പരിസരപഠനം

ഭാഗം - 2

സ്റ്റാൻഡേർഡ് III

കേരളസർക്കാർ
പൊതുവിദ്യാഭ്യാസവകുപ്പ്

തയ്യാറാക്കിയത്
സംസ്ഥാന വിദ്യാഭ്യാസ ഗവേഷണ പരിശീലന സമിതി (SCERT) കേരളം

2024

ദേശീയഗാനം

ജനഗണമന അധിനായക ജയഹേ
ഭാരതഭാഗ്യവിധാതാ,
പഞ്ചാബസിന്ധു ഗുജറാത്ത മറാഠാ
ദ്രാവിഡ ഉത്ക്കല ബംഗാ,
വിന്ധ്യഹിമാചല യമുനാഗംഗാ,
ഉച്ഛല ജലധിതരംഗാ,
തവശുഭനാമേ ജാഗേ,
തവശുഭ ആശിഷ മാഗേ,
ഗാഹേ തവ ജയഗാഥാ
ജനഗണമംഗലദായക ജയഹേ
ഭാരതഭാഗ്യവിധാതാ
ജയഹേ, ജയഹേ, ജയഹേ,
ജയ ജയ ജയ ജയഹേ!

പ്രതിജ്ഞ

ഇന്ത്യ എന്റെ രാജ്യമാണ്. എല്ലാ ഇന്ത്യക്കാരും എന്റെ സഹോദരീ സഹോദരന്മാരാണ്.

ഞാൻ എന്റെ രാജ്യത്തെ സ്നേഹിക്കുന്നു; സമ്പൂർണ്ണവും വൈവിധ്യപൂർണ്ണവുമായ അതിന്റെ പാരമ്പര്യത്തിൽ ഞാൻ അഭിമാനം കൊള്ളുന്നു.

ഞാൻ എന്റെ മാതാപിതാക്കളെയും ഗുരുക്കന്മാരെയും മുതിർന്നവരെയും ബഹുമാനിക്കും.

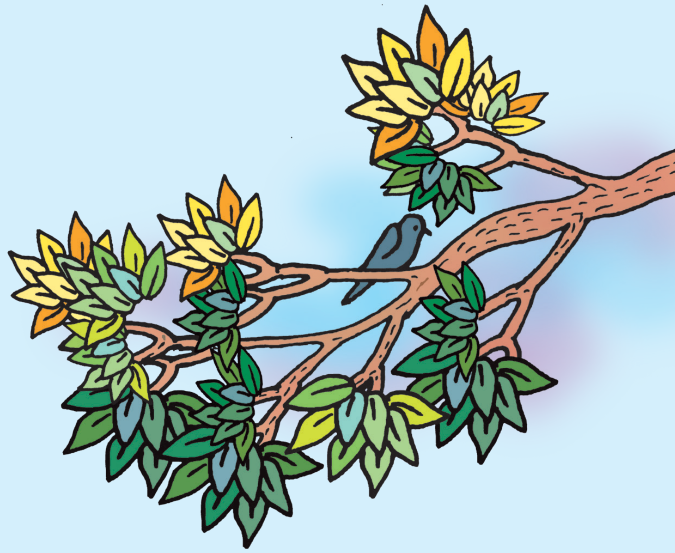
ഞാൻ എന്റെ രാജ്യത്തിന്റെയും എന്റെ നാട്ടുകാരുടെയും ക്ഷേമത്തിനും ഐശ്വര്യത്തിനും വേണ്ടി പ്രയത്നിക്കും.

3

പരിസരപഠനം

Prepared by

State Council of Educational Research and Training (SCERT)
Poojappura, Thiruvananthapuram 695012, Kerala
Website : www.scertkerala.gov.in, e-mail : scertkerala@gmail.com
Typeset and design by : SCERT
First Edition - 2024
Printed at : KBPS, Kakkanad, Kochi-30
© Department of General Education, Government of Kerala

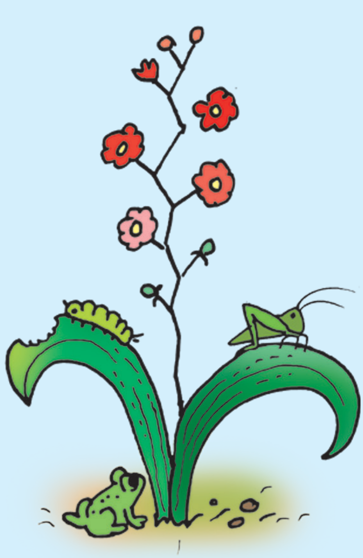


കൂട്ടുകാരേ,

നമ്മൾ ജീവിക്കുന്ന പരിസരത്തെ ആഴത്തിൽ നിരീക്ഷിച്ചു പഠിക്കാൻ വേണ്ട അടിസ്ഥാനവിവരങ്ങളും വൈവിധ്യമാർന്ന പ്രവർത്തനങ്ങളുമാണ് ഈ പുസ്തകത്തിലുള്ളത്. അങ്ങനെ നിരീക്ഷിക്കുമ്പോൾ ജീവികളുടെയും വസ്തുക്കളുടെയും സവിശേഷതകൾ മനസ്സിലാക്കാനും അവയ്ക്കുള്ള പരസ്പരബന്ധം തിരിച്ചറിയാനും നിങ്ങൾക്ക് കഴിയും. ഒപ്പം, സമൂഹജീവി എന്ന നിലയിൽ മനുഷ്യരുടെ ജീവിതത്തെ സ്വാധീനിക്കുന്ന അടിസ്ഥാനഘടകങ്ങളെപ്പറ്റി മനസ്സിലാക്കാനും പുസ്തകം അവസരമൊരുക്കുന്നുണ്ട്. കൂട്ടുകാരോടൊത്തുചേർന്ന് ചെയ്യാനുള്ള നിരവധി പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഈ പുസ്തകത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. നിരീക്ഷിച്ചും ചോദ്യങ്ങളുയർത്തിയും ചർച്ചചെയ്തും സംവദിച്ചും ലഘുപരീക്ഷണങ്ങളും പ്രോജക്ടുകളും ഏറ്റെടുത്തും രസകരമായി അറിവുനിർമ്മാണത്തിൽ ഏർപ്പെടാനുള്ള സന്ദർഭങ്ങളാണ് പരിസരപഠനപുസ്തകം മുന്നോട്ടുവയ്ക്കുന്നത്. പുസ്തകത്തിൽ നൽകിയിരിക്കുന്ന വിവരങ്ങൾ കൂടുതൽ അന്വേഷിക്കാനും കണ്ടെത്താനും നിങ്ങൾക്ക് പ്രേരണയാകും എന്ന് വിശ്വസിക്കുന്നു. ആസ്വദിച്ചുപഠിക്കൂ...

ആശംസകളോടെ,

ഡോ. ജയപ്രകാശ് ആർ.കെ.
ഡയറക്ടർ
എസ്.സി.ഇ.ആർ.ടി., കേരളം



പാഠപുസ്തകരചനാസമിതി

അഡ്വൈസർ

ഡോ. എ. സലാഹുദ്ദീൻ കുഞ്ഞ്
പ്രിൻസിപ്പാൾ (റിട്ട.)
യൂണിവേഴ്സിറ്റി കോളേജ് തിരുവനന്തപുരം

ചെയർപേഴ്സൺ

ഡോ. സംഗീത ചേനംപുല്ലി
അസിസ്റ്റന്റ് പ്രൊഫസർ,
എസ്.എൻ.ജി.എസ്. കോളേജ് പട്ടാമ്പി
പാലക്കാട്

വിദഗ്ധർ

സാനു വി.കെ.
സീനിയർ ലക്ചറർ (റിട്ട.), ഡയറ്റ് ഇടുക്കി

ഡോ. ഇന്ദു പി.
സീനിയർ ലക്ചറർ, ഡയറ്റ് എറണാകുളം

അംഗങ്ങൾ

രാജേന്ദ്രകുമാർ എൻ.എസ്.
ബി. പി. ഒ, (റിട്ട.) ബി. ആർ. സി
കോന്നി, പത്തനംതിട്ട

അനീഷ്ബാബു എം.
എൽ.പി.എസ്.ടി., ഗവ. മോഡൽ എൽ.പി. സ്കൂൾ
കുമ്പനാട്, പത്തനംതിട്ട

ധന്യ പി.ജെ.
എൽ.പി.എസ്.ടി.,
ജി.യു.പി. സ്കൂൾ ചോക്കാട്, മലപ്പുറം

തോമസ് പി.
എൽ.പി.എസ്.ടി.,
ജി.എൽ.പി. സ്കൂൾ കാവാലം, ആലപ്പുഴ

ഷമീർ സി.എ.
എൽ.പി.എസ്.ടി., ഗവ. ഹയർ സെക്കൻഡറി സ്കൂൾ
ബൈസൺവാലി, ഇടുക്കി

പൗർണമി പി.വി.
എൽ.പി.എസ്.ടി.,
ജി.എൽ.പി. സ്കൂൾ പാലിയംതുരുത്ത്, തൃശൂർ

പ്രതീപ് ഡി.
എൽ.പി.എസ്.ടി., ജി.യു.പി. സ്കൂൾ ചാക്ക, തിരുവനന്തപുരം

ചിത്രകാരർ

ദക്ഷ് ദേവ് എൻ., അനന്യ എസ്. സുഭാഷ്,
റോസ് മരിയ സെബാസ്റ്റ്യൻ (സ്കൂൾ വിദ്യാർത്ഥികൾ)
സാരംഗ് എസ്., ഷോബിൻ എസ്. എസ്., ജോയൽ ചാക്കോ
(ഫൈൻ ആർട്സ് കോളേജ് വിദ്യാർത്ഥികൾ)
എൻ.ടി. രാജീവ്, ഗിരീഷ് പെരുവക, സിഗ്നി ദേവരാജ് (ചിത്രകലാ അധ്യാപകർ)

കവർചിത്രം

എൻ.ടി. രാജീവ്

അക്കാദമിക് കോ ഓർഡിനേറ്റർ

ഡോ. ടി.വി. വിനീഷ്
റിസർച്ച് ഓഫീസർ, എസ്.സി.ഇ.ആർ.ടി. കേരളം

സംസ്ഥാന വിദ്യാഭ്യാസ ഗവേഷണ പരിശീലന സമിതി (SCERT)
വിദ്യാഭവൻ, പൂജപ്പുര, തിരുവനന്തപുരം 695 012

ഉള്ളടക്കം

5. ആഹാരവും ആരോഗ്യവും 77-94

6. സുരക്ഷിതജീവിതം 95-113

7. നാം ജീവിക്കുന്ന ലോകം 114-133

8. വീടും കൂടും 134-148

ഈ പുസ്തകത്തിൽ സൗകര്യത്തിനായി ചില മുദ്രകൾ ഉപയോഗിച്ചിരിക്കുന്നു

- അനുബന്ധവായന (വിലയിരുത്തലിന് വിധേയമാക്കേണ്ടതില്ല)
- ആശയ വ്യക്തത വരുത്തുന്നതിന് ഐസിടി സാധ്യത
- വിലയിരുത്താം
- തുടർപ്രവർത്തനങ്ങൾ

ഭാരതത്തിന്റെ ഭരണഘടന

ആമുഖം

ഭാരതത്തിലെ ജനങ്ങളായ നാം ഭാരതത്തെ ഒരു [1]**[പരമാധികാര സ്ഥിതിസമത്വ മതേതര ജനാധിപത്യ റിപ്പബ്ലിക്കായി]** സംവിധാനം ചെയ്യുവാനും അതിലെ പൗരന്മാർക്കെല്ലാം:

സാമൂഹ്യവും സാമ്പത്തികവും രാഷ്ട്രീയവും ആയ **നീതിയും;**

ചിന്തയ്ക്കും ആശയപ്രകടനത്തിനും വിശ്വാസത്തിനും മതനിഷ്ഠയ്ക്കും ആരാധനയ്ക്കും ഉള്ള **സ്വാതന്ത്ര്യവും;**

പദവിയിലും അവസരത്തിലും **സമത്വവും;** സംപ്രാപ്തമാക്കുവാനും;

അവർക്കെല്ലാമിടയിൽ

വ്യക്തിയുടെ അന്തസ്സും [2][രാഷ്ട്രത്തിന്റെ ഐക്യവും അഖണ്ഡതയും] ഉറപ്പുവരുത്തിക്കൊണ്ട് **സാഹോദര്യം** പുലർത്തുവാനും;

സഗൗരവം തീരുമാനിച്ചിരിക്കയാൽ;

നമ്മുടെ ഭരണഘടനാനിർമ്മാണസഭയിൽ ഈ 1949 നവംബർ ഇരുപത്താറാം ദിവസം **ഇതിനാൽ ഈ ഭരണഘടനയെ സ്വീകരിക്കുകയും നിയമമാക്കുകയും നമുക്കുതന്നെ പ്രദാനം ചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്നു.**

---

1. 1976 - ലെ ഭരണഘടന (നാല്പത്തിരണ്ടാം ഭേദഗതി) ആക്റ്റ് 2-ാം വകുപ്പു പ്രകാരം "പരമാധികാര ജനാധിപത്യ റിപ്പബ്ലിക് "എന്നതിന് പകരം ചേർത്തത് (3.1.1977 മുതൽ പ്രാബല്യം).
2. മേല്പറഞ്ഞ ആക്റ്റ് 2-ാം വകുപ്പു പ്രകാരം "രാഷ്ട്രത്തിന്റെ ഐക്യം" എന്നതിനു പകരം ചേർത്തത് (3.1.1977 മുതൽ പ്രാബല്യം).

5

ആഹാരവും ആരോഗ്യവും

നിങ്ങൾ പച്ചക്കറി സാലഡ് കഴിച്ചിട്ടുണ്ടോ? നിങ്ങൾക്ക് ഏതെങ്കിലും ഭക്ഷ്യവിഭവങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാൻ അറിയാമോ? എന്തെല്ലാം വിഭവങ്ങളാണ് തയ്യാറാക്കിയിട്ടുള്ളത്?

ഭക്ഷ്യവിഭവങ്ങൾ

നിങ്ങൾ കഴിക്കാറുള്ള വിഭവങ്ങൾ ഏതെല്ലാമാണ്?

നിങ്ങളുടെ കൂട്ടുകാരോ?

ഏതൊക്കെ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിച്ചാണ് ഈ വിഭവങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നത്? പട്ടിക പൂർത്തിയാക്കൂ.

വിഭവം	ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ
ചോറ്	അരി
ചപ്പാത്തി	ഗോതമ്പ്, ...
സാമ്പാർ	ഉരുളക്കിഴങ്ങ്, വെണ്ടയ്ക്ക, തക്കാളി, പരിപ്പ്, ...
മുട്ടക്കറി	മുട്ട, സവാള, ...

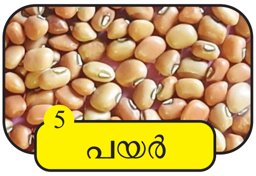
പട്ടികയിൽ എഴുതിയ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ എല്ലാം ഒരേ ഇനമാണോ?

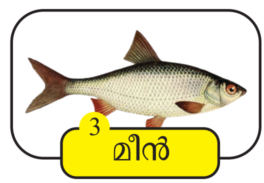
ഒരേ തരത്തിലുള്ളവയേതെല്ലാം?

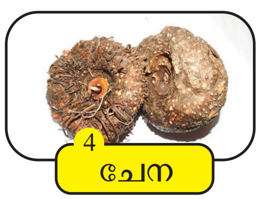
തരംതിരിക്കാം

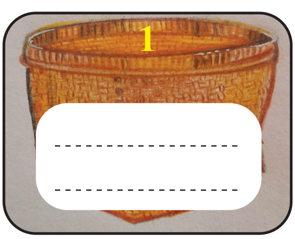
ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളുടെ പേരും ചിത്രവും ശ്രദ്ധിക്കൂ.

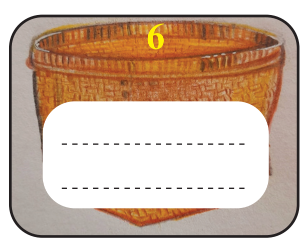
അതിൽ നൽകിയിരിക്കുന്ന സംഖ്യാസൂചനകൾ അനുസരിച്ച് ഭക്ഷണക്കൂടയിൽ പേരുകൾ എഴുതൂ.











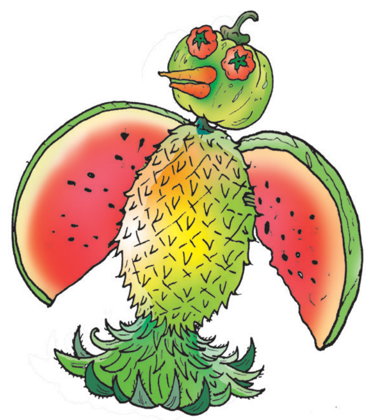
ഒന്നാമത്തെ കൂടയിലുള്ളവ ഏതെല്ലാം?

ഇവ ഏത് വിഭാഗത്തിൽപ്പെടുന്നു?

പദസൂര്യൻ പൂർത്തിയാക്കൂ.

രണ്ടാമത്തെ കൂടയിലുള്ള ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളെ ഏതു വിഭാഗത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്താം?

കൂടുതൽ പഴങ്ങൾ കണ്ടെത്തിയെഴുതൂ.



കൈതച്ചക്ക പക്ഷിയായി മാറിയത് കണ്ടുവോ? ഏതൊക്കെ പഴങ്ങളും പച്ചക്കറികളും ഈ പക്ഷിരൂപത്തിലുണ്ട്?

ഇതുപോലെ മറ്റൊരു രൂപം തയ്യാറാക്കാമോ?

മൂന്നാം കൂടയിലുള്ള ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ കണ്ടല്ലോ.

ജന്തുക്കളിൽ നിന്ന് ലഭിക്കുന്ന മറ്റേതെല്ലാം ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ നിങ്ങൾക്കറിയാം?

നാലാം കൂടയിലുള്ള ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ ഏതു വിഭാഗത്തിലാണ് ഉൾപ്പെടുന്നത്?

കിഴങ്ങുവർഗങ്ങൾ

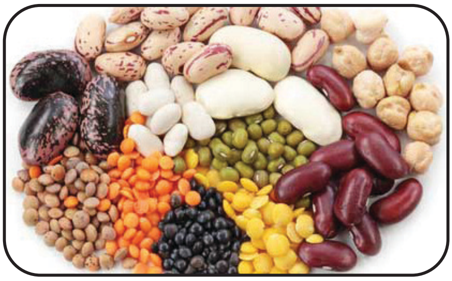
മണ്ണിനടിയിൽ
ഉണ്ടാകുന്ന ഞാൻ
കിഴങ്ങുവർഗത്തിൽ
ഉൾപ്പെടുന്നു.

നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്ത് കൃഷിചെയ്യുന്ന കിഴങ്ങുവർഗങ്ങൾ ഏതെല്ലാമാണ്?

ചേന, ...

ഏതു വിഭാഗം ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളാണ് അഞ്ചാം കൂടയിലുള്ളത്?

പയറുവർഗങ്ങൾ



നാം ഭക്ഷണമായി ഉപയോഗിക്കുന്ന പയറുവർഗങ്ങൾ ഏതെല്ലാമാണ്? എഴുതിനോക്കൂ.

ബീൻസ്, ...

....

ധാന്യങ്ങൾ

ആറാം കൂടയിലുള്ള ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ ഏതെല്ലാം? ഇവയുപയോഗിച്ച് തയ്യാറാക്കുന്ന ഏതെല്ലാം വിഭവങ്ങൾ നിങ്ങൾക്കറിയാം? പദസൂര്യൻ പൂർത്തിയാക്കൂ.

അരി

ഗോതമ്പ്

ചെറുധാന്യങ്ങൾ

റാഗി

തിന

ചാമ

ചെറുധാന്യങ്ങൾ എന്ന വിഭാഗത്തിലാണ് ഇവ ഉൾപ്പെടുന്നത്.

മറ്റു ചെറുധാന്യങ്ങൾ ഏതെല്ലാമെന്ന് അന്വേഷിച്ചറിയൂ.

ചെറുധാന്യങ്ങൾ കൊണ്ടുണ്ടാക്കുന്ന ഭക്ഷ്യവിഭവങ്ങളെക്കുറിച്ച് നിങ്ങൾക്കറിയാമോ? കണ്ടെത്തിയെഴുതൂ.

റാഗിപ്പുട്ട്, ചാമ ഉപ്പുമാവ്, ...

....

നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്ത് ചെറുധാന്യങ്ങൾ കൃഷിചെയ്യുന്നുണ്ടോ? അന്വേഷിച്ചറിയൂ.

കേരളത്തിലെ ഏക ഗോത്രവർഗ പഞ്ചായത്താണ് ഇടുക്കി ജില്ലയിലെ ഇടമലക്കുടി. അവിടത്തുകാർ ചെറുധാന്യമായ റാഗി കുറുക്കി തയ്യാറാക്കുന്ന ഭക്ഷണമാണ് "കൊറങ്കാട്ടി"

പഴങ്ങൾ, പച്ചക്കറികൾ, ധാന്യങ്ങൾ തുടങ്ങി ഓരോ വിഭാഗത്തിലും കൂടുതൽ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ കണ്ടെത്തി താഴെക്കൊടുത്ത പട്ടിക വിപുലീകരിക്കൂ.

-------------	-------------	-------------	-------------	പഴങ്ങൾ	-------------
അരി	ചേന	ബീൻസ്	വെണ്ടയ്ക്ക ചീര	പേരയ്ക്ക	മുട്ട

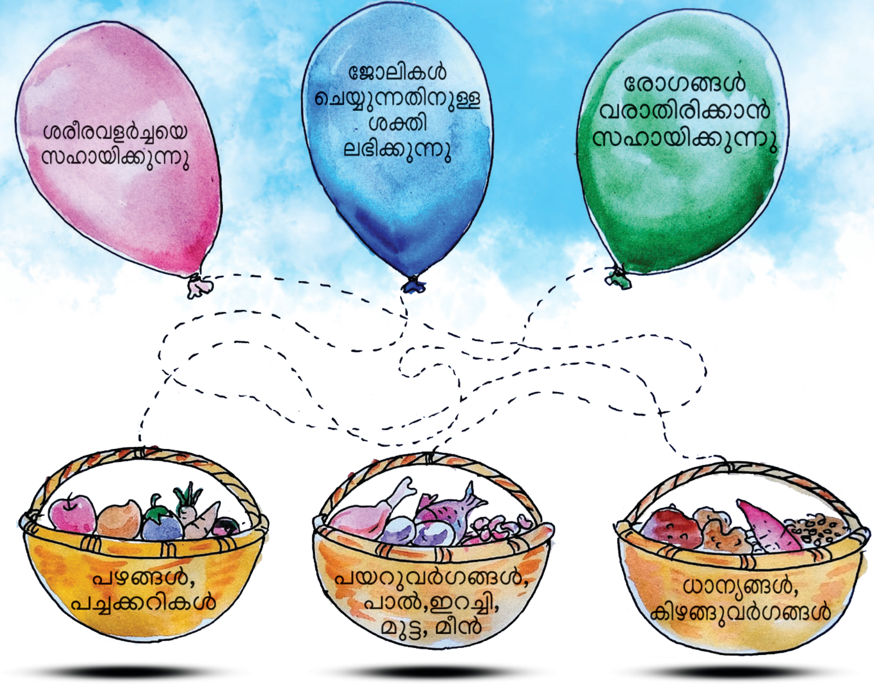
ആരോഗ്യവും ഭക്ഷണവും

വിവിധ വിഭാഗത്തിൽപ്പെട്ട ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ ഭക്ഷണത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തുന്നത് എന്തിനായിരിക്കാം? കൂട്ടുകാരുമായി ചർച്ചചെയ്യൂ.

- നന്നായി വളരാൻ
- രോഗങ്ങൾ വരാതിരിക്കാൻ
-

വരച്ചുചേർക്കാം

ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളിൽ നിന്ന് ബലൂണിന്റെ നൂലിലൂടെ വരച്ചുനോക്കൂ. ആ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളിലൂടെ ശരീരത്തിന് കൂടുതലായി ലഭിക്കുന്ന ഗുണങ്ങൾ രേഖപ്പെടുത്തിയ ബലൂണിലെത്താം.



നാം മനസ്സിലാക്കിയ വിവരങ്ങൾ എഴുതിനോക്കാം.

ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ	ലഭിക്കുന്ന ഗുണങ്ങൾ
ധാന്യങ്ങൾ	
കിഴങ്ങുവർഗങ്ങൾ	
പച്ചക്കറികൾ	
പഴങ്ങൾ	
പയറുവർഗങ്ങൾ	
പാൽ	
ഇറച്ചി	
മുട്ട	
മീൻ	

നമ്മുടെ ശരീരത്തിന്റെ ആരോഗ്യത്തിനും വളർച്ചയ്ക്കും വിവിധ തരത്തിലുള്ള ഭക്ഷ്യവിഭവങ്ങൾ കഴിക്കേണ്ടത് ആവശ്യമാണ്.

എണ്ണയിൽ തയ്യാറാക്കുന്ന വിഭവങ്ങളും നിങ്ങൾ കഴിക്കാറില്ലേ. എന്തെല്ലാമാണവ?

ഡോക്ടർ പറയുന്നത് കേൾക്കൂ.

കുടിവെള്ളം

നിങ്ങൾ ഒരു ദിവസം
എത്ര ഗ്ലാസ് വെള്ളം കുടിക്കും?

നമ്മുടെ പ്രായത്തിലുള്ള കുട്ടികൾ ദിവസവും 6 മുതൽ 8 വരെ ഗ്ലാസ് വെള്ളം കുടിക്കണം. കാലാവസ്ഥയ്ക്കും കായിക പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കുമനുസരിച്ച് ഇതിന് മാറ്റം വരാം. പഴങ്ങൾ, പച്ചക്കറികൾ എന്നിവ ഭക്ഷണത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തുകയും വേണം.

ആരോഗ്യത്തോടെ ജീവിക്കാൻ ഗുണമേന്മയുള്ള ഭക്ഷണവും ശരിയായ ആഹാരശീലങ്ങളും ആവശ്യമാണല്ലോ.

താഴെ പറയുന്ന പട്ടികയിൽ കഴിഞ്ഞ ഒരാഴ്ചയിൽ ഓരോ ദിവസവും കഴിച്ച ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളുടെ പേര് രേഖപ്പെടുത്തുക. പട്ടിക വിശകലനം ചെയ്ത് സ്വന്തം ഭക്ഷണക്രമത്തിൽ വരുത്തേണ്ട മാറ്റങ്ങൾ കണ്ടെത്തുക.

എന്റെ ആരോഗ്യക്കാർഡ്

പേര് : ----------------------------------

ക്ലാസ് : ---------------------------------- ഭാരം : ------------

ഡിവിഷൻ : ---------------------------------- ഉയരം : ------------

ധാന്യങ്ങൾ, കിഴങ്ങുവർഗങ്ങൾ	ഒന്നാം ദിവസം	രണ്ടാം ദിവസം	മൂന്നാം ദിവസം	നാലാം ദിവസം	അഞ്ചാം ദിവസം	ആറാം ദിവസം	ഏഴാം ദിവസം

പയറുവർഗങ്ങൾ	ഒന്നാം ദിവസം	രണ്ടാം ദിവസം	മൂന്നാം ദിവസം	നാലാം ദിവസം	അഞ്ചാം ദിവസം	ആറാം ദിവസം	ഏഴാം ദിവസം

പാൽ, മീൻ, മുട്ട, ഇറച്ചി	ഒന്നാം ദിവസം	രണ്ടാം ദിവസം	മൂന്നാം ദിവസം	നാലാം ദിവസം	അഞ്ചാം ദിവസം	ആറാം ദിവസം	ഏഴാം ദിവസം

	ഒന്നാം ദിവസം	രണ്ടാം ദിവസം	മൂന്നാം ദിവസം	നാലാം ദിവസം	അഞ്ചാം ദിവസം	ആറാം ദിവസം	ഏഴാം ദിവസം
കുടിച്ച വെള്ളത്തിന്റെ അളവ്							

	ഒന്നാം ദിവസം	രണ്ടാം ദിവസം	മൂന്നാം ദിവസം	നാലാം ദിവസം	അഞ്ചാം ദിവസം	ആറാം ദിവസം	ഏഴാം ദിവസം
പച്ചക്കറികൾ, പഴങ്ങൾ							

ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതിനു മുമ്പും ശേഷവും കൈയും മുഖവും നന്നായി കഴുകുന്നു.

ഉണ്ട്	
ഇല്ല	

കൂട്ടുകാരോടൊപ്പം ഓടിച്ചാടിയുള്ള വിവിധ കളികളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു.

ഉണ്ട്	
ഇല്ല	

പച്ചക്കറികൾ നടൽ, നനയ്ക്കൽ തുടങ്ങിയ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു.

ഉണ്ട്	
ഇല്ല	

സാലഡ് തയ്യാറാക്കാം

പലതരം പഴങ്ങളും പച്ചക്കറികളും ഇലകളും ഉൾപ്പെടുത്തി സ്വാദിഷ്ഠമായ ഒരു സാലഡ് നമുക്ക് തയ്യാറാക്കിയാലോ? വേവിക്കാതെ കഴിക്കുന്ന വിഭവങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുമ്പോൾ എന്തെല്ലാം കാര്യങ്ങളാണ് ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത്?

ക്ലാസിൽ ചർച്ചചെയ്യൂ.

ചിത്രത്തിൽ ഏതെല്ലാം ഇനം ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ ഉണ്ട് ?

പലയിനങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് തയ്യാറാക്കിയ ഒരു സാലഡിന്റെ ചിത്രം നോക്കൂ.

ഇതിലെ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ തിരിച്ചറിയൂ.

നിങ്ങൾ ഒരു സാലഡ് ഉണ്ടാക്കുകയാണെങ്കിൽ ഏതെല്ലാം ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിക്കും?

നിർമ്മിക്കുന്ന വിധം എഴുതൂ.

സാലഡിന്റെ ചിത്രവും വരച്ച് നിറം നൽകൂ.

ഈ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ നമ്മുടെ ആരോഗ്യത്തിന്
എങ്ങനെ പ്രയോജനപ്പെടുന്നു?

വേവിച്ചും അല്ലാതെയും കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളെ തരം തിരിക്കാം.

വേവിച്ചു കഴിക്കുന്നവ	വേവിക്കാതെ കഴിക്കുന്നവ	വേവിച്ചോ വേവിക്കാതെയോ കഴിക്കുന്നവ
അരി	ചാമ്പക്ക	ക്യാരറ്റ്

നാം കഴിക്കുന്ന വിഭവങ്ങളിൽ ഏതാണ് കൂടുതൽ? വേവിച്ചതോ, വേവിക്കാത്തതോ?

വേവിക്കാതെ കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷ്യവിഭവങ്ങൾ കൂടുതലും ഏത് വിഭാഗത്തിൽപ്പെട്ടവയാണ്? വേവിച്ചു കഴിക്കുന്നവയോ?

എന്തിനാണ് ഭക്ഷണം വേവിക്കുന്നത്?

- രുചി വർധിപ്പിക്കാൻ
-
-

ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതത്തിന് ഏതെല്ലാം ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ ആവശ്യമാണെന്ന് നമ്മൾ മനസ്സിലാക്കിയല്ലോ. നിങ്ങളുടെ ഭക്ഷണക്രമത്തിൽ എന്തെങ്കിലും മാറ്റങ്ങൾ വരുത്തേണ്ടതുണ്ടോ?

അഭിപ്രായമെഴുതൂ.

ആഹാരശീലങ്ങൾ

ഭക്ഷണം നന്നായി ചവച്ചരച്ചാണോ നമ്മൾ കഴിക്കാറുള്ളത്?

ഭക്ഷണം ചവച്ചരച്ചുകഴിക്കുന്നതിന്റെ പ്രാധാന്യം എന്തെല്ലാമാണെന്നറിയാമോ?

- ദഹനം എളുപ്പമാകും
- വിവിധ രുചികൾ തിരിച്ചറിയാം

താഴെപ്പറയുന്ന ശീലങ്ങൾ ശരിയോ തെറ്റോ എന്ന് രേഖപ്പെടുത്തൂ...

- കൈ വൃത്തിയായി കഴുകാതെ ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നു
- ഇറച്ചി നന്നായി വേവിച്ച് കഴിക്കുന്നു
- പഴങ്ങളും പച്ചക്കറികളും കഴുകി ഉപയോഗിക്കുന്നു
- ജീവികൾ കടിച്ച പഴങ്ങൾ കഴിക്കാറില്ല
- വെള്ളം കുടിക്കാൻ മടി കാണിക്കുന്നു
- രാവിലത്തെ തിരക്കിൽ പ്രഭാതഭക്ഷണം ശരിയായി കഴിക്കാറില്ല

അടുക്കളത്തോട്ടം

നിങ്ങളുടെ വീട്ടുപരിസരത്ത് ഏതെല്ലാം പഴങ്ങളും പച്ചക്കറികളുമുണ്ട്?

വീട്ടുവളപ്പിൽ നട്ടുണ്ടാക്കുന്ന പഴങ്ങൾക്കും പച്ചക്കറികൾക്കുമുള്ള ഗുണങ്ങൾ എന്തെല്ലാം?

- പുതുമ നഷ്ടപ്പെടാതെ ഉപയോഗിക്കാം
-
-
-

പപ്പായ

പഴമായും പച്ചക്കറിയായും ഞങ്ങളെ ഉപയോഗിക്കുന്നു. പഴുത്താൽ പല ജീവികൾക്കും ഞങ്ങൾ ഭക്ഷണമാകും. ഓരോ പ്രദേശത്തും ഓരോ പേരിലാണ് ഞങ്ങൾ അറിയപ്പെടുന്നത്. നിങ്ങളുടെ നാട്ടിൽ ഞങ്ങളെ വിളിക്കുന്ന പേരെന്താണ്?

നിങ്ങളുടെ സ്കൂളിലോ വീട്ടിലോ പപ്പായമരമുണ്ടോ?

ഇല്ലെങ്കിൽ നട്ടുവളർത്തൂ.

ഇതുപോലെ നമ്മുടെ പ്രദേശത്ത് കണ്ടുവരുന്ന മറ്റേതെല്ലാം ഫലങ്ങളുണ്ട്? പട്ടികപ്പെടുത്തൂ.

സ്കൂൾ പച്ചക്കറിത്തോട്ടം

സ്കൂളിലെ പച്ചക്കറിത്തോട്ടത്തിൽ എന്തെല്ലാമാണ് കൃഷി ചെയ്യുന്നത്?

ആരോഗ്യമുള്ള ജീവിതത്തിന് ആവശ്യമായ വിവിധതരം വിളകൾ നിങ്ങളുടെ തോട്ടത്തിലുണ്ടോ?

പട്ടിക തയ്യാറാക്കാം.

ഇനങ്ങൾ	നിലവിൽ തോട്ടത്തിലുള്ളവ	ഇനി ഉൾപ്പെടുത്തേണ്ടവ
പയറുവർഗങ്ങൾ		
കിഴങ്ങുവർഗങ്ങൾ		
പച്ചക്കറികൾ		
ഇലക്കറികൾ		

തയ്യാറാക്കിയ പട്ടികയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ കൂട്ടുകാരുമായി ചേർന്ന് പച്ചക്കറിത്തോട്ടം വിപുലീകരിക്കൂ.

നിരീക്ഷിക്കാം, കണ്ടെത്താം

പച്ചക്കറിത്തോട്ടം നമുക്ക് മാത്രമാണോ പ്രയോജനപ്പെടുന്നത്?

ചിത്രം നോക്കൂ.

മറ്റേതെല്ലാം ജീവികൾ തോട്ടത്തിൽ വരാറുണ്ട്? ഇവ കൃഷിത്തോട്ടത്തിൽ വരുന്നത് കീടങ്ങളെ തിന്നാൻ മാത്രമാണോ?

വിളവുതിന്നാൻ വരുന്നവയുണ്ടോ?

അവയുടെ സംഭാഷണം ചിത്രീകരിക്കൂ. ചിത്രീകരണം ക്ലാസിൽ പ്രദർശിപ്പിക്കൂ.

നമ്മൾ നടാതെ തന്നെ മുളക്, പപ്പായ തുടങ്ങിയ സസ്യങ്ങൾ വളർന്നുവരുന്നത് ശ്രദ്ധിച്ചിട്ടുണ്ടോ? ഇതെങ്ങനെയായിരിക്കും?

കീടനിയന്ത്രണത്തിലും വിത്തു വിതരണത്തിലും ജീവികൾക്ക് പങ്കുണ്ട്.

വിലയിരുത്താം

1. അനുയോജ്യമായ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ ശരീരഭാഗങ്ങളായുൾപ്പെടുത്തി ഒരു മനുഷ്യന്റെ രൂപം വരയ്ക്കുക. ഉപയോഗിച്ച ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളുടെ ഗുണങ്ങളെഴുതുക.

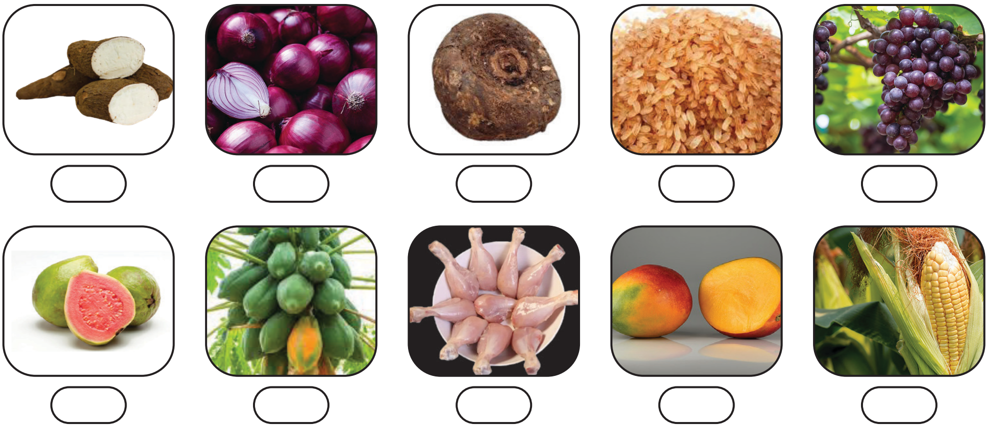
2. മിത്ര തയ്യാറാക്കിയ ബർഗർ നോക്കൂ.
ഏതെല്ലാം ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ ഇതിൽ അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്?

ഈ വിഭവം ആരോഗ്യകരമാണോ? എന്തുകൊണ്ട്?

3. ചേരുന്നവ വരച്ചുയോജിപ്പിക്കൂ.

കിഴങ്ങ്	മാംസ്യം
ധാന്യം	കൊഴുപ്പ്
മുട്ട	ചേമ്പ്
ചെറുധാന്യം	ബാർലി
എണ്ണ	ചാമ

4. ചിത്രത്തിലെ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളെ കണ്ടല്ലോ. നാം വേവിച്ച് കഴിക്കുന്നവയ്ക്ക് ചുവപ്പ് നിറവും വേവിക്കാതെ കഴിക്കുന്നവയ്ക്ക് പച്ച നിറവും വേവിച്ചോ വേവിക്കാതെയോ കഴിക്കാവുന്നവയ്ക്ക് മഞ്ഞ നിറവും നൽകണം. ചിത്രത്തിന് താഴെയുള്ള ചെറിയ ബോക്സിലാണ് നിറം നൽകേണ്ടത്.



തുടർപ്രവർത്തനങ്ങൾ

1. മിത്രയും അനുജനും പച്ചക്കറിത്തോട്ടത്തിൽ വിളവെടുക്കുകയാണ്.

നമുക്കും ഒരു പച്ചക്കറിത്തോട്ടം ഉണ്ടാക്കിയാലോ?
ഏതെല്ലാം ഇനങ്ങൾ നിങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുത്തും? ✓ ചെയ്യൂ

ചീര	◯	വെണ്ട	◯	തക്കാളി	◯	വഴുതന	◯
പയർ	◯	വെള്ളരി	◯	പച്ചമുളക്	◯	പാവൽ	◯
മത്തൻ	◯	പടവലം	◯	കോവൽ	◯	പീച്ചിങ്ങ	◯

അഞ്ച് ഇനങ്ങളെങ്കിലും നട്ടുവളർത്തൂ. പറമ്പിലോ, മണ്ണ് നിറച്ച ചാക്ക്, കൂട തുടങ്ങിയവയിലോ കൃഷി ചെയ്യാം.

2. നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്ത് ലഭ്യമായ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിച്ച് രുചികരവും പോഷകസമൃദ്ധവുമായ വിഭവങ്ങൾ തയ്യാറാക്കി സ്കൂൾ ഭക്ഷ്യമേളയിൽ പ്രദർശിപ്പിക്കൂ.

6

സുരക്ഷിതജീവിതം

പുതിയ ഒരു കളിയുമായാണ് കുട്ടന്റെ ക്ലാസ്സിലേക്ക് ടീച്ചർ എത്തിയത്. ടീച്ചറും കുട്ടികളും ചേർന്ന് പാട്ടുപാടി താളത്തിൽ കളിച്ചുതുടങ്ങി.

ഒരു വിരലാടുമ്പോൾ...
ആടുമ്പോൾ തന്നേ...
ആടാം, പാടാം, കളിയാടാം.
ഒരു വിരൽ ഇരുവിരലാടുമ്പോൾ...
ആടുമ്പോൾ തന്നേ...
ആടാം, പാടാം, കളിയാടാം.

വരികൾ കൂട്ടിച്ചേർത്ത് പാട്ടുപാടി നമുക്കും ഈ കളി കളിച്ചാലോ?

നിങ്ങൾ കൂട്ടുചേർന്ന് കളിക്കാറുള്ള കളികൾ ഏതൊക്കെയാണ്?

-
-
-

ഈ കളികൾ ഏതെല്ലാമാണെന്നറിയാമോ?

ഓടിച്ചാടി കളിക്കുന്നതുകൊണ്ട് എന്തെല്ലാം ഗുണങ്ങളാണുള്ളത്?

- കായികശേഷി കൂടുന്നു.
-
-

ആരോഗ്യം നിലനിർത്താൻ സഹായിക്കുന്ന മറ്റു കാര്യങ്ങൾ എന്തൊക്കെയാണ്?

- ശരിയായ ഭക്ഷണശീലം
- ആവശ്യത്തിന് ഉറക്കം
-

ശരിയായ ഭക്ഷണശീലങ്ങൾ എന്തൊക്കെയാണ്?

ഉറക്കം എങ്ങനെയൊക്കെയാണ് ആരോഗ്യത്തെ സ്വാധീനിക്കുന്നത്?

എപ്പോൾ ഉറങ്ങാൻ കിടക്കണം? എത്രസമയം ഉറങ്ങണം? ശരിയായ രീതിയിലുള്ള ഉറക്കം ശീലിച്ചില്ലെങ്കിൽ എന്തെല്ലാം ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകും?

ഇക്കാര്യങ്ങളെപ്പറ്റി ആരോഗ്യവിദഗ്ധരിൽ നിന്നും വിവരങ്ങൾ ശേഖരിച്ച് ഒരു ചെറുകുറിപ്പ് തയ്യാറാക്കൂ.

ശരീരത്തിന്റെയും മനസ്സിന്റെയും ആരോഗ്യത്തിന് ശരിയായ ഭക്ഷണശീലവും കൂട്ടുചേർന്നുള്ള കളികളും ആവശ്യത്തിന് ഉറക്കവും പ്രധാനമാണ്.

കാലാവസ്ഥയും വസ്ത്രവും

ടീച്ചർ കുട്ടികൾക്ക് സ്കൂൾ ലൈബ്രറിയിൽനിന്ന് പുസ്തകങ്ങൾ വിതരണം ചെയ്തു. കുട്ടന് കിട്ടിയ പുസ്തകത്തിന്റെ പുറംചട്ടയിലെ ചിത്രം നോക്കൂ.

ചിത്രത്തിലെ കുട്ടി ധരിച്ചിരിക്കുന്ന വസ്ത്രത്തിന് എന്താണ് പ്രത്യേകത?

ഇത്തരത്തിലുള്ള വസ്ത്രങ്ങൾ ധരിക്കാൻ കാരണമെന്തായിരിക്കും?

തുണിത്തരങ്ങൾ എല്ലാം ഒരുപോലെയാണോ?

നിങ്ങൾക്ക് ഏതെല്ലാംതരം തുണികളെക്കുറിച്ചറിയാം?

- പരുത്തി
- പോളിസ്റ്റർ
-
-

ചൂടുകാലത്ത് ധരിക്കുന്ന വസ്ത്രങ്ങൾക്ക് എന്തെല്ലാം സവിശേഷതകളുണ്ടായിരിക്കണം ?

- ഈർപ്പം വേഗത്തിൽ വലിച്ചെടുക്കാൻ കഴിയണം
- വായുസഞ്ചാരം ഉറപ്പുവരുത്തുന്ന വിധത്തിൽ ഇഴയകലമുണ്ടാകണം
-

ഈ സവിശേഷതകൾ ഏതുതരം വസ്ത്രങ്ങൾക്കാണ് കൂടുതലുള്ളത്?

പരുത്തിവസ്ത്രങ്ങൾക്കോ പോളിസ്റ്റർ വസ്ത്രങ്ങൾക്കോ?
എങ്ങനെ കണ്ടെത്താം?

ചെയ്തുനോക്കാം

പരുത്തിയുടെയും പോളിസ്റ്ററിന്റെയും തുണിക്കഷണങ്ങൾ ഒരേ അളവിൽ എടുക്കുക. ഒരേ വലുപ്പമുള്ള രണ്ടു ഗ്ലാസുകളിൽ തുല്യ അളവിൽ വെള്ളമെടുത്ത് തുണികൾ പൂർണ്ണമായും അതിൽ മുക്കുക. ഒരു മിനുട്ട് കഴിഞ്ഞ് അവ പുറത്തെടുക്കുക. ഓരോ ഗ്ലാസിലെയും വെള്ളത്തിന്റെ അളവ് നിരീക്ഷിക്കുക.

എന്താണ് നിങ്ങൾ കണ്ടെത്തിയത്? കാരണമെന്തെന്ന് ചർച്ചചെയ്യൂ.

മഴക്കാലത്ത് ഏതുതരം വസ്ത്രമായിരിക്കും അനുയോജ്യം?

- പെട്ടെന്ന് ഉണങ്ങുന്നത്
-
-

തണുപ്പ് കൂടുതലുള്ള കാലാവസ്ഥയിൽ ജീവിക്കുന്ന ചെമ്മരിയാട്, ഹിമക്കരടി തുടങ്ങിയ ജീവികൾക്ക് തണുപ്പിനെ അതിജീവിക്കാൻ സഹായിക്കുന്ന വിധത്തിൽ കട്ടിയുള്ള രോമാവരണമാണുള്ളത്. പെൻഗ്വിനുകൾക്ക് അവയുടെ തൂവലുകൾ തണുപ്പിൽ നിന്ന് സംരക്ഷണം നൽകുന്നു. ഇത്തരം പ്രദേശങ്ങളിൽ കാണപ്പെടുന്ന ജീവികളുടെ തൊലിയുടെ അടിയിലുള്ള കൊഴുപ്പിന്റെ പാളിയും അവയെ തണുപ്പിൽ നിന്ന് സംരക്ഷിക്കുന്നു.

റോഡും പരിസരവും

ക്ലാസിനുശേഷം കുട്ടനും കൂട്ടുകാരും ബസ്സിൽ കയറാനായി നടന്നു.

റോഡരികിലൂടെ നടക്കുമ്പോൾ എന്തെല്ലാം കാര്യങ്ങളാണ് ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത്?

- വലതുവശം ചേർന്നുനടക്കുക
- കൂട്ടംകൂടി നടക്കരുത്
- നടപ്പാതയുണ്ടെങ്കിൽ അതിലൂടെ മാത്രമേ നടക്കാവൂ
-

റോഡിന്റെ വലതുവശം ചേർന്നു നടക്കുന്നതാണ് സുരക്ഷിതം. ഇടതുവശത്തുകൂടി നടക്കുമ്പോൾ അപകടത്തിന് കൂടുതൽ സാധ്യതയുണ്ട്. എന്തുകൊണ്ടായിരിക്കാം? ചർച്ചചെയ്യൂ.

റോഡിന്റെ വലതുവശം ചേർന്ന് നടക്കുമ്പോൾ നമുക്ക് എതിരായി വരുന്ന വാഹനങ്ങൾ കാണാൻ സാധിക്കും. പിന്നിൽ നിന്ന് വരുന്ന വാഹനങ്ങൾ റോഡിന്റെ ഇടത് വശത്തുകൂടി പോകുന്നതിനാൽ അപകടസാധ്യത കുറവാണ്.

റോഡിൽ 'സീബ്രാവരകൾ' അടയാളപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത് എന്തിനായിരിക്കും?

കാൽനടയാത്രക്കാർക്ക് റോഡ് മുറിച്ചുകടക്കാനുള്ളതാണ് സീബ്രാവരകൾ.

കുട്ടികൾ ഇരുവശവും നോക്കി വാഹനങ്ങൾ വരുന്നില്ലെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തി. സീബ്രാവര മുറിച്ചുകടന്ന് വരിവരിയായി ബസ്സിൽ കയറി.

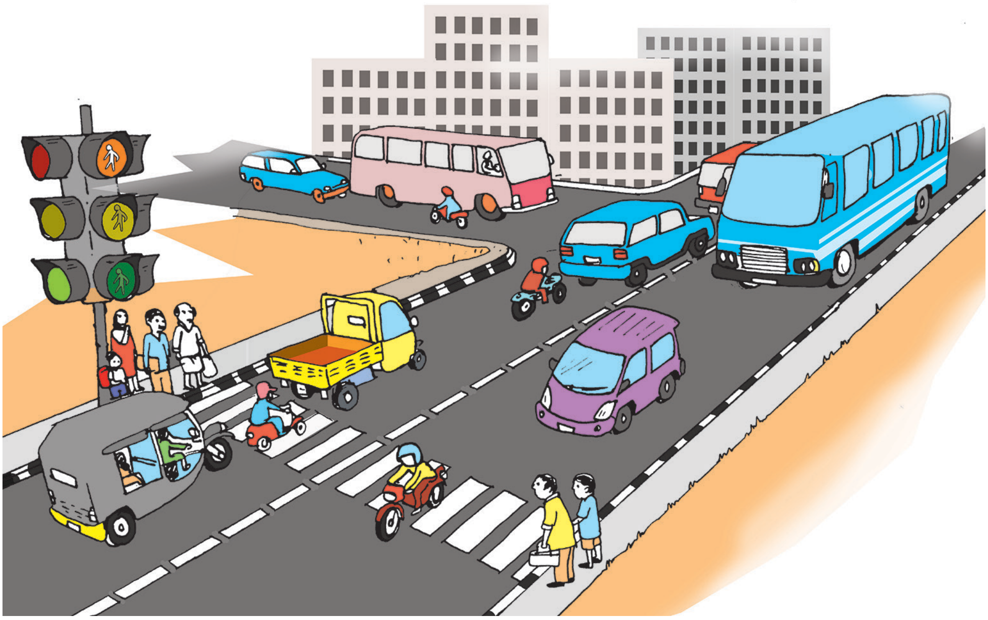
ബസ്സിൽ എഴുതിയിരിക്കുന്നത് ശ്രദ്ധിച്ചോ?
വാഹനങ്ങളിൽ യാത്രചെയ്യുമ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ എന്തൊക്കെയാണ്? ചർച്ചചെയ്യൂ.

- ഓടുന്ന വണ്ടിയിൽ ചാടിക്കയറരുത്.
- വാഹനം നിർത്തിയതിനുശേഷം മാത്രമേ ഇറങ്ങാവൂ.
-
-

റോഡപകടങ്ങളുണ്ടാകുന്നതിന് എന്തെല്ലാം കാരണങ്ങളാണുള്ളത്?

- അമിതവേഗം
- ഡ്രൈവറുടെ അശ്രദ്ധ
- മുന്നറിയിപ്പുബോർഡുകൾ അനുസരിക്കാത്തത്
- ട്രാഫിക് അടയാളങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കാത്തത്
-
-

കവലയിലെത്തിയപ്പോൾ ടീച്ചർ പറഞ്ഞ അടയാളവിളക്കുകളിലേക്കായി കുട്ടികളുടെ ശ്രദ്ധ.



അടയാളവിളക്കുകളിലെ ഓരോ നിറവും ചിഹ്നവും സൂചിപ്പിക്കുന്നതെന്താണ്?

റോഡിന്റെ വശങ്ങളിൽ കുട്ടികൾ കണ്ട ചില അടയാളങ്ങളാണ് താഴെ നൽകിയിട്ടുള്ളത്.

ചിത്രത്തിലെ അടയാളങ്ങൾ എന്താണ് സൂചിപ്പിക്കുന്നതെന്ന് കണ്ടെത്തിയെഴുതൂ.

കൂടുതൽ ട്രാഫിക് അടയാളങ്ങൾ കണ്ടെത്തി *എന്റെ പരിസരപഠന പുസ്തകത്തിൽ* വരച്ചുചേർക്കൂ.

വാഹനമോടിക്കാം

ഇനി ഒരു വാഹനക്കളിയായാലോ?

ചിത്രത്തിലേതുപോലെ സ്കൂൾ ഗ്രൗണ്ടിൽ റോഡ് വരയ്ക്കണം. രണ്ടോ മൂന്നോ ഇടങ്ങളിൽ സീബ്രാ ലൈൻ കൂടി വരയ്ക്കണം. ഒരാൾ ട്രാഫിക് പോലീസാവണം. കൂടാതെ ചുവപ്പ്, മഞ്ഞ, പച്ച എന്നീ അടയാളങ്ങൾ സൂചിപ്പിക്കുന്ന ബോർഡുകളുമായി മൂന്നുപേരും തയ്യാറായി നിൽക്കണം. കുറച്ചുപേർ വാഹനങ്ങളായി മാറണം. ബാക്കിയുള്ളവർ കാൽനടയാത്രക്കാരാവണം.

ഇനി കളി തുടങ്ങാം. വാഹനങ്ങൾ റോഡിലൂടെ ഓടുക. റോഡ് നിയമങ്ങൾ കൃത്യമായി അനുസരിച്ചുവേണം വാഹനങ്ങൾ നീങ്ങാൻ. നിയമങ്ങൾ പാലിക്കാൻ സാധിച്ചോ? റോഡിൽ എന്തെങ്കിലും അപകടം സംഭവിച്ചോ? കളിക്കുശേഷം അനുഭവക്കുറിപ്പ് എഴുതൂ.

പ്രഥമശുശ്രൂഷ

കുട്ടൻ വീട്ടിലെത്തി.

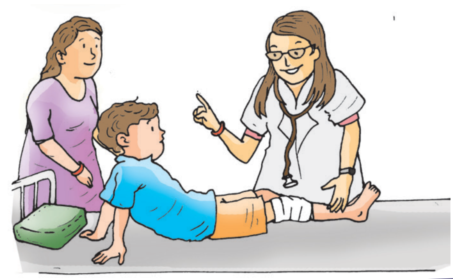
അവൻ മുറ്റത്ത്
കളിക്കുകയായിരുന്നു.

കല്ലിൽത്തട്ടി വീണ
കുട്ടന്റെ കാൽമുട്ടു
മുറിഞ്ഞ് ചോരവന്നു.

അമ്മ ഓടിവന്നു.
ഒഴുകുന്ന വെള്ളത്തിൽ
മുറിവ് കഴുകി

കാൽ ഉയർത്തിവച്ചു. രക്തം
വാർന്നു പോകാതിരിക്കാൻ
മുറിവ് വൃത്തിയുള്ള തുണി
കൊണ്ട് ചുറ്റിക്കെട്ടി.

മുറിവിന് ആഴം
കൂടുതലുള്ളതിനാൽ കുട്ടനെ
ആശുപത്രിയിലെത്തിച്ചു.



മുറിവ് വൃത്തിയാക്കി
മരുന്നുവച്ച് കെട്ടി.

ചിത്രങ്ങൾ ശ്രദ്ധിച്ചുവല്ലോ.
കുട്ടന് പരുക്ക് പറ്റിയപ്പോൾ അമ്മ എന്തൊക്കെയാണ് ചെയ്തത്?

- മുറിവ് കഴുകി
-
-
-

ആശുപത്രിയിൽ എത്തുന്നതിന് മുമ്പാണല്ലോ അമ്മ ഇതെല്ലാം ചെയ്തത്.

മുറിവ് പറ്റിയപ്പോൾ പ്രഥമശുശ്രൂഷ നൽകിയതുകൊണ്ട് എന്തെല്ലാം ഗുണങ്ങളാണുണ്ടായത്?

- രോഗാണുക്കൾ മുറിവിലെത്തുന്നത് തടയാൻ കഴിഞ്ഞു.
- രക്തം വാർന്നുപോകുന്നത് തടയാൻ കഴിഞ്ഞു.
-

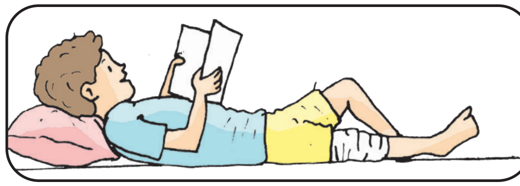
അടിയന്തിര സാഹചര്യങ്ങളിൽ,
അപകടത്തിൽപ്പെട്ടയാൾക്ക്
വിദഗ്ധ വൈദ്യസഹായം
ലഭിക്കുന്നതുവരെ
നൽകുന്ന പരിചരണമാണ്
പ്രഥമശുശ്രൂഷ.

അമ്മ കുട്ടനെയുംകൊണ്ട് വീട്ടിലെത്തി.

കുട്ടൻ : ഇതൊക്കെ അമ്മ എവിടെനിന്ന് പഠിച്ചു?

അമ്മ : ഞാനൊരു പുസ്തകം തരാം. നീയും വായിച്ചുനോക്കൂ.

അമ്മ നൽകിയ പുസ്തകം കുട്ടൻ വായിച്ചു. പുസ്തകത്തിലെ പേജുകൾ നോക്കൂ.



ചതവിനുള്ള പ്രഥമശുശ്രൂഷ

വെള്ളത്തിൽ മുക്കിപ്പിഴിഞ്ഞ തുണിയോ ഐസ് പാക്കോ ചതവുപറ്റിയ ഭാഗത്ത് വയ്ക്കുക. അതുവഴി വേദനയും നീർക്കെട്ടും ഒഴിവാക്കാം.

എന്നാൽ അസ്ഥിക്ക് പൊട്ടൽ ഉണ്ടായാൽ ഇതുകൊണ്ട് കാര്യമില്ല. ആശുപത്രിയിൽ പോകുകതന്നെ വേണം. പക്ഷേ, അതിനുമുമ്പ് ഒടിഞ്ഞ ഭാഗം ഒരു മരസ്കെയിൽ ഉപയോഗിച്ച് നീളത്തിൽ കെട്ടിവയ്ക്കണം. ആ ഭാഗം ഇളകാതിരിക്കാൻ ഇത് സഹായിക്കും.

കുട്ടൻ : ഈ പുസ്തകത്തിൽ വാഹനങ്ങളിലും വിദ്യാലയങ്ങളിലും നിർബന്ധമായും ഒരു പ്രഥമശുശ്രൂഷപ്പെട്ടി സൂക്ഷിക്കണം എന്ന് പറയുന്നുണ്ടല്ലോ.

പ്രഥമശുശ്രൂഷപ്പെട്ടിയിൽ എന്തെല്ലാമാണ് ഉള്ളതെന്ന് നോക്കൂ. ഓരോന്നിന്റെയും ഉപയോഗമെഴുതൂ.

പ്രഥമശുശ്രൂഷപ്പെട്ടി

- കത്രിക
- പഞ്ഞി
- തുണി
- ബാൻഡേജ്
- സോപ്പ്
- പിൻ
- സ്റ്റെയിൽ
- ചവണ
-
-

പ്രഥമശുശ്രൂഷ നൽകുന്ന മറ്റേതെല്ലാം സാഹചര്യങ്ങളാണ് നിത്യജീവിതത്തിൽ ഉണ്ടാകുക.

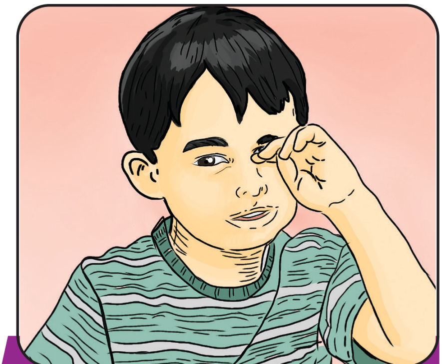
- തലചുറ്റി വീഴുക
- പൊള്ളലേൽക്കുക
- ഭക്ഷണം തൊണ്ടയിൽ കുടുങ്ങുക
-

പ്രഥമശുശ്രൂഷയെപ്പറ്റി കൂടുതലറിയാൻ ആരോഗ്യപ്രവർത്തകരെ സ്കൂളിലേക്ക് ക്ഷണിക്കൂ.

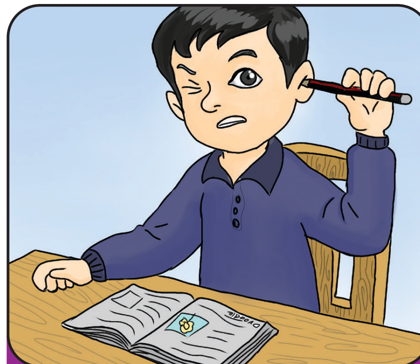
ലഭിച്ച വിവരങ്ങൾ *എന്റെ പരിസരപഠനപുസ്തകത്തിൽ* രേഖപ്പെടുത്തൂ.

അപകടസമയങ്ങളിൽ ഉചിതമായ പരിചരണമല്ല രോഗിക്ക് ലഭിക്കുന്നതെങ്കിൽ ഗുണത്തേക്കാളേറെ ദോഷഫലമാണുണ്ടാവുക.

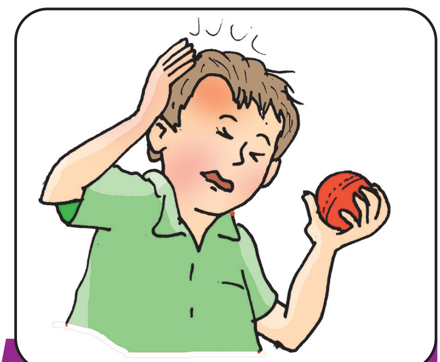
ചെയ്യരുതേ



പൊടിവീണാൽ
കണ്ണ് തിരുമ്മരുത്.

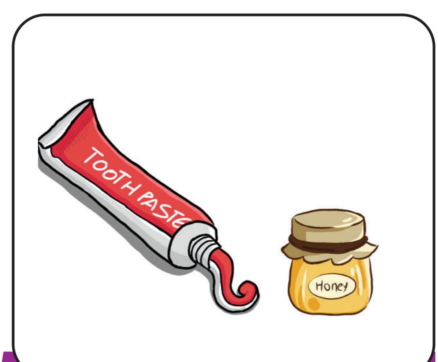


ചെവിക്കുള്ളിലേക്ക്
വസ്തുക്കൾ കയറ്റരുത്.

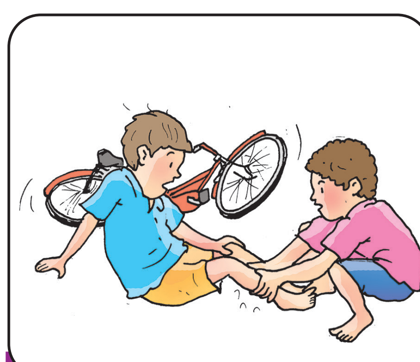


തലയിടിച്ച് മുഴച്ചാൽ
അമർത്തിത്തിരുമ്മരുത്.

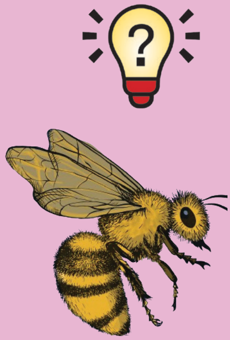
അപകടങ്ങളിൽപ്പെട്ടവർക്ക്
അസ്ഥിയിൽ പൊട്ടലുണ്ടാവാം.
അവരെ പെട്ടെന്ന് എടുത്തുയർത്തരുത്.



പൊള്ളലേറ്റ ഭാഗത്ത്
ടൂത്ത് പേസ്റ്റ്, തേൻ തുടങ്ങിയവ
ഉപയോഗിക്കരുത്.

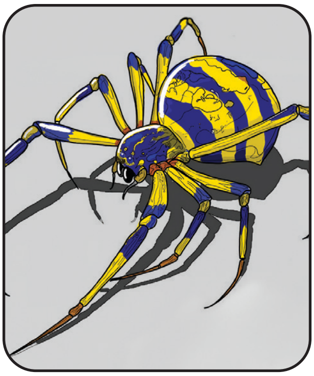


ചതവുപറ്റിയാൽ ആ ഭാഗത്ത്
ചൂടേല്പിക്കുകയോ
തിരുമ്മുകയോ ചെയ്യരുത്.



തേനീച്ച പോലെയുള്ള പ്രാണികളുടെ കുത്തേറ്റാൽ ശ്രദ്ധാപൂർവം കൊമ്പ് (മുള്ള്) എടുത്തുമാറ്റണം. കുത്തുകൊണ്ട ഭാഗത്ത് അമിതബലം ഏൽപ്പിച്ചാൽ വിഷം ഉള്ളിലേക്ക് ചെല്ലാനിടയാകും. ഇത് പലപ്പോഴും ഗുരുതരമായ ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കും. കൂടുതൽ കുത്തുകളേൽക്കുന്ന സാഹചര്യങ്ങളിൽ എത്രയുംവേഗം ആശുപത്രിയിൽ എത്തിക്കണം.

പ്രകൃതിയുടെ കൂട്ടുകാർ



ഏതെല്ലാം ജീവികളെയാണ് ചിത്രത്തിൽ കാണുന്നത്?

എന്താണ് ഈ ജീവികളുടെ സവിശേഷത?

എപ്പോഴും ഇവ നമുക്ക് അപകടകാരികളാകുന്നുണ്ടോ?

അപൂർവം സന്ദർഭങ്ങളിൽ ആളുകൾക്ക് ഇവയുടെ കടിയേൽക്കാറുണ്ട്. കടിയേറ്റ ഉടനെ വൈദ്യസഹായം തേടണം. കടിയേൽക്കാതിരിക്കാൻ വേണ്ട മുൻകരുതലുകൾ എടുക്കുന്നതാണ് പ്രധാനം.

ഈ ജീവികൾ പരിസ്ഥിതിക്ക് എന്തെങ്കിലും ഗുണം ചെയ്യുന്നുണ്ടോ?

പല ജീവജാലങ്ങളും എണ്ണത്തിൽ പെരുകാതെ നിയന്ത്രിച്ചു നിർത്തുന്നതിൽ ഇതുപോലുള്ള ജീവികൾ വലിയ പങ്കുവഹിക്കുന്നുണ്ട്.

ഇവയെ ഉപദ്രവിക്കുന്നത് ശരിയാണോ? ചർച്ചചെയ്യൂ.

ഡോക്ടറോട് ചോദിക്കാം

കുട്ടികളുടെ സുരക്ഷയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട്
പ്രാഥമികാരോഗ്യകേന്ദ്രത്തിലെ ഡോക്ടർ
നൽകിയ നിർദേശങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കൂ.

അപരിചിതരായ
ആളുകളിൽ നിന്ന്
സമ്മാനം, മിഠായി
തുടങ്ങിയവ സ്വീകരിക്കരുത്.

നിങ്ങൾക്ക് ഇഷ്ടമല്ലാത്ത
രീതിയിൽ നിങ്ങളെ
സ്പർശിക്കാൻ ആരെയും
അനുവദിക്കരുത്.

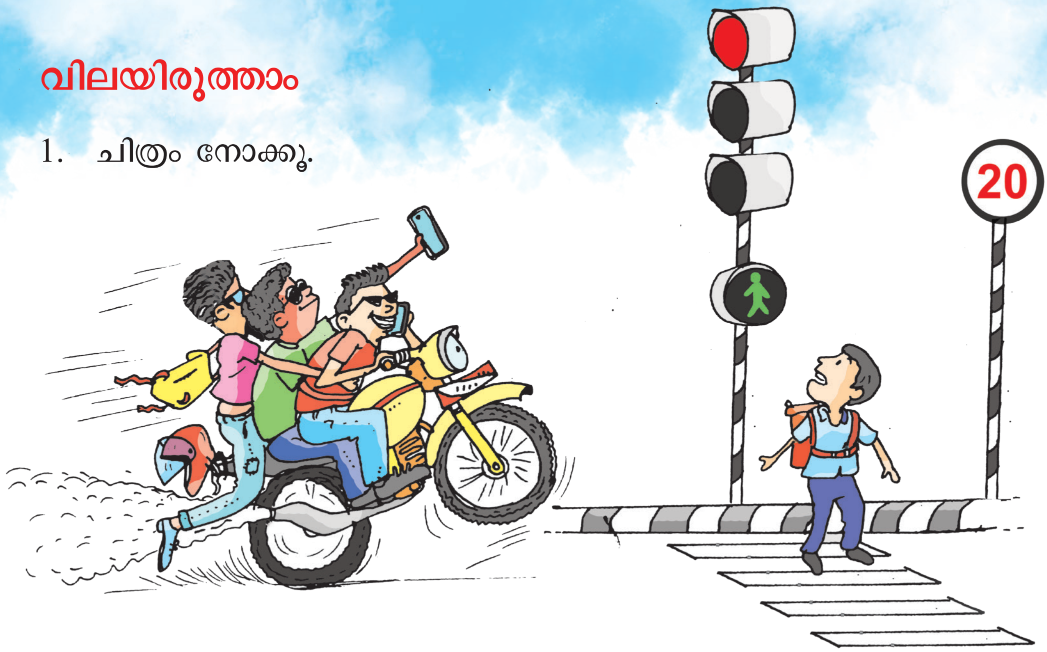
‘അരുത്’, ‘പറ്റില്ല’ എന്നു
പറയേണ്ട സാഹചര്യങ്ങളിൽ
കർശനമായി അങ്ങനെ
തന്നെ പറയണം.

ശരീരഭാഗങ്ങളിൽ ബുദ്ധിമുട്ട് തോന്നുന്ന
രീതിയിൽ ആരെങ്കിലും സ്പർശിച്ചാൽ
തീർച്ചയായും എതിർപ്പ് അറിയിക്കണം.
രക്ഷിതാക്കളോടോ അധ്യാപകരോടോ
ഇക്കാര്യം തുറന്നുപറയുകയും വേണം.

ഇവ പാലിക്കപ്പെടുന്നുണ്ടോ ?
ചർച്ചചെയ്യൂ.

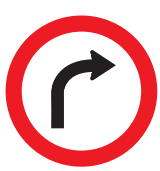
വിലയിരുത്താം

1. ചിത്രം നോക്കൂ.



ഇവിടെ ഏതെല്ലാം ഗതാഗതനിയമങ്ങളാണ് ലംഘിക്കപ്പെടുന്നത്? ഇതുകൊണ്ട് എന്തെല്ലാം പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകാം?

2. ശരിയായവ വരച്ചുയോജിപ്പിക്കുക

	വലത്തോട്ട് തിരിയുക
	കാൽനടയാത്രക്കാർക്ക് നിരോധനം
	വേഗപരിധി
	സമീപത്ത് പെട്രോൾ സ്റ്റേഷൻ ഉണ്ട്

3. വിട്ടുപോയ ഭാഗം പൂരിപ്പിക്കുക

പ്രഥമശുശ്രൂഷ പെട്ടിയിലെ ഇനം	ഉപയോഗം
....	മുറിവോ ചതവോ കെട്ടാൻ ഉപയോഗിക്കുന്നു.
....	തുണി/ബാൻഡേജ് മുറിക്കുന്നതിന്
പിൻ	ബാൻഡേജ് ചേർത്തുവയ്ക്കുന്നതിന്
....	മുറിവുകൾ വൃത്തിയാക്കുന്നതിനും തുടയ്ക്കുന്നതിനും
ചവണ	....

തുടർപ്രവർത്തനങ്ങൾ

1. വസ്ത്രനിർമ്മാണത്തിനായി നമ്മൾ ഉപയോഗിക്കുന്ന വ്യത്യസ്തയിനം തുണികൾ ശേഖരിച്ച് ക്ലാസിൽ പ്രദർശിപ്പിക്കുക.

2. നിത്യജീവിതത്തിൽ സംഭവിക്കുന്ന വിവിധ അപകടങ്ങളും അവയ്ക്ക് നൽകാവുന്ന പ്രഥമശുശ്രൂഷകളും ഉൾപ്പെടുത്തിയുള്ള സ്കിറ്റ് തയ്യാറാക്കി അവതരിപ്പിക്കുക.

7

നാം ജീവിക്കുന്ന ലോകം

ടീച്ചർ ക്ലാസിലെത്തിയപ്പോൾ സമതയും സയാനും തമ്മിൽ തർക്കം നടക്കുകയായിരുന്നു.

സയാൻ : ഭൂമി പരന്നതുതന്നെയാണ്, എനിക്കുറപ്പാ...

സമത : ഏയ്, അങ്ങനെയല്ല... പരന്നതെങ്കിൽ ഭൂമിക്ക് ഒരു അതിര് വേണ്ടേ?

സയാൻ : കടലല്ലേ ഭൂമിയുടെ അതിര്?

ടീച്ചർ അവരുടെ സംശയത്തിലിടപെട്ടു.

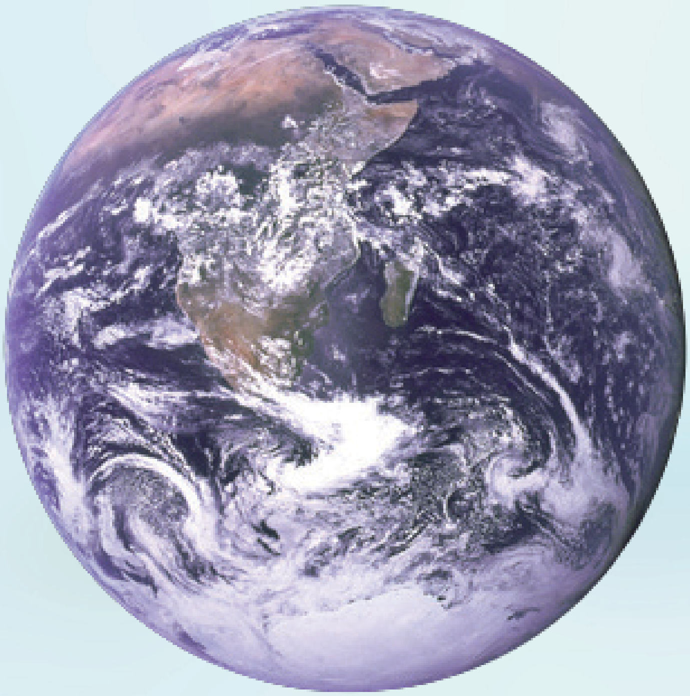
എങ്കിൽ കടലിലൂടെ വീണ്ടും മുന്നോട്ടുപോയാലോ?

അങ്ങനെ യാത്ര തുടർന്നുകൊണ്ടേയിരുന്നാൽ അത് എവിടെച്ചെന്നായിരിക്കും അവസാനിക്കുക?

ഭൂമിയെ മുഴുവനായിക്കാണണമെങ്കിൽ നമ്മൾ എവിടെവരെ യാത്ര ചെയ്യണം?

ഭൂമിയുടെ ആകൃതി

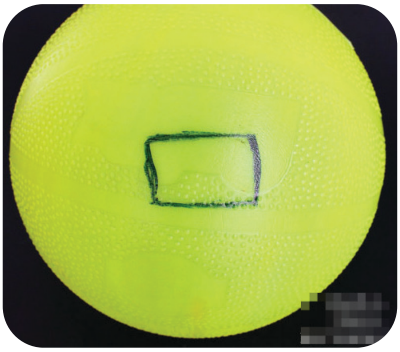
ബഹിരാകാശത്തുനിന്നുമെടുത്ത ഭൂമിയുടെ ചിത്രം നോക്കൂ.



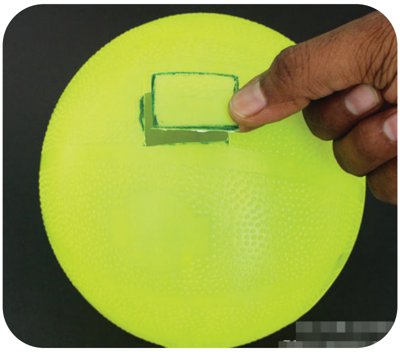
ഈ ചിത്രത്തിൽ ഏതാകൃതിയിലാണ് നിങ്ങൾ ഭൂമിയെ കാണുന്നത്?

ഒരു ചെറിയ ഭാഗം മാത്രം കണ്ടാൽ ഭൂമിയുടെ ആകൃതി തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയുമോ?

കണ്ടെത്താം



ഒരു പ്ലാസ്റ്റിക് പന്ത് എടുത്ത് അതിൽ ഒരു ചതുരം അടയാളപ്പെടുത്തുക.



ആ ഭാഗം മുറിച്ചെടുക്കുക.

മുറിച്ചെടുത്ത ഭാഗം ഉരുണ്ടതോ പരന്നതോ?

പന്ത് ഭൂമിയും, ചതുരം നമ്മുടെ പ്രദേശവുമാണെങ്കിൽ ഭൂമിയുടെ ഗോളാകൃതി കാഴ്ചയിൽ നമുക്ക് അനുഭവപ്പെടാത്തതിന്റെ കാരണമെന്തെന്ന് പറയാമോ?

ഉരുണ്ട ആകൃതിയുള്ള വസ്തുക്കളെ ഗോളം എന്നു വിളിക്കാം.

മഗല്ലന്റെ യാത്ര

ഭൂമി ഉരുണ്ടതാണെന്ന് ചില കപ്പൽയാത്രക്കാർ വളരെ മുമ്പേ മനസ്സിലാക്കിയിരുന്നു. അവരിൽ ആദ്യത്തെയാളാണ് ഫെർഡിനന്റ് മഗല്ലൻ. മഗല്ലനും കൂട്ടരും ഒരു പായ്ക്കപ്പലിൽ യാത്രതുടങ്ങി. ഒരേ ദിശയിലാണ് അവർ സഞ്ചരിച്ചത്. യാത്ര വളരെ പതുക്കെയായിരുന്നു. വർഷങ്ങൾക്കൊടുവിൽ ആ പായ്ക്കപ്പൽ യാത്ര തുടങ്ങിയ സ്ഥലത്തുതന്നെ എത്തിച്ചേർന്നു.

മഗല്ലന്റെ കപ്പലിന്റെ മാതൃക

എങ്ങനെയായിരിക്കും ഇത് സംഭവിച്ചത്?

ഭൂമിയുടെ മാതൃക

ഭൂമിയുടെ ചെറുമാതൃക ഉണ്ടാക്കിയാൽ അത് എങ്ങനെയിരിക്കും?

ഇനി നമുക്ക് ഗ്ലോബ് നിരീക്ഷിച്ചാലോ?

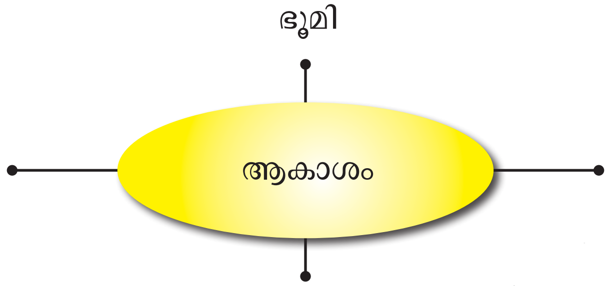
ഗ്ലോബിൽ ഏറ്റവും കൂടുതലായി കാണുന്ന നിറമേതാണ്?
ഇത് എന്തിനെയാണ് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്?
മറ്റു നിറങ്ങളിൽ കാണുന്ന ഭാഗങ്ങളോ?
കരഭാഗമാണോ കടലാണോ കൂടുതൽ?

ഗ്ലോബിൽ നീലനിറത്തിൽ ചിത്രീകരിച്ചിരിക്കുന്നത് കടലാണ്. മറ്റു പലനിറങ്ങളിലായി കരഭാഗങ്ങളും ചിത്രീകരിച്ചിരിക്കുന്നു. കരഭാഗത്തിന്റെ ഇരട്ടിയിലധികം കടലുണ്ട്.

ആകാശം നോക്കാം

നിങ്ങൾ ആകാശത്തേക്ക് നോക്കിയിട്ടില്ലേ?
എന്തെല്ലാം കാഴ്ചകളാണ് ആകാശത്തുള്ളത്?
ആകാശം എവിടെയെല്ലാം കാണുന്നുണ്ട്?
തലയ്ക്കുമുകളിൽ മാത്രമാണോ ആകാശം കാണുന്നത്?
സ്കൂൾ മൈതാനത്തിന് നടുവിൽ ചെന്ന് ആകാശം നിരീക്ഷിച്ചുനോക്കൂ.
നിങ്ങളുടെ ഏതെല്ലാം വശങ്ങളിൽ ആകാശം കാണുന്നുണ്ട്?
ഭൂമിയുടെയും ആകാശത്തിന്റെയും ചിത്രീകരണം നിരീക്ഷിക്കൂ.

ആകാശം ഭൂമിയുടെ ഏതെല്ലാം ഭാഗങ്ങളിൽ കാണപ്പെടുന്നുണ്ട്?
ആകാശത്ത് ഭൂമിയെക്കൂടാതെ മറ്റു പല ഗോളങ്ങളുമുണ്ടല്ലോ.
ഏതൊക്കെയാണവ? പദസൂര്യൻ പൂർത്തീകരിക്കൂ.



പകൽ നക്ഷത്രങ്ങളെവിടെ?

വെളുപ്പ് നിറത്തിലുള്ള ഒരു ചെറിയ എൽ.ഇ.ഡി. സൂര്യപ്രകാശമുള്ള തുറസ്സായ സ്ഥലത്തുവച്ച് പ്രകാശിപ്പിക്കുക. വെളിച്ചം നിരീക്ഷിക്കുക. ഇതേ പ്രവർത്തനം അടച്ചിട്ട ഇരുട്ടുമുറിയിൽവച്ച് ചെയ്യുക. വെളിച്ചത്തിലുള്ള വ്യത്യാസം നിരീക്ഷിക്കുക. എന്തുമാറ്റമാണ് കണ്ടെത്തിയത്? തുറസ്സായ സ്ഥലത്ത് എൽ.ഇ.ഡി. പ്രകാശിക്കുന്നത് കാണാൻ പ്രയാസമല്ലേ? കാരണമെന്തായിരിക്കും?

> സൂര്യനും ഒരു നക്ഷത്രമാണ്. ഭൂമിയോട് ഏറ്റവും അടുത്തുള്ള നക്ഷത്രം.

> പകൽസമയം സൂര്യന്റെ പ്രകാശംകൊണ്ടാണ് നക്ഷത്രങ്ങളെ കാണാൻ സാധിക്കാത്തത്.

സൂര്യൻ

സൂര്യനിൽ നിന്നുള്ള പ്രകാശമാണല്ലോ ഭൂമിയിൽ ലഭിക്കുന്നത്. ഉദിക്കുകയും അസ്തമിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന സമയങ്ങളിൽ സൂര്യനെ നിങ്ങൾ കണ്ടിട്ടില്ലേ? ഏതാകൃതിയിലാണ് സൂര്യനെ കാണാറുള്ളത്?

> ഭൂമിയെ അപേക്ഷിച്ച് സൂര്യൻ വളരെ വലിയ ഗോളമാണ്. വളരെ ദൂരെയായതിനാലാണ് ഭൂമിയിൽനിന്ന് നോക്കുമ്പോൾ നമുക്ക് സൂര്യൻ ചെറുതായി തോന്നുന്നത്.

ചന്ദ്രനെ നിരീക്ഷിക്കാം

ഭൂമിക്ക് ഏറ്റവുമടുത്ത് സ്ഥിതിചെയ്യുന്ന ആകാശഗോളമായ ചന്ദ്രന് സ്വയം പ്രകാശിക്കാൻ കഴിയില്ല. സൂര്യന്റെ പ്രകാശം പ്രതിഫലിപ്പിക്കുന്നതാണ് ചന്ദ്രന്റെ തിളക്കത്തിനും രാത്രിയിലെ നിലാവിനും കാരണം.

സൂര്യനെന്തു വലുപ്പം !

സൂര്യൻ നിങ്ങളുടെ ക്ലാസ് മുറിയുടെ വലുപ്പമുള്ള ഒരു പന്താണ് എന്നു വിചാരിക്കുക. അങ്ങനെയെങ്കിൽ ഒരു മുത്തിനോളം ചെറുതായിരിക്കും ഭൂമി. ചന്ദ്രനാകട്ടെ ഒരു കടുകുമണിയുടെ വലുപ്പമേയുണ്ടാകൂ.

എന്നാൽ അസ്തമയസമയത്തെ സൂര്യനെയും പൂർണ്ണചന്ദ്രനെയും നോക്കിയാൽ ഒരേ വലുപ്പമായി തോന്നും. എന്തുകൊണ്ടായിരിക്കാം?

ഒരു ഫുട്ബോൾ മേശപ്പുറത്തുവച്ച് വലുപ്പം നിരീക്ഷിക്കൂ. ശേഷം അതേ ഫുട്ബോൾ സ്കൂൾ മുറ്റത്ത് ഏറ്റവും അകലെയായിവച്ച് ദൂരെനിന്നും വലുപ്പം നിരീക്ഷിക്കൂ. ഒരേ ഫുട്ബോൾ തന്നെ ആദ്യം വലുതായും പിന്നീട് ചെറുതായുമല്ലേ കാണപ്പെടുന്നത്?

എന്തായിരിക്കാം കാരണം?

സൂര്യൻ ഭൂമിയിൽനിന്ന് വളരെ അകലെയാണ്. എന്നാൽ ചന്ദ്രനോ? സൂര്യനെ അപേക്ഷിച്ച് ചന്ദ്രൻ ഭൂമിയുടെ അടുത്തായാണ് സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നത്.

പകലും രാത്രിയും

അമേരിക്കയിലുള്ള അച്ഛനോട് സമത സംസാരിക്കുന്നത് ശ്രദ്ധിക്കൂ.

നമുക്ക് രാത്രിയായിരിക്കുമ്പോൾ അമേരിക്കയിൽ പകലാകുന്നത് എന്തുകൊണ്ടായിരിക്കും?

ചെയ്തുനോക്കാം

ക്ലാസ് മുറിയുടെ വാതിലും ജനലുകളും അടയ്ക്കുക. ഇപ്പോൾ മുറിക്കുള്ളിൽ ഇരുട്ടായല്ലോ. പരീക്ഷണത്തിനായി ഒരു എമർജൻസിലൈറ്റ് ഉപയോ ഗിക്കാം. ഇത് സൂര്യനായി സങ്കല്പിക്കൂ. ഇനി ഗ്ലോബിൽ അമേരിക്കയുൾപ്പെടുന്ന ഭാഗത്ത് വെളിച്ചം വരത്തക്കവിധം എമർജൻസി ലൈറ്റ് തെളിച്ചുനോക്കൂ. ഇന്ത്യയുൾപ്പെടുന്ന ഭാഗത്ത് വെളിച്ചം വീഴുന്നുണ്ടോ? എന്താണ് നിങ്ങൾ കണ്ടെത്തിയത്?

ഗ്ലോബ് മേശപ്പുറത്തുവച്ച് ക്ലോക്കിന്റെ ചലനദിശയ്ക്ക് എതിരായി ഗ്ലോബ് സാവധാനം തിരിച്ച് ഇന്ത്യയുൾപ്പെടുന്നഭാഗം ലൈറ്റിനു നേരെ കൊണ്ടുവരൂ. ഇപ്പോഴോ?

- ആദ്യം വെളിച്ചംവീണ ഭാഗത്തുതന്നെയാണോ ഇപ്പോഴും വെളിച്ചം പതിയുന്നത്?

വീണ്ടും ഇതേരീതിയിൽ തിരിച്ചുനോക്കൂ.

- ഭൂമിയിൽ പകലും രാത്രിയും ഉണ്ടാകുന്നതെങ്ങനെയെന്ന് എഴുതി നോക്കൂ.

നമ്മുടെ രാജ്യം - ഇന്ത്യ

"ടീച്ചറേ, എന്തിനാണ് ഗ്ലോബിൽ കരഭാഗത്ത് ഇത്രയും നിറങ്ങൾ?" സയാൻ ചോദിച്ചു.

"ഓരോ നിറവും ഓരോ രാജ്യത്തെ സൂചിപ്പിക്കുന്നു". ടീച്ചർ പറഞ്ഞു.

ഇതിൽ എവിടെയാണ് നമ്മുടെ രാജ്യം?

ടീച്ചർ കുട്ടികൾക്ക് ഇന്ത്യയുടെ സ്ഥാനം കാണിച്ചുകൊടുത്തു. ഗ്ലോബിൽ ഇന്ത്യയുടെ സ്ഥാനം നിങ്ങളും കണ്ടെത്തൂ.

ഇന്ത്യയുടെ അതിർത്തിരേഖ ഒരു കടലാസിലേക്ക് പകർത്തിവരച്ചാൽ ഈ രൂപത്തിലാവും.

ഇത്തരത്തിലുള്ള ചിത്രങ്ങളെ **ഭൂപടങ്ങൾ** എന്നാണ് വിളിക്കുക.

ദേശീയപതാക

ഇന്ത്യയുടെ ദേശീയപതാക നിങ്ങൾ കണ്ടിട്ടുണ്ടല്ലോ.

മുകളിൽ കുങ്കുമം, നടുക്ക് വെള്ള, താഴെ പച്ച എന്നീ നിറങ്ങളോടുകൂടിയതാണ് ഇന്ത്യൻ ദേശീയപതാക. മധ്യഭാഗത്ത് നീലനിറത്തിൽ 24 ആരക്കാലുകളുള്ള അശോകചക്രവുമുണ്ട്.

ക്ലാസിൽ കൂട്ടുകാരുമൊത്ത് ശരിയായ അളവിലുള്ള ദേശീയപതാക തയ്യാറാക്കൂ.

ഇതുപോലെ നമ്മുടെ രാജ്യത്തിന്റെ മറ്റു ചില അടയാളങ്ങൾ കൂടി പരിചയപ്പെടാം.

ദേശീയപുഷ്പം

ദേശീയചിഹ്നം

ദേശീയമൃഗം

ദേശീയപക്ഷി

ദേശീയവൃക്ഷം

നമ്മുടെ സംസ്ഥാനം

ഇന്ത്യയെ വിവിധ സംസ്ഥാനങ്ങളായി തിരിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ഭാഷയിലും വേഷത്തിലും ജീവിതരീതികളിലും ഓരോ സംസ്ഥാനവും വ്യത്യാസപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

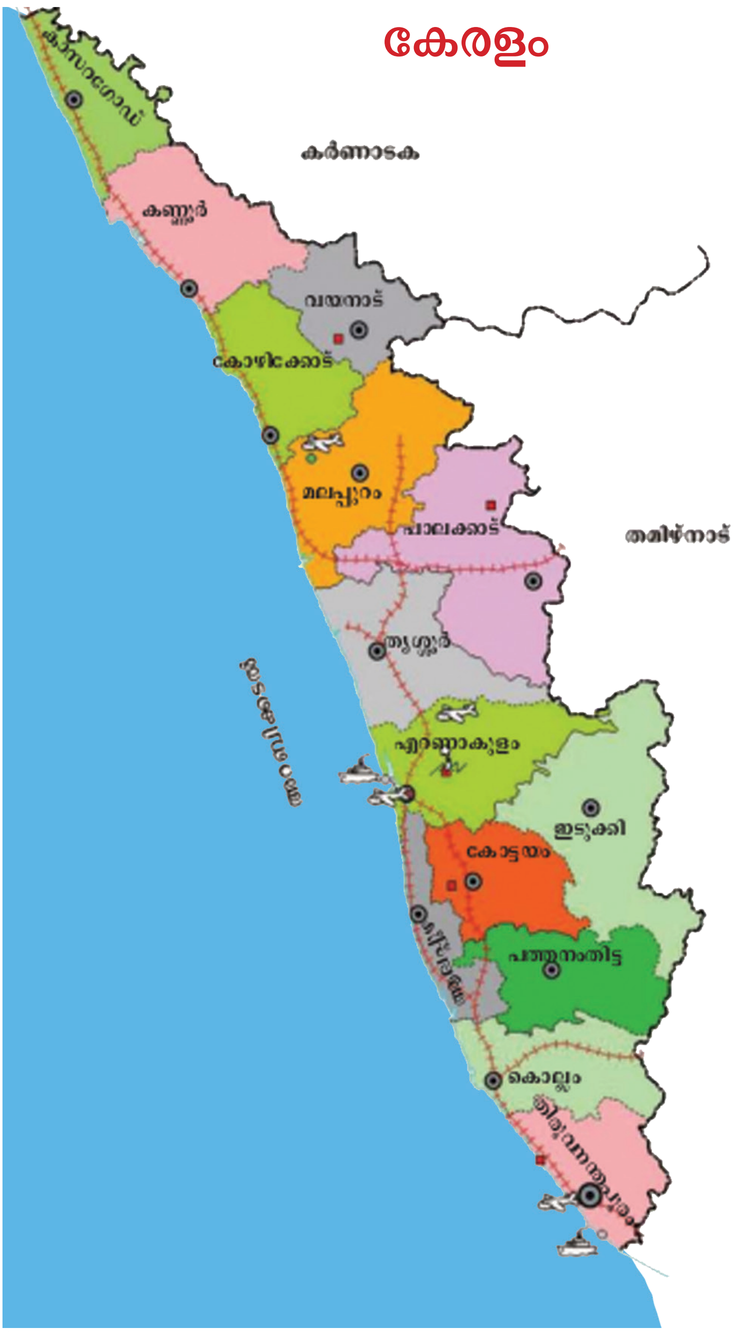
നമ്മുടെ സംസ്ഥാനം ഏതാണ്?

തന്നിരിക്കുന്ന ഇന്ത്യയുടെ ഭൂപടത്തിൽ കേരളത്തിന്റെ സ്ഥാനം കണ്ടെത്തൂ.

ഇന്ത്യയുടെ ആകെ വലുപ്പവുമായി താരതമ്യം ചെയ്യുമ്പോൾ വളരെ ചെറിയൊരു ഭാഗം മാത്രമാണ് കേരളം എന്ന സംസ്ഥാനം.

പ്രധാനമായും മലയാളം സംസാരിക്കുന്നവരുടെ പ്രദേശം എന്ന നിലയിലാണ് കേരളം രൂപം കൊണ്ടത്.

കേരളത്തിന്റെ അയൽസംസ്ഥാനങ്ങൾ ഏതെല്ലാമാണ്?



എന്നാണ് കേരളപ്പിറവി ദിനം? കേരളപ്പിറവിദിനവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് വിദ്യാലയത്തിൽ നടത്തുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങൾ എന്തൊക്കെയാണ്?

കേരളത്തെ ഭരണസൗകര്യത്തിനായി വിവിധ ജില്ലകളായി തിരിച്ചിട്ടുണ്ട്. കേരളത്തിന്റെ ഭൂപടം നോക്കി ജില്ലകളെ വേർതിരിച്ചറിയൂ.

കേരളത്തിൽ എത്ര ജില്ലകളാണുള്ളത്?

....

നിങ്ങളുടെ ജില്ല ഏതാണ്?

....

ജില്ലകളെ ക്രമമായി പട്ടികയിലെഴുതൂ.

1	തിരുവനന്തപുരം	2	
3		4	
5		6	
7		8	
9		10	
11		12	
13		14	

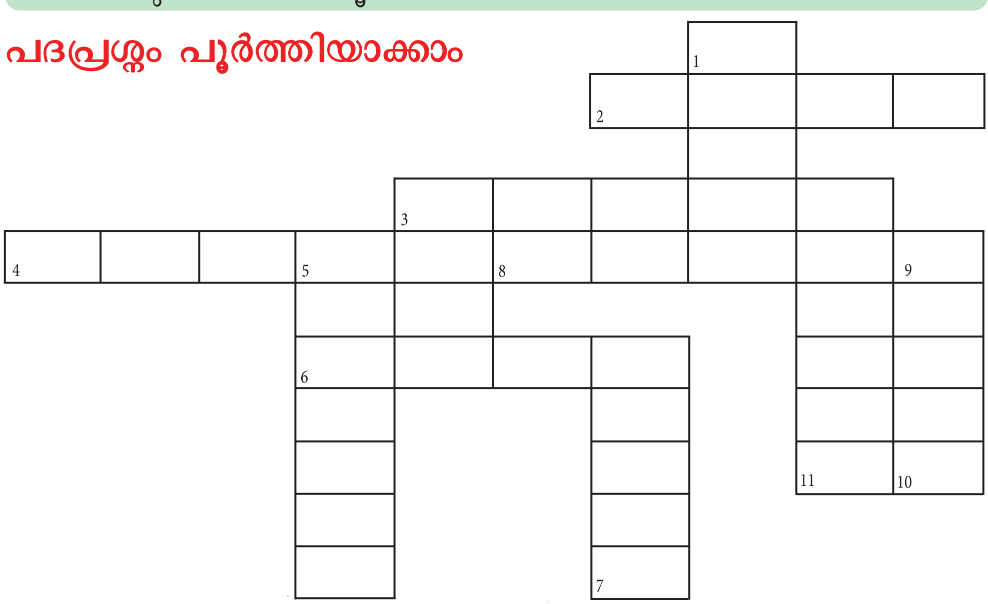
കേരളത്തിന്റെ ഭൂപടം പകർത്തിവരച്ച് നിങ്ങളുടെ ജില്ലയ്ക്ക് നിറം നൽകൂ... ഭൂപടം നിരീക്ഷിച്ച് താഴെ നൽകിയിരിക്കുന്ന ചോദ്യങ്ങൾക്ക് ഉത്തരം കണ്ടെത്തൂ.

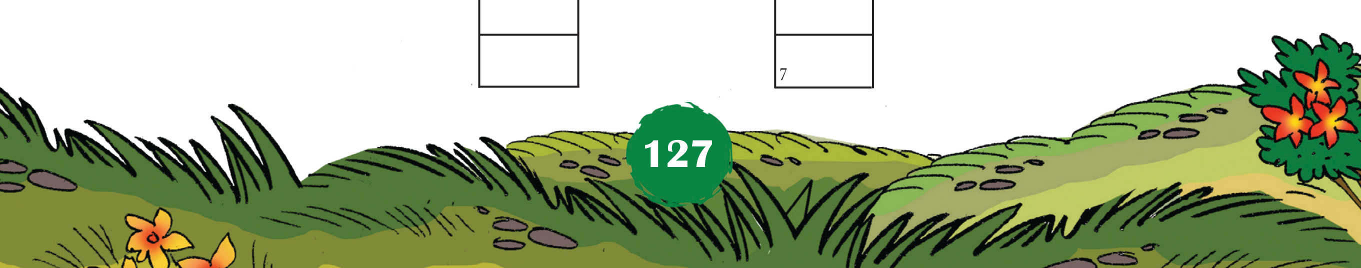
- കടൽത്തീരമുള്ളത് ഏതെല്ലാം ജില്ലകൾക്കാണ്?

- നിങ്ങളുടെ ജില്ലയോട് ചേർന്നുകിടക്കുന്ന ജില്ലകൾ ഏതൊക്കെയാണ്?

കേരളത്തിന്റെ ഭൂപടം വലുതാക്കിവരച്ച് കട്ടിക്കടലാസിൽ ഒട്ടിക്കൂ. ജില്ലകളുടെ അതിർത്തി രേഖകളിലൂടെ കഷണങ്ങളായി മുറിച്ചെടുക്കൂ. ഇവ കൂട്ടിക്കലർത്തൂ. ഇനി ഈ കഷണങ്ങൾ കൂട്ടിച്ചേർത്ത് ഭൂപടം പഴയതുപോലെയാക്കൂ.

പദപ്രശ്നം പൂർത്തിയാക്കാം





വലത്തേക്ക്

2. ഏറ്റവും ചെറിയ ജില്ല
3. കടൽത്തീരമുണ്ട്. വയനാടും മലപ്പുറവും അയൽജില്ലകൾ
4. കൊല്ലം, ആലപ്പുഴ ജില്ലകളുമായി അതിർത്തിയുണ്ട്
6. തമിഴ്നാടും കർണ്ണാടകവുമായി അതിർത്തി പങ്കിടുന്ന ജില്ല
8. കേരളത്തിന്റെ ഒരു അയൽസംസ്ഥാനം

താഴേക്ക്

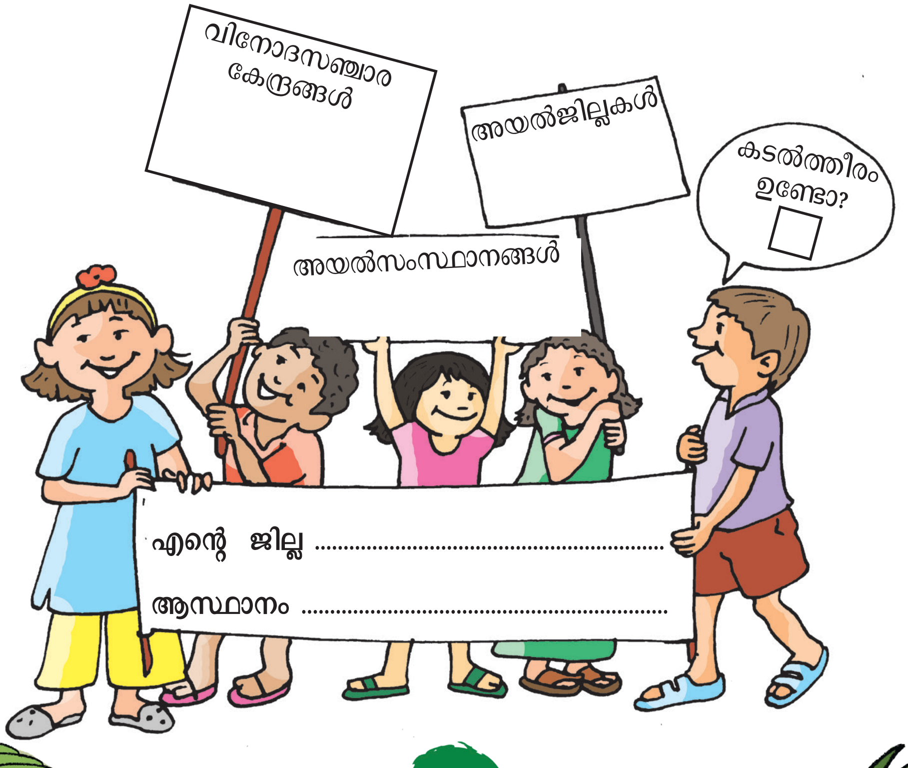
1. മലപ്പുറം, തൃശൂർ ജില്ലകളോട് ചേർന്നു കിടക്കുന്നു
3. മറ്റു ജില്ലകളാൽ ചുറ്റപ്പെട്ടതാണ്
5. കേരളത്തിന്റെ ഒരറ്റത്താണ് സ്ഥാനം
9. ഒരു വശത്ത് കടൽ, മറുവശത്ത് കർണ്ണാടകം. മൂന്ന് അയൽജില്ലകൾ

മുകളിലേക്ക്

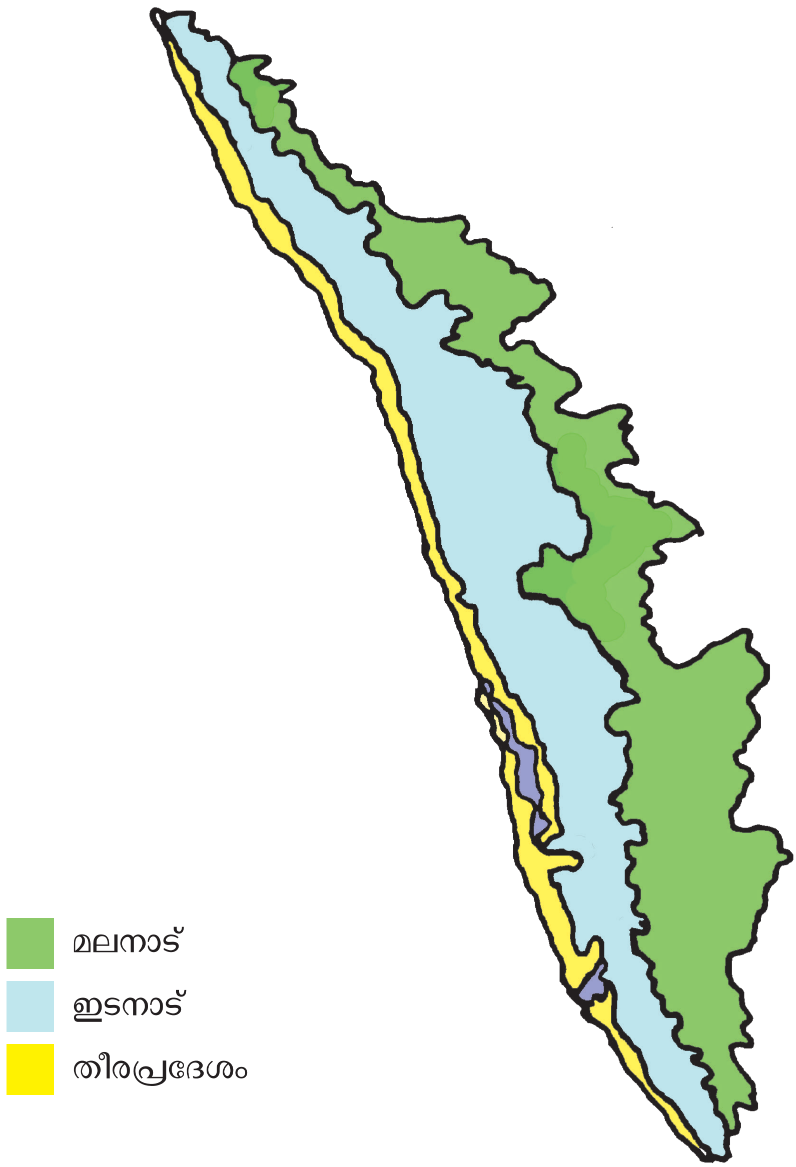
7. കേരളത്തിന്റെ ഒരു അയൽസംസ്ഥാനം
10. മലപ്പുറവും പാലക്കാടും തൊട്ടടുത്ത ജില്ലകൾ
11. കേരളത്തോട് ചേർന്നുള്ള കടൽ

ഇത്തരത്തിൽ കൂടുതൽ ചോദ്യങ്ങൾ നിർമ്മിച്ച് കൂട്ടുകാരുമായി ചോദ്യോത്തരപ്പയറ്റ് സംഘടിപ്പിക്കൂ.

നിങ്ങളുടെ ജില്ലയെക്കുറിച്ച് താഴെക്കാണുന്ന വിവരങ്ങളുൾപ്പെടുത്തി പട്ടിക തയ്യാറാക്കൂ.



കേരളത്തിന്റെ ഭൂപ്രകൃതി



കേരളത്തിലെ എല്ലാ പ്രദേശങ്ങളും ഒരുപോലെയാണോ?

പ്രധാനമായും മൂന്നുതരത്തിലുള്ള പ്രദേശങ്ങളാണ് കേരളത്തിലുള്ളത്.

കടലിനോട് ചേർന്നുള്ള പ്രദേശത്തെ തീരപ്രദേശമെന്നും മലയോടു ചേർന്നുള്ള പ്രദേശത്തെ മലനാടെന്നും വിളിക്കാം.

ഇവയ്ക്കിടയിലുള്ള പ്രദേശത്തെ ഇടനാടെന്നും വിശേഷിപ്പിക്കുന്നു.

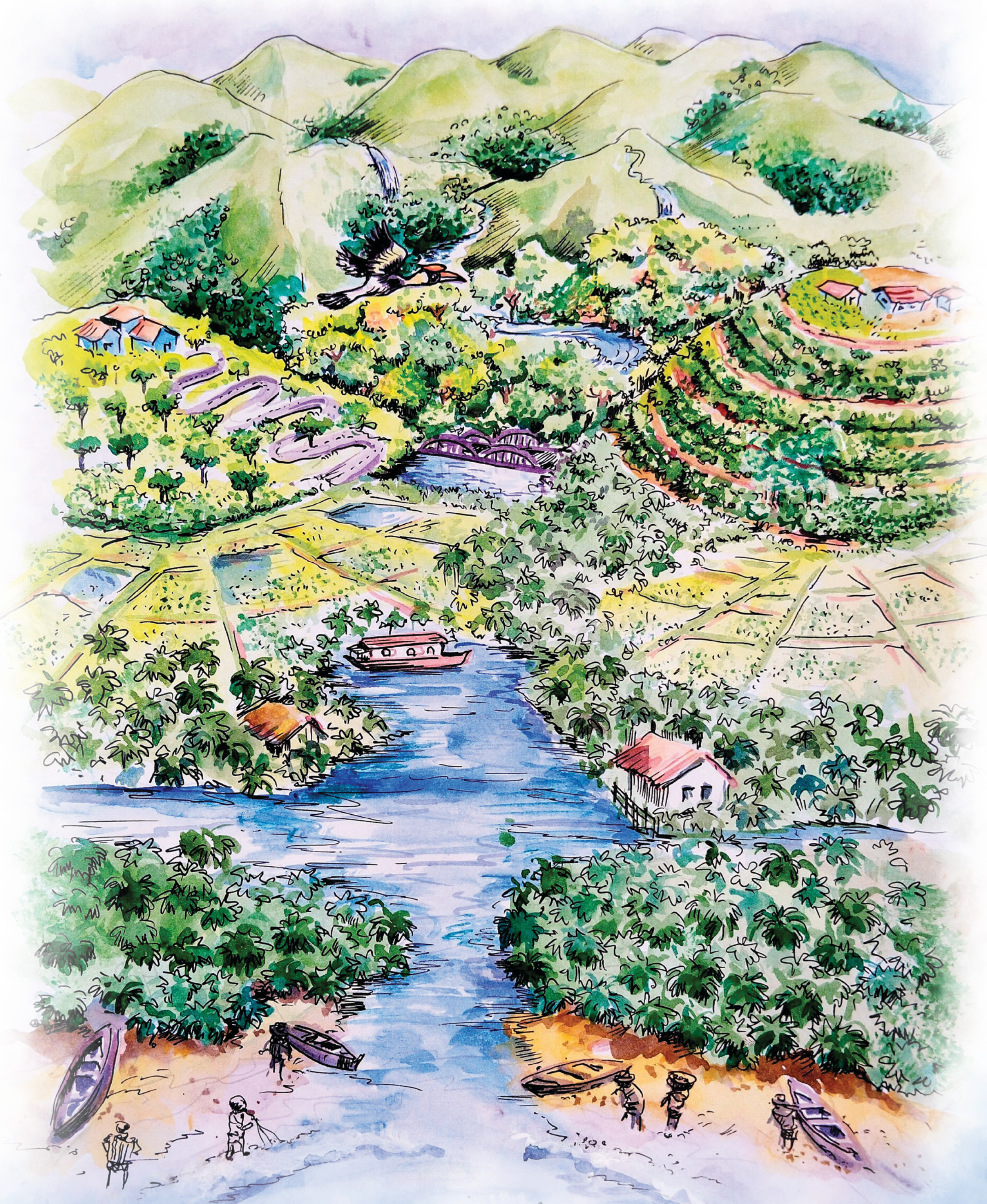
ചിത്രത്തിലെ കൃഷി എന്താണ്? ഏത് പ്രദേശത്തായിരിക്കും ഇത്തരം കൃഷി ഉണ്ടായിരിക്കുക?

എല്ലായിടത്തും ഒരേതരം വിളകളായിരിക്കുമോ കൃഷിചെയ്യുന്നത്? എന്താണ് നിങ്ങളുടെ അഭിപ്രായം?

ചിത്രത്തിലെ തൊഴിൽ ഏതാണ്? കൂടുതൽപേർ ഈ തൊഴിൽ ചെയ്യുന്നത് ഏത് പ്രദേശത്തായിരിക്കും.

ഒരു പ്രദേശത്തുള്ള തൊഴിലുകൾക്ക് അവിടത്തെ സവിശേഷതകളുമായി ബന്ധമുണ്ട്. ചില തൊഴിലുകൾ എല്ലാ പ്രദേശത്തും ഉള്ളവയാണ്. എന്നാൽ ചിലത് തീരപ്രദേശത്ത് മാത്രമേയുള്ളൂ. മലനാട്ടിലും ഇടനാട്ടിലും മാത്രമുള്ള തൊഴിലുകളുമുണ്ട്.

നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തിന്റെ സവിശേഷതകളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ഏതെങ്കിലും തൊഴിലുകൾ ഉണ്ടോ? കണ്ടെത്തൂ.



നീണ്ട കടൽത്തീരം, വലുതും ചെറുതുമായ നദികൾ,
നിരവധി കായലുകൾ, വിശാലമായ കൃഷിയിടങ്ങൾ,
പലതരം കാടുകളും മലനിരകളും പുൽമേടുകളും...
എത്ര സുന്ദരമാണ് നമ്മുടെ നാട്!

വിലയിരുത്താം

1. ശരിയായത് വട്ടത്തിലാക്കൂ.

- നമ്മുടെ ദേശീയ മൃഗം : ആന കടുവ സിംഹം
- ഗ്ലോബിൽ കടൽഭാഗം ചിത്രീകരിക്കാനുപയോഗിക്കുന്ന നിറം:

  നീല പച്ച മഞ്ഞ
- കടലിനോട് ചേർന്നുള്ള പ്രദേശം :

  മലനാട് ഇടനാട് തീരപ്രദേശം

2. ശരിയോ തെറ്റോ?

   1. ഭൂമിയോട് ഏറ്റവും അടുത്ത നക്ഷത്രമാണ് സൂര്യൻ.
   2. നമ്മുടെ തലയ്ക്കുമുകളിൽ മാത്രമാണ് ആകാശമുള്ളത്.
   3. സൂര്യനും ചന്ദ്രനും ഒരേ വലുപ്പമാണ്.
   4. ഭൂമിയിൽ കരഭാഗത്തിന്റെ ഇരട്ടിയിലധികം കടലുണ്ട്.
   5. സൂര്യൻ ഭൂമിക്കുചുറ്റും കറങ്ങുന്നു.
   6. ഇന്ത്യയിൽ രാത്രിയായിരിക്കുമ്പോൾ അമേരിക്കയിലും രാത്രിയായിരിക്കും.

3. കേരളത്തിന്റെ ഭൂപടം പരിശോധിച്ച് കളങ്ങൾ പൂർത്തിയാക്കൂ.

കേരളത്തിലെ ജില്ലകൾ			
കടൽത്തീരമുള്ളവ	തമിഴ്നാടുമായി അതിർത്തി പങ്കിടുന്നവ	കർണ്ണാടകയുമായി അതിർത്തി പങ്കിടുന്നവ	കടൽത്തീരമില്ലാത്തതും അയൽ സംസ്ഥാനവുമായി അതിർത്തി പങ്കിടാത്തതും

4. വിവിധ തൊഴിലുകൾക്ക് നേരെയായി നൽകിയിട്ടുള്ള കളങ്ങൾക്ക് സൂചനയനുസരിച്ച് നിറം നൽകൂ.

● തീരപ്രദേശത്ത് ● മലനാട്ടിലും ഇടനാട്ടിലും ● എല്ലാ പ്രദേശത്തും

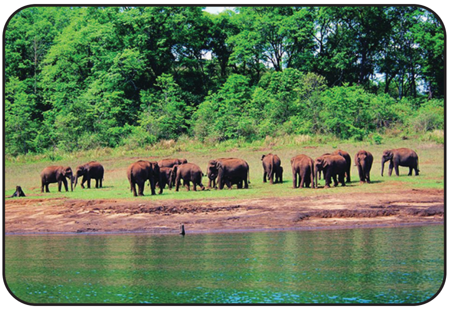
• കന്നുകാലി വളർത്തൽ		• കാപ്പിക്കൃഷി	
• കടലിൽനിന്ന് മീൻപിടിത്തം		• കച്ചവടം	
• പച്ചക്കറിക്കൃഷി		• റബ്ബർകൃഷി	
• ഏലക്കൃഷി		• വസ്ത്രം തയ്ക്കൽ	

തുടർപ്രവർത്തനങ്ങൾ

1. കേരളത്തിലെ പ്രധാന സ്ഥലങ്ങളുടെ ചിത്രങ്ങളും അവയുടെ സവിശേഷതകളും ഉൾപ്പെടുത്തി 'എന്റെ കേരളം' ആൽബം തയ്യാറാക്കൂ.

അതിരപ്പിള്ളി വെള്ളച്ചാട്ടം,
തൃശൂർ

ബേക്കൽ കോട്ട,
കാസറഗോഡ്


തേക്കടി വന്യജീവി സങ്കേതം,
ഇടുക്കി

വിഴിഞ്ഞം തുറമുഖം,
തിരുവനന്തപുരം

2. നമ്മുടെ ദേശീയപതാകയെക്കുറിച്ച് മനസ്സിലാക്കിയല്ലോ. വിവിധ രാജ്യങ്ങളുടെ ദേശീയപതാകകളുടെ ചിത്രങ്ങൾ വരച്ച് ആൽബം തയ്യാറാക്കൂ.

8

വീടും കൂടും

ആറ്റക്കുരുവിഇണകൾക്ക് ഒരു മോഹം...

മഴക്കാലം തുടങ്ങുംമുമ്പേ കൂടുണ്ടാക്കണം. ഒരു മരച്ചില്ല കണ്ടെത്തി ആൺകുരുവി കൂടൊരുക്കാൻ തുടങ്ങി. നെൽച്ചെടിയിൽ നിന്നും കൊത്തിയടർത്തിയ നാരുകളും തെങ്ങോല നാരുകളും ചേർത്ത് ദിവസങ്ങൾക്കുള്ളിൽ വളരെ മനോഹരമായ കൂടൊരുങ്ങി. പെൺകുരുവി അതിൽ മുട്ടകളിട്ട് കുഞ്ഞുങ്ങൾ പുറത്തുവരുന്നതും കാത്തിരുന്നു.

മുട്ടവിരിഞ്ഞ് കുഞ്ഞുങ്ങൾ പുറത്തുവന്നു. ദിവസങ്ങൾ കഴിഞ്ഞു. കുഞ്ഞുങ്ങൾ പറക്കാൻ പാകമായി.

കുരുവിയും മക്കളും ദൂരേക്ക് പറന്നുപോയി.

നിങ്ങൾ ആറ്റക്കുരുവിയുടെ കൂട് കണ്ടിട്ടുണ്ടോ?

ഏതെല്ലാം പക്ഷികളുടെ കൂടുകൾ കണ്ടിട്ടുണ്ട്?
എല്ലാ പക്ഷികളുടെയും കൂടുകൾ ഒരുപോലെയാണോ?
അവ എങ്ങനെയെല്ലാം വ്യത്യാസപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു?
ചിത്രങ്ങൾ നോക്കൂ.

തിത്തിരിപ്പക്ഷി എവിടെയാണ് മുട്ടയിടുന്നത്?

മരങ്ങളിലും കുറ്റിച്ചെടികളിലും മരപ്പൊത്തുകളിലും മണ്ണിലുമെല്ലാം കൂടുണ്ടാക്കുന്ന പക്ഷികളുണ്ട്.

എന്തിനാണ് പക്ഷികൾ കൂടുണ്ടാക്കുന്നത്?

-
-

എല്ലാ പക്ഷികളും കൂടുണ്ടാക്കുന്നുണ്ടോ?

നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തുള്ള പക്ഷികളെ നിരീക്ഷിക്കൂ. എവിടെയാണവ കൂടുണ്ടാക്കുന്നത്?

മരത്തിൽ കൂടുണ്ടാക്കുന്നവയെയും അല്ലാത്തവയെയും കണ്ടെത്തൂ. ഉണ്ടാക്കിയ കൂടുകളിൽ പക്ഷികൾ സ്ഥിരമായി താമസിക്കാറുണ്ടോ?

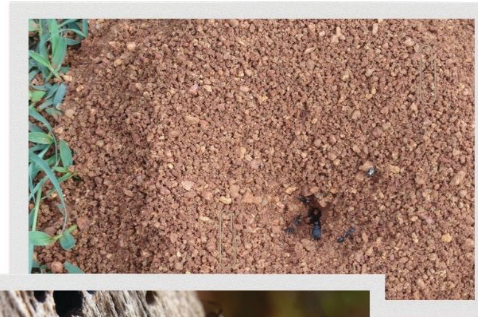
ചില പക്ഷികൾ കൂടുണ്ടാക്കാതെ മറ്റുപക്ഷികളുടെ കൂടുകളിൽ മുട്ടയിടുന്നു. മുട്ടയിട്ട് കുഞ്ഞുങ്ങളെ വിരിയിക്കാൻ വേണ്ടി മറ്റു പക്ഷികളെ ആശ്രയിക്കുന്നതിന് ഉദാഹരണമാണ് കാക്കയുടെ കൂട്ടിൽ കുയിൽ മുട്ടയിടുന്നത്. ഇതേപ്പറ്റി കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ ശേഖരിക്കൂ.

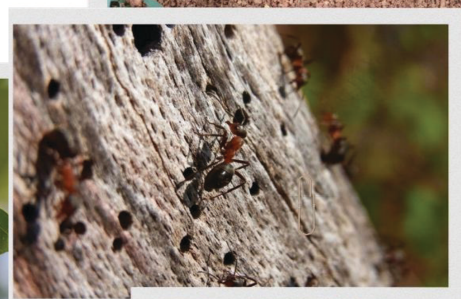
പക്ഷികളെപ്പോലെ കുഞ്ഞുങ്ങളെ വളർത്താൻമാത്രം കൂടുണ്ടാക്കുന്ന മറ്റുജീവികളുണ്ടോ? അന്വേഷിച്ചറിയൂ.

കൂടുണ്ടാക്കി കൂട്ടമായി താമസിക്കുന്ന ജീവികളുമുണ്ട്. ചിത്രം നോക്കൂ.

ഒരിനം ഉറുമ്പിന്റെ കൂടാണിത്. ഉറുമ്പുകൾ പലതരം കൂടുകൾ ഉണ്ടാക്കുന്നുണ്ട്. മണ്ണിൽ മാത്രമല്ല, ഇലകൾ ഒട്ടിച്ചുചേർത്തും, തടികൾ തുളച്ചും ഇവ കൂടുണ്ടാക്കും.

ചില ഉറുമ്പിൻകൂടുകളുടെ ചിത്രങ്ങൾ നിരീക്ഷിക്കൂ.





നിങ്ങളുടെ ചുറ്റുപാടുമുള്ള മറ്റേതെല്ലാം ജീവികൾ കൂട് നിർമ്മിക്കുന്നുണ്ട്?

അവ കൂടുണ്ടാക്കാൻ ഉപയോഗിക്കുന്നത് ഒരേ വസ്തുക്കളാണോ?

കണ്ടെത്തിയെഴുതൂ.

ജീവി	കൂടുണ്ടാക്കുന്ന വസ്തുക്കൾ
• ചിതൽ	മണ്ണ്
• കടന്നൽ	പൾപ്പ്, ഉമിനീർ, മണ്ണ്
•	
•	
•	
•	

ജീവിയും കൂടും - വരച്ചു യോജിപ്പിക്കൂ

കാക്ക

ഉറുമ്പ്

തേനീച്ച

വേട്ടാളൻ

നമ്മുടെ വീടുകൾ

എന്തിനാണ് നമ്മൾ വീടുണ്ടാക്കുന്നത്?

- സുരക്ഷിതമായി താമസിക്കാൻ
- മഴയും വെയിലും കൊള്ളാതിരിക്കാൻ
-
-

നമ്മുടെ വീടുകൾ ഏതെല്ലാം തരത്തിലുള്ളതാണ്?

പലതരം വീടുകളുടെ ചിത്രങ്ങൾ നോക്കൂ. ഓരോ വീടും നിർമ്മിക്കാൻ ഉപയോഗിച്ചിരിക്കുന്ന വസ്തുക്കൾ ഏതെല്ലാമാണ്? ചിത്രങ്ങൾ നിരീക്ഷിച്ച് പട്ടിക പൂർത്തിയാക്കൂ.

ചിത്രം	ഭിത്തി	മേൽക്കൂര
1		
2		
3		
4		
5		
6		

പട്ടികയിൽ നിന്ന് കണ്ടെത്തലുകൾ രേഖപ്പെടുത്തൂ.

വീട് നിർമ്മിക്കാൻ വിവിധ വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിക്കുന്നത് എന്തിനായിരിക്കും?

കാലാവസ്ഥയ്ക്കും ലഭ്യതയ്ക്കും അനുസരിച്ചാണ് പലതരം വസ്തുക്കൾ വീട് നിർമ്മാണത്തിനുപയോഗിക്കുന്നത്.

എത്രയെത്ര ജോലികൾ !

വീടുനിർമ്മാണവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട വിവിധ ജോലികളാണ് ചിത്രങ്ങളിൽ സൂചിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത്. അവ ഏതെല്ലാമാണ്? എഴുതൂ.

നിർമ്മാണത്തിലിരിക്കുന്ന ഒരു വീട് സന്ദർശിച്ച് വിവിധ ജോലികൾ ചെയ്യുന്നവരെ പരിചയപ്പെടൂ. അവിടെ നടക്കുന്ന ജോലികൾ എന്തൊക്കെയെന്ന് ചോദിച്ച് മനസ്സിലാക്കൂ.

പലതരം വീടുകൾ

നിരവധി ആളുകൾക്ക് താമസിക്കാവുന്നതും കുറേ നിലകളുള്ളതുമായ വലിയ കെട്ടിടങ്ങളാണ് ഫ്ളാറ്റുകൾ.

പലതരത്തിലുള്ള വീടുകളുടെ ചിത്രങ്ങളാണ് താഴെക്കൊടുത്തിരിക്കുന്നത്. അവയിൽ ഗ്ലാസ് വീട്, തൂണുകളിൽ ഉയർത്തിക്കെട്ടിയ വീട്, ഇഗ്ളൂ, ത്രീഡി പ്രിന്റഡ് വീട് എന്നിവ കണ്ടെത്തി എഴുതുക.

1

....

2

....

3

....

4

....

ഓരോ വീടിന്റെയും സവിശേഷതകൾ എന്തെല്ലാം?

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

ഓരോ പ്രദേശത്തെയും കാലാവസ്ഥ, സ്ഥലത്തിന്റെ പ്രത്യേകത, ലഭ്യമായ വിഭവങ്ങൾ, സുരക്ഷ, കുടുംബത്തിലെ അംഗങ്ങളുടെ എണ്ണം എന്നിവയെല്ലാം പരിഗണിച്ചാണ് വീട് നിർമ്മിക്കേണ്ടത്. സാങ്കേതികവിദ്യയിലുണ്ടായ വളർച്ച വീടുനിർമ്മാണത്തിലും വലിയ മാറ്റങ്ങൾ വരുത്തിയിട്ടുണ്ട്.

വീടുണ്ടാക്കാം

നമുക്കൊരു വീടിന്റെ മാതൃക നിർമ്മിക്കാം.

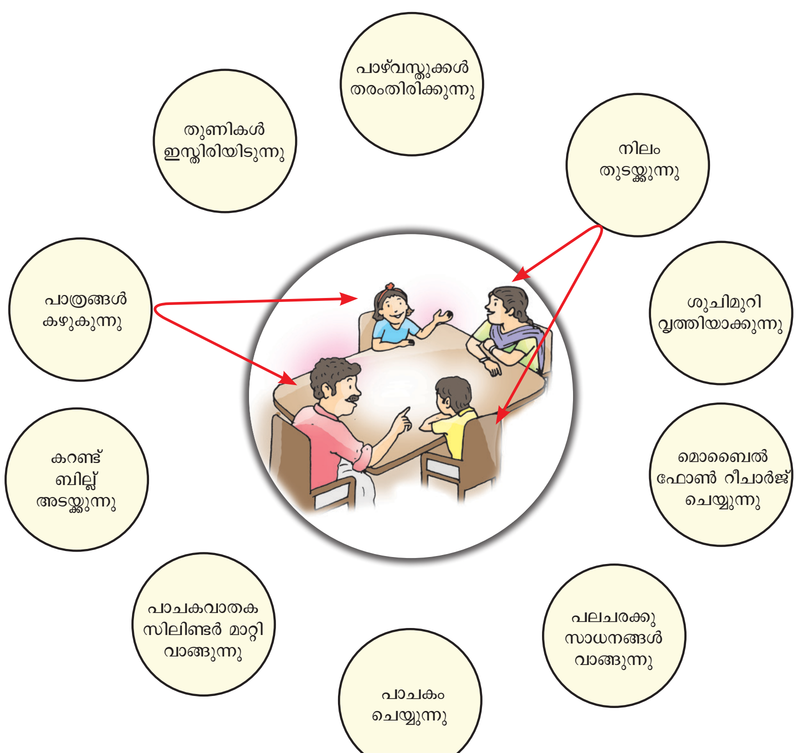
ഇതിനായി കാർഡ്ബോർഡ്, ചാർട്ട് പേപ്പർ, പശ, കത്രിക, പേപ്പർ, ജലച്ചായം എന്നിവ ഉപയോഗിക്കാം. ഇനി നിങ്ങളുടെ ഭാവനയ്ക്കനുസരിച്ച് ഒരു വീട് നിർമ്മിക്കൂ.

നിങ്ങളുടെ കൂട്ടുകാർ നിർമ്മിച്ച വീട് പോലെയാണോ നിങ്ങൾ നിർമ്മിച്ച വീട്?

ഒത്തൊരുമിച്ച്

നമ്മുടെ വീട്ടിൽ എന്തെല്ലാം ജോലികളാണുള്ളത്?

ഏതെല്ലാം ചുമതലകൾ ആർക്കെല്ലാം ഏറ്റെടുക്കാം? വരച്ചുചേർക്കൂ.



നിങ്ങളുടെ അഭിപ്രായം ക്ലാസിൽ ചർച്ചചെയ്യൂ.

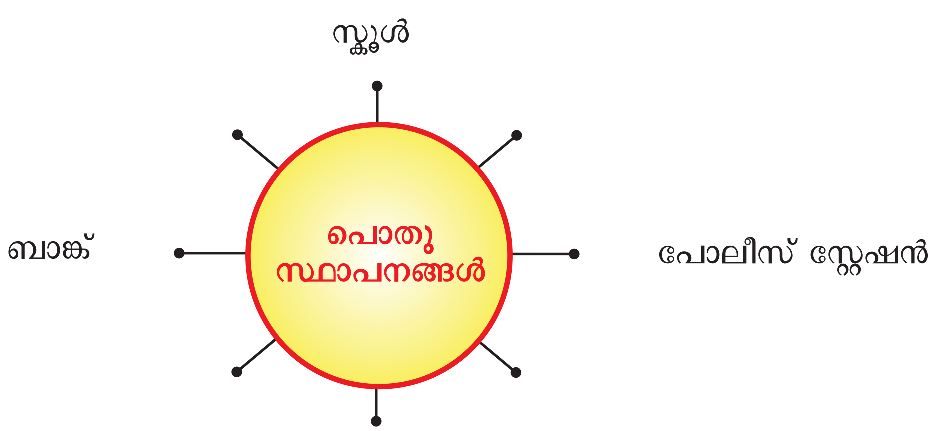
വീട്ടുജോലികൾ എല്ലാ അംഗങ്ങളും സഹകരിച്ചുചെയ്യേണ്ടതല്ലേ?

പൊതുസ്ഥാപനങ്ങൾ

ആശുപത്രി എന്ന സ്ഥാപനം നമുക്ക് നൽകുന്ന സേവനമാണ് രോഗീപരിചരണം.

> പൂർണ്ണമായോ, ഭാഗികമായോ സർക്കാർ ഉടമസ്ഥതയിലുള്ളതും ജനങ്ങൾക്ക് സേവനം നൽകുന്നതുമായ സ്ഥാപനങ്ങളാണ് പൊതുസ്ഥാപനങ്ങൾ.

നമുക്ക് സേവനം നൽകുന്ന മറ്റേതെല്ലാം പൊതുസ്ഥാപനങ്ങൾ ഉണ്ട്? എഴുതിച്ചേർക്കൂ.



ഓരോ സ്ഥാപനത്തിൽ നിന്നും എന്തെല്ലാം സേവനങ്ങളാണ് നമുക്ക് ലഭിക്കുന്നത്?

ചർച്ചചെയ്ത് *എന്റെ പരിസരപഠനപുസ്തകത്തിൽ* രേഖപ്പെടുത്തൂ.

വിദ്യാലയത്തിനടുത്തുള്ള ഒരു പൊതുസ്ഥാപനം സന്ദർശിക്കൂ.

അവിടത്തെ സേവനങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുന്നതിനായി കൂട്ടുകാരുമായി ചർച്ചചെയ്ത് ചോദ്യാവലി തയ്യാറാക്കിവേണം സന്ദർശനം നടത്താൻ.

ലഭിച്ച വിവരങ്ങൾ റിപ്പോർട്ടാക്കി ക്ലാസിൽ അവതരിപ്പിക്കൂ.

വീടില്ലാത്തവർ, വീട് നഷ്ടപ്പെട്ടവർ

‘എല്ലാവർക്കും വീട്’ എന്ന സ്വപ്നം സാക്ഷാത്കരിക്കുന്നതിനായി വിവിധ സർക്കാർ പദ്ധതികളും സമൂഹക്കൂട്ടായ്മകളും പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്.

വിലയിരുത്താം

1. വീടുപണിയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പ്രധാന ജോലികൾ താഴെക്കൊടുത്തിരിക്കുന്നു. ഓരോ ഘട്ടത്തിലും ആവശ്യമായ സാമഗ്രികൾ കണ്ടെത്തിയെഴുതൂ.

ജോലി	ആവശ്യമായ സാമഗ്രികൾ
തറകെട്ടൽ	
മരപ്പണി	
ഭിത്തി നിർമ്മാണം	
തേപ്പ് പണി	

2. വിവിധ ജീവികളുടെ കൂടുകൾ നിരീക്ഷിച്ച് കൂടുണ്ടാക്കുന്നതിലേയും ഉപയോഗിക്കുന്നതിലേയും സവിശേഷതകൾ കണ്ടെത്തിയെഴുതൂ. പട്ടിക ഉചിതമായി പൂർത്തിയാക്കൂ.

മുട്ടയിട്ട് കുഞ്ഞുങ്ങളെ വിരിയിക്കാൻ മാത്രം കൂടുണ്ടാക്കുന്നവ	കൂടുണ്ടാക്കി താമസിക്കുന്നവ	മറ്റ് ജീവികളുടെ കൂടുകളെ ആശ്രയിക്കുന്നവ

3. നൽകിയിരിക്കുന്ന സന്ദർഭങ്ങൾ വായിക്കൂ.

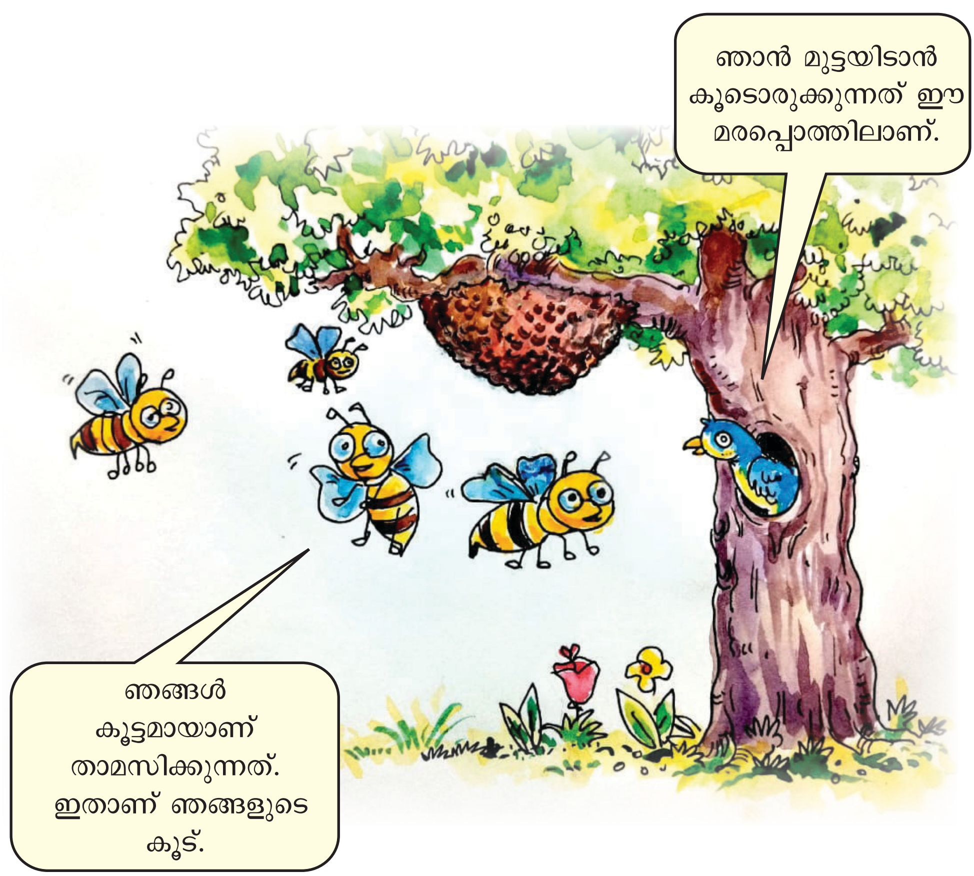
- മീരയും കൂട്ടുകാരും ടീച്ചർക്കൊപ്പം കളിച്ചുപഠിക്കുന്നു.
- അച്ഛൻ അരിയും ഗോതമ്പും മണ്ണെണ്ണയും വാങ്ങുന്നു.
- അമ്മ മുത്തശ്ശനെ കണ്ണുപരിശോധനയ്ക്ക് കൊണ്ടുപോകുന്നു.
- മുത്തശ്ശി പെൻഷൻ വാങ്ങുന്നു.
- വീട്ടിലെ പ്ലാസ്റ്റിക്കുമാലിന്യങ്ങൾ ശേഖരിച്ച് കൊണ്ടുപോകുന്നു.

ഏതൊക്കെ പൊതുസ്ഥാപനങ്ങളുടെ സേവനങ്ങളാകും മീരയ്ക്കും വീട്ടുകാർക്കും ലഭിച്ചിട്ടുണ്ടാകുക? എഴുതിച്ചേർക്കൂ.

പൊതുസ്ഥാപനം	സേവനങ്ങൾ
•	
•	
•	
•	
•	

തുടർപ്രവർത്തനങ്ങൾ

1. ചിത്രത്തിലെ പക്ഷിയുടെയും തേനീച്ചയുടെയും കൂടുകൾ ഒരുപോലെയാണോ? വലിയ കൂട്ടങ്ങളായി താമസിക്കുന്നതും അല്ലാത്തതുമായ ജീവികളെ കണ്ടെത്തി തരംതിരിച്ച് എഴുതൂ.



കൂട്ടമായി താമസിക്കുന്നവ	അല്ലാത്തവ

2. നിങ്ങൾ ചിലന്തിവലകൾ കണ്ടിട്ടില്ലേ? ചിത്രത്തിലെ വലകളിലെ വ്യത്യാസങ്ങൾ നോക്കൂ. നിങ്ങളുടെ ചുറ്റുപാടും നിരീക്ഷിക്കൂ. ഓരോതരം ചിലന്തിവലകളുടെയും പ്രത്യേകതകൾ രേഖപ്പെടുത്തൂ.

ഭാരതത്തിന്റെ ഭരണഘടന

ഭാഗം IV ക

മൗലിക കർത്തവ്യങ്ങൾ

51 ക. മൗലിക കർത്തവ്യങ്ങൾ - താഴെപ്പറയുന്നവ ഭാരതത്തിലെ ഓരോ പൗരന്റെയും കർത്തവ്യം ആയിരിക്കുന്നതാണ് :

(ക) ഭരണഘടനയെ അനുസരിക്കുകയും അതിന്റെ ആദർശങ്ങളെയും സ്ഥാപനങ്ങളെയും ദേശീയപതാകയെയും ദേശീയഗാനത്തെയും ആദരിക്കുകയും ചെയ്യുക;

(ഖ) സ്വാതന്ത്ര്യത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള നമ്മുടെ ദേശീയസമരത്തിന് പ്രചോദനം നൽകിയ മഹനീയാദർശങ്ങളെ പരിപോഷിപ്പിക്കുകയും പിൻതുടരുകയും ചെയ്യുക;

(ഗ) ഭാരതത്തിന്റെ പരമാധികാരവും ഐക്യവും അഖണ്ഡതയും നിലനിർത്തുകയും സംരക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുക;

(ഘ) രാജ്യത്തെ കാത്തുസൂക്ഷിക്കുകയും ദേശീയസേവനം അനുഷ്ഠിക്കുവാൻ ആവശ്യപ്പെടുമ്പോൾ അനുഷ്ഠിക്കുകയും ചെയ്യുക;

(ങ) മതപരവും ഭാഷാപരവും പ്രാദേശികവും വിഭാഗീയവുമായ വൈവിധ്യങ്ങൾക്കതീതമായി ഭാരതത്തിലെ എല്ലാ ജനങ്ങൾക്കുമിടയിൽ, സൗഹാർദവും പൊതുവായ സാഹോദര്യമനോഭാവവും പുലർത്തുക, സ്ത്രീകളുടെ അന്തസ്സിന് കുറവു വരുത്തുന്ന ആചാരങ്ങൾ പരിത്യജിക്കുക;

(ച) നമ്മുടെ സമ്മിശ്രസംസ്കാരത്തിന്റെ സമ്പന്നമായ പാരമ്പര്യത്തെ വിലമതിക്കുകയും നിലനിറുത്തുകയും ചെയ്യുക;

(ഛ) വനങ്ങളും തടാകങ്ങളും നദികളും വന്യജീവികളും ഉൾപ്പെടുന്ന പ്രകൃത്യാ ഉള്ള പരിസ്ഥിതി സംരക്ഷിക്കുകയും അഭിവൃദ്ധിപ്പെടുത്തുകയും, ജീവികളോട് കാരുണ്യം കാണിക്കുകയും ചെയ്യുക;

(ജ) ശാസ്ത്രീയമായ കാഴ്ചപ്പാടും മാനവികതയും, അന്വേഷണത്തിനും പരിഷ്കരണത്തിനും ഉള്ള മനോഭാവവും വികസിപ്പിക്കുക;

(ഝ) പൊതുസ്വത്ത് പരിരക്ഷിക്കുകയും ശപഥം ചെയ്ത് അക്രമം ഉപേക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുക;

(ഞ) രാഷ്ട്രം യത്നത്തിന്റെയും ലക്ഷ്യപ്രാപ്തിയുടെയും ഉന്നതതലങ്ങളിലേക്ക് നിരന്തരം ഉയരത്തക്കവണ്ണം വ്യക്തിപരവും കൂട്ടായതുമായ പ്രവർത്തനത്തിന്റെ എല്ലാ മണ്ഡലങ്ങളിലും ഉൽകൃഷ്ടതയ്ക്കുവേണ്ടി അധ്വാനിക്കുക;

(ട) ആറിനും പതിനാലിനും ഇടയ്ക്ക് പ്രായമുള്ള തന്റെ കുട്ടിക്കോ തന്റെ സംരക്ഷണയിലുള്ള കുട്ടികൾക്കോ, അതതു സംഗതി പോലെ, മാതാപിതാക്കളോ രക്ഷാകർത്താവോ വിദ്യാഭ്യാസത്തിനുള്ള അവസരങ്ങൾ ഏർപ്പെടുത്തുക.

കുട്ടികളുടെ അവകാശങ്ങൾ

പ്രിയമുള്ള കുട്ടികളേ,

നിങ്ങൾക്കുള്ള അവകാശങ്ങളെന്തെല്ലാമെന്ന് അറിയേണ്ടതില്ലേ? അവകാശങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള അറിവ് നിങ്ങളുടെ പങ്കാളിത്തം, സംരക്ഷണം, സാമൂഹികനീതി എന്നിവ ഉറപ്പാക്കാൻ പ്രേരണയും പ്രചോദനവും നൽകും. നിങ്ങളുടെ അവകാശങ്ങൾ സംരക്ഷിക്കാൻ ഇപ്പോൾ ഒരു കമ്മീഷൻ പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്. കേരള സംസ്ഥാന ബാലാവകാശസംരക്ഷണ കമ്മീഷൻ എന്നാണ് അതിന്റെ പേര്. എന്തെല്ലാമാണ് നിങ്ങൾക്കുള്ള അവകാശങ്ങൾ എന്നു നോക്കാം.

- സംസാരത്തിനും ആശയപ്രകടനത്തിനുമുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യം
- ജീവന്റെയും വ്യക്തിസ്വാതന്ത്ര്യത്തിന്റെയും സംരക്ഷണം
- അതിജീവനത്തിനും പൂർണ്ണവികാസത്തിനുമുള്ള അവകാശം
- ജാതി-മത-വർഗ-വർണ്ണ ചിന്തകൾക്കതീതമായി ബഹുമാനിക്കപ്പെടാനും അംഗീകരിക്കപ്പെടാനുമുള്ള അവകാശം
- മാനസികവും ശാരീരികവും ലൈംഗികവുമായ പീഡനങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള സംരക്ഷണത്തിനും പരിചരണത്തിനുമുള്ള അവകാശം
- പങ്കാളിത്തത്തിനുള്ള അവകാശം
- ബാലവേലയിൽനിന്നും ആപൽക്കരമായ ജോലികളിൽനിന്നുമുള്ള മോചനം
- ശൈശവവിവാഹത്തിൽനിന്നുള്ള സംരക്ഷണം
- സ്വന്തം സംസ്കാരം അറിയുന്നതിനും അതനുസരിച്ച് ജീവിക്കുന്നതിനുമുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യം
- അവഗണനകളിൽനിന്നുള്ള സംരക്ഷണം
- സൗജന്യവും നിർബന്ധിതവുമായ വിദ്യാഭ്യാസ അവകാശം
- കളിക്കാനും പഠിക്കാനുമുള്ള അവകാശം
- സ്നേഹവും സുരക്ഷയും നൽകുന്ന കുടുംബവും സമൂഹവും ലഭ്യമാകാനുള്ള അവകാശം

നിങ്ങളുടെ ചില ഉത്തരവാദിത്വങ്ങൾ

- സ്കൂൾ, പൊതുസംവിധാനങ്ങൾ എന്നിവ നശിപ്പിക്കാതെ സംരക്ഷിക്കുക.
- സ്കൂളിലും പഠനപ്രവർത്തനങ്ങളിലും കൃത്യനിഷ്ഠ പാലിക്കുക.
- സ്കൂൾ അധികാരികളെയും അധ്യാപകരെയും മാതാപിതാക്കളെയും സഹപാഠികളെയും ബഹുമാനിക്കുകയും അംഗീകരിക്കുകയും ചെയ്യുക.
- ജാതി-മത-വർഗ-വർണ്ണ ചിന്തകൾക്കതീതമായി മറ്റുള്ളവരെ ബഹുമാനിക്കാനും അംഗീകരിക്കാനും സന്നദ്ധരാവുക.

ബന്ധപ്പെടേണ്ട വിലാസം:

കേരള സംസ്ഥാന ബാലാവകാശസംരക്ഷണ കമ്മീഷൻ

ശ്രീ ഗണേഷ്, റ്റി.സി. 14/2036, വാൻറോസ് ജംങ്ഷൻ,
കേരള യൂണിവേഴ്സിറ്റി പി.ഒ, തിരുവനന്തപുരം – 34
ഫോൺ 0471 – 2326603
ഇ- മെയിൽ childrights.cpcr@kerala.gov.in, rte.cpcr@kerala.gov.in
വെബ്സൈറ്റ് : www.kescpcr.kerala.gov.in

ചൈൽഡ് ഹെൽപ്പ് ലൈൻ - 1098, ക്രൈം സ്റ്റോപ്പർ - 1090, നിർഭയ – 1800 425 1400
കേരള പൊലീസ് ഹെൽപ്പ് ലൈൻ - 0471 – 3243000/44000/45000

*online **R.T.E Monitoring : www.nireekshana.org.in***