പരിസരപഠനം

സ്റ്റാൻഡേർഡ് III

ഭാഗം 1

കേരളസർക്കാർ
വിദ്യാഭ്യാസവകുപ്പ്

KT 73-1/EVS- 3 (M) Vol-1

സംസ്ഥാന വിദ്യാഭ്യാസ ഗവേഷണ പരിശീലന സമിതി (SCERT), കേരളം
2016

ദേശീയഗാനം

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

പ്രതിജ്ഞ

ഇന്ത്യ എന്റെ രാജ്യമാണ്. എല്ലാ ഇന്ത്യക്കാരും എന്റെ സഹോദരീ സഹോദരന്മാരാണ്.

ഞാൻ എന്റെ രാജ്യത്തെ സ്നേഹിക്കുന്നു; സമ്പൂർണവും വൈവിധ്യ പൂർണവുമായ അതിന്റെ പാരമ്പര്യത്തിൽ ഞാൻ അഭിമാനം കൊള്ളുന്നു.

ഞാൻ എന്റെ മാതാപിതാക്കളെയും ഗുരുക്കന്മാരെയും മുതിർന്ന വരെയും ബഹുമാനിക്കും.

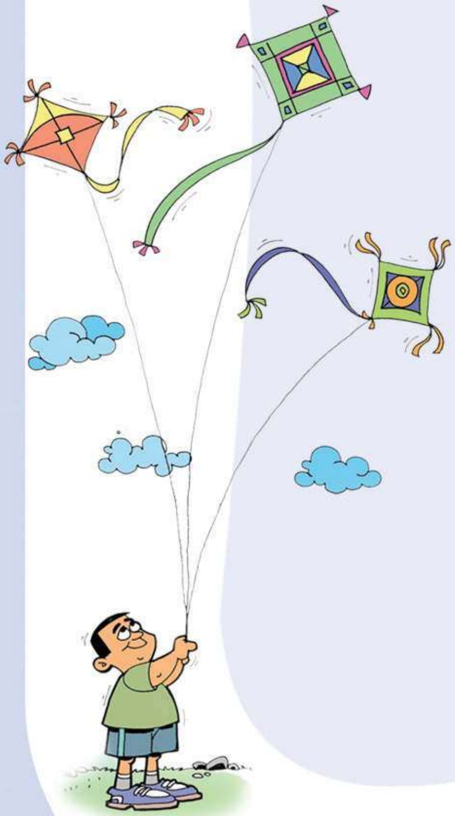
ഞാൻ എന്റെ രാജ്യത്തിന്റെയും എന്റെ നാട്ടുകാരുടെയും ക്ഷേമ ത്തിനും ഐശ്വര്യത്തിനും വേണ്ടി പ്രയത്നിക്കും.

State Council of Educational Research and Training (SCERT)
Poojappura, Thiruvananthapuram 695012, Kerala

Website : www.scertkerala.gov.in
e-mail : scertkerala@gmail.com
Phone : 0471 - 2341883, Fax : 0471 - 2341869

First Edition : 2014, Reprint : 2016
Typesetting and Layout : SCERT
Printed at : KBPS, Kakkanad, Kochi-30

© Department of Education, Government of Kerala



പ്രിയപ്പെട്ട കുട്ടികളേ,

പ്രകൃതിയുടെ വിസ്മയച്ചെപ്പിൽ
എന്തെല്ലാം രസകരമായ കാര്യങ്ങളാണ്!
മണ്ണിലൂടെ നടന്നും
മാനത്തെക്കാഴ്ചകൾ കണ്ടും
പൂവിനോടും പൂമ്പാറ്റയോടും
കിന്നാരം പറഞ്ഞും നിങ്ങൾ കണ്ടെത്തിയ
എത്രയെത്ര കാര്യങ്ങൾ!
അവയെല്ലാം ഓർമപ്പെടുത്താൻ....
പുത്തനറിവുകൾ പകർന്നു നൽകാൻ....
ഒരു ചങ്ങാതിയായി ഈ പുസ്തകം
നിങ്ങളുടെ കൂടെയുണ്ടാവും.
പ്രകൃതിയുടെ കൈക്കുമ്പിളിൽ
ഇനിയും ഒട്ടേറെ വിശേഷങ്ങൾ
ഒളിഞ്ഞിരിപ്പുണ്ട്.
എത്ര പറഞ്ഞാലും തീരാത്ത ആ
വിശേഷങ്ങൾ തേടി
നമുക്കൊരുമിച്ചു മുന്നേറാം.
കണ്ടും കേട്ടും നിരീക്ഷിച്ചും പരീക്ഷിച്ചും
ആ വർണലോകം കീഴടക്കാം.

സ്നേഹത്തോടെ,

ഡോ. പി. എ. ഫാത്തിമ
ഡയറക്ടർ
എസ്.സി.ഇ.ആർ.ടി.

പാഠപുസ്തക രചന

ശില്പശാലയിൽ പങ്കെടുത്തവർ

പ്രദീപ് താനൂർ
താനാളൂർ എ.എം.എൽ.പി.എസ്.

രാജൻ പി.പി.
ജി.യു.പി.എസ്, മുണ്ടോത്തുപറമ്പ്

ബിജു മാത്യു
ജി.എച്ച്.എസ്.എസ്, കടുങ്ങപുരം

ജഹാംഗീർ കബീർ ടി.പി.
ഫാറൂഖ് കോളേജ് എൽ.പി.എസ്.

കെ. ജോൺ
എൻ.കെ.എം.ജി.എച്ച്.എസ്.എസ്, ധനുവച്ചപുരം

ജോളി ജെ.ആർ.
എസ്.എ.എസ്.യു.പി.എസ്, വെങ്ങാനൂർ

മുഹമ്മദ് സ്വാലിഹ്
എ.എം.എൽ.പി.എസ്, പട്ടർക്കടവ്

സജീവ്കുമാർ പി.ആർ.
ജി.എൽ.പി.എസ്, റോസ്മല

പ്രമീള
ബി.ആർ.സി. തിരൂർ

വിദഗ്ധർ

ഡോ. അലാവുദ്ദീൻ എം
പ്രിൻസിപ്പൽ (റിട്ട.), ഗവ. കോളേജ്, എലേരിത്തട്ട്

ഡോ. എസ്.മോഹനൻ,
റീഡർ & ഹെഡ് (റിട്ട.), ഡിപാർട്ട്മെന്റ് ഓഫ് ഫിസിക്സ്,
യൂണിവേഴ്സിറ്റി കോളേജ്, തിരുവനന്തപുരം

പോൾ പി.ഐ.
അസോസിയേറ്റ് പ്രൊഫസർ, മാർ ഇവാനിയോസ് കോളേജ്

ചിത്രകാരന്മാർ

മുസ്തജിബ് ഇ.സി, എം.എം. ഇ.ടി.എച്ച്.എസ്, മേൽമുറി
നൗഷാദ് വെള്ളലശ്ശേരി, ഗണപത് എ.യു.പി.എസ്, കിഴിശ്ശേരി
വിജയകുമാർ, ജി.യു.പി.എസ്, നേമം
മുഹമ്മദ് ഷമീം, വി.എ.യു.പി.എസ്, കാവനൂർ
ലോഹിതാക്ഷൻ കെ, അസീസി ബധിരവിദ്യാലയം, മലാപ്പറമ്പ്

അക്കാദമിക് കോഡിനേറ്റർ

ഡോ. ആൻസി വർഗീസ്
റിസർച്ച് ഓഫീസർ, എസ്.സി.ഇ.ആർ.ടി.

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

ഉള്ളടക്കം

1. പൂത്തും തളിർത്തും 07
2. കുഴിയാന മുതൽ കൊമ്പനാനവരെ 22
3. ജലം ജീവാമൃതം 35
4. വൃത്തി നമ്മുടെ ശക്തി 48
5. രുചിയോടെ, കരുത്തോടെ 60
6. നന്മവിളയിക്കും കൈകൾ 76

ഈ പുസ്തകത്തിൽ സൗകര്യത്തിനായി ചില മുദ്രകൾ ഉപയോഗിച്ചിരിക്കുന്നു.

അധികവായനയ്ക്ക്
(വിലയിരുത്തലിന് വിധേയമാക്കേണ്ടതില്ല)

ആശയവ്യക്തത വരുത്തുന്നതിന്
ICT സാധ്യത

പ്രധാന പഠനനേട്ടങ്ങളിൽ പെടുന്നവ

വിലയിരുത്താം

തുടർപ്രവർത്തനങ്ങൾ

1 പൂത്തും തളിർത്തും

ജൂൺ 5

ഇന്ന് എനിക്കും കൂട്ടുകാർക്കും വളരെ സന്തോഷമുള്ള ദിവസമായിരുന്നു. സ്കൂളിൽ നടന്ന പരിസ്ഥിതി ദിനാഘോഷത്തിന്റെ ഭാഗമായി ഞങ്ങൾക്കെല്ലാവർക്കും വൃക്ഷത്തൈ കിട്ടി. ഒരു കൊച്ചു കണിക്കൊന്നയാണ് എനിക്കു കിട്ടിയത്. വീട്ടിലെത്തി തൈ മുത്തച്ഛനെ കാണിച്ചു. പറമ്പിൽ തൈ നടാൻ മുത്തച്ഛനും ഒപ്പമുണ്ടായിരുന്നു. മുത്തച്ഛൻ ഒരുപാട് ചെടികളെക്കുറിച്ച് പറഞ്ഞു തന്നു. തുമ്പ, മുക്കുറ്റി, തഴുതാമ, കുറുന്തോട്ടി... പല ചെടികളുടെയും പേര് അപ്പോഴാണ് മനസ്സിലായത്. പറമ്പിൽ മാവ്, പ്ലാവ്, പുളി, തെങ്ങ് തുടങ്ങി ധാരാളം മരങ്ങളുണ്ട്. അവയെല്ലാം മുത്തച്ഛൻ നട്ടതാണത്രേ! എന്റെ കണിക്കൊന്നയും അതുപോലെ വളർന്നു വലുതാകും. അതിൽ നിറയെ മഞ്ഞപ്പൂക്കൾ ഉണ്ടാകുന്ന ദിവസം കാത്തിരിക്കുകയാണ് ഞാൻ.

നിങ്ങളുടെ വീട്ടുപരിസരത്ത് ഏതെല്ലാം മരങ്ങളാണ് ഉള്ളത്?

ആരാണ് അവ നട്ടുവളർത്തിയത്?

നമ്മുടെ സ്കൂൾ പരിസരത്തും ധാരാളം മരങ്ങളും ചെടികളുമുണ്ടല്ലോ.

സ്കൂൾ പരിസരം നിരീക്ഷിച്ച് സസ്യങ്ങളുടെ പേരെഴുതിനോക്കൂ.

തെങ്ങ്, തുമ്പ, ചെമ്പരത്തി,

- -

നമുക്ക് ചുറ്റുമുള്ള സസ്യങ്ങളെല്ലാം ഒരുപോലെയാണോ?

മാവിനെപ്പോലെ വലിയ മരങ്ങൾ....
തുമ്പയെപ്പോലെ ചെറിയ ചെടികൾ...
മുല്ലയെപ്പോലെ പടരുന്ന വള്ളികൾ...
ഇങ്ങനെ എത്രയെത്ര സസ്യങ്ങൾ!

ചുറ്റുമുള്ള സസ്യങ്ങളെ അവയുടെ പ്രത്യേകതകൾക്കനുസരിച്ച് തരംതിരിച്ച് എഴുതൂ.

മരങ്ങൾ	ചെറിയ ചെടികൾ	വള്ളിച്ചെടികൾ
• പ്ലാവ്	• തുളസി	• മുല്ല
• മാവ്	• ചെമ്പരത്തി	• പാവൽ
•	•	•
•	•	•

മുളവിശേഷം

പുൽവർഗത്തിൽപ്പെട്ട ഏറ്റവും വലിയ സസ്യമാണ് മുള. ഇത് വളരെ വേഗത്തിൽ വളരുന്ന സസ്യമാണ്. മുള ഒരിക്കൽ മാത്രമേ പൂക്കുകയുള്ളൂ. പൂത്തുകഴിഞ്ഞാൽ പൂർണമായും നശിക്കുകയും ചെയ്യും. ആയിരക്കണക്കിന് വിത്തുകൾ മണ്ണിൽ നിക്ഷേപിച്ചാണ് ഓരോ മുളയും നശിച്ചുപോകുന്നത്. മുളയുടെ വിത്തിനെ നാം 'മുളയരി' എന്നാണ് വിളിക്കുന്നത്. ഔഷധഗുണമുള്ള മുളയരി ഭക്ഷണമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു.

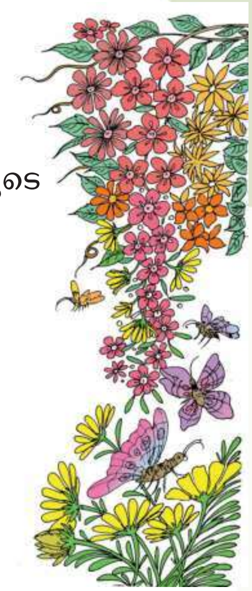
പുഞ്ചിരിതൂകും പൂക്കൾ

നിങ്ങളുടെ വീട്ടിൽ പൂന്തോട്ടമില്ലേ?

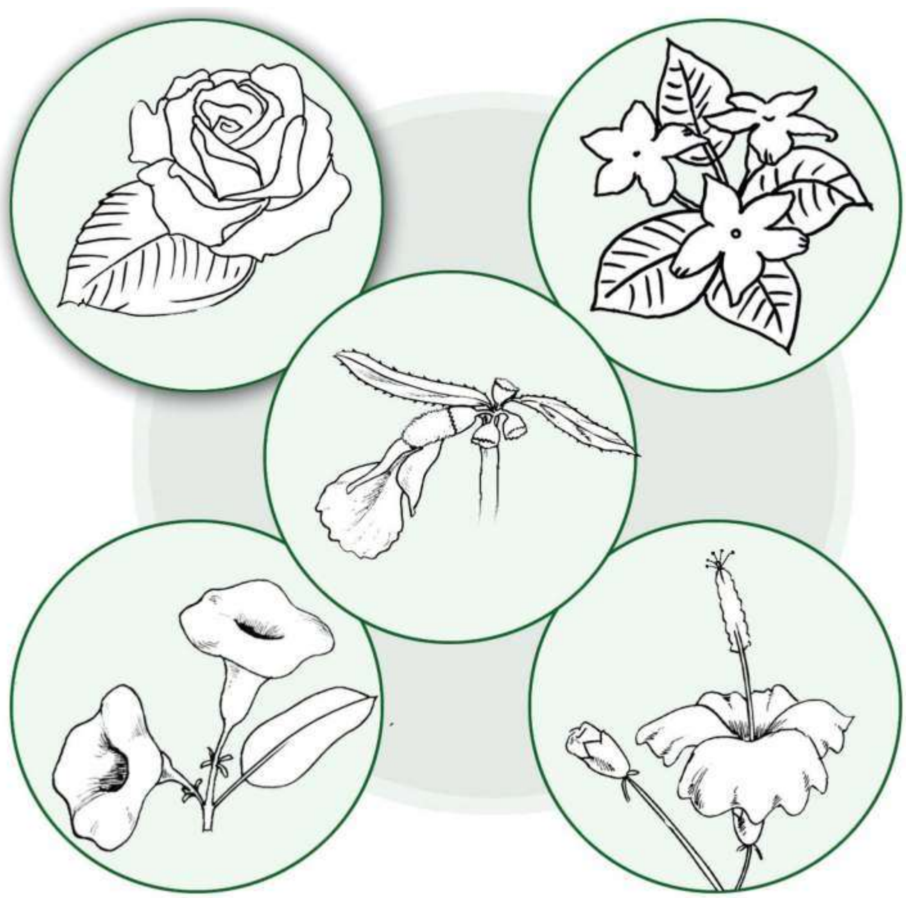
ഏതെല്ലാം തരം ചെടികളാണ് നിങ്ങളുടെ പൂന്തോട്ടത്തിലുള്ളത്?

അവയിൽ ഏതിലൊക്കെ പൂക്കൾ വിരിയാറുണ്ട്?

നിങ്ങൾക്കിഷ്ടപ്പെട്ട പൂവ് ഏതാണ്?
അതിന്റെ ചിത്രം വരച്ചുനോക്കൂ.



താഴെയുള്ള ചിത്രത്തിൽ കാണുന്ന പൂക്കൾ ഏതെല്ലാമാണ്?
പൂക്കൾക്ക് യോജിച്ച നിറങ്ങൾ നൽകി ചിത്രം മനോഹരമാക്കൂ.



നിങ്ങൾക്ക് എത്ര പൂക്കളുടെ പേരറിയാം? എഴുതിനോക്കൂ.

റോസാപ്പൂവിന് ഏതു നിറമാണ് നൽകിയത്? എല്ലാവരും ഒരേ നിറമാണോ നൽകിയത്?

എന്തുകൊണ്ടാണ് വ്യത്യസ്ത നിറങ്ങൾ നൽകിയത്?

എല്ലാ ചെമ്പരത്തികളിലും ഒരേ നിറത്തിലുള്ള പൂക്കളാണോ കാണുന്നത്?

തുമ്പയും മുല്ലയും പോലെ ഒരേ നിറത്തിലുള്ള പൂക്കൾമാത്രം ഉണ്ടാകുന്ന ചെടികളും കണ്ടിട്ടുണ്ടാകുമല്ലോ.

താഴെ കാണുന്ന പട്ടികയിൽ കൂടുതൽ പൂക്കളുടെ പേരെഴുതിച്ചേർക്കൂ.

പലനിറത്തിൽ കാണപ്പെടുന്ന പൂക്കൾ	ഒരു നിറത്തിൽ മാത്രം കാണപ്പെടുന്ന പൂക്കൾ
• ചെമ്പരത്തി	• തുമ്പ
• റോസ്	• മുല്ല
•	•
•	•

റോസ്, മുല്ല, ചെമ്പരത്തി, ചെണ്ടുമല്ലി മുതലായ പൂക്കൾ മണത്തുനോക്കൂ.

നിറംപോലെത്തന്നെ പൂക്കൾക്ക് മണവും വ്യത്യസ്തമാണല്ലോ.

എത്ര ചെടികളെ നിങ്ങൾക്ക് അവയുടെ പൂവിന്റെ മണംകൊണ്ടു മാത്രം തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയും? എഴുതിനോക്കൂ.

-
-
-
-

ഞാനാരാണെന്നറിയാമോ?

കണ്ണുകെട്ടിക്കളി നിങ്ങൾക്കിഷ്ടമാണല്ലോ.

റോസ്, മുല്ല, ജമന്തി, ചെമ്പകം, ചെണ്ടുമല്ലി തുടങ്ങി മണമുള്ള പൂക്കൾ ശേഖരിക്കൂ. നിങ്ങളുടെ ചങ്ങാതിയുടെ കണ്ണു കെട്ടിയതിനുശേഷം ഓരോ പൂവും മണപ്പിക്കാൻ പറയൂ. ചങ്ങാതിക്ക് എത്ര പൂക്കൾ മണംകൊണ്ട് തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയുന്നുണ്ട്?

രാത്രിയിൽ വിരിയുന്നവർ

നിശാഗന്ധി

രാത്രിയിൽ വിരിയുന്ന പൂക്കൾക്ക് വെള്ളനിറവും സുഗന്ധവും ഉണ്ടായിരിക്കും.
ശലഭങ്ങൾക്ക് രാത്രിയിൽ പൂക്കളെ കണ്ടെത്താൻ ഇത് സഹായിക്കും.

നീലക്കുറുഞ്ഞി പൂത്താൽ

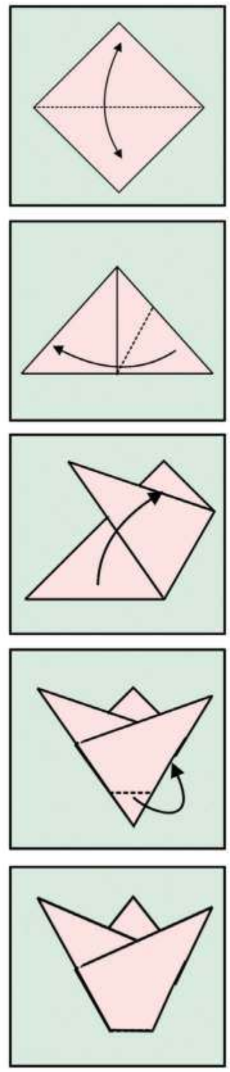
പന്ത്രണ്ടുവർഷത്തിലൊരിക്കൽമാത്രം വിരിയുന്ന പൂവാണ് നീലക്കുറുഞ്ഞി. നീലഗിരിമലകളിൽ കുറുഞ്ഞി പൂത്തു നിൽക്കുന്നത് കാണേണ്ട കാഴ്ചതന്നെ!

പൂക്കളിലെ വമ്പൻ

റഫ്ളീഷിയ ആണ് ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും വലിയ പൂവ്. ഇതിന് ഏകദേശം പത്ത് കിലോ ഭാരവും ഒരു കുടയുടെയത്ര വട്ടവുമുണ്ടാകും. ഇതിന് ദുർഗന്ധമാണുള്ളത്.

പൂക്കളുണ്ടാക്കാം

കടലാസുകൊണ്ട് പൂവുണ്ടാക്കുന്നതിന്റെ വിവിധ ഘട്ടങ്ങൾ താഴെ കണ്ടല്ലോ. നിങ്ങളും ശ്രമിച്ചുനോക്കൂ.



എല്ലാ ചെടികളും പുഷ്പിക്കുന്നവയാണോ എന്ന് അന്വേഷിച്ചു നോക്കൂ.

വ്യത്യസ്ത നിറവും മണവും വലുപ്പവുമുള്ള പൂക്കളുണ്ട്. മണംകൊണ്ട് പൂക്കളെ തിരിച്ചറിയാം. കൗതുകം നിറഞ്ഞ അനേകം പൂക്കൾ പ്രകൃതിയിലുണ്ട്.

ഇലകൾ പലതരം

പൂക്കളുടെ മണം പ്രത്യേകം തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയുമല്ലോ.

എന്നാൽ ഇലകളുടേതോ?

നിങ്ങൾക്ക് ഏതെല്ലാം ഇലകളുടെ മണമറിയാം?

വ്യത്യസ്ത ചെടികളിലെ ഇലകൾ മണത്തുനോക്കൂ.

മണം തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയുന്നുണ്ടോ?

തുളസി, മാവ്, കറിവേപ്പില, നാരകം, കറുവപ്പട്ട, ഇഞ്ചി, രാമച്ചം, പാവൽ, കശുമാവ്, പനിക്കൂർക്ക തുടങ്ങി നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തുള്ള സസ്യങ്ങളുടെ ഇലകളുടെ മണം തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയുന്നുണ്ടോ?

ഓരോ സസ്യത്തിന്റെയും ഇലകളുടെ മണം വ്യത്യസ്തമാണല്ലേ?

ഇലച്ചിത്രങ്ങൾ

ചെടിയുടെ വളരെ പ്രധാനപ്പെട്ട ഭാഗമാണ് ഇല. നിങ്ങൾ ഓരോരുത്തരും ഓരോ ഇല പറിച്ചെടുക്കുന്നുവെന്ന് കരുതുക. എത്രമാത്രം ഇലകളാണ് ചെടിക്ക് നഷ്ടമാകുക! അതുകൊണ്ട് നമുക്ക് നിലത്തു വീണു കിടക്കുന്ന ഇലകൾ ശേഖരിച്ച് പ്രവർത്തനം ചെയ്യാം. നാലോ അഞ്ചോ വ്യത്യസ്ത ഇനം ചെടികളുടെ ഇലകൾ ശേഖരിക്കൂ. നിങ്ങൾ ശേഖരിച്ച ഇലകളുടെ ആകൃതിയെല്ലാം ഒരുപോലെയാണോ? മാവിലയും പ്ലാവിലയും താരതമ്യം ചെയ്തുനോക്കൂ. ആകൃതിയിൽ എന്തു വ്യത്യാസമാണുള്ളത്?

ഒന്നിലധികം മാവുകളിൽനിന്ന് വീണ ഇലകൾ ശേഖരിക്കൂ.

അവയെല്ലാം ഒരേ ആകൃതിയല്ലേ?

ഇലച്ചിത്രങ്ങൾ നിറം കൊടുത്ത് മനോഹരമാക്കൂ.

ഇലകളുടെ ആകൃതി നോക്കി സസ്യങ്ങളെ തിരിച്ചറിയാം. വിവിധയിനം സസ്യങ്ങളിലെ ഇലകളുടെ ആകൃതി വ്യത്യസ്തമാണ്. ഇലകളുടെ മണമറിഞ്ഞും സസ്യങ്ങളെ തിരിച്ചറിയാം.

ജീവനുള്ളവ

എന്തെല്ലാമാണ് ചിത്രത്തിൽ കാണുന്നത്?

ചിത്രത്തിൽനിന്ന് ജീവനുള്ളവയെയും ഇല്ലാത്തവയെയും കണ്ടെത്തൂ.

നിങ്ങളുടെ പരിസരം നിരീക്ഷിച്ച് ജീവനുള്ളവയെയും ജീവനില്ലാത്തവയെയും കണ്ടെത്തി പട്ടികപ്പെടുത്തുക.

ജീവനുള്ളവ	ജീവനില്ലാത്തവ

ജീവനുള്ളവയുടെയും ജീവനില്ലാത്തവയുടെയും എന്തൊക്കെ പ്രത്യേകതകൾ നിങ്ങൾക്കറിയാം?

താഴെ കാണുന്ന പട്ടിക പൂർത്തിയാക്കൂ.

ജീവനുള്ളവയുടെ പ്രത്യേകതകൾ	ജീവനില്ലാത്തവയുടെ പ്രത്യേകതകൾ
• വളരുന്നു	•
• പുതിയവ ഉണ്ടാകുന്നു	•
•	• ചലിക്കുന്നില്ല
•	• പ്രതികരിക്കുന്നില്ല
•	• ആഹാരം കഴിക്കുന്നില്ല
•	•

KT 73-2/EVS- 3 (M) Vol-1

ജീവനുള്ളവയെല്ലാം വളരുന്നുണ്ട്. അവയുടെ വളർച്ചയ്ക്ക് ആഹാരം ആവശ്യമാണ്. നാം ആഹാരം കഴിച്ചാണല്ലോ വളരുന്നത്. അതുപോലെ സസ്യങ്ങളുടെ വളർച്ചയ്ക്കും ആഹാരം ആവശ്യമാണ്.

നമ്മുടെ വീട്ടിൽ ആഹാരം പാകം ചെയ്യുന്നത് അടുക്കളയിലാണല്ലോ. ചെടികൾ അവയ്ക്കാവശ്യമായ ആഹാരം നിർമിക്കുന്നത് ഇലകളിലാണ്. നിർമിച്ച ആഹാരം ചെടികൾ വളർച്ചയ്ക്കായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. ബാക്കി വരുന്ന ആഹാരം ചെടി അതിന്റെ വിവിധ ഭാഗങ്ങളിലായി കരുതി വയ്ക്കുന്നു. അവ നമ്മൾ ഭക്ഷണത്തിനായി ഉപയോഗിക്കുന്നു.

നാം ആഹാരത്തിനായി ഉപയോഗിക്കുന്ന ചില സസ്യങ്ങളുടെ ചിത്രങ്ങൾ നോക്കൂ. ഓരോന്നിന്റെയും പേര് പട്ടികയിൽനിന്നു കണ്ടെത്തി എഴുതൂ.

ഗോതമ്പ്

- നെല്ല്
- പപ്പായ
- പേരയ്ക്ക
- കാരറ്റ്
- ബീറ്റ്റൂട്ട്
- മരച്ചീനി
- മുള്ളങ്കി

നാം ആഹാരത്തിനായി ഉപയോഗിക്കുന്ന സസ്യങ്ങളുടെ ചിത്രങ്ങൾ ശേഖരിച്ച് ഒരു ആൽബം തയാറാക്കൂ.

മുരിങ്ങയുടെ ഇല, പൂവ്, കായ് എന്നിവ നാം ഭക്ഷണത്തിനായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. എല്ലാ ചെടികളുടെയും എല്ലാ ഭാഗങ്ങളും നമ്മൾ ഭക്ഷണത്തിനായി ഉപയോഗിക്കാറുണ്ടോ? താഴെക്കാണുന്ന പട്ടിക പൂർത്തിയാക്കൂ.

പൂവ്	കായ്	ഇല	തണ്ട്	കിഴങ്ങ്
ഉള്ളി	പപ്പായ	ചീര	ചീര	മരച്ചീനി
മുരിങ്ങ	മത്തൻ	തകര	ചേമ്പ്	മധുരക്കിഴങ്ങ്
•	•	•	•	•

നട്ടാൽ മുളയ്ക്കും

സസ്യങ്ങൾ മുളച്ചുവരുന്നത് നിങ്ങൾ കണ്ടിട്ടുണ്ടല്ലോ.

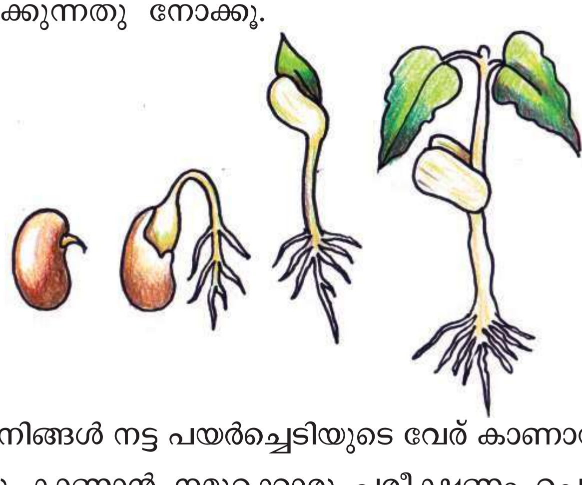
മാങ്ങയണ്ടി, തേങ്ങ എന്നിവയെല്ലാം മുളച്ചു വളരുന്നത് നിങ്ങൾ കണ്ടിട്ടില്ലേ.

വിത്ത് മുളച്ച് പുതിയ സസ്യങ്ങൾ ഉണ്ടാകും.

നമുക്കും വിത്ത് മുളപ്പിച്ചുനോക്കാം.

ഒരു പൂച്ചട്ടിയിൽ മണ്ണ് നിറയ്ക്കുക. മണ്ണ് നനയ്ക്കുക. ഏതാനും പയർ മണികൾ മണ്ണിൽ അൽപ്പം താഴ്ത്തി വയ്ക്കുക. ചെടി മുളച്ചുവരുന്നത് നിരീക്ഷിക്കൂ. എന്തെല്ലാം മാറ്റങ്ങളാണ് കാണാൻ കഴിയുന്നത്?

പയർവിത്ത് മുളച്ചുവരുന്ന ഘട്ടങ്ങൾ ചിത്രീകരിച്ചിരിക്കുന്നതു നോക്കൂ.



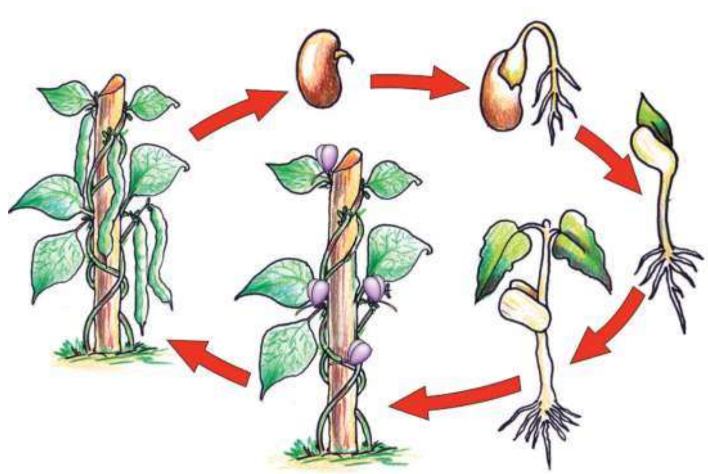
ചെടിച്ചട്ടിയിൽ നിങ്ങൾ നട്ട പയർച്ചെടിയുടെ വേര് കാണാൻ കഴിയുന്നില്ലല്ലോ. വേര് വരുന്നതു കാണാൻ നമുക്കൊരു പരീക്ഷണം ചെയ്തുനോക്കാം.

വേര് കാണാൻ

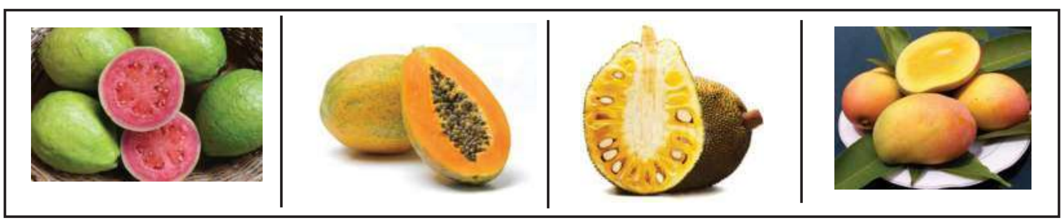
ഒരു ചില്ലു ഗ്ലാസിൽ നനഞ്ഞ പഞ്ഞി വയ്ക്കുക. മൂന്നോ നാലോ പയർമണികൾ അതിനുള്ളിൽ ഇട്ടുവയ്ക്കൂ. ദിവസവും നിരീക്ഷിക്കൂ. പഞ്ഞി ദിവസവും നനയ്ക്കാൻ മറക്കരുത്. ഓരോ ദിവസവും പയർവിത്തിനുണ്ടാകുന്ന മാറ്റങ്ങൾ നിരീക്ഷിച്ച് പരിസരപുസ്തകത്തിൽ എഴുതൂ.

വിത്ത് മുളയ്ക്കുന്നു. അത് വളർന്ന് ഇലയും പൂവും കായും ഉണ്ടാകുന്നു. കായ്ക്കുള്ളിലെ വിത്തിൽനിന്നു വീണ്ടും പുതിയ ചെടി ഉണ്ടാകുന്നു.

വിത്തിൽനിന്നു ചെടിയും ചെടിയിൽനിന്ന് വിത്തും ഉണ്ടാകുന്നത് ചിത്രീകരിച്ചിരിക്കുന്നതു നോക്കൂ.



വിത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം മനസ്സിലായല്ലോ.
വളരെയേറെ പ്രാധാന്യമുള്ള വിത്തിനെ നന്നായി സൂക്ഷിക്കേണ്ടേ?
ചെടികൾ എങ്ങനെയാണ് വിത്തിനെ സൂക്ഷിച്ചിരിക്കുന്നതെന്നു നോക്കൂ.



ഒരു വിത്തു മാത്രമുള്ളതും ഒന്നിൽ കൂടുതൽ വിത്തുകളുള്ളതുമായ കായ്കളുണ്ട്.

നിങ്ങൾ കണ്ടിട്ടുള്ള ഏറ്റവും ചെറിയ വിത്ത് ഏതാണ്? വലുതോ?

നാം ഭക്ഷണത്തിനുപയോഗിക്കുന്ന പഴങ്ങൾ, പച്ചക്കറികൾ എന്നിവയുടെ വിത്തുകൾ നിരീക്ഷിക്കൂ.

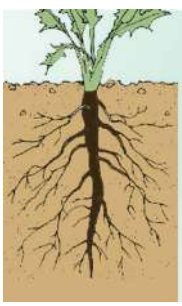
പയർവിത്ത് മുളയ്ക്കുന്നത് നിങ്ങൾ നിരീക്ഷിച്ചല്ലോ. ഇലയാണോ വേരാണോ ആദ്യം മുളച്ചുവന്നത്? ചെടികൾക്ക് വേര് എന്തിനാണെന്ന് നിങ്ങൾക്കറിയാമോ? വേര് സസ്യത്തെ എങ്ങനെ സഹായിക്കുന്നു എന്ന് അറിയേണ്ടേ? ഒരു ലഘു പരീക്ഷണം ചെയ്തുനോക്കാം.

ഒരു മഷിത്തണ്ടുചെടി വേരോടെ പിഴുതെടുക്കുക. മഷിത്തണ്ട് ചെടിയുടെ വേരുള്ളഭാഗം വെള്ളത്തിൽ കഴുകിയെടുക്കുക. തണ്ടിന്റെ നിറം നിരീക്ഷിച്ച് രേഖപ്പെടുത്തുക.

ഒരു ചില്ലുപാത്രത്തിൽ വെള്ളമെടുക്കുക. അൽപ്പം ചുവന്ന മഷി വെള്ളത്തിൽ കലർത്തുക. പിഴുതെടുത്ത മഷിത്തണ്ടുചെടി പത്തുമിനിറ്റ് കഴിഞ്ഞ് മഷിവെള്ളത്തിൽ ഇറക്കിവയ്ക്കൂ. സൂര്യപ്രകാശമുള്ള സ്ഥലത്ത് കുറച്ചുനേരം വയ്ക്കുക. എന്തു മാറ്റമാണ് കാണാൻ കഴിയുന്നത്? തണ്ടിന് നിറംമാറ്റം ഉണ്ടായിട്ടുണ്ടോ? എന്തുകൊണ്ടാണ് ഇങ്ങനെ സംഭവിച്ചത്?

പരീക്ഷണക്കുറിപ്പ് പരിസരപുസ്തകത്തിൽ എഴുതൂ.

വേര് പറയുന്നതു ശ്രദ്ധിക്കൂ.



''ചെടികളെ മണ്ണിൽ ഉറപ്പിച്ചു നിർത്തുന്നത് ഞാനാണ്. ചെടികൾക്കാവശ്യമായ ജലവും വളവും മണ്ണിൽനിന്ന് വലിച്ചെടുക്കാൻ ഞാൻ സഹായിക്കുന്നു.

മഴവെള്ളം മണ്ണിലേക്കിറങ്ങാനും മണ്ണ് ഒലിച്ചുപോകാതിരിക്കാനും എന്റെ സഹായം വേണം.''

വേരുകൾ

കുറുന്തോട്ടി, രാമച്ചം തുടങ്ങി അനേകം ചെടികളുടെ വേരുകൾ നാം ഔഷധത്തിനായി ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ട്. തേക്ക്, കാപ്പി, ഈട്ടി തുടങ്ങിയവയുടെ വേരുകൾ കൊണ്ട് കൗതുകവസ്തുക്കൾ നിർമിക്കുന്നു. കപ്പ, മധുരക്കിഴങ്ങ്, തുടങ്ങിയ സസ്യങ്ങളുടെ വേരുകൾ ഭക്ഷണമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു.

ചെടിയും തണ്ടും

ചിത്രം കണ്ടല്ലോ. ഈ ചിത്രത്തിലെ ചെടിക്ക് ഏതു ഭാഗമാണ് ഇല്ലാത്തത്? ആ ഭാഗം വരച്ചു ചേർക്കൂ.

മഷിത്തണ്ടുചെടിയുടെ വേര് വലിച്ചെടുത്ത ജലം ചെടിയുടെ എല്ലാ ഭാഗത്തും എത്തിച്ചത് തണ്ടാണ്. തണ്ട് ഇല്ലാത്ത ചെടിയുടെ അവസ്ഥ ഒന്നാലോചിച്ചുനോക്കൂ.

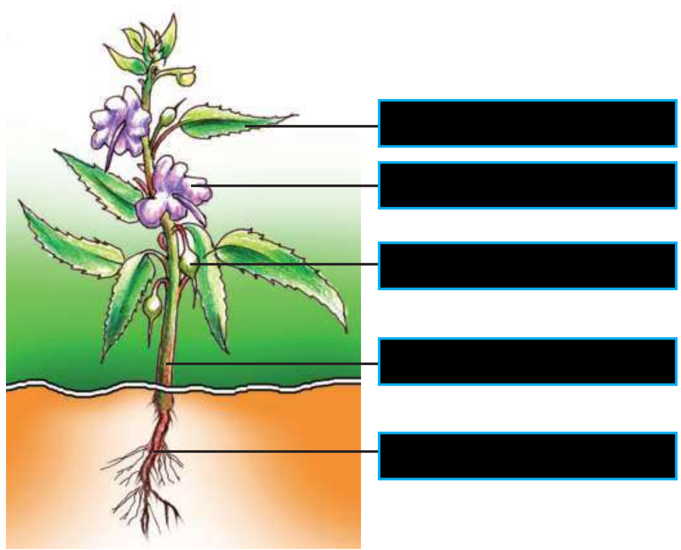
തണ്ടിനുമുണ്ട് പറയാൻ...

"വേര് വലിച്ചെടുക്കുന്ന ജലവും വളവും ഇലകളിലെത്തിക്കുന്നത് ഞാനാണ്. ചെടിയിൽ ഇലകൾ ക്രമീകരിച്ചിരിക്കുന്നത് നിങ്ങൾ കണ്ടിട്ടില്ലേ? ഞാനില്ലെങ്കിൽ ഇലകൾക്ക് നിൽക്കാൻ കഴിയില്ല."

മധുരിക്കും തണ്ടുകൾ

കരിമ്പിൻതണ്ട് ഇഷ്ടമില്ലാത്ത കൂട്ടുകാരുണ്ടോ? കരിമ്പിൻതണ്ടിൽനിന്നാണ് പഞ്ചസാര ഉണ്ടാക്കുന്നതെന്ന് അറിയാമോ?

ചെടികളുടെ വിവിധ ഭാഗങ്ങൾ നിങ്ങൾ പരിചയപ്പെട്ടല്ലോ. താഴെക്കൊടുത്തിരിക്കുന്ന ചെടിയുടെ ചിത്രം നോക്കി അതിന്റെ ഭാഗങ്ങളുടെ പേര് കോളങ്ങളിൽ എഴുതൂ.



നാട്ടുമാവുകൾ മറയുന്നു

ചക്കരമാമ്പഴവുമായി കുട്ടികളെ കാത്തിരുന്ന മുത്തശ്ശിമാവ്.

കാക്കമ്മയ്ക്കും അണ്ണാറക്കണ്ണനും കുഞ്ഞനുറുമ്പിനും തണലേകിയിരുന്ന തേന്മാവ്.

നിരവധി ജീവികൾക്ക് അഭയകേന്ദ്രമായിരുന്ന എത്രയെത്ര നാട്ടുമാവുകൾ! ഇവയിൽ പലതും നമുക്ക് നഷ്ടപ്പെട്ടുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്.

മാവുകൾ മാത്രമല്ല, മറ്റനേകം മരങ്ങളും കൊച്ചു സസ്യങ്ങളും നാട്ടിൻപുറങ്ങളിൽ നിന്ന് മറഞ്ഞുതുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു.

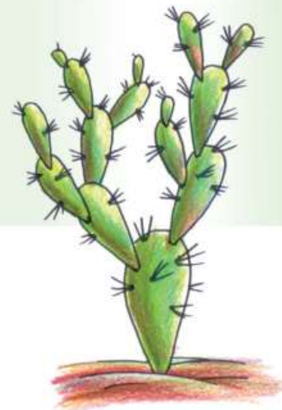
ഇവയെ സംരക്ഷിക്കേണ്ടത് നമ്മുടെ കടമയല്ലേ?

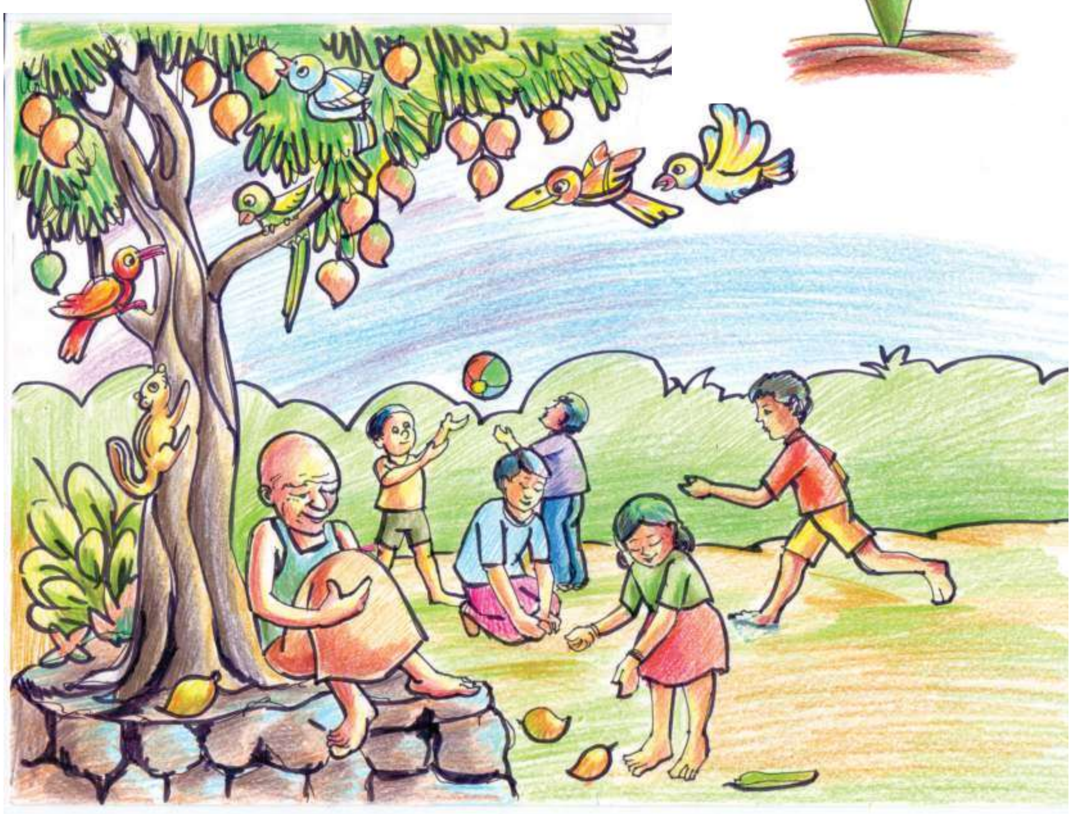
നമുക്കും തൈകൾ നട്ടുപിടിപ്പിക്കാം.

മണ്ണിൽനിന്ന് തലയുയർത്തി മുളച്ചുവരുന്ന ഓരോ കുഞ്ഞുസസ്യത്തിനും സ്വാഗതമോതാം.

കള്ളിമുൾച്ചെടി

തണ്ട് ഇലകളെപ്പോലെ രൂപപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന ചെടി കണ്ടിട്ടുണ്ടോ? ജലം കുറവുള്ള പ്രദേശങ്ങളിലും ഈ ചെടിക്ക് വളരാൻ കഴിയും. ഇല ചെയ്യുന്ന ജോലി തണ്ട് തന്നെ ചെയ്യുന്നു.





പ്രധാന പഠനനേട്ടങ്ങളിൽ പെടുന്നവ

- പ്രത്യേകതകൾക്കനുസരിച്ച് സസ്യങ്ങളെ പല വിഭാഗങ്ങളായി തരംതിരിക്കാൻ കഴിയുന്നു.
- ചെടിയുടെ ഭാഗങ്ങൾ നിരീക്ഷിച്ച് ഏതാനും ചെടികളുടെ പേരുപറയാൻ കഴിയുന്നു.
- വേര്, തണ്ട്, കായ എന്നിവയുടെ ധർമങ്ങൾ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് വിശദീകരിക്കാൻ കഴിയുന്നു.
- ജീവനുള്ളവ, ജീവനില്ലാത്തവ എന്നിവ പ്രകൃതിയിൽ നിന്നു കണ്ടെത്തി പട്ടികപ്പെടുത്താനും പ്രത്യേകതകൾ പറയാനും കഴിയുന്നു.
- സസ്യത്തിന്റെ ഏതെല്ലാം ഭാഗങ്ങളാണ് ഭക്ഷണമായി ഉപയോഗിക്കുന്നതെന്ന് കണ്ടെത്തി പട്ടികപ്പെടുത്താൻ കഴിയുന്നു.
- സസ്യത്തിന്റെ ഭാഗങ്ങൾ ചിത്രീകരിക്കാൻ കഴിയുന്നു.
- സസ്യങ്ങൾ സംരക്ഷിക്കേണ്ടതിന്റെ പ്രാധാന്യം തിരിച്ചറിയാനും സംരക്ഷണ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ പങ്കാളിയാകാനും കഴിയുന്നു.

വിലയിരുത്താം

1. ചെടിയുടെ 'അടുക്കള' എന്നു വിശേഷിപ്പിക്കാവുന്ന ഭാഗം.
   A) വേര്   B) തണ്ട്   C) ഇല   D) കായ്
2. താഴെ പറയുന്നവയിൽ സസ്യസംരക്ഷണവുമായി ബന്ധപ്പെടാത്ത സന്ദേശം ഏത്?
   A) മരം ഒരു വരം   B) മരങ്ങൾ വെട്ടരുത്
   C) മരങ്ങൾ മനുഷ്യനുവേണ്ടി മാത്രം
   D) മരങ്ങൾ നമ്മുടെ കൂട്ടുകാർ

3. സസ്യഭാഗങ്ങളെ സംബന്ധിച്ച് എഴുതിയിരിക്കുന്നതു നോക്കൂ. വിട്ടുപോയ ഭാഗങ്ങൾ കൂട്ടിച്ചേർക്കാമോ?

കായ	
	ചെടികൾക്കാവശ്യമായ ആഹാരം നിർമിക്കുന്നു.
തണ്ട്	
	ചെടിയെ മണ്ണിൽ ഉറപ്പിച്ചു നിർത്തുന്നു.

തുടർപ്രവർത്തനങ്ങൾ

1. സമീപത്തുള്ളൊരു പാടം, കാവ്, കുളം, വനം തുടങ്ങിയവ മുതിർന്നവരോടൊപ്പം സന്ദർശിക്കുക. അതിൽ ഏതൊക്കെ തരം സസ്യങ്ങളുണ്ടെന്നും അവ ജീവികൾക്കും മനുഷ്യർക്കും എങ്ങനെയെല്ലാം ഉപകാരപ്പെടുന്നുവെന്നും കണ്ടെത്തുക.
2. സ്കൂൾ മുറ്റത്തെ മരങ്ങളിലും ചെടികളിലും അവയുടെ പേരെഴുതിയ ബോർഡ് സ്ഥാപിക്കുക.

2 കുഴിയാന മുതൽ കൊമ്പനാന വരെ

കാട്ടിലെ ജീവിതം എന്തു രസമായിരുന്നു! അമ്മയോടൊപ്പം സവാരിക്കിറങ്ങുമ്പോൾ വഴിയിൽ കാണുന്ന ചിന്നുമുയലും സുന്ദരിമാനും കേളുക്കുറുക്കനും... അങ്ങനെ എത്രയെത്ര കൂട്ടുകാർ... എന്നെ കാണുമ്പോൾ കിന്നാരം പറയുന്ന മീനുത്തത്തയും മിന്നിപ്പൂമ്പാറ്റയും പപ്പുക്കരടിയുമൊക്കെ എന്തു ചെയ്യുകയായിരിക്കും!

കിട്ടനാനയുടെ കുട്ടിക്കാലം എന്തു രസമായിരുന്നു, അല്ലേ!

ആരെല്ലാമായിരുന്നു കിട്ടനാനയുടെ കൂട്ടുകാർ? എഴുതിനോക്കൂ.

നമുക്കു ചുറ്റും എത്രയെത്ര ജീവികളാണ്, അല്ലേ!

നിങ്ങളുടെ പരിസരത്ത് ഏതെല്ലാം ജീവികളെയാണ് കാണുന്നത്?

നിങ്ങളുടെ വീട്ടിലും ചില ജീവികളെ വളർത്താറില്ലേ.

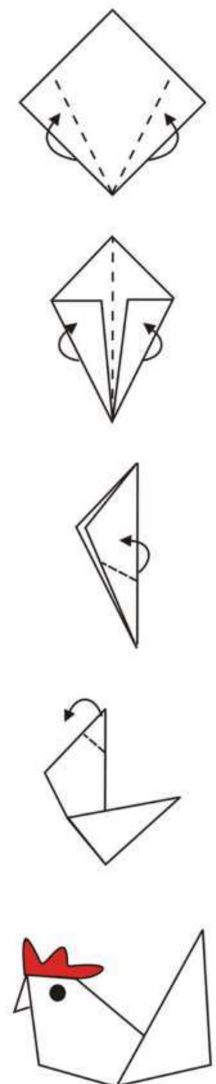
എന്തിനാണ് നാം അവയെ വളർത്തുന്നത്?

ഓരോരോ ആവശ്യങ്ങൾക്കായി, നാം ആഹാരവും പാർപ്പിടവും നൽകി വളർത്തുന്ന ജീവികളെ പട്ടികപ്പെടുത്തൂ.

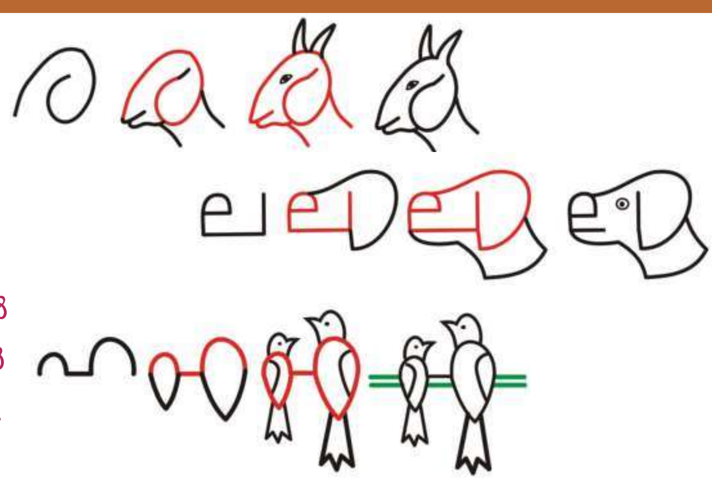
പാലിന്	മുട്ടയ്ക്ക്	മാംസത്തിന്	കൗതുകത്തിന്

ഈ ജീവികൾക്കെല്ലാം ഒരേതരം ഭക്ഷണമാണോ നിങ്ങൾ കൊടുക്കാറുള്ളത്. അവയെന്തെല്ലാം?

കടലാസ് കൊണ്ടൊരു പക്ഷി



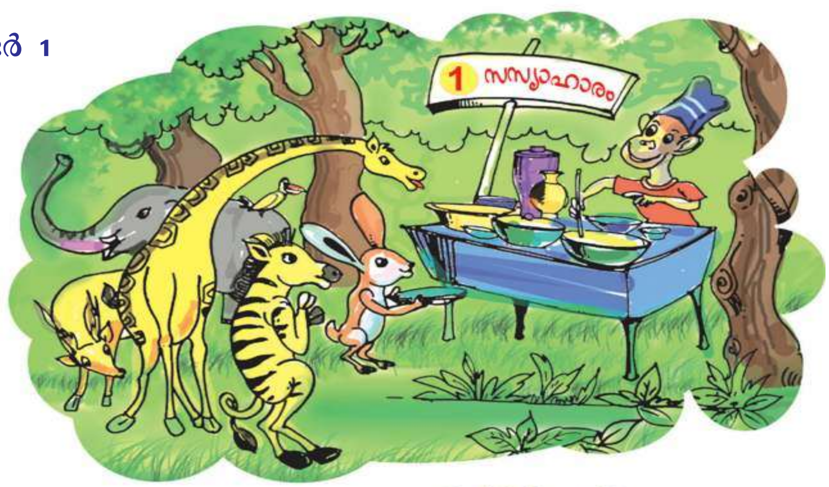
ജീവികളുടെ ചില അക്ഷരചിത്രങ്ങൾ കാണൂ? അക്ഷരങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് പരിസരപുസ്തകത്തിൽ കൂടുതൽ ചിത്രങ്ങൾ വരച്ചുചേർക്കുമല്ലോ.



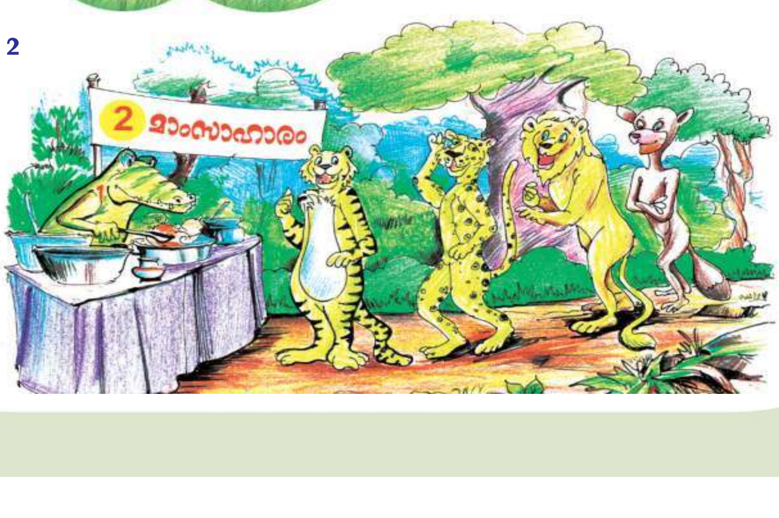
കാട്ടിൽ ഒരു സമ്മേളനം

മനുഷ്യരുടെ ഇടപെടൽമൂലം ജീവിക്കാൻ പ്രയാസപ്പെടുന്ന ജീവികളുടെ സങ്കടം കേട്ടില്ലേ. ഇത്തരം ഉപദ്രവങ്ങൾക്കെതിരെ കാട്ടിലെ കൂട്ടുകാർ പ്രതി ഷേധിക്കാൻ തീരുമാനിച്ചു. അതിന്റെ ഭാഗമായി നടന്ന ആലോചനായോഗ ത്തിൽ ധാരാളം ജീവികൾ പങ്കെടുത്തു. പങ്കെടുത്ത എല്ലാവർക്കും ഭക്ഷണവും തയാറാക്കിയിരുന്നു. ഭക്ഷണം രണ്ടിടത്തായാണ് സജ്ജീകരിച്ചിരുന്നത്.

കൗണ്ടർ 1



കൗണ്ടർ 2



കൗണ്ടർ 1 ൽനിന്ന് ഭക്ഷണം കഴിച്ചവർ ആരൊക്കെയാണ്?

-
-
-
-

കൗണ്ടർ 2 ൽനിന്നോ?

-
-
-
-

എന്നാൽ ചില വിരുതന്മാർ രണ്ടു കൗണ്ടറുകളിൽനിന്നും ഭക്ഷണം വാങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. അവർ ആരൊക്കെയായിരിക്കും?

-
-
-
-

ഒരേ ആഹാരമല്ല എല്ലാ ജീവികളും കഴിക്കുന്നതെന്ന് മനസ്സിലായല്ലോ.

വിചിത്രജീവി

ഒരു പേപ്പർ മൂന്നായി മടക്കുക. മടക്കിയ ഭാഗത്ത് ഒരാൾ തനിക്കിഷ്ടമുള്ള ജീവിയുടെ തലയും കഴുത്തും വരയ്ക്കൂ. വരച്ച ഭാഗം താഴോട്ട് മടക്കി വച്ച് അടുത്ത ഭാഗത്ത് കൂട്ടുകാരനോട് അവനിഷ്ടമുള്ള ഒരു ജീവിയുടെ ഉടൽ വരയ്ക്കാൻ പറയൂ... പേപ്പർ മടക്കി മറ്റൊരു കൂട്ടുകാരനോട് അവനിഷ്ടമുള്ള ജീവിയുടെ കാലുകൾ വരയ്ക്കാൻ പറയൂ.

ഇനി പേപ്പർ നിവർത്തി നോക്കൂ.

എങ്ങനെയുണ്ട് നിങ്ങൾ വരച്ച വിചിത്രജീവി?

ആഹാരരീതി അനുസരിച്ച് ജീവികളെ സസ്യാഹാരികൾ, മാംസാഹാരികൾ, മിശ്രാഹാരികൾ എന്നിങ്ങനെ തരംതിരിക്കാം.

സസ്യാഹാരം മാത്രം കഴിക്കുന്ന ജീവികളെ സസ്യാഹാരികൾ എന്നും മാംസാഹാരം മാത്രം കഴിക്കുന്ന ജീവികളെ മാംസാഹാരികൾ എന്നും രണ്ടു തരത്തിൽപ്പെട്ട ആഹാരവും കഴിക്കുന്ന ജീവികളെ മിശ്രാഹാരികൾ എന്നും പറയുന്നു.

ഇരപിടിക്കും തന്ത്രങ്ങൾ

ഓന്ത് ഇര പിടിക്കുന്നതു കണ്ടിട്ടില്ലേ? നാവ് ഉപയോഗിച്ചാണ് ഓന്ത് ഇര പിടിക്കുന്നത്. ചിലന്തിയാണെങ്കിൽ വലകെട്ടി ഇരകളെ കുടുക്കി ഭക്ഷിക്കുന്നു. ഇങ്ങനെ ഓരോ ജീവിയും ഇര തേടുന്നത് വിവിധ രീതിയിലാണ്.

മരംകൊത്തി

എന്റെ ബലമുള്ള ചുണ്ടുകൾകൊണ്ട് ഞാൻ മരത്തിൽ കൊത്താറുണ്ട്. മരത്തിന്റെ ഉണങ്ങിയ തോല് കൊത്തിപ്പൊളിച്ചെടുത്ത് അതിനടിയിലെ പ്രാണികളെ ഞാൻ ഭക്ഷണമാക്കാറുണ്ട്. മരത്തിൽ പിടിച്ചു നിൽക്കാൻ കഴിയുന്ന തരത്തിലുള്ള വിരലുകൾ എനിക്കുണ്ട്.

താറാവ്

പരന്ന ചുണ്ടുകളാണ് എനിക്കുള്ളത്. ഇത് ഉപയോഗിച്ച് വെള്ളത്തിൽ നിന്നും ചെളിയിൽ നിന്നും ആഹാരം കണ്ടെത്താൻ എനിക്കു കഴിയും.
വെള്ളത്തിൽ നീന്താനും ചെളിയിൽ ആഴ്ന്നു പോകാതിരിക്കാനും എന്റെ കാലുകൾ സഹായിക്കുന്നു.

കുഴിയാന

കുഴിയാന ഇര പിടിക്കുന്നത് ശ്രദ്ധിച്ചിട്ടുണ്ടോ? സൂര്യപ്രകാശവും മഴയും നേരിട്ടേൽക്കാത്ത സ്ഥലങ്ങളിലെ ഉണങ്ങിയ പൊടിമണ്ണിലാണ് ഇവൻ കുഴിയുണ്ടാക്കുന്നത്. ഇവന്റെ കുഴികൾ വീടിന്റെ ഇറയത്തും മറ്റും കൂട്ടുകാർ കണ്ടിട്ടുണ്ടാകും. ഈ വിരുതൻമാർ കൊമ്പുകൾ മാത്രം പുറത്തേക്കിട്ട് കുഴിയിലെ മണ്ണിൽ ഒളിച്ചിരിക്കും. ഈ കുഴിയിൽ വീഴുന്ന ചെറുജീവികൾക്ക് ഒരിക്കലും മുകളിലേക്ക് കയറാൻ കഴിയില്ല. കുഴിയുടെ പ്രത്യേകതയാണ് ഇതിന് കാരണം.

കോഴികൾ ആഹാരം തേടുന്നത് നിങ്ങൾ കണ്ടിട്ടുണ്ടോ? കാലുകൾ കൊണ്ട് ചിക്കിച്ചികയുകയും കൊക്കുകൾ കൊണ്ട് കൊത്തിത്തിന്നുകയും ചെയ്യുന്നത് ശ്രദ്ധിച്ചിട്ടുണ്ടല്ലോ. നിങ്ങളുടെ ചുറ്റുമുള്ള പക്ഷികൾ ഇരതേടുന്ന രീതി നിരീക്ഷിക്കൂ. കൊക്കുകളും കാലുകളും ഇരതേടാൻ അവയെ എങ്ങനെ സഹായിക്കും എന്നു കണ്ടെത്തി പരിസരപുസ്തകത്തിൽ എഴുതൂ.

എനിക്ക് കൂർത്ത നഖങ്ങളും പല്ലുകളുമുണ്ട്. ഇരയെ പിടിക്കാനും കടിച്ചുകീറാനും അവ എന്നെ സഹായിക്കുന്നു.

എന്റെ കൂർത്ത പല്ലുകൾ നിങ്ങൾ ശ്രദ്ധിച്ചിട്ടില്ലേ? ഞാൻ എലിയെ കടിച്ചു കീറുന്നത് ഈ പല്ലുകൾ ഉപയോഗിച്ചാണ്.

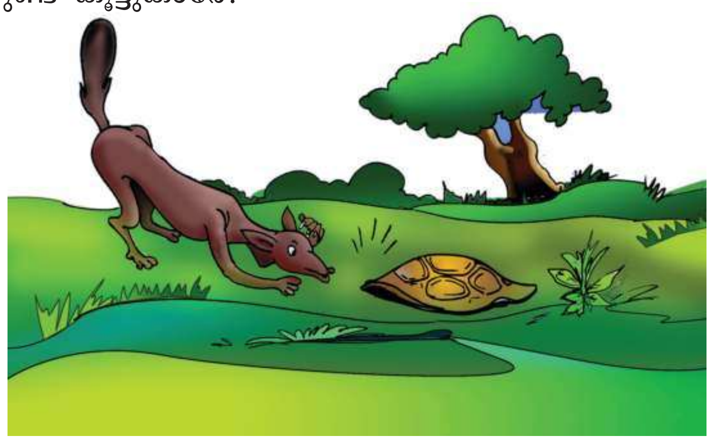
നമ്മുടെയെല്ലാം വീട്ടിൽ കാണുന്ന പല്ലി ഇരപിടിക്കുന്നതെങ്ങനെയെന്ന് നിരീക്ഷിച്ച് പരിസരപുസ്തകത്തിൽ കുറിക്കൂ.

രക്ഷനേടാം

"കുറുക്കന് ആമയെ കിട്ടിയതുപോലെ"

എന്ന പഴഞ്ചൊല്ല് നിങ്ങൾ കേട്ടിട്ടുണ്ടല്ലോ.

കുറുക്കനെ കണ്ട മാത്രയിൽ ആമച്ചേട്ടൻ തലയും കാലും പാറപോലുള്ള തോടിനുള്ളിലേക്ക് വലിച്ച് ഇരിപ്പായി. ആമച്ചേട്ടന്റെ തല പുറത്തുവരുന്നതും കാത്തു കുറുക്കൻ ഇരിക്കുന്ന ഇരിപ്പ്... ബഹുരസം തന്നെ... ശത്രുക്കളിൽനിന്ന് രക്ഷനേടാൻ ആമ സ്വീകരിച്ച തന്ത്രം എങ്ങനെയുണ്ട് കൂട്ടുകാരേ?



വേറെ ഏതെങ്കിലും ജീവികൾ ഇത്തരം തന്ത്രങ്ങൾ പ്രയോഗിച്ച് രക്ഷപ്പെടുന്നത് നിങ്ങൾ കണ്ടിട്ടുണ്ടോ?

ഏതെല്ലാം ജീവികളാണവ? എങ്ങനെയൊക്കെയാണ് അവ രക്ഷപ്പെടുന്നത്?

രക്ഷപ്പെടാൻ തന്ത്രങ്ങൾ പലത്

ഞങ്ങൾ രക്ഷപ്പെടുന്നത് എങ്ങനെയെല്ലാം എന്ന് എഴുതാമോ?

ഓന്ത് :

മുള്ളൻപന്നി : *ശരീരത്തിന്റെ പുറത്തുള്ള മുള്ളുകൾ ശത്രുവിന് നേരെ കുടഞ്ഞ്*

കണവ : *വെള്ളത്തിൽ മഷി കലക്കി രക്ഷപ്പെടുന്നു.*

തേരട്ട :

ഒച്ച് :

പല്ലി :

ശത്രുക്കളിൽ നിന്ന് രക്ഷപ്പെടുന്നതിന് ജീവികൾ പല തന്ത്രങ്ങളും ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ടല്ലോ.

ശരീരത്തിന്റെ നിറം മാറ്റിയും ആകൃതിമാറ്റിയും വാൽമുറിച്ചിട്ടും ശത്രുക്കളിൽ നിന്ന് ജീവികൾ രക്ഷപ്പെടുന്നു. പ്രകൃതി നൽകിയ ചില കഴിവുകളാണ് ജീവികളെ ഇതിന് സഹായിക്കുന്നത്. ജന്തുക്കൾക്കു മാത്രമല്ല, സസ്യങ്ങൾക്കുമുണ്ട് ഇത്തരം അനുകൂലനങ്ങൾ.

KT 73-3/EVS- 3 (M) Vol-1

ഇഴഞ്ഞും..... നടന്നും.... പറന്നും....

ജീവികൾ നടത്തിയ സമ്മേളനം ഓർക്കുന്നില്ലേ?

എല്ലാ ജീവികളും പങ്കെടുത്ത യോഗം ഗംഭീരവിജയമായിരുന്നുവെന്ന് സിംഹരാജൻ അവകാശപ്പെട്ടു.

സമ്മേളനനഗരിയിൽ എത്താൻ ചില ജീവികൾക്ക് ദിവസങ്ങളോളം യാത്ര ചെയ്യേണ്ടിവന്നു.

ഏറ്റവും വലിയ ഓട്ടക്കാരനായ ചീറ്റപ്പുലി യാണ് ആദ്യമെത്തിയത്.

പറന്നെത്തിയ കഴുകന്റെ പുറത്തിരു ന്നാണ് ഒച്ച് എത്തിയത്.

നേരത്തേ എത്തിയതിന്റെ അഭിമാനത്തി ലായിരുന്നു ഒച്ച്.

നിഴൽച്ചിത്രങ്ങൾ

ചിത്രത്തിൽ കാണുന്ന തുപോലെ വിരലുകൾ പിടിച്ച് നിഴൽ പതിപ്പിച്ച് നോക്കൂ.

നിഴൽരൂപത്തിന്റെ വായുടെ ഭാഗമായി വരുന്ന നിങ്ങളുടെ വിരലുകൾ ചലിപ്പിച്ച് ജീവി യുടെ ശബ്ദവും അനുക രിക്കൂ.

കൂടുതൽ ജീവികളുടെ നിഴൽ രൂപങ്ങളുണ്ടാക്കാൻ ശ്രമിക്കൂ.

സമ്മേളനത്തിന് മറ്റുള്ളവരൊക്കെ എങ്ങനെയായിരിക്കും എത്തിയിട്ടുണ്ടാവുക?

ജീവികളെ അവരുടെ സഞ്ചാരരീതിക്കനുസരിച്ച് പട്ടികപ്പെടുത്തി നോക്കിയാലോ.

ഇഴഞ്ഞുവന്നവർ	നടന്നു വന്നവർ	പറന്നു വന്നവർ
ഒച്ച്	കുറുക്കൻ	തുമ്പി

ജന്തുലോകത്തിലെ കൂട്ടുകാരുടെ സഞ്ചാരരീതി വ്യത്യസ്തമാണ്. ചിലർക്ക് ഇഴയാൻ മാത്രമേ കഴിയൂ. മറ്റു ചിലർക്ക് പറക്കാനും നടക്കാനും ഓടാനും കഴിയും. എന്നാൽ നടക്കാനും ഓടാനും മാത്രം കഴിയുന്നവരും ഉണ്ട്.

ജീവികളുടെ സമ്മേളനത്തിൽ തവള നടത്തിയ പ്രസംഗം ശ്രദ്ധിക്കൂ:

പ്രിയപ്പെട്ടവരേ,

പേക്രോം... പേക്രോം എന്ന ഞങ്ങളുടെ ശബ്ദം നിങ്ങൾക്കു സുപരിചിതമാണല്ലോ. പറമ്പിലും വയലുകളിലുമൊക്കെ ഞങ്ങൾ സുഖമായി കഴിഞ്ഞിരുന്ന ഒരു കാലമുണ്ടായിരുന്നു. നെല്ലും മറ്റു വിളകളും തിന്നു നശിപ്പിക്കുന്ന കീടങ്ങളെ ഞങ്ങൾ ഭക്ഷണമാക്കി. ഇങ്ങനെ കർഷകരെ ഞങ്ങൾ വളരെയേറെ സഹായിച്ചിരുന്നു.

എന്നിട്ടും ഞങ്ങളെ മനുഷ്യർ കൊന്നുതിന്നു. ഞങ്ങളുടെ വാസസ്ഥലങ്ങളായ വയലുകളും ചതുപ്പുകളും അവർ മണ്ണിട്ടു നികത്തി. കൃഷിയിടങ്ങളിൽ കീടനാശിനി തളിച്ചു. ഇതിനെതിരെ നമുക്ക് ഒരുമിച്ച് പ്രതിഷേധിക്കേണ്ടേ? ഇന്ന് ഞങ്ങൾക്കാണ് ഈ ഗതി വന്നതെങ്കിൽ നാളെ നിങ്ങളിൽ ചിലർക്കാകും. ഉടനെ എന്തെങ്കിലും ചെയ്തേ മതിയാകൂ.

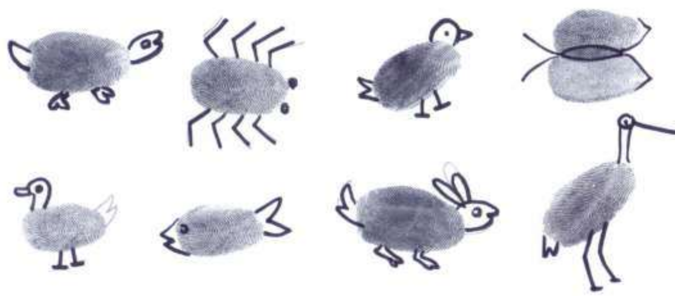
തവളയുടെ പ്രസംഗം കേട്ടല്ലോ? തവള മാത്രമല്ല, മറ്റു ചില ജീവജാലങ്ങളും മനുഷ്യന്റെ ഇടപെടൽ മൂലം ഭൂമിയിൽനിന്ന് അപ്രത്യക്ഷമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഇവയെ സംരക്ഷിക്കേണ്ടതല്ലേ?
ഭൂമി ഇവർക്കുകൂടി അവകാശപ്പെട്ടതല്ലേ?

ഈ സന്ദേശം എല്ലാവരിലേക്കും എത്തിക്കാൻ നിങ്ങൾക്കെന്തെല്ലാം ചെയ്യാൻ കഴിയും? പോസ്റ്റർ, പ്ലക്കാർഡ് എന്നിവയൊക്കെ ആകാമല്ലോ.

കടലിലെ പൂന്തോട്ടം

പവിഴപ്പുറ്റുകൾ കാണാൻ എന്തൊരു ഭംഗിയാണ്. ഇവ കടലിലെ വലിയൊരു ജീവലോകമാണ്. കാടുകളെപ്പോലെ തോന്നിക്കുന്ന പവിഴപ്പുറ്റുകൾ കടലിലെ മഴക്കാടുകളാണ്. ഒന്നിനോടൊന്നു ചേർന്നാണവ വളരുന്നത്. ഇവയ്ക്ക് നല്ല ബലമുണ്ട്. ഇവ നമുക്ക് പലവിധത്തിൽ ഉപകാരപ്പെടുന്നുണ്ട്. എന്നാൽ ഈ പൂന്തോട്ടം മനുഷ്യന്റെ ഇടപെടൽ കാരണം നശിക്കാൻ തുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. ഈ പൂന്തോട്ടത്തിന്റെ നാശം തടയേണ്ടതുണ്ട്.

വിരൽ പതിപ്പിച്ചുണ്ടാക്കിയ ചിത്രങ്ങൾ കണ്ടല്ലോ. ഇതുപോലെ നിങ്ങളും ചെയ്തുനോക്കൂ...



പ്രധാന പഠനനേട്ടങ്ങളിൽ പെടുന്നവ

- നമുക്കു ചുറ്റും വിവിധ തരത്തിൽപ്പെട്ട ധാരാളം ജീവികളുണ്ടെന്നും അവ ഏതെല്ലാമാണെന്നും പറയാൻ കഴിയുന്നു.
- സവിശേഷതകൾ പരിശോധിച്ച് വളർത്തുജീവികളും അവയെ കൊണ്ട് നമുക്കുള്ള ഉപകാരങ്ങളും തിരിച്ചറിഞ്ഞ് പട്ടികപ്പെടുത്താൻ കഴിയുന്നു.
- ആഹാര രീതിക്കനുസരിച്ചുള്ള ശാരീരിക പ്രത്യേകതകൾ ഓരോ ജീവിക്കും ഉണ്ടെന്ന് തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയുന്നു.
- ശത്രുക്കളിൽ നിന്ന് രക്ഷനേടുന്നതിന് ചില ജീവികൾക്കുള്ള അനുകൂലനങ്ങൾ പറയാൻ കഴിയുന്നു.
- ജീവികളെ സഞ്ചാരരീതിയിലെ സവിശേഷതകൾക്കനുസരിച്ച് പട്ടികപ്പെടുത്താൻ കഴിയുന്നു.
- മനുഷ്യന്റെ ചില ഇടപെടലുകൾ ജീവികളുടെ നിലനിൽപ്പിനെ എങ്ങനെ ദോഷകരമായി ബാധിക്കും എന്ന് പറയാൻ കഴിയുന്നു.
- ജീവികളെ നാം സംരക്ഷിക്കേണ്ടതാണ് എന്ന ആശയം ജനങ്ങളിലെത്തിക്കുന്നതിനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടാൻ കഴിയുന്നു.

വിലയിരുത്താം

1. ചിത്രത്തിൽ കാണുന്ന ജീവികളെ ആഹാരരീതി അനുസരിച്ച് തരംതിരിച്ച് പേരെഴുതുക.

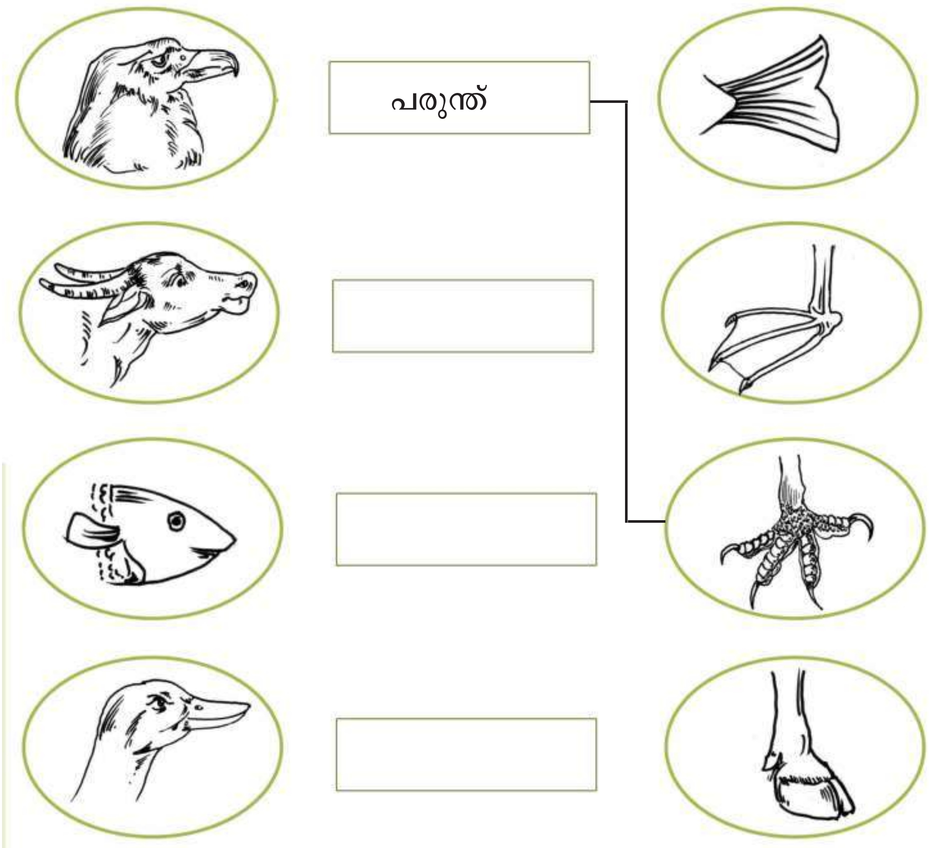
2. ശത്രുക്കളിൽനിന്ന് രക്ഷപ്പെടുന്നതിനുവേണ്ടി ശരീരത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗം മുറിച്ചുകളയുന്ന ജീവി ഏത്?

   എ) പാമ്പ് ബി) പല്ലി സി) ഓന്ത് ഡി) എലി

3. താഴെ പറയുന്ന ജീവികളിൽ നീന്താനും നടക്കാനും കഴിയുന്നതാർക്കാണ്?

   എ) മത്സ്യം ബി) പാമ്പ് സി) തവള ഡി) താറാവ്

4. ചിത്രങ്ങൾ തമ്മിൽ യോജിപ്പിച്ച് ജീവിയുടെ പേരെഴുതൂ.



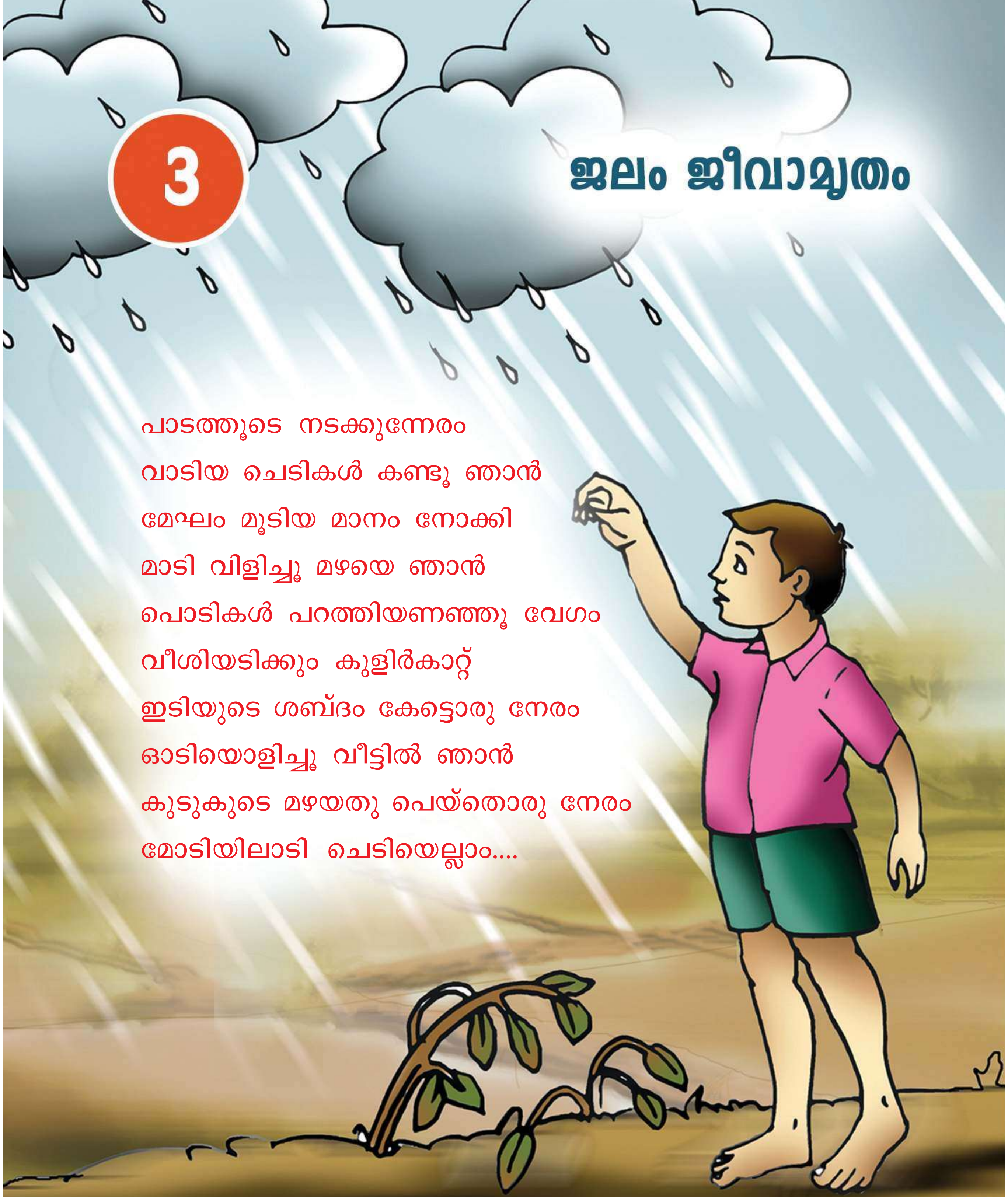
തുടർപ്രവർത്തനങ്ങൾ

1. ജിഗ്സോ പസിൽ ഉണ്ടാക്കാം.

   ഇഷ്ടമുള്ള ഒരു ജീവിയെ വരച്ച് നിറം നൽകി കാർഡ്ബോർഡിൽ ഒട്ടിക്കുക. അത് പല കഷണങ്ങളായി മുറിച്ച് കൂട്ടുകാരന് നൽകൂ. കഷണങ്ങൾ കൂട്ടിച്ചേർത്ത് ജീവി ഏതെന്ന് കൂട്ടുകാരൻ കണ്ടെത്തട്ടെ.

2. ഇലകൾ കൊണ്ട് ചില ജീവികളുടെ ചിത്രങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കിയിരിക്കുന്നത് നോക്കൂ. കൂടുതൽ ചിത്രങ്ങൾ തയാറാക്കാം.

3. ജീവികളുടെ ചിത്രങ്ങൾ ശേഖരിച്ച് ആൽബം തയാറാക്കൂ.



3

ജലം ജീവാമൃതം

പാടത്തൂടെ നടക്കുന്നേരം
വാടിയ ചെടികൾ കണ്ടൂ ഞാൻ
മേഘം മൂടിയ മാനം നോക്കി
മാടി വിളിച്ചൂ മഴയെ ഞാൻ
പൊടികൾ പറത്തിയണഞ്ഞൂ വേഗം
വീശിയടിക്കും കുളിർകാറ്റ്
ഇടിയുടെ ശബ്ദം കേട്ടൊരു നേരം
ഓടിയൊളിച്ചൂ വീട്ടിൽ ഞാൻ
കുടുകുടെ മഴയതു പെയ്തൊരു നേരം
മോടിയിലാടി ചെടിയെല്ലാം....

ഹായ് മഴ!

മാനത്തുനിന്ന് മണ്ണിലേക്ക് ഓടിവന്നെത്തുന്ന കുഞ്ഞു മഴത്തുള്ളികൾ! കൂടെ കുളിർകാറ്റുമുണ്ട്. കുറച്ചു കഴിഞ്ഞപ്പോൾ കുഞ്ഞുമഴയുടെ മട്ടുമാറി. പെരുമഴയായി. മുറ്റം മുഴുവൻ മഴവെള്ളം നിറഞ്ഞു. രാഹുലിന് സന്തോഷമായി. അവൻ കടലാസുതോണിയുണ്ടാക്കി വെള്ളത്തിലൊഴുക്കി.

രാഹുലിന് മാത്രമല്ല സന്തോഷം.
വെള്ളത്തിനായി, ദാഹിച്ചു കിടക്കുന്ന മണ്ണിന്...
വാടിത്തളർന്ന ചെടികൾക്ക്..
പേക്രോം പാടുന്ന തവളക്കുട്ടന്...
കുഞ്ഞനുറുമ്പിന്... കുഞ്ഞിക്കിളിക്ക്.....

ഹൊ.... എന്തൊരു വേനലായിരുന്നു!
മഴയ്ക്കുവേണ്ടി കൊതിച്ചിരിക്കുകയായിരുന്നു
എല്ലാവരും.
എല്ലാവർക്കും ആശ്വാസമേകിക്കൊണ്ട്
ഇതാ വന്നെത്തി, നല്ലൊരു കുളിർമഴ.

മഴ വന്നപ്പോൾ

മഴ പെയ്തു കഴിഞ്ഞാൽ നമുക്കു ചുറ്റും എന്തെല്ലാം മാറ്റങ്ങളാണുണ്ടാകുന്നതെന്ന് കൂട്ടുകാർ ശ്രദ്ധിച്ചിട്ടുണ്ടോ?

- തണുപ്പ് അനുഭവപ്പെടുന്നു.
- കിണർ, തോട്, കുളം, പുഴ മുതലായ ജലാശയങ്ങൾ നിറയുന്നു.
- പറമ്പുകളിലെല്ലാം പുല്ലുകൾ മുളയ്ക്കുന്നു.
- ചെടികളും മരങ്ങളും തളിർക്കുന്നു.
- കൃഷി ആരംഭിക്കുന്നു.
- കുഴികളിലും താഴ്ന്ന പ്രദേശങ്ങളിലും വെള്ളം നിറയുന്നു.
- മണ്ണ് ഒലിച്ചു പോകുന്നു.
- ഈയാംപാറ്റകൾ മണ്ണിൽനിന്നുയർന്ന് പറക്കുന്നു.
-

മാനത്തുനിന്ന് മണ്ണിലെത്തുന്ന മഴയെ ആശ്രയിച്ചാണ് സസ്യങ്ങൾ, ജീവികൾ, മനുഷ്യർ തുടങ്ങി പ്രകൃതിയിലെ എല്ലാ ജീവജാലങ്ങളും കഴിയുന്നത്.

ജലമില്ലാതെ നമുക്കു ജീവിക്കാൻ കഴിയുമോ?

ജലസ്രോതസ്സുകൾ

കുടിക്കുന്നതിനും കൃഷിക്കും മറ്റ് ആവശ്യങ്ങൾക്കുമായി നാം ഉപയോഗിക്കുന്ന ജലം എവിടെ നിന്നെല്ലാമാണ് ലഭിക്കുന്നത്?

നമുക്ക് ചുറ്റുമുള്ള ജലസ്രോതസ്സുകളെയാണ് നാം ഇതിനായി ആശ്രയിക്കുന്നത്. ജലസ്രോതസ്സുകളിലെത്തുന്ന മഴവെള്ളമാണ് നാം വിവിധ ആവശ്യങ്ങൾക്ക് ഉപയോഗിക്കുന്നത്.

ഏതെല്ലാമാണ് ആ ജലസ്രോതസ്സുകൾ?

കിണർ, കുളം, തോട്, പുഴ, കായൽ, തടാകം...

നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്ത് ഏതെല്ലാം ജലസ്രോതസ്സുകളാണുള്ളത്?

-
-

ഗ്രാമപ്രദേശങ്ങളിൽ കൂടുതൽ പേരും കുടിവെള്ളത്തിനായി കിണർ ജലമാണ് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. എന്നാൽ നഗര പ്രദേശങ്ങളിലുള്ളവർ പൈപ്പ് വെള്ളത്തെയാണ് ആശ്രയിക്കുന്നത്. ജലസ്രോതസ്സുകളിൽ നിന്നുള്ള ജലം ശുദ്ധീകരിച്ച് പൈപ്പ് വഴിയാണ് അവർക്ക് എത്തിക്കുന്നത്.

എനിക്കും വേണം വെള്ളം

കടുത്ത ദാഹം തോന്നുന്ന അവസ്ഥ ഒന്നാലോചിച്ചു നോക്കൂ. ദാഹമുള്ളപ്പോൾ അൽപ്പം വെള്ളം ലഭിച്ചാൽ എന്തൊരാശ്വാസമാണല്ലേ! നമുക്ക് മാത്രമല്ല, മൃഗങ്ങളും പക്ഷികളും തുടങ്ങി പ്രകൃതിയിലെ എല്ലാ ജീവജാലങ്ങളുടെയും നിലനിൽപ്പിന് ജലം അത്യാവശ്യമാണ്.

കുടിക്കാനും കുളിക്കാനും കൃഷിക്കും നമുക്ക് ജലം അത്യാവശ്യമാണ്. മറ്റെന്തൊക്കെ ആവശ്യങ്ങൾക്കാണ് ജലം ഉപയോഗിക്കുന്നത്?

- പാചകത്തിന്
- പാത്രം കഴുകുന്നതിന്
- വസ്ത്രം കഴുകുന്നതിന്
- വാഹനങ്ങൾ കഴുകുന്നതിന്
- ചെടികൾ നനയ്ക്കുന്നതിന്
-
-
-

ഇങ്ങനെ ജലത്തിന് എത്രയെത്ര ആവശ്യങ്ങളാണ്!

വീട്ടിലേക്കും കൃഷിക്കും വ്യവസായങ്ങൾക്കും നിർമാണ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കും, തുടങ്ങിയ നിരവധി ആവശ്യങ്ങൾക്ക് നാം ജലം ഉപയോഗിക്കുന്നു.

ജലമില്ലെങ്കിൽ

ഹൊ... ജലമില്ലാത്ത അവസ്ഥ ഒന്നാലോചിച്ചുനോക്കൂ. വറ്റിവരണ്ട കൃഷിയിടങ്ങൾ, കിണറുകൾ, പുഴകൾ, കുളങ്ങൾ... കടുത്ത വേനലിൽ ചില പ്രദേശങ്ങളിൽ രൂക്ഷമായ ജലക്ഷാമം അനുഭവപ്പെടാറുണ്ട്. കുടിവെള്ളത്തിനുപോലും പ്രയാസപ്പെടുന്നവരെക്കുറിച്ചുള്ള വാർത്തകളും ചിത്രങ്ങളും പത്രങ്ങളിൽ കണ്ടിട്ടില്ലേ? നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്ത് എപ്പോഴെങ്കിലും ജലക്ഷാമം അനുഭവപ്പെട്ടിട്ടുണ്ടോ?

ജലം അമൂല്യം

അമൂല്യമായ ജലം പാഴായിപ്പോകുന്ന ഇത്തരം സന്ദർഭങ്ങൾ നിങ്ങൾ കണ്ടിട്ടുണ്ടാകും.

ജലം പാഴായിപ്പോകുന്ന മറ്റു സന്ദർഭങ്ങൾ ഏതൊക്കെ?

- ടാങ്ക് നിറഞ്ഞൊഴുകുന്നത്.
- പൈപ്പ് പൊട്ടി വെള്ളം പാഴായിപ്പോകുന്നത്.
- കുളിമുറിയിലെ ഷവർ അനാവശ്യമായി തുറന്നിടുന്നത്.
-

കുടിവെള്ളവും വിൽപ്പനയ്ക്ക്!

കുടിക്കാനാവശ്യമായ ശുദ്ധജലം പലപ്പോഴും വിലയ്ക്ക് വാങ്ങേണ്ട അവസ്ഥയിലേക്ക് നമ്മളും എത്തിയിരിക്കുന്നു. നഗരപ്രദേശങ്ങളിൽ പൈപ്പ് ലൈൻ വഴിയാണ് ശുദ്ധജലം എത്തുന്നത്. ഇതിനും വെള്ളത്തിന്റെ ഉപയോഗത്തിനനുസരിച്ച് വില നൽകണം. ജലത്തിന്റെ ഉപയോഗം നിയന്ത്രിച്ചും ജലമലിനീകരണം തടഞ്ഞും നാം ജലസംരക്ഷണം ഉറപ്പുവരുത്തണം.

എന്റെ ശരിയും തെറ്റും

	✓	✗
ഞാൻ പല്ലുതേക്കുമ്പോൾ ടാപ്പ് തുറന്നിടാറില്ല.		
തുറന്ന ടാപ്പ് കണ്ടാൽ ഞാൻ അടയ്ക്കാറുണ്ട്.		
പാത്രം കഴുകിയ വെള്ളം പച്ചക്കറിത്തോട്ടവും പൂന്തോട്ടവും നനയ്ക്കാൻ ഉപയോഗിക്കുന്നു.		
ആരെങ്കിലും ജലം പാഴാക്കുന്നതു കണ്ടാൽ അരുതെന്ന് ഞാൻ പറയാറുണ്ട്.		
പൊതുടാപ്പ് പൊട്ടി വെള്ളം പാഴാകുന്നത് കണ്ടാൽ ഞാൻ ബന്ധപ്പെട്ടവരെ അറിയിക്കും.		

ജലം അമൂല്യമാണ്. അത് പ്രകൃതിയുടെ വരദാനമാണ്. ജലം പാഴാകുന്ന സന്ദർഭങ്ങൾ നാം ഒഴിവാക്കണം. ജലത്തിനുപകരം വയ്ക്കാൻ മറ്റൊന്നുമില്ലെന്ന് നാം തിരിച്ചറിയണം.

'ജലസംരക്ഷണം' എന്ന ആശയം പ്രചരിപ്പിക്കാൻ എന്തെല്ലാം പ്രവർത്തനങ്ങളാകാം?

- പ്ലക്കാർഡ്
- പോസ്റ്റർ
- കാർട്ടൂൺ
- ബുള്ളറ്റിൻ ബോർഡ്
- ബോധവൽക്കരണറാലി
-
-

എത്ര തുള്ളികൾ?

ഓരോ ദിവസവും നാം എത്രമാത്രം ജലമാണ് കുടിക്കാനും കുളിക്കാനും മറ്റ് ആവശ്യങ്ങൾക്കുമായി ഉപയോഗിക്കുന്നത്?

താഴെ പറയുന്ന പ്രവർത്തനമൊന്ന് ചെയ്തുനോക്കൂ.

ആവശ്യമുള്ള സാധനങ്ങൾ : ജലം, ഫില്ലർ, സ്പൂൺ, ഗ്ലാസ്, കപ്പ്, ബക്കറ്റ്

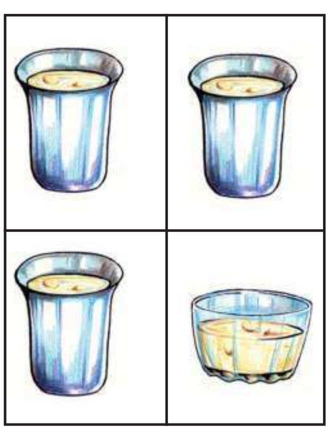
ചിത്രത്തിൽ കാണുന്നതുപോലെ ഫില്ലർ ഉപയോഗിച്ച് സ്പൂണിൽ വെള്ളം നിറയ്ക്കൂ. എത്ര തുള്ളി വേണമെന്ന് എണ്ണാൻ മറക്കരുതേ. ഗ്ലാസ് നിറയാൻ എത്ര സ്പൂൺ ജലം വേണമെന്ന് നോക്കൂ. കപ്പ് നിറയാൻ എത്ര ഗ്ലാസ് ജലം വേണം? ഇനി കപ്പ് ഉപയോഗിച്ച് ബക്കറ്റ് നിറയ്ക്കൂ. എത്ര കപ്പ് വെള്ളം വേണ്ടി വന്നു?

ഒന്നാലോചിച്ചുനോക്കൂ. എത്ര തുള്ളി വെള്ളം കൊണ്ടാണ് ഒരു ബക്കറ്റ് നിറയ്ക്കാനായത്! ഇങ്ങനെ ഓരോ ദിവസവും നാം എത്ര ബക്കറ്റ് ജലമാണ് വിവിധ ആവശ്യങ്ങൾക്കായി ഉപയോഗിക്കുന്നത്!

ഓരോ തുള്ളി ജലവും വിലപ്പെട്ടതാണ്. ഒരു തുള്ളിപോലും പാഴാക്കരുത്. 'പലതുള്ളി പെരുവെള്ളം' എന്ന ചൊല്ല് നാം മറക്കരുത്.

രാധയുടെ പരാതി

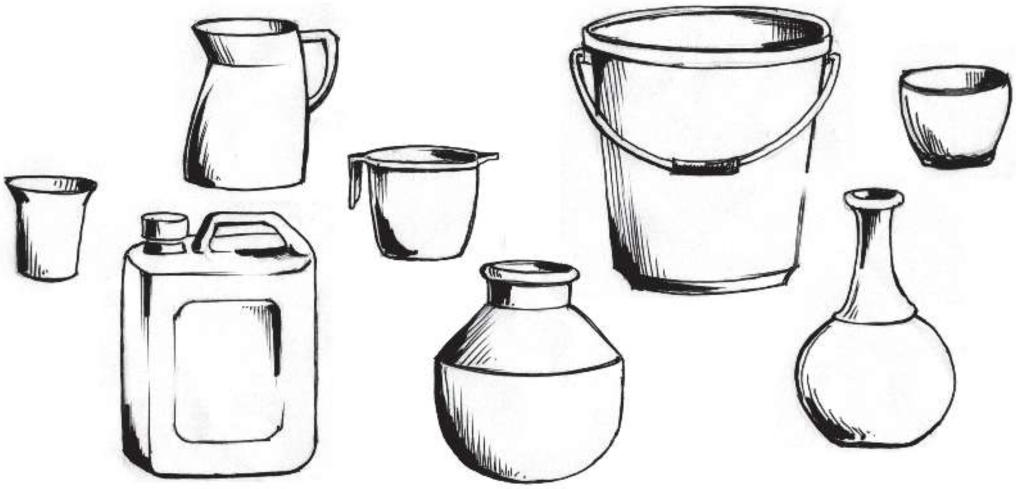
രാജുവിനും രാധയ്ക്കും അമ്മ രണ്ട് സ്റ്റീൽഗ്ലാസ് നിറയെ പായസം നൽകി. രാധയ്ക്കു തന്റെ പ്രിയപ്പെട്ട ചില്ലുപാത്രത്തിൽ കുടിക്കാനാണിഷ്ടം. അമ്മ സ്റ്റീൽ ഗ്ലാസിൽ നിന്നു പായസം ചില്ലുപാത്രത്തിലേക്ക് ഒഴിച്ചു കൊടുത്തു. എന്നിട്ടും അവൾക്കു സന്തോഷമായില്ല. അവൾ അമ്മയോട് പരാതി പറഞ്ഞു: ''അമ്മേ, എനിക്കു ചേട്ടന് കൊടുത്തതിനേക്കാൾ കുറച്ചു പായസമല്ലേ തന്നത്?''



- നിങ്ങൾക്ക് എന്തു തോന്നുന്നു?
- രാധയുടെ ചില്ലുപാത്രത്തിലെ പായസത്തിന്റെ അളവ് കുറവാണോ?

നിറം നൽകാം

വെള്ളം ശേഖരിച്ചുവയ്ക്കാൻ താഴെ കാണുന്ന ഏതെല്ലാം പാത്രങ്ങളാണ് നിങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നത്? അവയ്ക്ക് നിറം നൽകൂ.

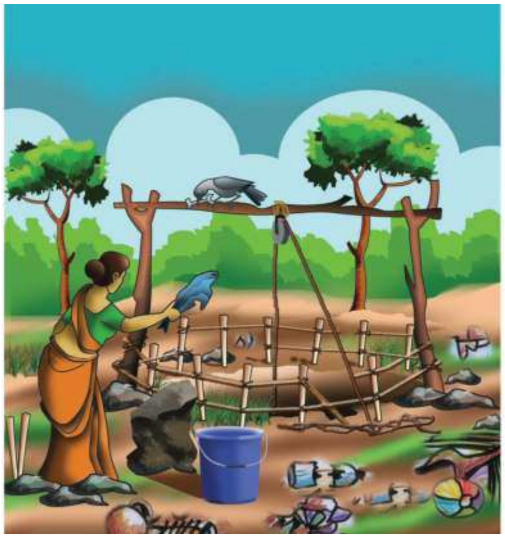


- ചിത്രത്തിലെ ഏതു പാത്രത്തിലാണ് ഏറ്റവും കൂടുതൽ വെള്ളം കൊള്ളുന്നത്?
- ഏറ്റവും കുറച്ചു വെള്ളം കൊള്ളുന്ന പാത്രം ഏതാണ്?

വീട്ടിൽ വെള്ളം ശേഖരിച്ചുവയ്ക്കുന്ന മറ്റു പാത്രങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ പരിസരപുസ്തകത്തിൽ വരച്ച് നിറം നൽകുക.

കിണറിനരികെ

ഇതിൽ ഏതു കിണറിലെ വെള്ളമാണ് നിങ്ങൾ കുടിക്കാനെടുക്കുക? എന്തുകൊണ്ട്?



കുടിവെള്ളത്തിനായി കൂടുതൽ പേരും ആശ്രയിക്കുന്നത് കിണറിനെയാണ്. കിണർ വൃത്തിയായി സൂക്ഷിക്കണം.

കിണറിലെ വെള്ളം മലിനമാകുന്നതിന് ഒട്ടേറെ കാരണങ്ങളുണ്ട്. അവ എന്തെല്ലാമാണെന്ന് നമുക്ക് അന്വേഷിക്കാം.

ടീച്ചറോടൊപ്പം സ്കൂളിലെയും പരിസരത്തെ നാലോ അഞ്ചോ വീടുകളിലെയും കിണറുകൾ സന്ദർശിച്ച് വിവരങ്ങൾ പരിസരപുസ്തകത്തിലെഴുതൂ.

എന്തെല്ലാം കാര്യങ്ങളാണ് നിരീക്ഷിക്കേണ്ടത്?

- കിണർ വലകൊണ്ട് മൂടിയിട്ടുണ്ടോ?
- കിണറിന് ആൾമറ ഉണ്ടോ?
- കിണറിന് സമീപം മലിനജലം കെട്ടിക്കിടക്കുന്നുണ്ടോ?
- കിണറിനടുത്ത് കുളിക്കാറുണ്ടോ?
- തുണി അലക്കുന്നത് കിണറിന്റെ സമീപത്താണോ?
- കിണറിൽനിന്നു നിശ്ചിത അകലം പാലിച്ചാണോ കക്കൂസ്ടാങ്ക് നിർമിച്ചിട്ടുള്ളത്?

ഇനി പറയൂ. നിങ്ങൾ നിരീക്ഷിച്ച കിണറുകളിൽ ഏതൊക്കെയാണ് വൃത്തിയുള്ളത്?

വൃത്തിയില്ലാത്ത കിണറുകളുണ്ടോ? അവ വൃത്തിയുള്ളതാക്കാൻ എന്തെല്ലാം കാര്യങ്ങളാണ് ചെയ്യേണ്ടതെന്ന് നിർദേശിക്കൂ.

കുടിവെള്ളം

സ്കൂളിലേക്ക് പോകുമ്പോൾ നിങ്ങളുടെ ബാഗിൽ ഒരു കുപ്പി വെള്ളമെങ്കിലും കരുതാറില്ലേ?

തിളപ്പിച്ചാറിയ വെള്ളം തന്നെയല്ലേ നിങ്ങൾ കൊണ്ടുപോകാറുള്ളത്?

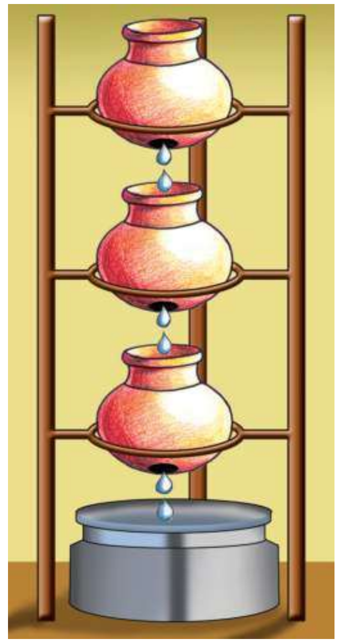
നമുക്ക് ലഭിക്കുന്ന ജലം പലപ്പോഴും ശുദ്ധമായിരിക്കണമെന്നില്ല. ശുദ്ധമായ ജലം ഉപയോഗിച്ചില്ലെങ്കിൽ പല രോഗങ്ങളും പിടിപെടാൻ സാധ്യതയുണ്ട്.

ജലം ശുദ്ധീകരിക്കാം

ജലം ശുദ്ധീകരിക്കാൻ ഒട്ടേറെ മാർഗങ്ങൾ നിലവിലുണ്ട്. വാട്ടർ പ്യൂരിഫയർ പോലുള്ള ആധുനിക ഉപകരണങ്ങൾ ഇന്ന് ലഭ്യമാണ്. ഇത്തരത്തിലുള്ള ഉപകരണങ്ങൾ വീടുകളിലും സ്ഥാപനങ്ങളിലും വിദ്യാലയങ്ങളിലും ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു.

ജലം ശുദ്ധീകരിക്കാനുള്ള ഒരു സാധാരണ മാർഗം പരിചയപ്പെടാം.

മുച്ചട്ടി അരിപ്പ



ഒരേ വലുപ്പമുള്ള മൂന്ന് മൺചട്ടികളോ ചിരട്ടകളോ എടുക്കുക. അവയുടെ അടിഭാഗത്ത് നടുവിലായി ചെറിയൊരു ദ്വാരമിടുക. ചിത്രത്തിൽ കാണുന്നതുപോലെ മൂന്ന് ചട്ടികളും ക്രമീകരിക്കുക. മുകളിലെ ചട്ടിയിൽ ചരൽ, നടുവിലെ ചട്ടിയിൽ മണൽ, താഴെയുള്ള ചട്ടിയിൽ ചിരട്ടക്കരി എന്നിവ കഴുകി വൃത്തിയാക്കി ഇടുക. മുച്ചട്ടി അരിപ്പയുടെ ഏറ്റവും അടിയിലായി ശുദ്ധജലം ശേഖരിക്കാനായി വൃത്തിയുള്ള ഒരു പാത്രം വയ്ക്കുക. ഇനി ഏറ്റവും മുകളിലത്തെ ചട്ടിയിൽ ചെളിവെള്ളം ഒഴിച്ചുനോക്കൂ.

ചെളിവെള്ളത്തിന് എന്തു മാറ്റമാണ് ഉണ്ടാവുന്നത്? പരീക്ഷണക്കുറിപ്പ് പരിസരപുസ്തകത്തിൽ എഴുതൂ.

ജീവന്റെ നിലനിൽപ്പിനുള്ള അത്യാവശ്യഘടകങ്ങളിൽ ഒന്നാണ് ജലം. നമുക്ക് ആവശ്യത്തിന് ഉപയോഗിക്കാനുള്ള ജലം നമ്മുടെ ഭൂമിയിലുണ്ട്. ശ്രദ്ധയോടെ ഉപയോഗിക്കണമെന്നുമാത്രം.

ജലം പാഴാക്കിക്കളയാതെ ആവശ്യത്തിനു മാത്രം ഉപയോഗിക്കാൻ നമുക്ക് കഴിയണം. ഓരോ തുള്ളി ജലവും വിലപ്പെട്ടതാണ്.

കുടിവെള്ളം ശുദ്ധീകരിക്കാം

കുടിവെള്ളം ശുദ്ധീകരിക്കാൻ ബ്ലീച്ചിങ് പൗഡറാണ് സാധാരണ ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നത്. മാസത്തിലൊരിക്കലെങ്കിലും കിണർവെള്ളം ശുദ്ധീകരിക്കണം. രണ്ടാൾ ആഴത്തിൽ വെള്ളമുള്ള കിണറിലേക്ക് ഒരു തീപ്പെട്ടിക്കൂടിൽ കൊള്ളാവുന്നത്ര ബ്ലീച്ചിങ് പൗഡർ മതിയാകും. ഒരു കപ്പ് വെള്ളത്തിൽ ഒരു തീപ്പെട്ടിക്കൂട് ബ്ലീച്ചിങ് പൗഡർ കലക്കി വയ്ക്കുക. കലക്കിവച്ചതിന്റെ തെളിവെള്ളം ശേഖരിച്ച് കിണറിൽ ഒഴിക്കുക. വെള്ളം കോരാനുള്ള ബക്കറ്റ് ഉപയോഗിച്ച് കിണറിലെ വെള്ളം നന്നായി ഇളക്കുക. പിറ്റേദിവസം രാവിലെ മുതൽ കിണറിലെ ജലം ഉപയോഗിക്കാം. ബ്ലീച്ചിങ് പൗഡർ പ്രാഥമികാരോഗ്യകേന്ദ്രങ്ങളിൽ നിന്ന് ലഭിക്കും. ബ്ലീച്ചിംഗ് പൗഡർ ആവശ്യത്തിലധികമാകുന്നത് ദോഷമാണെന്നോർക്കുമല്ലോ.

ജലാശയങ്ങൾ മലിനമാക്കരുതേ...

എത്രമാത്രം ജലമാണ് നമ്മുടെ ഭൂമിയിലുള്ളത്! കടൽജലം നമുക്ക് കുടിക്കാൻ കഴിയില്ലല്ലോ. എന്നാൽ കുളങ്ങളിലെയും പുഴകളിലെയും ജലം ശുദ്ധമായിരുന്നൊരു കാലമുണ്ടായിരുന്നു. ഇന്ന് അവയെല്ലാം മലിനമാക്കപ്പെട്ടുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു.

നിങ്ങളുടെ അടുത്തുള്ള പുഴ ഏതാണ്?

അതിലെ വെള്ളം ശുദ്ധമാണോ?

എന്തെല്ലാം മാലിന്യങ്ങളാണ് പുഴയിലേക്ക് ഒഴുകിയെത്തുന്നത്?

ഓരോ ദിവസവും ഓടകളിലൂടെയും മറ്റും എത്രയെത്ര മാലിന്യങ്ങളാണ് പുഴകളിലേക്ക് ഒഴുകിയെത്തുന്നത്?

ജലാശയങ്ങൾ മലിനപ്പെടുന്നത് ജീവജാലങ്ങളുടെ നിലനിൽപ്പുതന്നെ അപകടത്തിലാക്കുന്നു. ജലാശയങ്ങൾ സംരക്ഷിക്കേണ്ടത് നമ്മുടെ കടമയാണ്.

മാനത്ത് കാർമേഘങ്ങൾ പടരുന്നു...
കുളിർക്കാറ്റ് വീശുന്നു....
തവളക്കുട്ടൻ പേക്രോം പാടിത്തുടങ്ങി...
ഇതാ വീണ്ടുമൊരു മഴ വന്നെത്തുന്നു....
നമുക്ക് ആ മഴയെ വരവേൽക്കാം....

എന്റെ പ്രധാന പഠനനേട്ടങ്ങൾ

- എന്റെ പരിസരത്തുള്ള ജലസ്രോതസ്സുകൾ ഏതെല്ലാമെന്ന് പറയാൻ കഴിയുന്നു.
- ജലം എന്തെല്ലാം ആവശ്യങ്ങൾക്ക് ഉപയോഗിക്കുന്നു എന്നു പറയാൻ കഴിയുന്നു.
- ജലക്ഷാമം മൂലമുണ്ടാകുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ രേഖപ്പെടുത്താൻ കഴിയുന്നു.
- ജലം പാഴാകുന്ന സന്ദർഭങ്ങൾ കണ്ടെത്തി പറയുവാനും പരിഹാരമാർഗങ്ങൾ നിർദേശിക്കുവാനും കഴിയുന്നു
- പ്രകൃതിയുടെ വരദാനമായ ജലം അമൂല്യമാണെന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞുകൊണ്ട് ജലസംരക്ഷണ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടാൻ കഴിയുന്നു.
- അമൂല്യമായ ജലം നാം സംരക്ഷിക്കേണ്ടതാണെന്ന ആശയം ജനങ്ങളിൽ എത്തിക്കാനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടാൻ കഴിയുന്നു.
- കിണർജലം മലിനമാകാതിരിക്കാൻ ചെയ്യേണ്ടതെന്തെല്ലാമാണെന്നു നിർദേശിക്കാൻ കഴിയുന്നു.
- മുച്ചട്ടി അരിപ്പ ഉപയോഗിച്ച് ചെളികലർന്ന ജലത്തെ തെളിയിച്ചെടുക്കാൻ കഴിയുന്നു.
- ജലം ശുദ്ധീകരിക്കുന്നതിനുള്ള ചില മാർഗങ്ങൾ നിർദേശിക്കാൻ കഴിയുന്നു.

വിലയിരുത്താം

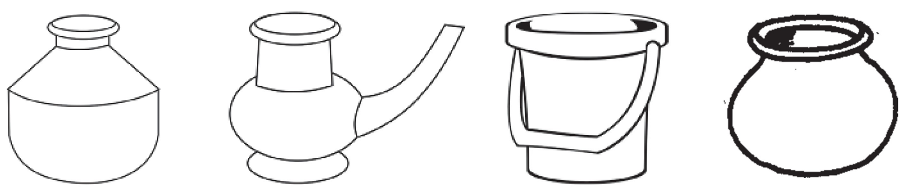
1. രുചിയും മണവും നിറവുമില്ലാത്ത രണ്ട് പദാർഥങ്ങൾ ഏവ?

   A ജലം, പാൽ
   B മോര്, പാൽ
   C ജലം, വായു
   D വായു, മോര്

2. മഴക്കാലവുമായി ബന്ധമില്ലാത്ത പ്രസ്താവന ഏത്?

   A പുഴകൾ നിറയുന്നു.
   B ഇടി, മിന്നൽ ഉണ്ടാകുന്നു.
   C മണ്ണ് ഒലിച്ചു പോകുന്നു.
   D കുളങ്ങൾ വറ്റിപ്പോകുന്നു.

3. ചിത്രങ്ങൾ നിരീക്ഷിക്കൂ...



ജലം കൂടുതൽ പാഴാകാതെ ഉപയോഗിക്കാൻ അനുയോജ്യമായത് ഏതാണ്? എന്തുകൊണ്ട്? ✓ ചെയ്യൂ.

തുടർപ്രവർത്തനങ്ങൾ

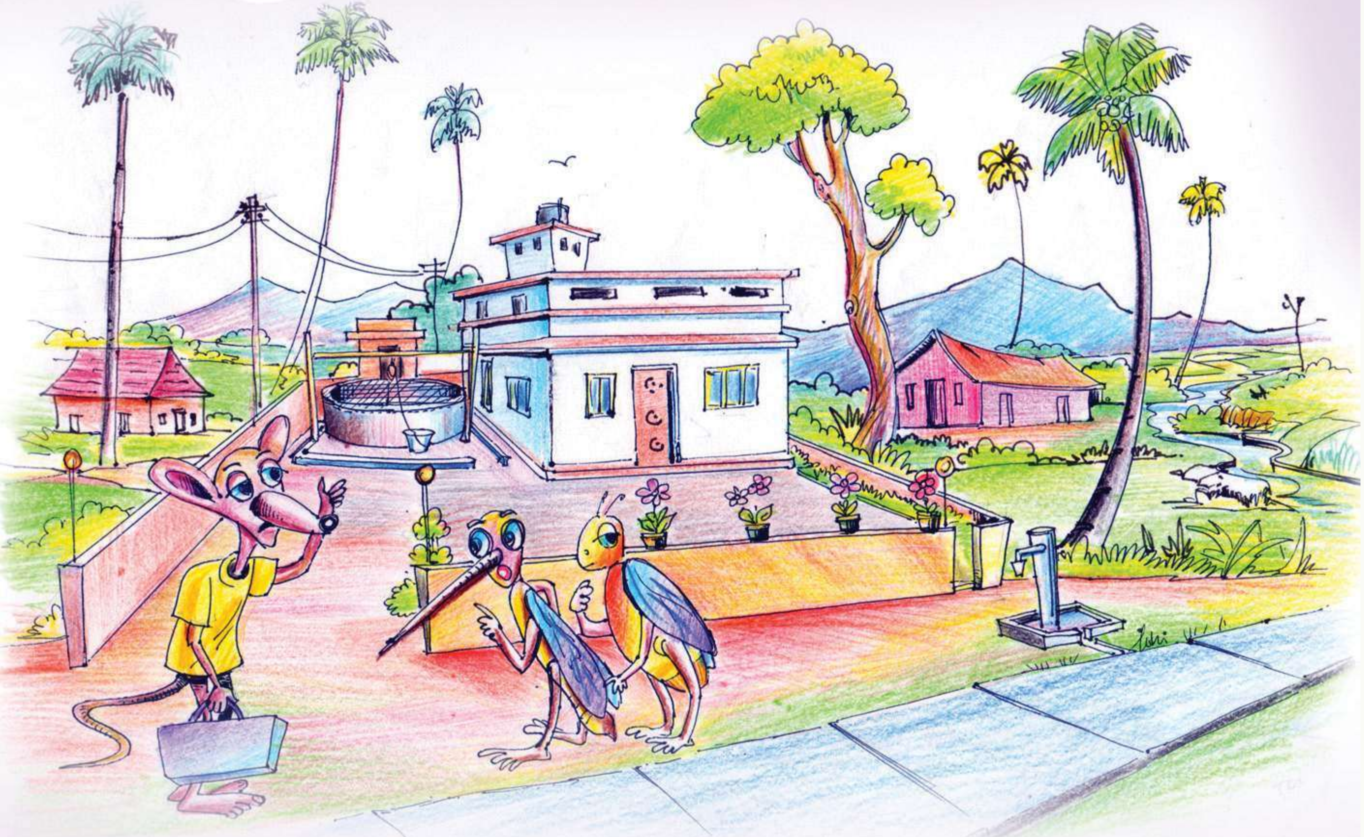
1. ജലത്തിന് ആകൃതിയുണ്ടോ? ഒന്ന് പരീക്ഷിച്ചു നോക്കൂ.

   വ്യത്യസ്ത ആകൃതിയിലുള്ള ഗ്ലാസുകളും കുപ്പികളും എടുക്കുക. ഗ്ലാസിൽ നിറച്ച ജലം ഓരോ പാത്രത്തിലേക്കും മാറിമാറി ഒഴിച്ചു നോക്കൂ. എന്തു കാണുന്നു? ഇങ്ങനെ കാണാൻ എന്താണ് കാരണം?

2. കഞ്ഞിവെള്ളം, ചെളിവെള്ളം, ശുദ്ധജലം എന്നിവ മൂന്ന് ചില്ലുഗ്ലാസുകളിൽ എടുക്കുക. ഒരു പത്രത്തിന്റെ തലക്കെട്ട് വരുന്ന ഭാഗം മുറിച്ചെടുക്കുക. തലക്കെട്ടുവരുന്ന ഭാഗം മൂന്ന് ഗ്ലാസിന്റെയും പുറത്ത് ചേർത്തുവച്ച് വായിക്കാൻ ശ്രമിക്കൂ. കഴിയുന്നുണ്ടോ? എന്ത് പ്രത്യേകതയാണ് കാണുന്നത്?

3. ജലസംരക്ഷണവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പോസ്റ്ററുകൾ തയാറാക്കി സ്കൂളിലും പരിസരങ്ങളിലും പതിക്കുക.

4 വൃത്തി നമ്മുടെ ശക്തി



''എലിയമ്മാവാ, എങ്ങോട്ടാ യാത്ര?''

'ഞാനീ നാടുവിട്ടു പോകുകയാ കൊതുകച്ചാ.''

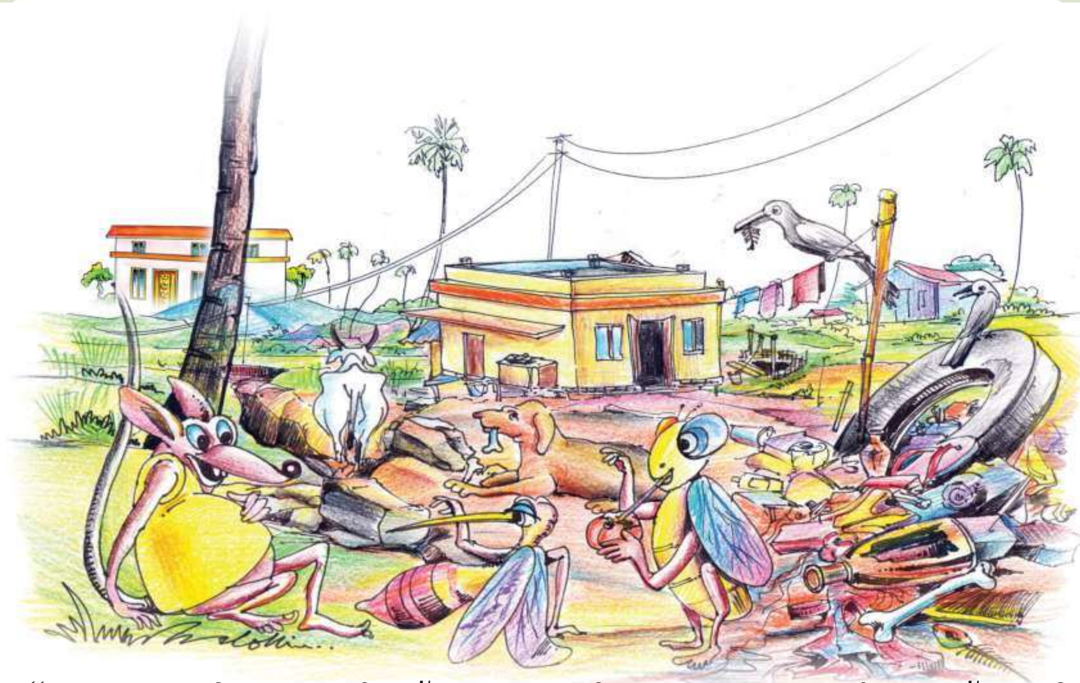
''എന്തു പറ്റി?''

''ഈ വൃത്തിയുള്ള നാട്ടിൽ നമ്മളെപ്പോലുള്ളവർ എങ്ങനെയാ ജീവിക്കുക? വിശന്നു ജീവിക്കാൻ ഇനി വയ്യ.''

''ശരിയാ, മുട്ടയിടാൻ കെട്ടിക്കിടക്കുന്ന ഒരു തുള്ളി വെള്ളംപോലും കാണാനില്ല. ജീവിക്കാനുള്ള പ്രയാസംകൊണ്ട് ചങ്ങാതിമാരൊക്കെ നാടുവിട്ടു. ഞാനും കൂടെ പോരട്ടെ.''

''എന്റെ കാര്യവും കഷ്ടമാ.... ഞാനും വരാം.''

മണിയനീച്ചയും ഒപ്പം കൂടി.



''ഹൊ.. ഇവിടെയെത്തിയത് ഭാഗ്യമായി. കുറച്ചുനാളുകൾകൊണ്ട് ശരീര മൊക്കെ ഒന്നു നന്നായി അല്ലേ... കൊതുകച്ചാ.''

''അതെയതെ, ഇഷ്ടംപോലെ ഭക്ഷണം, നമുക്ക് താമസിക്കാൻ പറ്റിയ സ്ഥലം.''

''ഇനി നമുക്ക് എവിടെയും പോകേണ്ട, ഇവിടെ സുഖമായി കഴിയാം'' മണി യനീച്ച സന്തോഷത്തോടെ പറഞ്ഞു.

ചിത്രത്തിലെ രണ്ടു ഗ്രാമങ്ങളും നിങ്ങൾ കണ്ടല്ലോ...? ഇതിലേത് ഗ്രാമത്തി ലാണ് നിങ്ങൾ താമസിക്കാൻ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നത്? എന്തുകൊണ്ട്?

നല്ല ആരോഗ്യത്തോടെ വളരണമെങ്കിൽ നമ്മുടെ പരിസരം വൃത്തിയു ള്ളതായിരിക്കണം.

വൃത്തിയില്ലാത്തിടങ്ങളിലാണ് കൊതുക്, ഈച്ച, എലി മുതലായ ജീവി കൾ കൂടുതൽ ഉണ്ടാകുന്നത്. ഇത്തരം ജീവികളാണ് പല രോഗങ്ങളും പരത്തുന്നത്.

കെട്ടിക്കിടക്കുന്ന വെള്ളത്തിലാണ് കൊതുക് മുട്ടയിട്ടു പെരുകുന്നത്. മുട്ട വിരിഞ്ഞ് കുഞ്ഞുങ്ങൾ പൂർണ വളർച്ച യെത്താൻ എട്ടു ദിവസമെടുക്കും. മനുഷ്യന്റെ രക്തം കുടി ക്കുന്ന കൊതുകുകൾ നിരവധി രോഗങ്ങൾ പരത്തുന്നു. മലേറിയ, ഡെങ്കിപ്പനി, ചിക്കുൻഗുനിയ തുടങ്ങിയവയാണ് കൊതുക് പരത്തുന്ന രോഗങ്ങൾ.

നമ്മുടെ ചുറ്റുപാടുകളിൽ കാണുന്ന ഒരു ചെറു പ്രാണിയാണ് ഈച്ച. മലിനമായ സ്ഥലങ്ങളിലും ചീഞ്ഞ വസ്തുക്കളിലും ഈ ജീവിയെ കാണാം. മധുരമുള്ളതും തുറന്നു വച്ചിരിക്കുന്നതുമായ ആഹാരസാധനങ്ങളിൽ ഈച്ച വന്നിരിക്കും. വയറിളക്കം, കോളറ തുടങ്ങിയ രോഗങ്ങൾ പരത്തുന്നത് ഈ ചെറുജീവിയാണ്.

തട്ടിൻപുറത്തും ചെറുമാളങ്ങളിലും എലിയെ നിങ്ങൾ കണ്ടിട്ടുണ്ടാകും. കണ്ണിൽ കണ്ടതൊക്കെ ഈ വിരുതൻ കരണ്ട് മുറിച്ച് നശിപ്പിക്കും. അടുക്കളയിലെയും കലവറയിലെയും ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ തേടി എലി എത്തും. എലിയുടെ വിസർജ്യങ്ങൾ ഭക്ഷണസാധനങ്ങളിൽ വീഴുക വഴി പലവിധ രോഗങ്ങൾ ഉണ്ടാകാൻ ഇടയുണ്ട്. എലിപ്പനി, പ്ലേഗ് തുടങ്ങിയ രോഗങ്ങൾ പരത്തുന്നത് എലിയാണ്.

കൊതുക്, ഈച്ച, എലി തുടങ്ങിയ ജീവികൾ പെരുകിയാലുള്ള ദോഷങ്ങളൊന്നാലോചിച്ചു നോക്കൂ.

നമ്മുടെ കണ്ണുകൊണ്ട് കാണാൻ കഴിയാത്തവ ഉൾപ്പെടെ രോഗങ്ങൾക്ക് കാരണക്കാരായ ധാരാളം ജീവികളുണ്ട്. ഇത്തരം ജീവികൾ പെരുകുന്ന സാഹചര്യങ്ങൾ ഒഴിവാക്കാനാണ് നാം ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത്. അതിന് നമുക്ക് എന്തെല്ലാം ചെയ്യാൻ കഴിയും?

- ചപ്പുചവറുകൾ കൂടിക്കിടക്കാൻ അനുവദിക്കരുത്.
- വെള്ളം കെട്ടിക്കിടക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുക.
- വ്യക്തിശുചിത്വം പാലിക്കുക.
- വീട്, വിദ്യാലയം, പൊതുസ്ഥലങ്ങൾ എന്നിവ വൃത്തിയായി സൂക്ഷിക്കുക.
- നാം കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണവും വെള്ളവും ശുദ്ധമായിരിക്കണം.
-
-

Edubuntu-School Resources -
'ശുചിത്വം വീട്ടിലും നാട്ടിലും'
കാണുക

? കൊതുകുനശീകരണത്തിനായുള്ള 'ഡ്രൈഡേ' യെക്കുറിച്ച് നിങ്ങൾക്കറിയാമോ?

ഡ്രൈഡേ

കെട്ടിക്കിടക്കുന്ന വെള്ളത്തിലാണല്ലോ കൊതുകുകൾ മുട്ടയിട്ടു പെരുകുന്നത്. മുട്ട വിരിഞ്ഞ് എട്ടു ദിവസംകൊണ്ട് കൊതുകുകൾ പൂർണവളർച്ചയെത്തും. നമ്മുടെ ചുറ്റുപാടുകളിൽ ചിരട്ട, ഉപേക്ഷിച്ച പാത്രങ്ങൾ, ടയർ, കുപ്പി, കളിപ്പാട്ടങ്ങൾ തുടങ്ങി വെള്ളം കെട്ടിനിൽക്കാൻ സാധ്യതയുള്ള ധാരാളം വസ്തുക്കൾ ഉണ്ട്. ഇവയിൽ കൊതുകുകൾ മുട്ടയിടാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. അതിനാൽ ഓരോ ഏഴു ദിവസം കൂടുമ്പോഴും ഇവയിൽ കെട്ടിനിൽക്കുന്ന വെള്ളം മറിച്ചുകളയണം. ഇങ്ങനെ, കൊതുകുകൾ വളരുന്ന സാഹചര്യങ്ങൾ ഒഴിവാക്കാം. നമ്മുടെ വിദ്യാലയങ്ങളിലും വീടുകളിലുമൊക്കെ നടത്തുന്ന ഈ പ്രവർത്തനം 'ഡ്രൈഡേ' എന്ന പേരിലാണ് അറിയപ്പെടുന്നത്.

കൊതുകിനെക്കുറിച്ചുള്ള ഏതാനും ചൊല്ലുകൾ നോക്കൂ....

- ആയിരം രോഗത്തിന് അരക്കൊതുക്
- കൊതുക് കുത്തിയാൽ വൈദ്യനും വീഴും
- വൃത്തിയില്ലാത്ത നാട്ടിൽ കൊതുക് രാജാവ്

വെള്ളത്തിലൂടെയും രോഗം

വെള്ളത്തിലൂടെയും രോഗങ്ങൾ പകരാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. പരിസരപ്രദേശങ്ങളിലെ മലിനജലം മുഖേനയും നാം കുടിക്കുന്ന ശുദ്ധമല്ലാത്ത ജലം മുഖേനയുമാണ് രോഗങ്ങൾ വന്നെത്തുന്നത്. വയറിളക്കം, വയറുകടി, മഞ്ഞപ്പിത്തം, കോളറ, ടൈഫോയ്ഡ് തുടങ്ങിയ രോഗങ്ങളാണ് ജലത്തിലൂടെ പകരാൻ ഇടയുള്ളത്.

ജലത്തിലൂടെ പകരാൻ സാധ്യതയുള്ള രോഗങ്ങളെ തടയാൻ നാം എന്തെല്ലാം കാര്യങ്ങളാണ് ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത്?

- കുടിക്കാൻ ശുദ്ധജലമോ തിളപ്പിച്ചാറിയ ജലമോ ഉപയോഗിക്കുക.
- മലിനജലം കെട്ടിക്കിടക്കാൻ അനുവദിക്കരുത്.
- തുറന്നുവച്ചതോ പഴകിയതോ ആയ പാനീയങ്ങൾ കുടിക്കരുത്.
- കുടിവെള്ള സ്രോതസ്സുകൾ ശുദ്ധമാണെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുക.
-

പാനീയചികിത്സ

വയിറളക്കരോഗങ്ങൾ ഉണ്ടായാൽ നമ്മുടെ ശരീരത്തിലെ ജലാംശം വളരെയധികം നഷ്ടപ്പെടുന്നു. നഷ്ടപ്പെട്ട ജലാംശം ശരീരത്തിനു തിരിച്ചുനൽകാൻ പാനീയ ചികിത്സ നടത്തണം.

- ഉപ്പിട്ട കഞ്ഞിവെള്ളം
- ഉപ്പും പഞ്ചസാരയും ചേർത്ത നാരങ്ങവെള്ളം
- ഉപ്പിട്ട സംഭാരം
- കരിക്കിൻ വെള്ളം

ഇവ കുടിക്കാൻ നൽകണം.

പ്രാഥമിക ആരോഗ്യകേന്ദ്രത്തിൽനിന്നു ലഭിക്കുന്ന ഒ.ആർ.എസ്. മിശ്രിതം തിളപ്പിച്ചാറിയ ഒരു ലിറ്റർ ജലത്തിൽ കലക്കി ഇടക്കിടയ്ക്കു നൽകുകയും ചെയ്യാം.

ശുചിത്വമില്ലായ്മയാണ് പല രോഗങ്ങൾക്കും കാരണമാകുന്നത്. പരിസരശുചിത്വം പോലെത്തന്നെ പ്രധാനമാണ് വ്യക്തിശുചിത്വവും. നാം പാലിക്കേണ്ട ശുചിത്വശീലങ്ങൾ എന്തെല്ലാമാണ്?

- ദിവസവും കുളിക്കണം.
- നഖം മുറിക്കണം.
- ആഹാരത്തിന് മുൻപും ശേഷവും കൈയും വായും കഴുകണം.
- കക്കൂസിൽ നിന്നുവന്നശേഷം കൈകൾ സോപ്പുപയോഗിച്ചു കഴുകണം.
- രാവിലെയും രാത്രിയിലും പല്ലുകൾ വൃത്തിയാക്കണം.
- വൃത്തിയുള്ള വസ്ത്രം ധരിക്കണം.
-

വ്യക്തിശുചിത്വം മാത്രം ശ്രദ്ധിച്ചാൽ പോരാ, വീട്ടിലും വിദ്യാലയത്തിലും പൊതുസ്ഥലങ്ങളിലും ശുചിത്വം പാലിക്കേണ്ടതുണ്ട്.

പരിസരശുചിത്വത്തിനായി നമുക്ക് എന്തെല്ലാം കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യാൻ കഴിയും?

- ചപ്പുചവറുകൾ വലിച്ചെറിയരുത്.
- കക്കൂസിൽ മാത്രം മലവിസർജനം നടത്തുക.
- മൂത്രപ്പുരയിൽ മാത്രം മൂത്രമൊഴിക്കുക.
- പൊതുസ്ഥലത്ത് തുപ്പരുത്.
- ഭക്ഷണാവശിഷ്ടങ്ങൾ വലിച്ചെറിയരുത്.
-

ശുചിത്വം പാലിക്കാൻ ഞാൻ ചെയ്യുന്നത്	
ശുചിത്വവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് താഴെ പറയുന്നവയിൽ നിങ്ങൾ ചെയ്യുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കു നേരെ ശരി (✓) അടയാളപ്പെടുത്തുക.	
• ദിവസവും രണ്ടുനേരം പല്ലു തേക്കുന്നു.	☐
• എല്ലാ ദിവസവും കുളിക്കുന്നു.	☐
• കുളി കഴിഞ്ഞ് ശരീരം നന്നായി തുടച്ചു വൃത്തിയാക്കുന്നു.	☐
• ദിവസവും വൃത്തിയുള്ള വസ്ത്രം ധരിക്കുന്നു.	☐
• തിളപ്പിച്ചാറിയ വെള്ളം കുടിക്കുന്നു.	☐
• പുറത്തിറങ്ങുമ്പോൾ ചെരുപ്പ് ഉപയോഗിക്കുന്നു.	☐
• കക്കൂസിൽ നിന്നു വന്നശേഷം കൈകൾ സോപ്പുപയോഗിച്ചു കഴുകുന്നു.	☐
• മൂത്രപ്പുരയിൽ മാത്രം മൂത്രമൊഴിക്കുന്നു.	☐
• വൃത്തിയുള്ള പാത്രങ്ങളിൽ ആഹാരം കഴിക്കുന്നു.	☐
• കളി കഴിഞ്ഞ് കൈയും കാലും മുഖവും വൃത്തിയാക്കുന്നു.	☐
• നഖം വെട്ടി വൃത്തിയാക്കുന്നു.	☐
• ആഹാരത്തിനു മുൻപും ശേഷവും കൈയും വായും കഴുകി വൃത്തിയാക്കുന്നു.	☐
• പാഴ്‌വസ്തുക്കൾ നിശ്ചിതസ്ഥലത്ത് നിക്ഷേപിക്കുന്നു.	☐

ആരോഗ്യ ക്ലബ്ബ്

നന്ദപുരം ഗവൺമെന്റ് എൽ.പി. സ്കൂളിലെ ആരോഗ്യ ക്ലബ്ബ് നടത്തിയ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നോക്കൂ.

- എല്ലാ ആഴ്ചയിലും ഡ്രൈഡേ ആചരിക്കൽ
- ബോധവൽക്കരണ പോസ്റ്റർ നിർമാണം
- ഓരോ ക്ലാസിലും ആരോഗ്യചാർട്ട്
- വ്യായാമ പരിശീലനം

- സ്കൂളിലും പരിസരങ്ങളിലും ചവറ്റുകുട്ടകൾ സ്ഥാപിക്കൽ.
- ശുചിത്വ സർവേ
- ആരോഗ്യപ്പതിപ്പ് നിർമാണം

നിങ്ങളുടെ വിദ്യാലയത്തിലുമില്ലേ ആരോഗ്യക്ലബ്ബ്? എന്തെല്ലാം പ്രവർത്തന ങ്ങളാണ് നിങ്ങൾ നടത്താറുള്ളത്?

പോസ്റ്റർ നിർമിക്കാം

നന്ദപുരം ഗവൺമെന്റ് എൽ.പി. സ്കൂളിലെ കൂട്ടുകാർ നിർമിച്ച ചില പോസ്റ്ററുകൾ നോക്കൂ. ഇതുപോലെ സ്കൂളിലും പരിസരങ്ങളിലും പതിക്കാൻ പോസ്റ്ററുകൾ തയാറാക്കൂ.

വാർത്തകൾ

പത്രങ്ങളിൽ വരാറുള്ള ചില വാർത്താ തലക്കെട്ടുകൾ ശ്രദ്ധിക്കൂ..

ഇത്തരം വാർത്തകൾ വരാൻ കാരണമെന്താണ്?

ശുചിത്വമുള്ള ഒരു നാട്ടിൽ നിന്ന് ഇത്തരം വാർത്തകൾ ഉണ്ടാകുമോ?

നമ്മുടെ നാട്ടിൽ ഇത്തരം വാർത്തകൾ ഉണ്ടാകാതിരിക്കാൻ എന്തൊക്കെ ശ്രദ്ധിക്കണം?

- നാം ഓരോരുത്തരും ശുചിത്വം പാലിക്കണം.
- വീടും പരിസരവും വൃത്തിയായി സൂക്ഷിക്കണം.
- പൊതുസ്ഥലങ്ങളിൽ ശുചിത്വം പാലിക്കണം.
- ആരോഗ്യബോധവൽക്കരണം നൽകണം.

വ്യക്തിശുചിത്വവും പരിസരശുചിത്വവും പാലിച്ച് നാം ജീവിച്ചാൽ നമ്മുടെ നാടും വൃത്തിയുള്ളതാകും.

അതിനായി നമുക്ക് ഒത്തൊരുമിച്ചു പ്രവർത്തിക്കാം.

പ്രധാന പഠനനേട്ടങ്ങളിൽ പെടുന്നവ

- കൊതുക്, ഈച്ച, എലി എന്നിവ പെരുകുന്ന സാഹചര്യങ്ങളും അതുമൂലമുണ്ടാകുന്ന ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളും പറയാൻ കഴിയുന്നു.
- വീടും പരിസരവും വൃത്തിയായി സൂക്ഷിക്കുന്നതിന് നാം എന്തെല്ലാം ശ്രദ്ധിക്കണമെന്ന് നിർദേശിക്കാൻ കഴിയുന്നു.
- കൊതുകുനശീകരണ പ്രവർത്തനങ്ങൾ എങ്ങനെ നടപ്പാക്കാം എന്ന് നിർദേശിക്കാനും കൊതുകുനശീകരണ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടാനും കഴിയുന്നു.
- ആഹാരത്തിലൂടെയും കുടിവെള്ളത്തിലൂടെയും പകരാൻ സാധ്യതയുള്ള രോഗങ്ങൾ ഏതെല്ലാമെന്ന് പറയാൻ കഴിയുന്നു.
- ഈച്ച, കൊതുക്, എലി എന്നിവയിലൂടെയും വെള്ളത്തിലൂടെയും പകരുന്ന രോഗങ്ങൾ പിടിപെടാതിരിക്കാൻ നാം എന്തെല്ലാം ശ്രദ്ധിക്കണമെന്ന് പറയാൻ കഴിയുന്നു.
- നാം പാലിക്കേണ്ട ശുചിത്വശീലങ്ങൾ എന്തെല്ലാം എന്ന് നിർദേശിക്കാൻ കഴിയുന്നു.
- വൃത്തിയാണ് ശക്തി എന്ന ആശയം പ്രചരിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടാൻ കഴിയുന്നു.
- വ്യക്തിശുചിത്വവും പരിസരശുചിത്വവും ഉറപ്പുവരുത്തുന്നതിൽ എന്റെ പങ്ക് തിരിച്ചറിഞ്ഞുകൊണ്ട് പ്രവർത്തിക്കാൻ കഴിയുന്നു.

വിലയിരുത്താം

1. താഴെ പറയുന്നവയിൽ തെറ്റായ കാര്യം ഏത്?

   എ. തുറന്നുവച്ച ആഹാരസാധനങ്ങൾ കഴിക്കരുത്.

   ബി. പൊതുസ്ഥലത്ത് മലമൂത്രവിസർജനം നടത്തരുത്.

   സി. തിളപ്പിച്ചാറിയ വെള്ളം കുടിക്കണം.

   ഡി. മലിനജലം കെട്ടിക്കിടക്കാൻ അനുവദിക്കണം.

2. ഒരു പ്രദേശത്ത് സ്ഥിരമായി രോഗങ്ങൾ പടർന്നുപിടിക്കുന്നു. എന്താവാം കാരണം?

എ. ആശുപത്രികൾ ഇല്ല.

ബി. ജനങ്ങൾക്ക് ഉയർന്ന വിദ്യാഭ്യാസമില്ല.

സി. മാലിന്യങ്ങൾ കുന്നുകൂടി വൃത്തിയില്ലാത്ത പരിസരം.

ഡി. റോഡ്, വൈദ്യുതി എന്നിവ ഇല്ല.

3. നിങ്ങളുടെ അയൽവാസിയായ ഒരു കുട്ടിക്ക് വയറിളക്കരോഗം പിടിപെട്ടു എന്നു കരുതുക. അവന്റെ ക്ഷീണം കുറയ്ക്കുന്നതിനായി എന്തെല്ലാം കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യണമെന്നാണ് നിങ്ങൾക്ക് നിർദേശിക്കാനുള്ളത്?

4. ടീച്ചർ നൽകിയ ചെക്ക്‌ലിസ്റ്റ് രാമു പൂരിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത് നോക്കൂ.

എന്തെങ്കിലും ആരോഗ്യപ്രശ്നം രാമുവിന് ഉണ്ടാകാൻ ഇടയുണ്ടോ? ഉണ്ടെങ്കിൽ എന്തെല്ലാം?

	ഞാൻ ചെയ്യുന്നവ	ഉണ്ട്	ഇല്ല
1.	തിളപ്പിച്ചാറിയ വെള്ളം മാത്രം കുടിക്കുന്നു.	✓	
2.	ദിവസവും കുളിക്കുന്നു.	✓	
3.	കൃത്യസമയത്ത് ആഹാരം കഴിക്കുന്നു.	✓	
4.	അമ്മ വിളമ്പിവച്ച ആഹാരം ചൂടാറുന്നതിനായി തുറന്നുവച്ച ശേഷം കളിക്കാൻ പോകുന്നു. തിരിച്ചുവന്ന് ആ ആഹാരം കഴിക്കുന്നു.	✓	

തുടർപ്രവർത്തനങ്ങൾ

1. സ്കൂൾമുറ്റം, ഭക്ഷണശാല, മൂത്രപ്പുര, ക്ലാസ്മുറി എന്നിവിടങ്ങളിൽ ശുചിത്വം നിലനിർത്തുന്നതിനാവശ്യമായ നിർദേശബോർഡുകൾ എഴുതി സ്ഥാപിക്കുക.

2. കൊതുകുനശീകരണ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ നിങ്ങളും പങ്കാളികളാകൂ. ഡ്രൈഡേ ആചരിക്കൂ.

3. നിങ്ങളുടെ വിദ്യാലയത്തിന് സമീപമുള്ള ഏതാനും വീടുകൾ ടീച്ചറോടൊപ്പം സന്ദർശിച്ച് അവർ നടപ്പാക്കിയിട്ടുള്ള ശുചീകരണപ്രവർത്തന

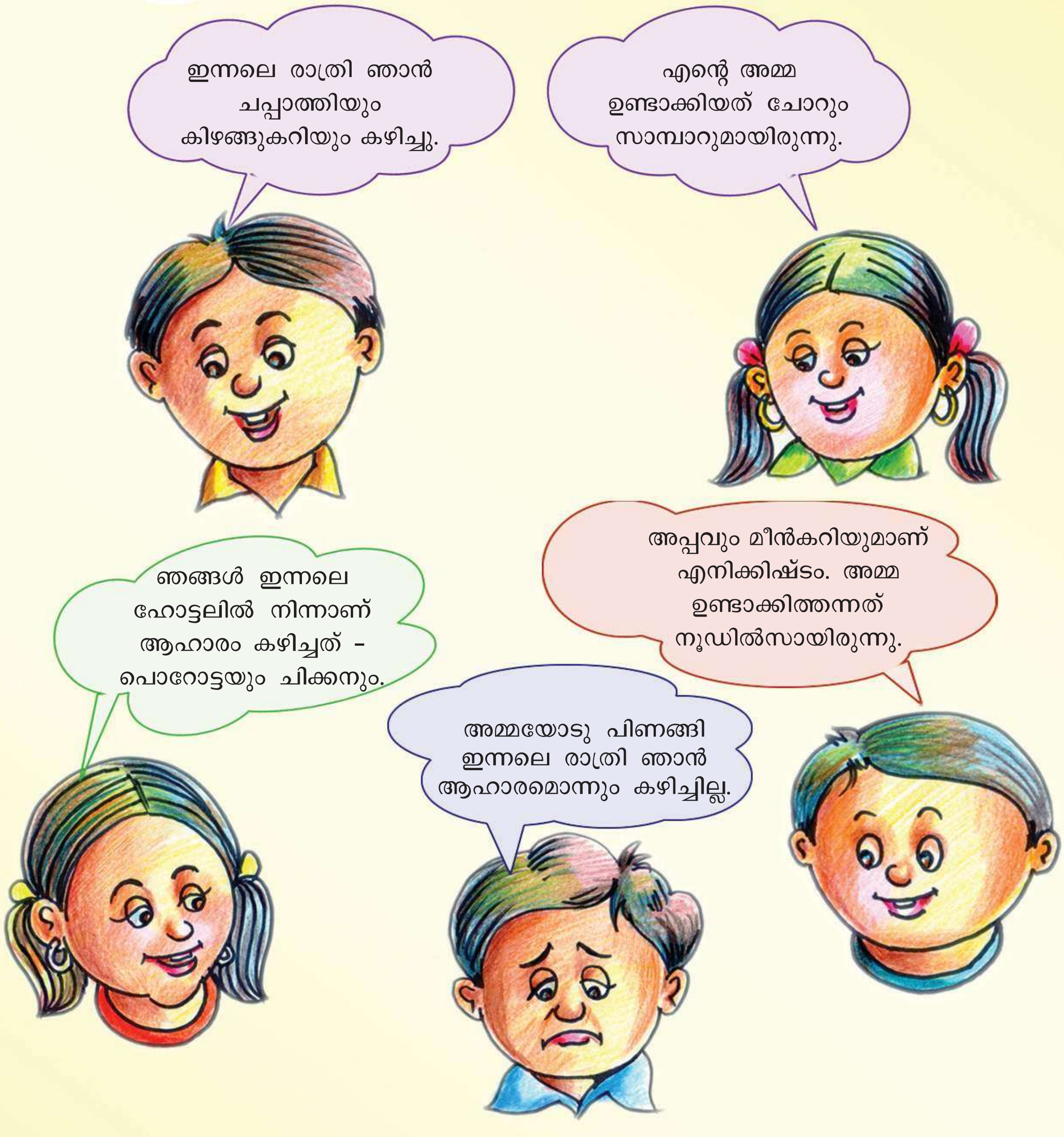
ങ്ങൾ വിലയിരുത്താം. ആവശ്യമായ നിർദേശങ്ങൾ അവർക്ക് നൽകുമല്ലോ. സർവേയുടെ കണ്ടെത്തലുകൾ ക്ലാസിൽ ചർച്ചചെയ്ത് പരിസര പുസ്തകത്തിൽ എഴുതുക.

സർവേ ഫോർമാറ്റ്

	പരിശോധിക്കുന്ന കാര്യങ്ങൾ	പൂർണമായും	തീരെയില്ല	ഭാഗികമായി
1.	കിണറും പരിസരവും വൃത്തിയായി സൂക്ഷിക്കുന്നു.			
2.	മാലിന്യങ്ങൾ തരംതിരിച്ച് സംസ്കരിക്കുന്നു.			
3.	തിളപ്പിച്ചാറിയ വെള്ളംമാത്രം കുടിക്കാൻ ഉപയോഗിക്കുന്നു (ശുദ്ധജലം).			
4.	വ്യക്തിശുചിത്വം പാലിക്കുന്നു.			
5.	സമീപത്തെ പൊതുസ്ഥലങ്ങൾ വൃത്തിയായി സൂക്ഷിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കുന്നു.			

5

രുചിയോടെ... കരുത്തോടെ....

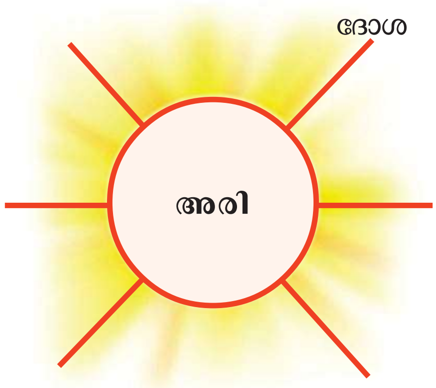


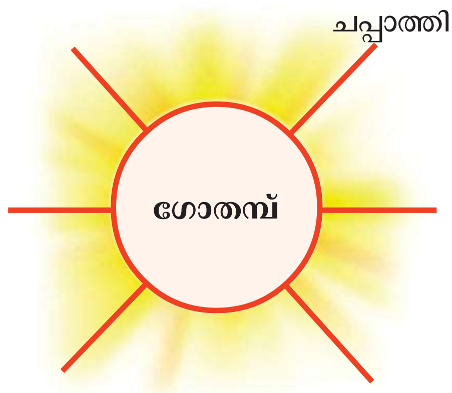
ചിത്രത്തിലെ കൂട്ടുകാർ എന്താണ് പറയുന്നത്? വായിച്ചുനോക്കൂ.

? ഇന്നലെ രാത്രി നിങ്ങൾ കഴിച്ച ആഹാരസാധനങ്ങൾ എന്തെല്ലാമാണ്? എഴുതൂ?

- നിങ്ങളുടെ കൂട്ടുകാർ കഴിച്ച ആഹാരസാധനങ്ങൾ എന്തെല്ലാമാണ്?
- എല്ലാവരും ഒരേ ആഹാരമാണോ കഴിച്ചത്? എന്തുകൊണ്ട്?
- അമ്മയോടു പിണങ്ങി ആഹാരം കഴിക്കാതെ കിടന്ന കുട്ടി ചെയ്തത് ശരിയോ? എന്താണ് നിങ്ങളുടെ അഭിപ്രായം?
- ആഹാരം ലഭിക്കാത്തതുമൂലം നിങ്ങൾക്ക് കഠിനമായ വിശപ്പ് അനുഭവപ്പെട്ടിട്ടുണ്ടോ?
- നിങ്ങൾക്ക് ഏറ്റവും ഇഷ്ടപ്പെട്ട ആഹാരവിഭവങ്ങൾ എന്തെല്ലാമാണ്? എന്തുകൊണ്ട്?
- അരി, ഗോതമ്പ് തുടങ്ങിയ ധാന്യങ്ങളാണ് നാം ആഹാരത്തിൽ മുഖ്യമായി ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഇതു കൂടാതെ മറ്റെന്തെല്ലാം ധാന്യങ്ങളുണ്ട്?
    - ചോളം
    - റാഗി
    - ചാമ
    - തിന

അരി, ഗോതമ്പ് എന്നിവ ഉപയോഗിച്ച് എന്തെല്ലാം ആഹാരവിഭവങ്ങളാണ് നിങ്ങളുടെ വീട്ടിൽ ഉണ്ടാക്കുന്നത്? താഴെ കാണുന്ന പദസൂര്യൻ പൂർത്തിയാക്കൂ.





ധാന്യങ്ങൾ മാത്രമാണോ നാം ആഹാരത്തിന് ഉപയോഗിക്കുന്നത്? സ്വാദുള്ള വിഭവങ്ങളൊരുക്കാൻ ഇനിയുമുണ്ട് ധാരാളം സാധനങ്ങൾ. പച്ചക്കറികൾ, പഴങ്ങൾ, പയർവർഗങ്ങൾ, കിഴങ്ങുവർഗങ്ങൾ, ഇലക്കറികൾ തുടങ്ങി നിരവധി സാധനങ്ങൾ നാം ഭക്ഷണമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. നിങ്ങളുടെ ആഹാരസാധനങ്ങളിൽ ഈ പറഞ്ഞവ ഉൾപ്പെടുത്താറില്ലേ?

പഴങ്ങളുടെ
രാജാവാണ് ഞാൻ.

പച്ചക്കറികളിൽ
സുന്ദരി ഞാനല്ലേ!

മലയാളിയുടെ
മുഖ്യ ആഹാരം
ഞാനാണു
കൂട്ടുകാരേ.

കിഴങ്ങുവർഗങ്ങളിൽ
കേമൻ ഞാൻ
തന്നെ!

ഇലക്കറികളിൽ
പേരുകേട്ടവനാണു
ഞാൻ.

പയറുവർഗങ്ങളിലെ
അംഗമാണു ഞാൻ

- നമ്മുടെ നാവിന് രുചിയേകാൻ എത്രയെത്ര വസ്തുക്കളാണുള്ളത്! അവയൊന്ന് പട്ടികപ്പെടുത്താം.

പച്ചക്കറികൾ	പഴങ്ങൾ	പയർവർഗം	കിഴങ്ങുവർഗം	ഇലക്കറികൾ
• മത്തൻ	• ആപ്പിൾ	• ചെറുപയർ	• ചേമ്പ്	• ചീര
• പാവയ്ക്ക	• മുന്തിരി	• കടല	• മരച്ചീനി	• തഴുതാമ
•	•	•	•	
•	•	•	•	

? ഇവയ്ക്ക് പുറമെ നാം ഭക്ഷണത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തുന്ന മറ്റെന്തെങ്കിലും ഉണ്ടോ?

സസ്യങ്ങളിൽനിന്നു ലഭിക്കുന്ന ആഹാരസാധനങ്ങളെക്കുറിച്ചാണ് നാം ഇതുവരെ പറഞ്ഞത്. നാം ഭക്ഷണത്തിനായി സസ്യങ്ങളെ മാത്രമല്ല, ജന്തുക്കളെയും ആശ്രയിക്കുന്നു.

ഒരു 'പഴം' കടങ്കഥ

പെട്ടി നിറച്ചും ചപ്പും ചവറും
ചപ്പിനകത്തു നിറച്ചും കുപ്പി
കുപ്പിയിലൊക്കെ ഒരേവിധ ഗുളിക

ചക്കവിശേഷം

നമ്മുടെ പറമ്പുകളിലെ പ്ലാവുകളിൽ കാണുന്ന സ്വാദേറിയ പഴമാണ് ചക്ക. വരിക്കച്ചക്കയുടെ സ്വാദ് ഒന്നു വേറേ തന്നെയാണ്. ഏറ്റവും വലിയ പഴം എന്ന ബഹുമതിയും ചക്കയ്ക്കാണ്. ഇതിന്റെ വിത്തായ ചക്കക്കുരുവും നാം ഭക്ഷണത്തിനായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. ചക്ക കൊണ്ട് ഒട്ടേറെ വിഭവങ്ങൾ തയാറാക്കാം. ചക്കത്തോരൻ, ചക്കപ്പായസം, ചക്കവറുത്തത്, ചക്കപ്പപ്പടം, ചക്കപ്പുഴുക്ക് തുടങ്ങി ചക്ക ഹൽവ വരെ ഇന്ന് തയാറാക്കുന്നു. ചക്ക ഒരു കേമൻ തന്നെ! ഏറെ ഗുണമുള്ള ചക്കയെ തള്ളിക്കളയരുത് കൂട്ടുകാരേ.

ജന്തുക്കളിൽനിന്നു ലഭിക്കുന്ന ആഹാരസാധനങ്ങൾ എന്തെല്ലാമാണ്? പാൽ, മുട്ട, മത്സ്യം, മാംസം തുടങ്ങിയവയും നമ്മുടെ ഭക്ഷണങ്ങളുടെ കൂട്ടത്തിൽ ഉൾപ്പെടുന്നു.

സസ്യങ്ങളും ജന്തുക്കളും നമുക്കുവേണ്ടി എത്ര ആഹാരസാധനങ്ങളാണ് നൽകുന്നത്!

ആഹാരത്തിൽ പലതരം സാധനങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുത്തണം എന്നു പറയുന്നത് എന്തുകൊണ്ട്?

താഴെ കാണുന്ന ചിത്രം ശ്രദ്ധിക്കൂ.

പത്രങ്ങളിലെ ചില തലക്കെട്ടുകൾ കണ്ടല്ലോ. ആഹാരത്തിലെ പോഷകങ്ങളുടെ കുറവ് പല അസുഖങ്ങൾക്കും കാരണമാകുന്നു. കുട്ടികളുടെ ഡോക്ടർ എന്താണ് പറയുന്നതെന്നു നോക്കാം.

കുട്ടികളേ,

നിങ്ങൾക്ക് ഓടാനും ചാടാനും കളിക്കാനുമൊക്കെയുള്ള ഊർജം എവിടെനിന്നാണ് ലഭിക്കുന്നത് എന്നറിയാമോ? നിങ്ങൾ കഴിക്കുന്ന ആഹാരത്തിൽ നിന്നാണ്. ശരീരത്തിന്റെ ശക്തിക്കും വളർച്ചയ്ക്കും രോഗങ്ങളെ തടയാനും ആഹാരം അത്യാവശ്യമാണ്. ആഹാരസാധനങ്ങളിൽ നമ്മുടെ ശരീരത്തിനാവശ്യമായ വിവിധ പോഷകങ്ങൾ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. എല്ലാ ആഹാരസാധനങ്ങളിലും ഈ പോഷകങ്ങൾ തുല്യ അളവിലല്ല എന്നു മാത്രം. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ആഹാരത്തിൽ വൈവിധ്യമാർന്ന ഭക്ഷണപദാർഥങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുത്തണം. പാൽ, മുട്ട, പച്ചക്കറി, പഴങ്ങൾ എന്നിവയിൽ ധാരാളം പോഷകങ്ങൾ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. സസ്യാഹാരം മാത്രം കഴിക്കുന്നവർ ഭക്ഷണത്തിൽ പച്ചക്കറികളും പയർവർഗങ്ങളും കൂടുതൽ ഉൾപ്പെടുത്താൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. ധാരാളം പോഷകങ്ങളടങ്ങിയതാണ് ഇലക്കറികൾ. അതിനാൽ ഭക്ഷണത്തിൽ ഇലക്കറികൾ ഉൾപ്പെടുത്താൻ മറക്കരുതേ. നമ്മുടെ ആരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കേണ്ടത് നാം തന്നെയാണ്.

നിങ്ങളുടെ സ്കൂൾ ഉച്ചഭക്ഷണത്തിൽ പച്ചക്കറികൾ, പാൽ, മുട്ട എന്നിവ ഉൾപ്പെടുത്തിയതിന്റെ പ്രാധാന്യം എന്താണെന്ന് മനസ്സിലായല്ലോ?

എല്ലാ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളും പാകം ചെയ്താണോ നാം ഉപയോഗിക്കുന്നത്?

പാകം ചെയ്യാതെ കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ ഏതൊക്കെയാണ്?

താഴെ കാണുന്ന പട്ടിക പൂർത്തിയാക്കാൻ ശ്രമിക്കൂ.

പാചകം ചെയ്യാതെ കഴിക്കാവുന്നവ	പാചകം ചെയ്തുമാത്രം കഴിക്കാവുന്നവ	പാചകം ചെയ്തും ചെയ്യാതെയും കഴിക്കാവുന്നവ
• പേരയ്ക്ക	• മാംസം	• കാരറ്റ്
• കക്കരിക്ക	• മത്സ്യം	• പപ്പായ
• തക്കാളി	• ചേന	• ചക്ക
•	•	•
•	•	•

ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ പാകം ചെയ്തു കഴിക്കുമ്പോൾ അതിന്റെ പോഷകഗുണം കുറയുന്നു. എന്നാൽ എല്ലാം നമുക്ക് പാകം ചെയ്യാതെ കഴിക്കാനുമാവില്ല. പഴങ്ങൾ പാകം ചെയ്യേണ്ട ആവശ്യമേയില്ല. പാകം ചെയ്യാതെ കഴിക്കാൻ പറ്റിയ ധാരാളം പച്ചക്കറികളുണ്ട്. പച്ചക്കറികൾ വേവിക്കാതെ ഉപയോഗിക്കാൻ കഴിയുന്ന തരത്തിൽ ഏതെങ്കിലും വിഭവം നിങ്ങളുടെ വീടുകളിൽ തയാറാക്കാറുണ്ടോ? ഇതാ അത്തരത്തിൽ ഒരു വിഭവം-പച്ചക്കറി സാലഡ്. ചില കൂട്ടുകാർക്കെങ്കിലും ഇത് പരിചയമുണ്ടാവും. പോഷകഗുണം നഷ്ടപ്പെടാതെ പച്ചക്കറികൾ ഉപയോഗിച്ച് എങ്ങനെയാണ് സാലഡ് നിർമിക്കുന്നത്?

സൂക്ഷിച്ചാൽ ദുഃഖിക്കേണ്ട

ആഹാരത്തിന്റെ ഗുണമാണ് പ്രധാനം. കൃത്രിമമായി മണവും രുചിയും നിറവും ചേർത്ത ആഹാരം ആരോഗ്യത്തിന് അപകടം ചെയ്യും. നിങ്ങൾ ഇത്തരം ആഹാരസാധനങ്ങൾ കഴിക്കാറുണ്ടോ? ഗുണനിലവാരമില്ലാത്ത പാനീയങ്ങൾ, മിഠായികൾ, അച്ചാറുകൾ, ഐസ്ക്രീമുകൾ തുടങ്ങിയവ ഭംഗിയുള്ള കവറുകളിൽ കടകളിൽ വിൽക്കാറുണ്ട്. ഇവ വാങ്ങി കഴിക്കുന്നത് ആരോഗ്യത്തിന് ഏറെ ദോഷം ചെയ്യും. ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുക്കുമ്പോൾ വളരെയേറെ ശ്രദ്ധിക്കണം. വെറുതെ രോഗം വിളിച്ചുവരുത്തുന്നതെന്തിനാണ്!

പച്ചക്കറി സാലഡ്

ആവശ്യമുള്ള സാധനങ്ങൾ : വലിയ ഉള്ളി, കക്കരിക്ക, തക്കാളി, പച്ചമുളക്, കാരറ്റ്, തൈര്, ഉപ്പ്

ഉണ്ടാക്കുന്ന വിധം : പച്ചക്കറികൾ നന്നായി കഴുകി എടുക്കുക. ചെറിയ കഷണങ്ങളാക്കുക. കുറച്ച് തൈര് ചേർത്ത് ഒരു സ്പൂൺ ഉപയോഗിച്ച് ഇളക്കുക. ആവശ്യത്തിന് ഉപ്പും ചേർക്കുക. രുചികരമായ സാലഡ് തയാറായി.

നാളത്തെ ഉച്ചഭക്ഷണത്തിന് ഒരു സാലഡ് കൂടിയായാലോ? ആവശ്യമായ സാധനങ്ങൾ ശേഖരിച്ചു കൊണ്ടുവരൂ. സാലഡ് തയാറാക്കി കൂട്ടുകാരോടൊത്തു കഴിച്ച് ആസ്വദിക്കൂ.

പഴങ്ങളും പച്ചക്കറികളും ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ

- പഴങ്ങളും പച്ചക്കറികളും നന്നായി കഴുകിയ ശേഷമേ ഉപയോഗിക്കാവൂ.
- പച്ചക്കറികൾ കഴുകിയ ശേഷം മുറിക്കുക; മുറിച്ച ശേഷം കഴുകരുത്.
- പച്ചക്കറികൾ ആവശ്യത്തിന് മാത്രം വേവിക്കുക.

അഞ്ചു കൂട്ടുകാർ

പച്ചമാങ്ങയുടെ രുചി എന്താണ്?

പഴുത്ത മാങ്ങയുടെയോ?

പച്ചമാങ്ങയുടെ പുളിയും

പഴുത്ത മാങ്ങയുടെ മധുരവും

നിങ്ങൾ എങ്ങനെയാണ് തിരിച്ചറിഞ്ഞത്?

നാവുകൊണ്ട് രുചിച്ചല്ലേ?

നാവാണ് രുചിയറിയാൻ നമ്മെ സഹായിച്ചത്. പഴുത്ത മാങ്ങയുടെ മണമറിയാൻ മൂക്കിന്റെ സഹായവും വേണം.

കാര്യങ്ങളറിയാൻ നമ്മെ സഹായിക്കുന്ന ചില അവയവങ്ങൾ കൂടിയുണ്ട്.

കണ്ണ്, മൂക്ക്, നാക്ക്, ത്വക്ക്, ചെവി – ഇങ്ങനെ അഞ്ച് അവയവങ്ങൾ കൊണ്ടാണ് നാം കാര്യങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുന്നത്. പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങൾ എന്നാണ് ഇവയെ വിളിക്കുന്നത്. കണ്ടും കേട്ടും മണത്തും രുചിച്ചും തൊട്ടറിഞ്ഞും ഒക്കെയാണല്ലോ നാം പഠിക്കുന്നത്. നമ്മുടെ പഠനം നടക്കുന്നത് പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളിലൂടെയാണ്.

കണ്ടറിയാൻ

കേട്ടറിയാൻ

മണത്തറിയാൻ

രുചിച്ചറിയാൻ

തൊട്ടറിയാൻ

താഴെ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ എങ്ങനെയാണ് നിങ്ങൾ അറിയുന്നത്? യോജിച്ചവയ്ക്ക് നേരെ ✓ അടയാളം രേഖപ്പെടുത്തൂ.

സന്ദർഭങ്ങൾ	കണ്ണ്	മൂക്ക്	നാക്ക്	ത്വക്ക്	ചെവി
• മഴവില്ലിന്റെ നിറം					
• കിളികളുടെ ശബ്ദം					
• ചായയുടെ ചൂട്					
• തൂവലിന്റെ മിനുസം					
• മുളകിന്റെ എരിവ്					
• ഇടി വെട്ടുന്ന ശബ്ദം					
• തേനിന്റെ മധുരം					
• ആകാശത്തെ നക്ഷത്രങ്ങൾ					
• ചന്ദനത്തിരിയുടെ മണം					
• ഐസിന്റെ തണുപ്പ്					

ഒരുമിച്ചിരുന്ന് ആഹാരം കഴിക്കാം

നേരം ഉച്ചയായി. രാമുവിന് വിശക്കാൻ തുടങ്ങി. ബെല്ലടിക്ക് കാതോർത്ത് അവനിരുന്നു. ണിം...ണിം...ണിം... അവൻ ചാടിയെഴുന്നേറ്റു. രാമുവും കൂട്ടുകാരും ഭക്ഷണശാല ലക്ഷ്യമാക്കി നീങ്ങി. ''രാമൂ, കൈ കഴുകിയില്ലല്ലോ?'' മണിക്കുട്ടി പറഞ്ഞപ്പോഴാണ് രാമുവിന് അക്കാര്യം ഓർമവന്നത്. ടാപ്പ് തുറന്ന് കൈയും പാത്രവും കഴുകി അവൻ ഭക്ഷണത്തിന് ഇരുന്നു.

നിങ്ങൾ രാമുവിനെപ്പോലെ കൈയും പാത്രവും കഴുകാൻ മറക്കാറുണ്ടോ?

ഭക്ഷണത്തിനുമുമ്പ് കൈ കഴുകാതിരുന്നാലുള്ള ദോഷമെന്താണ്?

താഴെ കാണുന്ന ഒരു ലഘുപരീക്ഷണം കൂട്ടുകാർ ചെയ്തുനോക്കൂ.

വൃത്തിയിലേക്ക്...

ഒരു ബക്കറ്റിൽ മുക്കാൽ ഭാഗം നല്ല വെള്ളമെടുക്കുക.

അതിൽനിന്ന് ഒരു ഗ്ലാസിൽ വെള്ളം ശേഖരിച്ച് മേശപ്പുറത്ത് വയ്ക്കുക.

ഉച്ചഭക്ഷണത്തിനു പോകുന്നതിനുമുമ്പ് ക്ലാസിലെ ഓരോരുത്തരും ബക്കറ്റിലെ വെള്ളത്തിൽ നന്നായി കൈകഴുകുക.

എല്ലാവരും കൈ കഴുകിക്കഴിഞ്ഞാൽ മറ്റൊരു ഗ്ലാസിൽ ബക്കറ്റിൽനിന്ന് വെള്ളം ശേഖരിച്ച് മേശപ്പുറത്ത് വയ്ക്കുക.

ഇനി രണ്ടു ഗ്ലാസും നിരീക്ഷിക്കൂ.

നിങ്ങൾ എന്താണ് കണ്ടെത്തിയത്?

രണ്ടാമത്തെ ഗ്ലാസിലെ വെള്ളത്തിന് നിറംമാറ്റം ഉണ്ടായത് എന്തുകൊണ്ട്?

നാം കാണാത്ത എത്രമാത്രം അഴുക്ക് അല്ലേ! കൈകഴുകാതിരുന്നാലുള്ള ദോഷഫലം കൂട്ടുകാർക്ക് മനസ്സിലായല്ലോ? ഇനി കൈകഴുകാൻ മറക്കില്ലല്ലോ?

ഈ പരീക്ഷണക്കുറിപ്പ് പരിസരപുസ്തകത്തിൽ എഴുതിച്ചേർക്കാൻ മറക്കരുത്.

ഉച്ചഭക്ഷണം

നിങ്ങൾക്കു വിദ്യാലയത്തിൽനിന്ന് ഉച്ചഭക്ഷണം ലഭിക്കാറുണ്ടല്ലോ.

ഉച്ചഭക്ഷണത്തിനു പുറമേ വിദ്യാലയത്തിൽ നിന്ന് മറ്റെന്തെല്ലാം ആഹാരം ലഭിക്കുന്നുണ്ട്?

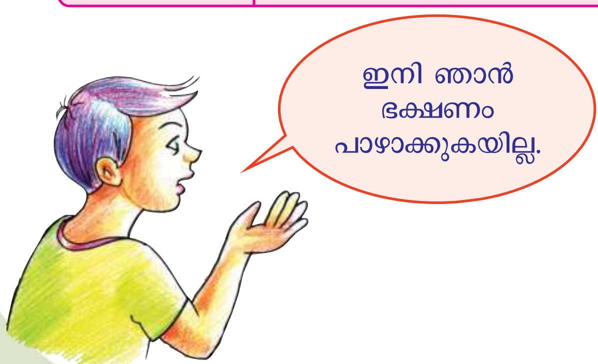
നിങ്ങളുടെ വിദ്യാലയത്തിൽ ഉച്ചഭക്ഷണവിഭവപ്പട്ടിക പ്രദർശിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ടോ?

നിങ്ങളുടെ വിദ്യാലയത്തിൽ നിങ്ങൾക്കു ലഭിക്കുന്ന ഭക്ഷണവിഭവങ്ങളുടെ ഒരാഴ്ചയിലെ പട്ടിക തയാറാക്കൂ.

ദിവസം	വിഭവങ്ങൾ
തിങ്കൾ	
ചൊവ്വ	
ബുധൻ	
വ്യാഴം	
വെള്ളി	

വിശന്നുവലയുന്ന ആയിരങ്ങളെക്കുറിച്ച് നിങ്ങൾ ഓർക്കാറുണ്ടോ?

ഭക്ഷണം പാഴാക്കരുത്



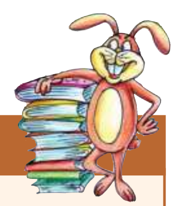
''രാമൂ, വേഗം വാ നമുക്ക് ഒരുമിച്ചിരിക്കാം'' - നാസർ വിളിച്ചു പറഞ്ഞു. രാമുവും കൂട്ടുകാരും ക്ലാസിലേക്ക് നടന്നു. തോമസും ഖദീജയും മുരളിയും റാണിയും എല്ലാം അവിടെയുണ്ടായിരുന്നു. അവർ ഒരുമിച്ചിരുന്ന് ആഹാരം കഴിച്ചു. ഖദീജയുടെ ഉമ്മ കൊടുത്തയച്ച തേങ്ങാച്ചമ്മന്തി കൂട്ടുകാർക്കെല്ലാം ഇഷ്ടമായി. ''മുരളീ, ഭക്ഷണം വെറുതെ കളയല്ലേ'' - റാണി ഓർമിപ്പിച്ചു.

നിങ്ങളുടെ വീട്ടിൽ എല്ലാവരും ഒരുമിച്ചിരുന്നാണോ ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നത്? നിങ്ങൾ കൂട്ടുകാർ ഒരുമിച്ചിരുന്നല്ലേ ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നത്?

ഒറ്റയ്ക്കിരുന്നു കഴിക്കുന്നതോ, ഒരുമിച്ചിരുന്ന് കഴിക്കുന്നതോ നിങ്ങൾക്കിഷ്ടം?

കൂടുതൽ ആളുകളോടൊപ്പം ഇരുന്ന് നാം ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്ന മറ്റു സന്ദർഭങ്ങൾ ഏതെല്ലാമാണ്?

- വിവാഹം
-
-



ഉച്ചഭക്ഷണം ഓരോ കുഞ്ഞിന്റെയും അവകാശം

ഒരു നേരത്തെ ആഹാരം പോലും കഴിക്കാനില്ലാത്ത ധാരാളം കുട്ടികൾ നമ്മുടെ രാജ്യത്തുണ്ട്. ഇതിൽ വിദ്യാലയത്തിൽ പോകാത്ത കൂട്ടുകാരും ഉണ്ടെന്ന് നാം അറിയണം. ഭക്ഷണം കഴിക്കാതെ വിദ്യാലയത്തിൽ എത്തുന്ന കുട്ടിക്ക് ശരിയായി പഠിക്കാൻ തീർച്ചയായും കഴിയില്ല.

കുറച്ചു വർഷങ്ങൾക്കുമുമ്പ് നമ്മുടെ രാജ്യത്തെ പരമോന്നത കോടതി ഒരു സുപ്രധാന തീരുമാനം പുറപ്പെടുവിച്ചു. പ്രൈമറി വിദ്യാലയങ്ങളിലെ എല്ലാ കുട്ടികൾക്കും പാചകം ചെയ്ത ഭക്ഷണം ചൂടോടെ വിതരണം ചെയ്യാനുള്ള നിർദേശമായിരുന്നു അത്. ഉച്ചഭക്ഷണം ഓരോ കുഞ്ഞിന്റെയും അവകാശമാണ്. അത് ഉറപ്പാക്കാൻ വേണ്ട നടപടികൾ ഭാരതസർക്കാർ സ്വീകരിച്ചു കഴിഞ്ഞു. നിങ്ങളുടെ വിദ്യാലയത്തിലെ ഉച്ചഭക്ഷണ പരിപാടിയും ഇതിന്റെ ഭാഗമായാണു നടക്കുന്നത്.

അകലെനിന്നെത്തുന്ന കൂട്ടുകാർ

ഏതെല്ലാം പച്ചക്കറികളാണ് നാം ഉപയോഗിക്കുന്നത്?

നിങ്ങളുടെ വീട്ടിൽ ഉണ്ടാക്കുന്ന പച്ചക്കറികൾ ഏതെല്ലാം?

നമ്മുടെ പ്രദേശത്തുണ്ടാകുന്ന പച്ചക്കറികൾ മാത്രമാണോ നാം ഉപയോഗിക്കുന്നത്?

നമ്മുടെ പ്രദേശത്തെ കടകളിൽ വന്നെത്തുന്ന പച്ചക്കറികൾ എവിടെ നിന്നെല്ലാം വരുന്നതാണ്?

അടുത്തുള്ള പച്ചക്കറിക്കട സന്ദർശിക്കൂ. ഒരു ചെറിയ അന്വേഷണം നടത്തൂ.

എന്തെല്ലാം കാര്യങ്ങളാണ് കൂട്ടുകാർ കണ്ടെത്തിയത്?

നാം ഉപയോഗിക്കുന്ന പച്ചക്കറികളിൽ ഭൂരിഭാഗവും മറ്റു പ്രദേശങ്ങളിൽനിന്ന് വരുന്നവയാണല്ലേ. പച്ചക്കറികൾ മാത്രമല്ല, പഴങ്ങൾ, ധാന്യങ്ങൾ തുടങ്ങിയ എല്ലാ ഭക്ഷണസാധനങ്ങളുടെയും അവസ്ഥ ഇതുതന്നെയാണ്. കൃഷി ചെയ്യാൻ പറ്റിയ മണ്ണ് നമ്മുടെ വീട്ടുവളപ്പിലുമില്ലേ? നമുക്കാവശ്യമുള്ളവ കൃഷി ചെയ്യാൻ നാം മടികാണിക്കരുത്.

നിങ്ങളുടെ വീട്ടുവളപ്പിൽ എന്തെല്ലാം പഴങ്ങളും പച്ചക്കറികളും നട്ടുവളർത്തുന്നുണ്ട്?

നമ്മുടെ വീട്ടുവളപ്പിലുണ്ടാകുന്ന ചക്കയും മാങ്ങയും പപ്പായയും മുരിങ്ങയും ചീരയും തകരയും വാഴപ്പഴവുമൊക്കെ ഏറെ ഗുണമുള്ള ആഹാരവസ്തുക്കളാണ്? എന്നിട്ടും ഇവയൊക്കെ നാം വിലകൊടുത്തു വാങ്ങുന്നതെന്തിനാണ്?

സ്വന്തം പറമ്പിൽ നട്ടുവളർത്തുന്ന പച്ചക്കറികൾക്കും പഴങ്ങൾക്കും എന്തെല്ലാം മേന്മകളുണ്ട്?

- പുതുമ നഷ്ടപ്പെടാതെ ഉപയോഗിക്കാം.
- അമിതമായി രാസവളം ഉപയോഗിക്കുന്നില്ല.
- രാസകീടനാശിനികൾ ഉപയോഗിക്കുന്നില്ല.
- നല്ല രുചിയും ഗുണവും ലഭിക്കുന്നു.
-

ഇത്തരം മേന്മകളുള്ള പച്ചക്കറികളും പഴങ്ങളുമല്ലേ നമുക്ക് വേണ്ടത്? അങ്ങനെയെങ്കിൽ വീട്ടിലും വിദ്യാലയത്തിലും പച്ചക്കറിത്തോട്ടം വേണ്ടതല്ലേ?

നിങ്ങളുടെ വീട്ടിൽ പച്ചക്കറിത്തോട്ടമുണ്ടോ?

വിദ്യാലയത്തിലോ?

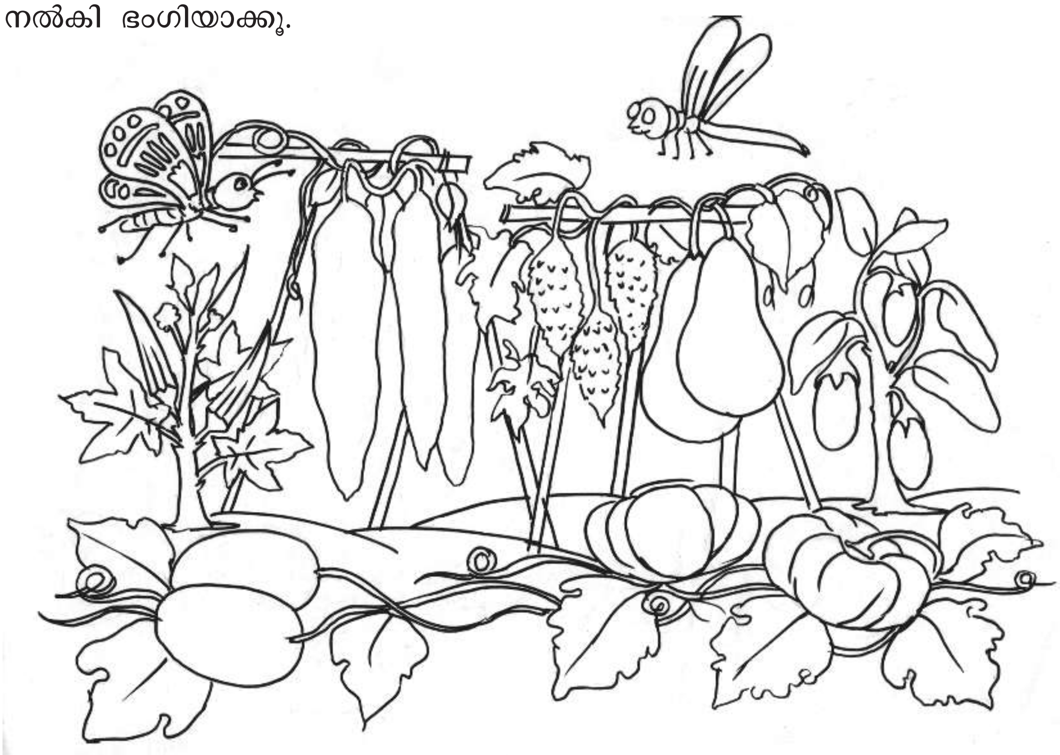
ഇനിയും നാം മടിച്ചുനിന്നാൽ നമ്മുടെ ആരോഗ്യത്തിനുതന്നെയാണ് നഷ്ടം. വീട്ടിലും വിദ്യാലയത്തിലും വേണം പച്ചക്കറിത്തോട്ടം. അതാകട്ടെ നമ്മുടെ ലക്ഷ്യം. കൂട്ടുകാരേ, നിങ്ങൾ തയാറല്ലേ? സ്കൂൾ ഉച്ചഭക്ഷണപരിപാടിയിലേക്ക് ഒരുപിടി പച്ചക്കറിയെങ്കിലും നിങ്ങളുടെ തോട്ടത്തിൽ നിന്നാകട്ടെ.

വീട്ടിലും വിദ്യാലയത്തിലും പച്ചക്കറിത്തോട്ടം

മികച്ച ഒരു പച്ചക്കറിത്തോട്ടത്തിനായി നമുക്ക് ശ്രമിക്കാം. എന്തെല്ലാം കാര്യങ്ങളാണ് ഇതിനു വേണ്ടത്?

- സ്ഥലം കണ്ടെത്തൽ
- വിത്തുകൾ സംഘടിപ്പിക്കൽ
- ആവശ്യമുള്ള ഉപകരണങ്ങൾ സംഘടിപ്പിക്കൽ
- ജലസൗകര്യം ഒരുക്കൽ
- ഓരോരുത്തർക്കും ചുമതലകൾ നൽകൽ

രമയുടെ പച്ചക്കറിത്തോട്ടത്തിന്റെ ചിത്രം കണ്ടോ? ആവശ്യമായ നിറങ്ങൾ നൽകി ഭംഗിയാക്കൂ.



കൃഷിചെയ്യാതിരുന്നാൽ...

കൃഷിസ്ഥലങ്ങൾ മറ്റാവശ്യങ്ങൾക്ക് ഉപയോഗിക്കുന്നത് ശരിയാണോ? വയലുകളെല്ലാം നികത്തിക്കളഞ്ഞാൽ പിന്നെ എവിടെയാണ് നെല്ല് കൃഷിചെയ്യുക? കുളങ്ങളും മറ്റും നികത്തിയാൽ ആവശ്യത്തിന് വെള്ളം കിട്ടുമോ? ആരും കൃഷി ചെയ്യാതിരുന്നാൽ നാം എന്തു ഭക്ഷിക്കും? കൃഷിയിടങ്ങൾ സംരക്ഷിച്ചേ മതിയാകൂ.

കൃഷിയില്ലാത്ത ഒരു നാട്ടിൽ നമുക്ക് എങ്ങനെ ജീവിക്കാൻ കഴിയും? ആരോഗ്യത്തോടെ വളരാൻ നല്ല ഭക്ഷണമല്ലേ നമുക്ക് വേണ്ടത്? നമ്മുടെ പരിസരത്ത് നമുക്കാവശ്യമുള്ള കൃഷിചെയ്യാൻ ശ്രമിക്കാം. ഗുണവും രുചിയുമുള്ള ഭക്ഷണം കഴിച്ച് കരുത്തോടെ വളരാം.

പ്രധാന പഠനനേട്ടങ്ങളിൽ പെടുന്നവ

- ശരിയായ വളർച്ചയ്ക്കും ആരോഗ്യത്തിനും ഭക്ഷണം ആവശ്യമാണെന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞ് പറയാൻ കഴിയുന്നു.
- ആവശ്യമായ പോഷകങ്ങൾ ലഭിക്കുന്നതിന് ആഹാരത്തിൽ വൈവിധ്യമുള്ള എന്തെല്ലാം ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുത്തണമെന്ന് നിർദേശിക്കാൻ കഴിയുന്നു.
- നല്ല ആഹാരശീലങ്ങൾ നിർദേശിക്കാനും പാലിക്കാനും കഴിയുന്നു.
- ഭക്ഷണം പാഴാക്കരുത് എന്ന സന്ദേശം മറ്റുള്ളവരിലെത്തിക്കാനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടാൻ കഴിയുന്നു.
- നമുക്കാവശ്യമായ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ ഭൂരിഭാഗവും അന്യദേശങ്ങളിൽ നിന്ന് എത്തുന്നവയാണെന്ന് കണ്ടെത്തി പറയാൻ കഴിയുന്നു.
- പച്ചക്കറിത്തോട്ടത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം നിർദേശിക്കാൻ കഴിയുന്നു.
- പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളും അവയുടെ ധർമവും പറയാൻ കഴിയുന്നു.

വിലയിരുത്താം

1. പഴങ്ങളും പച്ചക്കറികളും കഴുകി ഉപയോഗിക്കണം എന്നു പറയുന്നതെന്തുകൊണ്ട്?

   a. അവയ്ക്ക് ഭംഗികിട്ടാൻ

   b. അഴുക്കും കീടനാശിനികളുടെ അംശവും ഒഴിവാക്കാൻ

   c. പാചകം എളുപ്പമാക്കുന്നതിന്

   d. അവ മുറിക്കാൻ എളുപ്പത്തിന്

2. ചെറുനാരങ്ങ, പഞ്ചസാര, ശുദ്ധജലം എന്നിവ ഉപയോഗിച്ച് ഏതെങ്കിലും പാനീയം തയാറാക്കാൻ കഴിയുമോ? പാനീയത്തിന്റെ പേരും തയാറാക്കുന്ന വിധവും രേഖപ്പെടുത്തുമല്ലോ
3. മൂന്ന് കുട്ടികൾ കഴിക്കുന്ന ആഹാരപദാർഥങ്ങളുടെ പട്ടിക താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്നു. ഏതു കുട്ടിയാണ് കൂടുതൽ പോഷകമൂല്യമുള്ള ആഹാരം കഴിക്കുന്നത്? എന്തുകൊണ്ട്?

അനീഷ്	മിനിമോൾ	സാനിമോൾ
ചോറ്	ചോറ്	ചോറ്
ഐസ്ക്രീം	മിഠായി	പച്ചക്കറികൾ
നൂഡിൽസ്	ദോശ	പഴങ്ങൾ
ബേക്കറിസാധനങ്ങൾ	പുട്ട്	ഇലക്കറികൾ
മത്സ്യം	പാൽ	മുട്ട, പാൽ

തുടർപ്രവർത്തനങ്ങൾ

1. ചക്കയുടെ വിശേഷം വായിച്ചല്ലോ? അതുപോലെ തേങ്ങയുടെ വിശേഷം തയാറാക്കാമോ?
2. നിങ്ങൾക്കിഷ്ടപ്പെട്ട ഒരു ഭക്ഷണവിഭവത്തിന്റെ പാചകക്കുറിപ്പ് തയാറാക്കൂ.
3. സ്വന്തം വിദ്യാലയത്തിലെ ഉച്ചഭക്ഷണം മികവുറ്റതാക്കാൻ നിങ്ങൾക്ക് എന്തെല്ലാം നിർദേശങ്ങൾ നൽകാൻ കഴിയും?
4. 'ഭക്ഷണം പാഴാക്കരുത്' എന്ന ആശയം എല്ലാവരിലുമെത്തിക്കേണ്ടതുണ്ട്. അതിനായി സ്കൂൾ പരിസരങ്ങളിൽ പതിക്കാൻ പോസ്റ്റർ തയാറാക്കൂ?
5. പഴങ്ങളുടെയും പച്ചക്കറികളുടെയും ചിത്രങ്ങൾ വരച്ച് നിറം നൽകൂ. ഓരോന്നിന്റെയും ലഘു കുറിപ്പുകൂടി എഴുതാൻ മറക്കരുത്.

6 നന്മ വിളയിക്കും കൈകൾ

തേനിമലയിലെ സിംഹരാജനെ കാട്ടിലെ എല്ലാ ജീവികൾക്കും വളരെ ഇഷ്ടമാണ്. ഒരിക്കൽ ജീവികളെല്ലാം ഒത്തുകൂടി.

സിംഹരാജന്റെ പിറന്നാൾ ആഘോഷിക്കാൻ അവർ തീരുമാനിച്ചു.

ഓരോരുത്തരും ഓരോ ചുമതല ഏറ്റെടുത്തു. ആഘോഷങ്ങളോടൊപ്പം കെങ്കേമമായ സദ്യയും ഉണ്ടാക്കാൻ തീരുമാനിച്ചു. പായസമുണ്ടാക്കാനുള്ള ചുമതല കിട്ടുമുയലിനും മോട്ടുക്കുരങ്ങനുമായിരുന്നു. കിട്ടുവും മോട്ടുവും പായസമുണ്ടാക്കാനുള്ള ശ്രമം തുടങ്ങി.

കിട്ടുവും മോട്ടുവും പായസമുണ്ടാക്കാനുള്ള പാത്രത്തിന് ബാലുക്കരടിയെ സമീപിച്ചു. അവർക്കു വേണ്ട പാത്രം കരടിച്ചേട്ടൻ നൽകി.

ധാന്യമണികൾക്കായി കൃഷിക്കാരി മണിത്തത്തയെ സമീപിച്ചു. ആവശ്യമായ ധാന്യമണികൾ മണിത്തത്ത നൽകി.

വിറകിനായി മരംവെട്ടുകാരൻ പുലിയച്ചനെ കണ്ടു. ആവശ്യത്തിനുള്ള വിറക് പുലിയച്ചനും നൽകി.

കാട്ടിലെ മിടുക്കിയായ കച്ചവടക്കാരി കുഞ്ഞിപ്പൂച്ച പാലും പഞ്ചസാരയും നൽകി. കിട്ടുവിനും മോട്ടുവിനും സന്തോഷമായി.

കിട്ടുവും മോട്ടുവും തയാറാക്കിയ പാൽപ്പായസം കാട്ടിലെ കൂട്ടുകാർക്കെല്ലാം ഇഷ്ടമായി.

പാത്രം നിർമിക്കുന്ന ബാലുക്കരടിയും കൃഷിക്കാരി മണിത്തത്തയും വിറകുവെട്ടുകാരൻ പുലിയച്ചനും കച്ചവടക്കാരി കുഞ്ഞിപ്പൂച്ചയും സഹായിച്ചിരുന്നില്ലെങ്കിൽ അവർക്കു പായസം ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിയുമായിരുന്നോ? സഹായം ചെയ്ത എല്ലാവർക്കും നന്ദി പറയാൻ കിട്ടുവും മോട്ടുവും മറന്നില്ല.

സിംഹരാജന് സന്തോഷമായി. കാട്ടിലെ എല്ലാ ജീവികളെയും സിംഹരാജൻ അഭിനന്ദിച്ചു.

നോക്കൂ, പായസം ഉണ്ടാക്കുന്നതിന് ആരെയെല്ലാമാണ് മോട്ടുക്കുരങ്ങനും കിട്ടുമുയലും സമീപിച്ചത്?

ഇതുപോലെ നിത്യജീവിതത്തിൽ നമുക്കും പലവിധ ആവശ്യങ്ങളുണ്ടാവാറില്ലേ?

ആരെയൊക്കെയാണ് നാം സമീപിക്കാറുള്ളത്. പട്ടിക പൂർത്തിയാക്കൂ.

തൊഴിലുകൾ	തൊഴിൽ ചെയ്യുന്നയാൾ
വസ്ത്രങ്ങൾ തയ്ക്കുന്നത്	തയ്യൽക്കാരൻ
വാഹനങ്ങൾ ഓടിക്കുന്നത്	
രോഗികളെ ചികിത്സിക്കുന്നത്	
രോഗികളെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്നത്	നഴ്സ്
പെയിന്റടിക്കുന്നത്	
വാതിൽ, ജനൽ ഉണ്ടാക്കുന്നത്	
മേൽവിലാസക്കാരന് കത്തുകൾ എത്തിക്കുന്നത്	
കൃഷി ചെയ്യുന്നത്	

നമ്മുടെ നാട്ടിലുള്ള ചില തൊഴിലുകൾ ശ്രദ്ധിക്കൂ. ഇവയിൽ ഏതൊക്കെയാണ് നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തുള്ളതെന്ന് പരിസരപുസ്തകത്തിൽ എഴുതിച്ചേർക്കുക.

- രോഗികളെ ചികിത്സിക്കൽ
- മൺപാത്രം നിർമിക്കൽ
- കയർ നിർമിക്കൽ
- കുട്ട, മുറം നെയ്ത്ത്
- പലഹാരം നിർമിക്കൽ
- അധ്യാപനം
- കൃഷി
- മരപ്പണി
- ക്രമസമാധാനപാലനം
- സ്വർണപ്പണി
- വാഹനമോടിക്കൽ
- തുണിനെയ്ത്ത്
- കെട്ടിടം നിർമിക്കൽ
- ചെരുപ്പുതുന്നൽ
- മത്സ്യബന്ധനം
- റബ്ബർ ടാപ്പിങ്
- ഫർണിച്ചർ നിർമിക്കൽ
- പാറപൊട്ടിക്കൽ
- തേയില നുള്ളൽ
- കേസ് വാദിക്കൽ
- മെഴുകുതിരി നിർമിക്കൽ
- ഫോട്ടോയെടുക്കൽ
- പത്രവിതരണം
- വാഹനം നന്നാക്കൽ

ഇതിലുൾപ്പെടാത്ത മറ്റെന്തെല്ലാം തൊഴിലുകൾ നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തുണ്ട്? എഴുതൂ.

നമ്മുടെ നാട്ടിൽ വിവിധ തരം തൊഴിലുകളുണ്ടെന്ന് കണ്ടല്ലോ. ഉപജീവനത്തിന് തൊഴിൽ അത്യാവശ്യമാണ്. എല്ലാവരും തൊഴിൽ ചെയ്യുമ്പോഴാണ് നാടിന് പുരോഗതി ഉണ്ടാകുന്നത്. വിവിധ തൊഴിലുകളിൽ ഏർപ്പെട്ടിരിക്കുന്നവരുടെ സേവനം നമുക്ക് ആവശ്യമാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ എല്ലാ തൊഴിലുകളും ഒരുപോലെ പ്രധാനമാണ്.

പല കൈകളിലൂടെ...

നിങ്ങൾ നെൽക്കൃഷി കണ്ടിട്ടുണ്ടോ? കതിരണിഞ്ഞു നിൽക്കുന്ന നെൽപ്പാടം കാണാനെന്തു ഭംഗിയാണ്!

നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്ത് നെൽപ്പാടങ്ങളുണ്ടോ?

നമ്മുടെ വിദ്യാലയത്തിലെത്തുന്ന ഉച്ചഭക്ഷണത്തിനുള്ള അരി ഇത്തരം നെൽപ്പാടങ്ങളിൽ നിന്നുള്ളതാണെന്ന് നിങ്ങളോർത്തിട്ടുണ്ടോ?

നെൽക്കൃഷിയുടെ ഘട്ടങ്ങൾ എന്തെല്ലാമാണ്?

- നിലമൊരുക്കൽ
- വിത്ത് വിതയ്ക്കൽ

- ഞാറ് നടൽ
- വെള്ളവും വളവും നൽകൽ
- കള പറിക്കൽ

- നെല്ല് കൊയ്യൽ
- കറ്റ മെതിക്കൽ

എത്രയെത്ര തൊഴിലാളികളാണ് ഇതിനായി പണി ചെയ്തിട്ടുണ്ടാവുക?

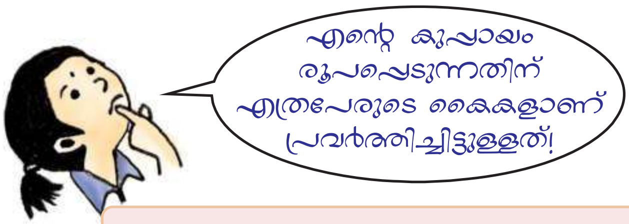
പാടത്തു വിളയുന്ന നെല്ല് അരിയായി നമ്മുടെ കൈകളിലെത്തുന്നതിന് ഇനിയും നിരവധി തൊഴിലാളികളുടെ അധ്വാനം ആവശ്യമാണ്.

താഴെ കാണുന്ന ചിത്രങ്ങളിൽനിന്ന് അവർ ഏതൊക്കെ തൊഴിലുകളാണ് ചെയ്യുന്നതെന്ന് കണ്ടെത്താമോ?

ഇതുപോലെ വസ്ത്രവും നിങ്ങളുടെ കൈകളിൽ എത്തുന്നത് നിരവധി ആളുകളുടെ പ്രയത്നഫലമായിട്ടാണ്. പരുത്തിയിൽനിന്ന് പഞ്ഞി വേർതിരിക്കുന്നതു മുതൽ വസ്ത്രത്തിൽ ചായം മുക്കി തുണിക്കടയിൽ എത്തുന്നതുവരെ വസ്ത്രനിർമാണം വിവിധ ഘട്ടങ്ങളിലൂടെ കടന്നുപോകുന്നു.

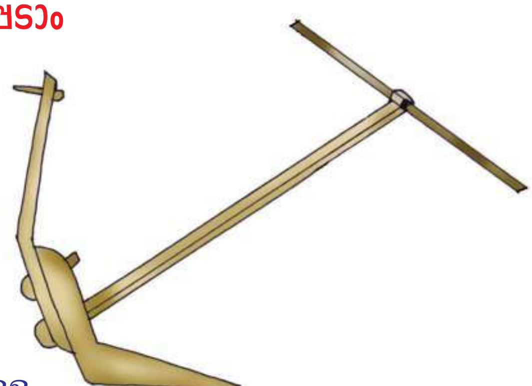
വസ്ത്രം

പരുത്തി കൃഷി
▼
പഞ്ഞി ശേഖരിക്കൽ
▼
പഞ്ഞി നൂലാക്കൽ
▼
ചായം മുക്കൽ
▼
വസ്ത്രം നെയ്യൽ
▼
തുണിക്കച്ചവടം
▼
വസ്ത്രം തയ്ക്കൽ



നിത്യജീവിതത്തിൽ നാം ഉപയോഗിക്കുന്ന ഓരോ ഉൽപ്പന്നവും വിവിധ തൊഴിൽമേഖലകളിലൂടെ കടന്നുപോകുന്നുണ്ട്.

ഒരു പഴയ കൂട്ടുകാരനെ പരിചയപ്പെടാം



ചങ്ങാതിമാരേ, എന്നെ നിങ്ങൾ കണ്ടിട്ടുണ്ടോ? 'കലപ്പ' എന്നാണ് എന്റെ പേര്. എന്റെ ജീവിതം മുഴുവൻ കൃഷിക്കുവേണ്ടിയാണ് ഞാൻ ചെലവഴിച്ചത്. നിലം ഉഴുതുമറിക്കാനായിരുന്നു എന്നെ ഉപയോഗിച്ചിരുന്നത്. ട്രാക്റ്റർ പോലുള്ള യന്ത്രങ്ങൾ വന്നപ്പോൾ ഞങ്ങളെപ്പോലുള്ളവർക്ക് ജോലി ഇല്ലാതായി. ഇന്ന് ഞങ്ങളെ ഉപയോഗിച്ച് നിലം ഉഴുന്നവർ പേരിനുമാത്രം. കുറച്ചുകാലം കൂടി കഴിഞ്ഞാൽ ഞങ്ങളെ കണ്ടില്ലെന്നു വരും. എന്റെ കൂട്ടുകാരനായ തേവുകൊട്ടയും ഇന്ന് കാണാനില്ല. കൃഷിയിടത്തിലേക്ക് വെള്ളം തേവാനായിരുന്നു അവനെ ഉപയോഗിച്ചിരുന്നത്. അങ്ങനെ എത്രയെത്ര കൂട്ടുകാർ. യന്ത്രങ്ങളുടെ ഈ കാലത്ത് ഞങ്ങളെപ്പോലുള്ളവർക്ക് എന്തു വില? ഞങ്ങളെ മറക്കാതിരിക്കാൻ ഒരു ചിത്രമെങ്കിലും സൂക്ഷിച്ചുവയ്ക്കണേ...

കലപ്പ പറഞ്ഞത് കൂട്ടുകാർ ശ്രദ്ധിച്ചല്ലോ.

ഓരോ തൊഴിലിനും ചില തൊഴിലുപകരണങ്ങൾ ആവശ്യമാണ്.

തൊഴിലും ഉപകരണങ്ങളും

കൃഷിക്ക് എന്തെല്ലാം ഉപകരണങ്ങളാണ് ആവശ്യമുള്ളത്?

കൃഷിക്ക് ഉപയോഗിക്കുന്ന ഉപകരണങ്ങളെപ്പോലെയാണോ മറ്റു തൊഴിലുകൾക്ക് വേണ്ട ഉപകരണങ്ങൾ?

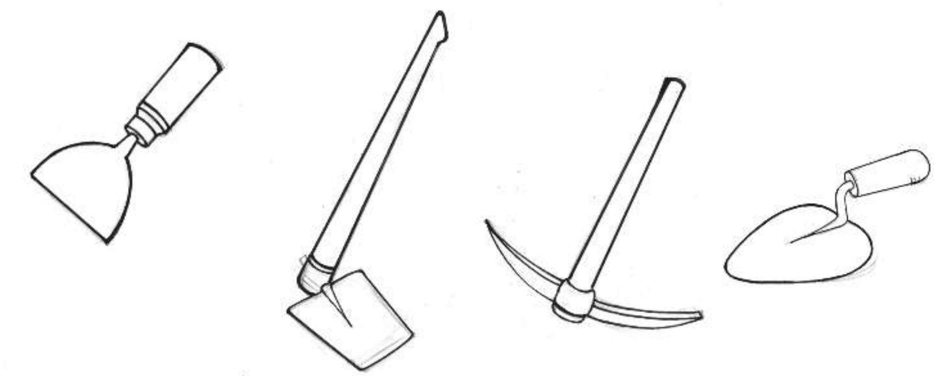
താഴെ കാണുന്ന പട്ടികയിൽ നിന്ന് ചില തൊഴിലുകളും തൊഴിൽ ഉപകരണങ്ങളും അവയുടെ ഉപയോഗവും നമുക്കു മനസ്സിലാക്കാം.

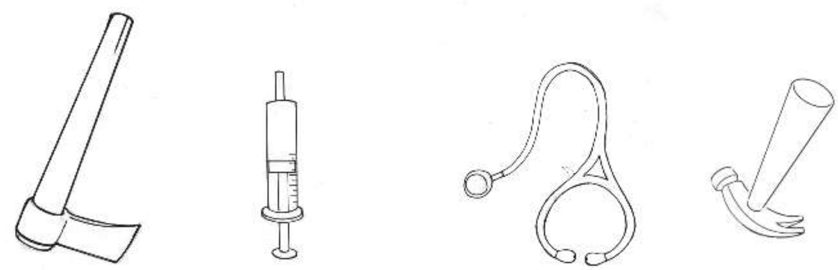
തൊഴിൽ	ഉപകരണത്തിന്റെ പേര്	ഉപയോഗം
പെയിന്റിങ്	ബ്രഷ്	പെയിന്റ് ചെയ്യുന്നതിന്
മീൻപിടിത്തം	വല	മീൻപിടിക്കുന്നതിന്
രോഗികളെ ചികിത്സിക്കൽ	സ്റ്റെതസ്കോപ്പ്	രോഗനിർണയത്തിന്
മരപ്പണി	ഉളി, ചുറ്റിക	തടി ഉപകരണങ്ങൾ നിർമിക്കുന്നതിന്

നമുക്ക് ചുറ്റും നിരവധി തൊഴിലുകൾ ഉണ്ട്. അവ എളുപ്പമാക്കുന്നതിന് വിവിധ ഉപകരണങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നു. വിവിധ ആവശ്യങ്ങൾ പരിഗണിച്ച് ചില ഉപകരണങ്ങൾ യന്ത്രങ്ങൾക്ക് വഴിമാറി.

താഴെ കൊടുത്തിട്ടുള്ള തൊഴിലുപകരണങ്ങൾ കാണുക? അവയുടെ പേരും അവ ഓരോന്നും ഏത് തൊഴിലുമായി ബന്ധപ്പെട്ടതാണെന്നും പരിസരപുസ്തകത്തിൽ കുറിക്കൂ.

തൊഴിലുപകരണങ്ങൾക്ക് അനുയോജ്യമായ നിറം നൽകൂ.





തൊഴിലിന്റെ മഹാത്മ്യം

രാമുവിന്റെ വീട്ടിലെ അംഗങ്ങൾ ചെയ്യുന്ന ജോലികൾ ശ്രദ്ധിച്ചല്ലോ.

ഒരാൾ തന്നെയാണോ എല്ലാ ജോലിയും ചെയ്യുന്നത്?

നിങ്ങളുടെ വീട്ടിലും ഇതുപോലെയാണോ?

വീട്ടുജോലിയിൽ നിങ്ങൾ എന്തെല്ലാം സഹായങ്ങളാണ് ചെയ്യാറുള്ളത്?

മറ്റുള്ള തൊഴിലുകളെപ്പോലെ വീട്ടുജോലികളും ഏറെ പ്രധാനപ്പെട്ടതാണ്. കുടുംബാംഗങ്ങൾ ചേർന്ന് വീട്ടുജോലി ചെയ്യുന്നതാണ് ഉത്തമം.

തൊഴിൽ സർവേ

നിങ്ങളുടെ വീടിനു ചുറ്റുപാടുമുള്ള ആളുകൾ കൂടുതൽ പേരും ഏതു തൊഴിലിലാണ് ഏർപ്പെട്ടിട്ടുള്ളത്? ഒരു ലഘു സർവേയിലൂടെ നമുക്ക് കണ്ടെത്താം. നിങ്ങളുടെ വീട് ഉൾപ്പെടെ അഞ്ച് വീടുകളെ സംബന്ധിച്ച വിവരങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളിച്ച് പട്ടിക പൂർത്തിയാക്കൂ.

നമ്പർ	വീട്ടുപേര്	തൊഴിലെടുക്കുന്നവരുടെ പേര്	തൊഴിൽ
1		• • •	• • •
2		• • •	• • •
3		• • •	• • •
4		• • •	• • •
5		• • •	• • •

ശേഖരിച്ച വിവരങ്ങൾ നമുക്ക് താഴെ കാണുന്ന പട്ടികയിൽ ചേർക്കാം.

തൊഴിലുകളുടെ പേര്	തൊഴിലെടുക്കുന്നവരുടെ എണ്ണം					ആകെ എണ്ണം
	വീട് 1	വീട് 2	വീട് 3	വീട് 4	വീട് 5	

സർവേയിൽനിന്ന് നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തുള്ളവർ ഏർപ്പെടുന്ന വിവിധ തൊഴിലുകൾ കണ്ടെത്തിയല്ലോ.

കൂടുതൽ പേർ ഏർപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന തൊഴിൽ ഏതാണെന്ന് പട്ടികയിൽ നിന്ന് കണ്ടെത്താമല്ലോ.

വിവിധ തൊഴിലുകളിൽ ഏർപ്പെടുന്നവർ നമ്മുടെയൊക്കെ പ്രദേശത്തുണ്ട്. പ്രദേശങ്ങളുടെ പ്രത്യേകതയ്ക്കനുസരിച്ച് ചില തൊഴിലുകൾ കൂടുതലായി കാണാൻ കഴിയും. ഉദാഹരണത്തിന് തീരപ്രദേശത്ത് താമസിക്കുന്നവർ കൂടുതൽ പേരും മീൻപിടിത്തവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട തൊഴിലുകളിൽ ഏർപ്പെടുന്നവരായിരിക്കും. വിവിധ തൊഴിലെടുക്കുന്നവരുടെ സഹായം നമുക്ക് കൂടിയേ തീരൂ.

ഞങ്ങൾ പറയട്ടെ...

എന്റെ അച്ഛൻ നല്ല കൃഷിക്കാരനാണ്. അച്ഛനെപ്പോലെ ഞാനും നല്ലൊരു കൃഷിക്കാരനാവും.

നല്ലൊരു അധ്യാപികയാകാനാണ് എനിക്കിഷ്ടം. കുറേ കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് നല്ല പാഠങ്ങൾ നൽകാൻ ഞാൻ ശ്രമിക്കും.

മിടുക്കനായ ഒരു കച്ചവടക്കാരനാകും ഞാൻ. എന്റെ നാട്ടുകാർക്കു വേണ്ട എല്ലാ ഉൽപ്പന്നങ്ങളും എന്റെ കടയിലുണ്ടാവും.

നമ്മുടെ രാജ്യം കാത്തുസൂക്ഷിക്കുന്ന പട്ടാള ക്കാരെ എനിക്ക് ഇഷ്ടമാണ്. പട്ടാളക്കാരനാവുക എന്നതാണ് എന്റെ ആഗ്രഹം.

പാവപ്പെട്ട രോഗികളെ ചികിത്സിക്കാൻ എനിക്ക് താൽപ്പര്യമാണ്. ഞാനൊരു ഡോക്ടറാവും, തീർച്ച.

അപകടമൊന്നും വരുത്താതെ യാത്രക്കാരെ സുര ക്ഷിതസ്ഥാനത്ത് എത്തിക്കുന്ന സമർഥനായ ഒരു ബസ്ഡ്രൈവറാവാനാണെനിക്കിഷ്ടം.

എന്നാൽ ഞാനോ?

....

....

....

കൂട്ടുകാർ പറഞ്ഞത് വായിച്ചല്ലോ?

എല്ലാ തൊഴിലുകളും മഹത്ത്വമുള്ളതാണെന്ന് മനസ്സിലായല്ലോ.

ഏത് തൊഴിൽ തിരഞ്ഞെടുത്താലും അത് ഭംഗിയായി നിറവേറ്റണം. കഴിവും പരിചയവും എല്ലാത്തരം തൊഴിലുകൾക്കും ആവശ്യമാണ്. എല്ലാ തൊഴിലും ഒരേപോലെ പ്രാധാന്യമുള്ളതാണ്. നാം ചെയ്യുന്ന ഏതു തൊഴിലും മഹത്വമുള്ളതാണെന്ന് അറിയുക, പ്രവർത്തിക്കുക.

Edubuntu School Resources –
'വസ്ത്രനിർമാണം വിവിധ ഘട്ടങ്ങൾ'
കാണുക

പ്രധാന പഠനനേട്ടങ്ങളിൽ പെടുന്നവ

- വിവിധ തൊഴിലുകൾ പട്ടികപ്പെടുത്താൻ കഴിയുന്നു.
- ഒരു ഉൽപ്പന്നം രൂപപ്പെടുന്നത് വിവിധ തൊഴിലാളികളുടെ ശ്രമഫലമായിട്ടാണെന്ന് വിശദീകരിക്കാൻ കഴിയുന്നു.
- വിവിധ തൊഴിലുപകരണങ്ങൾ തിരിച്ചറിയാനും അവയുടെ ഉപയോഗങ്ങൾ പറയാനും കഴിയുന്നു.
- എന്റെ പ്രദേശത്തെ കൂടുതൽ പേരും ഏർപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന തൊഴിൽ ഏതെന്ന് സർവേയിലൂടെ കണ്ടെത്താൻ കഴിയുന്നു.
- ഓരോ തൊഴിലിനും അതിന്റേതായ മഹത്ത്വമുണ്ടെന്ന് തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയുന്നു.

വിലയിരുത്താം

(1) കൂട്ടത്തിൽപ്പെടാത്ത ജോഡിയെ തിരഞ്ഞെടുക്കൂ.

A. ഉളി, വാൾ

B. കലപ്പ, മൺവെട്ടി

C. തയ്യൽമെഷീൻ, കത്രിക

D. ഡ്രൈവർ, മെക്കാനിക്ക്

(2) നെൽക്കൃഷിയുടെ ഘട്ടങ്ങളിൽ ഉൾപ്പെടാത്തത് ഏത്?

A. കൊയ്ത്ത്

B. അരിക്കച്ചവടം

C. കറ്റമെതിക്കൽ

D. ഞാറ് നടൽ

(3) രാമുവിന്റെ നാട്ടിൽ എല്ലാ സൗകര്യങ്ങളോടും കൂടി പുതുതായി പണി കഴിപ്പിച്ച ആശുപത്രിയുടെ പ്രവർത്തനം തുടങ്ങിക്കഴിഞ്ഞു. ആശുപത്രിയുടെ പ്രവർത്തനം ശരിയായ രീതിയിൽ നടക്കണമെങ്കിൽ ഓരോരുത്തരും ചെയ്യേണ്ട സേവനം എന്തൊക്കെയാണെന്ന് പട്ടികപ്പെടുത്തൂ.

ജോലികൾ	സേവനങ്ങൾ

(4) നിങ്ങളുടെ നാട്ടിൽ വാഹനം നന്നാക്കുന്ന തൊഴിലാളികൾ ആരും തന്നെയില്ല എന്നു കരുതുക. എന്തെല്ലാം പ്രയാസങ്ങളാണ് നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തെ ജനങ്ങൾക്കുണ്ടാവുക?

തുടർപ്രവർത്തനങ്ങൾ

- നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തെ ഒരു തൊഴിൽശാല സന്ദർശിക്കൂ. അവിടെ ഓരോരുത്തരും ചെയ്യുന്ന തൊഴിലുകൾ ഏതൊക്കെയാണ്? ആരുടെയൊക്കെ ശ്രമഫലമായിട്ടാണ് ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ പുറത്തിറങ്ങുന്നത്?
- തൊഴിലുപകരണങ്ങളുടെ ചിത്രങ്ങൾ ശേഖരിച്ച് ഉപകരണങ്ങളുടെ പേരും ബന്ധപ്പെട്ട തൊഴിലും എഴുതി ആൽബം തയാറാക്കുക.