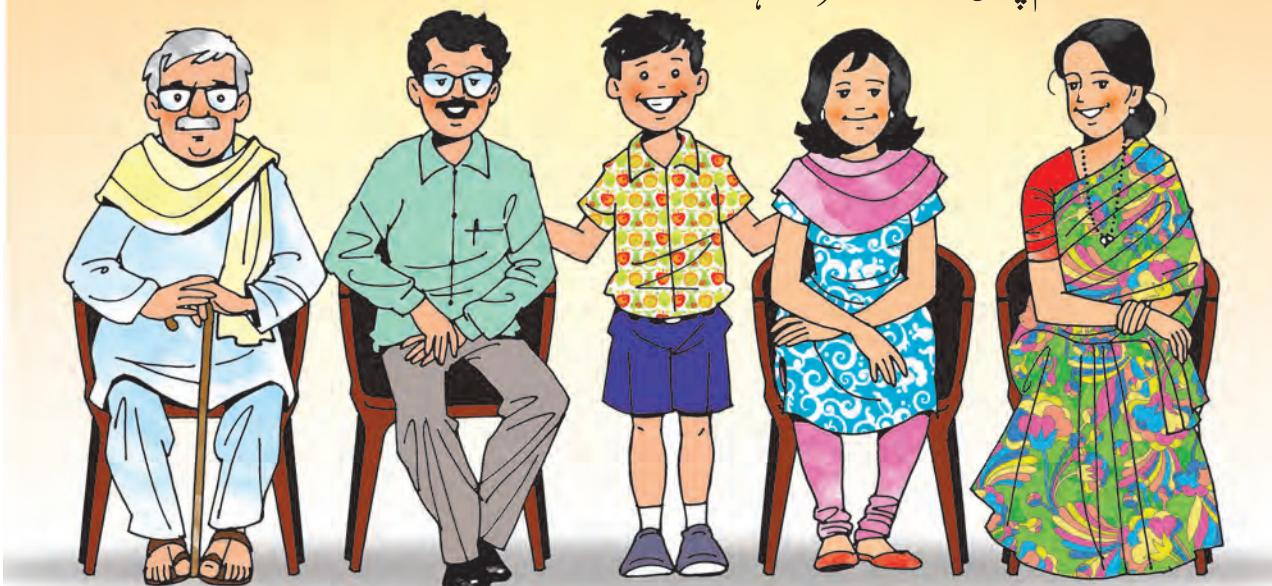


۲۳۔ عمر جیسے جیسے بڑھتی ہے

بتاب تو بھلا!



- اس تصوپر میں لڑکے کی والدہ نے کیا پہنا ہے؟
- بہن نے کیا پہنا ہے؟
- دادا نے کون سے رنگ کا شرت پہن رکھا ہے؟
- والد کے جسم پر کون سے رنگ کا شرت ہے؟



- والدہ کون سی ہے اور بہن کون سی یہم نے کیسے پہچانا؟
- دادا کون سے ہیں اور والد کون سے، یہم نے کیسے پہچانا؟

بتاب تو بھلا!



اپنے بڑوں سے ذیل کی معلومات حاصل کرو۔

نئے بچوں کی گردان کب پیدھتی ہے؟

چھوٹے بچوں کے دانت کتنے مہینے سے نکنا شروع ہوتے ہیں؟

چھوٹے بچے کب پلٹنا (کروٹ لینا) شروع کرتے ہیں؟

نئے بچوں کو چاول کیوں نہیں کھلانے جاتے؟

نئے بچوں کو گود میں کیوں لینا پڑتا ہے؟



گھر میں بچے کی پیدائش سے خوشی کا ماحول بن جاتا ہے۔ ماں اپنی متتا کے تحت اس نئھے بچے کا بہت خیال رکھتی ہے۔ بچے کو زانہ نہلاتی ہے۔ بھوک لگنے پر دودھ پلاتی ہے۔ لوریاں گا کر سلاتی ہے۔ بچہ آہستہ آہستہ نشوونما پاتا ہے۔ اس کی اوپنچائی اور وزن میں اضافہ ہوتا ہے۔



بچہ تھوڑا بڑا ہونے پر رینگنے لگتا ہے۔ ایک ایک کر کے اس کو دانت نکلنے شروع ہوتے ہیں۔ وہ کھڑا ہونا سیکھتا ہے، اس کے بعد وہ قدم اٹھانا شروع کرتا ہے۔ اس طرح پروان چڑھتے چڑھتے اس کے قد اور وزن میں اضافہ ہوتا رہتا ہے۔

بچہ پہلے ماں کو پہچانا سیکھتا ہے۔ اس کے بعد وہ گھر کے دوسرے لوگوں کو پہچانے لگتا ہے۔ دودھ کے ساتھ ساتھ دیگر غذا بھی کھانے لگتا ہے۔ ماں بچے کو دودھ اور چاؤل کھانا شروع کرتی ہے۔ آہستہ آہستہ وہ بولنا سیکھتا ہے۔ لڑکا ہو یا لڑکی، نشوونما کے زمانے میں قدرت دونوں میں کوئی فرق نہیں کرتی۔ اور بڑا ہونے پر وہ بچہ نہیں رہتا۔ چھوٹے بچے سے بڑا لڑکا بن جاتا ہے۔ چھوٹی بچی سے بڑی لڑکی بنتی ہے۔



چھٹے سال میں بچے اسکول جانے لگتے ہیں۔ عمر کے اٹھار ہو یہ سال تک لڑکے لڑکی کا قد بڑھتا جاتا ہے۔

عام طور پر عمر کے چالیسویں سال تک صحت اچھی رہتی ہے۔ قد نہ بھی بڑھے تو وزن بڑھتا جاتا ہے۔ اچھی عادتوں اور اچھی خواراک کی وجہ سے صحت بہتر رہنے میں مدد ملتی ہے۔

پابندی سے ورزش کرنے پر اس کا فائدہ ہوتا ہے۔ چالیس سال کے بعد بھی عمر کے ساتھ جسم میں تبدیلی ہوتی رہتی ہے۔ آہستہ آہستہ آنکھوں کو صاف نظر نہیں آتا۔ بال سفید ہونے لگتے ہیں۔

بڑھاپے میں جسمانی طاقت کم ہونے لگتی ہے۔ کانوں سے ٹھیک طرح سنائی نہیں دیتا۔ یادداشت کمزور ہوجاتی ہے۔ دانت گرنے لگتے ہیں۔ نیند کم ہوجاتی ہے اور مختلف قسم کی بیماریاں ہونے لگتی ہیں۔ ایک دن موت آجائی ہے۔



کیا تمہیں معلوم ہے؟



- بچہ بڑا ہونے پر اسے بیماریاں ہو سکتی ہیں۔ بیماریاں نہ ہوں اس لیے ٹیکے دیے جاتے ہیں۔
- بچے کی عمر کے لحاظ سے کون سا ٹیکہ کب دینا ہے یہ مقرر ہوتا ہے۔ اس لیے ہر بچے کو ٹیکہ دینا ضروری ہے۔

!



بتاؤ تو بھلا!

آم کے ایک ہی درخت کی یہ تین تصویریں ہیں۔

سب سے پہلے کی تصویر کون سی ہے؟ سب سے آخر کی تصویر کون سی ہے؟
درمیانی عرصے کی تصویر کون سی ہے؟ یہم نے کس طرح پہچانا؟



• نباتات کی نشوونما

زمانے کے ساتھ جس طرح انسان میں تبدیلیاں ہوتی ہیں اسی طرح نباتات میں بھی ہوتا ہے۔ بچ کی اُنچ ہوتے ہی نیا پودا جنم لیتا ہے۔ اس کی نشوونما کے لیے اس کی جڑ میں میں بڑھنا ضروری ہے۔ تبھی پودے کو قوت حاصل ہوتی ہے۔

مٹی سے پانی اور کچھ غذائی مادے پودے کو ملتے ہیں۔ پتوں میں غذا تیار ہونے لگتی ہے۔ پودا بڑھنے لگتا ہے۔ اس میں نئے نئے پتے آتے ہیں۔ پودے کی اوپرائی بجھی بڑھنے لگتی ہے۔

مناسب نشوونما کے بعد نباتات میں پھول آنے لگتے ہیں۔ پھول سے پھل تیار ہوتے ہیں۔ ان پھلوں میں بچ ہوتے ہیں۔ ان سے اسی قسم کے اور پودے تیار ہوتے ہیں۔





درختوں کو مسلسل دھوپ، ہوا اور پانی میں رہنا پڑتا ہے۔
کبھی کبھی اس کے تنے میں کیڑے لگ جاتے ہیں۔ اس لیے
درخت کمزور ہو جاتا ہے۔ آخر میں تنہ ٹوٹ جاتا ہے۔ درخت گر
جاتا ہے اور اس کا خاتمہ ہو جاتا ہے۔

سمجھی بنا تات کا خاتمہ ہوتا ہے لیکن اس کی وجوہات مختلف ہوتی ہیں۔



ہم نے کیا سیکھا؟

- * بچے کی نشوونما کے کچھ مخصوص مرحلے ہوتے ہیں۔
- * عمر کے اٹھار ہوئے سال تک انسان کی نشوونما ہوتی ہے۔
- * عمر کے چالیس سال کے بعد انسان بوڑھا ہونا شروع ہوتا ہے۔
- * انسان کی طرح بنا تات میں بھی زمانے کے ساتھ تبدیلیاں ہوتی ہیں۔
- * مٹی میں بچہ کی آہستہ آہستہ نشوونما ہوتی ہے۔ بچہ کی اونچ کے بعد سے بنا تات کے بڑھنے تک مختلف مراحل ہوتے ہیں۔ بنا تات کی بھی اونچائی اور طاقت بڑھتی ہے۔
- * انسان ہو یا بنا تات ان کا ایک دن خاتمہ ہو جاتا ہے۔

اسے ہمیشہ ذہن میں رکھیں!



صحیت مندر ہنے کے لیے مناسب غذا اور پابندی
سے ورزش ضروری ہے۔

مشق



الف) کیا کریں گے بھلا؟

- کوئی اجنبي شخص تمہارے والدین سے عمر میں بڑا ہے یا چھوٹا، اس کا اندازہ تمسیں لگانا ہے۔

ب) آؤ دماغ پر زور دیں!

- بلی اپنے چھوٹے بچوں کو ایک جگہ سے دوسری جگہ کس طرح لے جاتی ہے؟
- بڑھاپے کی وجہ سے دادا کے بال سفید ہوتے ہیں۔ کچھ بوڑھے لوگوں کے بالوں میں بڑھاپے کی ایک اور نشانی نظر آتی ہے۔ وہ کون سی؟

- بڑھاپے کی وجہ سے جلد پر کون سا اثر ہوتا ہے؟
- اُسل بنانے کے لیے موگ پھلی کے دانے، میکلی، چولائی وغیرہ بھگونے سے ان میں اکھوا نکلتا ہے۔ اس کے لیے تم کون سا لفظ استعمال کرو گے؟

ج) شکل بناؤ:

- مزركی پھلی اور نج کی شکل بناؤ۔

د) معلومات حاصل کر کے اپنے ہم جماعتوں کو سناو:

- آم، چیکیو، یمو، آملہ، اٹی، سیم کی پھلی ان میں سے کسی ایک پودے کا پھل لو۔ اس کی شکل بنائ کراس میں رنگ بھرو۔ اس میں کتنے نج ہوتے ہیں، اس کا مشاہدہ کر کے شکل کے نیچے لکھو۔ تینھیں جو معلومات حاصل ہوئی ہے اسے اپنے ہم جماعتوں کو سناو۔

ه) خالی جگہ پُر کرو:

- (۱) گھر میں نیچے کی پیدائش سے کا ماحول بن جاتا ہے۔
- (۲) پابندی سے کرنے پر اس کا فائدہ ہوتا ہے۔
- (۳) پھول سے تیار ہوتے ہیں۔

و) مختصر جواب لکھو:

- (۱) لڑکے/لڑکی کا قد کتنے سال کی عمر تک بڑھتا ہے؟
- (۲) صحت اچھی رکھنے کے لیے کن باتوں سے مدد ملتی ہے؟
- (۳) نباتات میں پھول کب آتے ہیں؟

ز) نیچے دیے ہوئے جملے صحیح ہیں یا غلط، لکھو:

- (۱) نشوونما کے دوران نیچے کے قد اور وزن میں اضافہ ہوتا ہے۔
- (۲) عمر کے ستر سال تک صحت اچھی رہتی ہے۔
- (۳) نج زمین میں داخل نہ بھی ہو تو پودے کو طاقت ملتی ہے۔
- (۴) مٹی میں موجود پانی اور کچھ غذائی مادے پودے کو حاصل ہوتے ہیں۔

سرگرمی

گملے میں اپنی پسند کا پودا لگا کر اس کی نشوونما کا مشاہدہ کرو۔ اور ہر اتوار کو اس کی بڑھوتری کی تصویر بناؤ۔

