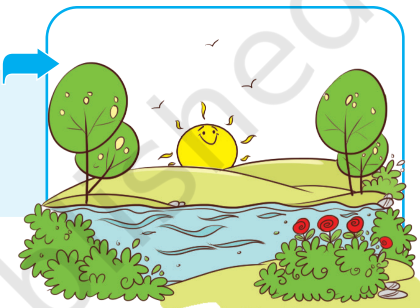
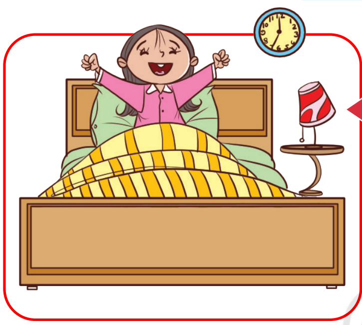
10 माझी दिनचर्या

नमस्कार मित्रांनो, मी पीहू आहे। मी 6 वर्षांची आहे। मी सकाळपासून रात्रीपर्यंत काय काय करते ही माझी दिनचर्या आज मी सांगणार आहे।



पहा, आकाशात सूर्य उगवत आहे। सकाळ झाली आहे।

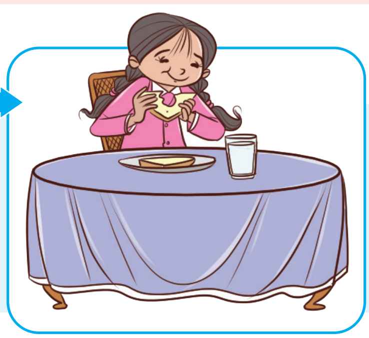


मी सकाळी बिछान्यातून उठते आणि पेलाभर कोमट पाणी पिते।

माझा दिवस योग किंवा व्यायामाने सुरू होतो।

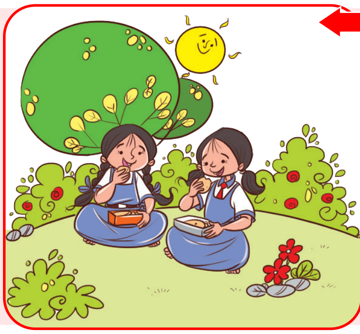
मग मी दात घासते आणि आंघोळ करते।

मी न्याहारी करून शाळेला जाण्यासाठी आवरते।



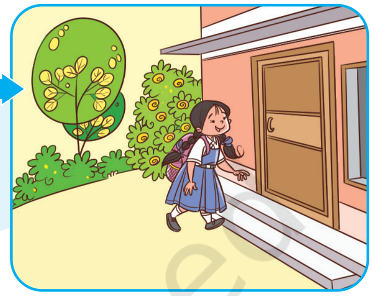
© NCERT not to be republished

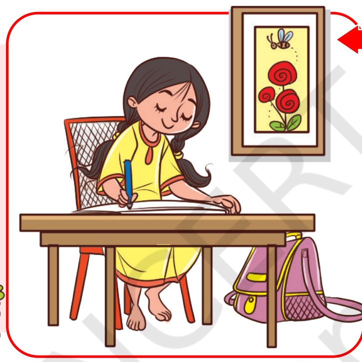
मी शाळेत माझ्या वर्गमित्रांसह अभ्यास करते आणि खेळते।



सूर्य आकाशात वरती चढला आहे। ही दुपारची वेळ आहे। मी माझे हात धुते आणि माझ्या मित्रमैत्रिणींबरोबर जेवते।

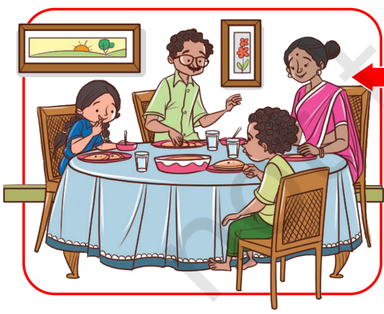
मी शाळेतून घरी परत येते आणि थोडा वेळ विश्रांती घेते।





पहा, सूर्य मावळत आहे। आता संध्याकाळची वेळ आहे। मी माझ्या मित्रमैत्रिणींबरोबर खेळते आणि मग अभ्यास करते।

ते पहा, आकाशात चंद्र आणि तारे दिसत आहेत। ही रात्रीची वेळ आहे।



मी माझ्या कुटुंबासोबत रात्रीचे जेवण करते।

मी गोष्टींचे एक पुस्तक वाचते आणि मग झोपून जाते।

© NCERT not to be republished

चला बोलू या

अ. तुमचा दिनक्रम काय आहे?

ब. तुम्ही दात कधी घासता??

क. तुम्ही आंघोळ कधी करता?

चला करू या

तुम्ही सकाळी करत असलेल्या कृतींवर बरोबरची खूण ✓ करा।

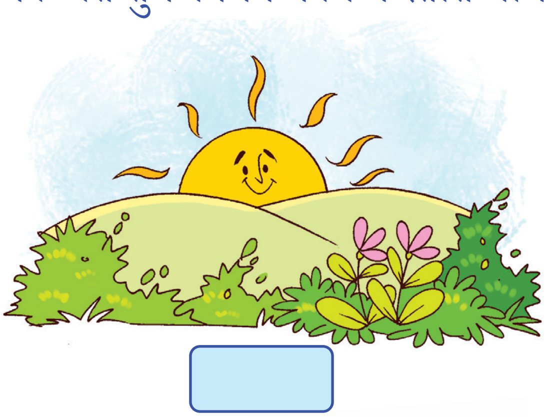
तुम्ही दिवसभरात करत असलेल्या किंवा पाहत असलेल्या कृतींवर बरोबरची खूण ✓ करा।

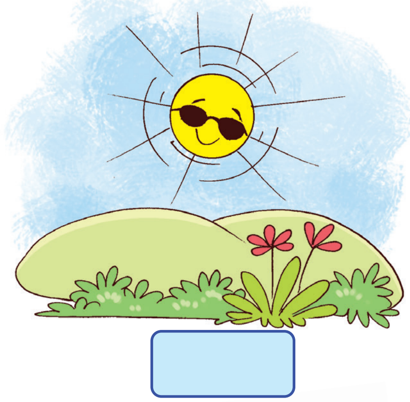
तुम्ही रात्री करत असलेल्या कृतींवर बरोबरची खूण ✓ करा।

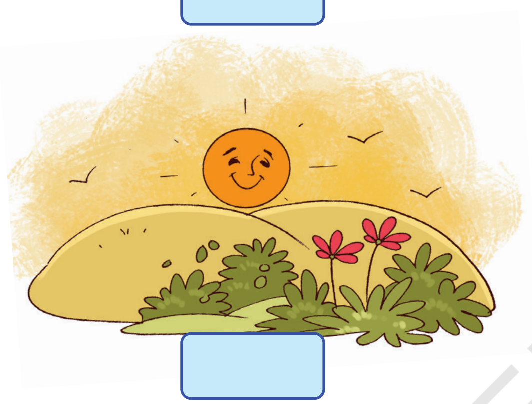
© NCERT not to be republished

चित्र पाहून दिवसाच्या वेळेचा अंदाज लावा।

त्या काळात तुमचे मित्र काय करतात याबद्दल त्यांच्याशी चर्चा करा?





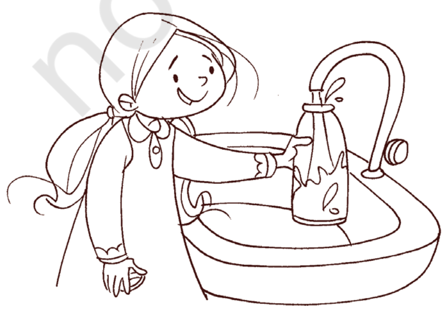


चला करू या

सामान्यतः जास्त वेळ घेणाऱ्या कृती रंगवा।

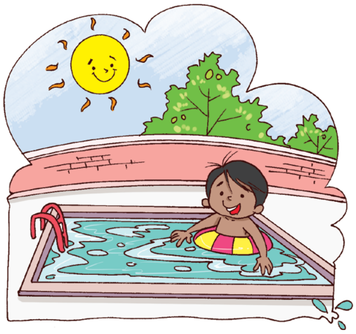
अ.

ब.



© NCERT not to be republished

ऋतू



उन्हाळा

हिवाळा

पावसाळा

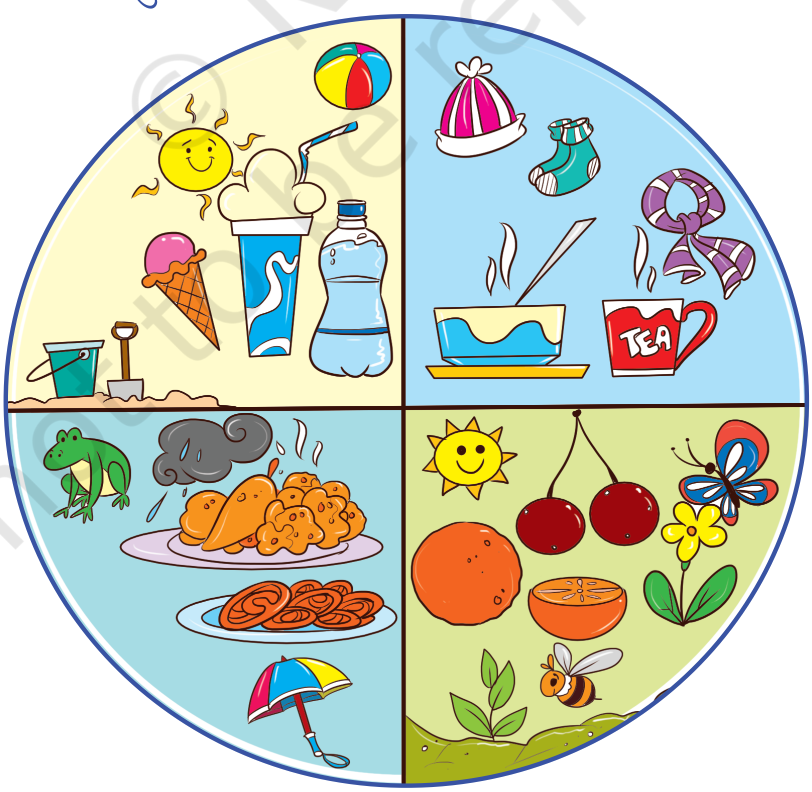
वसंत ऋतू

वरील चित्रे पहा आणि उन्हाळा, हिवाळा, वसंत ऋतु आणि पावसाळा या ऋतूंमधील फरकांबद्दल चर्चा करा।

वस्तू ऋतूच्या नावाशी जुळवा।

पावसाळा

वसंत ऋतू



उन्हाळा

हिवाळा

© NCERT not to be republished

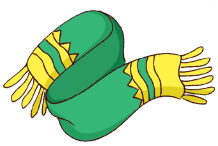
चला बोलू या

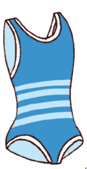
अ. उन्हाळ्यात तुम्ही काय खाता?

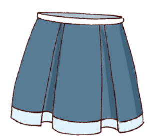
ब. हिवाळ्यात तुम्ही काय घालता?

चला करू या

ऋतूंची नावे लिहा आणि ती चित्रांशी जुळवा।







प्रकल्प कार्य

मुलांना विविध ऋतूंमध्ये खाल्ल्या जाणाऱ्या त्यांच्या आवडत्या खाद्यपदार्थांची आणि या ऋतूंमध्ये साजऱ्या होणाऱ्या स्थानिक सणांची चित्रे काढायला किंवा चिकटवायला सांगा।

© NCERT not to be republished