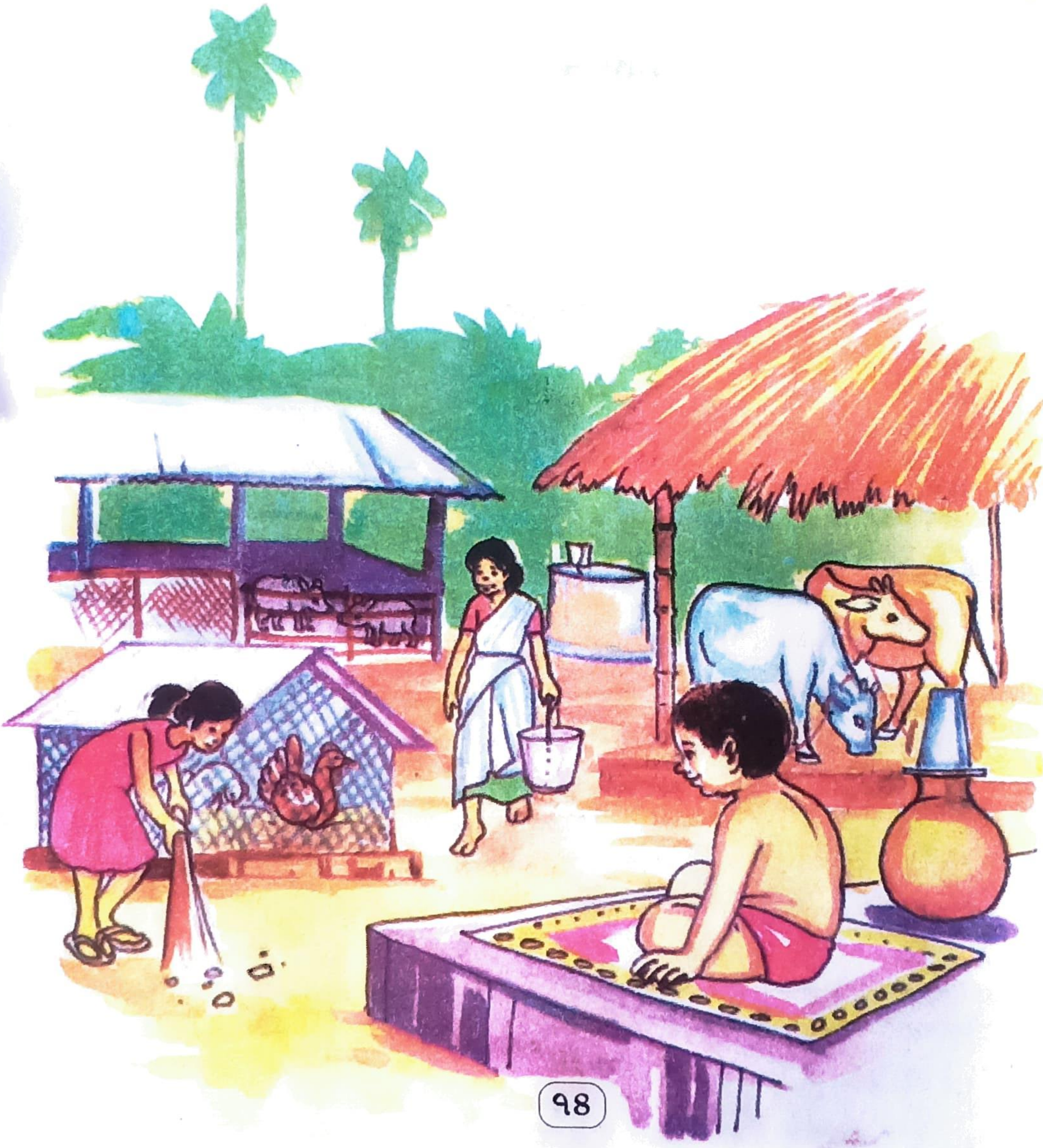
পাঠ ৯

চাফ-চিকুণতা



স্ব, জ্ব, দ্ব, স্ক, চ্ছ, শ্চ

☞ ছবি দুখন শিকাৰুক দলগতভাৱে পৰ্যবেক্ষণ কৰিবলৈ দিব। ছবি দুখনত থকা পৰিৱেশৰ পাৰ্থক্য শিকাৰুৱে বুজি পাইছে নে নাই সেই বিষয়ে বিভিন্ন প্ৰশ্নৰ জৰিয়তে মূল্যায়ন কৰিব।

কওঁ আহা

(ক) তুমি নিজকে চাফ-চিকুণকৈ ৰাখিবলৈ কি কি কাম কৰা ?

(খ) বিদ্যালয়খন চাফ-চিকুণকৈ ৰাখিবলৈ তুমি কি কি কাম কৰা ?

(গ) বন্ধৰ দিনত ঘৰত তুমি কি কি চাফাই কাম কৰা ?

(ঘ) ওচৰ-চুবুৰীয়াক তুমি কি কি কামত সহায় কৰা ?

ছবিকেইখন চোৱা আৰু কাষত দিয়া পদ্যটো পঢ়া।

নিলগতে ৰাখিবা
হাঁহ পাৰ গৰু,
ৰোগে চুব নোৱাৰে
স্বাস্থ্য হ'ব বাৰু।

নখ দীঘল নকৰিবা
মলি জমা হয়,
খাদ্যৰ লগত মিলি গৈ
পেটৰ বেমাৰ হয়।

মুকলিকৈ ৰখা খাদ্য
খোৱা অনুচিত,
মাখিয়ে বিয়পায় ৰোগ
জানিবা নিশ্চিত।

কওঁ আহা

(ক) নখ কিয় দীঘলকৈ ৰাখিব নালাগে?

(খ) আমাৰ থকা ঘৰৰ পৰা গোহালি, গঁৰাল আদি কিয় আঁতৰত থাকিব লাগে?

(গ) মুকলিকৈ ৰখা মিঠাই আদি খালে কি হয়?

(ঘ) খোৱা খাদ্য আমি কেনেদৰে ৰাখিব লাগে?

পঢ়োঁ আহা

প্ৰদীপ এজন শান্ত স্বভাৱৰ ল'ৰা।
তেওঁৰ কিছুমান সু-অভ্যাস আছে।
তেওঁ সদায় পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্ন হৈ থাকে।
আহাৰ খোৱাৰ আগতে চাবোনেৰে ভালদৰে হাত ধুই লয়।
ঘৰ-দুৱাৰ পৰিপাটি কৰি ৰখাত মাকক সহায় কৰে।
বিদ্যালয়ৰ চাফাই কামত প্ৰদীপে আগভাগ লয়।
ফটা কাগজ, গছৰ পাত আদি বুটলি নি নিৰ্দিষ্ট ঠাইত পেলায়।
মাক-দেউতাকৰ লগত শাকনি পাতে।
তেওঁ নিয়মীয়াকৈ শাক-পাচলি আৰু ফল-মূল খায় বাবে তেওঁৰ স্বাস্থ্য ভাল।

যুক্তাক্ষৰ ভাঙি পঢ়োঁ আৰু লিখোঁ আহা

স্বভাৱ স্ব = স + ব্ব সই ব্বই স্ব

স্ব স + ৱ সই ৱই স্ব — স্বাস্থ্য, স্বভাৱ

জ্ব জ + ৱ জই ৱই জ্ব — জ্বৰ, জ্বলন্ত

দ্ব দ + ৱ দই ৱই দ্ব — দ্বিতীয়, দ্বাদশ

যুক্তাক্ষৰ গঠন কৰোঁ আহা

স + ৱ সই ৱই স্ব

জ + ৱ জই ৱই জ্ব

দ + ৱ দই ৱই দ্ব

পঢ়োঁ আহা

স্বৰ্গ	স্বাৰ্থ	স্বাধীন	স্বেচ্ছাসেৱী
স্বীকাৰ	স্বদেশ	স্বনাম	সৰস্বতী
দ্বয়	দ্বাৰ	দ্বিধা	দ্বেষ
জ্বল	জ্বালা	জ্বলন	জ্বালামুখী
দ্বিতীয়	দ্বাদশ	দ্বাৰকা	বিদ্বান

ভাৰতবৰ্ষ এখন স্বাধীন দেশ।

মই দ্বিতীয় শ্ৰেণীৰ ছাত্ৰী।

বিদ্যালয়ত সৰস্বতী পূজাৰ আয়োজন কৰিছে।

দাৰ্জিলিং এখন স্বাস্থ্যকৰ ঠাই।

যুক্তাক্ষৰ ভাঙি পঢ়োঁ আৰু লিখোঁ আহা

পৰিষ্কাৰ   ষ্ক = ষ + ক   ষই   কই   ষ্ক

ষ্ক   ষ + ক   ষই   কই   ষ্ক — পুষ্কৰ, দুষ্কৰ

চ্ছ   চ + ছ   চই   ছই   চ্ছ — ইচ্ছা, শুভেচ্ছা

শ্চ   শ + চ   শই   চই   শ্চ — নিশ্চয়, পশ্চিম

যুক্তাক্ষৰ গঠন কৰোঁ আহা

ষ + ক   ষই   কই   ষ্ক

চ + ছ   চই   ছই   চ্ছ

শ + চ   শই   চই   শ্চ

পঢ়োঁ আহা

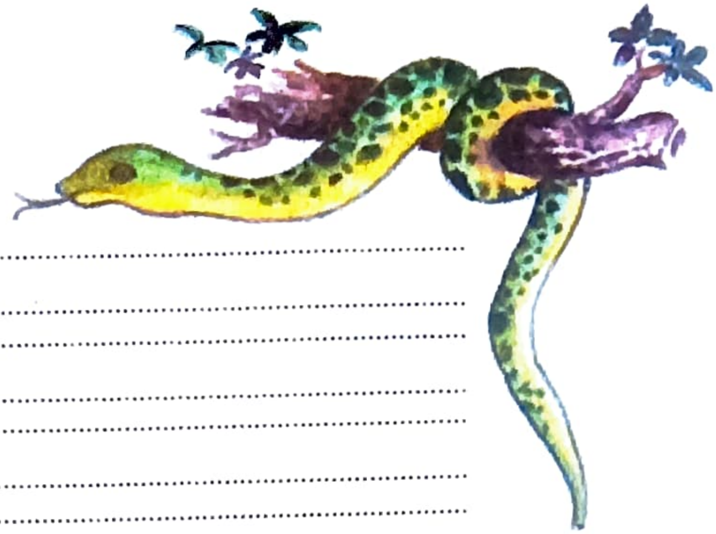
নিষ্কাম	দুষ্কৃতি	আৱিষ্কাৰ	পৰিষ্কাৰ
স্বচ্ছ	স্বচ্ছল	উচ্ছল	উচ্ছন্ন
নিশ্চল	নিশ্চিত	পশ্চিম	পাশ্চাত্য

সদিচ্ছা থাকিলে ভাল ফল পায়।

ঘঁৰিয়ালটো নিশ্চল হৈ পৰি আছে।

বেলি পশ্চিমত মাৰ যায়।

কলম্বাচে আমেৰিকা আৱিষ্কাৰ কৰিছিল।



যুক্তাক্ষৰ ভাঙা আৰু শব্দ সাজা।

স্ব ....

জ্ব ....

দ্ব ....

ষ্ক ....

চ্ছ ....

শ্চ ....

ওলট-পালটকৈ লিখা আখৰবোৰ মিলাই অৰ্থপূৰ্ণ শব্দ লিখা।

চ্ছাই .... ষ্কাৰপৰি ....

য়দ্বিতী .... স্থ্যস্বা ....

মপশ্চি .... নদ্বাবি ....

খালী ঠাই পূৰ কৰা।

উদাহৰণ—

মই সদায় বিদ্যালয়লৈ যাওঁ। (সদায় / কেতিয়াবা)

মই প্ৰতিদিনে সময় মতে ____________ হওঁ। (অনুপস্থিত / উপস্থিত)

আমি ____________ হৈ থকা উচিত। (লেতেৰা / পৰিষ্কাৰ)

মই খোৱাৰ আগতে হাত ____________। (ধোওঁ / নোধোওঁ)

☞ *নিৰীক্ষণৰ পাছত শিক্ষকৰ চহী*

ছবিত দিয়া বস্তুবোৰ কিয় ব্যৱহাৰ কৰোঁ লিখা।

....

....

....

....

....

....

শব্দত থকা যুক্তাক্ষৰবোৰ ভাঙি লিখা।

আৱিষ্কাৰ — ....

স্বাধীন — ....

শুভেচ্ছা — ....

বিদ্বান — ....

জ্বৰ — ....

☞ নিৰীক্ষণৰ পাছত শিক্ষকৰ চহী

তোমাৰ নিজৰ বিষয়ে কোৱা আৰু লিখা।

(ক) মোৰ নাম ....

(খ) মই .... হৈ থাকিবলৈ ভাল পাওঁ।

(গ) মই .... গা ধোওঁ।

(ঘ) মই .... দিনৰ মূৰে মূৰে নখ কাটোঁ।

(ঙ) মই .... দিনৰ মূৰে মূৰে চাবোন বা চেম্পু অথবা কলাখাৰেৰে চুলি ধোওঁ।

(চ) মই আহাৰ খোৱাৰ আগতে .... ধোওঁ।

(ছ) আমাৰ ঘৰত খোৱা খাদ্য সদায় .... দি ৰাখে।

(জ) .... খালে স্বাস্থ্য ভালে থাকে বুলি মই জানো।

পঢ়া।

স্বাগতাৰ আজি বৰ আনন্দ। বিদ্যালয়ত নিয়মীয়া উপস্থিতিৰ বাবে তাই পুৰস্কাৰ পাইছে। প্ৰধান শিক্ষক মহোদয়ে স্বাগতাক সকলোৰে লগত পৰিচয় কৰাই দিছে। প্ৰধান শিক্ষকে স্বাগতাক দুআষাৰ ক'বলৈ দিলে। স্বাগতাই সভাত সকলোকে সম্বোধন কৰি ক'লে, "শ্ৰদ্ধেয় শিক্ষাগুৰু আৰু মৰমৰ বন্ধু-বান্ধৱীসকল, প্ৰকৃততে মই বিদ্যালয়ত সদায় উপস্থিত থকাৰ প্ৰধান কাৰণ হ'ল পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্নতা। পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্ন হৈ থাকিলে বেমাৰ-আজাৰ নহয়। আমাৰ ঘৰৰ সকলোৱে স্বাস্থ্যনীতি মানি চলে। সেইবাবে আমাৰ বেমাৰ-আজাৰ কম। স্বাস্থ্যনীতি মানি চলিলে নিশ্চয় সকলোৱে নিয়মীয়াকৈ উপস্থিত থাকিব পাৰিব।"

নিৰীক্ষণৰ পাছত শিক্ষকৰ চহী

ছবিবোৰ চোৱা আৰু কাষত দিয়া ঠাইত তলৰ বাক্যবোৰ মিলাই লিখা।

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

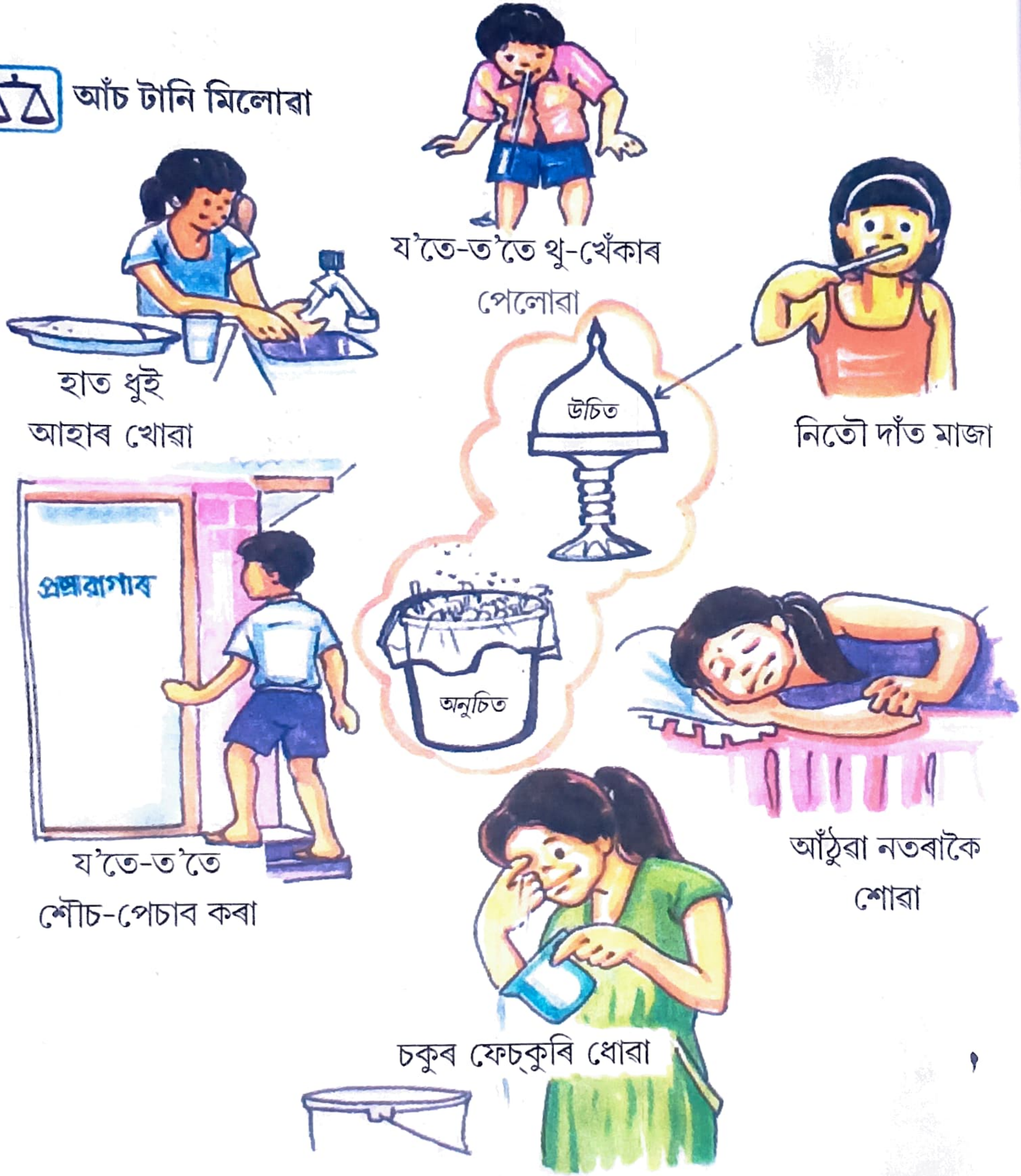
....

....

- নখ কামুৰিলে নখৰ মলি পেটলৈ গৈ স্বাস্থ্য হানি কৰে।
- জাবৰ-জোঁথৰ নিৰ্দিষ্ট ঠাইতহে পেলাব লাগে।
- খাদ্য সদায় ঢাকনিৰে ঢাকি ৰাখিব লাগে।
- বাল্টি বা কলহৰ পৰা পানী লওঁতে নাল থকা পাত্ৰ ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে।
- খালী ভৰিৰে য'তে-ত'তে খোজ কাঢ়িলে শৰীৰত বীজাণু সোমাব পাৰে।

নিৰীক্ষণৰ পাছত শিক্ষকৰ চহী

আঁচ টানি মিলোৱা



☞ স্বাস্থ্যনীতি সম্পৰ্কীয় সৰু সৰু পুথি, আলোচনী, প্ৰচাৰ পত্ৰিকা আদি শিকাৰুক পঢ়িবলৈ দিব।

☞ নিৰীক্ষণৰ পাছত শিক্ষকৰ চহী