રમીએ કરીએ શીખીએ

ધોરણ - બીજું

ભારતનું સંવિધાન

ભાગ ૪ ક

નાગરિકોના મૂળભૂત કર્તવ્યો

અનુચ્છેદ ૫૧ ક

મૂળભૂત કર્તવ્ય – ભારતના પ્રત્યેક નાગરિકનું એ કર્તવ્ય છે કે તેણે –

(ક) સંવિધાનનું પાલન કરવું. સંવિધાનના આદર્શો, રાષ્ટ્રધ્વજ અને રાષ્ટ્રગીતનો આદર કરવો.

(ખ) સ્વાતંત્ર્ય ચળવળની પ્રેરણા આપનારા આદર્શોનું પાલન કરવું.

(ગ) દેશના સાર્વભૌમત્વ, એકતા અને અખંડતા સુરક્ષિત રાખવા પ્રયત્નશીલ રહેવું.

(ઘ) આપણા દેશનું રક્ષણ કરવું, દેશની સેવા કરવી.

(ઙ) દરેક પ્રકારના ભેદભાવને ભૂલીને એકતા અને બંધુત્વની ભાવના વિકસાવવી. સ્ત્રીઓના સન્માનને ઠેસ પહોંચાડનારી પ્રથાઓનો ત્યાગ કરવો.

(ચ) આપણી સંમિશ્ર સંસ્કૃતિના વારસાનું જતન કરવું.

(છ) નૈસર્ગિક પર્યાવરણનું જતન કરવું. સજીવ પ્રાણીઓ પ્રત્યે દયાભાવ રાખવો.

(જ) વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિ, માનવતાવાદ અને જિજ્ઞાસાવૃત્તિ કેળવવી.

(ઝ) સાર્વજનિક માલમત્તાનું જતન કરવું. હિંસાનો ત્યાગ કરવો.

(ઞ) દેશની ઉત્તરોત્તર પ્રગતિ માટે વ્યક્તિગત તેમજ સામૂહિક કાર્યમાં ઉત્તમતા–શ્રેષ્ઠતાનું સ્તર જાળવી રાખવાનો પ્રયત્ન કરવો.

(ટ) ૬થી ૧૪ વય જૂથના બાળકોને તેમના વાલીએ શિક્ષણની તક પૂરી પાડવી.

શાસન નિર્ણય ક્રમાંક : અભ્યાસ - ૨૧૧૬/(પ્ર.ક્ર. ૪૩/૧૬) એસ.ડી.-૪ દિનાંક ૨૫-૪-૨૦૧૬
અન્વયે સ્થાપન થયેલ સમન્વય સમિતિની તા. ૧૯-૦૩-૨૦૧૯ ના રોજની બેઠકમાં આ પાઠ્યપુસ્તક
શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૧૯-૨૦ થી નિર્ધારિત કરવાની માન્યતા આપવામાં આવી છે.

રમીએ, કરીએ, શીખીએ

(આરોગ્ય અને શારીરિક શિક્ષણ, કાર્યાનુભવ, કલા શિક્ષણ)

ધોરણ - બીજું

મહારાષ્ટ્ર રાજ્ય પાઠ્યપુસ્તક નિર્મિતિ અને અભ્યાસક્રમ સંશોધન મંડળ, પુણે ૪૧૧૦૦૪.

QPH9FZ

તમારા સ્માર્ટફોનમાં DIKSHA App દ્વારા પાઠ્યપુસ્તકનાં પહેલા પાનાં પરના Q.R. Codeથી ડિજિટલ પાઠ્યપુસ્તક અને દરેક પાઠ સંબંધિત અધ્યયન-અધ્યાપન માટે ઉપયોગી દૃશ્ય-શ્રાવ્ય સાહિત્ય ઉપલબ્ધ થશે.

પ્રથમ આવૃત્તિ : ૨૦૧૯
પુન:મુદ્રણ : ૨૦૨૨

© મહારાષ્ટ્ર રાજ્ય પાઠ્યપુસ્તક નિર્મિતિ અને અભ્યાસક્રમ સંશોધન મંડળ, પુણે ૪૧૧૦૦૪
મહારાષ્ટ્ર રાજ્ય પાઠ્યપુસ્તક નિર્મિતિ અને અભ્યાસક્રમ સંશોધન મંડળ પાસે આ પુસ્તકના બધા હક્ક રહેશે. આ પુસ્તકનો કોઇપણ ભાગ સંચાલક, મહારાષ્ટ્ર રાજ્ય પાઠ્યપુસ્તક નિર્મિતિ અને અભ્યાસક્રમ સંશોધન મંડળની લેખિત પરવાનગી વગર છાપી શકાશે નહિ.

'રમીએ, કરીએ, શીખીએ' વિષય સમિતિ

૧. શ્રી. જી.આર.પટવર્ધન, (અધ્યક્ષ)
૨. પ્રા. સરોજ દેશમુખ
૩. શ્રી. પ્રકાશ પારખે
૪. શ્રી. સુનીલ દેસાઈ
૫. શ્રી. મુકુલ દેશપાંડે
૬. શ્રી. સંતોષ થળે
૭. શ્રીમતી રશ્મી રાજપૂરકર
૮. શ્રી. વિદ્યાધર મ્હાત્રે
૯. શ્રી. નાગસેન ભાલેરાવ
૧૦. શ્રીમતી વંદના ફડતરે
૧૧. શ્રી. જ્ઞાનેશ્વર ગાડગે
૧૨. ડૉ. અજયકુમાર લોળગે (સભ્ય-સંયોજક)

ગુજરાતી ભાષાંતર
ધર્મિકા દોશી

ભાષાંતર સંયોજક :
કેતકી નિતેશ જાની
વિશેષાધિકારી, ગુજરાતી વિભાગ પાઠ્યપુસ્તક મંડળ, પુણે.

રમીએ, કરીએ, શીખીએ અભ્યાસજૂથ

૧. ડૉ.વિશ્વાસ યેવલે
૨. શ્રી. નિલેશ ઝાડે
૩. શ્રીમતી ઉજ્જવલા નાંદખિલે
૪. શ્રી. શંકર શહાણે
૫. શ્રી. અશ્વિન કિનારકર
૬. શ્રી. અરવિંદ મોઢવે
૭. શ્રી. અમોલ બોધે
૮. શ્રી. પ્રકાશ નેટકે
૯. શ્રી. હિરામણ પાટીલ
૧૦. શ્રી. પ્રવિણ માળી
૧૧. શ્રીમતી નિતાલી હરગુડે
૧૨. શ્રીમતી કિશોરી તાંબોળી
૧૩. શ્રીમતી આસાવરી ખાનઝોડે
૧૪. શ્રીમતી પ્રાજક્તા ઢવળે
૧૫. શ્રી.જ્ઞાની કુલકર્ણી
૧૬. શ્રીમતી સુજાતા પંડિત
૧૭. શ્રી. અશોક પાટીલ
૧૮. શ્રી. સોમેશ્વર મલ્લિકાર્જુન
૧૯. શ્રી. અશફાક ખાન મન્સુરી

મુખપૃષ્ઠ
શ્રી. સુનિલ દેસાઈ
શ્રીમતા પ્રજ્ઞા કાળે

ચિત્ર અને સજાવટ
શ્રી. શ્રીમંત હોનરાવ
શ્રી. પ્રતાપ જગતાપ
શ્રી. રાહુલ પગારે

સંયોજક : **ડૉ. અજય કુમાર લોળગે**
વિશેષાધિકારી કાર્યાનુભવ,
પ્ર.વિશેષાધિકારી કલા અને પ્ર.વિશેષાધિકારી આરોગ્ય અને શારીરિક શિક્ષણ
પાઠ્યપુસ્તક મંડળ, પુણે.

અક્ષરગૂંથણી : સમર્થ ગ્રાફિક્સ,
૫૨૨, નારાયણ પેઠ, પુણે ૩૦.

નિર્મિતિ : **શ્રી. સચ્ચિતાનંદ આફળે**
મુખ્ય નિર્મિતિ અધિકારી
શ્રી. પ્રભાકર પરબ
નિર્મિતિ અધિકારી
શ્રી. શશાંક કણિકદળે
સહાયક નિર્મિતિ અધિકારી

કાગળ : ૭૦ જી.એસ.એમ.ક્રીમવોવ્હ,

મુદ્રણાદેશ :

મુદ્રક :

પ્રકાશક
વિવેક ઉત્તમ ગોસાવી
નિયંત્રક
પાઠ્યપુસ્તક નિર્મિતિ મંડળ,
પ્રભાદેવી, મુંબઈ ૨૫

ભારતનું સંવિધાન

આમુખ

અમે ભારતના લોકો ભારતને એક સાર્વભૌમ સમાજવાદી બિનસાંપ્રદાયિક લોકતંત્રાત્મક પ્રજાસત્તાક તરીકે સંસ્થાપિત કરવાનો
તથા તેના સર્વ નાગરિકોને :
સામાજિક, આર્થિક અને રાજકીય ....ન્યાય
વિચાર, અભિવ્યક્તિ, માન્યતા,
ધર્મ અને ઉપાસનાની ....સ્વતંત્રતા
દરજ્જા અને તકની ....સમાનતા
પ્રાપ્ત થાય તેમ કરવાનો
અને તેઓ સર્વમાં
વ્યક્તિનું ગૌરવ અને રાષ્ટ્રની
એકતા અને અખંડતા સુદૃઢ કરે એવી ....બંધુતા
વિકસાવવાનો
ગંભીરતાપૂર્વક સંકલ્પ કરીને

અમારી સંવિધાનસભામાં ૨૬ નવેમ્બર, ૧૯૪૯ના રોજ આથી આ સંવિધાન અપનાવી, તેને અધિનિયમિત કરી અમને પોતાને અર્પિત કરીએ છીએ.

રાષ્ટ્રગીત

જનગણમન - અધિનાયક જય હે
ભારત - ભાગ્યવિધાતા.
પંજાબ, સિંધુ, ગુજરાત, મરાઠા,
દ્રાવિડ, ઉત્કલ, બંગ,
વિંધ્ય, હિમાચલ, યમુના, ગંગા,
ઉચ્છલ જલધિતરંગ,
તવ શુભ નામે જાગે, તવ શુભ આશિષ માગે,
ગાહે તવ જયગાથા.
જનગણ મંગલદાયક જય હે,
ભારત - ભાગ્યવિધાતા.
જય હે, જય હે, જય હે,
જય જય જય, જય હે.

પ્રતિજ્ઞા

ભારત મારો દેશ છે. બધા ભારતીયો મારાં ભાઈબહેન છે.

હું મારા દેશને ચાહું છું અને તેના સમૃદ્ધ અને વૈવિધ્યપૂર્ણ વારસાનો મને ગર્વ છે. હું સદાય તેને લાયક બનવા પ્રયત્ન કરીશ.

હું મારાં માતાપિતા, શિક્ષકો અને વડીલો પ્રત્યે આદર રાખીશ અને દરેક જણ સાથે સભ્યતાથી વર્તીશ.

હું મારા દેશ અને દેશબાંધવો પ્રત્યે વફાદારી રાખવાની પ્રતિજ્ઞા લઉં છું. તેમનાં કલ્યાણ અને સમૃદ્ધિમાં જ મારું સુખ સમાયેલું છે.

પ્રસ્તાવના

બાળમિત્રો,

ધોરણ બીજામાં આપ સૌનું સ્વાગત છે. તમે પહેલા ધોરણમાં 'રમીએ, કરીએ, શીખીએ' પુસ્તકનો અભ્યાસ કર્યો છે. 'રમીએ, કરીએ, શીખીએ'નું ધોરણ બીજાનું આ પુસ્તક આપના હાથમાં આપતા ખૂબ આનંદ થાય છે.

તમને નવી વસ્તુ બનાવવી, ગીતો ગાવા, વાર્તા સાંભળવી, રમવું ખૂબ જ ગમે છે. સાથે જ વાદ્ય વગાડવા, નૃત્ય-નાટ્ય કરવા, ચિત્ર દોરવા, રંગ પૂરવા, ચોંટાડવું, નવી રમતો શોધવી ખૂબ જ ગમે છે ને ?

'રમીએ, કરીએ શીખીએ' પુસ્તકમાં આ બધું જ કરવા મળશે. વિવિધ શારીરિક હલન ચલન કરવું, નવી રમતો અને સ્પર્ધાઓ શોધવી, સાદી રાખડી, કાગળ, પાનફૂલમાંથી સૌંદર્ય કૃતિ તૈયાર કરવી, કથા, સંવાદ, કવિતા, રંગકામ, શિલ્પ, વાદ્યોનો પરિચય કરવો શક્ય બનશે. આ બધાં ઉપક્રમો દ્વારા તમે ધમાલ કરવાના છો. તમે તૈયાર કરેલી નવી વસ્તુઓનું નાનું પ્રદર્શન ભરી શકાય. કેટલીક વસ્તુઓ બીજાને ભેટ આપી શકશો. એમ કરવાથી તમને આનંદ અને શાબાશી મળશે જ. ટૂંકમાં કહું તો તમે જીવન શિક્ષણ સાથે મૈત્રી જોડશો.

'સમતાથી જ સમાનતા' આ તત્વ અનુસાર વર્ગના દરેક જણ આધુનિકતાનો આધાર લઇ અભ્યાસ કરશો. તમારા જેવા ગુણી, કૃતિશીલ વિદ્યાર્થીઓને વ્યક્ત થવા માટે આ પુસ્તક એક ઉત્તમ સાધન સિદ્ધ થશે. ચાલો, કૃતિપૂર્ણ અધ્યયનનો અનુભવ લઇએ.

આ પુસ્તકમાં કેટલાંક પૃષ્ઠો પર ક્યૂ. આર. કોડ આપેલા છે. ક્યૂ. આર. કોડ દ્વારા મળેલી માહિતી પણ તમને ચોક્કસ ગમશે. પુસ્તકમાં તમને ગમી હોય તે અને હજુ વધારે કરી શકાય તેવી અપેક્ષિત બાબતો વિશે આપનો અભિપ્રાય મોકલવાનું ભૂલશો નહીં.

'રમીએ, કરીએ, શીખીએ' પુસ્તકમાંના બધા ઉપક્રમ ઉત્સાહથી પૂર્ણ કરવા માટે તમને સૌને હાર્દિક શુભેચ્છા !

(ડૉ. સુનિલ મગર)
સંચાલક
મહારાષ્ટ્ર રાજ્ય પાઠ્યપુસ્તક નિર્મિતિ
અને અભ્યાસક્રમ સંશોધન મંડળ, પુણે.

પુણે
તા. : ૦૬ એપ્રિલ, ૨૦૧૯
ભારતીય સૌર દિનાંક : ૧૬ ચૈત્ર, ૧૯૪૧

શિક્ષકો માટે

આરોગ્ય અને શારીરિક શિક્ષણ, કાર્યાનુભવ, કલાશિક્ષણ એ ત્રણેય વિષયોને અનુક્રમે 'રમીએ, કરીએ, શીખીએ' નામથી પાઠ્યપુસ્તકમાં આવરી લેવામાં આવ્યા છે. શિક્ષકે માર્ગદર્શકની ભૂમિકા અપનાવી આપેલી સૂચના અનુસાર અને વ્યક્તિગત કલ્પના મુજબ ઉપક્રમ કરાવવા. ત્રણેય વિષયોનો એકબીજા સાથે અને ભાષા, ગણિત, પરિસર અભ્યાસ જેવા વિષયો સાથે સમન્વય સાધી શકાશે અને એ રીતે વિદ્યાર્થીઓને આનંદદાયક ઢબે ઉપક્રમ કરાવી શકાશે. તેઓ શિક્ષણને જીવન સાથે જોડી શકે, જીવનભર તેમને ઉપયોગી થાય એવા ઉત્તમ ઉપક્રમો આ પુસ્તકમાં આપવામાં આવ્યા છે. ઉપક્રમ કરાવતી વખતે તમે, તે ઘટકના તજ્ઞવાલી, શિક્ષક, ખેલાડી, કારીગરો, કલાકારની મદદ લઈ શકો છો. સાથે જ માહિતી તંત્રજ્ઞાનના આધુનિક સાધનો પણ વાપરી શકાશે.

'રમીએ, કરીએ, શીખીએ' પુસ્તક માત્ર આરોગ્ય અને શારીરિક શિક્ષણ, કાર્યાનુભવ, કલાશિક્ષણ વિષય સંબંધિત ઉપક્રમોનું સંકલન માત્ર નથી. વિદ્યાર્થીઓને વિવિધ શૈક્ષણિક અનુભવ આપવા માટે ભરપૂર રંગીન ચિત્રો, શિક્ષક માટે સ્પષ્ટ સૂચના પણ આપવામાં આવી છે. બીજા ધોરણના વિદ્યાર્થીઓમાં લેખન, વાચન જેવી ક્રિયાઓ વધુ વિકસિત થઈ હોતી નથી. તે ક્રિયાઓ તરફ ધીમે ધીમે લઈ જવાનો, શિક્ષણને વધુ મનોરંજક બનાવવાનો આ સુંદર માર્ગ છે.

આ પાઠ્યપુસ્તકમાં એકબીજાને પૂરક એવા રેખા, આકાર, ચિત્ર દોરવા, ઘૂંટવું, અક્ષર મરોડ, કોલાજ, માટીકામ, ઉપલબ્ધ સાહિત્ય વડે સૌંદર્ય કૃતિની નિર્મિતિ, જલ સાક્ષરતા, આપત્તિ વ્યવસ્થાપન દ્વારા નિસર્ગમાં ઘટતી ઘટનાઓની ઓળખ, વ્યવસાયિક શિક્ષણ તરફ લઈ જતા ઉત્પાદક ઉપક્રમ, માર્ગ સુરક્ષા, માહિતી સંપ્રેષણ તંત્રજ્ઞાનની ઓળખ, વિવિધ શારીરિક હલનચલન, સાદો વ્યાયામ, સ્વચ્છતા, રમત, સ્પર્ધા જેવા શિક્ષણને જીવન સાથે જોડતા ઉપક્રમ આપવામાં આવ્યા છે. આ પાઠ્યપુસ્તક બાળકો માટે હોવાથી અભ્યાસક્રમ, ઉદ્દેશો, ક્ષેત્ર અને બધાં જ ઉપક્રમનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો નથી. તે માટે પાઠ્યપુસ્તક મંડળે તૈયાર કરેલ શિક્ષક હસ્તપુસ્તિકાનો સંદર્ભ લેવો.

વિશેષ શૈક્ષણિક જરૂરિયાત ધરાવનાર બાળકો પ્રત્યે કોઈ ભેદભાવ કર્યા સિવાય સમાવેશિત શિક્ષણ દ્વારા બધા વિદ્યાર્થીઓને સમાનતાથી મુખ્ય પ્રવાહમાં લાવી, તેમના શિક્ષણની સાતત્યતા જાળવવાનો પ્રયત્ન દરેક ઉપક્રમના આયોજન વખતે કરવામાં આવ્યો છે. દરેક ઘટકના શિર્ષક, ચિત્રમય માંડણી, શિક્ષક-વાલી માટે માર્ગદર્શક સૂચના તેમજ વિદ્યાર્થીઓ અભિવ્યક્ત થઈ શકે તે માટે 'મારી કૃતિ' માટે ખાલી રાખેલ જગ્યા એ આ પુસ્તકની વિશિષ્ટતા છે. દરેક વિદ્યાર્થીને પોતાની રુચિ અનુસાર, સ્વતંત્રપણે મહાવરો કરીને કૌશલ્ય પ્રાપ્ત કરવાની અને સહભાગની તક મળશે. દરેક ઉપક્રમમાં તમારે તેમની દરેક કૃતિ સ્વીકારવી.

'રમીએ, કરીએ, શીખીએ' ત્રણેય વિષયનો એક જ પુસ્તકમાં સમાવેશ કર્યો હોવા છતાં તેમના ઉપક્રમ અને મૂલ્યમાપન નિર્ધારિત પિરિયડ પ્રમાણે સ્વતંત્ર કરવા. - ભાષા, ગણિત, પરિસર અભ્યાસ જેવા વિષયો સાથે સમન્વય સાધવો. ઉપક્રમનું આયોજન કરતી વખતે વર્ગરચનામાં ફેરફાર, ક્ષેત્રમુલાકાતનું આયોજન, માહિતી તંત્રજ્ઞાનના સાધનોનો ઉપયોગ, તમારી કલ્પનાશક્તિના આધારે કરી શકશો. અધ્યયન અધ્યાપનના ઉદ્દેશોનું પરિણામ જાણવા માટે માપદંડ નક્કી કરી સાતત્યપૂર્ણ મૂલ્યમાપન પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરી શકાશે. વિશેષ જરૂરિયાત ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓનું મૂલ્યમાપન કરતી વખતે યોગ્ય કાળજી લેવી. વિદ્યાર્થીઓ પાસે સુઘડકાર્યની અપેક્ષા ન રાખતા તેમને અભિવ્યક્તિની અને કૃતિયુક્ત સહભાગની તક આપવી અપેક્ષિત છે.

આપમાંથી ઘણાં ઉત્સાહી શિક્ષકો પોતપોતાની શાળામાં નવીન ઉપક્રમોનું આયોજન કરી વિદ્યાર્થીઓમાં મૂલ્યો સ્થાપિત કરે છે. તેની માહિતી ફોટો, વીડિયોના રૂપે મંડળને મોકલવી ભૂલશો નહીં. તમારા નવા ઉપક્રમ, કલ્પના શક્તિના આધારે કરાયેલ સૂચનાઓનું સ્વાગત છે. પાઠ્યપુસ્તકમાં આપેલ ઉપક્રમ, પૂરક ઉપક્રમ સફળતાથી પૂર્ણ કરવા માટે આપ સૌને હાર્દિક શુભેચ્છા !

રમીએ, કરીએ, શીખીએ
વિષય સમિતિ અને અભ્યાસ જૂથ,
પાઠ્યપુસ્તક મંડળ, પુણે

રમીએ	કરીએ	શીખીએ
Learning by Playing	Learning by Doing	Learning by Art

અ.ક્ર.	વિષય	ઘટક	અધ્યયન નિષ્પત્તિ
૧	રમીએ	૧. આરોગ્ય	• સારી આરોગ્યપ્રદ ટેવો વિશે જાણે છે અને તેને અપનાવે છે. • મેદાન વિષયક બાબતોની માહિતી મેળવે છે.
		૨. વિવિધ હલનચલન અને યોગ્ય શારીરિક સ્થિતિ	• યોગ્ય શરીરસ્થિતિ કેળવીને હલનચલનનો મહાવરો કરે છે.
		૩. રમત અને સ્પર્ધા	• વિવિધ પ્રકારની રમતોમાં રસ લે છે. સ્પર્ધામાં ભાગ લે છે.
		૪. કૌશલ્યાત્મક ઉપક્રમ	• કૌશલ્યાત્મક ઉપક્રમોનો મહાવરો કરે છે.
		૫. વ્યાયામ	• બધા સાંધા અને સ્નાયુઓને ઉત્તેજિત કરવા માટે યોગ્ય વ્યાયામ કરે છે.
૨	કરીએ	૧. જરૂરિયાત અધિષ્ઠિત ઉપક્રમ • જળ સાક્ષરતા • આપત્તિ વ્યવસ્થાપન	• વર્ગનું સુશોભન કરી દિનવિશેષ ઉજવે છે, પરિસરમાંના લઘુઉદ્યોગ વિશે માહિતી આપે છે. • પાણીના વિવિધ ઉપયોગો જણાવે છે, પાણી વિશેના જોડકણાં, વાર્તા, જલ સંવર્ધનના સાધનો જણાવે છે અને ચિત્રમાં રંગ પૂરે છે. • ભૂકંપ, પૂર, ત્સુનામી, દાવાનળ, વીજળી પડવી જેવી આપત્તિના ચિત્રો ઓળખે છે.
		૨. અભિરુચિપૂરક ઉપક્રમ	• પરિસરમાં ઉપલબ્ધ સાહિત્યમાંથી અભિરુચિ અનુસાર આધુનિક સાહિત્ય તૈયાર કરે છે.
		૩. કૌશલ્યાધિષ્ઠિત ઉપક્રમ	• જરૂરિયાત અને સમસ્યા સંબંધિત સમાજ ઉપયોગી કૌશલ્યપૂર્ણ સાહિત્ય નિર્માણ કરે છે.
		૪. ઐચ્છિક ઉપક્રમ ઉત્પાદક ઉપક્રમ • અન્ન, વસ્ત્ર, રહેઠાણ	• ઉત્પાદન માટે આવશ્યક પ્રાથમિક કૌશલ્ય આત્મસાત કરી મર્યાદિત આવક આપનારા ઉપક્રમોમાં સહભાગી બને છે. • અન્ન, વસ્ત્ર, રહેઠાણ સંબંધિત ઉપક્રમમાં સહભાગી બને છે.
		૫. તંત્રજ્ઞાન ક્ષેત્ર, માર્ગ સુરક્ષા	• સંગણકના વિવિધ ભાગો ઓળખે, બાહ્ય ભાગોની ચકાસણી કરે છે. • માર્ગ સુરક્ષાના નિયમો જાણે છે.
		૬. અન્ય ક્ષેત્ર-પશુપક્ષી સંવર્ધન	• વિવિધ પાલતુ પ્રાણી અને પક્ષીઓને ઓળખે છે અને તેમના ઉપયોગ જણાવે છે. • ચિત્ર દ્વારા પ્રાણી અને પક્ષીના અવયવ જણાવે છે.
૩	શીખીએ	૧. ચિત્ર	• ઈચ્છા અનુસાર લીટા તાણે છે અને લીટા તાણેલા ભાગ પર વર્તુળ, ત્રિકોણ, ચોરસ દોરે છે અને રંગ પૂરે છે. ક્રમ અનુસાર ટપકાં જોડે છે. • વિવિધ રેખાઓની મદદથી સરળ આકાર દોરે છે. નકશીકામ કરે છે. • છાપકામ તેમ જ કોલાજ કરે છે. રંગની ઓળખ કરે છે અને ચિત્રમાં રંગ પૂરે છે. સુલેખન માટે રેખાનો મહાવરો કરે છે.
		૨. શિલ્પ	• કાગળ અને માટીકામની મદદથી વિવિધ વસ્તુ તૈયાર કરે છે.
		૩. ગાયન	• જોડકણાં, સમૂહગીત તાલમાં ગાય છે.
		૪. વાદન	• વિવિધ વસ્તુઓ પર આઘાત કરી અવાજ નિર્માણ કરે છે. • વાદ્યોની ઓળખ કરે છે. તાલબદ્ધ તાળી વગાડે છે.
		૫. નૃત્ય	• હાથ અને પગનું લયબદ્ધ હલનચલન કરે છે. બડબડગીત અને સમૂહગીત પર અભિનય નૃત્ય કરે છે.
		૬. નાટ્ય	• રોજિંદા વ્યવહારમાં કૃતિની મદદથી અભિનય અને નાટ્યનો પરિચય મેળવે છે. કાયિક તેમ જ વાચિક અભિનયનું પ્રસ્તુતિકરણ કરે છે.

અનુક્રમણિકા

રમીએ

ઘટક	પૃષ્ઠ
૧. આરોગ્ય	૧
૨. વિવિધ હલનચલન અને યોગ્ય શારીરિક સ્થિતિ	૮
૩. રમત અને સ્પર્ધા	૧૪
૪. કૌશલ્યાત્મક ઉપક્રમ	૨૨
૫. વ્યાયામ	૨૬

કરીએ

ઘટક	પૃષ્ઠ
૧. જરૂરિયાત અધિષ્ઠિત ઉપક્રમ	૩૧
૨. અભિરુચિપૂરક ઉપક્રમ	૩૯
૩. કૌશલ્યાધિષ્ઠિત ઉપક્રમ	૪૧
૪. ઐચ્છિક ઉપક્રમ	૪૩
૫. તંત્રજ્ઞાન ક્ષેત્ર	૬૦

શીખીએ

ઘટક	પૃષ્ઠ
૧. ચિત્ર	૬૧
૨. શિલ્પ	૭૧
૩. ગાયન	૭૪
૪. વાદન	૭૭
૫. નૃત્ય	૮૧
૬. નાટ્ય	૮૫

૧. આરોગ્ય

૧.૧ મારી દિનચર્યા

સવારે ઉઠવું

પ્રાતઃવિધિ

દાંત સાફ કરવા

સ્નાન કરવું

વાળ ઓળવા

જમવું

કપડાં પહેરવા

શાળામાં જવું

અભ્યાસ કરવો

મેદાનમાં જઈને રમવું

ઘરના કામો કરવા

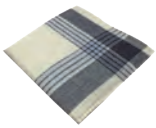
સૂઈ જવું

૧.૨ હાથની સ્વચ્છતા

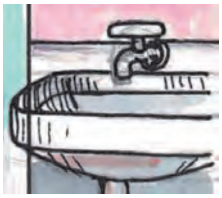
મારી કૃતિ

નીચેના સાધનોનો યોગ્ય ઉપયોગ કરો.

સાબુ



રુમાલ



વૉશ બેસિન

પ્રવાહી સાબુ (લિક્વિડ સોપ)

◆ ચિત્રોનું નિરીક્ષણ કરવા કહેવું અને વિદ્યાર્થીઓ પાસે ચર્ચા કરાવવી. આરોગ્યપ્રદ ટેવોનું મહત્ત્વ કહેવું. હાથની સ્વચ્છતા વિશે માહિતી આપવી. જમ્યા પહેલાં અને પછી તેમજ મળમૂત્ર વિસર્જન પછી કરવાની હાથની સ્વચ્છતા વિશે ચર્ચા કરાવવી.

૧.૩ મારો ખોરાક

ફળો

શાકભાજી

દાળભાત

રોટલા

ઉસળ

દૂધ

રાયતું

પાણી

દરરોજ ન પીવાય

ચા

ઠંડાપીણા

કૉફી

દરરોજ ન ખવાય

વડાપાવ

બર્ગર

પિઝ્ઝા

- પિરસાયેલો ખોરાક પૂર્ણપણે વાપરવાની ટેવનું મહત્ત્વ કહેવું. ખોરાકમાં શાકભાજીનું મહત્વ કહેવું. વિવિધ ફળો ખાવા જણાવવું. પુષ્કળ પાણી પીવા કહેવું. જમ્યા પહેલાં અને પછી હાથ-મોં ધોવા કહેવું.

૧.૪ ખરાબ આદતો ટાળવી

અતિવપરાશ ટાળીએ

મોબાઈલ

ટીવી

વીડિયો ગેમ

૧.૫ પ્રાથમિક ઉપચાર

પટ્ટી

પાટો

પ્રથમોપચાર પેટી

રૂ

આયોડીન

બૅન્ડેજ

મલમ

મારી કૃતિ

વાચો અને યોગ્ય ચિહ્ન દર્શાવો : ✓ ✗

થાળીમાંના ભાવતા અને ન ભાવતા બધા પદાર્થ હંમેશા પૂરા કરે છે.	☐	ઘરે હંમેશા મોબાઈલમાં રમે છે.	☐
બધાં શાકભાજી ખાતો નથી.	☐	ઘરે સતત ટીવી જુએ છે.	☐
નિયમિત વ્યાયામ કરે છે.	☐	દિવસ દરમ્યાન પુષ્કળ પાણી પીએ છે.	☐

- ટીવી, સંગણક, મોબાઈલ, વીડિયો ગેમના અતિવપરાશથી આંખો પર દુષ્પરિણામ થાય છે. માટે આ વસ્તુઓ વધુ સમય વાપરવી નહીં. તેના પર રમતો રમવામાં સમય વેડફવો નહીં. ટીવી દૂરથી જોવું, જેવી સૂચનાઓ વિદ્યાર્થીઓને આપવી.
- પ્રથમોપચાર પેટી વિશે માહિતી આપવી. મારી કૃતિ કર્યા પછી આવશ્યકતા મુજબ યોગ્ય સમુપદેશન (કાઉન્સેલિંગ) કરવું.

૧.૫ સ્વચ્છતા

શાળા પરિસર સ્વચ્છતા

ઘરપરિસર સ્વચ્છતા

સ્વચ્છતાગૃહ

હાથની સ્વચ્છતા

કચરાપેટી

- શાળા અને ઘરનું પરિસર સ્વચ્છ રાખવાની પ્રેરણા આપવી. ભીનો અને સૂકો કચરો જુદો કરવો.
- મળમૂત્ર રોકવા નહીં. સ્વચ્છતાગૃહનો ઉપયોગ કરવા કહેવું. મળમૂત્રના વિસર્જન પછી પૂરતા પ્રમાણમાં પાણીનો ઉપયોગ કરવો અને અવયવ તથા હાથ સરખી રીતે ધોવા. વ્યક્તિગત સ્વચ્છતાનું મહત્વ જણાવવું.
- નખ અને વાળ વધે તો કાપવા, તેમ જ ત્વચા, નાક અને આંખની સ્વચ્છતા જાળવવા જણાવવું.

૧.૬ શરીરના અવયવ

નીચેની ક્રિયાઓમાં કયા કયા અવયવોનો ઉપયોગ થાય છે તે કહો.

ફેંકવું

ઉપર રહેલી વસ્તુ ઊંચકવી

ચાલવું

નીચે રહેલી વસ્તુ ઊંચકવી

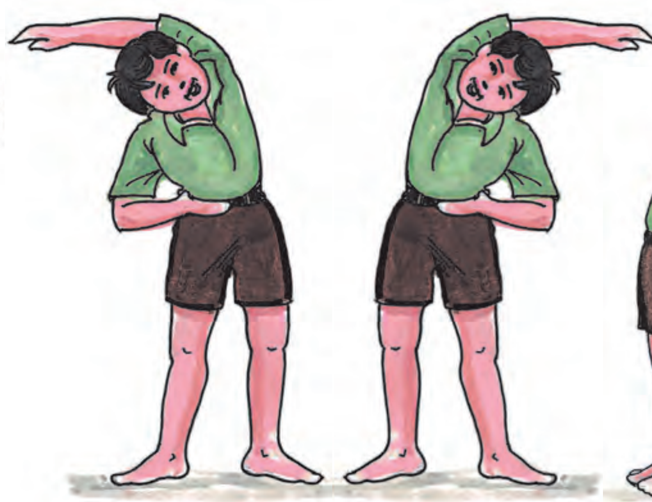
- કોઈપણ કૃતિ કરવા કયા અવયવોનો ઉપયોગ થાય છે તેની ચર્ચા કરવી. હલનચલન અને કૃતિ કરતી વખતે સાંધા અને સ્નાયુઓના થતા હલનચલન અનુભવવા કહેવું.
- અવયવના નામો કહી તેના દ્વારા થતી વિવિધ ક્રિયાઓ કરવા કહેવું.

3L445V

૨. વિવિધ હલનચલન અને યોગ્ય શારીરિક સ્થિતિ

૨.૧ વિવિધ હલનચલન

આગળની બાજુ વળવું



બાજુમાં વળવું

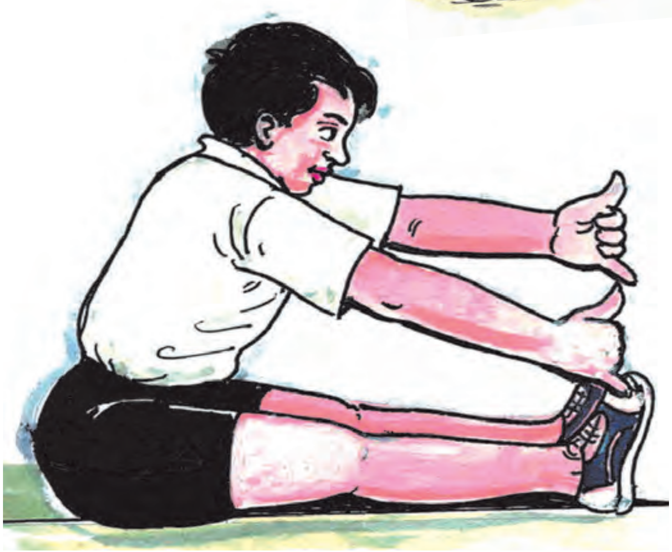
પાછળની બાજુ વળવું

એડી પર ચકરડી ફરવી

વાંકાચૂકા ચાલવું

પાની પર ચકરડી ફરવી

મારી કૃતિ



- ચિત્રમાં દર્શાવેલ કૃતિ કરાવવી, તેનો મહાવરો કરાવવો. ચકરડી ફરતી વખતે કે કૂદકા મારતી વખતે સુરક્ષિતતાનું ધ્યાન રાખવું.
- વિદ્યાર્થીઓને આ હલનચલનની મદદથી રમાતી રમત અને સ્પર્ધામાં ભાગ લેવા પ્રોત્સાહિત કરવા.

૨.૨ અનુકરણાત્મક હલનચલન (પ્રાણીઓની ચાલ)

સસલા કૂદકો

બતક ચાલ

કાંગારૂ કૂદકો

કરચલા ચાલ

વાનર કૂદકો

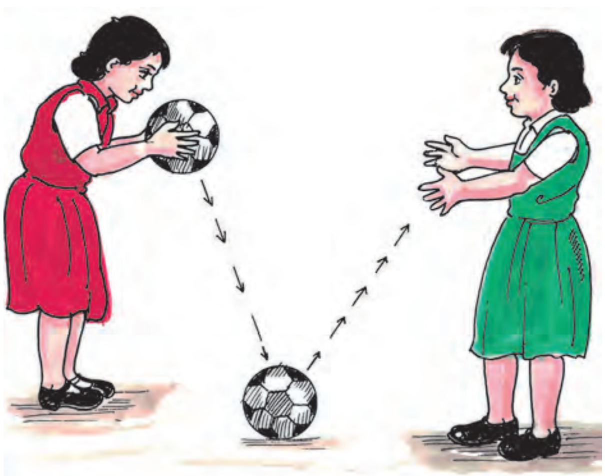
મારી કૃતિ

વિવિધ કૂદકા અને ચાલનું અનુકરણ કરો.

- કૂદકા અને ચાલ પ્રત્યક્ષ કરી બતાવવા. આ ચાલ અને કૂદકાની વ્યક્તિગત તેમજ જૂથ વચ્ચે સ્પર્ધા લઈ શકાય.
- યોગ્ય શરીર સ્થિતિ વિશે સૂચના આપવી.

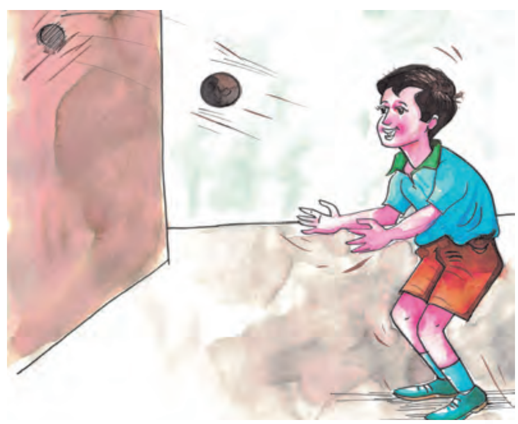
૨.૩ સાહિત્ય અને સહકાર્ય સાથે કરાતું હલનચલન

દડાના ટપ્પા પાડવા



ટપ્પા પાસ

જમીન પર



ભીંત પર

પગથી દડો ધકેલતા લઈ જવો

પગથી લાત મારવી

- ઉપરની કૃતિ કરાવો. સહકાર્ય કરવાની તથા મહાવરા દ્વારા વધુ સારું કૌશલ્ય પ્રાપ્ત કરવા પ્રોત્સાહિત કરો. આ હલનચલનના આધારે લઘુરમતો અને સ્પર્ધાનું આયોજન કરો.
- વિજેતા ખેલાડીનું તાળીઓથી અભિવાદન કરો.

૨.૪ યોગ્ય શરીર સ્થિતિ

નીચેની શરીરસ્થિતિ જુઓ. યોગ્ય સ્થિતિ સામે ✓ અને અયોગ્ય સ્થિતિ સામે × નિશાની કરો.

ઊભા રહેવું

પલાઠી વાળી બેસવું

મારી કૃતિ

શરીરસ્થિતિ યોગ્ય રાખવી.

લખવું

વાચવું

સૂવું

બાકડા પર બેસવું

◆ યોગ્ય શરીરસ્થિતિ સંદર્ભે સૂચના આપવી. લખતી વખતે, વાચતી વખતે, બાંકડા પર બેસતી વખતે શરીરસ્થિતિ યોગ્ય હોય તેનું ધ્યાન રાખવું.

૨.૫ કવાયત સંચલન

સાવધાન

સામેની સ્થિતિ

પાછળની સ્થિતિ

વિશ્રામ

સામેની સ્થિતિ

પાછળની સ્થિતિ

આરામ સે

FHPXUR

- સાવધાન, વિશ્રામ સ્થિતિ યોગ્ય રીતે સમજાવવી. આરામ સેમાં શરીર ઢીલું રાખવા કહેવું.
- સાવધાન, વિશ્રામ કરતી વખતે ડાબો પગ જ હલે છે તે તરફ ધ્યાન દોરવું. નેતૃત્વગુણ ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓને વર્ગ કવાયત સંચલન સમયે આજ્ઞા આપવા પ્રોત્સાહિત કરવા.

૩. રમત અને સ્પર્ધા

૩.૧ મનોરંજક રમતો

કોથળાની સ્પર્ધા

ફુગ્ગા ઉડાડતા લઈ જવું

ફરતી દોરી પરથી કૂદકો મારવો (દોરડા કૂદવા)

લંગડી

દડા સાથે પકડાપકડી

- ઉપર પ્રમાણે વિવિધ મનોરંજક રમતો રમાડવી. વર્ગમાં દરેક વિદ્યાર્થીઓ સક્રિય હોવા જોઈએ.
- વિદ્યાર્થીઓની સુરક્ષાની દષ્ટિએ મેદાન, સાહિત્ય અને અન્ય બાબતોનું ધ્યાન રાખવું. દિવ્યાંગ અને બીમાર વિદ્યાર્થી પણ રમી શકે તેવી રમતો પણ રમાડવી.

૩.૨ બેસીને રમાતી રમતો

ડોલમાં દડા નાખવા

પૂંછડી દોરવી

કાગળના કપનો મિનારો

ચકલી ઊડે

વસ્તુ ઓળખવી

મારી કૃતિ

નીચેની રમતો રમો.

લુડો

બુદ્ધિબળ (ચેસ)

સાપસીડી

- મેદાન પર રમાડવા શક્ય ન હોય તો બેસીને રમાય તેવી રમતોનું આયોજન કરવું.
- બેસીને રમાડતી વખતે સક્રિયતાને વધુ મહત્ત્વ આપવું.

૩.૩ સ્થાનિક અને પારંપારિક રમતો

ઝિમ્મા (મહારાષ્ટ્રમાં રમાતી સ્થાનિક રમત)

દાંડિયા

લેજીમ

- પરિસરમાંની સ્થાનિક અને પારંપારિક રમતોનો મહાવરો કરાવવો.
- સહજતાથી ઉપલબ્ધ હોય તે સાહિત્યનો ઉપયોગ કરી વિવિધ રમતો રમાડવી.

૩.૪ વિવિધ રમતો

સ્નાયુઓની શક્તિ વધારતી રમતો

સળિયો પકડી લટકવું

દોરડું પકડી ઝૂલવું

વડવાઈ પર લટકવું

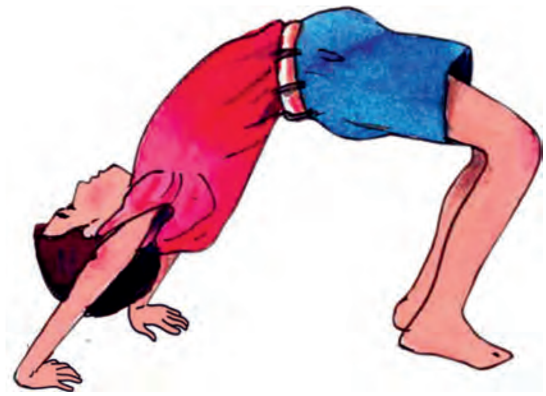
સ્નાયુ બળની રમતો

દડો ફેંકવો

લંગડી

- ઉપરની રમતો દ્વારા સ્નાયુઓની શક્તિ અને બળ વધવામાં મદદ થશે. રમતી વખતે સુરક્ષિતતાનું ધ્યાન રાખવું.
- નિશ્ચિત સમયે સ્નાયુની મજબૂતી અને બળ વધારતી નવી નવી રમતો આપની ઉપસ્થિતિમાં જ રમાડવી.
- રમત દ્વારા વિદ્યાર્થીઓમાં વ્યાયામના સહજ સંસ્કાર પડે તેવો પ્રયત્ન કરવો.

સ્થિતિસ્થાપકતા વધારનારી રમતો



સૂઈને કમાન કરવી

પગ ખેંચવા

સમન્વયની રમતો

પાછળ વળીને બૉલ આપવો/લેવો

ટપ્પા નાખી દડો પકડવો

◆ શરીરની સ્થિતિસ્થાપકતા વધે એવા સાહિત્ય સાથે અને સાહિત્ય વગર સમન્વયની વિવિધ નવી નવી રમતો તૈયાર કરી આખું વર્ષ તેનું નિયોજન કરવું.

ઝડપની રમત

દોડવાની સ્પર્ધા

સંતુલનની રમત

ટી બૅલન્સ

માથા પર નોટબુક મૂકી ચાલવું

- ઉપરની ઝડપની રમત રમાડતી વખતે મેદાન પર અવરોધ ન હોય તેની ખાતરી કરી લેવી.
- મેદાન, રમવાની જગ્યા ખુલ્લી અને સુરક્ષિત હોય તે જોવું. તેમજ સંતુલનની રમત રમતી વખતે સંતુલન જાળવવા કઈ સાવધાની રાખવી તે વિશે રમત રમાડતા પહેલાં માહિતી આપવી.

૩.૫ વિવિધ સ્પર્ધાઓ

જલદી ચાલવાની સ્પર્ધા

બતકચાલ સ્પર્ધા

૩.૬ રમતો

ફુટબૉલ

દડો ધકેલતા લઈ જવો.

- બે જૂથ વચ્ચે સ્પર્ધાનું આયોજન કરવું. પ્રારંભ અને સમાપન રેખા પહેલાં જ નક્કી કરવી.
- સ્પર્ધા દરમ્યાન વિદ્યાર્થીઓ નિયમનું બરાબર પાલન કરે તેનું ધ્યાન રાખવું. વિજેતા ખેલાડી અને જૂથનું તાળીઓ વડે અને શાબ્દિક અભિનંદન કરવું. હારેલા વિદ્યાર્થીઓનું પણ સહભાગ માટે અભિવાદન કરવું.
- વિશેષ જરૂરિયાત ધરાવતા દિવ્યાંગ વિદ્યાર્થીઓને પણ રમત અને સ્પર્ધામાં ક્ષમતા અનુસાર સહભાગી કરવા.

મારી કૃતિ

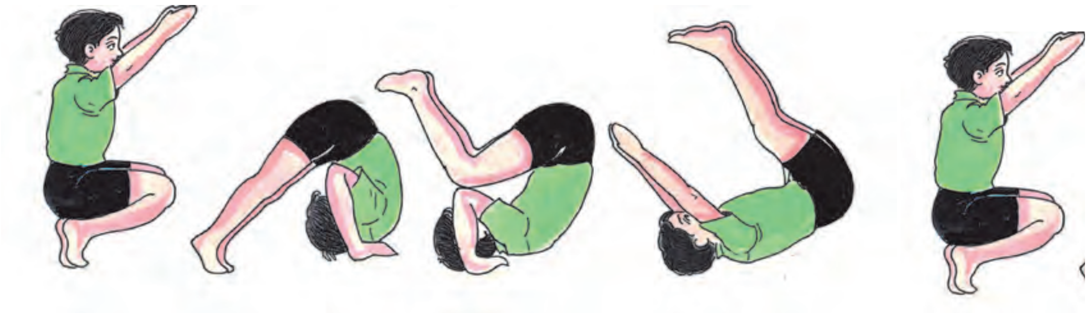
મને ગમતી રમતો

◆ વિદ્યાર્થીઓને ગમતી રમતમાં વપરાતા સાહિત્યના ચિત્રો દોરવાં કહેવું.
ઉદા. ક્રિકેટની રમત ગમતી હોય તો તે માટેનું સાહિત્ય : બૅટ, બૉલ, સ્ટંપ વગેરે.

SEBSJM

૪. કૌશલ્યાત્મક ઉપક્રમ

૪.૧ જિમ્નેસ્ટિક્સ



આગળ ગુલાંટ મારવી

પાછળ ગુલાંટ મારવી

મારી કૃતિ

બે પગ વચ્ચે અંતર રાખીને સામે ગુલાંટ મારવી.

- ઉપરનો ઉપક્રમ કરાવતી યોગ્ય સ્થિતિ મેળવવામાં વિદ્યાર્થીઓની સહાયતા કરવી. સંતુલન સંભાળવું અને હાથપગની યોગ્ય સ્થિતિ રાખવામાં મદદ કરવી. યોગ્ય રીતે ઉપક્રમ કરનાર વિદ્યાર્થીના વખાણ કરવા.
- બધાં ઉપરનો ઉપક્રમ સારી રીતે કરી શકે તે માટે મહાવરો કરાવવો.

૪.૨ ઍથ્લેટિક્સ ઉપક્રમ

કૂદકા મારી સામે જવું

જગ્યા પર કૂદકા

પાછળ પગ વાળી દોડવું

હાથ સામે રાખીને કૂદકા

મારી કૃતિ

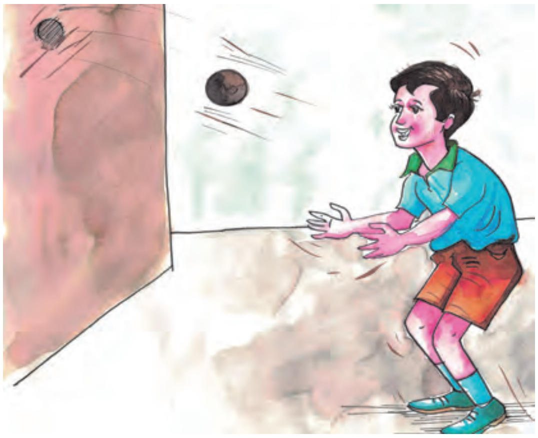
મહાવરો કરો અને ✓ નિશાની કરો.

પાછળ પગ વાળી દોડવું ☐ કૂદકા મારી સામે જવું ☐

હાથ સામે રાખીને કૂદકા ☐ જગ્યા પર કૂદકા ☐

- પગનું વિવિધ હલનચલન કરાવવું.
- ઉપરની બાબતો બધાંને સારી રીતે ફાવે તે માટે તેમનો મહાવરો કરાવવો. ઝડપ સંબંધી વિવિધ રમતોનું આયોજન કરવું.

૪.૩ ક્રીડા કૌશલ્ય



ભીંત પર દડાની ટપ્પી મારી ઝીલવો

ફેંકેલો દડો ઝીલવો

રીંગ ઝીલવી

દડો ફેંકવો અને ઝીલવો

- દડો ફેંકવો, ઝીલવો, ફટકારવો પગથી હડસેલવો વગેરે ક્રીડા કૌશલ્ય પ્રસ્તુત કરતી વખતે શરીર સ્થિતિ યોગ્ય હોવી જોઈએ.
- ઉપરના ક્રીડા કૌશલ્યો બધાંને સારી રીતે ફાવે તે માટે મહાવરો કરાવવો.

૪.૪ માનવ મિનારા

- પોતાની કલ્પના મુજબ વિવિધ માનવી મિનારાની રચના કરવી. મિનારામાં નીચે રહેલા છોકરાઓ પર આવતો ભાર તેઓ ઊપાડી શકે તેટલો હોય તે જુઓ. આપની સામે મહાવરો કરાવવો. વાદ્યવૃંદ સાથે માનવ મિનારાનું પ્રસ્તુતિકરણ કરાવી શકાય.

5AXM9I

૫. વ્યાયામ

૫.૧ ઉત્તેજક વ્યાયામ

ડોક આગળ - પાછળ - ડાબી બાજુ અને જમણી બાજુ ફેરવવી

કમરથી આગળ-પાછળ-ડાબી બાજુ અને જમણી બાજુ વાંકા વળવું

કમરથી વળવું

વળીને પગને સ્પર્શ કરવો

ખભા અને કાંડા ફેરવવા

- ઉત્તેજક હલનચલન કરતી વખતે યોગ્ય કપડા પહેર્યા હોય તે જોવું. જરૂરિયાત કરતાં વધુ તાણ ન આવે તે જોવું. યોગ્ય માત્રામાં તાણ આપવાથી અવયવ સ્થિતિસ્થાપક બને છે તે જણાવવું. શરીરસ્થિતિ યોગ્ય હોય તે જોવું.

૫.૨ સૂર્યનમસ્કાર

◆ સૂર્યનમસ્કાર અને વિવિધ શરીરસ્થિતિ યોગ્ય રીતે કરાવવી.

૫.૩ તાલબધ્ધ વ્યાયામ

પ્રકાર ૧ ફુગ્ગા કવાયત

મૂળ સ્થિતિ ૧ ૨ ૩ ૪

પ્રકાર ૨ દડા કવાયત

મૂળ સ્થિતિ ૧ ૨ ૩ ૪

પ્રકાર ૩ લાકડી કવાયત

મૂળ સ્થિતિ ૧ ૨ ૩ ૪

પ્રકાર ૪ રુમાલ કવાયત

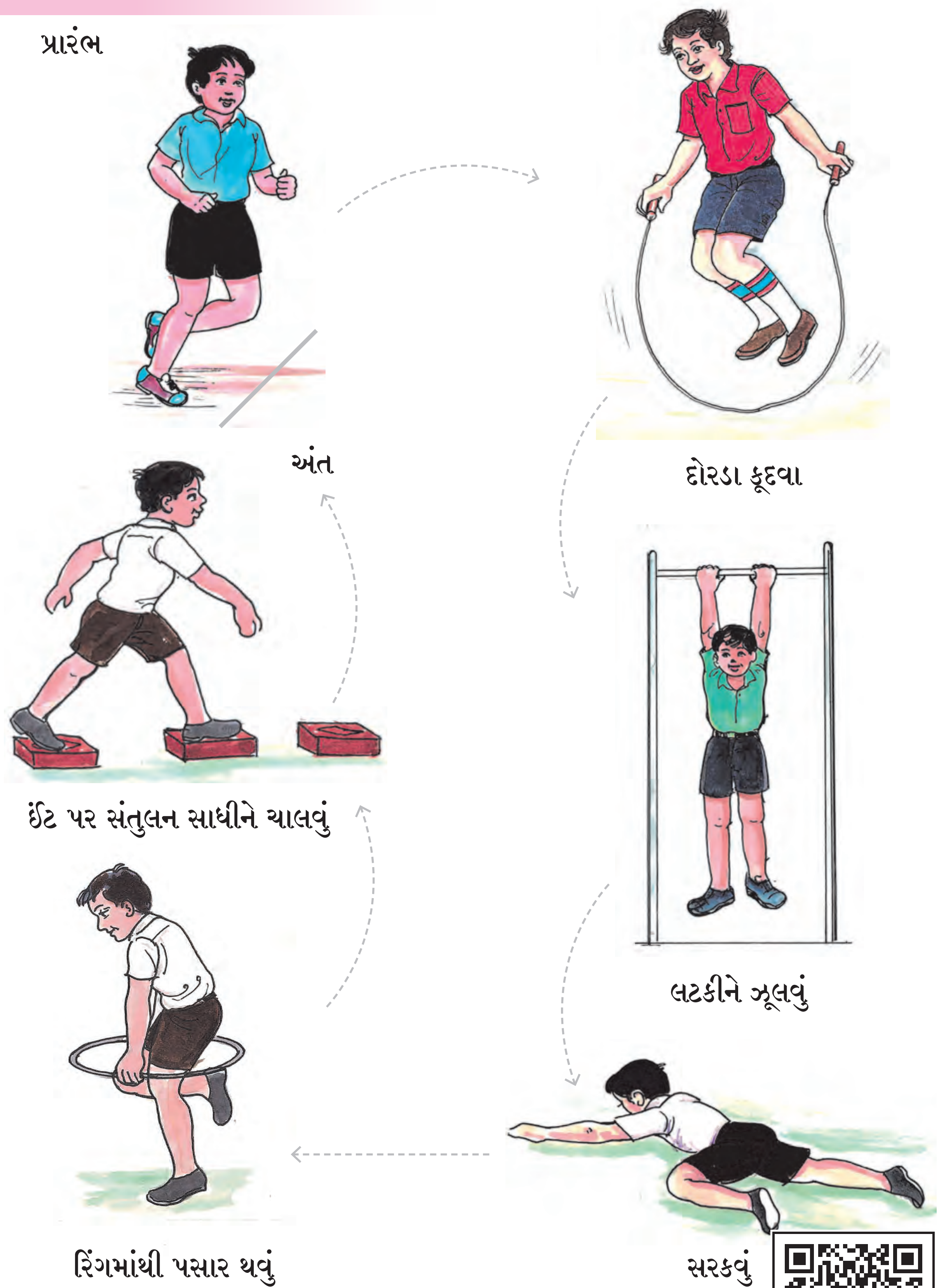
મૂળ સ્થિતિ ૧ ૨ ૩ ૪

- ઉપરના ચિત્રોમાં તાલબધ્ધ વ્યાયામ/ કવાયતના કેટલાક નમૂના પ્રકાર આપ્યા છે. પોતાની સુવિધા અનુસાર વિવિધ પ્રકારના વ્યાયામ કરાવવા.
- આપની કલ્પનાશક્તિનો ઉપયોગ કરીને નવો પ્રકાર શીખવી શકાય તથા તેનું પ્રસ્તુતિકરણ કરાવી શકાય.

૫.૪ વિવિધ શરીરસ્થિતિ

- યોગાભ્યાસની પૂર્વતૈયારી રૂપે વિવિધ શરીરસ્થિતિઓ કરાવવી. વિદ્યાર્થીઓને અનુકૂળ હોય તેટલી જ તાણ અને જોર કરવા કહેવું.
- યોગાભ્યાસમાંના યમ-નિયમ વિશે માહિતી આપવી.

૫.૫ ગતિરોધક માલિકા



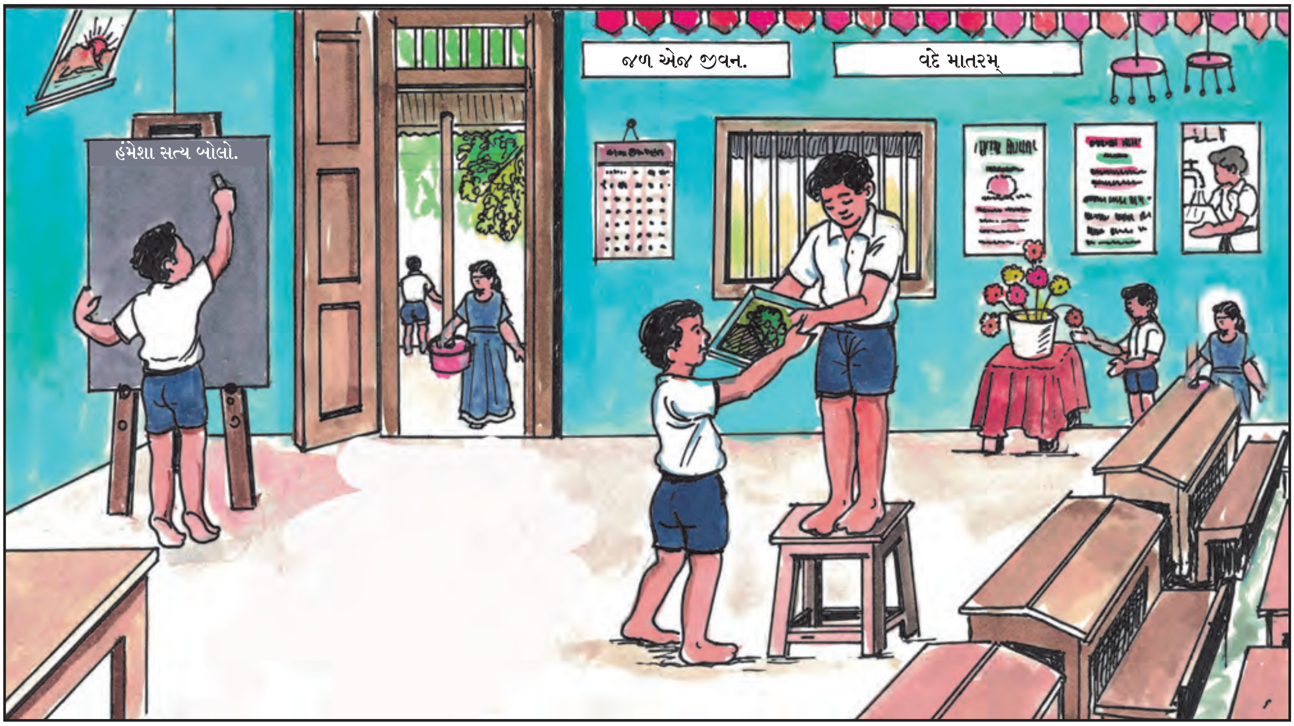
MQC2A1

- વિવિધ હલનચલન અને કૌશલ્યનો ઉપયોગ કરી વિવિધ ગતિરોધ માલિકા તૈયાર કરવી.

૧. જરૂરિયાત અધિષ્ઠિત ઉપક્રમ

(૧) સંસ્કૃતિ અને કાર્યજગતની ઓળખ

૧.૧ વર્ગ સુશોભન



મારી કૃતિ

રંગોળી

પાન વડે કરેલ નકશીકામ

- જૂથ પાડી કામની વહેંચણી કરવી. સ્વચ્છતા પ્રત્યે ધ્યાન આપવું. દરેકને વર્ગ સુશોભનની તક આપવી.
- ખાલી જગ્યામાં રંગોળી અને પાન વડે નકશીકામ કરવું.

૧.૨ દિનવિશેષ

એક, બે, ત્રણ, ચાર, વૃક્ષો વાવો અપરંપાર.
પાંચ, છ, સાત, આઠ હરિયાળી ધરતીનો જુઓ ઠાઠ.

મારી કૃતિ

૧૧ એપ્રિલ મહાત્મા ફુલે જયંતિ		૨ ઑક્ટોબર મહાત્મા ગાંધી જયંતિ	
૫ સપ્ટેંબર શિક્ષક દિન		૧૪ નવેમ્બર બાલદિન	

- સમૂહમાં અથવા વર્ગમાં દિનવિશેષ ઉજવવા.
- તમારી શાળામાં ઉજવાતા વિશેષદિનના નામ ખાલી ચોરસમાં લખો.

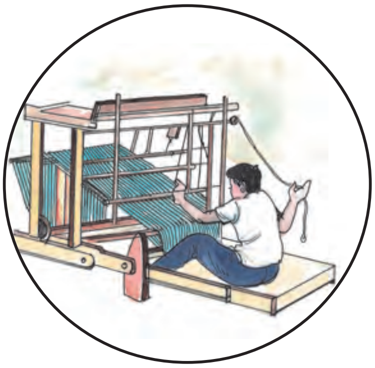
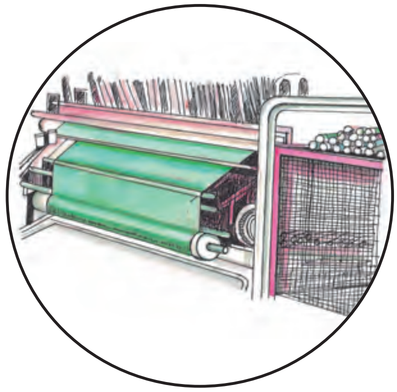
૧.૩ કાર્યજગત

મારી કૃતિ

ઉપરના વ્યવસાય માટે જોઈતા સાહિત્યના ચિત્રો દોરો.

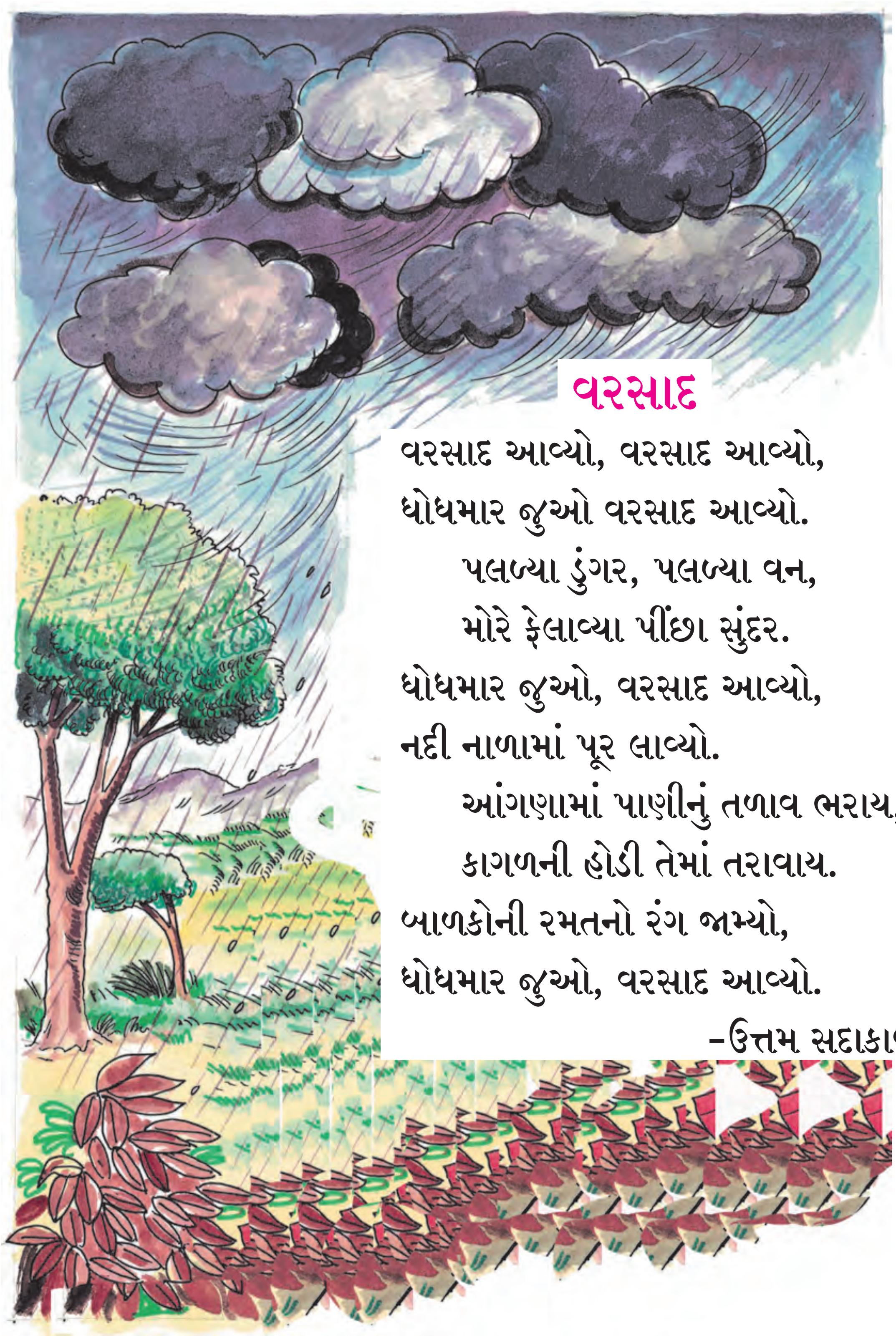
◆ પરિસરમાંના લઘુઉદ્યોગ વિશે માહિતી આપવી.

૧.૪ પરિસરમાં ચાલતા ઉદ્યોગોનો પરિચય

- ચિત્રોમાંના ઉદ્યોગો વિશે માહિતી આપવી. દા.ત. વણકર (હાથવણાટ, યંત્રવણાટ), વર્તમાનપત્ર વિક્રેતા, ફળવિક્રેતા, અથાણા પાપડ ઉદ્યોગ, ફૂલહાર વિક્રેતા, કુંભાર, દરજી, ચાવી બનાવવી વગેરે.

(૨) જળ સાક્ષરતા



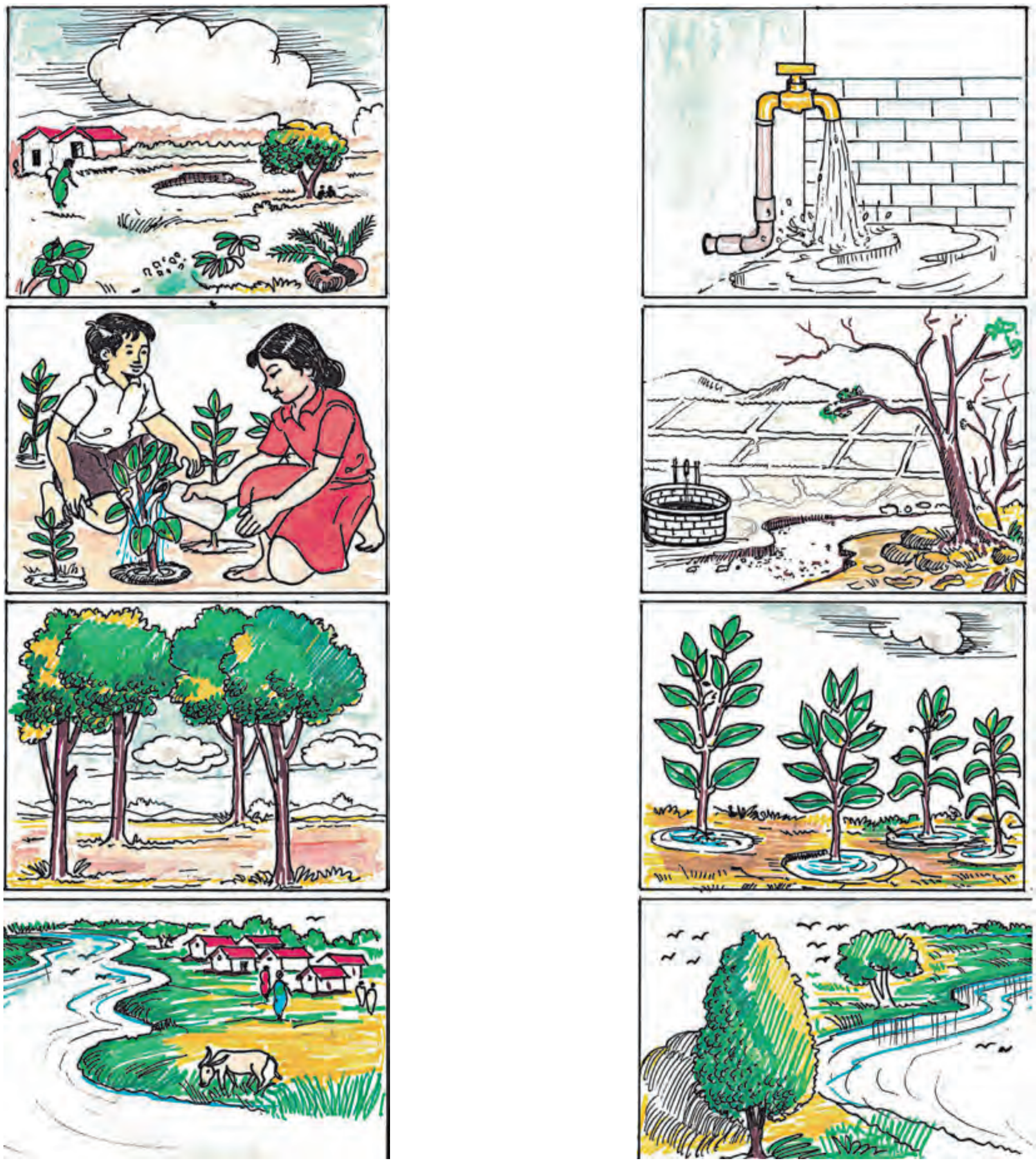
વરસાદ

વરસાદ આવ્યો, વરસાદ આવ્યો,
ધોધમાર જુઓ વરસાદ આવ્યો.
પલળ્યા ડુંગર, પલળ્યા વન,
મોરે ફેલાવ્યા પીંછા સુંદર.
ધોધમાર જુઓ, વરસાદ આવ્યો,
નદી નાળામાં પૂર લાવ્યો.
આંગણામાં પાણીનું તળાવ ભરાય,
કાગળની હોડી તેમાં તરાવાય.
બાળકોની રમતનો રંગ જામ્યો,
ધોધમાર જુઓ, વરસાદ આવ્યો.

–ઉત્તમ સદાકાળ

- વરસાદ આવે ત્યારે શું શું થાય છે તેનું નિરીક્ષણ કરવા કહેવું.
- નિરીક્ષણ અનુસાર ગીતની કડીઓ વધારી શકાય.

૨.૧ ચિત્રકથા/ ચિત્રવાચન



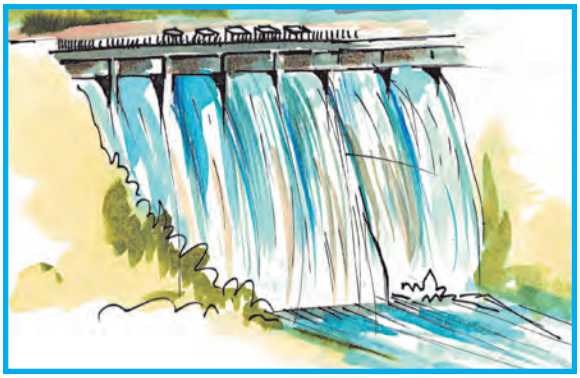
મારી કૃતિ

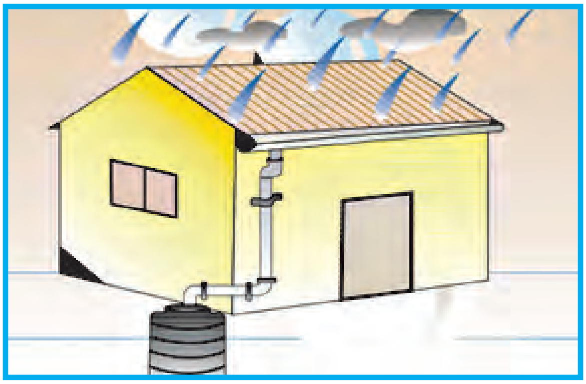
રંગ પૂરો.

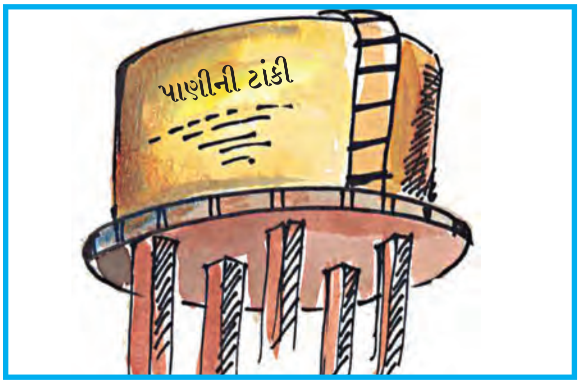
જળ એ જ જીવન

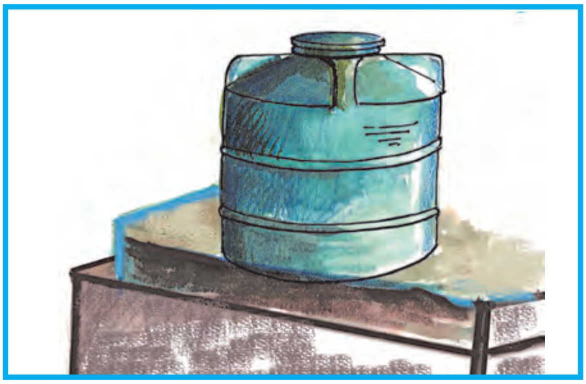
- ચિત્ર વાચન કરીને પાણી અને તેના ઉપયોગ વિશે માહિતી આપવી.
- પાણી વિશે વાતો કહેવી.

૨.૨ પાણીનો સંગ્રહ









મારી કૃતિ

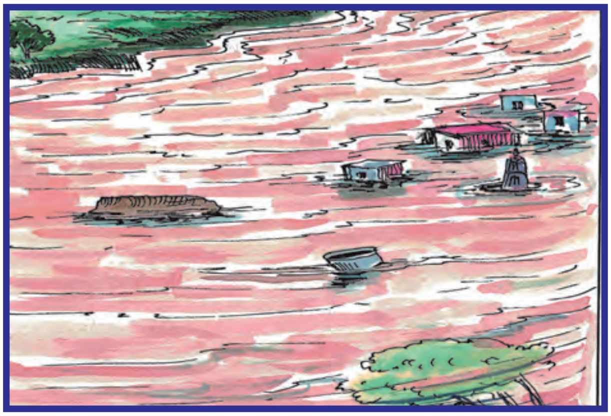
પાણી લેવાની રીત

યોગ્ય કૃતિ પાસે ✓ અને અયોગ્ય કૃતિ પાસે ✗ નિશાની કરો.

- પાણીનો સંગ્રહ કેવી રીતે કરવામાં આવે છે, તેમજ પાણીનો યોગ્ય ઉપયોગ કઈ રીતે કરવો તે જણાવવું.

૩. આપત્તિ વ્યવસ્થાપન

નૈસર્ગિક ઘટનાઓ



મારી કૃતિ

જમીન, પાણી, વૃક્ષ, પશુપક્ષી, માનવ, સૂર્ય, ચંદ્ર, તારા, આકાશ, રણપ્રદેશ આ પૈકી કોઈપણ એક ઘટકનું ચિત્ર દોરી તેમાં રંગ પૂરો.

◆ નૈસર્ગિક ઘટકો અને ઘટનાઓ વિશે માહિતી આપવી.

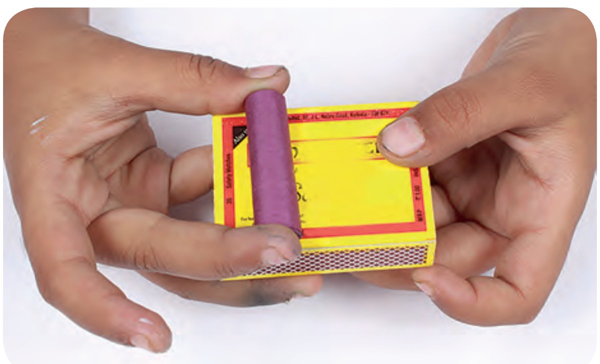
૨. અભિરુચિપૂરક ઉપક્રમ

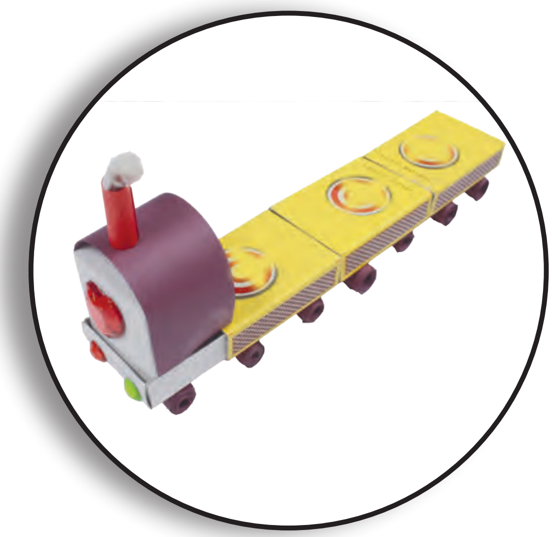
૧. સાદી રાખડી

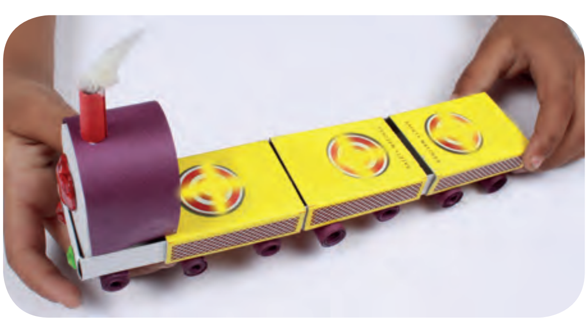
મારી કૃતિ

- ઉપલબ્ધ સાહિત્યનો ઉપયોગ કરી સાદી રાખડી તૈયારી કરવી.
- સાહિત્ય અને સાધનો : કાર્ડશીટ, પેપર, રિબિન, સુશોભન માટેની વસ્તુઓ વગેરે.

૨. ખાલી ખોખાં વડે પ્રતિકૃતિ





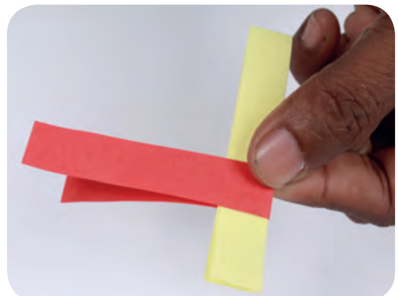


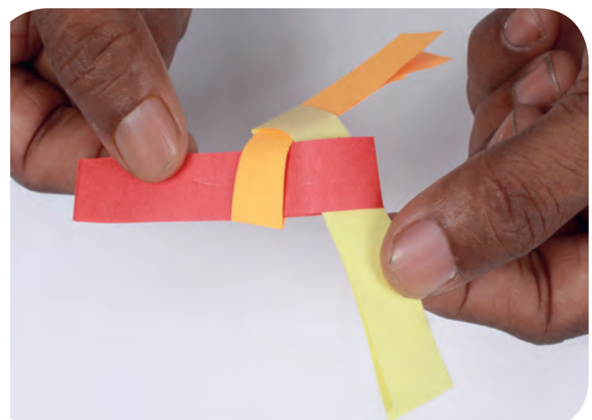
CIJQNS

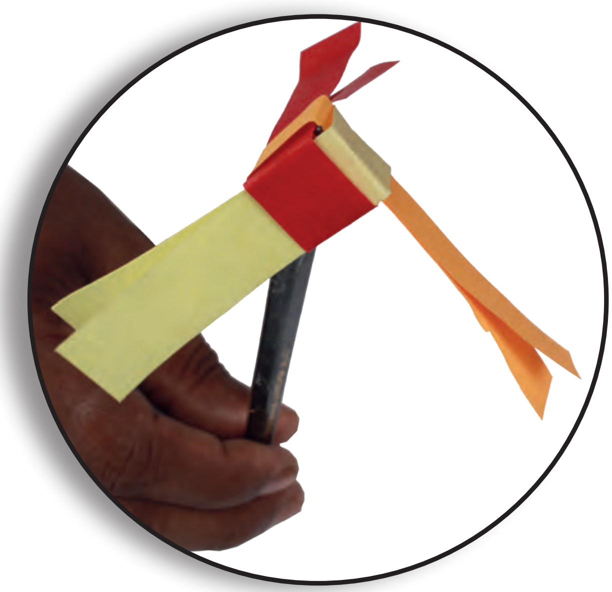
◆ ખાલી ખોખાં વડે એક વસ્તુ તૈયાર કરાવવી. સાહિત્ય અને સાધનો : ખાલી ખોખાં, કાગળની પટ્ટીઓ, ગુંદર વગેરે.

૩. કૌશલ્યાધિષ્ઠિત ઉપક્રમ

(અ) કાગળની પટ્ટીની ચકરડી







- ચકરડી તૈયાર કરવી. સાહિત્ય અને સાધનો : વિવિધ રંગની કાગળની પટ્ટીઓ, સળી વગેરે.

(બ) શીંગના ફોતરા, બી, સૂકાયેલા પાન, ફૂલ ચોંટાડીને સૌંદર્યાકૃતિ

◆ વિવિધ વસ્તુ ચોંટાડી સૌંદર્ય કૃતિ તૈયાર કરાવવી. સાહિત્ય અને સાધનો : સાદો કાગળ, સૂકાયેલા પાન, ફૂલ, બી, શીંગના ફોતરા, ગુંદર વગેરે.

PF6KDN

૪. ઐચ્છિક ઉપક્રમ

(અ) ઉત્પાદક ક્ષેત્રો

(૧) ક્ષેત્ર : અન્ન

૧.૧ બાગકામ

• પરિસરના જુદાં જુદાં સ્થળોની મુલાકાત લઈ ત્યાંના ઝાડ, છોડનું નિરીક્ષણ કરવું.

મારી કૃતિ

• પરિસરમાં વૃક્ષારોપણ

◆ પરિસરમાં જોવા મળતા ઝાડ વિશે માહિતી આપવી. પરિસરમાં વૃક્ષારોપણ કરાવવું.

૧.૨ કૂંડામાં વાવણી

વિવિધ કૂંડાંઓનો પરિચય

માટીનું કૂંડું

લાકડાનું કૂંડું

પ્લાસ્ટિકનું કૂંડું

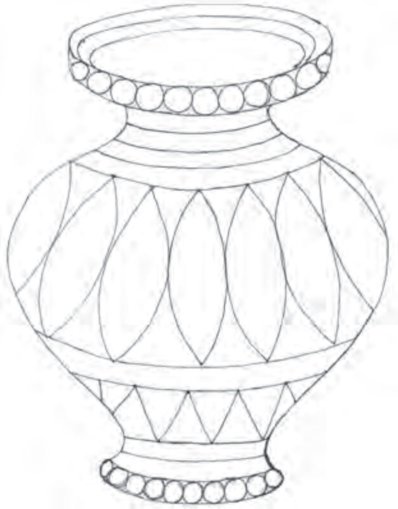
સિમેંટનું કૂંડું

ચિનાઈ માટીનું કૂંડું

ધાતુનું કૂંડું

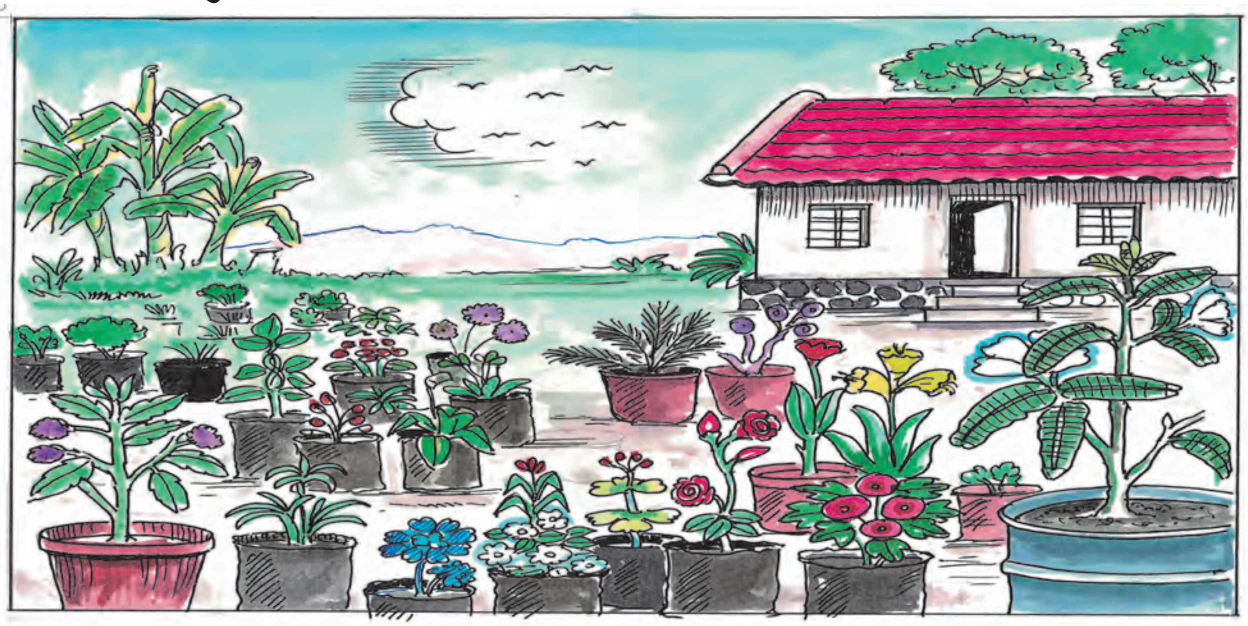
મારી કૃતિ

રંગ પૂરો.



◆ વિવિધ પ્રકારના કૂંડાંઓનો પરિચય કરાવવો.

રોપવાટિકાની મુલાકાત



મારી કૃતિ

કૂંડાંમાં રોપ વાવવાની કૃતિ ક્રમથી જણાવો.

◆ પરિસરમાંની રોપવાટિકાની મુલાકાત લેવી. રોપ વાવવા માટે કઈ કઈ વસ્તુઓનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે તેની માહિતી આપવી.

કૂંડાંમાં રોપ વાવવો.

મારી કૃતિ

રોપવાટિકામાં તમને ગમેલા પાન-ફૂલના ચિત્રો દોરો.

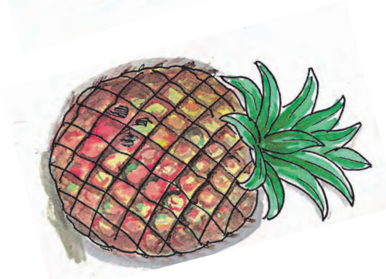
◆ ઘરમાં ઉપલબ્ધ વસ્તુઓ વડે નાના કૂંડાં તૈયાર કરી રોપ વાવવા વિશે માહિતી આપવી. દા.ત.આઈસક્રીમ કપ, ખાલી ડબા વગેરે.

૧.૩ ફળપ્રક્રિયા

(અ) વિવિધ ફળો

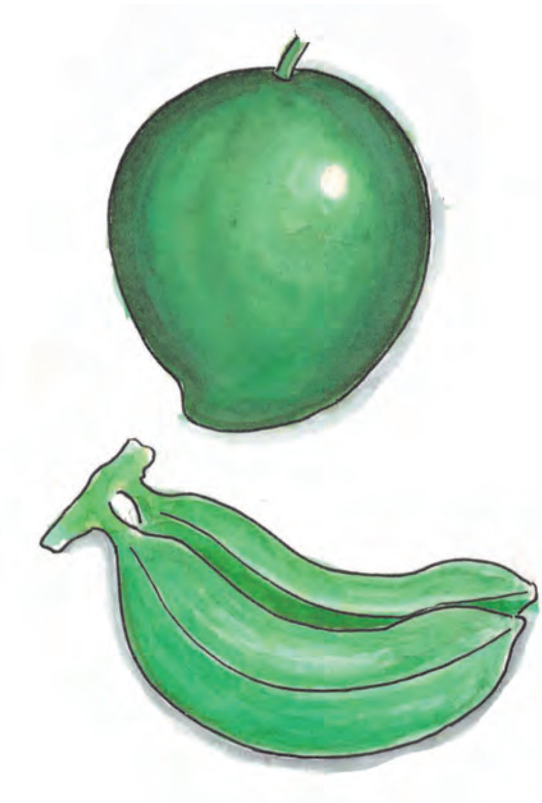
મારી કૃતિ

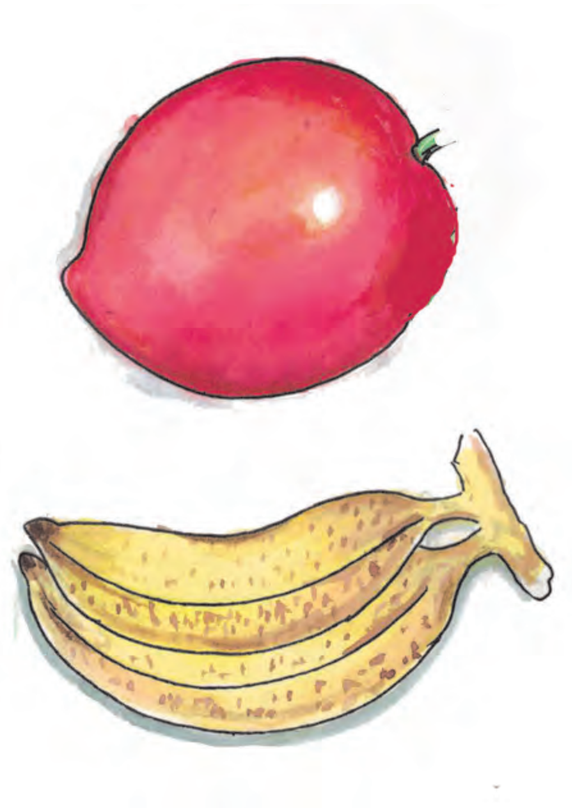
ફળોનો સ્વાદ જણાવો.



◆ ચિત્રમાંના ફળોના નામ, સ્વાદ અને ફળોના ઉપયોગ વિશે પૂછવું.

(બ) પાકાં ફળો





- કાચા અને પાકા ફળોના સ્વાદ, રંગ વિશે પ્રશ્નો પૂછવા.

૧.૪ મત્સ્ય વ્યવસાય

ખારા પાણીની માછલીઓ

મીઠાપાણીની માછલીઓ

ઓછા ખારા પાણીની માછલીઓ

મારી કૃતિ

- માછલી બજારની મુલાકાત લઈ નિરીક્ષણ કરવા કહેવું.
- ખારા પાણીની માછલીઓ – સરંગા, સુરમઈ વગેરે.
- મીઠા પાણીની માછલીઓ – કટલા, મૃગળ, રોહૂ વગેરે.
- ઓછા ખારા પાણીની માછલીઓ – ચનોસ, મુલેટ વગેરે – આ માછલીઓ વિશે માહિતી આપવી.

(૨) ક્ષેત્ર : વસ્ત્ર

૨.૧ વસ્ત્રનિર્મિતિ

(અ) સંવાદ

(દાદીમા કપાસ સાફ કરી રહ્યા છે. આર્યા, શ્વેતા, શુભમ અને સંકેત આવે છે.)

શ્વેતા : દાદીમા ! તમે શું કરો છો ! અમને વાર્તા કહોને !

દાદીમા : તમે મને કપાસ સાફ કરવામાં મદદ કરશો ? પછી હું વાર્તા કહીશ.

બાળકો : હા ! શું કરવાનું છે ?

દાદીમા : આ કપાસમાંની કાંડીઓ, સૂકા પાન કાઢવાના છે, આ કપાસ લો...

(બાળકો કપાસ સાફ કરે છે.)

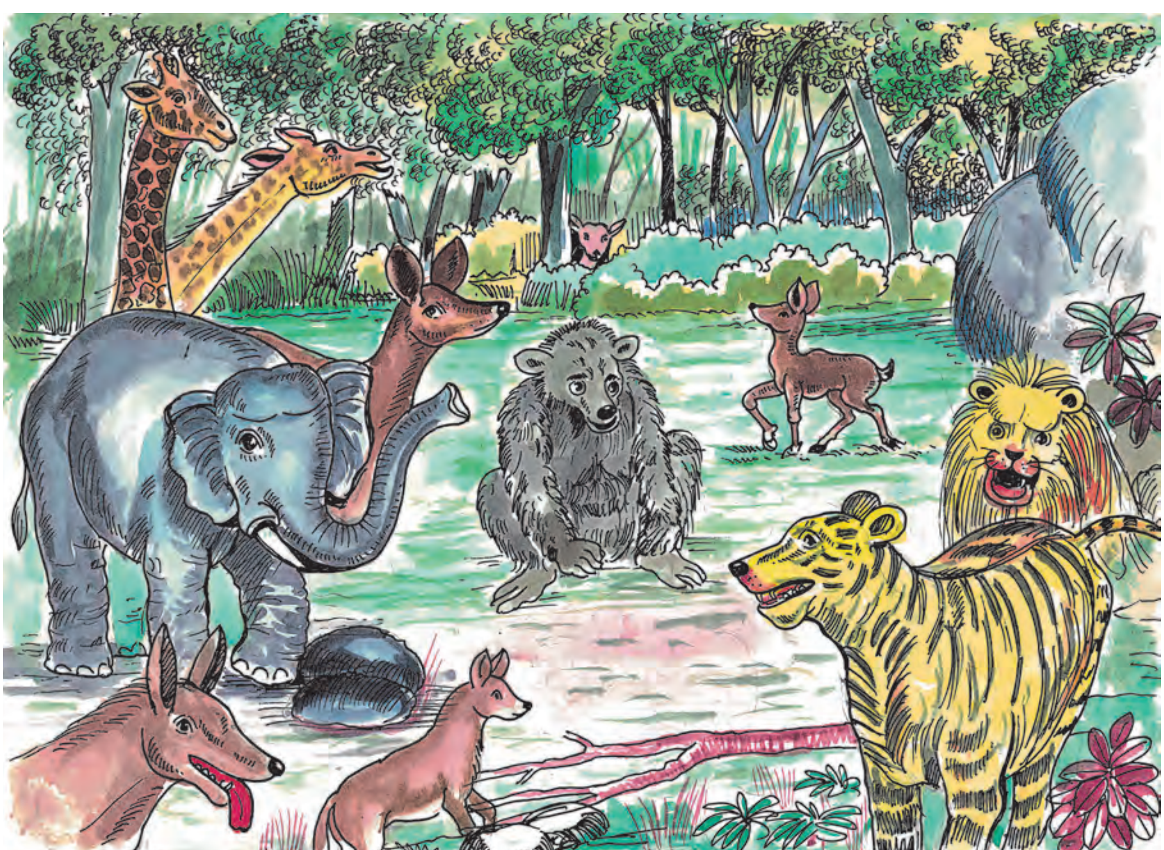
દાદીમા : શાબાશ બાળકો ! ચાલો, હવે હું તમને વાર્તા કહું.

(આ) કથાકથન

એક જંગલમાં જુદાં જુદાં પ્રાણીઓ રહેતાં હતાં. તેઓ એકબીજાને મદદ કરતાં. માણસોએ જંગલના ઝાડ કાપવાની શરૂઆત કરતાં તેમને ભય લાગ્યો. તેઓ બધા એક સ્થળે ભેગા મળી વિચાર કરવા લાગ્યા. ત્યાં જ એક હરણનું બચ્ચું દોડતું આવ્યું. તે ખૂબ જ ગભરાયેલું હતું.

તેની માએ પૂછ્યું, ''બેટા ! શું થયું ?'' બચ્ચાએ કહ્યું, ''મા ! મેં પહેલાં ક્યારેય ન જોયેલું એક પ્રાણી જોયું. તે અહીંયા ત્યાં ફરી રહ્યો હતો. થોડી વાર પછી તેણે પોતાના શરીર પરથી કંઈક કાઢીને ઝાડ પર ટીંગાડ્યું અને તે ઝાડ નીચે સૂઈ ગયો !''

આ સાંભળી વાંદરો બોલ્યો, ''અરે ! એ પ્રાણી એટલે માણસ. તે ખૂબ હોશિયાર છે. માણસ કપાસ ઉગાડે છે, તેની સંભાળ લે છે, કપાસમાંથી સૂતર વણે છે. તેના કપડાં તૈયાર કરી શરીર પર પહેરે છે અને ઠંડી, ગરમી અને વરસાદથી પોતાનું સંરક્ષણ કરે છે.''



◆ કથાનું સંવાદમાં રૂપાંતર કરી તેનું નાટ્યીકરણ કરાવવું.

(ઈ) ગીત

મમ્મીની સાડી લાલ લાલ,
હળવે લૂછે બાળકના ગાલ.
ભીનું ઝબલું કાઢી નાખ્યું,
પંચિયાથી અંગ લૂછી નાખ્યું. ॥૧॥

દાદીની સાડી છે મુલાયમ,
ગોદડી કરીને ઊંઘું તરત.
મારી બહેન પહેરે ફ્રૉક સરસ,
શાળાએ જતાં પહેરે ગણવેશ તરત. ॥૨॥

ધોતિયું પહેરે દાદા,
શર્ટ-પૅન્ટ પહેરે પપ્પા.
ભાઈ પહેરે શર્ટ નવું,
મને પણ જોઈએ શર્ટ તેવું. ॥૩॥

મારી કૃતિ

ચિત્ર દોરો.

શર્ટ　　　　પૅન્ટ　　　　ફ્રૉક

◆ ઉપરનું ગીત તાલમાં ગવડાવવું.

૨.૨ પ્રાથમિક સીવણકામ

૧. કપડાંની દુકાનની મુલાકાત

૨. વિવિધ પ્રકારના કપડાંની ઓળખ

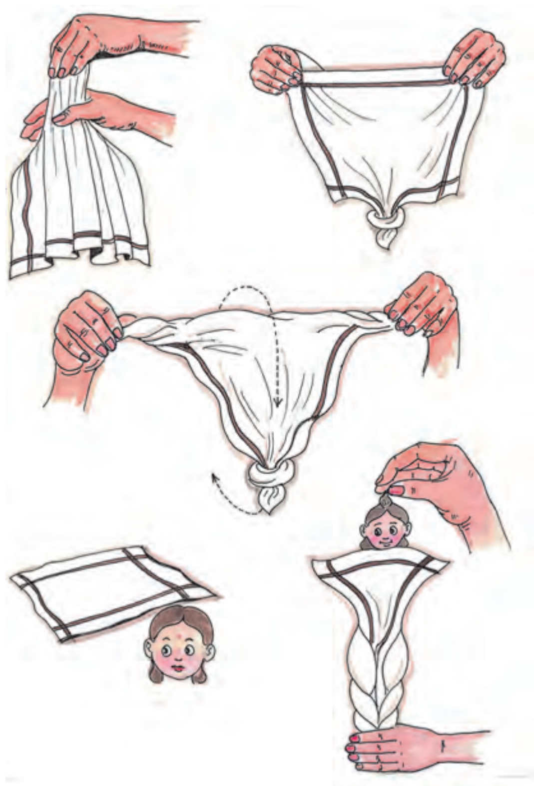
કોષ્ટકનું વાચન કરી કપડાના નમૂના ચોંટાડો.

કપડાંનો પ્રકાર	ઉપયોગ	કપડાંનો સ્પર્શ અને ગુણ	નમૂનો
સુતરાઉ કાપડ	ધોતિયું, સાડી, પંચિયું, ગણવેશ, નાના બાળકોના કપડા, ચાદર, ટોપી વગેરે.	નરમ, સુંવાળું, પરસેવો શોષી લે.	
રેશમી કાપડ, સૅટિન, મખમલ વગેરે	સાડી, ડ્રેસ (છોકરીઓના), શર્ટ, નાટકમાં પહેરવાના કપડા	ચમકદાર	
ઊનનું કાપડ	સ્વેટર, શાલ, મફલર, કાનટોપી, મોજાં વગેરે	નરમ, હૂંફાળા, ખરબચડું	

૨.૩ ઢીંગલીકામ

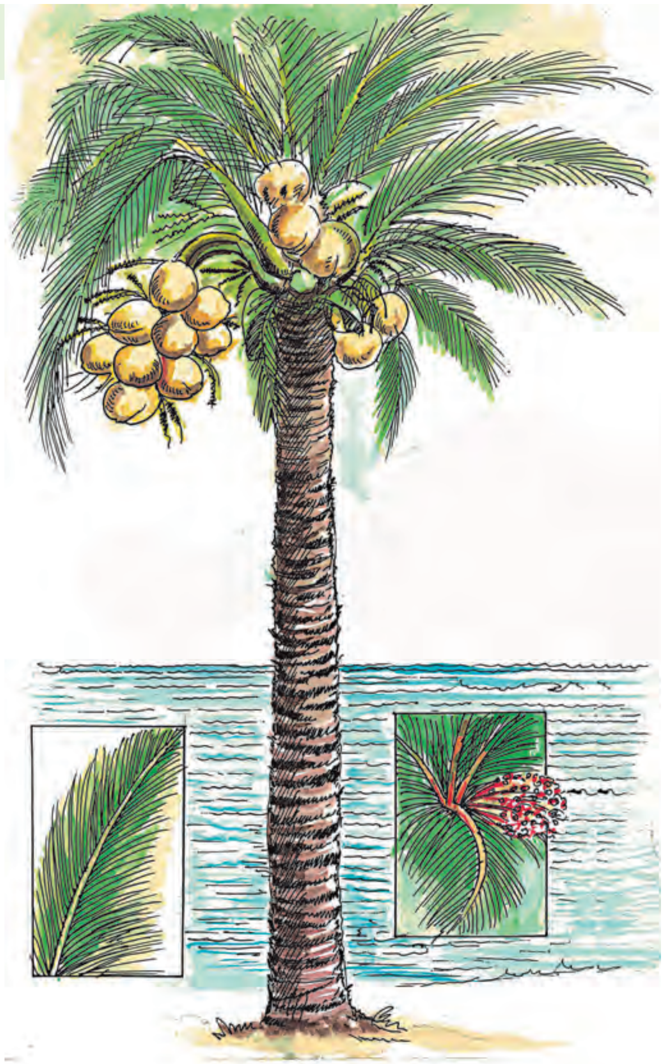
અ) રમકડાંની ઢીંગલીઓનો સંગ્રહ

બ) હાથરૂમાલમાંથી ઢીંગલી



- રમકડાંમાંના ઉપયોગી સાહિત્યનો ઉપયોગ કરી ઢીંગલી તૈયાર કરવી.
- સાહિત્ય અને સાધનો : હાથરૂમાલ, દડો, રંગ, સુશોભન સાહિત્ય વગેરે.
- નાનું પ્રદર્શન યોજવું.

૨.૪ કાથાનું વણાટકામ



નાળિયેરનું ઝાડ

નાળિયેરનું ઝાડ ઊંચું હોય છે. ઝાડને એક પણ ડાળી હોતી નથી. ઉપરના છેડે લાંબાલચક પાનનો ગુચ્છો હોય છે.

પાનના છેડે નાળિયેર લટકતા હોય છે. નાળિયેરીનું થડ ગોળાકાર, સફેદ-તપખિરી રંગનું હોય છે.

એક ઝાડ પરથી એક વર્ષમાં સાઠ થી એંસી નાળિયેર મળે છે. નાળિયેર તૈયાર થવામાં બારથી તેર મહિના લાગે છે.

મારી કૃતિ

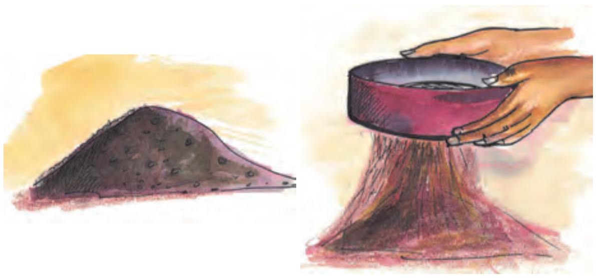
નિરીક્ષણ કરો.

◆ શક્ય હોય તો નાળિયેરીના બાગની મુલાકાત લઈ ઝાડના ભાગ સમજાવવા.

૩. ક્ષેત્ર : રહેઠાણ

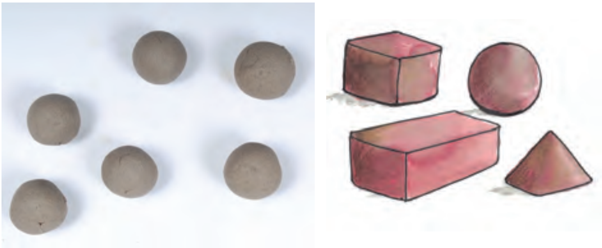
૩.૧ માટીકામ

(અ) માટી ચાળવી



(બ) માટી પલાળવી

(ક) માટીમાંથી વિવિધ આકાર તૈયાર કરવા.



મારી કૃતિ

- માળી ચાળવી, માટી પલાળવી, માટીનો આકાર તૈયાર કરવો જેવી કૃતિ વિશે માર્ગદર્શન આપવું.
- શક્ય હોય તો માટીકામ કરનાર કારીગર/ કુંભારની મુલાકાત લઈ પ્રત્યક્ષ અનુભવ કરાવવો.

૩.૨ વાંસકામ અને નેતરકામ

- **વાંસપ્રદર્શનની મુલાકાત**

મારી કૃતિ

વાંસમાંથી તૈયાર થતી વસ્તુઓના ચિત્રો દોરો.

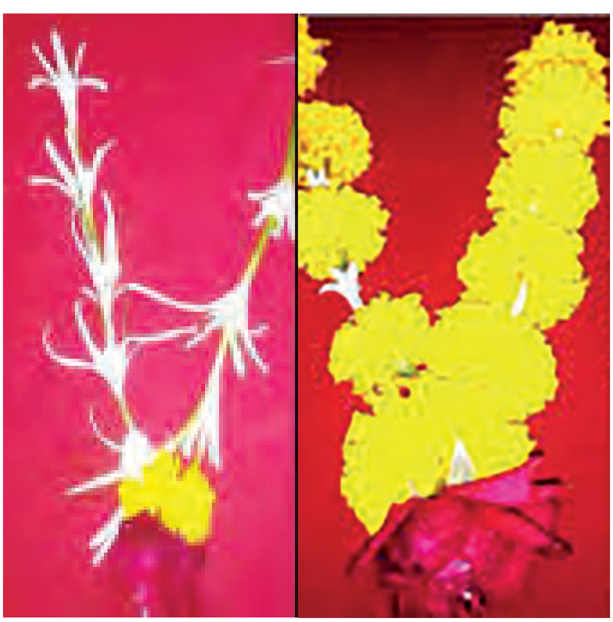
- ચિત્રો દ્વારા વાંસનો ઉપયોગ સમજાવવો.

૩.૩ ફૂલ-છોડ અને શોભા માટેના વૃક્ષોની વાવણી

૧. સુગંધિત અને સુગંધરહિત ફૂલો

મારી કૃતિ

- ફૂલનો હાર અથવા ગુચ્છો તૈયાર કરવો.



- જુદાં જુદાં ફૂલોની પાંખડીઓ, ઝાડનાં પાન ભેગાં કરી નોટમાં રાખવાં અને સુકાઈ ગયા બાદ નોટમાં ચોંટાડવાં.
- ગુલાબ, જાસવંતી, મોગરો, રાતરાણી, જૂઈ, કરેણ વગેરે ફૂલોના રંગ અને નામ ઓળખવા કહેવું.

(ક) અન્ય ક્ષેત્રો

ખેતી પૂરક વ્યવસાય (પશુપક્ષી સંવર્ધન)

ચિત્ર શબ્દકોયડો ઉકેલો.

	બ				ભેં	
કૂ		ડો				
	રી					લું
				ણ		
	છ					

◆ ચિત્ર શબ્દકોયડા એટલે શું તે વિદ્યાર્થીઓને સમજાવવું. પ્રાણીઓ વિશે માહિતી આપી, પાલતુ પ્રાણીઓ અને તેમના ઉપયોગ વિશે માહિતી આપવી. ◆ વિદ્યાર્થીઓને ચિત્રો બતાવી પ્રાણીઓના નામ પૂછવા. તે અનુસાર ચિત્ર શબ્દ કોયડો પૂર્ણ કરાવવો.

2BSF3J

૫. તંત્રજ્ઞાન ક્ષેત્ર

બ) માહિતી અને સંપ્રેષણ તંત્રજ્ઞાન

સંગણકનો પરિચય

સંગણકના ભાગ :

સી.પી.યુ.

મૉનિટર

પ્રિંટર

સ્પીકર

કી બોર્ડ

માઉસ

માર્ગ સુરક્ષા

ઝેબ્રા ક્રૉસિંગ

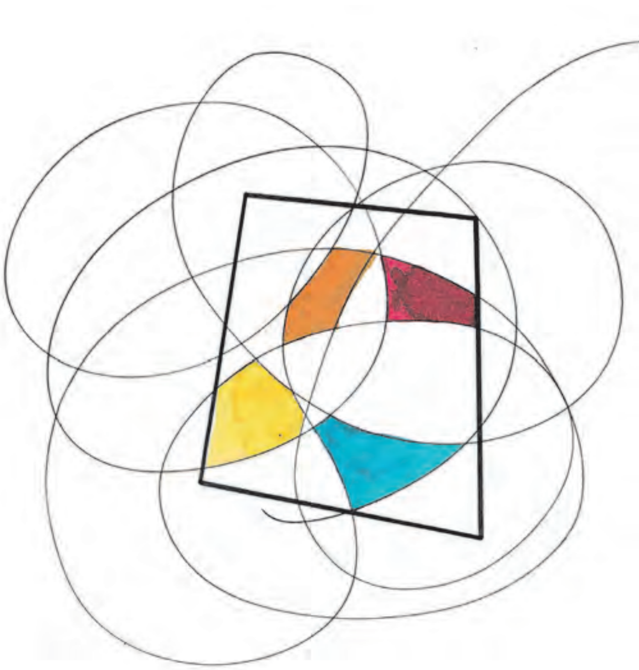
રસ્તો ઓળંગતી વખતે ઝેબ્રા ક્રૉસિંગનો ઉપયોગ કરવો.

- સંગણકના મુખ્ય ભાગ અને બાહ્ય સાધનોનો પરિચય આપી, સંગણકના વિવિધ ભાગોના ચિત્રોનો સંગ્રહ કરવા કહેવું.
- ઝેબ્રા ક્રૉસિંગ વિશે પ્રાત્યક્ષિક કરાવી માર્ગદર્શન આપવું.

JR6U42

૧. ચિત્ર

૧.૧ લીટા તાણવા



અમે તો લીટા તાણીએ।
ચિત્રો દોરતા શીખીએ ॥

ખીજાશો ન અમને જરીકે ।
અમે ચિત્રો દોરતા શીખીએ ॥

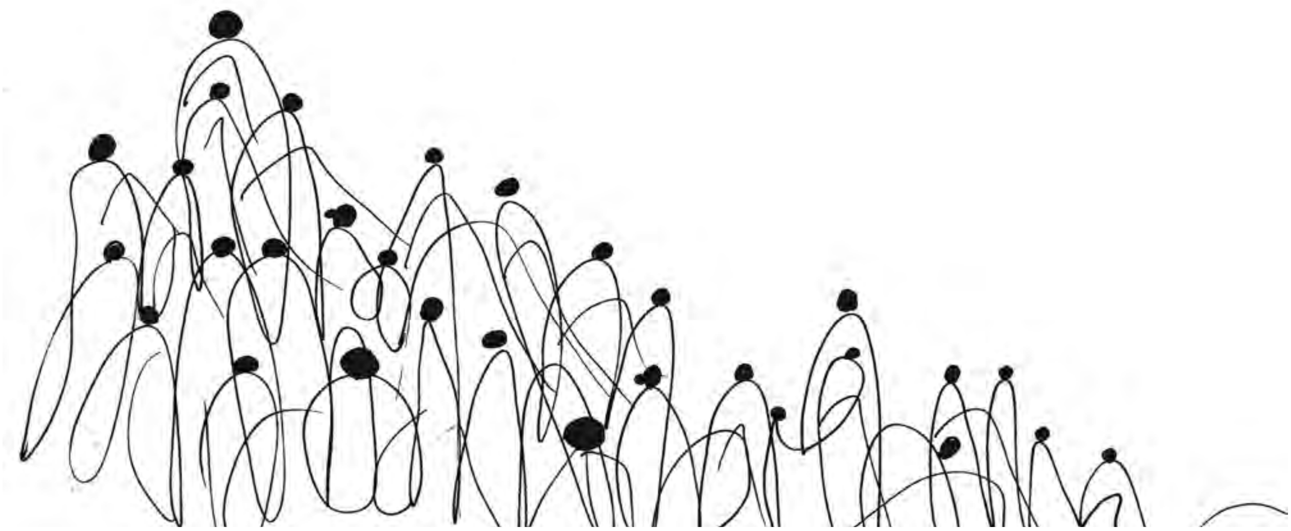
રમીએ કરીએ અને શીખીએ ।
વખાણ તમારા અમે ઝીલીએ ॥

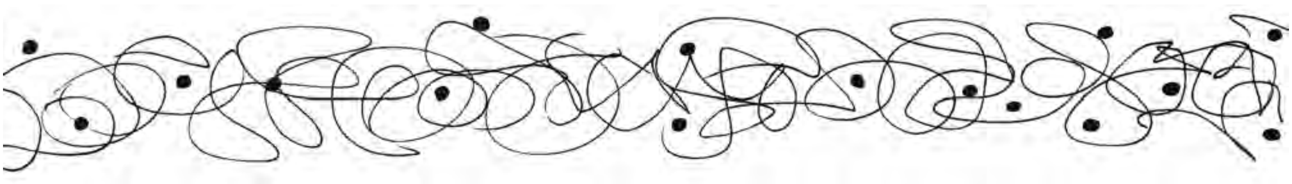
અમે તો લીટા તાણીએ ।
અમે ચિત્રો દોરતા શીખીએ ॥

મારી કૃતિ

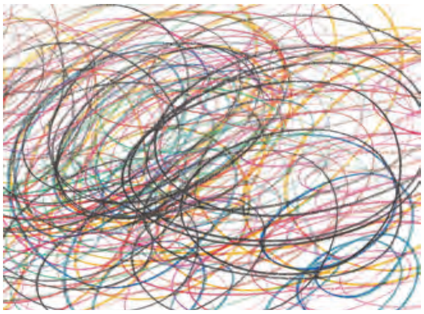
◆ ઈચ્છા અનુસાર લીટા તાણવા કહેવું. લીટા તાણીને વર્તુળ, ત્રિકોણ અથવા ચોરસ જેવા આકાર દોરવા કહેવું. તેમાંના કેટલાક આકારોમાં રંગ પૂરવા કહેવું.

• લીટા તાણીને આકાર બનાવવા.





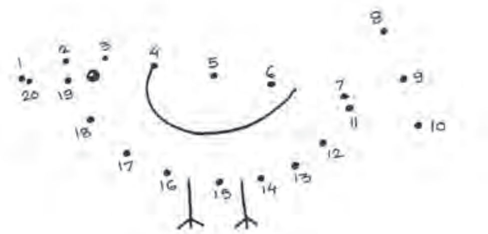
• રંગીન પેન્સિલ, રંગીન ચોક, રંગીન પેન, સ્કેચ પેન



- ઈચ્છા અનુસાર લીટા તાણવા કહેવું. ત્યાર બાદ ઈચ્છા અનુસાર યોગ્ય સ્થળે ટપકાં કરી, તેને જોડી, ઉપર મુજબ નવો આકાર બનાવવા કહેવું.
- લીટા તાણવા માટે રંગીન પેન્સિલ, રંગીન ચોક, રંગીન પેન, સ્કેચપેન જેવી વસ્તુઓનો ઉપયોગ કરવા દેવો.

૧.૨ ટપકાંની મજા

અંક અનુસાર ટપકાં જોડો.



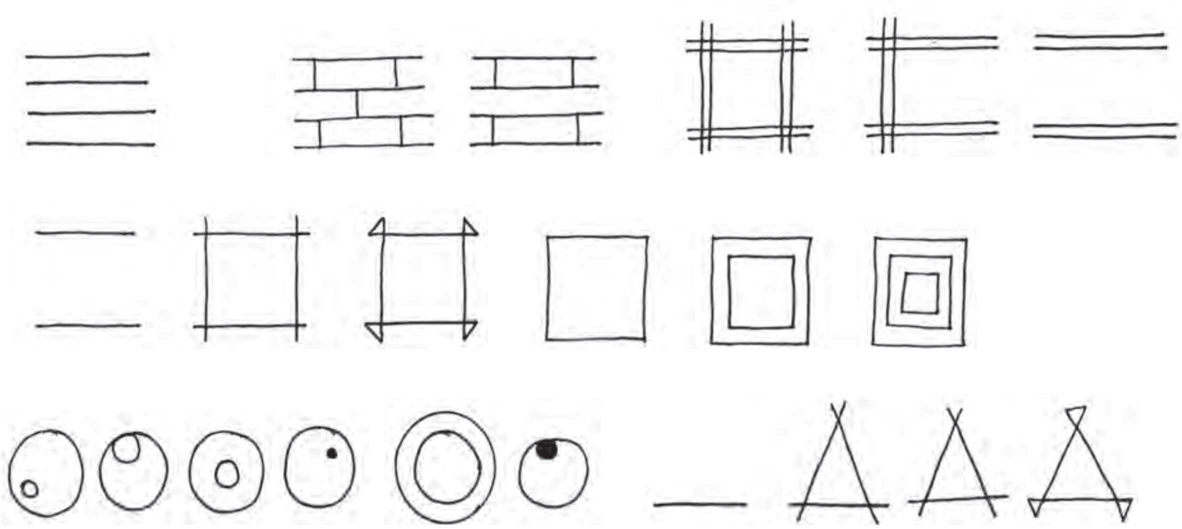
જોઈએ તેટલાં ટપકાં જોડી આકાર તૈયાર કરો અને રંગ પૂરો.

મારી કૃતિ

- યોગ્ય ક્રમ અનુસાર ટપકાં જોડવા કહેવું - તૈયાર થયેલ ચિત્ર ઓળખી તેનું નામ કહેવા જણાવવું.
- જરૂરિયાત અનુસાર ટપકાં દોરી તેને ઈચ્છા મુજબ જોડવા કહેવું. કંઈક નવો આકાર તૈયાર થશે. તેમાંના કેટલાક આકારમાં રંગ પૂરવા કહેવું.

૧.૩ રેખાની ગમ્મત

રેખા વડે વિવિધ આકાર



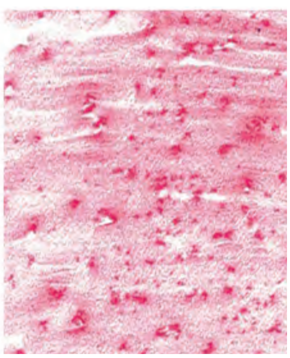
મારી કૃતિ

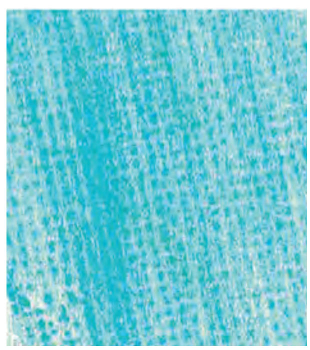
◆ અહીં આપેલી રેખાઓનો મહાવરો કરાવવો. ઉપર મુજબ રેખા વડે કેટલાક આકાર બનાવી શકાય. આ સિવાય પણ વિદ્યાર્થીઓ જુદા જુદા આકાર બનાવી શકે છે.

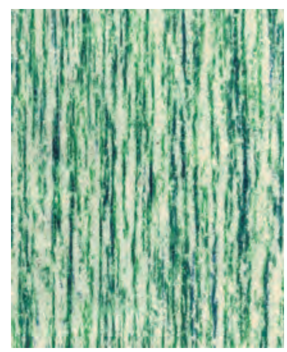
૧.૪ છાપકામ અને કોલાજ

• પાનથી છાપકામ

• ખરબચડા પૃષ્ઠભાગ વડે છાપકામ





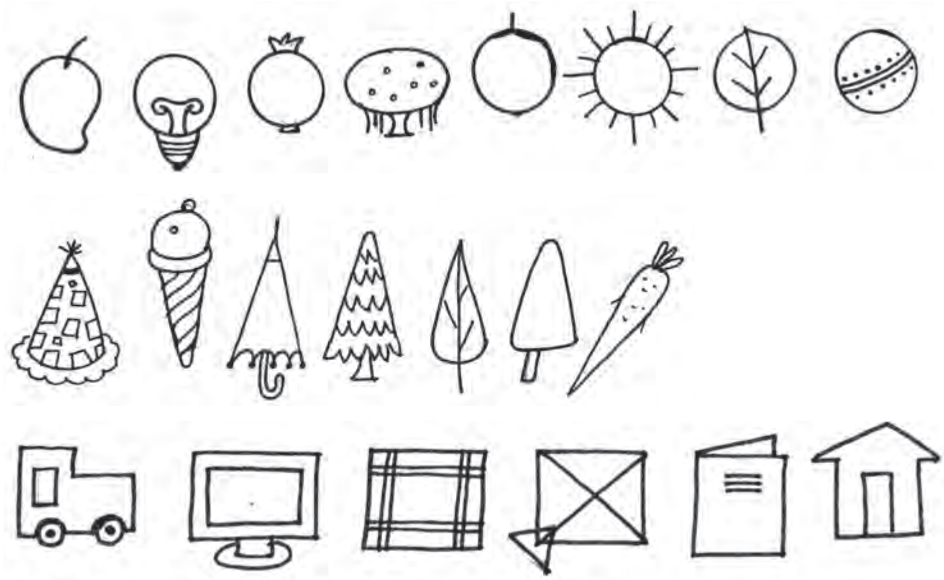


• કોલાજ :

- જુદાં જુદાં પાનની પાછળની બાજુએ રંગ લગાડી કાગળ પર છાપકામ કરાવવું.
- સફેદ પાતળા કાગળ નીચે ખરબચડો પૃષ્ઠભાગ ધરાવતી વસ્તૂ મૂકવી. (દા.ત. કંતાન, ઝાડની છાલનો ટુકડો વગેરે.) તે આકાર પર પેન્સિલ અથવા ક્રેયોન ઘસી છાપ મેળવવા કહેવું.
- શાકભાજી અથવા ફળના આકારો દોરવા. રંગીન કાગળને હાથેથી જ ફાડી કોલાજકામ કરાવવું.

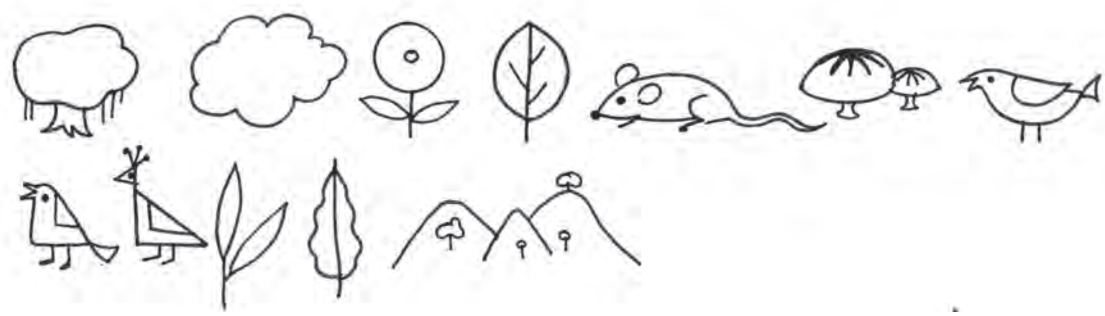
૧.૫ સરળ આકાર

• ગોળ, ત્રિકોણ, ચોરસ વસ્તુના આકાર



• પરિચિત વસ્તુના સરળ આકાર

• નિસર્ગમાંના ઘટકોના સરળ આકાર ફૂલ, પાન વગેરે.



◆ ગોળ, ત્રિકોણ, ચોરસ વસ્તુઓનો આકાર દોરવા કહેવું આપેલા આકાર સિવાયના જુદા જુદા આકાર દોરવા કહેવું.
◆ પરિચિત વસ્તુઓના આકારનો મહાવરો કરાવવો. ઉપર મુજબ આકાર દોરવા કહેવું.
◆ નિસર્ગમાંના કેટલાંક આકારોનું નિરીક્ષણ કરી દોરવા કહેવું.

મારી કૃતિ

મેં દોરેલા સરળ આકાર

◆ આકારોનો મહાવરો કરાવવો. સહેલા આકાર દોરવા કહેવું.

૧.૬ રંગકામ

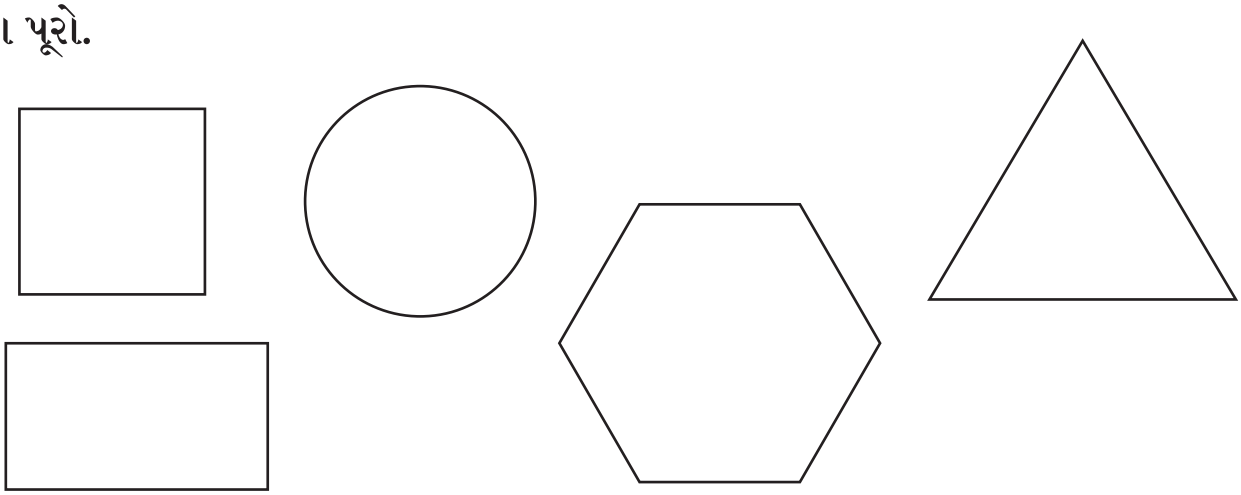
- કેટલાંક રંગોની ઓળખ

લાલ	પીળો	નીલો	લીલો	નારંગી	જાંબલી	સફેદ	કાળો

- રંગ અને ફળ-ફૂલની જોડીઓ.

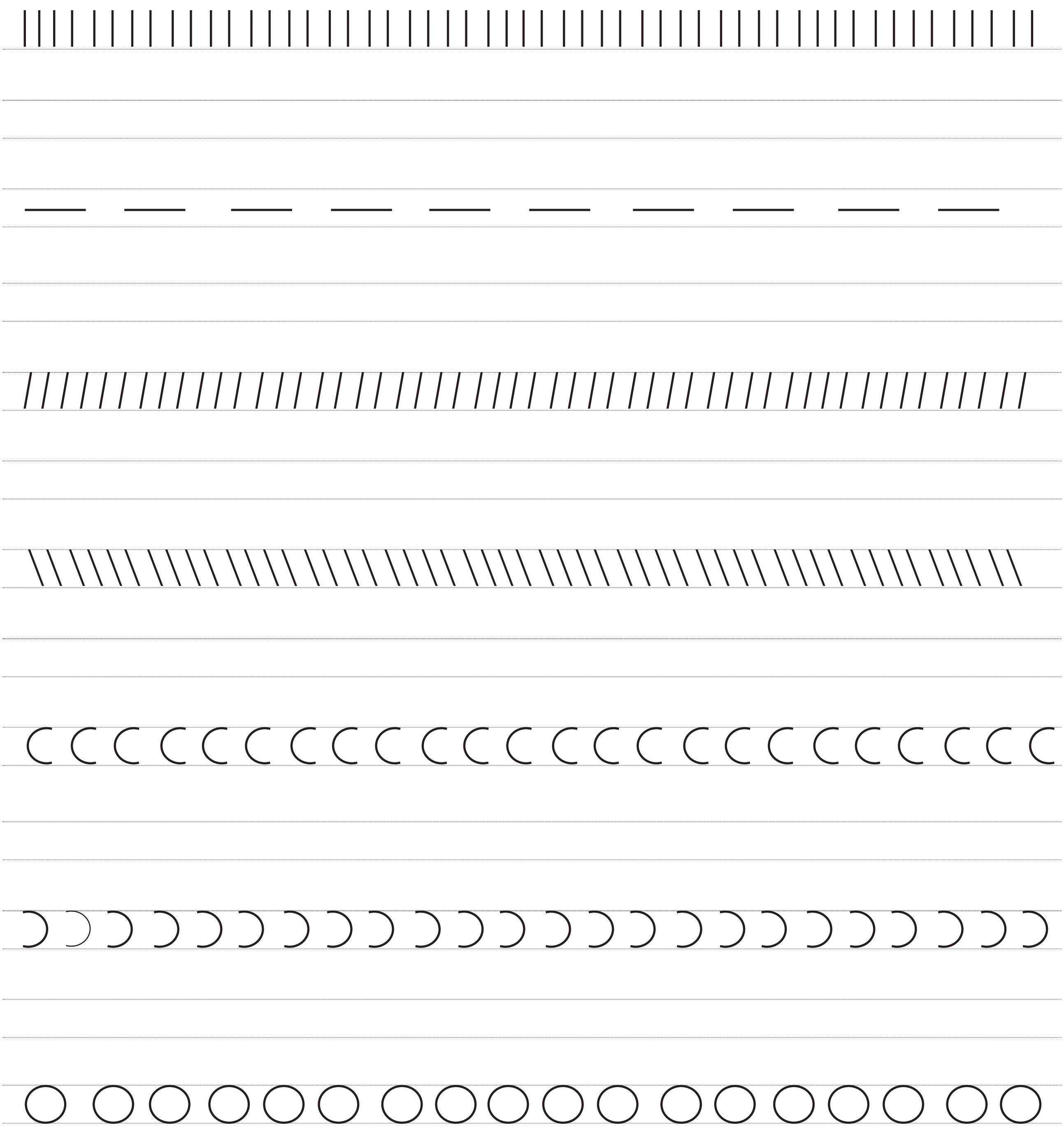
મારી કૃતિ

રંગ પૂરો.



- રંગના નામ પૂછો.
- નિસર્ગમાં વિવિધ રંગો છે. તે પૈકી કેટલાક રંગોનો પરિચય થાય તે માટે રંગ અને વસ્તુના રંગનું માત્ર નિરીક્ષણ કરવું અપેક્ષિત છે.
- આપેલ ચિત્રોમાં મનગમતા રંગો પૂરો.

૧.૭ સુલેખન



◆ સુંદર અક્ષર માટે નાનપણથી જ મહાવરો આવશ્યક છે. ઉપર મુજબ કેટલીક રેખાઓનો પૂરતો મહાવરો કરાવવો.

૧.૮ મારા ચિત્રો

◆ ઉપરની જગ્યામાં વિદ્યાર્થીઓને ગમતા ચિત્રો દોરવા કહેવું.

WMSNSX

૨. શિલ્પ

૨.૧ કાગળકામ

- હોડી બનાવવી.

૧

૨

૩

૪

૫

૬

૭

૮

૯

૧૦

૧૧

૧૨

૧૩

- ◆ વિવિધ પ્રકારના કાગળ વિશે માહિતી આપવી. ઉદા. પતંગ માટે વપરાતો કાગળ, ક્રાફ્ટ પેપર, ટિંટેડ પેપર, ખાખી કાગળ વગેરે.
- ◆ આજ રીતે ઘડી વાળવી અને કોલાજની કૃતિ કરાવવી.

- પેન સ્ટૅન્ડ તૈયાર કરવું.

૧

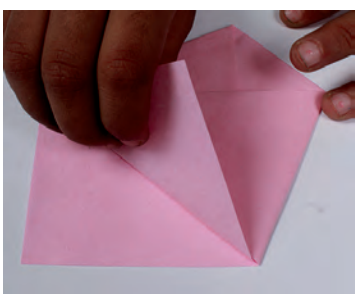
૨

૩

૪

૫

૬


૭

૮

૯

૧૦

૧૧

- જૂના રંગીન રદ્દી કાગળમાંથી પેન સ્ટૅન્ડ તૈયાર કરાવવું.
- તૈયાર થયેલી વસ્તુનો ઉપયોગ કરવા કહેવું.

૨.૨ માટીકામ

૧. ગોળો તૈયાર કરી તેના વડે ફૂલ બનાવવું.

૨. માટીના વીંટામાંથી ત્રિકોણ, ચોરસ, ગોળ આકાર બનાવવા.

૩. ચોરસ બીબા પર પોત નિર્મિતિ કરવી.

૪. ફળના સરળ આકાર

- પરિસરમાં સહજતાથી ઉપલબ્ધ માટી લઇ તેમાં પાણી મેળવી, તેમાંથી વિવિધ આકારો તૈયાર કરાવવા.
- પોત નિર્મિતિ કરવા માટે ઉપર પ્રમાણે અન્ય વસ્તુઓનો ઉપયોગ કરી કોતરણી કામ કરાવવું. દા.ત.પેનનું ઢાંકણું, રિફિલ વગેરે.

9JEIHT

૩. ગાયન

૩.૧ જોડકણું

ઉંદર બિલાડીની જામી દોસ્તી।
બંનેની હવે તૂટે નહીં દોસ્તી ॥૧॥
ઉંદરમામા બિલ્લીમાસી ગયા સાથે ફરવા।
આવતા આવતા સરસ એ તો ફળો લેતા આવ્યા ॥૨॥
ચકલી આવી, ખિસકોલી આવી।
જોતજોતામાં તો મંડળી ભેગી થઈ ॥૩॥
ફળો જોઈને થઈ ત્યાં ગડબડ।
ખાવા લીધું તેમણે કલિંગર ॥૪॥
ફળો ખાઈ બધાંએ કરી બહુ મજા।
હસતા રમતા પોતાના ઘરે ગયા બધાં ॥૫॥

◆ તાલ સહિત જોડકણું ગવડાવવું.

૩.૨ સમૂહગીત

ચાલો આપણે વૃક્ષ વાવીએ ।
પરિસર સ્વચ્છ રાખીએ ।।ધ્રુ.।।
ધરતીને નંદનવન બનાવીએ ।
સ્વચ્છતાનું મહત્ત્વ જણાવીએ ।
સ્વાસ્થ્ય સારું રાખીએ ।
પરિસર સ્વચ્છ રાખીએ ।।૧।।
ભીનો કચરો જુદો રાખીએ ।
સૂકો કચરો જુદો રાખીએ ।
કચરો કચરાપેટીમાં નાખીએ ।
પરિસર સ્વચ્છ રાખીએ ।।૨।।
બધાં એક એક વૃક્ષ વાવીએ ।
ઝાડને દરરોજ પાણી આપીએ ।
બાગ બગીચા ખીલવીએ ।
પરિસર સ્વચ્છ રાખીએ ।।૩।।

◆ તાલમાં સમૂહગીત ગવડાવવું.

૩.૩ સ્વરોની ઓળખ

૧

સા રે ગ મ પ ધ ની સાં

સાં ની ધ પ મ ગ રે સા

૨

સાસા રેરે ગગ મમ પપ ધધ નીની સાંસાં

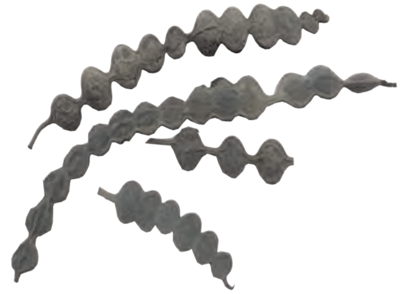
સાંસાં નીની ધધ પપ મમ ગગ રેરે સાસા

◆ તાલમાં સ્વરગીત ગવડાવવું.

LG1D7P

૪. વાદન

૪.૧ અવાજની ઓળખ



સૂકી શીંગો (ગુલમહોર, બાવળ, મગફળી)

ત્રાંસ, થાળી, વાટકી વગેરે

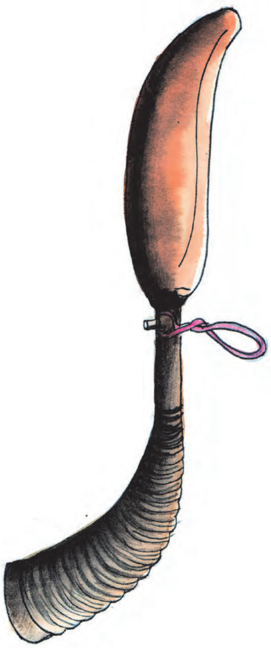
ખાલી ડબ્બો

◆ વાદન માટે માત્ર વાદ્ય જ જોઈએ એવું નથી. ઉપલબ્ધ હોય તેવી કોઈપણ વસ્તુ પર જ્યારે આઘાત કરવામાં આવે છે ત્યારે અવાજ સહજતાથી નિર્માણ થાય છે. ગાયન સાથે આવા સ્વરૂપનું વાદન પણ કરી શકાય છે.

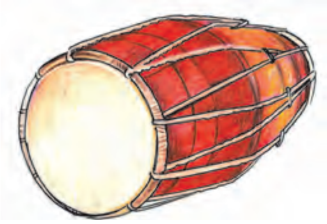
૪.૨ વાદ્યોની ઓળખ

તંતુવાદ્ય

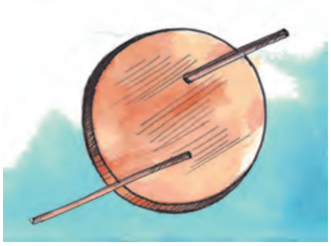
ઝાંજ



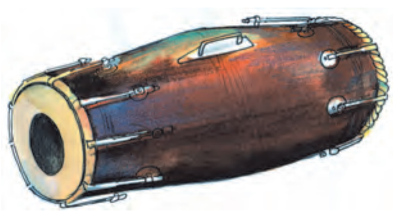
પિપૂડી



ઢોલક



ડફલી



ઢોલકી

મારી કૃતિ

હાથની તાળી (મહાવરો)

પ્રકાર ૧ : ૧-૨, ૧-૨, ૧-૨, ૧-૨

પ્રકાર ૨ : ૧-૨, ૧૨૩, ૧-૨, ૧૨૩

પ્રકાર ૩ : ૧૨૩, ૧-૨, ૧૨૩, ૧-૨

પ્રકાર ૪ : ૧૨૩, ૧૨૩, ૧-૨-૩

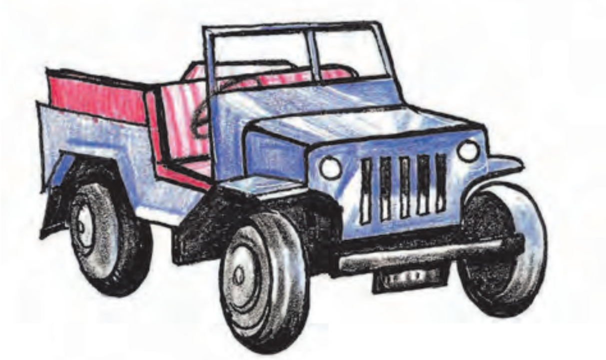
- ચિત્રમાંના વાદ્યોનું નિરીક્ષણ કરવા કહેવું અને પરિસરમાં સહજતાથી ઉપલબ્ધ હોય તેવા વાદ્યોનો પરિચય કરાવવો.
- તાળીઓના પ્રકાર સમજાવવા. પ્રત્યક્ષ કૃતિ કરાવવી.

૪.૩ અન્ય અવાજો

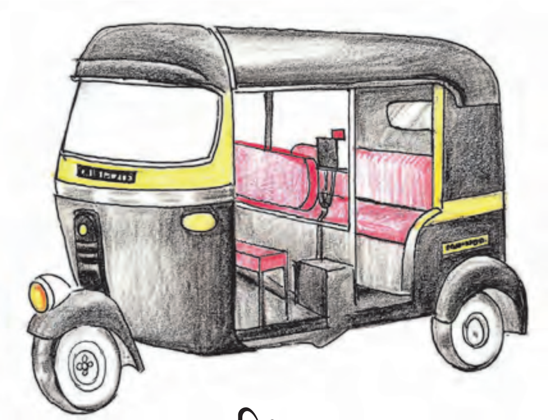
બળદગાડું

ઘોડાગાડી

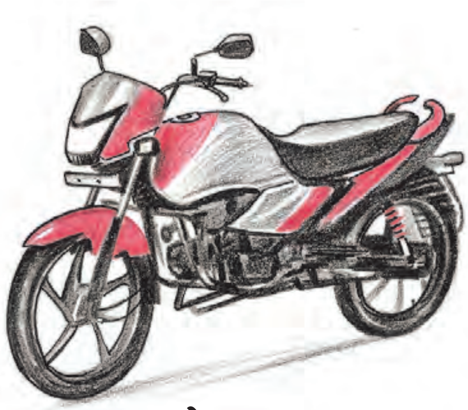
ટ્રક



જીપ



રિક્ષા



મોટર સાયકલ

◆ પરિસરમાંના વિવિધ વાહનોના અવાજનો પરિચય આપવો અને અવાજની નકલ કરાવવી.

૪.૪ વાદ્યોના ચિત્રો ચોંટાડો.

◆ સહજતાથી ઉપલબ્ધ વાદ્યોના ચિત્રો ભેગા કરી ચોંટાડવા કહેવું અને તેમના નામો પૂછવા.

YCM7WK

૫. નૃત્ય

૫.૧ વિવિધ હલનચલન (હાથ અને પગનું લયબધ્ધ હલનચલન)

વલોણું

ઘડિયાળનું લોલક

સૂંઢ હલાવવી

હીંચકવું (ગતિ અને લય)

- ઘડિયાળનું લોલક, હાથીની સૂંઢ, વગેરે હલનચલનનું નિરીક્ષણ કરવા કહેવું.
- હાથ અને પગનું લયબધ્ધ હલનચલન કરાવવું.

૫.૨ ચાલવું

ઘોડાની ચાલ

ધીમે રમતા રમતા

સૈનિકની જેમ

રુઆબથી

ઉતાવળા

૫.૩ નમસ્કાર

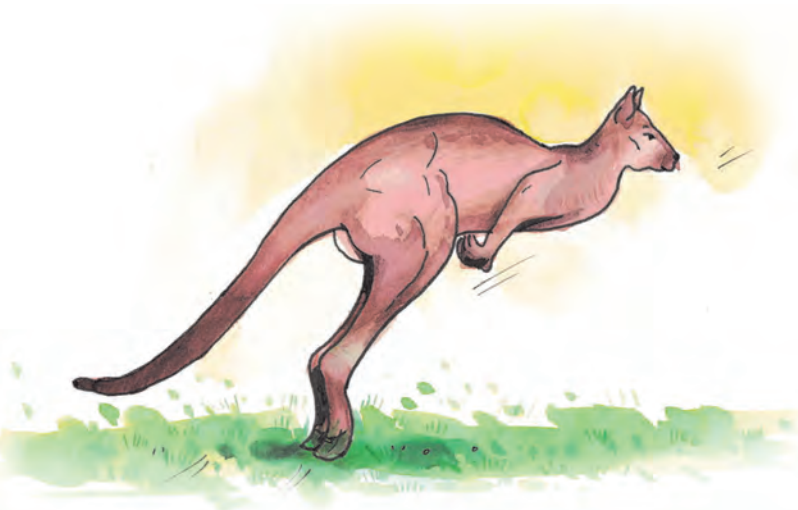
હાથ જોડીને નમસ્કાર

વળીને નમસ્કાર

સેલ્યૂટ

◆ ચાલવાના અને નમસ્કારના પ્રકારોનું નિરીક્ષણ કરવા કહેવું અને તે પ્રમાણે હલનચલન કરાવવું.

૫.૪ કૂદકા મારવા



કાંગારુ કૂદકો

કાંગારુ કૂદકો

પક્ષીઓના કૂદકા

એક પગે કૂદકો

◆ કાંગારુનો કૂદકો, પક્ષીઓના કૂદકા, એક પગે કૂદકો જેવા હલનચલનનું નિરીક્ષણ કરવા કહેવું અને લયબધ્ધ હલનચલન કરાવવું.

૫.૫ અભિનય નૃત્ય

• જોડકણાં પર નૃત્ય કરવું

પક્ષીઓએ રંગરૂપની,
કરી **અદલાબદલી**,
આના કપડાં તેને,
મોટી ધમાલ થઈ.

બગલાનો ડગલો,
કાગડાએ પહેર્યો,
શ્વેતધવલ એપ્રનમાં,
ડૉક્ટર જ જણાયો.

મોરના પીંછાં,
કૂકડાએ પડાવ્યાં,
વજન ઊંચકતા ન ફાવ્યું ને,
માટીમાં જઈ રગદોળ્યાં.

ચકલી બિચારી મૂંઝાણી,
કોઈ સાથે તેને ગોઠે નહિ,
ભૂખરા સફેદ રંગ વિના,
તેને બિલકુલ ગમે નહિ.

◆ જોડકણાં પર અભિનયસહ નૃત્ય પ્રસ્તુતિકરણ કરાવવું.

TNMGLY

૬. નાટ્ય

૬.૧ અભિનયની ઓળખ

કૃતિનો અભિનય કરવો.

ઊંઘવું

જમવું

કોઈએ ન રિસાવું
જગ્યા મળે ત્યાં બેસવું !
ભણવું કરવું શીખવું
અને ખડખડાટ હસવું.

હસવું

રિસાવું

રડવું

◆ દૈનિક જીવનની વિવિધ કૃતિઓના અભિનય દ્વારા નાટકનો પ્રાથમિક પરિચય આપી કૃતિ કરાવવી.

૬.૨ વાચિક અભિનય

મોટા અવાજે બોલવું

ધીમા અવાજે બોલવું

મોબાઈલ પર વાત કરવી

ઢીંગલીને લાડ કરવા.

શાકભાજી વિક્રેતાનો અભિનય

◆ ઉપર કેટલાક વાચિક અભિનય આપ્યા છે તે પ્રમાણે વર્ગમાં વિદ્યાર્થીઓને અભિનય કરવા કહેવું.

૬.૩ પ્રસ્તુતિકરણ

પ્રાણી અથવા પક્ષી વચ્ચેનો સંવાદ

- પક્ષી અથવા પ્રાણી એકબીજા સાથે શું બોલતા હશે તેની કલ્પના કરીને સંવાદ તૈયાર કરવા કહેવું.
- અભિનય દ્વારા વાર્તા કહેવા પ્રોત્સાહન આપવું.

૬.૪ વર્ગ નાટ્યગૃહ

પડદો

રંગમંચ અને પ્રેક્ષકગૃહ

૬.૫ નેપથ્ય

ઘર

ઝાડ

- વર્ગના વિદ્યાર્થીઓ પાસે ઉપર પ્રમાણે પડદો, રંગમંચ, પ્રેક્ષકગૃહની રચના કરાવવી.
- પરિસરના ઘટકોનું નિરીક્ષણ કરીને વિદ્યાર્થીઓને દશ્ય ભજવવા કહેવું.

6K9BBU

किशोर किशोर

किशोरची वर्गणी भरा आता ऑनलाइन!

वार्षिक वर्गणी ८० रुपये (दिवाळी अंकासह)

पुढील वेबसाईटला भेट द्या. www.kishor.ebalbharati.in

किशोर: ज्ञान आणि मनोरंजनाचा अद्भुत खजिना

बालभारतीचे प्रकाशन

महाराष्ट्रातील मुलांचे सर्वांत लोकप्रिय मासिक

४८ वर्षांची अविरत परंपरा

संपर्क : ०२०-२५७१६२४४

पाठ्यपुस्तक मंडळ, बालभारती मार्फत इयत्ता १ ली ते १२ वी ई-लर्निंग साहित्य (Audio-Visual) उपलब्ध...

- शेजारील Q.R.Code स्कॅन करून ई-लर्निंग साहित्य मागणीसाठी नोंदणी करा.
- Google play store वरून ebalbharati app डाऊनलोड करून ई लर्निंग साहित्यासाठी मागणी नोंदवा.

www.ebalbharati.in, www.balbharati.in

ebalbharati

મહારાષ્ટ્ર રાજ્ય પાઠ્યપુસ્તક નિર્મિતિ અને અભ્યાસક્રમ સંશોધન મંડળ, પુણે.

खेळू करु शिकू इ.२ री (गुजराती माध्यम)

₹ 57.00