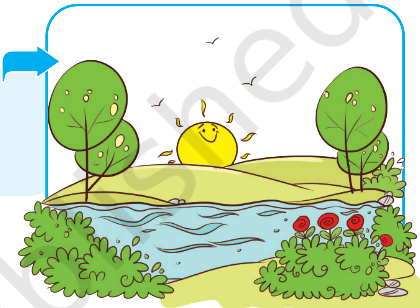
10 ನನ್ನ ದಿನವನ್ನು ನಾನು ಹೇಗೆ ಕಳೆಯುತ್ತೇನೆ?

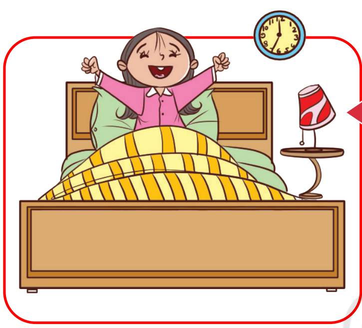
0124CH10

ನಮಸ್ಕಾರ ಗೆಳೆಯರೇ ನಾನು ಚಿಂಟು. ನನಗೆ ಆರು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸು. ನಾನು ಈ ದಿನ ನನ್ನ ದಿನಚರಿಯನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

ಬೆಳಗಿನಯಿಂದ ರಾತ್ರಿವರೆಗೆ ನಾನು ಏನು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ.

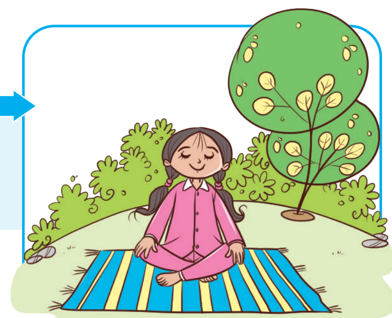
ನೋಡಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯ ಪೂರ್ವದಲ್ಲಿ ಮೂಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಇದೇ ಬೆಳಗು.





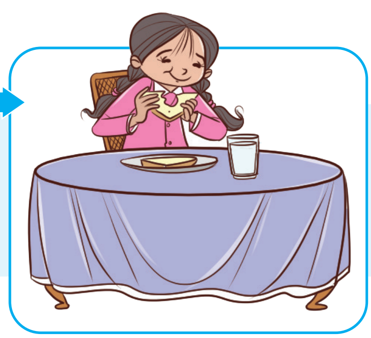
ಮುಂಜಾನೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಸಿಗೆಯಿಂದ ಎದ್ದು ಒಂದು ಲೋಟ ಬೆಚ್ಚನೆಯ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುತ್ತೇನೆ.

ನನ್ನ ದಿನವೂ ಯೋಗ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಯಾಮದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.



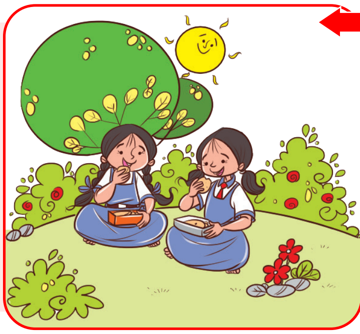
ನಂತರ ನಾನು ಹಲ್ಲುಜ್ಜಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

ಉಪಹಾರವನ್ನು ಮಾಡಿ ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗುತ್ತೇನೆ.



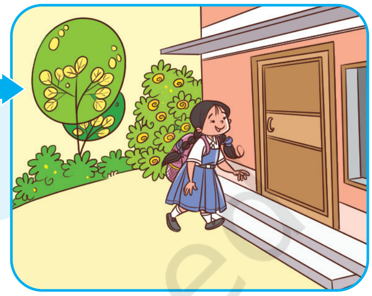
© NCERT not to be republished

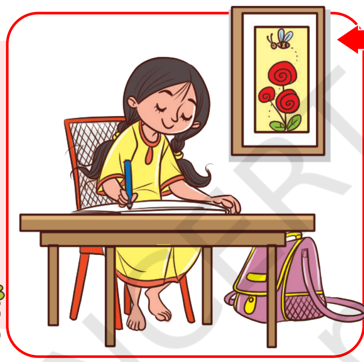
ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಸಹಪಾಠಿಗಳೊಂದಿಗೆ ನಾನು ಆಟ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.



ಸೂರ್ಯ ನಡುತ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಬಂದಿದ್ದಾನೆ ಇದು ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಸಮಯ. ಕೈ ತೊಳೆದು ನನ್ನ ಭೋಜನವನ್ನು ಶಾಲೆಯಿಂದ ಮನೆಗೆ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ. ಗೆಳೆಯರೊಂದಿಗೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

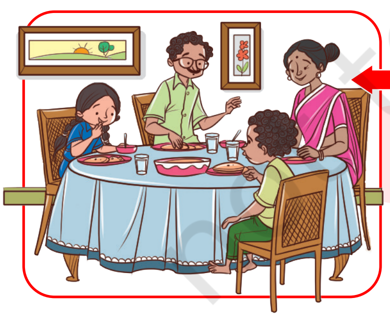
ಶಾಲೆಯಿಂದ ಮನೆಗೆ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ.





ನೋಡಲ್ಲಿ! ಸೂರ್ಯ. ಮುಳುಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಇದು ಸಂಜೆಯ ಸಮಯ. ನಾನು ನನ್ನ ಗೆಳೆಯರ ಜೊತೆ ಆಟ ಆಡುವೆ ನಂತರ ಪಾಠ ಓದಿಕೊಳ್ಳುವೆ.

ನೋಡಲ್ಲಿ ಆಗಸದಲ್ಲಿ ಚಂದ್ರ ನಕ್ಷತ್ರಗಳು ಕಾಣಿಸುತ್ತಿದೆ. ಇದು ರಾತ್ರಿಯ ವೇಳೆ.



ರಾತ್ರಿ ನನ್ನ ಮನೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಊಟ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

ಒಂದು ಕಥೆ ಪುಸ್ತಕ ಓದಿ ನಿದ್ದೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

© NCERT not to be republished

ಮಾತಾಡೋಣ

A. ನಿನ್ನ ದಿನಚರಿ ಏನು?
B. ನೀನು ನಿನ್ನ ಹಲ್ಲನ್ನು ಯಾವಾಗ ಉಜ್ಜುತ್ತೀಯ?
C. ಯಾವಾಗ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುತ್ತೀಯ?

ಮಾಡೋಣ

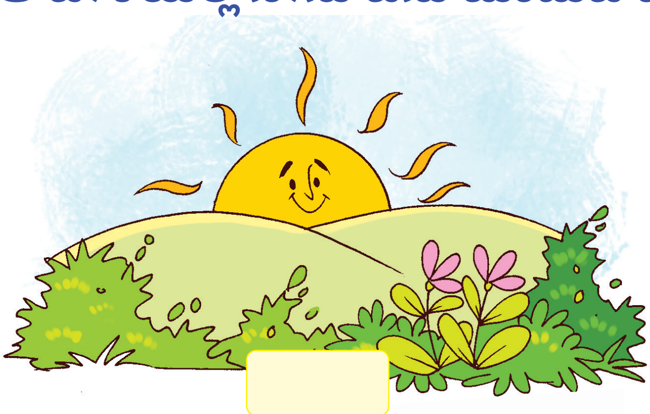
A. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ನೀನು ಮಾಡುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಸರಿ ✓ ಹಾಕು.

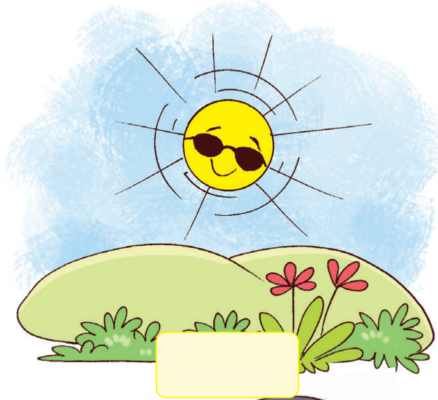
B. ಬೆಳಗಿನ ಹೊತ್ತು ನೀನು ಮಾಡುವ ಅಥವಾ ನೋಡುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಸರಿ ಗುರುತು ✓ ಹಾಕು.

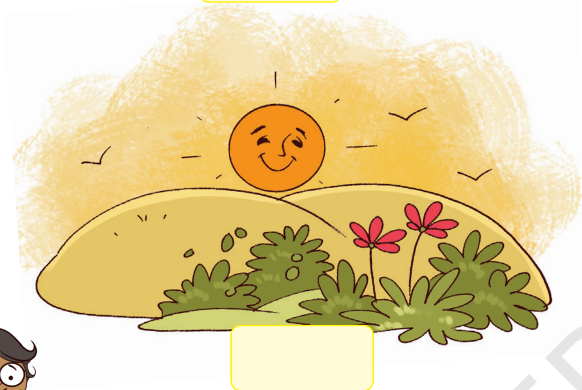
C. ನೀನು ರಾತ್ರಿ ವೇಳೆ ಮಾಡುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಸರಿ ಗುರುತು ✓ ಹಾಕು

© NCERT not to be republished

ಚಿತ್ರ ನೋಡಿ ದಿನದ ಸಮಯವನ್ನು ಊಹಿಸು.
ಆ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ನೀನು ಏನು ಮಾಡುವೆ ಎಂದು ಗೆಳೆಯರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸು





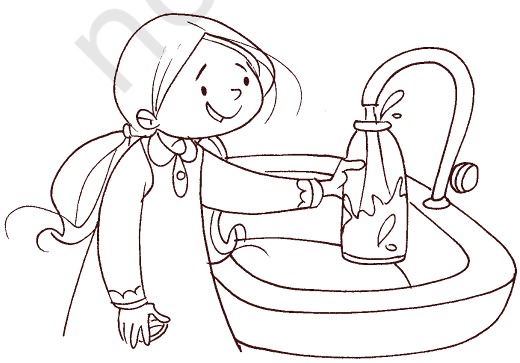


ಮಾಡೋಣ

ಯಾವ ಚಟುವಟಿಕೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಹೊತ್ತು ಹಿಡಿಸುತ್ತದೆ ಆ ಚಿತ್ರಕ್ಕೆ ಬಣ್ಣ ಹಚ್ಚು

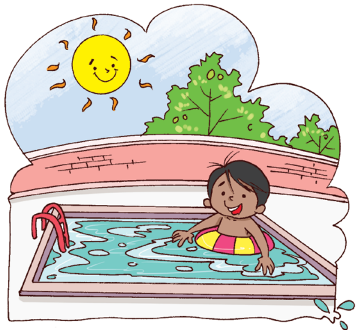
A.

B.



© NCERT not to be republished

ಋತುಗಳು



ಬೇಸಿಗೆ

ವಸಂತ

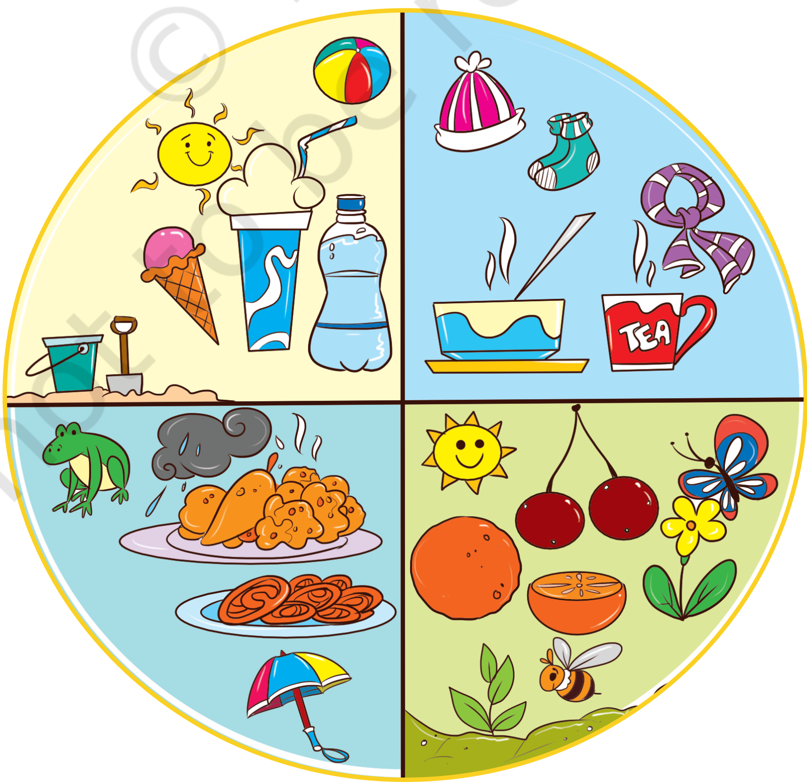
ಮಳೆಗಾಲ

ಚಳಿಗಾಲ

ಮೇಲಿನ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ನೋಡಿ ನಾಲ್ಕು ಋತುಗಳ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ.

ವಸ್ತುವಿಗೂ , ಹಾಗೂ ಸಂಬಂಧಿತ ಋತುವಿಗೂ ಹೊಂದಿಸಿ ಬರೆಯಿರಿ

ಮಳೆಗಾಲ **ವಸಂತ**



ಬೇಸಿಗೆ **ಚಳಿಗಾಲ**

© NCERT not to be republished

ಮಾತಾಡೋಣ

A. ಬೇಸಿಗೆಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ತಿನ್ನಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೀಯ?

B. ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ಧರಿಸಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೀಯ ?

ಮಾಡೋಣ

ಋತುಗಳ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಬರೆದು ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಅವಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಸಿ ಬರೆಯಿರಿ

© NCERT not to be republished

ನಿಯೋಜಿತ ಕೆಲಸ

ವಿವಿಧ ಋತುಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಇಷ್ಟಪಡುವ ವಿವಿಧ ತಿನಿಸುಗಳ ಚಿತ್ರ ಬರೆಯಲು ಅಥವಾ ಅಂಟಿಸಲು ಹೇಳಿ. ಮತ್ತು ಈ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸುವ ಸ್ಥಳೀಯ ಹಬ್ಬಗಳ ಚಿತ್ರಗಳು ಅಂಟಿಸಲು ಹೇಳಿ.