



حکومت کرناٹک

محکمہ اسکولی تعلیم

کھیلو - سیکھو

درسی و مشقی کتاب

صحت اور ماحول

2

دوسری جماعت

حصہ اول

PART-1

سمگر اشکشنا کرناٹکا
نرپاتنگاروڈ
بنگلور-560001

ادارہ درسی کتاب کرناٹکا
6واں کراس ملیشورم
بنگلور-560003

ಸಾಹಿತ್ಯ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ		
ಶ್ರೀ ವಿಕಾಸ್ ಕಿಶೋರ್ ಸುರಕ್ಷಾರ್ ಭಾ.ಆ.ಸೇ. ಆಯುಕ್ತರು ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಣ ಇಲಾಖೆ, ಬೆಂಗಳೂರು	ಡಾ. ಕೆ. ವಿದ್ಯಾಕುಮಾರಿ ಭಾ.ಆ.ಸೇ. ರಾಜ್ಯ ಯೋಜನಾ ನಿರ್ದೇಶಕರು ಸಮಗ್ರ ಶಿಕ್ಷಣ ಕರ್ನಾಟಕ	
ಶ್ರೀ ಮಾರುತಿ ಎಂ.ಆರ್. ನಿರ್ದೇಶಕರು (ಗುಣಮಟ್ಟ) ರಾಜ್ಯ ಯೋಜನಾ ನಿರ್ದೇಶಕರ ಕಛೇರಿ ಸಮಗ್ರ ಶಿಕ್ಷಣ ಕರ್ನಾಟಕ	ಶ್ರೀ ಕೆ. ಮಂಜುನಾಥ ಸಹ ನಿರ್ದೇಶಕರು (ಗುಣಮಟ್ಟ ಖಾತ್ರಿ - ಪ್ರಭಾರಿ) ರಾಜ್ಯ ಯೋಜನಾ ನಿರ್ದೇಶಕರ ಕಛೇರಿ ಸಮಗ್ರ ಶಿಕ್ಷಣ ಕರ್ನಾಟಕ	ಶ್ರೀ ಬಿ. ಚಂದ್ರಶೇಖರ ಹಿರಿಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಾಧಿಕಾರಿ ರಾಜ್ಯ ಯೋಜನಾ ನಿರ್ದೇಶಕರ ಕಛೇರಿ ಸಮಗ್ರ ಶಿಕ್ಷಣ ಕರ್ನಾಟಕ
ಸಲಹೆ		
ಶ್ರೀ ಎಂ.ಎನ್. ಬೇಗ್ ವಿಶ್ರಾಂತ ನಿರ್ದೇಶಕರು ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಣ ಇಲಾಖೆ ಬೆಂಗಳೂರು	ಡಾ ಹರಿಪ್ರಸಾದ್.ಜಿ.ವಿ ಉಪನಿರ್ದೇಶಕರು ಲೋಕ ಶಿಕ್ಷಣ, ಡಿಎಸ್‌ಇಆರ್‌ಟಿ ಬೆಂಗಳೂರು	ಶ್ರೀ ವಿಶ್ವನಾಥ ಕೆ.ವಿ. ಜಿಲ್ಲಾ ಉಪಯೋಜನಾ ಸಮನ್ವಯಾಧಿಕಾರಿ ಬೆಂಗಳೂರು ದಕ್ಷಿಣ ಜಿಲ್ಲೆ
ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಸಂಯೋಜನೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ		
ಡಾ ಎಸ್. ಗುಣವತಿ ಸಹಾಯಕ ಯೋಜನಾ ಸಮನ್ವಯಾಧಿಕಾರಿ ಬೆಂಗಳೂರು ದಕ್ಷಿಣ ಜಿಲ್ಲೆ (ರಾಮನಗರ)		

ایوب پاشا

گورنمنٹ اردو ہائر ایڈمرسی اسکول، ناگنفل ضلع منڈیا

ہدایت اللہ رٹلی بی، آر، سی، پی، آر، پی شکاؤں ضلع ہاویری	ریشمہ بانو گور نمٹ اردو ہائر انٹرمی اسکول گتتل کالونی منڈیا۔ ضلع منڈیا	جمیل احمد توپن کٹی گور نمٹ اردو لوئر پرائمری اسکول سنٹی بستواڈ۔ بکاوی دیہی
محمد غوث سی، آر، پی، شکاری پورا ضلع شیو موگہ	ناصر حسین گور نمٹ اردو ہائر پرائمری اسکول وانی ولاس ہاسن، ضلع ہاسن	محمد اسلم گور نمٹ اردو ہائر پرائمری اسکول تڑسا۔ بھدرانی۔ شیو موگہ
خواجہ معین الدین قاضی گور نمٹ اردو ہائر پرائمری اسکول مسکی تعلقہ لکسور۔ ضلع رانچپور۔	عمران حنان گور نمٹ اردو لوئر پرائمری اسکول ہلور، ساگر تعلق، ضلع شیو موگہ	صفورا النساء سی، آر، پی، سی، آر، سی لکھنر محلہ شیو موگہ
عائشہ صدیقہ گور نمٹ اردو ہائر پرائمری اسکول ہولے نرسی پورا۔ ضلع ہاسن	جویریہ بانو اطہر گور نمٹ اردو لوئر پرائمری اسکول مڈکٹوڑی۔ کے، آر پیٹ۔ ضلع منڈیا	جمال صاحب شیخ گور نمٹ اردو لوئر پرائمری اسکول ہلور، تعلقہ مڈے بہال، ضلع وجایابورا



محترم اساتذہ اکرام اور معزز والدین.....

تعلیمی سال 2025-26 کے لئے آموزشی اصول پر مبنی منتخب چند آموزشی محاصل کو نمونہً ترجیح دے کر درسی کتاب کی شکل میں سرگرمیوں کو دینے کی کوشش ہی یہ کھیلو سیکھو مشقی مع درسی کتابیں ہیں۔

”بنیادی خواندگی“ پر مبنی بچوں کے لئے زبان اول کے آموزشی اصول کا شعور، آپسی لسانی ترسیلی فن، روانی وفہمائش کے ساتھ پڑھنے اور لکھنے کی بنیادی مہارتیں اپنانے کے لئے ہر بچے کے تعمیراتی پس منظر میں مختلف سرگرمیوں کو درسی مع مشقی کتاب میں شامل کرنے کی کوشش کی گئی ہیں۔

”بنیادی اعداد شناسی“ پر مبنی ہندسے اور اعداد کے مکمل آموزشی اصول کا شعور اعداد کا تصور، خاکے، نمونے، پیمائش اور مفروضات اور ان کے استعمال کو ماحولیات کے پس منظر میں فہمائش کے لئے مفید مختلف سرگرمیاں تشکیل دی گئی ہیں۔

پہلی اور دوسری جماعت کے ماحولیاتی مطالعہ کے عوض ”صحت اور ماحول“ کے موضوع پر مشتمل لازمی طور پر اپنائی جانے والی صحت مند عادتوں کو ماحولیات کی بنیادی علم کی معلومات اور عمل پر منحصر سرگرمیوں کو اندورنی اور بیرونی صورت حال میں بحث کرتے ہوئے، جانکاری/مفروضات اکٹھا کر کے منصوبہ، تجربات کے ساتھ اپنانے میں آسان سرگرمیاں تشکیل دی گئی ہیں۔

ین سی ای آر ٹی، اے پی ایف، اکشرا، پرتھم اور دیگر اداروں کے ضروری وسائل کو بچوں کے آموزشی مفاد میں چند سرگرمیاں شامل کی گئی ہیں۔ اس موقع پر اداروں کی مدد اور تعاون کو یاد کیا جاتا ہے۔ ایس۔ی۔ پی کی سفارشات اور ریاستی نصاب کی توقعات مطابق ان تمام کتابوں کی از سر نو تشکیل کے لئے ضروری اقدامات کئے جائیں گے۔

پہلی جماعت اور دوسری جماعت کی تمام درسی مع مشقی کتابوں میں مقررہ آموزشی محاصل پر منحصر آموزشی نکات شامل کئے گئے ہیں۔ اس سے منسلک جماعتی نظام انجام دینے اور محاسباتی سرگرمیاں تشکیل دینے کے لئے اساتذہ کو فعال اور چست رہنے کی ہدایت دی جاتی ہے۔

والدین اور تمام مراحل پر اسکولی تعلیم میں دلچسپی لینے والوں سے اعادہ اور مشوروں کو دل سے قبول کرتے ہیں۔ لہذا اس کتاب کی تشکیل میں دن رات محنت کرنے والے وسائل اساتذہ کو مبارک باد پیش کرتے ہیں اور مختلف مراحل کے افسران علاقائی سطح کے صاحب وسائل وقتاً فوقتاً مدارس پر حاضری دیتے ہوئے مناسب طور پر لاگو اور عمل آوری پر زور دینے کی ہدایت دی جاتی ہے۔

اسٹیٹ پروجیکٹ ڈائریکٹر
سمگر اشیشنا کرناٹک

میرے آموزشی مضامین

جماعت - 2

حصہ اول

صفحہ نمبر	سرگرمیوں کی تعداد	عنوان	سنگ میل
1-19	1-19	پل بند کاروائی	*
21-28	1.1-1.9	میری بات	1
30-42	2.1-2.14	ذاتی پرورش - صفائی	2
44-50	3.1-3.8	فن - دستکاری	3
51-59	4.1-4.9	غذائی اقسام	4
	-	موسم کی جانکاری کا نقشہ	* 5
60	-	قدربیاش و آموزشی ماحصل	* (6)

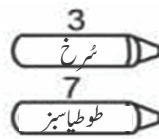
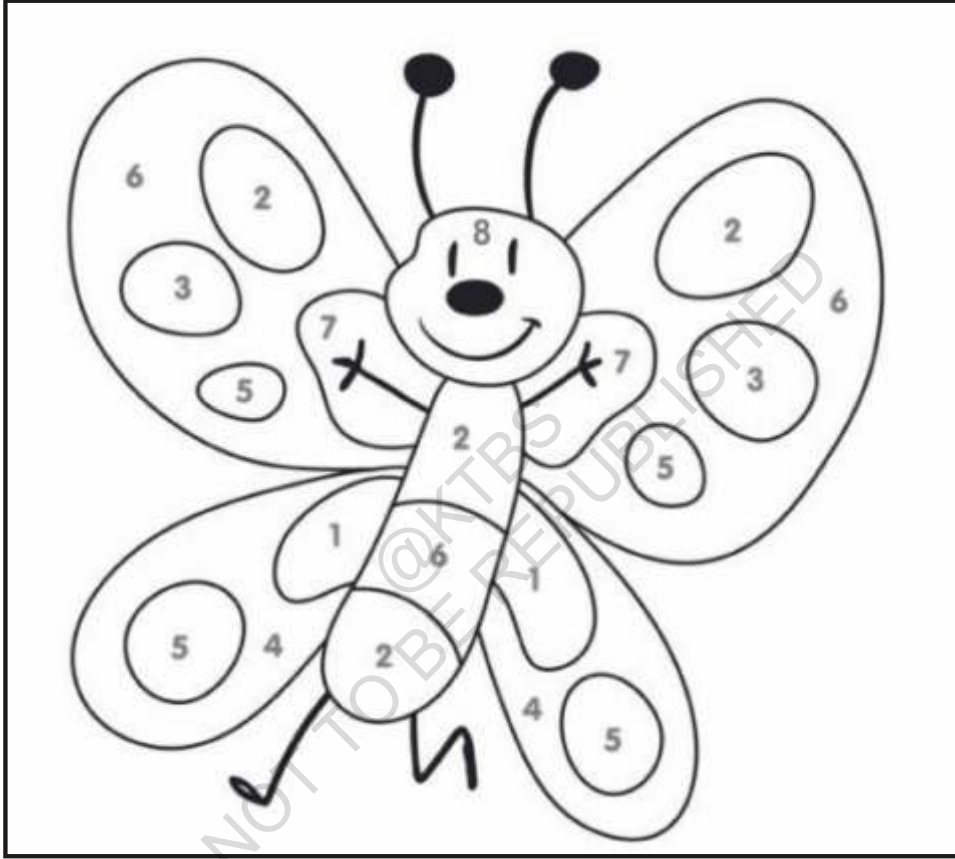
ہدایت: جسمانی اعضاء کے افعال کی شناخت کریں گے۔

سہل کار کے لئے ہدایت: جسمانی اعضاء پر غور کرتے ہوئے ان کے مناسب افعال کی تصویر پر صحیح کا نشان لگانے کے لئے کہیں۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ

ہدایت: ہندسوں کی مناسبت سے رنگ بھریں گے۔

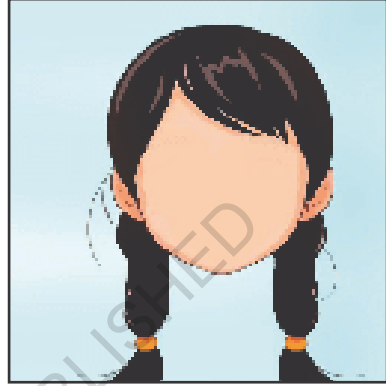


ہدایت: ہندسوں کے مطابق رنگ منتخب کریں اور دیئے گئے ہندسے کو اسی کی مناسبت سے رنگ بھرنے کے لئے کہیں۔

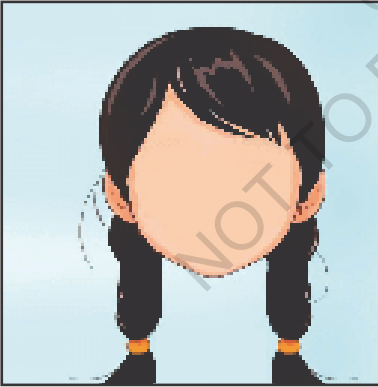
ہدایت: ذیل میں دیئے گئے الفاظ کے مطابق چہرے کے تاثرات بنائیں گے۔



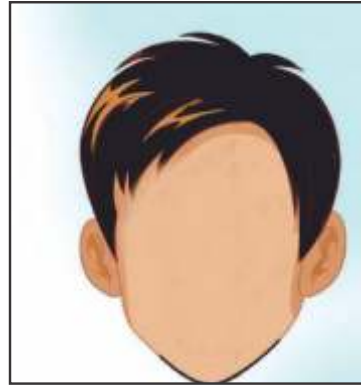
خوشی



غصہ



تعجب



غم

ہدایت: دی گئی تصاویر کے لئے نیچے دیئے گئے چہرے کے تاثرات تشکیل دینے کے لئے کہیں۔

(بچے سے بنائی گئی ہر طرح کی تصویر کی ستائش کریں۔)

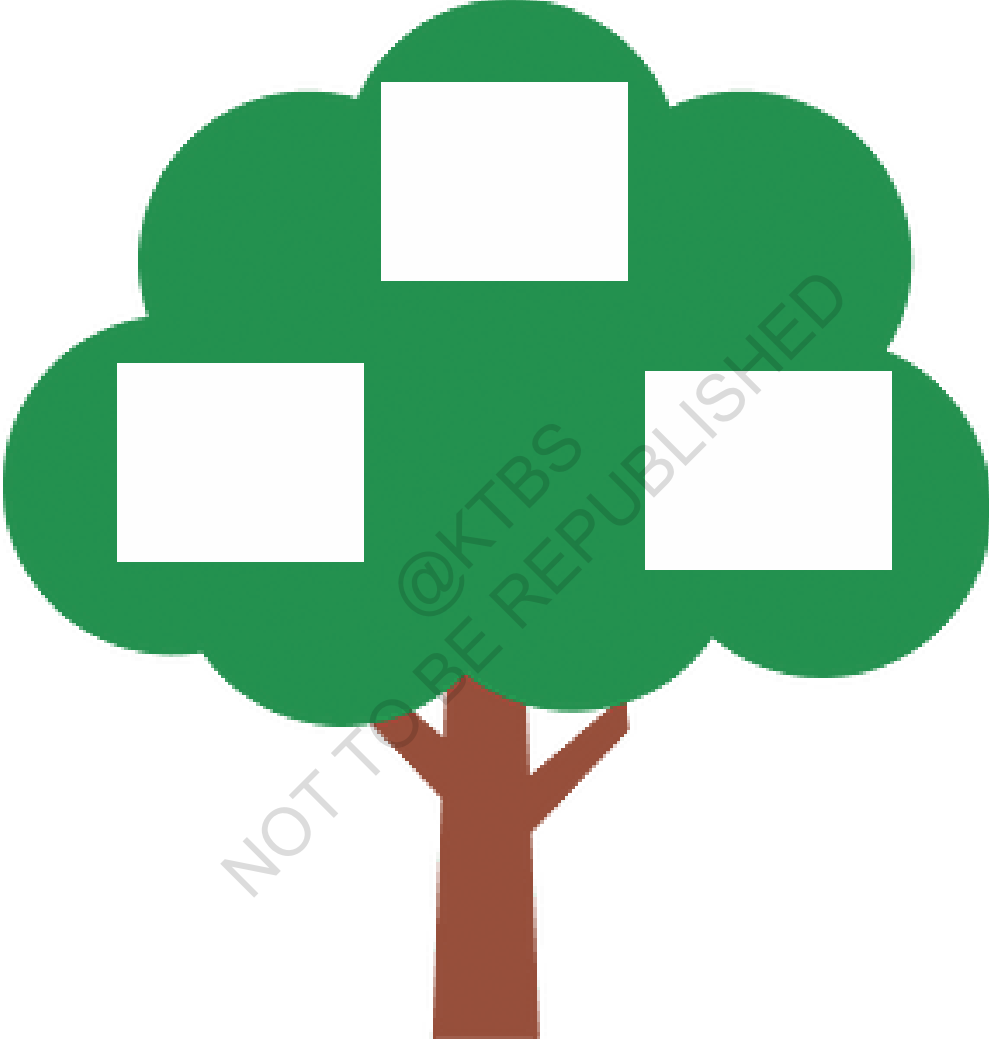
دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ

اجتماعی

میں۔ میرا کنبہ

پل بند کارروائی

ہدایت: کنبہ کے افراد کی چند تصاویر اکٹھا کر کے چسپاں کریں گے۔



سہل کار کے لئے ہدایت: طلباء کو اپنے کنبہ کے افراد کے تصاویر اکٹھا کر کے چسپاں کرنے کے لئے کہیں۔
(کوئی 03)

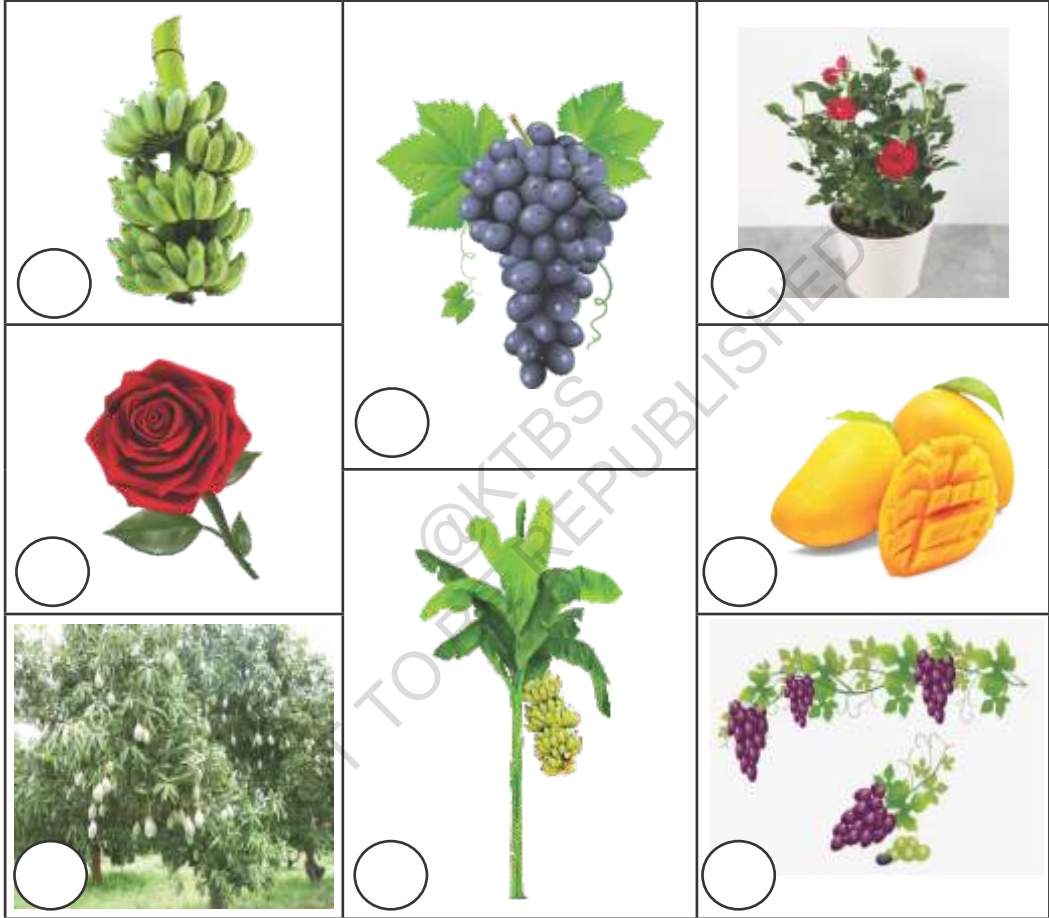
دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ

اجتماعی

ساتھ ساتھ

پل بند کارروائی

ہدایت: ایک دوسرے سے تعلق رکھنے والی تصاویر کی شناخت کریں گے۔



سہل کار کے لئے ہدایت:

دو متعلقہ تصویروں کی شناخت کریں اور ان دونوں دائروں میں ایک ہی رنگ بھرنے کے لئے کہیں۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ

دوسری جماعت - صحت اور ماحول 2026-27

ہدایت: مختلف پیشہ وروں کی تصاویر پر غور کریں گے۔

 	1. فوجی	
 	2. ڈاکٹر 3. کسان	
 	4. ڈرائیور 5. معلّمہ 6. پائلٹیٹ	

سہل کار کے لئے ل ہدایت: پیشوں کے نام سے منسلک تصویروں سے مناسبت رکھنے والے الفاظ پڑھنے کے بعد از عدد چن کر تصویر کے نیچے موجود خانوں میں لکھنے کے لئے کہیں۔

ہدایت: عامرہ کے لئے مناسب غذا تلاش کریں گے اور بحث کریں گے کہ یہ عمدہ غذا ہے۔



سہل کار کے لئے ہدایت:

عامرہ کے لئے غذا تلاش کر کے، کیا یہ عمدہ غذا ہے اس پر پتوں سے بحث کریں۔

اجتماعی

میں بھی کروں گا

پل بند کارروائی



سہل کار کے لئے ہدایت:

تصویر کے متعلق گونگی اداکاری کرنے کے لئے کہیں۔ ان کے استعمال پر زبانی بحث کریں۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ

ہدایت: مدرسہ پہنچنے کے لئے رانی کو صحیح راستہ بتلائیں گے۔



سہل کار کے لئے ہدایت:

رانی مدرسہ پہنچنے کے راستے کو رنگ آلود کرنے کے لئے کہیں۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ

ہدایت: بیانات کو با آواز بلند پڑھیں گے صحیح اور غلط کی نشاندہی کریں گے۔

نمبر شمار	بیانات	صحیح / غلط
1	بزرگوں کا احترام کرنا چاہیے۔	
2	مدد کرنے والوں کا شکریہ ادا کرنا چاہیے۔	
3	قطار میں کھڑے بغیر زبردستی گھس کر بس میں سوار ہونا چاہیے۔	
4	کوڑا دان میں کوڑا ڈالنا چاہیے۔	
5	ہاتھ دھوئے بغیر کھانا چاہیے۔	
6	بیت الخلاء کا استعمال کرنے کے بعد پانی ڈالنا چاہیے۔	
7	مخصوص بچوں کی مدد کرنا چاہیے۔	

سہل کار کے لئے ہدایت: بیانات کو با آواز بلند پڑھنے میں مدد کریں۔ ہر بیان صحیح ہے یا غلط بحث کریں۔
دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ

ہدایت: بیانات کو با آواز بلند پڑھیں گے صحیح اور غلط کی نشاندہی کریں گے۔

نمبر شمار	بیانات	صحیح / غلط
1	بیت الخلاء کا استعمال کرنے سے پہلے پانی ڈالیں گے۔	
2	بیت الخلاء کی بالٹی توڑیں گے۔	
3	بیت الخلاء کی صفائی کا خیال رکھیں گے۔	
4	بیت الخلاء کے استعمال کے بعد نل کھلا رکھیں گے۔	
5	بیت الخلاء کا استعمال کرنے کے بعد صابن سے ہاتھ دھوئیں گے۔	
6	بیت الخلاء جو توتوں کے بغیر جائیں گے۔	
7	بیت الخلاء کی دیواروں پر لکھیں گے۔	

ایسا کریں گے: مدرسے کے بیت الخلاء کو گھر کے بیت الخلاء کی طرح پاک و صاف رکھیں گے۔ اور ہر دن بیت الخلاء کا استعمال لازمی طور پر کرنا ہے اس کی جانکاری دوسروں کو بھی دیں گے۔ دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ

ہدایت: سوکھے اور اکٹھا کئے ہوئے پتوں سے جانور اور پرندوں کی تصاویر بنا کر نمائش کریں گے۔



سہل کار کے لئے ہدایت: مدرسے کے میدان میں دستیاب مختلف قسم کے پتے اکٹھا کر کے تصاویر بنانے کے

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ

مواقع فراہم کریں۔

ہدایت: جوتوں کے تسمے / لیس کیسے باندھتے ہیں سیکھیں گے۔



سہل کار کے لئے ہدایت: ہر بچے سے جوتوں کے لیس / تسمے باندھنے کی سرگرمی کروائیں۔ غلط باندھنے پر بچوں کی رہنمائی کریں۔
دستیخط معلم / معلمہ - بتاریخ

ہدایت: کاغذ کی تھیلی تیار کرنے کا طریقہ جانیں گے۔



ایسا کریں گے: کاغذی تھیلیوں کے استعمال سے ماحولیاتی فوائد سے متعلق پچوں سے گفتگو کریں گے۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ

ہدایت: مٹی کے مختلف کھلونے بنانا سیکھیں گے۔



سہل کار کے لئے ہدایت: مٹی کے کھلونے بنانے کے لئے آسان ہدایت دیں اور تیار کردہ کھلونوں کی نمائش کا

مواقعہ فراہم کریں۔

دستخط معلم / معلّمہ - بتاریخ

ہدایت: کھیلوں پر غور کریں گے پسندیدہ کھیلوں کے متعلق بات کریں گے۔ دوستوں کے ساتھ مل کر مختلف کھیل کھیلیں گے۔



سہل کار کے لئے ہدایت: اصول کے مطابق چند کھیلوں کے ویڈیو کلپ کا استعمال کریں۔ بچوں کو مختلف اندرونی اور بیرونی کھیل کھیلنے کے لئے رہنمائی کریں۔

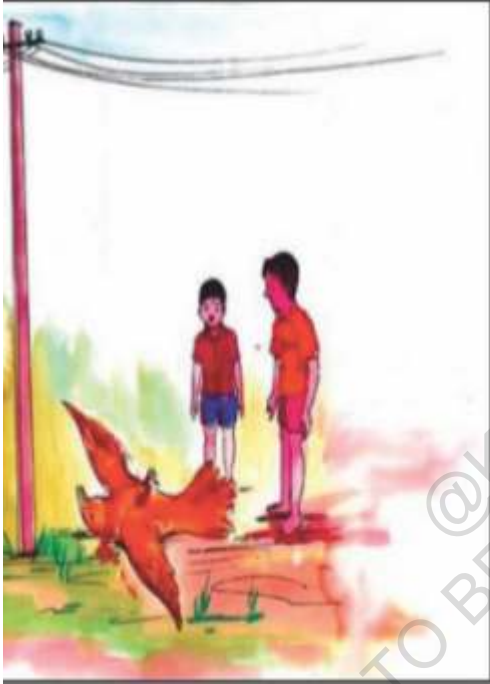
دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ

ہدایت: راستے کے تحفظی اصول پر غور کریں گے اور علامات پر گفتگو کریں گے۔



سہل کار کے لئے ہدایت: راستہ چلنے کے آداب کی علامات سے متعلق چند جھلکی تختیاں تلائیں اور بچوں سے دستخط معلم / معلّمہ - بتاریخ اُس پر بحث کریں۔

ہدایت: جانوروں کو تکلیف پہنچانے والی صورتِ حال جانیں گے۔



1. کوئی تین جانوروں کے نام لکھو جو آپ دیکھے ہو۔

2. آپ کے گھر میں جانور / پرندوں کو تکلیف پہنچنے پر کس طرح دیکھ بھال کرو گے؟ بتلائیں۔

3. جانور، پرندے اور کیڑے مکوڑوں کو کس طرح تکلیف پہنچتی ہے؟ قیاس کریں۔

سہل کار کے لئے ہدایت: جانوروں کی دیکھ بھال اور تحفظ پر آسان بحث و مباحثہ کریں۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ

ہدایت: بائیں جانب کی تصاویر پر غور کریں، دائیں جانب کی مناسب سواری سے خط کھینچ کر جوڑ لگائیں۔



سہل کار کے لئے ہدایت: خطرناک صورتِ حال میں امداد فراہم کرنے والی دیگر سواریوں سے متعلق پچوں سے گفتگو کریں۔

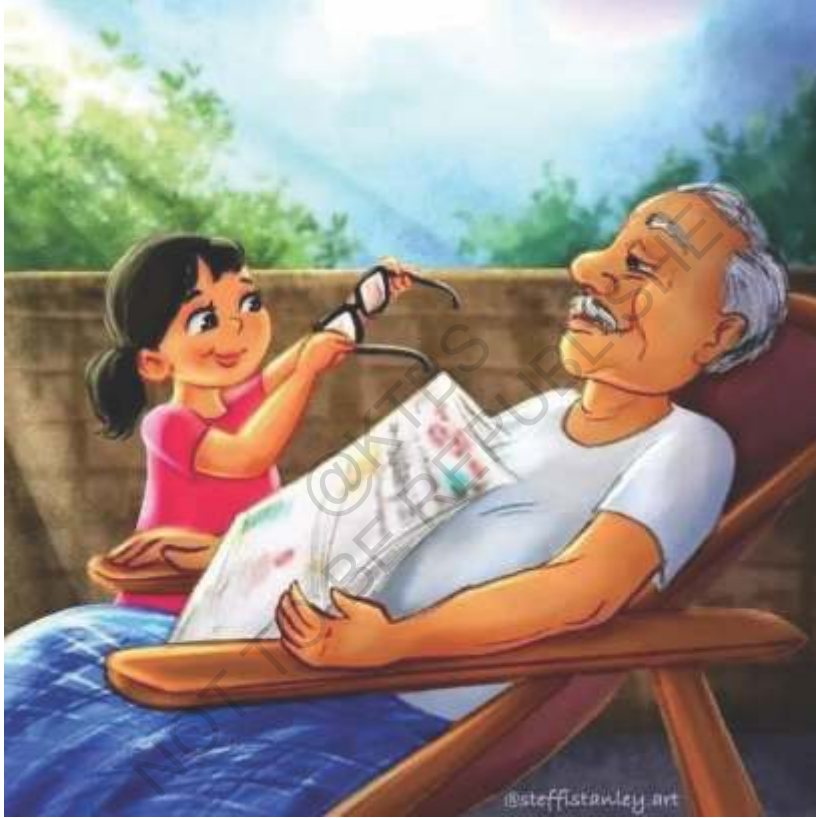
دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



1.1 تصویر دیکھو بات کرو

1

ہدایت: تصویر پر غور کرتے ہوئے اس کے متعلق بات کریں۔



1. ہمیں بزرگوں کی مدد کرنی چاہیے۔ کیوں؟
2. تم اپنے گھر میں بزرگوں کی کس طرح مدد کرو گے؟
3. بزرگوں سے تم کیسے مدد حاصل کرو گے؟ سوچ کر جواب دو۔۔

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



1.2 ہم مدد کر سکتے ہیں



ہدایت: درج ذیل تصاویر پر غور کیجئے۔ ہم ان کی کس طرح مدد کر سکتے ہیں اپنے دوستوں سے بحث کریں گے اور خالی جگہ میں ایک مختصر جملہ لکھیں گے۔

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



1.3 سوچ کر بتلاؤ

1

ہدایت: مکالمے پڑھ کر رائے پیش کریں گے۔



گلاب، میں کل میلے میں گیا تھا۔ وہاں چھوٹا اپنے
اُمی، ابو کے ساتھ آیا تھا۔



اچھا پھر کیا ہوا؟



چھوٹے ابو نے چھوٹے سے کہا ”میرا ہاتھ تھام کر میرے ساتھ
ہی رہو۔“ اس کے باوجود بھیڑ میں چھوٹا اپنے ابو سے بچھڑ گیا۔



افسوس..... چھوٹا اکیلا ہو گیا۔
وہ کہاں گیا ہو گا؟



تو قیاس لگاؤ کے میلے میں آگے کیا ہوا ہو گا۔

ایسا کریں گے:

جب تم اپنے گھر والوں کے ساتھ میلے میں گئے تھے کیا اُس موقعے کو اپنے ساتھیوں کے ساتھ بحث کرو گے۔

دستخط معلم / معلمہ :



1.4 میرا تیار کردہ البم

1

ہدایت: گروہی کھیل کی تصاویر اٹھا کر کے یہاں چسپاں کرتے ہوئے بات کریں گے۔

Four empty rectangular boxes for drawing or pasting images.

- مجھے معلوم ہوا ہے۔ ☐
- مجھے مدد چاہیے۔ ☐

دستخط معلم / معلّمہ - بتاریخ



1.5 الفاظ کا معنی

1

اُصول پر عمل کرتے ہوئے درج ذیل الفاظ کا معنی مکمل کریں گے۔



دائیں سے بائیں:

1. اگر ہم غلطی کرتے ہیں تو ہم کیا کہتے ہیں؟ (7)
2. دوپہر کے کھانے کے لئے کیسے جائیں؟ (4)
3. کسی اور سے کچھ لیتے وقت کیا پوچھیں گے؟ (7)

اوپر سے نیچے:

1. لگوری میں پتھر جوڑنے کے بعد کیا پکارا جاتا ہے۔ (5)
2. پانی کا استعمال کیسے کیا جائے؟ (5)
3. آئیے ہم بزرگوں سے یوں بات کریں گے۔ (3)

		(2) ک		(3) ا		(1) م	
(1) ل							
							(2) ق
						(3) م	

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



1.6 پودے اگائیں گے

1

ہدایت: تصویر پر غور کریں گے۔ پودے کیسے اگائے جاتے ہیں۔ اس پر جماعت میں تبادلہ خیال کریں گے۔



- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



1.7 سبزہ ہی سانس

1

ہدایت: پودوں کی نشوونما کا مشاہدہ کرتے ہوئے نیچے دی گئی تفصیلات کے لئے صحیح ترتیب سے نمبر لکھیں گے۔



	پودے کو پانی دینا۔
	مٹی میں بیج بونا۔
	گملے کو دھوپ میں رکھنا۔
	گملے میں مٹی ڈالنا۔

منصوبہ:

بیج کو گملے میں بویں اور اس پر پانی چھڑکیں۔ اس کا موڑ نکل کر پودا بننے کے بعد اسے اسکول لائیں اور مظاہرہ کریں۔

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



1.8 اسکول کا باغیچہ

1

ہدایت: تصویر پر غور کرتے ہوئے اس کے متعلق بات کریں گے اور ذیل کے سوالات کے جوابات دیں گے۔



- آپ اسکول کے باغیچہ کے لئے کس طرح مدد کرو گے؟
- اسکول کے باغیچہ سے آپ کو کیا فائدے ہیں؟
- آپ کے اسکول کے باغیچے میں موجود پیڑ پودے، ترکاریاں، پھول پھل، کے پودوں کی فہرست تیار کرو گے۔

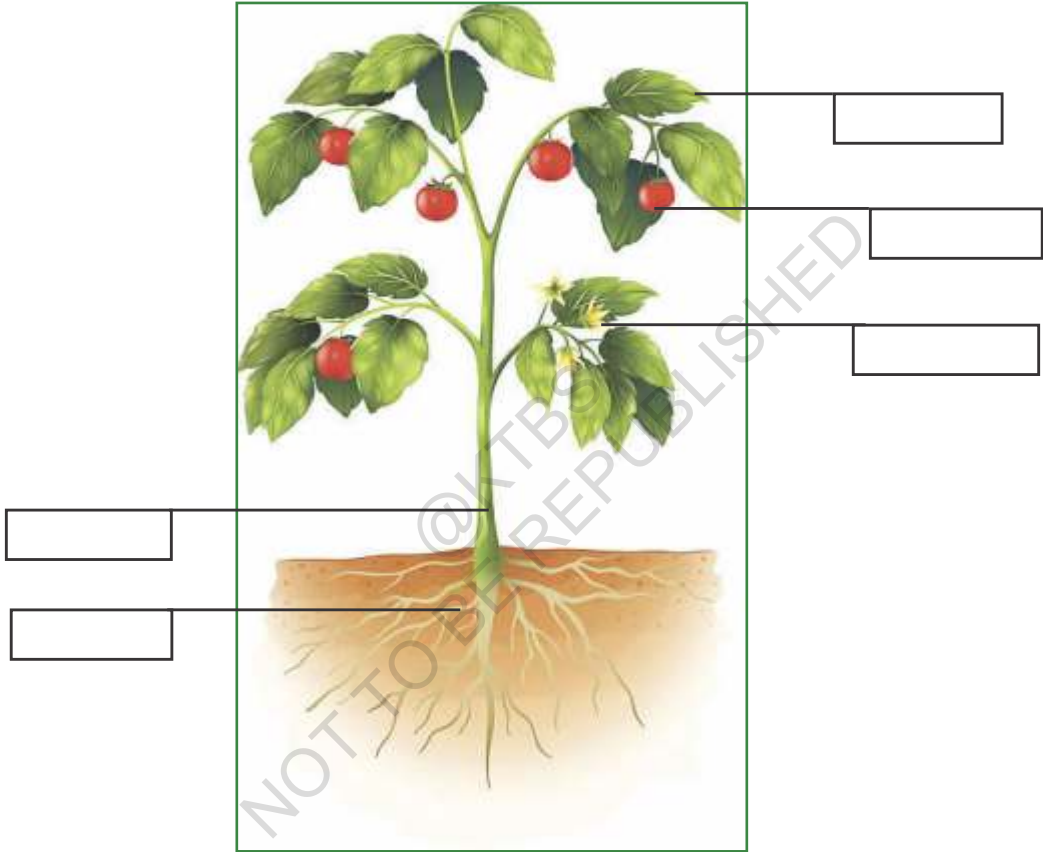
دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



1.9 آؤ لکھیں

1

ہدایت: پودے کے حصوں کی شناخت کرتے ہوئے ان کے نام لکھیں گے۔



منصوبہ:
اسکول کے باغیچے میں پودے لگائیں انہیں روزانہ پانی دیں اور دوستوں کے ساتھ ان کے حصوں پر بحث کریں۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



2.1 تصویر دیکھیں بات کریں

2

ہدایت: تصاویر کا مشاہدہ کریں گے۔ ان کے استعمال کے متعلق بات کریں گے۔



1. اس تصویر میں موجود اشیاء کے نام بتاؤ۔
2. ان کو کہاں کہاں رکھا جاتا ہے؟ کیوں؟
3. آپ انہیں کن موقعوں پر استعمال کرو گے؟
4. ان کا استعمال نہ کریں تو کیا ہوگا؟ بتاؤ۔

☐	مجھے معلوم ہوا ہے۔
☐	مجھے مدد چاہیئے۔

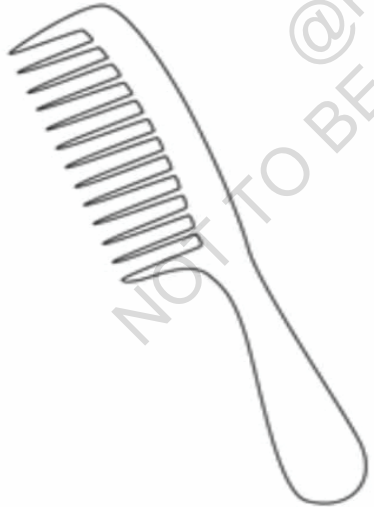
دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



2.2 میرا رنگ میرا ہے

2

ہدایت: ان تصاویر میں اپنے پسندیدہ رنگ سے بھریں کرسوالات کے جوابات دیں گے۔

	روزانہ دانت صاف کرنا چاہئے۔ کیوں؟
	کنگھی کئے بغیر ہم کیسے نظر آئیں گے؟



2.3 دستی موڑیں۔ ساتھ رکھیں

2

ہدایت: استاد کی مدد سے دستی موڑنے اور استعمال کرنے کا طریقہ جانیں گے۔



ہم ہمیشہ دستی کو اپنے ساتھ رکھیں۔ کیوں؟

جانیں گے:

ایک دستی لیں۔ اسے موڑنے کے مختلف طریقوں کو اپنے استاد / رہنما سے سیکھیں۔

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



2.4 سوچو - پہچانو

2

ہدایت:- دیئے گئے خانوں میں گھریلو اشیاء کے لئے (*) اور اسکول میں استعمال ہونے والی اشیاء کے لئے (✓) کا نشان لگائیں گے۔

	☐		☐
	☐		☐
	☐		☐

اس طرح کریں:

کسی 3 گھریلو اشیاء اور 3 اسکول میں استعمال ہونے والی اشیاء کا نام لکھیں۔

.....3 2 1

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ

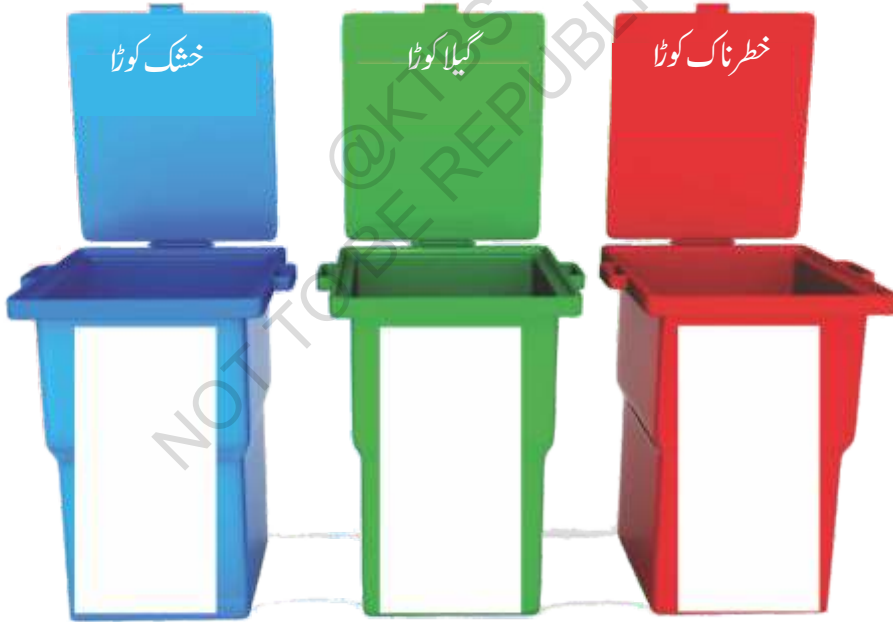


2.5 کوڑے کی درجہ بندی

2

ہدایت:- ذیل میں گلیا کوڑا، خشک کوڑا اور خطرناک کوڑے کے طور پر نشاندہی کریں گے۔ کوڑے کے نام کوڈبے سے منسلک رنگ سے بھریں گے۔

انجکشن سیرنج	کاغذ کے ٹکڑے	ٹوٹا ہوا قلم	ترکاری کے چھلکے
ٹوٹی ہوئی بوتل	پانی کی بوتل	پنسل کا براہ	پلاسٹک کی تھیلی
ٹوٹی ہوئی کنگھی	رٹ کے ڈبے	پیاز کے چھلکے	پھل کے چھلکے



آپ کے گھر میں جمع ہونے والے خشک کوڑے اور گیلے کوڑے کے دو نام بتائی۔

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیے۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



2.6 صفائی ہماری ذمہ داری ہے

2

ہدایت:- تصاویر پر غور کریں یہ کیا کر رہے ہیں جواب دیں۔



- کیا آپ پہچانتے ہیں یہ کون ہیں؟
- یہ نہ ہوتے تو کیا ہوتا؟ بحث کرو۔
- ہمیں ان کا احترام کرنا چاہیے۔ کیوں؟



- آپ اپنے قصبے / گاؤں / شہر کو صاف رکھنے میں کس طرح مدد کر سکتے ہو؟ سوچو۔
- صاف صفائی نہ کریں تو کون خطرناک ہوں گے؟ سوچ کر بتائیں۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



2.7 ہمارے گاؤں کی صفائی

2

ہدایت: تصویر پر غور کریں گے اور اس سے متعلق بات کریں گے۔



- (1) ایسی سواریاں ہر شہر میں آرہی ہیں۔ کیوں؟
- (2) سوچہ بھارت ابھیان کا کیا مطلب ہے استاد سے جانیں۔
- (3) آپ کا گاؤں / شہر کون اور کب صاف کرتے ہیں؟
- (4) آپ کی گلی / کالونی کب سوارا جاتا ہے؟ کیوں؟

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ

دوسری جماعت - صحت اور ماحول 2026-27

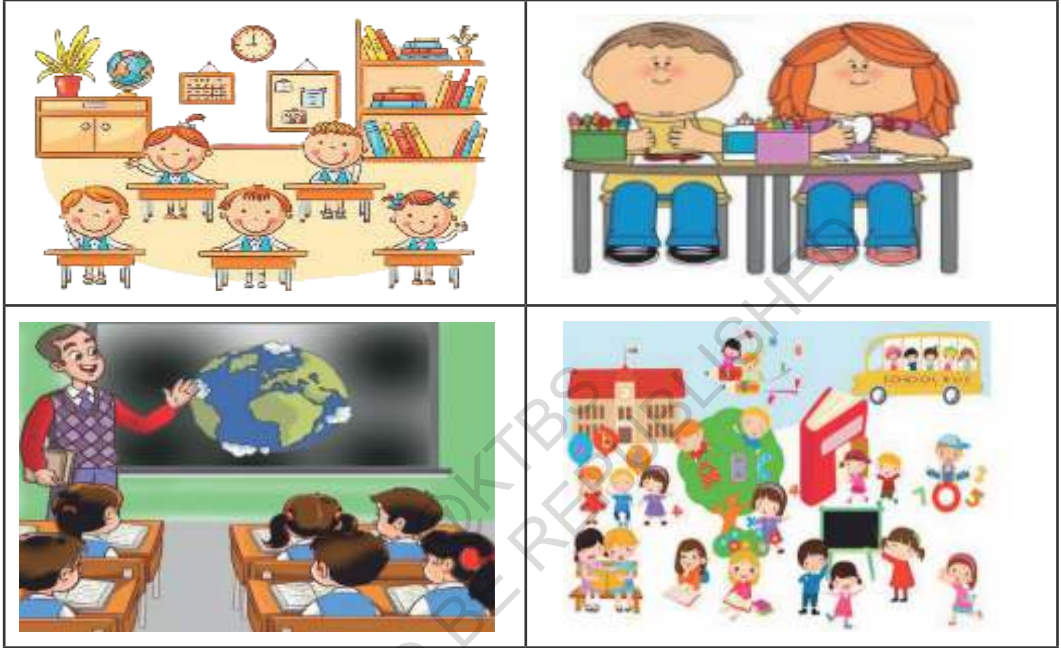
- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔



2.8 اسکول ہماری وراثت ہے

2

ہدایت: تصویر پر غور کریں گے درج ذیل سوالات کے جواب لکھیں گے۔



1. آپ کی اسکول دیکھنے میں کیسی لگتی ہے؟

2. آپ کی اسکول کو نقصان سے کس طرح بچاؤ گے؟

3. اپنی اسکول خوبصورت لگنے کے لئے آپ کیا کرو گے؟

4. اگر اسکول ہی نہ ہوتی تو کیا ہوتا؟ سوچیے۔

• مجھے معلوم ہوا ہے۔

• مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



2.9 مدرسہ کے میدان کی صفائی

2

ہدایت: مدرسہ کے تمام بچے مل کر مدرسہ کے میدان کی صفائی کر رہے ہیں۔ غور کریں۔



آپ درج ذیل کام کرتے ہیں تو دی گئی جگہ میں 😊 تصویر بنائیں۔

مدرسہ کے میدان میں پڑا ہوا کوڑا صاف کریں گے۔

مدرسہ کے میدان میں اُگے ہوئے غیر ضروری پودے نکالیں گے۔

مدرسہ میں آنگن کے پودوں کو پانی دیں گے۔

دوستوں کے ساتھ مل کر مدرسہ کا میدان صاف کریں گے۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



2.10 میری صفائی

2

ہدایت:- ہمارا جسم صاف رکھنے کے لئے جن اشیاء کا استعمال کرتے ہیں انہیں لکھیں گے۔



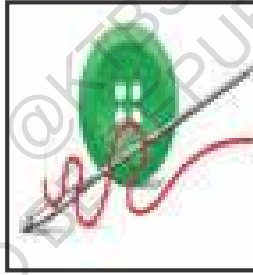
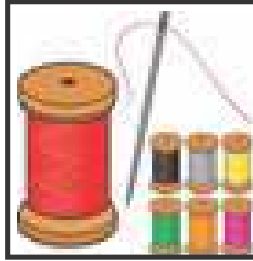
دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



2.11 میرا منصوبہ

2

ہدایت:- سہل کار کی مدد سے بٹن کیسے لگائیں سیکھیں گے۔



- آموزشی کونے سے ایک چھوٹا سا کپڑا، مختلف رنگوں کے بٹن، سوئی اور دھاگا لائیں۔
- معلم کی مدد سے سوئی میں دھاگا پرونا سیکھیں۔
- پروتے وقت خود کو اور اپنے دوستوں کو کسی بھی طرح کی تکلیف نہ ہو احتیاط برتیں۔
- اپنے پاس موجود کپڑے کے ٹکڑے میں سوئی سے بٹن لگانے کا طریقہ سیکھیں۔
- کم از کم دو بٹن لگائیں اور جماعت میں اس کپڑے کا مظاہرہ کریں۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



2.12 گھر گھر میرا گھر

2

ہدایت:- تصویر پر غور کرتے ہوئے ذیل کے سوالات کے جوابات دیں گے۔



- ہمیں گھر کیوں چاہیے؟
- گھر کے اطراف و اکناف صاف ستھرا ہونا چاہیے کیوں؟
- آپ نے کس قسم کے گھر دیکھیں ہیں؟
- عام طور پر پرندے اور جانور کہاں رہتے ہیں؟
- تمہارے گاؤں / گلی کے راستے پر کتنی گھر ہیں گنتی کر کے آئیں۔

• مجھے معلوم ہوا ہے۔ ☐

• مجھے مدد چاہیے۔ ☐

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



2.13 کر کے سیکھو

2

ہدایت:- اپنے بڑوں کی مدد سے یہ کام کر کے سیکھیں گے۔

کپڑوں کو تہہ کرنا اور الماری میں جوڑنا	
	گھر میں بکھرے ہوئے سامان کو ترتیب دینا
بستہ میں کتابیں جوڑنا	
	گیلا کوڑا اور خشک کوڑا الگ کریں اور کوڑے کے مختلف ڈبوں میں ڈالیں۔



2.14 ایسا کریں گے

2

ہدایت:- استاد کی مدد سے کتابوں کی جلد سازی کرنے کے طریقے سیکھیں گے۔



1. مراحل پر عمل کرتے ہوئے کتابوں کو بانڈ کریں گے۔
2. بانڈ / جلد سازی کے لئے بانڈ / کور پیپر یا روزانہ اخبار استعمال کریں گے۔
3. میری تمام کتابوں پر میں ہی جلد سازی کروں گا / گی۔

اس طرح کریں:

کتابوں پر جلد سازی کے کیا فائدے ہیں؟ دوستوں کے ساتھ گفتگو کرو۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



3.1 رنگین رنگولی



ہدایت:- رنگولی دیکھ کر بات کریں گے۔



1. کیا آپ کو رنگولی ڈالنا آتا ہے؟
2. آپ کون کونسی رنگولی ڈالتے ہو؟
3. رنگولی ڈالنے کے لئے کونسی اشیاء استعمال کرتے ہیں؟
4. کس مواقع پر اسکول / گھر پر رنگولی سے سجاتے ہیں۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



3.2 میری انگلی ہی تمہارے پتے



ہدایت:- اس درخت کے تمام پتے گر چکے ہیں۔ آئیے انگلی کی نوک کو رنگ میں بھگو کر ان ٹہنیوں کے لئے پتے بنائیں گے۔



ایسے کریں:

فرصت کے اوقات میں مختلف اشیاء کا استعمال کرتے ہوئے مختلف قسم کے تصاویر بنائیں گے اور دوستوں کو بتائیں گے۔

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیے۔

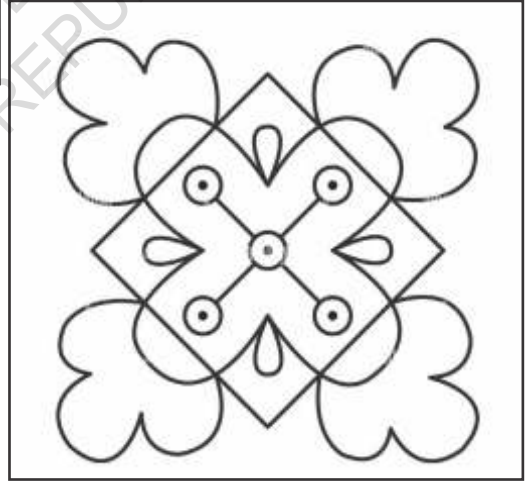
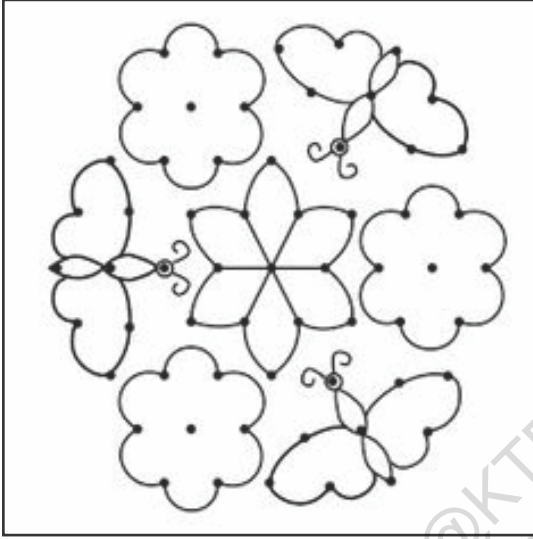
دستخط معلم / معلّمہ - بتاریخ



3.3 دلکش رنگولی



ہدایت:- آئیے اپنی پسند کے رنگوں سے ان رنگولیوں کو مزید خوبصورت بنائیں گے۔



- کن مواقعوں پر رنگین رنگولی ڈالتے ہیں اپنے بزرگوں سے معلوم کریں۔

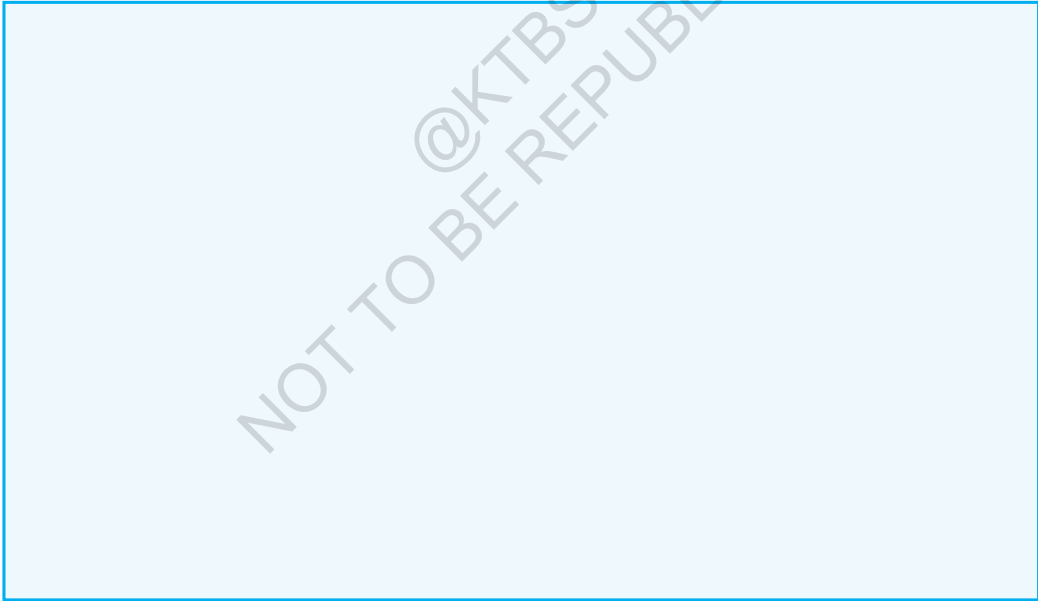
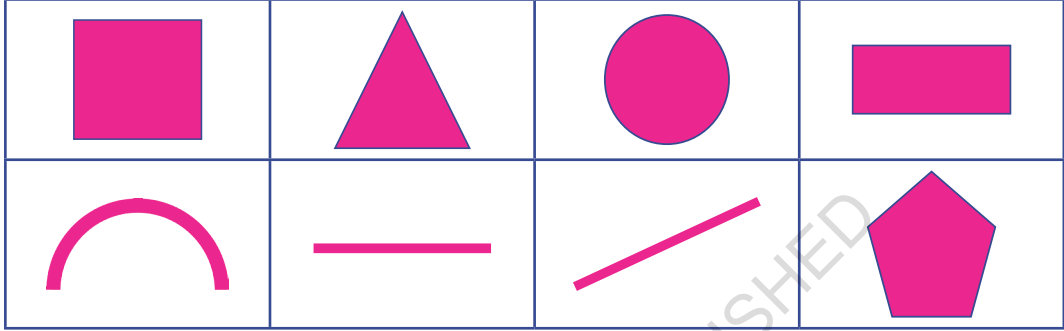
دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



3.4 خاکے استعمال کرو۔ تصویر بناؤ



ہدایت:- خطی اشکال کی مدد سے اپنی پسندیدہ تصویر خالی جگہ پر بنائیں گے۔



دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



3.5 میرا کھلونا

3

ہدایت:- تصویر پر غور کرتے ہوئے اسی طرح کا ایک کھلونا بنائیں گے۔



ایسے کریں:

رنگین کاغذ، ناریل کی پتیاں، مختلف پتے، ڈبے کے ڈھکن، اسٹرا، آئس کریم کی تیلیاں، دیاسلائی کی تیلیاں، مختلف اشیاء استعمال کرتے ہوئے کھلونے تیار کریں اور اپنے دوستوں کے ساتھ کھیلیں۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



3.6 دستکاری



ہدایت:- تصویر پر غور کرتے ہوئے مٹی کے نمونے تیار کرنے کی مشق کریں گے۔



ایسے کریں:

مٹی کے مختلف نمونے تیار کرنے کا طریقہ سیکھیں۔ اور اسکول کے آموزشی میلے میں نمائش کریں۔



3.7 مختلف نمونے

3

ہدایت:- رنگین دھاگوں کا استعمال کرتے ہوئے حروف کا نمونہ بنائیں گے۔



- مختلف نمونوں میں اپنا نام لکھنے کی مشق کریں۔
- سفید شیٹ پر اردو اور انگریزی کے حروف تہجی کا ایک حرف لکھیں۔ اور اس پر رنگین اونی دھاگہ چسپاں کریں۔
- درختوں سے مختلف اشکال کے پتوں کا استعمال کرتے ہوئے اپنے پسندیدہ جانور اور پرندوں کی تصاویر بنائیں۔

• مجھے معلوم ہوا ہے۔ ☐

• مجھے مدد چاہیے۔ ☐

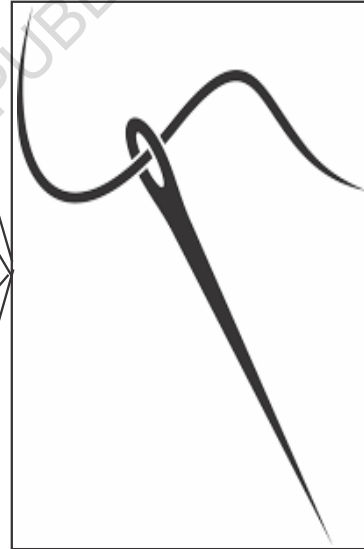
دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



3.8 موتیوں کی مالا

3

ہدایت:- استاد کی مدد سے موتیوں کی مالا بنائیں گے۔



1. سوئی اور دھاگہ لیں

2. اپنی انگلی سے دھاگے کے ایک سرے کو تیز کریں۔

3. دھاگے کے تیز حصے کو سوئی کے سوراخ میں پروئیں۔

4. اب سوئی کی مدد سے دھاگے میں منکے پرو کر موتیوں کا مالا تیار کریں گے۔

ایسے کریں: • ہوشیار رہیں کہ سوئی استعمال کرتے وقت کسی کو پریشانی یا تکلیف نہ ہو۔

• اپنی بنائی ہوئی موتیوں کی مالا اپنے دوستوں کو تحفے میں دیں۔

• دئے گئے وقت میں دئے ہوئے اعداد کے موافق تاگے میں منکوں کو پہلے ڈال کر مالا کون بنائے گا سرگرمی کروائیں۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



4.1 تصویر دیکھیں بات کریں

4

ہدایت:- ان تصاویر پر غور کریں۔ آپ کے چہرے پر اس قسم کے تاثرات کب ظاہر ہوتے ہیں جائیں گے۔



• ان تصاویر میں ظاہر کردہ تصورات کو بچے اپنے الفاظ میں بیان کرتے ہوئے نقل کرنے کے لئے کہیں۔



4.2 شناخت کریں جوڑ لگائیں

4

ہدایت:- کھائی جانے والی غذائی اشیاء کی نشاندہی کرتے ہوئے خط کھینچ کر کیلے کے پتے سے جوڑ لگائیں گے



دستخط معلم / معلّمہ - بتاریخ

دوسری جماعت - صحت اور ماحول 27-2026

• مجھے معلوم ہوا ہے۔

• مجھے مدد چاہیئے۔



4.3 غذاہی صحت ہے

4



- اپنے اسکول میں منائے گئے پویشن مہم کے متعلق بڑوں سے بات کریں۔
- مختلف اقسام کی غذائی اشیاء کھانی چاہیے۔ کیوں؟
- باورچی خانے کی صفائی کیسے کرنی چاہیے بتائیں؟

- مجھے معلوم ہوا ہے۔ ☐
- مجھے مدد چاہیے۔ ☐

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



4.4 کچی پکی غذا

4

ہدایت:- دیئے گئے مربعوں میں کھانے کی اشیاء جو کچی کھائی جاتی ہیں ان کے لئے نیلا رنگ اور پکا کر کھائی جانے والی اشیاء کے لئے پیلا رنگ بھریں گے۔

- تمام قسم کی غذائی اشیاء اگر کچی کھانا ہو تا تو کیا ہوتا؟ سوچ کر بتائیں۔
- جانور / پرندے بہت ساری غذائیں کچی ہی کھاتے ہیں انہیں کچھ نہیں ہوتا۔ کیوں؟

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



4.5 اس میں کیا کیا ہے سوچو



ہدایت :- تصویر پر غور کرتے ہوئے جواب دیں۔



1.
2.
3.
4.
5.

- تصویر دیکھ کر پلاؤ میں کون کونسی غذائی اشیاء شامل ہیں بات چیت کریں گے۔
- پلاؤ میں موجود کوئی 5 غذائی اشیاء کے نام لکھیں گے۔

دستخط معلم / معلّمہ - بتاریخ



4.6 پیکٹ کی غذا

4

ہدایت:- تیار شدہ غذائی اشیاء کی تفصیلات یہاں دی گئی ہیں اچھے تیار شدہ کھانے کے لئے (✓) اور اچھا نہ ہونے کے لئے (X) کا نشان لگائیں۔

نمبر شمار	تفصیل	اچھی	اچھی نہیں
1	اسی دن تیار شدہ دودھ کا پیکٹ		
2	پھپھوندی آئی ہوئی روٹی		
3	معیاد ختم شدہ مشروم کا پیکٹ		
4	دال کا ایک پیکٹ جو کیڑوں سے متاثر ہو		
5	کھٹا دوسہ کا آٹا		
6	وہیں بھٹنا ہوا پاپ کارن		
7	صاف جگہ پر تیار شدہ گتے کا دودھ		

ایسے کریں:

اپنے گھر کے آس پاس کی دکان میں موجود کوئی 5 تیار شدہ غذائی اشیاء کے پیکٹ کا مشاہدہ کریں اور ان کے متعلق معلومات اکٹھا کریں۔ (اشیاء کا نام، تیار کردہ تاریخ، مدت ختم ہونے کی تاریخ)

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیئے۔

دستخط معلم / معلّمہ - بتاریخ



4.7 غور کروں گا پھر خریدوں گا

4

ہدایت :-

- مختلف کھانے کے پیکٹ اکٹھا کریں گے۔
- رہنما / بزرگوں کی مدد سے ان کی تفصیلات جان کر درج ذیل جدول میں لکھیں گے۔



نمبر شمار	خالی پیکٹ کا نام	تیار کردہ تاریخ	خاتمے کی تاریخ
1			
2			
3			
4			

جان لیجئے.....



- جن اشیاء کے استعمال کی تاریخ ختم ہو گئی ہو انہیں استعمال نہیں کرنا چاہیے کیوں؟
- فرج میں رکھے کئی دن پرانے کھانے کی اشیاء استعمال کرنا صحت کے لئے ٹھیک نہیں کیوں؟ معلوم کرو۔

- ☐ مجھے معلوم ہوا ہے۔
- ☐ مجھے مدد چاہیے۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ



4.8 کھٹا میٹھا

4

ہدایت:- آئیے اس طریقہ کار پر عمل کرتے ہوئے غذائی اشیاء تیار کریں۔



- تھوڑی سی اہلی، 1 چمچ گڑ کا سفوف، 1 چمچ زیرہ، 4 عدد کالی مرچ، تھوڑی ادراک اور ذائقہ کے لحاظ سے نمک۔ ان کو ایک برتن میں اچھی طرح کُٹ لیں۔
- اسکی چھوٹی چھوٹی گولیاں بنا کر صاف کردہ ناریل کی تیلیوں میں لگا دیں۔
- سبھی مل کر یہ کھٹی میٹھی گولیاں کھائیں۔



* کم وقت میں تیار ہونے والی مختلف غذائی اشیاء کو جانیں گے، بڑوں کی مدد سے انہیں تیار کرنے کی کوشش کریں۔

* اساتذہ کی مدد سے ساتھیوں کے ساتھ مل کر مدرسہ میں مختلف پکوان بنانا سیکھیں۔



4.9 غذا بچاؤ، بھوک مٹاؤ



ہدایت:- آئیے! ضائع کئے گئے کھانے کی تصاویر کے مواقعوں پر غور کریں گے۔



- روزمرہ میں غذا کہاں کہاں فضول ہوتی ہے سوچ کر بتاؤ گے؟
- کیا ہوگا اگر ایک دن آپ کو کھانے کے لئے کوئی غذا ہی نہ ملے؟ سوچو اور بتاؤ۔

دستخط معلم / معلمہ - بتاریخ

دوسری جماعت - صحت اور ماحول 27-2026

• مجھے معلوم ہوا ہے۔ ☐

• مجھے مدد چاہیئے۔ ☐

