ആമുഖം

അനുഭവാധിഷ്ഠിതവും അന്വേഷണാത്മകവുമായ പഠന രീതിയിലൂടെ കുട്ടിയുടെ സമഗ്ര വികസനം സാധ്യമാവുകയാണ് പുതിയ പാഠ്യ പദ്ധതി യുടെ ലക്ഷ്യം. നൂതനമായ മനശ്ശാസ്ത്ര ധാരണകളുടെയും ദർശനങ്ങളുടെയും പിൻബലമുള്ളതുമാണ് നിലവിലുള്ള പാഠ്യ പദ്ധതി.

ജനാധിപത്യപരമായ പഠനാന്തരീക്ഷത്തിൽ അറിവിന്റെ നിർമ്മാണത്തിലേർപ്പെടുന്നവനാണ് വിദ്യാർത്ഥി. നിരീക്ഷണത്തിലൂടെയും വായനയിലൂടെയുമുള്ള വിവര ശേഖരണം, ശേഖരിച്ച വിവരങ്ങളുടെ അപ ഗ്രഥനം നിഗമനങ്ങൾ രൂപപ്പെടുത്തൽ - ഇങ്ങനെ പുതിയ കണ്ടെത്തലുകൾ നടത്തുന്നതിനും ഇതിലൂടെ സ്വയം മാറുന്നതിനും കുട്ടിയെ സഹായിക്കുന്ന താണ് ഈ അറിവിന്റെ നിർമ്മാണ പ്രക്രിയ. ഇത് കേവലം ആശയ തലത്തി ലോ, സൈദ്ധാന്തിക തലത്തിലോ മാത്രമുള്ള ഒരു പ്രക്രിയയല്ല. മറിച്ച്, കലാ പരവും സർഗ്ഗാത്മകവും നിർമ്മാണാത്മകവും കായികവുമായ പ്രവർത്തന ങ്ങൾ കൂടി ഉൾചേർന്നതാണ്. പാടുന്ന, അഭിനയിക്കുന്ന, നിർമ്മാണത്തി ലേർപ്പെടുന്ന കുട്ടി സ്വന്തം സർഗ്ഗാത്മതകയുടെ ഉത്തമമായ പ്രകടനമാണ് കാഴ്ച വയ്ക്കുന്നത്. കലാപരവും നിർമ്മാണാത്മകവുമായ ഈ പ്രയത്ന ങ്ങൾ മനുഷ്യന്റെ സാംസ്ക്കരിക വളർച്ചയുടെ ഉത്തമ നിദർശനങ്ങളാണ്. കായികാദ്ധ്വാനത്തിന്റെ മഹത്ത്വം വിദ്യാർത്ഥികളെ ബോധ്യപ്പെടുത്താനും ഇത് സഹായിക്കുന്നു.

കലാകായിക പ്രവൃത്തി പരിചയ വിദ്യാഭ്യാസത്തിന് മുൻ കാലങ്ങളിൽ തന്നെ പാഠ്യ പദ്ധതിയിൽ സ്ഥാനമുണ്ടായിരുന്നെങ്കിലും എല്ലാ വിദ്യാർത്ഥികളുടെയും കഴിവുകൾ കണ്ടെത്തുന്നതിലും ഈ മേഖലകളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട അനുഭവങ്ങൾ നൽകുന്നതിലും നമുക്ക് പരിമിതികളുണ്ടായിരുന്നു ഈ വിഷയങ്ങൾക്ക് എല്ലാ സ്ക്കൂളിലും പ്രത്യേകം അധ്യാപകരോ ഇവയ്ക്ക് അനുഭവങ്ങൾ കൊടുക്കുന്നതിനു പറ്റിയ സൗകര്യങ്ങളോ ഇല്ല. മാത്രമല്ല കലാകായിക പ്രവൃത്തി പരിചയ വിദ്യാഭ്യാസത്തെ പാഠ്യ പദ്ധതിക്കു പുറത്തുള്ള (Extra curricular) പ്രവർത്തനമായി കാണുകയും മറ്റു വിഷയങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെടുത്താതെ പഠിപ്പിക്കുകയും ചെയ്തു വന്നതിനാൽ ഈ മേഖലയിലെ അനുഭവങ്ങളും നേട്ടങ്ങളും പരിമിതപ്പെട്ടു. പുതിയ പാഠ്യപദ്ധതി ഈ പരിമിതികളെ മറി കടക്കാൻ ബോധപൂർവ്വം ശ്രമിക്കുന്നുണ്ട്.

വിവിധ വിഷയ മേഖലകളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട അനുഭവങ്ങളെ പരസ്പരം ഉദ്ഗ്രഥിച്ച് ചാക്രീകമായി (ുെശൃമഹ) അവതരിപ്പിക്കുകയാണ് പുതിയ പാഠ്യപദ്ധതി ചെയ്യുന്നത്. ഒന്ന് രണ്ട് ക്ലാസ്സുകളിൽ ഉദ്ഗ്രഥിത സമീപനമാണല്ലോ നാം സ്വീകരിച്ചിരിക്കുന്നത്. കുട്ടികൾ പരിചിതമായ ആശയമേഖല (ഠവലാല) കളുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി വിവിധ വിഷയങ്ങളുടെ അനുഭവ സാധ്യതകൾ കണ്ടെത്തുകയാണല്ലോ അവിടെ ചെയ്യുന്നത്. ഈ അനുഭവങ്ങളിൽ കലാകായിക പ്രവൃത്തി പരിചയ വിദ്യാഭ്യാസത്തിന്റെ അനുഭവങ്ങളും കൂടി കണ്ണി ചേർക്കാനാണ് അധ്യാപിക ശ്രമിക്കേണ്ടത്. പൊതുവിൽ പ്രൈമറി ഘട്ടത്തിൽ ഇത്തരമൊരു സമീപനമാണ് പാഠ്യപദ്ധതി മുന്നോട്ടു വയ്ക്കുന്നത്. അപ്പർ പ്രൈമറി തലത്തിലാകട്ടെ, കലാകായിക പ്രവൃത്തി പരിചയമേഖലകളെ മറ്റു വിഷയങ്ങളുമായി ഉദ്ഗ്രഥിച്ചു കാണുന്നതോടൊപ്പം ആവശ്യമായ സന്ദർഭങ്ങളിൽ സവിശേഷമായി കണ്ടുകൊണ്ടുള്ള അനുഭവങ്ങൾ നൽകുക എന്ന കാഴ്ചപ്പാടുകൂടി മുന്നോട്ടു വയ്ക്കുന്നു.

പ്രവൃത്തി പരിചയം. കലാവിദ്യാഭ്യാസം, ആരോഗ്യ കായിക വിദ്യാഭ്യാസം എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് പ്രത്യേകം പ്രത്യേകം ഭാഗങ്ങൾ ഈ കൈ പുസ്തകത്തിലുണ്ട്. ഓരോ മേഖലയിലെയും പാഠ്യ പദ്ധതി ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ, അവയ്ക്കുള്ള അനുഭവങ്ങൾ, അനുഭവങ്ങളെ മറ്റു പഠന സന്ദർഭങ്ങളുമായി ബന്ധിപ്പിക്കുന്നതിന്റെ സാധ്യതകൾ, അധ്യാപികമാർക്കുള്ള നിർദ്ദേശങ്ങൾ, മൂല്യനിർണ്ണയം എന്നിങ്ങനെയാണ് ഇതിലെ ഉള്ളടക്കം ക്രമീകരിച്ചിട്ടുള്ളത്. സമാനമായ പാഠ്യപദ്ധതി ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ വിവിധ ക്ലാസുകളിൽ ആവർത്തിച്ചു വരുന്നതിനാൽ അവയ്ക്കുള്ള അനുഭവങ്ങൾ ആവർത്തിച്ചെഴുതിയിട്ടില്ല. എന്നാൽ ഉയർന്ന ക്ലാസ്സുകളിലെ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് സ്വാഭാവികമായ വളർച്ച ഉറപ്പാക്കുന്ന തരത്തിലാവണം അദ്ധ്യാപകന്റെ ആസൂത്രണം.കൈപുസ്തകത്തിലെ അനുഭവ സൂചനകൾ എസ്.ആർ.ജി. യോഗത്തിൽ ചർച്ച ചെയ്യുകയും തുടർന്ന് അധ്യാപിക ദൈനംദിനാസൂത്രണത്തിന്റെ ഭാഗമായി വിശദമായി ആസൂത്രണം ചെയ്യുകയുമാണ് വേണ്ടത്.

പി. അബ്ദുൾ റസാഖ്
പ്രിൻസിപ്പൽ - ഡയറ്റ് മലപ്പുറം

പ്രവർത്തി പരിചയ വിദ്യാഭ്യാസം

പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനകൾ – ഒന്നാംതരം

- ആഹാര നിർമ്മാണത്തിനുപയോഗിക്കുന്ന വിവിധ പദാർത്ഥങ്ങളുടെ (ധാന്യങ്ങൾ, പയറുകൾ) രൂപങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുന്നു.
- പഴങ്ങൾ, പച്ചക്കറികൾ – ഇവയുടെ ചിത്രങ്ങൾ ബിന്ദുക്കൾ യോജിപ്പിച്ചു പൂർത്തിയാക്കുന്നു.
- വിവിധതരം പാർപ്പിടങ്ങളുടെ ചിത്രങ്ങൾ ശേഖരിക്കുന്നു.
- വിവിധ വസ്ത്രധാരണ രീതി പ്രകടമാക്കുന്ന ചിത്രങ്ങൾ ശേഖരിക്കുന്നു.
- മുത്തുകൾ, വിത്തുകൾ, വളപ്പൊട്ടുകൾ, സീക്വൻസുകൾ,. കക്കൾ തുടങ്ങിയവ ഉപയോഗിച്ച് കൗതുക വസ്തുക്കൾ, കൊളാഷ് ചിത്രങ്ങൾ എന്നിവ നിർമ്മിക്കുന്നു.
- സ്റ്റാമ്പ്, ചിത്രങ്ങൾ, നാണയങ്ങൾ എന്നിവയുടെ ശേഖരണം.
- ലളിതമായ ഓറിഗാമി രൂപങ്ങൾ (ബോട്ട്, വിമാനം, മീൻ) നിർമ്മിക്കുന്നു.
- കളിമണ്ണ്, മൈദമാവ്, ഈർക്കിൽ, ചരട് തുടങ്ങിയവ ഉപയോഗിച്ചു മാതൃകകൾ നിർമ്മിക്കുന്നു.
- പ്രിന്റുകൾ, കൊളാഷുകൾ എന്നിവ നിർമ്മിക്കുന്നു.
- കടലാസ് തോരണങ്ങളുണ്ടാക്കി ആഘോഷവേളകളിൽ അലങ്കരിക്കുന്നു.
- ക്ലാസ്സും പരിസരവും ശുചിയാക്കുന്നു.

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

- ആഹാര നിർമ്മാണത്തിനുപയോഗിക്കുന്ന വിവിധ പദാർത്ഥങ്ങളുടെ (ധാന്യങ്ങൾ, പയറുകൾ) രൂപങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുന്നു.

പ്രവർത്തനം :

വിവിധ ഇനം ധാന്യങ്ങളും പയർ വർഗ്ഗങ്ങളും കുട്ടികൾ ശേഖരിക്കട്ടെ. അവയുടെ വ്യത്യാസം, വലിപ്പം, ഉപയോഗം എന്നിവ താരതമ്യം ചെയ്യട്ടെ. ഇവ കുട്ടികൾകൊണ്ടുവരികയും ക്ലാസ്സിൽ പ്രദർശിപ്പിക്കുകയും ആവാം. പ്രദർശിപ്പിക്കുമ്പോൾ, വിവിധ ആകൃതിയിൽ കളം വരച്ച് അതിൽ നിറക്കുന്ന പ്രവർത്തനം സംഘമായി നൽകാം. വ്യത്യസ്ത ആകൃതിയിലുള്ള കുപ്പികൾ, പാത്രങ്ങൾ എന്നിവയിൽ നിറക്കലാവാം.

മറ്റേതെല്ലാം രീതിയിൽ പ്രദർശന വസ്തുക്കളെ ഒരുക്കാൻ കഴിയും

- പ്ലാസ്റ്റിക് കവറുകളിൽ
-
-
-

ഈ പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനയുമായി ബന്ധിപ്പിക്കാവുന്ന മറ്റു വിഷയങ്ങളുടെ പ്രസ്താവനകൾ

- വസ്തുക്കൾ താരതമ്യം ചെയ്ത് വലുത് ചെറുത് തിരിച്ചറിയുന്നു. (ഗണിതം)
- ജീവികളുടെ ചിത്രം വരക്കുന്നതിന്. (പരിസര പഠനം)

പ്രവർത്തനം :

കുട്ടികൾ കടലാസ്സിൽ അവർക്കിഷ്ടപ്പെട്ട രീതിയിൽ ചിത്രങ്ങൾ വരയ്ക്കട്ടെ. വരച്ച ചിത്രങ്ങളിൽ പശ / ഫെവിക്കോൾ ഉപയോഗിച്ച് വരച്ച് മുകളിൽ പൂഴി വിതറിയാൽ എന്തു സംഭവിക്കും. അവർ പരിശോധിച്ചുനോക്കട്ടെ. ഇതേ പ്രവർത്തനം വിവിധ, പൂക്കൾ, പഴങ്ങൾ എന്നിവയുടെ ആകൃതിയിലും ചെയ്യിക്കാൻ കഴിയും. മറ്റെന്തെല്ലാം രീതിയിലാണ് കുട്ടികൾക്ക് ധാന്യങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് രൂപങ്ങൾ നിർമ്മിക്കാൻ ഉപയോഗിക്കാൻ കഴിയുക. പൂഴിപോലെ മറ്റ് ഏതെല്ലാം വസ്തുക്കളാണ് ഇതിനായി ഉപയോഗിക്കാൻ കഴിയുക.

❍ വീടിന്റെ മാതൃക ചിത്രം	❍ ഉമിക്കരി
❍ പൂന്തോട്ടത്തിന്റെ മാതൃക	❍ ഈർച്ചപ്പൊടി
❍ ജീവികളുടെ മാതൃക	❍
❍	❍
❍	❍
❍	❍

ഒന്നാം ക്ലാസ്സിലെ മറ്റേതെല്ലാം പാഠ്യപദ്ധതി
പ്രസ്താവനകളുമായി ഇതിനെ ബന്ധിപ്പിക്കാൻ കഴിയും?

ഈ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ അദ്ധ്യാപികയുടെ സഹായത്തോടെ ഒരു ആൽബം തയ്യാറാക്കുവാൻ കഴിയും. ആൽബം തയ്യാറാക്കി കുട്ടികൾ പരസ്പരാം വിലയിരുത്തി പ്രവർത്തനങ്ങൾ മെച്ചപ്പെടുത്തട്ടെ. അദ്ധ്യാപിക വിലയിരുത്തുമ്പോൾ അനുബന്ധത്തിൽ കൊടുക്കുന്ന മൂല നിർണ്ണയ സൂചിക പ്രയോജനപ്പെടുത്തുമല്ലോ.

- പഴങ്ങൾ പച്ചക്കറികൾ ഇവയുടെ ചിത്രങ്ങൾ ബിന്ദുക്കൾ യോജിപ്പിച്ചു പൂർത്തിയാക്കുന്നു. നിറംകൊടുക്കുന്നു.

വായനാമൂലയിൽ ഒരുക്കിയിട്ടുള്ള ബാലമാസികകളിൽ ബിന്ദുക്കൾ യോജിപ്പിച്ചും ക്രമമായി സംഖ്യകൾ യോജിപ്പിച്ചും ഒളിഞ്ഞിരിക്കുന്ന രൂപങ്ങൾ കുട്ടി കണ്ടെത്തട്ടെ. കണ്ടെത്തുന്ന വസ്തുക്കൾക്ക് ക്രയോൺസ് ഉപയോഗിച്ച് ഇഷ്ടമുള്ള നിറങ്ങൾ നൽകട്ടെ. ആവശ്യമായ കാർഡുകൾ അദ്ധ്യാപിക മുൻകൂട്ടി തയ്യാറാക്കണം.

മാതൃകാചിത്രം കൊടുക്കണം

കുട്ടികൾ സംഘമായും ഒറ്റക്കും ഇത്തരം മാതൃക സ്വയം വികസിപ്പിക്കട്ടെ. ഗ്രൂപ്പുകൾ കൈമാറി അനുയോജ്യമായ നിറം കൊടുക്കട്ടെ. സ്കെച്ച്പെൻ, വാട്ടർ കളർ എന്നിവ ഉപയോഗിച്ചും നിറ കൊടുക്കാൻ അവസരം നൽകണം.

ഗ്രൂപ്പിൽ മികച്ച ചിത്രങ്ങൾ കണ്ടെത്താൻ അവസരം നൽകണം. മാനദണ്ഡങ്ങൾ കുട്ടികളുമായി ചർച്ച ചെയ്യാം.

- അനുയോജ്യമായ നിറങ്ങൾ കൊടുത്തിട്ടുണ്ട്.
- കുത്തുകൾ വൃത്തിയായി യോജിപ്പിച്ച് ഔട്ട് ലൈൻ വരച്ചിട്ടുണ്ട്.
-
-
-

അധ്യാപിക സൂചനകങ്ങൾ നോക്കി വിലയിരുത്തട്ടെ. മാനദണ്ഡങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് ടീച്ചർ മികച്ചവരെ തെരഞ്ഞെടുക്കണം. ക്ലാസ്സിൽ ഇത്തരം ഉൽപന്നങ്ങളുടെ ഒരു ചിത്ര പ്രദർശനം സംഘടിപ്പിക്കാം. ചിത്ര പ്രദർശനം സംഘടിപ്പിക്കുമ്പോൾ ഏതെല്ലാം രീതിയിലായിരിക്കും ഒരുക്കങ്ങൾ നടത്തുക.

- ചിത്രങ്ങൾ ചാർട്ട് പേപ്പറിൽ ഒട്ടിച്ച്
- ആൽബ രൂപത്തിൽ
-
-
-

- വിവിധതരം പാർപ്പിടങ്ങളുടെ ചിത്രങ്ങൾ ശേഖരിക്കുന്നു.

പ്രവർത്തനം :

കൂടുണ്ടാക്കുന്ന ജീവികളെക്കുറിച്ചും കൂടുണ്ടാക്കാത്ത ജീവികളെക്കുറിച്ചും ക്ലാസ്സിൽ ചർച്ച നടത്തുന്നു.

കൂടുണ്ടാക്കുന്ന ജീവികൾ	കൂടുണ്ടാക്കാത്ത ജീവികൾ
❍ കാക്ക	❍ പൂച്ച
❍ അണ്ണാൻ	❍ കോഴി
❍	❍
❍	❍
❍	❍

പ്രവർത്തനം :

കുട്ടികൾ വിവിധതരം കൂടുകൾ ആനുകാലികങ്ങൾ പത്രങ്ങൾ എന്നിവയിൽ നിന്നും ശേഖരിക്കട്ടെ. ശേഖരിച്ചവ ക്ലാസ്സിൽ വെച്ച് സംഘമായി ചാർട്ട് പേപ്പറിൽ ഒട്ടിച്ച് പ്രദർശിപ്പിക്കട്ടെ.

പ്രവർത്തനം :

കുട്ടികൾ വിവിധതരം വീടുകളുടെ ചിത്രങ്ങൾ ശേഖരിക്കുന്നു. അവ ഉപയോഗിച്ച് ആൽബം നിർമ്മിക്കുന്നു.

പ്രവർത്തനം :

വീടുമായി ബന്ധപ്പെട്ട എന്തെല്ലാം കാര്യങ്ങൾ ആൽബം വെച്ചുകൊണ്ട് ചർച്ച ചെയ്യാം.

- വൈവിധ്യം
- സൗകര്യങ്ങൾ
-
-
-

പ്രവർത്തനം :

നിലത്ത് കൂടുണ്ടാക്കുന്ന ജീവികളെക്കുറിച്ച് ചർച്ച ചെയ്യുന്നു. മണ്ണിൽ ഉണ്ടാക്കിയ കൂടുകൾ നിരീക്ഷിക്കൽ.

ഏതെല്ലാം ജീവികൾ	കൂടിന്റെ പ്രത്യേകത
❍ ചിതൽ	❍ ചുറ്റായി പുറത്തേക്ക് തള്ളിവരുന്ന മൺകൂന
❍ കുഴിയാന	❍ പൊടിമണ്ണ് താഴേക്ക് കുഴിയാവുന്നു.
❍	❍
❍	❍
❍	❍

പ്രവർത്തി പരിചയത്തിന്റെ പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനകൾക്ക് ഒറ്റപ്പെട്ട പ്രവർത്തനങ്ങൾ നൽകുകയല്ല വേണ്ടത്. ഇവിടെ പാർപ്പിടങ്ങളുടെ ചിത്രം ശേഖരിക്കുക എന്ന പ്രവർത്തനത്തിനു മുമ്പും പിമ്പും മറ്റു ചില പ്രവർത്തനങ്ങൾ ചേർത്തിട്ടുണ്ട്. ഇത് പ്രവർത്തനത്തിന്റെ സ്വാഭാവികത ഉറപ്പാക്കുന്നതിനും മറ്റു വിഷയങ്ങളുടെ പഠനവുമായി ഉദ്ഗ്രഥിക്കുന്നതിനും വേണ്ടിയാണ്. അദ്ധ്യാപിക ഈ സാധ്യത പരമാവധി പ്രയോജനപ്പെടുത്തുമല്ലോ.

പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഓരോ ഘട്ടത്തിലും മാനദണ്ഡങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് വിലയിരുത്തണം. ഉൽപ്പന്നങ്ങളുടെ പ്രദർശനം സംഘടിപ്പിക്കുകയുമാവാം. മറ്റെന്തൊക്കെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ചെയ്യിക്കാൻ കഴിയും.

- വിവിധ വസ്ത്രധാരണ രീതി പ്രകടമാകുന്ന ചിത്രങ്ങൾ ശേഖരിക്കുന്നു.

ആനുകാലികങ്ങളിൽ വരുന്ന വിവിധ വസ്ത്രധാരണ രീതികളുടെ ചിത്രങ്ങൾ കുട്ടികൾ ശേഖരിക്കട്ടെ. ഈ ചിത്രങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് ക്ലാസ്സിൽ സംഘമായി വസ്ത്രങ്ങളുടെ കൊളാഷ് നിർമ്മിക്കുന്നു. ഏതെല്ലാം രീതിയിലുള്ള വസ്ത്രധാരണ രീതികളുടെ ചിത്രങ്ങളായിരിക്കും ശേഖരിക്കാൻ കഴിയുക.

- പരസ്യങ്ങൾ
- ആഘോഷവേളകളിലെ
- തൊഴിൽ ഇടങ്ങളിലെ
-
-

കുട്ടികളുടെ വീടുകളിൽ നടന്ന വിവാഹ ആൽബങ്ങൾകൂടി കൊണ്ടുവരട്ടെ. ആർഭാടങ്ങളിലെ വസ്ത്രധാരണരീതി എങ്ങിനെയുള്ളതാണ്. മനുഷ്യൻ വസ്ത്രങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതെന്തിനാണ് – ക്ലാസ്സിൽ പൊതു ചർച്ച നടക്കട്ടെ.

- നഗ്നത മറക്കാൻ
- ശരീരത്തെ സംരക്ഷിക്കാൻ
-
-

പഴയ വസ്ത്ര രീതി	പുതിയ വസ്ത്ര രീതി
❍ മുണ്ട്	❍ പാന്റ്
❍ തോർത്ത്	❍ ഷർട്ട്
❍	❍
❍	❍

പഴമക്കാരുമായി വിവരങ്ങൾ ചോദിച്ചറിയൽ. ഉത്സവ ആഘോഷവേഷങ്ങളുടെ ചിത്രങ്ങൾ. ശേഖരിച്ചുകൊണ്ട്. അതിന്റെ പ്രത്യേകതകൾ മനസ്സിലാക്കൽ. കുട്ടികൾ സ്വന്തമായ ആൽബം തയ്യാറാക്കൽ.

- മുത്തുകൾ, വളപ്പൊട്ടുകൾ, വിത്തുകൾ, സ്വീകൻസുകൾ, കക്കകൾ തുടങ്ങിയവ ഉപയോഗിച്ച് കൗതുകവസ്തുക്കൾ കൊളാഷ് ചിത്രങ്ങൾ എന്നിവ നിർമ്മിക്കുന്നു.

പ്രവർത്തനം :

കാർബോഡിൽ ഉണ്ടാക്കിയ വിവിധ രൂപങ്ങളുടെ സ്റ്റെൽസിൽ ഈ പ്രവർത്തനത്തിനായി ഉപയോഗിക്കാം. കുട്ടികളും അധ്യാപികയും ചേർന്ന് സ്റ്റെൻസിൽ നിർമ്മിക്കട്ടെ. എന്തെല്ലാം മാതൃകയിലുള്ള സ്റ്റെൻസിലുകളായിരിക്കും നിങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുക.

- പൂക്കൾ
- മൃഗങ്ങൾ
-
-

സ്റ്റെൻസിലിന്റെ ഔട്ട് ലൈനിൽ പശ / ഫെവിക്കോൾ പുരട്ടി അതിൽ വളപ്പൊട്ട്, കക്കകൾ തുടങ്ങിയ ഇഷ്ടമുള്ള വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിച്ച് രൂപങ്ങൾ നിർമ്മിക്കാം.

മറ്റെന്തെല്ലാം രീതിയിൽ ഔട്ട്ലൈൻ ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിയും.

- കാർബൺ പേപ്പർ ഉപയോഗിച്ച്
- ഔട്ട് ലൈൻ സ്കെച്ച് ചെയ്ത്
-
-

സ്വതന്ത്രമായ ചിത്രങ്ങൾ വരച്ചും ഇത്തരം പ്രവർത്തനങ്ങൾ ചെയ്യാമല്ലോ. സ്റ്റെൻസിൽ കുട്ടികളെ ഉപയോഗിച്ചുകൊണ്ട് കുട്ടികളെയും എസ്.എസ്.ജി. അംഗങ്ങളെയും ഉപയോഗിച്ചുകൊണ്ട് അദ്ധ്യാപിക മുൻകൂട്ടി തയ്യാറാക്കുമല്ലോ.

- സ്റ്റാമ്പ്, ചിത്രം, നാണയം എന്നിവയുടെ ശേഖരണം.

പ്രവർത്തനം :

ദിനാഘോഷങ്ങളുടെ ഭാഗമായും പ്രഗത്ഭ വ്യക്തികളുടെ ചിത്രങ്ങൾ ശേഖരിച്ച് ആൽബം നിർമ്മിക്കാം. ഇത്തരത്തിൽ ഉണ്ടാക്കുന്ന ആൽബം ശേഖരിച്ച നാണയങ്ങൾ, സ്റ്റാമ്പ് എന്നിവയുടെ പ്രദർശനം ക്ലാസ് മുറിയിൽ നടത്തുമല്ലോ.

ഏതെല്ലാം രീതിയിൽ ചിത്രങ്ങൾ, നാണയങ്ങൾ, സ്റ്റാമ്പുകൾ മുതലായവകൊണ്ടുള്ള ശേഖരണകിറ്റ് സൂക്ഷിക്കാൻ കഴിയും.

- ആൽബമായി
- പോളിത്തീൻ കവറിൽ
-
-

നാണയങ്ങളുടെ പ്രിന്റുകൾ എടുത്ത് സൂക്ഷിക്കാനും കുട്ടിയ്ക്ക് പരിശീലനം നൽകാൻ കഴിയും. പ്രിന്റുകൾ എന്തൊക്കെ വസ്തുക്കളിൽ ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കാൻ കഴിയും.

- മെഴുക്
- പ്ലാസ്റ്റർ ഓഫ് പാരീസ്
-
-

- ലളിതമായ ഓറിഗാമി രൂപങ്ങൾ (ബോട്ട്, വിമാനം, മീൻ.....) നിർമ്മിക്കുന്നു.

പേപ്പറുകൾകൊണ്ട് വിവിധ തരത്തിലുള്ള ഒറിഗാമി രൂപങ്ങൾ നിർമ്മിക്കാം.

(ചിത്രം കൊടുക്കുക)

- കളിമണ്ണ്, മൈദമാവ്, ഈർക്കിൽ ചരട് തുടങ്ങിയവ ഉപയോഗിച്ച് മാതൃകകൾ നിർമ്മിക്കുന്നു.

ഭാഷ, ഗണിതം, ശാസ്ത്രം എന്നീ വിഷയങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പാഠഭാഗങ്ങളിലെ സന്ദർഭങ്ങൾക്കനുസരിച്ച് വിവിധ രൂപങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുന്നു.

എന്തെല്ലാം വസ്തുക്കളാണ് ഉപയോഗിക്കാൻ കഴിയുക.	എന്തെല്ലാം രൂപങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിയും
❍ കളിമണ്ണ് ❍ മൈദ ❍ ❍	❍ പച്ചക്കറികൾ ❍ മൃഗങ്ങൾ ❍ മുഖംമൂടി ❍ ജാമിതീയ രൂപങ്ങൾ

ഉണ്ടാക്കി ഉണക്കിയെടുക്കുന്ന രൂപങ്ങൾക്ക് അനുയോജ്യമായ നിറം കൊടുക്കാനും അവസരം നൽകുമല്ലോ.

- പ്രിന്റുകൾ കൊളാഷുകൾ എന്നിവ നിർമ്മിക്കുന്നു.

പ്രവർത്തനം

മൃഗങ്ങളുടെയോ പക്ഷികളുടെയോ ചിത്രത്തിന്റെ Out line സ്കെച്ച് ചെയ്ത് അതിനുള്ളിൽ അനുയോജ്യമായവർണ്ണ കടലാസുകൾ ഒട്ടിക്കട്ടെ. ഉത്സവം തുടങ്ങിയ ആശയവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട കൊളാഷുകളും നിർമ്മിക്കാൻ കഴിയും. കൊളാഷ് ചിത്രങ്ങൾ വരയ്ക്കുന്ന രീതിയും ഇവിടെ പരിചയപ്പെടുത്താം.

കൊളാഷ് ചിത്രങ്ങൾ വരയ്ക്കൽ.

പ്രവർത്തനം :

മയിലിന്റെ വാൽ, തത്തയുടെ ചുണ്ട്, താറാവിന്റെ കാൽ, കോഴിയുടെ ഉടൽ. ഇവ ചേർത്ത് ഒരു വിചിത്ര മൃഗത്തെ ഉണ്ടാക്കൽ. വിവിധ രീതിയിലുള്ള കൊളാഷ് ചിത്രം കുട്ടികൾ ഒട്ടിച്ചുണ്ടാക്കട്ടെ. ഇവയുടെ പ്രദർശനം ക്ലാസ്സിൽ നടത്തുകയുമാവാം.

(മാതൃകാ ചിത്രം കൊടുക്കുക.)

പ്രവർത്തനം :

ഇലകളുപയോഗിച്ച് വിവിധ മൃഗങ്ങളുടെ രൂപങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിയും. മൃഗങ്ങളുടെ രൂപം കടലാസിൽ വെട്ടിയുണ്ടാക്കി അതിൽ ഇലകൾ ഒട്ടിച്ച് ഇലമൃഗശാല ഉണ്ടാക്കാം.

പ്രവർത്തനം :

മഴ പെയ്തു നനഞ്ഞ മണ്ണിൽ കുട്ടികൾ കൈപ്പത്തിയും പാദമുദ്രകളും പതിപ്പിക്കുന്നതുപോലെ മഷിയിൽ മുക്കി വിവിധ പ്രിന്റുകൾ എടുക്കാൻ കഴിയും.

ഏതെല്ലാം വസ്തുക്കൾ പ്രിന്റുകളെടുക്കാൻ ഉപയോഗിക്കാം.		ഏതെല്ലാം വസ്തുക്കളുടെ പ്രിന്റുകൾ ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിയും.
❍ ചായങ്ങൾ	❍ ബ്രഷ്	❍ ഇലകൾ
❍ സ്പോഞ്ച്	❍ തരിപ്പ	❍ പച്ചക്കറികൾ
❍	❍	❍

- കടലാസ് തോരണങ്ങളുണ്ടാക്കി ആഘോഷവേളകളിൽ അലങ്കരിക്കുന്നു.

പൂരപ്പറമ്പുകൾ, കച്ചവടസ്ഥാപനങ്ങൾ, വീടുകൾ വിദ്യാലയങ്ങൾ എന്നിവ വിശേഷ ദിവസങ്ങളിൽ കെട്ടിയലങ്കരിക്കുന്നത് കുട്ടികൾക്ക് പരിചിതമായിരിക്കും. കളിക്കുന്ന സ്ഥലങ്ങളിൽ ഇലകൾ, പൂക്കൾ, കുരുത്തോല എന്നിവകൊണ്ട് അലങ്കരിക്കുന്നതും സാധാരണ കാണാവുന്ന കാഴ്ചയാണല്ലോ.

പ്രവർത്തനം :

സ്വന്തം വീട്ടിലും വിദ്യാലയത്തിലും ഏതെങ്കിലും ആഘോഷ വേളകളിൽ അധികം പണച്ചെലവില്ലാതെ കടലാസ്സ്, ഇലകൾ എന്നിവകൊണ്ട് തോരണങ്ങളുണ്ടാക്കി മനോഹരമായി അലങ്കരിക്കാൻ കുട്ടികൾക്ക് അവസരം നൽകാൻ കഴിയും. തോരണങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാൻ സാധാരണ ഉപയോഗിക്കുന്ന വസ്തുക്കൾ പട്ടികപ്പെടുത്തി നോക്കൂ.

- കുരുത്തോല
- ഇലകൾ
- പൂക്കൾ
- വാഴപ്പോള
- ഉണ്ണിപ്പിണ്ടി
- കടലാസ്
- പ്ലാസ്റ്റിക്
-
-

പഴയ വർത്തമാന പത്രങ്ങൾകൊണ്ട് പലതരത്തിലുള്ള തോരണങ്ങളും പൂക്കളും വെട്ടിയുണ്ടാക്കാൻ കുട്ടിയെ പരിശീലിപ്പിക്കാൻ കഴിയും.

- ക്ലാസ്സും പരിസരവും ശുചിയാക്കുന്നതിന്

പ്രവർത്തനം :

ശുചിയാക്കുന്നതിന് ഏതെല്ലാം ഉപകരണങ്ങൾ കുട്ടിയ്ക്ക് ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിയും.	ഇതിനായി എന്തൊക്കെ വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിക്കും.
ചൂല്	ഈർക്കിൽ
പൊടിതട്ടി	കവുങ്ങിൻ പട്ട

ഇവ ഉണ്ടാക്കാൻ പരിശീലനം കൊടുക്കുമല്ലോ.

"പ്രവൃത്തി പരിചയമെന്നത് അർത്ഥവത്തായ കായിക പ്രവർത്തനമാണ്. ഇത് പഠന പ്രക്രിയയുടെ അവശ്യഭാഗവും സമൂഹത്തിന് പ്രയോജനകരമായ ഉൽപ്പന്നത്തിലേക്കോ സേവനത്തിലേക്കോ നയിക്കുന്നതുമായിരിക്കണം. സുസംഘടിതവും ശ്രേണീകൃതവുമായ പ്രവർത്തനങ്ങളിലൂടെ വിദ്യാഭ്യാസ കാലത്തിലുടനീളം ഈ പരിശീലനം കുട്ടിക്ക് ലഭ്യമാക്കേണ്ടതുമാണ്."

എൻ.പി.ഇ.

പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനകൾ – രണ്ടാം തരം

- ആഹാരനിർമ്മാണത്തിനുപയോഗിക്കുന്ന വിവിധ പദാർത്ഥങ്ങൾ ശേഖരിക്കുന്നു, വർഗീകരിച്ച് ചെറുകവറുകളിലാക്കി പേരെഴുതി സൂക്ഷിക്കുന്നു, പ്രദർശിപ്പിക്കുന്നു.
- ബിന്ദുക്കൾ യോജിപ്പിച്ച് പഴങ്ങൾ, പച്ചക്കറികൾ എന്നിവയുടെ ചിത്രങ്ങൾ പൂർത്തിയാക്കി സ്വാഭാവിക നിറം നൽകുന്നു.
- വിവിധയിനം വീടുകളുടെ ചിത്രങ്ങൾ ശേഖരിച്ച് ആൽബം ഉണ്ടാക്കുന്നു. ക്രയോൺ ഉപയോഗിച്ച് വീടിന്റെ ചിത്രം വരയ്ക്കുന്നു.
- തൂവാല, ഷാൾ, മേശവിരി, കർട്ടൻ തുടങ്ങിയവയിൽ പ്രകൃതിദത്തമായ വസ്തുക്കളുടെ സഹായത്തോടെ ചിത്രപ്പണികൾ ചെയ്യുന്നു.
- ചുറ്റുപാടുമുള്ള വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിച്ച് വിവിധ കൗതുകവസ്തുക്കൾ നിർമ്മിക്കുന്നു. കടലാസ് മടക്കി ഒറിഗാമി ചെയ്യുന്നു.

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

- ആഹാരനിർമ്മാണത്തിനുപയോഗിക്കുന്ന വിവിധ പദാർത്ഥങ്ങൾ ശേഖരിക്കുന്നു, വർഗീകരിച്ച് ചെറുകവറുകളിലാക്കി പേരെഴുതി സൂക്ഷിക്കുന്നു, പ്രദർശിപ്പിക്കുന്നു.

പ്രവർത്തനം :

ക്ലാസ്സിൽ നടക്കുന്ന ചർച്ചയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ ആഹാരത്തിനായി ഉപയോഗിക്കുന്ന വസ്തുക്കൾ പട്ടികപ്പെടുത്തുന്നു.

- ധാന്യങ്ങൾ
- പയറുകൾ
- കിഴങ്ങുകൾ
- പച്ചക്കറികൾ
- ഇലകൾ
-

ഇവയുടെ പരമാവധി എണ്ണം ശേഖരിച്ച് ക്ലാസ്സിൽ ഒരു പ്രദർശനമായാലോ. ഇതിനായി വിത്തുകളെ എങ്ങനെയൊക്കെ ക്രമീകരിക്കാം. വിത്തുകൾ ചിത്രരൂപത്തിൽ ഒട്ടിക്കൽ. നിശ്ചിത വലിപ്പത്തിലുള്ള ചാർട്ട് പേപ്പറിൽ പൂവിന്റെയോ പക്ഷികളുടേയോ, മൃഗങ്ങളുടേയോ ചിത്രം വരച്ച് അതിന്റെ ഓരോ ഭാഗത്തും വിവിധ തരത്തിലുള്ള വിത്തുകൾ ഒട്ടിക്കാം. നിറം, ആകൃതി, വലിപ്പം എന്നിവയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ കുട്ടികൾ വിത്തുകൾ തെരഞ്ഞെടുത്ത് ഫെവിക്കോൾ ഉപയോഗിച്ച് ഒട്ടിക്കട്ടെ.

വേറെ എങ്ങനെയൊക്കെ പ്രദർശനത്തിന് തെയ്യാറെടുക്കാം.

- ചെറിയ പോളിത്തീൻ കവറിലാക്കി കാർഡ് ബോർഡിൽ ഒട്ടിക്കൽ/തുന്നിച്ചേർക്കൽ.
-
-

വിത്തുകൾ കേടു വരാതിരിക്കാൻ തുരിശ്ശു ലായനിയിൽ മുക്കി ഉണക്കിയെടുക്കുന്ന രീതി പരിചയപ്പെടുത്തുമല്ലോ.

കിഴങ്ങുകൾ പല ആകൃതിയിൽ മുറിച്ച് ഉപ്പുവെള്ളം മുക്കി ഉണക്കിയെടുക്കുന്നു. ചിത്ര രൂപ ത്തിൽ ഒട്ടിക്കൽ കവറുകളിലാക്കൽ

- ഇലകൾ, പൂക്കൾ ഉണക്കിയെടുക്കൽ – വർഗ്ഗീകരിച്ച് ഒട്ടിക്കൽ
- നെല്ലിക്ക, മാങ്ങ എന്നിവ ഉപ്പുവെള്ളത്തിൽ സൂക്ഷിക്കൽ
-
-

> ആദ്യമേഖലയിലുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ മാതൃകയാണ് കൊടുത്തിരിക്കുന്നത്. ടേമിന്റെ അവ സാനം മാത്രമാണ് പ്രദർശനം സംഘടിപ്പിക്കുന്നത്. ഓരോ പ്രവർത്തനത്തിലൂടെയും ഉണ്ടാ ക്കുന്ന ഉൽപന്നങ്ങൾ സൂക്ഷിച്ച് വെയ്ക്കുകയും ടീച്ചറുടെയും രക്ഷിതാക്കളുടെയും സഹാ യത്തോടെയാണ് പ്രദർശനം സംഘടിപ്പിക്കേണ്ടത്. ഓരോ പ്രവർത്തനം നടത്തുമ്പോഴും സൂച കങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച്. മൂല്യ നിർണ്ണയം നടത്തുമല്ലോ.

- ബിന്ദുക്കൾ ഉപയോഗിച്ച് പഴങ്ങൾ, പച്ചക്കറികൾ എന്നിവയുടെ ചിത്രങ്ങൾ പൂർത്തിയാക്കി സ്വാഭാവിക നിറം നൽകുക.
- വിവിധ ഇനം വീടുകളുടെ ചിത്രങ്ങൾ ശേഖരിച്ച് ആൽബം ഉണ്ടാക്കുന്നു. ക്രയോൺ ഉപയോഗിച്ച് വീടിന്റെ ചിത്രം വരയ്ക്കുന്നു.

പ്രവർത്തനം :

- പ്രത്യേക ആകൃതിയുള്ള ഇല നൽകി ഔട്ട് ലൈൻ വരപ്പിക്കുക. ഇതിന്റെ ഉൾഭാഗത്ത് മാത്രം നിറം കൊടുക്കുക.

നിറം കൊടുക്കൽ പ്രകൃതിയിൽ നിന്ന് ലഭിക്കുന്ന എന്തെല്ലാം ഉപയോഗിക്കാം	
മഞ്ഞൾപ്പൊടി / ബീറ്റ്റൂട്ട്	ചെങ്കൽപ്പൊടി
ഉമിക്കരി	അട്ടക്കരി
പൂക്കളുടെ നീര്	തുരിശ്ശ്
ഇലയുടെ നീര്	(ചുണ്ണാമ്പും + മഞ്ഞൾ)

- ചായകൂട്ട് ഉണ്ടാക്കൽ പരിചയപ്പെടട്ടെ. വ്യത്യസ്ഥ ഇനങ്ങൾ കൂട്ടി കലർത്തി വിവിധ നിറങ്ങൾ കുട്ടികൾ കണ്ടെത്തട്ടെ. ഇവ ഉപയോഗിച്ച് കളർ പട്ടിക തയ്യാറാക്കട്ടെ.

ചായ കൂട്ടുകൾ ഉണ്ടാക്കാൻ മറ്റെന്തൊക്കെ വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിക്കാം.	
ഫുഡ് കളർ	കൃത്രിമ ചായങ്ങൾ
ക്രയോൺ	വിവിധ നിറത്തിലുള്ള മഷികൾ

പ്രവർത്തനം :

ചിത്രം വരയ്ക്കാൻ ആത്മ വിശ്വാസമില്ലാത്ത കുട്ടികൾക്കും ചിത്രമുണ്ടാക്കിയെടുക്കാൻ മറ്റെന്തൊക്കെ രീതികൾ ഉപയോഗിക്കാം.

- കുത്തുകൾ യോജിപ്പിച്ചുകൊണ്ട്
- ചിത്രത്തിന് താഴെ കാർബൺ പേപ്പർകൊണ്ട് മുകളിലൂടെ വരച്ചുകൊണ്ട്
- പേപ്പറിൽ എണ്ണ പുരട്ടി ട്രൈസ് എടുത്തുകൊണ്ട്
-
-

പ്രവർത്തനം :

തീപ്പെട്ടികമ്പ്, ഈർക്കിൾ, വൈക്കോൽ, പുല്ല്, ഓല, പനയോല, വാഴപ്പോള, തുടങ്ങിയവ ഉപോഗിച്ച് ചാർട്ട് പേപ്പറിൽ വീട് നിർമ്മിക്കുന്നു. ഓരോ ഭാഗത്തും അനുയോജ്യമായ നിറങ്ങൾ കൊടുക്കുന്നു. നമ്മുടെ ചുറ്റും ഏതെല്ലാം ഇനത്തിലുള്ള വീടുകൾ കാണുന്നുണ്ട്. ഇവയുടെ ചിത്രങ്ങൾ മാസികകളിൽ നിന്നും മറ്റും ശേഖരിച്ച് ആൽബം തയ്യാറാക്കുന്നു.

ഒരാൽബം തയ്യാറാക്കുമ്പോൾ എന്തൊക്കെ ശ്രദ്ധിക്കണം.

- നിശ്ചിത വലിപ്പത്തിലുള്ള ചാർട്ടു പേപ്പറുകൾ മുറിച്ചെടുക്കുക.
- നിശ്ചിത അകലത്തിൽ മാർജ്ജിൻ വരയ്ക്കുക
- ഓരോ ഷീറ്റിലും ആകർഷകമായി ചിത്രം ക്രമീകരിച്ച് ഒട്ടിക്കൽ.
- ചിത്രത്തിന്റെ ചുറ്റുഭാഗവും ഡിസൈൻ നൽകുക
- ചിത്രമില്ലാത്ത മറ്റു ഭാഗത്ത് ക്രയോൺകൊണ്ട് ലളിതമായി നിറം പൂശുക.
- ഷീറ്റുകൾ ചേർത്ത് തുന്നിക്കെട്ടുക.

രണ്ടാം ടേം കഴിയുമ്പോഴേക്കും ഓരോ കുട്ടിക്കും സ്വന്തമായി ഓരോ ആൽബം ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കാനാകില്ലേ. ഇതിന്റെ നിർമ്മാണത്തിലേക്കുള്ള ഘട്ടം ഘട്ടമായ പ്രവർത്തനങ്ങളായിരിക്കണം ഈ ടേമിൽ നടക്കുന്നത്. ഇതിന്റെ ഓരോ നിർമ്മാണ ഘട്ടങ്ങളിലും ഉൽപ്പന്നം പൂർത്തിയായ ശേഷവും മൂല്യ നിർണ്ണയം നടത്തണം.

- തൂവാല, ഷാൾ, മേശവിരി, കർട്ടൻ തുടങ്ങിയവയിൽ പ്രകൃതി ദത്തമായ വസ്തുക്കളുടെ സഹായത്തോടെ ചിത്രപണികൾ ചെയ്യുന്നു.
- ചുറ്റുപാടുമുള്ള വസ്തുക്കളുപയോഗിച്ച് വിവിധ കൗതുക വസ്തുക്കൾ നിർമ്മിക്കുന്നു. കടലാസ് മടക്കി ഒറിഗാമി നിർമ്മിക്കുന്നു.

രണ്ടാം ടേമിൽ നിർമ്മിച്ചവയും ഈ ടേമിൽ ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കുന്നവയും ഉപയോഗിച്ചുള്ള വാർഷിക പ്രദർശനത്തിനാണ് ഇനി നാം തയ്യാറാകുന്നത്. ഇതിലേക്ക് അലങ്കാര വസ്തുക്കളുടെ നിർമ്മാണത്തിനാണിവിടെ മുന്തിയ പരിഗണന കൊടുക്കുന്നത്.

പ്രവർത്തനം :

- തുണിയിൽ ചിത്രപണികൾ - വെളുത്ത തുണിയിൽ വിവിധ പച്ചക്കറികൾ, ഇലത്തണ്ടുകൾ തുടങ്ങിയവ മുറിച്ച് ഫേബ്രിക് കളറിൽ മുക്കി ഡിസൈൻ ചെയ്യുക, ചിത്രം വരയ്ക്കുക, സ്പോഞ്ചിൽ ഫേബ്രിക് പെയിന്റ് ഒഴിച്ച് അതിൽ മുറിച്ച ഭാഗത്ത് നിറം പുരട്ടിയെടുക്കുകയാണ് വേണ്ടത്. നല്ലവണ്ണം ഉണങ്ങിയെന്ന് ഉറപ്പു വന്നാൽ തുണി മറിച്ചിട്ട് ഇസ്തിരി ഇടുക. പിന്നെ പ്രിന്റ് ഇളറ്റിപോകില്ല. തുണി കഴുകുകയുമാകാം.

ഫേബ്രിക് പ്രിന്റിംഗ്

എവിടെയൊക്കെ ഉപയോഗിക്കാം.

- ഗ്രീറ്റിംഗിന് കാർഡ് നിർമ്മാണം
- നിർദ്ദേശങ്ങൾ എഴുതി തൂക്കുന്നത് ഡിസൈൻ ചെയ്യാൻ
- കയ്യെഴുത്ത് മാസികക്ക് മുഖചിത്രം
- ഉൾപേജുകൾ ആകർഷകമാക്കൽ

- അലങ്കാരവസ്തുക്കളുടെ നിർമ്മാണം - പാഴ് വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിച്ച് പലതരം കൗതുക വസ്തുക്കൾ ഉണ്ടാക്കിക്കൂടേ. ഇവ ശേഖരിച്ച് ക്ലാസിൽ ഒരു 'പാഴ് വസ്തുപ്പെട്ടി' ഉണ്ടാക്കാമല്ലോ. ഇതിലേക്ക് എന്തൊല്ലാം പാഴ്വസ്തുക്കൾ ശേഖരിക്കാം.

- തീപ്പെട്ടിക്കൂട്
- പാള
- മാങ്ങയണ്ടിത്തോട്
- മുത്തുകൾ
- ഐസ്ക്രീം ബോൾ, സ്റ്റിക്ക്
- പലതരം ചരടുകൾ
- പേനാകൂട്
- തേങ്ങാമൊത്തി
- ചകിരി
- ഡിസ്പോസിബിൾ , ഗ്ലാസ്, പ്ലേറ്റ്
- അടക്കത്തോട്
- ബട്ടൻ
- സോഡാമൂടി
- പ്ലാസ്റ്റിക് കുപ്പികൾ
- മുട്ടത്തോട്
- കൊതുമ്പ്
- ചിരട്ട

ഇവ ഉപയോഗിച്ച് എന്തെല്ലാം കൗതുക വസ്തുക്കൾ ഉണ്ടാക്കും.

- കൊതുമ്പ് വഞ്ചി
- കളിവണ്ടി
- തേങ്ങാമൊത്തിപ്പൂവ്
- ഐസ്ക്രീ ബോൾതൊപ്പി / പാവ
- വഞ്ചി, വീട്, മീൻ
- അടക്കാത്തോട് പക്ഷി
- പാളത്തൊപ്പി
- മുട്ടത്തോട് പാവ
- ലഘു ഒറിഗാമി രൂപങ്ങൾ
-

"കുട്ടികളുടെ ആദ്യത്തെ അധ്യാപകൻ അവരുടെ കാലുകളും കണ്ണുകളുമാണ്. അവയെ പ്രവർത്തിപ്പിക്കാൻ അനുവദിക്കുക. സംസാരിക്കുക മാത്രം ചെയ്യുന്നതിനു പകരം പ്രവർത്തിക്കുന്ന പാഠങ്ങൾ ഉണ്ടാകട്ടെ."

റൂസ്സോ

പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനകൾ - മൂന്നാം തരം

ഒന്നാം ടേം

- ലഘുപാനീയങ്ങൾ, ലഘു ഭക്ഷണങ്ങൾ, സലാഡുകൾ, വറ്റലുകൾ എന്നിവ തയ്യാറാക്കുന്നു.
- ഭക്ഷണ പദാർത്ഥങ്ങളുടെ ചിത്രം ശേഖരിച്ച് ആൽബം തയ്യാറാക്കുന്നു.
- വിവിധ പാറ്റേണുകളിൽ രംഗോളി തയ്യാറാക്കുന്നു.

രണ്ടാം ടേം

- വിവിധയിനം കൂടുകൾ ശേഖരിക്കുന്നു. വീടിന്റെയും പരിസരത്തിന്റെയും ചിത്രം വരച്ച് ചായമിടുന്നു.
- വിവിധ പാറ്റേണുകളിൽ രംഗോളി തയ്യാറാക്കുന്നു.

മൂന്നാം ടേം

- പൂന്തോട്ടനിർമ്മാണം, അക്വേറിയനിർമ്മാണം, ഔഷധച്ചെടികൾ വളർത്തൽ, അടുക്കളത്തോട്ട നിർമ്മാണം, ആൽബം, നിർമ്മാണം എന്നിവ നടത്തുന്നു.
- ചലിപ്പിക്കാവുന്ന ഒറിഗാമിരൂപങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുന്നു.
- ശുചീകരണത്തിനാവശ്യമായ ഉപകരണങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുന്നു.

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

- ലഘുപാനീയങ്ങൾ, ലഘു ഭക്ഷണങ്ങൾ, സലാഡുകൾ, വറ്റലുകൾ എന്നിവ തയ്യാറാക്കുന്നു.
- ഭക്ഷണ പദാർത്ഥങ്ങളുടെ ചിത്രം ശേഖരിച്ച് ആൽബം തയ്യാറാക്കുന്നു.

സ്വയം ചെയ്തു നോക്കാവുന്ന ലളിതമായ പാചകരീതികൾ കുട്ടികളെ പരിചയപ്പെടുത്തേണ്ടതുണ്ട്. 'അടുക്കള ശാസ്ത്രം' എന്ന മേഖല കുട്ടി പരിചയപ്പെടേണ്ടതുണ്ട്. ലളിത പാചകത്തിന്റെ വിവിധ സാധ്യതകളിലേക്ക് കുട്ടികളെ നയിക്കുന്നതിന് ഈ അവസരം പ്രയോജനപ്പെടുത്താവുന്നതാണ്. ലഘു പാനീയങ്ങൾ, വിവിധതരം സലാഡുകൾ, ലഘു ഭക്ഷണങ്ങൾ, വറ്റലുകൾ എന്നിവയൊക്കെ കുട്ടികൾക്ക് തയ്യാറാക്കാൻ കഴിയുന്നവയാണ്. സ്വാശ്രയബോധം വളർത്തിയെടുക്കുന്നതിന് ഇത് സഹായിക്കും. പഴങ്ങളുടെയും, പച്ചക്കറികളുടെയും വിവിധ രീതിയിലുള്ള സംസ്ക്കരണം കുട്ടികൾക്ക് പരിചയപ്പെടുത്താവുന്നതാണ്.

പ്രവർത്തനം :

ലഘുപാനീയങ്ങൾ തയ്യാറാക്കൽ - നാരങ്ങാവെള്ളം

വേണ്ട സാധനങ്ങൾ - ചെറുനാരങ്ങ, പഞ്ചസാര, വെള്ളം, ഉപ്പ്.

തയ്യാറാക്കുന്നവിധം - ചെറുനാരങ്ങ പിഴിഞ്ഞ് ആവശ്യത്തിന് വെള്ളം ചേർത്ത് പഞ്ചസാരയും ഒരു നുള്ള് ഉപ്പും ചേർക്കുക.

ചെമ്പരത്തി സ്ക്വാഷ്

വേണ്ട സാധനങ്ങൾ - ചെമ്പരത്തിപ്പൂവ്, വെള്ളം, പഞ്ചസാര, നാരങ്ങ.

ചെമ്പരത്തിപ്പൂവിന്റെ ഇതൾ വെള്ളം ചേർത്ത് തിളപ്പിക്കുക. ഇതിൽ ചെറുനാരങ്ങാനീര്, പഞ്ചസാര, ആവശ്യത്തിന് വെള്ളം. ഇവ ചേർക്കുക.

ഇതു കൂടാതെ തുളസീവെള്ളം, പേരയിലവെള്ളം, നന്നാറി സർവ്വത്ത്..... തുടങ്ങി വിവിധ തരം പാനീയങ്ങൾ കുട്ടികൾക്ക് സ്വയം തയ്യാറാക്കാവുന്നതാണ്.

ലഘു ഭക്ഷണങ്ങൾ – അവിൽ കുഴച്ചത്.

അവിൽ, ശർക്കര / പഞ്ചസാര, തേങ്ങ, ചെറുപഴം. ഇവ ചേർത്ത് യോജിപ്പിച്ചാൽ സ്വാദിഷ്ട മായ അവിൽ കുഴച്ചത് എന്ന വിഭവം തയ്യാറാക്കാം. പച്ച അവിലിനു പകരം അവിൽ വറുത്ത് ഉപയോഗിക്കുകയാണെങ്കിൽ കൂടുതൽ സ്വാദിഷ്ടമായിരിക്കില്ലേ.

ഇതുപോലെ മറ്റെന്തെല്ലാം വിഭവങ്ങൾ തയ്യാറാക്കാം.

“അവിൽപായസം, അവിൽ വെള്ളം, അവിൽ ഉപ്പുമാവ്, റവ ഉപ്പുമാവ്, കേസരി, റവയുണ്ട, അരിയുണ്ട....

സാലഡുകൾ –

പച്ചക്ക് കഴിക്കാൻ പറ്റുന്ന പച്ചക്കറികൾ ചേർത്ത് സാലഡുകൾ നിർമ്മിക്കാം.

തൈര്, കുരുമുളക്പൊടി എന്നിവ സാലഡിന്റെ രുചിഭേദങ്ങൾക്കായി ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാ ണ്.

കൊണ്ടാട്ടം / വറ്റൽ – മുളക്, കൈപ്പക്ക, കുമ്പള തോൽ, കപ്പ, ചക്ക, വഴുതിന, വെണ്ടയ്ക്ക, ഇങ്ങിനെ പലതരം കൊണ്ടാട്ടം/വറ്റലുകൾ കുട്ടികൾക്ക് നിർമ്മിക്കാവുന്നതാണ്.

ഇങ്ങിനെ തയ്യാറാക്കുന്ന വിഭവങ്ങളുടെ പാചകകുറിപ്പ് കുട്ടികൾ അമ്മമാരോടു ചോദിച്ച് തയ്യാറാക്കുമല്ലോ. പാചകപതിപ്പ് തയ്യാറാകുമ്പോൾ. ഇവ ഉപയോഗപ്പെടുത്താവുന്നതാണ്. വിവിധതരം ആഹാര പദാർത്ഥങ്ങളുടെ ചിത്രങ്ങൾ, ഉപകരണങ്ങളുടെ ചിത്രങ്ങൾ ഇവ ശേഖരിച്ച് ആൽബം തയ്യാറാക്കാം പ്രവർത്തനം ചെയ്യാവുന്നതാണ്.

പ്രവർത്തനം :

പച്ചക്കറികൾ, പഴവർഗ്ഗങ്ങൾ ഇവ ദീർഘനാൾ കേടുകൂടാതെ സൂക്ഷിക്കുന്നത് എങ്ങിനെയെന്ന് കുട്ടികൾ പരിചയപ്പെടേണ്ടതില്ലേ. ഇതിന്റെ പല മാതൃകകളും പ്രാദേശികമായി പരിചയപ്പെടാവുന്ന താണ്. വീട്ടിൽ നിന്ന് ഇത് കുട്ടികൾ കണ്ടെത്തുക. ഒരു യോഗം വിളിച്ചു ചേർക്കാം. കുട്ടികൾ അമ്മ മാരുടെ ഒരു യോഗം വിളിച്ചുചേർക്കട്ടെ. കുട്ടികൾ അമ്മമാരുമായി സംഹരിക്കട്ടെ. ഇതിനാവശ്യമായ മുന്നൊരുക്കൽ എസ്.ആർ.ജിയിൽ ചർച്ച ചെയ്യുന്നു. ചില ഉദാഹരണങ്ങൾ നോക്കൂ.

- നെല്ലിക്ക തേനിൽ സൂക്ഷിക്കുക, ഉപ്പിലിടുക.
- മാങ്ങ, ചക്ക ഇവ ഉണക്കി സൂക്ഷിക്കുക.

ഭക്ഷ്യ സാധനങ്ങളുടെ വിവിധങ്ങളായ സംസ്ക്കരണ രീതികൾ ചേർത്ത് പതിപ്പു തയ്യാ റാക്കാവുന്നതാണ്. പാചകം ഒരു കല എന്ന തലത്തിലേക്ക് കുട്ടികളെ വളർത്തിയെടു ക്കേണ്ടതുണ്ട്. ഈ മേഖലയിലെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ മൂല്യനിർണ്ണയം ചെയ്യുമ്പോൾ എന്തെല്ലാം പരിഗണിക്കാം?

- അളവുകൾ
- പങ്കാളിത്തം
- വ്യത്യസ്ഥത
- രേഖപ്പെടുത്താനുള്ള കഴിവ്

ഈ പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനയുമായി ബന്ധിപ്പിക്കാവുന്ന മറ്റു വിഷയങ്ങളുടെ പ്രസ്താവനകൾ

പരിസരപഠനത്തിലെ ആഹാരവും, ആരോഗ്യവും, സസ്യങ്ങൾ എന്നീ ആശയങ്ങളുമായി ബന്ധിപ്പിക്കാം.

സ്കൂൾ മേളകൾ, ദിനാഘോഷം, സഹവാസക്യാമ്പ് ഇവയുടെ ഭാഗമായി ഗ്രൂപ്പുതലത്തിൽ ലഘുഭക്ഷണങ്ങൾ പാകം ചെയ്യുന്നതിന് കുട്ടികൾക്ക് അവസരം നൽകണം.

- വിവിധ പാറ്റേണുകളിൽ രംഗോളി തയ്യാറാക്കുന്നു.

രംഗോളി നിറങ്ങളുടെ ലോകം – നിത്യജീവിതത്തിൽ നിറങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് നിരവധി പ്രവർത്തികൾ കുട്ടികൾ ചെയ്യുന്നുണ്ട്. ഇവയെ ഗണിതത്തിലെ പാറ്റേണുകൾ ഇ.വി.എസിലെ വർണ്ണങ്ങൾ എന്നീ മേഖലകളുമായി ബന്ധിപ്പിച്ച് വ്യത്യസ്ത പ്രവർത്തനങ്ങൾ ചെയ്യിക്കാവുന്നതാണ്.

പ്രവർത്തനം

കോലം വരയ്ക്കൽ – അരിമാവ്, കുമ്മായം ഇവ ഉപയോഗിച്ച് വിവധ രൂപങ്ങൾ വരയ്ക്കുന്നു. അരിമാവിൽ വിവിധ നിറത്തിലുള്ള ഫുഡ്കളറുകൾ ചേർത്താൽ മനോഹരമായ വർണ്ണക്കോലങ്ങൾ തയ്യാറാക്കാം. കണ്ണൻ ചിരട്ടയിൽ മാവ് നിറച്ച് കുട്ടികൾ വിവിധ കോലങ്ങൾ വരയ്ക്കട്ടെ.

പൊടിക്കോലങ്ങൾ – കളമെഴുത്തിന് ഉപയോഗിക്കുന്ന പൊടികൾ, ഉമിക്കരി, അരിപ്പൊടി, മഞ്ഞൾ, മഞ്ഞളും ചുണ്ണാമ്പും ചേർത്തചുവന്നപൊടി, ഇല പൊടിച്ച പച്ചപ്പൊടി ഇവ ഉപയോഗിച്ചുകൊണ്ട് വിവിധ പാറ്റേണുകളും ചിത്രങ്ങളും വരയ്ക്കാവുന്നതാണ്. നിലത്ത് ചോക്കുകൊണ്ട് പാറ്റേണുകൾ വരച്ച് പൊടികൾ നിറച്ച് മനോഹരമാക്കാം. പ്രാദേശിക വിദഗ്ദരെ പങ്കെടുപ്പിച്ച് കളമെഴുത്ത് സ്കൂളിൽ സംഘടിപ്പിക്കാം.

വിവിധനിറം ചേർത്ത് ഉണക്കിയെടുത്ത അറക്കപ്പൊടി (ഈർച്ചപ്പൊടി) ഉപയോഗിച്ച് രംഗോലി തയ്യാറാക്കാവുന്നതാണ്. കുട്ടികൾ മയിലാഞ്ചി ഉപയോഗിച്ച് കൈകളിൽ രംഗോലി തീർക്കുന്നത് ഈ പ്രവർത്തനവുമായി ബന്ധിപ്പിക്കാവുന്നതാണ്. ഓണാഘോഷത്തിന്റെ ഭാഗമായി സ്ക്കൂളുകളിൽ അണിയൽ മത്സരം നടത്താവുന്നതാണ്.

സ്റ്റെൻസിൽ രംഗോലി – കാർഡ് ബോർഡിൽ സ്റ്റെൽസിൽ രൂപത്തിൽ ചിത്രങ്ങൾ വെട്ടിയെടുക്കുന്നു. ഇത് നിരപ്പായ പ്രതലത്തിൽ വെച്ച് വർണ്ണപ്പൊടികൾ നിറയ്ക്കുന്നു. സ്റ്റെൻസിൽ എടുത്തു മാറ്റുമ്പോൾ മനോഹരമായ രംഗോലി രൂപപ്പെട്ടിട്ടുള്ളത് കാണാം.

(ചിത്രം രംഗോലി)

ചുമർ ചിത്രങ്ങൾ, രംഗോലികൾ,
കോലങ്ങൾ ഇവയുടെ ചിത്രങ്ങൾ
ശേഖരിച്ച് പ്രദർശിപ്പിക്കാവുന്നതാണ്.

- വിവിധയിനം കൂടുകൾ ശേഖരിക്കുന്നു. വീടിന്റെയും പരിസരത്തിന്റെയും ചിത്രം വരച്ച് ചായമിടുന്നു.

പ്രവർത്തനം :

പലതരം വീടുകൽ ചില ജീവികളുടെ കൂടുകൾ

വിവിധതരം വീടുകൾ ചില ജീവികളുടെ കൂടുകൾ ശേഖരിക്കൽ, താരതമ്യം ചെയ്യൽ.

മണൽകൊണ്ട് വീട്, കളിമണ്ണ് ഉപയോഗിച്ച് വിവിധ ജീവികളുടെ കൂടിന്റെ മാതൃക നിർമ്മിക്കൽ, കാർഡ്ബോർഡ്, തീപ്പെട്ടി എന്നിവ ഉപയോഗിച്ച് വീടുകളുടെ മാതൃക നിർമ്മിക്കൽ, തുണികഷണം, ഇല, വൈക്കോൽ, ചുള്ളിക്കമ്പ്, പുല്ല്, നാരുകൾ ഇവ ഉപയോഗിച്ച് പക്ഷി കൂടുകളുടെ മാതൃകാ നിർമ്മിക്കൽ.

പ്രവർത്തനം :

വീടും പരിസരവും വരച്ച് നിറം കൊടുക്കുന്ന പ്രവർത്തനത്തിൽ അനുയോജ്യമായ തോത്, നൽകുന്ന നിറങ്ങൾ എന്നിവ പരിഗണിക്കേണ്ടതല്ലേ. ചിത്രങ്ങളും, കളർപേപ്പറും വെട്ടി ഒട്ടിച്ച് കൊളാഷ് രൂപത്തിലും ഈ പ്രവർത്തനം നടത്താവുന്നതാണ്.

ഇങ്ങിനെ ചെയ്യുന്നതുകൊണ്ടുള്ള ഗുണങ്ങൾ എന്തൊക്കെയാണ്.

- വരയ്ക്കാൻ കഴിയാത്ത കുട്ടികളുടെ കൂടി പങ്കാളിത്തം
- കൃത്യമായി കീറാനും, വെട്ടാനും, ഒട്ടിക്കാനും ഉള്ള ശേഷി

പ്രവർത്തനം :

വിവിധ വീടുകളുടെ ചിത്രങ്ങൾ മാതൃകകൾ, വിവിധ ജീവികളുടെ കൂടുകൾ.

(വേട്ടാളൻ, ഉറുമ്പ്, തേനീച്ച, കടന്നൽ, കുഴിയാന, പക്ഷികൾ. മുതലായവ)

ഇവയുടെ ശേഖരണവും പ്രദർശനവും

1. മുതൽ 4 വരെ ക്ലാസ്സുകളിൽ ഇതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഉണ്ട്. എസ്.ആർ.ജിയിൽ ഇത് ചർച്ച ചെയ്ത് എല്ലാ ക്ലാസുകളുടെയും സഹകരണത്തോണി പ്രദർശനം സംഘടിപ്പിക്കുന്നത് കൂടുതൽ ഉപകാര പ്രദമായിരിക്കില്ലെ.

കുഴിയാനയുടെ കൂട് ഇതെങ്ങനെ ശേഖരിക്കും.
ഒരു കുപ്പിയിൽ പൂഴി മണൽ നിറയ്ക്കുക
കുഴിയാനയെ അതിൽ ഇടുക. കുഴിയാന
ഈ പൂഴിയിൽ കൂട് രൂപപ്പെടുത്തികൊള്ളും.

ശേഖരണ മനോഭാവം. സൂക്ഷ്മമായ
നിരീക്ഷണ പാടവം: പ്രകൃതിയെ അടുത്തറിയൽ തുടങ്ങി വിവിധ
ശേഷികൾ വളർത്തിയെടുക്കുന്നതിന് ഈ പ്രവർത്തനങ്ങൾ
പ്രയോജനപ്പെടുത്താവുന്നതാണ്.

പരിസരപഠനം പാർപ്പിടങ്ങൾ എന്ന പാഠവുമായി
ഈ പ്രവർത്തനങ്ങളെ ബന്ധിപ്പിക്കാവുന്നതാണ്.

വസ്ത്രങ്ങൾ എന്ന പരിസര പഠനത്തിലെ പാഠഭാഗവുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി എന്തെല്ലാ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നൽകാൻ കഴിയും.

- വ്യത്യസ്തയിന വിഭാഗങ്ങളുടെ വസ്ത്രധാരണ രീതി പ്രകടമാക്കുന്ന ചിത്രങ്ങളുടെ ശേഖരണം.
- വിവിധ ഇനം തൊഴിലുകളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നവരുടെ വസ്ത്രധാരണ രീതി പ്രകടമാകുന്ന ചിത്രങ്ങളുടെ ശേഖരണം.
- പ്രത്യേകതകൾ വിശദീകരിച്ചുകൊണ്ടുള്ള കുറിപ്പു തയ്യാറാക്കൽ
- വസ്ത്രധാരണ രീതിയും കലാവസ്ഥയും തമ്മിലുള്ള ബന്ധം കണ്ടെത്തൽ.
- തുണികളുടെ വക്ക് തുന്നൽ, ബട്ടൺ പിടിപ്പിക്കൽ, കളർനൂൽ ഉപയോഗിച്ച് പൂക്കൾ തുന്നൽ - എംബ്രോയിഡറി

- പൂന്തോട്ടനിർമ്മാണം, അക്വേറിയനിർമ്മാണം, ഔഷധച്ചെടികൾ വളർത്തൽ, അടുക്കളത്തോട്ട നിർമ്മാണം, ആൽബം, നിർമ്മാണം എന്നിവ നടത്തുന്നു.

പ്രവർത്തനം :

കൃഷിയും കൃഷിപ്പണിയും - അടുക്കളത്തോട്ട നിർമ്മാണം - പൂന്തോട്ട നിർമ്മാണം

ഈ പ്രവർത്തനവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് ഗ്രൂപ്പുകൾക്ക് നിരവധി ജോലികൾ വീതിച്ചു നൽകാം. വിത്തുകളുടെ / കമ്പുകളുടെ ശേഖരണം, തരം തിരിക്കൽ, നടൽ, നനയ്ക്കൽ, പരിപാലനം

ഓരോ ഇനം ചെടിക്കു സമീപം അവയുടെ പേരെഴുതി
പ്രദർശിപ്പിക്കാവുന്നതാമ്. ജൈവവേലി നിർമ്മിച്ച്
ചെടികൾ സംരക്ഷിക്കാം. ഗ്രൂപ്പുകളുടെ മത്സരാടിസ്ഥാനത്തിൽ
തോട്ടം നിർമ്മിക്കുന്ന രീതി കുട്ടികളിൽ ആരോഗ്യകരമായ
മത്സര രീതി വളർത്താൻ സഹായിക്കില്ലെ.

ഔഷധതോട്ടങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുന്നത് എന്തെല്ലാം പ്രയോജനങ്ങൾ ചെയ്യും?

- ഔഷധചെടികൾ പരിചയപ്പെടാൻ

പ്രവർത്തനം :

ദീർഘകാലം വിള തരുന്ന പഴവർഗ്ഗങ്ങളുടെ പച്ചക്കറികൾ എന്നിവ കൃഷിത്തോട്ടത്തിന്റെ ഭാഗമാക്കി മാറ്റുന്നത് കൂടുതൽ പ്രയോജനം ചെയ്യില്ലെ. (നമ്മുടെ സ്കൂൾ കോമ്പൗണ്ടിലും വീട്ടുവളപ്പിലും പൊതുസ്ഥലങ്ങളിലും എന്തെല്ലാം ഇനം പഴച്ചെടികൾ വെച്ചുപിടിപ്പിക്കാം)

- പപ്പായ
- നെല്ലി
- പേര

പ്രവർത്തനം :

കൃഷിക്കൊപ്പം കൃഷി ഉപകരണങ്ങളും - കൃഷിക്ക് ആവശ്യമായ പല ഉപകരണങ്ങളും കുട്ടികൾക്ക് പരിചിതമാവേണ്ടതാണ്. ഇലയുടെ കേടുപാടുകൾ (ചെറിയ തോതിലുള്ളവ) പരിഹരിക്കാൻ അവർക്ക് കഴിയണം.

- കത്തിമൂർച്ച വരുത്തൽ
- ഇളകിയ കൈക്കോട്ട് ഉറപ്പിക്കൽ

കൃഷി ഉപകരണങ്ങൾ കൈകാര്യം ചെയ്യുമ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട

കാര്യങ്ങൾ കുട്ടികൾ അറിയണം

- അപകടം ഒഴിവാക്കുക.
- കേടുപാടുകൾ പരിഹരിക്കുക
- ആവശ്യം കഴിഞ്ഞാൽ വൃത്തിയാക്കി കൃത്യമായ സ്ഥലത്ത് സൂക്ഷിക്കുക.

കാർഷിക വൃത്തിയോടുള്ള അനുകൂല
മനോഭാവം വളർത്തിയെടുക്കാൻ
ആവശ്യമായ പ്രവർത്തനങ്ങൾ എന്തൊക്കെ നൽകാം.

- കൃഷിയിടങ്ങൾ സന്ദർശിക്കൽ
- കൃഷിക്കാരുമായി അഭിമുഖം

പച്ചക്കറി, പൂക്കൾ, എന്നിവയുടെ തോട്ടനിർമ്മാണവുമായി പ്രാദേശിക ക്ലബ്ബുകൾ, കൃഷിഭവൻ എന്നിവയെ ബന്ധപ്പെടുത്താവുന്നതാണ്. എസ്.ആർ.ജി. ഈ കാര്യങ്ങൾ ചർച്ച ചെയ്യണം.

- ചലിപ്പിക്കാവുന്ന ഒറിഗാമിരൂപങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുന്നു.

ചലിക്കുന്ന ഒറിഗാമി രൂപത്തിൽ ഏറ്റവും ലളിതമായവ കുട്ടികളെ പരിചയപ്പെടുത്തണം.

- ചെവിയാടുന്ന മുയൽ

ചിത്രം കൊടുക്കുക

ഇതുപോലെ മറ്റെന്തെല്ലാം ചലിക്കുന്നത് രൂപങ്ങൾ നിർമ്മിക്കാം?

- പൂമ്പാറ്റ
- തവള
- മത്സ്യം
- കാക്ക
-
-

പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനകൾ – നാലാം തരം

ഒന്നാം ടേം

- ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങൾ കേടുകൂടാതെ സൂക്ഷിക്കാനുള്ള രീതികൾ പരിചയിക്കുന്നു. (അച്ചാറുകൾ, വറ്റലുകൾ)
- പാനീയങ്ങൾ, ജാമുകൾ എന്നിവ തയ്യാറാക്കുന്നു.

രണ്ടാം ടേം

- വെജിറ്റബിൾ കാർവിംഗ്, പ്രിന്റിംഗ്, മാതൃകകൾ എന്നിവ തയ്യാറാക്കുന്നു.
- ഉചിതമായ വിവിധവസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിച്ച് വീടിന്റെ മാതൃക നിർമിക്കുന്നു.
- വീടുനിർമാണവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട തൊഴിലിൽ ഏർപ്പെടുന്നവരുടെ ചിത്രം ശേഖരിച്ച് ആൽബം ഉണ്ടാക്കുന്നു.

മൂന്നാം ടേം

- തൂവാല, മേശവിരി, ഷാൾ, കർട്ടൻ തുടങ്ങിയവയിൽ ഡിസൈൻചെയ്ത് ചായമിടുന്നു. (ഫാബ്രിക്പെയ്ന്റ്)
- ആശംസാകാർഡുകൾ, കവറുകൾ, അലങ്കാരങ്ങൾ എന്നിവ വിവിധ വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിച്ചു നിർമിക്കുന്നു. പാറ്റേണുകൾ നിർമിക്കുന്നു.
- കൂടുതൽ ഒറിഗാമി രൂപങ്ങൾ നിർമിക്കുന്നു.
- വിവിധ പാറ്റേണുകളിൽ അനുപാതം പുലർത്തി രംഗോലി തയ്യാറാക്കുന്നു.
- മാസ്ക്, പാവകൾ, സംഗീതോപകരണങ്ങൾ എന്നിവ നിർമിക്കുന്നു.
- കളിമണ്ണ്, മൈദമാവ് തുടങ്ങിയവ ഉപയോഗിച്ച് കൗതുകവസ്തുക്കൾ നിർമിക്കുന്നു.

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

- ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങൾ കേടുകൂടാതെ സൂക്ഷിക്കാനുള്ള രീതികൾ പരിചയിക്കുന്നു. (അച്ചാറുകൾ, വറ്റലുകൾ)

പ്രവർത്തനം :

നാരങ്ങ, മാങ്ങ, നെല്ലിക്ക, കയ്പ്പക്ക, വെണ്ടയ്ക്ക, വെളുത്തുള്ളി മുതലായവ കൊണ്ട് അച്ചാറുകൾ. ഭരണിയിൽ അടച്ചു സൂക്ഷിക്കൽ. ഉച്ച ഭക്ഷണത്തിന്റെ കൂടെ ഉപയോഗിക്കൽ. പാചകകുറിപ്പ് തയ്യാറാക്കൽ, നെല്ലിക്ക തേനിൽ സൂക്ഷിക്കൽ, കയ്പ്പക്ക, പച്ചമുളക്, കയ്പ, വെണ്ടക്ക, മത്സ്യം ഇറച്ചി, നേന്ത്രക്കായ, ഈന്ത് മുതലായവ ഉണക്കി സൂക്ഷിക്കുന്നത് പരിചയപ്പെടൽ, പാചകക്കുറിപ്പ് തയ്യാറാക്കൽ.

- പാനീയങ്ങൾ, ജാമുകൾ എന്നിവ തയ്യാറാക്കുന്നു,

നന്നായി സർബത്ത്, നാരങ്ങാവെള്ളം, ജൂസ്, എന്നിവ തയ്യാറാക്കൽ കുട്ടികളെ പരിശീലിക്കുന്നു., പഴം, പപ്പായ, തക്കാളി മുതലായവകൊണ്ട് ജാമുണ്ടാക്കുന്നവിധം പരിചയപ്പെടൽ, പാചകക്കുറിപ്പ് തയ്യാറാക്കൽ.

അഭിമുഖം – അച്ചാറ്, പാനീയങ്ങൾ, ജാമുകൾ എന്നിവ കേടുകൂടാതിരിക്കുന്നതിന്റെ കാരണങ്ങൾ പാചക വിദഗ്ദരോടും വീട്ടുകാരോടും ചോദിച്ചറിയൽ. കുറിപ്പ് തയ്യാറാക്കൽ. വായന മൂലയിൽ ആനുകാലികങ്ങളിലെ പാചകക്കുറിപ്പുകൾ ലഭ്യമാക്കുന്നത് നന്ന്.

ആഹാരപദാർത്ഥങ്ങൾ തയ്യാറാക്കുന്നതിൽ കുട്ടികളുടെ പങ്കാളിത്തം, സാധനങ്ങളുടെ അളവിനെ കുറിച്ചുള്ള ധാരണ, പാചക്കുറിപ്പിന്റെ മേന്മ എന്നിവ വിലയിരുത്തി ടീച്ചിംഗ് മാനുവലിന്റെ പ്രതികരണ പേജിൽ രേഖപ്പെടുത്തുമല്ലോ? പ്രാദേശികമായി നിങ്ങൾക്കുണ്ടാക്കാവുന്ന വിഭവങ്ങളുടെ പാചക കുറിപ്പ് പ്രത്യേകം തയ്യാറാക്കുക.

ഈ പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്തവനയുമായി ബന്ധിപ്പിക്കാവുന്ന മറ്റു വിഷയങ്ങളുടെ പാഠഭാഗം

- ആരോഗ്യവും ശുചിത്വവും (പരിസരപഠനം)
- ശുചിത്വമുള്ള വീട് (മലയാളം)

❍ വെജിറ്റബിൾ കാർവിംഗ്, പ്രിന്റിംഗ് മാതൃകകൾ എന്നിവ തയ്യാറാക്കുന്നു.

പ്രവർത്തനം :

വെണ്ടക്ക ചേമ്പിൻതണ്ട്, വാഴത്തണ്ട്, കാരറ്റ്, ഉരുളക്കിഴങ്ങ് മുതലായവ പല നിറങ്ങളിലുള്ള ഫാബ്രിക്, പെയിന്റിൽ മുക്കി കടലാസ്, തുണി എന്നിവയിൽ പ്രിന്റ് ചെയ്യൽ. കാരറ്റ്, ഉരുളക്കിഴങ്ങ് മുതലായവയിൽ ആവശ്യമുള്ള രൂപം ബ്ലേഡുകൊണ്ട് വെട്ടിയുണ്ടാക്കി നിറങ്ങളിൽ മുക്കി വെജിറ്റബിൾ പ്രിന്റ് ചെയ്യാൻ കഴിയും.

വെജിറ്റബിൾ പ്രിന്റിംഗ് ചിത്രം

വെജിറ്റബിൾ പ്രിന്റിംഗ് നടത്തിയതിനെക്കുറിച്ച് കുറിപ്പു തയ്യാറാക്കിയാൽ അത് ഭാഷാ പ്രവർത്തനമല്ലേ? അങ്ങനെ ഈ പ്രവർത്തനത്തെ ഭാഷാപഠനവുമായി കണ്ണി ചേർക്കുന്നത് പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ സ്വാഭാവിക വർദ്ധിപ്പിക്കില്ലേ?

ഈ പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്തവനയുമായി ബന്ധിപ്പിക്കാവുന്ന മറ്റു വിഷയങ്ങളുടെ പാഠഭാഗം

- തൊഴിലുകൾ പലതരം – അനുബന്ധത്തൊഴിലുകൾ, നെയ്ത്ത് (പരിസര പഠനം)

❍ ഉചിതമായി വിവിധ വസ്തുക്കുൾ ഉപയോഗിച്ച് വീടിന്റെ മാതൃക നിർമ്മിക്കുന്നു.

❍ വീടുനിർമാണവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട തൊഴിലിൽ ഏർപ്പെടുന്നവരുടെ ചിത്രം ശേഖരിച്ച് ആൽബം ഉണ്ടാക്കുന്നു.

പ്രവർത്തനം :

പത്രങ്ങളിലും ആനുകാലികങ്ങളിലും വരുന്ന വീടുകളുടെ ചിത്രങ്ങൾ വെട്ടിയെടുത്ത് ആൽബം നിർമ്മിക്കുന്നതിലൂടെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ആരംഭിക്കാം. പാള, ഉണങ്ങിയ വാഴപ്പോള, ഈർക്കിൽ, ഓല, ഈന്തിൻപ്പട്ട എന്നിവകൊണ്ട് പന്തൽ, കളിവീട് എന്നിവ ഉണ്ടാക്കൽ.

പ്രവർത്തനം :

വീടിന്റെ പ്ലാൻ വരച്ച് കാർഡ്ബോർഡ് വെട്ടിയെടുത്ത് വീടിന്റെ മാതൃക ഉണ്ടാക്കൽ.

പ്രവർത്തനം :

വീട് നിർമ്മാണം സന്ദർശിക്കൽ, വീടു നിർമ്മാണത്തിന്റെ വിവിധഘട്ടങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കൽ, കുറിപ്പുകൾ തയ്യാറാക്കൽ, വീട് നിർമ്മാണത്തിന്റെ വിവിധ ഘട്ടങ്ങളുടെ ചിത്രങ്ങൾ ശേഖരിച്ച് ആൽബത്തിൽ ഒട്ടിക്കൽ. നിങ്ങൾ സ്വന്തമായി ഉണ്ടാക്കുന്ന വീട്ടിൽ എന്തെല്ലാം സൗകര്യങ്ങളാണ് നിങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കുന്നത്.

ആൽബം വിലയിരുത്തുന്നത് ഏങ്ങനെയാണ്

- ചിത്രങ്ങളുടെ വൈവിധ്യം, സമഗ്രത
- ചിത്രങ്ങൾ ക്രമീകരിക്കുന്നതിന്റെ തുടർച്ച, ഭംഗി

പ്രവർത്തനം :

- തൂവാല, മേശവിരി, ഷാൾ. കർട്ടൻ തുടങ്ങിയവയിൽ സിസൈൻ ചെയ്ത് ചായമിടുന്നു.

പരുത്തിതുണി വാങ്ങി, ആവശ്യമായ വലുപ്പത്തിൽ മുറിച്ചെടുത്തു കഴുകി സ്റ്റാർച്ച് ഒഴിവാക്കി ഇസ്തിരിയിട്ട് ചുളിവ് തീർക്കുക, പച്ചക്കറികൾ ഫാബ്രിക് പെയിന്റിൽമുക്കി സിസൈൻ പ്രിന്റ് ചെയ്യുക. തുണി 12 മണിക്കൂർ ഉണങ്ങിയശേഷം മറുപുറത്ത് ഇസ്തിരിയിടുക. ക്ലാസ്സിലും സ്ക്കൂളിലും ആവശ്യമായി വരുന്ന മേശവിരി, കർട്ടൺ തുടങ്ങിയവ ഇങ്ങനെ ഉണ്ടാക്കാം

- ആശംസാകാർഡുകൾ, കവറുകൾ, അലങ്കാരങ്ങൾ എന്നിവ വിവിധ വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിച്ച് നിർമ്മിക്കുന്നു, പാറ്റേണുകൾ നിർമ്മിക്കുന്നു.

പ്രവർത്തനം :

ആവശ്യമുള്ള വലുപ്പത്തിൽ കട്ടിയും മേനിയുമുള്ള കാർഡ് മുറിച്ചെടുക്കുക. ഉണങ്ങിയ വാഴപ്പോള, വയ്ക്കോൽ തെങ്ങിന്റെ അരിപ്പക്കൊടി, വിവിധ വർണ്ണക്കടലാസുകൾ എന്നിവയിൽ വിവിധ രൂപങ്ങൾ വെട്ടി കാർഡിൽ ഒട്ടിക്കാം. തുല്യ വലുപ്പത്തിലുള്ള കട്ടിയുള്ള മറ്റൊരു കാർഡിൽ നിന്നും രൂപങ്ങൾ വെട്ടി ഒഴിവാക്കിയ സ്റ്റെൻസിൽ കാർഡിൽ ചേർത്ത് വെച്ച് വിവിധ നിറങ്ങൾ സ്പ്രേ ചെയ്തും കാർഡ് തയ്യാറാക്കാവുന്നതാണ്. ആശംസകാർഡുകൾ ഇടാനുള്ള കവറുകൾ ഉണ്ടാക്കാനുള്ള പരിശീലനവും ഇതിനോടൊപ്പം ആകാവുന്നതാണ്. ഓണം, ക്രിസ്തുമസ്, ബക്രീദ്, ചെറിയ പെരുന്നാൾ, പിറന്നാൾ, പുതുവർഷം എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് ആശംസാകാർഡുകൾ തയ്യാറാക്കുന്ന പ്രവർത്തനം ക്ലാസ്സിൽ സംഘടിപ്പിക്കാം. കൂട്ടുകാർക്കും ടീച്ചർക്കും അയ്ക്കുകയുമാകാം.

- ഒറിഗാമി രൂപങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുന്നു.

പ്രവർത്തനം :

മുൻ ക്ലാസ്സുകളിൽ ഒറിഗാമിയുടെ ലളിതമായ സൃഷ്ടികൾ കുട്ടികൾ നടത്തിയിട്ടുണ്ട്. കൂടുതൽ മടക്കുകൾ ആവശ്യമായി വരുന്ന മികവുറ്റ സൃഷ്ടികൾ നടത്താനുള്ള അവസരങ്ങൾ ഒരുക്കുകയാണ് ഇവിടെ ചെയ്യേണ്ടത്. പലതരം തൊപ്പികൾ, പക്ഷികൾ, പൂക്കൊട്ട എയ്ഞ്ചൽഫിഷ് മുതലായവ ഉണ്ടാക്കുന്നിന് അവസരമൊരുക്കാം. കടലാസ് കയ്യിലെടുത്ത് നിർമ്മാണരീതി വിശദീകരിക്കുമ്പോൾ കുട്ടികൾ അതിനനുസരിച്ചു ചെയ്യട്ടെ.

- മാസ്ക്, പാവകൾ, സംഗീതോപകരണങ്ങൾ എന്നിവ നിർമ്മിക്കുന്നു.

പ്രവർത്തനം :

ക്ലാസ് മുറിയിൽ നാടകാവിഷ്കരണമോ മറ്റ് അഭിനയമോ ആവശ്യമായ സന്ദർഭങ്ങളിൽ അതിൽ കഥാപാത്രങ്ങളായി വരുന്ന മൃഗങ്ങളുടെയും പക്ഷികളുടെയും മറ്റും മാസ്ക്കുകൾ കുട്ടികൾ തന്നെ ഉണ്ടാക്കി ഉപയോഗിക്കാൻ കഴിയുന്ന ഒരവസ്ഥ സംജാതമാക്കണം വിരലുകളുടെ സഹായത്തോടെ ചലിപ്പിക്കാൻ കഴിയുന്ന പാവകളുടെ നിർമ്മാണവുംനടത്തേണ്ടതാണ്. ആദ്യ ഘട്ടങ്ങളിൽ കളിപ്പാവകൾ ഉപയോഗിച്ച് പാത്രാവിഷ്ക്കാരം നടത്തുന്നത് കുട്ടികളിൽ താൽപര്യം ജനിപ്പിക്കുവാൻ സഹായകമാവും. പാവകളെ കുട്ടികൾ തന്നെ വീട്ടിൽ നിന്നു കൊണ്ടുവരികയും ചെയ്യട്ടെ.

ക്ലാസ്സിൽ കവിതകൾ, നാടൻപാട്ടുകൾ എന്നിവയുടെ ആലാപനവേളയിൽ ഉപയോഗിക്കാനാവശ്യമായ സംഗീതോപകരണങ്ങൾ ക്ലാസ്സ്മുറിയിൽ കുട്ടികൾക്ക് തന്നെ നിർമ്മിക്കാൻ കഴിയും, ഇതിനായി സോഡാകുപ്പിയുടെ അടപ്പ്, പ്ലാസ്റ്റിക് കുപ്പികൾ, ചിരട്ട, മുത്തുകൾ, ചരട്, അര ഇഞ്ച് പി.വി.സി.പൈപ്പ്, തീപ്പെട്ടി, ഇലകൾ, ഓല, മരക്കട്ട, സ്റ്റീൽ ഗ്ലാസ്, സ്റ്റീൽ സ്പൂൺ എന്നിവ ഉപയോഗിക്കാം.

- വിവിധ പാറ്റേണുകളിൽ അനുപാതം പുലർത്തി രംഗോലി തയ്യാറാക്കുന്നു.

നിയതമായ പാറ്റേണുകളിൽ കമനീയമായ
വർണ്ണലയ വിന്യാസമാണ് രംഗോലി,
ഓണാഘോഷവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ
ഭാഗമായി ഇതുപോലെ ചെയ്യാവുന്നതാണ്.

പ്രവർത്തനം :

ഒരു വലിയ കഷ്ണം കാർഡുബോർഡിൽ നിന്നും വിവിധ പാറ്റേണുകളിൽ വ്യത്യസ്ത ആകൃതികൾ (ത്രികോണം, വട്ടം, ദീർഘചതുരം, സമചതുരം) വെട്ടിമാറ്റിയ സ്റ്റെൻസിൽ, വിവിധ നിറക്കൂട്ടുകൾ (ഈർച്ചപ്പൊടി, ഉപ്പ്, മണൽ എന്നിവയിൽ കലർത്തിയത്) എന്നിവ ഗ്രൂപ്പുകളിൽ വിതരണം ചെയ്യുന്നു. ഗ്രൂപ്പിലെ ഓരോ കുട്ടിയും ഓരോ പാറ്റേൺ ചെയ്യട്ടെ. ഒരു നിരപ്പായ പ്രതലത്തിൽ സ്റ്റെൻസിൽ വച്ച് ഓരോ കളത്തിലും അനുയോജ്യമായ നിറം വിന്യസിക്കട്ടെ. ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം സ്റ്റെൻസിൽ എടുത്തുമാറ്റുമ്പോൾ കിട്ടുന്ന രംഗോലിയുടെ വർണ്ണഭംഗി കുട്ടികൾ ആസ്വദിക്കട്ടെ.

കാർഡ്ബോർഡിൽ നിന്നും വെട്ടിമാറ്റിയ നിശ്ചിത എണ്ണം വരുന്ന വ്യത്യസ്ഥ രൂപങ്ങൾ വിവിധ നിറങ്ങൾ കൊടുത്ത് ഗ്രൂപ്പുകളിൽ വിതരണം ചെയ്യാം. നിയതമായ പാറ്റേണിൽ അവ ക്രമീകരിക്കട്ടെ. കുറവുകളുണ്ടെങ്കിൽ സ്വയം കണ്ടെത്തി സ്ഥാനമാറ്റത്തിലൂടെ പരിഹരിക്കട്ടെ.

വ്യത്യസ്ഥ നിറപ്പൊടികൾ മാത്രം വിതരണം ചെയ്ത് സ്വന്തമായി രംഗോലി രൂപം കൊടുക്കട്ടെ. വ്യത്യസ്ത നിറങ്ങളിലുള്ള പൂക്കൾ വിതരണം ചെയ്ത് പൂക്കളങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാനും അവസരമൊരുക്കാവുന്നതാണ്.

പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനകൾ – അഞ്ചാം തരം

- കുറഞ്ഞ ചെലവിൽ ലളിതമായ ലഘു ഭക്ഷണങ്ങൾ തയ്യാറാക്കുന്നതിന് (സാലാഡ്, സ്വാഷ്, ജാം)
- പച്ചക്കറിത്തോട്ടം ഒരുക്കുന്നതിന്
- കുടിവെള്ളം വൃത്തിയായും ആരോഗ്യകരമായും ലഭ്യമാക്കുന്നതിന്
- ക്ലാസ്സ് മുറിയും പരിസരവും വൃത്തിയായി സൂക്ഷിക്കുന്നതിന്
- വസ്ത്രങ്ങളിൽ ഫാബ്രിക് പെയിന്റിംഗ് നടത്തുന്നതിന്
- വിവിധതരം വീടുകൾ, വീട്ടുപകരണങ്ങൾ എന്നിവയുടെ മാതൃക വ്യത്യസ്ഥ വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിച്ചു നിർമ്മിക്കുന്നു. (കളിമണ്ണ്, കാർഡ്ബോർഡ്)
- വിവിധതരം അലങ്കാര വസ്തുക്കൾ (തോരണം, പൂക്കൾ) ഉണ്ടാക്കുന്നു.
- കുറഞ്ഞചെലവിൽ ആകർഷകമായ ആശംസാകാർഡുകൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിന്
- സ്ക്കൂളിൽ പൂന്തോട്ടമുണ്ടാക്കുന്നതിന്
- പഠനോപകരണം നിർമ്മിക്കുന്നതിന്
- പാഴ്വസ്തുക്കളുപയോഗിച്ച് വിവിധതരം സ്റ്റേഷനറി ഉപകരണങ്ങൾ തയ്യാറാക്കൽ
- ബഡ്ഡിംഗ്, ഗ്രാഫ്റ്റിംഗ് തുടങ്ങിയവയിൽ പരിശീലനം നേടുന്നു.

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

- കുറഞ്ഞ ചെലവിൽ ലളിതമായ ലഘു ഭക്ഷണങ്ങൾ തയ്യാറാക്കുന്നതിന് (സാലാഡ്, സ്വാഷ്, ജാം)

വീട്ടിലും ക്ലാസ്സിലും എളുപ്പം നിർമ്മിക്കാവുന്ന ധാരാളം പാനീയങ്ങളും ഭക്ഷണ പദാർത്ഥങ്ങ ളുമുണ്ടല്ലോ ഇവ കുട്ടികൾക്ക് പരിചയപ്പെടുത്താം ഇതിൽ എന്തൊക്കെ ഉൾപ്പെടുത്താം

- നാരങ്ങാവെള്ളം
- ജ്യൂസുകൾ
- സംഭാരം
- ഒ.ആർ.എസ്.ലായനി
- പച്ചക്ക് കഴിക്കാവുന്ന പച്ചക്കറികൾ അരിഞ്ഞ് ഉപ്പും ചേർത്തുണ്ടാക്കാവുന്ന സലാഡ്

ഇങ്ങനെ ഉണ്ടാക്കുന്നതിൽ വിൽപ്പനസാധ്യതയുള്ളവ എന്തൊക്കെയാണ്. നിർമ്മാണ രീതി യിൽ പ്രദേശികമായി വ്യത്യാസങ്ങൾ കാണില്ലേ? എസ്.എസ്.ജി.യുടെ സഹായം തേടുമല്ലോ.

- പലതരം പഴങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ചുള്ള ജ്യൂസുകൾ
- ജാം
- പേക്കറ്റ് അച്ചാർ
- ഉപ്പിലിട്ടത്.
- സ്ക്വാഷ്
- സംഭാരം
- തേൻനെല്ലിക്ക
-

ഇവയിൽ ചിലതിന്റെ നിർമ്മാണത്തിന് പുറമെനിന്നുള്ളവരുടെ വിദഗ്ദ സഹായം ആവശ്യമായി വരും. സ്ക്കൂൾ സൊസൈറ്റികൾ, സ്ക്കൂളിൽ പുതിയതായി രൂപീകരിക്കുന്ന സ്വാശ്രയ ഗ്രൂപ്പുകൾ എന്നിവയിലൂടെ ഇവയുടെ വിപണനം സാധ്യമാക്കാം.

- പച്ചക്കറിത്തോട്ടം ഒരുക്കുന്നതിന്

പ്രവർത്തനം :

സ്ക്കൂളിൽ നട്ടുപിടിപ്പിക്കാവുന്ന മരങ്ങളും മറ്റ് കൃഷികളും എന്തൊക്കെയാണെന്ന് ക്ലാസ്സിലെ ചർച്ചയിൽ നിന്ന് കണ്ടെത്താമല്ലോ. സ്ക്കൂളിന്റെ സാഹചര്യങ്ങൾക്കനുസരിച്ച് ഇവയിൽ വൈവിദ്ധ്യമുണ്ടാക്കാൻ കഴിയും. ഇതിനായി കേമ്പസ് മാപ്പിംഗ് നടത്തി മരങ്ങളുടെ സ്ഥാനം നിർണ്ണയിക്കാം. പൂന്തോട്ടത്തിന്റെ മാതൃക തയ്യാറാക്കുന്നതിന് ക്ലാസ് തല മത്സരം സംഘടിപ്പിക്കാം. ഏതെല്ലാം സസ്യങ്ങളാണ് വച്ചു പിടിപ്പിക്കുക.

- ഫലവൃക്ഷങ്ങൾ
- ഔഷധചെടികൾ
- പടുമരങ്ങൾ
- ജൈവവേലി
- അപൂർവ്വ ഇനം മരങ്ങൾ
- കാവ് നിർമ്മാണം

പച്ചക്കറി തോട്ടനിർമ്മാണത്തിന് പലതരം വിത്തുകൾ മുളപ്പിച്ച് തൈകളുണ്ടാക്കി ലഘു നേഴ്സറി സജ്ജീകരിക്കാൻ കഴിയും. ഇതിനാവശ്യമായ ജൈവ വളം, ജൈവ കീടനാശിനി എന്നിവ നിർമ്മിക്കാനും പരിശീലിപ്പിക്കാം. കൂടാതെ ബഡ്ഡിംഗ്, ഗ്രാഫ്റ്റിംഗ് എന്നിവയിൽ പരിശീലനവും ആകാം. കൃഷി ഓഫീസിന്റെ സഹായതതോടെ ഇത്തരം പ്രവർത്തനങ്ങൾ ജനകീയമായി നടപ്പിലാക്കാൻ കഴിയില്ലേ?

നമ്മുടെ പ്രദേശത്തു തന്ന അനുഭവ സമ്പത്തുള്ള നല്ല കർഷകർ ഉണ്ടാകില്ലേ.

പലതിനും തദ്ദേശസ്വയം ഭരണ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ സാമ്പത്തിക സഹായം ആവശ്യപ്പെടാമല്ലോ.

ഉണ്ടാകുന്ന ഉത്പന്നങ്ങൾ ഉച്ചക്കഞ്ഞി മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിനും ചെറിയ വിലയ്ക്ക് കുട്ടികളിലെ വീടുകളിലക്ക് എത്തിക്കുന്നതിനും കഴിയും. ഇത്തരത്തിൽ കുട്ടികൾക്ക് കാർഷിക വൃത്തിയോടുള്ള ആഭിമുഖ്യം വളർത്തിയെടുക്കാൻ ശ്രമിക്കുമല്ലോ. ഈ രീതിയിൽ പൂന്തോട്ടനിർമ്മാണവും സാധ്യമാകുകയില്ലേ?

- കുടിവെള്ളം വൃത്തിയായും ആരോഗ്യകരമായും ലഭ്യമാക്കുന്നതിന്

പ്രവർത്തനം :

മഴക്കുഴി നിർമ്മാണം - ഗ്രൗണ്ടിന്റെ അതിർത്തി ഭാഗത്ത് മഴവെള്ളം തങ്ങി നിൽക്കാൻ പാകത്തിലുള്ള കുഴികൾ നിർമ്മിക്കുക, കമ്പോസ്റ്റ്കുഴി സജ്ജീകരിക്കൽ

പ്രവർത്തനം :

സോപ്പ് പിറ്റ് നിർമ്മാണം - കുഴിയിൽ ചകിരി, ഓടിൻ കഷ്ണം എന്നിവ ഇട്ട് മുകളിൽ ഒരു പഴയചാക്ക് വിരിച്ച് അവിടേക്ക് കിണറിൽ നിന്നും പൈപ്പിൽ നിന്നുമുള്ള അഴുക്കുവെള്ളം ഒഴുക്കിവിടണം.

പ്രവർത്തനം :

ശുചിത്വ ബോധവൽക്കരണ ബോർഡ് നിർമ്മാണം, പോസ്റ്റർ തയ്യാറാക്കി ഒട്ടിക്കൽ. ക്ലാസ്സിൽ വേസ്റ്റ് കൊട്ട നിർമ്മിക്കലും, ചൂൽ നിർമ്മാണവും. ഹെൽത്ത് ക്ലബ്ബുമായി ഇതിനെ ബന്ധിപ്പിക്കുമല്ലോ.

- വസ്ത്രങ്ങളിൽ ഫാബ്രിക് പെയിന്റിംഗ് നടത്തുന്നതിന്

പ്രവർത്തനം :

മേശവിരി, കർട്ടൻ, പില്ലോകവർ, സാരി എന്നിവയിൽ ഫേബ്രിക് പെയിന്റും ബ്രഷും ഉപയോഗിച്ച് ഡിസൈൻ വരയ്ക്കൽ. ഇതിനായി ആവശ്യമായ ഡിസൈൻ മുൻകൂട്ടി തയ്യാറാക്കണം. സ്റ്റെൻസിൽ നിർമ്മാണവും ആവാം.

- വിവിധതരം വീടുകൾ, വീട്ടുപകരണങ്ങൾ എന്നിവയുടെ മാതൃക വ്യത്യസ്ഥ വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിച്ചു നിർമ്മിക്കുന്നു. (കളിമണ്ണ്, കാർഡ്ബോർഡ്)

പ്രവർത്തനം :

എന്തൊക്കെ തരത്തിലുള്ള വീടുകളും കെട്ടിടങ്ങളും കുട്ടിക്കറിയാം. ഇവയുടെ രേഖാചിത്രങ്ങൾ തയ്യാറാക്കാമല്ലോ. ഇവയിൽ ഏതിന്റെയൊക്കെ മാതൃകകൾ ഉണ്ടാക്കാം. ഇതിന് എന്തൊക്കെ വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിക്കാം.

- ഈർക്കിൾ
- തീപ്പെട്ടിക്കമ്പ്
- ഐസ്ക്രീം സ്റ്റിക്ക്
- പനയോല
- തെങ്ങോല
- മുളകഷ്ണങ്ങൾ
- കളിമണ്ണ്
- കാർഡ് ബോർഡ്
- തെർമോകോൾ

കുട്ടികളുടെ ഭാവനയനുസരിച്ച് രൂപങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കി യോജിച്ച നിറങ്ങൾ നൽകട്ടെ.

- പാഴ്‌വസ്തുക്കളുപയോഗിച്ച് വിവിധതരം സ്റ്റേഷനറി ഉപകരണങ്ങൾ തയ്യാറാക്കൽ

പ്രവർത്തനം :

പാഴ്‌വസ്തുക്കളും അല്ലാത്തതുമായ എന്തെല്ലാം വസ്തുക്കൾ ഇത്തരം നിർമ്മാണത്തിനായി വേണ്ടി ഉപയോഗിക്കാം. ക്ലാസ്സിൽ ചർച്ച ചെയ്ത് തീരുമാനിക്കുമല്ലോ. ഇവ ഉപയോഗിച്ച് എന്തെല്ലാം സ്റ്റേഷനറി വസ്തുക്കൾ നിർമ്മിക്കാൻ കഴിയും.

- വർണ്ണക്കടലാസുകൊണ്ട്
- മിഠായി കടലാസ്
- അടക്കാതോട്
- ചകിരികൊണ്ട്
- ഡിസ്പോസിബിൾ ഗ്ലാസ്, പ്ലേറ്റ്
- പൂക്കൾ, തോരണങ്ങൾ
- പാവ, പീപ്പി
- കിളി ബോട്ട്
- ജീവികൾ
- പാവകൾ

- വിവിധതരം അലങ്കാര വസ്തുക്കൾ (തോരണം, പൂക്കൾ) ഉണ്ടാക്കുന്നു.

പ്രവർത്തനം :

പാഴ്‌വസ്തുക്കളും അല്ലാത്തതുമായ എന്തെല്ലാം സാധനങ്ങൾ കൗതുക വസ്തു നിർമ്മാണത്തിനായി ഉപയോഗിക്കാൻ കഴിയും.

- വർണ്ണകടലാസുകൾകൊണ്ട് പൂക്കൾ, തോരണങ്ങൾ
- മിഠായി കടലാസ്കൊണ്ട് പാവ, പീപ്പി
- അടക്കാത്തോട് ഉപയോഗിച്ച് പക്ഷി, ബോട്ട്, പൂക്കൾ
- ചകിരികൊണ്ട് ജീവികൾ
- സ്ട്രോ ഫിലിമിന്റെ കൂട്, ബോൾപെന്നിന്റെ കൂട്, ബലൂൺ ഇവ ഉപയോഗിച്ച് പീപ്പികൾ.

പ്രാദേശിക വിദഗ്ദരെ കണ്ടെത്തി ഉപയോഗപ്പെടുത്തുമല്ലോ. ഇതിനായി പ്രത്യേകം ശിൽപശാലകൾ സംഘടിപ്പിക്കാവുന്നതാണ്. പ്രവൃത്തി പരിചയ മേളയുമായി ഈ പ്രവർത്തനത്തെ ബന്ധിപ്പിക്കാൻ ശ്രമിക്കുമല്ലോ.

- കുറഞ്ഞചെലവിൽ ആകർഷകമായ ആശംസാകാർഡുകൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിന്

പ്രവർത്തനം :

എന്തെല്ലാം രീതിയിൽ ആശംസാ കാർഡുകൾ ഉണ്ടാക്കാം

- വർണ്ണചിത്രങ്ങൾ ഒട്ടിച്ച്
- മണൽചിത്രങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച്
- വാട്ടർ കളർ ഉപയോഗിച്ച്
- വെജിറ്റബിൾ പ്രന്റ് ഉപയോഗിച്ച്
- സ്പ്രേപെയിന്റ് ഉപയോഗിച്ച്
- ഉണങ്ങിയ ഇല, തെങ്ങിന്റെ അരിപ്പ ഉപയോഗിച്ച്
- വൈക്കോൽ, ഉണങ്ങിയ വാഴപ്പോള ഉപയോഗിച്ച്
- ചിത്രങ്ങളുടെ ഔട്ട്ലൈൻ എടുത്ത് മെഴുക് പുരട്ടി വാട്ടർ കളർ സ്പോഞ്ചിൽ മുക്കി തുടച്ചുകൊണ്ട്.
- പഠനോപകരണം നിർമ്മിക്കുന്നതിന്

പ്രവർത്തനം :

സംഖ്യകൾ ലഘുവാക്യങ്ങൾ എന്നിവ മുൻകൂട്ടി എഴുതി തയ്യാറാക്കിയ സ്ട്രിപ്പുകൾ, അവയിൽ ആവശ്യാനുസരണം നീക്കാൻ കഴിയുന്ന റണ്ണറുകൾ എന്നിവ കുട്ടികൾക്ക് സ്വയം ഉണ്ടാക്കി ഉപയോഗിക്കാനാവും.

- പാഴ്വസ്തുക്കളുപയോഗിച്ച് വിവിധതരം സ്റ്റേഷനറി ഉപകരണങ്ങൾ തയ്യാറാക്കൽ

പ്രവർത്തനം :

തുന്നൽ പീടികകളിൽ മുറിച്ചൊഴിവാക്കുന്ന തുണി കഷ്ണങ്ങൾ നീളത്തിലെടുത്ത് ഒരു വടിയുടെ തലയ്ക്കൽ ബലമായി കെട്ടിയുറപ്പിച്ച് പൊടി തട്ടിയായി ഉപയോഗിക്കും. സിഗരറ്റ് പാക്കറ്റ്, ഫൈബർ ഡോറിന്റെ വെട്ടി ഒഴിവാക്കിയ ഭാഗങ്ങൾ എന്നിവകൊണ്ട് പെൻ/പെൻസിൽ സ്റ്റാന്റ് ഉണ്ടാക്കി ഉപയോഗിക്കാനാവും.

- ബഡ്ഡിംഗ്, ഗ്രാഫ്റ്റിംഗ് തുടങ്ങിയവയിൽ പരിശീലനം നേടുന്നു.

പ്രവർത്തനം :

ഒരു ചെടിയുടെ മുകുളം അതേ ഇനത്തിലെ മറ്റൊരിനം ചെടിയിൽ വച്ച് പിടിപ്പിച്ച് പുതിയ തൈ ഉൽപാദിപ്പിക്കുന്ന രീതിയാണ് ബഡ്ഡിംഗ്. പൂച്ചെടികളിലും ഫലവൃക്ഷണങ്ങളിലുമൊക്കെ ഈ രീതിയിൽ പ്രയോഗിക്കാനാവും. ഗ്രാഫ്റ്റിംഗ് മാവ്, കശുമാവ്, പ്ലാവ്, സപ്പോട്ട തുടങ്ങിയ ഫലവൃക്ഷങ്ങളിലും പൂച്ചെടികളിലും ഈ രീതി ഫലപ്രദമായി ഉപയോഗിക്കാം. മെച്ചമായ കായ്ഫലം കിട്ടാത്ത മണ്ണിലുറച്ചു നിൽക്കുന്ന ആ തൈയുടെ വശം ചരിച്ചുവെട്ടി നല്ല ഫലം കിട്ടുന്ന മരത്തിന്റെ ഒരു കൊമ്പ് ഒരേപോലെ ചരിച്ചു ചെത്തി ചേർത്തുവച്ച് പിടിപ്പിക്കുന്നതാണ് ഈ രീതി. വച്ചകൊമ്പ് മാതൃചെടിയിൽ ഒട്ടി എന്നുറപ്പായാൽ മാതൃവൃക്ഷത്തിന്റെ തലമുറിച്ചുമാറ്റി പുതിയ തല വളരാൻ അനുവദിക്കാം.

പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനകൾ – ആറാം തരം

- ലഘുഭക്ഷണ പദാർത്ഥങ്ങൾ തയ്യാറാക്കുവാൻ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നതിന് (ചായ, കാപ്പി, ചിപ്സ്, അച്ചാർ തുടങ്ങിയവ)
- പച്ചക്കറിത്തോട്ടം നിർമ്മിക്കുന്നതിന്
- ജൈവവളം തയ്യാറാക്കുന്നതിന്
- ടൗവ്വൽ, മേശവിരി തുടങ്ങിയവയിൽ ഫാബ്രിക് പ്രിന്റിംഗ് നടത്തുന്നതിന്.
- മോഡലുകൽ (തെർമോകോൾ, കാർഡ്ബോർഡ്) നിർമ്മിക്കുന്നതിന്.
- പാഴ്‌വസ്തുക്കൾ, ടിഷ്യൂപേപ്പർ, ക്രേപ്പ് പേപ്പർ എന്നി ഉപയോഗിച്ച് അലങ്കാര/കൗതുക വസ്തുക്കൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിന്.
- പഠനോപകരണങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിന്
- സ്കൂളിൽ ആവശ്യമായ സ്റ്റേഷനറി സാധനങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിന്
- ബഡ്ഡിംഗ്, ഗ്രാഫ്റ്റിംഗ്, ലേയറിംഗ് എന്നിവയിൽ പരിശീലനം നേടുന്നതിന്.

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

- ലഘുഭക്ഷണ പദാർത്ഥങ്ങൾ തയ്യാറാക്കുവാൻ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നതിന്

(ചായ, കാപ്പി, ചിപ്സ്, അച്ചാർ തുടങ്ങിയവ)

പ്രവർത്തനം :

- ചായ, കാപ്പി, അച്ചാർ, നന്നാറി സർബത്ത്, നാരങ്ങാവെള്ളം, സമ്പാരം, ജൂസ് മുതലായവ തയ്യാറാക്കൽ.

സ്കൂളിൽ നടക്കുന്ന ദിനാഘോഷങ്ങൾ,
സഹവാസക്യാമ്പുകൾ എന്നിവയോടനുബന്ധിച്ച്
ഈ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തുന്നത് ഉചിതമായിരിക്കും.
ഭക്ഷണ പദാർത്ഥങ്ങൾ തയ്യാറാക്കുന്നതിന്റെ
പാചകക്കുറിപ്പുകൾ എഴുതി പതിപ്പാക്കണം.

- പച്ചക്കറിത്തോട്ടം നിർമ്മിക്കുന്നതിന്

പ്രവർത്തനം :

വെണ്ട, പയർ, തക്കാളി, പച്ചമുളക്, പാവൽ തുടങ്ങിയ കൃഷി ചെയ്യാം. ദീർഘനാൾ വിളവു തരുന്ന പപ്പായ, മാവ്, പ്ലാവ്, നെല്ലിക്ക, പുളി, ശീമപ്ലാവ് മുതലായവ നട്ടുപിടിപ്പിക്കാം. ഇവ ഉച്ചഭക്ഷ ണത്തിനും സ്കൂളിലെ ആവശ്യങ്ങൾക്കും ഉപയോഗപ്പെടുത്താം.

- ജൈവവളം തയ്യാറാക്കുന്നതിന്

പ്രവർത്തനം ;

സ്കൂളിലും പരിസരത്തും അടിഞ്ഞുകൂടുന്ന ചപ്പുചവറുകൾ, മാലിന്യങ്ങൾ എന്നിവ ഉപയോ ഗപ്പെടുത്തി കമ്പോസ്റ്റുകുഴിയിൽ നിക്ഷേപിച്ച് ജൈവവളമാക്കി മാറ്റാം.

- ടൗവ്വൽ, മേശവിരി തുടങ്ങിയവയിൽ ഫാബ്രിക് പ്രിന്റിംഗ് നടത്തുന്നതിന്.

പ്രവർത്തനം :

പരുത്തി തുണിയിൽ പെൻസിൽ, ക്രയോൺ എന്നിവ ഉപയോഗിച്ച് സ്കെച്ച് ചെയ്ത് ഫാബ്രിക് പെയിന്റുപയോഗിച്ച് നിറംകൊടുക്കുക. വെജിറ്റബിൾ പ്രിന്റിംഗും ആകാവുന്നതാണ്. പ്രിന്റിംഗ് കഴി

ഞ്ഞാൽ തണലിൽ ഇട്ട് ഉണക്കുക. ടൗവ്വലുകൾ, മേശവിരികൾ എന്നിവ ഇപ്രകാരം തയ്യാറാക്കി ഉപയോഗിക്കാം.

- മോഡലുകൾ (തെർമോകോൾ, കാർഡ്ബോർഡ്) നിർമ്മിക്കുന്നതിന്.

പ്രവർത്തനം :

വീട്ടു സാമാനങ്ങൾ, ഫർണീച്ചറുകൾ പക്ഷിമൃഗാദികൾ എന്നിവയുടെ കട്ടൗട്ടുകളും മോഡലുകളും ഉണ്ടാക്കാൻ പരിശിലീനം നൽകലാണ് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. തെർമോകോൾ, കാർഡ്ബോർഡ് എന്നിവ ഉപയോഗിച്ചുകൊണ്ടുള്ള സ്ക്കൂൾതല നിർമ്മാണക്കളരികൾ സംഘടിപ്പിക്കാവുന്നതാണ്.

- പാഴ്വസ്തുക്കൾ, ടിഷ്യൂപേപ്പർ, ക്രോപ്പ് പേപ്പർ എന്നിവ ഉപയോഗിച്ച് അലങ്കാര/കൗതുക വസ്തുക്കൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിന്.

പ്രവർത്തനം :

പാഴ്വസ്തുക്കളായ കൊട്ടടയ്ക്കത്തോട്, മടൽ, മാങ്ങയണ്ടി, മച്ചിങ്ങ, ഐസ്ക്രീം കപ്പ്, ഉജാല കുപ്പി, ടൂത്ത്ബ്രഷ്, മിഠായിക്കടലാസ്, മുതലായവ ഉപയോഗിച്ച് പച്ചക്കറികൾ, പൂക്കൾ, ബോട്ട്, മുയൽ, അണ്ണാൻ, പൂമ്പാറ്റ, തുമ്പി തുടങ്ങിയവ നിർമ്മിക്കാം.

- പഠനോപകരണങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിന്
- സ്ക്കൂളിൽ ആവശ്യമായ സ്റ്റേഷനറി സാധനങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിന്

പ്രവർത്തനം :

ഫ്ളാനൽബോർഡ്, ബ്ലാക്ക് ബോർഡ്, മെറ്റൽബോർഡ്, മാപ്പ് റാക്ക്, ഡസ്റ്റർ മുതലായവയുടെ നിർമ്മാണം. വിവിധ വിഷയങ്ങളുടെ പഠനവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് ശേഖരങ്ങൾ, മോഡലുകൾ മുതലായവ തയ്യാറാക്കൽ.

തയ്യാറാക്കിയ സാധനസാമഗ്രികൾ
സ്ക്കൂൾതലത്തിൽ പ്രദർശിപ്പിക്കുകയും മികച്ചത്
തെരഞ്ഞെടുത്ത് സമ്മാനങ്ങൾ നൽകുകയും ചെയ്യണം.

- ബഡ്ഡിംഗ്, ഗ്രാഫ്റ്റിംഗ്, ലേയറിംഗ് എന്നിവയിൽ പരിശീലനം നേടുന്നതിന്.

പ്രവർത്തനം :

ബഡ്ഡിംഗ്, ഗ്രാഫ്റ്റിംഗ്, ലയറിംഗ് എന്നിവയിൽ കൃഷി ഓഫീസർമാർ കൃഷിക്കാർ എന്നിവരുടെ സഹായത്തോടെ പരിശീലനം നൽകാം. പഠിച്ച കാര്യങ്ങൾ വീട്ടിൽ പ്രയോഗിച്ച് വൈദഗ്ദ്യം നേടണം. ഇങ്ങനെ രൂപപ്പെടുത്തിയ ഇവയുടെ പ്രദർശനം സംഘടിപ്പിക്കാവുന്നതാണ്. താൽപര്യപൂർവ്വമുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് അംഗീകാരം നൽകണം. സാഹചര്യമനുസരിച്ച് സ്ക്കൂളിന്റെ അയൽവക്ക പാടശേഖരം കാർഷികവൃത്തിയോട് അനുകൂല മനോഭാവം കുട്ടികൾക്കുണ്ടാകുന്ന രീതിയിൽ പ്രയോജനപ്പെടുത്താൻ കഴിയുന്ന കാര്യം പരിശോധിക്കാവുന്നതാണ്.

പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനകൾ – ഏഴാം തരം

- സ്ക്കൂൾ ആഘോഷവേളകളിൽ ആവശ്യമായ ലഘുഭക്ഷണ പദാർത്ഥങ്ങൾ തയ്യാറാക്കുന്നതിന്
- ആവശ്യമുള്ള പച്ചക്കറികൾ ഉൽപാദിപ്പിക്കുന്നതിന്
- ക്ലാസ്സ്മുറി, പരിസരം തുടങ്ങി സ്ക്കൂളിന്റെ പ്രധാന ഭാഗങ്ങൾ ശുചിയായും, ആകർഷകമായും സൂക്ഷിക്കുന്നതിന്.
- തലയണ, കുഷ്യൻ, ഡസ്റ്റർ തുടങ്ങിയവ നിർമ്മിക്കുന്നതിന്.
- എംബ്രോയിഡറി പരിശീലനം നേടുന്നതിന്
- മാതൃകകൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിനുള്ള പരിശീലനം നേടാൻ.
- പ്രകൃതിദത്തമായ വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിച്ച് അലങ്കാരങ്ങൾ (തെങ്ങോല, ഈറ, മുള) ഉണ്ടാക്കുന്നതിന്
- ചെലവുകുറഞ്ഞ രീതിയിൽ അലങ്കാരവസ്തുക്കൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിന്
- പഠനോപകരണങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിന്.
- കുഷ്യൻ, പാവ, പൂക്കൾ എന്നിവ നിർമ്മിക്കുന്നതിന്
- ബെഡ്ഡിംഗ്, ഡ്രാഫ്റ്റിംഗ്, ലേയറിംഗ് എന്നിവയിൽ പരിശീലനം നേടുന്നതിന്

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

- സ്ക്കൂൾ ആഘോഷവേളകളിൽ ആവശ്യമായ ലഘുഭക്ഷണ പദാർത്ഥങ്ങൾ തയ്യാറാക്കുന്നതിന്

പ്രവർത്തനം :

വിദ്യാലയത്തിലെ വിവിധ പ്രവർത്തനങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് ലഘുപാനീയങ്ങളും, ലഘു ഭക്ഷണങ്ങളും തയ്യാറാക്കാൻ ആവശ്യമായ പരിശീലനം കുട്ടികൾക്ക് നൽകേണ്ടതാണ്. എന്തെല്ലാം പ്രവർത്തനങ്ങൾ നൽകാൻ കഴിയും.

- ലഘുപാനീയങ്ങൾ, സംഭാരം, നന്നാറിസർബത്ത്, വിവിധ തരം ജ്യൂസുകൾ, ചായ, കാപ്പി, തേൻവെള്ളം.

ലഘു ഭക്ഷണങ്ങൾ

അവിൽ കുഴച്ചത്, റവ ഉപ്പുമാവ്, കപ്പ പുഴുക്ക്

> വിദ്യാലയത്തിൽ നടക്കുന്ന ഉച്ചഭക്ഷണ
> വിതരണവുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി ഈ
> മേഖലയിലെ പ്രവർത്തനം നൽകുന്നത് ഗുണകരമാവുമോ?
> എസ്.ആർ.ജിയിൽ ചർച്ച ചെയ്യൂ.

- ക്ലാസ്സ്മുറി, പരിസരം തുടങ്ങി സ്ക്കൂളിന്റെ പ്രധാന ഭാഗങ്ങൾ ശുചിയായും, ആകർഷകമായും സൂക്ഷിക്കുന്നതിന്.

പ്രവർത്തനം :

ക്ലാസ് മുറി, പരിസരം തുടങ്ങി സ്ക്കൂളിന്റെ പ്രധാന ഭാഗങ്ങൾ ശുചിയായും ആകർഷകമായും സൂക്ഷിക്കുന്നതിന് വിദ്യാലയങ്ങളിൽ സ്ക്വാഡുകൾ രൂപീകരിച്ച് വിവിധ ശുചീകരണ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്താമല്ലോ. എന്തൊക്കെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നൽകാൻ കഴിയും.

- മുറ്റം, ക്ലാസ് അടിച്ചുവാരൽ
- മാറാലത്തട്ടൽ

- ഫർണ്ണീച്ചറുകൾ കഴുകിവൃത്തിയാക്കൽ
- വേസ്റ്റ് പിറ്റ് നിർമ്മാണം
- പൊടിശല്യമില്ലാത്ത ക്ലാസ് മുറി
- പ്രാദേശികമായി ലഭ്യമായ വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിച്ച് അലങ്കരിക്കൽ.

വിദ്യാലയങ്ങളിലെ ഫർണ്ണീച്ചറുകളുടെ റിപ്പയറിംഗ് കുട്ടികളെകൊണ്ട് ചെയ്യിക്കാമോ? എസ്.ആർ.ജി.ചേർന്ന് പ്ലാൻ ചെയ്യൂ. എസ്.എസ്.ജി.യുടെ സഹായം ലഭ്യമാക്കണം. പൊടിതട്ടി, ഡസ്റ്റർ, ചൂല്, കമ്പിചൂൽ, ചവറ്റുകുട്ട ഇവ നിർമ്മിക്കുകയും ആവാം.

> എല്ലാ ജോലികളും ആൺകുട്ടിയും പെൺകുട്ടിയും ചെയ്യേണ്ടതല്ലേ. എങ്കിൽ എന്തെല്ലാം ഗുണങ്ങളാണ് ഉണ്ടാവുക. വ്യക്തിശുചിത്വംപോലെ പ്രധാനമാണ് സ്ഥാപന ശുചിത്വവും. ഉത്തരവാദിത്വം സ്വയം ഏറ്റെടുക്കുന്ന രീതിയിൽ കുട്ടികളിൽ മനോഭാവം ഉണ്ടാക്കാൻ ബോധപൂർവ്വമായ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ആസൂത്രണം ചെയ്യുമല്ലോ.

- തലയണ, കുഷ്യൻ, ഡസ്റ്റർ തുടങ്ങിയവ നിർമ്മിക്കുന്നതിന്.

പ്രവർത്തനം :

വീട്ടിലും, വിദ്യാലയത്തിലും ഉപയോഗിക്കുന്ന പല ഉപകരണങ്ങളും കുട്ടികൾക്ക് തയ്യാറാക്കാൻ കഴിയുന്നവയാണ്. ഇതിനാവശ്യമായ അസംസ്കൃത പദാർത്ഥങ്ങൾ വാങ്ങണമെന്നുമാത്രം.

- തലയിണ ഉറ
- ഡസ്റ്റർ
- കുഷ്യൻ
- മേശവിരി
- കുട്ട
- മെഴുകുതിരി
- പപ്പടം
- എമ്പ്രോയിഡറി
- കടലാസ് പൂക്കൾ

ഇവയുടെ വിപണന സാധ്യത എസ്.ആർ.ജെയിൽ ചർച്ച ചെയ്യൂ.

- എംബ്രോയിഡറി പരിശീലനം നേടുന്നതിന്

പ്രവർത്തനം :

എംബ്രോയിഡറി വർക്ക് ചെയ്യാൻ ആവശ്യമായ ചിത്രങ്ങൾ വരയ്ക്കുന്ന പ്രവർത്തനം ചിത്രകലയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് ക്ലാസ്സിൽ ചെയ്യാവുന്നതാണ്.

- മാതൃകകൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിനുള്ള പരിശീലനം നേടാൻ.

പ്രവർത്തനം :

പൾപ്പ് ഉപയോഗിച്ച് നിരവധി മുഖമൂടികളും, മറ്റു രൂപങ്ങളും ഉണ്ടാക്കാം. ചായമടിച്ച് മനോഹരമാക്കിയാൽ നാടകം, ഘോഷയാത്രകൾ എന്നിവയ്ക്ക് ഉപയോഗപ്പെടുത്താം. പാവനാടകത്തിനാവശ്യമായ പാവകളുടെ നിർമ്മാണവും ഇതിന്റെ ഭാഗമായി നടത്താം. കഥാപാത്രങ്ങൾക്കനുയോജ്യമായ വസ്ത്രങ്ങൾ രൂപ കൽപന ചെയ്യാം. പ്ലാസ്റ്റർ ഓഫ് പാരീസ് ഉപയോഗിച്ച് വിവിധ രൂപങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാം. ആവശ്യമായ മോൾഡുകൽ ഉണ്ടാക്കുകയോ, വാങ്ങുകയോ ചെയ്യാം. ഉണ്ടാക്കുന്ന പ്രതിമകൾക്ക് വിപണ സാധ്യത കണ്ടെത്താം.

പൾപ്പ് നിർമ്മാണം

കുതിർത്ത പേപ്പർ ഉലുവ ചേർന്ന് നന്നായി അരച്ചെടുക്കുക ഇതാണ് പൾപ്പ്.

പ്രതിമകളുടെ നിർമ്മാണത്തിന് മറ്റെന്തൊക്കെ ഉപയോഗിക്കാം.

- കളിമണ്ണ്
- മെഴുകുതിരി
- പ്ലാസ്റ്റ് സീൽ

- പ്രകൃതിദത്തമായ വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിച്ച് അലങ്കാരങ്ങൾ (തെങ്ങോല, ഈറ, മുള) ഉണ്ടാക്കുന്നതിന്

പ്രവർത്തനം :

സ്വാതന്ത്ര്യദിനാഘോഷം, റിപ്പബ്ലിക് ദിനാഘോഷം, ഓണം, വാർഷികാഘോഷം എന്നിങ്ങനെ വിവിധ ആഘോഷങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി നിരവധി അലങ്കാരങ്ങൾ നടത്തുന്നതിന് അവസരമുണ്ട്. എന്തൊക്കെ വസ്തുക്കൾ ഇതിനായി ഉപയോഗിക്കാൻ കഴിയും. വർണ്ണക്കടലാസ്, കുരുത്തോല, പ്ലാസ്റ്റിക് പേപ്പർ, പൂക്കൾ, സിഗരറ്റ് കൂട്, മിഠായി കവർ.

- പഠനോപകരണങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിന്.

പ്രവർത്തനം :

പഠനപ്രവർത്തനത്തിന്റെ ഭാഗമായി നിരവധി പഠനോപകരണങ്ങൾ കുട്ടികൾ നിർമ്മിക്കുന്നുണ്ട്. ഇതിനു പുറമെ മറ്റു പല പഠനോപകരണങ്ങളും കുട്ടികൾക്ക് നിർമ്മിക്കാം.

- ബ്ലാക്ക് ബോർഡ് (വുഡ്, മെറ്റൽ)
- ചാർട്ട് / മേപ്പ് സ്റ്റാന്റ്
- ഫ്ളാനൽ ബോർഡ്
- ജീവികൾ, സസ്യങ്ങൾ ഇവയുടെ സ്പെസിമെൻ
- ഗണിത പഠനത്തിന് ഡൈസ്, പാമ്പുംകോണിയും, സ്ട്രിപ്പുകൾ, കാർഡുകൾ
- ഭൂപടം, ഗ്ലോബ്, അക്വേറിയം,
- ബൈന്റിംഗ്, നോട്ടുപുസ്തക നിർമ്മാണം.

- കുഷ്യൻ, പാവ, പൂക്കൾ എന്നിവ നിർമ്മിക്കുന്നതിന്

പ്രവർത്തനം :

- സ്പോഞ്ച് പാവ
- പൾപ്പ് പാവ
- നൂൽപ്പാവ
- ഗ്ലൗപാവ

പാവനിർമ്മിക്കുകയും പാവനാടകം നടത്തുകയും ചെയ്യാം. ഇതരവിഷയങ്ങളിലെ പഠന പ്രവർത്തനവുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി പാവനാടകത്തിന്റെ സാധ്യത എസ്.ആർ.ജി.യിൽ ചർച്ച ചെയ്യാം.

മൂല്യ നിർണ്ണയം

ഓരോ പ്രവർത്തനങ്ങളും നടക്കുമ്പോൾ
താഴെ കൊടുക്കുന്ന സൂചകങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച്
നിരന്തരം മൂല്യനിർണ്ണയം നടത്തേണ്ടതുണ്ട്.

സൂചകങ്ങൾ

- സൂക്ഷ്മത, കൃത്യത, സൗന്ദര്യാത്മകത - 3/2/1
- സൃഷ്ടിപരത, നൂതനത്വം, പൂർണ്ണത - 3/2/1
- വിവിധ ഭാഗങ്ങൾ തമ്മിലുള്ള അനുപാതം, രൂപഭംഗി 3/2/1

(1) ഒറിഗാമി രൂപങ്ങൾ

1. മീൻ, 2 പൂമ്പാറ്റ, 3. ഷർട്ട്, 4 സോഫ, 5. മാലാല മത്സ്യം 6. വഞ്ചി 7. കിരീടം 8. വീട് 9. തൊപ്പികൾ 10. തവള 11. വായ തുറക്കുന്ന കാക്ക 12. കാറ്റാടി 13. പാമ്പ് 14. ചെവിയാട്ടം മുയൽ 15. പൂക്കുട്ട

(2) വെജിറ്റബിൾ പ്രിന്റ്

- വെണ്ടക്ക മുറിച്ചത്
- ചേനത്തണ്ട്
- വാഴത്തണ്ട്
- ചേമ്പിലത്തണ്ട്
- ബീൻസ് മുറിച്ചത്
- ക്യാരറ്റ്, ബീറ്റ്റൂട്ട്, ഉരുളക്കിഴങ്ങ് എന്നിവയിലെ സീലുകൾ

തുടങ്ങിയവ ഉപയോഗിച്ച് അലങ്കരിച്ച ടൗവ്വൽ ഗ്രീറ്റിംഗ്സ്, ഫോട്ടോ ഫ്രെയിം എന്നിവയുടെ മാതൃക

(3) തീപ്പെട്ടിക്കമ്പ് രൂപങ്ങൾ

- തീപ്പെട്ടിയും വാൽട്യൂബും ഉപയോഗിച്ച് നിർമ്മിക്കുന്ന പലതരം രൂപങ്ങൾ

കളിക്കാം പഠിക്കാം എന്ന പുസ്തകം ഉപയോഗിക്കാം.

(4) അക്ഷര ചിത്രങ്ങൾ

അമ്മതൻ മണിക്കുട്ടൻ, പുഞ്ചിരി പൊട്ടിച്ചിരി എന്നീ പുസ്തകത്തിൽ നിന്ന് അക്ഷരങ്ങൾകൊണ്ടും അക്കങ്ങൾകൊണ്ടും ഉണ്ടാക്കാവുന്ന ചിത്രങ്ങൾ നൽകുക.

(5) കൗതുക വസ്തുക്കൾ

പാഴ്‌വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിച്ചുണ്ടാക്കുന്ന കൗതുക വസ്തുക്കളുടെ ചിത്രങ്ങൾ

(6) ഇലമൃഗശാല

ഇലകൾകൊണ്ട് ഉണ്ടാക്കുന്ന പലരൂപങ്ങൾ

ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് ഹാന്റ്ബുക്കിൽ നിന്ന്

(7) സീൽ പ്രിന്റ് ചിത്രങ്ങൾ

തമ്പ് ഇസ്രക്ഷ്ൻ കൊണ്ട് ചിത്രങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കിയത്.

(8) ഇല പ്രിന്റുകൾ

- സ്പ്രേ പെയിന്റ്
- ക്രയോൺ ചിത്രം
- കരിപുരട്ടിയുള്ള പ്രിന്റ്

(9) കൊളാഷ്

- തുണി
- ന്യൂസ് പേപ്പർ
- ചിത്രങ്ങൾ

എന്നിവ ഉപയോഗിച്ച കോളാഷ്

10. മുഖംമൂടികൾ

മൃഗങ്ങൾ, പക്ഷികൾ, മനുഷ്യർ എന്നിവരുടെ മുഖംമൂടി ചിത്രങ്ങൾ

റഫറൻസ് ബുക്കുകൾ

1. കളിക്കാം പഠിക്കാം	അരവിന്ദ് ഗുപ്ത	കെ.എസ്.എസ്.പി.
2. ഓറിഗാമി	സുബിൻ	H&C/KSSP
3. കുഞ്ഞുകുഞ്ഞു കളിപ്പാട്ടങ്ങൾ	വിവ: K.K. കൃഷ്ണകുമാർ	NBTK

4. കളിപ്പാട്ട	കെ.എസ്.എസ്.പി.	KSSP
5. അമ്മതൻ മണിക്കുട്ടൻ	എ.ഡി. ചന്ദ്രൻ	സാക്ഷരത
6. കളിയൂഞ്ഞാൽ	കെ.എസ്.എസ്.പി.	KSSP
7. പഴയ HB/TB	DPER	

ആരോഗ്യ കായിക വിദ്യാഭ്യാസം

എൽ.പി. യു.പി

ആരോഗ്യകായിക വിദ്യാഭ്യാസം

എൽ.പി. വിഭാഗം

മറ്റു വിഷയങ്ങൾക്കു ഉള്ളപോലെത്തന്നെ പ്രാധാന്യം ആരോഗ്യകായിക വിദ്യാഭ്യാസത്തിനു മുണ്ട്. കുട്ടികളിൽ സംഘബോധം, ജനാധിപത്യപരമായ മര്യാദകൾ എന്നിവ വളർന്നു വരുന്നത് കളി കളിലൂടെയാണ്. ദിനചര്യയിലെ കൃത്യത, മാനസീക - ശരീരിക വ്യായാമങ്ങൾ, ശരിയായ ആഹാര ശീലങ്ങൾ, വ്യക്തി - പരിസര ശുചിത്വം, എന്നിവ വളർത്തിയെടുക്കുന്ന രീതിയിലായിരിക്കണം ഇതിലെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ആസുത്രണം ചെയ്യേണ്ടത്. ആരോഗ്യ കായിക വിദ്യാഭ്യാസത്തിൽ ആൺകു ട്ടികൾക്ക് ലഭിക്കുന്ന പോലെ തന്നെ അവസരങ്ങൾ പെൺകുട്ടികൾക്കും ലഭിക്കുന്നു എന്നു ഉറപ്പു വരുത്തേമ്ടതുണ്ട്.

പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനകൾ

ഒന്നാംതരം

- വിവിധ ഇനം കളികളിൽ പങ്കാളിയാകുന്നു.
- പേശീ ചലനത്തിന് സഹായകരമായ കളികൾ പാട്ടുകൾ എന്നിവയിൽ ഏർപ്പെടുന്നു.
- സ്വതന്ത്രമായ കളികളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു.
- ലളിതമായ നിർദ്ദേശങ്ങൾ പാലിച്ച് കളിക്കുന്നു.
- ശാരീരിക ക്ഷമതക്ക് സഹായകരമായ അംഗചലനങ്ങൾ ചെയ്യുന്നു.
- സൂചനകൾക്കനുസരിച്ച് കളികളിലും, താളാത്മകമായ പ്രവർത്തനങ്ങളിലും ഏർപ്പെടുന്നു.
- ഇടവും കളി ഉപകരണങ്ങളും സഹപാഠികളുമായി പങ്കുവെക്കുന്നതിന് സന്നദ്ധത പ്രകടിപ്പിക്കുന്നു.
- വിവിധ കളി ഉപകരണങ്ങൾ (പന്ത്, ത്രോബാൾ, റിംഗ്, ബാറ്റ്) കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നു.
- ആംഗ്യങ്ങൾ / നിർദ്ദേശങ്ങൾ / പാട്ട് എന്നിവയ്ക്കനുസരിച്ച് അംഗചലനങ്ങൾ പ്രദർശിപ്പിക്കുന്നു.
- നിശ്ചിതദൂരം ഓടുന്നു.
- ഇഷ്ടപ്പെട്ട കളികളിൽ ഒറ്റക്കും കൂട്ടായും ഏർപ്പെടുന്നു.
- വ്യക്തി ശുചിത്വം പാലിക്കുന്നു (ദിനചര്യകൾ വൃത്തിയുള്ള വസ്ത്രം ധരിക്കൽ, പഠനോപകരണങ്ങൾ വൃത്തിയായി സൂക്ഷിക്കൽ)
- പരിസരശുചിത്വം (വീട്, ക്ലാസ് മുറി) വൃത്തിയായി സൂക്ഷിക്കുന്നു.

പാട്ടുപാടി ക്കളി

നാരങ്ങാപ്പാല്

ചൂട്ടയ്ക്ക രണ്ട്

ഇലകൾ പച്ച

പൂക്കൾ മഞ്ഞ

ഓടിവരുന്ന

ചാടിവരുന്ന

കള്ളനെ പിടിച്ചേ.

ഇതുപോലെ പാട്ടുകൾപാടിക്കൊണ്ട് കളിക്കുന്ന കളികൾ ഏതൊക്കെയാണ്.

- മാണിക്യ ചെമ്പെഴുക്ക
- അക്കുത്തിക്കുത്താന
-

ചെറിയ ചെറിയ വ്യായാമരീതികൾ കുട്ടികളെ പരിചയപ്പെടുത്താൻ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതല്ലേ?

നിർദ്ദേശങ്ങൾ

-
-

കളിക്കാനുള്ള ഏരിയ അടയാളപ്പെടുത്തണം. നിർദ്ദേശങ്ങൾ കളി തുടങ്ങുന്നതിനു മുമ്പ് വ്യക്തമായി കുട്ടികൾക്ക് പറഞ്ഞുകൊടുക്കണം. വിസിൽ അടിച്ചാൽ പെട്ടെന്ന് നിൽക്കുവാൻ കഴിയുന്നുണ്ടോ എന്ന് ശ്രദ്ധിക്കണം. ഭാവങ്ങൾ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം.

കളിക്കാനുള്ള ഏരിയ കൃത്യമായി അടയാളപ്പെടുത്തണം. സുരക്ഷിതമേഖല പറഞ്ഞുകൊടുക്കണം. നയിക്കുന്ന ആൾ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിച്ച് നീങ്ങണം.

ഇത്തരത്തിലുള്ള കൂടുതൽ കളി കണ്ടെത്തി കൊടുക്കുവാൻ അധ്യാപകർ ശ്രദ്ധിക്കണം.

ശുചിത്വബോധം വളർത്താൻ സഹായിക്കുന്ന കഥകളും പാട്ടുകളും കണ്ടെത്തി അവതരിപ്പിക്കുവാൻ അധ്യാപകർ ശ്രദ്ധിക്കണം. കൂടാതെ പാഠഭാഗങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി പ്രവർത്തനങ്ങൾ കണ്ടെത്തുന്നതിന് ക്ലസ്റ്റർ വർക്ക്ഷോപ്പുകൾ പ്രയോജനപ്പെടുത്തണം.

പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനകൾ – രണ്ടാംതരം

- ശരീരത്തിന്റെ വിവിധ ഭാഗങ്ങൾക്ക് വ്യായാമം ലഭിക്കുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു.
- കളി ഉപകരണങ്ങൾ – എറിയുവാനും തട്ടുവാനുമുള്ള ശേഷി വളർത്തുന്നതിനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു.
- ശാരീരിക ക്ഷമത വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിന് സഹായകരമായ വേഗതയിൽ ഉള്ള വ്യായാമങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു.
- Starting, Stopping, Jumping, Throwing, Catching എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് ശരീര നിലകൾ ഗ്രഹിക്കുകയും പ്രകടിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.
- നിശ്ചിതദൂരം വേഗത്തിൽ ഓടുന്നു.
- താളാത്മ ചലനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു.
- കളികൾ / നാടൻ കളികളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു.
- ശരീരാവയവങ്ങളുടെ സംരക്ഷണത്തിന്റെ പ്രാധാന്യവും സംരക്ഷണവും മനസ്സിലാക്കുന്നു. (കണ്ണ്, മൂക്ക്, പല്ല്, ചെവി)
- ഉറക്കം വ്യായാമം, വിശ്രമം തുടങ്ങിയ ആരോഗ്യകാര്യങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുന്നു.
- നല്ല ഭക്ഷണ ശീലങ്ങൾ പാലിക്കുന്നു.
- പൗരബോധം വളർത്തുന്നു.

മാതൃകകൾ

- ഒന്നാം ക്ലാസ്സിലെ കളികൾ ആവർത്തിക്കുന്നു.
- ഒരു കൈ അകലത്തിൽ കുട്ടികളെ വൃത്താകൃതിയിൽ നിർത്തുന്നു. കളി നിയന്ത്രിക്കുന്ന ആൾ നടുക്ക് നിൽക്കുന്നു. മുന്നോട്ട്, പിന്നോട്ട്, ഇടത്തോട്ട്, വലത്തോട്ട് എന്ന നിർദ്ദേശത്തോടൊപ്പം ഏക്ഷനും നൽകി കുട്ടികളോട് ഒപ്പം ചാടാൻ പറയുന്നു. പറയുന്ന നിർദ്ദേശത്തിന് വിപരീതമായ

ഏക്ഷനായിരിക്കും നൽകുന്നത്. പറയുന്നതുപോലെ ചാടാത്തവരെ മാറ്റി നിർത്തുന്നു.

- കുട്ടികളെ രണ്ട് ടീമുകളാക്കി തിരിക്കുന്നു. എതിർടീമിന് ബാൾ കിട്ടാതെ ടീമിലെ കുട്ടികൾ പരസ്പരം പാസ്സ് ചെയ്ത് പിടിക്കണം. ഇവർ പരസ്പരം പാസ്സ് ചെയ്യുമ്പോൾ തടസ്സപ്പെടുത്തുകയും തട്ടിയെടുത്ത് കൈക്കലാക്കുവാൻ എതിർടീം ശ്രമിക്കുന്നു. കൂടുതൽ സമയം ബാൾ കൈവശം വെച്ച് പാസ്സ് ചെയ്തു കളിക്കുന്ന ടീം വിജയിക്കുന്നു.

- 'മാണിക്യ ചെമ്പെഴുക്ക' കുട്ടികളെ വൃത്താകൃതിയിൽ ചേർത്ത് നിർത്തുന്നു. അവർ താഴെ കൊടുത്ത പാട്ട് പാടുന്നു.

അടുന്നുണ്ടോടുന്നുണ്ടേ

മാണിക്യ ചെമ്പെഴുക്ക

എന്റെ ഇടംകയ്യിലോ (ഓടുന്നുണ്ടോ....)'

- ഒരാൾ വൃത്തത്തിനകത്തു നിൽക്കണം. പാട്ടു പാടുന്നവരുടെ മുഖത്തു നോക്കി ആരുടെ കയ്യിലാണ് മാണിക്യ ചെമ്പഴുക്ക എന്ന് പറയണം. നടുക്ക് നിൽക്കുന്ന ആളെ മാറ്റി കളി തുടരുന്നു.
- വിവിധ പ്രവൃത്തികൾ അനുകരിക്കുന്ന കളികൾ നൽകുന്നു.
- ഉദാ: വഞ്ചുതുഴയൽ, ഭാരം പൊക്കൽ, നൂൽനൂൽക്കൽ, ബലൂണിൽ കാറ്റ് നിറയ്ക്കൽ
- 'കുല-കുല മുന്തിരിങ്ങ്യ'

കുട്ടികളെ വൃത്താകൃതിയിൽ ഇരുത്തുന്നു. കളി തുടങ്ങാൻ ഒരാളെ മാറ്റി നിർത്തുന്നു. കയ്യിൽ എന്തെങ്കിലും ഒരു വസ്തുവേണം. (ഇലയോടുകൂടിയ കമ്പ് പോലുള്ള എന്തെങ്കിലും) കുട്ടികൾ ഒരുമിച്ച് 'കുല കുല മുന്തിരിങ്ങ്യ' എന്ന് ഉറക്കെ പാടുന്നു. പുറത്തു നിൽക്കുന്ന കുട്ടി ഇരിക്കുന്ന കുട്ടികൾക്ക് പിന്നിലായി കയ്യിലെ വസ്തുവോടായി ഓടുന്നു. ഓടുന്നതിനിടയിൽ എന്തെങ്കിലും ഒരു കുട്ടിയുടെ പുറകിൽ ആ വസ്തു വെയ്ക്കുന്നു. പാട്ട് തുടരുന്നുണ്ട്. ഓടുന്ന കുട്ടി ചുറ്റിതിരിഞ്ഞ് ആ കുട്ടിയുടെ അടുത്തു വരുന്നതിനു മുമ്പ് വസ്തു ആരുടെ പുറകിലാണോ ആ കുട്ടി എടുത്തു ഓടുന്നു. ആ സ്ഥലത്ത് ആദ്യം ഓടിയ ആൾ കയറി ഇരിക്കണം. ഇല്ലെങ്കിൽ പിന്നീട് ഓടാൻ തുടങ്ങിയ കുട്ടിക്ക് തന്നെ ഇരിക്കാം.

'മധുരമഴ' എന്ന പാഠഭാഗത്തെ മഴക്കാല രാഗങ്ഹൾ ലിസ്റ്റ് ചെയ്യുന്നു. ചർച്ച ചെയ്യുന്നു. രോഗം വരാതിരിക്കാനുള്ള മുൻകരുതൽ ചർച്ച ചെയ്യുന്നു.

കണ്ണ്, മൂക്ക്, ചെവി, പല്ല് എന്നിവക്ക് വരുന്ന രോഗങ്ങൾ ലിസ്റ്റ് ചെയ്യുന്നു. കാരണങ്ങൾ ചർച്ച ചെയ്യുന്നു. പ്രതിരോധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ബോധ്യപ്പെടുത്തുന്നു. കുട്ടികളിൽ പൗരബോധം വളർത്തുന്നതിനാവശ്യമായ ചർച്ചകൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നു. നിഗമനത്തിലെത്താൻ സഹായിക്കുന്നു.

നിർദ്ദേശങ്ങൾ

- കളിയെക്കുറിച്ച് കൃത്യമായ ധാരണ കുട്ടികളിലുണ്ടാക്കുന്നു. അതിനുശേഷം മാത്രമേ കളി ആരംഭിക്കാവൂ. പരമാവധി സ്പീഡിൽ കളി തുടരണം. പറയുന്നതും ഏക്ഷനും വ്യത്യസ്തമായിരിക്കണം.

- കളിക്കാനുള്ള ഏരിയ കൃത്യമായി മാർക്ക് ചെയ്യണം. നിർദ്ദേശങ്ങൾ വ്യക്തമായി നൽകണം. കളി നിയന്ത്രിക്കുന്നതിന് ഒരു ലീഡറെ ചുമതലപ്പെടുത്തണം. എല്ലാ കുട്ടികൾക്കും ബാൾപാസ്സ് നൽകുന്നു എന്ന് ഉറപ്പ് വരുത്തണം.

- കളിയെക്കുറിച്ച് വ്യക്തമായ ധാരണ നൽകിയിരിക്കണം. താളത്തിലും ഈണത്തിലും പാടാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. ചെമ്പെഴുക്ക കണ്ടുപിടിച്ചാൽ ആരുടെ കയ്യിലായിരുന്നോ ആ കുട്ടി നടുവിൽ നിന്ന് കളി തുടരുന്നതാണ് നല്ലത്.

- ഈ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നൽകുന്നത് ഒരു കഥയുടെ രൂപത്തിലാക്കി ആകർഷകമായ രൂപത്തിൽ ചെയ്യിക്കുവാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം.

- കളിയെക്കുറിച്ച് വ്യക്തമായ ധാരണ കൊടുത്തിരിക്കണം. കുട്ടിക്ക് പുറകിൽ വെക്കാൻ കരുതുന്ന വസ്തു കുറച്ച് വലുപ്പമുള്ളതും അതുകൊണ്ട് മെല്ലെ തല്ലാൻ പറ്റുന്നതുമായിരിക്കണം.

- ശുചിത്വബോധം, ആരോഗ്യപ്രവർത്തനങ്ങൾ, പൗരബോധം എന്നിവ ഉണ്ടാവുന്നതിനാവ

ശ്യമായ ചർച്ചകൾ, പോസ്റ്ററുകൾ, കൊളേഷുകൾ എന്നിവ തയ്യാറാക്കാം. കഥകളും പാട്ടുകളും ശേഖരിക്കാനും നിർമ്മിക്കാനും ആവശ്യപ്പെടാം.

പാഠ്യ പദ്ധതി പ്രസ്താവനകൾ – മൂന്നാംതരം

- കഠിന വ്യായാമങ്ങൾക്ക് മുന്നോടിയായും ശേഷവും നൽകുന്ന 'വാം അപ്' കൂൾ ഡൗൺ' വ്യായാമങ്ങൾ നൽകുന്നു.
- വിവിധ ദിശകളിലേക്ക് കളിയുപകരണങ്ങൾ (പന്ത്/റിംഗ്) കൈ, കാൽ ഉപയോഗിച്ച് തട്ടാനും, മുട്ടാനും കഴിയുന്നു.
- ഇരിക്കുമ്പോഴും, നിൽക്കുമ്പോഴും, നടക്കുമ്പോഴും, ഭാരമുയർത്തുമ്പോഴും, ശരീരനില (യീേ്യ ുീൗേൃല) പാലിക്കുന്നു.
- ശരീരക്ഷേമത നിലനിർത്താനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു.
- വിവിധ നിലകളിൽ ശരീര സന്തുലനാവസ്ഥ പാലിക്കുന്നു.
- നിർദ്ദേശങ്ങൾക്കനുസരിച്ച് വേഗത്തിൽ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ചെയ്യുന്നു.
- കളി നിയമങ്ങൾ പാലിച്ചുകൊണ്ട് സംഘത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നു.
- നിശ്ചിതദൂരം വേഗത്തിൽ ഓടി തിരികെയെത്തുന്നു.
- സമീകൃതാഹാരത്തെക്കുറിച്ച് ധാരണ.
- ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതും സൂക്ഷിക്കുന്നതിനെയും കുറിച്ചുള്ള ധാരണ.
- വസ്ത്രങ്ങൾ വൃത്തിയായി സൂക്ഷിക്കേണ്ടതിന്റെ പ്രാധാന്യം.
- പൗരധർമ്മത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അറിവ് നേടൽ.

മാതൃകകൾ

- കാഠിന്യ വ്യായാമങ്ങളിലും, കളികളിലും, ഏർപ്പെടുന്നതിനുമുമ്പായി ലഘുവ്യായാമങ്ങൾ ചെയ്യിക്കണം.
- കുറച്ചുദൂരം ഓടിക്കുന്നു. പതുക്കെ ഓടിച്ച് ക്രമേണ വേഗം കൂടുന്നത രീതിയിൽ ശരീരം മുഴുവൻ അയവാക്കി ഓടാൻ പറയുന്നു. ഇത് ലഘുവായ കളികളിലൂടെയും ചെയ്യാം. പിന്നീട് 'പൊട്ടാറ്റോ ഗാതറിംഗ്' കളികളിപ്പിക്കാം. തവളച്ചാട്ടം തുടങ്ങിയ അനുകരണ കളികൾ കളിപ്പിക്കുന്നു.
- കല്ല്–കടലാസ്സ്–കത്രി കളികുട്ടികളെ രണ്ട് ഗ്രൂപ്പാക്കുന്നു. ഒരാൾ കളിനിയന്ത്രിക്കാൻ വേണം. എന്നിട്ട് ചിത്രത്തിൽ കാണുന്ന രീതിയിൽ അആ, ഏഒഎന്നീ വരകളിൽ കുട്ടികളെ അഭിമുഖമായി നിർത്തുന്നു. കല്ല്, കടലാസ്സ്, കത്രി ഇവയിൽ ഏതെങ്കിലും ഒന്ന് ഓരോ ഗ്രൂപ്പും സ്വകാര്യമായി തെരഞ്ഞെടുക്കുന്നു. അവർ ഒത്തു ചേർന്ന് വേണം തീരുമാനിക്കാൻ. അൽപ സമയത്തിനുശേഷം ലീഡർ വിസിൽ അടിച്ച് രണ്ട് ഗ്രൂപ്പിനെയും ഇഉ, ളഎഎന്നീ വരയിൽ നിരന്ന് അഭിമുഖമായി നിൽക്കാൻ പറയുന്നു. കൈകൾ രണ്ടും പിറകിൽ പിടിക്കണം. അടുത്ത വിസിലിന് രണ്ടു ഗ്രൂപ്പ് അവർ തീരുമാനിച്ച അടയാളം എതിർഗ്രൂപ്പുകാരെ പെട്ടെന്ന് കാണിക്കുന്നു. ജയിച്ച ടീം എതിർടീമിലെ അംഗങ്ങളെ തൊടണം. ജയിച്ച ടീം തൊടുന്നത് ഒഴിവാക്കാൻ പെട്ടെന്ന് പരാജയപ്പെട്ട ടീം തിരിഞ്ഞ് ഓടി സുരക്ഷിത മേഖലയിൽ അവനവന്റെ ബൗണ്ട് ലൈനിൽ എത്തണം.
- കുട്ടികളെ രണ്ട് ഗ്രൂപ്പാക്കുന്നു. ഒരു ഗ്രൂപ്പിനെ വൃത്തത്തിനകത്തും മറ്റെ ഗ്രൂപ്പിനെ പുറത്തും നർത്തുന്നു. പുറത്തു നിൽക്കുന്ന ടീം വൃത്തത്തിന് ചുറ്റും നിരന്ന് നിന്ന് ബാൾകൊണ്ട് വൃത്തത്തിന് ചുറ്റും നിരന്ന് നിന്ന് ബാൾകൊണ്ട് വൃത്തത്തിലുള്ളവരുടെ കാൽമുട്ടിനുതാഴെ എറിഞ്ഞു കൊള്ളിക്കുന്നു. മുട്ടിനുതാഴെ ഏറുകൊണ്ടു അവർ പുറത്താവുന്നു. നിശ്ചിത സമയത്തിനുശേഷം ഗ്രൂപ്പ് മാറ്റി കളി ആവർത്തിക്കുന്നു.

മൊത്തം കുട്ടികളെ ആറോ, എട്ടോ ഗ്രൂപ്പാക്കി 50 മീറ്റർ ഷട്ടറിൽ റിലേ കളിപ്പിക്കുന്നു. ആദ്യമെത്തുന്ന ടീമിനെ പ്രോത്സാഹനസമ്മാനം നൽകുന്നു.

'പോഷകാഹാരക്കളി' കുട്ടികളുടെ എണ്ണമനുസരിച്ച് ആറോ, ഏഴോ ഗ്രൂപ്പുകളാക്കി തിരിക്കുന്നു. എന്നിട്ട് ഓരോ ഗ്രൂപ്പിനും ഓരോ ഇനം ധാന്യങ്ങൾ, പച്ചക്കറികൾ. ഇലക്കറികൾ, പയർ വർഗ്ഗങ്ങൾ,

പഴവർഗ്ഗങ്ങൾ, കിഴങ്ങുവർഗ്ഗങ്ങൾ എന്നിവ ഓരോ ഗ്രൂപ്പുകാരും ഒരു നിശ്ചിതസമയത്തിനകം (10 മിനുട്ട്) പട്ടികപ്പെടുത്തുന്നു. ഏറ്റവും കൂടുതൽ ഇനങ്ങൾ തയ്യാറാക്കിയ ഗ്രൂപ്പിനെ കണ്ടെത്തുന്നു. ഓരോ ഗ്രൂപ്പുകാരും തയ്യാറാക്കിയ ഇനങ്ങൾ പരസ്പരം പരിചയപ്പെടുത്തുന്നു. പോഷകഗുണത്തെക്കുറിച്ച് ചർച്ചയും ആവാം. വൃത്തിയുള്ള വസ്ത്രങ്ങൾ ധരിക്കുന്നതിന്റെ ആവശ്യകതയെക്കുറിച്ച് ചർച്ച നടത്താം. പൗരധർമ്മത്തെക്കുറിച്ച് പരസ്പരം ചർച്ച നടത്തുകയും ധാരണയിലെത്തുകയും ചെയ്യുന്നു.

നിർദ്ദേശങ്ങൾ

അടയാളങ്ങൾ

കല്ല്; മുഷ്ടി ചുരുട്ടിനീട്ടി കാണിക്കുക.

കത്രിക : രണ്ട് വിരൽ കത്രിക പോലെ നീട്ടുന്നു.

കടലാസ് : കൈ നിവർത്തി ഉള്ളം കൈ നീട്ടുന്നു.

ഇതിൽ കല്ലും കത്രികയും വരുമ്പോൾ കല്ല് ജയിക്കുന്നു.

കത്രികയും കടലാസും വരുമ്പോൾ കത്രിക ജയിക്കുന്നു.

കടലാസും കല്ലും വരുമ്പോൾ കടലാസ് ജയിക്കുന്നു.

ജയിച്ച ടീം എതിർടീമിലെ അംഗങ്ങളെ തൊടുമ്പോൾ തൊട്ടവർ ജയിച്ച ടീമിന്റെ ഭാഗമാക്കണം.

- നിർദ്ദേശം കൃത്യമായി നൽകണം. 5-6 മീറ്റർ ഉള്ള വൃത്തമായാൽ മതി. കുട്ടികൾ അധികമുണ്ടെങ്കിൽ വൃത്തത്തിന്റെ വലുപ്പം കൂട്ടാവുന്നതാണ് കളി കൃത്യമായ നിയന്ത്രണത്തിലാവണം. രണ്ട് ഗ്രൂപ്പിനും തുല്യസമയം നൽകണം.

കുട്ടികളുടെ എണ്ണത്തിനനുസരിച്ച് ഗ്രൂപ്പുകളുടെ എണ്ണം നിശ്ചയിക്കണം. സ്ഥലത്തിന്റെ ലഭ്യതക്കനുസരിച്ച് ദൂരം നിശ്ചയിക്കാം.

- ഒരേ ഇനങ്ങൾ തന്നെ വ്യത്യസ്ത ഗ്രൂപ്പുകൾക്ക് നൽകിയതു ചെയ്യിക്കാം.

പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനകൾ - നാലാംതരം

- കായികക്ഷമതാ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത ഗ്രഹിക്കുന്നു.
- പ്രസിദ്ധമായ കായിക മത്സരങ്ങളുടെ നിയമങ്ങൾ അറിയുന്നു.
- നിർദ്ദേശങ്ങൾക്കനുസരിച്ച് വളരേ വേഗത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നു.
- കളിയുടെ നിയമങ്ങൾ പാലിച്ചുകൊണ്ട് സംഘമായി വിനോദങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു.
- കളികൾക്കാവശ്യമായ നിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകുന്നു.
- നിയമങ്ങൾ പാലിച്ച് സംഘകളികളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു.
- സ്കിപ്പിംഗിൽ പങ്കെടുക്കുന്നു.
- നിശ്ചിത ഉയരത്തിൽ ചാടുന്നു.
- ദൂരത്തിലും ഉയരത്തിലും എറിയുന്നു.
- വടംവലിയിൽ പങ്കെടുക്കുന്നു.
- കായികരംഗവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട വാർത്തകളും ചിത്രങ്ങളും ശേഖരിക്കുന്നു.
- പ്രത്യേക കാലങ്ങളിലുണ്ടാകുന്ന രോഗങ്ങളെക്കുറിച്ചും പ്രതിരോധ പ്രവർത്തനങ്ങളെക്കുറിച്ചും പ്രാഥമിക അറിവ് നേടുന്നു.
- പ്രഥമശുശ്രൂഷയെക്കുറിച്ച് പ്രാഥമിക അറിവ് നേടുന്നു.

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

- ലഘുവായ വ്യായാമങ്ങൾ ചെയ്യിക്കുന്നു. താളബോധത്തോടെയുള്ള വ്യായാമങ്ങൾ ചെയ്യുന്നു. ഉദാ :- വൺ എന്നു പറയുമ്പോൾ കൈകൾ രണ്ടും ഷോൾഡർ ലവലിൽ രണ്ടുവശത്തേക്കും ഉള്ളം കൈ നിലത്തിനഭിമുഖമായി നീട്ടുക. ടൂ എന്ന് പറയുമ്പോൾ കൈ രണ്ടും മേലോട്ട് ഉയർത്തുക

(ഉള്ളം കൈ അഭിമുഖമായിരിക്കണം) ത്രീ എന്നു പറയുമ്പോൾ വൺ എന്ന രീതിയിലും ഫോർ എന്ന് പറയുമ്പോൾ അറ്റൻഷനായും നിൽക്കുന്നു. ഇത്തരത്തിൽ വ്യായാമങ്ങൾ കണ്ടെത്തുന്നു.

- സ്വാതന്ത്ര്യദിനങ്ങളിലും മറ്റും മാസം പി.ടി. ചെയ്യിക്കുന്നു.
- പ്രധാനപ്പെട്ട കായിക മത്സരങ്ങളെക്കുറിച്ച് ധാരണ ഉണ്ടാവുന്നതിന് കുട്ടികൾക്ക് ഫുട്ബോൾ, വോളിബോൾ, ക്രിക്കറ്റ് എന്നീ കളികളെക്കുറിച്ച് പരിചയപ്പെടുത്തുകയും നിയമങ്ങൾ പറഞ്ഞ് കൊടുക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.
- കുട്ടികളെ സ്ഥലസൗകര്യത്തിനനുസരിച്ച് ഗ്രൂപ്പുകളാക്കി തിരിക്കുന്നു. കുട്ടികളെ ടമ്യേശേഴ ഹശിലൽ നിന്ന് വിസിലടിച്ച് ഓടാൻ പറയുന്നു. അടുത്ത വിസിൽ കേൾക്കുമ്പോൾ തിരിഞ്ഞോടാൻ പറയുന്നു അടുത്ത വിസിലിന് വീണ്ടും തിരിഞ്ഞോടുന്നു. വിസിൽ കേട്ട് പെട്ടെന്ന് തിരിഞ്ഞോടുന്നതിന് പരിശീലനം നൽകുന്നു.
- 'കേച്ച് ദി ടവ്വൽ' കുട്ടികളെ രണ്ട് ഗ്രൂപ്പുകളാക്കി തിരിക്കുന്നു. തുല്യ അംഗങ്ങളായിരിക്കണം. രണ്ട് ഗ്രൂപ്പൂകളെയും ടവ്വൽ നടുക്കുവെച്ച് തുല് അകലത്ത് നിർത്തുന്നു. നമ്പർ അനുസരിച്ച് ഒരേ സമയം വന്ന് ടവ്വൽ എടുക്കണം. എതിൽ ടീമിലെ ആൾ തൊടാതെ ടവ്വൽ കൈക്കലാക്കി തന്റെ സുരക്ഷിത മേഖലയിൽ എത്തണം.
- സ്കിപ്പിംഗിൽ പരിശീലനം ചെയ്യുന്നു.
- ഓടാനും, ചാടാനും, എറിയാനും പരിശീലനം നൽകുന്നു.
- പ്രധാന കായികതാരങ്ങളുടെ ഫോട്ടോകൾ നേട്ടങ്ങൾ എന്നിവ തയ്യാറാക്കുന്നു. ഉദാ: പി. ടി. ഉഷ, ഷൈനി വിൽസൺ, ടി.സി. യോഹന്നാൻ, ജിമ്മിജോർജ്ജ്, കെ.എം. വിജയൻ..
- കാലാവസ്ഥ മാറുന്നതിനനുസരിച്ച് കുട്ടികൾക്കുണ്ടാകുന്ന രോഗങ്ങൾ പട്ടികപ്പെടുത്തുന്നു. പ്രതിരോധ പ്രവർത്തനങ്ങളെക്കുറിച്ച് ചർച്ച ക്ലാസ്സിൽ നടത്തുന്നു.

നിർദ്ദേശങ്ങൾ

- ബൈ നമ്പറിൽ എണ്ണിക്കൊണ്ടുള്ള എക്സർസൈസുകൾ (1, 2, 3, 4, -4, 3, 2, 1)
- ഇത് മത്സരരൂപത്തിൽ ചെയ്യിക്കാവുന്നതാണ്. കൃത്യമായ നിർദ്ദേശത്തിനുശേഷം കളിപ്പിക്കണം. ഏറ്റവും ആദ്യം തിരിച്ചെത്തുന്ന കുട്ടികളെ കണ്ടെത്തുന്നു.

രണ്ട് ഗ്രൂപ്പിനും തുല്യഅംഗങ്ങൾ 1 മുതൽ നമ്പർ രണ്ട് ഗ്രൂപ്പിലും ഒരേ പോലെ നമ്പർ എടുക്കണ. കളി നിയന്ത്രിക്കുന്ന ആൾ വിളിക്കുന്ന നമ്പറുകാരാണ് ടവ്വലൽ എടുക്കാൻ ഓടി എത്തേണ്ടത്.

- ഫോട്ടോ കോളേഷ്, ചുമർ ചിത്രങ്ങൾ, 'കളിക്കളം' കയ്യെഴുത്ത് മാസിക തയ്യാറാക്കുന്നതിന് സഹായിക്കുന്നു.

ആരോഗ്യകായിക വിദ്യാഭ്യാസം

യു.പി. വിഭാഗം

പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനകൾ - അഞ്ചാംതരം

- Physical conditions Exercises പരിശീലിക്കുന്നതിന് (NF Table : 1 & 2) (Opposite toe touching, jumping back, jogging etc)
- Running പരിശീലിക്കുന്നതിന് (On the spot,short sprint, zoon race)
- Hopping, Jumping പരിശീലിക്കുന്നതിന്
- Throwing പരിശീലിക്കുന്നതിന് (Cricket ball, Foot ball) എന്നിവയെക്കുറിച്ച് അറിയുന്നതിനും പരിശീലിക്കുന്നതിനും (അഞ്ചെണ്ണം വീതം)
- നീന്തൽ പരിശിലീക്കുന്നതിന്
- താളാത്മകമായി താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങൾ ചെയ്യുന്നതിന് (Walking, Running, Skiipping, Hopping, Flagdrill,Aerobics)
- ജിംനാസ്റ്റിക് പ്രവർത്തനങ്ങൾ പരിശീലിക്കുന്നതിന് (Foreward Roll, Backward roll)
- ശാരീരിക സന്തുലനം നിലനിർത്തുന്നതിനാവശ്യമായ യോഗപരിശീലിക്കുന്നതിന് (ഭുജം

ഗാസനം, അർധശലഭാസനം, വജ്രാസനം, സുപ്ത വജ്രാസനം, സൂര്യനമസ്കാരം)

- വ്യക്തി ശുചിത്വം പരിസരശുചിത്വം എന്നിവയെക്കുറിച്ച് അറിയുന്നതിന്.
- പ്രഥമശുശ്രൂഷയുടെ അടിസ്ഥാനകാര്യങ്ങൾ അറിയുന്നതിന്.

മാതൃകാ പ്രവർത്തനങ്ങൾ

കുട്ടികളെ ഗ്രൗണ്ടിൽ നാലോ അഞ്ചോ റൗണ്ട് ഓടിക്കുന്നു. പിന്നീട് കുട്ടികളെ വട്ടത്തിൽ അഭിമുഖമായി നിർത്തുന്നു. കുറച്ചുസമയം വെർട്ടിക്കലായി ചാടിക്കുന്നു. മുന്നോട്ടും പിന്നോട്ടും ചാടിക്കുന്നു. ശരീരത്തിലെ എല്ലാ സന്ധികളും ചലിപ്പിക്കുന്ന എക്സർസൈസുകൾ ചെയ്യിക്കുന്നു. പിന്നീട് കുറച്ചു ദൂരം ശരീരത്തിലെ അവയവങ്ങൾ അയവാക്കി വളരെ സാവധാനത്തിൽ ഓടിക്കുന്നു.

ഓടുന്നതിന് പരിശീലനെ നൽകുന്നു. നിൽകുന്ന സ്ഥലത്ത് ഓടാൻ പറയുന്നു. മുന്നോട്ട് നീങ്ങാതെ ഉപ്പൂറ്റി നിലത്ത് തൊടാതെ നിന്നേടത്ത് ഓടുന്നു. മുന്നോട്ട് ഓടിക്കുന്നു. കുറഞ്ഞ ദൂരം ഓടിക്കുന്നു. ദീർഘദൂരം ഓടിക്കുന്നു.

മറ്റേതെല്ലാം രീതിയിൽ ഓടിക്കാം?

പിന്നോട്ട് ഓടിക്കൽ

ഒറ്റക്കാലിൽ ചാടിക്കുന്നു. രണ്ട് കാലിലും മാറിമാറി ചാടിക്കുന്നു. നിന്നേടത്ത് നിന്ന് രണ്ട് കാലും ഒരേപോലെ വെച്ച് ഏക്ഷനിൽ മുന്നോട്ട് ചാടിക്കുന്നു. തുടർച്ചയായി ചാടാൻ പറയുന്നു. ചാടി നിൽക്കുമ്പോൾ പാദമായിരിക്കണം ആദ്യം നിലത്ത് തൊടേണ്ടത്.

മറ്റേതെല്ലാം തരത്തിൽ ഇത്തരം വ്യായാമങ്ങൾ ചെയ്യാൻ കഴിയും?

സ്റ്റെപ്പിലേക്ക് ചാടിക്കയറൽ

ക്രിക്കറ്റ് ബാൾ, ഫുട്ബാൾ തുടങ്ങിയവ ഉപയോഗിച്ച് വിവിധ തരത്തിൽ എറിയുന്നതിന് പരിശീലനം നൽകുന്നു.

ക്രിക്കറ്റ് ബാൾ ത്രോ

ഡിസ്ക്കസ് ത്രോ

മേജർ ഗയിംസ്: നിയതമായ രീതിയിൽ കളിക്കുന്ന കളികൾ. ഉദാ: ഫുട്ബാൾ, വോളിബാൾ, ബാന്റ് ബാൾ, ബാസ്ക്കറ്റ് ബാൾ, ക്രിക്കറ്റ് തുടങ്ങിയ കളികളെക്കുറിച്ചും പ്രാഥമിക ധാരണകൾ രൂപീകരിക്കാൻ വേണ്ട പരിശീലനങ്ങൾ നൽകുന്നു.

മൈനർ ഗയിംസ്: സ്ഥിരമായ നിയമങ്ങളും, ക്ലിപ്തമായ കളിക്കളവുമില്ലാതെ ആർക്കും കളിക്കാവുന്ന കളികളിൽ പരിശീലനം നൽകുന്നു. ഉദാ: 1) "എത്ര പേർ" 2)"ഗുഡ്മോണിംഗ്" 3)"ഫിഷർമെൻനെറ്റ്" 4)"Crow and Crane" 5)"തുവാലക്കളി" തുടങ്ങിയ കളികൾ പരിചയപ്പെടുന്നു

നീന്തലിൽ പരിശീലനം നൽകുന്നു.

നിവർന്ന് നടക്കാൻ പരിശീലിപ്പിക്കുക, ഓടുന്നതിന് പരിശീലനം നൽകുന്നു, ഒറ്റക്കാലിൽ സ്കിപ്പിങ്ങ് ഉപയോഗിച്ച് ചാടുന്നതിനും ഓടുന്നതിനും പരിശീലനം നൽകുന്നു. ഫ്ളാഗ് ഉപയോഗിച്ച് താളാത്മകമായ എക്സർസൈസുകൾ നമ്പറനുസരിച്ച് ചെയ്യിക്കുന്നു.

സംഗീതത്തിന്റെ സഹായത്തോടെയുള്ള കായിക പ്രവർത്തനങ്ങൾ നൽകുന്നു.

ജിംനാസ്റ്റിക്സ് പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു. മുന്നോട്ട് മറയുന്നതിനും പിന്നോട്ട് മറയുന്നതിനും പരിശീലനം നൽകുന്നു.

വിവിധ യോഗാസനമുറകൾ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു. ഭുജംഗാസനം, അർധശലഭാസനം, വജ്രാസനം, സപ്തവജ്രാസനം, സൂര്യനമസ്കാരം തുടങ്ങിയ ആസനങ്ങൾ പറഞ്ഞുകൊടുക്കുകയും ചെയ്യു

ന്നതിൽ പരിശീലനം നൽകുകയും ചെയ്യുന്നു.

സ്കൂളിന്റെ ഭൗതിക സാഹചര്യമനുസരിച്ച് ഏതെല്ലാം കളികളിൽ പരിശീലനം നൽകാൻ കഴിയും?

കബഡി

ഖോ ഖോ

സ്ക്കൂളിൽ എങ്ങനെ പ്രഥമശുശ്രൂഷ കിറ്റ് തയ്യാറാക്കാം.

ഹെൽത്ത് സെന്റർ, ആശുപത്രികൾ എന്നിവയുടെ സേവനം ഇതിനായി ഉപയോഗപ്പെടുത്താവുന്നതാണ്. ഇക്കാര്യം ******യിൽ ചർച്ച ചെയ്തു.

പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനകൾ - ആറാം തരം

Physical Conditioning Exercise പരിശീലിപ്പിക്കുന്നതിന് (NFC Table 3 & 4)

Mark time March, Quick March, Halt, Tuming white Marching, Break off, Dismissal എന്നിവ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നതിന്.

ഓട്ടത്തിൽ Starting തന്ത്രങ്ങൾ, Finishing തന്ത്രങ്ങൾ എന്നിവ പരിശീലനത്തിലൂടെ സ്വായത്തമാക്കുന്നതിന്.

Broad jumping, High jump എന്നിവയിൽ ശാസ്ത്രീയമായ അടിസ്ഥാന പരിശീലനം നേടുന്നതിന്.

Shot put, Discus എന്നിവ പരിചയപ്പെടുന്നതിന്.

Major Games ലെ ചില അടിസ്ഥാന തന്ത്രങ്ങൾ പരിചയപ്പെടുന്നു (Football, Valley ball, Basket ball)

Minor games പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു.

യോഗാസനങ്ങൾ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു (ശലഭാസനം, ധനുരാസനം, ലഹാസനം, ചക്രാസനം, വക്രാസനം, ഉത്ക്കടാസനം)

റോഡ് നിയമങ്ങൾദ മനസ്സക്കുന്നതിന്.

വിവിധ സുരക്ഷിതത്വ മാർഗ്ഗങ്ങൾ പരിചയപ്പെടുന്നതിന്.

പ്രഥമ ശുശ്രൂഷയുടെ വിവിധ വശങ്ങൾ കൂടുതൽ മനസ്സിലാക്കുന്നതിന്.

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

ഏതെല്ലാം തരത്തിലുള്ള വ്യായാമങ്ങളായിരിക്കും ശാരീരിക ക്ഷമതക വർദ്ധിപ്പിക്കാൻ നൽകുക?

ക്രമമായി ശ്വാസം വലിച്ചു വിടൽ

Attention; ഉപ്പുറ്റി ചേർത്തുവെച്ച് മുഷ്ടി ചുരുട്ടി തള്ളവിരൽ താഴോട്ടാക്കി ശരീരത്തോട് ചേർത്തിപിടിക്കുക. നെഞ്ച് വിരിച്ച് മുമ്പിലേക്ക് നോക്കി നിൽക്കുക.

Stand at ease: ഇടതുകാൽ ഇടതുവശത്തേയ്ക്ക് മാറ്റി കൈകൾ പുറകിലേക്ക് കൊണ്ടുവന്ന് ഇടതു കൈയ്ക്കുള്ളിൽ വലതുകൈ വെച്ച് നേരെ നിൽക്കുന്നു.

Stand easy: സ്റ്റാന്റ് അറ്റ് ഈസ് പൊസിഷനിൽ നിന്നു തന്നെ റിലാക്സ് ചെയ്തുനിൽക്കുന്ന രീതിയാണ് ഇത്.

Right Turn: വലതു പാദത്തിന്റെ മുൻഭാഗവും ഇടതു പാദത്തന്റെ ഉപ്പൂറ്റിയും ഉയർത്തി വലതുവശത്തേക്ക് 90 ഡിഗ്രി തിരിഞ്ഞ് അതിന് ശേഷം ഇടതുകാൽ വലതുകാലിനോട് ചേർത്ത് ചവിട്ടി അറ്റൻഷനായി നിൽക്കുക.

Left turn: ഇടതുപാദത്തിന്റെ മുൻഭാഗവും വലതുപാദത്തന്റെ ഉപ്പൂറ്റിയും ഉയർത്തി ഇടതുവശത്തേക്ക് 90 ഡിഗ്രി തിരിഞ്ഞ് വലതുകാൽ ഇടതുകാലിനോട് ചേർത്ത് ചവിട്ടി അറ്റൻഷനായി നിൽക്കുക.

About turn : നേരെ എതിർദിശയിലേക്ക് വലതുഭാഗത്തുകൂടി തിരിയുന്നതാണിത്. വലതു കാലിന്റെ മുൻഭാഗം ഉയർത്തി 180 ഡിഗ്രി തിരിക്കുകയും അതോടൊപ്പം തന്നെ ഇടതുകാലിന്റെ ഉപ്പൂറ്റി ഉയർത്തി Toe -ൽ 180 ഡിഗ്രി തിരിയുക. ഇടതുകാൽ മുമ്പോട്ട് ഉയർത്തി വലതുകാലിനോട് ചേർത്ത് അറ്റൻഷനായി നിൽക്കുക.

Mark Tim March : നിന്നിടത്തു നിന്ന് ചെയ്യുന്നരീതിയാണിത്. ഈ മാർച്ച് തുടങ്ങുന്നത് ഇടതുകാലിൽ നിന്നാണ്. ഇടതുകാൽ ഏകദേശം 6 ഇഞ്ച് ഗ്രൗണ്ടിൽ നിന്നും ഉയർത്തി Toe താഴോട്ട് പോയന്റ് ചെയ്ത് Knee ground -ന് സമാന്തരമായി ഉയർത്തുന്നു. ഈ സമയത്ത് ശരീരം നിവർന്നിരിക്കണം കാല് താഴേക്കുവരുമ്പോൾ ആദ്യം Toe-യും അതിനുശേഷം heel-ഉം ground-ൽ ടെച്ച് ചെയ്യണം. പിന്നീട് വലതുകാലിലെ ഇതുപോലെ ആവർത്തിക്കണം.

Quick March : Attention പൊസിഷനിൽ നിന്ന് ഇടതുകാൽ ഒരു Step മുമ്പിലേക്ക് വെയ്ക്കുക. ഒപ്പം വലതുകൈ Shoulder level -ൽ മുമ്പിലേക്കു വീശുക. അതേ സമയം തന്നെ ഇടതുകൈ പുറകിലേക്ക് belt level-ൽ വീശുക. Right എന്ന് പറയുമ്പോൾ വലതുകാൽ മുൻപിലേക്ക് heel വച്ച് ഇടതുകൈ മുമ്പിലേയ്ക്കും വലതുകൈ പുറകിലേക്കും വീശുക. ഇങ്ങനെ തുടർച്ചയായി ചെയ്യുന്നതാണ് Quick March.

Halt : മാർച്ച് നിർത്താൻവേണ്ടി ഉപയോഗിക്കുന്നു ഒരു Command ആണിത്. മാർച്ച് ചെയ്തു വരുമ്പോൾ ആദ്യം ഇടതുകാൽ നിലത്തു കുത്തുമ്പോൾ class എന്നും വലതുകാൽ നിലത്തു കുത്തുമ്പോൾ Halt എന്നും പറയുന്നു.

അടുത്ത് ഇടതുകാൽ നിലത്തു കുത്തുമ്പോൾ അൽപം നീട്ടി step വയ്ക്കുന്നു. അതോടൊപ്പം കൈയുടെ നിർത്തുന്നു. ഒപ്പം വലതുകാൽ ഉയർത്തി ഇടതുകാലിനോട് ചേർത്ത് ചവിട്ടി Attention position-ൽ ആകുന്നു.

Right turn : Quick March : മാർച്ച് ചെയ്ത് വരുമ്പോൾ വലതുകാലിൽ Right എന്നും ഇടതുകാലിൽ Turn എന്നും പറയുക. അടുത്ത സ്റ്റെപ്പിൽ വലതുകാൽ വയ്ക്കുമ്പോൾ മൂവ്മെന്റെ ചെക്ക് ചെയ്യുകയും കൈകൾ ശരീരത്തോട് ചേർക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. അതിനുശേഷം ഇടതുകാൽ പൊക്കി വലതുകാലിന്റെ മുമ്പിൽ ആകൃതിയിൽ വയ്ക്കുക. വലതുകാൽ അവിടെത്തന്നെ പറഞ്ഞ് മുന്നോട്ട് പോവുക.

Left turn in Quick March : മാർച്ച് ചെയ്തു വരുമ്പോൾ ഇടതുകാലിൽ left എന്നും വലതു കാലിൽ turn എന്നും പറയുക. അടുത്ത സ്റ്റെപ്പിൽ ഇടതുകാൽ വയ്ക്കുമ്പോൾ മൂവ്മെന്റ് ചെക്ക് ചെയ്യുകയും കൈകൾ ശരീരത്തോട് ചേർക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. വലതുകാൽ ഉയർത്തി T ആകൃതിയിൽ ഇടതുകാലിന്റെ മുമ്പിൽ വയ്ക്കുന്നു. അതിനുശേഷം ഇടതുകാൽ വച്ച് മാർച്ച് ചെയ്തുപോകുന്നു.

About turn in quick march : മാർച്ച് ചെയ്ത് വരുമ്പോൾ വലതുകാലിൽ about എന്നും ഇടതുകാലിൽ turn എന്നും പറയുന്നു. step-ൽ വലതുകാൽ വയ്ക്കുമ്പോൾ movement check ചെയ്യുകയും കൈകൾ ശരീരത്തോട് ചേർക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. അതിനുശേഷം ഇടതുകാൽ പൊക്കി വലതുകാലിന് മുമ്പിൽ T ആകൃതിയിൽ വച്ചതിനുശേഷം വലതുകാൽ ഉയർത്തി L shap-ൽ വയ്ക്കുക പിന്നീട് ഇടതു കാൽ ഉയർത്തി V ആകൃതിയിൽ വയ്ക്കുക. അതിനുശേഷം വലതുകാൽ ഉയർത്തി അവിടെ തന്നെ ചവിട്ടി ഇടതുകാലിൽ മാർച്ച് ചെയ്ത് മുമ്പോട്ടു പോകുന്നു.

Break off : command കേൾക്കുമ്പോൾ attention position-ൽ നിന്ന് വലതുവശത്തേക്ക് പിരിഞ്ഞുപോകുന്നു.

Dismiss : ഡിസ്മിസ്സ് എന്ന കമാന്റ് കേൾക്കുമ്പോൾ attention position-ൽ നിന്ന് വലതുവശത്തേക്ക് തിരിഞ്ഞ് വലതുകൈകൊണ്ട് സല്യൂട്ട് ചെയ്ത് പിരിഞ്ഞുപോകുന്നു.

ഇത്രയും കാര്യങ്ങൾ വെച്ചുകൊണ്ട് മാർച്ച് ലാസ്റ്റിന് കുട്ടികളെ പരിശീലിപ്പിക്കുക. വിദഗ്ദ രുടെ സേവനം ലഭ്യമാക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കാമല്ലോ.

- ഓട്ടത്തിൽ സ്റ്റാർട്ടിങ്ങ് രീതികൽ പരിശീലിക്കുന്നു. Standing start, crouch start. സ്പ്രിന്റ് ഇനങ്ങൾക്ക് crouch start നിർബന്ധമാണ്. ഫിനിഷിംഗ് ടെക്നിക് പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു.

- ബ്രോഡ്ജംമ്പിങ്ങ്, ഹൈജംബ് എന്നിവയിൽ പരിശീലനം നൽകുന്നു. കൂടുതൽ ദൂരവും, കൂടുതൽ ഉയരവും നേടുന്നതിന് വേണ്ട ടെക്നിക്കുകൾ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു.

- ഷോട്ട്, ഡിസ്കസ് എന്നീ ത്രോയിങ്ങ് ഇനങ്ങളിൽ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു. എന്നിവ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു.

മേ ജർഗയിംസിൽ – ഫുട്ബോൾ, വോളിബാൾ, ബാസ്ക്കറ്റ്ബാൾ, ഹാന്റ്ബാൾ, ക്രിക്കറ്റ്, കബഡി എന്നീ കളികളിലെ അടിസ്ഥാന തന്ത്രങ്ങൾ പരിചയപ്പെടുത്തുന്നു.

കൂടുതൽ മൈനർഗയിമുകൾ പരിചയപ്പെടുത്തുകയും കളിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

സ്റ്റാച്ചൂ

റിംഗ്

ശലഭാസനം, ധനുരാസനം, ഹലാസനം, ചക്രാസനം, വക്രാസനം, ഉത്ക്കടാസനം എന്നീ ആസനങ്ങൾ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു.

റോഡ് നിയമങ്ങൾ ചിഹനങ്ങൾ എന്നിവ ചർച്ച ചെയ്യുന്നു. ബൈബിളിൽ ക്ലബ്ബിൽ ഈ നിയമങ്ങളും, ചിഹ്നങ്ങളും പാലിച്ചുകൊണ്ട് സൈക്ലിംഗ് പരിശീലിക്കുന്നു.

നിങ്ങളുടെ *** പ്രവർത്തനങ്ങൾ കാര്യക്ഷമമാക്കുവാൻ എന്തെല്ലാം പ്രവർത്തനങ്ങൾ ചെയ്യാൻ കഴിയും?

കുട്ടികളെ ഗ്രൂപ്പുകളാക്കി സുരക്ഷിതത്വ മാർഗ്ഗങ്ങളെക്കുറിച്ച് പഠന റിപ്പോർട്ട് തയ്യാറാക്കുന്നതിന് വേണ്ട നിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകുന്നു. പരസ്പരം ചർച്ച ചെയ്യുന്നു. മോക്ഡ്രിൽ സംഘടിപ്പിക്കുന്നു.

പ്രഥമശുശ്രൂഷയെക്കുറിച്ച് പ്രഗത്ഭരെ പങ്കെടുപ്പിച്ച് ക്ലാസ്സ് സംഘടിപ്പിക്കുകയും ക്ലാസ്സിൽ ചർച്ച സംഘടിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. പി.എച്ച്.എസി.യുടെ സേവനം ഉറപ്പുവരുത്തുകയും ചെയ്യുന്നു.

**** പരേഡ് ചിത്രം*****

മാർച്ച് പാസ്റ്റ് ചെയ്യുമ്പോൾ പവലിയന്റെ നിശ്ചിത അകലത്തിലെത്തുമ്പോൾ പ്ലാറ്റൂണിന്റെ ലീഡർ Eyes Right എന്ന് പറഞ്ഞ് വലത്തോട്ടുനോക്കി നടത്തുന്നു. ഇതിനോടൊപ്പം പ്ലാറ്റൂണിലെ മറ്റ് അംഗങ്ങൾ വലത്തോട്ട് നോക്കിയാണ് നടത്തേണ്ടത്. എന്ന് ലീഡർ കമാന്റ് ചെയ്യുന്ന സമയത്ത് മറ്റുള്ളവർ നേരെ നോക്കി മാർച്ച് ചെയ്യുന്നു.

പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനകൾ – ഏഴാംതരം

- Physical conditioning Exercise (VFC Table 5 & 6)
- Salutes, Eyes right, Salute while marching എന്നിവ പരിശീലിക്കുന്നതിന്
- ഓട്ട മത്സര നിയമങ്ങളും തത്വങ്ങളും അറിയുന്നു, പരിശീലിക്കുന്നു.
- Board jump, Tripple Jump എന്നിവയിൽ പ്രാവീണ്യം നേടുവാനുള്ള അടിസ്ഥാന പരിശീലനം ലഭിക്കുന്നതിന്.
- Throwing ശാസ്ത്രീയമായി പരിശീലിക്കുന്നതിന് (Disc, shot)
- Major games പരിശീലിക്കുന്നതിന് (Football, Basket ball, Batmintan)
- Major Games പരിശീലിക്കുന്നതിന്

❍ Rhythmic പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ കൂടുതൽ (വൃക്ഷാസനം, അർദ്ധമത്സായനം, ബകാസനം, കൂക്കുടാസനം, വജ്രാസനം)

❍ പ്രഥമ ശുശ്രൂഷയിൽ കൂടുതൽ അറിവുനേടുന്നതിന്.

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

❍ ശാരീരിക ക്ഷമതക്കാവശ്യമായ വ്യായാമങ്ങൾ ചെയ്യിക്കുന്നു. മുൻക്ലാസ്സിലെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ആവർത്തിക്കുന്നു. NFC Table 5 & 6 എക്സർസൈസുകൾ ചെയ്യിക്കുന്നു.

❍ Salute : Salute എന്നു പറയുമ്പോൾ attention position- ൽ നിന്ന് വലതുകൈ വലതു വശത്തേക്ക് നീട്ടി കൈവിരലുകൾ ചേർത്ത് പുരികത്തിന് ഒരിഞ്ച് മുകളിലായി കൈവെള്ള മുമ്പിലേക്ക് വരുന്ന രീതിയിൽ നെറ്റിയിൽ വരയ്ക്കുക. Hands down എന്നു പറയുമ്പോൾ കൈ ഏറ്റവും Shortest way യിൽ കൂടി താഴ്ത്തുക.

❍ ഓട്ടങ്ങളെക്കുറിച്ച് പരിശീലനം നൽകുന്നു. ചെറിയ ദൂരം ഓട്ടങ്ങളും, മധ്യദീർഘദൂര ഓട്ടങ്ങളും, ദീർഘദൂര ഓട്ടങ്ങളും പരിചയപ്പെടുത്തുകയും, നിയമങ്ങളും, തന്ത്രങ്ങളും, പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു.

❍ ഓട്ടം പരിശീലനം പരിശീലിപ്പിക്കുന്ന സമയത്ത് starting, Finishing ഇവ എങ്ങിനെയായിരിക്കും പരിശീലിപ്പിക്കുക.

❍ Board jump, Tripple jump എന്നിവ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു, സ്പീഡും, ദൂരവും വർദ്ധിപ്പിക്കുന്ന രീതികൾ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു. കുട്ടികളിൽ ആത്മവിശ്വാസം വർദ്ധിപ്പിക്കുന്ന പരിശീലനം നൽകുന്നു.

❍ Disc, shot എന്നിവയിലെ നൈപുണികൾ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു. Step by step ആയി പരിശീലനം നൽകുന്നു. വിവിധ style ലുകൾ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു.

❍ ഫുട്ബോൾ വോളിബാൾ, ബാസ്ക്കറ്റ് ബാൾ, ഹാന്ഡ്ബാൾ, ക്രിക്കറ്റ് ബാറ്റ്മിന്റൺ എന്നീ പ്രധാന കളികളെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ വിശദമായി പറഞ്ഞുകൊടുക്കുകയും കളികളുടെ നിയമങ്ങളും നൈപുണികളും പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു.

വിദഗ്ദരായ കുട്ടികൾക്ക് ഡാറ്റയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ കോച്ചിംഗ് ക്യാമ്പുകൾ സംഘടിപ്പി കൂടെ.

❍ എക്സർസൈസുകൾ ചെയ്യിക്കുന്നു. ഉദാ: Flag Drill,Dumb-bells, Wands exercise വൃക്ഷാസനം, അർദ്ധമത്സ്യാസനം, ബകാസനം, കുക്കുടാസനം, വജ്രാസനം തുടങ്ങിയ ആസനങ്ങൾ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു.

❍ പ്രഥമ ശുശ്രൂഷയെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ കാര്യങ്ങൾ പറഞ്ഞുകൊടുക്കുകയും കൂടുതൽ അനുഭവങ്ങൾ പങ്കുവയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

ചിത്രം

❍ സ്പോർട്സ് പരിശീലനം പഞ്ചായത്ത് ബ്ലോക്ക് പ്രോജക്ടാക്കി മാറ്റുന്നത് കൂടുതൽ ഉപകാരപ്രദമായിരിക്കില്ല അവധിക്കാല കോച്ചിംഗ് ക്യാമ്പുകൾ സംഘടിപ്പിക്കാം.

വാർഷിക കലണ്ടർ

ഓരോ മാസത്തിന്റെയും പ്രത്യേകതകളും പ്രസ്തുത മാസത്തേക്ക് ആവശ്യമായ നിർദ്ദേശങ്ങളും നൽകുക. ജൂൺമാസം മഴക്കാലമാണ്. പഴങ്ങൾ, പച്ചക്കറികൾ എന്നിവ ധാരാളം ഉപയോഗിക്കേണ്ടതിനെപ്പറ്റിയും നനഞ്ഞ വസ്ത്രങ്ങൾ ധരിക്കാതിരിക്കുന്നതിനെപ്പറ്റിയും ബോധവൽക്കരിക്കുക. മഴക്കാല രോഗങ്ങളെപ്പറ്റി ചർച്ച നടത്തുക. പരിഹാര മാർഗ്ഗങ്ങൾ ആലോചിക്കുക. വീടിന്റെയും സ്ക്കൂളിന്റെയം പരിസരത്ത് മഴക്കുഴി ഉണ്ടാക്കുന്നതിനെ പറ്റി ചർച്ച നടത്തുക, നിർമ്മിക്കുക – വ്യക്തി ശുചിത്വം, പരിസര ശുചിത്വം എന്നിവയെപ്പറ്റി അവബോധം നടത്തുന്നു.

ക്ലാസ്റൂം കളികൾ നടത്തുക (ചെസ്സ്, പാമ്പും കോണിയും) ഓർമ്മശക്തി, ഭാഷ എന്നീ കഴിവു

കൾ വികസിപ്പിക്കുന്നതിനാവശ്യമായ കളികൾക്ക് പ്രാധാന്യം നൽകുക.

ആരോഗ്യക്ലബ്ബ്, സ്പോർട്സ് ക്ലബ്ബ് എന്നിവയുടെ പ്രവർത്തനം കാര്യക്ഷമമാക്കുന്നു.

സ്ക്കൂൾ അസംബ്ലിയിൽ കുട്ടികൾ അനുവർത്തിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ എന്തൊക്കെയാണെന്നുള്ള ധാരണ വളർത്തുന്നു. (Line formation Attention stant at easy stail easy)

മൈനർ കളികൾ പരിചയപ്പെടുത്തുന്നു. കളിക്കുന്നു, സ്വാതന്ത്ര്യദിനാഘോഷം, ഓണാഘോഷം എന്നിവയോടനുബന്ധിച്ച് നടക്കുന്ന പ്രത്യേക മാസ്സ്ഡ്രിൽ ഡിസ്പ്ലേ എന്നിവക്കുള്ള മുന്നൊരുക്കം നടത്തുന്നു. അവതരിപ്പിക്കുന്നു.

പ്രാദേശിക കളികളുടെ മത്സരം നടത്തുന്നു. കുട്ടികളിൽ ആരോഗ്യകായിക പഠനത്തെപ്പറ്റി യുള്ള ശരിയായ ബോധം ഉണ്ടാക്കുന്നു. പ്രചോദനം നൽകുന്നു.

ഓണത്തോടനുബന്ധിച്ച് പ്രത്യേക കളികളും മത്സരങ്ങളും സംഘടിപ്പിക്കുന്നു. (ക്ലാസ്സടിസ്ഥാ നത്തിലോ, ഗ്രൂപ്പ് അടിസ്ഥാനത്തിലോ)

സ്ക്കൂൾ കായികമേളക്കുള്ള പരിശീലനം നടത്തുന്നു. മേള ഗംഭീരമായി കൊണ്ടാടുന്നു. പ്രോത്സാഹന സമ്മാനങ്ങൾ നൽകുന്നു.

ഉപജില്ലാ കായിക മേളക്കുള്ള പ്രത്യേക പരിശീലന പരിപാടി സ്ക്കൂൾ സമയത്തും അല്ലാ തെയും നടത്തുക. മേജർ കളികൾ പരിചയപ്പെടുത്തുക. കളിപ്പിക്കുക. നിയമങ്ങളും ചട്ടങ്ങളും അനു സരിച്ച് സ്പോർട്സ്മാൻ സ്പിരിട്ട് ഉൾകൊള്ളാൻ വേണ്ട പ്രവർത്തനം നൽകുക. ജില്ലാ റവന്യൂതല മേളകളിലുള്ള പങ്കാളിത്തം ഉറപ്പാക്കുക.

സൗഹൃദ മത്സരങ്ങൾ നടത്തുക.

ടേം മൂല്യ നിർണ്ണയം നടത്തുകയും നടപ്പിൽ വരുത്തുകയും ചെയ്യുക.

ഭൗതിക, പ്രാദേശിക പ്രത്യേകതകൾ കണക്കിലെടുത്ത് ആരോഗ്യ കായിക വിദ്യാഭ്യാസ പ്രവർത്തന കലണ്ടർ PTA, SSG, SRG എന്നിവയിൽ ചർച്ച ചെയ്ത് തയ്യാറാക്കേണ്ടതാണ്.

നൃത്തം

ഒന്നാംക്ലാസ്സ്

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

കുട്ടികളുടെ ശാരീരിക ചലനങ്ങൾ ക്രമപ്പെടുത്തിയെടുക്കുകയാണ് ഇവിടെ ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. ഈ ക്രമപ്പെടുത്തലിന്റെ ഭാഗമായി താളബോധങ്ങൾ ചുവടുകൾ വെക്കാൻ കുട്ടികൾക്ക് കഴിയണം. ഒറ്റക്കും സംഘമായും ക്രമപ്പെടുത്തിയ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ കുട്ടികൾ ഏർപ്പെടട്ടെ.

കൊലാം കൊലാം മുന്തിരിങ്ങ

നരീ നരീ ചുറ്റിവാ........... ഇത് ലളിതമായ ഒരു നാടൻകളിയുടെ പാട്ടാണ്. ഈ പാട്ടിനൊന്ന് കുട്ടി കൾ കൈകൊട്ടട്ടെ. താളത്തിനൊത്ത് കൊട്ടാനുള്ള നിർദ്ദേശം ടീച്ചർ നൽകണം.

കുട്ടികൾ താളബോധത്തോടെ കൊട്ടുവാൻ എന്തെല്ലാം പ്രവർത്തനമാണ് നിങ്ങൾ നൽകുക.

ടീച്ചർക്കൊപ്പം കൈകൊട്ടുക

മേശയിലടിച്ചുണ്ടാകുന്ന ശബ്ദത്തിനൊത്ത്

ടീച്ചറുടെ കൈകൊണ്ടുള്ള ആംഗ്യത്തിനനുസരിച്ച്.

പാട്ടിന്റെ ഗതി മാറ്റി ഈ പ്രവർത്തനങ്ങൾ തുടർന്നു നോക്കാം. വേഗത്തിലും സാവധാനത്തിലും ഈ പ്രവർത്തനം മാറി മാറി ചെയ്യാം. ഈ പ്രവർത്തനത്തിന്റെ ഗതിക്കനുസരിച്ച് ചുവടുകൾ മാറ്റി നോക്കിയാലോ. ഈ താളാത്മക ചുവടുകൾ നൃത്തത്തിലേക്ക് എത്തിക്കാൻ കഴിയും.

- തവളയായി ചാടി പോകാലോ

നരിയായ് പുലിയായ് നടക്കാലോ

നീണ്ടു നിവർന്ന് നടക്കാലോ

- തവളയായ് കുട്ടികൾ ചാടണ്ട. ഇപ്പോൾ കുട്ടിയുടെ നില മുഴുമണ്ഡലമാണ്. അൽപംകൂടി നിവർന്ന് നരിയും പുലിയുമായി നടക്കട്ടെ. അപ്പോൾ ഏകദേശം അരമണ്ഡലം നിലയിലായിരിക്കും കുട്ടിയുടെ നില. മുട്ടു മടങ്ങാതെ നീണ്ടു നിവർന്ന് നടക്കുമ്പോൾ സമത്തിലായിരിക്കും. ഇപ്പോൾ നൃത്തത്തിന്റെ പ്രധാനപ്പെട്ട മൂന്നു നിലകൾ Position (അരമണ്ഡലം, മുഴുമണ്ഡലം, സമം) പരിചയപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്.

- നൃത്തത്തിന്റെ നിലകൾ പരിചയപ്പെടാൻ ഇനിയും എന്തെല്ലാം പ്രവർത്തനം നൽകാൻ കഴിയും.

മുയലായി ചാടാം - സാങ്കൽപിക കസേരയിലിരിക്കുന്നത്

സ്ക്കൂൾ അസംബ്ലിയിൽ നിൽക്കുന്നത്.

നാടൻ നൃത്ത രൂപങ്ങളുടെയും ശാസ്ത്രീയ നൃത്തരൂപങ്ങളുടെയും ചിത്രങ്ങളും സി.ഡി.കളും ശേഖരിച്ച് കാണിക്കുക. പ്രത്യേകതകൾ കുട്ടികളുമായി ചർച്ച ചെയ്യുക.

നൃത്തം II ക്ലാസ്സ്

ഈണത്തിനും താളത്തിനും അനുസരിച്ച് നൃത്തച്ചുവടുകൾ വെക്കുന്നതിന്

നാടൻ നൃത്തരൂപങ്ങളും ശാസ്ത്രീയ നൃത്തരൂപങ്ങളും മനസ്സിലാക്കുന്നതിനുള്ള ശേഷി വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിന്.

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

കുട്ടികളുടെ ശാരീരിക ചലനങ്ങൾ ക്രമപ്പെടുത്തിയെടുക്കുകയാണ് ഇവിടെ ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. ഈ ക്രമപ്പെടുത്തലിന്റെ ഭാഗമായി താളബോധത്തോടെ നൃത്തത്തിന്റെ നിലകളിൽ ചുവടുവെയ്ക്കാൻ കുട്ടികൾക്ക് കഴിയണം. ഒറ്റക്കും സംഘമായും ക്രമപ്പെടുത്തിയ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ കുട്ടികൾ ഏർപ്പെടട്ടെ.

മഴ മഴ പെയ്യുന്നു...

പല പല താളം കേൾക്കുന്നു........

ടീച്ചർ മഴപാട് താളമടിച്ച് പാടുന്നു. മഴപ്പാട്ട് കേട്ട് കുട്ടികൾ ചുവടു വെക്കുന്നു. ചുവടുകൾക്ക് തുടക്കത്തിൽ ഏകീകരണ സ്വഭാവം ഇല്ലെങ്കിലും ക്രമേണ അതിലേക്ക് നയിക്കാം. ഇതിന് ആവശ്യമായ നിർദ്ദേശങ്ങൾ. കൊടുക്കുമല്ലോ? ഇതുപോലെ മറ്റ് ഏതെല്ലാം പാട്ടുകൾ ഇതിനുപയോഗിക്കാം.

- പൂമ്പാറ്റെ കൊച്ചു പൂമ്പാറ്റേ..........
- പാഠ പുസ്തകത്തിലെ പാട്ടുകൾ.............
-
-
-

വേഗത കൂട്ടിയും കുറച്ചും ഈ പ്രവർത്തനം താളബോധത്തിലേക്ക് എത്തിക്കുക.

- തവളകളേപ്പോൽ ചാടുന്നു

ചാടുമ്പോൾ നാം നീങ്ങുന്നു

നീങ്ങുമ്പോൾ നാം പാടുന്നു

ലാലല ലാലാ ലാലാല

ടീച്ചറും കുട്ടികളും ചേർന്ന് പാടുന്നു. പാട്ടിന് അനിയോജ്യമായ ചുവടുകൾ വെക്കുന്നു. ഇതിൽ മുഴുമണ്ഡലം നിലയെ കൂടുതലായി പരിചയപ്പെടുന്നു.

അരമണ്ഡലം നിലയെ പരിചയപ്പെടുത്താൻ എന്തെല്ലാം പ്രവർത്തനങ്ങൾ നൽകാം.

- സാങ്കൽപ്പിക കസേര
- സാങ്കൽപിക ഓട്ടോറിക്ഷ ഓടിക്കൽ

സമം നിലയെ പരിചയപ്പെടുത്തേണ്ടതുണ്ട് പ്രവർത്തനങ്ങൾ നൽകൂ.

- ട്രാഫിക് പോലീസുകാരനെ അനുകരിക്കൂ...........
- പട്ടാളക്കാരൻ ....
-
-

അരമണ്ഡലം, മുഴുമണ്ഡലം സമം നിലകളുടെ ചിത്രം കൊടുക്കുക.

ഒരു കോരിക പൊന്നും തരാം പുടവേ തരാം
പുടവത്തലക്കൽ പണോ തരാം
ഓരാനേയും ഒരു തോട്ടീം തരാം
തോട്ടിത്തലക്കൽ പണോം തരാം
ഓമനച്ചക്കനൊരോമനക്കാളി
പ്പെണ്ണുണ്ടോവിടെ പെണ്ണുണ്ടോ?

ഒരു കോരിക പൊന്നും വേണ്ട പുടവേം വേണ്ട
പുടവത്തലക്കൽ പണോം വേണ്ട
ഒരാനേയും ഒരു തോട്ടീം വേണ്ട
ഓമനച്ചെക്കനൊരോമനക്കാളി
പ്പെണ്ണില്ലാവിടെ പെണ്ണില്ലാ

ഓണക്കളിയോനുബന്ധിച്ച് കളിക്കുന്ന 'പെണ്ണുകെട്ടിച്ചാടൽ കളിപ്പാട്ട് (ചോദ്യോത്തരക്കളിപ്പാട്ട്) അപ്പുറവും ഇപ്പുറവും കുട്ടികൾ ഇരു ചേരികളായി മാറി, കൈകോർത്തുപിടിച്ച് താളത്തിൽ എതിർപ്പാട്ടുകൾ പാടി കളിക്കുന്നു.

ഇതുപോലെ വേറെ പാട്ട് കണ്ടെത്താമല്ലോ?

ആരെ നിങ്ങൾക്കാവശ്യം അതിരാവിലെ
ആരെ അവളെ കൊണ്ടുപോകും
കൊണ്ടു പോകും അതിരാവിലെ

മത്തൻ കുരുപോലെ പെണ്ണുണ്ടോവിടെ പെണ്ണുണ്ടോ?
മത്തൻ കുരുപോലെ പെണ്ണില്ലാവിടെ പെണ്ണില്ല

ചക്കക്കുരു പോലെ പെണ്ണുണ്ടോവിടെ പെണ്ണുണ്ടോ?
ചക്കക്കുരുപോലെ പെണ്ണില്ലാവിടെ പെണ്ണില്ലാ.

- നാടൻ നൃത്ത രൂപങ്ങളുടെയും ശാസ്ത്രീയ നൃത്തരൂപങ്ങളുടെയും ചിത്രങ്ങളും, കാസറ്റുകളും ശേഖരിച്ച് കാണിക്കുക. പ്രത്യേകതകൾ ചർച്ച ചെയ്യുക.
- സ്ക്കൂൾ കലോത്സവ വേദികളിൽ നടക്കുന്ന നൃത്തരൂപങ്ങൾ കാണുവാനുള്ള അവസരം ഉണ്ടാക്കുക.

ഇവയുടെ സാമ്യ വ്യത്യാസങ്ങളെക്കുറിച്ച് ചർച്ച

- വേഷ വിധാനത്തിലെ മാറ്റം
- പാട്ടിന്റെ വ്യത്യാസം
- ചുവടുകളുടെ വ്യത്യാസം
-
-

നൃത്തം - III

1. വായ്ത്താരികൾക്കനുസരിച്ച് നൃത്തച്ചുവടുകൾ വെക്കുന്നതിന്

2. ആശയ ഗ്രഹണത്തിന് സാധ്യമായ ഭാവങ്ങൾ, മുദ്രകൾ എന്നിവ പ്രയോഗിക്കുന്നതിന്

3. നാടൻ നൃത്തരൂപങ്ങളും ശാസ്ത്രീയ നൃത്തരൂപങ്ങളും മനസ്സിലാക്കുന്നതിനുള്ള ശേഷി വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു.

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

1 2 3 4

താന തനതന താന തനതനത

5 6 7 8

താന തനതന തന്തിന്നാനോ

1 2 3 4

തെയ്കത തക തെയ് തിമിതോം

5

തെയ്തക തക തെയ്തിമിതോം

മാതൃകാ പ്രവർത്തനങ്ങൾ

കുട്ടികളെ ഗ്രൗണ്ടിൽ നാലോ അഞ്ചോ റൗണ്ട് ഓടിക്കുന്നു. പിന്നീട് കുട്ടികളെ വട്ടത്തിൽ അഭിമുഖമായി നിർത്തുന്നു. കുറച്ചുസമയം വെർട്ടിക്കലായി ചാടിക്കുന്നു. മുന്നോട്ടും പിന്നോട്ടും ചാടിക്കുന്നു. ശരീരത്തിലെ എല്ലാ സന്ധികളും ചലിപ്പിക്കുന്ന എക്സർസൈസുകൾ ചെയ്യിക്കുന്നു. പിന്നീട് കുറച്ചു ദൂരം ശരീരത്തിലെ അവയവങ്ങൾ അയവാക്കി വളരെ സാവധാനത്തിൽ ഓടിക്കുന്നു.

ഓടുന്നതിന് പരിശീലനെ നൽകുന്നു. നിൽകുന്ന സ്ഥലത്ത് ഓടാൻ പറയുന്നു. മുന്നോട്ട് നീങ്ങാതെ ഉപ്പുറ്റി നിലത്ത് തൊടാതെ നിന്നേടത്ത് ഓടുന്നു. മുന്നോട്ട് ഓടിക്കുന്നു. കുറഞ്ഞ ദൂരം ഓടിക്കുന്നു. ദീർഘദൂരം ഓടിക്കുന്നു.

മറ്റേതെല്ലാം രീതിയിൽ ഓടിക്കാം?

പിന്നോട്ട് ഓടിക്കൽ

ഒറ്റക്കാലിൽ ചാടിക്കുന്നു. രണ്ട് കാലിലും മാറിമാറി ചാടിക്കുന്നു. നിന്നേടത്ത് നിന്ന് രണ്ട് കാലും ഒരേപോലെ വെച്ച് ഏക്ഷനിൽ മുന്നോട്ട് ചാടിക്കുന്നു. തുടർച്ചയായി ചാടാൻ പറയുന്നു. ചാടി നിൽക്കുമ്പോൾ പാദമായിരിക്കണം ആദ്യം നിലത്ത് തൊടേണ്ടത്.

മറ്റേതെല്ലാം തരത്തിൽ ഇത്തരം വ്യായാമങ്ങൾ ചെയ്യാൻ കഴിയും?

സ്റ്റെപ്പിലേക്ക് ചാടിക്കയറൽ

ക്രിക്കറ്റ് ബാൾ, ഫുട്ബാൾ തുടങ്ങിയവ ഉപയോഗിച്ച് വിവിധ തരത്തിൽ എറിയുന്നതിന് പരിശീലനം നൽകുന്നു.

ക്രിക്കറ്റ് ബാൾ ത്രോ

ഡിസ്ക്കസ് ത്രോ

മേജർ ഗയിംസ്: നിയതമായ രീതിയിൽ കളിക്കുന്ന കളികൾ. ഉദാ: ഫുട്ബാൾ, വോളിബാൾ, ബാന്റ് ബാൾ, ബാസ്ക്കറ്റ് ബാൾ, ക്രിക്കറ്റ് തുടങ്ങിയ കളികളെക്കുറിച്ചും പ്രാഥമിക ധാരണകൾ രൂപീകരിക്കാൻ വേണ്ട പരിശീലനങ്ങൾ നൽകുന്നു.

മൈനർ ഗയിംസ്: സ്ഥിരമായ നിയമങ്ങളും, ക്ലിപ്തമായ കളിക്കളവുമില്ലാതെ ആർക്കും കളിക്കാവുന്ന കളികളിൽ പരിശീലനം നൽകുന്നു. ഉദാ: 1) "എത്ര പേർ" 2)"ഗുഡ്മോണിംഗ്" 3)"ഫിഷർമെൻനെറ്റ്" 4)"Crow and Crane" 5)"തുവാലക്കളി" തുടങ്ങിയ കളികൾ പരിചയപ്പെടുന്നു

നീന്തലിൽ പരിശീലനം നൽകുന്നു.

നിവർന്ന് നടക്കാൻ പരിശീലിപ്പിക്കുക, ഓടുന്നതിന് പരിശീലനം നൽകുന്നു, ഒറ്റക്കാലിൽ സ്കിപ്പിങ്ങ് ഉപയോഗിച്ച് ചാടുന്നതിനും ഓടുന്നതിനും പരിശീലനം നൽകുന്നു. ഫ്ളാഗ് ഉപയോഗിച്ച് താളാത്മകമായ എക്സർസൈസുകൾ നമ്പറനുസരിച്ച് ചെയ്യിക്കുന്നു.

സംഗീതത്തിന്റെ സഹായത്തോടെയുള്ള കായിക പ്രവർത്തനങ്ങൾ നൽകുന്നു.

ജിംനാസ്റ്റിക്സ് പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു. മുന്നോട്ട് മറയുന്നതിനും പിന്നോട്ട് മറയുന്നതിനും പരിശീലനം നൽകുന്നു.

വിവിധ യോഗാസനമുറകൾ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു. ഭുജംഗാസനം, അർധശലഭാസനം, വജ്രാസനം, സപ്തവജ്രാസനം, സൂര്യനമസ്കാരം തുടങ്ങിയ ആസനങ്ങൾ പറഞ്ഞുകൊടുക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിൽ പരിശീലനം നൽകുകയും ചെയ്യുന്നു.

സ്ക്കൂളിന്റെ ഭൗതിക സാഹചര്യമനുസരിച്ച് ഏതെല്ലാം കളികളിൽ പരിശീലനം നൽകാൻ കഴിയും?

കബഡി

ഖോ ഖോ

സ്ക്കൂളിൽ എങ്ങനെ പ്രഥമശുശ്രൂഷ കിറ്റ് തയ്യാറാക്കാം.

ഹെൽത്ത് സെന്റർ, ആശുപത്രികൾ എന്നിവയുടെ സേവനം ഇതിനായി ഉപയോഗപ്പെടുത്താവുന്നതാണ്. ഇക്കാര്യം ******യിൽ ചർച്ച ചെയ്തു.

പാഠ്യപദ്ധതി പ്രസ്താവനകൾ - ആറാം തരം

Physical Conditioning Exercise പരിശീലിപ്പിക്കുന്നതിന് (NFC Table 3 & 4)

Mark time March, Quick March, Halt, Tuming white Marching, Break off, Dismissal എന്നിവ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നതിന്.

ഓട്ടത്തിൽ Starting തന്ത്രങ്ങൾ, Finishing തന്ത്രങ്ങൾ എന്നിവ പരിശീലനത്തിലൂടെ സ്വായത്തമാക്കുന്നതിന്.

Broad jumping, High jump എന്നിവയിൽ ശാസ്ത്രീയമായ അടിസ്ഥാന പരിശീലനം നേടുന്നതിന്.

Shot put, Discus എന്നിവ പരിചയപ്പെടുന്നതിന്.

Major Games ലെ ചില അടിസ്ഥാന തന്ത്രങ്ങൾ പരിചയപ്പെടുന്നു (Football, Valley ball, Basket ball)

Minor games പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു.

യോഗാസനങ്ങൾ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു (ശലഭാസനം, ധനുരാസനം, ലഹാസനം, ചക്രാസനം, വക്രാസനം, ഉത്ക്കടാസനം)

റോഡ് നിയമങ്ങൾദ മനസ്സക്കുന്നതിന്.

വിവിധ സുരക്ഷിതത്വ മാർഗ്ഗങ്ങൾ പരിചയപ്പെടുന്നതിന്.

പ്രഥമ ശുശ്രൂഷയുടെ വിവിധ വശങ്ങൾ കൂടുതൽ മനസ്സിലാക്കുന്നതിന്.

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

ഏതെല്ലാം തരത്തിലുള്ള വ്യായാമങ്ങളായിരിക്കും ശാരീരിക ക്ഷമതക വർദ്ധിപ്പിക്കാൻ നൽകുക?

ക്രമമായി ശ്വാസം വലിച്ചു വിടൽ

Attention; ഉപ്പുറ്റി ചേർത്തുവെച്ച് മുഷ്ടി ചുരുട്ടി തള്ളവിരൽ താഴോട്ടാക്കി ശരീരത്തോട് ചേർത്തി പിടിക്കുക. നെഞ്ച് വിരിച്ച് മുമ്പിലേക്ക് നോക്കി നിൽക്കുക.

Stand at ease: ഇടതുകാൽ ഇടതുവശത്തേയ്ക്ക് മാറ്റി കൈകൾ പുറകിലേക്ക് കൊണ്ടുവന്ന് ഇടതു കൈയ്ക്കുള്ളിൽ വലതുകൈ വെച്ച് നേരെ നിൽക്കുന്നു.

Stand easy: സ്റ്റാന്റ് അറ്റ് ഈസ് പൊസിഷനിൽ നിന്നു തന്നെ റിലാക്സ് ചെയ്തുനിൽക്കുന്ന രീതിയാണ് ഇത്.

Right Turn: വലതു പാദത്തിന്റെ മുൻഭാഗവും ഇടതു പാദത്തന്റെ ഉപ്പൂറ്റിയും ഉയർത്തി വലതുവശത്തേക്ക് 90 ഡിഗ്രി തിരിഞ്ഞ് അതിന് ശേഷം ഇടതുകാൽ വലതുകാലിനോട് ചേർത്ത് ചവിട്ടി അറ്റൻഷനായി നിൽക്കുക.

Left turn: ഇടതുപാദത്തിന്റെ മുൻഭാഗവും വലതുപാദത്തന്റെ ഉപ്പൂറ്റിയും ഉയർത്തി ഇടതുവശത്തേക്ക് 90 ഡിഗ്രി തിരിഞ്ഞ് വലതുകാൽ ഇടതുകാലിനോട് ചേർത്ത് ചവിട്ടി അറ്റൻഷനായി നിൽക്കുക.

About turn: നേരെ എതിർ

കുട്ടികളെ വൃത്താകൃതിയിൽ നിർത്തി വായ്ത്തരിയുടെ താളത്തിനനുസരിച്ച് വട്ടത്തിൽ ചവിട്ടി നടത്തുക.

(1 മുതൽ 8 വരെ ഒരേ ദിശയിലേക്കും, അടുത്ത 8 വരെ എതിർ ദിശയിലേക്കും നടക്കണം. ഇത് 1 മുതൽ 4 വരെ ഒരു ദിശയിലേക്ക് 5 മുതൽ 8വരെ എതിർ ദിശയിലേക്ക് ആക്കി മാറ്റാം വരുത്തുക.

തുടർന്ന് 1, 2 – 3,4 – 5,6 – 7,8 ഇങ്ങനെ നാലു ഘട്ടമായും മാറ്റം വരുത്തുക. പിന്നീട് എണ്ണത്തിനു പകരം വായ്ത്തരികളാണ് ഉപയോഗിക്കേണ്ടത്.

പുലിക്കളിക്കാവശ്യമായ, മുഖംമൂടി വേഷവിധാനങ്ങൾ, എന്നിവ മുൻ കുട്ടി തയ്യാറാക്കേണ്ടതാണ്.

കിയോം കിയോം കുരുവി ഞാൻ കിയോം കിയോം കീ

കാലൊടിഞ്ഞ ആംഗ്യ പാട്ടാണ്. കുട്ടികളെ ആംഗികാഭിനയത്തിലേക്ക് നയിക്കാൻ ഉതകുന്ന വ്യത്യസ്ഥ ഭാവങ്ങൾ വരുന്ന ആംഗ്യ പാട്ടുകൾ കണ്ടെത്തുമല്ലോ?

- മുത്തശ്ശനുണ്ടൊരു കണ്ണട മൂക്കത്തുവെക്കുന്ന കണ്ണട എട്ടര രൂപേടെ കണ്ണട.
- പൂമ്പാറ്റെ കൊച്ചു പൂമ്പാറ്റെ

പൂവിലിരിക്കണ പൂമ്പാറ്റെ

നാടൻ നൃത്തരൂപങ്ങളുടെയും ശാസ്ത്രീയ നൃത്തരൂപങ്ങളുടെയും സിഡികൾ പ്രദർശിപ്പിക്കുക. കലാകാരന്മാരുമായി അഭിമുഖം നടത്തുക. നൃത്താധ്യാപകരുടെ സേവനം പ്രയോജനപ്പെടുത്തുമല്ലോ?

നൃത്തം - 4

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

വൃത്താകൃതിയിൽ കുട്ടികളെ നിർത്തി വായ്ത്താരിയുടെ താളത്തിനനുസരിച്ച് മുന്നിലേക്കും പിന്നിലേക്കും ചവിട്ടി നടത്തുക. (1 മുതൽ 8 വരെ ടീച്ചർ നമ്പർ പറയണം) 1 മുതൽ 8 വരെ മുന്നിലേക്കും അടുത്ത 8 വരെ പിന്നിലേക്കും നടക്കണം. ഇത് 1 മുതൽ 4 വരെ മുന്നിലേക്കും 5 മുതൽ 8വരെ പിന്നിലേക്കും മാറ്റി ചെയ്യിക്കുക. തുടർന്ന് 1, 2 - 3,4 - 5,6 - 7,8 ഇങ്ങനെ നാലുഘട്ടമായി മാറ്റം വരുത്തുക. പിന്നീട് എണ്ണത്തിനു പകരം വായ്ത്താരികളാണ് ഉപയോഗിക്കേണ്ടത്.

മുൻക്ലാസ്സിൽ ചെയ്ത ഇതുപോലുള്ള പ്രവർത്തനം ഓർക്കുമല്ലോ? അതിനു ശേഷമാണ് ഈ പ്രവർത്തനം ചെയ്യേണ്ടത്.

- വായ്ത്താരിക്കനുസരിച്ച് ചെയ്ത ചുവടിന്റെ കൂടെ താളത്തിൽ കൈ കൊട്ടിക്കൂ. വായ്ത്താരിക്ക് പകരം ഒപ്പന പാട്ടുകൾ പാടി കേൾപ്പിക്കൂ.
- വായ്ത്താരികൾ ശാസ്ത്രീയ നൃത്തത്തിന്റെതാവാം.
- തെയ്യ തെയ്
- തെയ് തെയ് താം
- തെയ്യ തെയ്യ തെയ്യ തെയ്
-
-

അരമണ്ഡലത്തിലിരുന്ന് ഓരോ കാല് ചവിട്ടുക. 'തട്ടടവ്' ശാസ്ത്രീയമായി അഭ്യസിപ്പിക്കേണ്ടതുണ്ട് തുടർന്ന് 'നാട്ടടവും.'

- ആശയ ഗ്രഹണത്തിന് സാധ്യമായ ഭാവങ്ങൾ, മുദ്രകൾ എന്നിവ പ്രയോഗിക്കുന്നതിന് എന്തെല്ലാം പ്രവർത്തനം നൽകാം. കുട്ടികളെ സംഘമായി തിരിക്കൂ. നറുക്കിൽ കൊടുത്ത ആശയം ഫലപ്രദമായി അഭിനയിച്ചു കാണിക്കട്ടെ. മറ്റു സംഘക്കാർ അവതരിപ്പിച്ച കാര്യങ്ങൾ നിരീക്ഷിച്ച് നറുക്കിൽ കൊടുത്ത ആശയം എന്തെന്ന് പറയണം. ഇതിന് എന്തെല്ലാം ആശയം നൽകാം.

- ഉത്സവപറമ്പ്
- മരണവീട്
- കല്യാണവീട്
-
-

ഈ പ്രവർത്തനത്തിന് മുമ്പ് ആംഗ്യപാട്ടുകൾ അവതരിപ്പിക്കുന്നത് ഫലപ്രദമായിരിക്കും.

നാടൻ നൃത്തങ്ങളുടെയും ശാസ്ത്രീയ നൃത്തങ്ങളുടെയും സി.ഡികൾ പ്രദർശിപ്പിക്കുകയും നൃത്തങ്ങൾ നേരിൽ കാണാൻ അവസരം സൃഷ്ടിക്കുകയും വേണം. നൃത്ത പഠന കേന്ദ്രങ്ങളിലേക്ക് ഫീൽഡ് ട്രിപ്പുകൾ സംഘടിപ്പിക്കുക. നൃത്താധ്യാപകരുടെ സേവനം പ്രയോജനപ്പെടുത്തുമല്ലോ?

നൃത്തം - 5

1. ഗാനങ്ങളുടെയും, നാടൻ പാട്ടുകളുടെ താളത്തിന് ചുവടുവെക്കുന്നു.

2. പരിചിതമായ വായ്ത്താരികൾക്കനുസരിച്ച് ഒറ്റയ്ക്കും കൂട്ടായും താളാത്മകമായി അംഗചലനങ്ങൾ നടത്തുകയും ചുവടുവെയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

3. ചിരപരിചിതമായ നൃത്തരൂപങ്ങൾ അനുകരിക്കുന്നു. (ഓട്ടൻതുള്ളൽ, തിരുവാതിരക്കളി, ഒപ്പന, മാർഗ്ഗംകളി)

4. വിവിധ നൃത്തരൂപങ്ങൾ കാണുവാൻ അവസരം ലഭിക്കുന്നു.

5. നിർദ്ദേശാനുസരണം ഒറ്റക്കും കൂട്ടായ്മയും ലഘു നൃത്തരൂപങ്ങൾ അവതരിപ്പിക്കുന്നു.

6. സന്ദർഭോചിതമായി ഗാനത്തിനനുസരിച്ച് ലോക ധർമ്മമുദ്രകൾ പ്രകടിപ്പിക്കുന്നു.

7. വിദ്യാലയങ്ങളിലെ വിശേഷാവസരങ്ങളിൽ നൃത്ത രൂപങ്ങൾ അവതരിപ്പിക്കുവാനുള്ള അവസരം ലഭിക്കുന്നു.

8. പാഠഭാഗങ്ങളിലെ ആശയങ്ങൾക്കനുയോജ്യമായ നൃത്തശിൽപങ്ങൾ നിർദ്ദേശാനുസരണം അവതരിപ്പിക്കുന്നു.

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

കുട്ടികൾക്ക് നാടൻ പാട്ടുകളുടെ താളത്തിനൊത്ത് നൃത്തം ചെയ്യാൻ ചുവടുകൾ അറിയാൻ എന്തെല്ലാം പ്രവർത്തനം നൽകാം.

നാടൻ കളികൾ ഇതിനായി ഉപയോഗിക്കാവുന്ന ഒന്നാണല്ലോ?

കുളം കര കളി ഇതിനായി എങ്ങനെ പ്രയോജനപ്പെടുത്താം.

കുളം എന്നു പറഞ്ഞ് വൃത്തത്തിലേക്ക് ചാടുമ്പോൾ കൈ രണ്ടും വിരലുകൾ ചേർത്തു നീട്ടി പിടിക്കുന്നു. ഇത് പതാക മുദ്രയാണ്. കര എന്നു പറഞ്ഞ് ചാടുമ്പോൾ കൈവിരലുകൾ മടക്കി തള്ള വിരൽ തോളിൽ മുട്ടുന്നവിധം വെക്കുന്നു. ഇത് ശിഖരം മുദ്രയാണ്. ഈ ചാട്ടം വശങ്ങളിലേക്കായും ചെയ്യിക്കാമല്ലോ.

ഇത്തരത്തിൽ എന്തെല്ലാം കളികൾ കണ്ടെത്താം.

- തെരുപ്പറക്കൽ
-
-

കുട്ടികൾ സംഘം ചേർന്നും ഒറ്റക്കും വായ്ത്താരികൾക്കനുസരിച്ച് താളാത്മകമായി ചുവടു വെക്കുന്നു. ഇതിന് മുൻ ക്ലാസ്സുകളിൽ ചുവടുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. സംഘമായി ചെയ്യാൻ കൈകൾ കൂട്ടിപ്പിടിച്ചു. തോളിൽ പിടിച്ചും, അരയിൽ കൈകോർത്തും ചെയ്യാവുന്നതാണ്.

ഓട്ടൻതുള്ളൽ, തിരുവാതിരക്കളി, ഒപ്പന, മാർഗ്ഗംകളി തുടങ്ങിയ നൃത്തരൂപങ്ങളുടെ ചിത്രങ്ങളും സി.ഡി.കളും കുട്ടികൾ കാണട്ടെ. ഇവ സംഘമായി അനുകരിക്കാൻ അവസരം നൽകുക. ഇവയുടെ സാമ്യ വ്യത്യാസങ്ങൾ ചർച്ച ചെയ്യിക്കുന്നു. ഈ മേഖലകളിൽ വിദഗ്ദരായവരെ ചർച്ചയിൽ പങ്കെടുപ്പിക്കുക.

ഓമനത്തിങ്കൾ കിടാവോ നല്ല

കോമളത്താരമ പൂവോ.

ഈ പാട്ട് പാടുമ്പോൾ കുട്ടികൾ കുട്ടിയെ താരാട്ടുന്നതുപോലെ അനുകരിക്കട്ടെ. താമരപ്പൂവ് കുട്ടികൾക്ക് പരിചയമുദ്രണം നല്ലത് എന്നതും പരിചിത മുദ്രയാണ്. ഇതുപോലെ ലോകധർമ്മി മുദ്രകൾക്ക് സാധ്യതയുള്ള പരിചയമുള്ള ഏതെല്ലാം പാട്ട് കണ്ടെത്താം.

- കാക്കെ കാക്കെ കൂടെവിടെ.....
- ആംഗ്യ പാട്ടുകൾക്ക് ഇതിൽ കൂടുതൽ സാധ്യതയില്ലേ?
-

ആറ്റു വക്കത്തെ മാളിക വീട്ടിൽ ആറ്റുനോറ്റിട്ടൊരുണ്ണി പിറന്നു. ഇടശ്ശേരിയുടെ ഈ കവിതാ ഭാഗം നൃത്തശിൽപമായി അവതരിപ്പിക്കുന്നത് ശ്രദ്ധിക്കുക.

നങ്ങേലി ഉണ്ണിയെ വളർന്നത് അംഗചലനത്തോടും ഭാവ പ്രകടനത്തോടും ചുവടുകളായി അവതരിപ്പിക്കുന്നു. കുട്ടി സ്കൂളിലേക്ക് പോകുന്ന രംഗം, പൂതം പാറക്കെട്ടിലൂടെ ഒളിഞ്ഞു നോക്കുന്നതും കുട്ടിയുടെ സൗഹൃദത്തോടെ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നതും നങ്ങേലി കുട്ടിയെ തെരയുന്നത് പൂതം നങ്ങേലിയെ കബളിപ്പിക്കുന്നതുമായ രംഗങ്ങൾ അംഗചലനഭാവം മലർത്തി അവതരിപ്പിക്കാം.

ഇതുപോലെ നൃത്തശിൽപമാക്കാൻ കഴിയുന്ന പാഠഭാഗങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ പാഠ പുസ്തകത്തിൽ

നിന്നും കണ്ടെത്തി കുട്ടികളെ സംഘമായി പരിശീലിപ്പിക്കുക.

നൃത്തം – 6

1. സംഗീതത്തിലെ താളങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാന ചൊൽക്കെട്ടുകൾ

(ഉദാ :– തകധിമി, തകിട, തകതകിട.....)ക്കനുസൃതമായി ചുവടുവെക്കുവാൻ പരിശീലിക്കുന്നു.

2. നാടൻ നൃത്തരൂപങ്ങളുടെ ചുവടുകൾ അനുകരിക്കുന്നു

(തിരുവാതിരക്കളി, ഒപ്പന, മാർഗംകളി.......)

3. സംഗീതത്തിലും നൃത്തത്തിലും ഉപയോഗിക്കുന്ന താളമേളത്തിലെ സാമ്യത മനസ്സിലാക്കുന്നു.

4. കവിതകളുടെ ദൃശ്യാവിഷ്ക്കാരം നടത്തുമ്പോൾ നൃത്തത്തിലെ അംശങ്ങൾ നിർദ്ദേശാനുസരണം പ്രയോഗിക്കുന്നു.

5. പ്രശസ്തങ്ങളായ പാഠ്യേതര കവിതകളുടെ നൃത്താവിഷ്ക്കാരം (പൊൻകാഴ്ച) അവതരിപ്പിക്കുന്നു.

6. നൃത്തത്തിന് ഉപയോഗിക്കുന്ന വേഷഭൂഷാദികളെ (ആഹാര്യം, ചമയം) കുറിച്ച് അറിയുന്നു.

7. വിദ്യാലയത്തിലെ വിശേഷാവസരങ്ങളിൽ നൃത്ത രൂപങ്ങൾ അവതരിപ്പിക്കുവാനുള്ള കഴിവ് നേടുന്നു.

8. പാഠഭാഗങ്ങളിലെ ആശയങ്ങൾക്കനുയോജ്യമായ ദൃശ്യാവിഷ്ക്കാരം നടത്തുമ്പോൾ നൃത്തത്തിന്റെ അംശങ്ങൾ യഥോചിതം പ്രയോഗിക്കുന്നു.

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

സംഗീതത്തിലെ താളങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാന ചൊൽക്കെട്ടുകളായി തകധിമി, തകിട, തകതകിട തുടങ്ങിയ ടീച്ചർ താളമടിച്ച് ശാസ്ത്രീയമായി പരിശീലിപ്പിക്കുക.

തകധിമി തക എന്നു പറയുമ്പോൾ അരമണ്ഡലത്തിലിരുന്ന കുട്ടി വലതുകാല് രണ്ടു പ്രാവശ്യം ചവിട്ടുക.

ധിമി എന്നു പറയുമ്പോൾ ഇടതുകാലിന്റെ കുതി കുത്തി അമർത്തി ചവിട്ടുക.

ഈ ചൊല്ലിനു പകരം പരിചയമുള്ള പാട്ട് അവതരിപ്പിച്ചും ഇതു ചെയ്യട്ടെ. ഇതിനായി ഉപയോഗിക്കാവുന്ന പാട്ടുകൾ ഏതൊക്കെ ?

- കാട്ടിലെ മാനിന്റെ തോലുകൊണ്ടുണ്ടാക്കി മാരാരു പണ്ടൊരുചെണ്ട
-
-

തകിട്ട – തക എന്നു പറയുമ്പോൾ അരമണ്ഡലം വലതുകാൽ അമർത്തി ചവിട്ടുക.

കിട്ട എന്നു പറയുമ്പോൾ ഇടതു കാലിന്റെ കുതികുത്തിയശേഷം അമർത്തി ചവിട്ടുക.

തകതകിട – തക എന്നു പറയുമ്പോൾ വലതുകാൽ ചവിട്ടുക എന്നിട്ട് മുമ്പെ ചെയ്ത തകിട്ട് അതുപോലെ ചെയ്യുക.

- നാടൻ നൃത്തരൂപങ്ങളായ തിരുവാതിരക്കളി, ഒപ്പന, മാർഗ്ഗം കളി തുടങ്ങിയവ കാണാൻ അവസരം നൽകുന്നു. ചുവടുകൾ അനുകരിക്കുന്നു. ഇത്തരം കലാരൂപങ്ങൾ പുതിയ പാട്ടുകൾ നൽകി സംഘമായി അവതരിപ്പിക്കുന്നു.

- തിരുവാതിരക്കളി, ഒപ്പന എന്നിവ അവതരിപ്പിച്ച് അതിലെ പാട്ടിന്റെയും നൃത്തത്തിന്റെയും താളങ്ങളുടെ സാമാന്യത മനസ്സിലാക്കുന്നു.

- പാഠഭാഗങ്ങളിലെ കവിത ദൃശ്യാവിഷ്ക്കാരം, നൃത്താവിഷ്ക്കാരം എന്നിവ നടത്താൻ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നു. ഇവ സംഘമായി അവതരിപ്പിക്കുന്നു.

- നൃത്തത്തിനുപയോഗിക്കുന്ന വേഷഭൂഷാദികളെ കുറിച്ച് അറിയുന്നതിനായി നൃത്ത പഠന കേന്ദ്രങ്ങളിലേക്ക് പഠനയാത്ര. സംഘടിപ്പിക്കു. വിഗദ്ഗരുമായി അഭിമുഖം നടത്തുക. നൃത്തങ്ങളുടെ

ചിത്രം ശേഖരിച്ച് തരം തിരിച്ച് ആൽബം തയ്യാറാക്കുക.

- ചിത്രങ്ങൾക്ക് അടിക്കുറിപ്പുകൾ നിർമ്മിക്കുക.
- നൃത്തതിനുപയോഗിക്കുന്ന കിരീടം, വസ്ത്രം എന്നിവ നിർമ്മിക്കുന്നു.
- നൃത്തത്തിന്റെ സങ്കേതങ്ങൾ, വേഷങ്ങളുടെ പ്രത്യേകതകൾ, ചമയങ്ങൾ, സാമഗ്രികൾ തുടങ്ങിയവയുടെ പതിപ്പുകൾ, നിഘണ്ടു, പത്രിക തയ്യാറാക്കുക.
- കലാകാരനുമാരുടെ ജീവചരിത്രം കുറിപ്പുകൾ എന്നിവ ശേഖരിക്കുക.
- സ്ക്കൂൾ തല സാഹിത്യ സമാജം, രക്ഷാകർതൃദിനങ്ങൾ, ശിശുദിനം, സ്വതന്ത്ര, ദിനാഘോഷം തുടങ്ങിയ വിശേഷ ദിനങ്ങളിൽ കുട്ടികൾക്ക് നൃത്തം അവതരിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള അവസരം നൽകുക.
- പാഠഭാഗത്തെ കഥ, കവിത, തുടങ്ങിയ ദൃശ്യാവിഷ്ക്കാരം നടത്തി വേദികളിൽ അവതരിപ്പിക്കുന്നു.

ക്ലാസ് തല മൂല്യനിർണ്ണയത്തിന് കുട്ടികളെ തന്നെ ഉപയോഗിച്ച് കൂടെ സൂചകങ്ങൾ ഇവർക്ക് പരിചയപ്പെടുത്തണം.

നൃത്തം - 7

1. നൃത്തത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനങ്ങളായ മുദ്രകൾ, ചുവടുകൾ, ഭാവാഭിനയം എന്നിവയെ കുറിച്ച് അറിയുന്നു.
2. നൃത്തത്തിന് ഉപയോഗിക്കുന്ന താളക്രമങ്ങളെക്കുറിച്ച് അറിയുന്നു.
3. ഒരു സന്ദർഭത്തിനനുയോജ്യമായ വായ്ത്താരി, തെരഞ്ഞെടുക്കുവാൻ കഴിയുന്നു.
4. വായ്ത്താരികൾക്കനുസരിച്ച്, അംഗചലനങ്ങളും പദചലനങ്ങളും പരിശീലിക്കുന്നു.
5. പരിചിതമായ ഗാനങ്ങളുടെ നൃത്താവിഷ്ക്കാരം നിർദ്ദേശാനുസരണം അവതരിപ്പിക്കുന്നു.
6. പാഠഭാഗങ്ങളിലെ കവിതകളിലെ ദൃശ്യാവിഷ്ക്കാരം നൃത്തത്തിന്റെ അംഗങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുത്തി ആകർഷകമാക്കുന്നു.
7. നൃത്ത പ്രകടനങ്ങൾക്ക് ചിട്ടയായ പരിശീലനം അനിവാര്യമാണെന്ന് മനസ്സിലാക്കുന്നു.
8. തന്റെയും, സഹപാഠികളുടെയും പ്രകടനങ്ങൾ നിരീക്ഷിച്ച് കൂടുതൽ മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നു.

പ്രവർത്തന മാതൃകകൾ

- നൃത്തത്തിന്റെ അടിസ്ഥാന മുദ്രകളുടെ ചാർട്ട് പ്രദർശിപ്പിക്കുക. മോഹിനിയാട്ടത്തിന്റെയും ഭരതനാട്യത്തിന്റെയും മുദ്രകളെ സാമ്യ വ്യത്യാസങ്ങളെ കുറിച്ച് ചർച്ച ചെയ്യുക.
- നൃത്തത്തിന്റെ അടിസ്ഥാന ചുവടുകൾ നൃത്താധ്യാപകന്റെ സഹായത്തോടെ പരിചയപ്പെടുത്തുക. തുടർന്ന് പരിശീലിക്കുക.
- നവരസങ്ങളുടെ ചിത്രം പ്രദർശിപ്പിക്കുക നവരസങ്ങൾ പരിചയപ്പെട്ടശേഷം ക്ലാസ്സിൽ സ്ഥാപിച്ച കണ്ണാടിയിൽ നോക്കി അനുകരിക്കുന്നു.
- വിവിധ താളത്തിലുള്ള പാട്ടുകളുടെ കാസറ്റുകൾ/സിഡി കുട്ടികളെ കേൾപ്പിക്കുന്നു.
- രാസയ്യയ്യോ.............. (നാടൻപാട്ട്)
- കഥകളി പദങ്ങൾ
- സിനിമാ പാട്ടുകൾ

സന്ദർഭത്തിനനുയോജ്യമായ വായ്ത്താരികൾ കണ്ടെത്തുക.

തോണി തുടയുന്നതിന് = തിത്തിത്താരാതിത്തിത്തൈ

- കൊയ്യുന്നതിന്
- നെല്ലുകുത്തുന്നതിന്
- കാള പൂട്ടുന്നതിന്

വായ്ത്താരിക്കനുസരിച്ച് എന്തെല്ലാം പ്രവർത്തികൽ ചെയ്യാം.

❍ കുട്ടികളെ തോണിയുടെ ആകൃതിയിൽ ഇരുന്ന് വായ്ത്താരിയുടെ അകമ്പടിയോടെ തോണി തുഴയുന്നു.

❍ രണ്ടു കുട്ടികൾ കാളകളെ പോലെ കുനിഞ്ഞ് നിന്നും പിന്നിലൊരാൾ കന്നു പൂട്ടുന്നതു പോലെ വായ്ത്താരിക്കൊണ്ട്

മുൻക്ലാസ്സിൽ നൽകിയിട്ടുള്ള നൃത്തശിൽപങ്ങൾപോലെ പാഠഭാഗങ്ങളിൽ നിന്നും കണ്ടെത്തി പരിശീലിപ്പിക്കുക. വേദിയിലെ വേഷഭൂഷാദികളോടും (ആഹാര്യം, ചമയം) കൂടി അവതരിപ്പിക്കുക.

പ്രാഥമിക തലങ്ങളിൽ നൃത്തത്തിന്റെ ബാലപാഠങ്ങൾ അഭ്യസിച്ചു കഴിഞ്ഞാൽ യു.പി. തലങ്ങളിൽ ചിട്ടപ്പെടുത്തിയ രീതിയിലുള്ള നൃത്തങ്ങൾ അഭ്യസിക്കേണ്ടതുണ്ട്. ഇതിന് പ്രത്യേക പരിശീലനം ലഭിച്ച അദ്ധ്യാപകരുടെ സഹായം അത്യാവശ്യമാണ്.

ഓരോ സ്ക്കൂളിലും ഇതിനായുള്ള സൗകര്യമില്ലെങ്കിലും പഞ്ചായത്തു തലങ്ങളിലെങ്കിലും ഇത്തരം അധ്യാപകരെ കണ്ടെത്തി അവരുടെ സേവനം ലഭ്യമാക്കേണ്ടതാണെന്ന് ഇതിന് തദ്ദേശ സ്വയം ഭരണ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ സഹായം ഇപ്പോൾ തന്നെ ലഭിക്കുന്നുണ്ട്. അത് പ്രയോജനപ്പെടുത്തില്ലേ?

അനുബന്ധം

1. കഥകളി മുദ്രകളുടെ രേഖാചിത്രങ്ങൾ

2. ഭരതനാട്യമുദ്രകളുടെ രേഖാചിത്രങ്ങൾ

3. വിവിധ നാടൻ നൃത്തങ്ങളുടെയും ശാസ്ത്രീയ നൃത്തങ്ങളുടെയും ഫോട്ടോകൾ.

4. നവരസങ്ങളുടെ ചിത്രങ്ങൾ

5.അരമണ്ഡലം, മുഴുമണ്ഡലം, സമം എന്നീ വിവിധ മണ്ഡലങ്ങളുടെ ചിത്രങ്ങൾ.

റഫറൻസ്

1. അഭിനയദർപ്പണ ഓഫ് നന്ദികേശ്വര.

(റിഗാറ്റ കൾച്ചറൽ സൊസൈറ്റി - തിരുവനന്തപുരം)

2.കഥകളി മുദ്രാ നിഘണ്ടു

(സാംസ്ക്കാരിക പ്രസിദ്ധീകരണ വകുപ്പ്)

3. നാടൻ പാട്ടുകളുടെ പുസ്തകങ്ങൾ

4. കേരളം കലയും സംസ്ക്കാരവും

(ബാലസാഹിത്യ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്)

5. കഥകളി കണ്ടുരസിക്കാം.

(പ്രഭാത് ബുക്ക് ഹൗസ്, തിരുവനന്തപുരം)