾ. ਕੇ. ਕਸਤੂਰੀਰੰਗਨ ਅਤੇ ਮੈਂਡੇਟ ਸਮੂਹ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਸਮੇਤ ਇਸ ਦੇ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਅਤੇ ਕੀਮਤੀ ਸੁਝਾਵਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧੰਨਵਾਦੀ ਹਾਂ, ਜੋ ਇਸ ਗਤੀਵਿਧੀ ਪੁਸਤਕ ਨੂੰ ਸੰਕਲਪਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰਹੇ।

ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਨ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਨਿਰੰਤਰ ਸੁਧਾਰ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਇੱਕ ਸੰਗਠਨ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ, NCERT ਇਹਨਾਂ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਹਿੱਸੇਦਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਅਤੇ ਸੁਝਾਵਾਂ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰੇਗਾ।

© NCERT not to be republished

ਤਿਆਰ ਕਰਤਾ ਟੀਮ

ਸਲਾਹਕਾਰ

ਦਿਨੇਸ਼ ਪ੍ਰਸਾਦ ਸਕਲਾਨੀ, ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ

ਸ਼ਸ਼ੀਕਲਾ ਵੰਜਾਰੀ, ਸਾਬਕਾ ਵੀਸੀ, ਐਸਐਨਡੀਟੀ ਮਹਿਲਾ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਮੁੰਬਈ, ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ, ਚੇਅਰਪਰਸਨ, ਸਿਲੇਬਸ ਅਤੇ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਵਿਕਾਸ ਕਮੇਟੀ

ਸੈਨੀਟੀ ਸਨਵਾਲ, ਮੁਖੀ, ਡੀਈਈ, ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ, ਮੈਂਬਰ ਕਨਵੀਨਰ, ਸਿਲੇਬਸ ਅਤੇ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਵਿਕਾਸ

ਕਮੇਟੀ

ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ

ਰੋਮਿਲਾ ਸੋਨੀ, ਐਸੋਸੀਏਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ, ਡੀ.ਈ.ਈ., ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ

ਭਾਰਤ ਢੋਕਈ, ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਵਿਦਿਆਪੀਠ, ਗਾਂਧੀਧਾਮ, ਗੁਜਰਾਤ ਦਿਵਯਾਂਸ਼ੂ ਭਾਈ ਦਵੇ, ਡੀਜੀ ਅਤੇ ਵੀਸੀ ਚਿਲਡਰਨ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਗਾਂਧੀਨਗਰ, ਗੁਜਰਾਤ

ਸਮੀਖਿਅਕ

ਐਮ.ਸੀ. ਪੰਤ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਅਤੇ ਚਾਂਸਲਰ, NIEPA, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

ਸੁਨੀਤੀ ਸਨਵਲ, ਮੁਖੀ, ਡੀਈਈ, ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ, ਮੈਂਬਰ ਕਨਵੀਨਰ, ਸਿਲੇਬਸ ਅਤੇ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਵਿਕਾਸ

ਕਮੇਟੀ

ਕੇ. ਮਯੂਰੀ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ (ਸੇਵਾਮੁਕਤ)। ਮਨੁੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਧਿਐਨ, ਕਾਲਜ ਦੇ

ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਾਇੰਸ, ਪੀ.ਜੇ.ਟੀ.ਐਸ.ਏ.ਯੂ., ਹੈਦਰਾਬਾਦ ਰੀਟਾ ਸੋਨਾਵਤ, ਸਾਬਕਾ ਡੀਨ, ਹੋਮ ਸਾਇੰਸ ਫੈਕਲਟੀ, ਐਸ.ਐਨ.ਡੀ.ਟੀ. ਮਹਿਲਾ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਮੁੰਬਈ,

ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ

ਜੋਬੀ ਬਾਲਕ੍ਰਿਸ਼ਨਨ, ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਟੀਚਰ, ਕੇਰਲ

ਅਨੂਪ ਰਾਜਪੂਤ, ਮੁਖੀ, ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨ ਡਿਵੀਜ਼ਨ, ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ

© NCERT not to be republished

ਪਦਮਾ ਯਾਦਵ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ, ਡੀ.ਈ.ਈ., ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ

ਰੰਜਨਾ ਅਰੋੜਾ, ਮੁਖੀ, ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਅਧਿਐਨ ਵਿਭਾਗ, NCERT ਜਯੋਤਸਨਾ ਤਿਵਾਰੀ, ਮੁਖੀ, ਲਿੰਗ ਅਧਿਐਨ ਵਿਭਾਗ, NCERT

ਭਾਰਤੀ ਕੌਸ਼ਿਕ, ਐਸੋਸੀਏਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਅਤੇ ਮੁਖੀ, ਡੀਆਈਸੀਟੀ ਐਂਡ ਟੀ, ਸੀਆਈਈਟੀ, ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ.

ਅਕਾਦਮਿਕ ਮੈਂਬਰ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ

ਰੋਮਿਲਾ ਸੋਨੀ, ਐਸੋਸੀਏਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ, ਡੀ.ਈ.ਈ., ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ

© NCERT not to be republished

## ਮਾਨਤਾਵਾਂ

ਨੈਸ਼ਨਲ ਕਾਉਂਸਿਲ ਆਫ਼ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਲ ਰਿਸਰਚ ਐਂਡ ਟਰੇਨਿੰਗ (ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ) ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਟੀਅਰਿੰਗ ਕਮੇਟੀ (ਐਨਐਸਸੀ) ਦੇ ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਅਤੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਅਤੇ ਮੈਂਡੇਟ ਸਮੂਹ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦੀ ਹੈ।

ਕੌਂਸਲ ਸਿਲੇਬਸ ਅਤੇ ਐਲਟੀਐਮ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਅਤੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਿਰੰਤਰ ਸਮਰਥਨ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰੀਸ਼ਦ ਮੋਸ਼ਮੀ ਬੋਸ, ਸਾਬਕਾ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ

ਹੈੱਡਮਿਸਟ੍ਰੈਸ, ਸਲਵਾਨ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ, ਗੁੜਗਾਓਂ ਅਤੇ ਮੋਨਿਕਾ ਸੋਢੀ, ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ, ਜੂਨੀਅਰ ਸਕੂਲ, ਐਚਡੀਐਫਸੀ, ਗੁੜਗਾਓਂ ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ ਲਈ ਅਨੰਦ- ਗਤੀਵਿਧੀ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ

ਕੌਂਸਲ ਦੀਕਸ਼ਾ ਦੀਵਾਨ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਐਕਟੀਵਿਟੀ ਕਿਤਾਬ ਨੂੰ ਅੰਤਿਮ ਰੂਪ ਦੇਣ ਲਈ ਅਕਾਦਮਿਕ ਸਲਾਹਕਾਰ, ਡੀ.ਈ.ਈ., ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ. ਅਤੇ ਅਮਨਦੀਪ ਕੌਰ, ਪੀ.ਐਚ.ਡੀ. ਸਕਾਲਰ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨ, ਦਿੱਲੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ।

ਕੌਂਸਲ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ ਲਈ ਵੀ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦੀ ਹੈ: ਰਾਜੀਵ ਪਾਹੂਜਾ। ਗ੍ਰਾਫਿਕ ਡਿਜ਼ਾਈਨਰ, ਮੁਹੰਮਦ ਰਕੀਬ, ਰੰਗਦਾਰ ਕਲਾਕਾਰ; ਰੁਬੀਨਾ ਅੰਸਾਰੀ, ਗ੍ਰਾਫਿਕ ਆਰਟਿਸਟ; ਸਾਇਨਾ ਅੰਸਾਰੀ, ਪੈਨਸਿਲ ਆਰਟਿਸਟ; ਚੰਚਲ ਚੌਹਾਨ, ਸਹਾਇਕ ਸੰਪਾਦਕ, NCERT, ਸਚਿਨ ਤੰਵਰ, DTP ਆਪਰੇਟਰ, NCERT, ਵਿਵੇਕ ਮੰਡਲ, ਗ੍ਰਾਫਿਕ ਡਿਜ਼ਾਈਨਰ, NCERT ਚੰਚਲ ਰਾਣੀ, LDC, DEE, NCERT, ਅਭਿਸ਼ੇਕ ਪਾਂਡੇ, ਟਾਈਪਿਸਟ, DEE, NCERT, ਪਵਨ ਕੁਮਾਰ, DTP ਓਪਰੇਟਰ, DEE, NCERT, ਪਵਨ ਕੁਮਾਰ, ਡੀ.ਟੀ.ਪੀ.

ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨ ਵਿਭਾਗ, NCERT ਦੇ ਯਤਨਾਂ ਦੀ ਵੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

© NCERT not to be republished

**ਗਤੀਵਿਧੀ ਕਿਤਾਬ ਬਾਰੇ**

ਬੁਨਿਆਦ ਪੜਾਅ ਜਿਸ ਵਿੱਚ 3 ਤੋਂ 8 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਉਹ ਸਮਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਦਿਮਾਗ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਨਾਲੋਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਦਿਮਾਗ਼ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਤਜ਼ਰਬਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਅਤੇ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਅਨੁਭਵ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਭਵਿੱਖੀ ਸਿੱਖਿਆ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸਫ਼ਲਤਾ ਦੀ ਨੀਂਹ ਬਣਾਉਣਗੇ। ਹਰ ਰੋਜ਼ ਦੇ ਖੇਡਣ ਵਾਲੇ ਤਜ਼ਰਬੇ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਆਕਾਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ ਲਈ ਅਨੰਦ-ਐਕਟੀਵਿਟੀ ਬੁੱਕ" ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਮਿਸਾਲੀ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ (ਕੁੱਲ 92) ਇਸੇ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਸ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਪੱਧਰ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ "ਸਰਲ ਤੋਂ ਗੁੰਝਲਦਾਰ", 'ਅਣਜਾਣ ਤੋਂ ਜਾਣੂ' ਅਤੇ 'ਮੂਰਤ ਦੀ ਪਹੁੰਚ' 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਖੇਡਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਅਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਉਮਰ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਢੁੱਕਵੀਆਂ ਖੇਡ-ਆਧਾਰਿਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਤਜ਼ਰਬੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨੇ ਹਨ ਇਹ ਅਸਲ, ਤਜ਼ਰਬਿਆਂ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੋਣਗੇ। ਉਦੇਸ਼ਪੂਰਣ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੀਆਂ।

ਇੱਕ ਬੱਚਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਅਤੇ ਲਚਕਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ ਲਈ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਡਿਜ਼ਾਇਨ ਕੀਤੀਆਂ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਭਿਆਸ, ਚਰਚਾ ਅਤੇ ਕਰ ਕੇ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਰਵਾਇਤੀ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਾਲੇ ਕਲਾਸਰੂਮਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਠੋਸ ਅਨੁਭਵਾਂ (ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ) ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਜ਼ੂਅਲ ਯਾਦਾਂ ਨੂੰ ਕਲਾਸਰੂਮ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖੀਆਂ ਗਈਆਂ ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੀਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪੁਰਾਣੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਜੋੜਨਗੀਆਂ।

ਗ੍ਰੇਡ ਪੱਧਰ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਭਿੰਨ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਨੰਦਮਈ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਮਿਸਾਲੀ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ NEP 2020 ਵਿੱਚ ਸੁਝਾਅ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਫੋਕਸ ਕੇਵਲ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਤਬਦੀਲ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਯੋਗਤਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ 'ਤੇ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਨਿਯਮਤ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸਾਖਰਤਾ ਅਤੇ ਸੰਖਿਆ ਗਿਆਨ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ

© NCERT not to be republished

ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਸੋਚ, ਸਮੱਸਿਆ ਹੱਲ ਕਰਨਾ, ਸੰਚਾਰ ਹੁਨਰ, ਰਚਨਾਤਮਕਤਾ, ਹਮਦਰਦੀ, ਆਦਿ ਦੁਆਰਾ ਨੌਜਵਾਨ ਦਿਮਾਗਾਂ ਦਾ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ, ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿੱਖਣ-ਅਧਿਆਪਨ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸੰਸ਼ੋਧਿਤ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨਲ ਪੜਾਅ ਲਈ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਫਰੇਮਵਰਕ (NCF-FS 2022) ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਡੋਮੇਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮਕਾਲੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲੈਣ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਏਕੀਕਰਣ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। "ਪੰਚਕੋਸ਼ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ NCF-FS ਵਿੱਚ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ) ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਅਕਾਦਮਿਕ ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਵਿਜ਼ੂਅਲ ਚਿੱਤਰਾਂ ਦਾ ਖਰੜਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ (ਅਨਮਾਯਾ ਕੋਸ਼ਲ ਜੀਵਨ ਊਰਜਾ (ਪ੍ਰਣਾਮਯਾ ਕੋਸ਼), ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ (ਮਨੋਮਯਾ ਕੋਸ਼)

77), ਬੋਧਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ (ਵਿਜਨਨਾਮਯ ਕੋਸ਼ਲ), ਅਨੰਦ (ਆਨੰਦਮਯਾ ਕੋਸ਼ਲ h), ਸਭ ਨੂੰ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਤੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਹੀ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

ਇਹ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਕੂਲ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਗੀਆਂ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਗੀਆਂ ਕਿ ਉਹ ਰਸਮੀ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਬੋਧਾਤਮਕ ਹੁਨਰ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹਨ। ਇੱਕ ਨਿਰਵਿਘਨ ਤਬਦੀਲੀ ਲਈ, ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਹੁਨਰ ਹਾਸਲ ਕਰ ਲੈਣ, ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਮਰ-ਮੁਤਾਬਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ। ਇਹ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਆਦਤਾਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ, ਸੰਵੇਦੀ ਧਾਰਨਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ, ਇੱਕ ਫਿੱਟ ਅਤੇ ਲਚਕੀਲਾ ਸਰੀਰ ਬਣਾਉਣ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਬੁੱਧੀ, ਤਰਕਪੂਰਨ ਸੋਚ ਅਤੇ ਕਲਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੀਆਂ।

ਇਹ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਛੋਟੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ, ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੋਚ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੀਆਂ। ਇਹ ਮਿਸਾਲੀ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ NCF-FS, 2022 ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ) ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਝਾਅ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹਨ ਜੋ ਇੱਕ ਅਧਿਆਪਕ ਜਾਂ ਮਾਪੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਸਦੀ ਸਮਝ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ।

**ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ (ਅਧਿਆਪਕਾਂ/ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ)**

- ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ ਲਈ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ (ਸਾਰੇ ਪੰਜ ਡੋਮੇਨਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ) ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਕੱਟਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਨੂੰ ਗਤੀਵਿਧੀ ਕਿਤਾਬ ਵਿੱਚੋਂ ਹਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪੋਰਟਫੋਲੀਓ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਅਧਿਆਪਕਾਂ/ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਕੰਮ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ। ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਰਕਸ਼ੀਟ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਫੋਕਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਵਿਚਲਿਤ ਨਾ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

© NCERT not to be republished

- ਵੱਖ-ਵੱਖ ਡੋਮੇਨਾਂ ਦੇ ਸੰਪੂਰਨ ਸਿੱਖਿਆ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਹੋਰ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਬਣਾਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਨੂੰ ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਸੰਕਲਪਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਹੋਰ ਅਭਿਆਸ ਤਿਆਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਇੱਕ ਦਿੱਤੀ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਨੂੰ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਘਟਾ ਕੇ, ਆਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲ ਕੇ, ਆਦਿ ਨੂੰ ਸੋਧਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਸਥਾਨਕ ਸਰੋਤਾਂ ਅਤੇ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸੰਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕਰੋ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਪੱਤਿਆਂ ਨਾਲ ਪੈਟਰਨ ਬਣਾਉਣਾ, ਸੁੱਕੇ ਫੁੱਲਾਂ, ਟਹਿਣੀਆਂ ਆਦਿ ਨਾਲ ਰੰਗੋਲੀ ਬਣਾਉਣਾ।
- ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਅਸਲ/ਠੰਢੀ ਵਸਤੂਆਂ, ਕਹਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਸੰਗਿਕ ਬਣਾਓ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਲੋਕਧਾਰਾ, ਖੇਤਰੀ ਤੁਕਾਂ/ਗਾਣੇ ਜੋੜਨਾ, ਜਾਨਵਰਾਂ 'ਤੇ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ ਜੋ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਜਾਂ ਚਿੜੀਆਘਰ ਵਿੱਚ ਦੇਖਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਘਰ ਦੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਆਦਿ, ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਠੋਸ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਨਾਲ ਜੋੜ ਸਕਣ।
- ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਰਸਮੀ ਸੰਖੇਪ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇੱਕ ਰਚਨਾਤਮਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੀਆਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰੇ ਦੌਰਾਨ/ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਅੰਤਰਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਸਹੂਲਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।
- ਸਿਰਜਣਾਤਮਕਤਾ ਅਤੇ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਓ, ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਨੂੰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਖੋਜ ਅਤੇ ਤਜ਼ਰਬਿਆਂ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿਓ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਸੰਕਲਪ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਬਣਾਉਣ ਦਿਓ। ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਿਓ।
- ਇੱਕ ਇੰਟਰਐਕਟਿਵ ਜਮਾਤ ਬਣਾ ਕੇ ਸਮਾਜਿਕ-ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਬੱਚੇ-ਤੋਂ-ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਬੱਚੇ-ਤੋਂ-ਅਧਿਆਪਕ ਆਪਸੀ ਤਾਲਮੇਲ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਬਾਲ-ਅਨੁਕੂਲ, ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾਯੋਗ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਿਆ ਅਤੇ ਸੁਣਿਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦਿਓ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਏ ਗਏ ਡਰਾਇੰਗ, ਕੋਲਾਜ, ਕਲਾਸਰੂਮ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ, ਬਾਲਵਾਟਿਕਾ ਕੋਰੀਡੋਰ/ਵਰਾਂਡੇ ਆਦਿ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਕਰੋ।।

© NCERT not to be republished

- ਖਾਸ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰਬੰਧ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲਿਤ ਸੰਸਕਰਣਾਂ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਡਾਕ ਮੋਹਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿਓ ਜੇਕਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਿਖਣ ਦੇ ਸੰਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਨੇਤਰਹੀਣ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦਾ ਆਡੀਓ ਵੇਰਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ, ਆਦਿ।
- ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਆਦਤਾਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਸਮਾਨ ਕਿਸੇ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਨਾਲ ਹੀ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਰਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ (ਰੰਗ, ਬੁਰਸ਼, ਬਲਾਕ, ਆਦਿ) ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਹੋ।
- ਇੱਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੇ ਪਰਿਵਰਤਨ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਕਾਂ ਅਤੇ ਗੀਤਾਂ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਉਂਦੇ ਰਹੋ।
- ਜਦੋਂ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਲਮੇਲ ਅਤੇ ਲਚਕਦਾਰ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਡਾਂਸ ਅਤੇ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।

ਇੱਥੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਅਧਿਆਪਕਾਂ/ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਮਿਸਾਲੀ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਪੂਰਨ/ਨਿਰਧਾਰਤ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਅਤੇ ਲੋੜਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਕਰਨ, ਜੋੜਨ ਜਾਂ ਛੱਡਣ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਘਰ ਅਤੇ ਜਮਾਤ ਦੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਵਿਚਕਾਰ ਸੰਬੰਧ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਨੂੰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਆਨੰਦ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨੀ ਹੈ।

*******************

© NCERT not to be republished

## ਤਤਕਰਾ


ਦੋ ਸ਼ਬਦ 5

ਤਿਆਰ ਕਰਤਾ 7

ਮਾਨਤਾਵਾਂ 8

ਗਤੀਵਿਧੀ ਕਿਤਾਬ ਬਾਰੇ 9

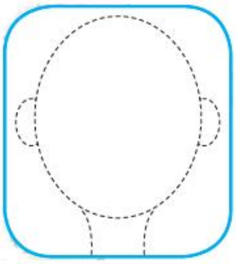
ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ 14

ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ 1-93


© NCERT not to be republished

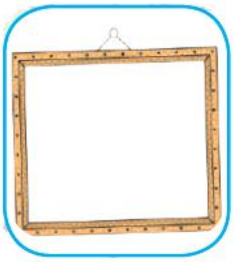
# <u>ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਰਾਹੀਂ ਮੱਦਦ</u>

ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਹੱਲ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਨੋਟ ਹਨ, ਹਾਲਾਂਕਿ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਰੁਚੀਆਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਦੀ ਇੱਕ ਖਾਸ ਡਿਜ਼ਾਇਨ/ਨਮੂਨੇ ਵਾਲ਼ਾ ਬਾਰਡਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਾਰਡਰ 'ਤੇ ਡਿਜ਼ਾਈਨ/ਨਮੂਨੇ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਗਤੀਵਿਧੀ 1: ਮੇਰੀ ਤਸਵੀਰ ਦਾ ਫਰੇਮ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਰੰਗ ਭਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੰਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਦਿੱਤੇ ਪੈਟਰਨ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਦਾ ਫਰੇਮ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ।



ਗਤੀਵਿਧੀ 2: ਮੇਰੇ ਬਾਰੇ ਸਭ ਕੁਝ!

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਫੋਟੋ ਚਿਪਕਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਫਿਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਨਪਸੰਦ ਰੰਗ ਭਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਨਪਸੰਦ ਆਕ੍ਰਿਤੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਾਵ-ਭਾਵ ਨਾਲ 'Myself' ਕਵਿਤਾ ਗਾਉਣ ਦਿਓ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 3: ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਹਰ ਮੈਂਬਰ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਵੱਖਰੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰੋ।

© NCERT not to be republished

ਗਤੀਵਿਧੀ 4: ਮੇਰਾ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਦੋਸਤ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰ ਦੇਖਣ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ: "ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ?" ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਦੇਖਿਆ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਫਿਰ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਅਗਾਊਂ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ, ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਦੇ ਘਰ ਜਾਂਦੇ ਹੋ? ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੇ ਘਰ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸਤਿ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ? ਤੁਸੀਂ ਕਿਸਦੇ ਘਰ ਜਾਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ? ਜੇ ਕੋਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਪੁੱਛੇ, ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਹੋਗੇ? ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੁੜੀ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿ ਰਹੀ ਹੈ? ਆਦਿ। ਤੁਸੀਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ 'ਤੇ ਤਸਵੀਰ ਰੀਡਿੰਗ ਪੋਸਟਰ ਤਿਆਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤਸਵੀਰ ਪੜ੍ਹਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ, ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਕੁੱਲ ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੇ ਸਮਾਨ ਨਮੂਨੇ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।

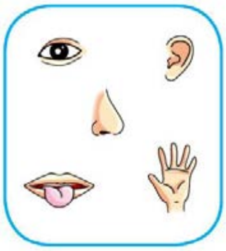
ਗਤੀਵਿਧੀ 5: ਸਮਾਨ ਵਸਤੂ ਲੱਭੋ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੇਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖੱਬੇ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਤਸਵੀਰ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦੀ ਤਸਵੀਰ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਰੰਗ ਭਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਾਣੇਦਾਰ ਲਾਈਨ ਦੇ ਰੰਗ ਦੇ ਸਮਾਨ ਰੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਦਾਣੇਦਾਰ ਲਾਈਨਾਂ 'ਤੇ ਟਰੇਸ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 6: ਪੰਛੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੋ

ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪੰਛੀ ਦਾ ਚਿੱਤਰ ਹੈ। ਪੰਛੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਦਿੱਤੀਆਂ ਬਿੰਦੀਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਇਸ ਪੰਛੀ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰਨ  ਲਈ ਕਹੋ ਜਾਂ ਕਾਗਜ਼ ਫਾੜ ਕੇ ਅਤੇ ਚਿਪਕਾ ਕੇ ਰੰਗ ਭਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਪੰਛੀ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਧੁਨੀ 'ਪ' ਬੋਲਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਵਿੱਚ ਦਿਖਣ ਵਾਲੇ ਆਮ ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਨਾਮ ਬੋਲਣ ਲਈ ਕਹੋ।

© NCERT not to be republished

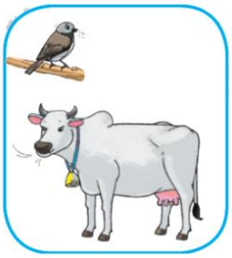


ਗਤੀਵਿਧੀ 7: ਮੇਰੀਆਂ ਪੰਜ ਇੰਦਰੀਆਂ

ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੱਜੇ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਿਆਨ ਇੰਦਰੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਓ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗਿਆਨ ਇੰਦਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਇੰਦਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਤੁਕਬੰਦੀ ਸੁਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 8: ਮੈਨੂੰ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣਾ

ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ ਕਿ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਸਕੀਏ, ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਸੁੰਦਰ ਦਿਖਾਈ ਦੇਵੇ। ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਜਮਾਤ ਦੇ ਕਮਰੇ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸਭ ਕੁਝ ਕਿਵੇਂ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੰਗਠਿਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਦੋ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਉਚਿਤ ਵਸਤੂਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਨ ਕਰਨ ਦਿਓ।



ਗਤੀਵਿਧੀ 9: ਮੇਰੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਜਾਨਵਰ ਅਤੇ ਪੰਛੀ

ਜਮਾਤ ਦੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਹਾਵ-ਭਾਵ ਦੇ ਨਾਲ ਕਵਿਤਾਵਾਂ 'ਮੈਂ ਤਾਂ ਸੌਂ ਰਹੀ ਸੀ' ਗਾਓ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜਾਨਵਰ ਅਤੇ ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਨਾਮ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਤੁਕਬੰਦੀ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਪਲਬਧ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਜਾਨਵਰਾਂ/ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਫਲੈਸ਼ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਕਠਪੁਤਲੀਆਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਫਲੈਸ਼ਕਾਰਡਾਂ ਜਾਂ ਕਠਪੁਤਲੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ/ਤੁੱਕਬੰਦੀ ਬਣਾਉਣ ਦਿਓ।

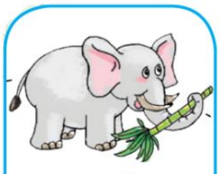
© NCERT not to be republished

ਗਤੀਵਿਧੀ 10: ਮੇਰੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ

ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ ਕਿ ਸਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਹਨ, ਪਰ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਫਿਰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਵਾਲੇ ਢੁੱਕਵੇਂ ਚਿਹਰਿਆਂ ਨੂੰ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਕੁਝ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰੋ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੀਆਂ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 11: ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ

ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਸੰਬੰਧੀ ਆਦਤਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਭੋਜਨ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੇਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਹ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਅਕਸਰ ਕੀ ਖਾਂਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਚੱਕਰ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ।


ਹਾਥੀ

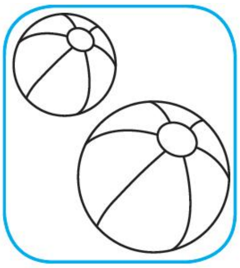
ਗਤੀਵਿਧੀ 12: ਜਾਨਵਰ ਜੋ ਮੈਂ ਜਾਣਦਾ ਹਾਂ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਿਓ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਵਿੱਚ ਦੇਖਿਆ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੇਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਉਸੇ ਦੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢਣ ਦਿਓ। ਫਿਰ, ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਜਾਨਵਰ 'ਤੇ ਪਹਿਲੀ ਉਂਗਲ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਆਵਾਜ਼ ਕੱਢਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੀਲੇ ਬਿੰਦੂ ਤੋਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ, ਤੀਰ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਲਾਲ ਬਿੰਦੀ 'ਤੇ ਸਮਾਪਤ ਕਰੋ। ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਬਿੰਦੂਆਂ ਨੂੰ ਜੋੜ ਰਹੇ ਹੋਣ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਭੋਜਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੋਚਣ ਦਿਓ ਕਿ ਸ਼ੇਰ ਨੂੰ ਕੀ ਖਾਣਾ ਪਸੰਦ ਹੈ ?

© NCERT not to be republished

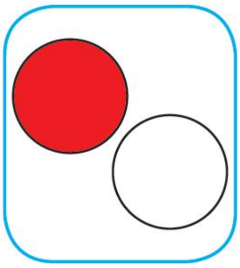
ਗਤੀਵਿਧੀ 13: ਵੱਖਰਾ ਲੱਭੋ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੇਣ ਲਈ ਕਹੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਤਸਵੀਰ ਉੱਤੇ ਗੋਲ਼ਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਬਿੰਦੂਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਉੱਤੇ ਟਰੇਸ ਕਰੋ।



ਗਤੀਵਿਧੀ 14: ਵੱਡੀ ਜਾਂ ਛੋਟੀ ਵਸਤੂ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਡੀਆਂ ਅਤੇ ਛੋਟੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੱਡੀਆਂ ਅਤੇ ਛੋਟੀਆਂ ਛਤਰੀਆਂ, ਗੇਂਦਾਂ ਆਦਿ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੇਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡੀ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਲਾਲ ਅਤੇ ਛੋਟੀ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਨੀਲਾ ਰੰਗ ਦੇਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।



ਗਤੀਵਿਧੀ 15: ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦਾ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇੱਕ ਲਾਈਨ ਖਿੱਚ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨਪਸੰਦ ਰੰਗਦਾਰ ਕਾਗਜ਼ ਨੂੰ ਫਾੜਨ ਅਤੇ ਆਕ੍ਰਿਤੀ ਵਿੱਚ ਚਿਪਕਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 16: ਜਾਨਵਰ ਜੋ ਮੈਂ ਜਾਣਦਾ ਹਾਂ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਿਓ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਵਿੱਚ ਦੇਖਿਆ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੇਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਉਸੇ ਦੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢਣ ਦਿਓ। ਫਿਰ, ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਰ ਜਾਨਵਰ 'ਤੇ ਪਹਿਲੀ ਉਂਗਲ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਨਾਮ ਦੇ ਅੱਖਰ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਆਵਾਜ਼ ਕੱਢਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੀਲੇ ਬਿੰਦੂ ਤੋਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ, ਤੀਰ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਲਾਲ ਬਿੰਦੂ 'ਤੇ ਸਮਾਪਤ ਕਰੋ। ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਬਿੰਦੂਆਂ ਨੂੰ ਜੋੜ ਰਹੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ

© NCERT not to be republished

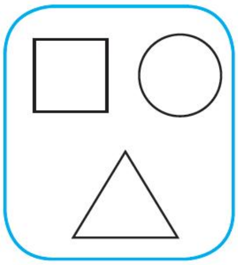
ਨੂੰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਵੇਖਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੋਚਣ ਦਿਓ ਕਿ ਸ਼ੇਰ ਨੂੰ ਕੀ ਖਾਣਾ ਪਸੰਦ ਹੈ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 17: ਉਹ ਕੰਮ ਜੋ ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਰਦਾ ਹਾਂ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦਿਖਾਓ ਅਤੇ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਅੰਕ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਸਹੀ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਤਸਵੀਰ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਖਰੀ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਤਸਵੀਰ ਦਾ ਕੱਟ ਆਊਟ ਸਹੀ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਲਗਾਉਣ ਸੰਬੰਧੀ ਵਰਣਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 18: ਮੇਰਾ ਮਨਪਸੰਦ ਭੋਜਨ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਾਵ-ਭਾਵ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਕਬੰਦੀ ਸੁਣਾਉਣ/ਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨਪਸੰਦ ਭੋਜਨ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ 18 ਅਤੇ 19 ਨਾਲ ਜੋੜੋ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਪੌਦੇ ਸਾਡੀ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪੌਦਿਆਂ ਤੋਂ ਸਾਨੂੰ ਕੀ ਭੋਜਨ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਆਦਿ।



ਗਤੀਵਿਧੀ 19: ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰੋ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਬਾਰੇ ਸਮਝਾਓ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਦੱਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ, ਨਾਮ ਦੇਣ ਅਤੇ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਤਿਕੋਣ ਨੂੰ ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਵਿੱਚ, ਵਰਗ ਨੂੰ ਹਰੇ ਵਿੱਚ, ਅਤੇ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਨੀਲਾ ਰੰਗ ਭਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।

© NCERT not to be republished

ਗਤੀਵਿਧੀ 20: ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹੋ

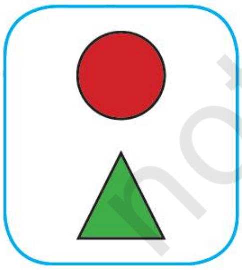
ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ ਅਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ਕਿ ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਕਿ ਬੱਚੇ ਡਰ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਕਰਨ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਖ਼ਾਸ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਦਿਓ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੰਬਰ ਸਿਖਾਓ। ਇਸ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਵਿੱਚ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਹੋ ਅਤੇ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਟੈਗਸ 'ਤੇ ਟਿੱਕ ਕਰੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 21: ਅੰਤਰ ਲੱਭੋ ਅਤੇ ਗੋਲ਼ਾ ਗਲਾਓ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੋ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇਖਣ ਲਈ ਦਿਓ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੋਨੋਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਿਚਲਾ ਅੰਤਰ ਪਤਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਅੰਤਰ 'ਤੇ ਚੱਕਰ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਬੱਚਿਓ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ 'ਤੇ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਤਿਆਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 22: ਨਮੂਨਾ ਲੱਭੋ ਅਤੇ ਰੰਗ ਭਰੋ

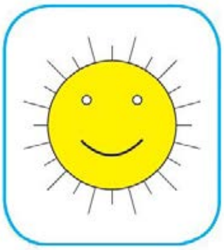
ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨਮੂਨਾ ਦੇਖਣ ਲਈ ਦਿਓ, ਅਤੇ ਨਮੂਨੇ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਮੂਨੇ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਸੇਬ- ਕੇਲਾ- ਸੇਬ- ਕੇਲਾ ਅਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਸੇਬ ਆਦਿ ਅਤੇ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ...............



ਗਤੀਵਿਧੀ 23: ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਨਾਲ ਬਣਾਓ

ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਵਿੱਚ ਸਿਖਰ 'ਤੇ ਕੁਝ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਚਿੱਤਰ, ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਜਾਂ ਨਮੂਨੇ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਮੂਨੇ, ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਜਾਂ ਚਿੱਤਰ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।

© NCERT not to be republished

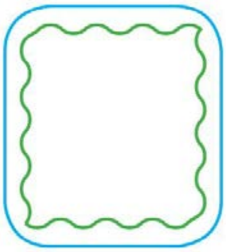


ਗਤੀਵਿਧੀ 24: ਮੇਰੇ ਰਚਨਾਤਮਕ ਚੱਕਰ

ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਵਿੱਚ ਛੇ ਚੱਕਰਾਂ ਦੀ ਬਾਹਰੀ ਆਊਟ ਲਾਈਨ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚੋਂ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੀ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਇੱਕ ਚੱਕਰ ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

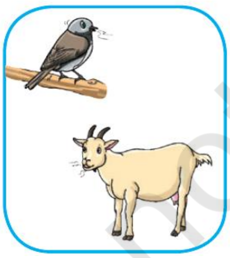
ਗਤੀਵਿਧੀ 25: ਮੇਰੇ ਖਿਡੌਣੇ (ਤਸਵੀਰ ਪੜ੍ਹਨਾ)

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰ ਦੇਖਣ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਤੁਸੀਂ ਤਸਵੀਰ 'ਤੇ ਕਹਾਣੀ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ, ਨਾਮ ਦੇਣ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗਿਣਨ ਲਈ ਕਹੋ, ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਉਹ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਕੀਮਤ ਵਾਲੀ ਸਮੱਗਰੀ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਉਪਲਬਧ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਇੱਕ ਖਿਡੌਣਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ।



ਗਤੀਵਿਧੀ 26: ਮੇਰਾ ਕੋਲਾਜ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੁਰਾਣੇ ਅਖਬਾਰਾਂ/ਰਸਾਲਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸਫਾਈ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਆਪਣੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਾਲ-ਅਨੁਕੂਲ ਕੈਂਚੀ ਨਾਲ ਕੱਟਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੋਲਾਜ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਚਿਪਕਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੋਲਾਜ ਵਿੱਚ ਲਗਾਈਆਂ/ਵਰਤੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਲਾਈਨਾਂ ਲਿਖਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।



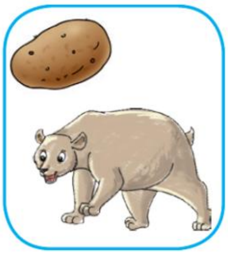
ਗਤੀਵਿਧੀ 27: ਮੇਰੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਜਾਨਵਰ ਅਤੇ ਪੰਛੀ

ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਾਵ-ਭਾਵ ਨਾਲ 'Chirp Chirp says the birds' ਕਵਿਤਾ ਦਾ ਉਚਾਰਨ ਕਰਵਾਓ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਅਤੇ ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਨਾਮ ਲੈਂਦੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢਦੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਤੁਕਬੰਦੀ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜਾਨਵਰਾਂ/ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਫਲੈਸ਼ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਕਠਪੁਤਲੀਆਂ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ

© NCERT not to be republished

ਉਪਲਬਧ ਸਮੱਗਰੀ ਨਾਲ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਫਲੈਸ਼ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਕਠਪੁਤਲੀਆਂ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ / ਤੁਕਬੰਦੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ।

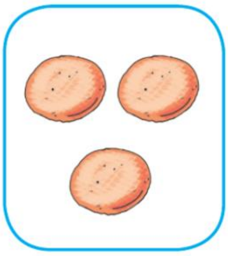


ਗਤੀਵਿਧੀ 28: ਤੁਕਬੰਦੀ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇਖਣ ਲਈ ਦਿਓ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੇਣ ਲਈ ਦਿਓ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਮਿਲਾਨ ਲਾਈਨ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਕਰਨ ਦਿਓ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 29: ਤੁਕਬੰਦੀ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਰੱਖਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ ਫਲ-ਨਲ, ਜਗ-ਟਬ, ਆਦਿ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਤੁਕਬੰਦੀ ਨਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖ਼ੁਸ਼ ਚਿਹਰੇ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਤੁਕਬੰਦੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤਾਂ ਉਦਾਸ ਚਿਹਰੇ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।



ਗਤੀਵਿਧੀ 30: ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ (ਨੰਬਰ 1-10 ਤੱਕ ਸੰਖਿਆਵਾਂ)

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਸਤੂਆਂ  ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਅਤੇ ਗਿਣਤੀ ਕਰਨ ਦਿਓ, ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਨਿਰਦੇਸ਼ਿਤ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ’ਤੇ ਚੱਕਰ ਲਗਾਓ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਜੇਕਰ 10 ਰੋਟੀਆਂ ’ਤੇ ਚੱਕਰ ਲਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਫਿਰ ਬੱਚੇ ਤੋਂ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਿਰਫ਼ 10 ਰੋਟੀਆਂ ’ਤੇ ਹੀ ਚੱਕਰ ਲਗਾਏ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਰ................

© NCERT not to be republished

ਗਤੀਵਿਧੀ 31: ਬੁਝਾਰਤ

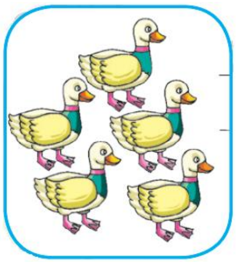
ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪਹਿਲੀ ਉਂਗਲੀ ਨਾਲ ਬੁਝਾਰਤ ਨੂੰ ਟਰੇਸ ਕਰਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਸੀਆ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਗਾਂ ਨੂੰ ਗਊਸ਼ਾਲਾ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਮੋਟੀ ਰੰਗਦਾਰ ਪੈਨਸਿਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਬੁਝਾਰਤ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਰੇਖਾ ਖਿੱਚੋ ਅਤੇ ਸੀਆ ਦੀ ਉਸਦੀ ਗਊ ਨੂੰ ਉਸਦੇ ਸੈੱਡ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 32: ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਅਤੇ ਛੋਟੀ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਵਸਤੂ ਵਿੱਚ ਲਾਲ ਰੰਗ ਦੇ ਕਾਗਜ਼ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟੀ ਵਸਤੂ ਵਿੱਚ ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦੇ ਕਾਗਜ਼ ਨੂੰ ਫਾੜ ਕੇ ਚਿਪਕਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 33: ਨਮੂਨਾ ਪੂਰਾ ਕਰੋ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨਮੂਨਾ ਦੇਖਣ ਦਿਓ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਦਿੱਤੀ ਜਗ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਉਸੇ ਨਮੂਨਾ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।



ਗਤੀਵਿਧੀ 34 ਅਤੇ 35: ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਸਹੀ ਨੰਬਰ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚੋ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਗਿਣਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਦਿੱਤੀ ਗਿਣਤੀ ਨਾਲ ਉਂਗਲ ਰਾਹੀਂ ਮਿਲਾਨ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਫਿਰ ਉਸੇ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਲਾਈਨ ਖਿੱਚ ਕੇ ਸਹੀ ਸੰਖਿਆ ਨਾਲ ਮਿਲਾਨ ਕਰਨ ਨੂੰ ਕਹੋ। ਆਪਣੀ ਉਂਗਲੀ ਨਾਲ ਰਸਤੇ ਨੂੰ ਟਰੇਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਫਿਰ ਦਿੱਤੇ ਮਾਰਗ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਲਾਈਨ ਖਿੱਚੋ ਅਤੇ ਸਹੀ ਸੰਖਿਆ ਨਾਲ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ।

© NCERT not to be republished

ਗਤੀਵਿਧੀ 36: ਕੈਟਰਪਿਲਰ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੋ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਹਰ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਚੱਕਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਅਨੁਸਾਰ ਕੈਟਰਪਿਲਰ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਤੁਸੀਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੋਰ ਅਭਿਆਸ ਸ਼ੀਟ ਵੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿ ਦੱਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਰੇਲ ਗੱਡੀ ਦੇ ਡੱਬੇ ਬਣਾਉਣਾ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 37: ਸ਼ੇਰ ਅਤੇ ਚੂਹਾ

ਕਹਾਣੀ ਕਾਰਡ ਦਿਖਾਓ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਾਓ। ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ ਜਿਵੇਂ: ਕਹਾਣੀ ਕਿਸ ਬਾਰੇ ਹੈ ? ਕਹਾਣੀ ਕਿੱਥੇ ਹੋਈ ? ਕਹਾਣੀ ਵਿਚ ਸਮੱਸਿਆ ਕੀ ਸੀ ? ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੇ ਜਾਨਵਰ ਦੇਖ ਰਹੇ ਹੋ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਕੀ ਪਸੰਦ ਹੈ? ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸਿਰਲੇਖ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਿੰਦੀਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕਹਾਣੀ ਕਾਰਡ ਕੱਟਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ (ਬਾਲ-ਅਨੁਕੂਲ ਕੈਂਚੀ ਵਰਤਦੇ ਹੋਏ) ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਵਿਵਸਥਿਤ ਕਰਨ ਦਿਓ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 38: ਸ਼ਿਕਾਰੀ ਅਤੇ ਕਬੂਤਰ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਹਾਣੀ ਕਾਰਡ ਪੜ੍ਹਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ: ਕਹਾਣੀ ਕਿਸ ਬਾਰੇ ਹੈ? ਕਹਾਣੀ ਕਿੱਥੇ ਹੋਈ? ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆ ਕੀ ਸੀ? ਜਾਲ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਲਈ ਪੰਛੀਆਂ ਨੇ ਕੀ ਕੀਤਾ? ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਕਾਰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜਾ ਪੰਛੀ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈ? ਹੋਰ ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੱਸੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਦੇਖਦੇ ਹੋ।

ਫਿਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਕਹਾਣੀ ਕਾਰਡ ਵਿੱਚ ਕਬੂਤਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਬਿੰਦੀਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ (ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਕੈਂਚੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ) ਦੇ ਨਾਲ ਕਹਾਣੀ ਕਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਕੱਟਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀ ਕਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਵਿਵਸਥਿਤ ਕਰਨ ਨੂੰ ਕਹੋ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਦੁਬਾਰਾ ਸੁਣਾਉਣ ਨੂੰ ਕਹੋ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ "**एक चिड़िया अनेक चिड़ियाँ**" ਸਿਰਲੇਖ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਗੀਤ ਨਾਲ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

© NCERT not to be republished

ਗਤੀਵਿਧੀ 39: ਬਿਲਕੁਲ ਸਹੀ ਆਕਾਰ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੀ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਕਾਰ ਅਨੁਸਾਰ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਵੱਡੀ, ਛੋਟੀ, ਵਿਚਕਾਰਲੀ ਤਸਵੀਰ ਦਾ ਨਾਂ ਦੇਣ ਦਿਓ। ਤੁਸੀਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ 'ਤੇ ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ ਬਣਾਉਣ ਦਿਓ, ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਗਣਿਤ ਦੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੱਡਾ, ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਡਾ, ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਜਾਂ ਛੋਟਾ, ਉਸ ਤੋਂ ਛੋਟਾ, ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟਾ ਆਦਿ। ਫਿਰ ਬਾਲ-ਅਨੁਕੂਲ ਕੈਂਚੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਿੰਦੀਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਨਾਲ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਕੱਟਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਢੁਕਵੀਂ ਥਾਂ 'ਤੇ ਪੇਸਟ ਕਰੋ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਮੱਧਮ ਆਕਾਰ ਦੇ ਕਟੋਰੇ ਨੂੰ ਮੱਧਮ ਆਕਾਰ ਦੀ ਗੁੱਡੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਚਿਪਕਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਵੀ ...............।

ਗਤੀਵਿਧੀ 40: ਵੱਡਾ ਅਤੇ ਛੋਟਾ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਖਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਵੱਡੇ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਆਕਾਰ ਦੀਆਂ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ (ਪੁਰਾਣੇ ਰਸਾਲਿਆਂ/ਅਖਬਾਰਾਂ ਤੋਂ ਕੱਟ ਕੇ) ਚਿਪਕਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 41: ਲਾਲ ਕਿਲਾ

ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਦਿਵਸ-ਸਾਡੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਤਿਉਹਾਰ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਝੰਡੇ ਅਤੇ ਲਾਲ ਕਿਲੇ ਨੂੰ ਰੰਗ ਕਰਨ ਦਿਓ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 42: ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਦਇਆ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਬਿਠਾ ਕੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨਾਲ ਦਿਆਲਤਾ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਹਾਵ-ਭਾਵ ਵਿੱਚ ਦਿਆਲਤਾ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਾਵ-ਭਾਵ ਨਾਲ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਸੁਣਾਉਣ ਦਿਓ। ਜਾਨਵਰਾਂ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ ਉੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੇਜ਼ ਮੋੜ ਕੇ "ਮੱਛੀ" ਬਣਾਉਣ

© NCERT not to be republished

ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਮੱਛੀ ਨੂੰ ਚਿਪਕਾਉਣ ਦਿਓ। ਉਹ ਮੱਛੀ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਵੀ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 43: ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ

ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਰ ਭੋਜਨ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੇਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਹ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਅਕਸਰ ਕੀ ਖਾਂਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਰ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਚੱਕਰ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 44 ਅਤੇ 45: ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ (ਤਸਵੀਰ ਰੀਡਿੰਗ)

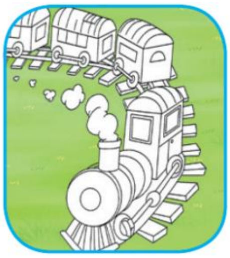
ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਬਣੀ ਤਸਵੀਰ ਦੇਖਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ਕਿ ਇਸ ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ? ਰਚਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਸੋਚ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ, ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨੇੜਲੇ ਪਾਰਕ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾਓ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰੀ ਖੇਡ ਦਾ ਆਨੰਦ ਲੈਣ ਦਿਓ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਡਿੱਗੇ ਹੋਏ ਪੱਤਿਆਂ, ਟਹਿਣੀਆਂ, ਫੁੱਲਾਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ ਅਤੇ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਨੂੰ ਕਹੋ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ/ਸੰਗ੍ਰਿਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੋਲਾਜ (collage) ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਪੱਤਾ ਛਪਾਈ, ਫੁੱਲ ਪ੍ਰਿੰਟਿੰਗ, ਆਦਿ ਲਈ ਕਰਨ ਦਿਓ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 46: ਮੇਰੇ ਦਸ ਗੁਬਾਰੇ

ਮਨਜੀਤ ਅਤੇ ਰਵਨੀਤ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ ਬਣਾਓ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਉਹ ਦੋਵੇਂ ਕਿਵੇਂ ਇੱਕ ਵਾਰ ਰੰਗੀਨ ਗੁਬਾਰਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਕੇ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਸਿਰਲੇਖ ਦੇਣ ਦਿਓ। ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗੁਬਾਰਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ, ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਫਿਰ ਹਰ ਇੱਕ ਗੁਬਾਰੇ ਦਾ ਧਾਗਾ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਗੁਬਾਰਿਆਂ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਝੁੰਡ ਨੂੰ ਮਨਜੀਤ ਦੇ ਹੱਥਾਂ

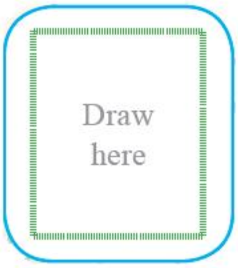
© NCERT not to be republished

ਵਿੱਚ ਅਤੇ  ਗੁਬਾਰਿਆਂ ਦੇ ਦੂਜੇ ਝੁੰਡ ਨੂੰ ਰਵਨੀਤ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜੋ। ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗੁਬਾਰਿਆਂ ਦੀ ਕੁੱਲ ਗਿਣਤੀ ਗਿਣਨ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਹੋ।



ਗਤੀਵਿਧੀ 47: ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਰੰਗ

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਰੇਲ ਗੱਡੀ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਨੂੰ ਗਿਣਨ ਲਈ ਕਹੋ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਡੱਬੇ ਨੂੰ ਦੱਸੇ ਗਏ ਰੰਗ ਅਨੁਸਾਰ ਰੰਗ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਸੰਖਿਆਵਾਂ 'ਤੇ ਤੁਕਬੰਦੀ ਗਾਓ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਚਿਸ ਦੇ ਖਾਲੀ ਡੱਬੇ ਜਾਂ ਖਾਣੇ ਦੇ ਡੱਬੇ (ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਜੋ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਜਿਸਦੀ ਕੋਈ ਕੀਮਤ ਨਾ ਹੋਵੇ) ਇਕੱਠੇ ਕਰਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਇਸ ਸਮੱਗਰੀ ਨਾਲ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਰੇਲਗੱਡੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕਰੋ। ਗਰੁੱਪਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਕਿ ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸਮੱਗਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ-ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ ਰੇਲ ਯਾਤਰਾ ਕੀਤੀ ਹੈ ? ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਗਏ ਹੋ? ਤੁਸੀਂ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਹੋਰ ਕਿਹੜੇ ਸਾਧਨ ਦੇਖੇ ਹਨ? ਕੀ ਤਸੀਂ ਯਾਤਰਾ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਹੋ ? ਆਦਿ।




ਗਤੀਵਿਧੀ 48: ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਦਾ ਹਾਂ

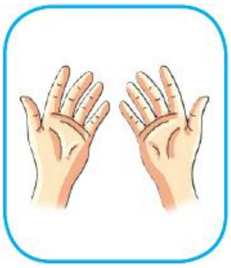
ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਸਤੂਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਿਓ ਜੋ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਢੁੱਕਵੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੰਗ ਭਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 49: ਸੜਕ ਸੁਰੱਖਿਆ (ਤਸਵੀਰ ਰੀਡਿੰਗ)

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ ਕਿ ਸੜਕ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਿਯਮਾਂ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸੜਕ ਦੇ ਕਿਨਾਰਿਆਂ 'ਤੇ ਬਣੇ ਲਿਖੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ। ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਸੜਕ ਦੇ ਨੇੜੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਚੱਕਰ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ । ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ

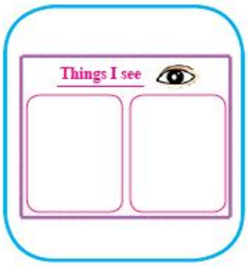
© NCERT not to be republished

ਉੱਤੇ ਠੀਕ ( ✓ ) ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ, ਜੋ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਉੱਤੇ ਗ਼ਲਤ (X) ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਉਣ ਨੂੰ ਕਹੋ ਜੋ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ।



ਗਤੀਵਿਧੀ 50: ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਸਰੀਰ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣ ਦਿਓ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੇਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਨਾਲ ਹਰੇਕ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਚੱਕਰ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਪਹਿਲੀ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ, ਬੱਚੇ ਤੋਂ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਵਾਲਾਂ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਦੇ ਨਾਲ 'ਸਾਬਣ, ਸ਼ੈਂਪੂ' ਅਤੇ "ਕੰਘੀ" ਨਾਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਚੱਕਰ ਲਗਾਵੇਗਾ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਜੋ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸਫਾਈ ਲਈ ਵਰਤਦੇ ਹਨ।




ਗਤੀਵਿਧੀ 51: ਨਿਰਦੇਸ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਖਿੱਚੋ (ਤੁਹਾਡੀ ਗਿਆਨ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ)

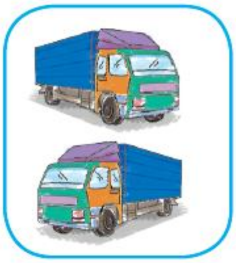
ਇਸ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਗਿਆਨ ਇੰਦਰੀ ਲਈ ਖਾਲੀ ਬਕਸੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ- 'ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਦੇਖਦਾ ਹਾਂ'। "ਜੋ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮੈਂ ਸੁਣਦਾ ਹਾਂ", "ਜੋ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮੈਂ ਛੂਹਦਾ ਹਾਂ, "ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਸੁੰਘਦਾ ਹਾਂ" ਅਤੇ 'ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਚੱਖਦਾ ਹਾਂ'। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਿਆਨ ਇੰਦਰੀਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਣਾਉਣ ਦਿਓ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 52: ਫਲਾਂ ਦੇ ਨਮੂਨੇ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਫਲਾਂ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨਮੂਨੇ ਦੇਖਣ ਦਿਓ। ਹਰੇਕ ਨਮੂਨੇ ਦਾ ਵਰਣਨ ਅਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ।

ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਨਮੂਨੇ ਦਿਓ, ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਫਲ ਬਣਾ ਕੇ ਨਮੂਨਾ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।

© NCERT not to be republished



ਗਤੀਵਿਧੀ 53: ਵਾਹਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰਨਾ

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਾਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਕੇ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਾਧਨਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਾਲਣ 'ਤੇ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਸਾਧਨਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ। ਵਾਹਨਾਂ ਦਾ ਵਰਗੀਕਰਨ (ਜ਼ਮੀਨ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਹਵਾਈ ਆਵਾਜਾਈ) ਅਤੇ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਵੀ.....। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਾਹਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਦਿੱਤੇ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਵਾਹਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖਿਡੌਣੇ ਵਾਹਨਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਦਿਓ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨਪਸੰਦ ਵਾਹਨ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਅਤੇ Do it your self (ਆਪਣੇ ਆਪ ਕਰੋ) ਖਿਡੌਣਾ ਵਾਹਨ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਦ ਜਾਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਮਤ ਵਾਲੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 54 'ਗ' ਅੱਖਰ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲੱਭੋ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇਖਣ ਦਿਓ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਾਮ ਦੇਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਫਿਰ 'ਗ' ਅੱਖਰ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲੱਭਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰਨ ਦਿਓ।

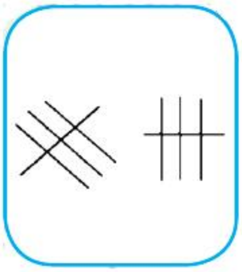
ਗਤੀਵਿਧੀ 55: 'ਫ' ਅੱਖਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲੱਭੋ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇਖਣ ਦਿਓ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਾਮ ਦੇਣ ਦਿਓ ਅਤੇ 'ਫ' ਅੱਖਰ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲੱਭਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਰੰਗ ਭਰਨ ਦਿਓ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 56: ਪਹਿਰਾਵੇ 'ਤੇ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦਾ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਪਹਿਰਾਵੇ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਫਿਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਸੇ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਹਿਰਾਵੇ ਨਾਲ ਮਿਲਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਗਿਣਨ ਲਈ ਕਹੋ ਅਤੇ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਬਕਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ।

© NCERT not to be republished



ਗਤੀਵਿਧੀ 57: ਚਿੱਤਰ ਲੱਭੋ ਅਤੇ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਰ ਕਤਾਰ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਦੇਖਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਸੱਜੀ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਚਿੱਤਰ ਦੇ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦਾ ਚਿੱਤਰ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੱਬੇ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ) ਲੱਭਣ ਦਿਓ। ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਮਿਲਾਨ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਿੰਦੀਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਮਿਲਾਨ ਲਈ ਕਹੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 58 ਅਤੇ 59: ਛੋਟਾ ਪੰਛੀ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੇਖਣ ਅਤੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਵੇਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਕੋਈ ਪੰਛੀ ਦੇਖਦੇ ਹੋ? ਉਹ ਪੰਛੀ ਕਿਹੜੇ ਹਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ਿਆਲ ਵਿਚ ਉਹ ਕਿੱਥੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ? ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਕੋਈ ਪੰਛੀ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਦਾ ਕੀ ਕਰੋਗੇ? ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਪੰਛੀ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੀ ਖਿੜਕੀ ਅਤੇ ਬਾਲਕੋਨੀ ਵਿੱਚ ਕਿਉਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ? ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਪੰਛੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਪਾਲਤੂ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖੋਗੇ। ਫਿਰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ:

- ਕਵਿਤਾ ਵਿਚ ਤੁਕਬੰਦੀ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਜੋੜੀ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ।
- 'ਪੰਛੀ' ਸ਼ਬਦ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਧੁਨੀ ਸੁਣਦੇ ਹੋ? ਉਹੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਧੁਨੀ "ਪ" ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਸ਼ਬਦ ਕੀ ਹਨ?

ਉਨ੍ਹਾਂ ਪੰਛੀਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੋ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਿੱਚ ਦੇਖਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੰਛੀਆਂ ਦੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਪੇਪਰ ਫੋਲਡਿੰਗ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੰਛੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ। ਕੱਠਪੁਤਲੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੰਛੀਆਂ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਾਓ ਜਾਂ ਕੁੱਝ ਹੋਰ ।

© NCERT not to be republished

ਗਤੀਵਿਧੀ 60: ਆਪਣੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਉਚਾਈਆਂ ਨੂੰ ਮਾਪੋ (ਗੈਰ-ਮਿਆਰੀ ਇਕਾਈਆਂ)

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰ ਦੇਖਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਵਰਗਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜਿਰਾਫ ਦੀ ਉਚਾਈ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵਰਗਾਂ ਨੂੰ ਰੰਗ ਭਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਰਿਬਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਉਚਾਈ ਮਾਪਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਫਿਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੋਸਤਾਂ ਦੀ ਉਚਾਈ ਨਾਲ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨ ਦਿਓ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 61: ਆਪਣੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਲੰਬਾਈ ਨੂੰ ਮਾਪੋ (ਗੈਰ-ਮਿਆਰੀ ਇਕਾਈ)

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਬਲਾਕਾਂ ਨੂੰ ਵਾਹਨਾਂ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਰੰਗ ਭਰਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਬਲਾਕਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 62: ਇੰਡੀਆ ਗੇਟ

ਇੰਡੀਆ ਗੇਟ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਿਤਾ ਸੁਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ। ਫਿਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਅੰਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਇੰਡੀਆ ਗੇਟ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਕਵਿਤਾ/ਤੁੱਕਬੰਦੀ ਗਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਉੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਬੋਲਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਬਿੰਦੀਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਉਸੇ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰ ਚਾਰਟ ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ ਦਿਖਾਓ।

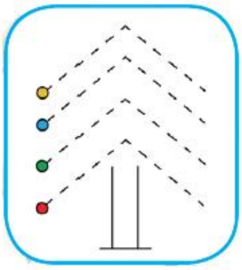
ਗਤੀਵਿਧੀ 63: ਖਿਡੌਣੇ ਲੱਭੋ

ਤਸਵੀਰ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਪਹਿਲਾਂ ਪਹਿਲੀ ਉਂਗਲ (index finger) ਬਿੰਦੀਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਉੱਪਰ ਘੁਮਾਓ ਅਤੇ ਫਿਰ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਰੰਗਦਾਰ ਪੈਨਸਿਲ/ਰੰਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਬਿੰਦੀਆਂ ਵਾਲੀ ਲਾਈਨ ਨੂੰ ਮਿਲਾਓ।

© NCERT not to be republished

ਗਤੀਵਿਧੀ 64: ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ ਚਾਰਟ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਏ ਅਨੁਸਾਰ 'ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ ਚਾਰਟ' ਬਾਰੇ ਸਮਝਾਓ। ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਵੈ-ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀ ਲਈ ਹਰੇਕ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਠੀਕ ( ✓ ) ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਉਣ ਦਿਓ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਸੇ ਸ਼ੀਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਪੂਰੇ ਹਫ਼ਤੇ ਲਈ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਪੂਰੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੌਰਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹਰੇਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਸਾਹਮਣੇ ਲਗਾਏ ਠੀਕ ( ✓ ) ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰਕੇ ਆਖਰੀ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ, ਉਸ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਲਿਖਣਗੇ।

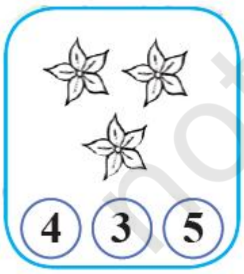


ਗਤੀਵਿਧੀ 65: ਟਰੇਸਿੰਗ ਲਾਈਨਾਂ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨਮੂਨੇ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਉਂਗਲ ਬਿੰਦੀਆਂ ਦੇ ਉੱਪਰ ਟਰੇਸ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੋਂ। ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਬਿੰਦੀਆਂ ਦੇ ਰੰਗ ਦੇ ਸਮਾਨ ਰੰਗ ਨਾਲ ਦਰਖਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬਿੰਦੀਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਕਹਾਣੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ (ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗਰੁੱਪਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਛੋਟੇ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ)।

ਗਤੀਵਿਧੀ 66: ਗਿਣੋ ਅਤੇ ਲਿਖੋ

ਹਰੇਕ ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾਓ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਚੀਜ਼/ਵਸਤੂ 'ਤੇ ਉਂਗਲ ਰੱਖਣ ਦਿਓ ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਗਿਣਦੇ ਹਨ, ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਹੋ।




ਗਤੀਵਿਧੀ 67: ਸੰਖਿਆਵਾਂ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਫੁੱਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਰੰਗ ਭਰਨ ਦਿਓ। ਫਿਰ ਫੁੱਲਾਂ ਦੀ ਸਹੀ ਗਿਣਤੀ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰਨ ਦਿਓ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਫੁੱਲਾਂ ਦੀ ਕਿਸਮ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਿਓ,

© NCERT not to be republished

ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੈ ਤਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਤੋਂ ਡਿੱਗੇ ਫੁੱਲਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਸੈੱਟ ਬਣਾਉਣ, ਫੁੱਲਾਂ ਨਾਲ ਕੋਲਾਜ ਆਦਿ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 68 ਅਤੇ 69: ਜ਼ੀਰੋ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਕਵਿਤਾ ਸੁਣਾਉਣ ਦਿਓ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਪੰਛੀਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੋ ਉਹ ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਦੇਖਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਵਿਤਾ ਦੁਹਰਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਗਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸੰਖਿਆ ਲਿਖੋ। ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਗਾਉਂਦੇ ਹਨ 'ਇੱਕ ਉੱਡ ਗਿਆ' ਅਤੇ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਪੂਰੀ ਨਾ ਹੋ ਜਾਏ।

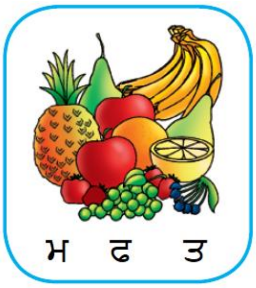
ਗਤੀਵਿਧੀ 70: ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡੋ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਗਿਣਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਕੁੱਲ ਗਿਣਤੀ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਦਿਓ। ਖੇਡਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਠੋਸ ਵਸਤੂਆਂ ਨਾਲ ਅਜਿਹੀਆਂ ਹੋਰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 71: ਧੁਨੀ ਚਿੱਤਰ ਮਿਲਾਨ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਚਿੱਤਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਨਾਮ ਦੇਣ ਦਿਓ। ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚਿੱਤਰ ਦੇ ਨਾਮ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਅੱਖਰਾਂ ਨੂੰ ਚੱਕਰ/ਗੋਲਾ ਗਲਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਬਾਕੀ ਬਚੇ ਅੱਖਰਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਧੁਨੀਆਂ ਲਈ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਹੋਰ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਤਿਆਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

© NCERT not to be republished

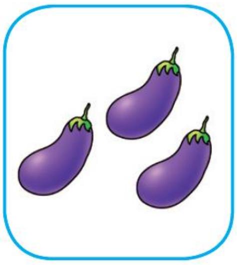



ਗਤੀਵਿਧੀ 72: ਧੁਨੀ ਚਿੱਤਰ ਮਿਲਾਨ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੇਣ ਦਿਓ। ਫਿਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰ ਦੇ ਨਾਮ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਅੱਖਰ ਉੱਤੇ ਚੱਕਰ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ। । ਤੁਸੀਂ ਬਾਕੀ ਅੱਖਰਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਧੁਨੀਆਂ ਲਈ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਤਿਆਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 73: ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਨਾਲ ਨਮੂਨੇ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨਮੂਨੇ ਦੇਖਣ ਦਿਓ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਨਮੂਨੇ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਬਣਾ ਕੇ ਨਮੂਨੇ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।



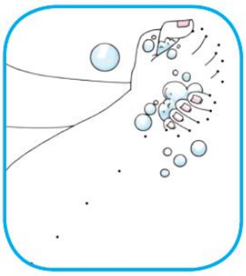
ਗਤੀਵਿਧੀ 74: ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦਾ ਜੋੜ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੱਸਣ ਦਿਓ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਗਿਣਨ ਲਈ ਕਹੋ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦੀ ਕੁੱਲ ਗਿਣਤੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਟੋਕਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖਣ ਨੂੰ ਕਹੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 75: 1 ਘੱਟ ਜਹਾਜ਼ ਦੀ ਗਿਣਤੀ

ਹਵਾਈ ਆਵਾਜਾਈ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜਹਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਫਿਰ ਇੱਕ ਜਹਾਜ਼ ਨੂੰ ਕੱਟ ਦਿਓ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਜਹਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਲਿਖਣ ਦਿਓ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਗਜ਼ ਦਾ ਜਹਾਜ਼ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ।

© NCERT not to be republished

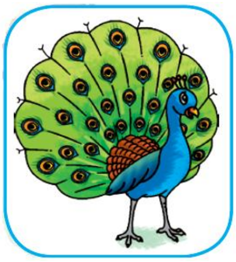


ਗਤੀਵਿਧੀ 76: ਬਿੰਦੀਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜੋ

ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਟਾਇਲਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੱਥ ਧੋਣ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਅੱਖਰ ਦੀਆਂ ਬਿੰਦੀਆਂ ਨੂੰ ਜੋੜਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਅੱਖਰਾਂ ਨੂੰ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਉੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਨ ਦਿਓ। ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਵਿੱਚ ਉਦਾਹਰਨ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਕੁਝ ਹੀ ਅੱਖਰ ਦਿਖਾਏ ਗਏ ਹਨ। ਪ੍ਰਿੰਟ ਰਿੱਚ ਮਟੀਰੀਅਲ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਜਮਾਤ ਦੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਅੱਖਰ ਚਿੱਤਰ ਅਤੇ ਸੰਬੰਧਿਤ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨਾਲ ਅੱਖਰ ਚਾਰਟ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰੋ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 77: ਸਬਜ਼ੀਆਂ

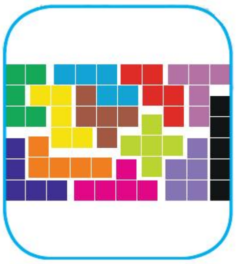
ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ਕਿ ਬੱਚੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਖਾਂਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਰ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ, ਨਾਮ ਅਤੇ ਗਿਣਤੀ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨਾਲ ਮੇਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਦਿੱਤੇ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।



ਗਤੀਵਿਧੀ 78: ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਅੱਖਰ ਆਵਾਜ਼ਾਂ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਛੇ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹਰੇਕ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੇਣ ਦਿਓ। ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਜਾਨਵਰ/ਪੰਛੀ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਆਵਾਜ਼ ਕਹਿਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, 'ਹਿਰਨ'-(ਹ), ਮੋਰ-(ਮ), ਆਦਿ। ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਵੀ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਹੋਰ ਜਾਨਵਰ ਦਾ ਨਾਮ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਧੁਨੀ-'ਹ', 'ਮ', ਦੇ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅੱਖਰ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਤਸਵੀਰ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਅੱਖਰ ਹਰੇਕ ਤਸਵੀਰ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

© NCERT not to be republished



ਗਤੀਵਿਧੀ 79: ਮੇਰੀ ਰੰਗੀਨ ਬੁਝਾਰਤ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬੁਝਾਰਤ ਸਮਝਾਓ। ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਰੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹੀ ਰੰਗ ਬੁਝਾਰਤ ਵਿੱਚ ਭਰਨ ਦਿਓ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 80-91: ਉਦਾਹਰਣ ਥੀਮ ਆਧਾਰਿਤ ਵਰਕਸ਼ੀਟ

ਉਪਰੋਕਤ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ 12 ਹੋਰ ਵਰਕਸ਼ੀਟ 'ਮੇਰਾ ਪਰਿਵਾਰ' ਅਤੇ 'ਜਾਨਵਰ' ਥੀਮ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹਨ :

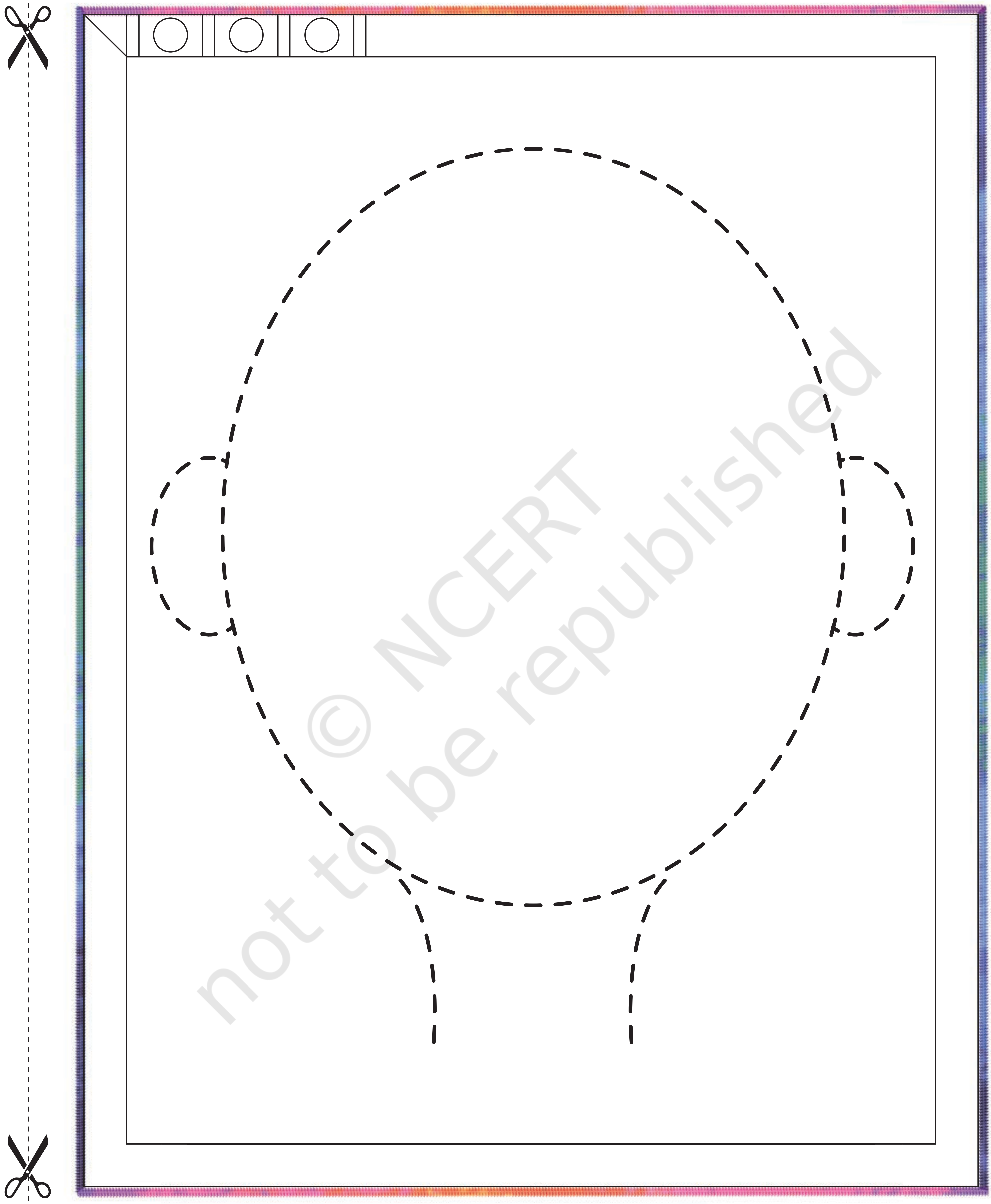
ਇਹ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥੀਮ.ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਮਿਸਾਲੀ (ਉਦਾਹਰਨ) ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕ ਅਜਿਹੀਆਂ ਹੋਰ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 92: ਚੰਗੀਆਂ ਅਤੇ ਮਾੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ (ਸੱਪ ਸੀੜੀ)।

ਚੰਗੀਆਂ ਅਤੇ ਬੁਰੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਬਾਰੇ ਇਹ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਖੇਡ - ਸੱਪ ਸੀੜੀ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹੈ। ਗਤੀਵਿਧੀ 75 ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ੀਟ ਨੂੰ ਫਾੜਨ ਲਈ ਕਹੋ, ਖੇਡ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੋਟੇ ਬੋਰਡ 'ਤੇ ਚਿਪਕਾਓ ਅਤੇ ਡਾਇਸ ਅਤੇ ਕਾਊਂਟਰਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਨਾ ਵਰਤਣ ਯੋਗ ਰੰਗਦਾਰ ਬੋਤਲਾਂ ਦੇ ਢੱਕਣ ਕਾਊਂਟਰਾਂ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ।

© NCERT not to be republished

# ਮੇਰਾ ਤਸਵੀਰ ਦਾ ਫਰੇਮ



© NCERT not to be republished

# ਮੇਰੇ ਬਾਰੇ ਸਭ ਕੁਝ !

## ਮੇਰੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਤਸਵੀਰ

ਆਪਣੀ ਪਰਿਵਾਰਕ
ਤਸਵੀਰ ਇੱਥੇ ਚਿਪਕਾਓ

## ਮੇਰਾ ਜਨਮ ਦਿਨ

◯◯/◯◯/◯◯◯◯

## ਮੇਰਾ ਮਨਪਸੰਦ

ਰੰਗ : ____________________

ਆਕਾਰ: ____________________

ਭੋਜਨ: ____________________

## ਇਹ ਮੈਂ ਹਾਂ !

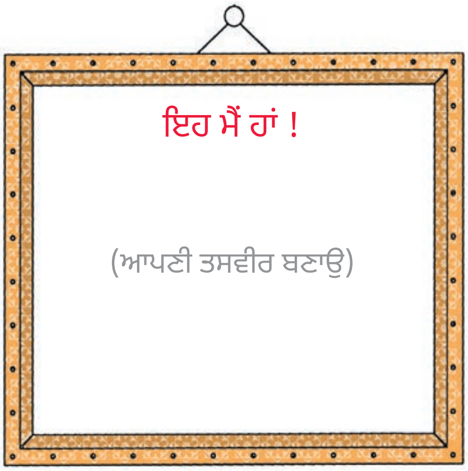
(ਆਪਣੀ ਤਸਵੀਰ ਬਣਾਉ)

## ਮੇਰੇ ਬਾਰੇ

ਮੈਂ ਖ਼ਾਸ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਖ਼ਾਸ ਹਾਂ
ਮੇਰੇ ਵੱਲ ਵੇਖੋ;
ਤੁਸੀਂ ਦੇਖੋਗੇ,
ਕੋਈ ਬਹੁਤ ਖ਼ਾਸ,
ਕੋਈ ਬਹੁਤ ਖ਼ਾਸ,
ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਮੈਂ ਹਾਂ,
ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਮੈਂ ਹਾਂ।

© NCERT not to be republished

# ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ




- ਮੇਰਾ ਨਾਂ ਕੀ ਹੈ ? ____________________
- ਮੇਰੀ ਉਮਰ ਕਿੰਨੀ ਹੈ ? ਸੰਖਿਆ 'ਤੇ ਗੋਲ਼ਾ ਲਗਾਓ ।

1 2 3

4 5 6

- ਮੈਂ ਮੁੰਡਾ ਹਾਂ ਜਾਂ ਕੁੜੀ?
- ਗੋਲ਼ਾ ਲਗਾਓ ਅਤੇ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਰੰਗ ਕਰੋ ।

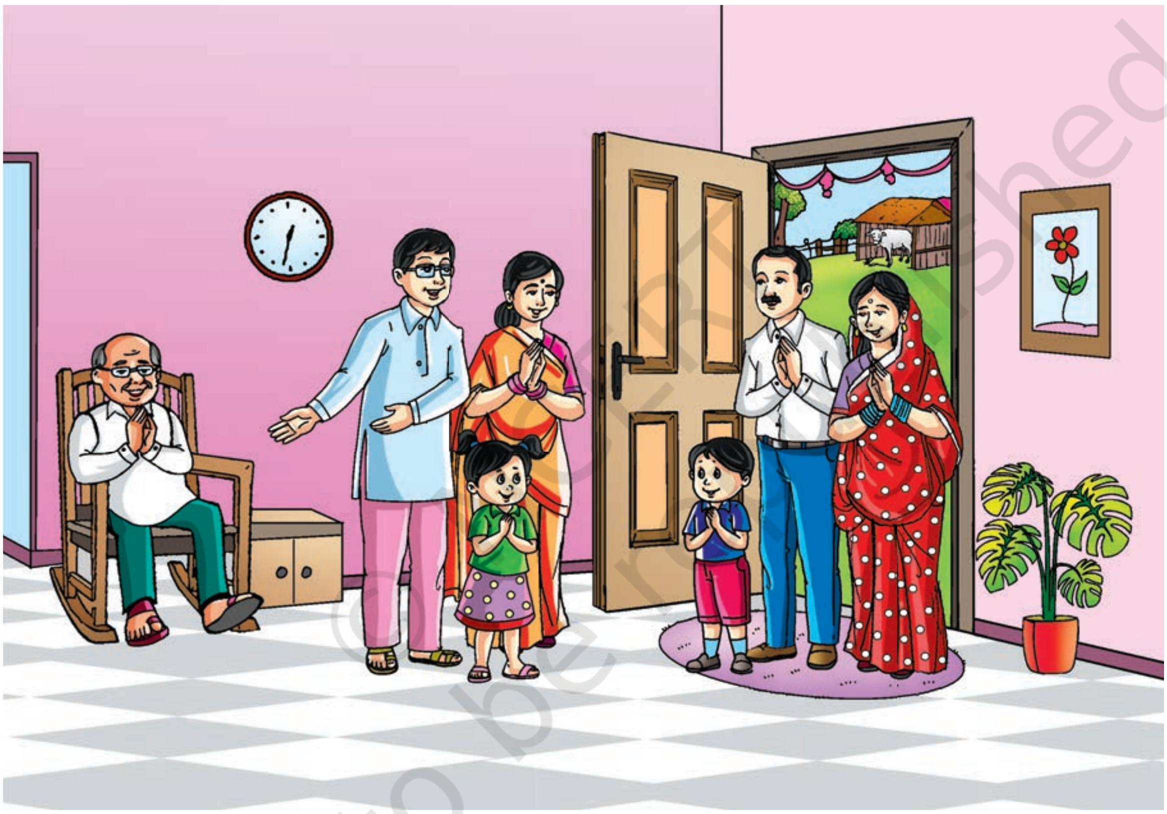
- ਮੇਰੇ ਮਾਤਾ ਜੀ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ ____________________
- ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ ____________________
- ਮੇਰੀ ਦੇਖ-ਭਾਲ਼ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ੇ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ ____________________

© NCERT not to be republished

# ਮੇਰਾ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਮਿੱਤਰ

**ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ।**

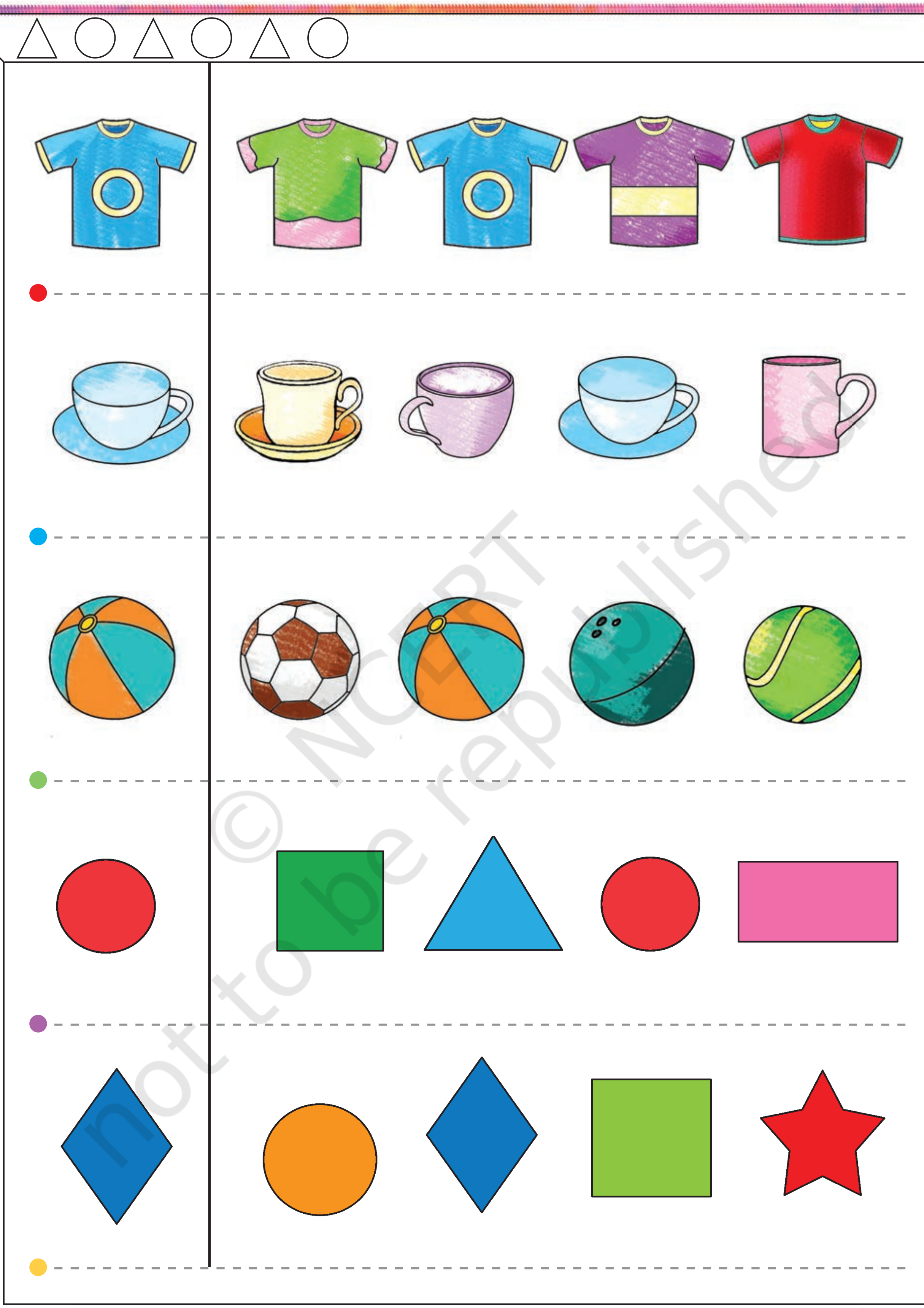
- ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ?
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨਾਲ਼ ਕਿਸੇ ਦੇ ਘਰ ਵੀ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ?
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੇ ਘਰ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਅਭਿਨੰਦਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ?
- ਜੇ ਕੋਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕਹੇ, ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਹੋਗੇ ?
- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਮਹਿਮਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ?



- ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ। ☐
- ਉਹਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਕੁੱਲ ਸੰਖਿਆ ਲਿਖੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਵੇਖ ਰਹੇ ਹੋ । ☐
- ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਪੈਟਰਨ ਵਾਲ਼ੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣ ਵਾਲ਼ੇ ਦੋ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ ।

© NCERT not to be republished

# ਸਮਾਨ ਵਸਤੂ ਲੱਭੋ



© NCERT not to be republished

# ਪੰਛੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੋ

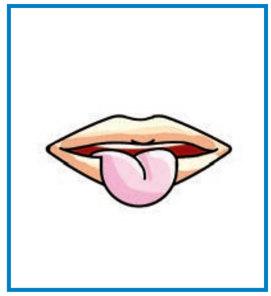
ਬਿੰਦੀਆਂ ਨੂੰ ਜੋੜੋ ਅਤੇ ਪੰਛੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੋ ।

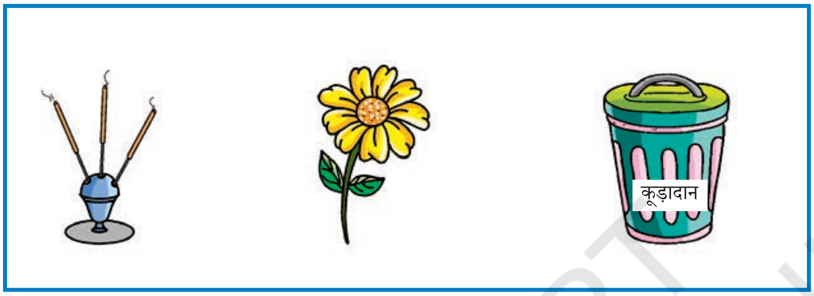
© NCERT not to be republished

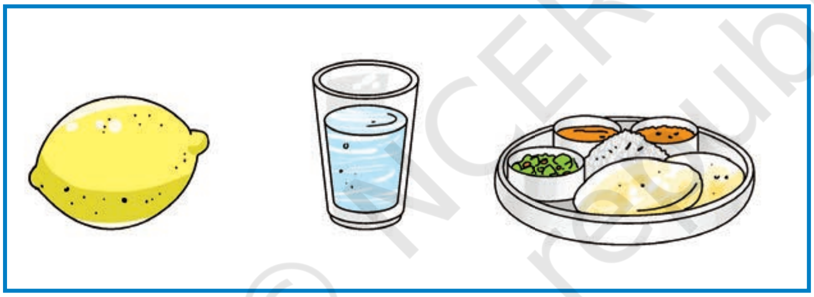
# ਮੇਰੀਆਂ ਪੰਜ ਇੰਦਰੀਆਂ

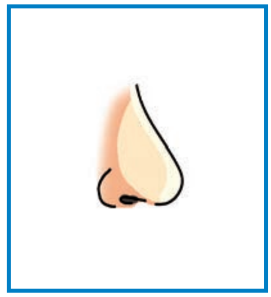
☆ ☆ ☆

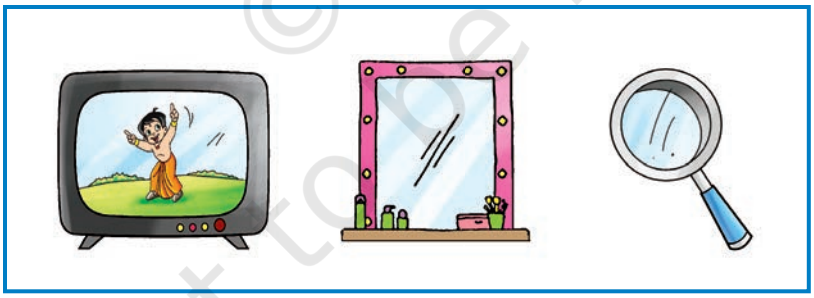
**ਹਰੇਕ ਸਮੂਹ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲ਼ੀ ਇੰਦਰੀ ਅੰਗ ਨਾਲ਼ ਮੇਲ਼ ਕਰੋ ।**

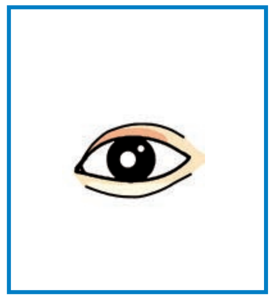


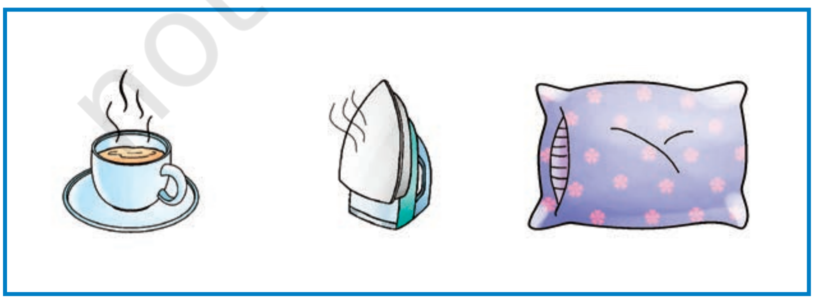


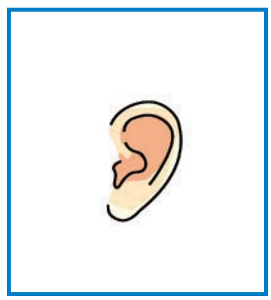








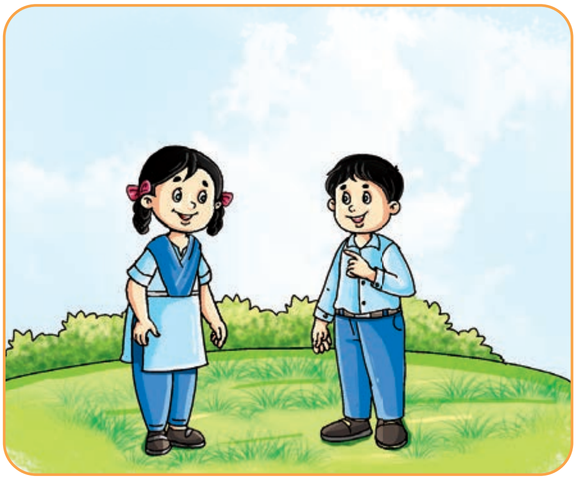


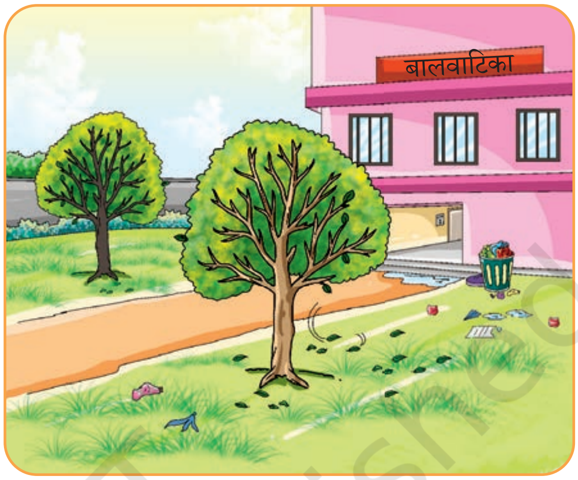


© NCERT not to be republished

# ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣਾ

- ਸਰੀਰ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਦਾ ਮੇਲ਼ ਕਰੋ ।
- ਸਕੂਲ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਦਾ ਮੇਲ਼ ਕਰੋ ।





© NCERT not to be republished

# ਮੇਰੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਜਾਨਵਰ ਅਤੇ ਪੰਛੀ

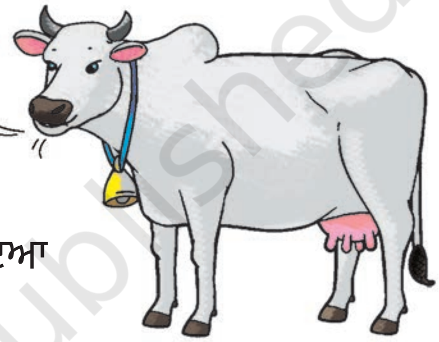
ਵੇਖੋ, ਪਛਾਣੋ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੱਸੋ ।।

## ਗੀਤ ਗਾਓ

### ਮੈਂ ਤਾਂ ਸੌਂ ਰਹੀ ਸੀ

ਚਿੜੀ

ਮੈਂ ਤਾਂ ਸੌਂ ਰਹੀ ਸੀ
ਮੈਂ ਤਾਂ ਸੌਂ ਰਹੀ ਸੀ
ਮੈਨੂੰ ਚਿੜੀ ਨੇ ਜਗਾਇਆ
ਬੋਲੀ ਚੀਂ-ਚੀਂ-ਚੀਂ



ਗਾਂ

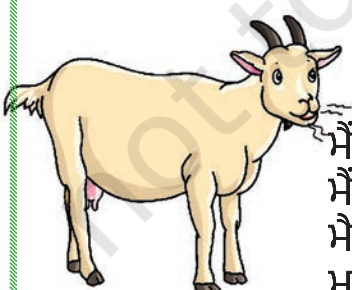
ਮੈਂ ਤਾਂ ਸੌਂ ਰਹੀ ਸੀ
ਮੈਂ ਤਾਂ ਸੌਂ ਰਹੀ ਸੀ
ਮੈਨੂੰ ਗਾਂ ਨੇ ਜਗਾਇਆ
ਰੰਭੀ ਮਾ-ਮਾ-ਮਾ

ਕੁੱਤਾ

ਮੈਂ ਤਾਂ ਸੌਂ ਰਹੀ ਸੀ
ਮੈਂ ਤਾਂ ਸੌਂ ਰਹੀ ਸੀ
ਮੈਨੂੰ ਕੁੱਤੇ ਨੇ ਜਗਾਇਆ
ਭੌਂਕਿਆ ਬਾਉ-ਬਾਉ-ਬਾਉ

ਬਿੱਲੀ

ਮੈਂ ਤਾਂ ਸੌਂ ਰਹੀ ਸੀ
ਮੈਂ ਤਾਂ ਸੌਂ ਰਹੀ ਸੀ
ਮੈਨੂੰ ਬਿੱਲੀ ਨੇ ਜਗਾਇਆ
ਬੋਲੀ ਮਿਆਊਂ-ਮਿਆਊਂ- ਮਿਆਊਂ



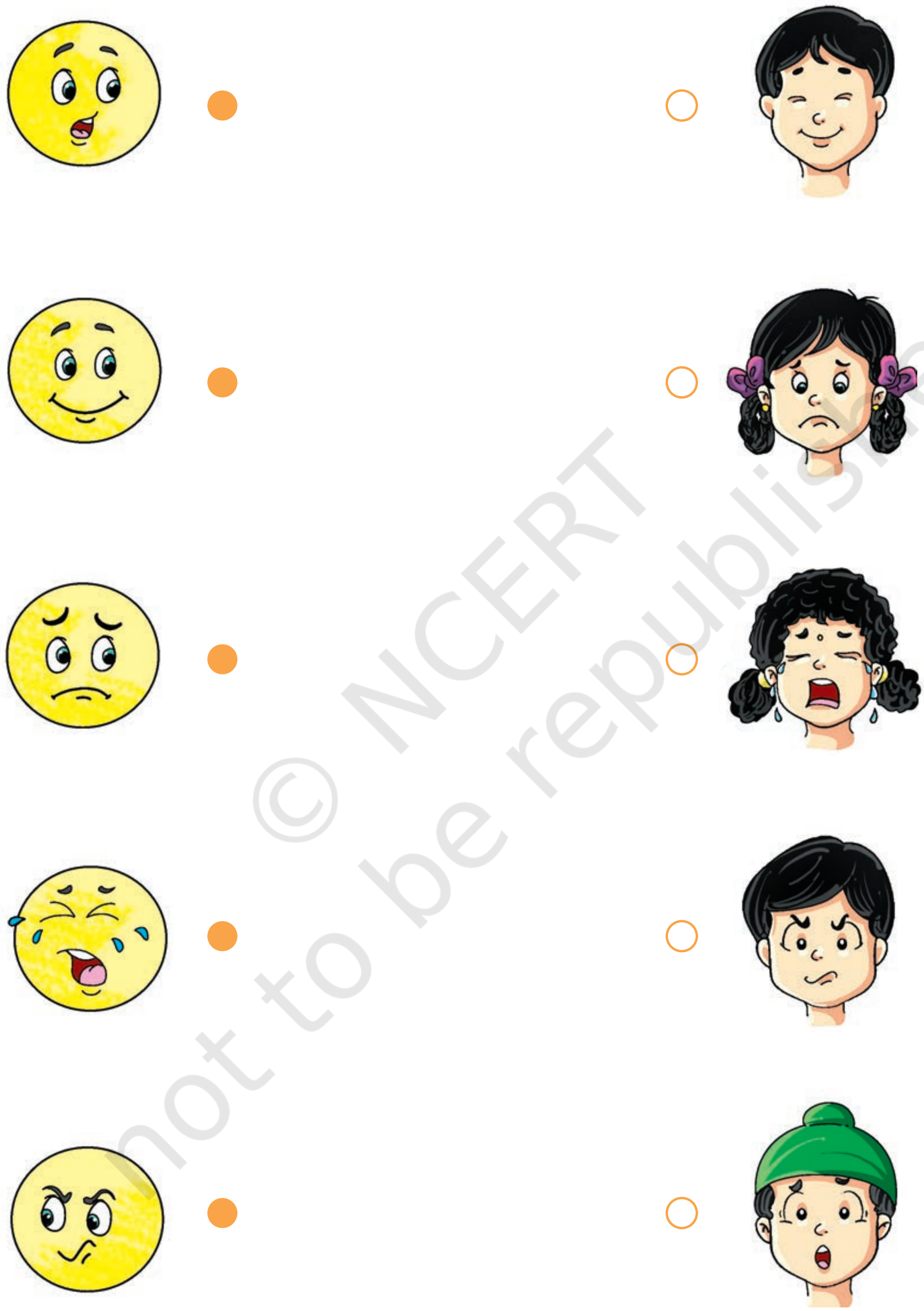
ਬੱਕਰੀ

ਮੈਂ ਤਾਂ ਸੌਂ ਰਹੀ ਸੀ
ਮੈਂ ਤਾਂ ਸੌਂ ਰਹੀ ਸੀ
ਮੈਨੂੰ ਬੱਕਰੀ ਨੇ ਜਗਾਇਆ
ਮਮਿਆਈ ਮੈਂ-ਮੈਂ-ਮੈਂ

© NCERT not to be republished

# ਮੇਰੇ ਵਿੱਚ ਜਜ਼ਬਾਤ ਹਨ

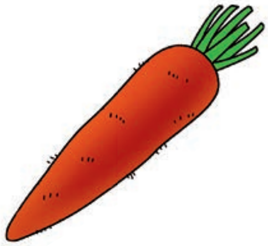
ਜਜ਼ਬਾਤਾਂ ਨੂੰ ਚਿਹਰਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਮਿਲਾਓ ।



© NCERT not to be republished

# ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ

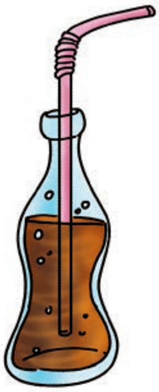
ਹਰ ਇੱਕ ਲਾਈਨ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਗੋਲ਼ਾ ਲਗਾਉ।



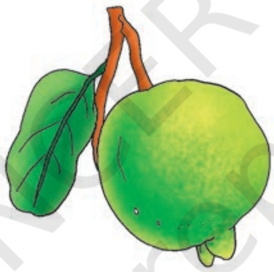
ਗਾਜਰ

ਬਰਗਰ

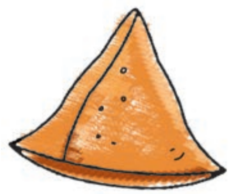
ਪਾਲਕ



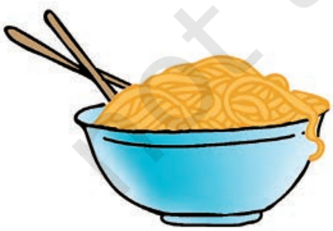
ਕੋਲਡ ਡ੍ਰਿੰਕ



ਅਮਰੂਦ

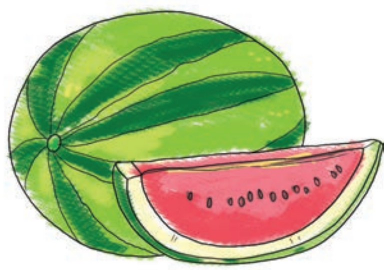


ਸਮੋਸਾ



ਨੂਡਲਸ

ਕੇਲਾ

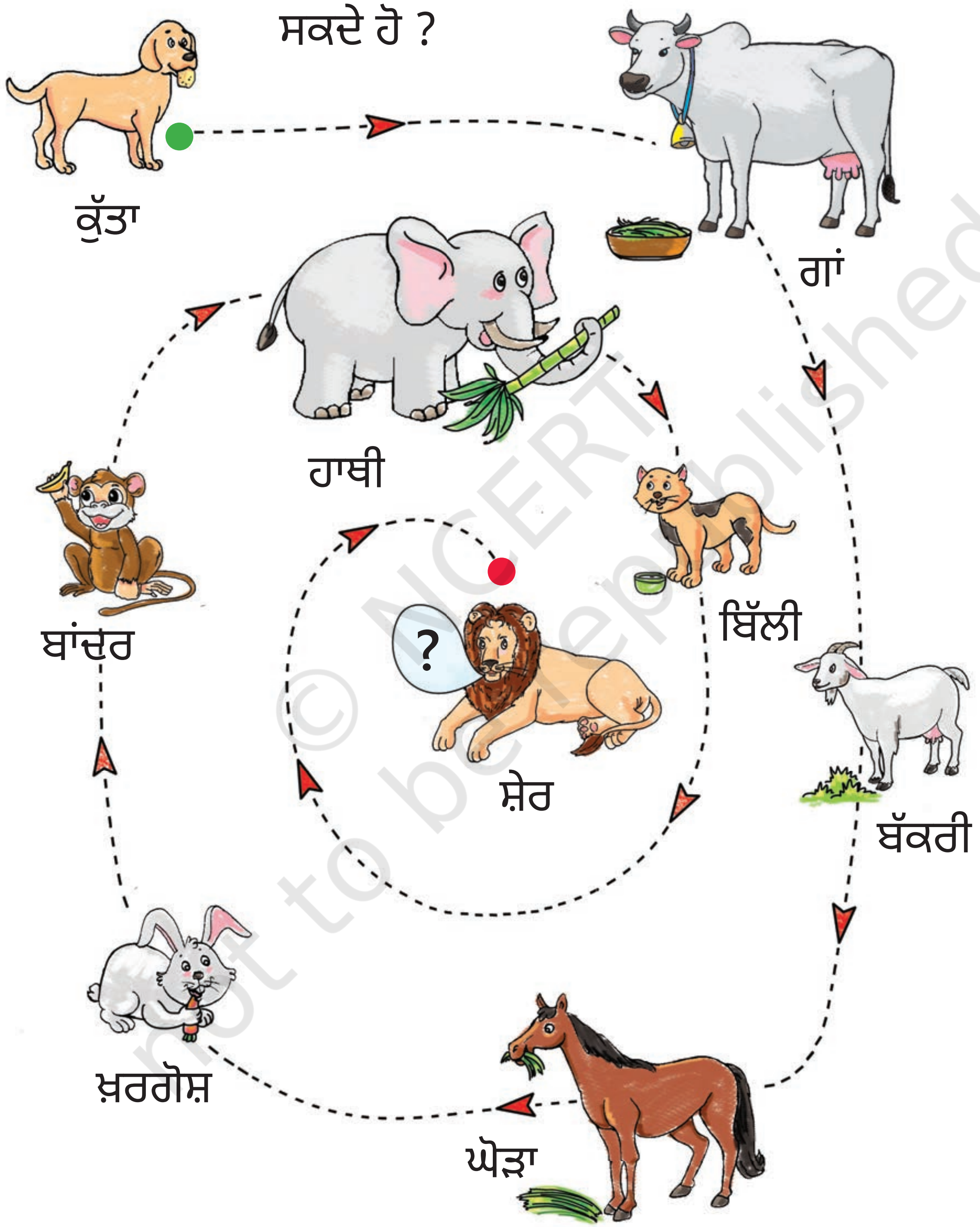


ਤਰਬੂਜ

© NCERT not to be republished

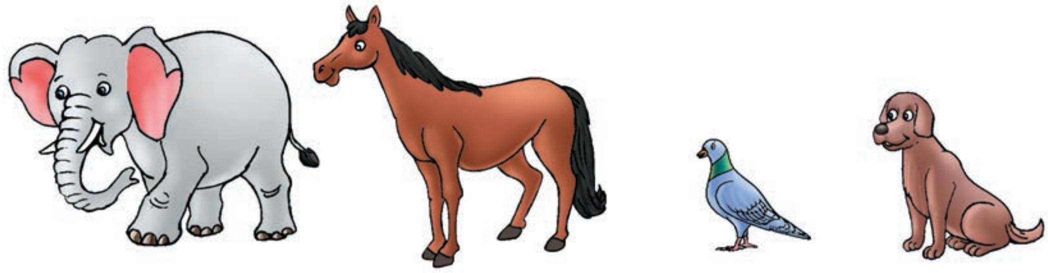
# ਜਾਨਵਰ ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹਨ

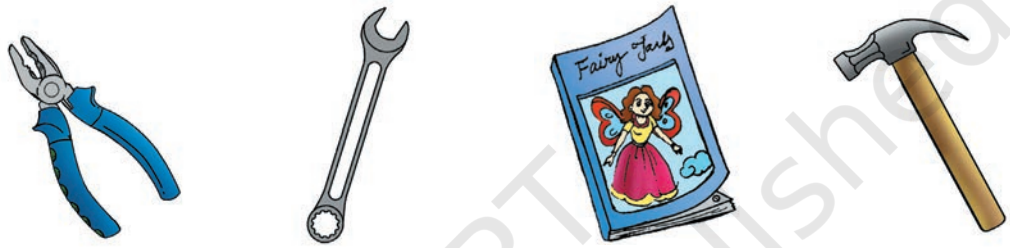
- ਪਛਾਣੋ ਅਤੇ ਹਰ ਇੱਕ ਜਾਨਵਰ ਦਾ ਨਾਮ ਦੱਸੋ।
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢ ਸਕਦੇ ਹੋ ?

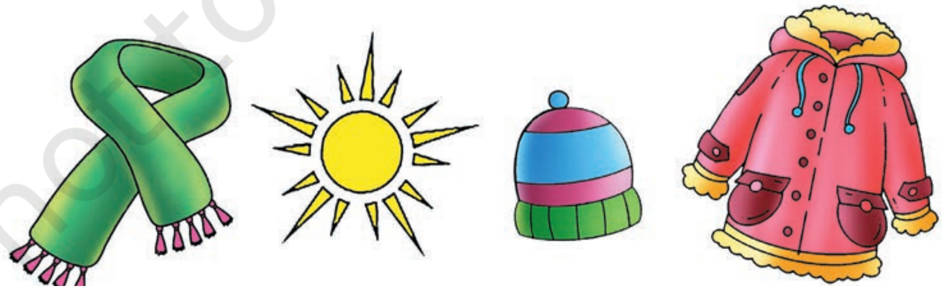



© NCERT not to be republished

# ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਵੱਖਰਾ ਲੱਭੋ



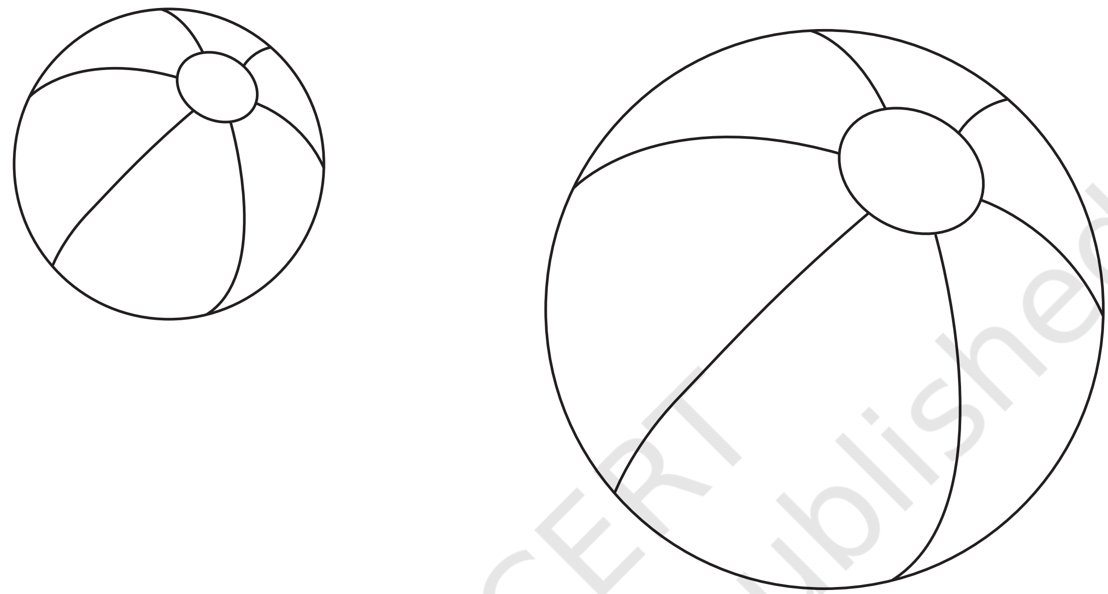


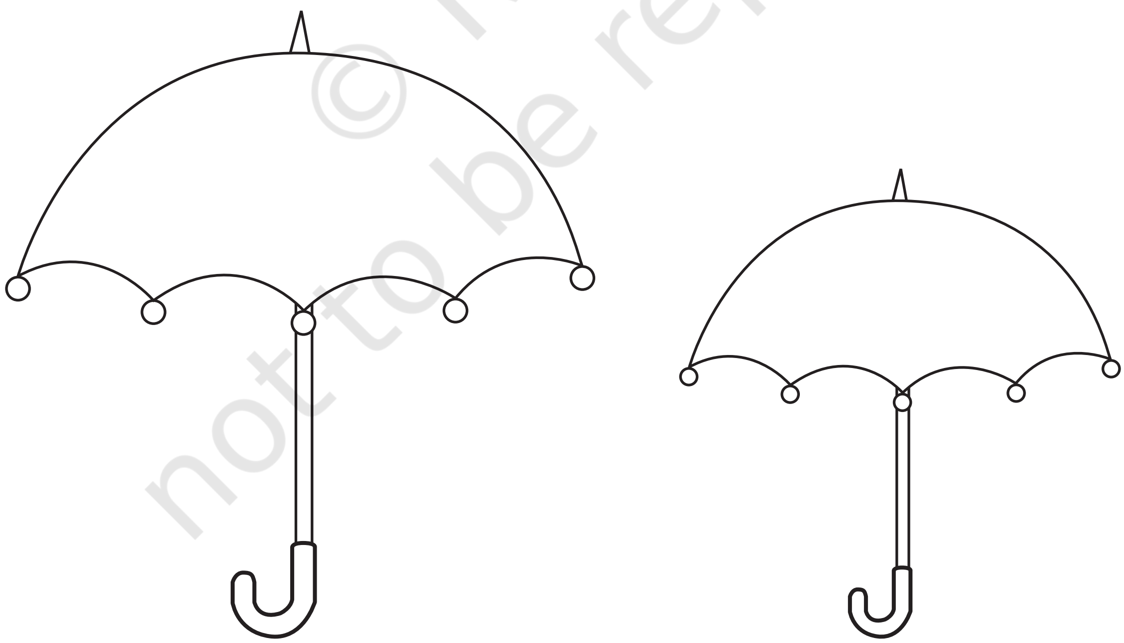


© NCERT
not to be republished

# ਵੱਡੀ ਜਾਂ ਛੋਟੀ ਵਸਤੂ

- ਵੱਡੀ ਵਸਤੂ ਵਿੱਚ ਲਾਲ ਰੰਗ ਭਰੋ ।
- ਛੋਟੀ ਵਸਤੂ ਵਿੱਚ ਨੀਲਾ ਰੰਗ ਭਰੋ ।

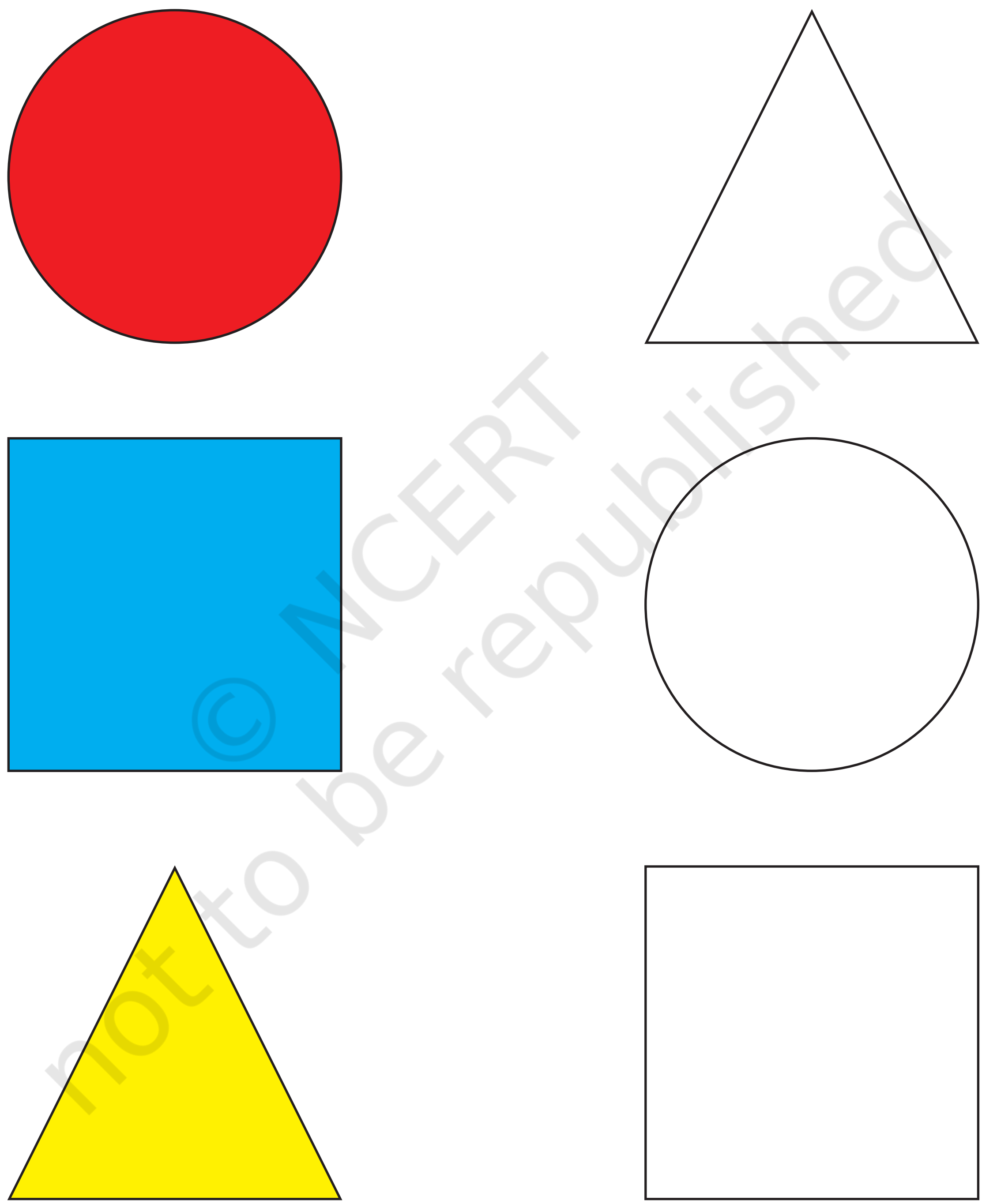




© NCERT not to be republished

# ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦਾ ਮੇਲ਼ ਕਰੋ

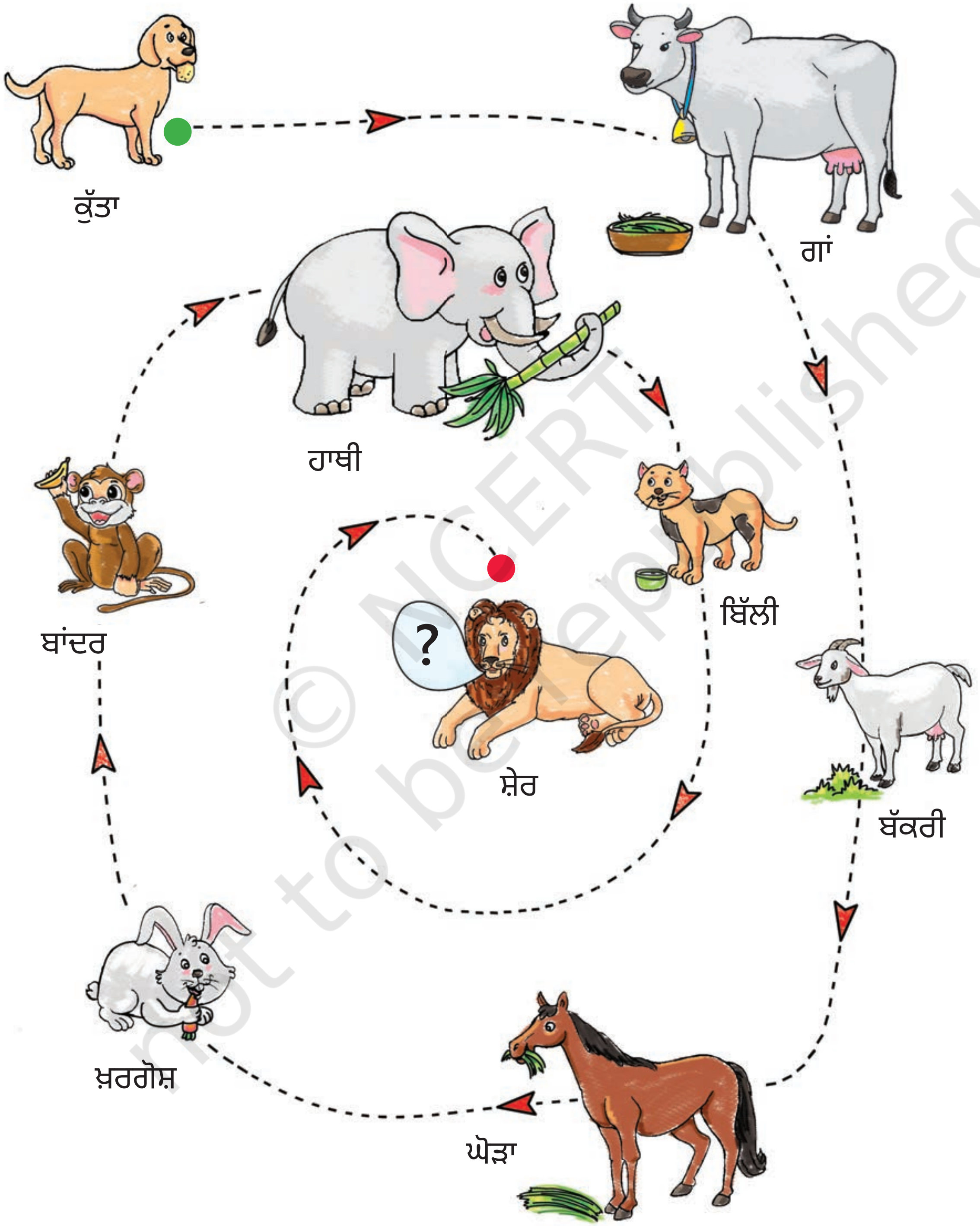
- ਮੇਲ਼ ਖਾਂਦੇ ਆਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜਨ ਲਈ ਇੱਕ ਲਕੀਰ ਖਿੱਚੋ ।
- ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਮਨਪਸੰਦ ਰੰਗਦਾਰ ਕਾਗਜ਼ ਨੂੰ ਪਾੜੋ ਅਤੇ ਬਚੇ ਹੋਏ ਆਕਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਚਿਪਕਾਓ ।



© NCERT not to be republished

# ਜਾਨਵਰ ਜੋ ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹਨ

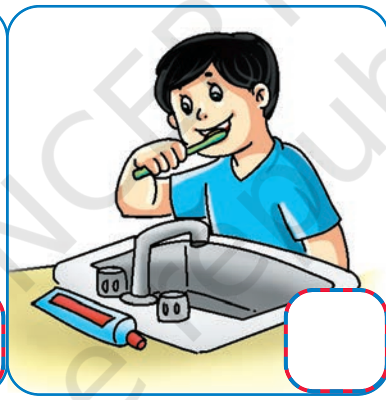
- ਹਰੇਕ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਪਛਾਣੋ ।
- ਹਰ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਕੱਢਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ।




© NCERT not to be republished

# ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਰਦਾ ਹਾਂ

- ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਸੰਖਿਆ ਦਿਓ ।
- ਹਰ ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਵਰਨਣ ਕਰੋ ।

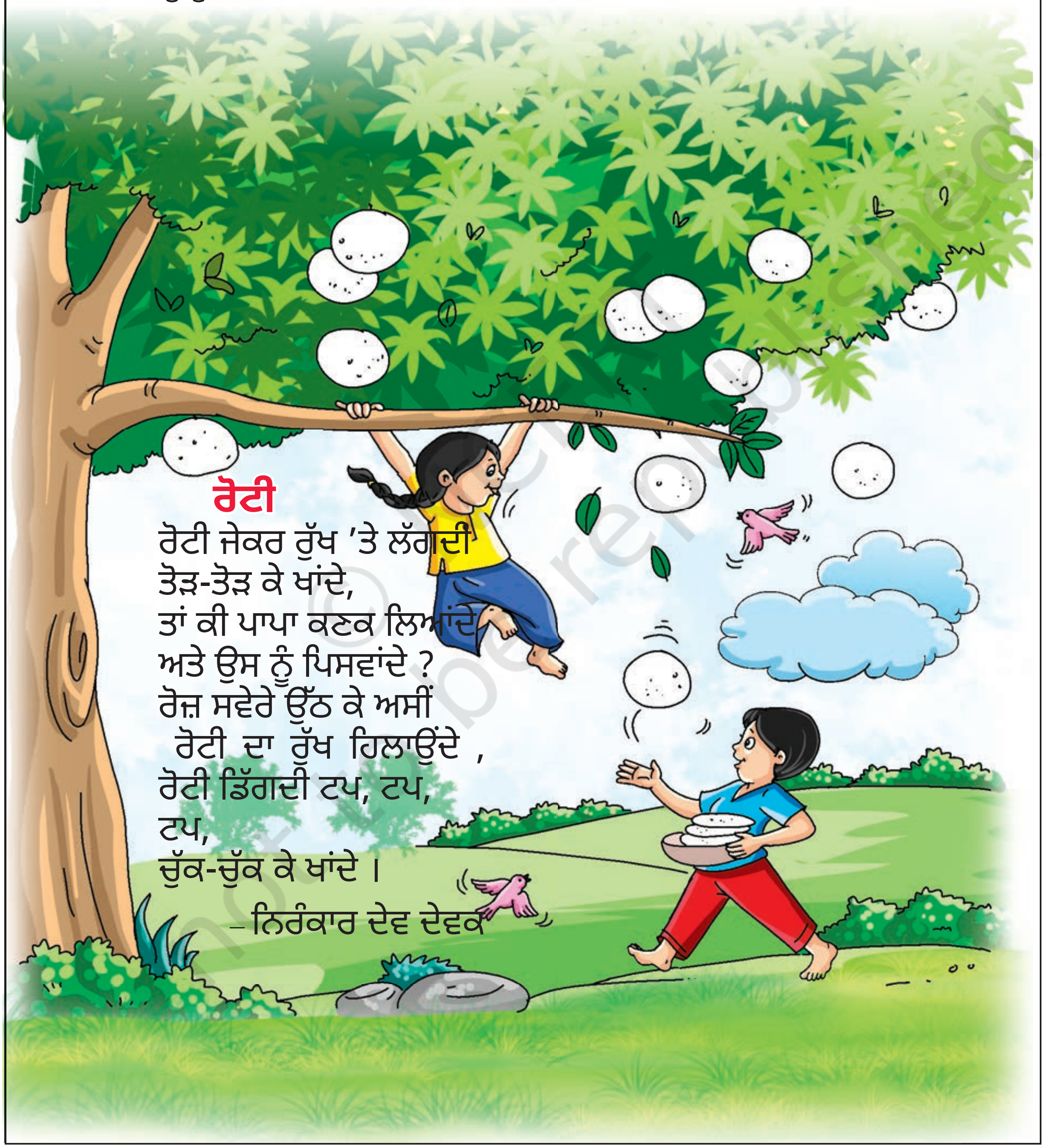


ਇੱਥੇ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਬਣਾਓ ।.

© NCERT not to be republished

# ਮੇਰਾ ਮਨਪਸੰਦ ਭੋਜਨ

- ਇਹ ਕਵਿਤਾ ਕਿਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੀ ਹੈ ?
- ਦਰਖ਼ਤ 'ਤੇ ਕੀ ਲਟਕਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ?
- ਰੋਟੀ ਦਾ ਆਕਾਰ ਕੀ ਹੈ ?
- ਕੁਝ ਹੋਰ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੱਸੋ ਜੋ ਆਕਾਰ ਵਿੱਚ ਗੋਲ਼ ਹਨ ।
- ਹਰ ਰੋਟੀ ਨੂੰ ਛੂਹੋ ਤੇ ਗਿਣੋ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰੋ ।



## ਰੋਟੀ

ਰੋਟੀ ਜੇਕਰ ਰੁੱਖ 'ਤੇ ਲੱਗਦੀ
ਤੋੜ-ਤੋੜ ਕੇ ਖਾਂਦੇ,
ਤਾਂ ਕੀ ਪਾਪਾ ਕਣਕ ਲਿਆਂਦੇ
ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪਿਸਵਾਂਦੇ ?
ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਉੱਠ ਕੇ ਅਸੀਂ
ਰੋਟੀ ਦਾ ਰੁੱਖ ਹਿਲਾਉਂਦੇ ,
ਰੋਟੀ ਡਿੱਗਦੀ ਟਪ, ਟਪ,
ਟਪ,
ਚੁੱਕ-ਚੁੱਕ ਕੇ ਖਾਂਦੇ ।

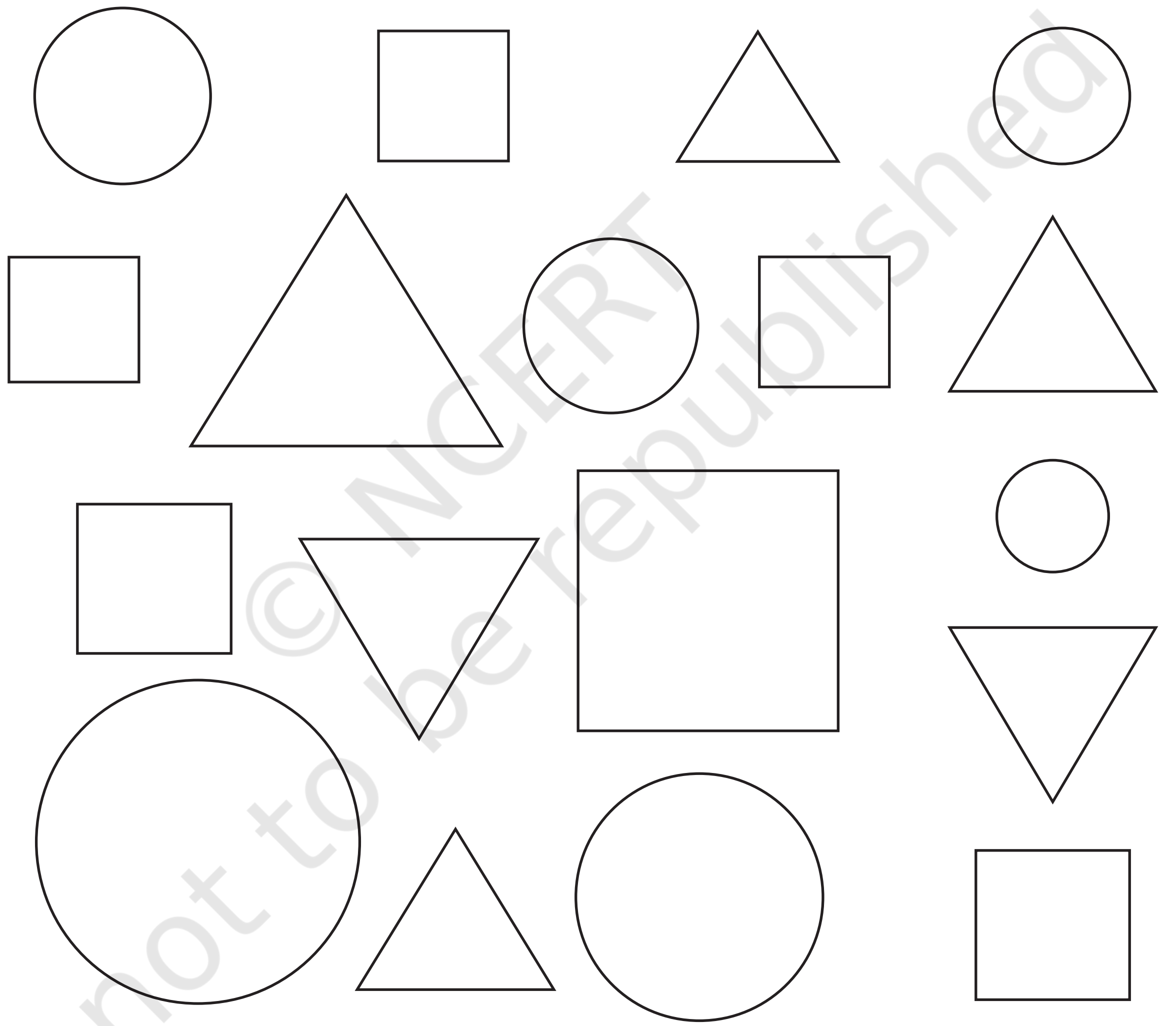
– ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੇਵ ਦੇਵਕ

© NCERT not to be republished

# ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਨੂੰ ਰੰਗੋ

**ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਨੂੰ ਰੰਗਣ ਵਿੱਚ ਸੀਆ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ।**

- ਸਾਰੇ ਤਿਕੋਣ ▲ ਪੀਲ਼ੇ ਰੰਗ ਵਿੱਚ
- ਸਾਰੇ ਵਰਗ ■ ਹਰੇ ਰੰਗ ਵਿੱਚ
- ਸਾਰੇ ਗੋਲ਼ੇ ● ਨੀਲੇ ਰੰਗ ਵਿੱਚ



© NCERT not to be republished

ਗਿਣਤੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਲਿਖੋ ।

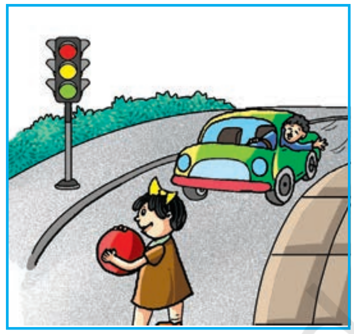
▲ = ________ ■ = ________ ● = ________

# ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹੋ

**ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਲਈ ਟਿੱਕ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਲਈ ਕ੍ਰੌਸ .**

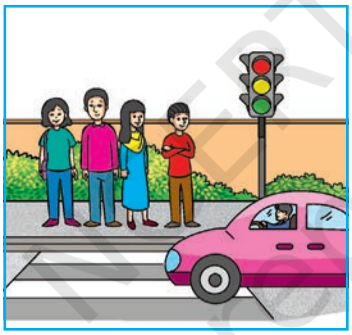
ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ

ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ

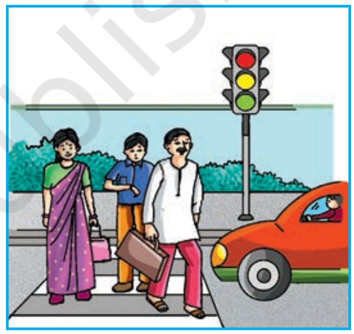


ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ

ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ



ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ

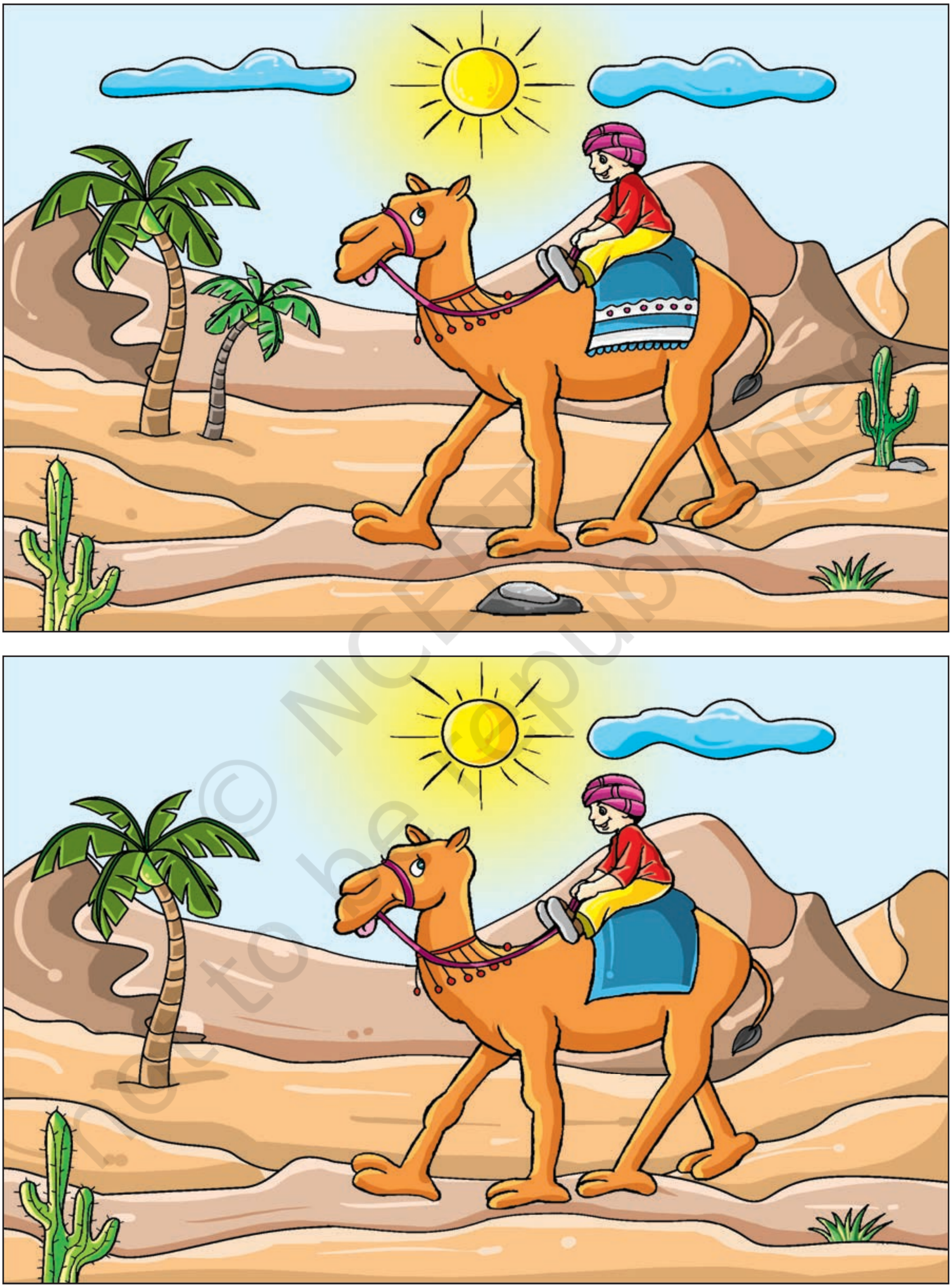


ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ

ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ

© NCERT not to be republished

# ਅੰਤਰ ਲੱਭੋ ਅਤੇ ਗੋਲ਼ਾ ਲਗਾਉ

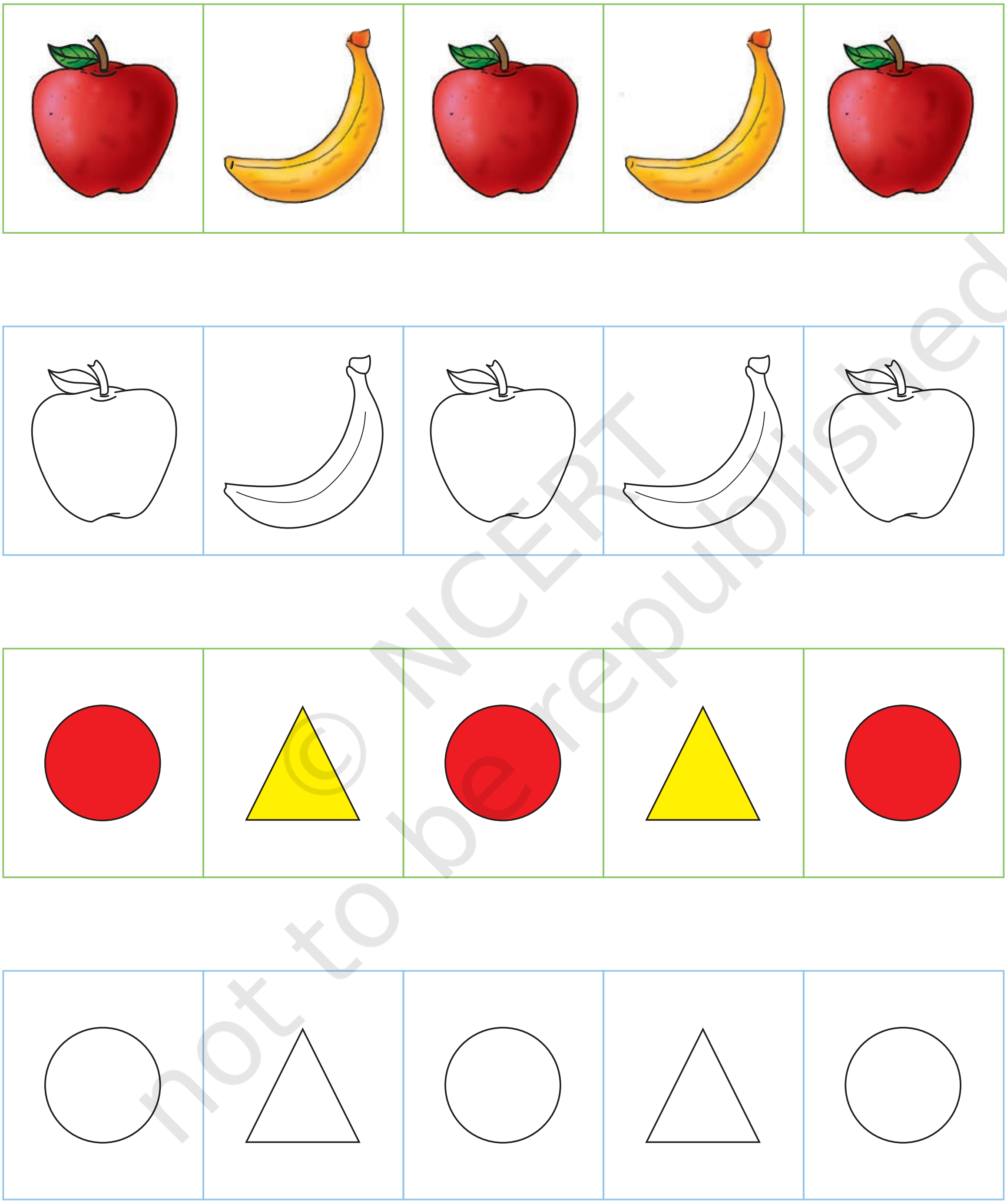


© NCERT not to be republished

ਗਤੀਵਿਧੀ 22

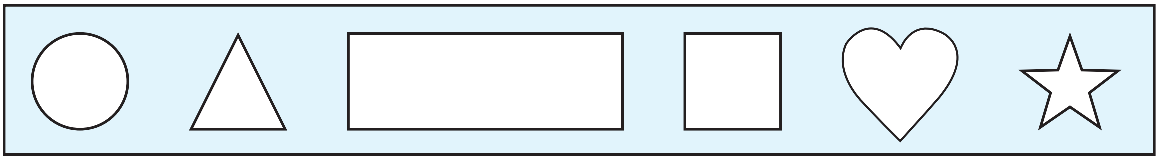
# ਪੈਟਰਨ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਰੰਗ ਕਰੋ

ਰੰਗਦਾਰ ਪੈਟਰਨ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਹੇਠਲੇ ਚਿੱਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਟਰਨ ਅਨੁਸਾਰ ਰੰਗ ਭਰੋ ।



© NCERT
not to be republished

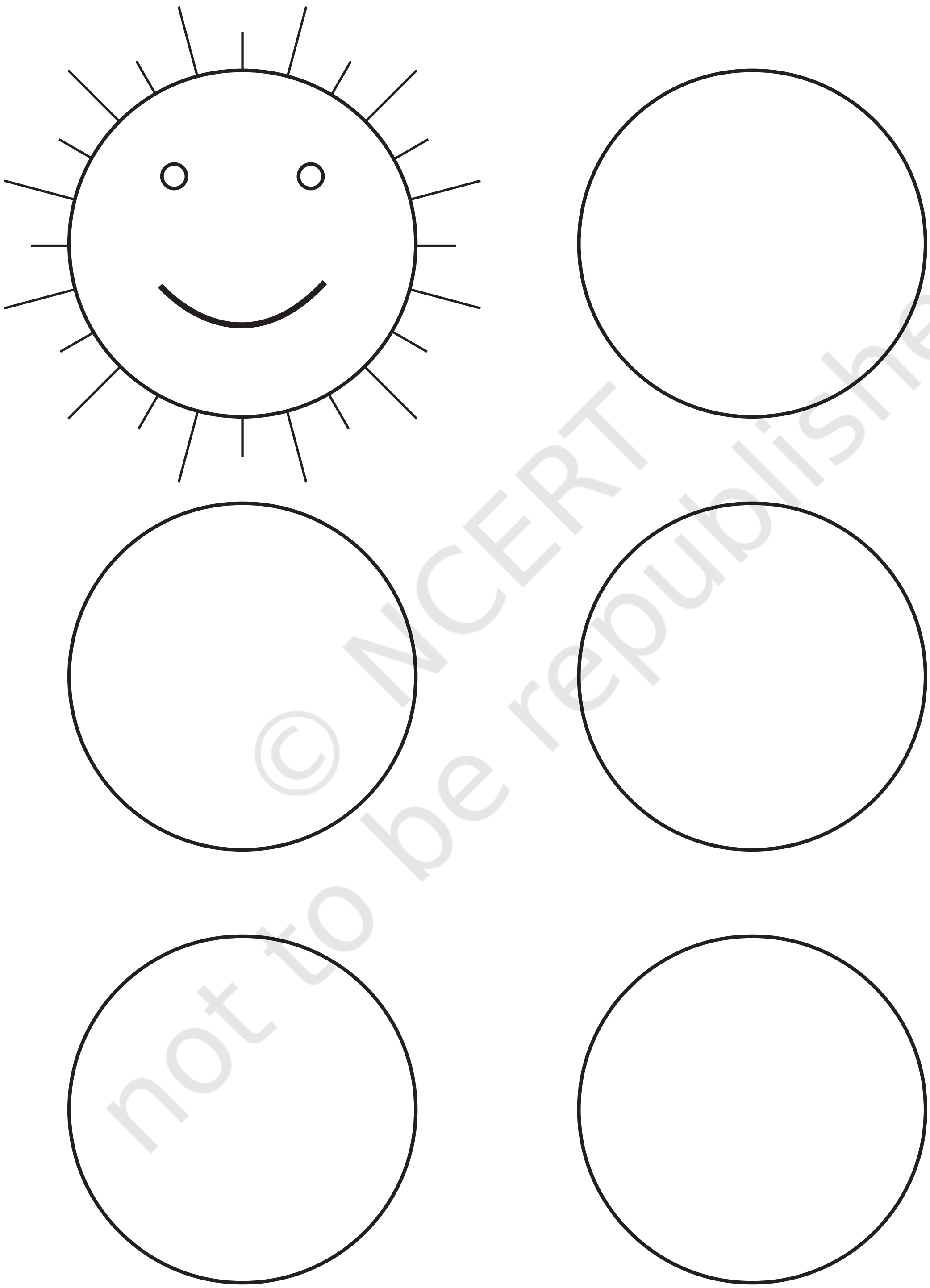
# ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਨਾਲ਼ ਬਣਾਓ



© NCERT
not to be republished

# ਮੇਰੇ ਰਚਨਾਤਮਕ ਗੋਲ਼ੇ

- ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਗੋਲਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੀ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਬਣਾਓ ।
- ਇੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ।



© NCERT not to be republished

# ਮੇਰੇ ਖਿਡੌਣੇ (ਤਸਵੀਰ ਪੜ੍ਹਨਾ)

ਸੀਆ, ਰਾਹੁਲ ਅਤੇ ਅਮਨਦੀਪ ਆਪਣੇ ਮਨਪਸੰਦ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਖੇਡ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਘਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖਿਡੌਣੇ ਮੌਜੂਦ ਹਨ।

- ਤੁਸੀਂ ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਖਿਡੌਣੇ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ? ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਸੰਖਿਆ ਲਿਖੋ।
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਖੇਡਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿੱਥੇ ਰੱਖਦੇ ਹੋ ?

ਆਪਣਾ ਮਨਪਸੰਦ ਖਿਡੌਣਾ ਇੱਥੇ ਬਣਾਓ।

© NCERT not to be republished

# ਮੇਰਾ ਕੋਲਾਜ

- ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ ਨਾਲ਼ ਸੰਬੰਧਿਤ ਤਸਵੀਰਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰੋ ।.
- ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੱਟੋ ਅਤੇ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਚਿਪਕਾਓ ।
- ਆਪਣੇ ਤਸਵੀਰ ਕੋਲਾਜ ਬਾਰੇ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰੋ ।
- ਆਪਣੇ ਕੋਲਾਜ ਨੂੰ ਇੱਕ ਰੌਚਕ ਨਾਮ ਦਿਓ ।

ਇੱਕ ਕੋਲਾਜ ਬਣਾਓ

© NCERT not to be republished

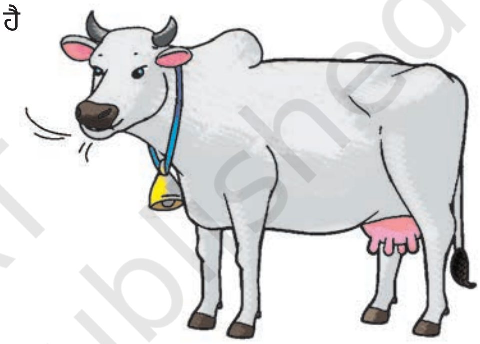
# ਮੇਰੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਜਾਨਵਰ ਅਤੇ ਪੰਛੀ

**ਹਰੇਕ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਪਛਾਣੋ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦਿਓ ।**

## ਤੁਕਾਂਤ ਗਾਓ

ਕੁੱਤਾ

ਚਰਪ-ਚਰਪ
ਪੰਛੀ ਚਹਿਕਦਾ ਹੈ



ਗਾਂ

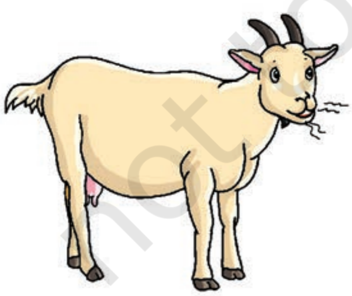
ਮੂ-ਮੂ
ਗਾਂ ਰੰਭਦੀ ਹੈ

ਕੁੱਤਾ

ਬਊ-ਬਊ
ਕੁੱਤਾ ਭੌਂਕਦਾ ਹੈ

ਬਿੱਲੀ

ਮਿਆਊਂ-ਮਿਆਊਂ
ਬਿੱਲੀ ਬੋਲਦੀ ਹੈ



ਬੱਕਰੀ

ਮੈਂਅ-ਮੈਂਅ
ਬੱਕਰੀ ਮਿਮਆਉਂਦੀ ਹੈ

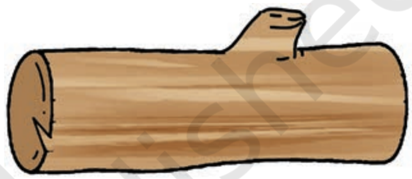
© NCERT not to be republished

# ਲੈਅਾਤਮਕ ਸ਼ਬਦ ਮਿਲਾਣ (ਤੁਕਬੰਦੀ ਵਾਲ਼ੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਮੇਲ਼ ਕਰੋ)

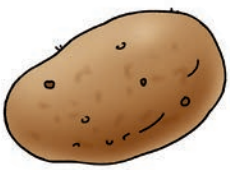
ਨਲ਼

ਮੱਗ

ਜੱਗ



ਲੱਕੜੀ



ਆਲੂ

ਫਲ਼

ਮੱਕੜੀ

ਭਾਲੂ

© NCERT not to be republished

# ਤੁਕਬੰਦੀ ਵਾਲ਼ੇ ਸ਼ਬਦ

ਜੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਤੁਕਬੰਦੀ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਖ਼ੁਸ਼ ਚਿਹਰੇ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰੋ । ਜੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਤੁਕਬੰਦੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤਾਂ ਉਦਾਸ ਚਿਹਰੇ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰੋ ।

ਫ਼ਲ਼

ਨਲ਼

ਜੱਗ

ਟੱਬ

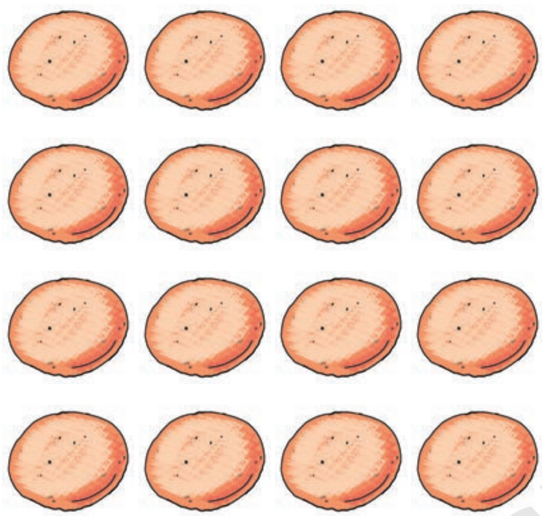
ਦਿੱਤੇ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਤੁਕਾਂਤ ਵਾਲ਼ੇ ਨਾਂਵਾਂ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਕੋਈ ਵੀ ਦੋ ਤਸਵੀਰਾਂ ਬਣਾਉ ।

© NCERT not to be republished

# ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ (ਸੰਖਿਆਵਾਂ 1–10)

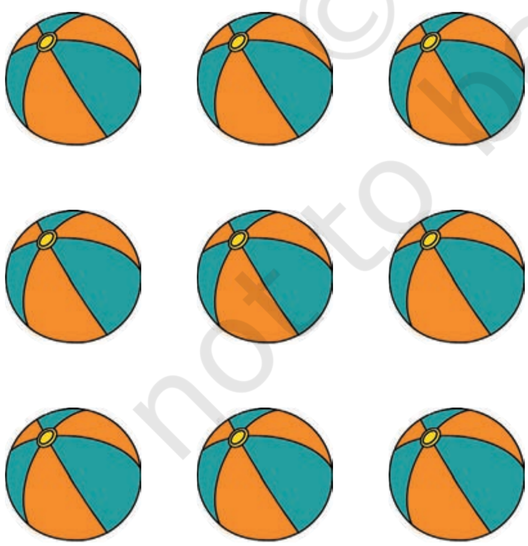
ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਸਹੀ ਸੰਖਿਆ ’ਤੇ ਗੋਲ਼ਾ ਲਗਾਓ ।

**10 ਰੋਟੀਆਂ ’ਤੇ ਗੋਲਾ ਲਗਾਓ**

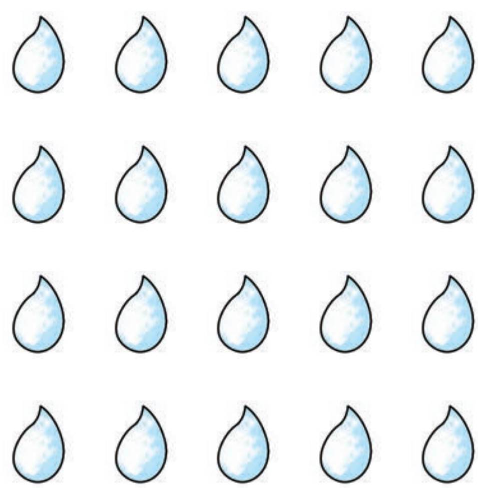


**6 ਸਿਤਾਰਿਆਂ ’ਤੇ ਗੋਲ਼ਾ ਲਗਾਓ**

**7 ਗੇਂਦਾਂ ’ਤੇ ਗੋਲ਼ਾ ਲਗਾਓ**



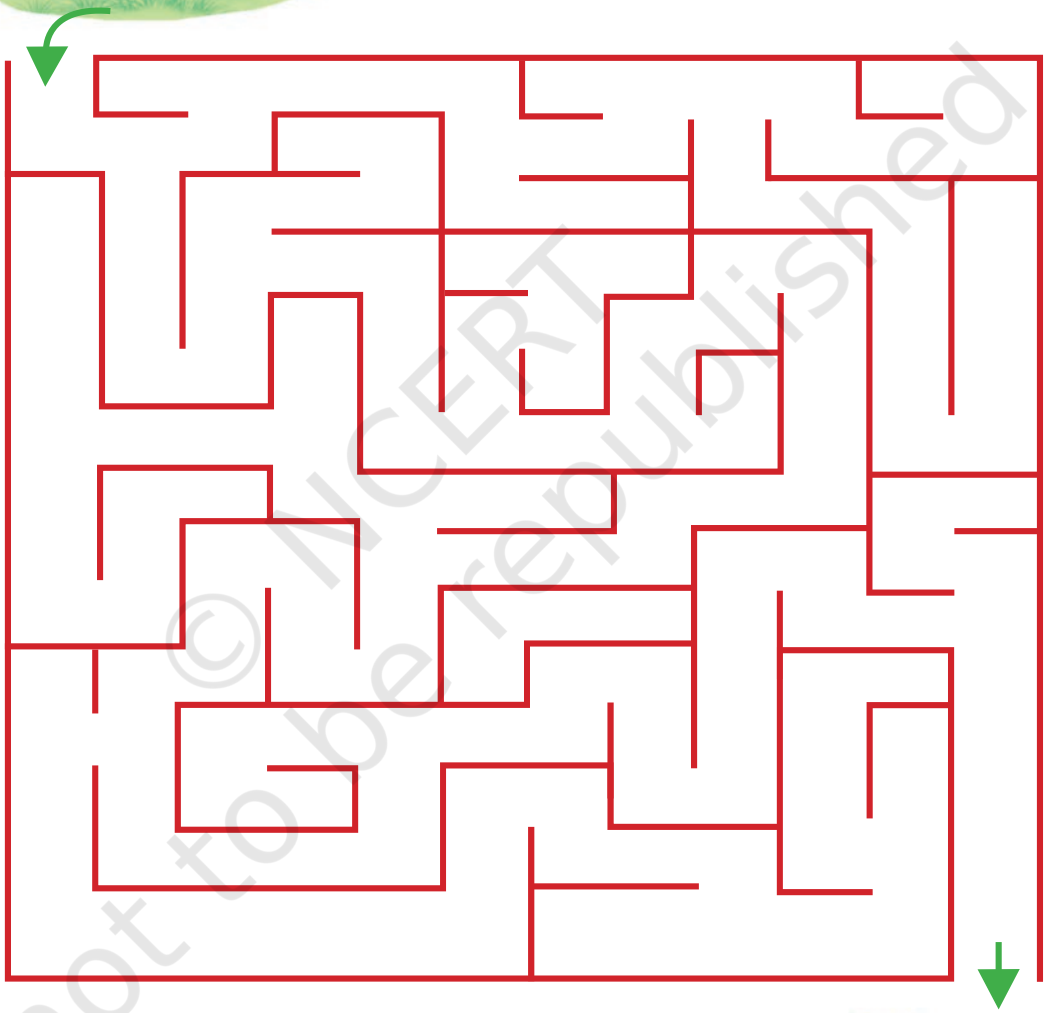
**9 ਬੂੰਦਾਂ ’ਤੇ ਗੋਲ਼ਾ ਲਗਾਓ**



© NCERT not to be republished

# ਭੁੱਲ-ਭੁਲੱਈਆ

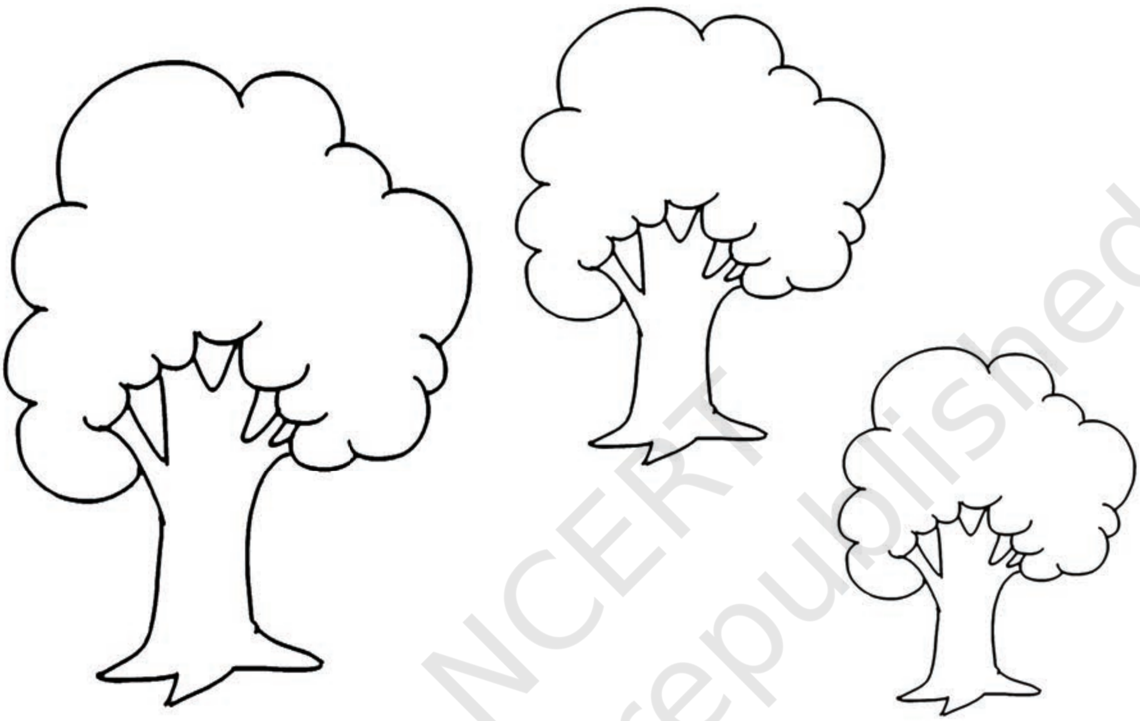
ਸੀਆ ਦੀ ਗਾਂ ਨੂੰ ਛੱਪਰ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ ।

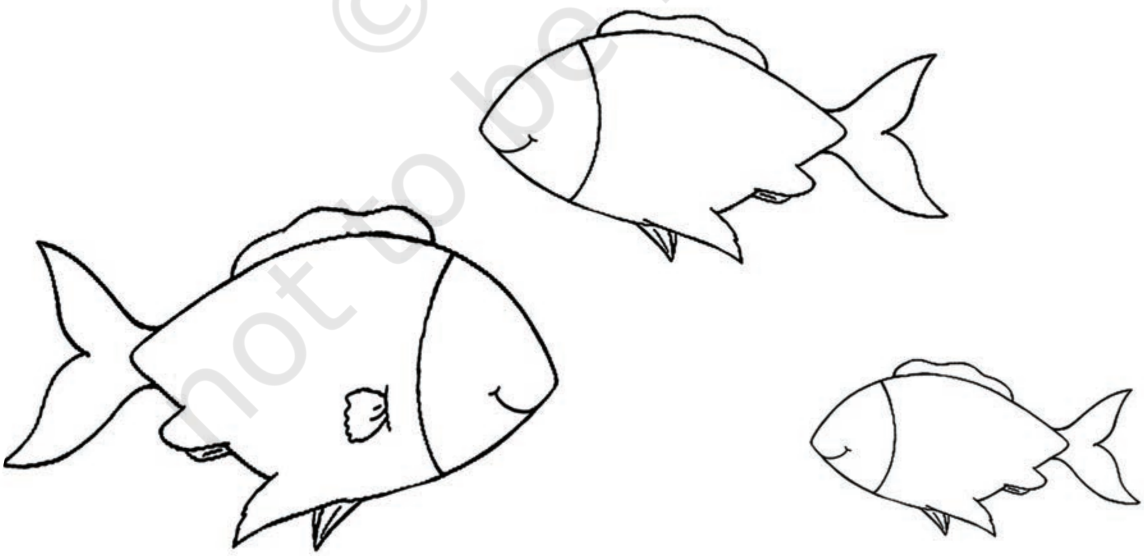


© NCERT not to be republished

# ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟਾ

ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਵਸਤੂ ਵਿੱਚ ਲਾਲ ਰੰਗ ਦੇ ਕਾਗਜ਼ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟੀ ਵਸਤੂ ਵਿੱਚ ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦੇ ਕਾਗਜ਼ ਪਾੜ ਕੇ ਚਿਪਕਾਉ ।

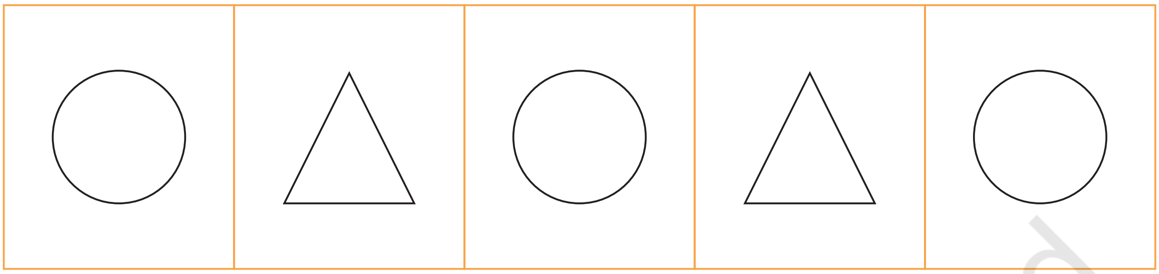


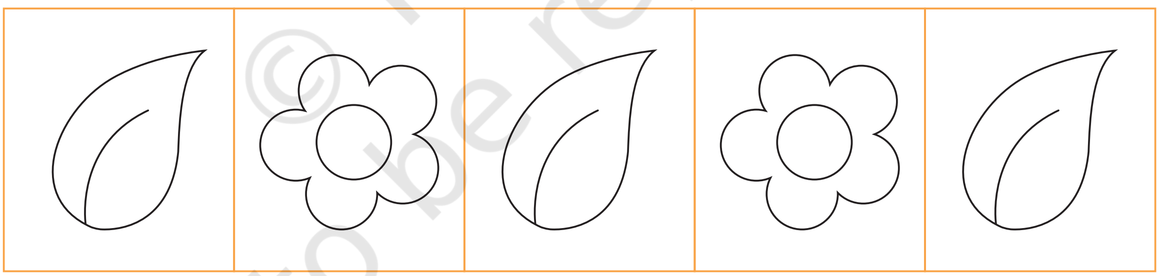


© NCERT not to be republished

# ਪੈਟਰਨ ਦਾ ਅਨੁਸਰਨ ਕਰੋ

- ਪੈਟਰਨਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰੋ ।
- ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਸਮਾਨ ਪੈਟਰਨ ਬਣਾਓ ।



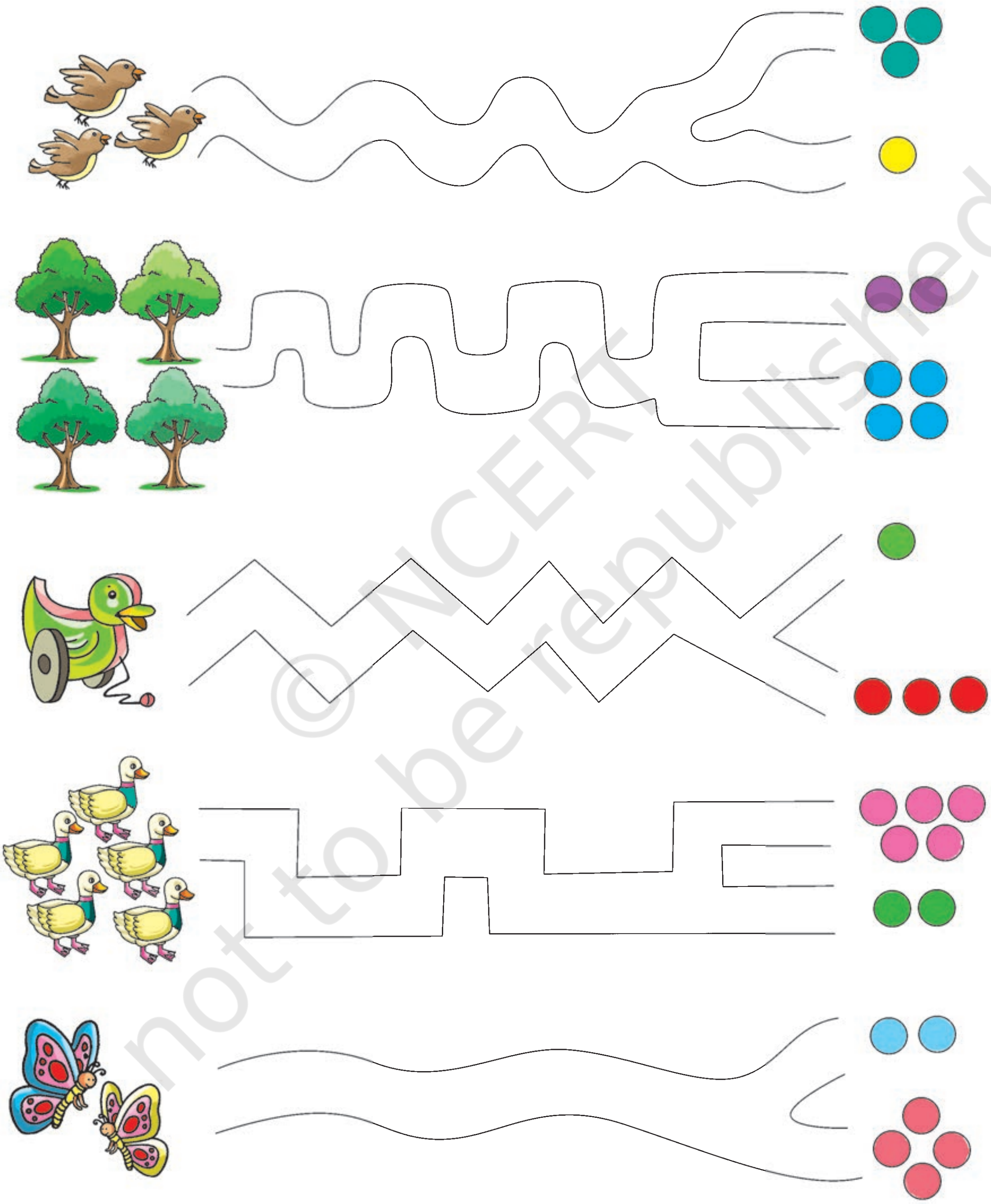


© NCERT not to be republished

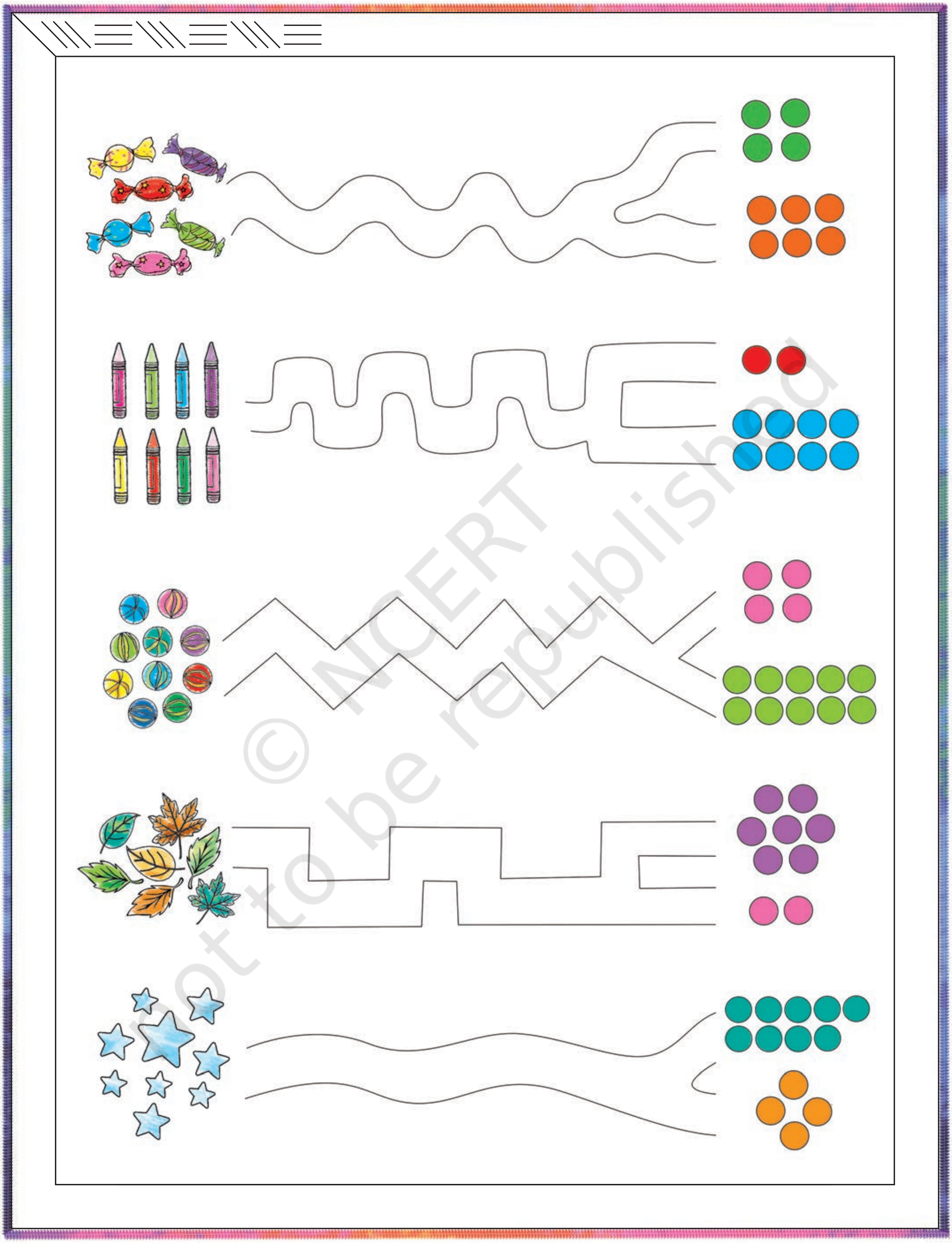
ਗਤੀਵਿਧੀ 34

# ਡਰਾਅ ਕਰੋ/ਬਣਾਉ ਅਤੇ ਸਹੀ ਸੰਖਿਆ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚੋ

- ਹਰੇਕ ਮਾਰਗ ਲਈ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਗਿਣੋ ।
- ਦਿੱਤੇ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਇੱਕ ਰੇਖਾ ਖਿੱਚੋ ਅਤੇ ਸਹੀ ਸੰਖਿਆ ਦਾ ਵਸਤੂਆਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਨਾਲ਼ ਮੇਲ਼ ਕਰੋ ।.



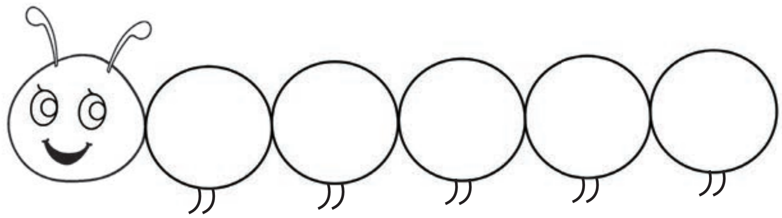
© NCERT not to be republished



© NCERT not to be republished

# ਕੈਟਰਪਿਲਰ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੋ

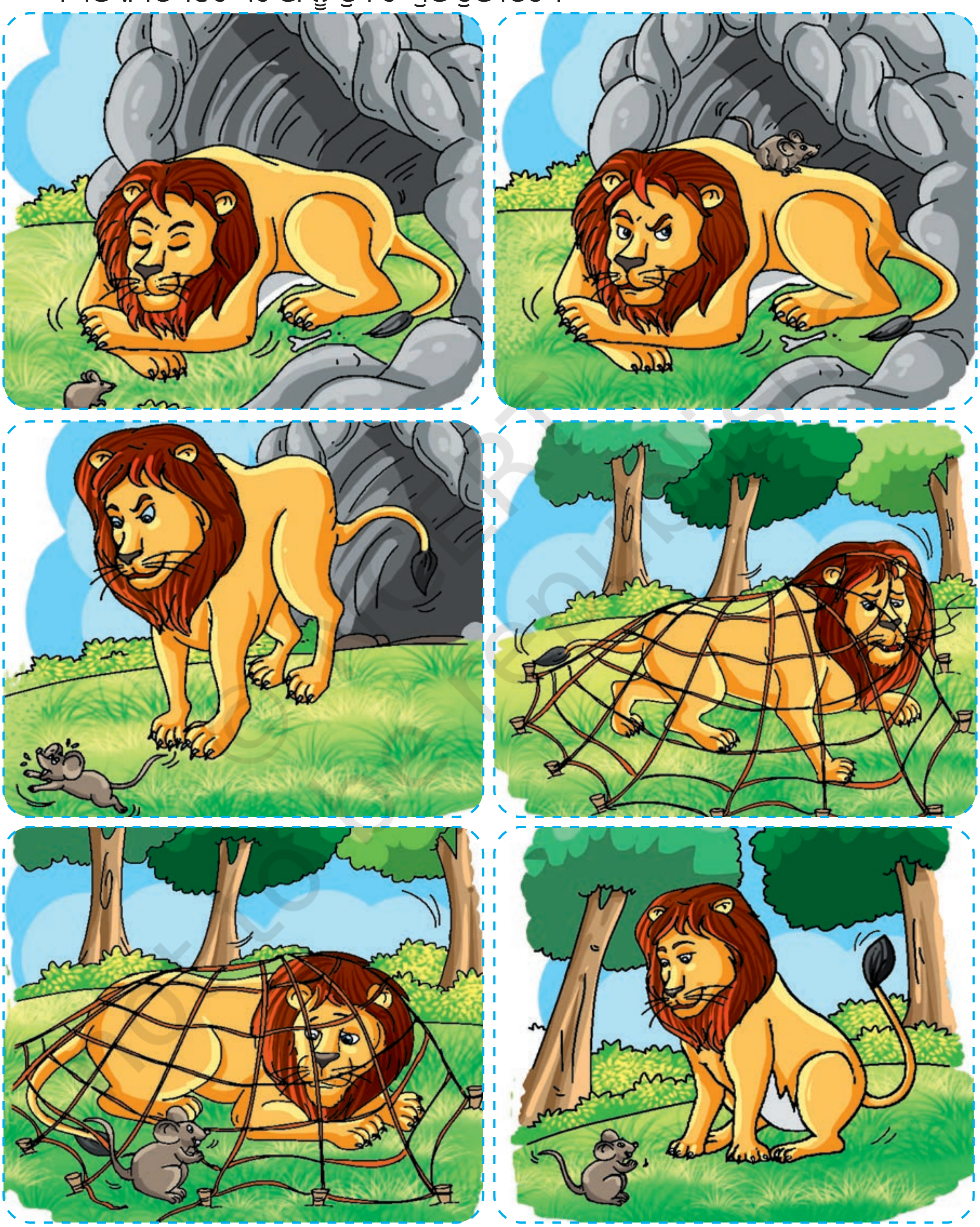
ਦਿੱਤੇ ਗਈ ਸੰਖਿਆ ਅਨੁਸਾਰ ਗੋਲ਼ਾ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਰੰਗ ਕਰੋ ।

| | |
|---|---|
| 5 |  |
| 7 | |
| 9 | |
| 6 | |
| 4 | |
| 2 | |

© NCERT not to be republished

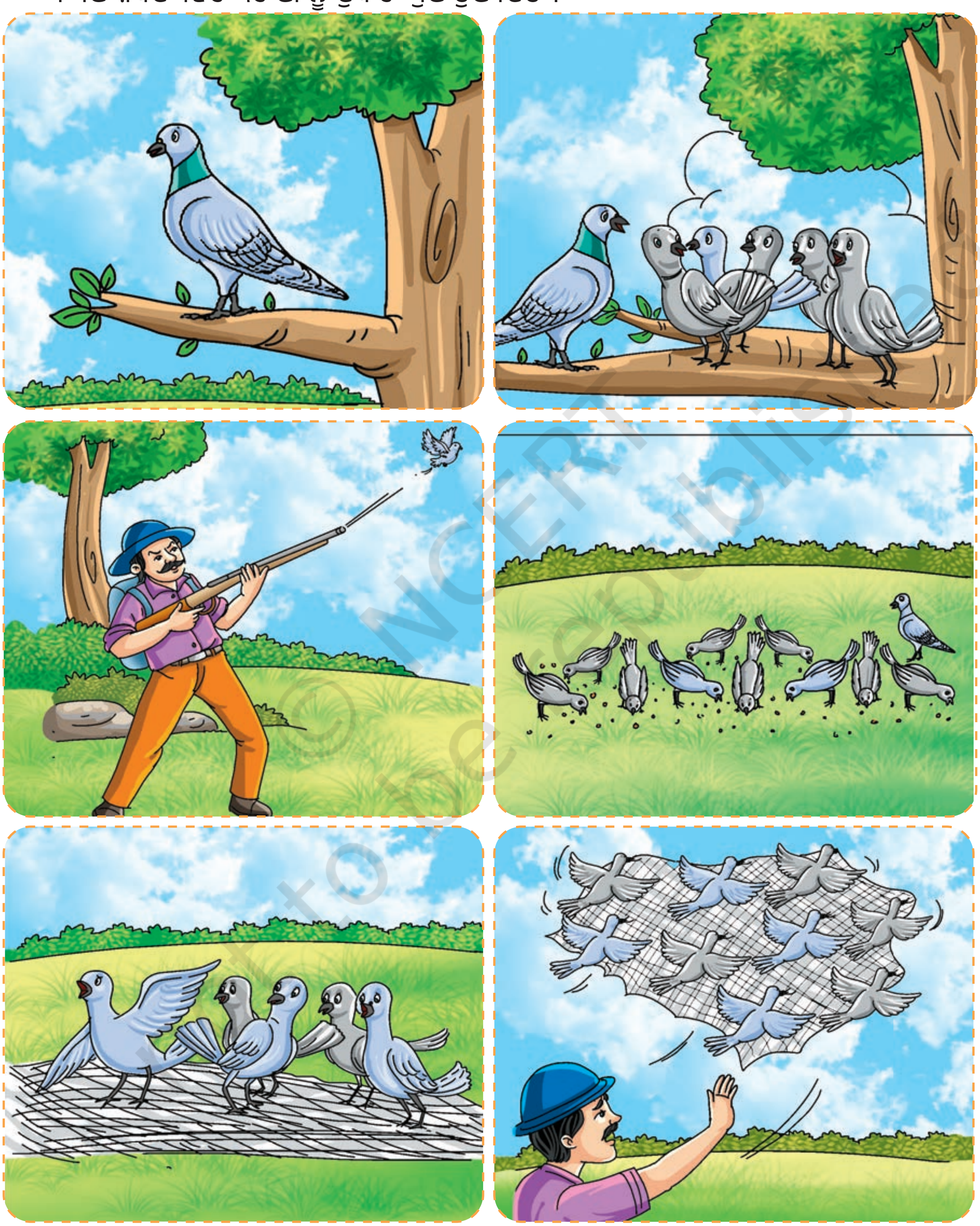
# ਸ਼ੇਰ ਅਤੇ ਚੂਹਾ

- ਹਰੇਕ ਕਹਾਣੀ ਕਾਰਡ ਨੂੰ ਦਿਖਾ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਾਓ ।
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਕਾਰਡ ਕੱਟਣ ਦਿਓ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਵਿਵਸਥਿਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਸੁਣਾਉਣ ਦਿਓ ।

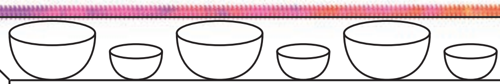


# ਸ਼ਿਕਾਰੀ ਅਤੇ ਕਬੂਤਰ

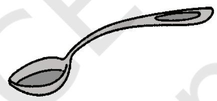
- ਹਰੇਕ ਕਹਾਣੀ ਕਾਰਡ ਦਿਖਾ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਾਓ ।
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਕਾਰਡ ਕੱਟਣ ਦਿਓ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਵਿਵਸਥਿਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਸੁਣਾਉਣ ਦਿਓ ।

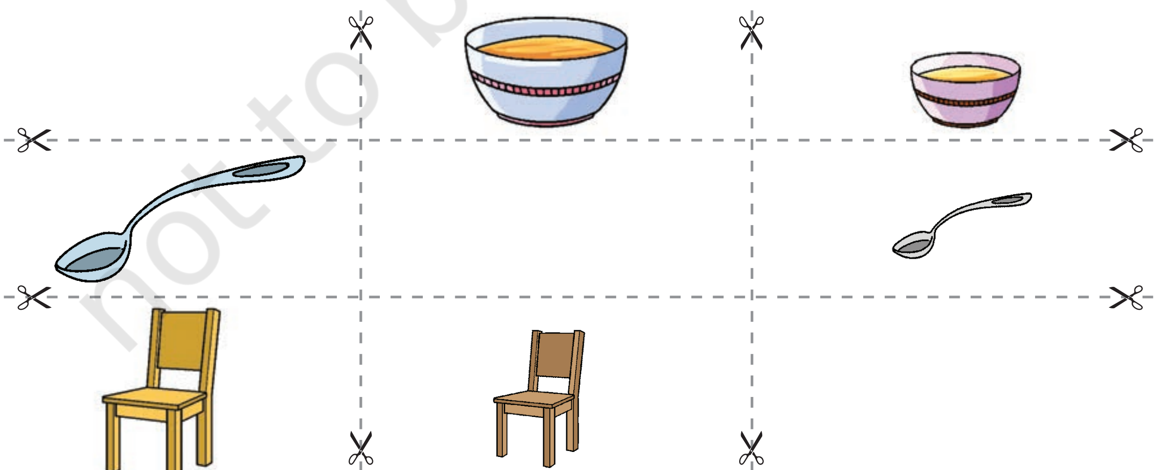


# ਸਿਰਫ਼ ਸਹੀ ਆਕਾਰ



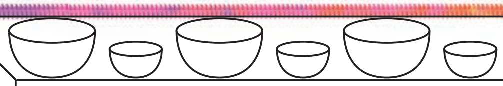
- 'ਵੱਡੀਆਂ', 'ਮੱਧਮ' ਅਤੇ 'ਛੋਟੀਆਂ' ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣੋ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦਿਓ ।
- ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਕੱਟੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਚਿਪਕਾਓ ।

| ਵੱਡਾ | ਮੱਧਮ | ਛੋਟਾ |
|---|---|---|
| | | |
| | | |
| |  | |
| | | |



© NCERT not to be republished

# ਵੱਡਾ ਅਤੇ ਛੋਟਾ

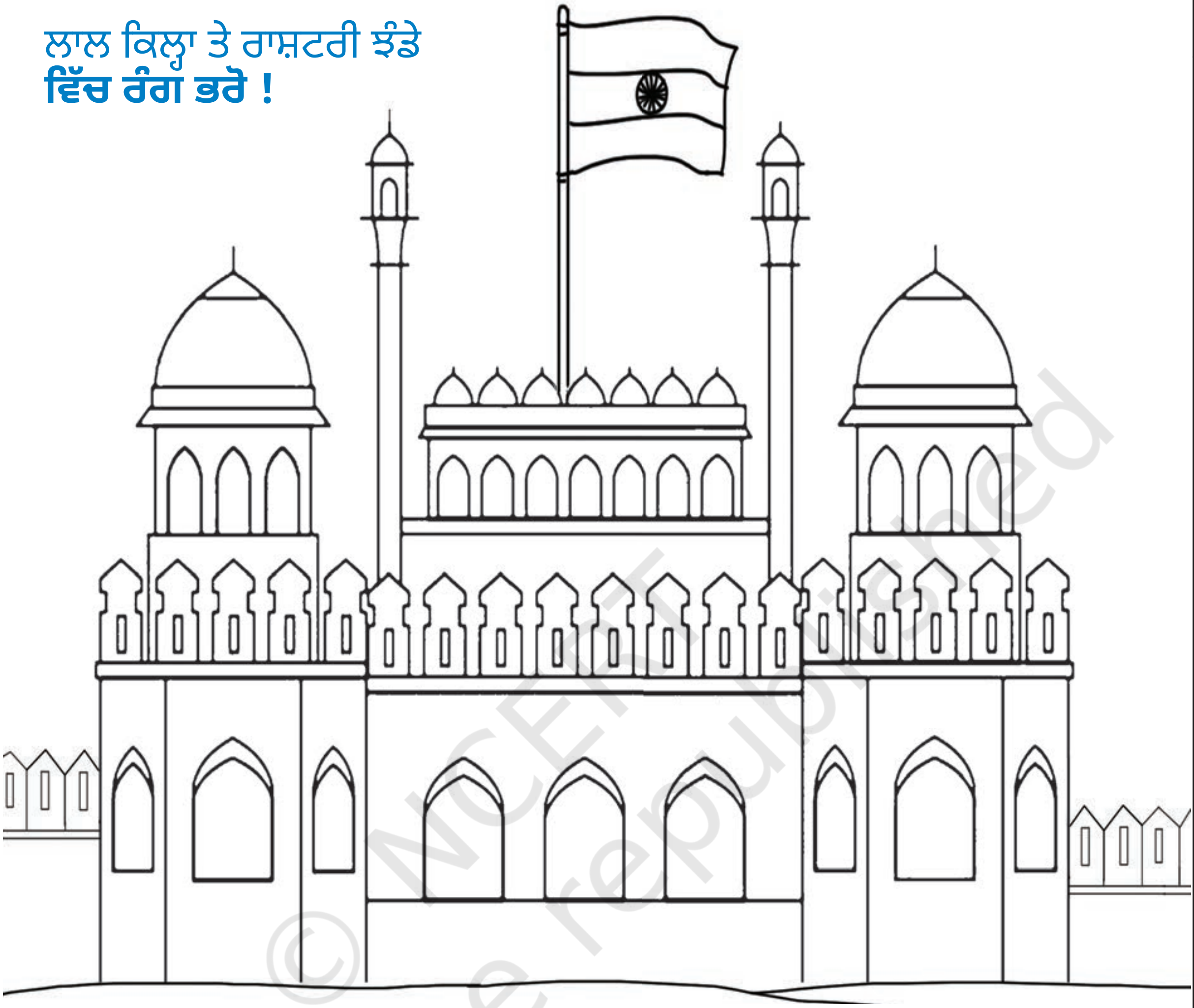


ਇਸ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀਆਂ ਅਤੇ ਛੋਟੀਆਂ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਚਿਪਕਾਓ ।

© NCERT not to be republished

# ਲਾਲ ਕਿਲ੍ਹਾ

ਲਾਲ ਕਿਲ੍ਹਾ ਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਝੰਡੇ
**ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰੋ !**



ਤਿਰੰਗਾ ਦੇਸ ਦਾ ਝੰਡਾ,
ਤਿਰੰਗਾ ਸ਼ਾਨ ਭਾਰਤ ਦੀ
।ਤਿਰੰਗਾ ਚੰਨ ਤੋਂ ਉੱਚਾ,
ਤਿਰੰਗਾ ਆਨ ਭਾਰਤ ਦੀ
ਤਿਰੰਗਾ ਅੱਖ ਦਾ ਤਾਰਾ ,
ਤਿਰੰਗਾ ਜਾਨ ਭਾਰਤ
ਦੀ।ਇਸ ਨੂੰ ਉੱਚਾ
ਉਠਾਵਾਂਗੇ ,
ਇਹੀਪਹਿਚਾਣਭਾਰਤਦੀ।

© NCERT not to be republished

# ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਦਿਆਲਤਾ

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਦਾ ਉਚਾਰਨ ਕਰੋ ।

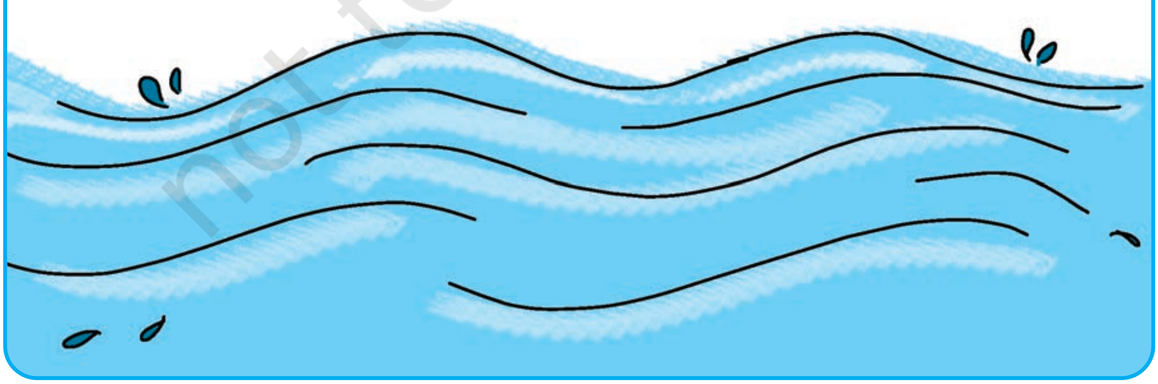
## ਜਾਨਵਰਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦਿਆਲੂ ਰਹੋ

ਜਾਨਵਰਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਆਲੂ ਰਹੋ
ਸਵੇਰੇ, ਦੁਪਹਿਰ ਅਤੇ ਰਾਤ ।
ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀਆਂ ਵੀ ਭਾਵਨਾਵਾਂ
ਇਸ ਲਈ ਡਰੋ ਨਾ
ਸਦਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰੋ ਇਹੀ ਹੈ ਸਹੀ ਬਾਤ ।,

## ਮੱਛੀ ਜਲ ਦੀ ਰਾਣੀ ਹੈ

ਮੱਛੀ ਜਲ ਦੀ ਰਾਣੀ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਉਸ ਦਾ ਪਾਣੀ ਹੈ
ਹੱਥ ਲਗਾਓ ਡਰ ਜਾਏਗੀ
ਬਾਹਰ ਕੱਢੋ ਤਾਂ ਮਰ ਜਾਏਗੀ
ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਪਾਓ ਜੀ ਜਾਏਗੀ

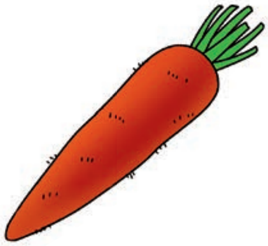
ਇੱਥੇ ਇੱਕ ਮੱਛੀ ਬਣਾਓ
ਜਾਂ
ਕਾਗਜ਼ ਨੂੰ ਮੋੜ ਕੇ ਇੱਕ ਮੱਛੀ ਬਣਾਓ



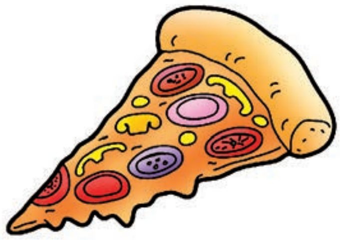
© NCERT not to be republished

# ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ

**ਹਰ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਗੋਲ਼ਾ ਲਗਾਓ ।**

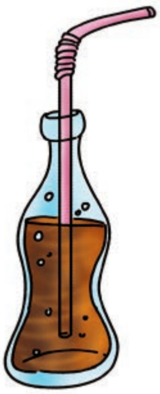


ਗਾਜਰ



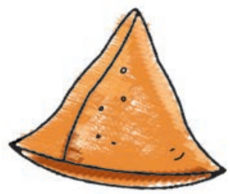
ਪੀਜ਼ਾ

ਪਾਲਕ



ਕੋਲਡ ਡਰਿੰਕ

ਸੇਬ



ਸਮੋਸਾ

ਨੂਡਲਸ

ਅੰਬ

ਮੱਕੀ

© NCERT not to be republished

# ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿਚ (ਤਸਵੀਰ ਸਮਝਣਾ )

## ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ।

- ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ; ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰੋ ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਵੱਡਿਆਂ ਵੱਲ ਦੇਖੋ । ਉਹ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ?

**ਰਚਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਸੋਚ ਵਾਲ਼ੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ ।**

- ਬੱਚੇ ਕਿਹੜੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡ ਰਹੇ ਹਨ ?
- ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਮੱਖੀਆਂ ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਕਿਉਂ ਮੰਡਰਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ?
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਜਾਓਗੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀ ਖੇਡ ਖੇਡੋਗੇ ?
- ਜੇਕਰ ਦੋ ਹੋਰ ਬੱਚੇ ਰੇਤ ਦੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਓਥੇ ਕਿੰਨੇ ਬੱਚੇ ਹੋਣਗੇ ? ਬਾਕਸ ਵਿੱਚ ਸੰਖਿਆ ਲਿਖੋ ।
- ਜੇਕਰ ਇੱਕ ਬੱਚਾ ਝੂਲੇ ਤੋਂ ਉਤਰ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਝੂਲੇ 'ਤੇ ਕਿੰਨੇ ਬੱਚੇ ਰਹਿ ਜਾਣਗੇ ?
- ਬਾਕਸ ਵਿੱਚ ਸੰਖਿਆ ਲਿਖੋ ।

ਇੱਥੇ ਉਹ ਪਾਰਕ ਬਣਾਓ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਖੇਡਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ।

© NCERT not to be republished

# ਮੇਰੇ 10 ਗੁਬਾਰੇ

ਮੀਨਾ ਅਤੇ ਰਵੀ ਰੰਗ-ਬਰੰਗੇ ਗੁਬਾਰਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਖੇਡਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ।

- ਗੁਬਾਰਿਆਂ ਦੇ ਰੰਗਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੱਸੋ ।
- ਹਰੇਕ ਗੁਬਾਰੇ ਨੂੰ ਛੂਹੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗਿਣੋ ।
- ਹੁਣ ਮੀਨਾ ਅਤੇ ਰਵੀ ਦੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਗੁਬਾਰੇ ਦੀ ਡੋਰੀ ਦਿਓ ।

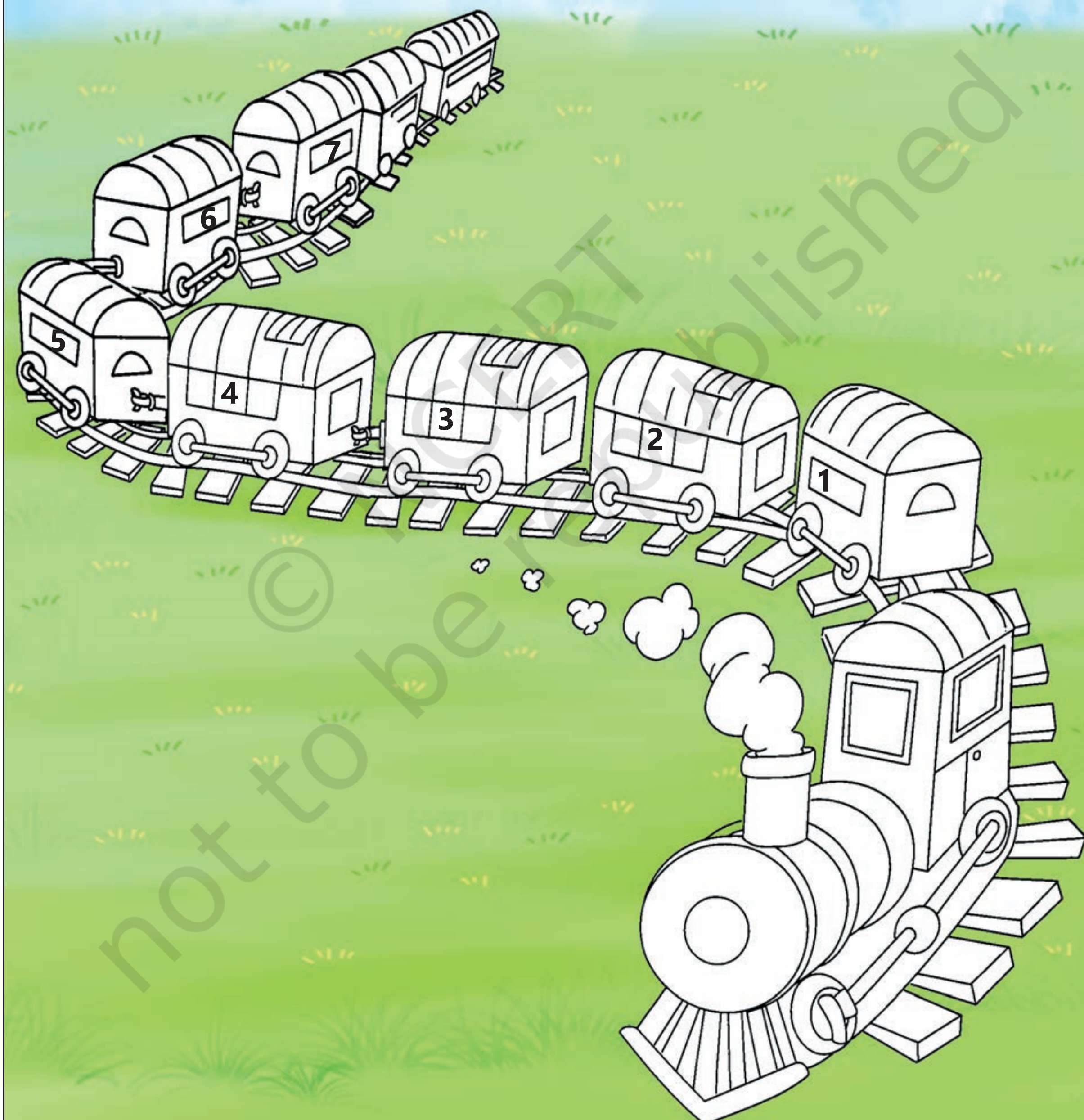
© NCERT not to be republished

ਕੁੱਲ ਕਿੰਨੇ ਗੁਬਾਰੇ ਹਨ ? ਬਾਕਸ ਵਿੱਚ ਸੰਖਿਆ ਲਿਖੋ ।

# ਗਿਣੋ ਅਤੇ ਰੰਗ ਭਰੋ

- ਤੁਸੀਂ ਰੇਲਗੱਡੀ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਡੱਬੇ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ? ______________
- ਰੇਲ ਗੱਡੀ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰੋ ।

1. ■ 2. ■ 3. ■ 4. ■ 5. ■ 6. ■ 7. ■




© NCERT not to be republished

# ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਦਾ/ਰਖਦਾਂ ਹਾਂ

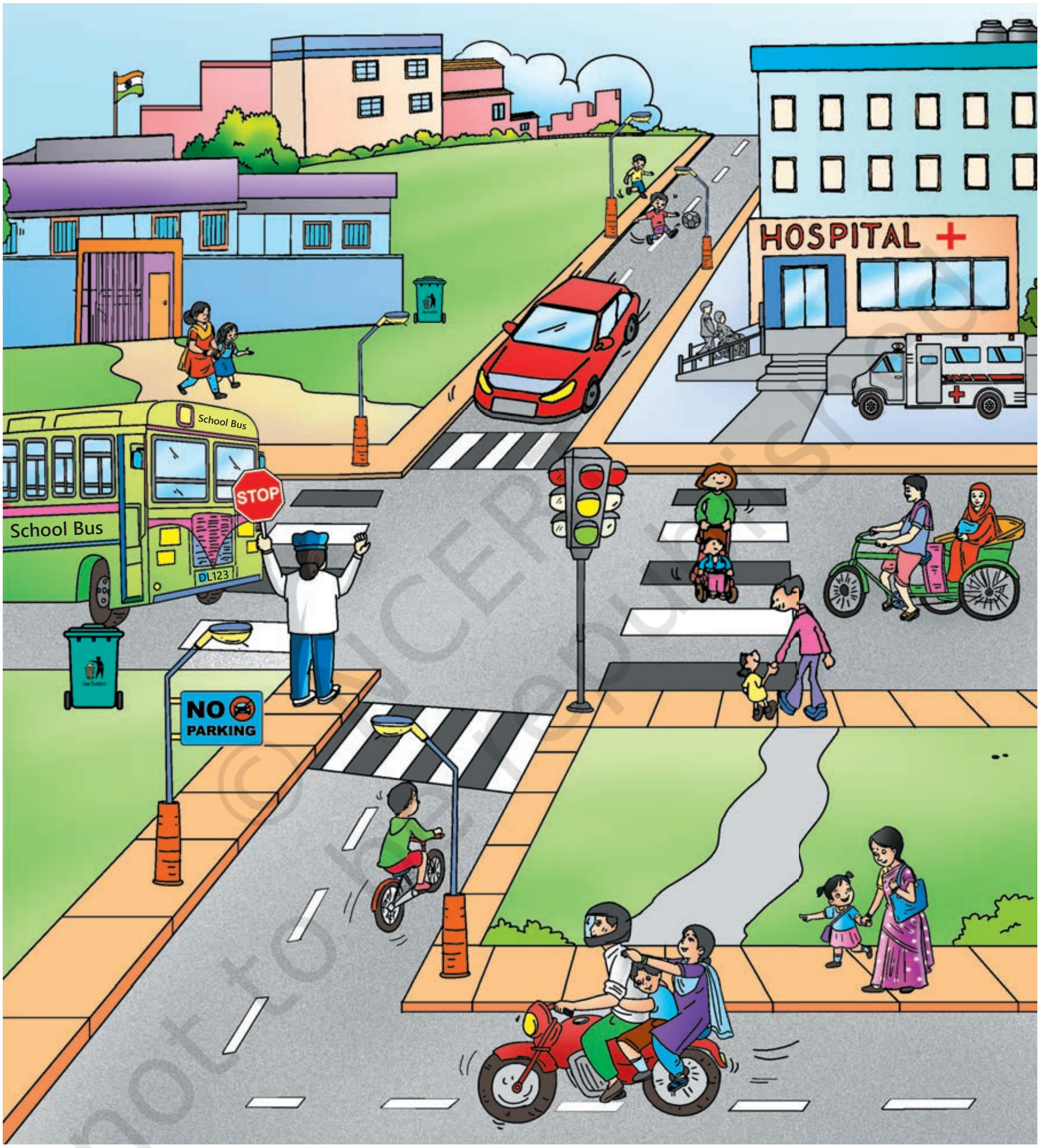
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਵਸਤੂ ਬਣਾਉਣ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਰੰਗ ਦੇਣ/ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।
- ਚਰਚਾ ਕਰੋ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹਰੇਕ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਸਵੈ-ਸੰਭਾਲ਼ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹਨ ?

| | |
|---|---|
| ਇੱਥੇ ਬਣਾਉ<br>ਮੈਂ ਇਸ ਨਾਲ਼ ਆਪਣੇ ਦੰਦ ਸਾਫ਼ ਕਰਦਾ ਹਾਂ | ਇੱਥੇ ਬਣਾਉ<br>ਮੈਂ ਇਸ ਨਾਲ਼ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਧੋਂਦਾ ਹਾਂ |
| ਇੱਥੇ ਬਣਾਉ<br>ਮੈਂ ਇਸ ਨਾਲ਼ ਆਪਣੇ ਵਾਲ਼ ਧੋਂਦਾ ਹਾਂ | ਇੱਥੇ ਬਣਾਉ<br>ਮੈਂ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਕਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤਦਾ ਹਾਂ |

© NCERT not to be republished

# ਸੜਕ ਸੁਰੱਖਿਆ (ਤਸਵੀਰ ਸਮਝਣਾ )

- ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਕੀ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ?
- ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ 'ਤੇ (✓) ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਓ ਜੋ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ 'ਤੇ (×) ਲਗਾਓ ਜੋ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ ।



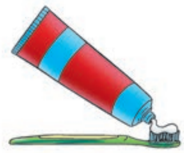
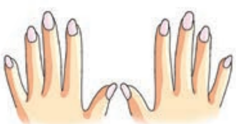
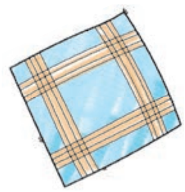

- ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਲਾਈਟ 'ਤੇ ਹਰ ਲਾਈਟ ਕੀ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ?
- ਸੜਕ 'ਤੇ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਹੇ ਵਾਹਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਗਿਣੋ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਬਕਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ ।

ਦੋ ਪਹੀਆ ਵਾਹਨ ☐ ਤਿੰਨ ਪਹੀਆ ਵਾਹਨ ☐ ਚਾਰ ਪਹੀਆ ਵਾਹਨ ☐

© NCERT not to be republished

# ਇੱਕ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰਾ ਸਰੀਰ

ਹਰੇਕ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਵਸਤੁ/ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਨਾਲ਼ ਮਿਲਾਓ ਅਤੇ ਗੋਲ਼ਾ ਲਗਾਓ ।

| | | | |
|---|---|---|---|
| ਵਾਲ਼ | ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਸ਼ੈਂਪੂ |  ਟੂਥਪੇਸਟ ਅਤੇਟੂਥ ਬੁਰਸ਼ | ਕੰਘਾ |
| ਹੱਥ | ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ | ਕੰਘਾ | ਤੌਲੀਆ |
| ਦੰਦ | ਟੂਥਪੇਸਟ ਦੰਤ ਮੰਜਨ | ਟੂਥ ਬੁਰਸ਼ | ਪਾਣੀ |
|  ਨਹੁੰ | ਤੌਲੀਆ | ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ | ਨੇਲਕਟਰ |
| ਨੱਕ | ਤੌਲੀਆ |  ਰੁਮਾਲ | ਨੇਲਕਟਰ |

© NCERT not to be republished

# ਨਿਰਦੇਸ਼ਿਤ ਅਨੁਸਾਰ ਬਣਾਓ (ਤੁਹਾਡੀ ਇੰਦਰੀਆਂ ਅਨੁਸਾਰ)

**ਵਸਤੂਆਂ ਜੋ ਮੈਂ ਦੇਖਦਾ ਹਾਂ**

**ਵਸਤੂਆਂ ਜੋ ਮੈਂ ਸੁਣਦਾ ਹਾਂ**

**ਵਸਤੂਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੈਂ ਛੂਹਦਾ ਹਾਂ**

**ਵਸਤੂਆਂ ਜੋ ਮੈਂ ਸੁੰਘਦੀ ਹਾਂ**

**ਵਸਤੂਆਂ ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ ਮੈਂ ਸੁਆਦ ਲੈਂਦਾ ਹਾਂ**

© NCERT not to be republished

# ਫਲਾਂ ਨਾਲ਼ ਪੈਟਰਨ

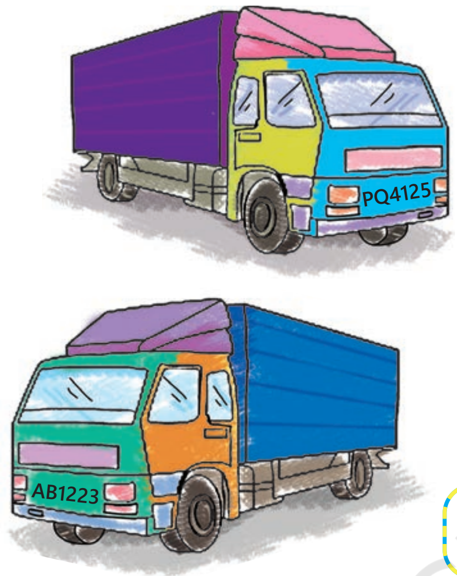
**ਪੈਟਰਨ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੋ**

© NCERT not to be republished

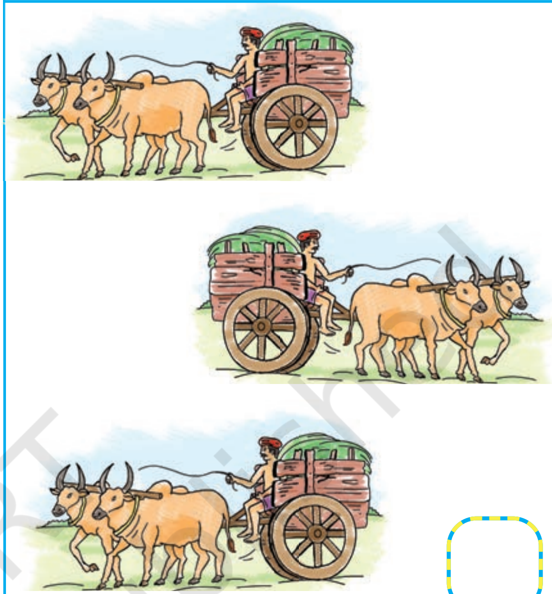
# ਵਾਹਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰਨਾ

## ਵਾਹਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਲਿਖੋ

ਇੱਥੇ ਕਿੰਨੇ ਟਰੱਕ ਹਨ ?




ਇੱਥੇ ਕਿੰਨੇ ਬੈਲ-ਗੱਡੀਆਂ ਹਨ ?



ਇੱਥੇ ਕਿੰਨੇ ਰਿਕਸ਼ੇ ਹਨ ?

ਇੱਥੇ ਕਿੰਨੇ ਸਾਈਕਲ ਹਨ ?

© NCERT not to be republished

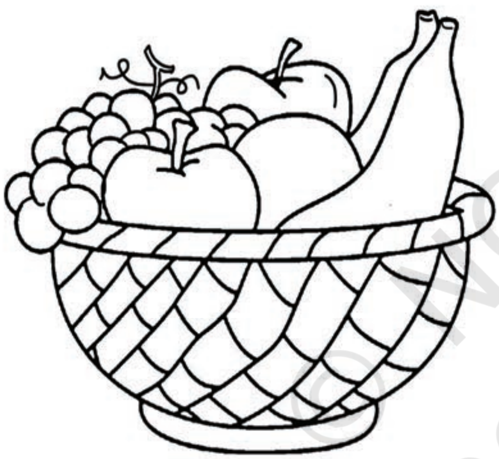
# ਗ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲੱਭੋ

ਗ ○ ਗ ○ ਗ ○ ਗ

- ਤਸਵੀਰ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੱਸੋ ।
- 'ਗ' ਧੁਨੀ ਨਾਲ਼ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰੋ ।

ਗਹਿਣੇ

ਗੰਨਾ



ਫਲ਼

ਗਦਾ

ਗਮਲਾ

ਗਣੇਸ਼ ਜੀ

© NCERT not to be republished

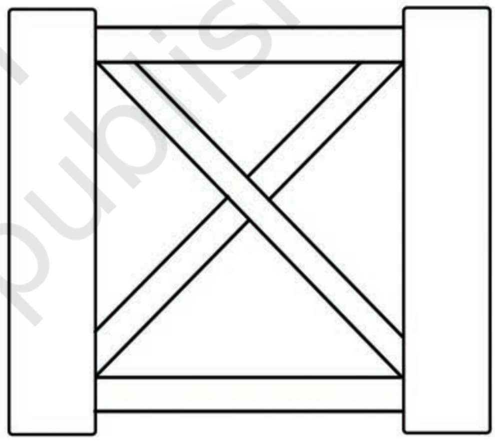
# ਫ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲੱਭੋ

फ ○ फ ○ फ ○ फ ○

- ਤਸਵੀਰ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੱਸੋ ।
- 'ਫ' ਧੁਨੀ ਨਾਲ਼ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰੋ ।

ਫ਼ਲ

ਚਮਚ



ਫਾਟਕ

ਫ਼ਸਲ

ਫ਼ਲ਼ੀ

ਚਿੜੀ

© NCERT not to be republished

# ਪਹਿਰਾਵੇ 'ਤੇ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦਾ ਮਿਲਾਣ ਕਰੋ

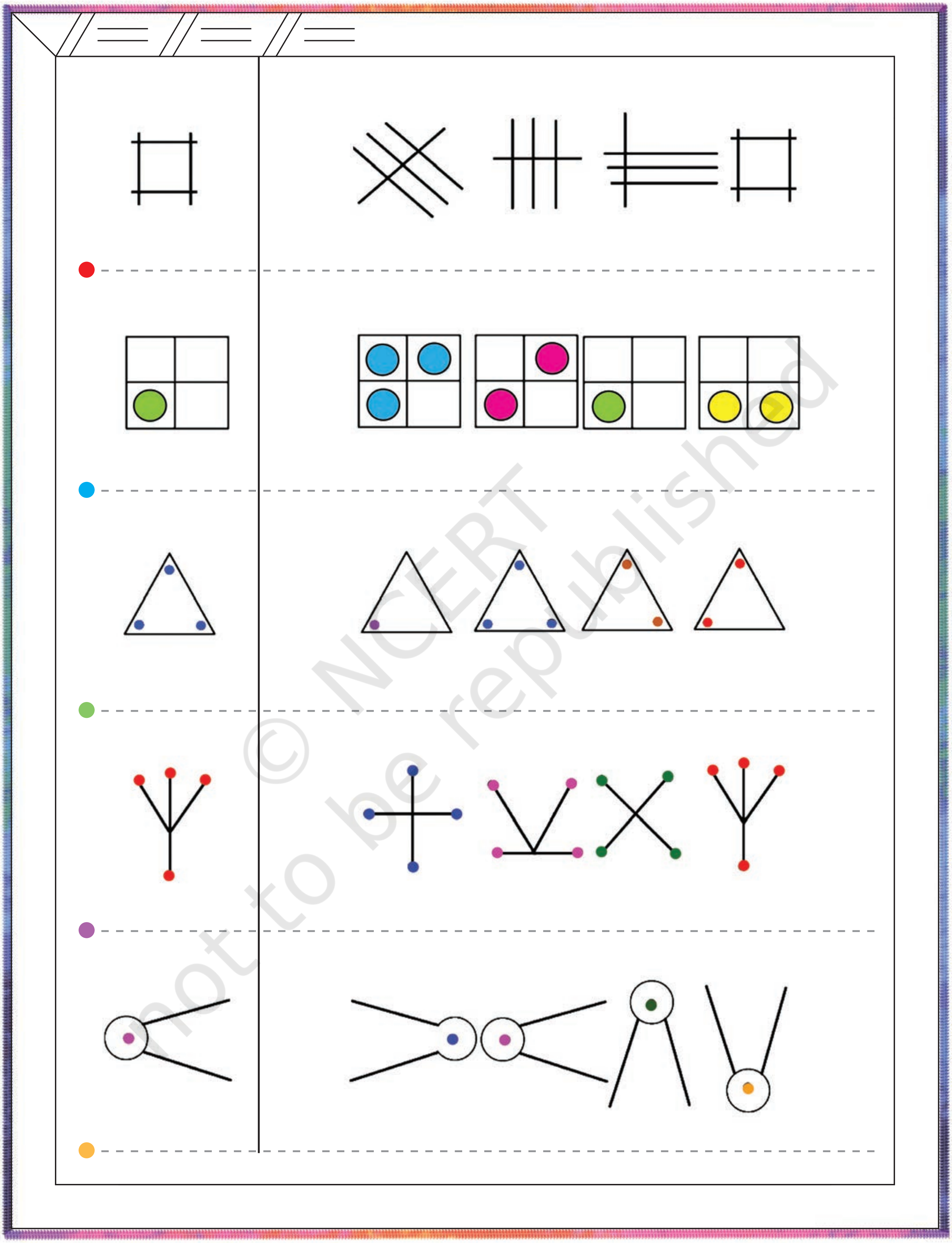
- ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਹਿਰਾਵਿਆਂ 'ਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ਼ ਦੇਖੋ ।
- ਹੁਣ ਸਮਾਨ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਵਾਲ਼ੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਮਿਲਾਣ ਕਰੋ ।

ਹੁਣ ਆਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਗਿਣੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਬਕਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ ।

■ ▲ ●

© NCERT not to be republished

# ਚਿੱਤਰ ਲੱਭੋ ਅਤੇ ਮਿਲਾਣ ਕਰੋ



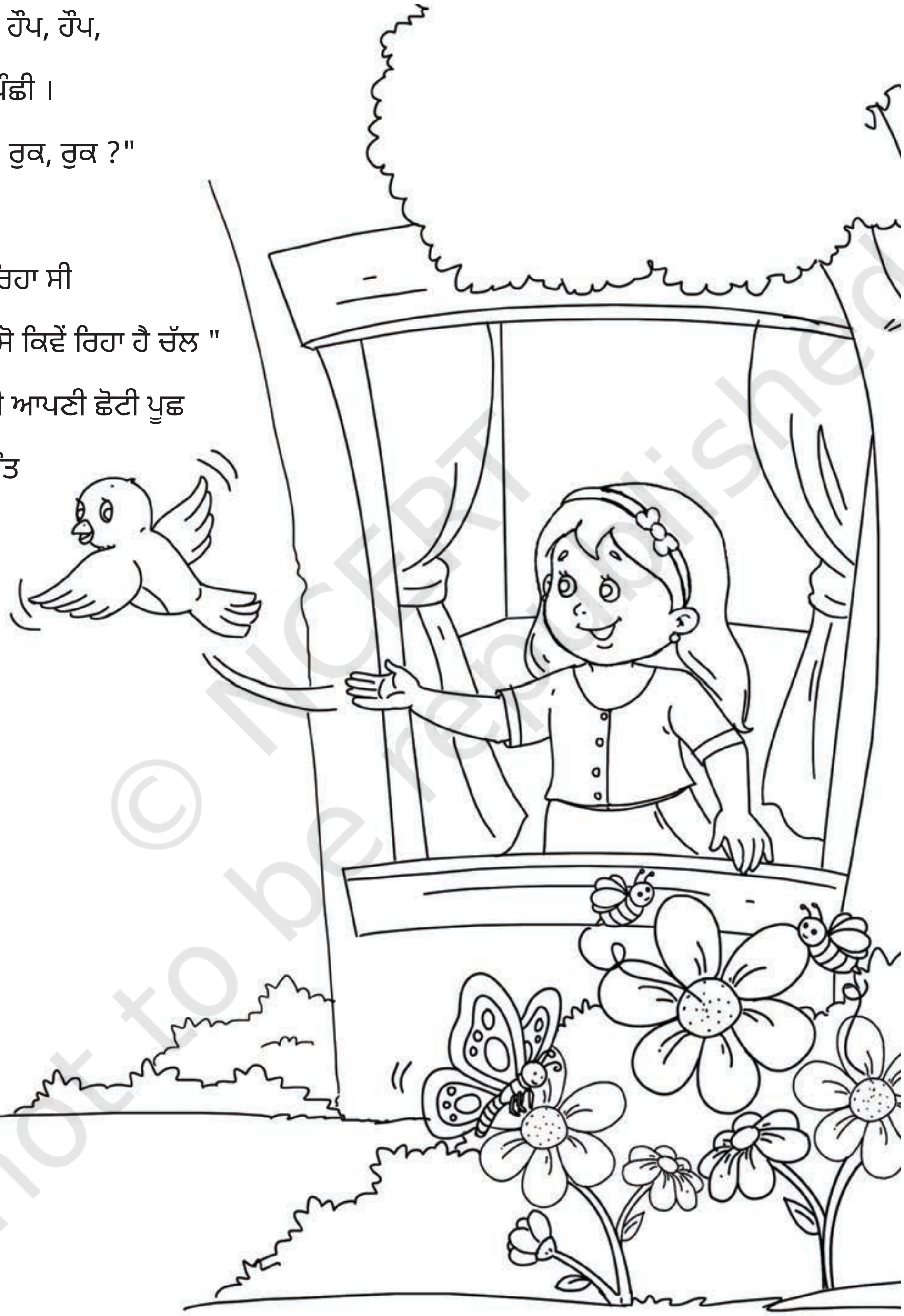
© NCERT not to be republished

# ਛੋਟਾ ਪੰਛੀ

**ਗਾਓ ਅਤੇ ਕਵਿਤਾ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣੋ ।**

ਇੱਕ ਵਾਰ ਮੈਂ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਪੰਛੀ ਦੇਖਿਆ,
ਜੋ ਆਉਂਦਾ ਸੀ  ਹੌਪ, ਹੌਪ, ਹੌਪ,
ਮੈਂ ਚੀਕਿਆ, "ਛੋਟੇ ਪੰਛੀ ।
ਤੁਸੀਂ ਕਿਉਂ ਗਏ ਰੁਕ, ਰੁਕ, ਰੁਕ ?"

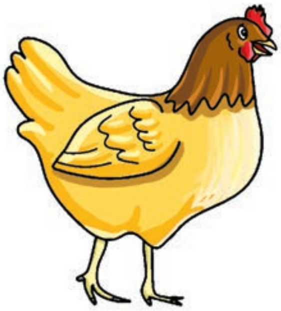
ਕਹਿਣ ਲਈ ਮੈਂ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ
ਖਿੜਕੀ ਵੱਲ,"ਕਿ ਦੱਸੋ ਕਿਵੇਂ ਰਿਹਾ ਹੈ ਚੱਲ "
ਪਰ ਇਸ ਨੇ ਹਿਲਾਈ ਆਪਣੀ ਛੋਟੀ ਪੂਛ
ਇਹ ਉੱਡ ਗਿਆ ਤੁਰੰਤ

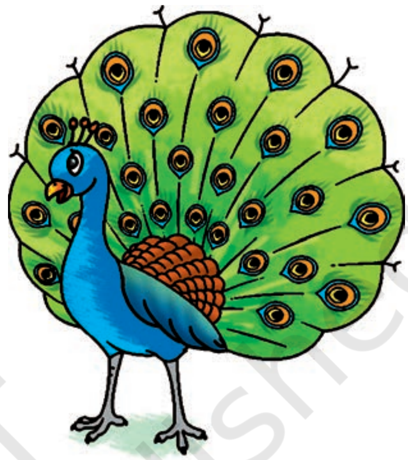


ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ  ਰੰਗ ਭਰੋ ।

© NCERT not to be republished

- ਹਰ ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਪੰਛੀ ਦਾ ਨਾਮ ਦੱਸੋ ।
- ਹਰੇਕ ਪੰਛੀ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਅਵਾਜ਼ ਦੱਸੋ ।
- ਉਹਨਾਂ ਪੰਛੀਆਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੱਸੋ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਨਾਮ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਅੱਖਰ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਇੱਕ ਜਿਹੀ ਹੈ ।

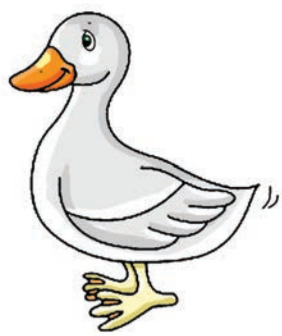

ਮੁਰਗੀ


ਮੋਰ

ਤੋਤਾ

ਕਬੂਤਰ

ਕਾਂ


ਬਤਖ਼

© NCERT not to be republished

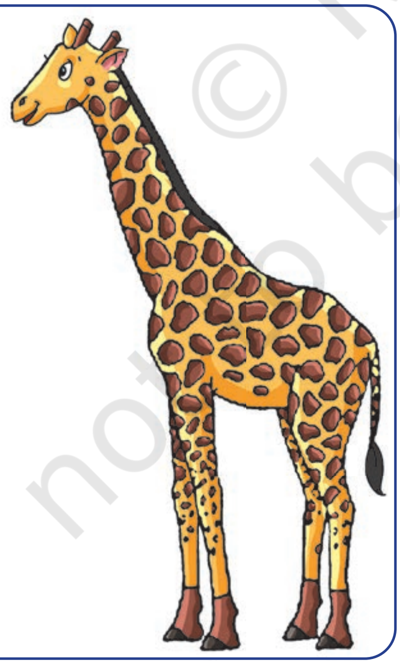
# ਗਤੀਵਿਧੀ 60 ਆਪਣੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ਼ ਉਚਾਈਆਂ ਨੂੰ ਮਾਪੋ (ਗ਼ੈਰ-ਮਿਆਰੀ ਇਕਾਈਆਂ)

- ਹਰੇਕ ਜਿਰਾਫ ਕਿੰਨੇ ਵਰਗ ਲੰਬਾ ਹੈ ? ਵਰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰੋ ।
- ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰੋ ।

5
4
3
2
1

5
4
3
2
1

5
4
3
2
1



5
4
3
2
1

© NCERT not to be republished

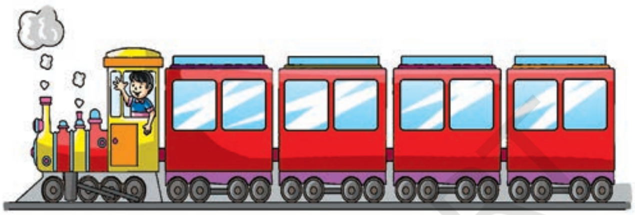
# ਆਪਣੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ਼ ਲੰਬਾਈਆਂ ਨੂੰ ਮਾਪੋ (ਗ਼ੈਰ -ਮਿਆਰੀ ਇਕਾਈਆਂ)



ਹਰੇਕ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟ ਕਿੰਨੇ ਬਲਾਕ ਲੰਮੀ ਹੈ ? ਉਹਨਾਂ ਬਲਾਕਾਂ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰੋ ਅਤੇ ਦਿੱਤੇ ਬਾਕਸ ਵਿੱਚ ਸੰਖਿਆ ਲਿਖੋ ।

1.

2.



3.

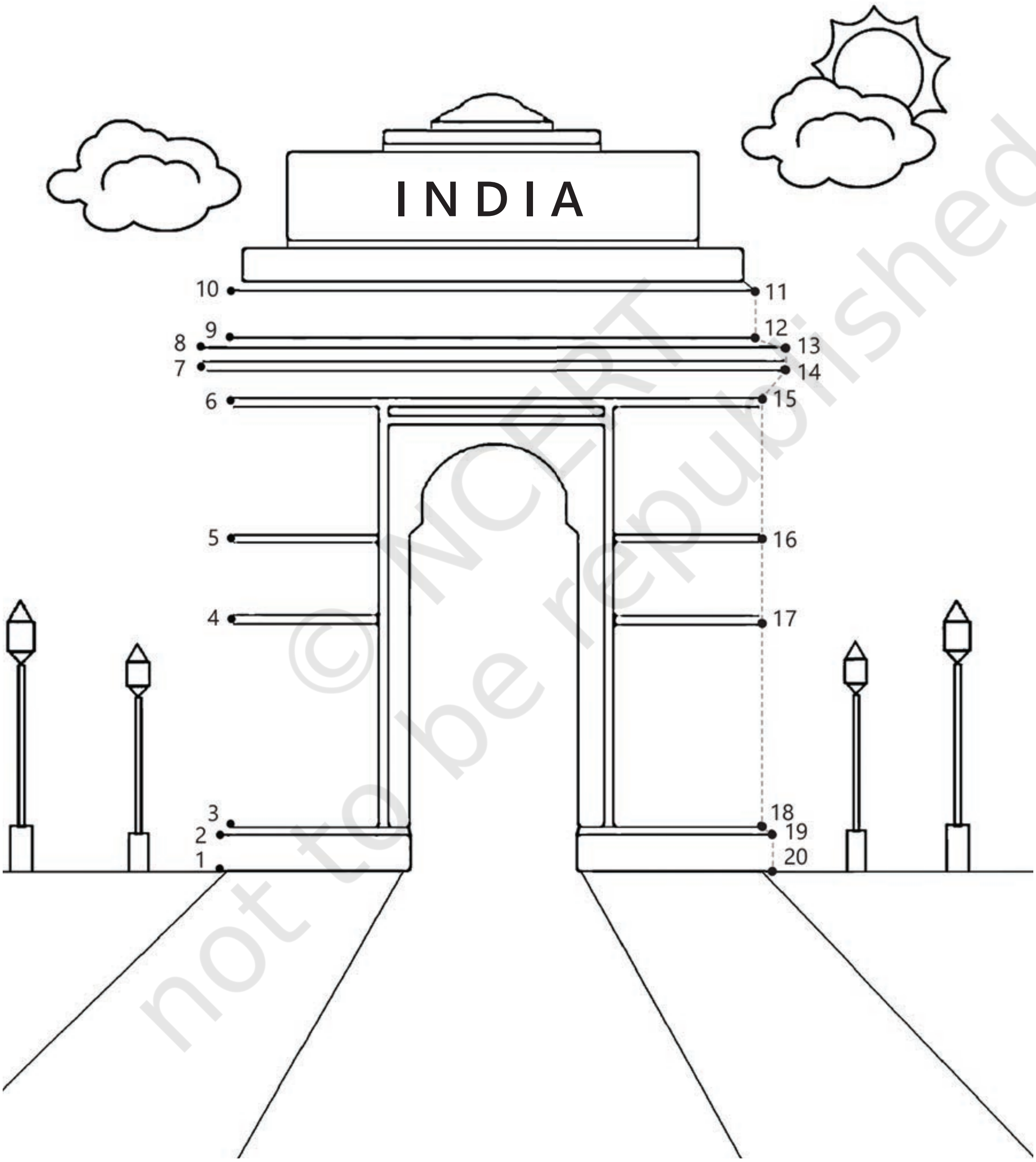
4.

© NCERT not to be republished

# ਇੰਡੀਆ ਗੇਟ

ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜੋ ਅਤੇ ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੋ ।

ਗੰਗਾ, ਯਮੁਨਾ ਏਥੇ ਨਰਮਦਾ,
ਮੰਦਿਰ, ਮਸਜਿਦ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਗਿਰਜਾ,
ਸ਼ਾਂਤੀ ਪ੍ਰੇਮ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਿੰਦਾ,
ਮੇਰਾ ਭਾਰਤ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਦਾ ।




© NCERT not to be republished

# ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨੂੰ ਲੱਭੋ

- ਸਹੀ ਰੰਗ ਚੁਣੋ ਅਤੇ ਬਿੰਦੀਆਂ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਲਕੀਰਾਂ 'ਤੇ ਟਰੇਸ ਕਰੋ।
- ਹਰੇਕ ਖਿਡੌਣੇ ਨੂੰ ਪਛਾਣੋ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੱਸੋ।
- ਉਹ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਅਵਾਜ਼ ਦੱਸੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਹਰੇਕ ਖਿਡੌਣੇ ਵਿੱਚ ਸੁਣਦੇ ਹੋ।
- ਹਰੇਕ ਖਿਡੌਣੇ ਦਾ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਅੱਖਰ ਲਿਖੋ।

© NCERT not to be republished

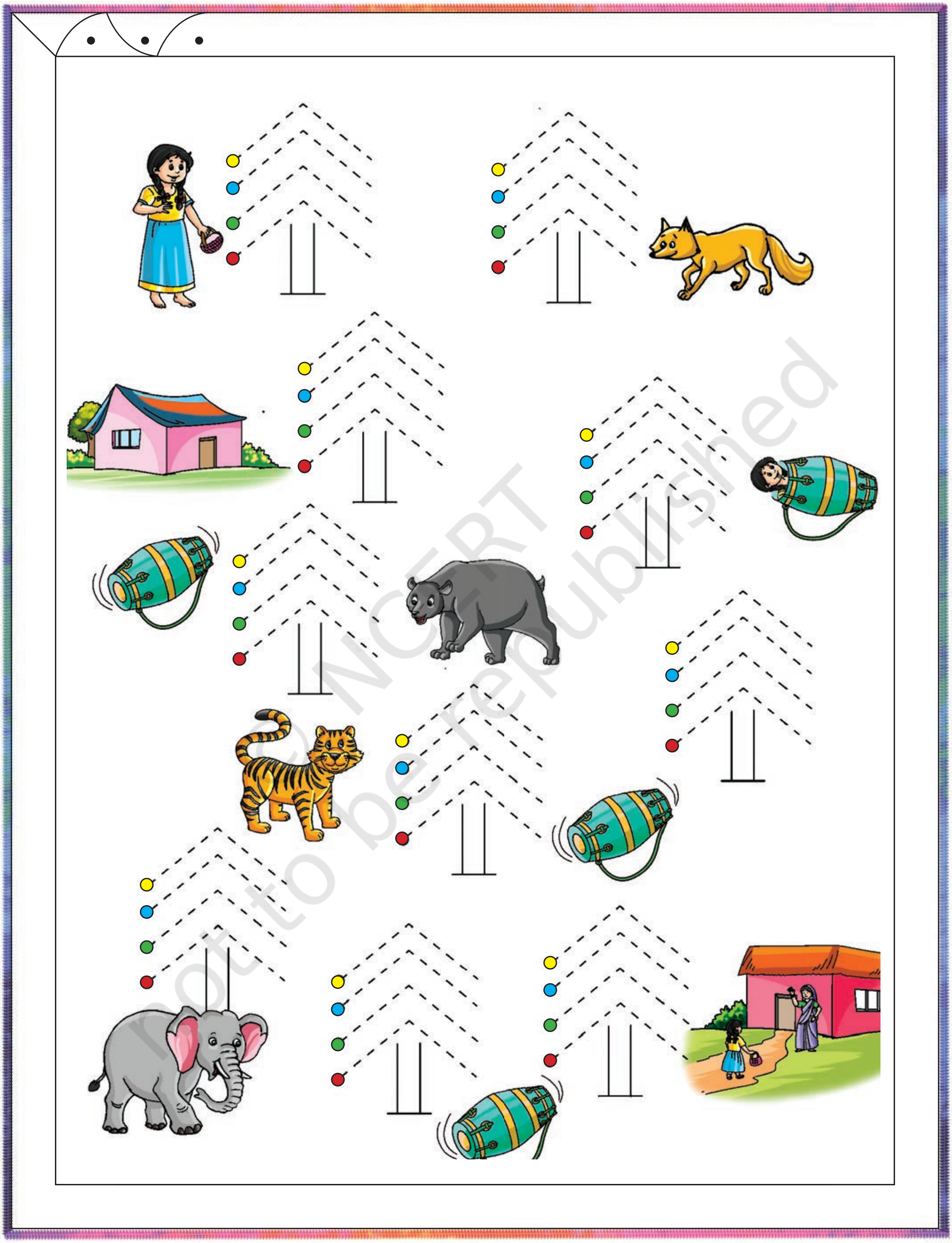
# ਦੇਖ-ਭਾਲ਼ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ ਚਾਰਟ

- ਆਪਣੀ ਸਵੈ-ਦੇਖ-ਭਾਲ਼ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ ਲਈ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਗਤੀਵਿਧੀ ਲਈ ਹਰੇਕ ਦਿਨ ਦੇ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ (✓) ਲਗਾਉ ।
- ਗਿਣੋ ਅਤੇ ਸਹੀ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਲਿਖੋ, ਜਿੰਨੇ ਦਿਨ ਤੁਸੀਂ ਗਤੀਵਿਧੀ ਕੀਤੀ ਸੀ ।

| | ਸੋਮਵਾਰ | ਮੰਗਲਵਾਰ | ਬੁੱਧਵਾਰ | ਵੀਰਵਾਰ | ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ | ਸ਼ਨੀਵਾਰ | ਐਤਵਾਰ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਬੁਰਸ਼ ਕਰਨਾ (ਸਵੇਰੇ) | | | | | | | | |
| ਮੂੰਹ ਧੋਣਾ | | | | | | | | |
| ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨਾ | | | | | | | | |
| ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਕੰਘੀ ਕਰਨਾ | | | | | | | | |
| ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਬੁਰਸ਼ ਕਰਨਾ (ਰਾਤ) | | | | | | | | |

© NCERT not to be republished

# ਰੇਖਾਵਾਂ ਟਰੇਸ ਕਰਨਾ



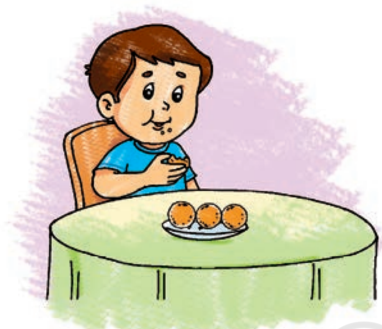
# ਗਿਣੋ ਅਤੇ ਲਿਖੋ

**ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਦਿੱਤੇ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ ।**

ਲਕਸ਼ਮੀ 3 ਸੇਬ ਲੈਂਦੀ ਹੈ

ਰਾਧਾ 4 ਸੇਬ ਲੈਂਦੀ ਹੈ

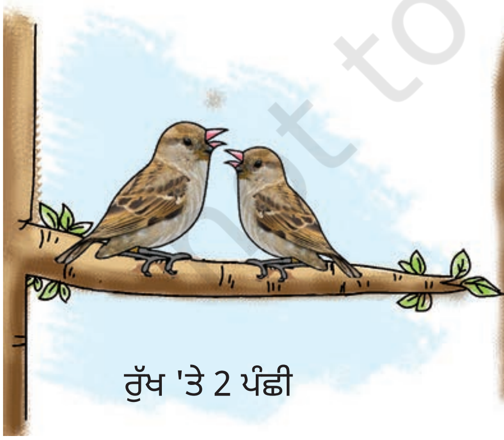
ਕੁੱਲ ਸੇਬ ਲਏ ਗਏ



ਸੀਤਾਰਾਮ ਨੇ 3
ਲੱਡੂ ਖਾ ਲਏ

ਉਸ ਦੀ ਮਾਂ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ
ਖਾਣ ਲਈ 2 ਹੋਰ ਦਿੱਤੇ

ਸੀਤਾਰਾਮ ਨੇ ਕੁੱਲ
ਲੱਡੂ ਖਾਧੇ



ਰੁੱਖ 'ਤੇ 2 ਪੰਛੀ

2 ਹੋਰ ਆ ਗਏ

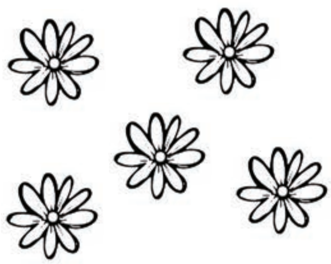
ਕੁੱਲ ਪੰਛੀ

© NCERT not to be republished

# ਸੰਖਿਆਵਾਂ

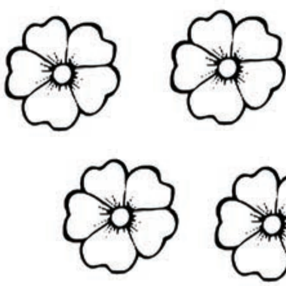
ਫੁੱਲਾਂ ਨੂੰ ਗਿਣੋ ਅਤੇ ਰੰਗ ਭਰੋ । ਸਹੀ ਗੋਲ਼ੇ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰੋ ।

2 3 1

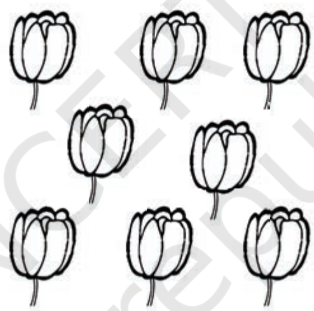


5 7 6

4 3 5

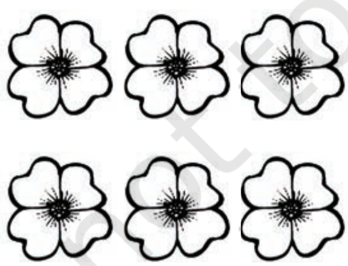


3 5 4

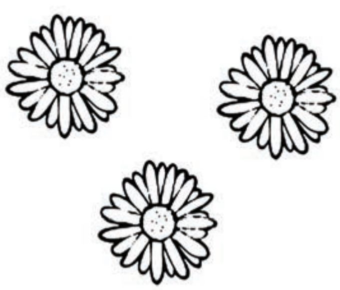


9 7 8

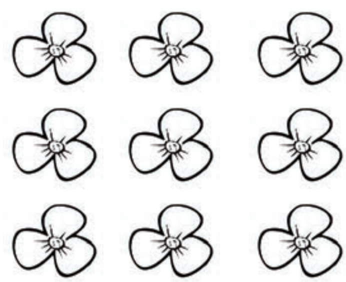
1 2 3



7 5 6



3 2 1

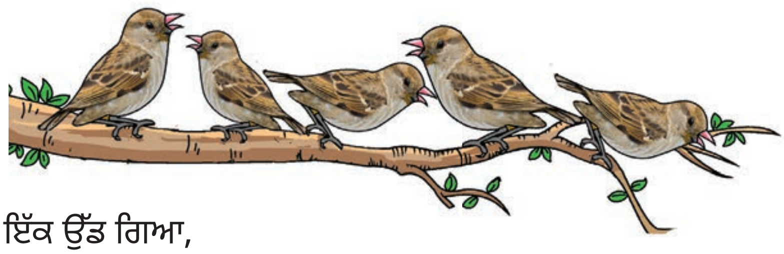


8 10 9

© NCERT not to be republished

# ਸਿਫ਼ਰ

**5 ਛੋਟੇ ਪੰਛੀ ਇੱਕ ਰੁੱਖ 'ਤੇ ਬੈਠੇ ਹੋਏ ਹਨ ।**

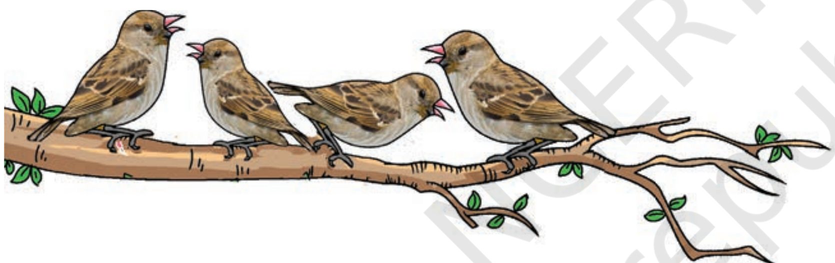


ਇੱਕ ਉੱਡ ਗਿਆ,

ਬਾਕੀ ਕਿੰਨੇ ਬਚੇ ਹਨ?

☐

4 ਛੋਟੇ ਪੰਛੀ ਇੱਕ ਰੁੱਖ 'ਤੇ ਬੈਠੇ ਹੋਏ ਹਨ ।

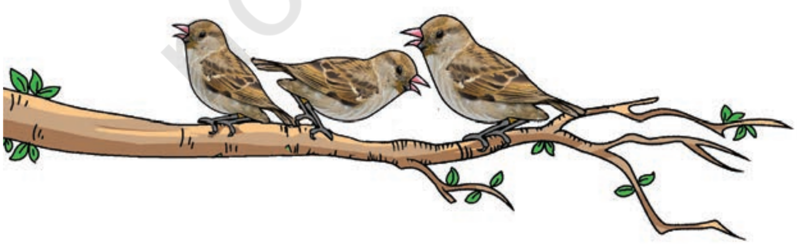


ਇੱਕ ਉੱਡ ਗਿਆ,

ਬਾਕੀ ਕਿੰਨੇ ਬਚੇ ਹਨ?

☐

3 ਛੋਟੇ ਪੰਛੀ ਇੱਕ ਰੁੱਖ 'ਤੇ ਬੈਠੇ ਹੋਏ ਹਨ ।



© NCERT not to be republished

ਇੱਕ ਉੱਡ ਗਿਆ,

ਬਾਕੀ ਕਿੰਨੇ ਬਚੇ ਹਨ?

☐

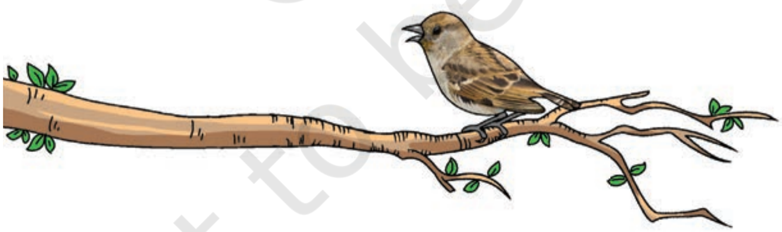
2 ਛੋਟੇ ਪੰਛੀ ਇੱਕ ਰੁੱਖ 'ਤੇ ਬੈਠੇ ਹੋਏ ਹਨ।

ਇੱਕ ਉੱਡ ਗਿਆ,

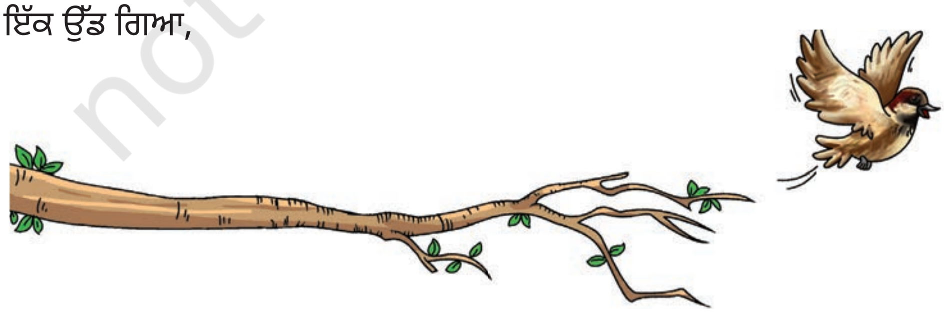
ਬਾਕੀ ਕਿੰਨੇ ਬਚੇ ਹਨ?

☐

1 ਛੋਟਾ ਪੰਛੀ ਇੱਕ ਰੁੱਖ 'ਤੇ ਬੈਠਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।



ਇੱਕ ਉੱਡ ਗਿਆ,



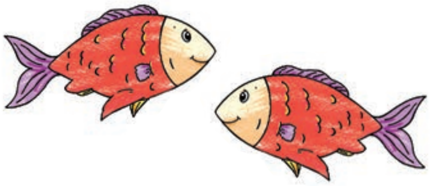
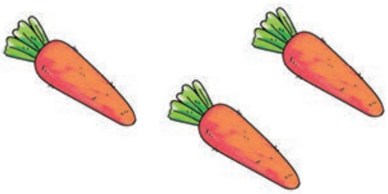
ਬਾਕੀ ਕਿੰਨੇ ਬਚੇ ਹਨ?

☐

© NCERT not to be republished

# ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਨਾਲ਼ ਖੇਡੋ

ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਲੱਭੋ ਕਿ ਕੁੱਲ ਕਿੰਨੀਆਂ ਹਨ ।

| | | |
|---|---|---|
|  2 ਮੱਛੀਆਂ | ਅਤੇ 1 ਹੋਰ ਮੱਛੀ | ਕੁੱਲ ☐ ਮੱਛੀਆਂ |
|  3 ਗਾਜਰਾਂ | ਅਤੇ 2 ਹੋਰ ਗਾਜਰਾਂ | ਕੁੱਲ ☐ ਗਾਜਰਾਂ |
| 1 ਦਰਖ਼ਤ | ਅਤੇ 3 ਹੋਰ ਦਰਖ਼ਤ | ਕੁੱਲ ☐ ਦਰਖ਼ਤ |
| 2 ਲੱਡੂ | ਅਤੇ 2 ਹੋਰ ਲੱਡੂ | ਕੁੱਲ ☐ ਲੱਡੂ |
| 5 ਛਤਰੀਆਂ | ਅਤੇ 1 ਹੋਰ ਛਤਰੀ | ਕੁੱਲ ☐ ਛਤਰੀਆਂ |

© NCERT not to be republished

# ਧੁਨੀ-ਤਸਵੀਰ ਮਿਲਾਣ

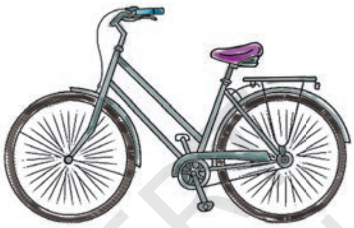
जिस ध्वनि से चित्र का नाम शुरू होता है उस पर गोला लगाइए।

ਲ ਭ ਮ

ਗ ਭ ਮ

ਗ ਮ ਭ

ਭ ਗ ਮ



ਭ ਸ ਮ

ਗ ਮ ਬ

ਗ ਡ ਮ

ਗ ਭ ਮ

ਭ ਗ ਮ

ਭ ਗ ਮ

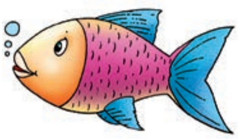
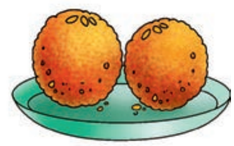
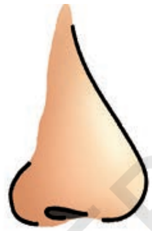
ਗ ਭ ਮ

ਖ਼ ਮ ਗ

© NCERT not to be republished

# ਧੁਨੀ-ਤਸਵੀਰ ਮਿਲਾਣ

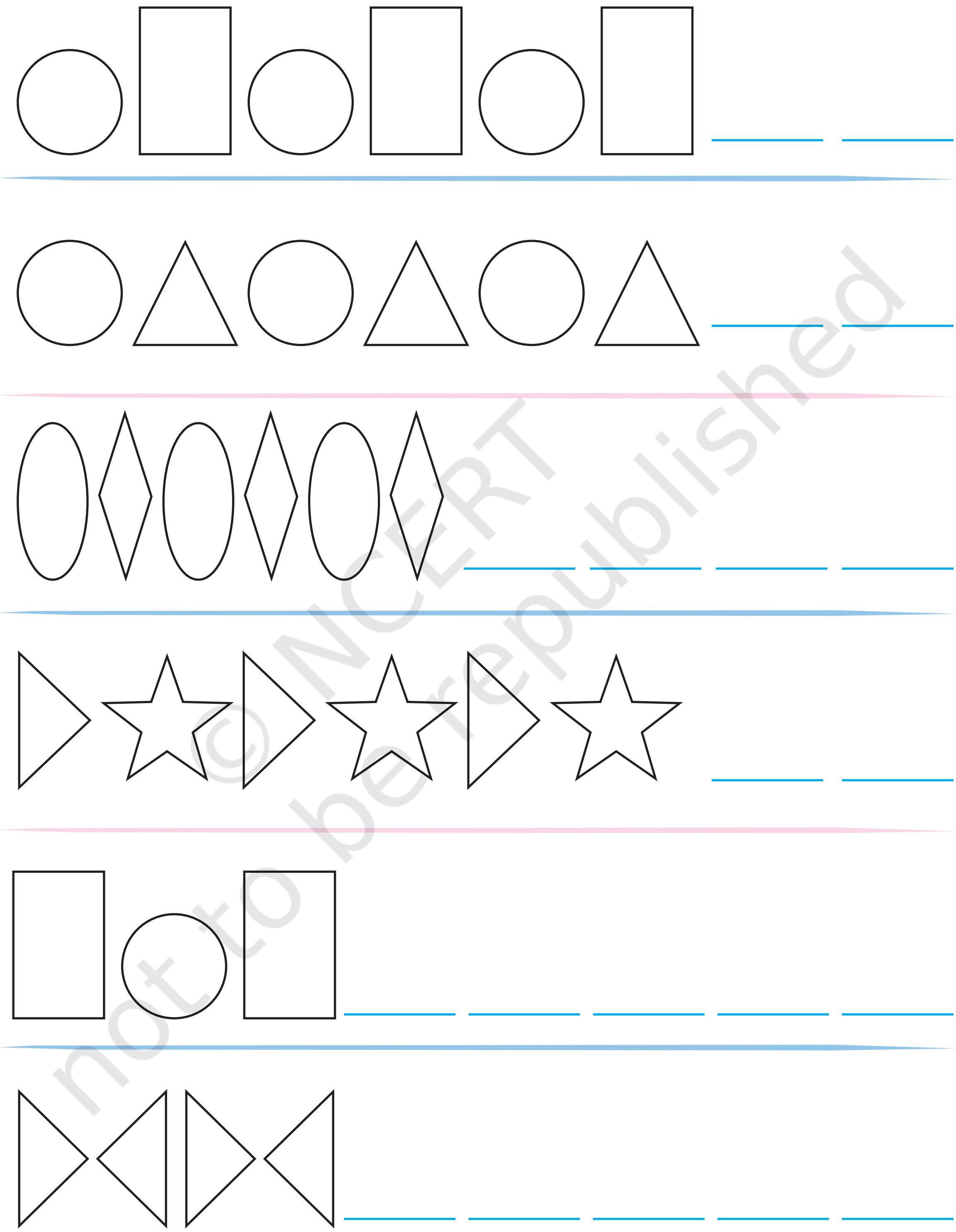
**ਜਿਸ ਧੁਨੀ ਨਾਲ਼ ਤਸਵੀਰ ਦਾ ਨਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ’ਤੇ ਗੋਲ਼ਾ ਲਗਾਓ ।**

| | | |
|---|---|---|
|  | |  |
| ਤ ਮ ਨ | ਮ ਫ ਤ | ਲ ਨ ਤ |
| |  | |
| ਮ ਤ ਸ | ਨ ਮ ਤ | ਤ ਨ ਖ਼ |
| | | |
| ਨ ਗ ਤ | ਨ ਮ ਤ | ਤ ਮ ਨ |
| | | |
| ਘ ਤ ਮ | ਤ ਨ ਬ | ਮ ਛ ਤ |

© NCERT not to be republished

# ਜਿਓਮੈਟ੍ਰਿਕ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਪੈਟਰਨ

ਪੈਟਰਨਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੋ।

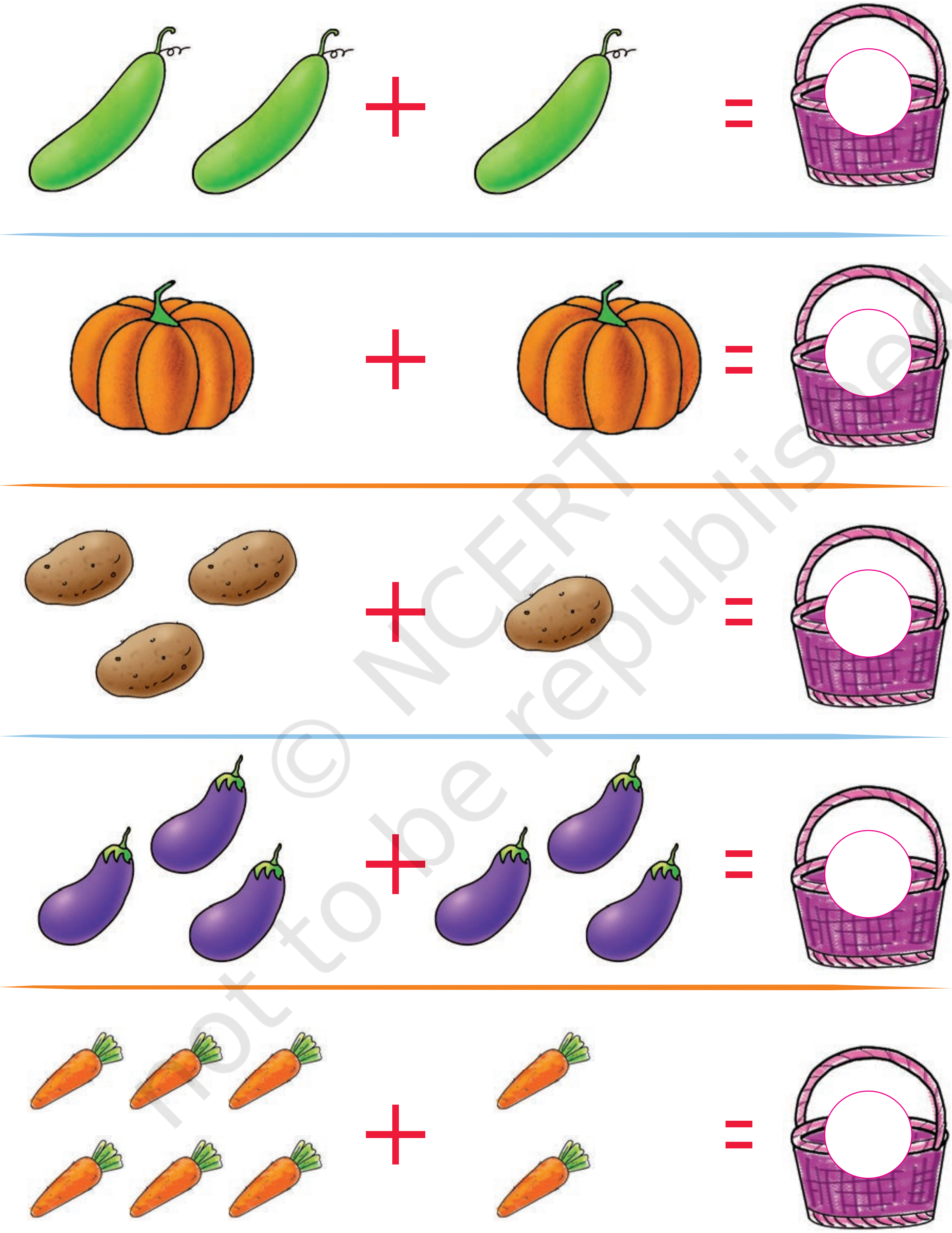


© NCERT not to be republished

# ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਜੋੜਨਾ

+ − + − + −

**ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰੋ । ਕਿੰਨੀਆਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਜੋੜਿਆ ਗਿਆ ?**



© NCERT not to be republished

# ਜਹਾਜ਼ — 1 ਘੱਟ ਜਹਾਜ਼ ਦੀ ਗਿਣਤੀ

ਜਹਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰੋ ।

ਇੱਥੇ ਕਿੰਨੇ ਜਹਾਜ਼ ਹਨ ?

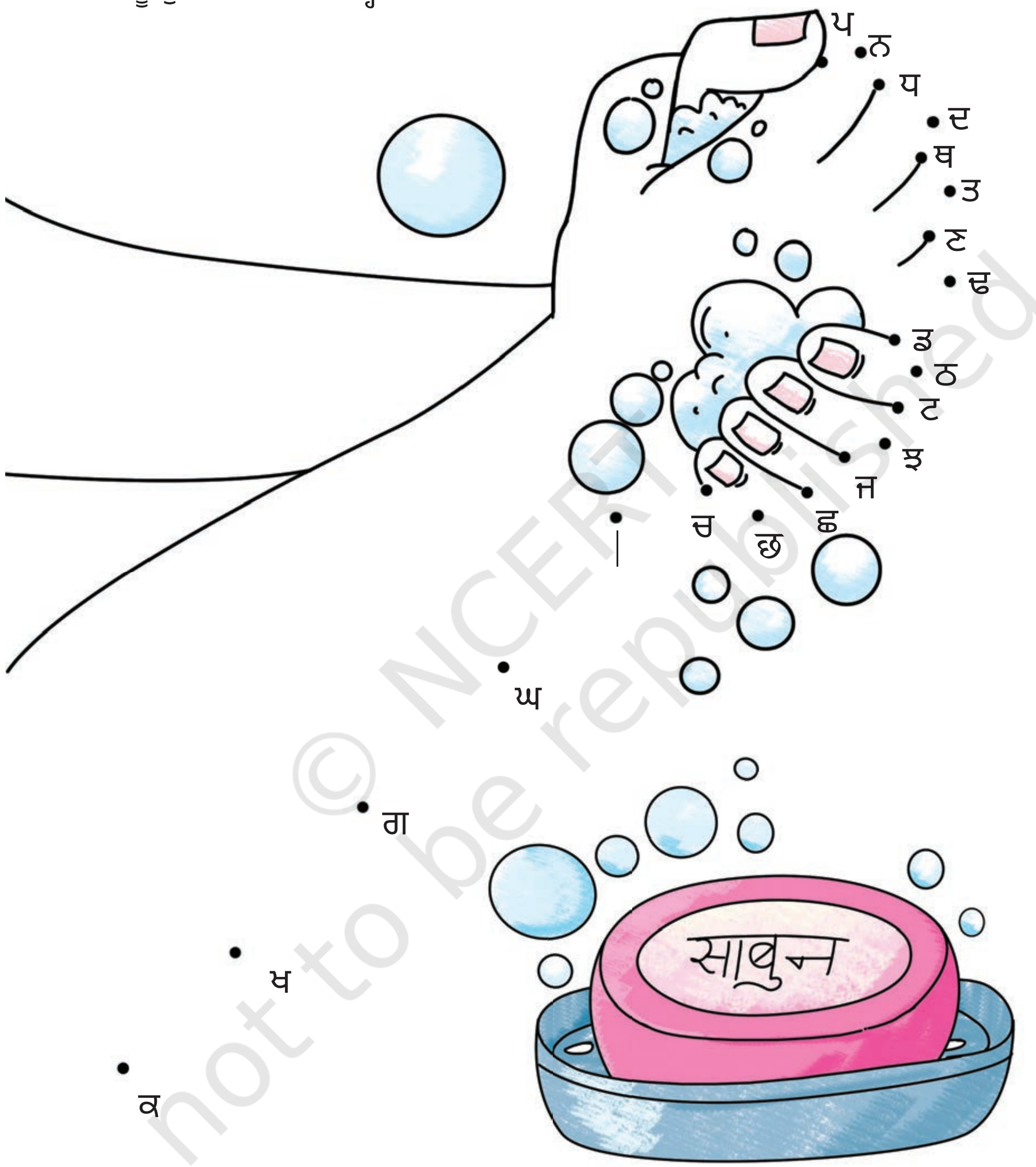
1 ਜਹਾਜ਼ ਨੂੰ ਕੱਟ ਦਿਉ ।

1 ਜਹਾਜ਼ ਨੂੰ ਕੱਟਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਾਕੀ ਕਿੰਨੇ ਜਹਾਜ਼ ਹਨ ?

© NCERT not to be republished

# ਬਿੰਦੀਆਂ ਨੂੰ ਜੋੜੋ

- ਬਿੰਦੀਆਂ ਨੂੰ ਜੋੜੋ ਅਤੇ ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੋ।
- ਅੱਖਰਾਂ ਨੂੰ ਉੱਚੀ ਅਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹੋ ।

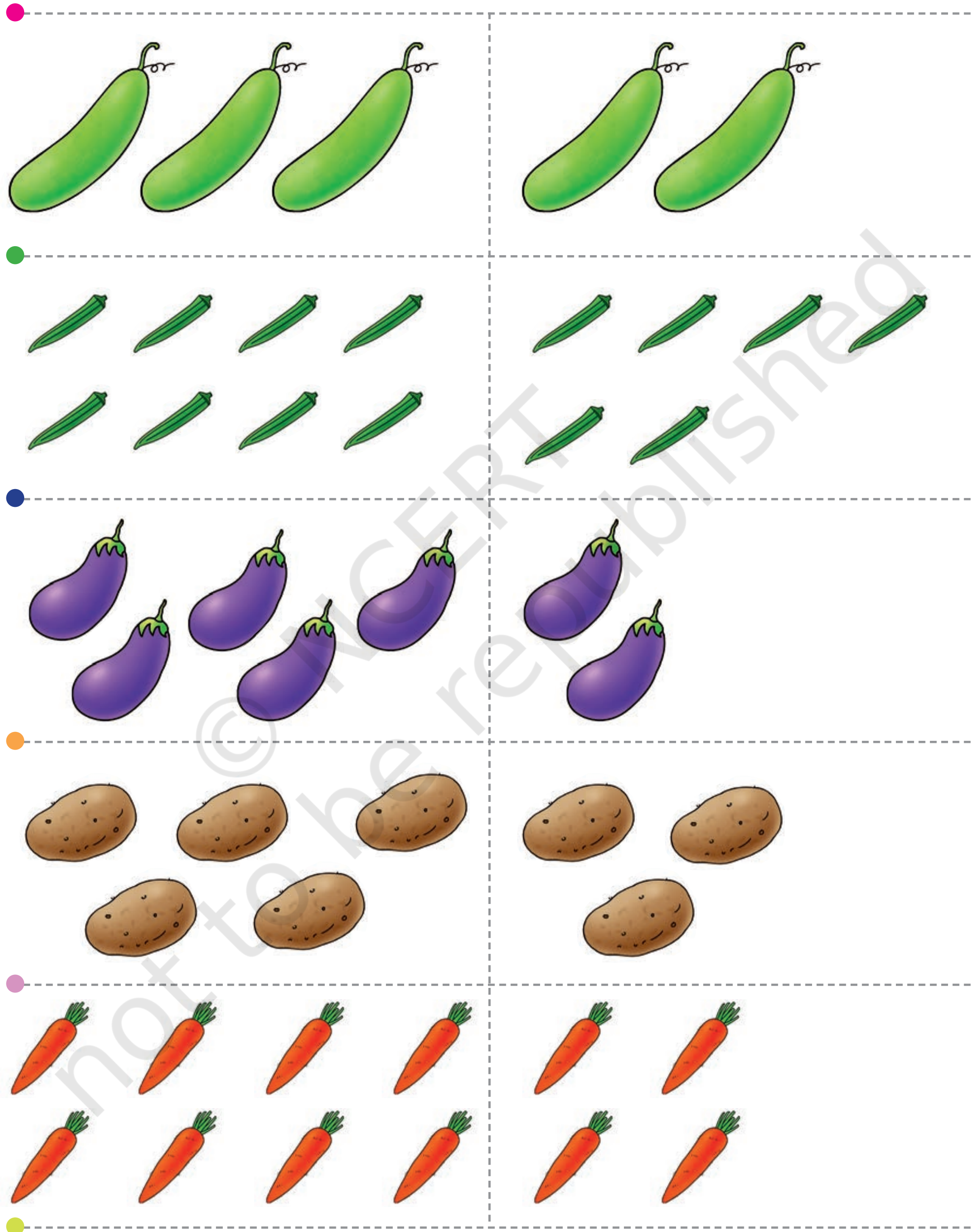



© NCERT not to be republished

ਨੋਟ: ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਵਿੱਚ ਉਦਾਹਰਨ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਕੁਝ ਅੱਖਰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ ।

# ਸਬਜ਼ੀਆਂ

- ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਗਿਣੋ ।
- ਹੁਣ ਭੰਡਾਰ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਸੱਜੇ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਬਣਾਓ ।

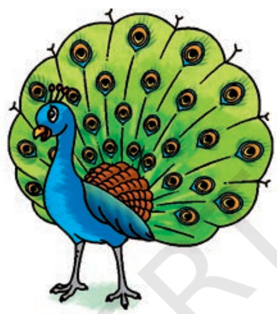


© NCERT not to be republished

# ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਅੱਖਰ ਧੁਨੀਆਂ

- ਹਰੇਕ ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਦੇਖੋ, ਪਛਾਣੋ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦਿਓ।
- ਹਰੇਕ ਤਸਵੀਰ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਅਵਾਜ਼ ਕੱਢੋ ।
- ਹਰ ਤਸਵੀਰ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਅੱਖਰ ਲਿਖੋ ।

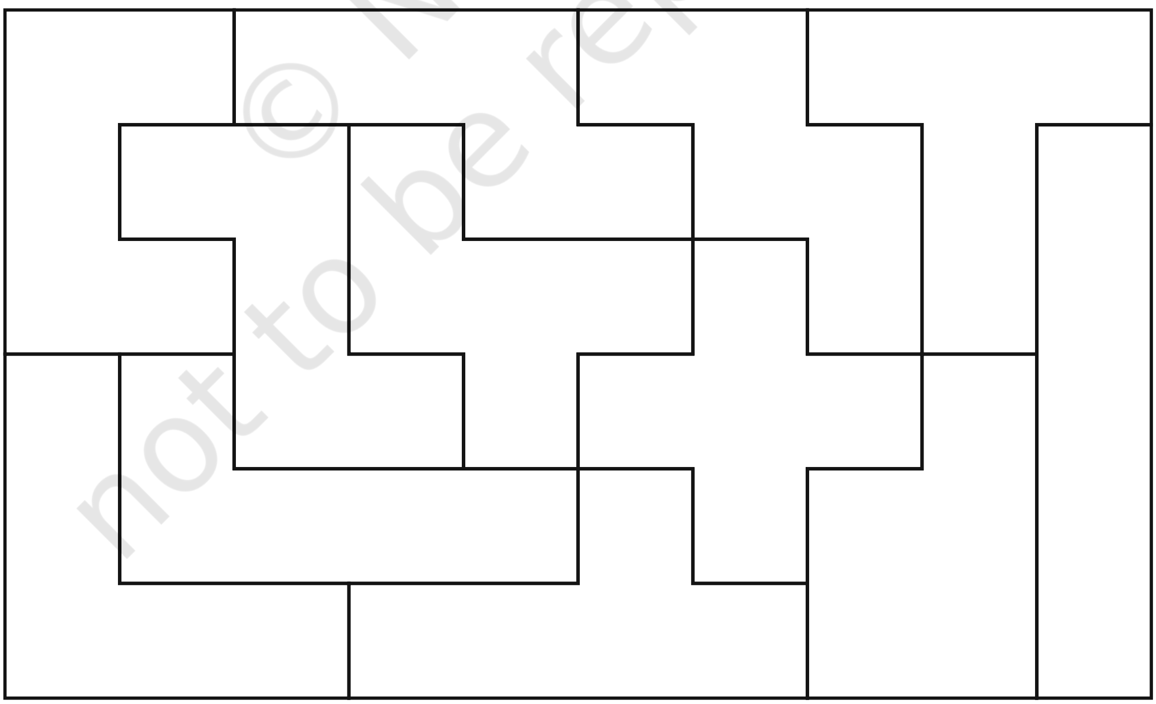
ਖ਼ ਮ ਹ ਕ ਮ ਬ



© NCERT not to be republished

# ਮੇਰੀ ਰੰਗੀਨ ਪਹੇਲੀ

- ਰੰਗਦਾਰ ਡੱਬੇ ਦੇਖੋ ।
- ਹੁਣ ਉੱਪਰ ਦਿੱਤੇ ਡੱਬਿਆਂ ਦੇ ਰੰਗ ਵਾਂਗ ਹੀ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰੋ ।



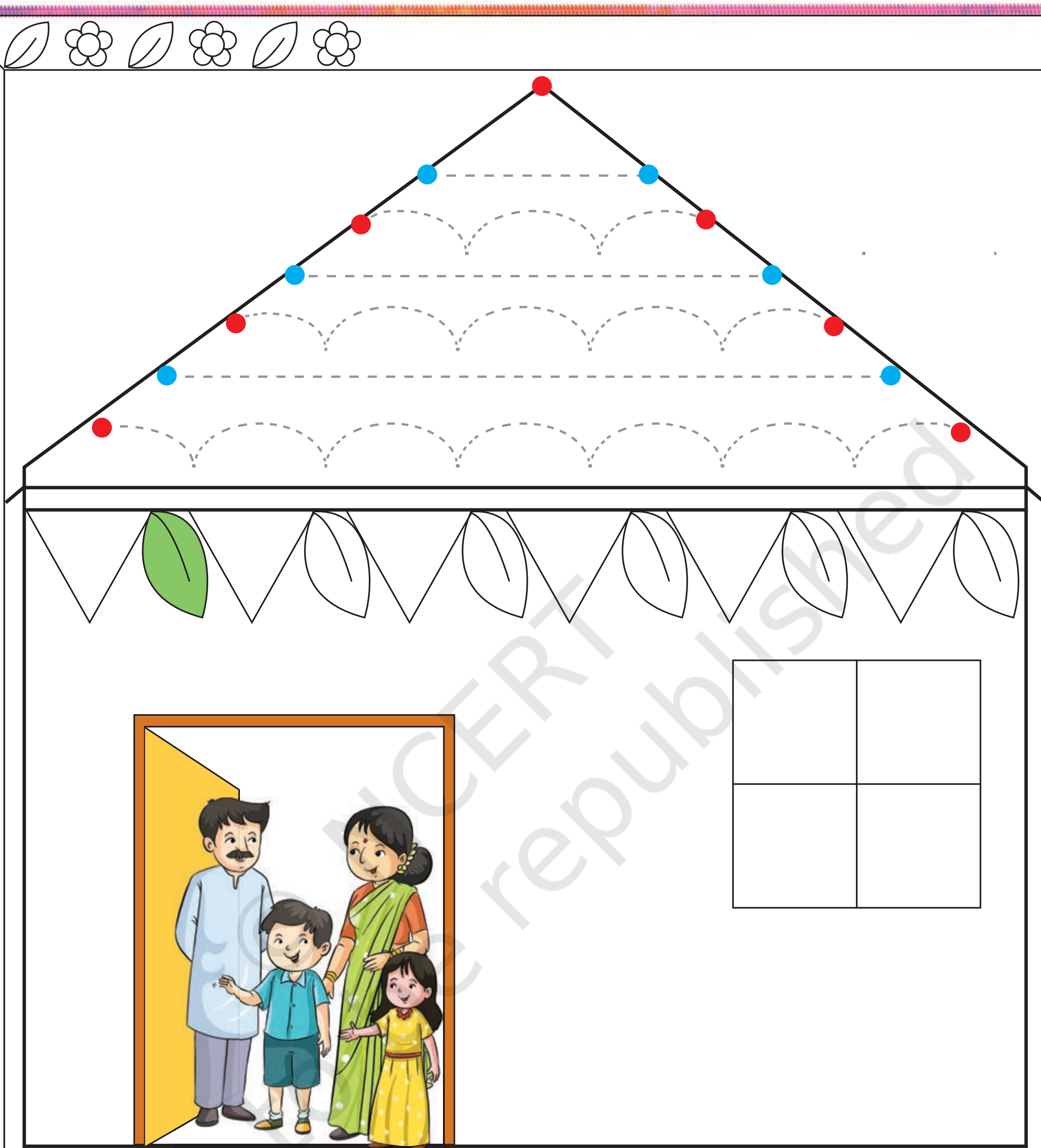
© NCERT not to be republished

# ਮੇਰਾ ਪਰਿਵਾਰ

ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਇੱਥੇ ਬਣਾਓ ।

© NCERT
not to be republished

# ਮੇਰਾ ਘਰ



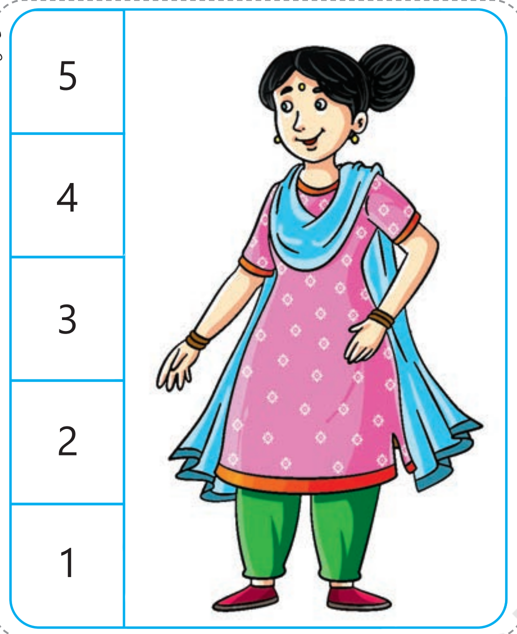
- ਆਪਣੇ ਘਰ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ।
- ਵਰਗਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਲਿਖੋ ।
- ਤਿਕੋਣਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਲਿਖੋ.
- ਪੱਤਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਲਿਖੋ ।

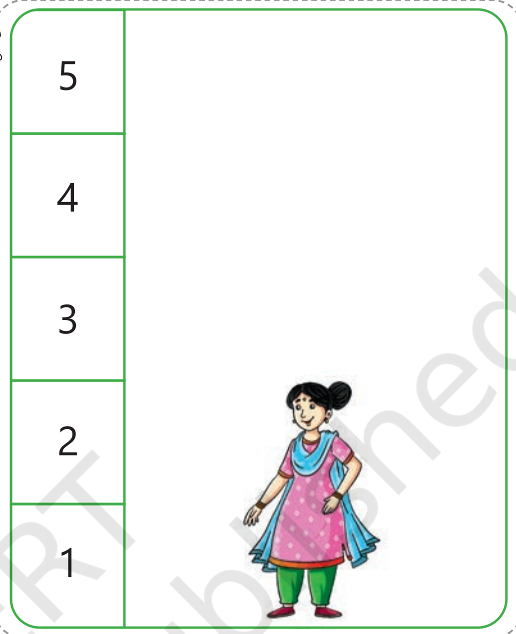
© NCERT not to be republished

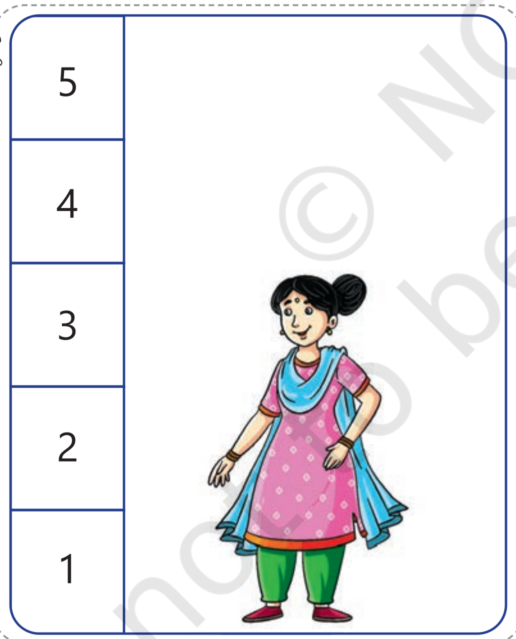
# ਆਪਣੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ਼ ਕੱਦ ਨੂੰ ਮਾਪੋ

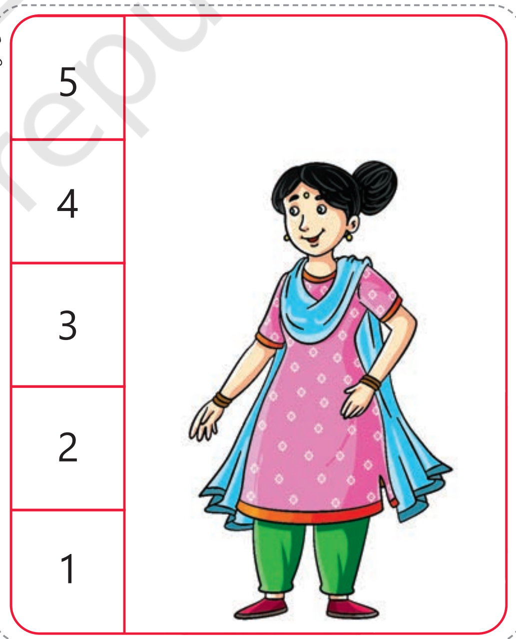
1 2 1 2 1 2

- ਹਰੇਕ ਔਰਤ ਕਿੰਨੇ ਵਰਗ ਲੰਬੀ ਹੈ ?
- ਵਰਗਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਗਿਣੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰੋ ।



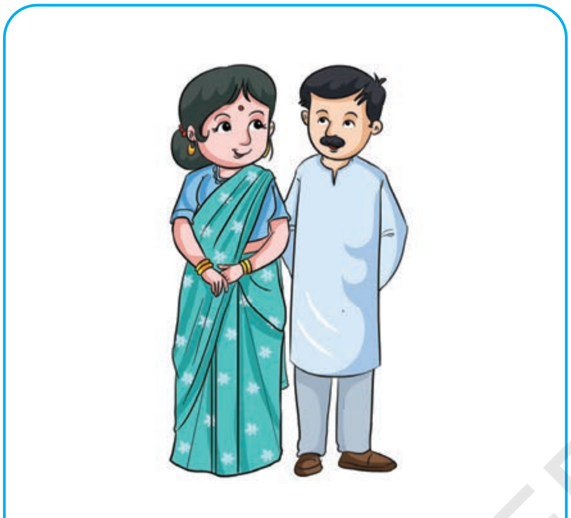

ਨੋਟ:

- ਹਰ ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਰੂਪ-ਰੇਖਾ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਕੱਟਣ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ (ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਕੈਂਚੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ)।
- ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਔਰਤਾਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕੱਦ ਦੇ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਵਿਵਸਥਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਰਨਣ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, 'ਇਹ ਔਰਤ ਸਭ ਤੋਂ ਲੰਬੀ ਹੈ, ਇਹ ਔਰਤ ਇਸ ਤੋਂ ਛੋਟੀ ਹੈ... ਅਤੇ ਇਹ ਔਰਤ ਕੱਦ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟੀ ਹੈ' ।

© NCERT not to be republished

# ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿੰਨੇ ਮੈਂਬਰ ਹਨ ?

- ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰੋ ।
- ਸਹੀ ਸੰਖਿਆ ਨੂੰ ਗੋਲ਼ਾ ਲਗਾਉ ਜਾਂ ਰੰਗ ਭਰੋ ।



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

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

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

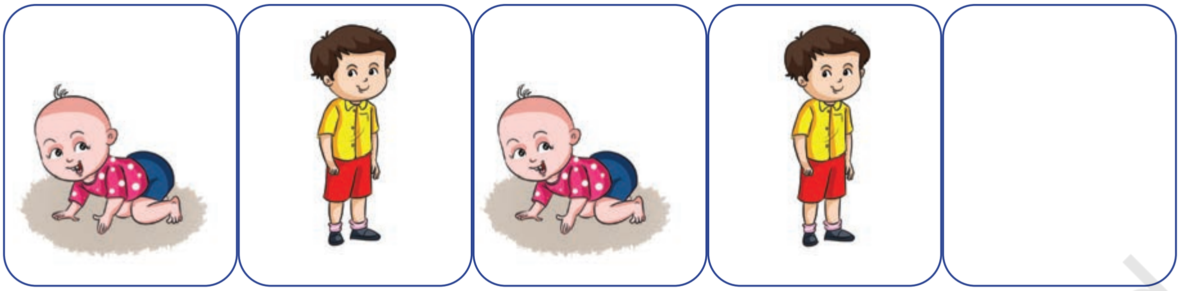
| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 5 | 1 | 2 | 4 | 3 |

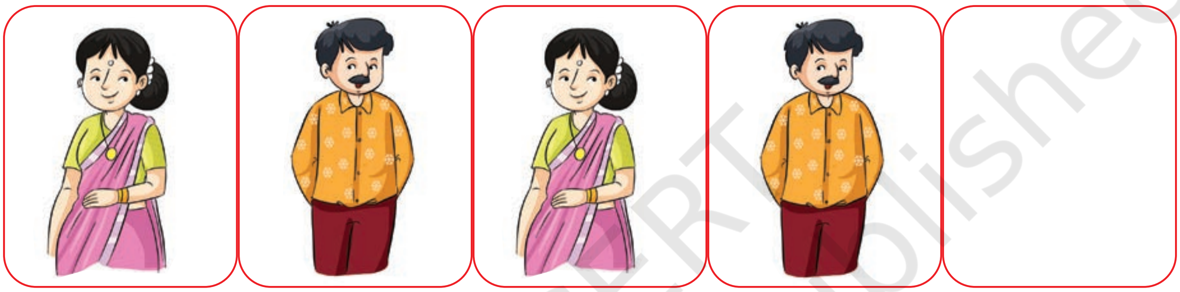
© NCERT

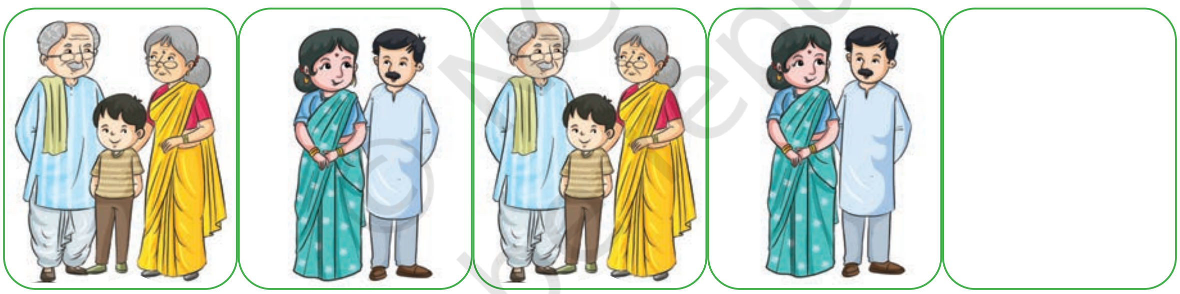
ਪਰਿਵਾਰਕ
ਗਤੀਵਿਧੀ 84

# ਪੈਟਰਨਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੋ

- ਪੈਟਰਨ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ ।
- ਪੈਟਰਨ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਸਹੀ ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਕੱਟ ਕੇ ਚਿਪਕਾਓ ।



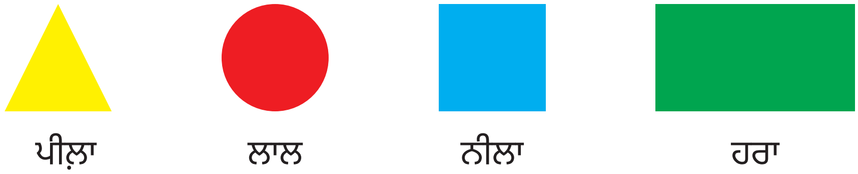


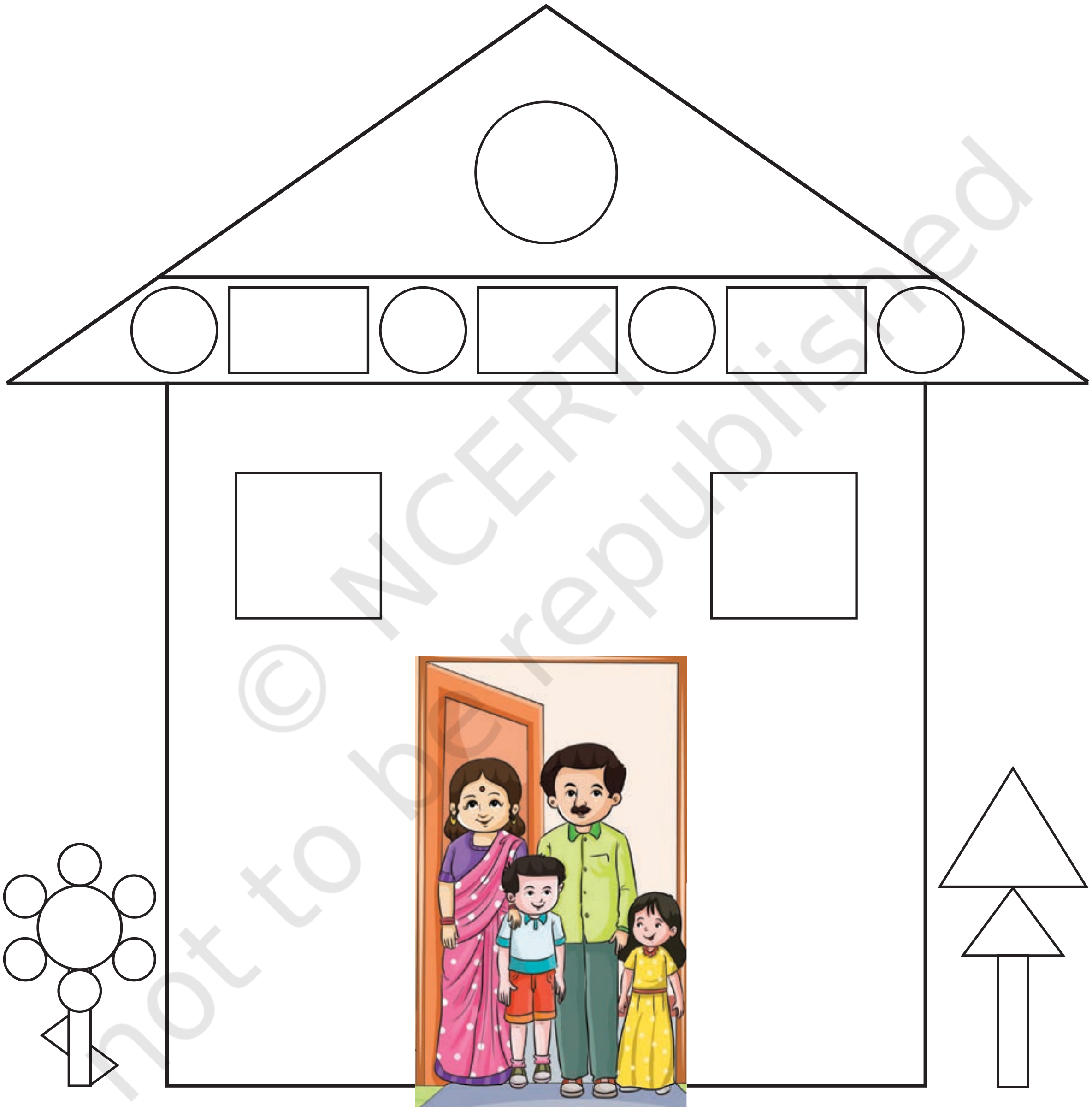


© NCERT not to be republished

# ਮੇਰੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ

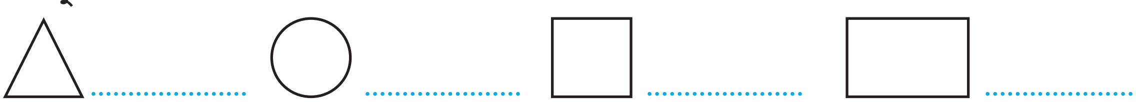
- ਰੰਗ ਕੋਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰੋ ।



© NCERT
not to be republished

- ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਲਿਖੋ ।



# ਪਰਿਵਾਰਕ ਪਿਕਨਿਕ (ਤਸਵੀਰ ਸਮਝਣਾ)

**ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਵੇਖੋ**

- ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ?
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ਼ ਕਦੇ ਪਿਕਨਿਕ 'ਤੇ ਗਏ ਹੋ ?
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਿਕਨਿਕ ਲਈ ਜਾਓਗੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਾਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰੋਗੇ ?

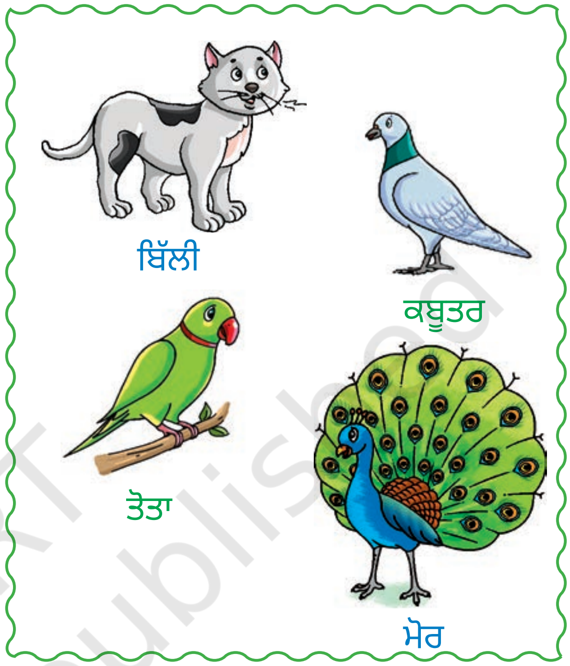
© NCERT not to be published

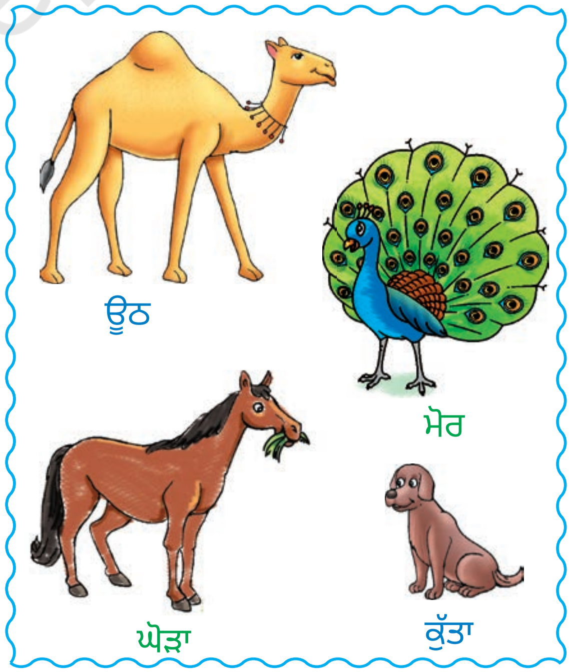
- ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਵਿਅਕਤੀ ਹਨ ?

- ਫਲਾਂ ਦੀ ਟੋਕਰੀ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤਾਪੈਟਰਨ ਬਣਾਓ ।

# ਵਿਭਿੰਨ 'ਤੇ ਗੋਲਾ ਲਗਾਓ

- ਜਾਨਵਰਾਂ ਅਤੇ ਪੰਛੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੱਸੋ ।
- ਹਰੇਕ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ 'ਤੇ ਗੋਲ਼ਾ ਲਗਾਓ ।

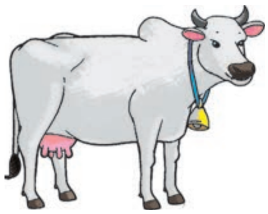




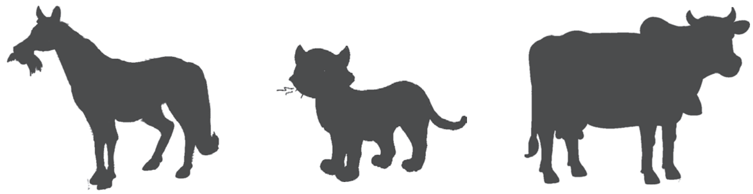

© NCERT not to be republished

# ਪਰਛਾਵੇਂ ਨਾਲ਼ ਮਿਲਾਣ ਕਰੋ

- ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਦੇ ਪਰਛਾਵੇਂ ਨਾਲ਼ ਮਿਲਾਓ ।



ਗਾਂ



ਬਿੱਲੀ

ਬਾਂਦਰ

ਬੱਕਰੀ

ਘੋੜਾ

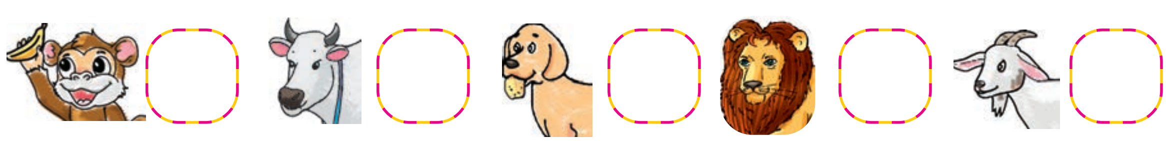
© NCERT not to be republished

# ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭੋ

- ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੱਸੋ ।
- ਹਰੇਕ ਜਾਨਵਰ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਅਵਾਜ਼ ਕੱਢੋ ।

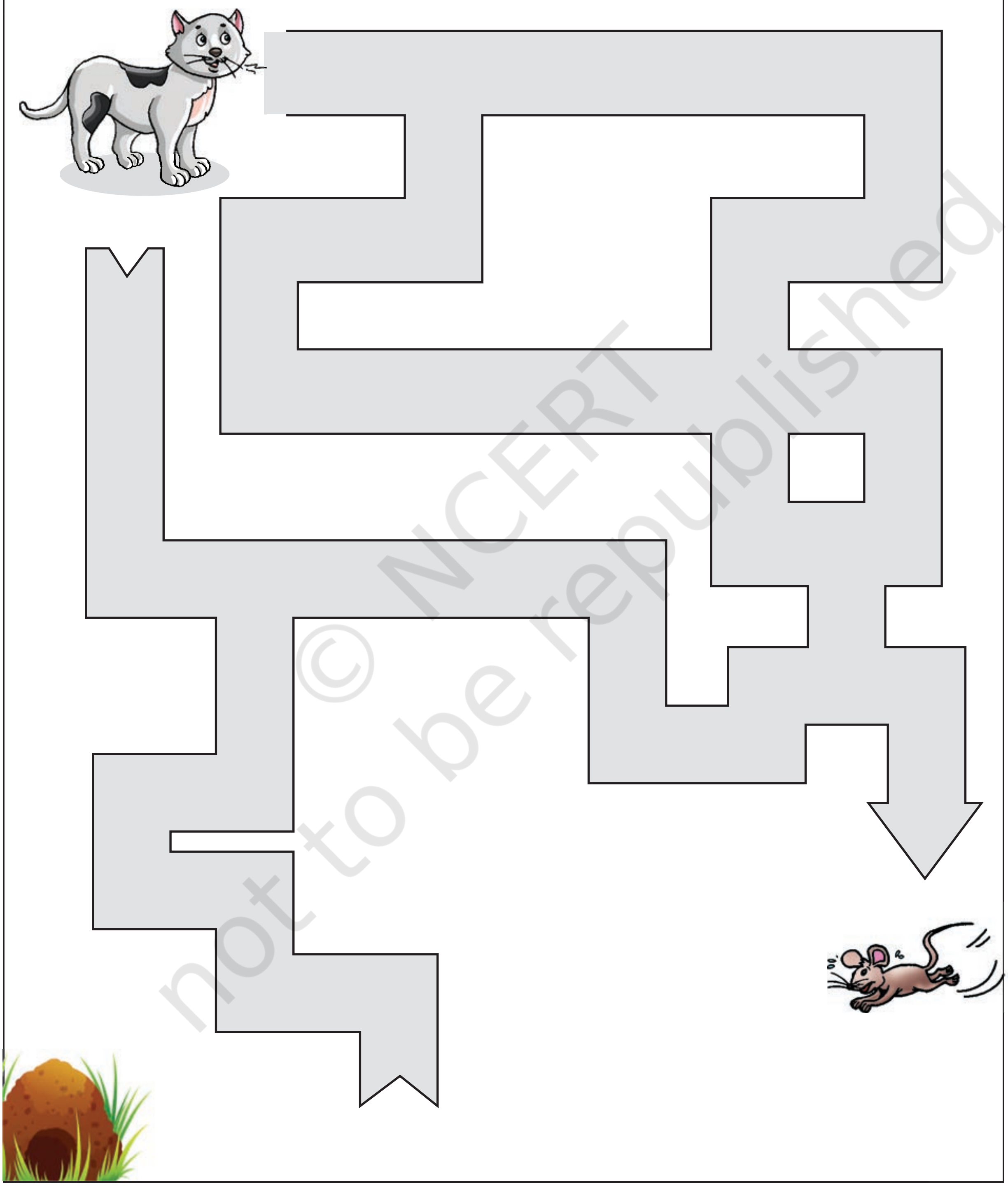
© NCERT not to be republished

- ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਗਿਣੋ ਅਤੇ ਬਕਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ ।



# ਭੁੱਲ-ਭੁੱਲਈਆ

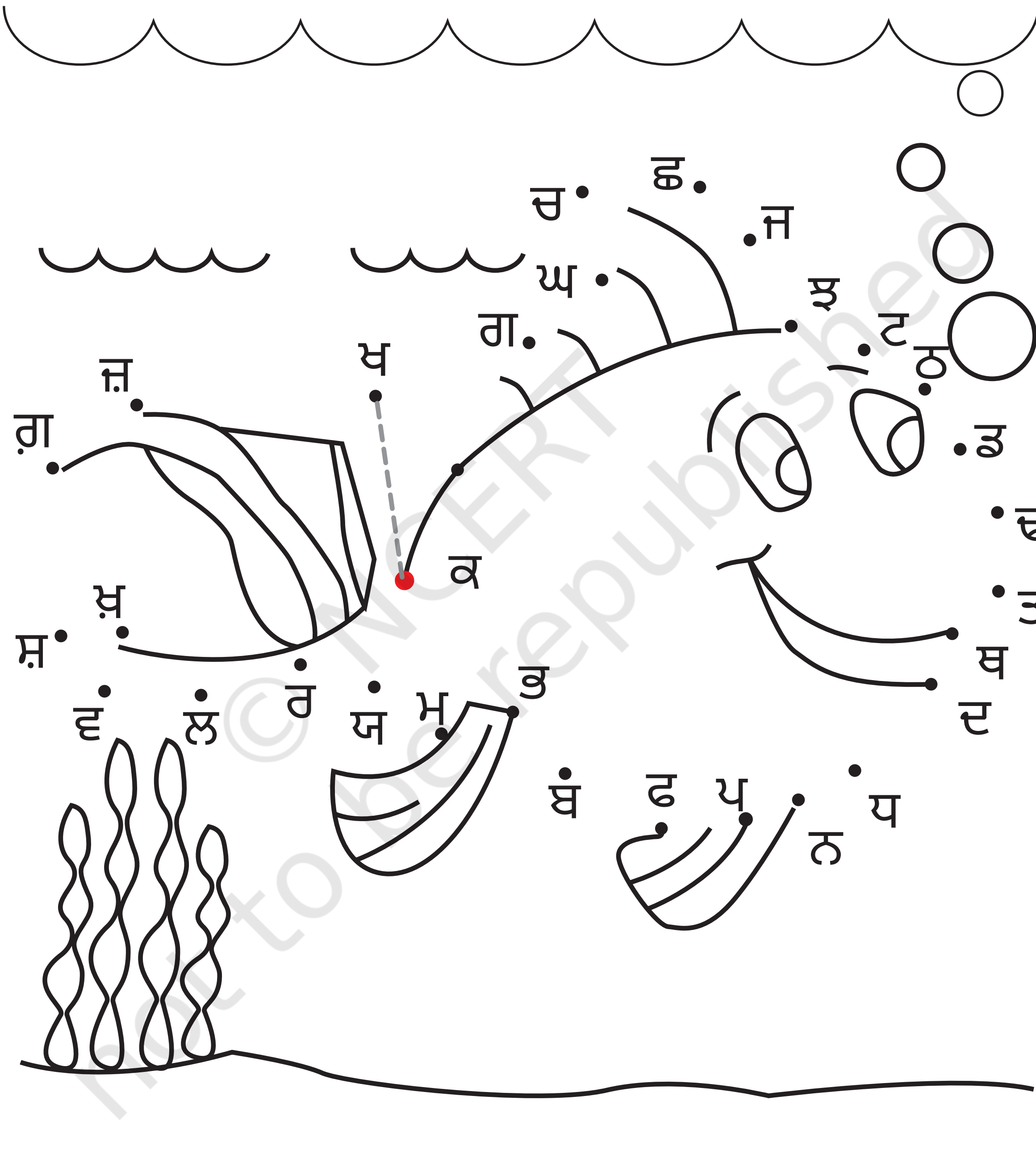
ਚੂਹੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਬਿੱਲੀ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ.



© NCERT not to be republished

# ਬਿੰਦੂ ਮਿਲਾਣ

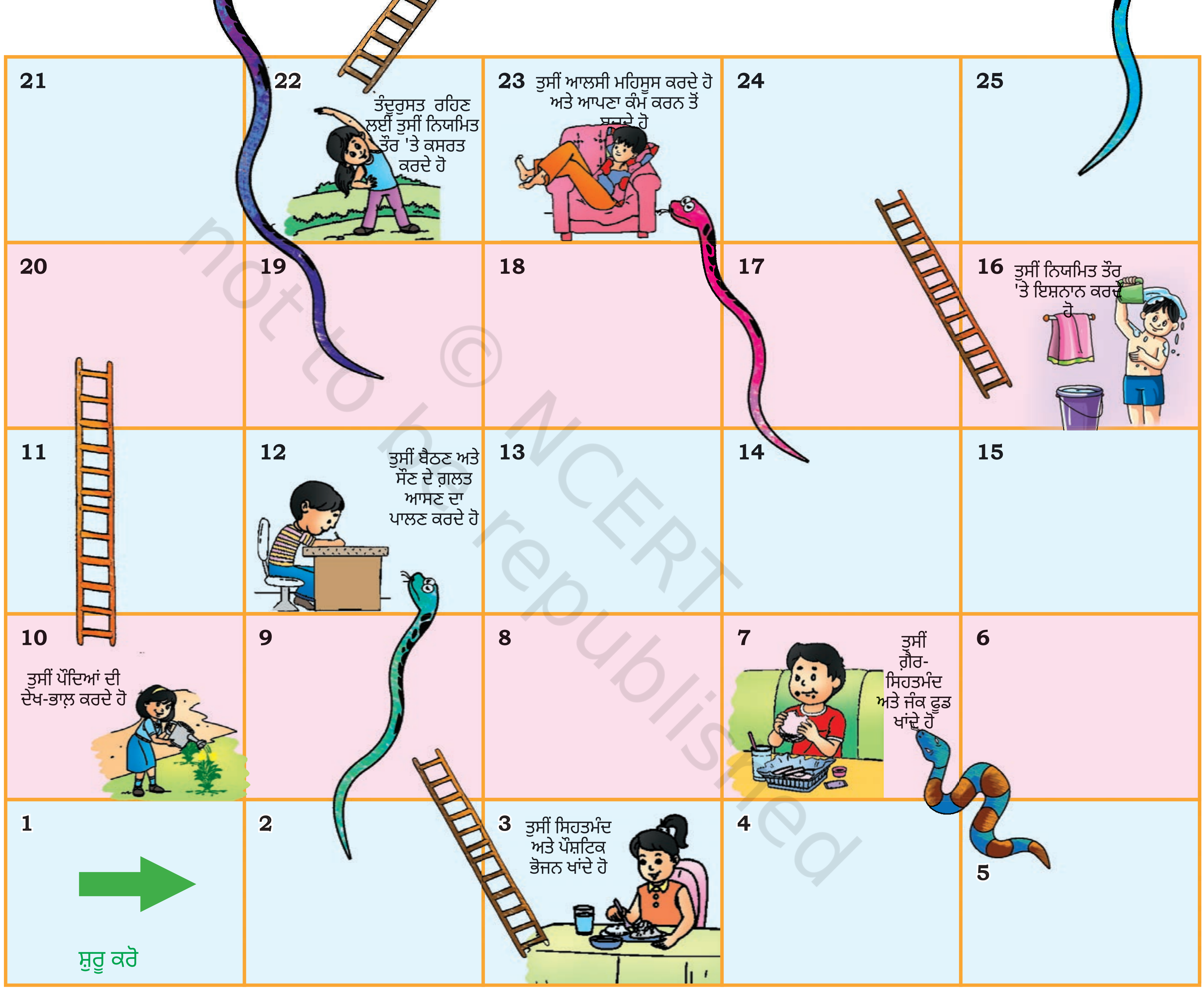
- ਲਾਲ ● ਬਿੰਦੂ ਤੋਂ ਮਿਲਾਣ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ।
- ਹੁਣ ਚਿੱਤਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦਾ ਰੰਗ ਭਰੋ ।




© NCERT not to be republished

## ਚੰਗੀਆਂ ਅਤੇ ਬੁਰੀਆਂ ਆ

© NCERT not to be republished




© NCERT not to be republished

© NCERT
not to be republished