ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಸಾಕ್ಷರತಾ ಇಲಾಖೆ
Department of School Education & Literacy

ಮೌಲ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ
Value Education

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

2

2ನೇ ತರಗತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಚಟುವಟಿಕಾ ಪುಸ್ತಕ
Activity Book for Class 2 Students

2026 - 2027

ರಾಜ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ತರಬೇತಿ ಇಲಾಖೆ
ಬನಶಂಕರಿ 3ನೇ ಹಂತ, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 085.

ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ

ಶ್ರೀಮತಿ ವಿ. ರಶ್ಮಿ ಮಹೇಶ್, IAS
ಸರ್ಕಾರದ ಅಪರ ಮುಖ್ಯ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ
ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಸಾಕ್ಷರತಾ ಇಲಾಖೆ

ಶ್ರೀ ವಿಕಾಸ್ ಕಿಶೋರ್ ಸುರಳ್ಕರ್, IAS ಆಯುಕ್ತರು ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಸಾಕ್ಷರತಾ ಇಲಾಖೆ	**ಶ್ರೀ ಗೋಪಾಲಕೃಷ್ಣ ಹೆಚ್.ಎನ್.** ನಿರ್ದೇಶಕರು, ಡಿ.ಎಸ್.ಇ.ಆರ್.ಟಿ ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಣ ಇಲಾಖೆ
ಸಹಕಾರ: **ಶ್ರೀಮತಿ ಮಂಗಳಾ ಜಿ.** ಉಪನಿರ್ದೇಶಕರು ಡಿ.ಎಸ್.ಇ.ಆರ್.ಟಿ	**ನಿರ್ವಹಣೆ:** **ಶ್ರೀಮತಿ ರಾಧಾ ಪಿ.** ಹಿರಿಯ ಸಹಾಯಕ ನಿರ್ದೇಶಕರು ಡಿ.ಎಸ್.ಇ.ಆರ್.ಟಿ.

ಸಂಪನ್ಮೂಲ ತಂಡ

ಶ್ರೀ ರವೀಂದ್ರ ಆರ್.ಡಿ. ಭಾಷಾ ಶಿಕ್ಷಕರು, GHS, ಲೋಕನಾಥಪುರ, ಕೊಪ್ಪ ತಾ. ಚಿಕ್ಕಮಗಳೂರು ಜಿ.	**ಶ್ರೀ ರಂಗನಾಥ್** ಸಹ ಶಿಕ್ಷಕರು, GHPS ತಲಮಟ್ಟಿ, ಕೊಪ್ಪ ತಾಲ್ಲೂಕು, ಚಿಕ್ಕಮಗಳೂರು ಜಿಲ್ಲೆ.
ಶ್ರೀಮತಿ ಮಮತ ಡಿ. ಸಹ ಶಿಕ್ಷಕರು, ಸರ್ಕಾರಿ ಹಿರಿಯ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಾಲೆ, ಯಡೇಹಳ್ಳಿ, ಸಕಲೇಶಪುರ ತಾಲ್ಲೂಕು, ಹಾಸನ ಜಿಲ್ಲೆ.	**ಶ್ರೀ ಮಂಜಣ್ಣ ನಾಯಕ ಎನ್.ಟಿ.** ಚಿತ್ರಕಲಾ ಶಿಕ್ಷಕರು ಸ.ಪ.ಪೂ. ಕಾಲೇಜು ಪ್ರೌಢ ಶಾಲಾ ವಿಭಾಗ ತೀರ್ಥಹಳ್ಳಿ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ ಜಿಲ್ಲೆ.

ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಸಹಭಾಗಿತ್ವ – Knowledge Partners

1. **Room to Read India Trust**
2. **Dream a Dream**
3. **Enfold Proactive Health Trust**
4. **TOYOTA INDIA CENTER OF EXCELLENCE Bidadi, Karnataka**

ಪರಿಶೀಲನಾ ತಂಡ

ಶ್ರೀ ಸೈಯದ್ ಮಹಮೂದ್ ಉಪನ್ಯಾಸಕರು ಬೆಂಗಳೂರು ದಕ್ಷಿಣ ಜಿಲ್ಲೆ.	**ಶ್ರೀಮತಿ ಸದಾ ನಕ್ಷತ್ರ** GHS, ಹೆಬ್ಬಾಳ, ಬೆಂಗಳೂರು ಉತ್ತರ ಜಿಲ್ಲೆ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

PREFACE

Education plays a fundamental role in shaping the character, attitudes and sense of responsibility among young learners. While academic knowledge is important, it is equally essential that schools nurture values that guide children in their behaviour, relationships and decision-making. The formative years of schooling provide an important opportunity to cultivate qualities such as empathy, respect, integrity and responsibility, which are essential for the holistic development of children and for building a harmonious society.

Children today grow up in environments influenced by rapid social, technological and cultural changes. These changing contexts highlight the importance of consciously strengthening value-based learning within the school system. Value education helps children develop self-awareness, emotional balance, sensitivity towards others and the ability to make thoughtful and responsible decisions in their everyday lives.

The Department of School Education and Literacy, Government of Karnataka, is committed to promoting diversity, inclusion, equity and respect for regional identity within the education system. In this direction, GOK has drafted ten Value Education Student activity books for 1 to 10th Standard. The Department of State Educational Research and Training (DSERT) has identified ten core values to be integrated through this Student activity books: Respect; Honesty and Integrity; Emotional Intelligence and Resilience; Empathy and Compassion; Diversity; Equity and Inclusion; Gender Equality; Scientific Temper; Creative Imagination; Critical Thinking and Curiosity; Sustainable Living and Environmental Awareness; Civic Responsibility; Safety (Physical, Road and Digital); and The theoretical and practical summary of the physical education textbook for grades 6 to 10 has been incorporated.

These values are aligned with globally recognized life skills frameworks and emphasize the importance of social and emotional learning in schools. By engaging with these values through meaningful activities and reflection, children can develop essential life skills such as empathy, cooperation, critical thinking, problem-solving and responsible citizenship.

The activity book adopts a restorative and reflective approach to value education, focusing on strengthening positive relationships within the school community. Through activity-based learning and guided reflection, students are encouraged to understand different perspectives, develop mutual respect and contribute positively to their surroundings.

The activity book, along with the accompanying teacher's handbook, serves as a practical resource to support teachers in facilitating value-based learning experiences in the classroom. These materials aim to help children internalize important values, build strong physical, mental, social and emotional competencies and develop attitudes that promote harmony, responsibility and well-being. This initiative will contribute meaningfully to nurturing a generation of thoughtful, compassionate and responsible citizens who will uphold the values of our society and contribute to the progress of the nation.

The Department extends its appreciation to all resource persons for their collaborative contribution to the development of these Student activity books.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಮುನ್ನುಡಿ

ಮಕ್ಕಳ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ರೂಪಿಸುವಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಅವರಲ್ಲಿ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಮನೋಭಾವ ಮೂಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪಾತ್ರ ಅತ್ಯಂತ ದೊಡ್ಡದು. ಕೇವಲ ಪುಸ್ತಕದ ಜ್ಞಾನವನ್ನಷ್ಟೇ ನೀಡದೆ, ಜೀವನದುದ್ದಕ್ಕೂ ದಾರಿದೀಪವಾಗುವಂತಹ ಸಂಸ್ಕಾರ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಪೋಷಿಸುವುದು ಇಂದಿನ ಶಾಲೆಗಳ ಮುಖ್ಯ ಗುರಿಯಾಗಬೇಕು. ಶಾಲಾ ದಿನಗಳೇ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಸಹಾನುಭೂತಿ, ಗೌರವ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯನ್ನು ಬಿತ್ತಲು ಸೂಕ್ತ ಸಮಯ. ಇದು ಮಕ್ಕಳ ಸರ್ವಾಂಗೀಣ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯದ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಅಡಿಪಾಯವಾಗಲಿದೆ.

ಇಂದಿನ ತಾಂತ್ರಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳ ನಡುವೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ 'ಮೌಲ್ಯಾಧಾರಿತ ಕಲಿಕೆ' ಬಹಳ ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ಇದು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳಲು, ಇತರರ ಬಗ್ಗೆ ಸಂವೇದನಾಶೀಲರಾಗಲು ಮತ್ತು ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ವಿವೇಚನೆಯಿಂದ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದ ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಸಾಕ್ಷರತಾ ಇಲಾಖೆಯು ಶಿಕ್ಷಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ವೈವಿಧ್ಯತೆ, ಒಳಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ, ಸಮಾನತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಗುರುತಿನ ಬಗ್ಗೆ ಗೌರವವನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಲು ಬದ್ಧವಾಗಿದೆ. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ, ರಾಜ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ತರಬೇತಿ ಇಲಾಖೆಯು (DSERT) ಈ ಚಟುವಟಿಕೆ ಪುಸ್ತಕದ ಮೂಲಕ ಸಂಯೋಜಿಸಬೇಕಾದ ಹತ್ತು ಪ್ರಮುಖ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದೆ: ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಗೌರವ; ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಮತ್ತು ನಿಷ್ಠೆ; ಭಾವನಾತ್ಮಕತೆ ಮತ್ತು ಸ್ಥಿತಿಸ್ಥಾಪಕತ್ವ; ಸಹಾನುಭೂತಿ ಮತ್ತು ಕರುಣೆ; ವೈವಿಧ್ಯತೆ, ಸಮಾನತೆ ಮತ್ತು ಒಳಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ; ಲಿಂಗ ಸಮಾನತೆ; ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮನೋಭಾವ, ಸೃಜನಶೀಲ ಕಲ್ಪನೆ, ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆ ಮತ್ತು ಕುತೂಹಲ; ಸುಸ್ಥಿರ ಜೀವನ ಮತ್ತು ಪರಿಸರ ಜಾಗೃತಿ; ನಾಗರಿಕ ಜವಾಬ್ದಾರಿ; ಸುರಕ್ಷತೆ (ದೈಹಿಕ, ರಸ್ತೆ ಮತ್ತು ಡಿಜಿಟಲ್); ಮತ್ತು 6 ರಿಂದ 10ನೇ ತರಗತಿಯ ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿನ ತಾತ್ವಿಕ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಸಾರಾಂಶವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಈ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಜಾಗತಿಕವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಜೀವನ ಕೌಶಲ್ಯದ ಚೌಕಟ್ಟುಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ, ಮಾನಸಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಕಲಿಕೆಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಒತ್ತಿಹೇಳುತ್ತವೆ. ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಫಲನದ ಮೂಲಕ ಈ ಮೌಲ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ, ಮಕ್ಕಳು ಸಹಾನುಭೂತಿ, ಸಹಕಾರ, ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆ, ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರ ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಪೌರತ್ವದಂತಹ ಅಗತ್ಯ ಜೀವನ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಈ ಚಟುವಟಿಕೆ ಪುಸ್ತಕವು ಮೌಲ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಪುನಶ್ಚೇತನಕಾರಿ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಫಲಿತ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದು, ಶಾಲಾ ಸಮುದಾಯದೊಳಗೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುವತ್ತ ಗಮನಹರಿಸುತ್ತದೆ. ಚಟುವಟಿಕೆ ಆಧಾರಿತ ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ ಪ್ರತಿಫಲನದ ಮೂಲಕ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ವಿಭಿನ್ನ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು, ಪರಸ್ಪರ ಗೌರವವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಧನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಜೊತೆಗಿನ ಶಿಕ್ಷಕರ ಕೈಪಿಡಿಯು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಮೌಲ್ಯಾಧಾರಿತ ಕಲಿಕೆಯ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸಲು ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಸಂಪನ್ಮೂಲವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪ್ರಮುಖ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಬಲವಾದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯ, ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಮತ್ತು ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ.

ಈ ಉಪಕ್ರಮವು ನಮ್ಮ ಸಮಾಜದ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಎತ್ತಿಹಿಡಿಯುವ ಮತ್ತು ರಾಷ್ಟ್ರದ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡುವ ಚಿಂತನಶೀಲ, ಸಹಾನುಭೂತಿಯುಳ್ಳ ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ನಾಗರಿಕರ ಪೀಳಿಗೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸುವಲ್ಲಿ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಆಶಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಸದರಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಚಟುವಟಿಕಾ ಪುಸ್ತಕಗಳ ರಚನೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಸಹಭಾಗಿತ್ವದೊಂದಿಗೆ ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಇಲಾಖೆ ಅಭಿನಂದಿಸುತ್ತದೆ.

ಸರ್ಕಾರದ ಅಪರ ಮುಖ್ಯ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ,
ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಸಾಕ್ಷರತಾ ಇಲಾಖೆ.

©KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಆತ್ಮೀಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೇ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರೇ,

ಶಿಕ್ಷಣದ ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶ ಕೇವಲ ಅಕ್ಷರ ಜ್ಞಾನ ನೀಡುವುದಲ್ಲ, ಬದಲಾಗಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸುಸಂಸ್ಕೃತ ನಾಗರಿಕನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದು. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ರಾಜ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ತರಬೇತಿ ಇಲಾಖೆಯು (DSERT) 1 ರಿಂದ 10ನೇ ತರಗತಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗಾಗಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಿದ ದ್ವಿಭಾಷಾ ಮೌಲ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಚಟುವಟಿಕೆ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಹೊರತರುತ್ತಿರುವುದು ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷ ತಂದಿದೆ.

ಪ್ರಾಚೀನ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳು ಮತ್ತು ಆಧುನಿಕ ವೈಚಾರಿಕತೆಗಳ ನಡುವೆ ಸೇತುವೆಯಾಗಿರುವ ಈ ಪಠ್ಯಗಳು, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯನ್ನು ಕೇವಲ ಓದುಗನನ್ನಾಗಿ ನೋಡದೆ ಒಬ್ಬ 'ಸಂಶೋಧಕ'ನನ್ನಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಇಲ್ಲಿ ಗೌರವ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಕೇವಲ ಸದ್ಗುಣಗಳಲ್ಲ; ಅವು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಘನತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಅಸ್ತ್ರಗಳು. ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮನೋಭಾವ ಮತ್ತು ಡಿಜಿಟಲ್ ಸುರಕ್ಷತೆಯಂತಹ ವಿಷಯಗಳು ಇಂದಿನ ಯುವಪೀಳಿಗೆಗೆ ಕೇವಲ ಆಯ್ಕೆಯಲ್ಲ, ಬದಲಾಗಿ ಅದು ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಾಗಿದೆ.

ಮಗುವಿನ ಅಂತರಂಗವನ್ನು ತಲುಪುವಂತೆ ಈ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದು ತರಗತಿಯ ಗೋಡೆಗಳ ನಡುವೆ ಮುಗಿಯುವ ಪಾಠವಲ್ಲ; ಬದಲಾಗಿ ಹೊರಜಗತ್ತಿನ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಅಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವ, ಲಿಂಗ ತಾರತಮ್ಯದ ಬೇಲಿಗಳನ್ನು ದಾಟುವ ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಹಬಾಳ್ವೆ ನಡೆಸುವ ಒಂದು ಜೈವಿಕ ಕಲಿಕೆಯ ಪಯಣ. ಕೇವಲ 'ಉತ್ತಮ ಅಂಕ' ಗಳಿಸುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗಿಂತ 'ಉತ್ತಮ ಸಂವೇದನೆ' ಹೊಂದಿರುವ ಸುಸ್ಥಿರ ಸಮಾಜದ ನಿರ್ಮಾಣಕಾರರನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ಈ ನೂತನ ಪ್ರಯತ್ನದ ಪರಮ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ.

ಈ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಅನುಭವಾತ್ಮಕ ಕಲಿಕೆಗೆ ಪೂರಕವಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಕಥೆಗಳಿವೆ. ನೀವು ಇವುಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರು, ಪೋಷಕರು, ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಬಹುದು. ಇವುಗಳ ಮೂಲಕ ನೀವು ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಒಬ್ಬ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ನಾನು ನಂಬಿದ್ದೇನೆ.

ನಿಮ್ಮ ಕಲಿಕೆ ಖುಷಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರಲಿ, ಎಲ್ಲಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ಶುಭವಾಗಲಿ.

ಆಯುಕ್ತರು,
ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಣ ಇಲಾಖೆ,
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ.

ಶುಭ ಹಾರೈಕೆ

ರಾಜ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ತರಬೇತಿ ಇಲಾಖೆಯು 1 ರಿಂದ 10 ನೇ ತರಗತಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗಾಗಿ ಸಮಗ್ರವಾದ 'ಮೌಲ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು' ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದೆ. ಇಂದಿನ ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಕೇವಲ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಜ್ಞಾನ ಹೊಂದಿರುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಅವರು ಮೌಲ್ಯಗಳು, ಭಾವನಾತ್ಮಕತೆ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ನಮ್ಮ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡೇ ಜಾಗತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸ್ಪರ್ಧಿಸಲು ಬೇಕಾದ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿವೆ.

ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಲಾದ ಹತ್ತು ಪ್ರಮುಖ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಮತ್ತು ಆಧುನಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳ ಸಂಯೋಜನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಗೌರವವು ಕೇವಲ ಹಿರಿಯರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಸೀಮಿತವಲ್ಲ, ಅದು ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಿಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯು ಕೇವಲ ನೈತಿಕ ತತ್ವವಲ್ಲ, ಅದು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ವೃತ್ತಿಪರ ಯಶಸ್ಸಿನ ಕೀಲಿಯಾಗಿದೆ. ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಸಹಾನುಭೂತಿ ಹೊಂದಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ವೈವಿಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಲಿಂಗ ಸಮಾನತೆಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನಮ್ಮ ಪ್ರಜಾಪ್ರಭುತ್ವ ಸಮಾಜದ ಮೂಲಭೂತ ತತ್ವಗಳಾಗಿವೆ.

ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು, ಕಥೆಗಳು ಮತ್ತು ಚಿಂತನಶೀಲ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಅವರ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಈ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತವೆ. ತರಗತಿಯ ಚರ್ಚೆಗಳು, ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಸಮುದಾಯ ಸೇವೆ ಮತ್ತು ಡಿಜಿಟಲ್ ವೇದಿಕೆಗಳಲ್ಲಿನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಪುಸ್ತಕಗಳು ವಿವಿಧ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ಶಿಕ್ಷಕರು ತಮ್ಮ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದ ಮೂಲಕ ಈ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಅಳವಡಿಸಿ. ಪೋಷಕರು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಮೌಲ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ಮಾದರಿಯಾಗಿ ಗಮನಿಸಿ.

ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಪುಸ್ತಕಗಳು ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಉತ್ತಮ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡು ಉತ್ತಮ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿ, ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಪ್ರಜೆಗಳಾಗಿ ಮತ್ತು ಜಾಗತಿಕ ನಾಗರೀಕರನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಸದೃಢ ಸಮಾಜವನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿವೆ. ಸದರಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಚಟುವಟಿಕಾ ಪುಸ್ತಕಗಳ ರಚನೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಸಹಭಾಗಿತ್ವದೊಂದಿಗೆ ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಇಲಾಖೆ ಅಭಿನಂದಿಸುತ್ತದೆ.

ಧನ್ಯವಾದಗಳು,

ನಿರ್ದೇಶಕರು
ರಾಜ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ತರಬೇತಿ ಇಲಾಖೆ

©KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

INSTRUCTIONS
ಸೂಚನೆಗಳು

Think and do
ಆಲೋಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿರಿ

To be done independently
ಮಕ್ಕಳು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು

Teacher Instructions
ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ಸೂಚನೆಗಳು

Discuss in groups
ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ಚರ್ಚಿಸಿ

Ask your friend
ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಕೇಳಿ

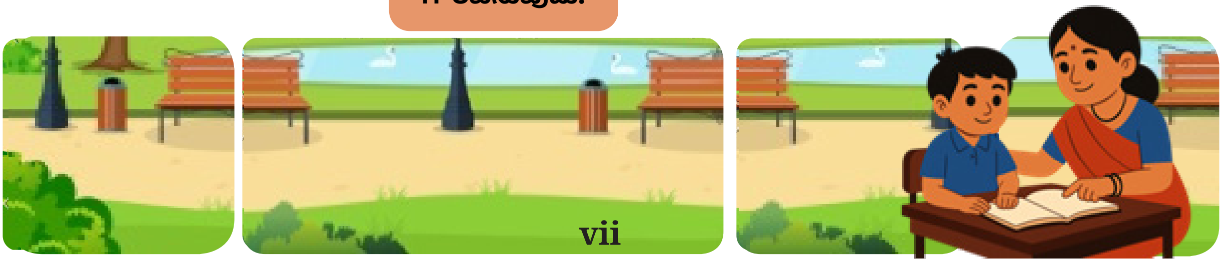
Teacher and students do it together
ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಒಟ್ಟಿಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು

NOT TO BE REPUBLISHED @KTBS

Index - ಪರಿವಿಡಿ

Core Values ಮೂಲ ಮೌಲ್ಯಗಳು	Sub Values ಉಪಮೌಲ್ಯಗಳು	Title ಶೀರ್ಷಿಕೆ	Page no. ಪುಟ ಸಂಖ್ಯೆ
1. Respect ಗೌರವ	Self Respect ಆತ್ಮಗೌರವ	1.1 Our Value Centred Classroom ನಮ್ಮ ಮೌಲ್ಯ ಕೇಂದ್ರಿತ ತರಗತಿ ಕೊಠಡಿ	1-2
		1.2. I Am Special ನಾನು ವಿಶೇಷ	3-4
	Respect for peers ಸಹಪಾಠಿಗಳಿಗೆ ಗೌರವ	1.3 ಮುಗೀತು ಈಗ ನಿನ್ನ ಕಥೆ	5
2. Honesty and Integrity ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಮತ್ತು ನಿಷ್ಠೆ	Fairness ನ್ಯಾಯೋಚಿತವಾಗಿರುವುದು	2.1 ರೀತು ನಮಗೆ ಮಾದರಿ	6
		2.2 Seeds of Truth ಸತ್ಯದ ಬೀಜಗಳು	7-10
3. Emotional intelligence & resilience ಭಾವನಾತ್ಮಕತೆ ಮತ್ತು ಸ್ಥಿತಿಸ್ಥಾಪಕತ್ವ	Self-awareness ಸ್ವಯಂ ಅರಿವು	3.1 My World of Feelings ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳ ಲೋಕ	11-12
	Naming emotions ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸುವುದು	3.2 I Know my Feelings ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ	13-16
4. Empathy and Compassion ಅನುಭೂತಿ	Care and kindness for friends/family ಸ್ನೇಹಿತರು/ ಕುಟುಂಬದವರಿಗೆ ಕಾಳಜಿ ಮತ್ತು ದಯೆ	4.1 ದೇವ್ ನ ಸ್ನೇಹಿತರು	17
		4.2. Plants, Animals and Me! ಗಿಡಗಳು, ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಮತ್ತು ನಾನು	18-21
5. Diversity, Equity and Inclusion ವೈವಿಧ್ಯತೆ, ಸಮತೆ ಮತ್ತು ಒಳಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ	Celebrating differences in appearances ನೋಟದಲ್ಲಿನ ವಿಭಿನ್ನತೆಯನ್ನು ಗೌರವಿಸುವುದು.	5.1We are all Different, We are all Special ನಾವೆಲ್ಲರೂ ವಿಭಿನ್ನರು, ನಾವೆಲ್ಲರೂ ವಿಶೇಷರು	22-23

© KTBS NOT TO BE REPUBLISHED



6.Gender Equality ಲಿಂಗ ಸಮಾನತೆ

Gender Neutrality at Home ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಲಿಂಗ ತಟಸ್ಥತೆ

- 6.1 We all Can! ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಮಾಡಬಹುದು — 24-27

7.Scientific Temper and Creative Imagination ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮನೋಭಾವ ಮತ್ತು ಸೃಜನಾತ್ಮಕತೆ

Asking Questions – Wondering Why?, How?, and What if? ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು - ಏಕೆ?, ಹೇಗೆ?, ಮತ್ತು ಏನಾದರೆ? ಎಂದು ಯೋಚಿಸುವುದು

- 7.1 ಮರೆಯಲಾಗದ ಮಂಜಯ್ಯ ಮಾಸ್ತರು — 28
- 7.2 Clue Catcher ಸುಳಿವು ಹುಡುಕುವುದು — 29-32
- 7.3 Science Starts with a Question ವಿಜ್ಞಾನವು ಪ್ರಶ್ನೆಯೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ — 33-34
- 7.4 ಕಪ್ಪೆಯ ಉಪಾಯ — 35

8.Sustainable Living and Environmental Awareness ಸುಸ್ಥಿರ ಜೀವನ ಪದ್ಧತಿ ಮತ್ತು ಪರಿಸರ ಜಾಗೃತಿ

Care for Nature ಪ್ರಕೃತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ

- 8.1 ಮೊಳಕೆಯೊಡೆಯಲು ನಾನೊಲ್ಲೆ — 36

Love for Animals and Living Beings ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಮತ್ತು ಜೀವಿಗಳ ಮೇಲಿನ ಪ್ರೀತಿ

- 8.2 I Care for My Earth! ನಾನು ನನ್ನ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಕಾಳಜಿವಹಿಸುತ್ತೇನೆ — 37-38

9.Civic Responsibility ನಾಗರೀಕ ಜವಾಬ್ದಾರಿ

Voluteering at Home and School ಮನೆ ಮತ್ತು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಯಂಸೇವಾ ಮನೋಭಾವನೆ.

- 9.1 Being Responsible ಜವಾಬ್ದಾರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು — 39-42

10. Safety ಸುರಕ್ಷತೆ

Food Safety ಆಹಾರ ಸುರಕ್ಷತೆ

- 10.1 Why Do We Need Food? ಆಹಾರ ನಮಗೇಕೆ ಬೇಕು? — 43-48

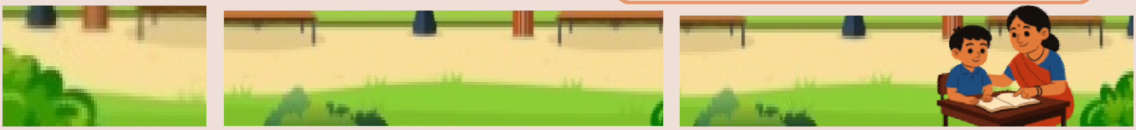
Road Safety ರಸ್ತೆ ಸುರಕ್ಷತೆ

- 10.2 Stop, Look, Go! ನಿಲ್ಲಿಸು, ನೋಡು, ಹೊರಡು! — 49-52

Personal Safety ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸುರಕ್ಷತೆ

- 10.3 Body Safety ದೇಹದ ಸುರಕ್ಷತೆ — 53-54
- 10.4 Rules for Personal Safety ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿ ತರಗತಿ ನಿಯಮಗಳು — 55-58
- 10.5 No- Go-Tell Guide ಬೇಡ-ಹೋಗಿ-ಹೇಳಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ — 59-62

NOT TO BE REPUBLISHED @KTBS



1.1 Our Value-Centered Classroom

We learn easily, when we are comfortable and calm. Sometimes our feelings or fights with friends or family members make it hard to focus on learnings. When we share our feelings, we feel calmer, can fix problems. We can also build friendship and become close to others. But we only share when we feel safe. Let's make our classroom a safe place to share, solve problems and learn.

Teacher Instruction:

- Explain to students that the classroom should be a place where everyone feels safe, respected, and happy. Introduce each wall or corner one by one (Values Wall, Strengths Wall, etc.). Ask students to help you decorate and create each space together.
- Give examples, so that students understand what to write or do in each space.
- Remind students to use these spaces kindly and honestly every day.
- Check and update the walls regularly with the class.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

Design your classroom to make everyone feel seen, safe, and valued. Try these easy and helpful ideas:

- **Values Wall:** A chart where you write class rules like "Be kind" and "Tell the truth." Look at it, when there is a problem.
- **Strengths Wall:** A place to show your good qualities, kind acts, or something you did well.
- **Gratitude Wall:** A wall where you can write thank-you notes to friends and teachers.
- **Kindness Jar:** If someone says something kind, write it down and put it in the jar. It can be opened once every 15 days and the teacher reads it to the class. This encourages everyone speak kindly and politely.
- **Identity Corner:** Place your name card, drawing, or photo here. Share how to say your name and what you love about yourself
- **Feelings Board:** Each morning, use stickers or signs to show how you feel, such as happy, sad or tired.
- **Affirmation Station:** A mirror or cards with kind words like "I am smart" or "I can do it." Read them when you need to feel better. Say these words aloud in front of the mirror.

1.1 ನಮ್ಮ ಮೌಲ್ಯ ಕೇಂದ್ರಿತ ತರಗತಿ ಕೊಠಡಿ

ನಾವು ಶಾಂತವಾಗಿದ್ದಾಗ ಸುಲಭವಾಗಿ ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಅಥವಾ ಸ್ನೇಹಿತರು, ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರ ಜೊತೆಗಿನ ಜಗಳಗಳಿಂದಾಗಿ ಕಲಿಕೆಯ ಕಡೆ ಗಮನಹರಿಸಲು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡಾಗ ಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತೇವೆ, ಆಗ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಬಹುದು. ಇದರಿಂದಾಗಿ ನಾವು ಸ್ನೇಹವನ್ನು ಸಹ ಬೆಳೆಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೆ ಹತ್ತಿರವಾಗುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ನಮಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತವೆನಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಬೇರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು, ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಮತ್ತು ಕಲಿಯಲು ನಮ್ಮ ತರಗತಿಯನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡೋಣ.

ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ಸೂಚನೆ:

- ತರಗತಿಯು ಪ್ರತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೂ ಸುರಕ್ಷಿತ, ಗೌರವಾನ್ವಿತ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಸ್ಥಳವಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ವಿವರಿಸಿ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗೋಡೆ ಅಥವಾ ಮೂಲೆಯನ್ನು ಒಂದೊಂದಾಗಿ ಪರಿಚಯಿಸಿ (ಮೌಲ್ಯಗಳ ಗೋಡೆ, ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳ ಗೋಡೆ, ಇತ್ಯಾದಿ). ಪ್ರತಿ ಜಾಗವನ್ನು ಅಲಂಕರಿಸಲು ಮತ್ತು ರಚಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವಂತೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಕೇಳಿ.
- ಪ್ರತಿ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಏನು ಬರೆಯಬೇಕು ಅಥವಾ ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿ.
- ಪ್ರತಿ ದಿನವೂ ಈ ಜಾಗಗಳನ್ನು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಬಳಸಲು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ನೆನಪಿಸಿ.
- ತರಗತಿ ನಿರ್ವಹಿಸುವಾಗ ಗೋಡೆಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ ಮತ್ತು ನವೀಕರಿಸಿ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಕಾಣುವಂತೆ, ಸುರಕ್ಷಿತ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಯುತ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಬರುವಂತೆ ನಿಮ್ಮ ತರಗತಿಯನ್ನು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಿ. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಸುಲಭ ಮತ್ತು ಸಹಾಯಕವಾದ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ:

- **ಮೌಲ್ಯಗಳ ಗೋಡೆ:** ಇದು ನೀವು "ದಯೆಯಿಂದಿರಿ" ಮತ್ತು "ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳಿ" ಎಂಬಂತಹ ತರಗತಿ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಬರೆಯುವ ಚಾರ್ಟ್. ಸಮಸ್ಯೆ ಇದ್ದಾಗ ಅದನ್ನು ನೋಡಿ.
- **ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳ ಗೋಡೆ:** ನಿಮ್ಮ ಉತ್ತಮ ಗುಣಗಳು, ದಯೆಯ ಕೆಲಸಗಳು ಅಥವಾ ನೀವು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿದ ಏನನ್ನಾದರೂ ತೋರಿಸಲು ಇರುವ ಸ್ಥಳ.
- **ಕೃತಜ್ಞತಾ ಗೋಡೆ:** ಸ್ನೇಹಿತರು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ನೀವು ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಬರೆಯಬಹುದಾದ ಗೋಡೆ.
- **ದಯೆಯ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ:** ಯಾರಾದರೂ ದಯೆಯಿಂದ ಏನಾದರೂ ಹೇಳಿದರೆ, ಅದನ್ನು ಬರೆದು ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿರಿ. ಶಿಕ್ಷಕರು ಅದನ್ನು ಪ್ರತೀ 15 ದಿನಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ತೆರೆದು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಎಲ್ಲರೂ ದಯೆ/ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಮಾತನಾಡುವುದನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತದೆ.
- **ಗುರುತಿನ ಮೂಲೆ:** ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರಿನ ಕಾರ್ಡ್, ಚಿತ್ರ ಅಥವಾ ಫೋಟೋವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ಹೇಗೆ ಕರೆಯಬೇಕು ಮತ್ತು ನೀವು ಏನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ.
- **ಭಾವನೆಗಳ ಬೋರ್ಡ್:** ಪ್ರತಿದಿನ ಸಂತೋಷ, ದುಃಖ, ದಣಿವು ಈ ರೀತಿಯ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ತೋರಿಸಲು ಸ್ಟಿಕ್ಕರ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
- **ದೃಢೀಕರಣ ಕೇಂದ್ರ:** "ನಾನು ಬುದ್ಧಿವಂತ" ಅಥವಾ "ನಾನು ಮಾಡಬಲ್ಲೆ" ಎಂಬಂತಹ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದ ಪದಗಳನ್ನು ಬರೆದಿರುವ ಕನ್ನಡಿ ಅಥವಾ ಕಾರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ. ನೀವು ಇನ್ನೂ ಉತ್ತಮರಾಗಬೇಕೆನಿಸಿದಾಗ ಅವುಗಳನ್ನು ಓದಿ.

1.2 I Am Special

We are often told to respect our elders. But can we respect our own selves? Can we respect people younger than us? Let's think of why we respect people. It is often because of the way they behave or something that they do well or the positive change they make to our society.

Think of all the people you respect. These could be your parents, other family members, teachers, neighbours, coaches. Write the names of 3 people you respect.

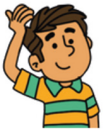
Think of the positive behaviour you show to others even when you are not being told by an elderly person to be 'good'.

Write some of the positive behaviours you have done in the past week. Some examples are given below:

Think of things you do well. Draw or write about it in the space below:

Make groups of four : Take turns to talk about what you admire about each of the 3 other persons in the group.

Similarly, think of one of your friends. Are there things about the way this friend behaves, and what they do that you can respect? Discuss what you admire about them.



Think and Do: Make a collage of all the positive things you do and the skills you have and put it up in your home. Make a thank you card for members of your family. In that card write what you like and admire about them.

I am special and unique. I am good at many things. I behave well. I can respect myself!

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

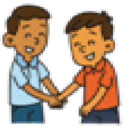
1.2 ನಾನು ವಿಶೇಷ

'ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರನ್ನು ನಾವು ಗೌರವಿಸಬೇಕು' ಎಂದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಮಗೆ ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದೇ ರೀತಿ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಗೌರವಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದೇ? ಹಾಗೆಯೇ ನಾವು ನಮಗಿಂತ ಕಿರಿಯರನ್ನು ಗೌರವಿಸಬಹುದೇ?
ಈಗ ನಾವು ಜನರನ್ನು ಏಕೆ ಗೌರವಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯೋಣ.
ಜನರು ಹೇಗೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅವರು ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆಯೇ? ಅಥವಾ ಅವರು ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ನೀಡಿದ ಕೊಡುಗೆಗಳು ಏನು ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ನಾವು ಅವರನ್ನು ಗೌರವಿಸಬೇಕೆ?

ನೀವು ಗೌರವಿಸುವ ಎಲ್ಲ ಜನರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ. ಇವರು ನಿಮ್ಮ ಪೋಷಕರು, ಕುಟುಂಬದ ಇತರ ಸದಸ್ಯರು, ಶಿಕ್ಷಕರು, ನೆರೆಹೊರೆಯವರು ಅಥವಾ ನಿಮಗೆ ತರಬೇತಿ ನೀಡುವವರು ಆಗಿರಬಹುದು. ನೀವು ಗೌರವಿಸುವ 3 ಜನರ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

ಯಾರಾದರೂ ಹಿರಿಯರು ನಿಮಗೆ 'ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿರಿ' ಎಂದು ಹೇಳದಿದ್ದರೂ ಸಹ, ನೀವು ಇತರರಿಗೆ ತೋರಿಸುವ ಒಳ್ಳೆಯ, ಉತ್ತಮ ವರ್ತನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ.
ಕಳೆದ ವಾರದಲ್ಲಿ ನೀವು ತೋರಿದ ಇಂತಹ ಕೆಲವು ಉತ್ತಮ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.
ಕೆಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆ:
ಕೆಳಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಖಾಲಿ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಉತ್ತಮ ವರ್ತನೆಯ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

----------- ----------- -----------



----------- ----------- -----------

ನೀವು ಮಾಡುವ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ ಮತ್ತು ಕೆಳಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆಯಿರಿ ಅಥವಾ ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸಿರಿ:

ನಾಲ್ಕು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ:
ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿದ ಮೂವರ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಮೆಚ್ಚುವ ವಿಷಯವನ್ನು ಮಾತನಾಡಿ.

ಅದೇ ಮಾದರಿಯಲ್ಲಿನ, ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ. ಈ ಸ್ನೇಹಿತನ ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಗೌರವಿಸಬಹುದಾದ ವಿಷಯಗಳಿವೆಯೇ? ನೀವು ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಮೆಚ್ಚುವ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ.

ನಾನು ವಿಶೇಷ ಮತ್ತು ವಿಭಿನ್ನ. ಹಲವಾರು ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಮಗು. ನಾನು ಎಲ್ಲರ ಜೊತೆ ಒಳ್ಳೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ನನ್ನನ್ನೂ ಗೌರವಿಸಬಹುದು!

ಆಲೋಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿರಿ:
ನೀವು ಮಾಡುವ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಗಳು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ, ಅದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಗೋಡೆಯ ಮೇಲೆ ಅಂಟಿಸಿ. ಹಾಗೆಯೇ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದವರಿಗೆ ಧನ್ಯವಾದ ತಿಳಿಸಲು ಒಂದು ಕಾರ್ಡ್ ಮಾಡಿ. ನಿಮಗೆ ಅವರಲ್ಲಿ ಇಷ್ಟವಾಗಿರುವ ಮತ್ತು ಮೆಚ್ಚುಗೆ ಆಗುವ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಆ ಕಾರ್ಡಿನಲ್ಲಿ ಬರೆಯಿರಿ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

1.3 ಮುಗೀತು ಈಗ ನಿನ್ನ ಕಥೆ

ನಾವು ಗುಂಪಾಗಿ ಬದುಕುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಈ ಭೂಮಿಯನ್ನೂ ಸಹ ನಮ್ಮಂತೆಯೇ ಇರುವ ಸಹಜೀವಿಗಳಾದ ಪ್ರಾಣಿ ಮತ್ತು ಸಸ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ಅವುಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರೆ, ಅವು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಬ್ಬರನೊಬ್ಬರು ಅವಲಂಬಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಕಥೆಯನ್ನು ಓದೋಣ...

ಕಪ್ಪೆ ಕಣಜಕ್ಕೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ – ಈಗ ನಿನ್ನ ಕತೆ ಮುಗೀತು!
ಕಣಜ – ಆದರೆ ನೀನೂ ಕೂಡಾ ಉಳಿಯೋಲ್ಲ.
ಕಪ್ಪೆ – ಅದು ಹೇಗೆ?
ಕಣಜ – ಸ್ವಲ್ಪ ನಿನ್ನ ಹಿಂದೆ ನೋಡು.
ಕಪ್ಪೆಗೆ ಹಾವು – ಈಗ ನಿನ್ನ ಕತೆ ಮುಗೀತು!
ಕಪ್ಪೆ – ಆದರೆ ನಿನಗೂ ಈಗ ಉಳಿಗಾಲವಿಲ್ಲ
ಹಾವು – ಅದು ಹೇಗೆ?
ಕಪ್ಪೆ – ಸ್ವಲ್ಪ ನಿನ್ನ ಹಿಂದೆ ನೋಡು.
ಮುಂಗುಸಿ ಹಾವಿಗೆ – ಈಗ ನಿನ್ನ ಕತೆನೂ ಮುಗೀತು!
ಹಾವು – ಆದರೆ ನಿನಗೂ ಅದೇ ಗತಿ!
ಮುಂಗುಸಿ – ಅದು ಹೇಗೆ?
ಹಾವು – ಸ್ವಲ್ಪ ತಿರುಗಿ ನಿನ್ನ ಹಿಂದೆ ನೋಡು.
ಹದ್ದು ಮುಂಗುಸಿಗೆ – ನಿನ್ನದೂ ಕತೆ ಮುಗೀತು!
ಕಣಜವು ಕಪ್ಪೆಗೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ – ಸ್ವಲ್ಪ ನನ್ನನ್ನು ಹೋಗಲು ಬಿಡು. ನಾನು ಎಲ್ಲರ ಪ್ರಾಣ ಉಳಿಸುತ್ತೇನೆ.
ಕಪ್ಪೆ ಕಣಜವನ್ನು ಹೋಗಲು ಬಿಡುತ್ತದೆ.
ಕಣಜವು ಹದ್ದಿನ ಕತ್ತಿಗೆ ಬಲವಾಗಿ ಕಚ್ಚುತ್ತದೆ.
ಹದ್ದು ಮುಂಗುಸಿಯನ್ನು ಬಿಡುತ್ತದೆ.
ಮುಂಗುಸಿ ಹಾವನ್ನು ಬಿಡುತ್ತದೆ.
ಕಪ್ಪೆ ಹಾವಿನಿಂದ ಪಾರಾಗುತ್ತದೆ.
ತಮ್ಮ ಪ್ರಾಣವನ್ನು ಉಳಿಸಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಎಲ್ಲವೂ ಕಣಜವನ್ನು ಅಭಿನಂದಿಸುತ್ತವೆ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ನಾವು ಒಬ್ಬರನೊಬ್ಬರು ಅವಲಂಬಿಸಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಸಹಪಾಠಿಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಿ, ಗೌರವಿಸಬೇಕು.

ಆಲೋಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿರಿ:

- ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಮಾಡಿದ ಸಹಾಯದ ಬಗ್ಗೆ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಚರ್ಚಿಸಿ.
- ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಒಬ್ಬರ ಮೇಲೊಬ್ಬರು ಹೇಗೆ ಅವಲಂಬಿತರಾಗಿದ್ದೇವೆ? ನಿಮ್ಮ ಒಬ್ಬ ಸಹಪಾಠಿ ಶಾಲೆಗೆ ಬಹಳ ಕಾಲ ಬರದಿದ್ದರೆ ನೀವು ಏನು ಮಾಡುತ್ತೀರಿ?

2.1 ರೀತು ನಮಗೆ ಮಾದರಿ

ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ನನಗೆ ಗೌರವ ತಂದು ಕೊಟ್ಟಿದೆ. ನನಗೆ ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಮ್ಮೆ ಇದೆ.

ಗೆಳೆಯರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳೋಣ:
ರೀತು ಮಾಡಿದ ಕೆಲಸ ನಿನಗೆ ಇಷ್ಟವಾಯಿತೆ? ನಿನಗೆ ಬೇರೆಯವರ ವಸ್ತು ಸಿಕ್ಕಿದರೆ ಏನು ಮಾಡುವೆ?

©KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

2.2 Seeds of Truth

Honesty means telling the truth and being open about what you do.
Fairness means treating everyone equally and making sure no one is left out or treated badly.

One day, your friends Ramya, Anil, and Rakesh come to your house to play. You have many toys at home. Your friends have brought one toy bear. You all want to play together. How will you play together?

1. Will you tell your friends honestly that you have many toys in your shelf?
2. How can you share your toys so everyone has fun?

Put a tick against the toys you will share with them.

You

Ramya

Rakesh

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

You can give some of your toys to Ramya, Anil, and Rakesh so everyone has some toys to play with. You can also take turns with the toys if there are not enough for everyone. This is fair because everyone can play and be happy.

Anil

Children, today we are going to learn about truth. Truth means speaking what is real. Honesty and truth is like a little seed. When we tell the truth, it grows strong and helps us and everyone around us.

Now, I want each of you to take a small pot, some soil and a seed. As you plant your seed, say quietly to yourself: 'I will be honest and tell the truth'.

Remember, just like we water our seed every day, we can practice honesty every day to help our seed of truth grow strong!

"Plant" the seed in a small pot or a paper tree poster.

NOT TO BE REPUBLISHED @KTBS

Honesty brings respect for all, including myself.

Think and Do:
Share with your friends a time when you told the truth even though it was hard.

2.2 ಸತ್ಯದ ಬೀಜಗಳು

ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಎಂದರೆ ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳುವುದು ಹಾಗೂ ನೀವು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸದ ಬಗ್ಗೆ ಮುಕ್ತವಾಗಿರುವುದು. ನ್ಯಾಯ ಎಂದರೆ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಸಮಾನವಾಗಿ ನಡೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಯಾರನ್ನೂ ಕಡೆಗಣಿಸದಂತೆ ಅಥವಾ ಕೆಟ್ಟದಾಗಿ ನಡೆಸಿಕೊಳ್ಳದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

ನೀನು

ಒಂದು ದಿನ, ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಾದ ರಮ್ಯಾ, ಅನಿಲ್ ಮತ್ತು ರಾಕೇಶ್ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಗೆ ಆಟವಾಡಲು ಬರುತ್ತಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಆಟಿಕೆಗಳಿವೆ. ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರು ಒಂದು ಆಟಿಕೆ ಕರಡಿಯನ್ನು ತಂದಿದ್ದಾರೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವೆಲ್ಲರೂ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಆಟವಾಡಲು ಬಯಸುತ್ತೀರಿ. ಈಗ ನೀವು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಹೇಗೆ ಆಡುತ್ತೀರಿ?

1. ನಿಮ್ಮ ಶೆಲ್ಫ್‌ನಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಆಟಿಕೆಗಳಿವೆ ಎಂದು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತೀರಾ?
2. ಎಲ್ಲರೂ ಆನಂದಿಸುವಂತೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಆಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು?

ನೀವು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಆಟಿಕೆಗಳ ಮುಂದೆ ಟಿಕ್ ಹಾಕಿ.

ರಮ್ಯಾ

ರಾಕೇಶ್

NOT TO BE REPUBLISHED @KTBS

ನಿಮ್ಮ ಕೆಲವು ಆಟಿಕೆಗಳನ್ನು ರಮ್ಯಾ, ಅನಿಲ್ ಮತ್ತು ರಾಕೇಶ್‌ಗೆ ನೀಡಬಹುದು, ಇದರಿಂದ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಆಟವಾಡಲು ಕೆಲವು ಆಟಿಕೆಗಳು ಸಿಗುತ್ತವೆ. ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಆಟಿಕೆಗಳು ಸಾಕಾಗದಿದ್ದರೆ ನೀವು ಸರದಿಯಂತೆ ಅವುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದು ನ್ಯಾಯಯುತವಾಗಿದೆ ಏಕೆಂದರೆ ಎಲ್ಲರೂ ಆಟವಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವಾಗಿರಬಹುದು.

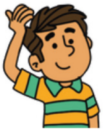
ಅನಿಲ್

ಮಕ್ಕಳೇ, ಇಂದು ನಾವು ಸತ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಕಲಿಯಲಿದ್ದೇವೆ. ಸತ್ಯ ಎಂದರೆ ನಿಜವಾದದ್ದನ್ನು ಮಾತನಾಡುವುದು. ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಮತ್ತು ಸತ್ಯವು ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಬೀಜದಂತೆ. ನಾವು ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳಿದಾಗ, ಅದು ಬಲವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ನಮಗೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಈಗ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಪಾತ್ರೆ, ಸ್ವಲ್ಪ ಮಣ್ಣು ಮತ್ತು ಒಂದು ಬೀಜವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿರಿ. ನೀವು ಬೀಜವನ್ನು ನೆಡುವಾಗ, ಮೌನವಾಗಿ ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿ: 'ನಾನು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕನಾಗಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ.'

ನೆನಪಿಡಿ, ನಾವು ಬೀಜವೊಂದು ಬೆಳೆಯಲು ಪ್ರತಿದಿನ ನೀರು ಹಾಕುವಂತೆಯೇ, ಸತ್ಯದ ಬೀಜವು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ನಾವು ಪ್ರತಿದಿನ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದಾಗಿದೆ.

© KTBS NOT TO BE REPUBLISHED



ಆಲೋಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿರಿ:

ಕಷ್ಟವಾಗಿದ್ದರೂ ನೀವು ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳಿದ ಸನ್ನಿವೇಶವೊಂದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ.

3.1 My World of Feelings

HOT

RAINY

We live surrounded by people, other living beings and nature. Things keep happening in this world! Sometimes the weather is hot, sometimes its cold or rainy or windy!

COLD

WINDY

Like the outside weather, our world of feelings also keeps changing! It depends on what is happening inside the body and what's happening outside. When we fall down and get hurt, we feel pain. What if there was no pain? We would not even know we have hurt ourselves! Pain draws our attention to the part that is hurt so that we can take care of it.

There is another world inside us. It is made up of feelings. We feel happy, sad, angry, upset, irritated, sleepy, tired, bored… the list goes on!

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

Make groups of 4:
Discuss what if there were no feelings? What would happen then?

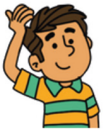
Think of 3 feelings.
How do they help you?
Write below:

- -

- -

- -

Feelings bring a positive change in me.



Think and Do:
Do you think animals have feelings? Why do you think so? What about plants?

3.1 ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳ ಲೋಕ

HOT

RAINY

ಜನರು, ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಪ್ರಾಣಿ ಪಕ್ಷಿಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಮಧ್ಯೆ ನಾವು ಬದುಕುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಬದಲಾವಣೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ವಾತಾವರಣವು ಬಿಸಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಚಳಿ, ಮಳೆ ಅಥವಾ ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಗಾಳಿ.

COLD

WINDY

ಹೊರಗಿನ ವಾತಾವರಣದಂತೆ, ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳ ಲೋಕವೂ ಬದಲಾಗುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದು ದೇಹದ ಒಳಗಡೆ ಏನು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಹೊರಗೆ ಏನು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುವುದರ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಬಿದ್ದು ಗಾಯಗೊಂಡಾಗ, ನಮಗೆ ನೋವಾಗುತ್ತದೆ. ನೋವು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಏನಾಗುತ್ತಿತ್ತು? ನಮಗೆ ಗಾಯವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಮಗೇ ತಿಳಿಯುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ! ನೋವು ನಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ನೋವಾಗುತ್ತಿರುವ ಭಾಗದ ಕಡೆಗೆ ಸೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ನಾವು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನಹರಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ನಮ್ಮ ಒಳಗೆ ಇನ್ನೊಂದು ಲೋಕವಿದೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ನಮಗೆ ಸಂತೋಷ, ದುಃಖ, ಕೋಪ, ಅಸಮಾಧಾನ, ಕಿರಿಕಿರಿ, ನಿದ್ದೆ, ದಣಿವು, ಬೇಸರ ಆಗುತ್ತದೆ. ಈ ಭಾವನೆಗಳ ಪಟ್ಟಿ ಹೀಗೆ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ !

ನಾಲ್ಕು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ: ಭಾವನೆಗಳು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಏನಾಗುತ್ತಿತ್ತು? ಚರ್ಚಿಸಿ.

ಯಾವುದಾದರೂ 3 ಭಾವನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ. ಅವು ನಿಮಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಎಂದು ಕೆಳಗೆ ಬರೆಯಿರಿ:

- -

- -

- -

ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳು ನನ್ನ ಒಳಗೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಹೊರಗೆ ಏನು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ನಾನು ಏನಾದರೂ ಮಾಡಬೇಕೇ ಎಂಬುದನ್ನು ನನಗೆ ಹೇಳುತ್ತವೆ.

ಆಲೋಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿರಿ:

ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೂ ಭಾವನೆಗಳಿವೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಅನಿಸುತ್ತಿದೆಯೇ? ಇದೆ ಅಂದರೆ ಹೇಗೆ? ಗಿಡಗಳಿಗೂ ಭಾವನೆ ಇದೆ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತಿದೆಯೇ? ಹೌದಾದರೂ, ಇಲ್ಲವಾದರೂ ಹೇಗೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

3.2 I Know My Feelings

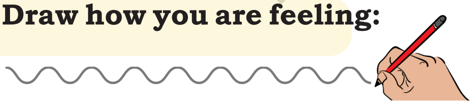
We know a lot of words. Knowing words helps us to express our feelings

An important set of words describe our feelings. Feelings are a part of every one's life. But they are felt inside us. We cant 'transfer' our feelings to another person or 'show' them to others like we can show them our hand or foot. Many feelings show on our face and body. But others may not understand correctly how we are really feeling inside us until we tell them.

Let us do this. Sit still and feel. How is your body feeling now? How is your breathing? Your heart? Are your fingers and toes relaxed or twitching or shaking? Are you sweating or feeling cool? Is your stomach tight or empty or full? Give a word to your feeling. It could be happy, peaceful, tense, unsure, relaxed, confused, etc. Write how you are feeling below. Avoid using words like "nice' or 'good'.

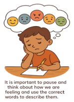
@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

Draw how you are feeling:

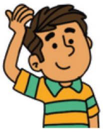


It is important to pause and think about how we are feeling and use the correct words to describe them.

Time with teacher: Make a list of the feelings you know and find out what they are called in other languages.



Make groups of 4: Make a list of all the feeling words you know in English and in your mother tongue.



Think and Do: Make a Feelings rainbow. Which colour would you give to which feeling in which arch of the rainbow. Write what makes you feel that way.

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

Words help me express my feelings better.

3.2 ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ

ನಿಮಗೆ ತುಂಬಾ ಪದಗಳು ತಿಳಿದಿವೆ. ಪದಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು, ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಜನರಿಗೆ ಹೇಳಲು ಮತ್ತು ಅವರು ಅದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಪದಗಳು ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತವೆ. ಭಾವನೆಗಳು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಜೀವನದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಮಾತ್ರ ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತೋರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅನೇಕ ಭಾವನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಮುಖ ಮತ್ತು ದೇಹದ ಹಾವಭಾವಗಳಿಂದ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಈ ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗದೆಯೂ ಇರಬಹುದು.

ಇದನ್ನು ಮಾಡೋಣ:

ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಕುಳಿತು ನಿಮ್ಮ ದೇಹವು ಹೇಗಿದೆ ಎಂದು ಗಮನಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಉಸಿರಾಟ ಹೇಗಿದೆ? ಹೃದಯ? ನಿಮ್ಮ ಬೆರಳುಗಳು ಮತ್ತು ಕಾಲಿನ ಬೆರಳುಗಳು ಸಡಿಲವಾಗಿವೆಯೇ? ಸೆಳೆಯುತ್ತಿವೆಯೇ ಅಥವಾ ನಡುಗುತ್ತಿವೆಯೇ? ನೀವು ಬೆವರುತ್ತಿದ್ದೀರೇ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲವೇ? ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತಿರುವ ಇನ್ನಿತರ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ಭಾವನೆಗೆ ಒಂದು ಪದವನ್ನು ನೀಡಿ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ಸಂತೋಷ, ಶಾಂತಿಯುತ, ಉದ್ವಿಗ್ನತೆ, ಅನಿಶ್ಚಿತ, ವಿಶ್ರಾಂತಿ, ಗೊಂದಲ ಇತ್ಯಾದಿಯಾಗಿರಬಹುದು. ನೀವು ಹೇಗೆ ಭಾವಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಕೆಳಗೆ ಬರೆಯಿರಿ. ಆದರೆ 'ಚೆನ್ನಾಗಿ' ಅಥವಾ 'ಒಳ್ಳೆಯದು' ಅಂತಹ ಪದಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ.

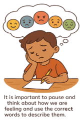
©KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ನಿಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸಿ : (ಉದಾ: ಅಳುವುದು)

ನಮಗೆ ಹೇಗನಿಸುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಯೋಚಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಹೇಳಲು ಸರಿಯಾದ ಪದಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಮುಖ್ಯ.

ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಸಮಯ –

ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಭಾವನೆಗಳ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ. ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಈ 'ಭಾವನೆ' ಪದಗಳನ್ನು ಏನೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ.

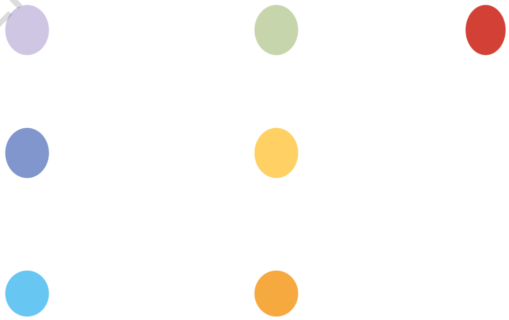


ನಾಲ್ಕು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ : ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮಾತೃಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಭಾವನೆಗಳ ಪದಗಳ ಪಟ್ಟಿ ತಯಾರಿಸಿ.

ಆಲೋಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿರಿ:

ಭಾವನೆಗಳ ಮಳೆಬಿಲ್ಲನ್ನು ಮಾಡಿ. ನೀವು ಯಾವ ಭಾವನೆಗೆ ಯಾವ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಯಾವ ಕಮಾನುವಿಗೆ ನೀಡುತ್ತೀರಿ? ನಿಮಗೆ ಆ ರೀತಿ ಏಕೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED



ಪದಗಳು ನನ್ನ
ಭಾವನೆಗಳನ್ನು
ಉತ್ತಮವಾಗಿ
ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಸಹಾಯ
ಮಾಡುತ್ತವೆ.

4.1 ದೇವ್‌ನ ಸ್ನೇಹಿತರು

ಕಾಳಜಿ ಮಾಡುವುದೆಂದರೆ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ದಯೆ ತೋರುವುದು, ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು, ಒಬ್ಬರೊಂದಿಗೆ ತಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾತುಗಳನ್ನಾಡುವುದು. ಹೇಗೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ಮುದ್ದಿನ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೋ ಹಾಗೆಯೇ ಪರಿಸರವೂ ಸಹ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಾಣಿ ಮತ್ತು ಸಸ್ಯ ಸಂಕುಲವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಬನ್ನಿ ದೇವ್ ನ ಈ ಕತೆಯನ್ನು ಕೇಳೋಣ.

ದೇವ್ ಮತ್ತು ಅವರ ತಂದೆ ಕಾಡಿನ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿಯೇ ವಾಸವಾಗಿದ್ದರು.
ಆ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಚಂದ ಚಂದದ ಅನೇಕ ಪಕ್ಷಿಗಳಿದ್ದವು.
ದೇವ್‌ಗೆ ಆ ಪಕ್ಷಿಗಳ ಹಾಡು ಕೇಳುವುದು ಇಷ್ಟ.
ಕೆಲಸದ ಮೇಲೆ ಅಪ್ಪ ಹೊರಗೆ ಹೋದಾಗ ದೇವ್‌ಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬನೇ ಇರಲು ಬೇಸರವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ದೂರದಲ್ಲಿ ಹಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಪಕ್ಷಿಗಳ ಹಾಡು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದ. ಒಂದು ದಿನ ನಾನು ಆ ಪಕ್ಷಿಗಳ ಜೊತೆ ಆಟ ಆಡಬೇಕು ಎಂದು ಅಪ್ಪನಿಗೆ ಹೇಳಿದ. ಅಪ್ಪ ಸಂಜೆ ಮನೆಗೆ ಬರುವಾಗ ಪಂಜರದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಪಕ್ಷಿಗಳನ್ನು ತಂದರು. ದೇವ್ ಆ ಪಕ್ಷಿಗಳಿಗೆ ಊಟ, ನೀರು ಕೊಟ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ.

ಆದರೆ ಪಕ್ಷಿಗಳು ಅವನ ಜೊತೆ ಆಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಹಾಡುತ್ತಲೂ ಇರಲಿಲ್ಲ.
ಪಕ್ಷಿಗಳಿಗೆ ಬೇಸರವಾಗಿದೆ ಎಂದು ದೇವ್‌ಗೆ ಗೊತ್ತಾಯಿತು.
ಅವು ರೆಂಬೆಯಿಂದ ರೆಂಬೆಗೆ ಹಾರಬೇಕಿದೆ. ರೆಕ್ಕೆ ಬಿಚ್ಚಿ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿ ಹಾರಾಡಬೇಕಿದೆ.
ತಮ್ಮ ಆಹಾರ ತಾವೇ ಹುಡುಕಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಿದೆ ಎಂದು ಮನಗಂಡು ಮರುದಿನ
ದೇವ್ ಮತ್ತು ಅವನ ಅಪ್ಪ ಪಂಜರದ ಬಾಗಿಲು ತೆರೆದರು. ಎಲ್ಲಾ
ಪಕ್ಷಿಗಳು ಹಾರಿ ಹೋದವು! ಈಗ ಪಕ್ಷಿಗಳು ಮತ್ತೆ ಹಾಡುತ್ತಿವೆ. ಆದರೆ ದೂರದ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ!

ಚಟುವಟಿಕೆ 1: ಪಕ್ಷಿಗಳಿಗೆ ಕಥೆಯ ಮೊದಲು, ಕಥೆಯ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ, ಕಥೆಯ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಏನನಿಸಿತು, ಅದರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸಿ. ಅವುಗಳಿಗೆ ಆ ಭಾವನೆಗಳು ಬರಲು ಕಾರಣವೇನು?

ಚಟುವಟಿಕೆ 2: ಮಕ್ಕಳು ವೃತ್ತಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಒಂದು ಚೆಂಡನ್ನು ಒಬ್ಬರಿಂದೊಬ್ಬರಿಗೆ ಪಾಸ್ ಮಾಡಬೇಕು. ಶಿಕ್ಷಕರು ಸನ್ನೆ ಮಾಡಿದ ತಕ್ಷಣ, ಆ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಚೆಂಡು ಯಾರ ಬಳಿ ಇರುವುದೋ ಅವರು ತಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ/ಪೋಷಕರಿಗೆ ತಾವು ಮಾಡಬಹುದಾದಂತಹ ಒಂದು ಸಹಾಯವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು (ಉದಾ: ನಾನು ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತನಿಗೆ ಪೆನ್ಸಿಲ್ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ, ಅಮ್ಮನಿಗೆ ಮನೆ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.)

ಈ ಸುಂದರ ಭೂಮಿ
ನಮ್ಮೆಲರದ್ದು, ನನಗೆಷ್ಟು,
ಅಷ್ಟೇ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೂ
ಸಹ ಸೇರಿದ್ದು.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

4.2 Plants, Animals and Me

We share this earth with many other living beings like trees, fish, birds, cows, lions and elephants!

Write how plants help us: ______________________

Write how animals in the water help us: ______________________

Write how animals on land helps us: ______________________

1. How can we care for the plants, trees and other animals on our Earth?

____

____

____

2. Write how you care for plants and animals.

____

____

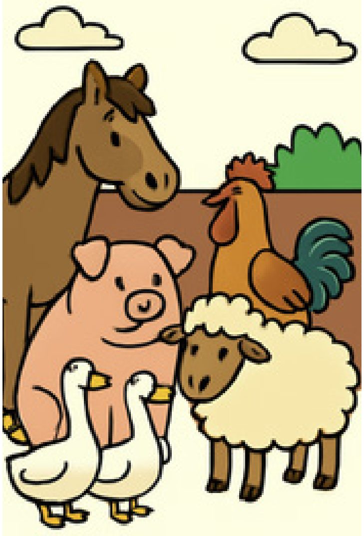
____

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

Some ways we care are shown as examples at the side. You can tick them if you do those acts of caring:

1. Keep water in a dish for birds in summer ☐
2. Care for a wounded animal! ☐
3. Caring a pet! ☐
4. Watering plants! ☐
5. Plucking leaves for fun! ☐
6. Crushing insects for fun! ☐
7. Throwing stones at animals for fun! ☐

Share in groups of 4: A moment when you saw a plant or animal in trouble and did something to help.



© NCERT NOT TO BE REPUBLISHED

Plants and animals help keep me alive. I can care for them.

Think and Do

Ask your family members how they have helped a plant or animal in need. Ask if they were helped by an animal.

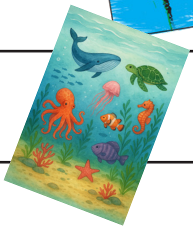
4.2 ಗಿಡಗಳು, ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಮತ್ತು ನಾನು

ನಾವು ಈ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಮರಗಳು, ಪಕ್ಷಿಗಳು, ಹಸುಗಳು, ಸಿಂಹಗಳು ಮತ್ತು ಆನೆಗಳಂತಹ ಹಲವಾರು ಜೀವಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ !

ಗಿಡಗಳು ನಮಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಎಂದು ಬರೆಯಿರಿ: ______

ಜಲಚರಗಳು ನಮಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಎಂದು ಬರೆಯಿರಿ: ______

ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ನಮಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಎಂದು ಬರೆಯಿರಿ: ______



1. ನಾವು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿರುವ ಗಿಡಮರಗಳು ಮತ್ತು ಇತರೆ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬಹುದು?

______

______

______

2. ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬಹುದಾದರೆ ಗಿಡಮರಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಬರೆಯಿರಿ.

______

______

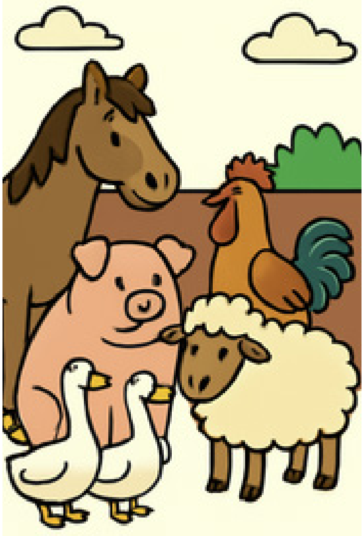
______

©KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ನೀವು ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವ ಕೆಲವು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಉದಾಹರಣೆಗಳಾಗಿ ಇಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಲಾಗಿದೆ.
ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅವುಗಳ ಮುಂದೆ ಗುರುತು ಹಾಕಿ.

1. ಬೇಸಿಗೆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪಕ್ಷಿಗಳಿಗೆ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಇಡುವುದು. ☐
2. ಗಾಯಗೊಂಡಿರುವ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ಆರೈಕೆ ಮಾಡುವುದು. ☐
3. ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಸಲಹುವುದು. ☐
4. ಗಿಡಗಳಿಗೆ ನೀರನ್ನು ಹಾಕುವುದು. ☐
5. ಮೋಜಿಗಾಗಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಕೀಳದಿರುವುದು. ☐
6. ಮೋಜಿಗಾಗಿ ಕೀಟಗಳನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡದಿರುವುದು. ☐
7. ಮೋಜಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಮೇಲೆ ಕಲ್ಲನ್ನು ಎಸೆಯದಿರುವುದು. ☐

ನಾಲ್ಕು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ: ಯಾವುದಾದರು ಒಂದು ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಗಿಡ ಅಥವಾ ಪ್ರಾಣಿ ಸಂಕಟದಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡು ಅವುಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ.



NOT TO BE REPUBLISHED

ಸಸ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಜೀವಂತವಾಗಿರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಾನು ಅವುಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

ಆಲೋಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿರಿ:
ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರು ಸಹಾಯದ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಸಸ್ಯ ಅಥವಾ ಪ್ರಾಣಿಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರು ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಅವರಿಗೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಪ್ರಾಣಿಯಿಂದ ಸಹಾಯವಾಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ಕೇಳಿ.

5.1 We all are Different, We all are Special

We live in groups. We live together, play together, and study together. Being kind to each other makes everyone feel happy!

Look at your bench partners and notice if they:

- Have a different hairstyle?
- Have the same skin colour?
- Have a different eye colour?

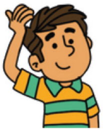
Turn to that person and say:
"You and I are different because........., and that's **awesome!**"
Then: "We are the same because ....!"

(E.g., We both like drawing / We both like chocolate!)

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

Teacher Instruction: Nature makes each living thing differently. Our differences help us survive and grow as a group. What would happen if we all thought the same way, felt the same feelings and looked the same? List all answers on the board.

Our differences make us special and unique!



Think and Do : Each student draws or writes one thing that makes them unique. Examples: "I have brown eyes!"/"I wear glasses!"/"I can speak 3 languages!"/"I'm really fast!" Create a "We're All Amazing!" wall display with the drawings and writings.

5.1 ನಾವೆಲ್ಲರೂ ವಿಭಿನ್ನರು, ನಾವೆಲ್ಲರೂ ವಿಶೇಷರು

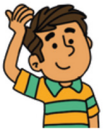
ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ನೋಡಿ – ಈ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಇಬ್ಬರು ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಲ್ಲ! ನಾವೆಲ್ಲರೂ ವಿಭಿನ್ನ ಕೂದಲು, ಚರ್ಮ, ಕಣ್ಣುಗಳು, ನಗು ಮತ್ತು ಶೈಲಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ ಮತ್ತು ಅದು ಒಳ್ಳೆಯದು! ನಮ್ಮ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು ನಮ್ಮ ತರಗತಿಯನ್ನು ವರ್ಣರಂಜಿತವಾಗಿಸಿವೆ, ವಿಶೇಷವಾಗಿಸಿವೆ, ಮೋಜಿನ ತಾಣವಾಗಿಸಿವೆ.

ನಿಮ್ಮ ಬೆಂಚ್ ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ನೋಡಿ ಮತ್ತು ಅವರು ಹೀಗಿದ್ದಾರೆಯೇ ಎಂದು ಗಮನಿಸಿ:

- ವಿಭಿನ್ನ ಕೇಶವಿನ್ಯಾಸ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆಯೇ?
- ಒಂದೇ ಚರ್ಮದ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆಯೇ?
- ವಿಭಿನ್ನ ಕಣ್ಣಿನ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆಯೇ?

ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿ:
"ನೀನು ಮತ್ತು ನಾನು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಏಕೆಂದರೆ........,
ಮತ್ತು ಅದು **ಅದ್ಭುತವಾಗಿದೆ!"**
ನಂತರ: "ನಾವು ಒಂದೇ ಏಕೆಂದರೆ..........!"
(ಉದಾ: ನಮ್ಮಿಬ್ಬರಿಗೂ ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸಲು ಇಷ್ಟ / ನಮ್ಮಿಬ್ಬರಿಗೂ ಚಾಕೊಲೇಟ್ ಇಷ್ಟ!)

ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ಸೂಚನೆಗಳು : ಪ್ರಕೃತಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಿಯನ್ನು ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿ ಸೃಷ್ಟಿಸಿದೆ. ನಮ್ಮ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು ನಾವು ಬದುಕಲು ಮತ್ತು ಗುಂಪಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಂದೇ ರೀತಿ ಯೋಚಿಸಿದರೆ, ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರೆ ಮತ್ತು ಒಂದೇ ರೀತಿ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದರೆ ಏನಾಗಬಹುದು? ಎಲ್ಲಾ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಬೋರ್ಡ್‌ನಲ್ಲಿ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ.



ಆಲೋಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿರಿ: ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೂ ತಮ್ಮನ್ನು ಅನನ್ಯವಾಗಿಸುವ ಒಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ಚಿತ್ರಿಸುತ್ತಾರೆ ಅಥವಾ ಬರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಉದಾಹರಣೆಗಳು: "ನನಗೆ ಕಂದು ಬಣ್ಣದ ಕಣ್ಣುಗಳಿವೆ!"/"ನಾನು ಕನ್ನಡಕ ಧರಿಸುತ್ತೇನೆ!"/"ನಾನು 3 ಭಾಷೆಗಳನ್ನು ಮಾತನಾಡಬಲ್ಲೆ!"/"ನಾನು ತುಂಬಾ ವೇಗವಾಗಿದ್ದೇನೆ!"

ರೇಖಾಚಿತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಬರಹಗಳೊಂದಿಗೆ "ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಅದ್ಭುತ!" ಎಂಬುದನ್ನು ಗೋಡೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

6.1 We All Can!

Some children are girls, some are boys, and some use other words to describe themselves. We may like different things like football, dolls, books, or dance and that's okay! No matter who we are or what we like, everyone should be treated with kindness and respect. Boys, girls, and all children are equal.

Discussion in Groups:

- Should boys and girls be allowed to do the same jobs when they grow up? Why or why not?
- Are boys and girls equally smart and strong? How do you know?

Encourage children to give examples from their own lives: a girl who is good at sports, a boy who loves to cook, etc.

Tick all the things you think any person (boy, girl, or other) can do if they learn and practice. Draw a smiley next to the one you want to try someday!

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

cooking

washing clothes

playing football

teaching in a school

building a house

driving a bus

Discussion in groups: Is there any work at home that only girls and women are asked to do? Are there any work that only boys and men are asked to do? How would it be if everyone did household work and outside work?

Everyone in the family, of all genders, can do the household and outside work and help each other.

Think and Do: Draw or write about one activity that you are good at and proud of!

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

6.1 ನಮ್ಮ ಮೌಲ್ಯ ಕೇಂದ್ರಿತ ತರಗತಿ ಕೊಠಡಿ

ಕೆಲವರು ಹುಡುಗಿಯರು, ಕೆಲವರು ಹುಡುಗರು ಮತ್ತು ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ತಮ್ಮನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಪದಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಫುಟ್ಬಾಲ್, ಗೊಂಬೆಗಳು, ಪುಸ್ತಕಗಳು ಅಥವಾ ನೃತ್ಯ ಮುಂತಾದ ವಿಭಿನ್ನ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡಬಹುದು. ನಾವು ಯಾರಾಗಿದ್ದರೂ ಅಥವಾ ಏನನ್ನೇ ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಸಹಾನುಭೂತಿ ಮತ್ತು ಗೌರವದಿಂದ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.
ಇಲ್ಲಿ ಹುಡುಗರು, ಹುಡುಗಿಯರು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರೂ ಸಮಾನರು.

ಕಲಿತು, ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೆ ಯಾರು ಬೇಕಾದರೂ (ಹುಡುಗ, ಹುಡುಗಿ ಅಥವಾ ಇತರೆ) ಈ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದೆಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸುವ ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಗುರುತು ಹಾಕಿ.

ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಚರ್ಚೆ:

- ಹುಡುಗರು ಮತ್ತು ಹುಡುಗಿಯರು ದೊಡ್ಡವರಾದಾಗ ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಅನುಮತಿಸಬಹುದೇ? ಇಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ ಏಕೆ ಇಲ್ಲ?
- ಹುಡುಗರು ಮತ್ತು ಹುಡುಗಿಯರು ಸಮಾನವಾಗಿ ಬುದ್ಧಿವಂತರು ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಶಾಲಿಗಳೇ? ನಿಮಗೆ ಇದು ಹೇಗೆ ಗೊತ್ತು?

ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ: ಕ್ರೀಡೆಯನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡುವ ಹುಡುಗಿ, ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಇಷ್ಟ ಪಡುವ ಹುಡುಗ ಇತ್ಯಾದಿ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವುದು

ಬಟ್ಟೆ ಒಗೆಯುವುದು

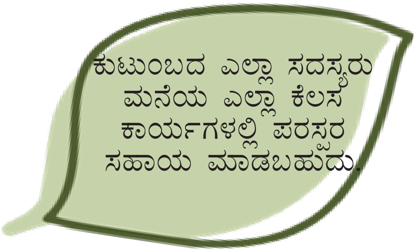
ಫುಟ್ಬಾಲ್ ಆಡುವುದು

ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಬೋಧಿಸುವುದು

ಮನೆ ಕಟ್ಟುವುದು

ಬಸ್ ಚಲಾಯಿಸುವುದು

ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಚರ್ಚೆ: ಯಾವುದಾದರು ಮನೆ ಕೆಲಸವನ್ನು ಹುಡುಗಿಯರು ಅಥವಾ ಹೆಂಗಸರು ಮಾತ್ರ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆಯೇ? ಹುಡುಗರು ಮತ್ತು ಗಂಡಸರು ಮಾತ್ರ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳು ಇವೆಯೇ? ಮನೆಗೆಲಸ ಹಾಗೂ ಹೊರಗಿನ ಕೆಲಸ ಎಲ್ಲರೂ ಮಾಡಿದರೆ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ?



ಆಲೋಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿರಿ: ನೀವು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಮಾಡುವ ಮತ್ತು ಹೆಮ್ಮೆಪಡುವ ಒಂದು ಚಟುವಟಿಕೆ ಬಗ್ಗೆ ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸಿ ಅಥವಾ ಬರೆಯಿರಿ!

KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

7.1 ಮರೆಯಲಾಗದ ಮಂಜಯ್ಯ ಮಾಸ್ತರು

ನಾವು ಹುಟ್ಟಿದಾಗಿನಿಂದಲೂ ಕಲಿಯುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಉತ್ಸಾಹದಿಂದಿದ್ದಾಗ ಕಲಿಕೆಯು ಇನ್ನಷ್ಟು ಆನಂದಕರವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಖುಷಿ, ಆನಂದವನ್ನು ತರುವಂತಹ ಶಿಕ್ಷಕರು ನಮ್ಮ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಸದಾ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲಿದೆ ಅಂತಹ ಒಂದು ಕಥೆ!

ಅಂದು ಮಂಜಯ್ಯ ಮಾಸ್ತರರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬ! ಅವರು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚಿನ ಮೇಷ್ಟ್ರು. ಅವರ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಆಟಗಳು, ಕತೆಗಳು, ಹಾಡುಗಳು ಮತ್ತು ಕರಕುಶಲ ಕಲೆಗಳು ಇರುತ್ತಿದ್ದವು. ಇಂದು, ಮಕ್ಕಳು ವಿಶೇಷ ಸಿಹಿತಿಂಡಿಗಳು, ಕುರುಕು ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ತಂದು ಅವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬ ಆಚರಿಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದರು.

ಆ ವರ್ಷ ನಾಲ್ಕನೆಯ ತರಗತಿಯ ಮಕ್ಕಳು ಅವರಿಂದ ರೇಖಾಗಣಿತವನ್ನು ಕಲಿತಿದ್ದರು. ಇಂದು ಅವರ ಸರದಿ!

ಬಿಸ್ಕತ್ತು ವೃತ್ತಾಕಾರದಲ್ಲಿದೆ

ಈ ಸಮೋಸ ಪಿರಮಿಡ್!

ಈ ಮೈಸೂರು ಪಾಕ್ ಘನಾಕೃತಿಯ ಆಕಾರದಲ್ಲಿದೆ!

ಮತ್ತಿದು?

ಇದಕ್ಕೆ ಮಂಜಯ್ಯ ಮಾಸ್ತರರಿಗೆ ಕೂಡ ಉತ್ತರ ಗೊತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ.

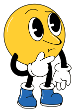
ಚಟುವಟಿಕೆ:

1. ನೀವು ಕಲಿತ ಎರಡು ರೇಖಾಕಾರವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ತಿಂಡಿಯ ಜೊತೆ ಹೋಲಿಸಿ, ಶಿಕ್ಷಕರ ಜೊತೆ ಚರ್ಚಿಸಿ.

ನಾನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆ, ಆಲೋಚಿಸಬಲ್ಲೆ ಮತ್ತು ಹೇಳಬಲ್ಲೆ! ಇದರಿಂದಲೇ ಹೊಸತನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಸಾಧ್ಯ!

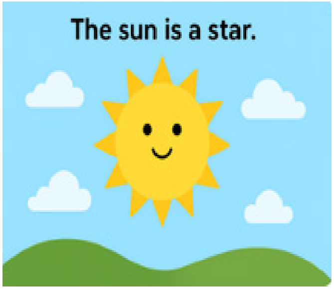
ಆಲೋಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿರಿ: ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡುವ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಬರೆದು ಅಥವಾ ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸುವ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED



7.2 Clue Catcher

Critical thinking means using our brain to ask questions, check facts, and decide what is true before we believe it. Scientific temper means having a way of thinking where we observe, ask why, test ideas, and believe in proof instead making assumptions.



© KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

Hear the following sentences. Three are true and one is not true. You have to find the one that is not true!

1. The sun is a star
2. Fish can walk on land
3. Water turns into ice when it is very cold
4. The moon shines at night.

- Students think quietly for 1 minute.
- Each student writes (or says) which one they think is not true and why.
- Teacher asks a few students to share their answers.
- Discuss how we can use what we already know to find the truth.

Now, let us put on our 'thinking hat' and ask ourselves these questions to find the correct answer. These questions are called clues.

Reality Check Clues :

- Think about what you have really seen in your life.
- Have you ever seen a fish walking on land?

Science/Knowledge Clues

- We learned in science that the sun gives us light. Does that fit with the sentence?
- Animals have different abilities. Which animal ability sounds impossible?"

Common Sense Clues:

- Which sentence sounds funny or unusual?
- Which one do you feel is not possible in real life?

Logic Clues

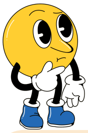
- Does this make sense? Or does it sound a little strange?
- Is this something living things or nature can actually do?

NOT TO BE REPUBLISHED @KTBS

The correct answer is

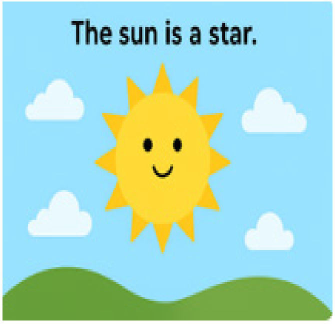
____

Think carefully, check facts, and do not believe something just because we hear it.



7.2 ಸುಳಿವು ಹುಡುಕುವುದು

ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆ ಎಂದರೆ ನಮ್ಮ ಮೆದುಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು, ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು ಮತ್ತು ನಾವು ನಂಬುವ ಮೊದಲು ಯಾವುದು ಸತ್ಯ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸುವುದು. ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮನೋಭಾವ ಎಂದರೆ ಊಹೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವ ಬದಲು ನಾವು ಗಮನಿಸುವ, ಏಕೆ ಎಂದು ಕೇಳುವ, ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವ ಮತ್ತು ಪುರಾವೆಗಳನ್ನು ನಂಬುವ ಒಂದು ಆಲೋಚನಾ ವಿಧಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು.



NOT TO BE REPUBLISHED ©KTBS

ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಾಕ್ಯಗಳನ್ನು ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಮೂರು ವಾಕ್ಯಗಳು ನಿಜ ಮತ್ತು ಒಂದು ನಿಜವಲ್ಲ. ನೀವು ನಿಜವಲ್ಲದ್ದನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಬೇಕು!

1. ಸೂರ್ಯ ಒಂದು ನಕ್ಷತ್ರ.
2. ಮೀನು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ನಡೆಯಬಲ್ಲದು.
3. ನೀರು ತುಂಬಾ ತಂಪಾದಾಗ ಮಂಜುಗಡ್ಡೆಯಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ.
4. ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಚಂದ್ರನು ಬೆಳಗುತ್ತಾನೆ.

- ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಒಂದು ನಿಮಿಷ ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ.
- ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ಯಾವುದು ನಿಜವಲ್ಲ ಎಂದು ನಿರ್ಣಯಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಏಕೆ ಎಂದು ಬರೆಯುತ್ತಾರೆ (ಅಥವಾ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ).
- ಶಿಕ್ಷಕರು ಕೆಲವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ತಮ್ಮ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಸೂಚಿಸುತ್ತಾರೆ.
- ಸತ್ಯವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ನಮಗೆ ಈಗಾಗಲೇ ತಿಳಿದಿರುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಬಳಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಈಗ, ನಾವು ನಮ್ಮ **'ಯೋಚಿಸುವ ಟೋಪಿ'**ಯನ್ನು ಧರಿಸಿ ಸರಿಯಾದ ಉತ್ತರವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ನಾವೇ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು 'ಸುಳಿವು'ಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ವಾಸ್ತವಾಂಶ ಪರಿಶೀಲಿಸುವ ಸುಳಿವುಗಳು

- ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನೀವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನೋಡಿರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ.
- ನೀವು ಎಂದಾದರೂ ಮೀನು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ನಡೆಯುವುದನ್ನು ನೋಡಿದ್ದೀರಾ?

ವಿಜ್ಞಾನ/ಜ್ಞಾನದ ಸುಳಿವುಗಳು

- ಸೂರ್ಯ ನಮಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ನಾವು ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಕಲಿತಿದ್ದೇವೆ. ಅದು ಹೇಳಿಕೆಗೆ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗುತ್ತದೆಯೇ?
- ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ವಿಭಿನ್ನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳಿವೆ. ಯಾವ ಪ್ರಾಣಿಗೆ ಈ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಅಸಾಧ್ಯವೆಂದು ತೋರುತ್ತದೆ?

ತಾರ್ಕಿಕ ಸುಳಿವುಗಳು

- ಇದು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಇದೆಯೇ? ಅಥವಾ ಸ್ವಲ್ಪ ವಿಚಿತ್ರವಾಗಿ ತೋರುತ್ತದೆಯೇ?
- ಇದು ಜೀವಿಗಳು ಅಥವಾ ಪ್ರಕೃತಿ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಮಾಡಬಹುದಾದ ಕೆಲಸವೇ?

ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನದ ಸುಳಿವುಗಳು

- ಯಾವ ವಾಕ್ಯ ತಮಾಷೆ ಅಥವಾ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಎನಿಸುತ್ತದೆ?
- ನಿಜ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸುತ್ತೀರಿ?

NOT TO BE REPUBLISHED ©KTBS

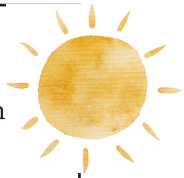
ಸರಿಯಾದ ಉತ್ತರ

____

ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಆಲೋಚಿಸಿ, ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ, ಮತ್ತು ನಾವು ಕೇಳಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಅದನ್ನು ನಂಬಬೇಡಿ.

7.3 Science Starts with a Question

There are so many things in nature that we are curious about!
Today we will explore water.



Water Drops Welcome

Set up a bowl of water with floating petals or leaves.

Invite each child to dip their fingers and make a gentle splash or ripple.

Today is full of discoveries. When you touch the water, make a wish for something new you would like to learn

Encourage smiles and guesses: "Where do the ripples go? or "Why do petals float?

Raindrop Run

Create a movement game pretending to be different types of water:

Raindrops: tiptoe and fall down gently.

Rivers: move arms flowing side to side and run in slow waves.

Splash: jump in pretend puddles.

Clouds: float slowly across the room.

Play instrumental rain music or soft drumming.(optional)

NOT TO BE REPUBLISHED ©KTBS

Discuss in groups:

Why does water spread easily? Does oil, honey or chutney spread the same way?

Rainbow Drip Painting (optional)

Use : Droppers or paintbrushes,

Take a dropper or paintbrush and dip it into the paint.

Now gently drop or drip the paint onto your paper.

Watch carefully - see how the colors spread and mix on the paper

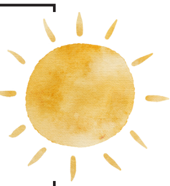
I can look keenly, wonder, ask questions to learn more about my world.

7.3 ವಿಜ್ಞಾನವು ಪ್ರಶ್ನೆಯೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ

ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಕುತೂಹಲಕಾರಿಯಾದ ಹಲವು ವಿಷಯಗಳಿವೆ! ಅದರಲ್ಲಿ ನೀರೂ ಒಂದು, ಇಂದು ಅದರ ಸುತ್ತ ಹುಡುಕಾಟ ಮಾಡೋಣವೇ?

ನೀರಿನ ಹನಿಗಳಿಂದ ಸ್ವಾಗತ

ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಹೂವಿನ ದಳಗಳು ಅಥವಾ ಎಲೆಗಳನ್ನು ತೇಲುವಂತೆ ಹಾಕಿ. ಪ್ರತಿ ಮಗು ತಮ್ಮ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಅದ್ದಿ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಚಿಮ್ಮಿಸಲು ಅಥವಾ ಸಿಡಿಸಲು ತಿಳಿಸಿರಿ.



ಈ ದಿನ ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದೆ. ನೀವು ನೀರನ್ನು ಮುಟ್ಟಿದಾಗ, ನೀವು ಕಲಿಯಲು ಬಯಸುವ ಹೊಸ ಸಂಗತಿ ಏನಿರಬಹುದು ಯೋಚಿಸಿ?

ನೀರಿನ ಮೇಲಿನ ತರಂಗಗಳು ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತವೆ? ಅಥವಾ ದಳಗಳು ಏಕೆ ತೇಲುತ್ತವೆ?

ಮಳೆ ಬಂತು ಓಡಿ......

ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ನೀರಿನಂತೆ ನಟಿಸುವ ಚಲನೆಯ ಆಟವನ್ನು ಆಡಿಸಿರಿ:

ಮಳೆ ಹನಿಗಳು: ತುದಿಗಾಲಿನಲ್ಲಿ ನಿಂತು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕೆಳಗೆ ಬೀಳಬೇಕು.

ನದಿಗಳು: ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ತೋಳುಗಳನ್ನು ಚಾಚಿ ಮತ್ತು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಓಡಬೇಕು.

ಚಿಮ್ಮುವುದು: ಕೊಚ್ಚೆ ಗುಂಡಿಯ ನೀರು ಚಿಮ್ಮುವಾಗ ಜಿಗಿಯುವಂತೆ ನಟಿಸಬೇಕು.

ಮೋಡಗಳು: ಕೋಣೆಯಾದ್ಯಂತ ನಿಧಾನವಾಗಿ ತೇಲುವಂತೆ ನಟಿಸಬೇಕು.

ಮಳೆ ಬರುವ ಸಂಗೀತವಿದ್ದರೆ ಕೇಳಿಸುತ್ತಾ ಆಟ ಆಡಿಸಿರಿ (ಐಚ್ಛಿಕ).

ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ಚರ್ಚಿಸಿ:

ನೀರು ಏಕೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಹರಡುತ್ತದೆ? ಎಣ್ಣೆ, ಜೇನುತುಪ್ಪ ಅಥವಾ ಚಟ್ನಿ ಒಂದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹರಡುತ್ತವೆಯೇ?

ಮಳೆಬಿಲ್ಲ ಹನಿ ಚಿತ್ರ (ಐಚ್ಛಿಕ)

ಬಳಸುವ ಸಾಮಗ್ರಿ: ಪೈಂಟ್ ಮತ್ತು ಬ್ರಷ್‌ಗಳು.

ಬ್ರಷ್‌ನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಪೈಂಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ.

ಈಗ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಪೈಂಟ್ ಅನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕಾಗದದ ಮೇಲೆ ಬಿಡಿ ಅಥವಾ ಹನಿ ತೊಟ್ಟಿಕ್ಕುವಂತೆ ಮಾಡಿ.

- ಗಮನವಿಟ್ಟು ವೀಕ್ಷಿಸಿ – ಬಣ್ಣದ ಹನಿಗಳು ಕಾಗದದ ಮೇಲೆ ಹೇಗೆ ಹರಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಬೆರೆಯುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡಿ.

ನಾನು ನನ್ನ ಪ್ರಪಂಚದ ಬಗ್ಗೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಬೆರಗುಗಣ್ಣಿನಿಂದ ನೋಡಬಹುದು, ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡಬಹುದು, ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಬಹುದು.

NOT TO BE REPUBLISHED ©KTBS

7.4 ಕಪ್ಪೆಯ ಉಪಾಯ

ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲು ನಡೆಯುತ್ತಿರುವುದು ಏನು, ಏಕೆ, ಹೇಗೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಆಸೆಗೆ 'ಕುತೂಹಲ' ಎನ್ನುವರು. ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕತೆ ಎಂದರೆ ನಮ್ಮೆದುರಿಗಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಬಹಳಷ್ಟು ಸಲ ಬರೀ ಗಮನಿಸುವುದರಿಂದ, ಯೋಚಿಸುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ಹೊಸ ಹೊಸ ಉಪಾಯಗಳನ್ನು ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡುವುದರಿಂದಲೇ ನಮ್ಮ ಹಲವಾರು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅದನ್ನೇ ಈ ಕಪ್ಪೆ ಮಾಡಿದ್ದು...

ಕಪ್ಪೆಗೆ ಹಸಿವಾಗಿತ್ತು. ಅದು ಊಟ ಹುಡುಕುತ್ತಿತ್ತು.
ಅಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಹುಳಗಳು, ಪತಂಗಗಳು ಇದ್ದವು.
ಇವತ್ತು ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬ ತಿನ್ನಬಹುದು ಅಂದುಕೊಂಡು
ಕಪ್ಪೆ ಅಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿ ಜಿಗಿಯಿತು.
ಮೇಲೆ ಹಾರಿತು. ಕೆಳಗೆ ಹಾರಿತು. ಆದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಏನೂ ಸಿಗಲಿಲ್ಲ.
ಹಸಿವಿನಿಂದ ಅದಕ್ಕೆ ತಲೆಬಿಸಿಯಾಗಿತ್ತು. ಏನು ಮಾಡೋದು ಅಂತ
ಯೋಚಿಸಿತು.
ಹುಳಗಳು ಎಷ್ಟು ಚುರುಕಾಗಿ ಹಾರುತ್ತಿವೆ.
ಒಂದನ್ನೂ ಹಿಡಿಯಲಾಗಲಿಲ್ವಲ್ಲಾ.
ಹೀಗೆ ಆದರೆ ನಾನು ಸತ್ತೇ ಹೋಗ್ತಿನಿ.

ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಅದಕ್ಕೊಂದು ಮೋಂಬತ್ತಿ ಕಂಡಿತು. ಕಪ್ಪೆ ಅದರ ಹತ್ತಿರ ಹೋಯಿತು. ಅಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ಕೀಟಗಳು, ಪತಂಗಗಳು ಇರುವುದನ್ನು ನೋಡಿ ಕಪ್ಪೆಗೆ ಖುಷಿಯಾಯಿತು.
ಮಾರನೆಯ ಸಂಜೆ, ಕಪ್ಪೆ ಕೊಳದಿಂದ ಹೊರಕ್ಕೆ ಬಂದಿತು.
ಕೊಳದ ಬದಿಯಲ್ಲಿ ಮೋಂಬತ್ತಿ ಹಚ್ಚಿ ಇಟ್ಟಿತು. ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲೇ, ಕಪ್ಪೆಗೆ ತನ್ನ ಸುತ್ತ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಊಟ ಕಂಡಿತು.
ಅದು ಖುಷಿಯಾಗಿ ಊಟ ಮಾಡಿತು.
ಅದನ್ನು ನೋಡಿ, ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ನಂತರ
ಕೊಳದ ನೋಟವೇ ಬದಲಾಯಿತು.
ಈಗ ಪ್ರತಿ ರಾತ್ರಿ ಅಲ್ಲಿ ಮೋಂಬತ್ತಿಗಳ ಬೆಳಕಿನ ಮೋಜಿನ ರಾತ್ರಿಯಾಗಿಬಿಟ್ಟಿದೆ!!

ನಾನು ಆಲೋಚಿಸಿ,
ಗಮನಿಸಿ, ಪ್ರಯೋಗಿಸಿ
ನೋಡುವ ಕುತೂಹಲವನ್ನು
ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ
ಸೂಕ್ತ ಪರಿಹಾರವನ್ನು
ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

ಬನ್ನಿ ಚರ್ಚಿಸೋಣ :

- ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿರುವ ಗಿಡಗಳು ಒಣಗುತ್ತಿವೆ, ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಕೊರತೆ ಇದೆ. ನೀವು ಆ ಗಿಡಗಳು ಒಣಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಏನು ಮಾಡುವಿರಿ?
- ನೀವು ಆ ಕಪ್ಪೆಯಾಗಿದ್ದರೆ ಇನ್ನೇನು ಉಪಾಯವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಿರಿ?

NOT TO BE REPUBLISHED @KTBS

8.1 ಮೊಳಕೆಯೊಡೆಯಲು ನಾನೊಲ್ಲೆ

ನಾವು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿರಲು ಗಾಳಿ, ನೀರು, ಆಹಾರ ಬೇಕು. ನಾವು ಅವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಕಾಪಾಡಿದರೆ, ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಇಲ್ಲವಾದರೆ ಭೂತಾಯಿ ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗುತ್ತಾಳೆ. ಅದರಿಂದ ನಮಗೂ ಹಾನಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಬನ್ನಿ ರವಿಯ ಕನಸು ಹೇಗೆ ಅವನಿಗೆ ನೋವುಂಟುಮಾಡಿತು ಎಂದು ಈ ಕಥೆಯಿಂದ ತಿಳಿಯೋಣ.

ಮಳೆಗಾಲದ ಒಂದು ದಿನ. ರೈತ ಹೊಲಕ್ಕೆ ಬಂದು ಶೇಂಗಾ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಬಿತ್ತಿ ಹೋಗಿದ್ದ. ಎಲ್ಲ ಬೀಜಗಳೂ ನಿಟ್ಟುಸಿರು ಬಿಡುತ್ತಾ ಮೊಳಕೆಯೊಡೆದವು. ಆದರೆ ಒಂದು ಬೀಜ "ನಾ ಮೊಳಕಿಯೊಡೆಯೂದಿಲ್ಲ.." ಎಂದು ಮುಖ ಊದಿಸಿಕೊಂಡು ಕೂತಿತ್ತು.

"ಯಾಕಪಾ ಏನಾತು? ಯಾಕ್ ಮೊಳಕಿಯೊಡೆಯೂದಿಲ್ಲ.." ಅಂತ ಕೇಳಿತು ಹಕ್ಕಿ.

"ನೋಡು ಮಣ್ಣೆಲ್ಲ ಹಾಳಾಗ್ಯೆತಿ, ನಾ ಹೆಂಗೆ ಒಳ್ಳೆ ಆಹಾರನ ಬೆಳ್ಸಿ ಕೊಡೂದು, ನೀನಾ ಹೇಳು ಮತ್ತ?" ಅಂದಿತು ಬೀಜ.

ಹಕ್ಕಿಯೂ ಈಗ ಉಸಿರಾಡಲು ಕಷ್ಟವಾಗಿ ಚಡಪಡಿಸಲು ಶುರುಮಾಡಿತು.

"ಅಯ್ಯೋ ನಂಗೂ ಹಾರಲಾರದಂಗ ಆಗ್ಯೆತಿ..." ಎಂದಿತು ನೋವಿನಿಂದ.

"ಯಾಕವಾ ಹಕ್ಕಿ ನಿನಗೇನಾತು ಈಗ...?" ಎಂದು ಕೇಳಿತು ನದಿ ಅಚ್ಚರಿಯಿಂದ.

"ಗಾಳಿಯೆಲ್ಲ ಕಪ್ಪಾಗ್ಯೆತಿ. ನಾ ಹ್ಯಾಂಗೆ ಉಸಿರಾಡ್ಲಿ?" ಎಂದು ಹೇಳಿತು ಹಕ್ಕಿ.

"ಹೌದಲ್ಲ..." ಅಂದುಕೊಂಡ ನದಿಯೂ ತಡವರಿಸುತ್ತಾ,

"ಅಯ್ಯೋ! ನಂಗೂ ಹರಿಯೋಕಾಗೂದಿಲ್ಲ..." ಎಂದಿತು ಇದ್ದಲ್ಲೇ ನೆರೆಯಾಗಿ ಉಕ್ಕುತ್ತಾ...

ನೀರು ನೀರು ನೀರು...

ಎಲ್ಲೆಲ್ಲು ನೀರುಮಯ

ಮನೆಯವರೆಗೂ ಬಂದ ನೀರು, ಮನೆಯೊಳಗೆ ನುಗ್ಗಿ ಮನೆ ಕೊಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಹೋದರೆ?! ರವಿ ಬೆಚ್ಚಿ ಕೇಳಿದ,

"ಯಾಕ್ ಹರಿಯೂದಿಲ್ಲ ನೀ ನದಿ?" ಎಂದು.

"ನೋಡು, ನೀರ್ ಯಷ್ಟ್ ಕೊಳಕಾಗ್ಯೆತಿ!

ನಾ ಹ್ಯಾಗ್ ಸಮುದ್ರ ಸೇರ್ಲಿ ಹೇಳು?"

ಎಂದು ಮುಖವನ್ನು ಸಪ್ಪಗೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿತು.

ರವಿ ಹೆದರಿ ಕನಸಿನಿಂದ ಎಚ್ಚೆತ್ತು ಎದ್ದವನೇ,

"ನಾ ಶಾಲಿಗ್ ಹೋಗುದಿಲ್ಲ.." ಎಂದು ಹಟ ಹಿಡಿದ.

"ಯಾಕ್ ಹೋಗುದಿಲ್ಲ? ಏನಾತೀಗ?" ಎಂದು ಅಪ್ಪ ಅಮ್ಮ ಕೇಳಿದರು.

"ಮಣ್ಣು, ಗಾಳಿ, ನೀರು ಎಲ್ಲ ಕೊಳಕಾಗ್ಯದ, ಅದಕ್ಕ..." ಅಂದ.

ಅಪ್ಪ ಅಮ್ಮನಿಗೆ ಎಲ್ಲ ಅರ್ಥವಾಯಿತು. ಪೊರಕೆ, ಚಲಕೆ ಹಿಡಿದು ನೆರೆಹೊರೆಯವರನ್ನೂ ಕರೆಯಲು ಹೋದರು. ಪರಿಸರವೆಲ್ಲ ಹೊಳೆಯತೊಡಗಿತು.

ನನ್ನ ತರಗತಿ, ಶಾಲೆ
ಮತ್ತು ಮನೆಯನ್ನು
ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು
ನನ್ನದೇ ಜವಾಬ್ದಾರಿ.

ಪ್ರಕೃತಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಚಟುವಟಿಕೆ

- ಮಕ್ಕಳು ವೃತ್ತದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ತಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾದ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಒಂದು ವಿಷಯ ಹೇಳಲಿ. (ಉದಾ: ನನಗೆ ಮರ ಇಷ್ಟ, ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ನೆರಳು ಕೊಡುತ್ತದೆ.)

  ಸ್ವಚ್ಛತಾ ಕಾರ್ಯ (ಸಣ್ಣ ಕ್ಲೀನ್–ಅಪ್ ಡ್ರೈವ್)

- ಶಿಕ್ಷಕರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಶಾಲಾ ಆವರಣದ ಒಣ ಕಸವನ್ನು(ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಬಾಟಲ್, ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಕವರ್) ತೆಗೆಯಿರಿ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

8.2 I Care For My Earth

Earth is our home. We live here, eat from the plants and animals, breathe the air, and drink the water that Mother Nature provides. Can we care for other beings? Things that are living and non-living?

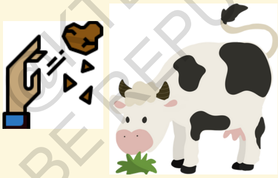
Tick what you do

☐ Throw plastic in dustbin

☐ Clean up the plates and bottles and do not leave them at the picnic spot

☐ Plant trees/ water plants

☐ Care for injured animals



☐ Do not throw stones at animals

☐ Do not waste food. Take only as much as I can eat.

© KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

Time with teacher: Call out all the ways you take care of the earth, water, plants and animals. Also think of how you reuse things, or recycle them. How do you dispose off batteries and electronic waste? Make a list on the board.

I care for mother Earth.

Group activity: Make a collage of small acts that people can do to help the environment.

8.2 ನಾನು ನನ್ನ ಭೂಮಿಯ ಕಾಳಜಿವಹಿಸುತ್ತೇನೆ

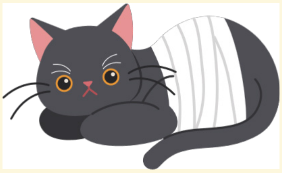
ಭೂಮಿ ನಮ್ಮ ಮನೆ. ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತೇವೆ, ಸಸ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಂದ ಆಹಾರ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ, ಗಾಳಿಯಿಂದ ಉಸಿರಾಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿ ತಾಯಿ ನೀಡಿದ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಇತರ ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ಕಾಳಜಿವಹಿಸಬಹುದೇ? ಸಜೀವ ಮತ್ತು ನಿರ್ಜೀವ ವಸ್ತುಗಳಿಗೆ ನಾವು ಕಾಳಜಿವಹಿಸಬಹುದೇ?

ನೀವು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಗುರುತು ಮಾಡಿ

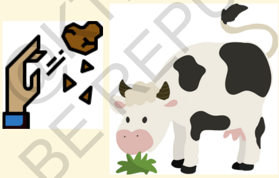
☐ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ತ್ಯಾಜ್ಯಗಳನ್ನು ಕಸದ ಬುಟ್ಟಿಗೆ ಹಾಕುವುದು

☐ ಪ್ರವಾಸ ಹೋದ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ತಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಶುಚಿಗೊಳಿಸದೆ ಇಡುವುದು, ಬಾಟಲ್ ಗಳು ಹಾಗು ಇತರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲೆಂದರಲ್ಲಿ ಬಿಸಾಡುವುದು

☐ ಗಿಡ ನೆಡುವುದು ಮತ್ತು ನೀರು ಹಾಕಿ ಪೋಷಿಸುವುದು



☐ ಗಾಯಗೊಂಡ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಆರೈಕೆ ಮಾಡುವುದು



☐ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಮೇಲೆ ಕಲ್ಲನ್ನು ಎಸೆಯುವುದು

☐ ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿರುವ ಆಹಾರವನ್ನು ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡದೇ, ಎಷ್ಟು ಬೇಕೋ ಅಷ್ಟೇ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವುದು

ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಸಮಯ: ನೀವು ಭೂಮಿ, ನೀರು, ಸಸ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಕಾಳಜಿ ಹೇಗೆ ವಹಿಸುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಹೇಳಿ. ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನೀವು ಹೇಗೆ ಮರುಬಳಕೆ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಅಥವಾ ಮರುಸಂಸ್ಕರಣೆ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನೂ ಯೋಚಿಸಿ. ಬ್ಯಾಟರಿ ಮತ್ತು ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ ತ್ಯಾಜ್ಯವನ್ನು ನೀವು ಹೇಗೆ ವಿಲೇವಾರಿ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ? ಫಲಕದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ.

ನಾನು ನನ್ನ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ಪರಿಸರವನ್ನು ಕಾಪಾಡುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಪರಿಸರ ಸ್ನೇಹಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ.

ಗುಂಪು ಚಟುವಟಿಕೆ: ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಜನರು ಮಾಡಬಹುದಾದ ಸಣ್ಣ ಕಾರ್ಯಗಳ ಒಂದು ಭಿತ್ತಿ ಚಿತ್ರವನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ.

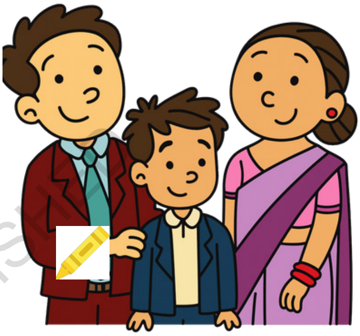
©KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

9.1 Being Responsible

Human beings live in groups. Groups make us strong and we can survive and grow. This also means that we have a responsibility towards each other and the places we use. It is not just about keeping our homes or classrooms clean. Our responsibility stretches across our school and community, state, country and the world. It's about being helpful, respectful and making sure we leave every place better than we found it.

School Helpers in Action!

- Sit in a circle and talk about all the different places in your school-the library, garden, corridor, water area, playground.
- Ask, "Who helps in taking care of these places?"
- Can we help too! Let's be School Helpers this week! List what you can do.

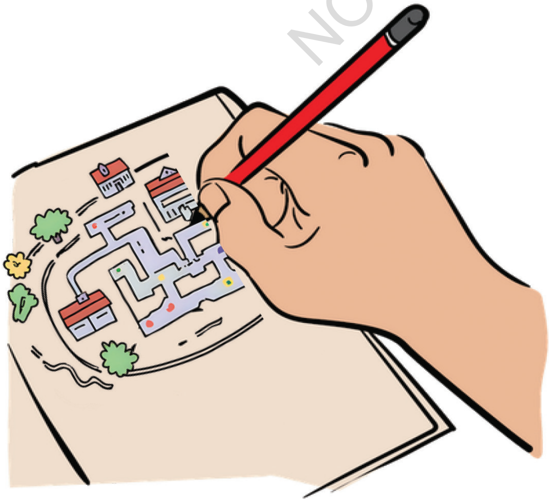


Activity :

Make a simple visual layout/poster of areas in the school.

Label places like:

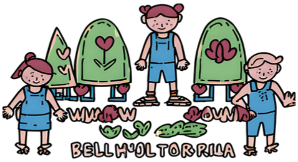
1. Garden
2. Library
3. Corridor
4. Playground
5. Water Station
6. Assembly Area



@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

Divide the class into small teams (2- 4 students).
Each team chooses or is assigned one school zone to help care for during the week.

Example roles:



Garden Guardians
pick up litter, water plants

Library Lovers
arrange books, help keep reading corners neat

Clean Corner Champs
keep corridor or shoe racks tidy

Playground Protectors
Pick up the litter, chocolate wrappers and keep the ground clean

Water Watchers
ensure taps are turned off, keep water areas dry

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

Our school is our home. We can make it clean, safe, and happy for everyone.

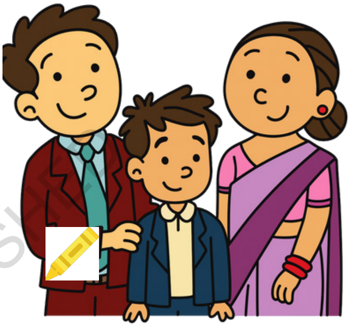
Think and Do: "This week, I helped my school by..." (Draw or write one thing they did) What can you and your family members do for your home? Discuss with them and divide the roles amongst your family members.

9.1 ಜವಾಬ್ದಾರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು

ಮಾನವರು ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಾರೆ. ಗುಂಪುಗಳು ನಮಗೆ ಶಕ್ತಿ ಕೊಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಬದುಕಿ ಬೆಳೆಯಬಹುದು ಎಂದು ತೋರಿಸುತ್ತವೆ. ನಾವು ಬಳಸುವ ಸ್ಥಳಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದ ಇರಬೇಕೆಂಬುವುದು ಇದರ ಅರ್ಥ. ಇದು ನಮ್ಮ ಮನೆಗಳು ಅಥವಾ ಶಾಲಾ ಕೊಠಡಿಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ನಮ್ಮ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ನಮ್ಮ ಶಾಲೆ, ಸಮುದಾಯ, ರಾಜ್ಯ, ದೇಶ ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತಲೂ ಇರಬೇಕು. ಇದು ಸಹಾಯಕವಾಗಿರುವುದು, ಗೌರವಯುತವಾಗಿರುವುದು ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪರಿಸರವನ್ನು ಇನ್ನೂ ಅಂದ-ಚೆಂದವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು.

ಶಾಲಾ ಚಟುವಟಿಕೆ

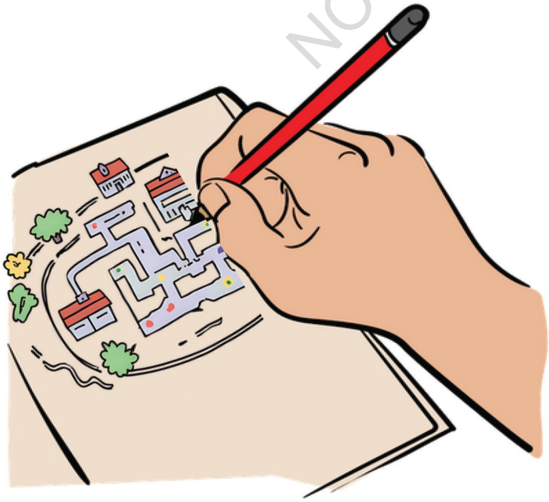
- ವೃತ್ತಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ವಿವಿಧ ಸ್ಥಳಗಳು-ಗ್ರಂಥಾಲಯ, ಉದ್ಯಾನ, ಕಾರಿಡಾರ್, ನೀರಿನ ಕೊಳಾಯಿ , ಆಟದ ಮೈದಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿ.
- “ಈ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಯಾರು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ?” ಎಂದು ಕೇಳಿ.
- ನಾವೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದೇ? ಈ ವಾರ ಶಾಲಾ ಸಹಾಯಕರಾಗೋಣ! ಎಲ್ಲರೂ ಏನು ಮಾಡಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡೋಣ.



@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಚಟುವಟಿಕೆ :

ಕೆಳಗಿನ ಚಿತ್ರದಂತೆ ಶಾಲೆಯ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪ್ರದೇಶಗಳ ಸರಳ ದೃಶ್ಯ ನಕ್ಷೆ/ಪೋಸ್ಟರ್ ಅನ್ನು ನಿಮ್ಮ-ನಿಮ್ಮ ಹಾಳೆಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆದು, ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ.

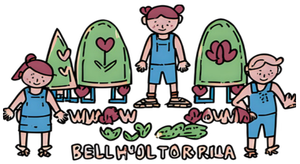


ದೃಶ್ಯ ನಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಗುರುತಿಸುವ ಸ್ಥಳಗಳು :

1. ಉದ್ಯಾನ
2. ಗ್ರಂಥಾಲಯ
3. ಕಾರಿಡಾರ್
4. ಆಟದ ಮೈದಾನ
5. ನೀರಿನ ಕೇಂದ್ರ
6. ಅಸೆಂಬ್ಲಿ ಪ್ರದೇಶ

ತರಗತಿಯನ್ನು 2–4 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿರುವ ತಂಡಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿ. ಪ್ರತಿ ತಂಡವು ವಾರದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಶಾಲೆಯ ಒಂದು ವಿಭಾಗವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ವಹಿಸಿದ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು.

ಉದಾಹರಣೆಗಳು :



'ಉದ್ಯಾನ ರಕ್ಷಕರು'
ಕಸವನ್ನು ಆರಿಸಿ,
ಸಸ್ಯಗಳಿಗೆ ನೀರು ಹಾಕುವುದು

'ಗ್ರಂಥಾಲಯ ಪ್ರಿಯರು'
ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಜೋಡಿಸಿ, ಓದುವ
ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟಾಗಿ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು
ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು

'ಕ್ಲೀನ್ ಕಾರ್ನರ್ ಚಾಂಪ್ಸ್'
ಕಾರಿಡಾರ್ ಅಥವಾ
ಚಪ್ಪಲಿ ಬಿಡುವ ಜಾಗವನ್ನು
ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟಾಗಿ ಇಡುವುದು

'ಆಟದ ಮೈದಾನ ರಕ್ಷಕರು'
ಆಟಿಕೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು
ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ, ನ್ಯಾಯಯುತ
ಆಟವನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು

'ನೀರು ವೀಕ್ಷಕರು'
ನಲ್ಲಿಗಳನ್ನು ಬಂದ್
ಮಾಡಲಾಗಿದೆ ಎಂದು
ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

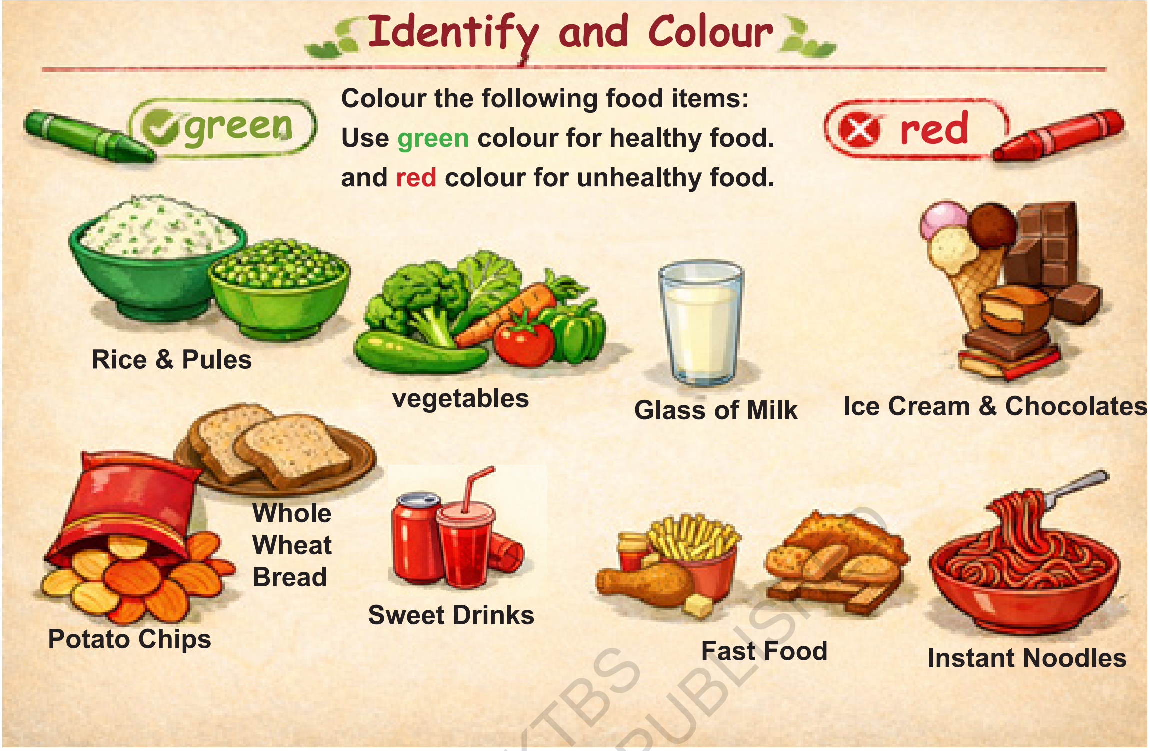
ನಮ್ಮ ಶಾಲೆ ನಮ್ಮ
ಮನೆ ಇದ್ದಂತೆ. ನಾವು
ಅದನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛ, ಸುರಕ್ಷಿತ
ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲರಿಗೂ
ಸಂತೋಷದಾಯಕವಾಗಿ
ಇರಿಸೋಣ.

ಆಲೋಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿರಿ:

'ಈ ವಾರ, ನಾನು ನನ್ನ ಶಾಲೆಗೆ...' (ಅವರು ಮಾಡಿದ ಒಂದು ಕೆಲಸವನ್ನು ಒಬ್ಬರು ಚಿತ್ರಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಬರೆಯಬಹುದು) ನೀವು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಗೆ ಏನು ಮಾಡಬಹುದು? ಅವರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ ಅವರಿಗೆ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಹಂಚಿ.

10.1 Why Do We Need Food?

There are many different kinds of food items available around us. We all eat different types of food every day. Regular food intake is very important for every living being. The food we eat contains many useful nutrients. So, let us understand why we need such food.



@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

If you do not eat breakfast, lunch or dinner at home, what do your parents say? What is the reason for that?

What happens if we do not eat food?

Discuss and Do

Parents use different ways to make their small children eat food. Think about the tricks your parents used when you were little. Write them like the examples given below.

Example :

- Showing the moon
- Making the child eat be showing animals birds

Now you write

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

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

Food is our body's best friend!

Think and Do:

How many glasses of water should we drink in a day?
What food do you eat for lunch, dinner and breakfast? Make a list.

10.1 ಆಹಾರ ನಮಗೇಕೆ ಬೇಕು?

ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲೂ ಹಲವಾರು ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತವೆ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಬಗೆಯ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತೇವೆ. ನಿಯಮಿತ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಿಗೂ ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಹೀಗೆ ಸೇವಿಸಲ್ಪಡುವ ಆಹಾರದಲ್ಲಿರುವ ವಿವಿಧ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ ಘಟಕಾಂಶಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾದರೆ ಇಂಥ ಆಹಾರ ನಮಗೇಕೇ ಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನೋಡೋಣ ಬನ್ನಿ..

ನಮ್ಮ ದೇಹವೂ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಯಂತ್ರದಂತೆ ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಹೇಗೆ ಯಂತ್ರಗಳಿಗೆ ವಿವಿಧ ಇಂಧನಗಳು ಬೇಕೋ, ಹಾಗೆಯೇ ಮನುಷ್ಯರಿಗೆ ಆಹಾರ ಬೇಕೇ ಬೇಕು.

ಹಾಗಾದರೆ ಆಹಾರ ನಮಗೆ ಏನೇನು ಕೊಡುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿಯೋಣ.

ಶಕ್ತಿ

ಶಕ್ತಿ – ನಾವು ಓಡಾಡಲು, ಆಟವಾಡಲು ______ ಶಕ್ತಿ ನೀಡುತ್ತದೆ

ಗೋಧಿ, ಅಕ್ಕಿ, ಆಲೂಗಡ್ಡೆ, ಬಾಳೆಹಣ್ಣು ಇತ್ಯಾದಿ.

ಬೆಳವಣಿಗೆ

ಬೆಳವಣಿಗೆ – ದೇಹದ ಗಾತ್ರ ದೊಡ್ಡದಾಗುವುದು ______ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ

ಹಾಲು, ಬೇಳೆ,ಮೊಟ್ಟೆ ಇತ್ಯಾದಿ.

ಆರೋಗ್ಯ

ಆರೋಗ್ಯ – ರೋಗ ಬರದಂತೆ ಕಾಯಲು

______ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡುತ್ತದೆ.

ಹಣ್ಣು, ತರಕಾರಿ, ಶುದ್ಧ ನೀರು, ಒಣಹಣ್ಣುಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ.

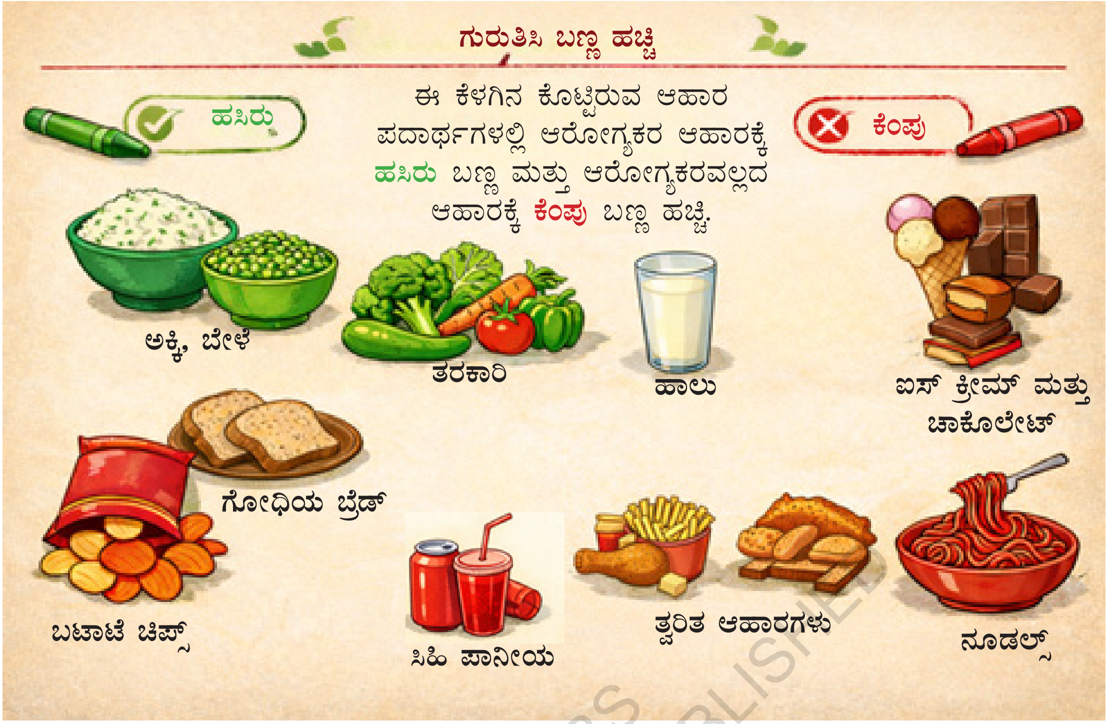
ದೈಹಿಕ ಸದೃಢತೆ

ದೈಹಿಕ ಸದೃಢತೆ – ಎಲುಬು, ಸ್ನಾಯು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿರಲು

______ ಸದೃಢತೆಯಿಂದ ಇರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ

ಹಾಲು, ಸೊಪ್ಪು, ರಾಗಿ, ಮೊಟ್ಟೆ ಇತ್ಯಾದಿ

©KTBS NOT TO BE REPUBLISHED



@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ನೀವು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಳಗ್ಗಿನ ತಿಂಡಿಯನ್ನೋ, ಮಧ್ಯಾಹ್ನ/ರಾತ್ರಿಯ ಊಟವನ್ನೋ ತಿನ್ನುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಅಪ್ಪ-ಅಮ್ಮ ಏನೆನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೇನು? ಆಹಾರ ತಿನ್ನದಿದ್ದರೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ?

ಚರ್ಚಿಸಿ ಮಾಡಿ:

ಉದಾ:

- ಚಂದ ಮಾಮನನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು.
- ಪ್ರಾಣಿ–ಪಕ್ಷಿಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಿ ಊಟ ಮಾಡಿಸುವುದು.

ಈಗ ನೀವು ಬರೆಯಿರಿ

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

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

ಆಹಾರವೇ ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಸ್ನೇಹಿತ!

ಆಲೋಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿರಿ:

ನೀವು ಊಟ/ತಿಂಡಿಗೆ ಏನೇನನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತೀರಿ? ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿರಿ.

ನಾವು ದಿನಕ್ಕೆ ಎಷ್ಟು ಗ್ಲಾಸ್ ನೀರು ಕುಡಿಯಬೇಕು?

10.2 Stop, Look, Go

We use roads almost every day. Some are on foot, some are cycling, some are using two-wheelers and some are using cars and buses. How do people know where to drive on the road, when to stop, and which place is for people to cross the road? How can we learn to use the road safely?

Teacher: Have you seen a traffic signal? What are the colours? What do they mean?

Explain that red says ‘Stop!’, amber/ orange says ‘Slow Down!’, and green says ‘Stop!”

Similarly, when we cross a road, we need to stop, look left, look right, and look left again. If it’s clear and no vehicles are nearby, we can cross the road.

Have you seen a zebra crossing? It has white stripes! It is the place for people to cross the road.

Activity : Use red, yellow and green flags or circles and role-play the traffic lights.

- Role-play the ‘Stop, Look, Go’ rule! Conduct regular simulations and drills.
- Encourage student participation and feedback.

@KTBS
TO BE REPUBLISHED

Before: Nonstandard walking in corridor

Before: Nonstandard walking in corridor

Role of Teacher :

- Serve as a role model by consistently using zebra crossings in school corridors.
- Educate and guide students and visitors to follow the designated walk paths.
- If students do not follow, explain the importance of following rules.

Role of Children :

- Always use zebra crossings while walking through corridors.
- Practice safe and orderly movement as part of daily school behavior.

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

Stop, Look, and Go helps us cross safely and avoid accidents.

Think and Do: Practise "Stop, Look, and Go" at the zebra crossing in your school and show the steps to a friend..

10.2 ನಿಲ್ಲಿಸು, ನೋಡು, ಹೊರಡು

ನಾವು ಬಹುತೇಕವಾಗಿ ಪ್ರತಿದಿನ ರಸ್ತೆಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೇವೆ. ಕೆಲವರು ಕಾಲ್ನಡಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ, ಕೆಲವರು ಸೈಕಲ್ ಹೊಡೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರು ದ್ವಿಚಕ್ರ ವಾಹನಗಳನ್ನುಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವರು ಕಾರುಗಳು ಮತ್ತು ಬಸ್ಸುಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿ ವಾಹನ ಚಾಲನೆ ಮಾಡಬೇಕು, ಯಾವಾಗ ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ರಸ್ತೆಯನ್ನು ದಾಟುವ ಸ್ಥಳ ಯಾವುದು ಎಂದು ಜನರಿಗೆ ಹೇಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ? ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ರಸ್ತೆಯನ್ನು ಬಳಸುವುದನ್ನು ನಾವು ಹೇಗೆ ಕಲಿಯಬಹುದು?

ಶಿಕ್ಷಕ: ನೀವು ಟ್ರಾಫಿಕ್ ಸಿಗ್ನಲ್/ಸಂಚಾರಿ ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ನೋಡಿದ್ದೀರಾ? ಅವುಗಳ ಬಣ್ಣಗಳು ಯಾವುವು? ಆ ಬಣ್ಣಗಳ ಅರ್ಥವೇನು?

ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣವು 'ನಿಲ್ಲಿಸು' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ, ಹಳದಿ ಬಣ್ಣವು 'ನಿಧಾನವಾಗಿಸು' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹಸಿರು ಬಣ್ಣವು 'ಹೊರಡು' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸುವರು.

ಅದೇ ರೀತಿ, ನಾವು ರಸ್ತೆ ದಾಟುವಾಗ, ನಾವು ನಿಂತು ನಮ್ಮ ಎಡಕ್ಕೆ ನೋಡಬೇಕು, ಬಲಕ್ಕೆ ನೋಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಪುನಃ ಎಡಕ್ಕೆ ನೋಡಬೇಕು. ಅಲ್ಲಿ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ವಾಹನಗಳ ಓಡಾಟವಿಲ್ಲದೇ ಮುಕ್ತವಾಗಿದ್ದರೆ, ನಾವು ಆಗ ರಸ್ತೆ ದಾಟಬಹುದು.

ನೀವು ಜೀಬ್ರಾ ಕ್ರಾಸಿಂಗ್ ನೋಡಿದ್ದೀರಾ? ಅದರಲ್ಲಿ ಬಿಳಿ ಪಟ್ಟೆಗಳಿವೆ. ಆ ಸ್ಥಳದಿಂದಲೇ ಜನರು ರಸ್ತೆ ದಾಟಬೇಕು.

ಚಟುವಟಿಕೆ : ಕೆಂಪು, ಹಳದಿ ಮತ್ತು ಹಸಿರು ಬಾವುಟಗಳು ಅಥವಾ ವೃತ್ತಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಬಳಸಿ ಸಂಚಾರ ದೀಪಗಳ ಮೂಲಕ ಪಾತ್ರಾಭಿನಯ ಮಾಡಿ.

- 'ನಿಲ್ಲಿಸು, ನೋಡು, ಹೊರಡು' ನಿಯಮವನ್ನು ಪಾತ್ರಾಭಿನಯ ಮಾಡಿ. ಇದೇ ರೀತಿ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಅಭಿನಯಿಸಿ, ಪುನರಾವರ್ತಿಸುತ್ತಾ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ.
- ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ ಮತ್ತು ಹಿಮ್ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಮೊದಲು: ಕಾರಿಡಾರ್‌ನಲ್ಲಿ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಪಾದಾಚಾರಿ ಮಾರ್ಗ ನಂತರ: ಕಾರಿಡಾರ್‌ನಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ಪಾದಾಚಾರಿ ಮಾರ್ಗ/ಹಾದಿಯ ಚಿತ್ರ

ಶಿಕ್ಷಕರ ಪಾತ್ರ:

- ಶಾಲಾ ಕಾರಿಡಾರ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಜೀಬ್ರಾ ಕ್ರಾಸಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಬಳಸುವ ಮೂಲಕ ನೀವು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮಾದರಿಯಾಗಿರಿ.
- ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಂದರ್ಶಕರಿಗೆ ಗೊತ್ತುಪಡಿಸಿದ ಪಾದಾಚಾರಿ ಮಾರ್ಗ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಲು ತಿಳಿಸಿ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡಿರಿ.
- ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಜೀಬ್ರಾ ಕ್ರಾಸಿಂಗ್ ಬಳಸದಿದ್ದರೆ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಉಪಯೋಗವನ್ನು ತಿಳಿಸಿರಿ.

ಮಕ್ಕಳ ಪಾತ್ರ :

- ಕಾರಿಡಾರ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವಾಗ ಯಾವಾಗಲೂ ಜೀಬ್ರಾ ಕ್ರಾಸಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ಶಾಲೆಯ ದೈನಂದಿನ ನಡವಳಿಕೆಯ ಭಾಗವಾಗಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ಮತ್ತು ಕ್ರಮಬದ್ಧಬಾಗಿ ನಡೆಯುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿರಿ.

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

ನಿಲ್ಲಿಸಿ, ನೋಡಿ ಮತ್ತು ಹೊರಡಿ ಈ ಸಂಕೇತಗಳು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ರಸ್ತೆ ದಾಟಲು ಮತ್ತು ಅಪಘಾತಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಆಲೋಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿರಿ:
ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಜೀಬ್ರಾ ಕ್ರಾಸಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ 'ನಿಲ್ಲಿಸು, ನೋಡು ಮತ್ತು ಹೊರಡು' ಈ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಈ ಹಂತಗಳನ್ನು ತೋರಿಸು.

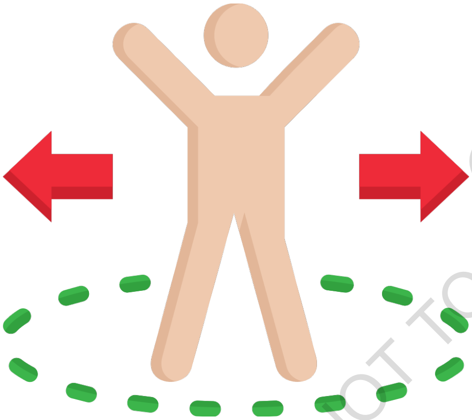
10.3 Body Safety

Our bodies are precious. We have the right to protect ourselves! All animals and plants like to protect themselves too. Let's find out more about this.

See how animals and plants stay safe! Some have shields, some sting, some bare their teeth!

Circle what you have seen in nature

We can also take care of our personal space, which is like an invisible boundary, the space around our body that we call our own. Others need our permission to enter our personal space.

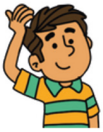


@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

Discuss in groups: How do you like to be greeted by your friends or family members?
Hugs, namastey, etc.

Do you feel uncomfortable when some of your friends or family members touch you?

I have a right to safety.



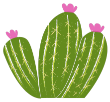
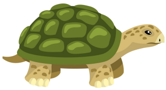
Think and Do: Dress this figure in your favourite clothes. Draw a circle around the parts that you do not want others (except safe adults) to touch.

10.3 ದೇಹದ ಸುರಕ್ಷತೆ

ನಮ್ಮ ದೇಹಗಳು ಅಮೂಲ್ಯ. ನಮಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಹಕ್ಕು ಇದೆ! ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಣಿಗಳೂ ಮತ್ತು ಸಸ್ಯಗಳೂ ತಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತವೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

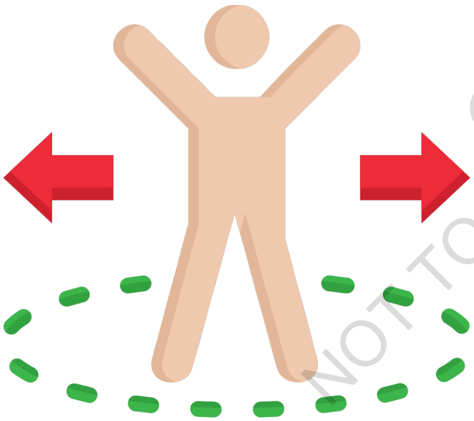
ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಸ್ಯಗಳು ಹೇಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ ನೋಡಿ! ಕೆಲವಕ್ಕೆ ಕವಚವಿರುತ್ತದೆ, ಕೆಲವು ಕುಕ್ಕುತ್ತವೆ, ಕಚ್ಚುತ್ತವೆ, ಕೆಲವು ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತವೆ!

ನೀವು ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ನೋಡಿರುವುದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ವೃತ್ತ ಹಾಕಿ

ನಾವು ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕತೆಯನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅದೊಂದು ಅದೃಶ್ಯ ಗಡಿಯಂತೆ, ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಸುತ್ತಲಿನ ಜಾಗವನ್ನು ನಾವು ನಮ್ಮದೇ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕತೆಯ ಗಡಿಯೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಇತರರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಅನುಮತಿ ಬೇಕು.

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED



ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ಚರ್ಚಿಸಿ: ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರು ಅಥವಾ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು ನಿಮಗೆ ಹೇಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ ಹೇಳಿದರೆ ನಿಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ? ಅಪ್ಪುಗೆ, ನಮಸ್ತೆ ಇತ್ಯಾದಿ.

ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರು ಅಥವಾ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರಿಂದ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಸ್ಪರ್ಶಗಳು ನಿಮಗೆ ಅಸಹಜ ಅನಿಸುತ್ತವೆ?

ಆಲೋಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿರಿ:

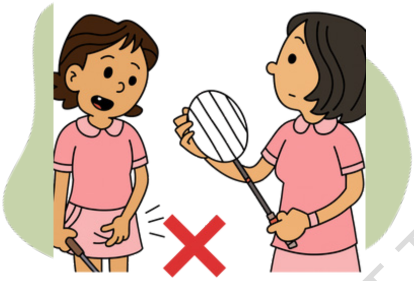
ಕೆಳಗಿನ ಆಕೃತಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮೆಚ್ಚಿನ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ. ನೀವು ಇತರರು ಮುಟ್ಟಬಾರದೆಂದು ಬಯಸುವ ಭಾಗಗಳ ಸುತ್ತ ವೃತ್ತವನ್ನು ಎಳೆಯಿರಿ.

10.4 Rules For Personal Safety

Just like we follow rules on the road or in school, we also have personal safety rules to help us stay safe and respected. These rules are to keep our body safe.

The Three Personal Safety Rules:

Clothing Rule : Private parts are the parts of our body covered by a swimsuit. These should always stay covered in front of others. Even though we don't cover our mouth, it's still private.

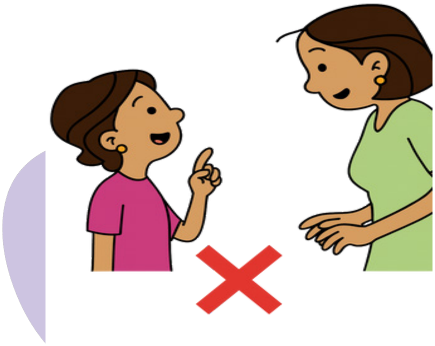


@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

Touching Rule : We do not touch our private parts in front of others and we don't touch anyone else's. No one should ask us to touch them or ask to look at or take pictures of our private parts.

Talking Rule : We talk about our private parts with safe adults when we have questions or need help. We can talk about our private parts with others if we need help or are hurt. Others should also follow this rule with us.

A safe adult is someone who listens, helps, respects, your space and follows safety rules too (like a parent, teacher or school nurse).

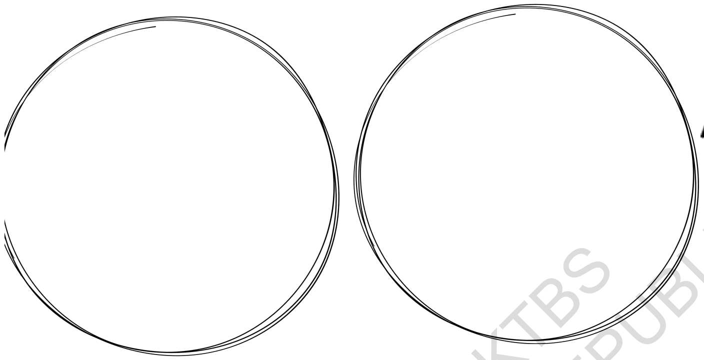


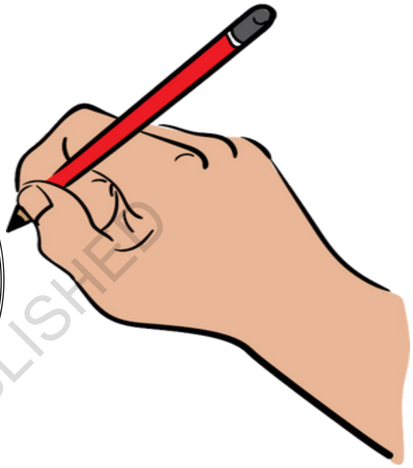
Draw two circles:

- **Safe Touches -** high-five, hug from a parent, doctor check-up in front of a parent or caregiver
- **Unsafe Touches -** touches to private parts, tickles that don't stop, someone asking you to keep it a secret

Draw or paste the examples into the correct circle.

Safe Touches **Unsafe Touches**





@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

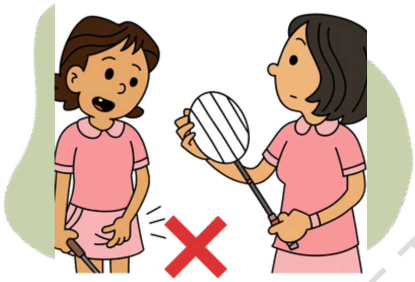
Think and Do: Draw yourself with a speech bubble. What would you say if someone made you feel uncomfortable? For example, "Don't do that, I will tell my parents."

10.4 ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿ ನಿಯಮಗಳು

ನಾವು ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವಂತೆಯೇ, ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಗೌರವದಿಂದ ಇರಲು ನಮಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸುರಕ್ಷತಾ ನಿಯಮಗಳಿವೆ. ಈ ನಿಯಮಗಳು ನಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಮೂರು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸುರಕ್ಷತಾ ನಿಯಮಗಳು:

ಬಟ್ಟೆ ಧರಿಸುವ ನಿಯಮ : ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಖಾಸಗಿ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇವು ಯಾವಾಗಲೂ ಇತರರ ಮುಂದೆ ಮುಚ್ಚಿರಬೇಕು. ನಾವು ನಮ್ಮ ಬಾಯಿಯನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೂ, ಅದೂ ಸಹ ಖಾಸಗಿ ಭಾಗವೇ ಆಗಿದೆ.

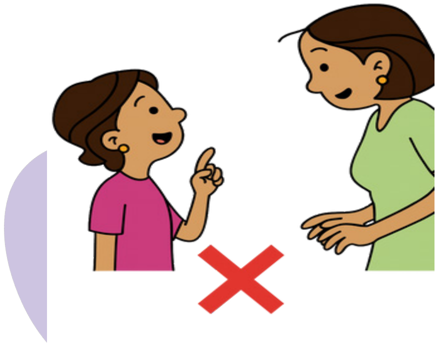


ಸ್ಪರ್ಶದ ನಿಯಮ: ಇತರರ ಮುಂದೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ಖಾಸಗಿ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಬೇರೆಯವರ ಖಾಸಗಿ ಭಾಗಗಳನ್ನೂ ಮುಟ್ಟಬಾರದು. ಯಾರೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ನಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳಬಾರದು, ಅಥವಾ ನಮ್ಮ ಖಾಸಗಿ ಭಾಗಗಳನ್ನು ನೋಡಲು ಅಥವಾ ಅವುಗಳ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಕೇಳಬಾರದು.

@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

ಮಾತನಾಡುವ ನಿಯಮ : ನಮಗೆ ಖಾಸಗಿ ಭಾಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿದ್ದಾಗ ಅಥವಾ ಸಹಾಯ ಬೇಕಾದಾಗ ನಾವು ಸುರಕ್ಷಿತ ವಯಸ್ಕರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇತರರೂ ಸಹ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಈ ನಿಯಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು.

ಸುರಕ್ಷಿತ ವಯಸ್ಕರು : ಎಂದರೆ ಕೇಳಿಸಿ ಕೊಳ್ಳುವ, ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ, ನಿಮ್ಮ ವೈಯುಕ್ತಿಕ ಅಂತರವನ್ನು ಗೌರವಿಸುವ ಹಾಗೂ ಸುರಕ್ಷತಾ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿ, (ಹಾಗೆಂದರೆ ಪೋಷಕರು, ಶಿಕ್ಷಕರು ಅಥವಾ ಶಾಲೆಯ ನರ್ಸ್.)

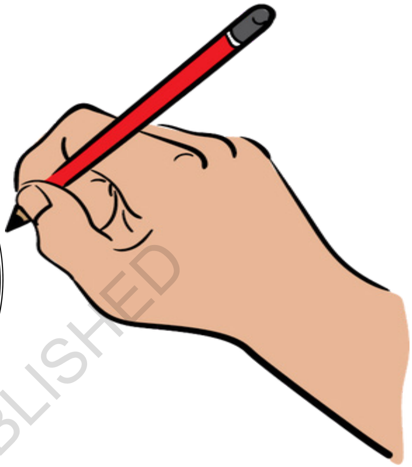


ಎರಡು ವೃತ್ತಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ:

- **ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಪರ್ಶಗಳು** – ಹೈ–ಫೈವ್, ಪೋಷಕರಿಂದ ಅಪ್ಪುಗೆ, ಪೋಷಕರು ಅಥವಾ ಆರೈಕೆದಾರರ ಮುಂದೆ ವೈದ್ಯರ ತಪಾಸಣೆ
- **ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಪರ್ಶಗಳು** – ಖಾಸಗಿ ಭಾಗಗಳ ಸ್ಪರ್ಶ, ನಿಲ್ಲದ ಕಚಗುಳಿಗಳು, ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿ ಅದನ್ನು ರಹಸ್ಯವಾಗಿಡಲು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾದ ವೃತ್ತಕ್ಕೆ ಎಳೆಯಿರಿ ಅಥವಾ ಅಂಟಿಸಿ.

ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಪರ್ಶಗಳು | **ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಪರ್ಶಗಳು**



@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ನಿಯಮಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಹೆದರಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಅವು ನಮ್ಮನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಿಸುತ್ತವೆ.

ಆಲೋಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿರಿ:

ಯಾರಾದರೂ ನಿಮಗೆ ಅಸುರಕ್ಷಿತೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿದ್ದರೆ ನೀವು ಏನು ಹೇಳುತ್ತೀರಿ? ಉದಾಹರಣೆಗೆ, “ಹಾಗೆ ಮಾಡಬೇಡಿ, ನಾನು ನನ್ನ ಪೋಷಕರಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ.”

10.5 No-Go-Tell Guide

Sometimes, people may break personal safety rules about clothing, touching or talking on purpose. If that happens, remember: It is NOT your fault. The other person is doing something unsafe. You always have the right to feel safe at home, at school, and even on the internet.

You can follow the No-Go-Tell Guide when you feel unsafe:

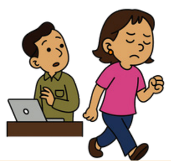
NO!

I can say 'NO' or 'Stop it' - if I can

Did you know? You can call 1098 or 112 for help from the police!

©KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

GO! If you can, move away from that person or place. If you're online, log off or close the device.



TELL! Tell a safe adult what happened. Keep telling until someone helps you and you feel safe again.

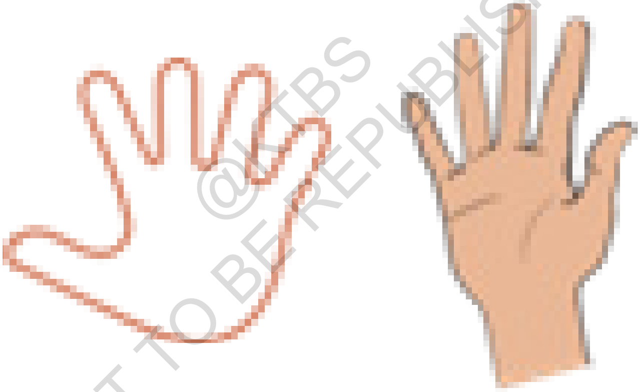
Discussion with the teacher :

Who would you tell if something made you feel uncomfortable or scared?

Can safe adults be at school and at home?

What if the first adult doesn't help?

In the given space, draw your palm or trace your hand. In each finger, write the name of a safe adult you trust, someone who listens, helps, and follows safety rules. They could be: parent, teacher, school nurse, neighbor, coach, older sibling



@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

It is okay to say 'No' for my safety. Its NOT my fault if someone behaves in an unsafe manner with me.

Think and Do:
Tell your sibling or a family member about 'No-Go-Tell' guidelines and about your safe adults.

10.5 ಬೇಡ–ಹೋಗಿ–ಹೇಳಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ಜನರು ಬಟ್ಟೆ ಧರಿಸುವುದು, ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸುರಕ್ಷತಾ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸದೇ ಇರಬಹುದು. ಅದು ಸಂಭವಿಸಿದ್ದಲ್ಲಿ, ನೆನಪಿಡಿ; ಅದು ನಿಮ್ಮ ತಪ್ಪಲ್ಲ. ಇತರರು ಅಸುರಕ್ಷಿತೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದರ್ಥ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ, ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಇಂಟರ್ನೆಟ್‌ನಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ಸುರಕ್ಷಿತರಾಗಿರುವ ಹಕ್ಕನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತೀರಿ.

ಅಸುರಕ್ಷಿತರೆಂದು ಭಾವಿಸಿದಾಗ ನೀವು 'ಬೇಡ–ಹೋಗಿ–ಹೇಳಿ' ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಯನ್ನು ಪಾಲಿಸಬಹುದು.

ನಿಲ್ಲಿಸು ಬೇಡ !

ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ 'ಬೇಡ!' ಅಥವಾ 'ಅದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ!' ಎಂದು ಹೇಳಿ.

ನಿಮಗಿದು ತಿಳಿದಿದೆಯೇ? ಪೊಲೀಸರ ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ನೀವು 1098 ಅಥವಾ 112 ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಬಹುದು!

ಹೋಗಿ!

ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಸ್ಥಳದಿಂದ ದೂರ ಸರಿಯಿರಿ.
ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಲಾಗ್ ಆಫ್ ಮಾಡಿ ಅಥವಾ ಸಾಧನವನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ.

ಹೇಳಿ!

ಸುರಕ್ಷಿತ ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಏನಾಯಿತು ಎಂದು ಹೇಳಿ.

ಯಾರಾದರೂ ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವವರೆಗೆ ಅಥವಾ ನೀವು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಅನಿಸುವವರೆಗೆ ಹೇಳುತ್ತಲೇ ಇರಿ.

@KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚೆ:

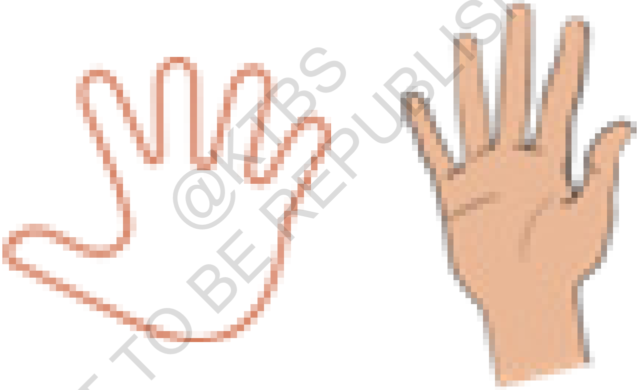
ನಿಮಗೆ ಏನಾದರೂ ಅನಾನುಕೂಲ ಅಥವಾ ಭಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡಿದರೆ ನೀವು ಯಾರಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತೀರಿ?

ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ವಯಸ್ಕರು ಇರಬಹುದೇ?

ಮೊದಲ ವಯಸ್ಕರು ಸಹಾಯ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಏನು ಮಾಡುವಿರಿ?

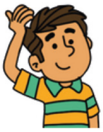
ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾಗಿರುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ, ನಿಮ್ಮ ಅಂಗೈಯನ್ನು ಎಳೆಯಿರಿ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಕೈಯನ್ನು ಬಿಡಿಸಿ.

ಪ್ರತಿ ಬೆರಳಿನಲ್ಲಿ, ನೀವು ನಂಬುವ ಸುರಕ್ಷಿತ ವಯಸ್ಕರ ಹೆಸರನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ, ಅವರು ಕೇಳುವ, ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷತಾ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವ ಯಾರಾದರೂ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿರಬಹುದು ಅವರು ಪೋಷಕರು, ಶಿಕ್ಷಕರು, ಶಾಲಾ ನರ್ಸ್, ನೆರೆಹೊರೆಯವರು, ತರಬೇತುದಾರರು, ಅಣ್ಣ-ತಂಗಿ ಇತ್ಯಾದಿ.



@KTBS
NOT TO BE REPUBLISHED

ನನ್ನ ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿ "ಬೇಡ" ಎಂದು ಹೇಳುವುದು ಸರಿ. ಯಾರಾದರೂ ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತಿಸಿದರೆ ಅದು ನನ್ನ ತಪ್ಪಲ್ಲ.



ಆಲೋಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿರಿ:

ನಿಮ್ಮ ಸಹೋದರ-ಸಹೋದರಿ ಅಥವಾ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ 'ಬೇಡ-ಹೋಗಿ-ಹೇಳಿ' ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ 'ಸುರಕ್ಷಿತ ವಯಸ್ಕ' ರ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಿ.

Additional Information

©KTBS NOT TO BE REPUBLISHED

SURAKSHITH

BAL SURAKSHA

STRI SURAKSHA

ಸುರಕ್ಷಿತ್

ಬಾಲ ಸುರಕ್ಷಾ

ಸ್ತ್ರೀ ಸುರಕ್ಷಾ

NOT TO BE REPUBLISHED ©KTBS