# ਸਾਡਾ ਅਦਭੁਤ ਸੰਸਾਰ

ਤੀਜੀ ਜਮਾਤ ਲਈ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ

**ਸਾਡੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਦੁਨੀਆ**

0335

© NCERT not to be republished

विद्ययाऽमृतमश्नुते
एन सी ई आर टी
NCERT
राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्
NATIONAL COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH AND TRAINING

0335 - ਸਾਡਾ ਅਦਭੁਤ ਸੰਸਾਰ- ਤੀਜੀ ਜਮਾਤ ਲਈ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ
ਸਾਡੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਦੁਨੀਆ

ISBN 978-93-5292-863-7

*ਪਹਿਲਾ ਐਡੀਸ਼ਨ*
*ਜੂਨ 2024 ਜੇਸ਼ਠਾ 1946*

**PD 1000T SU**

*© ਨੈਸ਼ਨਲ ਕੌਂਸਲ ਆਫ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਲ ਰਿਸਰਚ ਐਂਡ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ, 2024*

**₹ 65.00**

*ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ ਨਾਲ 80 ਜੀਐਸਐਮ ਪੇਪਰ 'ਤੇ ਛਾਪਿਆ ਗਿਆ ਵਾਟਰਮਾਰਕ*

ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨ ਡਿਵੀਜ਼ਨ ਵਿਖੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਸਕੱਤਰ, ਨੈਸ਼ਨਲ ਕੌਂਸਲ ਆਫ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਲ ਰਿਸਰਚ ਐਂਡ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਦੁਆਰਾ, ਸ੍ਰੀ ਅਰਬਿੰਦੋ ਮਾਰਗ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 110 016 ਅਤੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਪੈਕ ਇੰਡੀਆ, ਨਾਗਿਨ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਲਿਮਟਿਡ, ਪਿੰਡ ਸਲਾਰਪੁਰ, ਪੋਸਟ ਰਾਜਪੁਰਾ, - ਮਵਾਨਾ ਰੋਡ, ਮੇਰੂਤ-250 001 (ਯੂ.ਪੀ.) ਵਿਖੇ ਛਾਪਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

**ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ**

- ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭਾਗ ਨੂੰ ਛਾਪਣਾ, ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ, ਮਕੈਨੀਕਲ, ਫੋਟੋਕਾਪੀ, ਰਿਕਾਰਡਿੰਗ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਤਿਆਰ, ਸਟੋਰ ਤੇ ਪ੍ਰਸਾਰਿਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ।
- ਇਹ ਕਿਤਾਬ ਇਸ ਸ਼ਰਤ ਦੇ ਅਧੀਨ ਵੇਚੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਬਿੰਨਾ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦੀ ਜਿਲਦ ਦੇ ਇਲਾਵਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਉਦਾਰੀ ਤੇ ਦੁਬਾਰ ਵਿਕਰੀ ਜਾਂ ਕਿਰਾਏ ਤੇ ਨਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਏਗੀ ਨਾ ਵੇਚੀ ਜਾਏਗੀ।
- ਇਹ ਕਿਤਾਬ ਇਸ ਸ਼ਰਤ ਦੇ ਅਧੀਨ ਵੇਚੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਬਿੰਨਾ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦੀ ਜਿਲਦ ਦੇ ਇਲਾਵਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਉਦਾਰੀ ਤੇ ਦੁਬਾਰ ਵਿਕਰੀ ਜਾਂ ਕਿਰਾਏ ਤੇ ਨਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਏਗੀ ਨਾ ਵੇਚੀ ਜਾਏਗੀ।

**ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦੇ ਦਫਤਰ**
**ਡਿਵੀਜ਼ਨ ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ.**

**ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ.** ਕੈਂਪਸ
ਸ੍ਰੀ ਅਰਬਿੰਦੋ ਮਾਰਗ
**ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ** 110 016 — **ਫ਼ੋਨ** : 011-26562708

108, 100 ਫੀਟ ਰੋਡ
ਹੱਲੀ ਐਕਸਟੈਨਸ਼ਨ , ਹੋਸਦਕੇਰੇ
ਬਨਸ਼ਾਂਕਰੀ III ਸਟੇਜ
**ਬੈਂਗਲੁਰੂ** 560 085 — **ਫ਼ੋਨ** : 080-26725740

ਨਵਜੀਵਨ ਟਰੱਸਟ ਇਮਾਰਤ
ਪੀ.ਓ. ਨਵਜੀਵਨ
**ਅਹਿਮਦਾਬਾਦ** 380 014 — **ਫ਼ੋਨ** : 079-27541446

ਸੀ ਡਬਲਯੂ ਸੀ ਕੈਂਪਸ
ਧਨਕਲ ਬੱਸ ਸਟਾਪ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ
ਪਾਨੀਹਾਟੀ
**ਕੋਲਕਾਤਾ** 700 114 — **ਫ਼ੋਨ** : 033-25530454

ਸੀ ਡਬਲਯੂ ਸੀ ਕੰਪਲੈਕਸ
ਮਾਲੀਗਾਉਂ
**ਗੁਹਾਟੀ** 781 021 — **ਫ਼ੋਨ** : 0361-2674869

**ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਟੀਮ**

| | | |
|---|---|---|
| ਮੁਖੀ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਡਿਵੀਜ਼ਨ | : | ਅਨੂਪ ਕੁਮਾਰ ਰਾਜਪੂਤ |
| ਮੁੱਖ ਸੰਪਾਦਕ | : | ਸ਼ਵੇਤਾ ਉੱਪਲ |
| ਚੀਫ ਪ੍ਰੋਡਕਸ਼ਨ ਅਫਸਰ | : | ਅਰੁਣ ਚਿਤਕਾਰਾ |
| ਚੀਫ ਬਿਜ਼ਨਸ ਮੈਨੇਜਰ | : | ਅਮਿਤਾਭ ਕੁਮਾਰ |
| ਪ੍ਰੋਡਕਸ਼ਨ ਅਫਸਰ | : | ਜਹਾਨ ਲਾਲ |

**ਕਵਰ, ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਅਤੇ ਕਲਾਕਾਰੀ**
ਜੋਏਲ ਗਿੱਲ

**ਉਦਾਹਰਣ**
ਸਿਲਜਾ ਬਨਾਸ਼ਰੀਅਰ, ਸੁਸ਼ਨਤਾ ਪਾਲ,
ਪਲਕ ਸ਼ਰਮਾ ਅਤੇ ਨਨੀਤ ਬੀ.ਐਸ.
-ਅਜ਼ੀਮ ਪ੍ਰੇਮਜੀ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ, ਬੈਂਗਲੁਰੂ

© NCERT not to be republished

# ਪ੍ਰਸਤਾਵਨਾ

ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨੀਤੀ (ਐਨ.ਈ.ਪੀ.) 2020 ਦੁਆਰਾ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਿੱਖਿਆ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਰਵਪੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਕੇਵਲ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ ਅਤੇ ਸਵਿਧਾਨਕ ਵਿਵਸਥਾ ਨਾਲ ਅਨਮੋਲ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸਾਖਰਤਾ ਅਤੇ ਅੰਕੜਿਆ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਅੰਰਭਿਰ ਪੜਾਅ, ਜੋ ਬੁਨਿਆਦੀ ਅਤੇ ਮੱਧ ਪੜਾਵਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਪੁਲ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਤਿੰਨ ਸਾਲ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਜਿਸ ਵਿਚ ਜਮਾਤ 3 ਤੋਂ ਜਮਾਤ 5 ਤੱਕ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ। ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਇਸ ਪੜਾਅ ਦੌਰਾਨ ਪ੍ਰਾਪਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸਿੱਖਿਆ ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਪੜਾਅ ਦੇ ਵਿਦਿਅਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ। ਖੇਲ ਅਧਾਰਿਤ, ਖੋਜ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਸਿੱਖਣ-ਸਿਖਾਉਣ ਦੀ ਵਿਧੀਆਂ ਨਿੰਰਤਰ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਇਸ ਪੜਾਅ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕਾਂ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਰਸਮੀ ਕਲਾਸਰੂਮ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਏਗਾ। ਇਸਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਬੱਚਿਆ ਨੂੰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਸਗੋਂ, ਪੜ੍ਹਨਾ, ਲਿਖਣਾ, ਬੋਲਣਾ ਨਾਲ- ਨਾਲ ਚਿੱਤਰਕਲਾ, ਸੰਗੀਤ ਅਤੇ ਖੇਡ ਦੁਆਰਾ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨਾਲ ਸਵੈ-ਖੋਜ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਰਿਆ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਆਪਕ ਪਹੁੰਚ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ, ਕਲਾ ਸਿੱਖਿਆ, ਵਾਤਾਵਰਣ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ, ਗਣਿਤ, ਬੁਨਿਆਦੀ ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਗਿਆਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਬੌਧਿਕ-ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ (ਭਾਵਨਾਤਮਕ) ਦੋਵਾਂ ਪੱਧਰਾਂ 'ਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਿਆਰ ਹਨ ਤੇ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਮੱਧ ਪੜਾਅ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਣ।

ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਫਰੇਮਵਰਕ (ਐਨਸੀਐਫ-ਐਸਈ) ਦੀਆਂ ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦਿਆਂ, ਐਨਈਪੀ 2020 ਦੇ ਫਾਲੋਅੱਪ ਵਜੋਂ, ਤਿਆਰੀ ਦੇ ਪੜਾਅ 'ਤੇ 'ਦਿ ਵਰਲਡ ਅਰਾਊਂਡ ਅਸ' ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਵਿਸ਼ਾ ਖੇਤਰ ਲਿਆਂਦਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਇੱਕ ਅਨੁਭਵੀ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਰਾਹੀਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਤਜ਼ਰਬਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਾ ਖੇਤਰਾਂ ਦੀਆਂ ਬੁਨਿਆਦੀ ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਨਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਉਹ ਮੱਧ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਗੇ।

ਸਾਡੀ ਅਦਭੁਤ ਦੁਨੀਆ, ਦਿ ਵਰਲਡ ਅਰਾਊਂਡ ਅਸ ਲਈ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦੁਨੀਆ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸੰਕਲਪਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਖੇਤਰ- ਵਿਗਿਆਨ, ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸਿੱਖਿਆ। ਇਸ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਆਪਣੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਪ੍ਰਤੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣਾ, ਭਾਈਚਾਰੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਹੁਨਰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੇਸ਼ਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰਵੱਈਏ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਸਾਡਾ ਅਦਭੁਤ ਸੰਸਾਰ, ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਸੋਚ, ਸਿਰਜਣਾਤਮਕਤਾ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਪੜਾਅ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਅਤੇ ਸੁਭਾਅ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ. ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ, ਬਹੁਭਾਸ਼ਾਵਾਦ, ਲਿੰਗ ਸਮਾਨਤਾ, ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਜੜ੍ਹਾਂ ਵਰਗੇ ਕ੍ਰਾਸ-ਕਟਿੰਗ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਚਿਤ ਆਈਸੀਟੀ ਸਾਧਨਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ-ਅਧਾਰਤ ਮੁਲਾਂਕਣਾਂ ਨੂੰ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

© NCERT not to be republished

ਇਸ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਹਿਜ ਉਤਸੁਕਤਾ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕਰਕੇ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਪਲੇ-ਵੇ ਵਿਧੀ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਅਧਿਆਪਨ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਅਤੇ ਖੇਡਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਸਿਰਫ ਆਕਰਸ਼ਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਰੁਝੇਵਿਆਂ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ.

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਸਿੱਖਣਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਨਾਲ ਹੀ ਇਹ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਸੰਬਧੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਹੋਰ ਵੀ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜਨਗੇ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣਗੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਸੰਬਧ ਵਿੱਚ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਹੈ। ਨਾਲ ਹੀ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਨਾਲ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਉਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੱਧ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਗੇ ।

ਇੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਉਤਸੁਕਤਾ ਅਤੇ ਜਗਿਆਸਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਇਸ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਆਰੰਭਿਕ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹਾਂ. ਮੈਂ ਇਸ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਾ ਹਾਂ, ਇਹ ਉਮੀਦ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਸਾਰੇ ਸੰਬਧਿਤ ਲੋਕਾ ਦੀਆਂ ਉਮੀਦ 'ਤੇ ਖਰਾ ਉਤਰੇਗਾ। ਕਿਉਂਕਿ ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ ਲਗਾਤਾਰ ਸੁਧਾਰਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਬਿਰਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਟਿਪਣੀਆਂ ਤੇ ਸੁਝਾਅ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਦਿਨੇਸ਼ ਪ੍ਰਸਾਦ ਸਕਲਾਨੀ
ਡਾਇਰੈਕਟਰ
ਨੈਸ਼ਨਲ ਕੌਂਸਲ ਆਫ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਲ
ਖੋਜ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ
25 ਮਈ 2024

© NCERT not to be republished

# ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਬਾਰੇ

ਸਕੂਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਢਾਂਚਾ (NCF-SE) 2023 ਨੇ ਕਲਾਸ 3-5 ਲਈ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਤਿਆਰੀ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਇੱਕ ਮੁੱਖ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਖੇਤਰ ਵਜੋਂ ਵਰਲਡ ਅਰਾਊਂਡ ਅਸ (ਟੀਡਬਲਯੂਏਯੂ) ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨੀਤੀ (ਐਨਈਪੀ) 2020 ਅਤੇ ਐਨਸੀਐਫ-ਐਸਈ 2023 ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸੰਪੂਰਨ ਅਤੇ ਬਹੁ-ਅਨੁਸ਼ਾਸਨੀ ਪਹੁੰਚ ਨੂੰ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਇਸ ਵਿਸ਼ਾ ਖੇਤਰ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਨੂੰ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਅਤੇ ਅੰਤਰ-ਅਨੁਸ਼ਾਸਨੀ ਵਜੋਂ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ. ਉਪਰੋਕਤ ਦੋਵੇਂ ਨੀਤੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਤਿਆਰੀ ਪੜਾਅ ਦੇ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੇ ਇੱਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਅਨੁਭਵੀ ਸਿੱਖਿਆ, ਖੋਜ ਅਤੇ ਖੋਜ ਦੀ ਵਕਾਲਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਉਪਰੋਕਤ ਨੀਤੀ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ, ਸਿਰਲੇਖ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਸਾਡਾ ਅਦਭੁਤ ਸੰਸਾਰ- ਕਲਾਸ 3 ਲਈ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਅਤੇ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ. ਸਾਡਾ ਅਦਭੁਤ ਸੰਸਾਰ- , ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਿਰਲੇਖ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਉਤਸੁਕਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੱਥੀਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਪੁੱਛਗਿੱਛਾਂ ਰਾਹੀਂ ਅਨੁਭਵੀ ਸਿੱਖਿਆ, ਖੋਜ, ਜਾਂਚ, ਅਤੇ ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਸੋਚ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਦਾ ਹੈ. ਇਹ ਵਿਸ਼ਾ ਵਿਗਿਆਨ, ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸਿੱਖਿਆ ਨੂੰ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਿਤਾਬ ਸਮਝ ਨੂੰ ਡੂੰਘਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆ ਹੱਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਸੋਚ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਨ ਲਈ ਅਸਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਤਜ਼ਰਬਿਆਂ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਬੱਚੇ ਖੁਸ਼ੀ ਅਤੇ ਉਤਸੁਕਤਾ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਸਿਖਦੇ ਹਨ। ਹਰੇਕ ਯੂਨਿਟ ਲਈ ਅਧਿਆਇ ਦਾ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਨੌਜਵਾਨ ਮਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਤੰਤਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੋਚਣ, ਆਪਣੇ ਨਿਰੀਖਣਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਰੱਟਕੇ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਨਾਲ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਲਈ ,ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਦਾ ਹੈ. ਇਹ ਪਹੁੰਚ ਸੰਕਲਪਾਂ ਅਤੇ ਹੁਨਰਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਜਾਣੇ ਤੋਂ ਅਣਜਾਣ, ਸਥਾਨਕ ਤੋਂ ਗਲੋਬਲ, ਸਰਲ ਤੋਂ ਗੁੰਝਲਦਾਰ, ਠੋਸ ਤੋਂ ਅਮੂਰਤ ਅਤੇ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਤੋਂ ਅਣਜਾਣ ਤੱਕ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੀ ਹੈ.

ਇਸ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਤਿੰਨ ਵਿਆਪਕ ਭਾਗ ਹਨ। ਪਹਿਲਾ ਭਾਗ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਹੁਨਰਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਹੈ. ਦੂਜਾ ਭਾਗ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇੰਟਰਐਕਟਿਵ ਹੈ. ਇਹ ਸੰਕਲਪਾਂ ਅਤੇ ਹੁਨਰਾਂ ਦੇ ਲੈਣ-ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪਾਠ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਉਮਰ-ਉਚਿਤ ਵਿਦਿਅਕ ਪਹੁੰਚਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੇਡ-ਅਧਾਰਤ, ਥੀਮ-ਅਧਾਰਤ, ਖਿਡੌਣਾ-ਅਧਾਰਤ ਅਤੇ ਪੁੱਛਗਿੱਛ-ਅਧਾਰਤ ਤਾਂ ਜੋ ਲੈਣ-ਦੇਣ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਬਾਲ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਅਤੇ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਤੀਜਾ ਭਾਗ ਮੁਲਾਂਕਣ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਨੂੰ ਟਰੈਕ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਬੱਚੇ ਤਸਵੀਰ ਪੜ੍ਹਨ, ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰੇ, ਪ੍ਰਯੋਗ ਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ, ਪਹੇਲੀਆਂ ਅਤੇ ਪਹੇਲੀਆਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨਾ, ਤਜ਼ਰਬੇ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨਾ, ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨਾ ਡਰਾਇੰਗ ਅਤੇ ਲਿਖਣ ਦੁਆਰਾ. ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੇ ਬੋਝ ਨੂੰ ਹਲਕਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਅਜਿਹੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਅਤੇ ਸਾਰਥਕ ਮੁਲਾਂਕਣ ਲਈ, ਹਰੇਕ ਵਿਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਕਲਾਸ-ਵਾਰ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ.

© NCERT not to be republished

ਇਸ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਸੰਬੰਧਿਤ ਤਿੰਨ ਭਾਗਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੁਆਰਾ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ—'ਭੋਜਨ ਅਸੀਂ ਖਾਂਦੇ ਹਾਂ' ਅਧਿਆਇ ਵਿੱਚ, ਬੱਚੇ ਰਵਾਇਤੀ ਪਕਵਾਨਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਾਖ (ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦਾ ਹਰਾ ਸਾਗ Sag ਜੋ ਸ਼੍ਰੀਨਗਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹੈ)। ਇਹ ਉਦਾਹਰਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨਾਂ ਦੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਬਾਰੇ ਉਤਸੁਕਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਖੋਜ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਪਕਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਤੱਤਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਜਿੱਥੋਂ ਇਹ ਭੋਜਨ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਸਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਨਾਲ. ਬੱਚੇ ਅਭਿਆਸ ਜਾਂਚ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਭੋਜਨ ਪੂਰੇ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਅੰਤਰ-ਅਨੁਸ਼ਾਸਨੀ ਪਹੁੰਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਮਝ ਨੂੰ ਡੂੰਘਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਿਆਂ, ਥੀਮਾਂ ਅਤੇ ਸੰਕਲਪਾਂ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ.

ਸਾਡਾ ਅਦਭੁਤ ਸੰਸਾਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਦੁਨੀਆ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਚਾਰ ਇਕਾਈਆਂ ਵਿੱਚ ਢਾਂਚਾਬੱਧ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ. ਹਰੇਕ ਯੂਨਿਟ ਦਾ ਢਾਂਚਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਯੂਨਿਟਾਂ ਦੇ ਹਰੇਕ ਅਧਿਆਇ ਵਿੱਚ ਸਿਖਾਈਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਹੁਨਰਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਇੰਟਰਐਕਟਿਵ-ਕਮ-ਡਾਇਲਾਗ ਜਾਂ ਕਹਾਣੀ-ਕਮ-ਬਿਰਤਾਂਤ ਪਹੁੰਚ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਯੂਨਿਟ 2 ਵਿੱਚ, ਥੀਮ 'ਪੌਦਿਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾ' ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਇੰਟਰਐਕਟਿਵ ਸੰਵਾਦ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇੱਕ ਬਾਗ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਪੌਦਿਆਂ, ਦੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਸੰਤੁਲਿਤ ਅਤੇ ਸਦਭਾਵਨਾਪੂਰਨ ਜੀਵਨ ਲਈ ਪੌਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ.

ਹਰੇਕ ਅਧਿਆਇ ਵਿਚਲੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਨਾਰਾਜ਼ਗੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਰਗਰਮ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਦੀ ਹੈ. ਸਵੈ-ਵਿਆਖਿਆਤਮਕ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਨਿਰੀਖਣ ਅਤੇ ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ-ਸੋਚ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਕਿਤਾਬ ਵਿੱਚ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸੰਕਲਪਾਂ ਦਾ ਪੱਧਰ ਉਮਰ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੋਵੇ।

ਹਰੇਕ ਯੂਨਿਟ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ, ਹਰੇਕ ਅਧਿਆਇ ਲਈ ਇੱਕ ਸੰਕਲਪ ਯੋਜਨਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਕੀਤੇ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗੀ.

ਕਿਤਾਬ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀ ਗਈ ਭਾਸ਼ਾ ਸਰਲ ਅਤੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ, ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਚਾਰ ਇਕਾਈਆਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਸੰਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਮਝ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਕਿਤਾਬ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਨਵੀਂ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇੱਕ ਨਰਮ ਚੁਣੌਤੀ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿੱਚ 'ਪਾਰਦਰਸ਼ੀ', 'ਅਪਾਰਦਰਸ਼ੀ' ਅਤੇ 'ਪਾਰਦਰਸ਼ੀ' ਵਰਗੇ ਸ਼ਬਦ ਪੇਸ਼ ਕਰਕੇ. ਇਸ ਨੂੰ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਅਤੇ ਵਰਣਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸਮਝਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਸਲ ਸੰਸਾਰ ਦੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਹਰੇਕ ਅਧਿਆਇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਅੰਦਰੂਨੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਿਚਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਨੂੰ ਟਰੈਕ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਸਿੱਖਣ-ਸਿਖਾਉਣ ਦੀਆਂ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ. ਇਨ੍ਹਾਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਿਚਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਘਰ ਤੋਂ ਸਕੂਲ ਤੱਕ ਇੱਕ ਸਕੈਚ ਖਿੱਚਣਾ, ਇੱਕ ਰੰਗੋਲੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕੁਦਰਤ ਤੋਂ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ,

© NCERT not to be republished

ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰੇ, ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਣਾ, ਕੁਝ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਲੇਬਲ ਕਰਨਾ, ਪੌਦਿਆਂ ਦੇ ਵਾਧੇ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਨ ਲਈ ਸਧਾਰਣ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਨਾ, ਜਾਂ ਪੌਦੇ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਿੱਸਿਆਂ ਦੇ ਕਾਰਜਾਂ ਬਾਰੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ.

'ਆਓ ਅਸੀਂ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬਤ ਕਰੀਏ' ਇੱਕ ਭਾਗ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਧਿਆਇ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਸੰਖੇਪ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਕਿਤਾਬ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਸੁਭਾਅ ਵਿੱਚ ਸੰਕੇਤਕ ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕ ਬੱਚਿਆਂ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦਾ ਦਬਾਅ ਪਾਏ ਬਿਨਾਂ, ਕਿਤਾਬ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਵਾਧੂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸੁਤੰਤਰ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹ ਵੇਖਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨਾਲ ਜੋੜਦੇ ਹਨ। ਰਾਹੀਂ ਸਾਡੀ ਹੈਰਾਨੀਜਨਕ ਦੁਨੀਆ, ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਅਤੇ ਦਿਲਚਸਪ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਤਜ਼ਰਬੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਕਿਤਾਬ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਚਮਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਖੋਲ੍ਹੇਗੀ ਅਤੇ ਇਸ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅੰਤਰ-ਅਨੁਸ਼ਾਸਨੀ ਵਿਸ਼ੇ ਦੀ ਬਿਹਤਰ ਸਿੱਖਣ-ਸਿਖਲਾਈ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਵੇਗੀ।

© NCERT not to be republished

# ਸਾਡਾ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਗੀਤ

*ਜਨ ਗਣ ਮਨ ਅਧਿਨਾਇਕ ਜਯ ਹੇ*
*ਭਾਰਤ ਭਾਗਯ ਵਿਧਾਤਾ।*
*ਪੰਜਾਬ-ਸਿੰਧ-ਗੁਜਰਾਤ-ਮਰਾਠਾ*
*ਦ੍ਰਾਵਿੜ-ਉਤਕਲਾ-ਬੰਗ*
*ਵਿਨਧਯ-ਹਿਮਾਚਲ-ਯਮੁਨਾ-ਗੰਗਾ*
*ਉੱਛਲ ਜਲਧਿ ਤਰੰਗ।*
*ਤਵ ਸ਼ੁਭ ਨਾਮੇ ਜਾਗੇ ਤਵ*
*ਸ਼ੁਭ ਆਸ਼ਿਸ਼ ਮਾਂਗੇ,*
*ਗਾਹੇ ਤਵ ਜਯ ਗਾਥਾ।*
*ਜਨ-ਗਣ-ਮੰਗਲ-ਦਯਾਕ ਜਯ ਹੇ*
*ਭਾਰਤ-ਭਾਗਯ-ਵਿਧਾਤਾ।*
*ਜਯ ਹੇ, ਜਯ ਹੇ, ਜਯ ਹੇ,*
*ਜਹ ਜਹ ਜਹ, ਜਹ ਹੇ!*

ਸਾਡਾ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਗੀਤ, ਜੋ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਰਬਿੰਦਰਨਾਥ ਟੈਗੋਰ ਦੁਆਰਾ ਬੰਗਲਾ ਵਿੱਚ ਰਚਿਆ ਗਿਆ ਸੀ, ਭਾਰਤ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਗੀਤ ਵਜੋਂ ਇਸਦੇ ਹਿੰਦੀ ਸੰਸਕਰਣ ਸੰਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਦੁਆਰਾ ੨੪ ਜਨਵਰੀ ੧੯੫੦ ਨੂੰ ਵਿੱਚ ਅਪਣਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ।

© NCERT not to be republished

# ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਿਲੇਬਸ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਨ ਸਿਖਲਾਈ ਸਮੱਗਰੀ ਕਮੇਟੀ (ਐਨ.ਐਸ.ਟੀ.ਸੀ)

1. ਐਮ.ਸੀ. ਪੰਤ, ਚਾਂਸਲਰਨੈਸ਼ਨਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਆਫ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਲ ਪਲਾਨਿੰਗ ਐਂਡ ਐਡਮਿਨਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ (ਐਨ.ਆਈ.ਈ.ਪੀ.ਏ.)ਚੇਅਰਪਰਸਨ)
2. ਮੰਜੁਲ ਭਾਰਗਵ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰਪ੍ਰਿੰਸਟਨ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ (ਕੋ-ਚੇਅਰਪਰਸਨ)
3. ਸੁਧਾ ਮੂਰਤੀ, ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਲੇਖਕ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਸ਼ਾਸਤਰੀ
4. ਵਿਵੇਕ ਦੇਬਰਾਏ, ਚੇਅਰਪਰਸਨਆਰਥਿਕ ਸਲਾਹਕਾਰ ਪਰਿਸ਼ਦ - ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ (ਈਏਸੀ-ਪੀਐਮ)
5. ਸ਼ੇਖਰ ਮੰਡੇ, ਸਾਬਕਾ DGਸੀ.ਐਸ.ਆਈ.ਆਰ. ਉੱਘੇ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰਸਾਵਿਤਰੀਬਾਈ ਫੂਲੇ ਪੁਣੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਪੁਣੇ
6. ਸੁਜਾਤਾ ਰਾਮਦਰਾਏ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਕੈਨੇਡਾ
7. ਸ਼ੰਕਰ ਮਹਾਦੇਵਨ, ਸੰਗੀਤ ਦੇ ਮਾਹਰਮੁੰਬਈ
8. ਯੂ. ਵਿਮਲ ਕੁਮਾਰ, ਡਾਇਰੈਕਟਰਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪਾਦੁਕੋਣ ਬੈਡਮਿੰਟਨ ਅਕੈਡਮੀ, ਬੰਗਲੌਰ
9. ਮਿਸ਼ੇਲ ਡੈਨੀਨੋ, ਵਿਜ਼ਿਟਿੰਗ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰਆਈ.ਆਈ.ਟੀ.-ਗਾਂਧੀਨਗਰ
10. ਸੁਰੀਨਾ ਰਾਜਨ, ਆਈ.ਏ.ਐਸ (ਸੇਵਾਮੁਕਤ), ਹਰਿਆਣਾ, ਸਾਬਕਾ ਡੀ.ਜੀ,ਐਚ. ਆਈ.ਪੀ.ਏ
11. ਚਾਮੂ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਸ਼ਾਸਤਰੀ, ਚੇਅਰਪਰਸਨਭਾਰਤੀ ਭਾਸ਼ਾ ਕਮੇਟੀ, ਸਿੱਖਿਆ ਮੰਤਰਾਲਾ
12. ਸੰਜੀਵ ਸਨਿਆਲ, ਮੈਂਬਰਆਰਥਿਕ ਸਲਾਹਕਾਰ ਪਰਿਸ਼ਦ-ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ (ਈਏਸੀ-ਪੀਐਮ)
13. ਐਮ.ਡੀ. ਸ੍ਰੀਨਿਵਾਸ, ਚੇਅਰਪਰਸਨਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਪਾਲਿਸੀ ਸਟੱਡੀਜ਼, ਚੇਨਈ
14. ਗਜ਼ਨਾਨ ਲੋਧੇ, ਹੈੱਡ, ਐਨਐਸਟੀਸੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਫਤਰ
15. ਰੌਬਿਨ ਛੇਤਰੀ, ਡਾਇਰੈਕਟਰਐਸ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ., ਸਿੱਕਮ
16. ਪ੍ਰਤਿਊਸ਼ਾ ਕੁਮਾਰ ਮੰਡਲ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰਸਮਾਜਿਕ ਵਿਗਿਆਨ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ
17. ਦਿਨੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਅਤੇ ਹੈੱਡਯੋਜਨਾ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਡਿਵੀਜ਼ਨ, ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ
18. ਕੀਰਤੀ ਕਪੂਰ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ
19. ਰੰਜਨਾ ਅਰੋੜਾ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਅਤੇ ਹੈੱਡਪਾਠਕ੍ਰਮ ਅਧਿਐਨ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿਭਾਗ, ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ (ਮੈਂਬਰ-ਸਕੱਤਰ)

© NCERT not to be republished

ਉਸ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਅਤ ਕਰੋ, ਉਹ ਗਿਆਨ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਫੈਲਾਏਗੀ।

© not to be republished

# ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਵਿਕਾਸ ਟੀਮ

## ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਨ

ਮਹੇਸ਼ ਚੰਦਰ ਪੰਤ,ਪ੍ਰਧਾਨ, ਐਨ.ਐਸ.ਟੀ ਸੀ ਅਤੇ ਕੁਆਡੀਨੇਸ਼ਨ ਸਮਿਤੀ ਸਰਕੂਲਰ ਏਰੀਆ ਗਰੁੱਪ(ਸੀ.ਏ.ਜੀ):ਅੰਰਭਿਕ ਪੜਾਅ.

ਮੰਜੁਲ ਭਾਰਗਵ, ਸਹਿ-ਚੇਅਰਪਰਸਨ, ਐਨ.ਐਸ.ਟੀ.ਸੀ ਅਤੇ ਮੈਂਬਰ , ਕੋਆਰਡੀਨੇਸ਼ਨ ਕਮੇਟੀ, ਸੀ.ਏ.ਜੀ: ਤਿਆਰੀ ਦਾ ਪੜਾਅ

ਸੁਨੀਤੀ ਸਨਵਾਲ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਅਤੇ ਹੈੱਡਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਐਨ.ਸੀ.ਈ ਆਰ.ਟੀ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਅਤੇ ਮੈਂਬਰ-ਕਨਵੀਨਰ, ਤਾਲਮੇਲ ਕਮੇਟੀ, ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਖੇਤਰ ਸਮੂਹ: ਤਿਆਰੀ ਦਾ ਪੜਾਅ

## ਪ੍ਰਧਾਨ, ਉੱਪ ਸਮੂਹ (ਟੀ.ਡਬਲਯੂ.ਏ.ਯੂ)

ਰੌਬਿਨ ਛੇਤਰੀ, ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਐਸ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ., ਸਿੱਕਮ

## ਸਹਿਯੋਗੀ:

ਅਨੀਤਾ ਭਟਨਾਗਰ, ਸਾਬਕਾ ਆਈ.ਏ.ਐਸ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੇ ਲੇਖਕ

ਅਰਚਨਾ ਪਨੀਕਰ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸਿੱਖਿਆ ਕੇਂਦਰ (ਸੀ.ਈ.ਈ.), ਅਹਿਮਦਾਬਾਦ

ਬਿਨੈ ਪਟਨਾਇਕ, ਮੁੱਖ ਸਲਾਹਕਾਰ ਐਨ.ਐਸ.ਟੀ.ਸੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਫਤਰ, ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

ਚੋਂਗ ਸ਼ਿਮਰੇ, ਐਸੋਸੀਏਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

ਦੇਵਰਾਹ ਦੱਤਾ, ਖੋਜ ਅਤੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ੀ ਸਲਾਹਕਾਰਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਆਫ ਰੂਰਲ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ, ਆਨੰਦ

ਧਨਿਆ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ, ਐਸੋਸੀਏਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ.

ਡਿਕਿਲਾ ਲੇਪਚਾ, ਸਹਾਇਕ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰਐਸ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ., ਸਿੱਕਮ

ਗਾਇਤਰੀ ਦਵੇ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ,ਵਾਤਾਵਰਣ ਸਿੱਖਿਆ ਕੇਂਦਰ (ਸੀ.ਈ.ਈ.), ਅਹਿਮਦਾਬਾਦ

ਜੈਸ੍ਰੀ ਰਾਮਦਾਸ, ਸੇਵਾਮੁਕਤ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਸਾਇੰਸ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ, ਐਚਬੀਸੀਐਸਈ ਅਤੇ ਟੀਆਈਐਫਆਰ ਹੈਦਰਾਬਾਦ

ਮਹਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਅਰਜਨ ਚੋਟਾਲੀਆ, ਸਾਬਕਾ ਡੀਨਫੈਕਲਟੀ ਆਫ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਹੈੱਡਪੋਸਟ ਗ੍ਰੈਜੂਏਟ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਸਰਦਾਰ ਪਟੇਲ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਗੁਜਰਾਤ

ਮਾਤ੍ਰਿਕਾ ਸ਼ਰਮਾ, PGT (ਇਤਿਹਾਸ), ਸਰਕਾਰੀ ਸੀਨੀਅਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ, ਡਿਕਲਿੰਗ, ਸਿੱਕਮ

ਪਟੇਲ ਰਾਕੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਚੰਦਰਕਾਂਤ ਮੁੱਖ ਅਧਿਆਪਕਨਵਾਂ ਨਦੀਸਰ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸਕੂਲ, ਪੰਚਮਹਿਲ, ਗੁਜਰਾਤ

ਰਾਮ ਜੈਸੁੰਦਰ, ਹੈੱਡਐਨਐਮਆਰ ਵਿਭਾਗ, ਆਲ ਇੰਡੀਆ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਆਫ ਮੈਡੀਕਲ ਸਾਇੰਸਜ਼ (ਏਮਜ਼), ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

© NCERT not to be republished

ਰੋਮਿਲਾ ਭਟਨਾਗਰ, ਐਸੋਸੀਏਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

ਸੰਦੀਪ ਕੁਮਾਰ, ਸਹਾਇਕ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

ਸ਼ਮੀਨ ਪਡਾਲਕਰ, ਸਹਾਇਕ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਟਾਟਾ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਆਫ ਸੋਸ਼ਲ ਸਾਇੰਸਜ਼, ਮੁੰਬਈ

ਸ਼੍ਰੀਦੇਵੀ ਕੇ.ਵੀ., ਐਸੋਸੀਏਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਰੀਜਨਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਆਫ਼ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ, ਅਜਮੇਰ

ਸਵਾਤੀ ਸ਼ੇਲਾਰ, ਸੀਨੀਅਰ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਸਹਿਯੋਗੀਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਕ੍ਰਿਏਟਿਵ ਲਰਨਿੰਗ, ਆਈ.ਆਈ.ਟੀ ਗਾਂਧੀਨਗਰ

ਤਰੁਣ ਚੌਬੀਸਾ, ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਪੈਡਾਗੋਜੀ ਅਤੇ ਇਨੋਵੇਸ਼ਨਜ਼ (ਸਾਇੰਸ) ਸੀਡ 2 ਪੌਦੇ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ, ਬੈਂਗਲੁਰੂ

ਤੁਲਿਕਾ ਡੇ, ਐਸੋਸੀਏਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰਉੱਤਰ-ਪੂਰਬੀ ਖੇਤਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ, ਸ਼ਿਲਾਂਗ।

ਕਪੂਰ ਵੇਨ, ਨੇਚਰ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਕੰਸਲਟੈਂਟਨੇਚਰ ਕਲਾਸਰੂਮਜ਼, ਬੈਂਗਲੁਰੂ

ਵਿਜੇ ਦੱਤਾ, ਮੁੱਖਮਾਡਰਨ ਸਕੂਲ, ਬਾਰਖੰਬਾ ਰੋਡ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

ਵੀ. ਰਾਮਨਾਥਨ, ਸਹਾਇਕ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰਟਾਟਾ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਆਫ ਸੋਸ਼ਲ ਸਾਇੰਸਜ਼ (ਟੀ.ਆਈ.ਐਸ.ਐਸ), ਮੁੰਬਈ

## ਸਮੀਖਿਆਕਾਰ

ਮੰਜੁਲ ਭਾਰਗਵ, ਸਹਿ-ਪ੍ਰਧਾਨ, ਐਨਐਸਟੀਸੀ ਅਤੇ ਮੈਂਬਰਕੋਆਰਡੀਨੇਸ਼ਨ ਕਮੇਟੀ, ਸੀ.ਏ.ਜੀ: ਤਿਆਰੀ ਦਾ ਪੜਾਅ

ਅਨੁਰਾਗ ਬਿਹਾਰ, ਮੈਂਬਰਨੈਸ਼ਨਲ ਓਵਰਸਾਈਟ ਕਮੇਟੀ (ਐਨ.ਓ.ਸੀ.)

ਰੰਜਨਾ ਅਰੋੜਾ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਅਤੇ ਹੈੱਡਪਾਠਕ੍ਰਮ ਅਧਿਐਨ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿਭਾਗ, ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

ਗਜ਼ਨਾਨ ਲੋਧੇ, ਹੈੱਡ, ਐਨਐਸਟੀਸੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਫਤਰ

## ਮੈਂਬਰ-ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ, ਸਬ-ਗਰੁੱਪ (ਟੀ.ਡਬਲਯੂ.ਏ.ਯੂ)

ਰੋਮਿਲਾ ਭਟਨਾਗਰ, ਐਸੋਸੀਏਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

ਕਵਿਤਾ ਸ਼ਰਮਾ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

ਸਰਲਾ ਵਰਮਾ, ਐਸੋਸੀਏਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ (ਕੋ-ਕੋਰਡੀਨੇਟਰ), ਅਧਿਆਪਕ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

© NCERT not to be republished

# ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ

ਨੈਸ਼ਨਲ ਕੌਂਸਲ ਆਫ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਲ ਰਿਸਰਚ ਐਂਡ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ (ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ.)ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਫਰੇਮਵਰਕ ਨਿਗਰਾਨੀ ਸਮਿਤੀ (ਸੀ.ਏ.ਜੀ) ਦੇ ਦੇ ਮਾਣਯੋਗ ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਅਤੇ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਖੇਤਰ ਸਮੂਹ ਕਲਾ ਦੇ ਚੇਰਅਰਪਰਸਨ ਅਤੇ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਵਿਭਿੰਨ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਅੰਤਿਮ ਰੂਪ ਦੇਣ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿਤਾ ਹੈ।।

ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ ਵਾਰਦਾ ਨਿਕਲਜੇ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ, ਐਲਿਮੈਂਟਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ; ਕੀਰਤੀ ਕਪੂਰ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ, ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਭਾਗ; ਇੰਦਰਾਣੀ ਭਦੂਰੀ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਅਤੇ ਹੈਡ, ਸਿੱਖਿਆ ਸਰਵੇਖਣ ਡਿਵਿਜ਼ਨ, ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ ; ਮੋਨਾ ਯਾਦਵ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ, ਜੇਂਡਰ ਅਧਿਐਨ ਵਿਭਾਗ, ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ ; ਵਿਨੈ ਸਿੰਘ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਅਤੇ ਹੈਡ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਆਵਸ਼ਕਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਗਰੁੱਪਾਂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ ; ਮਿਲੀ ਰਾਇ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਅਤੇ ਹੈਡ, ਜੇਂਡਰ ਅਧਿਐਨ ਵਿਭਾਗ, ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ ; ਅਤੇ ਜੋਤਸਨਾ ਤਿਵਾਰੀ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਅਤੇ ਹੈਡ, ਕਲਾ ਅਤੇ ਸੁੰਦਰਤਾ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਇਸ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਜੈਂਡਰ, ਸਮਾਵੇਸ਼, ਕਲਾ ਸਿੱਖਿਆ ਆਦਿ ਦੇ ਸੰਕ੍ਰਾਮਕ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ।

ਗਜਾਨਨ ਲੋਂਧੇ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਧੰਨਵਾਦ, ਹੈੱਡ ਅਤੇ ਬਿਨਯ ਪਟਨਾਇਕ, ਮੁੱਖ ਸਲਾਹਕਾਰ ਐਨਐਸਟੀਸੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਆਫਿਸ, ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ ਜਿਸ ਨੇ ਇਸ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਅੰਤਿਮ ਰੂਪ ਦੇਣ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕਰਨ ਦੇ ਪਹਿਲੂਆਂ ਲਈ ਤਾਲਮੇਲ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ।

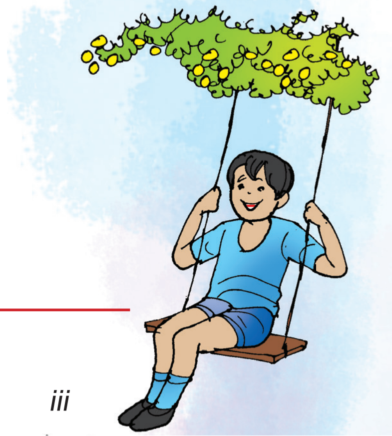
ਸਮੱਗਰੀ ਸੰਪਾਦਨ ਵਿੱਚ ਗਾਰਗੀ ਕਾਲਜ ਦੀ ਅਪਰਨਾ ਜੋਸ਼ੀ ਅਤੇ ਦਿੱਲੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੀ ਐਲਐਸਆਰ ਸਮ੍ਰਿਤੀ ਸ਼ਰਮਾ ਦੇ ਸਮਰਥਨ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸੁਸ਼ਮਿਤਾ ਮਲਿਕ, ਸਾਬਕਾ ਸਲਾਹਕਾਰ, ਐਨ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ. ਅਤੇ ਲੇਖਕ; ਮੰਜੂ ਜੈਨ, ਸਾਬਕਾ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ, ਡੀ., ਸਨਰਟ; ਬਲਜੀਤ ਕੌਰ, ਮੁੱਖ ਅਤੇ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਪੀਈਸੀ ਸਮੁੱਚਾ ਸਿੱਖਿਆ, ਦਿੱਲੀ; ਸੰਗੀਤਾ ਅਰੋੜਾ, ਰਿਟਾਇਰਡ ਅਧਿਆਪਕਕੇਂਦਰੀ ਵਿਦਿਆਲਿਆ ਸ਼ਾਲੀਮਾਰ ਬਾਗ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਅਤੇ ਸੁਪਰਨਾ ਦਿਵਾਕਰ ਨੇ ਵੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦੇ ਸੰਪਾਦਨ ਅਤੇ ਅਨੁਵਾਦ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ। ਅਜ਼ੀਮ ਪ੍ਰੇਮਜੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਬੰਗਲੌਰ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਚੰਦਰ ਰਾਏ, ਤਿਰੰਗ ਲੁਈਕੰਗ ਰੰਗਸਾਨਾਮੀ, ਅਰੁਣ ਨਾਇਕ ਅਤੇ ਰੋਨਿਤਾ ਸ਼ਰਮਾ ਨੂੰ ਵੀ ਕਿਤਾਬ ਵਿੱਚ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਫੁੱਲਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਕਾਦਮਿਕ ਯੋਗਦਾਨ ਲਈ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

© NCERT not to be republished

ਸੰਗੀਤਾ ਮਾਥੁਰ, ਹਰਗੁਨ ਕੌਰ, ਰਿੰਕੀ, ਚੰਚਲ ਦਹੀਆ, ਤਰਨਦੀਪ ਕੌਰ, ਮਮਤਾ ਅਤੇ ਮਨੀਸ਼ ਦੇ ਯਤਨਾਂ ਦੀ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਨੂੰ ਫਾਰਮੈਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤਕਨੀਕੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕੌਂਸਲ ਪਵਨ ਕੁਮਾਰ ਬਰਿਆਰ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਇੰਚਾਰਜ ਡੀਟੀਪੀ ਸੈੱਲ, ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨ ਡਿਵੀਜ਼ਨ, ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ; ਇਲਮਾ ਨਾਸਿਰ, ਸੰਪਾਦਕ (ਠੇਕੇਦਾਰ), ਵਿਪਨ ਕੁਮਾਰ ਸ਼ਰਮਾ, ਵਿਵੇਕ ਰਾਜਪੂਤ ਅਤੇ ਬਿੱਟੂ ਕੁਮਾਰ ਮਹਾਤੋ, DTP ਆਪਰੇਟਰ (ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ), ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨ ਡਿਵੀਜ਼ਨ, ਐਨਸੀਈਆਰਟੀ ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨੂੰ ਅੰਤਿਮ ਰੂਪ ਦੇਣ ਲਈ।

© NCERT
not to be republished



# ਸਮੱਗਰੀ


ਪ੍ਰਸਤਾਵਨਾ iii

ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਬਾਰੇ v

**ਯੂਨਿਟ 1: ਸਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ**

ਅਧਿਆਇ 1: ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਮਿੱਤਰ 3

ਅਧਿਆਇ 2: ਮੇਲੇ ਵਿੱਚ ਚਲੀਏ 19

ਅਧਿਆਇ 3: ਤਿਉਹਾਰ ਮਨਾਉਣਾ 34

**ਯੂਨਿਟ 2: ਸਾਡੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦਾ ਜੀਵਨ**

ਅਧਿਆਇ 4: ਪੌਦਿਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾ 47

ਅਧਿਆਇ 5:ਪੌਦੇ ਅਤੇ ਪਸ਼ੂ-ਪੰਛੀ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ 62

ਅਧਿਆਇ 6: ਸਦਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ 72

**ਯੂਨਿਟ 3: ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਤੋਹਫ਼ੇ**

ਅਧਿਆਇ 7: ਪਾਣੀ- ਇੱਕ ਕੀਮਤੀ ਤੋਹਫ਼ਾ 86

ਅਧਿਆਇ 8: ਭੋਜਨ ਜੋ ਅਸੀਂ ਖਾਂਦੇ ਹਾਂ 100

ਅਧਿਆਇ 9: ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣਾ 109

**ਯੂਨਿਟ 4: ਸਾਡੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ**

ਅਧਿਆਇ 10 ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ 123

ਅਧਿਆਇ 11: ਇਹ ਵਸਤੂਆਂ ਕਿਵੇਂ ਬਣੀਆਂ 135

ਅਧਿਆਇ 12: ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ 149


© NCERT not to be republished

An Initiative of the Ministry of Education

## *If you are stressed, anxious, worried, sad or confused about ....*

**Studies and Exams**

**Personal Relationships**

**Career Concerns**

**Peer Pressure**

## Seek Support of Counsellors

**Call 8448440632**

**National Toll-free Counselling Tele-Helpline**
**8am to 8pm**
**All days of the week**

# MANODARPAN

Psychosocial Support for Mental Health & Well-being of Students during the COVID-19 Outbreak and beyond
(An initiative by Ministry of Education, Government of India, as part of Atma Nirbhar Bharat Abhiyan)

**www.https://manodarpan.education.gov.in**

© NCERT
not to be republished