મજાનું વેકેશન ...

(વેકેશન પ્રવૃત્તિઓ)

Children's Research University

सत्यम् ऋतम् बृहत्

ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી,

ગાંધીનગર.

મજાનું વેકેશન... (વેકેશન પ્રવૃત્તિઓ)
(Majanu Vecation)

પ્રથમ આવૃત્તિ : એપ્રિલ – ૨૦૨૬
પ્રત:
કિંમત રૂ.: –

ISBN: **978-93-93222-83-1**

પ્રેરણાસ્ત્રોત :–
ડૉ. ટી. એસ.જોશી, કુલપતિ, ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી
પ્રો. સંજય ગુપ્તા, કુલસચિવ, ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી

સંપાદકો :
પ્રો. જિજ્ઞેશ બી. પટેલ, અધ્યક્ષ, ડિપાર્ટમેન્ટ ઓફ કરિક્યુલમ ડેવલપમેન્ટ અને નિયામક, IQAC, ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી
ડૉ. ચિરાગ દરજી, એસોસિએટ પ્રોફેસર, ડિપાર્ટમેન્ટ ઓફ કરિક્યુલમ ડેવલપમેન્ટ, ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી
કુ. પાયલ રોત, આસિસ્ટન્ટ પ્રોફેસર, ડિપાર્ટમેન્ટ ઓફ કરિક્યુલમ ડેવલપમેન્ટ, ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી
શ્રી નિશાંત સોની, રિસર્ચ આસિસ્ટન્ટ, ડિપાર્ટમેન્ટ ઓફ કરિક્યુલમ ડેવલપમેન્ટ, ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી

લેખકો :–
સૂચિતકુમાર જે. પ્રજાપતિ, વટાદરા કુમાર પ્રા. શાળા તા. ખંભાત જિ. આણંદ
ધર્મેશકુમાર એમ. રામાનુજ, ભાટતલાવડી પ્રા. શાળા તા. ખંભાત જિ. આણંદ
પંકજકુમાર બી. બારોટ, સી.આર.સી તેનપુર તા. બાયડ જિ. અરવલ્લી
સંજયભાઈ પટેલ, સી.આર.સી લાડોલ તા. વિજાપુર જિ. મહેસાણા
અશોકભાઈ પટેલ, જાદવપુરા પ્રા. શાળા. તા. વિરમગામ જિ. અમદાવાદ
ભૂમિકાબેન પટેલ, સી.આર.સી મહિયારી તા. તારાપુર જિ. આણંદ
તેજસભાઈ પટેલ, પ્રાંતીયા પ્રા. શાળા તા.જિ. ગાંધીનગર

પ્રકાશક :–
ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી, જલારામ મંદિર પાસે, સેક્ટર–૨૯, ગાંધીનગર

મુદ્રક :–

નોંધ :–આ પુસ્તકના પ્રકાશન સમય દરમિયાન પુસ્તકમાં આપવામાં આવેલ તમામ સામગ્રીની તથ્યતા યોગ્ય કાળજીપૂર્વક લેખક/સંપાદક તથા પ્રકાશક તેમજ મુદ્રક દ્વારા કરવામાં આવેલ છે. છતાં આ પુસ્તકમાં રહેલ કોઈ ક્ષતિઓ માટે લેખક/સંપાદક તથા પ્રકાશક તેમજ મુદ્રક જવાબદાર નથી.

તમામ મોડ્યુલ ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટીની વેબસાઈટ પર ઉપલબ્ધ છે.

Children’s Research University | www.cugujarat.ac.in

सत्यमेव जयते

ભૂપેન્દ્ર પટેલ
મુખ્યમંત્રી, ગુજરાત રાજ્ય

તા. ૧૬/૦૪/૨૦૨૬

સ્નેહી શ્રી ડૉ. તુળજાશંકરભાઈ,

સપ્રેમ નમસ્કાર.

સમાજનો સર્વાંગી વિકાસ મુખ્યત્વે જ્ઞાન, સંસ્કાર અને ઉચ્ચ મૂલ્યોના પાયા પર ટકેલો છે. આ ત્રણેય તત્વોના પ્રણેતા અને મુખ્ય શિલ્પી 'શિક્ષક' હોય છે. શિક્ષકનું કાર્ય માત્ર પુસ્તક્ના જ્ઞાન પીરસવા પૂરતું મર્યાદિત નથી હોતું પરંતુ તે વિદ્યાર્થીના ચિત્ત, ચરિત્ર અને ચેતનાનું ઘડતર કરનાર એક કુશળ શિલ્પકાર હોય છે. શિક્ષણનો સાચો હેતુ માત્ર આજીવિકા કે રોજગાર મેળવવાથી વિશેષ જીવનના ગૂઢ રહસ્યોને સમજવા અને માનવીય મૂલ્યોને જીવનમાં ઉતારવાનો છે.

માનનીય વડાપ્રધાન શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદીએ જણાવે છે કે "આપણા યુવાનોને ભવિષ્ય માટે તૈયાર કરવા, એમને સતત કૌશલ્યવાન, પુનઃ કૌશલ્ય અને એમના કૌશલ્યમાં સતત વધારો કરવાની જરૂર છે."

વેકેશન દરમિયાન વિદ્યાર્થીઓ રચનાત્મક પ્રવૃત્તિ કરીને કંઈક નવું જ્ઞાન મેળવે તે માટે ધોરણ ૧ થી ૧૦ના વિદ્યાર્થીઓ માટે શૈક્ષણિક મૉડ્યુલ **'મજાનું વેકેશન'** નામના કાર્યક્રમની શરૂઆત કરી છે, જે સરાહનીય છે. શિક્ષક વિદ્યાર્થીઓનું જીવન ધરમૂળથી બદલી શકે છે એ વાતને ચરિતાર્થ કરતા **ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી** દ્વારા વેકેશનમાં વિદ્યાર્થી પાસે નવતર પ્રયોગ કરાવીને તેઓને વધુ રચનાત્મક બને એવા પ્રયત્નો કર્યા છે, જે બિરદાવવાલાયક છે. વેકેશન દરમિયાન સ્વ-અભ્યાસની ટેવ વિકસાવવી, શૈક્ષણિક ઉત્સાહ જાળવી રાખવો, અભ્યાસનું પુનરાવર્તન, સર્જનાત્મકતા અને વિશારશક્તિને વેગ મળે તે માટેના મૉડ્યુલનું આયોજન છે, જે પ્રશંસનીય બાબત છે.

યુનિવર્સિટી દ્વારા આયોજિત આ નવતર પ્રયોગ **'મજાનું વેકેશન'** લક્ષિત ધ્યેય પ્રાપ્ત કરે અને વિદ્યાર્થીઓમાં નવીન ઊર્જા અને ઉત્સાહનું સર્જન કરે તેવી શુભેચ્છાઓ.

આપનો,

(ભૂપેન્દ્ર પટેલ)

Dr. Tuljashankarbhai S. Joshi, *Vice Chancellor,*
Children University,
Subhash Chandra Bose Shikshan Sankul,
Nr. Raj Bhavan, CHH Road,
Sector – 20, Gandhinagar: 382021
E-Mail: registrar@cugujarat.ac.in
Mo: 9978407765

hj/yt/2026/04/16/apro

ત્રિકમભાઈ છાંગા

ક્રમાંક: રા.ક.મંત્રી/ઉ. અને તાં.શિ./ VIP/૧૦૭ /૨૦૨૬
રાજ્યકક્ષાના મંત્રી,
ઉચ્ચ અને તાંત્રિક શિક્ષણ,
ગુજરાત સરકાર
સ્વર્ણિમ સંકુલ-૨, ત્રીજો માળ,
સચિવાલય, ગાંધીનગર-૩૮૨૦૧૦
ફોન (ઓ.) : ૦૭૯-૨૩૨ ૫૦૧૭૦
ફેક્સ નં. : ૦૭૯-૨૩૨ ૫૭૦૧૦
તારીખ : 16 APR 2026

"મજાનું વેકેશન"

ઉનાળાની રજાઓ એ માત્ર આરામ કરવાનો સમય નથી, પરંતુ નવી વસ્તુઓ શીખવાનો, પોતાની પ્રતિભા વિકસાવવાનો અને આનંદ સાથે જ્ઞાન મેળવવાનો સોનેરી અવસર છે. **"મજાનું વેકેશન"** જેવા પ્રવૃત્તિ આધારિત શૈક્ષણિક મોડ્યુલ દ્વારા ધોરણ ૧ થી ૧૦ ના વિદ્યાર્થીઓ માટે આ રજાઓ વધુ સર્જનાત્મક, રસપ્રદ અને ઉપયોગી બનશે એવી મને પૂરી આશા છે.

આ મોડ્યુલનો મુખ્ય હેતુ છે કે વિદ્યાર્થીઓ પુસ્તક જ્ઞાનની બહાર જઈને પ્રયોગ, નિરીક્ષણ, સર્જનાત્મકતા અને જીવન કૌશલ્યો દ્વારા જ્ઞાન મેળવે. ઘરઆંગણે, કુદરતમાં, પરિવાર સાથે અને આસપાસના પર્યાવરણમાં વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા બાળકોમાં વિચારશક્તિ, સંવાદ કૌશલ્ય, સ્વાનુશાસન અને જવાબદારીઓનો ઉત્તમ વિકાસ થાય છે.

હું ચોક્કસ પણે માનું છું કે, "મજાનુ મોડ્યુલ" બાળકોના વેકેશન ને ઉલ્લાસમય બનાવશે અને બાળકોમાં રહેલી સર્જનાત્મકતા અને વિચારશક્તિ ને વિકસાવવામાં મદદરૂપ થશે.

શૈક્ષણિક મોડ્યુલ "મજાનું વેકેશન" તૈયાર કરવા બદલ ચિલ્ડ્રન રિસર્ચ યુનિવર્સિટીની સમગ્ર ટીમને મારી શુભેચ્છા પાઠવું છું.

(ત્રિકમભાઈ છાંગા)

૦૧૯

વાલી સહયોગી જાતે શીખવા તરફ પ્રથમ ડગ... આટલું કરીએ

વાલી મિત્રો, નમસ્કાર.

શાળામાં વેકેશન પડતાં જ આપના મનમાં આપના બાળકો હવે શું કરશે, તેમનામાં રહેલી ઉર્જાનો સકારાત્મક ઉપયોગ કેવી રીતે કરાવીએ? એવા અનેક પ્રશ્નો ઊભા થતાં હશે. પણ ખરેખર બાળકો તોફાન નથી કરતાં હોતા તેની પાસે રહેલી ઉર્જાને દેખાડતા હોય છે. બાળકોની સર્જનવૃત્તિને આપણે ક્યારેક તોફાન સમજવાની ભૂલ કરતાં હોઈએ છીએ. આવું ન થાય તે માટે આ વેકેશન દરમ્યાન ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી અને સમગ્ર શિક્ષાના સહયોગ દ્વારા બાળકોને ધ્યાને લઈ તેનામાં રહેલી દક્ષતા, ક્ષમતા અને તેની રૂચી મુજબની પ્રવૃતિઓ–પ્રોજેક્ટ્સ કરાવવાનું આયોજન કરેલ છે. હાલમાં શાળામાં પણ આપના બાળકોને દરેક ધોરણમાં પ્રવૃત્તિ દ્વારા જ શીખવવાનો અભિગમ અમલીકૃત હોય તેમને આવું કરવામાં કોઈ મુશ્કેલી નહીં પડે તેની ખાતરી છે. ધોરણ 1 થી 10 સુધીના બાળકોને ધ્યાને લઈ તેના માટે વેકેશનમાં ઘરે બેઠા વાલીના સહયોગથી દરરોજ નવી નવી પ્રવૃતિ–પ્રોજેક્ટ કરી શકાય તે અભિગમને ધ્યાને લઈ આવું કરી રહયા છીએ. આ પ્રવૃતિઓના નિર્માણ સમયે નીચેના હેતુઓને ધ્યાને લેવાયા છે:

- બાળક દરરોજ કોઈ એક સેવા કાર્યમાં જોડાય તેની ખાતરી કરો. (દા.ત. પક્ષીઓને ચણ કે પાણી મૂકવું, ગાયને ચારો નાખવો, વડીલોની સેવા કરવી વગેરે વગેરે)
- દરેક પ્રવૃત્તિ માટે બાળકોની વયકક્ષાને ધ્યાને લેવાઈ છે.
- પ્રવૃત્તિમાં ઉપયોગમાં લેવાની તમામ સાધન સામગ્રી સ્થાનિક હોય તેવી, બિન ખર્ચાળ અને દરેક ગામમા સહેલાઈથી મળી રહે તેને ધ્યાને લેવાઈ છે.
- મોટાભાગની પ્રવૃત્તિઓ બાળકોના અનુભવ જગતને પ્રાધાન્ય આપતી અને તેના રોજિંદા જીવનને સ્પર્શતી હોય તેવી પસંદ કરાઈ છે.
- દરેક પ્રવૃત્તિ સરળ, આનંદદાયી અને કઈક શિખવનાર બની રહેતી હોવાથી તે કરવા માટે બાળકનો ઉત્સાહ વધે તેનો ખ્યાલ રખાયો છે.
- આ પ્રવૃત્તિઓ કરવા માટે બાળકો ઘરના સભ્યો સાથે ખુલ્લા મને વાતચીત કરશે, ગામના લોકોને મળશે, પડોશના સભ્યો સાથે બેસી વાતો કરશે અને તે માટે તેમને સ્વતંત્રતા મળી રહે તેવું વિચારેલ છે.
- અહી અપાયેલ પ્રવૃત્તિઓ સીધેસીધું શિક્ષણ આપતી નથી પરંતુ પર્યાવરણીય અને અનુભવજન્ય શિક્ષણ પૂરું પાડે તેવા પ્રકારની પસંદ કરવામાં આવેલ છે. જે બાળકોને આગળના ધોરણમાં મદદરૂપ થશે.
- શાલેય શિક્ષણ માટે વર્ગમાં લીધેલા અનુભવોને ધ્યાને રાખી પ્રવૃત્તિની રચના કરેલ હોય બાળકોને પ્રવૃત્તિ કરવામાં કોઈ સમસ્યા ઊભી ન થાય તેને ધ્યાને લેવું.
- મોટાભાગની પ્રવૃત્તિઓ ભાષા, ગણિત, પર્યાવરણ, સામાજિક વિજ્ઞાન, વિજ્ઞાન સાથે સંકળાયેલ હોવાથી બાળકોને પ્રવૃત્તિ સાથે પોતાના વિષેનું પરોક્ષ રીતે જ્ઞાન પણ પ્રાપ્ત થાય તેવું વિચારેલ છે.
- વેકેશન હોવાથી શિક્ષકને પણ કોઈ ખલેલ ન પહોંચે અને વાલી સહયોગથી આ પ્રવૃતિઓ થઈ શકે તે માટે વ્યક્તિગત રીતે આ પ્રવૃતિ મોડ્યુલ નિર્માણ કરેલ છે.

આટલું કરીએ...

- શીખવાની પહેલી શરત પ્રયોગાત્મક હોય છે તે સિધ્ધાંતને ધ્યાને લઈ આ પ્રવૃત્તલક્ષી પ્રોજેક્ટના અભિગમનું નિર્માણ કરવામાં આવ્યું છે.
- વેકેશનના સમયની ફુરસદમાં બાળકોનું શીખવાનું ચાલુ રહે રજા દરમ્યાન શીખવાનો મહાવરો અટકી ન જાય તેને પણ ધ્યાને લેવાયું છે.
- પ્રવૃત્તિની રચના સમયે વર્ગ અધ્યાપનની બાબતોને પણ ધ્યાને લીધેલ હોવાથી બાળકોને પોતાના અનુભવો અને વર્ગ વ્યવહારને પણ યાદ કરવો પડશે જેથી બાળકોની સિધ્ધિનું સ્તર પણ આપોઆપ વાલીઓ જાણી શકશે.
- બાળકોના સમગ્રતયા વિકાસ માટે પંચકોશને ધ્યાને લઈ નિર્માણ થયેલી જુદી જુદી પ્રવૃત્તિઓના પ્રકારોમાં શારીરિક, પ્રાણિક, માનસિક, બૌધ્ધિક અને ચૈતસિક વિકાસને ધ્યાને લેવામાં આવેલ છે.
- બાળકોને આ પ્રકારની પ્રવૃત્તિઓ કરવા માટે પ્રશ્નોત્તરી, ચર્ચા, પરામર્શ, રમતગમત, કલ્પના, મુલાકાત, ઇંટરવ્યૂ, અવલોકન અને શોધખોળ કરવાની તકો ઊભી થાય તેવું વિચારેલ છે.
- રાષ્ટ્રીય શિક્ષણ નીતિ–2020 અનુસાર શિખવાની પંચપદી મુજબ બાળકોને જાતે શીખવા માટે અભ્યાસ અને પ્રયોગની તકો મળે તેવું આયોજન કરેલ છે.
- NEP–2020 અનુસાર વેકેશનમાં ઘરે બેઠા આ પ્રવૃત્તિઓ કરવાની હોવાથી શિક્ષકની જવાબદારી ઓછી થાય તેવું આયોજન વિચારેલ છે. જેથી બાળકો આ પ્રવૃતિઓ કરે અને જાતે કરે તેવા સિદ્ધાંતનું અનુસરણ કરેલ છે.
- આ પ્રકારની પ્રવૃત્તિઓ કરવાથી બાળકોમાં સ્થાનિક સ્રોત સંદર્ભ, વ્યક્તિ વિશેષ, ગાણિતિક કૌશલ્યો, ભાષા જ્ઞાન અને જીવન કૌશલ્યોનો પણ વિકાસ થાય તેવું આયોજન કરેલ છે.
- આવતીકાલના નાગરિક તરીકે જવાબદારીનું ભાન થાય, પર્યાવરણ, વિજ્ઞાનના મૂળભૂત સિધ્ધાંતોનો ખ્યાલ મળે, સ્વચ્છતા–આરોગ્ય જળવાઈ રહે, સરકારી યોજનાઓ, બેન્કની સહાય, હક અને ફરજ માટેની બાબતોને પ્રવૃત્તિ માધ્યમે મૂકીને એક નવા અભિગમનું સ્થાપન થાય તેવા પ્રયાસો કરાયેલ છે.

ટૂંકમાં વેકેશનમાં ગૃહ અભ્યાસ સાથે બાળકોને દૈનિક નવીનતમ પ્રવૃત્તિઓ કરવા માટેની તક મળી રહે તે માટેના ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી અને સમગ્ર શિક્ષાના સહયોગ દ્વારા આ ગમ્મત સાથે જ્ઞાનના પ્રકલ્પને અજમાયશી પ્રકલ્પ તરીકે મૂકીને આપણે જાતે શીખવાની બાબત પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા તરફ પ્રથમ ડગ માંડીએ છીએ. આપના બાળકને આપવામાં આવેલ પ્રવૃત્તિ પત્રકમાં જે **QRકોડ** આપવામાં આવેલ છે તેને સ્કેન કરી આ પ્રવૃત્તિઓ કરતા સમયે ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતોનું માર્ગદર્શન અને સાથે નવી નવી વાર્તાઓ, ગીતો અને અન્ય સર્જનાત્મક માહિતી જોવાનું ચૂકશો નહિ. આપના તરફથી બાળકોની પ્રવૃત્તિના અનુભવોને ધ્યાને લઈ સૂચના કે પ્રતિભાવો પ્રાપ્ત થાય તે અપેક્ષિત રહેશે. આપના બાળકોની પ્રવત્તિનાં ફોટોગ્રાફ્સ કે નાના વિડીયો **વોટ્સએપ નંબર 7575962929** પર મોકલવા વિનંતી. તો આવો, બાળકોને જાતે શીખવા દેવા માટે સહાયક અને સહયોગી વાતાવરણ નિર્માણ કરી શિક્ષણ ગુણવતા તરફના એક અભિનવ પ્રયોગના અમલીકરણ માટે સાહિયારો પ્રયાસ કરીએ.

કુલપતિ,
ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી,
ગાંધીનગર

આટલું કરીએ (ધોરણ-૧/૨)

નમસ્કાર,

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થીમિત્રો,

વેકેશન દરમ્યાન આપનાં સંતાન દ્વારા ઘરે બેઠા રોજ નવી નવી પ્રવૃત્તિ/ પ્રોજેક્ટ કરી શકાય તેની સંભવિત યાદી અહીં આપવામાં આવી છે, જેમાંથી આપ શક્ય હોય તેટલી પ્રવૃત્તિઓ અથવા તેના જેવી અન્ય પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળક પાસે કરાવી શકો છો. આ પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળકને આગામી ધોરણના અભ્યાસ માટે પૂર્વતૈયારી કરાવશે. આપેલ QR કોડને સ્કેન કરી સમયાંતરે આ પ્રવૃત્તિઓ અંગે માર્ગદર્શન અને નવી વાર્તા, ગીત અને અન્ય પ્રવૃત્તિની માહિતી મેળવવાનું ચૂકશો નહીં.

પ્રવૃત્તિ માટે

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થી મિત્રો,

ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી દ્વારા શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૨૬-૨૭ના ઉનાળુ વેકેશન માટે તૈયાર કરવામાં આવેલી પ્રવૃત્તિઓ આપને કેવી લાગી? તમારા મૂલ્યવાન પ્રતિભાવો અમારા માટે ખૂબ મહત્ત્વના છે. આપના પ્રતિભાવોના આધારે અમે ભવિષ્યમાં વધુ સારી પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરી શકીશું અને શૈક્ષણિક સંશોધનને નવી દિશા આપી શકીશું.

- બાજુમાં આપેલા **Feedback Form QR Code**ને સ્કૅન કરો .
- Link:- **https://forms.gle/4tNLpZYV8R5cVX2v7**
- ઓનલાઈન ફોર્મમાં તમારી વિગતો અને પ્રવૃત્તિઓ અંગેનાં મંતવ્યો નોંધો.

પ્રતિભાવ/સૂચન માટે

આપનાં સંતાનની પ્રવૃત્તિઓના ફોટોગ્રાફ્સ, વીડિયો અને આપનાં સૂચનો 7575962929 નંબર ઉપર તમારા સંતાનના નામ અને ધોરણ સાથે મોકલવા વિનંતી.

આપના સહકાર બદલ આભાર!

પ્રવૃત્તિની યાદી

1. તમે જે જે ચીજવસ્તુઓનો ઘરમાં અથવા તો શાળામાં ઉપયોગ કરતા હો તેમનાં ચિત્રો દોરી નામ લખો.
2. તમારા ઘરની આસપાસ યોગ્ય જગ્યાએ પક્ષીઓ માટે પાણી પીવાનું વાસણપાત્ર મૂકી તેમાં પાણી / પાત્રમાં પાણી પીવા માટે આવતાં પક્ષીઓને ઓળખો અને તેમનાં નામની /તમારા મૂકેલા વાસણ .રાખો .યાદી બનાવો
3. તમારાં મમ્મી રસોડામાં જે જે ચીજવસ્તુઓનો ઉપયોગ કરતાં હો તેમનાં ચિત્રો દોરી નામ લખો.
4. તમારા પપ્પા જે જે ચીજવસ્તુઓનો ઉપયોગ કરતા હોય તેમનાં ચિત્રો દોરી નામ લખો.
5. તમારા ઘરનું ચિત્ર દોરો.
6. તમારા ઘરમાં જો કોઈ એવી ચીજવસ્તુઓ હોય જેમાં અંક છાપેલાદેખાતા હોય તેના નામ /ઉપસાવેલા/ લખો અને ચિત્ર દોરવા માટે પ્રયત્ન કરો.
7. પાણીનો સંગ્રહ કરવા માટે તમારા ઘરમાં કયાં -કયાં સાધનોનો ઉપયોગ થાય છેતેમાં પાણી ભરીને ? આ પ્રવૃત્તિ તમારાં કુટુંબીજનો અને .ચકાસી જુઓ કે કયા વાસણમાં સૌથી વધુ પાણી ભરી શકાય છે મિત્રોની સાથે કરો.

8. દોરોગુંદર અને દીવાસળીના ઉપયોગથી એક મનપસંદ આકૃતિ બનાવો ,.
9. દીવાસળીના ખાલી ખોખામાંથી એક રમકડું બનાવી તમારાં કુટુંબીજનો અને મિત્રોને બતાવો.ઉદાહરણ) ,રિમોટ કંટ્રોલ ,લેપટોપ ,મોબાઇલ ,ખુરશી ,સોફા ,દોરી ઉપર ચડતો દેડકો ,ગાડી ,ટ્રક ,તરીકે ટ્રેન (ડમરુ વગેરે , ઝુમ્મર ,કુલફી ,સૂટકેસ ,પલંગ ,ઘર ,ઘૂઘરો
10. તમે શાળામાં સાંભળેલી વાર્તાના આધારે તેના કોઈ એક પાત્રનું માટીમાંથી રમકડું બનાવો.
11. તમને આવડતી વાર્તામાંથી કોરા કાગળ પર કોઈ એક પાત્રનું ચિત્ર દોરી તેમાં રંગ પૂરોઆ ચિત્ર સાથે . તમારા કુટુંબીજનો અને મિત્રોને વાર્તા કહો.
12. કાતર વડે કાગળ કાપી એક આકૃતિ બનાવો.
13. પૂંઠાકંકોત્રીમાંથી ચોરસ આકાર કાપો/.
14. પૂંઠાકંકોત્/રીમાંથી ત્રિકોણ આકાર કાપો.
15. પૂંઠાકંકોત્રીમાંથી ગોળ આકાર કાપો/.
16. તમારા ઘરની આસપાસ ઊગતાં ફૂલોની સુગંધ લો અને તમારાં કુટુંબીજનો અને મિત્રોને પૂછી તેનાં નામ જાણો.
17. ગુલાબના ફૂલની પાંદડીઓ ભેગી કરીને તેને પાણીમાં નાખોતેમને .પાંદડીઓને પાણીથી સાફ કરો . કચરીને ગુલાબની પાંદડીઓની ચટણી બનાવોઆ ચટણીમાં થોડું પાણી નાખી તેને સાફ કપડાં કે . હવે ઘર .ગરણીની મદદથી ગુલાબની પાંદડીઓનો રસ નિચોવીને ગાળી લોનાં બધાં સભ્યોને આ રસમાંથી ગુલાબનો શરબત બનાવીને પીવડાવો .
18. માટીમાંથી તમને ગમતું કોઈએક પ્રાણી બનાવી તેના પર રંગ લગાવો.
19. તમારા ઘરનાં બધાં સભ્યોના દાંત ગણો અને દરેક સભ્ય પોતાના દાંત સાફ રાખવા શું કાળજી રાખે છે તેની ચર્ચા તેમની સાથે કરો .
20. તમને આવડતા અક્ષરોથી બનતાં નામની યાદી લખો.
21. તમારા ઘરમાં રહેલા વિવિધ અનાજના નમૂના કાગળ પર ગુંદરથી લગાવો.
22. તમારા ઘરમાં રસોઈ માટે કયાં કયાં વાસણોનો ઉપયોગ થાય છે તે ચકાસો. જુદાં જુદાં વાસણોનાં નામ જાણો કયું વાસણ શેમાંથી બનેલું છે અને તેની અંદાજિત કિંમત કેટલી છે તે જાણવા .ઘરનાં બધાં સભ્યો સાથે વાતચીત કરો .
23. પ્લાસ્ટિકની ખાલી બોટલમાંથી એક રમકડું બનાવો.આ માટે તમારાં કુટુંબીજનો અને મિત્રોની મદદ લો .
24. આઇસક્રીમની સળીઓનાનું /ની મદદથી નાનો માંડવો(પેનની)ખાલી રિફિલ/લાકડાની સળીઓ/ .નાની ઝૂંપડી બનાવો/ઘર
25. ગોળ આકારે પૂંઠું કાપી તેમાં ૧ થી ૧૨ અંકો અને ત્રણ કાંટા લગાવી ઘડિયાળ બનાવો.
26. ઘરમાં હોય તેવી શાકભાજીને કાપી તેની છાપમાંથી ચિત્ર બનાવો.
27. જેને ચાર પૈડાં હોય તેવાં વાહનોનાં નામ લખો.

28. ઘરનાં બધાં સભ્યો પૈકી કોના વાળ સૌથી લાંબા અને કોના વાળ સૌથી ટૂંકાહવે .ઓછા છે તે લખો/ .જેમના વાળ સૌથી વધુ લાંબા હોય તેઓ પોતાના વાળ સાચવવા માટે શું કરે છે તે જાણો
29. કયાં કયાં પ્રાણીઓનું દૂધ તમારા વિસ્તારમાં પીવા ખાવા માટે ઉપયોગમાં લેવાય/છે તેની યાદી બનાવો .
30. ઘરમાંથી વિવિધ નકામી વસ્તુઓ એકત્રિત કરોઘરના પાણીના ટબમાં આ વસ્તુઓ વારાફરથી તરતી . .મૂકી ચકાસો કે કઈ વસ્તુઓ પાણીમાં તરે છે અને કઈ વસ્તુઓ પાણીમાં ડૂબે છે
31. ગાય દૂધ આપે છે તે તમે જાણો છો હવે તમારાં કુટુંબીજનો અને મિત્રોને પૂછી દૂધમાંથી કઈ .કઈ સામગ્રીવાનગીઓ બને છે તેનાં નામ જાણો/.
32. તમારા ઘરમાં રહેલી ખાવાની વસ્તુઓ પૈકી કઈ વસ્તુઓ વનસ્પતિમાંથી મળે અને કઈ વસ્તુઓ પ્રાણીઓમાંથી મળે છે તેની યાદી બનાવો (છાશ વગેરે ,ઘી ,ઘઉં ,ચોખા ,દૂધ) .
33. વપરાયેલા ટૂથબ્રશને રંગમાં પલાળી તેનાથી કાગળ ઉપર છાંટા પાડી ચિત્ર બનાવો.
34. જે છાલ ખાઈ શકાઈ તેવાં ફળનાં નામ જાણો.
35. જેની છાલ ન ખાઈ શકાય તેવા ફળનાં નામ જાણો.
36. જેનાં બીજ ખાઈ શકાય તેવા ફળનાં નામ જાણો.
37. તમારા ઘરમાં વેકેશન દરમિયાન વિવિધ શાકભાજી આવતી હશે તેને રોજ ચકાસો કે .કઈ શાકભાજી પાણીમાં તરે છે અને કયા શાકભાજી પાણીમાં ડૂબે છે.આ વાત શાળા ખૂલતાં તમારા વર્ગમાં કહો .
38. સૂકાં પાંદડાં પર રંગ કરી પૂંઠાકંકોત્રી પર ગુંદર વડે લગાવો/કાગળ/.
39. પાંચ એક સરખી વાટકી કે પ્યાલા લઈ દરેકમાં અલગ અલગ માત્રામાં પાણી ભરોપહેલામાં સૌથી .જેમકે . ઓ ,ત્રીજામાં થોડું વધારે ,બીજામાં થોડું વધારે ,ઓછુંથામાં હજુ થોડું વધારે અને પાંચમામાં સૌથી વધારે પાણી ભરોપ્યાલાને અથડાવી તેમાંથી આવતા અવાજમાં /હવે સ્ટીલની ચમચી વારાફરતી દરેક વાટકી . પ્યાલા અને સ્ટીલની ચમચીના ઉપયોગ દ્વારા તમારા /હવે પાણી ભરેલી વાટકી .તફાવત ધ્યાને લો .ધૂન વગાડો/ભજન/પ્રાર્થના/મનગમતા ગીત
40. તમારા ઘરના રસોડામાં હોય તે મસાલા જાણો અને તેની યાદી તૈયાર કરો .
41. કાગળ પર અલગ અલગ સિક્કાની છાપ પેન્સિલ વડે પાડો અને નીચે તેની કિંમત અને બનાવટનું વર્ષ લખો .
42. પેન્સિલ છોલતી વખતે જે છોડાં નીકળે તેના વડે કાગળ પર વિવિધ આકૃતિઓ બનાવો. જેમકે ,ફૂલ , મોર ,કાચબો ,ઝાડવગેરે .
43. તમને ભાવતી હોય અને તમારા ઘરમાં બનતી કોઈ એક વાનગી કઈ રીતે બને છે તે જાણો. વાનગી બનાવવા માટે કઈ કઈ વસ્તુઓનો ઉપયોગ થાય તેની યાદી બનાવોકયા ?દરેક વસ્તુ કેટલી જોઈએ . ?વાનગી બનતાં કેટલો સમય લાગ્યો ?વાસણની જરૂર પડશે
44. ચોરસઅર્ધવર્તુળ વગેરે જેવી આકૃતિઓને એકબીજા ઉપર દોરી મનગમતી ,વર્તુળ ,લંબચોરસ ,ત્રિકોણ , .ડિઝાઈન તૈયાર કરી તેમ રંગ પૂરો

45. નીચે જેવાં ઉખાણાં મેળવી કે બનાવીને મિત્રો અથવા ઘરનાં સભ્યોને પૂછો.
- "એક ગુફામાં બત્રીસ ચોર"
- "એક પ્રાણી પૂંછડીથી પાણી પીએ"
- ,રાત્રે આવે"દિવસે જાય"રોજ આકાર બદલે ,આકાશમાં રહે ,
- "કાંટા સાથે રમું ,પગ વગર ચાલુ"
- ચોમાસે ,સાત રંગનો પટ્ટો"દેખાઉં"
- "કાળો છે મારો રંગ અને કા કા હું બોલું"
- "બે ભાઈઓ એવા જે દિવસે જુદા અને રાત્રે ભેગા"

46. તમારા મિત્રના ઘરે એક રાત્રી રોકાઓ અને મિત્રનાં કુટુંબીજનો પાસેથી કોઈએક વાર્તા સાંભળો. આ જ રીતે તમારા મિત્રને તમારા ઘરે એક રાત્રી રોકવા માટે આમંત્રિત કરો .
47. કાગળને ગડી પાડીને કોઈ એક રમકડું બનાવો.,દેડકો ,ફટાકો ,હોડી ,ઉદાહરણ તરીકે વિમાન) કેમરા વગેરે(
48. તમને ગમતું એક ચિત્ર દોરી તેમાં રંગ પૂરો.
49. સૌ પ્રથમ કાગળ ઉપર જે તમે જે હાથ વડે લખતા હો તે સિવાયના હાથનો પંજો ગોઠવોપંજામાં . હવે પેન્સિલ વડે .આંગળીઓ વચ્ચે થોડી જગ્યા રાખવી જેથી પેન્સિલ તેમની વચ્ચે પસાર થઈ શકે જો તમને પોતાના હાથનો પંજો જાતે દોરવામાં મુશ્કેલી અનુભવે તો ઘરના .કાગળ પર હાથનો પંજો દોરો હવે તમા .અન્ય કોઈ અન્ય સભ્યની મદદ લોરા હાથના પંજામાં પેન કે પેન્સિલ વડે મહેંદીની ડિઝાઈન દોરો.
50. તમારા ગામમાં રહેલા કોઈ એક વૃક્ષની આકૃતિ દોરી તેમાં રંગ પૂરી તેનું નામ લખો.
51. ઓછામાં ઓછી એક રાત ઘરનાં વડીલો અને ભાઈરાત્રે ખુલ્લા .બહેન સાથે ખુલ્લા આકાશમાં સૂઓ–ક ,આકાશમાં શું શું દેખાય છે તે અવલોકન કરોેવા કેવા અવાજ સાંભળે છે તે ધ્યાને લો અને દરેક અવાજ શેના છે તે વિશે વડીલો સાથે ચર્ચા કરો .
52. લાકડીદોરી જેવી સામગ્રીથી ત્રાજવાં બનાવી તેમાં સામાન કેવી રીતે જોખી ,પેપર કે પ્લાસ્ટિક કપ , શકાય તેનો અનુભવ કરો.
53. તમારા રસોડામાં રહેલી ચમચીની મદદથી એક ચિત્ર બનાવી તેમાં રંગ પૂરો.
54. હાથનો અંગૂઠો અને આંગળીઓને રંગમાં બોળી કોરા કાગળ પર જુદાં જુદાં ચિત્ર બનાવો. આ માટે રંગ તરીકે વોટર કલર સિવાય કુદરતી રંગોવાળા પદાર્થોનો ઉપયોગ કરી શકાયવડીલોની મદદથી કુદરતી . .રંગો તરીકે કઈ કઈ સામગ્રીનો ઉપયોગ કરી શકાય તેની યાદી બનાવો
55. માટીમાંથી તમને ગમતું કોઈએક પક્ષી બનાવી તેના પર રંગ કરો.
56. તમારા ઘરમાં રહેલાં કાચનાં વાસણનાં નામ લખોતે શું ઉપયોગમાં આવે છે તે જાણો ..

57. જૂનાં ફાટેલાં કપડાંના ટુકડા (દડો)ઘાસ અને રબરના ટુકડાને સૂતળીથી બાંધી બોલ ,કાગળ , બનાવો. તમારા ઘરના વડીલો પોતાના બાળપણમાં કઈ કઈ વસ્તુઓમાંથી કેવી કેવી રીતે બોલ (દડા) .બનાવો (દડો)બનાવતા હતા તે જાણો અને તે પૈકી કોઈ રીતે બોલ
58. તમારા ઘરમાં રહેલા કૅલિન્ડરમાં મે મહિનામાં કેટલા રવિવાર આવે છે તે ચકાસો.
59. જૂના છાપામાંથી ચિત્રો કાપી કોરા કાગળ પર લગાવી ચિત્રપોથી બનાવો.
60. તમારા ઘરના વડીલો પોતાના નાનપણમાં કેવી કેવી રમતો રમતા હતા તે જાણોતેમની પાસેથી ઓછામાં . ઘરના વડીલો સાથે તેમના નાનપણમાં .ઓછી પાંચ એવી રમતો શીખો કે જે તમે ક્યારેય રમ્યા નથી .રમાતી વિવિધ રમતો રમો
61. વેકેશનમાં તમે જે ફળ ખાઓ તેનાં બીજ એકઠાં કરો. તમારા મિત્રો પૈકી કોણે સૌથી વધુ બીજ એકઠાં કર્યા તેની ગણતરી કરો .
62. તમારા ઘરમાં રહેલાં રમકડાં ગણો અને તેમનાં નામ લખો.
63. કોઈ પણ સાધન વગર રમી શકાય તેવી રમત તમારા ઘરનાં સભ્યો કે મિત્રો પાસેથી શીખો અને રમો.
64. તમારા કુટુંબના વડાઓને પૂછો કે તેઓ નાના હતા ત્યારે તેઓ એક જગ્યાએથી બીજી જગ્યાએ કેવી રીતે જતા હતાતમને ?આજે તમે કયાં કયાં વાહનોમાં બેસીને એક જગ્યાએથી બીજી જગ્યાએ જાઓ છો ? .કયા વાહનમાં બેસવાની ઈચ્છા છે તેનું ચિત્ર દોરો
65. મિત્રો કે ઘરનાં સભ્યો સાથે ગીતો કે શબ્દોની અંતાક્ષરી રમો સભ્ય એક શબ્દ બોલશે કે/તેમાં એક ટીમ . ગીત ગાશેતેમાં શબ્દના કે ગીતના છેલ્લા મૂળાક્ષરથી શરૂ થતો નવો શબ્દ કે ગીત બીજી ત .મેસભ્યએ / સભ્ય સાચો શબ્દ કે ગીત ના જણાવી /જો કોઈ ટીમ .રમત આગળ ચાલતી રહે ,આમ .જણાવવાનો રહે સભ્ય ઉપર ત્રણ કે પાંચ ટીકી ચઢે ત્યાં સુધી/આ રમત કોઈ એક ટીમ .ટીકી ચઢે ૧ શકે તો તેમના ઉપર રમી શકાય .
66. નાનપણમાં તમારા મમ્મીભાભી કઈ કઈ રમતો રમતા હતા તે જાણો અને તમે પણ /માસી/ફોઇ/બા/ ઠીકરીથી રમી શકાય તેવી કોઈ મનગમતી રમત રમો/કૂકરી.
67. વિવિધ રંગોના ઉપયોગથી કાગળ પર વાદળ અને મેઘધનુષ્ય દોરો.
68. જો તમને કોઈ અંગ્રેજી મૂળાક્ષર આવડતો હોય તો તેના ઉપયોગથી ચિત્ર બનાવો.
69. પૂંઠાકંકોત્રીમાંથી વિમાન બનાવી તેના પર રંગ પૂરો/.
70. દીવાસળીના ખાલી બાકસની છાપો ભેગી કરો અને તેની મદદથી ઢગલાબાજીની રમત રમોઆ રમતમાં . પહેલા એક ખેલાડી .ઓછામાં ઓછા બે ખેલાડી પોતપોતાની છાપોને પોતાના હાથમાં ઊંધી રાખશે પોતાના હાથમાં રહેલી છાપો પૈકી સૌથી ઉપરની એક છાપને ચત્તી કરીને બંને ખેલાડીની વચ્ચે મૂકશે . પછી બીજો ખેલાડી પોતાના હાથમાં રહેલી છાપો પૈકી સૌથી ઉપરની એક છાપનેચત્તી કરીને પહેલા ખેલાડીએ વચ્ચે મૂકેલી છાપની ઉપર મૂકશેબંને ખેલાડી વારાફરતી એક એક છાપ મૂકતાં જશે ,આમ . જ્યાર .અને વચ્ચે છાપોનો ઢગલો થતો જશે઼ કોઈ ખેલાડી દ્વારા મૂકવામાં આવેલ છાપ ઉપરનું ચિત્ર

અગાઉના ખેલાડી દ્વારા મૂકવામાં આવેલ છાપના ચિત્ર જેવું જ સરખું થાય ત્યારે તે ખેલાડી જીતી ગયો ગણાય અને તે સમયે ઢગલામાં જેટલી છાપો તે લઈને પોતાના હાથમાં લઈ લેશેજ્યાં સુધી કોઈ એક . ખેલાડી પાસેથી બધી છાપ સામેનોખેલાડી જીતી ના જાય ત્યાં સુધી આ રમત ચાલતી રહેશે .

71. તમારા ઘરમાં વીજળીથી ચાલતાં સાધનોનાં નામની યાદી લખો. પહેલાના સમયમાં તમારા વડીલો ઘરમાં જુદાં જુદાં કામ કરવા માટે કેવાં સાધનોનો ઉપયોગ કરતા હતારસોઈ ,પાણી ગરમ કરવા માટે ,જેમકે . ગરમી દૂર કરવા ,બનાવવા માટેમાટે(ઈસ્ત્રી કરવા માટે)કપડાંની કરચલીઓ દૂર કરવા માટે ,, વાળ ધોવા માટે .પાણી ઠંડું રાખવા માટે વગેરે ,

72. તમારા ઘરના રસોડામાં રહેલા રસોઈ માટે ઉપયોગમાં લેવાતા કોઈ એક વાસણનું ચિત્રો દોરો. આ વાસણ તમારા ઘરમાં કેટલાં નંગ છે અને તે કેટલા રૂપિયામાં લાવવામાં આવ્યું હતું તે વડીલો પાસેથી જાણો.

73. ઘરમાં રહેલ મગચણા જેવા કઠોળને રાત્રે પાણીમાં પલાળીને ભીનાં કપડામાં બાંધીને પાણીના ,મઠ , આછા /આ કઠોળમાંથી સફેદ .બીજા દિવસે આ કઠોળનું અવલોકન કરો .માટલાની નજીક રાખી દો પીળા રંગની નસ જેવો ભાગ ઊગીને બહાર આવતો દેખાય એટલે ફણગાવેલ કઠોળ તૈયાર થઈ ગયું કહેવાયકેટલાક કઠોળ એક જ દિવસમાં ફણગી જાય છે જ્યારે કેટલાકને એક કરતાં વધુ દિવસ લાગી . બાફીને ખાઓ/આવી રીતે ફણગાવેલા કઠોળને ઘરના વડીલ મારફત શેકાવીને .શકે છે.

74. અલગ કાગળ પર તમને ગમતા ફળનું ચિત્ર દોરી તેમાં જુદા જુદા રંગના ટુકડાઓને લગાવી કોલાજ કામ કરો.

75. ઠંડા પીણાના બિલ્લામાં બે કાણાં પાડોહવે તમારા ખભાથી હાથની આંગળી જેટલી અંદાજિત લંબાઈનો . હવે દોરાના .દોરાના એક છેડાને બિલ્લાના એક કાણાંમાંથી પસાર કરી બીજી તરફ લઈ જાઓ .દોરો લો બીજા છેડાને બિલ્લાના બીજા કાણાંમાંથી પસાર કરીને દોરાના પહેલા છેડા સાથે ગાંઠવાળી દોહવે . હવે બંને હાથ ગોળ ગોળ ફેરવીને બંને હાથને .બિલ્લાની બંને બાજુના દોરામાં બંને હાથની આંગળી પરોવો આમ બિલ્લો .જેથી દોરી ખેંચશે અને ઢીલી પડશે .દૂર લઈ જાઓ અને નજીક લાઓ :એકબીજાથી ક્રમશ .આ રમકડું તમારા મિત્રોને પણ બનાવતાં શીખવો .ચકરડીની જેમ ગોળ ગોળ ફરશે

નમસ્કાર,

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થીમિત્રો,

વૅકેશન દરમ્યાન આપનાં સંતાન દ્વારા ઘરે બેઠા રોજ નવી નવી પ્રવૃત્તિ/ પ્રોજેક્ટ કરી શકાય તેની સંભવિત યાદી અહીં આપવામાં આવી છે, જેમાંથી આપ શક્ય હોય તેટલી પ્રવૃત્તિઓ અથવા તેના જેવી અન્ય પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળક પાસે કરાવી શકો છો. આ પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળકને આગામી ધોરણના અભ્યાસ માટે પૂર્વતૈયારી કરાવશે. આપેલ QR કોડને સ્કૅન કરી સમયાંતરે આ પ્રવૃત્તિઓ અંગે માર્ગદર્શન અને નવી વાર્તા, ગીત અને અન્ય પ્રવૃત્તિની માહિતી મેળવવાનું ચૂકશો નહીં.

પ્રવૃત્તિ માટે

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થી મિત્રો,

ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી દ્વારા શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૨૬-૨૭ના ઉનાળુ વૅકેશન માટે તૈયાર કરવામાં આવેલી પ્રવૃત્તિઓ આપને કેવી લાગી? તમારા મૂલ્યવાન પ્રતિભાવો અમારા માટે ખૂબ મહત્ત્વના છે. આપના પ્રતિભાવોના આધારે અમે ભવિષ્યમાં વધુ સારી પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરી શકીશું અને શૈક્ષણિક સંશોધનને નવી દિશા આપી શકીશું.

- બાજુમાં આપેલા **Feedback Form QR Code**ને સ્કૅન કરો .
- Link:- https://forms.gle/4tNLpZYV8R5cVX2v7
- ઓનલાઈન ફોર્મમાં તમારી વિગતો અને પ્રવૃત્તિઓ અંગેનાં મંતવ્યો નોંધો.

પ્રતિભાવ/સૂચન માટે

આપનાં સંતાનની પ્રવૃત્તિઓના ફોટોગ્રાફ્સ, વીડિયો અને આપનાં સૂચનો **7575962929** નંબર ઉપર તમારા સંતાનના નામ અને ધોરણ સાથે મોકલવા વિનંતી.

આપના સહકાર બદલ આભાર!

પ્રવૃત્તિની યાદી

1. **ચલણની ઓળખ :** જુદી જુદી ચલણી નોટો (૧૦, ૨૦,૫૦,૧૦૦) ધ્યાનથી જુઓ. સિક્કાઓને કાગળ નીચે રાખી પેન્સિલ કે ક્રેયોનથી તેની છાપ પાડો. પ્રવૃત્તિમાં વિશેષ શું કરી શકાય?

   ગાંધીજીની શોધ : ગાંધીજીનો ફોટો કઈ બાજુ છે? તે સિવાય નોટમાં ક્યાં-ક્યાં 'છુપાયેલા' ગાંધીજી દેખાય છે (વૉટરમાર્ક) તે પ્રકાશ સામે રાખીને જુઓ.

   ભાષાની ઓળખ : ઉપર અનેક ભાષાઓમાં શબ્દોમાં કિંમત લખેલી હોય છે. તે ભાષાઓ ગણો અને કહો કેટલી છે? (કુલ ૧૭ભાષાઓ પૅનલમાં હોય છે).

   ઐતિહાસિક સ્થળોની સફર : દરેક નોટની પાછળ એક ખાસ ચિત્ર હોય છે. (જેમકે ૨૦ની નોટ પર ઈલોરાની ગુફા, ૧૦૦ ની નોટ પર રાણીની વાવ).તે ચિત્ર શેનું છે તે શોધો.

   અંધજન મૈત્રીપૂર્ણ ચિહ્નો : નોટની બાજુમાં ઉપસેલા આકારો (ત્રિકોણ, વર્તુળ, ચોરસ) હોય છે, જે સ્પર્શ કરીને ઓળખી શકાય. તમારા મિત્રને આંખો બંધ કરીને તે ઓળખવા કહો.

   બજારની રમત : ઘરમાં નાની 'દુકાન' બનાવો. તમારા મિત્રો સાથે નકલી કે અસલી નોટ આપીને વસ્તુ ખરીદાવો અને બાકી વધતા પૈસાની ગણતરી કરાવો.

   નંબર વાંચો : દરેક નોટ ઉપર નંબર છપાયેલ હોય છે. તે કેટલા અંકનો હોય છે. તેની ખાસિયત કહો.

2. **કાચબા શબ્દો (Palindromes) :** જેમ કાચબાનું શરીર બધી બાજુથી સરખું લાગે (કલ્પનામાં), તેમ આ શબ્દો પણ બંને બાજુથી સરખા જ દેખાય છે. (જેમકે: કનક, નમન, મલમ, દાદા, કાકા). દશ કાચબા શબ્દોની યાદી બનાવો.

"કાચબા વાક્યો"ની જાદુઈ દુનિયા

માત્ર શબ્દો જ નહીં, આખું વાક્ય ઊલટું વાંચો તો પણ એ જ રહે. **આવાં વાક્યો મોઢે કરો, તમને જાદુ જેવું લાગશે: "લીમડી ગામે ગાડી મલી" "દરરોજ બાજરો રદ"** (રમૂજી વાક્ય)

"રે સરસ રે"

"અંગ્રેજી અને હિંદી ભાષાના કાચબા શબ્દો શોધો." (પાંચ પાંચ બનાવો.)

"ગણિત ગમ્મત" **(Mathematical Palindromes)**

૨ કે ૩ અંકની એવી ૧૫ સંખ્યાઓ લખો જેને ઊલટી લખતાં પણ એ જ રહે.

ઉ.દા. – ૧૨૧, ૨૫૨, ૫૦૫, ૯૯૯

3. **મારું કેલેન્ડર:** આ વર્ષના મે માસનું કેલેન્ડર જાતે બનાવો. તેમાં રવિવાર અને તહેવારોને અલગ રંગથી દર્શાવો.

પ્રવૃત્તિને વધુ સારી રીતે કરવાની રીત

માપપટ્ટીનો ઉપયોગ (ગણિત) : સીધી લીટી દોરવા ફૂટપટ્ટીનો ઉપયોગ કરતાં શીખો. ૭ આડી હરોળ અને ૬ ઊભી હરોળ દોરો.

વારની સમજ: સૌથી ઉપરની લાઇનમાં વારનાં નામ (રવિ, સોમ, મંગળ...)લખવાં. અઠવાડિયાનો પહેલો વાર કયો?

તારીખની ગોઠવણી : મે– માસનો પહેલો દિવસ કયા વારથી શરૂ થાય છે તે જોઈ ધ્યાનપૂર્વક તે ખાનામાં લખો અને ક્રમશ: આગળની તારીખો લખતા જાઓ.

રંગોનું મહત્ત્વ (વિશેષતા) : બધા રવિવારને **લાલ રંગ**થી લખવા. તહેવારોને **કેસરી રંગ**થી દર્શાવવા. પરિવારમાં કોઈનો જન્મદિવસ **મે** મહિનામાં આવતો હોય તો ત્યાં નાનું '**ફૂલ**' **કે** '**કેક**' દોરવી. –૨૦૨૬ કેલેન્ડરનું ઉદાહરણ (નમૂનો)

આ મુજબનું કોષ્ટક વાલીએ બનાવવામાં મદદ કરવી:

રવિ	સોમ	મંગળ	બુધ	ગુરુ	શુક્ર	શનિ
					૧	૨
૩	૪	૫	૬	૭	૮	૯
૧૦	૧૧	૧૨	૧૩	૧૪	૧૫	૧૬
૧૭	૧૮	૧૯	૨૦	૨૧	૨૨	૨૩
૨૪	૨૫	૨૬	૨૭	૨૮	૨૯	૩૦
૩૧						

આ પ્રવૃત્તિમાં 'નવીનતા' શી લાવી શકાય?

ખાસ દિવસોની નોંધ

૧ મે: ગુજરાત સ્થાપના દિવસ (ગુજરાતનો નકશો નાનો દોરી શકાય).

૧૦ મે: માતૃદિવસ (Mother's Day) – ત્યાં મમ્મી માટે એક નાનું દિલ (Heart) દોરવું.

દરેક રવિવાર – રજાની મજા.

હવામાન નોંધ (Observation): કેલેન્ડરના ખાનામાં રોજનું હવામાન દોરો. જો બહુ ગરમી હોય તો નાનો 'સૂરજ' દોરવો અને જો વાદળછાયું વાતાવરણ હોય તો 'વાદળ' દોરવું.

ડાયરી લેખન: કેલેન્ડરની પાછળ આ મહિનામાં તેણે કઈ નવી વસ્તુ ખાધી કે કઈ નવી રમત શીખી? તે લખો.

વાલીઓ માટે સહકારની પ્રવૃત્તિ : (વાલી બાળકને પૂછી શકે)

1. "બેટા, આ મહિનામાં કુલ કેટલા રવિવાર આવે છે? ગણીને બતાવ."
2. "આ મહિનાની છેલ્લી તારીખ કઈ છે અને તે દિવસે કયો વાર છે?"
3. "૧૩ મી તારીખે કયો વાર આવે છે?."
4. **દેશી રમતો :** તમારા મિત્રો સાથે મળીને સાપસીડી, નવકાંકરી, લંગડી કે સાતોડિયું જેવી રમતો રમો. (અમદાવાદ કે સાત કૂકરી પણ ચાલે).

"જીવન કૌશલ્ય" સાપસીડી **(Life Skills Snakes & Ladders)**

કાગળ પર જાતે જ સાપસીડીનું બોર્ડ બનાવવાનું, પણ તેમાં ખાનાઓમાં ખાસ વિગતો લખવી:

સીડી (સારા કામ) : જે ખાનામાં સીડી હોય ત્યાં સારા કામ લખો. જેમકે, "મેં પક્ષીઓને ચણ નાખી" – ૨૦ નંબર પરથી સીડી ૪૦ પર જાય. "મેં મમ્મીને મદદ કરી" – ૧૨ થી ૨૬ પર જવાય.

સાપ (ખરાબ આદત) : જે ખાનામાં સાપનું મોઢું હોય ત્યાં ખરાબ આદત લખો. જેમ કે, "મેં બ્રશ નથી કર્યું" – ૩૫ થી સીધા ૫ પર ઊતરી જાઓ. "મેં પાણીનો બગાડ કર્યો" – ૫૦ થી ૨૦ પર ઊતરી જાઓ.

"સાત કૂકરી" માં ગણિતનો વળાંક (સાધારણ રીતે સાત કૂકરીમાં પથ્થર ગોઠવાય છે, પણ તેને નવી રીતે રમો)

અંક કૂકરા : સાતેય પથ્થર પર ચોકથી ૧થી ૭ અંક લખો.

નવી શરત : જ્યારે બાળક કૂકરી પાડે, ત્યારે તેણે જે પથ્થરો પડ્યા હોય તેના અંકોનો **સરવાળો** કરવાનો. જો સરવાળો સાચો હોય તો જ તેને પોઈન્ટ મળે.

"કૌટુંબિક સહકાર"

મોટું બોર્ડ : ઘરમાં લાદી (Tiles) પર ચોકથી મોટી સાપસીડી કે અમદાવાદ દોરો. કૂકરીના બદલે **તમારે પોતે** ખાનામાં ચાલવાનું!

વાલીની ભૂમિકા : પપ્પા કે દાદા 'પાસો' (Dice) ફેંકે અને તમારે તેટલાં ડગલાં લાદી પર ચાલવું.

ફાયદો : આ શારીરિક કસરત (અન્નમય કોષ) અને આનંદ બંને આપશે.

આટલું કરીએ (ધોરણ-૩)

5. **બજારનો અનુભવ :** વાલી સાથે ખરીદી કરવા જાઓ. વસ્તુના પૅકિંગ પર લખેલ 'Exp. Date' (વપરાશની અંતિમ તારીખ) અને 'MRP' (કિંમત) ખાસ જુઓ.

"ખિસ્સાપોથી" **(Shopping Diary)** બનાવો

એક નાની ડાયરી કે કાગળ લો. જ્યારે બજારમાં જાઓ ત્યારે નીચે મુજબની વિગતો નોંધવી:

- **વસ્તુનું નામ :** (દા.ત. બિસ્કિટ)
- **MRP (કિંમત): પેકિંગ તારીખ (Mfg Date) :** ક્યારે બની?
- **એક્સપાયરી ડેટ (Exp. Date) :** ક્યાં સુધી વાપરી શકાય?
- **ખાસ નિશાની :** શું તેના પર **લીલું ટપકું (શાકાહારી)** કે **લાલ ટપકું (માંસાહારી)** છે?

"કિંમતની સરખામણી" **(Price Comparison Game)**

બે અલગ-અલગ કંપનીના સાબુ કે બિસ્કિટનાં પૅકેટ ચકાસો.

- **વાલી પ્રશ્ન :** "બેટા, આ કંપનીનાં બિસ્કિટ ₹૫નાં છે અને આ ₹૧૦ નાં, તો બંનેના વજનમાં શો ફેર છે?"
- **ઈનોવેશન :** 'વજન' (ગ્રામ) અને 'કિંમત' વચ્ચેનો સંબંધ સમજો.
- "બિલ ચેકર" (The Bill Detective)

ખરીદી કર્યા પછી જ્યારે દુકાનદાર બિલ આપે, ત્યારે જાસૂસની જેમ બિલ ચકાસો.

- બિલમાં લખેલી રકમ અને વસ્તુના પૅકેટ પરની MRP સરખી છે કે નહીં તે તપાસો.
- **નવીનતા :** જો બિલમાં કોઈ ભૂલ શોધશો, તો ઈનામ તરીકે એક ફળ મળશે.

"છૂટા પૈસાની ગણતરી" **(Money Handling)**

વાલીએ બાળકને ₹૫૦ કે ₹૧૦૦ ની નોટ આપીને જાતે જ દુકાનદારને પૈસા આપવા કહેવું.

- **ટાસ્ક :** દુકાનદાર કેટલા પૈસા પાછા આપે છે તેની ગણતરી જાતે કરે.

"પર્યાવરણ મિત્ર" **(Eco-friendly Shopper)**

બજારમાં જતી વખતે ઘરની **કાપડની થેલી** સાથે લો.

નવીનતા : જો દુકાનદાર પ્લાસ્ટિકની કોથળી આપે, તો વિનંતી કરો કે "અમે અમારી થેલી લાવ્યા છીએ, પ્લાસ્ટિક નહીં જોઈએ." આનાથી બાળકમાં **નાગરિક જવાબદારી** વધશે.

વાલીઓ માટે ખાસ પ્રશ્નોત્તરી (સહકાર માટે)

ખરીદી કરીને ઘરે આવ્યા પછી બાળકને આ ૩ પ્રશ્નો પૂછો:

1. આજે આપણે જે વસ્તુઓ લાવ્યા, તેમાં સૌથી મોંઘી વસ્તુ કઈ હતી?
2. શું તેં કોઈ એવી વસ્તુ જોઈ જેની એક્સપાયરી ડેટ જતી રહી હોય?
3. આપણી થેલીમાં કઈ વસ્તુ સૌથી વજનદાર છે?

પ્રવૃત્તિ પત્રક માટે સૂત્ર :

"જુઓ તારીખ, જુઓ ભાવ; છેતરાશો નહીં, બનો હોશિયાર!"

6. **સ્વાદની પરખ:** ઘરે બનેલી વસ્તુ મિત્રને ખવડાવો અને તેને પૂછો કે તેમાં કયા કયા મસાલાનો ઉપયોગ થયો હશે?

"સ્વાદની શોધખોળ"

૧. તૈયારી

કોઈ એવી વાનગી બનાવો જેમાં વિવિધ સ્વાદનું મિશ્રણ હોય. જેમ કે:

ભેળ અથવા ચાટ: જેમાં લીંબુ (ખાટો), ચટણી (તીખો), અને ગોળ/ખાંડ (મીઠો) સ્વાદ હોય.

લીંબુ શરબત (મસાલાવાળું): ખાંડ, મીઠું, લીંબુ અને મરી.

કોઈ શાક અથવા દાળ: જેમાં મસાલાઓનું સંતુલન હોય.

૨. પ્રવૃત્તિનાં સ્ટેપ્સ

આંખે પાટા: તમારા મિત્રની આંખો પર રૂમાલ બાંધો જેથી તે વાનગી જોઈ ન શકે. (આનાથી સ્વાદની ઇન્દ્રિય વધુ તેજ કામ કરશે!)

ચખાડો: તેને એક ચમચી વાનગી ખવડાવો.

ધીરેથી સમજવા કહો: તેને કહો કે તરત જવાબ ન આપે, પણ જીભના કયા ભાગ પર કેવો અનુભવ થાય છે તે વિચારે.

૩. મિત્રને પૂછવાના પ્રશ્નો

તમે નીચે મુજબના પ્રશ્નો પૂછી શકો છો:

મુખ્ય સ્વાદ કયો છે? (તીખો, ગળ્યો કે ખાટો?)

કયા મસાલાનો ઉપયોગ થયો હશે? (દા.ત. લાલ મરચું, સંચળ, લીંબુ કે આમલી?)

સ્વાદ ક્યાં અનુભવાયો? જીભના ટેરવા પર કે પાછળના ભાગે?

સ્વાદની સમજ

તમે મિત્રને અંતે આ માહિતી પણ આપી શકો છો કે આપણી જીભ કેવી રીતે કામ કરે છે:

સ્વાદ	શેમાંથી મળે?	જીભ પર ક્યાં અનુભવાય?
મીઠો	ખાંડ, ગોળ	જીભના ટેરવા પર
ખાટો	લીંબુ, આમલી, દહીં	જીભની બંને બાજુએ
તીખો	મરચું, મરી, આદુ	આખી જીભ પર (બળતરા રૂપે)
ખારો	મીઠું, સંચળ	આગળની બાજુઓ પર

ખાસ નોંધ: પ્રવૃત્તિ પૂરી થયા પછી તમારા મિત્રને પૂછો કે તેને કઈ વસ્તુ સૌથી વધુ ગમી? શું તેને કોઈ એવો મસાલો લાગ્યો જે તમે નાખ્યો જ ન હોય? આનાથી તમને ખબર પડશે કે દરેકની સ્વાદ પારખવાની શક્તિ અલગ-અલગ હોય છે!

7. **રસોઈકળા:** બટાકા કે મમરામાંથી બનતી કોઈ વાનગીની રીત ક્રમબદ્ધ રીતે (પહેલાં શું કર્યું, પછી શું કર્યું) મિત્રને કહો.

"ચાલો, બટાકાપૌઆ બનાવીએ"

૧. સામગ્રી: પૌઆ, બટાકા (ઝીણા સમારેલા), ડુંગળી (વૈકલ્પિક), રાઈ, જીરું, લીમડો, હળદર, મીઠું, ખાંડ, લીંબુ અને સીંગદાણા.

૨. ક્રમબદ્ધ રીત

1. **પહેલું પગથિયું (સાફ-સફાઈ) :** સૌથી પહેલાં પૌઆને ચાળણીમાં લઈ ચોખ્ખા પાણીથી ધોઈ લો. તેનું બધું પાણી નિતારી લો અને તેને ૧૦ મિનિટ માટે બાજુ પર રહેવા દો જેથી તે પોચા થઈ જાય.
2. **બીજું પગથિયું (વઘારની તૈયારી) :** એક કડાઈમાં તેલ ગરમ કરો. તેલ ગરમ થાય એટલે તેમાં **રાઈ, જીરું** અને **સીંગદાણા** નાખીને શેકો. ત્યારબાદ તેમાં મીઠો લીમડો અને ચપટી હિંગ નાખો.
3. **ત્રીજું પગથિયું (બટાકા ચઢાવવા) :** હવે તેમાં ઝીણા સમારેલા **બટાકા** ઉમેરો. બટાકા જલદી ચઢી જાય તે માટે થોડું મીઠું નાખીને ૫ મિનિટ સુધી ઢાંકણ ઢાંકેલું રાખો.
4. **ચોથું પગથિયું (મસાલા):** બટાકા ચઢી જાય એટલે તેમાં **હળદર** ઉમેરો. (જો ડુંગળી નાખવી હોય તો બટાકા પહેલા તેને સાંતળી લેવી).
5. **પાંચમું પગથિયું (મિશ્રણ):** હવે પલાળેલા પૌઆ કડાઈમાં ઉમેરો. ઉપરથી સ્વાદ મુજબ મીઠું અને થોડી ખાંડ નાખો. બધું બરાબર મિક્સ કરો.
6. **છેલ્લું પગથિયું (ગાર્નિશિંગ):** પૌઆ ગરમ થઈ જાય એટલે ગેસ બંધ કરો. ઉપરથી **લીંબુનો રસ** અને લીલા ધાણા ભભરાવો.

મિત્ર સાથે આ રીતે ચર્ચા કરો:

- **"પહેલાં શું?":** મિત્રને પૂછો કે જો આપણે પૌઆ ધોયા વગર સીધા તેલમાં નાખી દઈએ તો શું થાય? (જવાબ: તે કડક અને ખાવા લાયક ન રહે).
- **રંગની પરખ:** હળદર કયા સમયે નાખવી જોઈએ જેથી પૌઆનો રંગ સરસ પીળો આવે?
- **સ્વાદનું સંતુલન:** ખાંડ અને લીંબુ નાખવાથી કેવો સ્વાદ બનશે? (ખાટો-મીઠો).

o તમે આ રેસિપીના આધારે મિત્રને ક્રમ યાદ રાખવાની સ્પર્ધા પણ કરાવી શકો છો! અને આ રીતે **'મમરાનો વઘાર' (મસાલા મમરા)**ની પણ વાત મિત્રને કરો.

8. **આકારની શોધ:** ઘરમાંથી ૫ ગોળ, ૫ ચોરસ અને ૫ લંબચોરસ વસ્તુઓ શોધી તેની યાદી બનાવો.

શોધખોળ: ઘરમાં દરેક રૂમમાં જાઓ (રસોડું, હૉલ, બેડરૂમ) અને વસ્તુઓનું નિરીક્ષણ કરો.

તફાવત સમજો:

- જેના ચારેય ખૂણા અને ચારેય બાજુ સરખી હોય તે **ચોરસ**.
- જેની સામસામેની બાજુઓ સરખી હોય તે **લંબચોરસ**.
- જેને ખૂણા ન હોય અને જે વળાંકવાળું હોય તે **ગોળ**.

આટલું કરીએ (ધોરણ-૩)

યાદી બનાવો: એક કાગળ પર ત્રણ ખાનાં પાડો (ગોળ, ચોરસ, લંબચોરસ) અને જે વસ્તુ મળે તેનું નામ તે ખાનામાં લખો.

તમે નીચે મુજબની વસ્તુઓ શોધીને તેની યાદી તૈયાર કરી શકો છો:

ગોળ વસ્તુઓ	ચોરસ વસ્તુઓ	લંબચોરસ વસ્તુઓ
જમવાની થાળી કે વાટકો	હાથરૂમાલ (નવો/ગડી વાળેલો)	ટીવી (TV)

વધારાની મજા:

ચિત્ર દોરો: તમે જે વસ્તુઓ શોધી છે તેનાં નાનાં ચિત્રો તેની સામે દોરો.

સ્પર્શ કરીને ઓળખો: આંખે પાટા બાંધીને મિત્રને કોઈ વસ્તુ આપો અને તેને પૂછો કે તે ગોળ છે, ચોરસ છે કે લંબચોરસ?

નવો આકાર: શું તમને ઘરમાં કોઈ **ત્રિકોણ (Triangle)** આકારની વસ્તુ મળી? (દા.ત. હેંગર કે સેન્ડવીચ).

9. **મારો સમય:** તમારા ઘરમાં ઘડિયાળ જોઈને તમારા આખા વેકેશન દરમિયાનના દિવસનું 'સમયપત્રક' કાગળ પર બનાવો (ઊઠવાનો, રમવાનો અને જમવાનો સમય) તે મુજબ કરવા માટે નક્કી કરો.

("મારું મજેદાર વૅકેશન ટાઇમ-ટેબલ")

૧. તૈયારી

એક મોટો સફેદ કે રંગીન કાગળ.

- સ્કેચપેન અથવા રંગીન પેન્સિલ.
- ફૂટપટ્ટી ખાનાં પાડવા માટે.

૨. સમયપત્રકનો નમૂનો

ક્રમ	સમય (ઘડિયાળ મુજબ)	પ્રવૃત્તિ (શું કરશો?)
૧	સવારે ૭:૩૦ થી ૮:૦૦	**જાગવાનો અને તૈયાર થવાનો સમય**
૨	સવારે ૮:૩૦ થી ૯:૦૦	**પૌષ્ટિક નાસ્તો કરવાનો સમય**
૩	સવારે ૯:૦૦ થી ૧૧:૦૦	**વૅકેશનની પ્રવૃત્તિઓ** પૈકી એક કરવાનો સમય
૪	બપોરે ૧૨:૩૦ થી ૧:૩૦	**પરિવાર સાથે જમવાનો સમય**
૫	બપોરે ૧:૩૦ થી ૩:૩૦	**બપોરની ઊંઘ અથવા ઈન્ડોર ગેઈમ્સ** (કૅરમ, સાપસીડી)
૬	બપોરે ૩:૩૦ થી ૫:૦૦	**વાર્તાની ચોપડી વાંચવી અથવા ટીવી જોવું**
૭	સાંજે ૫:૩૦ થી ૭:૩૦	**મેદાનમાં રમવાનો સમય** (મિત્રો સાથે સાઇકલિંગ કે ક્રિકેટ)
૮	રાત્રે ૮:૩૦ થી ૯:૩૦	**રાત્રિભોજન અને ઘર કામમાં મદદનો સમય**
૯	રાત્રે ૧૦:૦૦	**દાદા-દાદીની વાર્તા અને મીઠી નીંદર લેવાનો સમય**

૩. આ પ્રવૃત્તિ કેવી રીતે પૂર્ણ કરવી.

1. **કાગળ તૈયાર કરો:** કાગળ પર ઉપર મોટા અક્ષરે લખો – **"મારું વૅકેશન: સમયની સાથે"**.
2. **ઘડિયાળનું નિરીક્ષણ:** ઘરમાં જે ઘડિયાળ હોય તેને જોઈને નક્કી કરો કે તમે ખરેખર કયા સમયે કયું કામ કરવા ઈચ્છો છો.
3. **ચિત્રો દોરો:** દરેક પ્રવૃત્તિની બાજુમાં નાની ઘડિયાળ દોરો અને તેમાં કાંટા બતાવો. જેમકે, જમવાના સમયની સામે ૧૨:૩૦ વાગ્યાની ઘડિયાળ દોરો.
4. **સજાવટ:** વૅકેશન છે એટલે તમારા સમયપત્રકને સ્ટીકરો કે ડ્રોઇંગથી સરસ સજાવો.
5. **પ્રતિજ્ઞા:** કાગળની નીચે લખો – *"હું આ સમયપત્રક મુજબ ચાલવાનો પૂરો પ્રયત્ન કરીશ."*

10. "ઈંટોની જાદુઈ ભાત": **ઘરની આજુબાજુ પડેલી ઈંટો કે પથ્થરોથી જમીન પર સુંદર જાળી કે પેટર્ન બનાવો.**

૧. તૈયારી

તમારા ઘરની આસપાસથી થોડી ઈંટો અથવા સરખા કદના પથ્થરો એકઠા કરો.

- જમીન પર એક સપાટ અને સાફ જગ્યા પસંદ કરો જ્યાં તમે તમારી ડિઝાઇન બનાવી શકો.
  ૨. તમે કેવી કેવી પેટર્ન (ભાત) બનાવી શકો.
  તમે ઈંટોને અલગ-અલગ રીતે ગોઠવીને આ મુજબની ભાત બનાવી શકો છો:
- **ઝિગ-ઝૅગ (Zig-Zag) પેટર્ન:** ઈંટોને ત્રાંસી ગોઠવીને 'V' આકાર જેવી હારમાળા બનાવો.
- **જાળીકામ (Jali Pattern):** બે ઈંટો વચ્ચે થોડી જગ્યા છોડીને ઉપરની હારમાં તે જગ્યા પર બીજી ઈંટ મૂકો. આનાથી આરપાર જોઈ શકાય તેવી સુંદર જાળી બનશે.
- **વર્તુળાકાર (Circular):** બધી ઈંટોને ગોળાકારમાં ગોઠવીને એક મોટું ચક્ર બનાવો.

૩. પ્રવૃત્તિનાં સ્ટેપ્સ

નકશો બનાવો: પહેલાં મનમાં નક્કી કરો કે તમારે કેવી ડિઝાઇન બનાવવી છે.

1. **પાયો નાખો:** સૌથી નીચેની લાઇન સીધી ગોઠવો.
2. **સર્જન કરો:** એક પછી એક ઈંટ એવી રીતે મૂકો કે તે પડી ન જાય અને સુંદર દેખાય.
3. **રંગો ઉમેરો (વધારાની મજા):** જો તમારી પાસે જૂના રંગો કે ચોક હોય, તો ઈંટો પર ફૂલ-પાન દોરીને તેને વધુ આકર્ષક બનાવો.

આ પ્રવૃત્તિ કરતી વખતે ધ્યાનમાં રાખવા જેવું:

- **સાવચેત:** ઈંટો વજનદાર હોય છે, તેથી તેને ઉપાડતી વખતે હાથ કે પગમાં વાગે નહીં તેનું ખાસ ધ્યાન રાખવું.
- **મિત્ર સાથે હરીફાઈ:** તમારા મિત્રને કહો કે તે પથ્થરથી ભાત બનાવે અને તમે ઈંટથી. પછી જુઓ કોની ડિઝાઇન વધુ સુંદર લાગે છે!

આટલું કરીએ (ધોરણ-૩)

11. **ઉખાણાંની જમાવટ:** રોજ એક ઉખાણું ઘરનાં સભ્યોને પૂછો અને તેમને પણ એક પૂછવા કહો.

સમય નક્કી કરો: રાત્રે જમ્યા પછી કે સાંજે ચાના સમયે બધાં સભ્યો સાથે બેસો.

તમારી શરૂઆત: દરરોજ તમે એક નવું ઉખાણું શોધો અને પૂછો. ઉદાહરણ તરીકે: *"લાલ ગાય લાકડું ખાય, પાણી પીએ તો મરી જાય."* (જવાબ: અગ્નિ)

સભ્યોનો વારો: જ્યારે તેઓ જવાબ આપી દે, ત્યારે તેમને કહો કે હવે તેમના જમાનાનું કે તેમને આવડતું કોઈ એક ઉખાણું પૂછે.

ડાયરી બનાવે: તમે પૂછેલાં અને ઘરનાં સભ્યોએ કહેલાં ઉખાણાંની એક નાની 'ઉખાણાં ડાયરી' બનાવો.

કેટલાંક નમૂનારૂપ ઉખાણાં :

ઉખાણું	**જવાબ**
૧. ત્રણ અક્ષરનું મારું નામ, પાણી આપવું મારું કામ.	**વાદળ**
૨. પાટી નથી, પણ લખાય છે; ગોળી નથી, પણ ખવાય છે.	**ગોળ (અથવા પેંડો)**
૩. લીલું ઘર લાલ દરવાજો, અંદર બેઠા રાજા.	**તરબૂચ**
૪. સો ભાઈઓ, એક જ ટોપી.	**લસણ**
૫. એક જનાવર એવું, જેની પૂંછડી પર પૈસું.	**મોર**

12. **વાર્તાલેખન:** વડીલો પાસેથી સાંભળેલી વાર્તાનાં મુખ્ય ૩ પાત્રોનાં ચિત્રો દોરો.

"તમારાં દાદા-દાદી કે ઘરના કોઈ વડીલ પાસેથી કોઈ એક મજેદાર વાર્તા સાંભળો. હવે, એ વાર્તા પૂરી થયા પછી, તમારી આંખો બંધ કરીને એ વાર્તાનાં મુખ્ય ૩ પાત્રો (જેમકે કોઈ રાજા, પરી, કે કોઈ જનાવર) વિશે વિચારો. એ પાત્રો તમારી કલ્પનામાં કેવાં દેખાય છે? તેમના જેવાં જ આબેહૂબ ચિત્રો એક કાગળ પર દોરો અને તેમાં સરસ રંગો પૂરો."

13. **ચિત્ર વાર્તા:** છાપામાંથી કોઈ ગમતું ચિત્ર કાપી તેના વિશે ૫ વાક્યો બોલો.

જૂનાં છાપાં અથવા પૂર્તિઓમાંથી કોઈ એવું ચિત્ર પસંદ કરો જેમાં કંઈક ક્રિયા થતી હોય. **ઉદાહરણ તરીકે:** રમતના મેદાનનું ચિત્ર, બગીચાનું ચિત્ર, કોઈ મેળો, કુદરતી દૃશ્ય, અથવા કોઈ પશુ-પક્ષીનું ચિત્ર.

તમે પસંદ કરેલા ચિત્ર વિશે નીચે મુજબના ૫ મુદ્દાઓ પર વાક્યો બોલો:

1. **ચિત્ર શેનું છે?** (આ ચિત્ર એક સુંદર બગીચાનું છે.)
2. **ચિત્રમાં કોણ કોણ છે?** (ચિત્રમાં નાનાં બાળકો રમી રહ્યા છે અને પક્ષીઓ આકાશમાં ઉડી રહ્યા છે.)
3. **શું ક્રિયા થઈ રહી છે?** (બે બાળકો લપસણી ખાઈ રહ્યાં છે અને એક છોકરી હીંચકા ખાઈ રહી છે.)
4. **ચિત્રમાં કયા રંગો દેખાય છે?** (બગીચામાં લીલું ઘાસ અને રંગબેરંગી ફૂલો ખૂબ જ સુંદર લાગે છે.)

5. **તમને આ ચિત્ર કેમ ગમ્યું?** (મને આ ચિત્ર ગમ્યું કારણ કે તે જોઈને મને મારા મિત્રો સાથે રમવાની યાદ આવી ગઈ.)

14. **અંગ્રેજી સ્પેલિંગ:** આસપાસની વસ્તુઓના ૩ અક્ષરવાળા ૧૦ સ્પેલિંગ લખો (દા.ત. FAN, CAP, PEN).

તમે તમારા ઘર કે આસપાસ તપાસ કરશો તો આ વસ્તુઓ જરૂર જોવા મળશે:

વસ્તુ શોધો: તમારા મિત્રને કહો કે તમે સ્પેલિંગ બોલશો અને તેણે એ વસ્તુ ઘરમાં ક્યાં છે તે શોધી કાઢવાની.

ચિત્ર સાથે જોડો: એક કાગળ પર આ સ્પેલિંગ લખો અને તેની સામે તે વસ્તુનું નાનું ચિત્ર દોરો.

સ્પેલિંગ ગેઇમ: આ ૧૦ સ્પેલિંગ મોઢે યાદ કરો અને પછી તમારા ઘરના કોઈ સભ્યને કહો કે તે ગુજરાતી નામ બોલે અને તમે તેનો અંગ્રેજી સ્પેલિંગ બોલો.

15. **લોકગીત:** બા-દાદી પાસેથી લગ્નગીતો કે હાલરડાં સાંભળો અને તેની બે પંક્તિ ગાતાં શીખો.

"વારસાની સુગંધ – લોકગીત અને હાલરડાં"

૧. બેઠક જમાવો

રાત્રે સૂતી વખતે અથવા બપોરના નવરાશના સમયે બા-દાદી પાસે બેસો. તેમને કહો કે, "બા/દાદા, તમે જ્યારે નાનાં હતાં ત્યારે કેવાં ગીતો ગાતાં?" અથવા "લગ્નમાં કેવાં ગીતો ગવાય છે?"

૨. શું સાંભળવું ?

હાલરડાં: જે નાના બાળકને ઊંઘાડવા માટે ગવાય છે. (દા.ત. "શિવાજીનું હાલરડું")

- **લગ્નગીતો (ફટાણાં):** લગ્ન પ્રસંગે ગવાતાં આનંદી ગીતો.

૩. શીખવાની રીત

ધ્યાનથી સાંભળો: પહેલા આખું ગીત શાંતિથી સાંભળો અને તેના શબ્દો સમજવા પ્રયત્ન કરો.

1. **બે મનપસંદ પંક્તિ પસંદ કરો:** તમને જે લય (રાગ) સૌથી વધુ ગમે તેની માત્ર બે જ લાઈન પસંદ કરો.
2. **સાથે ગાઓ:** બા-દાદી ગાય તેની પાછળ પાછળ તમે પણ ગાઓ.
3. **નોંધપોથીમાં લખો:** એ બે પંક્તિઓ તમારી ડાયરીમાં લખી લો જેથી તમે ભૂલી ન જાઓ.

આ પ્રવૃત્તિને વધુ મજેદાર કેવી રીતે બનાવી શકાય:

રેકૉર્ડિંગ કરો: જો તમારી પાસે મોબાઈલ હોય, તો બા-દાદીનો અવાજ રેકૉર્ડ કરો. ભવિષ્યમાં તમને તે સાંભળવાની ખૂબ મજા આવશે.

નાની રજૂઆત: તમે શીખેલી બે પંક્તિઓ ઘરના બીજા સભ્યો (મમ્મી-પપ્પા) સામે ગાઈને સંભળાવો.

16. **સ્ક્રેપ બુક:** જૂના મેગેઝિનમાંથી પશુ-પક્ષી-પ્રાણી અને ખાવાની ચીજવસ્તુનાં ચિત્રો કાપી તેની નીચે તેનાં નામ લખો.

આટલું કરીએ (ધોરણ-૩)

1. **શોધખોળ:** જૂનાં મૅગેઝિનનાં પાનાં ફેરવો અને જે ચિત્ર સ્પષ્ટ દેખાતું હોય તેને પસંદ કરો.
2. **કાપણી:** તે ચિત્રને આસપાસથી વ્યવસ્થિત કાપી લો. (ધ્યાન રાખવું કે ચિત્ર ફાટી ન જાય).
3. **ચોંટાડવું:** સ્ક્રેપ બુકનાં પાનાં પર થોડી જગ્યા છોડીને ચિત્રોને ક્રમબદ્ધ રીતે ચોંટાડો.
4. **નામ લખો:** દરેક ચિત્રની નીચે સુંદર અક્ષરે તેનું નામ લખો.

- **દા.ત.** સિંહના ચિત્ર નીચે લખો – **"સિંહ" (Lion)**.
- **દા.ત.** કેરીના ચિત્ર નીચે લખો – **"કેરી" (Mango)**.

આ પ્રવૃત્તિને વધુ મજેદાર બનાવવાની રીતો:

- **ભાષા જ્ઞાન:** નામ ગુજરાતી અને અંગ્રેજી બંને ભાષામાં લખો, જેથી તમને સ્પેલિંગ પણ યાદ રહી જાય.
- **મનપસંદની નિશાની:** તમને જે પ્રાણી ગમતું હોય, ખાવાની જે વસ્તુ સૌથી વધુ ભાવતી હોય તેની પાસે 'સ્ટાર' (*) દોરો.
- **મિત્ર સાથે રમત:** તમારા મિત્રને તમારી સ્ક્રેપ બુક બતાવો અને તેને પૂછો કે તેણે આમાંથી કઈ વસ્તુ વાસ્તવમાં (સાચી) જોઈ છે?

સાવચેત: કાતરનો ઉપયોગ કરતી વખતે વડીલોની હાજરી રાખવી જેથી આંગળીમાં વાગે નહીં.

17. **હિન્દી શબ્દાવલી:** કાર્ટૂન કે આસપાસથી સાંભળેલા ૨૦ હિન્દી શબ્દો લખો.

કાર્ટૂન: છોટા ભીમ, મોટુ-પતલુ, ડોરેમોન કે શિનચેન જોતી વખતે સાંભળવામાં આવતા શબ્દો.

આસપાસ: મમ્મી-પપ્પા કે મિત્રો સાથે વાતચીત દરમિયાન અથવા હિન્દી ફિલ્મો જોતી વખતે /ગીતો સાંભળતી વખતે યાદ રહેલા શબ્દોની યાદી બનાવવી.

નોંધપોથી તૈયાર કરો: એક કાગળ પર બે ખાનાં પાડો – એક 'હિન્દી શબ્દ' માટે અને બીજું 'ગુજરાતી અર્થ' માટે.

કાર્ટૂન જુઓ: આજે જ્યારે તમે કાર્ટૂન જુઓ, ત્યારે જે શબ્દ વારંવાર બોલાતો હોય (જેમકે 'લડ્ડુ', 'જાદુ', 'તાકતવર') તે નોંધી લો.

ઘરનાં સભ્યોને પૂછો : જો કોઈ શબ્દનો અર્થ ન સમજાય, તો મોટાં સભ્યોને પૂછીને તેનો ગુજરાતી અર્થ લખો.

18. **શ્લોક ગાન: શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતા** કે અન્ય પુસ્તકમાંથી એક શ્લોક મોઢે કરો અને તેનો અર્થ સમજો.

મોઢે કરવાની રીત: શ્લોકની એક લાઈન દિવસમાં ૫ વાર બોલો. સવારે જાગીને અને રાત્રે સૂતાં પહેલાં આ શ્લોકનું ઉચ્ચારણ કરો.

અર્થનું મનન: જ્યારે તમે અભ્યાસ કરો કે રમો, ત્યારે વિચારો કે તમારું કામ મહેનત કરવાનું છે, પરિણામ (હાર-જીત) જે આવે તે સ્વીકારવું.

સુંદર લેખન: એક સફેદ કાગળ પર આ શ્લોક સુંદર અક્ષરે લખો અને તેની આસપાસ ફૂલ-વેલની ડિઝાઈન બનાવો. નીચે તેનો અર્થ પણ લખો.

રજૂઆત: સાંજે જ્યારે ઘરનાં બધાં સભ્યો બ ભેગાં થાય ત્યારે તેમને આ શ્લોક રાગ સાથે ગાઈને સંભળાવો અને તેનો અર્થ પણ સમજાવો.

શ્લોક ડાયરી: વૅકેશન દરમિયાન તમે શીખેલા દરેક શ્લોકની એક અલગ 'શ્લોક ડાયરી' બનાવો.

19. **કુદરતી શરબત:** ગોળ-લીંબુનું શરબત કે વરિયાળીનું શરબત બનાવી ઘરે આવેલ તમારા મિત્ર કે મહેમાનોને પિવડાવો.

બજારનાં કેમિકલયુક્ત ઠંડાં પીણાં કરતાં કુદરતી શરબત શ્રેષ્ઠ છે. જેમ કે (**ગોળ-લીંબુનું શરબત** અથવા **વરિયાળીનું શરબત**.)

રસોડામાંથી નીચે મુજબની વસ્તુઓ શોધવી અને ભેગી કરવી:

ગોળ-લીંબુ શરબત માટે: ગોળ (ઝીણો સમારેલો), લીંબુ, સંચળ (કાળું મીઠું), ફુદીનાનાં પાન અને ઠંડું પાણી.

વરિયાળી શરબત માટે: વરિયાળી પાવડર, સાકર અથવા મિસરી અને પાણી.

એક મોટા પાત્રમાં પાણી લઈ તેમાં ગોળ અથવા સાકર ઓગાળો. લીંબુ નિચોવીને તેનો રસ ઉમેરવો. ચપટી સંચળ અને મરી પાવડર ઉમેરીને તેને બરાબર હલાવવું. શરબત તૈયાર થાય એટલે તેને ગરણીથી ગાળી લેવું. છેલ્લે ગ્લાસમાં શરબત ભરી, ઉપર ફુદીનાનું પાન કે લીંબુની સ્લાઇસ મૂકીને ગ્લાસને સજાવવો.

જ્યારે મિત્ર કે મહેમાન આવે, ત્યારે તેમને નમ્રતાથી પૂછો, "કેમ છો? તમારા માટે મેં ખાસ ખાસ પ્રકારનું શરબત બનાવ્યું છે, ટ્રેમાં ગ્લાસ મૂકીને મહેમાનને શરબત આપવો.

20. **મદદનીશ:** રોજ ઘરના એક કામમાં (જેમકે વાસણ ગોઠવવાં કે છોડને પાણી પાવું) વાલીને મદદ કરો.

- **રસોડામાં મદદ:** જમ્યા પછી સાફ કરેલાં વાસણોને તેની યોગ્ય જગ્યાએ (ઘોડામાં) ગોઠવવાં.
- **બગીચાની સંભાળ:** ઘરના છોડને ઝારી કે પાઈપથી પાણી પાવું અને સૂકાં પાંદડાં દૂર કરવાં.
- **ઘરની સજાવટ:** સોફાનાં ઓશીકાં સરખાં કરવાં અથવા છાપાં -મૅગેઝિન વ્યવસ્થિત ગોઠવવાં.
- **જમતી વખતે મદદ:** જમવા માટે થાળી-વાટકા ગોઠવવા અથવા પાણીના ગ્લાસ ભરવા.
- **કબાટની ગોઠવણી:** પોતાના કપડાંની ગડી વાળીને વ્યવસ્થિત મૂકવાં.

21. **વીજળી બચાવો:** ઘરનું લાઇટ બિલ જુઓ. બિનજરૂરી ચાલતાં પંખા-લાઇટ બંધ કરવાની ટેવ પાડો.

પ્રવૃત્તિ:"હું છું એનર્જી ઇન્સ્પેક્ટર"

૧. લાઈટ બિલની તપાસ

સૌ પ્રથમ બાળકને ઘરનું આ મહિનાનું અને ગયા મહિનાનું લાઇટ બિલ જુઓ.

- **તુલના કરો:** બિલમાં વપરાયેલા 'યુનિટ' (Units) ચેક કરો. જરૂર પડે પપ્પા-મમ્મીની મદદ લેવી.
- **ચર્ચા કરો:** જો આ મહિનાનું બિલ વધુ હોય, તો "આપણે આ બિલ કેવી રીતે ઘટાડી શકીએ?"

૨. રૂલ ઓફ થમ્બ

એક સાદો નિયમ કાયમને માટે યાદ રાખી લો: **"રૂમની બહાર, સ્વીચ ઓફ!"**

જ્યારે પણ રૂમમાં કોઈ ન હોય, ત્યારે ત્યાંનો પંખો, લાઇટ કે ટીવી ચાલુ ન હોવું જોઈએ.

૩. પ્રવૃત્તિ કેવી રીતે કરવી?

1. **નિરીક્ષણ રાઉન્ડ:** દિવસમાં ૩ વાર (સવારે, બપોરે અને સાંજે) આખા ઘરમાં 'રાઉન્ડ' મારવા.
2. **બચતની નોંધ:** જો ક્યાંય બિનજરૂરી લાઇટ કે પંખો ચાલુ હોય, તો તેને બંધ કરવા.
3. **કુદરતી પ્રકાશનો ઉપયોગ:** દિવસ દરમિયાન બારીના પડદા ખુલ્લા રાખીને કુદરતી અજવાળામાં કામ કરવાની ટેવ પાડવી, જેથી લાઇટની જરૂર ન પડે.
4. **સ્ટીકર બનાવો:** નાના કાગળ પર **"Save Energy"** અથવા **"સ્વીચ બંધ કરો"** લખીને મેઇન સ્વીચ બોર્ડની પાસે ચોંટાડો.

૪. "એનર્જી રિપોર્ટ કાર્ડ"

એક ડાયરી કે કાગળ પર અઠવાડિયાના દિવસો લખો:

તારીખ / વાર	બિનજરૂરી લાઇટ બંધ કરી? (હા/ના)	મમ્મી–પપ્પાની સહી
	હા કે ના	
	હા કે ના	

આ પ્રવૃત્તિને વધુ મજેદાર બનાવવાની રીત:

- **સ્ટાર રેટિંગ:** જે દિવસે તમે એક પણ ભૂલ વગર બધી બિનજરૂરી સ્વીચો બંધ રાખશે, તેને 'ફાઇવ સ્ટાર' મળશે.
- **ગણિતની સમજ:** એક યુનિટ બચાવવાથી કેટલા રૂપિયા બચે છે? ગણતરી કરો.
- **અંધારું કલાક (Earth Hour):** અઠવાડિયામાં એક દિવસ ૧૫ મિનિટ માટે ઘરની બધી લાઇટો બંધ રાખીને મીણબત્તી કે ટોર્ચના અજવાળામાં વાતો કરવાની પ્રવૃત્તિ કરો.

22. **સ્વચ્છતાનાં સાધનો:** સાવરણી, પોતું કે ડસ્ટર શેમાંથી બને છે અને તેની અંદાજિત કિંમત કેટલી છે તે જાણો.

- ઘરના સભ્યો અથવા નજીકના દુકાનદારને મળીને આ માહિતી એકઠી કરવી.

સ્પર્શ કરીને ઓળખો: સાવરણી કે પોતાને અડીને જુઓ કે તે કઠણ છે કે નરમ? તે કુદરતી વસ્તુ (ઘાસ/સીંક) માંથી બની છે કે માનવસર્જિત (પ્લાસ્ટિક)?

કિંમતની તુલના: જૂનાં બિલ તપાસો અથવા મમ્મીને પૂછો કે છેલ્લે આ વસ્તુ કેટલામાં લાવ્યા હતા? ઓનલાઈન સ્ટોર પર પણ કિંમત ચેક કરવી.

બનાવવાની રીત: જો ઘરમાં કોઈ જૂના કાપડમાંથી પોતું બનાવતું હોય, તો તેને શીખવવું કે કેવી રીતે વેસ્ટમાંથી બેસ્ટ બનાવી શકાય.

"બનાવનાર કોણ?": સીંકની સાવરણી બનાવવા માટે કેટલી મહેનત પડે છે અને તે કયા ઝાડમાંથી આવે છે? જાણો.

દુકાનની મુલાકાત: જો શક્ય હોય તો નજીકની કરિયાણાની કે હાર્ડવેરની દુકાને જઈને પૂછો કે, "કાકા, સૌથી સારી સાવરણી કઈ અને તેની કિંમત શું છે?"

વિચારવા જેવું : *"જો પ્લાસ્ટિકની સાવરણી તૂટી જાય તો તેનું શું થાય? અને જો ઘાસની સાવરણી તૂટે તો તે જમીનમાં ભળી જાય? આ બંનેમાંથી પર્યાવરણ માટે કયું સારું?"*

23. **પંજાની કરામત:** કાગળ પર હાથની છાપ પાડી તેમાંથી મોર, પક્ષી કે અન્ય પ્રાણીનું ચિત્ર બનાવો અને તેમાં રંગ પૂરો.

હથેળી અને આંગળીઓ પર વૉટર કલર લગાવો અને પછી તેને કાગળ પર દબાવીને છાપ પાડવી. કાગળ પર હાથ મૂકીને તેની આસપાસ પેન્સિલથી આઉટલાઈન દોરો.

પંજાની છાપમાંથી **મોર (Peacock)** બનાવવાની રીત:

1. **છાપ પાડવી:** હથેળી અને આંગળીઓ પર વાદળી (Blue) અથવા લીલો કલર લગાવીને તેને કાગળ પર આડી છાપ પાડવી. (હથેળી મોરનું શરીર બનશે અને આંગળીઓ તેનાં પીંછાં બનશે).
2. **સૂરજ ઉગાડવો:** છાપ સુકાઈ જાય એટલે કાળી સ્કેચપેનથી આંગળીઓના છેડે નાનાં ગોળ દોરો, જે મોરનાં પીંછાંની 'આંખો' જેવું દેખાશે.
3. **માથું અને ડોક:** હથેળીવાળા ભાગ પર મોરની લાંબી ડોક અને ગોળ માથું દોરો.
4. **કલગી અને ચાંચ:** માથા પર કલગી (Crown) દોરો અને નાની ચાંચ બનાવો.
5. **પગ:** મોરના બે પાતળા પગ નીચે દોરો.
6. **રંગ પૂરવા:** હવે મોરના પીંછામાં લીલો, પીળો અને વાદળી રંગ પૂરો. આસપાસ આકાશ અને ઘાસ દોરો.

આવી રીતે બીજાં વિવિધ ચિત્રો બનાવવાં.

24. **શાકભાજીની ઓળખ:** તમને ન ભાવતી શાકભાજી કેમ ખાવી જોઈએ તે વિશે મમ્મી સાથે ચર્ચા કરો.

પ્રવૃત્તિ: "શાકભાજીની ગુપ્ત શક્તિઓ"

૧. 'નાપસંદ' શાકની યાદી બનાવો

સૌ પ્રથમ બાળકને એક કાગળ પર એવી ૩ કે ૫ શાકભાજીનાં નામ લખવાં. જે તેમને બિલકુલ ભાવતી નથી. (દા.ત. કારેલાં, ગવાર, ટીંડોળાં, દૂધી કે રીંગણ).

૨. મમ્મી સાથે "ઈન્ટરવ્યૂ" અને ચર્ચા.

મમ્મી પાસે જાઓ અને નીચે મુજબના પ્રશ્નો પૂછીને ચર્ચા કરો:

- **પ્રશ્ન ૧:** "મમ્મી, મને આ શાક (દા.ત. કારેલાં) કેમ કડવું લાગે છે અને તે ખાવાથી મારા શરીરમાં શો ફાયદો થાય?"
- **પ્રશ્ન ૨:** "જો હું આ શાક ન ખાઉં, તો મને કયાં વિટામિન્સ કે શક્તિ નહીં મળે?"

- **પ્રશ્ન 3:** "આ શાકને વધુ સ્વાદિષ્ટ બનાવવાની કોઈ રીત છે? શું આપણે તેની નવી વાનગી બનાવી શકીએ?"

૩. મમ્મીએ સમજાવવાની કેટલીક વાતો.

ચર્ચા દરમિયાન મમ્મી નીચે મુજબનાં સરળ ઉદાહરણો આપી શકે છે:

- **કારેલાં:** તે લોહી સાફ કરે છે અને પેટના કૃમિ દૂર કરે છે.
- **દૂધી:** તે ઠંડક આપે છે અને પાચન માટે હલકી છે.
- **ગવાર/લીલાં શાક:** તે આંખો તેજ કરે છે અને હાડકાં મજબૂત કરે છે.
- **રીંગણ/બીટ:** તે શરીરમાં લોહતત્ત્વનું પ્રમાણ વધારે છે.

25. યાદોનું આલ્બમ: ઘરમાં રહેલા જૂના ફોટા જોઈ, તે કોના છે અને ક્યા પ્રસંગના છે અને શા માટે રાખેલા છે તે જાણો.

રવિવારની બપોરે અથવા રાત્રે જ્યારે ઘરનાં બધાં વડીલો (દાદા-દાદી, મમ્મી-પપ્પા) નવરાં હોય ત્યારે જૂના ફોટાના આલબમ કે પેટી લઈને બધાં સાથે બેસો.

એક-એક ફોટો હાથમાં લઈ કોના છે ? કયા પ્રસંગના છે જેવા પ્રશ્નો દાદા-દાદી, મમ્મી-પપ્પાને પૂછો અને જાણો.

26. વ્યવસાયકારો: જે કામ ઘરનાં સભ્યો નથી કરી શકતાં (દા.ત. નળ રિપેર કરવો, વાળ કાપવા) તેવા લોકોના વ્યવસાયનાં નામ લખો.

મુલાકાત અને વાતચીત

જ્યારે પણ કોઈ વ્યવસાયકાર ઘરે આવે (દા.ત. ઇલેક્ટ્રિશિયન કે પ્લમ્બર), ત્યારે બાળકને તેમની સાથે થોડી વાતો કરવા પ્રોત્સાહિત કરો:

- "તમે આ કામ ક્યાંથી શીખ્યા?"
- "તમારા કામમાં કયાં જોખમો રહેલાં છે?"
- "તમારા સાધનોનાં નામ શાં છે?"

'ઓળખો મને' રમત

ઘરના સભ્યો તમને અલગ-અલગ સાધનોનાં ચિત્રો બતાવશે અને પૂછશે કે આ સાધન કયો વ્યવસાયકાર વાપરતો હશે? (દા.ત. સ્ટેથોસ્કોપ બતાવીને 'ડૉક્ટર'ની ઓળખ કરવી).

આ પ્રવૃત્તિને વધુ રસપ્રદ બનાવવાની રીતો:

- **રોલ પ્લે (નાટક):** કોઈ એક વ્યવસાયકારનો અભિનય કરો. જેમ કે, તે દરજી બનીને કપડાંનું માપ લેવાની એક્ટિંગ કરો.
- **આભાર કાર્ડ (Thank You Card):** જે વ્યવસાયકાર તમારા ઘરે કામ કરવા આવે, તેમને એક નાનું 'થેંક યૂં' કાર્ડ અપો.

- **સાધનોની ડ્રોઇંગબુક:** ઉપર જણાવેલ વ્યવસાયકારોનાં કોઈ પણ ૩ મુખ્ય સાધનોનાં ચિત્રો દોરવાં અને તેમાં રંગ પૂરવા.

  જીવનમાં એટલું યાદ રાખજો કે **કોઈ પણ કામ નાનું કે મોટું હોતું નથી.** જો સવારે સફાઈ કામદાર ન આવે કે નળ રિપેર કરનાર ન મળે, તો આપણું જીવન અટકી જાય. તેથી, દરેક વ્યવસાયકારને માન આપવું જોઈએ.

27. **શબ્દશોધ:** જૂના છાપામાંથી ૪ અક્ષરવાળા ૨૦ શબ્દો શોધી તેની નીચે લીટી કરો.

છાપાનું કોઈ એક પાનું લઈ (ખાસ કરીને વાર્તાનું પાનું અથવા સમાચારોનું પાનું જેમાં લખાણ વધુ હોય). એવા જ શબ્દો શોધવાના છે, જેમાં કાના-માત્રા સાથે પણ કુલ **૪ અક્ષર** થતા હોય. જ્યારે છાપામાં આવો શબ્દ જુઓ, ત્યારે ફૂટપટ્ટીની મદદથી તે શબ્દની નીચે સુંદર લીટી કરો. લીટી કર્યા પછી, તે ૨૦ શબ્દોને પોતાની નોટબુકમાં સુંદર અક્ષરે ક્રમબદ્ધ રીતે લખો.

28. **માટીકામ:** ડાયનાસોર કે કોઈ વિદેશી પ્રાણીનું મૉડેલ માટીમાંથી બનાવી તેને રંગો.

પ્રવૃત્તિ: "માટીમાંથી ડાયનાસોરનું સર્જન"

૧. જરૂરી સામગ્રી

- **માટી:**
- **સાધનો:** ટૂથપિક (ઝીણી ડિઝાઇન માટે), આઇસક્રીમની સ્ટિક અથવા પ્લાસ્ટિકની છરી.
- **રંગો:** વૉટર કલર અથવા એક્રેલિક કલર અને પીંછી.
- **આધાર:** એક પૂંઠું અથવા પ્લાસ્ટિકની પ્લેટ (જેના પર મૉડેલ મૂકી શકાય).

૨. ડાયનાસોર બનાવવાની રીત

ડાયનાસોરનાં અંગોને અલગ-અલગ બનાવીને પછી જોડવાં:

1. **શરીર (Body):** માટીનો એક મોટો લંબગોળ ગોળો બનાવો. આ ડાયનાસોરનું પેટ બનશે.
2. **ડોક અને માથું (Neck & Head):** માટીને નળાકાર આકાર આપી એક લાંબી ડોક બનાવો અને તેના છેડે નાનું માથું બનાવો. તેને શરીર સાથે જોડો.
3. **પગ:** માટીના ચાર સરખા ટુકડા કરી તેના જાડા પગ બનાવો અને શરીરની નીચે લગાવો જેથી ડાયનાસોર ઊભું રહી શકે.
4. **પૂંછડી:** પાછળના ભાગે એક લાંબી અને છેડેથી અણીદાર પૂંછડી બનાવો.
5. **વિશેષતા:** ટૂથપિકની મદદથી ડાયનાસોરની પીઠ પર કાંટા જેવી ડિઝાઇન બનાવો અને તેની આંખો અને મોઢાની રેખા દોરો.

૩. રંગકામ અને સજાવટ

- જો તમે કુદરતી માટી વાપરી હોય, તો તેને ૧-૨ દિવસ છાંયડામાં સુકાવા દો.
- સુકાઈ ગયા પછી, મનપસંદ રંગો (લીલો, કથ્થઈ કે જાંબલી) કરવા.
- ડાયનાસોરના શરીર પર ટપકાં કે પટ્ટા કરીને તેને 'વાસ્તવિક' દેખાવ આપો.

આ પ્રવૃત્તિને વધુ મજેદાર બનાવવાની રીતો:

- **જુરાસિક પાર્ક બનાવો:** એક પૂંઠા પર નીચે થોડી માટી પાથરો, તેમાં નાના પથ્થરો મૂકો અને આસપાસ ઝાડ તરીકે નાનાં પાંદડાં ખોસો. તેની વચ્ચે તમારું બનાવેલું ડાયનાસોર મૂકો.
- **વિદેશી પ્રાણીની પસંદગી:** ડાયનાસોર સિવાય **ઝીબ્રા** (સફેદ-કાળા પટ્ટા), **કાંગારું કે પાન્ડા** પણ બનાવી શકો છો.
- **કદની તુલના:** એક નાનું ડાયનાસોર અને તેની બાજુમાં એક મોટું ડાયનાસોર (મમ્મી-બાળક) બનાવી શકાય.

આ પ્રવૃત્તિ પૂરી થયા પછી તમારા આ સુંદર સર્જનને ઘરના કોઈ ખૂણે પ્રદર્શન માટે જરૂર મૂકજો!

29. **પીંછાસંગ્રહ:** નીચે પડેલાં પક્ષીઓનાં પીંછાં ભેગાં કરી તેને તમારી નોટબુકમાં ચોંટાડો અને નામ લખો.

બગીચામાં, ઘરના આંગણે, અગાશી પર કે ઝાડ નીચે પડેલાં પીંછાં શોધો.(માત્ર જમીન પર પડેલાં કુદરતી પીંછાં જ લેવાં.)

1. **સફાઈ:** વીણેલા પીંછાંને હળવા હાથે સાફ કરો જેથી તેના પરની ધૂળ નીકળી જાય.
2. **ગોઠવણી:** નોટબુકના એક પાના પર એક જ પીંછું રાખવું જેથી તે સુંદર દેખાય.
3. **ચોંટાડવું:** પીંછાના કઠણ ભાગ (દાંડી) પર થોડો ગુંદર લગાવી તેને કાગળ પર ચોંટાડો અથવા તેના પર સેલોટેપ લગાવો.
4. **નામ અને વિગત:** પીંછાની નીચે તે કયા પક્ષીનું છે તેનું નામ લખો.
   - **દા.ત.** મોરપીંછ, કબૂતરનું પીંછું, કાગડાનું પીંછું, ચકલીનું પીંછું.
5. **વર્ણન:** જો શક્ય હોય તો તેની બાજુમાં તેનો રંગ કેવો છે તે લખો (દા.ત. ચમકતો વાદળી, રાખોડી કે કાળો).

   આ પ્રવૃત્તિને વધુ રસપ્રદ બનાવવાની રીતો:

- **વધારે માહિતી:** તે પક્ષી કેવો અવાજ કરે છે તે પણ લખી શકાય.

30. **કલ્પનાજગત:** "જો હું પક્ષી હોઉં તો..." તે વિષય પર તમારી કલ્પના મિત્રને કહો.

શાંત જગ્યાએ બેસી આંખો બંધ કરી ૧ મિનિટ માટે વિચારો કે તમારી પાસે સુંદર રંગબેરંગી પાંખો છે અને તમે ઊંચે આકાશમાં ઊડી રહ્યા છો.

તમારા મિત્રને પણ પૂછો કે:

- **કયું પક્ષી બનવું ગમશે?** (મોર, પોપટ, ગરુડ કે ચકલી?)
- **ક્યાં ઊડવું ગમશે?** (ઊંચા પર્વતો પર, નદી કિનારે કે જંગલોમાં?)
- **શું જોવું ગમશે?** (વાદળોની વચ્ચેથી દુનિયા કેવી દેખાય છે?)
- **ખોરાક શો હશે?** (મીઠાં ફળો કે ચણ?)
- **રહેઠાણ:** (ઝાડ પર સુંદર માળો બનાવવો કે મહેલના ગુંબજ પર રહેવું?)

31. **પક્ષીની પરબ:** માટીના કૂંડા કે નકામા ડબ્બામાંથી પક્ષીઓ માટે પાણીનું કૂંડું બનાવો.

પક્ષીઓ માટે પીવાના પાણીની પરબ બનાવવી એ ખૂબ જ પુણ્યનું અને આનંદદાયક કામ છે. ખાસ કરીને ઉનાળાની ગરમીમાં આ પ્રવૃત્તિ પક્ષીઓ માટે આશીર્વાદ સમાન બની રહે છે.

પાત્રની પસંદગી અને સફાઇ: જો તમે માટીનું કૂંડું લીધું હોય, તો તેને પહેલા પાણીથી બરાબર સાફ કરી લો. જો પ્લાસ્ટિકનો ડબ્બો હોય, તો તેની ઉપરની કિનારીઓ ધારદાર ન હોય તેનું ખાસ ધ્યાન રાખવું (તેને ઘસીને લીસી કરી શકાય).

માટીના કૂંડા માટે: દોરીના ત્રણ કે ચાર સરખા ટુકડા લો. તેને કૂંડાની ફરતે એવી રીતે બાંધો કે કૂંડું સંતુલિત રહે અને નમી ન જાય.

કૂંડાની અધવચ્ચે એક નાનો પથ્થર મૂકો. આનાથી પક્ષીઓ પથ્થર પર બેસીને આરામથી પાણી પી શકશે અને નાના પક્ષીઓને પાણીમાં ડૂબી જવાનો ડર રહેશે નહીં. પરબને એવી જગ્યાએ લટકાવો જ્યાં બિલાડી કે અન્ય પ્રાણીઓ પહોંચી ન શકે અને થોડો છાંયો રહેતો હોય. દરરોજ કૂંડાનું પાણી બદલવું અને અઠવાડિયે એકવાર કૂંડું ઘસીને સાફ કરવું જેથી તેમાં સેવાળ ન જામી જાય.

32. **બીજ સંગ્રહ:** તમે ખાધેલાં ફળો (તરબૂચ, ટેટી, કેરી) નાં બીજ સૂકવીને તેનો સંગ્રહ કરો.

૧. બીજની પસંદગી: તમે રોજિંદા જીવનમાં ખાધેલાં ફળો જેવાં કે **તરબૂચ, ટેટી, કેરી, પપૈયું, લીંબુ કે જાંબુનાં** બીજને ફેંકી દેવાને બદલે એકઠાં કરો.

૨. બીજની સફાઈ: બીજ પર ફળનો ગર (પલ્પ) ચીપકેલો હોય છે. જો તેને સાફ ન કરવામાં આવે તો બીજમાં ફૂગ લાગી શકે છે. તેથી બીજને ચોખ્ખા પાણીથી બરાબર ધોઈ લો. ખાસ કરીને કેરીના ગોટલાને ઘસીને સાફ કરવો.

૩. સૂકવવાની પ્રક્રિયા: ધોયેલા બીજને એક કોટનના કપડા કે છાપા (News Paper) પર ફેલાવી દો. તેને સીધા સૂર્યપ્રકાશમાં સૂકવવાને બદલે **છાંયડામાં** સૂકવો, જેથી તેની અંકુરણ ક્ષમતા જળવાઈ રહે. ૨થી ૩ દિવસ સુધી તેને બરાબર સુકાવા દો.

આ બીજનો ઉપયોગ કેવી રીતે કરશો?

- **સીડ બૉલ્સ (Seed Balls):** બીજને માટી અને છાણના મિશ્રણમાં ભેળવી નાના ગોળા બનાવો. ચોમાસાની શરૂઆતમાં આ ગોળાને ખુલ્લી જગ્યા કે સીમમાં ફેંકો.
- **કિચન ગાર્ડન:** તમારા ઘરના કૂંડા કે વાડામાં આ બીજ વાવીને પોતાનો નાનો બગીચો તૈયાર કરો.
- **ભેટ આપો:** સુંદર રીતે પૅક કરેલાં બીજ તમે તમારા મિત્રો કે સબંધીઓને જન્મદિવસ પર ભેટમાં આપી શકો છો.

33. **રંગોની મેળવણી:** લાલ અને પીળો રંગ ભેગો કરવાથી કયો નવો રંગ બને છે તે પ્રયોગ કરી જુઓ.

રંગો સાથે રમવું એ જાદુ જોવા જેવું છે! આ પ્રવૃત્તિ દ્વારા તમે જાણી શકશો કે કેવી રીતે બે પ્રાથમિક રંગો મળીને એક નવો જ સુંદર રંગ બનાવે છે. હવે તમે તેને જાતે પ્રયોગ કરી નક્કી કરો કે લાલ અને પીળો

રંગ ભેગો કરવાથી કયો નવો રંગ બને છે ? આવી રીતે બીજા બધા રંગો ભેળવીને તપાસો કે કયા કયા નવા રંગો બને છે?

34. દયાભાવ: અબોલ જીવો (ગાય, કૂતરા) ને રોટલી કે ઘાસ નાખો અને તમારા અનુભવ લખો.

સવારે ઘરે બનેલી તાજી રોટલી અથવા બજારમાંથી લીધેલું લીલું ઘાસ તૈયાર રાખો. યાદ રાખો કે પક્ષીઓ કે પ્રાણીઓને ખવડાવતી વખતે ખોરાક શુદ્ધ અને ખાવાલાયક હોવો જોઈએ. તમારી આસપાસ રહેતી **ગાય** પાસે જઈને તેને વહાલથી ઘાસ ખવડાવો. તેના શરીર પર હાથ ફેરવો. શેરીના **કૂતરા**ને પ્રેમથી રોટલી આપો. (ધ્યાન રાખવું કે તે ડરી ન જાય કે તમને ઈજા ન પહોંચાડે).

જ્યારે ગાય પ્રેમથી ઘાસ ચરે છે કે કૂતરો પૂંછડી પટપટાવીને રોટલી ખાય છે, ત્યારે મનમાં એક અનોખો આનંદ અને શાંતિ અનુભવાય છે જેવા અનુભવો તમારી ડાયરીમાં લખો.

35. અવાજની ઓળખ: આંખો બંધ કરી ૧૦ મિનિટ બેસો અને આસપાસના ૫ અલગ-અલગ અવાજો ઓળખો.

ઘરનો એક ખૂણો, અગાસી અથવા બગીચો પસંદ કરો જ્યાં તમે શાંતિથી બેસી શકો. પલાંઠી વાળીને ટટ્ટાર બેસો. તમારા બંને હાથ ઘૂંટણ પર રાખો અને ધીમેથી તમારી આંખો બંધ કરો. ઊંડા શ્વાસ લો અને મનને શાંત કરો. હવે ૧૦ મિનિટ માટે મૌન રહીને માત્ર આસપાસના અવાજો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો. કોઈ પણ અવાજને અવગણશો નહીં, પછી ભલે તે નાનો હોય કે મોટો. આટલું કર્યા બાદ તમારો અનુભવ નોંધો અને આસપાસના અવાજોની યાદી તૈયાર કરો..

36. કાગળકામ: નકામા કાગળમાંથી હોડી, વિમાન કે પંખો બનાવતાં શીખો.

નીચે મુજબ તમે ત્રણ સરળ વસ્તુઓ બનાવી શકો છો:

૧. કાગળની હોડી (Papper Boat) ૨. કાગળનું વિમાન (Papper Plane) ૩. કાગળનો પંખો (Papper Fan)

જરૂર પડયે ઘરનાં સભ્યોની મદદ લેવી.

નોંધ: કાગળ ફાડવાને બદલે હંમેશાં નકામા કે વપરાઈ ગયેલા કાગળનો જ ઉપયોગ કરવાનો આગ્રહ રાખો. આનાથી આપણે પર્યાવરણને બચાવવામાં પણ મદદ કરી શકીએ છીએ.

37. પર્યાવરણ મિત્ર: પ્લાસ્ટિકની કોથળીનો ઉપયોગ બંધ કરી કપડાની થેલી વાપરવાનો આગ્રહ રાખો.

(પ્લાસ્ટિકનો ઉપયોગ ઘટાડવો એ પૃથ્વીને બચાવવા માટેનું સૌથી મહત્ત્વનું ડગલું છે. પ્લાસ્ટિક સેંકડો વર્ષો સુધી જમીનમાં સડતું નથી અને પર્યાવરણને નુકસાન પહોંચાડે છે. કપડાની થેલી વાપરવી એ ગર્વની વાત છે.)

પ્રવૃત્તિ: મારી પોતાની 'ઈકો-ફ્રેન્ડલી' થેલી

૧. ઘરે જ થેલી બનાવો:

- તમારા જૂના થઈ ગયેલા જિન્સ, ટી-શર્ટ કે સુતરાઉ કાપડ (જેમકે જૂની ચાદર કે પડદો) લો.
- મમ્મી કે દાદીની મદદથી તેને થેલીના આકારમાં કપાવીને સિવડાવો.

- આ થેલી મજબૂત પણ હશે અને લાંબો સમય ચાલશે.

  સંકલ્પ અને આગ્રહ (જાગૃતિ અભિયાન)

  તમે તમારા પરિવાર અને મિત્રોમાં નીચે મુજબનો આગ્રહ રાખી શકો છો:
- **હંમેશાં સાથે રાખો:** જ્યારે પણ બજારમાં શાકભાજી કે કરિયાણું લેવા જાઓ, ત્યારે ઘરેથી જ કપડાની થેલી સાથે રાખવાની આદત પાડો.
- **ના કહેતાં શીખો:** જો દુકાનદાર પ્લાસ્ટિકની કોથળી આપે, તો નમ્રતાથી તેને '**ના**' કહો અને તમારી પાસે રહેલી કપડાની થેલીનો ઉપયોગ કરો.
- **જન્મદિવસની ભેટ:** તમારા મિત્રોને તેમના જન્મદિવસ પર એક સુંદર કપડાની થેલી ભેટમાં આપો, જેથી તેઓ પણ પ્લાસ્ટિકનો ત્યાગ કરે.

38. સાંકેતિક ભાષા: અવાજ કર્યા વગર માત્ર ઈશારાથી તમારા મિત્રને કોઈ વાત સમજાવો.

પ્રવૃત્તિ: 'બોલ્યા વગર વાત' **(Mime Game)**

નિયમો:

1. તમારે મોઢામાંથી એક પણ શબ્દ બોલવાનો નથી કે અવાજ કરવાનો નથી.
2. માત્ર હાથના ઈશારા, ચહેરાના હાવભાવ અને શરીરના હલનચલનનો ઉપયોગ કરવાનો છે.
3. તમારા મિત્રએ ધારવાનું છે કે તમે શું કહેવા માગો છો.

આ વિષયો પર ઈશારા કરી જુઓ:

તમે તમારા મિત્રને નીચેની વાતો સમજાવવાનો પ્રયત્ન કરો:

- **ભૂખ લાગી છે:** પેટ પર હાથ ફેરવો અને મોઢા પાસે હાથ લઈ જઈ ખાવાનો અભિનય કરો.
- **ઊંઘ આવે છે:** ગાલ નીચે બંને હથેળીઓ જોડીને માથું નમાવો અને આંખો બંધ કરો.
- **બહાર રમવા જવું છે:** હાથથી દરવાજા તરફ ઈશારો કરો અને પગથી ચાલવાનો કે દોડવાનો અભિનય કરો.
- **તરસ લાગી છે:** મુઠ્ઠી વાળી અંગૂઠો મોઢા પાસે લાવો અને પાણી પીતાં હોય તેવો ઈશારો કરો.
- **ખૂબ ગરમી લાગે છે:** હાથથી પવન નાખતા હોય તેમ કરો અને કપાળ પરથી પરસેવો લૂછવાનો દેખાવ કરો.

પ્રવૃત્તિને વધુ મજેદાર બનાવો (ચિઠ્ઠીની રમત):

1. નાની નાની ચિઠ્ઠીઓ બનાવો જેમાં કોઈ પ્રાણી (દા.ત. હાથી, વાંદરો), કોઈ વ્યવસાય (દા.ત. ડૉક્ટર, ટ્રાફિક પોલીસ) અથવા કોઈ ક્રિયા (દા.ત. બ્રશ કરવું, પતંગ ઉડાડવી) લખેલું હોય.
2. તમારો મિત્ર એક ચિઠ્ઠી ઉપાડશે અને તેમાં લખેલી વાત તમને ઈશારાથી સમજાવશે.
3. તમારે તે ઓળખી બતાવવાનું રહેશે.

૩૭. **વૃક્ષ મિત્ર:** તમારા ઘર પાસેના કોઈ એક વૃક્ષને 'મિત્ર' બનાવો અને રોજ તેને વહાલ કરો.

તમારા ઘરના આંગણામાં, શેરીમાં કે નજીકના બગીચામાં હોય તેવું એક વૃક્ષ પસંદ કરો. તે લીમડો, પીપળો, આસોપાલવ, તુલસી કે ગમે તે હોઈ શકે. તમારા આ નવા મિત્રને એક સુંદર નામ આપો. (દા.ત. 'હરિયાળો', 'છાયા', 'મીઠુ' કે 'ગ્રીન ફ્રેન્ડ'). દિવસમાં એક વાર તેના પાસે જઈને બેસો. તેના થડ પર વહાલથી હાથ ફેરવો. તેને કહો કે "તું ખૂબ સુંદર છે." જો તેને જરૂર હોય, તો નિયમિત રીતે તેને પાણી પાઓ.. તેનાં સુકાયેલાં પાંદડાં દૂર કરો.

તમને કદાચ નવાઈ લાગશે, પણ વૃક્ષો સામે બોલવાથી કે તેમને વાર્તા કહેવાથી તેમને ગમે છે. તમારી શાળાની કે રમતની વાતો તેને કહો. જો કોઈ તેને નુકસાન પહોંચાડતું હોય કે તેનાં પાંદડાં તોડતું હોય, તો તેને પ્રેમથી રોકો. જો મોટું વૃક્ષ હોય, તો તેના પર પક્ષીઓ માટે ચકલીઘર કે પાણીની પરબ (જે આપણે આગળ શીખ્યાં) લટકાવો.

નમસ્કાર,

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થીમિત્રો,

વૅકેશન દરમ્યાન આપનાં સંતાન દ્વારા ઘરે બેઠા રોજ નવી નવી પ્રવૃત્તિ/ પ્રોજેક્ટ કરી શકાય તેની સંભવિત યાદી અહીં આપવામાં આવી છે, જેમાંથી આપ શક્ય હોય તેટલી પ્રવૃત્તિઓ અથવા તેના જેવી અન્ય પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળક પાસે કરાવી શકો છો. આ પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળકને આગામી ધોરણના અભ્યાસ માટે પૂર્વતૈયારી કરાવશે. આપેલ QR કોડને સ્કૅન કરી સમયાંતરે આ પ્રવૃત્તિઓ અંગે માર્ગદર્શન અને નવી વાર્તા, ગીત અને અન્ય પ્રવૃત્તિની માહિતી મેળવવાનું ચૂકશો નહીં.

પ્રવૃત્તિ માટે

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થી મિત્રો,

ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી દ્વારા શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૨૬-૨૭ના ઉનાળુ વૅકેશન માટે તૈયાર કરવામાં આવેલી પ્રવૃત્તિઓ આપને કેવી લાગી? તમારા મૂલ્યવાન પ્રતિભાવો અમારા માટે ખૂબ મહત્ત્વના છે. આપના પ્રતિભાવોના આધારે અમે ભવિષ્યમાં વધુ સારી પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરી શકીશું અને શૈક્ષણિક સંશોધનને નવી દિશા આપી શકીશું.

- બાજુમાં આપેલા **Feedback Form QR Code**ને સ્કૅન કરો .
- Link:- **https://forms.gle/4tNLpZYV8R5cVX2v7**
- ઓનલાઇન ફોર્મમાં તમારી વિગતો અને પ્રવૃત્તિઓ અંગેનાં મંતવ્યો નોંધો.

પ્રતિભાવ/સૂચન માટે

આપનાં સંતાનની પ્રવૃત્તિઓના ફોટોગ્રાફ્સ, વીડિયો અને આપનાં સૂચનો **7575962929** નંબર ઉપર તમારા સંતાનના નામ અને ધોરણ સાથે મોકલવા વિનંતી.

આપના સહકાર બદલ આભાર!

પ્રવૃત્તિની યાદી

1. પૂંઠામાંથી તમને ગમતું કોઈ એક વાહન બનાવી તેના પર રંગ કરોતે વાહનમાં કેટલા લોકો બેસી . તે કેટલું દૂર સુધી જઈ શક ?તેને ચલાવવા માટે કઈ કઈ સામગ્રીની જરૂર પડશે ?શકશેશેતેની વાત ? .તમારા મિત્રને કરો
2. પુસ્તક કે મોબાઈલમાં ગુજરાતનો નકશો જોઈ તમારા ગામથી દરેક જિલ્લામાં જવાનું થાય તો કેટલો સમય લાગશે અને કેટલા કિલોમીટર થશે તે નોટબુકમાં લખોતે જિલ્લા સુધી કયા -તમારા ગામથી જે . હાઇવે અથવા મુખ્ય રસ્તાઓ પસાર થાય છે તેનો નકશો બનાવોજો આવડે તો તે નકશાના રસ્તામાં . હવે તે નકશાના આધારે જો તમે કોઈ બીજે ગામ .નદીઓનાં નામ પણ લખો ,આવતાં મોટાં શહેરો આપે (સરેરાશ) ની એવરેજ.મી.લિટરમાં કેટલાં કિ ૧ કાર લઈને જવા માંગતા હો તો ગાડી, તે જિલ્લામાં પહોંચવા માટે કેટલા લિટર પેટ્રોલડીઝલ જોઈશે અને ત/ોનો અંદાજિત ખર્ચ કેટલો થશે , .કેટલો સમય લાગશે તેની ગણતરી કરી તમારા મિત્રને કહો
3. તમારા ઘરની ચીજવસ્તુઓનાં નામ ગુજરાતીમાં લખી યાદી બનાવોહવે તેનાં અગ્રેજીમાં નામ કોઈની . ત્યાર બાદ લેબલિંગ .મદદ વડે લખો' ગેઈમ રમો જેમાંતેના પર વસ્તુનું .નાના કાગળના ટુકડા લો , નામ ગુજરાતી અને અંગ્રેજીમાં લખો.ત.દા , ખુરશી -Chair. આ ચબરખીને તે વસ્તુ પર જઈને

ચિપકાવી દોજ્યારે પણ તમે તે વસ્તુનો ઉપયોગ કરશો ., ત્યારે તમારી નજર તે નામ પર પડશે અને તમને તે કાયમ માટે યાદ રહી જશે. તમારી નોટબુકમાં માત્ર નામ લખવાને બદલે, તેની બાજુમાં તે વસ્તુનું નાનું અને સાદું ચિત્ર દોરો .ચિત્રો સાથે શીખવાથી મગજ શબ્દોને જલદી પકડી લેશે.

4. તમને આવડતું અંગ્રેજી બાળગીત તમારા ઘરનાં સભ્યો સામે ગાઈ બતાવોએક લાઇન તમે ગાઓ અને . બીજી લાઇનઘરનાં સભ્યોને તમારી પાછળ ઝીલવા કહોઆનાથી આખું કુટુંબ ગાવાની પ્રવૃત્તિમાં . સામેલ થઈ જશેગીતને અનુરૂપ કોઈ .ગીતના શબ્દો મુજબ હાથ અને શરીરનું હલનચલન કરો . રસોડામાંથી સ્ટીલની થાળી અને ચમચી ડ્રમ તરીકે લો .ચીજવસ્તુ કે રમકડાંનો ઉપયોગ કરો-સાધન, અથવા પ્લાસ્ટિકની બોટલમાં થોડા અનાજના દાણા ભરીને હલાવવાથી તેનો અવાજ ગીતને તાલ આપશે તમારા ,શક્ય હોય તો .ઘરનાં કોઈ સભ્યને કહો કે તમારો ગાતો વીડિયો ઉતારે પછી તે . વીડિયો સાથે મળીને જુઓઆનાથી તમને ખબર પડશે કે તમે ક્યાં વધુ સુધારો કરી શકો છો અને તે . .એક યાદગીરી પણ બની જશે

5. તમારાં ઘરે કૂંડા કે પ્લાસ્ટિકની કાપેલી બોટલમાં માટી ભરી તેમાં ધાણા ,ઘઉં કે મેથી વાવોકેટલા . એક નોટબુકમાં .દિવસમાં તે ઊગી નીકળે છે તે નોંધો'તારીખ' અને 'છોડની ઊંચાઈ' (સેન્ટિમીટરમાં એકાદ .નું ખાનું બનાવો(કૂંડુ કે બોટલ સૂર્યપ્રકાશમાં રાખો અને બીજાને થોડા અંધારાવાળા ખૂણામાં જુઓ કે બંનેના રંગ અને ઊંચાઈમાં શું તફાવત આવે છેશક્ય હોય . તો દરરોજ સવારે એક જ જગ્યાએથી છોડનો ફોટો પાડોદિવસ પછી બધા ફોટા સાથે જોશો તો તમને ૧૦ . છોડનો વિકાસ એક જાદુ જેવો લાગશે. તમે ત્રણ અલગ અલગ-કૂંડા કે બોટલમાં વાવ્યું હોય, તો જુઓ કે સૌથી પહેલાં કોણ બહાર આવે છે .કયા બીજને ઊગવામાં વધુ દિવસો લાગે છે તેની નોંધ કરો .એવું કહેવાય છે કે છોડને સંગીત ગમે છેદરરોજ પાંચ મિનિટ તમારા છોડ પાસે બેસીને તેને કોઈ ગીત . .સંભળાવો આનાથી તમને તમારા છોડ સાથે એક ખાસ લગાવ અનુભવાશે

6. તમને આવડતાંકોઈ સાથે વાતચીતમાં બોલાતાં ટૂં ,કાં હિન્દી વાક્યોની યાદી લખોતમારા મિત્ર કે . બહેન સાથે મળીને એક-ભાઈ નાનકડું નાટક પણ કરી શકાય એક વ્યક્તિ .'દુકાનદાર' બને અને બીજી 'ગ્રાહક'. તેમાં હિન્દી વાક્યોનો ઉપયોગ કરો જેમકે : *"યહ કિતને કા હૈ?"* (આ કેટલાનું છે?) અથવા *"થોડા કમ કીજિયે".* (થોડું ઓછું કરો-યાદીને વધુ સ્પષ્ટ બનાવવા માટે વાક્યોને અલગ (. .અલગ પરિસ્થિતિ મુજબ લખોટૂંકાં વાક્યો સતત બોલવાનો આગ્રહ રાખોઅભિવાદનમાં ,જેમકે . *નમસ્તે, આપ કૈસે હૈં?*મદદ માટે , *ક્યા આપ મેરી મદદ કરેંગે?,* ભોજન સમયે : *ખાના બહુત સ્વાદિષ્ટ હૈ.* ટીવી પર કોઈ કાર્ટૂન કે ફિલ્મ જોતી વખતે (જો તે ગુજરાતીમાં હોય), તો તેના નાના સંવાદોને મનમાં કે જોરથી હિન્દીમાં બોલવાનો પ્રયત્ન કરો .આનાથી તમારી વિચારવાની ઝડપ વધશે . ,જેમકે .દિવસના અંતે માત્ર એક કે બે વાક્યો હિન્દીમાં લખો કે તમારો દિવસ કેવો રહ્યો *"આજ કા દિન બહુત અચ્છા થા".* (આજનો દિવસ ખૂબ સારો હતોતમારા મોબાઈલમાં આ ,શક્ય હોય તો (.

વાક્યો બોલીને રેકૉર્ડ કરો અને પછી સાંભળોઆનાથી તમને તમારા ઉચ્ચાર સુધારવામાં પણ મદદ .
.મળશે

7. માટીમાંથી જુદાં જુદાં ફળો બનાવી તેને પર રંગ પૂરોમાત્ર આકાર જ નહીં ., પણ ફળની સપાટી પર પણ ધ્યાન આપોસ્ટ્રોબેરીને ,જેમ કે સીતાફળ . સળીથી નાનાં નાનાં છિદ્રો બનાવોટૂથબ્રશથી , સપાટીને થોડી ખરબચડી બનાવ◌ેમાટીની નાની ગોળીઓ લગાવીને તેની કટિંગવાળી ડિઝાઇન . જામફળનાં પાન .ત.દા) માટીના બનેલા ફળ પર સાચી દાંડી કે સાચાં પાંદડાં .તૈયાર કરો, લીંબુનાં પાન.ત.દા .માત્ર સિંગલ કલર ન કરો .લગાવીને તેને વધુ સાચું હોય તેવું બનાવો (કેળામાં થોડો લીલો અને થોડો પીળો રંગ મિક્સ કરીને 'કાચુંપાકું કેળું–' બનાવોસફરજન . : સફરજન પર લાલ રંગ કર્યા પછી, બ્રશમાં થોડો સફેદ રંગ લઈને તેના પર હલકા છાંટા પાડો જેથી તે ચળકતું) .(દેખાય

8. જુદા જુદા ચોરસઆકારો કાપી તેમાંથી વિવિધ આકૃત્તિઓ બનાવી (વર્તુળ) ત્રિકોણ અને ગોળ , તમારા મિત્રનેબતાવોઉંદર ,જેમકે .જુદા જુદા આકારોને જોડીને પ્રાણીઓ કે પક્ષીઓ બનાવો . : એક મોટો ત્રિકોણ (મોઢું(, બે નાનાં વર્તુળ (કાનબિલાડી.(પૂંછડી) અને એક લાંબી પટ્ટી (: એક મોટું વર્તુળ (શરીર(, એક નાનું વર્તુળ (મોઢુંઅને બે નાના (ત્રિકોણ (કાનચકલી .(: એક વર્તુળ (શરીર (અને એક નાનો ત્રિકોણ (ચાંચ:ચોરસ ,જેમકે .વિવિધ આકારોમાંથી રોબોટ પણ બનાવી શકાય .(રોબોટનું મોઢું અને શરીર બનાવવા માટેલંબચોરસ . : હાથ અને પગ માટે બે ચોરસ જોડીને પણ) વર્તુળ .(બનાવી શકાય : રોબોટની આંખો અને બટન માટેત્રિકોણ . : રોબોટની ટોપી કે એન્ટેના માટે . આક◌ૃતિ બની ગયા પછી નોટબુકમાં લખો કે તમે કઈ આકૃતિ માટે કુલ કેટલાં ચોરસ, કેટલા ત્રિકોણ અને કેટલા વર્તુળનો ઉપયોગ કર્યો છે.આનાથી ગણતરીની પ્રેક્ટિસ પણ થશે .

9. તમને આવડતાં ઉખાણાં તમારા મિત્રને પૂછોઉખાણું બોલવાને બદલે ., તેના જવાબનો અભિનય (Mime) કરો. દા.ત. જો જવાબ 'હાથી' હોય, તો તમારે તેની સૂંઢ કે કાનનો અભિનય કરવાનો અને મિત્રે તે ઉખાણું ઓળખવાનુંકાગળ પર ઉખાણાના જવાબને લગતું એક . અધૂરું ચિત્ર દોરોતમારો . મિત્ર જેમ જેમ સાચા અનુમાન લગાવતો જાય, તેમ તેમ તમે ચિત્ર પૂરું કરતાં જાઓજે સૌથી ઓછા . .લીટામાં જવાબ આપી દે તે વિજેતા જે નવાં ઉખાણાં સાંભળો, તેને એક ખાસ ડાયરીમાં લખો.

10. **ખાનાપૂર્તિ :** આ રમત બે કે તેથી વધુ બાળકો વચ્ચે રમી શકાય છે કાગળ પર .10 X 10 ટપકાંની હારમાળા બનાવોજે ખેલાડી લીટી દોરીને .દરેક ખેલાડી વારાફરતી બે ટપકાં વચ્ચે એક લીટી દોરશે . ચોરસ ખાનું પૂરું કરશે, તે ખાનામાં પોતાનું નામ કે નિશાની લખશેરમત પૂરી થયા પછી જેનાં સૌથી . .વધુ ખાનાં હશે તે વિજેતા ગણાશે

11. **શૂન્યચોકડી– :** કાગળ પર બે આડી અને બે ઊભી લીટી દોરીને ૯ ખાનાં બનાવો એક ખેલાડી .'O' અને બીજો 'X' પસંદ કરશેજે ખેલાડી પહે .વારાફરતી ખાનામાં પોતાની નિશાની કરવાની રહેશે .લાં પોતાની ત્રણ નિશાનીઓ આડી, ઊભી કે ત્રાંસી લાઇનમાં લાવી દેશે તે જીતી જશે.

આટલું કરીએ (ધોરણ–૪)

12. **નામ, ગામ, ફળ, ફૂલ :** કાગળ પર ખાનાં પાડીને ઉપર 'નામ', 'ગામશહેર/', 'પ્રાણીપક્ષી/', 'ફળફૂલ/' અને 'વસ્તુ' એમ શીર્ષક લખો .ત.દા) કોઈ એક અક્ષર પસંદ કરો .'ક'). બંને ખેલાડીઓએ તે અક્ષર પરથી શરૂ થતા શબ્દો ઝડપથી લખવાના રહેશે .જે સૌથી પહેલાં પૂરું કરે તે સ્ટોપ કહેશે . પોઈન્ટ અને જો બંનેના જવાબ સરખા હોય તો ૧૦ સાચા જવાબનાપાંચ પોઈન્ટ આપવા.
13. તમારી આજુબાજુ જોવા મળતાં વાહનોનાં નામ હિન્દીમાં લખોજમીન પર ચાલતા અને આકાશમાં . ઊડતા) વાહનના ટાયરની ભાત ,Pattern) કેવી હોયકેટલાં પૈડાં છે તે જુઓ અને પાણીમાં ચાલતા , વાહન સાથે જોડાયેલા ટ્રાફિકના નિયમો અને રોડ સેફ્ટી .વાહનમાં ટાયર શા માટે નથી હોતાં તે જાણો તેનો ભાવ અને જોઈએ અને કય ,પેટ્રોલ ક્યાંથી આવે છે ,ગેસ ,વિશે અને વાહનોમાં ડીઝલ◌ા◌ં વાહનો પગથી ચાલે છે તે નોંધો.
14. કાર્ડશીટ (લેટર્સ ઓફ આલ્ફબેટ) ટુકડાઓ પર એબીસીડી ૨૬ ખોખાના સરખા માપના ,A થી Z લખો .આ અંગ્રેજી અક્ષરોનાં કાર્ડ્સના આધારે તમને આવડતા નવા નવા સ્પેલિંગ્સ બનાવી તેને લખો . આપેલ .મિનિટનો સમય સેટ કરો ૨ મિત્ર સાથે રમવા માટે ઘડિયાળમાં◌ા સમયમાં કોણ સૌથી વધુ નામ બનાવી શકે છે તેની સ્પર્ધા કરોબનતા .આનાથી રમત ઝડપી અને મજા આવે તેવી બનશે . અક્ષરનું નામ ૩ .ત.દા .શબ્દોની લંબાઈ મુજબ પોઈન્ટ્સ નક્કી કરો= પાંચ પોઈન્ટ ,પાંચ થી વધુ અક્ષરનું નામપોઈન્ટ ૧૦=. જો કોઈ અક્ષર Z, Q, X,Y નો ઉપયોગ કરીને નામ બનાવે, તો તેને બોનસ પોઈન્ટ આપોઆ અક્ષરકાર્ડ્સમાંથી તમારા ઘર .નાં સભ્યોપાડોશી ,નાં સભ્યો અને તમારા મિત્રનાં નામ બનાવી તેને નોટબુકમાં લખો.
15. તમને ગમતા કોઈ એક વૃક્ષનું ચિત્ર પાંદડાઓપસંદ કરેલા વૃક્ષમાં .ફળ સાથે દોરી તેમાં રંગ પૂરો ,ફૂલ , પાંદડાંને અસલ બતાવવા માટેકાગળ પર રંગપેઈન્ટને બદલે તે વૃક્ષનાં જ સાચાં કે સૂકાં પાંદડાંને – વૃક્ષના થડને ખરેખર ઊપસીને બહાર આવતું બતાવવા માટે . ચિપકાવો, તમે કોઈ કાપડના ટુકડા અથવા ઊનના દોરાનો ઉપયોગ કરી શકો, જે થડની ખરબચડી રચના જેવું દેખાશેજો તેમાં ફૂલો . બતાવવાનાં હોય તો તે ફૂલોને3D બનાવવા માટે, તમે રંગીન કપાસના ગોળાઓ અથવા ટિશ્યૂ પેપરનાં ફૂલો બનાવીને વૃક્ષની ડાળીઓ પર ચિપકાવોપાછળના ભાગને આકર્ષક બનવવા માટે . .ટૂથબ્રશ પર રંગ લગાવીને કાગળ પર છાંટા પાડો જેથી તે કુદરતી દેખાય
16. તમારા ઘરમાં રહેલી કોઈ એક દેશી દવા જે કોઈ રોગને મટાડ (ઔષધી)વામાં મદદ કરતી હોય તેનાં નામ લખોતમારા રસોડામાં જ ,યાદ રાખો કે . હળદર, આદુ, અજમો, તુલસી કે મધ જેવી અનેક ઔષધીઓ હાજર હોય છે .આંખો બંધ કરીને ઔષધીને તેની સુગંધ પરથી ઓળખવાનો પ્રયત્ન કરો . તમારાં બા રસોડામાં જે મસાલાનો ઉપયોગ કરે છે તેનાં નામ અને ઉપયોગ જાણી તેના વિશે લખો કે તમારા .તે ક્યારે અને શા માટે ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છેઘરનાં વડીલો દાદી કે–દાદા)મમ્મીપાસે (તેમને પૂછો કે જ્યારે તેઓ નાનાં હતાં ત્યારે શરદી .બેસો, પેટના દુખાવામાં કે વાગ્યું હોય ત્યારે કઈ દેશી દવા કરતાં હતાંજો શક્ય હોય તો ., ઔષધીય છોડ નું પાન તમારી (તુલસી કે એલોવેરા ,જેમકે)

જો પાન ન હોય .(તે સુકાઈ જાય પછી) નોટબુકમાં ચોંટાડો, તો તેનું સુંદર ચિત્ર દોરીને રંગ પૂરોકોઈ . તેમાં કઈ કઈ વસ્તુઓ કેટલા પ્રમાણમાં વપરાય છે તેની (જેમ કે શરદી માટેનો ઉકાળો) એક રોગ માટે આ તમારી પોતાની .આખી રીત લખો'રેસિપી બુક' બની જશે.

17. તમારા ઘરમાં રહેલી ૫૦ કિલોથી વધુ વજનવાળી ચીજવસ્તુઓનાં નામની યાદી લખો જો તમારે આ . ૫૦ કિલોથી વધુ વજનની વસ્તુને એક રૂમમાંથી બીજા રૂમમાં લઈ જવી હોય, તો કેવી રીતે લઈ જશો , જેમકે ટ્રોલી) તેના માટે કયાં સાધનો, પૈડાં કે લપસણી સપાટીઆ .જોઈએ તેની યાદી બનાવો (પ્રવૃત્તિ સાથે એક યાદી બનાવો કે ભારે વસ્તુઓ ઊંચકતી વખતે કઈ સાવચેતી રાખવી જોઈએ જેમકે) કમરમાંથી ન વળવું, વડીલોની મદદ લેવી વગેરે.(

18. તમને કયા પ્રકારનું અથાણું સૌથી વધુ ભાવે છે? ખાટું તીખું–'મેથિયું' કે ગળ્યું 'છૂંદો'?તમારા ઘરમાં કોઈ અથાણું તો બનતું જ હશેતે અથાણું બનાવવા માટે કઈ કઈ સામગ્રીની જરૂર પડે છે અને તે . અથાણું કઈ રીતે બને છે તે જાણી બનાવવ ાની રીત લખો અથાણામાં વપરાતા દરેક મસાલા . રાઈનાં કુરિયા), મેથીનાં કુરિયા, હિંગ, મીઠું, હળદરઆંખે પાટા બાંધીને .ને અલગ વાટકીમાં કાઢો (આનાથી તમારી સૂંઘવાની શક્તિ .માત્ર સુગંધ કે સ્વાદ પરથી તે મસાલાને ઓળખવાનો પ્રયત્ન કરો અથાણું એક દિવસમાં તૈયાર થતું .તેજ થશે નથી, તેને 'ચડતાં' વાર લાગે છેતમારી નોટબુકમાં એક . ૧ દિવસ .ત.દા .ડાયરી બનાવી શા ફેરફારો થાય છે તે નોંધો: કેરીના ટુકડાનો રંગ અને કઠણપણું કેવું છે? દિવસ ૫: મસાલા ભળ્યા પછી તે કેવું દેખાય? દિવસ ૧૦: તેલમાં ડૂબેલા અથાણાનો સ્વાદ કેવો છે? દર અઠવાડિયે અથાણામાં આવતા બદલાવ રંગ), સુગંધ અને નરમાશ .વિશે લખો (વડીલોને પૂછો અને તેની પાછળનું વિજ્ઞાન સમજો કે અથાણામાં તેલ અને મીઠું આટલું વધારે કેમ નાખવામાં આવે છે? અથાણામાં ભીની ચમચી નાખવાની મનાઈ હોય છે? તમારા મમ્મી કે દાદી પાસે બેસો અને પૂછો કે તેમના મસાલામાં એવું શું ખાસ છે જે અથાણાને આટલું સ્વાદિષ્ટ બનાવે છે? તમારા ઘરમાં બનાવેલ અથાણાની બોટલ પર એક કાગળ પર અથાણાનું નામ, તે બનાવ્યાની તારીખ અને તેમાં વપરાયેલી વસ્તુઓની યાદી લખીને બરણી પર ચિપકાવોતમારા ગામમ .ાં અલગ– ગાજર) અલગ ઘરોમાં કેટલા પ્રકારનાં અથાણાં બને છે, ગુંદાં, લીંબુ, લસણ, મરચાંતેની યાદી (.બનાવો અને દરેકની ખાસિયત તેઓને પૂછી લખો

19. છાપામાંથી કોઈ એક જાહેરાત કાપી કાગળ પર લગાવોતેમાં શી શી વિગત છે ?તે જાહેરાત શેની છે . છાપામાં આવતી કરિયાણાની કે વ .તે લખોસ્તુઓની જાહેરાત જેમ કે સેલ કે ડિસ્કાઉન્ટ–ખાવા , ,પીવાની વસ્તુઓઈલેક્ટ્રોનિક સાધનો ટીવી), મોબાઇલ(, નોકરીની જાહેરાતવાહનોની જાહેરાત , જાહેરાતમાંથી વિશિષ્ટ .લો શબ્દો શોધવાનું કહો ,સૌથી વધુ વપરાતા પાંચ શબ્દો શોધો . અંગ્રેજી શબ્દો ,જોડાક્ષરવાળા શબ્દો નીચે લીટી કરો જે ગુજરાતીમાં લખાયા હોય તે શોધો .ત.દા) ડિસ્કાઉન્ટ, ઑફરકોઈ પણ એક જૂની જાહેરાત લો અને બાળકને કહો કે તે જ વસ્તુ વેચવા માટે તે .(કેવી રીતે નવી જાહેરાત બનાવશે?

20. તમારા ઘરે કે મિત્ર પાસે રહેલી જૂની કંકોત્રીઓમાંથી કોનાં લગન હતાં કઈ તારીખે અને કયા વારે ,? હતાં ? પ્રસંગ કઈ જગ્યાએ રાખવામાં આવ્યો હતો (સ્થળ)? આપેલા સરનામાના આધારે તે સ્થળ તમારા ઘરથી કેટલું દૂર છેતમારા ઘરથી પાર્ટીના સ્થળે જવા માટે કયા મુખ્ય રસ્તાઓ કે સર્કલ ? આવશે? તેનું નાનું રેખાચિત્ર અલગ પ્રકારની કંકોત્રીઓ ભેગી કરીને –આવી અલગ .દોરો (નકશો) તેની ડિઝાઇન અને લખાણની સરખામણી કરો.
21. તમારા મિત્રનું કે તમારા જન્મદિનનું આમંત્રણ આપતું કાર્ડ કાગળ, રંગો અને સ્ટિકર ચોંટાડી બનાવો . જો તમારે તમારા મિત્રને કાર્ડ લખીને બોલાવવો હોય, તો તમે કેવી રીતે લખશો? કાર્ડમાં ગુજરાતી અને હિન્દી બંને ભાષામાં ટૂંકાં વાક્યો લખોકાર્ડમાં . કોઈ ખાસ 'થીમ' (જેમકે જંગલ થીમ, સ્પેસ થીમ કે પરીઓની વાર્તા,આ સાથે વિચારો કે .મુજબ ચિત્રો ઉમેરો (જન્મદિવસ કોનો છે? પાર્ટી આપવાની છે તો કઈ તારીખે અને કયા વારે? કઈ જગ્યાએ જન્મદિન કેટલામો છે ?રાખવામાં આવશે (સ્થળ)? (દા૧૦મો પમો કે .ત.)" તમારે કેટલા મિત્રોને બોલાવવા છે? તેની યાદી બનાવોજો એક જમવાની . હોય ૨૦૦₹ પ્લેટના, તો ૨૦ મિત્રો માટે કેટલો ખર્ચ થશે? ગિફ્ટમાં શું આપી શકાય અને તેની કિંમત કેટલી હશે?" અલગલગ્ન) અલગ પ્રકારના–, વાસ્તુ, જન્મદિવસકાર્ડ ભે (ગાં કરીને તેની ડિઝાઇન અને લખાણની સરખામણી કરો.
22. તમારી નજીકની પોસ્ટઑફિસમાંથી પોસ્ટકાર્ડ ખરીદી તમારા મિત્રનાં સરનામે લખીને પોસ્ટ (ટપાલ) પોસ્ટકાર્ડની જમણી બાજુએ આપેલા ખાનામાં પોતાનું પૂરું નામ .કરો, ઘર નંબર, સોસાયટી, ગામશહેર અને ખાસ કરીને/ પિનકોડ)PIN Code)ટિકિટ પર ,પોસ્ટકાર્ડ પર લાગેલી ટિકિટ જુઓ , કોનું ચિત્ર છે? તેની કિંમત કેટલી છે? તે શોધો જૂની ટપાલ ટિકિટો ભેગી કરીને એક ,'ટિકિટ આલબમ' (Scrapbook) તૈયાર કરાવો તમે ,બૉક્સમાં નાખેલી ટપાલ તમારા મિત્ર સુધી કેવી રીતે પહોંચશે? લેટરબૉક્સ ,પોસ્ટઑફિસ બીજી ,પ્લેન/ટ્રેન ,પોસ્ટઑફિસ.મિત્રનું ઘર ,પોસ્ટમેન , આ આખી સાંકળ)Chain) સમજો.
23. કાગળ પર એક મોટી આકૃતિ બનાવી તેમાં કાગળનાં નાના નાના ટુકડા લગાવી આકૃતિ પૂરી કરો . આકારના ટુકડાઓને જોડીને ઘર, ગાડી, રોબોટ કે પ્રાણીઓનાં ચિત્રો દીવાસળી અથવા આઇસ્ક્રીમ , સ્ટિકનો ઉપયોગ કરીને આકારો બનાવી શકાય.
24. તમારા ઘરની નજીકના કોઈ એક વૃક્ષનું ચિત્ર બનાવી તેના ઉપયોગ વિશેની માહિતી મેળવી લખો . ઝાડની છાલ કે પાંદડાં ઉપર એક સફેદ કાગળને રાખો અને તેના પર પેન્સિલ કે મીણિયા રંગ)Crayons) ઘસો જેનાથી ઝાડની છાલપાંદડાંની નસો અને તેની કિનારીઓની ભાત કાગળ પર , ખરબચડી કે) દરેક ઝાડના થડની સપાટી .આનાથી બનેલી રચના સમજો .ઊપસી આવશે લીસી (અલગ હોય છે, જેનો સ્પર્શ દ્વારા અનુભવ કરોઆ સાથે તમારી નોટબુકમાં નોંધો કે ઝાડને નવાં . પાન ક્યારે આવ્યાં? ફૂલ ક્યારે ખીલ્યાં? તેના પર કયાં પક્ષીઓ બેસે છે? નીચે પડેલાં વિવિધ પાંદડાં ભેગાં કરો અને તેને અલગગોળ) આકાર મુજબ .અલગ જૂથમાં વહેંચો–, લાંબા, ત્રિકોણ(,

કદ મુજબ (નાના કે મોટા), રંગ મુજબ લીલા), પીળા કે સૂકાઝાડ પરથી નીચે પડેલાં ફળ કે બીજ .(.તેને ભેગાં કરી તેના પર ઝાડનું નામ લખો .એકત્ર કરો

25. પ્લાસ્ટિક બોટલમાંથી તમને આવડતું કોઈ (બાક્સ) ખાલી માચીસ ,ખોખા , એક રમકડું બનાવો.
26. વેકેશનમાં તમારા ઘરમાં જે જે ખરીદી થાય તેમાં બજારનાં જે બિલ આવે તે એકઠાં કરોબિલના . આધારે એક મહિનામાં જે ખર્ચ થાય છે તેને ધ્યાનમાં લઈ તમારા ઘરમાં પૂરા એક વર્ષમાં અંદાજે .કેટલો ખર્ચ થતો હશે તેની વિગત નોંધી ઘરનું બજેટ બનાવો
27. તમારા ગામમાં દીવાલ પર કોઈ સુવિચાર કે સૂત્રો લખેલાં જોવા મળે તો તેને તમારી નોટબુકમાં લખો . વિચારો કે આ સુવિચાર કે સૂત્રોનો અર્થ શો થાય? તે આપણને શું શીખવે છે?
28. તમને આવડતી કોઈ એક વાર્તાનું પાત્ર પસંદ કરોતેનું કાગળ પર ચિત્ર બનાવી આંગળી પરની ફિંગર . લાકડી કે સળી પર સ્ટિક પપેટ તમારી આસપાસ રહેલી બિનઉ ,પપેટપયોગી સાધનસામગ્રીમાંથી – શક્ય હોય તો વાર્તાનાં પાત્રો માટે પણ આવું કરી .બનાવી તમારા મિત્રોને તેના આધારે વાર્તા કહો .શકાય
29. તમારા જિલ્લા સિવાયના કોઈ એક અન્ય જિલ્લાની માહિતી મેળવી તેમાં તમારાં કરતાં શું શું અલગ કે નવીનતાભર્યું છે તે જાણોઆ માહિતી અલગથી નોટબ .ુકમાં લખો.
30. તમારા ગામમાં જોવા મળતાં પક્ષીઓનાં નામ લખી તેની સામે તેનો રંગઊડવાની આવડત ,પીંછાં , .અને ખોરાક વિશે નોટબુકમાં લખો
31. તમને કે તમારા મિત્રને છાપા કે ઉપયોગમાં લેવાઈ ગયેલા કાગળમાંથી હોડીપક્ષી ,પ્રાણી ,ફટાકડો , .બનાવતાં આવડતું હશેઅહીં કાગળનું એક નવું રમકડું તમને બનાવ'દેડકો'–તાં આવડે તે માટેની રીત આપી છે તે સમજીને બનાવતાં શીખો .પ્રથમ ગડી : ચોરસ કાગળને વચ્ચેથી વાળીને લંબચોરસ બનાવો .હવે તેને ફરીથી ખોલી નાખો. ૨. ત્રિકોણ ગડી : કાગળના ઉપરના બે ખૂણાઓને વચ્ચેની લીટી સુધી એવી રીતે વાળો કે ઉપરનો ભાગ ત્રિકોણ જેવો દેખાય .આ જ રીતે નીચેના ભાગમાં પણ ગડી પાડી શકાય અથવા માત્ર ઉપરના ભાગમાં જ રાખી શકાય. ૩. પાંખ બનાવવી : ઉપરના ત્રિકોણના બંને બાજુના છેડાઓને ઉપરની તરફ વાળો .આ દેડકાના આગળના પગ બનશે. ૪. શરીરનો આકાર : હવે કાગળની બંને બાજુઓને અંદરની તરફ વાળીને દેડકાનું શરીર સાંકડું બનાવો. ૫. પાછળના પગ : નીચેના બાકી રહેલા કાગળને ઉપરની તરફ વાળો અને પછી તેને ફરીથી અડધેથી નીચેની તરફ વાળો) ઝિગ–ઝેગ ગડી .(આ દેડકાના પાછળના પગ બનશે જે તેને કૂદવામાં મદદ કરશે. ૬. આંખો દોરવી : દેડકાના મોઢાના ભાગ પર સ્કેચ પેનથી બે આંખો દોરો .આ બની ગયા બાદ દેડકાના પાછળના ભાગમાં જે ઝિગ–ઝેગ ગડી પાડી છે, ત્યાં આંગળીથી હળવેથી દબાવીને પાછળ ખેંચીને છોડી દો .તમારો કાગળનો દેડકો હવામાં કૂદકો મારશે !આનાથી દેડકો કેટલે દૂર કૂદ્યો તે માપપટ્ટીથી માપો) .સેન્ટિમીટર કે ઇંચમાંવિચારો કે દેડકો ક્યાં રહે છે (?

32. તમારા ઘરશાળા , કે ગામમાં જોવા મળતી કેટલીક વસ્તુઓને માત્ર ઉપરથી જોતાં તે કેવી દેખાય છે તેનાં રેખાચિત્રો બતાવોગોળ . : (ઉપરથી જોતાં પ્યાલો અથવા પેન્સિલલંબચોરસ .(: (ઉપરથી જોતાં ઈંટ અથવા કંપાસબોક્સવર્તુળ .(: (ઉપરથી જોતાં ટોપીઆનાથી વસ્તુના મૂળ આકાર .(અને તેના ઉપરનાદેખાવ વચ્ચેનો સંબંધ સમજાશેવિચારો પક્ષીઓ પણ આ રીતે જ જમીન પર રહેલી . નીચેની ચીજવસ્તુઓ જોતાં હશે ને !

33. પરિમિતિ)Perimeter) એટલે કે કોઈપણ બંધ આકૃતિની બધી બાજુઓનો સરવાળો ગોખણપટ્ટી વગર પ્રાયોગિક રીતે પરિમિતિ સમજવા માટે તમારી પાસે રહેલી વિવિધ વસ્તુઓ જેવી કે કંપાસબોક્સ, પુસ્તક અથવા થાળીની ફરતે દોરીનો ટુકડો વીંટાળો હવે એ દોરીને સીધી કરી માપપટ્ટી ,)Scale) થી માપોઆ દોરીની લંબાઈ એટલે જ તે વસ્તુની . પરિમિતિ તે શીખો .

34. પદાર્થના વજન અને ઘનતાનો પાયાનો ખ્યાલ મેળવવા માટે એક મોટું પાણીથી ભરેલું ટબ, લો તેમાં . લોખંડની ચાવી, પથ્થર, પ્લાસ્ટિકનો દડો, સૂકું પાન, લાકડાનો ટુકડો, સિક્કો જેવી તમારી પાસે રહેલી સામગ્રી નાખી જુઓ શું થાય છેહલકી વસ્તુઓ અને ભારે વસ્તુઓ પાણીમાં નાખતાં શું થાય ? .છે તે જુઓ

35. **મારું જાદુઈ પાન** :એક પાન લો અને તેને સફેદ કાગળની નીચે મૂકોપાનની નસો ઉપસેલી હોય તે . ધીમે –ધીમે .હવે કાગળની ઉપરના ભાગે મીણિયા કલરથી હળવા હાથે ઘસો .ભાગ ઉપર રાખવો કાગળ પર પાનની સુંદર છાપઉપસી આવશેઅલગ પાનની છાપ પાડીને પાંદડાંનો –આ રીતે અલગ . આલબમ તૈયાર કરોદરેક પાંદડા નીચે તે ક .ુયા વૃક્ષ.છોડનું છે તે લખો ,

36. તમારા ઘરમાં રહેલા કેલેન્ડરના આધારે નીચે જેવી પ્રવૃત્તિઓ કરો :

- વાંચોઆજે કયો વાર છે–? ગઈકાલે કયો વાર હતો? આવતીકાલે કયો વાર હશે?
- જન્મદિવસ ,દરેક મહિનામાં તમારો .મહિનાનાં નામ મોટા કાગળ પર લખો ૧૨ કેલેન્ડરના : તમારા મિત્રો કે સગાવ્હ ાલાના જન્મદિવસ આવતા હોય, તેમનાં નામ ખાનામાં લખો.
- મહિનાવાર ચોક્કસ તહેવારો શોધો .
- ઋતુઓ મુજબ કયા મહિનામાં ઠંડી પડે છે અને કયા મહિનામાં વરસાદ આવે છે તે જાણો.
- કોઈ ખાસ પ્રસંગ આવવાનો હોય (પ્રવાસ કે રમતગમતનો ઉત્સવ ,જેમકે), તો આજથી તે દિવસ સુધીના દિવસો ગણો .
- મુઠ્ઠી વાળીને આંગળીઓના ટેકરા અને ખાડા દ્વારા કયા મહિનામાં ૩૦ દિવસ અને કયા મહિનામાં ૩૧ દિવસ આવે છે તે જાદુ શીખોફેબ્રુઆરી મહિનો બીજા મહિનાઓ કરતાં કેમ અલગ છે .?" (લીપ યરની પ્રાથમિક સમજ મેળવો.(
- જે દિવસે તેણે કોઈ સારું કામ કર્યું હોય અથવા કસરત કરી હોય, તે તારીખ પર સ્ટાર)Star) આપો.

37. સંખ્યા વાંચવાનો જાદુ :આપેલ સૂચના મુજબ તમારા મિત્રને સંખ્યાનો જાદુ બતાવો:

- તમારા મિત્રને મનમાં ૧ થી ૧૦ વચ્ચેની કોઈ પણ એક સંખ્યા ધારવા કહો.
- ધારેલી સંખ્યામાં તેટલા જ ઉમેરવા કહો)Double it).
- તેમાં ૧૦ ઉમેરવા કહો.
- હવે જે જવાબ આવ્યો તેના અડધા)Half) કરવા કહો.
- તેમાંથી ધારેલી સંખ્યા બાદ કરવા કહો.
- જવાબ હંમેશાં પાંચ જ આવશે.આ જોઈ તમારો મિત્ર નવાઈ પામશે !

38. **અદ્રશ્ય આકારો :** એક અરીસો લોઅડધું .ત.દા) કાગળ પર કોઈ આકૃતિનો અડધો ભાગ દોરો . .(પતંગિયું કે અડધું હૃદય અરીસાને તે અડધા ચિત્ર પર મૂકતાં જ આખું ચિત્ર દેખાશે.

39. **પર્યાવરણ ઓડિટ :** આખા અઠવાડિયા દરમિયાન તમારા ઘરમાં કેટલો પ્લાસ્ટિકનો કચરો નીકળે છે તેની યાદી બનાવોત્યારબાદ રવિવારે વિચારવા કહો કે આમાંથી કઈ વસ્તુઓનો ફરીથી ઉપયોગ થઈ . શક્યો હોત? ઘરમાંથી એવી વસ્તુઓ શોધો જે પ્લાસ્ટિકની છે અને તેના બદલે લાકડાં, સ્ટીલ કે કાચથી બદલી શકાય છે?. જ્યારે કોઈ રૂમમાં કોઈ ન હોય છતાં લાઇટ, પંખા કે એસી ચાલુ હોય, તો તેને બંધ કરવાની ટેવ પાડો .ઘરનાં કચરા માટે બે અલગ ડબ્બા રાખોએક . લીલો (ભીનો કચરો – શાકભાજીની છાલ, વધેલો ખોરાકઅને એક (વાદળી (સૂકો કચરો કાગળ –, પ્લાસ્ટિક, કાચ.(

40. **ચાલતા રંગો :** પકાચના પારદર્શક ગ્લાસ લો ૬–. સફેદ કાગળ કે પેપર નેપ્કિન .ટિશ્યુ પેપર લો) ઘરમાં રહેલા ખાવાના રંગ અથવા વોટર કલર લોએક .કાચના બધા ગ્લાસને એક લાઇનમાં ગોઠવો. ગ્લાસમાં રંગીન પાણી ભરો, બીજો ખાલી રાખો, ત્રીજામાં બીજો રંગ ભરો .એમ પાસપાસે ગોઠવો – કાગળની પટ્ટી કે પેપરનેપ્કિનને લાંબી પટ્ટી જેવો વાળીને એક છેડો રંગીન પાણીમાં અને બીજો છેડો ખાલી ગ્લાસમાં રહે તેમ મૂકો થોડીવાર પછી જુઓ કે રંગીન પાણી કાગળની પટ્ટી કે નેપકિન દ્વારા . ખાલી ગ્લાસમાં "ચાલીને"જશે અને ત્યાં નવા રંગોનું મિશ્રણ થશે.

41. **વાર્તાનો જાદુઈ પટારો** :એક જૂની થેલી અથવા કાપડની થેલી પ તેમાં ઘરની કોઈ પણ .લો (ઝોળી)– ૬ અલગએક ચાવી .ત.દા) અલગ વસ્તુઓ–, એક નાનું રમકડું, એક ચમચી, ચશ્માંની એક જોડ, એક પાંદડું કે સિક્કો (મૂકો આ સમયે તમારો મિત્ર જોઈ ન જાય .તેની ખાતરી કરોહવે તમારા મિત્રને . એક વસ્તુ બહાર કાઢે અને–કહો કે તે થેલીમાંથી એક જેવી પહેલી વસ્તુ બહાર આવે, તે વસ્તુનો ઉપયોગ કરીને તેણે વાર્તાનું પહેલું વાક્ય બોલવાનુંપછી બીજી વસ્તુ કાઢીને વાર્તાનું વાક્ય આગળ . .વધારવાનો પ્રયત્ન કરવો*દાખલા તરીકે* ,જો પહેલી વસ્તુ **'ચાવી'** નીકળે, તો મિત્ર કહી શકેએક " : પછી બીજી વસ્તુ "...જૂના કિલ્લામાં એક રહસ્યમય ચાવી પડી હતી **'ચમચી'** નીકળે, તોતે ચાવી ..." : ".એટલી નાની હતી કે ચમચીની પાછળ છુપાઈ જતી હતી **આ રીતે** છેલ્લી વસ્તુ આવે ત્યારે વાર્તાને પૂરી કરવી .

આટલું કરીએ (ધોરણ-૫)

Children's RESEARCH UNIVERSITY

નમસ્કાર,

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થીમિત્રો,

વૅકેશન દરમ્યાન આપનાં સંતાન દ્વારા ઘરે બેઠા રોજ નવી નવી પ્રવૃત્તિ/ પ્રોજેક્ટ કરી શકાય તેની સંભવિત યાદી અહીં આપવામાં આવી છે, જેમાંથી આપ શક્ય હોય તેટલી પ્રવૃત્તિઓ અથવા તેના જેવી અન્ય પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળક પાસે કરાવી શકો છો. આ પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળકને આગામી ધોરણના અભ્યાસ માટે પૂર્વતૈયારી કરાવશે. આપેલ QR કોડને સ્કૅન કરી સમયાંતરે આ પ્રવૃત્તિઓ અંગે માર્ગદર્શન અને નવી વાર્તા, ગીત અને અન્ય પ્રવૃત્તિની માહિતી મેળવવાનું ચૂકશો નહીં.

પ્રવૃત્તિ માટે

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થી મિત્રો,

ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી દ્વારા શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૨૬-૨૭ના ઉનાળુ વૅકેશન માટે તૈયાર કરવામાં આવેલી પ્રવૃત્તિઓ આપને કેવી લાગી? તમારા મૂલ્યવાન પ્રતિભાવો અમારા માટે ખૂબ મહત્ત્વના છે. આપના પ્રતિભાવોના આધારે અમે ભવિષ્યમાં વધુ સારી પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરી શકીશું અને શૈક્ષણિક સંશોધનને નવી દિશા આપી શકીશું.

- બાજુમાં આપેલા **Feedback Form QR Code**ને સ્કૅન કરો .
- Link:- https://forms.gle/4tNLpZYV8R5cVX2v7
- ઓનલાઇન ફોર્મમાં તમારી વિગતો અને પ્રવૃત્તિઓ અંગેનાં મંતવ્યો નોંધો.

પ્રતિભાવ/ સૂચન માટે

આપનાં સંતાનની પ્રવૃત્તિઓના ફોટોગ્રાફ્સ, વીડિયો અને આપનાં સૂચનો 7575962929 નંબર ઉપર તમારા સંતાનના નામ અને ધોરણ સાથે મોકલવા વિનંતી.

આપના સહકાર બદલ આભાર!

1. તમારા કુટુંબની અગાઉની પેઢીના વડીલોનાં નામતેમનો વ્યવસાય અને તમારા બાપુજી આ ગામમાં , .દોરો (ફેમિલી ટ્રી) ક્યારથી આવ્યા તેનો ઈતિહાસ જાણી ચાર્ટ પેપર પર એક મોટું ઝાડ માહિતી માટે દાદાનું નામ શું હતું? તેઓ કયા ગામમાં રહેતા હતા અને ત્યાં શું કામ કરતા હતા (વ્યવસાય)? આપણું કુટુંબ આ શહેરમાંગામમાં ક્યારે આવ્યું/? તેની પાછળનું કારણ શું હતું? પૂછોસૌથી નીચેના મૂળમાં . પરદાદાનું નામ, ડાળીઓ પર દાદામાતા અને પોતાનાં-દાદીનાં નામ અને ઉપર પિતા- નામ લખોજો . જેમ કે ખેતી હોય તો હળ) શક્ય હોય તો દરેકના નામની બાજુમાં તેમના વ્યવસાયનું નાનું ચિત્ર દોરવું, વેપાર હોય તો ત્રાજવું.(
2. એક જૂનું છાપું લો:તેમાંથી નીચે આપ્યા મુજબની વિવિધ પ્રવૃતિઓ કરો .
   - છાપાનું એક પાનું લો ક્રિયાપદો શોધી ,તેમાંથી અર્થસભર શબ્દો .તેના ફરતે ગોળ .કરો (કૂંડાળુ) .આવા શબ્દો અલગ નોટબુકમાં લખો
   - છાપામાં આપેલાં ફળો, પ્રાણીઓ, પક્ષીઓ કે વાહનનાં ચિત્રો કાપી એક કોરા કાગળ પર આ ચિત્રો ચોંટાડીને એક આખું નવું દ્રશ્ય .બનાવો (જંગલ કે બજાર ,જેમકે)

- છાપામાં આવતી મોટી હેડલાઇન્સ માંથી અક્ષરો(સમાચાર)કાપી લોહવે એ અક્ષરોને જોડીને . .તમારા મિત્રને પોતાનું નામ અથવા નવા શબ્દો બનાવવા કહો
- છાપામાંથી કોઈ એક મોટું ચિત્ર અડધું કાપો અને તેને સફેદ કાગળ (જેમકે કોઈ વ્યક્તિનો ચહેરો) તમારા મિત્રને કહો કે બાકીનું અડધું ચિત્ર તે પેન્સિલ કે રંગોથી જાતે પૂરું .પર ચોંટાડોકરી બતાવે.
- છાપામાંથી કોઈ વિગત તમારા ઘરનાં સભ્યો સામે વાંચી સંભળાવો .

3. નીચે આપેલ ચૂલે ચડાવવી ન પડે તેવી રસોઈ બનાવતાં શીખો અને તમારા ઘરની વ્યક્તિ કે મિત્રને ખવડાવો .

- મમરાની ભેળસામગ્રી તરીકે મમરા :, ઝીણી સેવ, શેકેલા સીંગદાણા, સમારેલા ટામેટાકાકડી–, કોથમીર, લીંબુનો રસ અને મીઠું લોતેને .આ બધી વસ્તુઓ એક મોટા વાસણમાં ભેગી કરો. .ઉપરથી લીંબુ નિચોવો અને ખાઓ કે ખવડાવો ,ચમચીથી હલાવી
- ફ્રૂટ સલાડકેળાં :, સફરજન, દ્રાક્ષ, પપૈયું જેવાં મોસમી ફળો અને મધ અથવા ચાટમસાલો .ચપ્પુથી ફળો કાપી તેના પર મસાલાઓ છાંટી તૈયાર કરો.
- સ્વીટ કોર્ન સલાડકાળા ,નાખી તેના પર મીઠું ,મરચાં ,સમારેલાં ટમેટાં ,બાફેલા મકાઈના દાણા: .મરીનો પાવડર છાંટી તૈયાર કરો

4. તમારા ગામમાં ક્યાં ગામનું પાદર .ત.દા) .ક્યાં મહત્ત્વનાં અથવા સુંદર સ્થળો છે –, પંચાયત ઘર, જૂનું મંદિર, તળાવનો આરો, નિશાળનું મેદાન, બજાર .(તેમાંથી તમને ગમતું એક સ્થળ પસંદ કરોકોરો . કાગળ લઈ તમે પસંદ કરેલ સ્થળે સવારનો કે સાંજનો સમય પસંદ કરી, જ્યારે તડકો ઓછો હોય અને અજવાળું સારું હોય ત્યારે બેસવા માટે સુરક્ષિત જગ્યા શોધો .જ્યાંથી તમેં તે સ્થળને પૂરું જોઈ શકો , તરત જ ચિત્ર દોરવાનું શરૂ ન કરતાં ૫મિનિટ અવલોકન કરો ૧૦–. શાંતિથી આજુબાજુ જુઓતમને . શું દેખાય છે–શું? ઝાડ, મકાન, લોકો, પ્રાણીઓ, આકાશનો રંગ કેવો છે? હવામાં કેવો અનુભવ થાય છે?" અને તમારા ચિત્ર દોરવાની ફ્રેમ' નક્કી કરોજેમકે મંદિરનું શિખર) પહેલાં પેન્સિલથી મોટી વસ્તુઓ . નું ઝાંખ(અથવા મોટું ઝાડ઼ી આઉટલાઇન દોરોદરવાજો ,જેમકે) પછી નાની વિગતો ., પક્ષીઓ .ઉમેરો (પાંદડાંનો રંગ " .રંગ પૂરતી વખતે પણ વાસ્તવિકતા પર ધ્યાન આપો.ચિત્ર તૈયાર થઈ જાય પછી રંગ પૂરો કેવો છે? શું બધાં પાંદડાં એકસરખાં લીલાં છે? " ચિત્ર પૂરું થયા પછી, તે જ સ્થળે બેસીને અથવા ઘરે આવીને તેના વિશે ૧૦ વાક્યો લખો:લખવા માટે નીચે જેવા પ્રશ્નો મનમાં વિચારો .

    1. આ કયું સ્થળ છે?
    2. તે ક્યાં આવેલું છે?
    3. આ સ્થળ કેવું દેખાય છે? (સુંદર, શાંત, ગીચ(
    4. ચિત્રમાં મુખ્ય વસ્તુ છે?
    5. આજુબાજુ શુંશું છે–? (ઝાડ, નદી, લોકો(
    6. આ સ્થળ શા માટે મહત્ત્વનું છે?

7. લોકો અહીં શું કરવા આવે છે?
8. તમને આ સ્થળ કેમ ગમે છે?
9. અહીંનો માહોલ કેવો છે (વાતાવરણ)?
10. આ સ્થળ સાથે જોડાયેલી કોઈ ખાસ યાદ.

5. તમારા ગામનાં મંદિરો વિશે માહિતી મેળવવા માટે મંદિરનું નામ અને સ્થાન, મંદિર ક્યાં દેવીદેવતાનું છે – અને ગામના કયા ભાગમાં આવેલું છે? આ મંદિર ગામના લોકો માટે શા માટે ખાસ છે? (દા .ત. આ મંદિર કેટલાં વર્ષ જૂનું છે (ગ્રામદેવતા તરીકે કે આસ્થાના કેન્દ્ર તરીકે? તેની સ્થાપના કોણે કરી હતી? શું આ મંદિર સાથે જોડાયેલી કોઈ રસપ્રદ વાર્તા કે ચમત્કાર છે? સમય જતાં મંદિરમાં કયા ફેરફારો કે સુધારા કરવામાં આવ્યા? મંદિરનું શિખર, ગુંબજ અને કોતરણી કેવી છે? મુખ્ય મૂર્તિ કઈ ધાતુ કે પથ્થરની બનેલી છે? તેની વિશેષતા શી છે? મંદિરમાં અન્ય ક્યાં દેવીદેવતાઓનાં નાનાં મંદિરો–, સભામંડપ કે બગીચો છે? સવારરવિવાર કે પૂનમ જેવા દિવસોએ થતી .સાંજની આરતીનો સમય અને તેની પદ્ધતિ– ખાસ ભીડ કે ભજનજન્માષ્ટમી .કીર્તન–, મહાશિવરાત્રી કે નવરાત્રી જેવા તહેવારોની ઉજવણી કેવી રીતે થાય છે? શું મંદિરના પટાંગણમાં મેળો ભરાય છે? તેની રોનક કેવી હોય છે? શું મંદિર દ્વારા ગરીબોને ભોજન (સદાવ્રત), ગૌશાળા કે શિક્ષણમાં મદદ કરવામાં આવે છે? ગામના તમામ જ્ઞાતિજા–તિના લોકો કેવી રીતે હળીમળીને અહીં ઉત્સવો ઊજવે છે? ગામના કોઈ વડીલ કે પૂજારી સાથે વાત કરીને તેની વિગતો મેળવી પ્રોજેક્ટમાં બનાવોશક્ય .ગામનો નકશો દોરી તેમાં મંદિરનું સ્થાન દર્શાવી ચિત્ર દોરો . .હોય તો તમારું દોરેલ ચિત્ર મંદિરમાં પૂછીને મૂકો

6. તમારા મિત્રો સાથે મળીને નીચેનાં સૂત્રો ગામની દીવાલપૂંઠા કે કાગળ પર ,પંચાયત બોર્ડ ,જાહેર સ્થળો , .લખી પ્રદર્શિત કરો

- જ્યાં સ્વચ્છતા ત્યાં પ્રભુતા.
- મંદિર એ આસ્થાનું ધામ છે, તેને સ્વચ્છ રાખવું એ આપણું કામ છે.
- ચંપલ બહાર ઉતારો, ગંદકીને પણ બહાર રાખો.
- મંદિરને પવિત્ર રાખીએ, કચરો કચરાપેટીમાં જ નાખીએ.
- નિર્મળ મન, નિર્મળ મંદિર.
- સ્વચ્છ ગામ, સુંદર ગામ; મારું ગામ, મારું અભિમાન.
- ગામની શોભા વધારીએ, કચરો ગમે ત્યાં ન ફેંકીએ.
- સ્વચ્છતા રાખવી એ સંસ્કાર છે, ગંદકી ફેલાવવી એ ગુનો છે.
- ગંદકી હટાવો, બીમારી ભગાવો.
- એક કદમ સ્વચ્છતા તરફ.
- સ્વચ્છ ભારત, સુંદર ભારત.
- ગંદકી છે આફત, સ્વચ્છતા છે રહેમત.
- જાગૃત નાગરિકની એક જ ઓળખ, સ્વચ્છતા પ્રત્યે સદાય સતર્ક.
- કચરો કચરાપેટીમાં, ખુશીઓ આખા જગમાં".

7. ગામની કોઈ પણ દસ વ્યક્તિઓનાં કુટુંબ વિશે માહિતી એકઠી કરો ,તેમાં તેના કુટુંબનાં સભ્યોનાં નામ . તે શું કરે) તેમનો રોજગારછે તેઆ માટે લોકો જે વિવિધ પ્રકારના રોજગાર કરતા જોવા મળે છે .લખો (.તેને નીચેની માહિતી ધ્યાને લઈ તમારી નોટબુકમાં નોંધો

- ખેતી: જેઓ ખેતરમાં અનાજ કે શાકભાજી ઉગાડે છે.
- પશુપાલન: ગાય.ભેંસ રાખવી અને દૂધનો વ્યવસાય કરવો–
- વેપાર: કરિયાણાની દુકાન, શાકભાજીની લારી કે અન્ય નાની દુકાન.
- કારીગરી: સુતારીકામ, લુહારીકામ, દરજીકામ કે કુંભારકામ.
- નોકરી: શિક્ષક, તલાટી, બેંકમાં નોકરી કે ડ્રાઈવર.
- મજૂરી: હીરા ઘસવા અથવા બાંધકામ ક્ષેત્રે કામ કરવું.

આ માહિતી એકઠી કર્યા બાદ જો શક્ય હોય, તો તમે જે દસ પરિવારોની મુલાકાત લીધી છે, તેમનાં ઘર ગામના કયા વિસ્તારમાં છે તેનો નાનો નકશો દોરો. જો પરવાનગી મળે, તો તે પરિવારનાં સભ્યો સાથેનો એક ગ્રૂપ ફોટો પાડીને પ્રોજેક્ટમાં લગાવો. છેલ્લે એક નોંધ લખો કે આ ૧૦ પરિવારોમાંથી કેટલા લોકો ખેતી કરે છે અને કેટલા લોકો નોકરી કે અન્ય વ્યવસાય સાથે જોડાયેલા છે.

8. તમારા ઘરે કોઈ સારો પ્રસંગ છે તેની જાણ કરતો પત્ર તમારા સગાંસબંધીને લખવાનો થાય તો કેવી રીતે લખાય તે નોટબુકમાં લખો.

9. ગામમાં ચીજવસ્તુઓ રિપેર કરતા કારીગરો જેમકે લુહાર), સુથાર, દરજી, કુંભાર કે ઇલેક્ટ્રિશિયનની ( ) કારીગરની દુકાને જઈ તેઓ કયાં સાધનો વાપરે છે .મુલાકાત લોદાકરવત .ત., રંધો, હથોડી, સીવણ સંચોજેમકે .કોઈ બગડેલી વસ્તુ રિપેર થતી હોય ત્યારે તેને જુઓ .અને તે કઈ રીતે કામ કરે છે તે જુઓ (, સાઇકલનું પંચર કઈ રીતે સંધાય છે અથવા ઈલેક્ટ્રિક બોર્ડ કઈ રીતે સુધારી શકાયકારીગરો પાસે . જેમ કે .પાયાની બાબતો શીખો, શર્ટનું બટન ટાંકવું, સ્ક્રૂ ટાઇટ કરવો, કે લાકડાની વસ્તુ પર પૉલિશ કરવીસુતાર કે દરજી પાસે જે નકામો ભંગાર કે કાપડના ટુકડા વધ્યા હોય ., તેમાંથી રમકડાં, પક્ષી કે પગલુછણિયાં બનાવવાની પ્રવૃત્તિ પણ કરી શકાયઆ સમયે સુતાર કે લુહાર સાથે મળીને માપ લેવાની . ઇંચ) રીત, ફૂટ, સેંટિમીટરશી (ખોકોઈ વસ્તુ બનાવવા માટે મટીરિયલ જોઈશે તેનો અંદાજ લગાવતાં . અથવા કુંભારના (ગરમીની અસર) લુહાર પાસે લોખંડ ગરમ કરીને આકાર આપવાની પ્રક્રિયા .શીખો ચાકડા પર કેન્દ્રત્યાગી બળ કઈ રીતે કામ કરે છે તે સમજો ગામના વયોવૃદ્ધ કારીગરો સાથે બેસીને જૂની પદ્ધતિઓ વિશે જાણી તેની નોંધપોથી તૈયાર કરોજે કારીગર બહુ સુંદર કામ કરતા હોય ,શક્ય હોય તો . .તેમના કામના ફોટા પાડીને સોશિયલ મીડિયા પર મૂકવા જેથી તેમને વધુ કામ મળી શકે

10. **સ્વાદની દુનિયા :** જીભના કયા ભાગમાં કયો સ્વાદ અનુભવાય છે તે અનુભવવા માટે પાંચ વાટકીઓ જેમાં(ગળ્યો) ખાંડનું પાણી :, મીઠાનું પાણી (ખારો), લીંબુનો રસ (ખાટો), કારેલાંનો રસ (કડવો), અને આદુનો રસ ચાર્ટ .આંખે બાંધવા માટે રૂમાલ .દરેક સ્વાદ માટે અલગ રૂવાળી સળીઓ .લો (તીખો) .પેપર અને કલર પેનતમારા મિત્રની આંખે પાટો બાંધોરૂની સળીને ખાંડના પાણીમાં બોળી જીભના .

અલગ ભાગ પર અડા–અલગડોઆ જ .મિત્રને પૂછો કે તેને કઈ જગ્યાએ સૌથી વધુ ગળપણ લાગે છે . ચાર્ટ પેપર પર એક મોટું જીભનું ચિત્ર દોરો અને .રીતે બાકીના સ્વાદ માટે પ્રયોગ કરો અને તેની નોંધ લો ગળ્યા .ત.દા) અલગ રંગોથી સ્વાદના ભાગો દર્શાવો–અલગ .તેમાં તમારા મિત્રના અનુભવને દર્શાવો માટે ગુલાબી, ખાટા માટે પીળો.જ્યારે તમે પ્રયોગ કરતા હો ત્યારે તમારા કે મિત્રના હાવભાવ જુઓ (

11. તમે દિવસ દરમિયાન કેટલું પાણી પીઓ છો તે લિટરમાં માપીને યાદ રાખી નોંધો .
12. **એનર્જી ઑડિટ:** તમારા ઘરમાં કયાં ઉપકરણો કેટલી વીજળી વાપરે છે તેનો અંદાજ મેળવવા માટે એક અઠવાડિયા સુધી દરરોજ સવારે અને સાંજે વીજળીના મીટરનું રીડિંગ નોંધોજે દિવસે ઘરમાં ઇલેક્ટ્રિક . .એસી કે ગીઝર વધુ વપરાયું હોય તે દિવસે રીડિંગમાં કેટલો વધારો થયો તે જુઓ ,સામગ્રી–સાધન વધુ વીજળી બિલ આવતું .આનાથી ખબર પડશે કે કયાં ઉપકરણો વીજળીનો વધુ વપરાશ કરે છે અટકાવવા માટે ઘરનીદરેક રૂમની બહાર એક નાનું સ્ટીકર અથવા બોર્ડ લગાવો: "બહાર નીકળતી વખતે લાઇટ પંખા બંધ કર્યા–? આ સાથે નહિ આપેલ સુટેવોને જાણી તને અમલમાં મૂકવાનો પ્રયત્ન કરોજો . કોઈ રૂમમાં કોઈ ન હોય અને લાઇટ ચાલુ હોય, તો તે બંધ કરોદિવસ દરમિયાન ઘરની બધી બારીઓ . ખુલ્લી રાખો અનેકૃત્રિમ લાઇટો બંધ રાખોસૂર્યપ્રકાશનો ઉપયોગ કરવાથી માત્ર વીજળી જ નથી બચતી ., પણ ઘરમાં તાજી હવા અને પોઝિટિવ એનર્જી પણ આવે છેદીવાલો પર આછા રંગનો ઉપયોગ કરવાથી . એક જૂનો કાચનો બલ્બ અને એક નવો .ઓછી લાઇટમાં પણ વધુ અજવાળું રહે છે તે સમજોLED બલ્બ લોમિનિ ૧૦ બંનેને .ટ ચાલુ રાખ્યા પછી સ્પર્શ કરો જૂનો બલ્બ ગરમ થઈ જશે .(સાવચેતી સાથે), જેનો અર્થ છે કે તે વીજળીનો વ્યય 'ગરમી' સ્વરૂપે કરે છે .LED બલ્બ ઠંડો રહેશે અને ઓછી વીજળીમાં વધુ પ્રકાશ આપશેટીવી કે કમ્પ્યૂટર રિમોટથી બંધ કર્યા પછી મેઈન સ્વીચ પણ બંધ કરો ., કારણ કે લાલ લાઇટ ચાલુ હોય તોપણ વીજળી વપરાય છે. ફ્રીઝનો દરવાજો વારંવાર ખોલબંધ ન કરવો અને તેને – .દીવાલથી થોડો દૂર રાખવો લાઇટના બલ્બ અને ટ્યૂબલાઇટ પર જામેલી ધૂળ સાફ કરવાથી વધુ પ્રકાશ મળે છે. નવાં ઉપકરણો ખરીદતી વખતે ૫.સ્ટાર રેટિંગવાળાં ઉપકરણો જ પસંદ કરવાં– રાત્રે ઘરનાં બધાં સભ્યો અલગઅલગ રૂમમાં લાઇટ ચાલુ રાખવાને બદલે એક જ રૂમમાં બેસીને વાતો કે અભ્યાસ – તમને ગમતી પ્રવૃત્તિ તરીકે કાર્ડબોર્ડનાં બૉક્સ અને એલ્યુમિનિયમ .કરે તો ઘણી વીજળી બચે છે ફોઈલનો ઉપયોગ કરીને નાનું સોલર કૂકર બનાવી બપોરના તડકામાં તેમાં પાણી ગરમ કરો અથવા ચોખા રાંધવાનો પ્રયત્ન કરો.આનાથી તમને પુનઃપ્રાપ્ય ઊર્જા વિશે જાણવાનું પણ મળશે .
13. જો પૃથ્વી પરથી પાણી ખલાસ થઈ જાય તો?" આને ધ્યાને લઈ તમારા મનમાં જે જે વિચારો આવે તે મુજબ કોરા કાગળ પર સ્કેચપેનઆનાથી બચવા માટે શું શું કરી શકાય .પેન્સિલ વડે ચિત્ર બનાવો , તેની ચર્ચા તમારા મિત્રો સાથે કરો.
14. તમને ગમતા વાહનનું મૉડેલ બનાવો ,આ માટે તમને જે સ્થાનિક સામગ્રી જેવી કે પ્લાસ્ટિક બોટલ . .બિલ્લા મળે તેમાંથી બનાવો ,લાકડી બૂચ ,સળી ,કાર્ડ ,કાગળ ,પૂંઠાં

15. રાષ્ટ્રીય ફળ કેરીજેમાં ક ,તમારા મિત્ર સાથે મળીને ઘરમાં એક કાલ્પનિક બજાર બનાવો :ેરીનું વેચાણ કરોમોટેરાં અને મિત્રોને પૂછીને ,બજારના દુકાનદાર .આ માટે બજારમાં જઈ અનુભવ લઈ શકાય) . કેસર, આફૂસર મિત્રો સાથે ઊભી કરેલી બજારમાં (લંગડો કેરીના વિવિધ ભાવ મેળવો ,, ૫ કિલો કે વધુની કેરીના ભાવની મૌખિક ગણતરી કરોઆનાથી હજાર . સુધીની સંખ્યાઓનો ગુણાકાર કરોકાગળ .) પર કે નોટબુકમાં વિવિધ પ્રકારની કેરીના આકારને જોઈ તેનાં ભાતચિત્રોPatterns) તૈયાર કરો.
16. મારી ટિકિટ, મારી મુસાફરીઆ .રેલવે અને અન્ય કોઈ ટિકિટ હોય તો તેને ભેગી કરી સંગ્રહ કરો ,બસ : ટિકિટ પરના અંકો, તારીખ, સમય, અંતર અને કિંમતની ગણતરી કર (કિમી)ોટિકિટ પર ગુજરાતી . ક્યા વાહનમાં મુસાફરી કરી છે તે અને તેના નિયમોની .અને અંગ્રેજીમાં આપેલી સૂચનાઓ વાંચો) બસ .ટી.આ સાથે એસ .જાણકારી મેળવોGSRTC) કે લોકલ બસની ટિકિટ રેલવેની ટિકિટ , (રિઝર્વેશન કે જનરલ), સિનેમા કોઈ મ્યુઝિયમ ,ની ટિકિટ(મલ્ટિપ્લેક્સ), બગીચા કે પ્રાણીસંગ્રહાલયની એન્ટ્રી ટિકિટટોલ ટેક્સની પાવતીઓ પણ જુઓ અને તેની માહિતી વાંચીને , .સમજવાનો પ્રયાસ કરો
17. તમારા ગામમાં કેટલીક સુવિધાઓ હશે જ તેમાં હજી પણ વધુ શું શું સારું કરવાથી ગામ સારું દેખાય તેની વિગત વિચારીને આપેલ નમૂનાની માહિતી જેવું કોષ્ટક બનાવી નોટબુકમાં લખો.

હાલની સુવિધા	શું નવું કરી શકાય? (સુધારો)	તેનાથી શો ફાયદો થશે?
રસ્તાઓ	રસ્તાની બંને બાજુ વૃક્ષો વાવવાં	ગામ લીલુંછમ અને સુંદર દેખાય
કચરો/ગંદકી	દર ૧૦૦ મીટરે કચરાપેટી મૂકવી	રોગચાળો અટકે અને સફાઈ રહે
પાણીની ટાંકી	ટાંકીની આસપાસ બગીચો બનાવવો	બાળકોને રમવા માટે જગ્યા મળે
ગ્રામપંચાયત	દીવાલો પર સારાં ચિત્રો દોરવાં	ગામની સંસ્કૃતિ દેખાય

18. તમારી આસપાસ રહેલાં વિવિધ વૃક્ષ કે છોડનાં પાનનું અવલોકન કરી આ પ્રકારની પ્રવૃત્તિઓ કરો .
- અલગ અલગ આકારનાં પાન એકઠાં કરી તેના પર વૉટર કલર લગાવી કાગળ પર તેની–છાપ પાડોઆનાથી પાનની નસો અને આકારની સમજ મળશે .
- ઝાડના થડ પર સફેદ કાગળ રાખી તેના પર ક્રેયોન ઘસવાથી થડની ભાત કાગળ પર ઊતરી આવશે.
- સુકાયેલાં પાંદડાંઓને ભેગાં કરીને એક આલબમ બનાવવું અને તેની નીચે તે કયા વૃક્ષનું પાન છે તેનું નામ લખો.

19. હવે તમને અંગ્રેજી આલ્ફાબેટ)A to Z) તો આવડી જ ગયા છેતમારા ઘરમાં બધી જગ્યાએ જાઓ . .ત.દા .અને જે ચીજવસ્તુ જુઓ તે જે અંગ્રેજી નામથી શરૂ થતી હોય તેના શબ્દો નોંધો'B' થી શરૂ

થતી ચીજવસ્તુઓ જોવા મળે તો Ball, Bat, Bottle એવું લખોઆવી યાદી નોટબુકમાં બનાવી .
ન આવડતા શબ્દો મ .મિત્રને બતાવો◌ાટે ખૂલતી શાળાએ શિક્ષકને પૂછી લખો .

20. તમારા મિત્ર સાથે ઓટલે બેસી કોણ, ક્યાં, શું કરે છે? રમત રમોઆ રમત માટે તમારે કાગળના . મુખ્ય ત્રણ પ્રકારની ચબરખીઓ બનાવો .થોડા ટુકડા અને પેન કે પેન્સિલ જોઈશે, જેમાંપહેલી , ચબરખીમાં બધાએ કોઈ પણ વ્યક્તિનું નામ લખવું મિત્રનું), કોઈ નેતાનું કે ફિલ્મસ્ટારનુંબીજી .(ચબરખીમાં કોઈ પણ જગ્યાનું નામ લખવું નદીકિનારે .ત.દા), ટાંકી ઉપર, ગટર પાસે, લગ્નમાં .(:ત્રીજી ચબરખીમાં કોઈ પણ ક્રિયાનાચી રહ્યો છે .ત.દા) કામ લખવું/, દાતણ કરે છે, લાડવા ખાય છે, ઊંઘે છે હવે .આ બધીને ભેગી કરો .(એક પછી એક મિત્રે દરેક ઢગલામાંથી એકએક ચબરખી – :વાક્યો કંઈક આવાં બનશે .ઉપાડીને જોરથી વાંચવાની"મગનભાઈ "!ગરબા ગાય છે ...ટાંકી ઉપર ... "ગીતાબેન.હસવું આવે તેવાં વાક્યો બનાવો ,આવાં "!કપડાં ધુએ છે ...બગીચામાં ...
21. 'બજારનો રાજા'તમારા સહિત તમારા બધા મિત્રો મ :ળીને તો તમારી પાસે ૧૦૦૦ રૂપિયા હોય, તો તમે કેટલી વસ્તુઓ ખરીદી શકો છોબધા જ પોતાની ખરીદીની ચીજવસ્તુઓનાં નામની યાદી બનાવે . અને તમારા પૈકીના જે મિત્રની યાદી સચોટ અને ઝડપી હોય તેને'બજારનો રાજા' જાહેર કરવો.
22. મોજાંની કઠપૂતળીસૌ પ્રથમ :, તમને ગમતી વાર્તા જેમકે), 'ચાલાક શિયાળ', 'સાતપૂંછડિયો ઉંદર', કે 'સિંહ અને ઉંદર') માંથી તેનું સૌથી પ્રિય પાત્ર પસંદ કરોઘરમાં રહેલ જૂના બિનઉપયોગી મોજાં . તેના પર બટન અથવા જૂના કાપડના ટુકડામાંથી આંખો અને નાક .લઈ તેના પર તે પાત્રનું ચિત્ર દોરો ,ચોંટાડો કે સીવો. ઊનના દોરામાંથી પણ વાળ બનાવી શકાયબની ગયા બાદ ઘરના બે ટેબલની . .વચ્ચે એક સાડી કે ચાદર બાંધીને પાછળથી પપેટ શો કરી વાર્તા કરી શકાય
23. તમારા મિત્ર સાથે મળીને તમારા ઘરગામ કે ક્લાસરૂમમાં નીકળતા કચરાને ત્રણ ભાગમાં વહેંચવા , ,આમાં .માટેની યોજના બનાવો
    - લીલું ડસ્ટબિન: ભીનો કચરો ફળોની છાલ), વધેલો ખોરાક, પાંદડાં(
    - વાદળી ડસ્ટબિન: સૂકો કચરો પ્લાસ્ટિક), કાગળ, કાચ, ધાતુ(
    - પીળું ડસ્ટબિન: જોખમી કચરો વપરાયેલી બેટરી), દવાઓ, ઈલેક્ટ્રોનિક કચરોમાં ભેગો (

    કયા પ્રકારનો કચરો સૌથી વધુ ભેગો થયો ,આવું કાર્ય બાદ વિચારો કે .કરવાનું આયોજન કરો? શું તેમાં એવી વસ્તુઓ છે જેનો ફરીથી ઉપયોગ)Reuse) થઈ શક્યો હોત? કેટલું પ્લાસ્ટિક સિંગલહતું (એકવાર વાપરીને ફેંકી દેવાય તેવું) યૂઝ–?
24. નદીની શોધશિક્ષક અથવા ભૂગોળના પુસ્તકની મદદથી તમારા ,મિત્રો ,તમારા ગામના વડીલો : :ગામમાં અથવા ગામની નજીકની નદીની નીચે મુજબની વિગતો શોધો
    - નદીનું નામ: (ઉદાહરણસાબરમતી :, મહી, નર્મદા, કે તમારી સ્થાનિક નદી.(
    - ઉદ્ગમ સ્થાન :(જન્મ) આ નદી ક્યાં પહાડ, જંગલ કે સરોવરમાંથી નીકળે છે?

- અંતિમ સ્થાન :(મિલન) આ નદી છેલ્લે કયા દરિયાને મળે છે અથવા કઈ મોટી નદીમાં ભળી જાય છે?

આ વિગતો મળ્યા બાદ એક કાગળ પર નદીનો રૂટ દોરી તેમાં નદી જે પર્વતમાંથી નીકળે છે તે દોરો . તમારું ગામ નદીના કયા કિનારે .નદીકિનારે આવતાં મુખ્ય શહેરો કે ધાર્મિક સ્થળોનાં નામ લખો શું આ ,દાદી સાથે ચર્ચા કરી માહિતી મેળવો કે–ગામનાં દાદા .આવેલું છે તે દર્શાવો (ડાબે કે જમણે) નદી સાથે જોડાયેલી કોઈ પૌરાણિક કથા કે લોકગીત છે? નદીમાં કયા પ્રકારની માછલીઓ, પક્ષીઓ કે કાચબા જોવા મળે છે? તમારા ગામના લોકો નદીના પાણીનો ઉપયોગ કેવી રીતે કરે છે? (ખેતી, પીવા માટે કે પશુઓ માટેશું નદીમાં આખું વર્ષ પાણી રહે છે .(? (બારેમાસી કે મોસમી .(નદીનું પાણી કેટલું ચોખ્ખું છે? નદીને પ્રદૂષણથી બચાવવા માટે તમે શું કરી શકો? આ બધી માહિતી એકઠી કર્યા પછી વૅકેશન બાદ શાળામાં મિત્રોને વાત કરો .

25. તમારા ગામની એવી કોઈ વ્યક્તિ હોય જેને ગામના બધા જ લોકો સારી રીતે યાદ કરતા હોય તેનામાં રહેલી સારી બાબતો જાણવા માટે તમારા ઘરનાં સભ્યો દાદી ક–દાદા)ે માતા(પિતા–, ગામના લોકો અને મિત્રો સાથે મળીને નીચે મુજબના પ્રશ્નો પૂછો:

- તે વ્યક્તિનું આખું નામ શું હતું અને લોકો તેમને કયા હુલામણા નામે ઓળખતા?
- તેમનો મુખ્ય વ્યવસાય શું હતો? (દાશિક્ષક .ત., ખેડૂત, વૈદ્ય કે સમાજસેવક.(
- એવો કયો પ્રસંગ છે જેના કારણે આખું ગામ આજે પણ તેમને યાદ કરે છે?
- મુશ્કેલીના સમયે તેઓ લોકોને કેવી રીતે મદદ કરતા?

જો તે વ્યક્તિનો કોઈ ફોટો મળે અથવા તેમના દ્વારા બંધાવવામાં આવેલી કોઈ જગ્યા જેમકે કોઈ પરબ), શાળાનો ખંડ કે મંદિરહોય (, તો તેનું ચિત્ર દોરોતે વ્યક્તિના જીવનમાંથી . **તમે** કયો ગુણ શીખ્યા અને તેને તમારા જીવનમાં કેવી રીતે ઉતારશો, તે વિશે છેલ્લે બે વાક્યો લખો.

26. તમારા વિસ્તારમાં રહેતા એવા પરિવારની પસંદગી કરો જે મૂળ ગુજરાતના ન હોય અને ગુજરાતી સિવાયની બીજી ભાષાના હોય પંજાબી), મરાઠી કે દક્ષિણ ભારતીયતે પરિવારની મુલાકાત લઈ (તેમને નીચે મુજબના પ્રશ્નો પૂછો:

- તેમના મુખ્ય તહેવારો કયા છે અને તે કેવી રીતે ઊજવાય છે?
- તેમના પારંપરિક પોશાક કયા છે?
- તેમના ઘરે કઈ ખાસ વાનગીઓ બને છે?
- તેમની માતૃભાષાના પાંચ લોકપ્રિય શબ્દો શીખો જેમકે)'નમસ્તે' કે 'આભાર' તેમની ભાષામાં શું કહેવાય .આ પ્રકારની મેળવેલી માહિતીની નોંધ કરો .(

27. બે પ્લાસ્ટિકની બોટલબોટલ ઉપરથી કાપી .દોરી અને એક લાકડીની મદદથી સાદું ત્રાજવું બનાવો , ,ઘરમાં રહેલી દૂધની કોથળી .તેમાં કાના પાડી દોરીથી લાકડી સાથે બાંધી ત્રાજવું બનાવો .ખુલ્લી કરો શેમ્પૂ બોટલ પર આપેલ માપ મુજબ રેતી કે ધૂળ ભરી જુદાં જુદાં વજનનાં–પાણી–દવા–તેલ

વજનિયાં બનાવોહવે ત્રાજવાની એક બાજુ પર તમે બોટલમાંથી બનાવેલ વજનિયું મૂકો અને તેની . સામેની બાજુની બોટલમાં તેટલા જ વજનવાળી આજુબાજુની કોઈ ચીજવસ્તુઓ મૂકી સમાન વજન .બનાવો

28. ખજાનાની શોધતમારા મિત્રને તે વસ્તુ શો .મેદાનમાં કે મોટા ખંડમાં કોઈ વસ્તુ સંતાડી દો :ધવામાં મદદ મળી રહે તેવી સૂચનાવાળી ચિઠ્ઠીઓ આપો અથવા મૌખિક સૂચના આપોસૂચના આવી હોવી . પૂર્વ દિશામાં પાંચ ડગલાં ચાલો" :જોઈએ, પછી ઉત્તર દિશામાં વળો અને ૩ ડગલાં ચાલોતમારા ". .મિત્ર આ મુજબ કરીને તમે સંતાડેલ વસ્તુ સુધી કયારે પહોંચી શકે છે તે જાણો

29. કોઈ એક એવી શાકભાજી વિશે જાહેરાતતૈયાર કરો જે તમારા મિત્રને ભાવતી ન (એડવર્ટાઈઝમેન્ટ) તમારા મિત્રને તે શાકભાજી ભાવતું કરવા માટે તમે શું શું સારું બોલી .(કારેલાં કે દૂધી .ત.દા) હોય .કેવી રીતે રજૂ કરી શકો તેની જાહેરાત લખો ,શકો

30. એક કાગળ પર ૧૦ ખાનાવાળો ચોરસ બનાવી તેન ૧૦ x◌ા ખાનામાં તમને આવડતાં જુદાં જુદાં શાકભાજી અને ફળોનાં નામ લખી તમારા મિત્રને શોધવા કહોતે કેટલા સમયમાં શોધી શકે છે તે . .સમય નોંધો

31. રંગ બગીચોતેમાં તમારા ઘરમાં રહેલા કુદરતી રંગોથી ચિત્ર .કોરા કાગળ પર એક બગીચો બનાવો : કંકુથી લાલ છાપ પાડીને તે ,જેમકે) .બનાવોમાંથી પક્ષી, ગુલાબનું ફૂલ અથવા પાકાં ફળ બનાવો , હળદરની પીળી છાપમાંથી સૂર્યમુખીનાં ફૂલ, મધમાખી અથવા નાનાં બચ્ચાં બનાવો. લીલાં પાંદડાંના રસમાંથી પાંદડાં કે ઘાસ બનાવોબીટમાંથી .ગળીમાંથી આકાશ કે પાણીનાં ટીપાં બનાવો . ,આ પ્રકારના કુદરતી રંગો .પથ્થર બનાવો ,ધરતી મીઠાઈમાં વપરાતા ખાવાના રંગોઅને કૃત્રિમ , .રંગોની માહિતી મેળવો

32. જૂનાં છાપામાંથી ખાવાપીવાની ચીજવસ્તુઓનાં ચિત્રો કાપી એકઠાં કરોહવે મોટા કાગળ પર એક . થાળી બનાવી તમારા મિત્રોને (હેલ્ધી) તેમાં આ ચિત્રો ચોંટાડી આરોગ્યપ્રદ .મોટી થાળી દોરો બતાવી કહો કે આમાંથ◌ી કઈ કઈ ખાવાની વસ્તુઓ સારી છે અને તે ખાવાથી શું ફાયદાઓ થાય.

33. તમારા ઘરે રહેલ ખાઈ શકાય તેવી કાચી શાકભાજી કે પાકેલા ફળ ,સફરજન ,ગાજર ,કાકડી) ૨૦થી વધુ વાર ચાવી ચાવીને ખાઓ (જામફળ. હવે અનુભવો કે અગાઉ તમે ઝડપથી ખાતા હતા અને અત્યારે શાંતિથી ચાવી ચાવીને ખાધું તેમાં સ્વાદમાં કેવો ફેર જણાયોઆ અનુભવ તમારા મિત્રને કહી . તેમને પણઆવું કરવા માટે સમજ આપો .

34. કાપડપોથીઆ પ્રવૃત્તિ માટે તમે નીચે આપેલ માહિતી મુજબના વિવિધ પ્રકારના કાપડના ટુકડા : .એકઠા કરી તેને કાગળ પર કે જૂની નોટબુકમાં ચોંટાડો

- સુતરાઉ)Cotton): ઉનાળામાં પહેરાતાં કપડાં માટે, જે પરસેવો શોષે છે.
- રેશમી)Silk): લગ્નપ્રસંગે પહેરાતાં ચમકદાર અને લીસાં કપડાં.
- ઊની)Woolen): શિયાળામાં ઠંડીથી બચવા માટે વપરાતાં ગરમ કપડાં.

- ખાદી)Khadi): હાથે વણેલું કાપડ, જે ભારતની ઓળખ છે.
- શણ)Jute): કોથળા કે મજબૂત થેલીઓ બનાવવા માટે વપરાતું ખરબચડું કાપડ.
- લિનન)Linen): અળસીના છોડમાંથી બનતું ખૂબ જ આરામદાયક કાપડ.
- નાયલોન)Nylon): મજબૂત અને જલદી સુકાઈ જાય તેવું કાપડ .(છત્રી કે સ્પોર્ટ્સ વેર .ત.દા)
- પોલિએસ્ટર)Polyester): જેમાં કરચલી પડતી નથી તેવું કાપડ.
- રેયોન)Rayon): અર્ધ.કૃત્રિમ કાપડ જે રેશમ જેવું લાગે છે–
- વેલ્વેટ)Velvet): રુંવાટીવાળું અને અત્યંત નરમ કાપડ.
- ડેનિમ)Denim): જેમાંથી જિન્સના પેન્ટ અને જેકેટ બને છે.
- નેટ)Net): જાળીવાળું કાપડ જે સુશોભન કે ફ્રોકમાં વપરાય છે.
- સાટિન)Satin): એક બાજુથી ખૂબ જ ચમકતું અને લપસણું કાપડ.
- હોઝિયરી)Hosiery): ટી) શર્ટ કે ગંજી બનાવવા માટે વપરાતું ખેંચાય તેવું–Stretchable) કાપડ.

આવા વિવિધ કાપડના ટુકડાઓ ભેગા કર્યા બાદ તમે દરેક કાપડની નીચે તેના વણાટ વિશે પણ લખી શકો છો જેમ કે(સુતરાઉ કાપડ) સાદું વણાટ ,, તાણા .(જિન્સનું કાપડ) વાણાવાળું ત્રાંસુ–(શર્ટ–સ્વેટર કે ટી) ગૂંથણ

35. કંકુ અને હળદર જેવા કુદરતી રંગોનો ઉપયોગ કરીને અંગૂઠાની છાપ પાડીને ચિત્રો બનાવોઆવા રંગો . આવાં રંગ .ઘરમાં સહેલાઈથી મળી રહે છે અને તે ચામડી માટે પણ નુકસાનકારક નથી હોતા આધારિત ચિત્રો બનાવવા માટે તે રંગોને થોડું પાણી અથવા દૂધ માં (દૂધથી રંગ વધુ ઘટ્ટ બને છે) ચિત્ર દોરવા માટે ડ્રોઈંગ પેપર અથવા સફેદ .ઓગાળો પ્લેન કાગળ, રંગોને મિક્સ કરવા માટે નાની રકાબી કે પ્લેટ લો બરોબર રંગ ઘોળ્યા બાદ ચકલી કે પક્ષી માટે. પીળી હળદરની છાપ પાડોતેની . ઉપર ચાંચ, પાંખ અને પગ દોરોપાછળના ભાગે પૂંછડી .માછલી માટે અંગૂઠાની આડી છાપ પાડો . શરી) ગલૂડિયા માટે એક મોટી છાપ .અને આગળ આંખ દોરોર (મોઢું) અને તેની ઉપર નાની છાપ (છાપ સામસામે (હળદર) અને બે પીળી (કંકુ) પતંગિયા માટે બે લાલ .પાડી કાન અને પૂંછડી દોરો ગલગોટો કે સૂર્યમુખી .પાડી વચ્ચે પતંગિયાનું શરીર દોરો માટે વચ્ચે એક મોટી ગોળ છાપ પાડો અને તેની આસપાસ પાંખડીઓ તરીકે અંગૂઠાની છાપ પાડોદ્રાક્ષ.ના ઝૂમખાં માટે કંકુના રંગથી અંગૂઠાની ઘણી બધી છાપો એકસાથે પાડીને દ્રાક્ષનું ઝૂમખું બનાવો વૃક્ષ માટે . કાગળ પર ઝાડનું થડ દોરો અને ડાળીઓ પર લીલાં દીવા માટે હળદરની આડી છાપ .કે લાલ પાદડાં તરીકે છાપ પાડો (મહેંદી) આ પ્ .પાડી તેની ઉપર કંકુની છાપથી જ્યોત બનાવોરવૃત્તિ કરતી વખતે અંગૂઠો રંગમાં બોળ્યા પછી વધારાનો રંગ કાગળની ધાર પર લૂછી નાખવો જેથી છાપ સ્પષ્ટ પડે અને એક રંગની છાપ પાડ્યા પછી બીજા રંગનો ઉપયોગ કરતાં પહેલાં અંગૂઠો બરાબર લૂછી નાખવોછાપ સુકાઈ જાય પછી જ તેની . .સ્કેચપેનથી લાઈન દોરવી ,આજુબાજુ પેન

નમસ્કાર,

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થીમિત્રો,

વૅકેશન દરમ્યાન આપનાં સંતાન દ્વારા ઘરે બેઠા રોજ નવી નવી પ્રવૃત્તિ/ પ્રોજેક્ટ કરી શકાય તેની સંભવિત યાદી અહીં આપવામાં આવી છે, જેમાંથી આપ શક્ય હોય તેટલી પ્રવૃત્તિઓ અથવા તેના જેવી અન્ય પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળક પાસે કરાવી શકો છો. આ પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળકને આગામી ધોરણના અભ્યાસ માટે પૂર્વતૈયારી કરાવશે. આપેલ QR કોડને સ્કૅન કરી સમયાંતરે આ પ્રવૃત્તિઓ અંગે માર્ગદર્શન અને નવી વાર્તા, ગીત અને અન્ય પ્રવૃત્તિની માહિતી મેળવવાનું ચૂકશો નહીં.

પ્રવૃત્તિ માટે

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થી મિત્રો,

ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી દ્વારા શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૨૬-૨૭ના ઉનાળુ વૅકેશન માટે તૈયાર કરવામાં આવેલી પ્રવૃત્તિઓ આપને કેવી લાગી? તમારા મૂલ્યવાન પ્રતિભાવો અમારા માટે ખૂબ મહત્ત્વના છે. આપના પ્રતિભાવોના આધારે અમે ભવિષ્યમાં વધુ સારી પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરી શકીશું અને શૈક્ષણિક સંશોધનને નવી દિશા આપી શકીશું.

- બાજુમાં આપેલા **Feedback Form QR Code**ને સ્કૅન કરો .
- Link:- https://forms.gle/4tNLpZYV8R5cVX2v7
- ઓનલાઈન ફોર્મમાં તમારી વિગતો અને પ્રવૃત્તિઓ અંગેનાં મંતવ્યો નોંધો.

પ્રતિભાવ/સૂચન માટે

આપનાં સંતાનની પ્રવૃત્તિઓના ફોટોગ્રાફ્સ, વીડિયો અને આપનાં સૂચનો 7575962929 નંબર ઉપર તમારા સંતાનના નામ અને ધોરણ સાથે મોકલવા વિનંતી.

આપના સહકાર બદલ આભાર!

પ્રવૃત્તિની યાદી

1. તમારી આસપાસ રહેલા ઝાડ પર કયાં કયાં જીવજંતુઓ રહે છે તેની યાદી બનાવો.
   - જેમ કે કીડી,મકોડા... વગેરે
2. તમારા ઘરમાં ઉપયોગમાં લેવાતી વીજળી અને પાણીના જથ્થામાં શું ફેરફાર કરવાથી બંનેની બચત થઈ શકે? ઘરનાં સભ્યો સાથે મળીને તેની યાદી બનાવો. યાદીમાં નક્કી થયેલા મુદ્દાનો ઘરનાં તમામ સભ્યો અમલ કરે તેવું આયોજન બનાવો.
   - જેમકે...

વીજળીનો વ્યય	વીજળીની બચત
૧. રૂમમાં પૂરતો પ્રકાશ હોવા છતાં લાઇટ ચાલુ રાખવી.	૧. કુદરતી પ્રકાશ જરૂરિયાત મુજબ હોય તો લાઇટ નો ઉપયોગ ટાળવો.

પાણીનો વ્યય	પાણીની બચત
૧. બ્રશ કરતી વખતે પાણીનો નળ સતત ચાલુ રાખવો.	૧.બ્રશ કરતી વખતે જરૂરિયાત મુજબ પાણીનો નળ ચાલુ કરવો.

3. ખાંડની જગ્યાએ ગોળ ઉપયોગમાં લઇ તેના વડે બનતી કોઈ એક વાનગી તમારા ઘરનાં સભ્યોની મદદ વડે બનાવોઆ વાનગીમાં શું શું ઉપયોગમાં . લીધું અને કેવી રીતે બની તેની વિગત લખો.

આ માટે નીચેના મુદ્દાઓને અનુસરો.

- ખાંડની જગ્યાએ ગોળ ઉપયોગમાં લઇ શકાય તેવી વાનગીઓની યાદી કરો.

જેમકે...

ખાંડની વાનગીની યાદી	ગોળની વાનગીની યાદી
ખાંડના લાડવા	ગોળના લાડવા
ખાંડની ચા	ગોળની ચા

- તમે તૈયાર કરેલી ઉપર મુજબની યાદીમાંથી તમારા ઘરનાં સભ્યની મદદથી સરળતાથી કઈ વાનગી બનાવી શકાય છે તે નક્કી કરી બનાવો તથા નીચેની વિગતની નોંધ કરો.
- વાનગીનું નામ :
- વાનગી બનાવવા ઉપયોગમાં લીધેલ વસ્તુ :
- વાનગી બનાવવાની રીત :

4. તમારા ઘરમાં દરરોજ અગરબત્તી કરતા જ હશો. આ અગરબત્તી કેવી રીતે બને છે તેની માહિતી મેળવો.

- અગરબત્તીનું નામ :
- બનાવવા માટે ઉપયોગમાં લીધેલ સામગ્રી :
- બનાવવાની રીત :

5. તમારા ઘરમાં પ્રવાહી ભરી શકાય તેવી કઈ કઈ ચીજવસ્તુઓ કે વાસણો છે તેની યાદી કરી તે પાત્રનાં નામ અને તેમાં કેટલા લિટર, મિલીલિટર પ્રવાહી સમાઈ શકે તેની વિગત લખો.

ચીજવસ્તુનું નામ	કેટલા લિટર	કેટલા મિલીલિટર
ડોલ	20 લિટર	20000 મિલીલિટર

6. તમારા ગામમાં રહેલાં જુદાં જુદાં પક્ષીઓનાં પીંછાં એકઠાં કરી તેનો સંગ્રહ કરો. જેનાં પીંછાં હોય તે પક્ષીઓનાં નામ, દેખાવ અને ખોરાક વિશે અવલોકન કરી તેની માહિતી લખો.

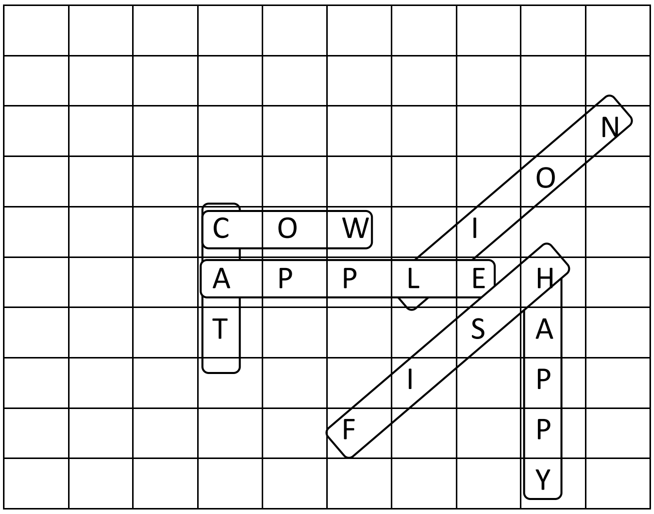
પક્ષીનું નામ	દેખાવ	ખોરાક	અંદાજિત વજન	અવાજ
૧. કબૂતર	રાખોડી, સફેદ	અનાજ	૨૫૦ થી ૪૦૦ ગ્રામ	ઘૂ...ઘૂ...

7. તમે આ વૅકેશનમાં શું શું કરવાના છો તેની માહિતી તમારા મિત્રને પોસ્ટઑફિસમાંથી પોસ્ટકાર્ડ (ટપાલ) ખરીદી તેના સરનામે લખીને પોસ્ટ કરો.

- તમે વૅકેશનમાં શું શું કરવાના છો તેનું આયોજન તૈયાર કરો. જેમકે મામાના ઘરે જવાનું, પરિવાર સાથે ફરવા જવાનું, ભરતગૂંથણ, કૅનવાસ પૅન્ટિંગ વગેરે થઇ શકે તેવી પ્રવૃત્તિઓ પોસ્ટકાર્ડમાં લખો.
- પોસ્ટકાર્ડ લખવા બાબતે ઘરનાં વડીલોનું માર્ગદર્શન મેળવો.

8. જૂનાં છાંપામાંથી મળે તેટલાં ચિત્રો કાપી તેના વિશે ટૂંકી માહિતી લખો.
   જેમ કે,
   - ક્રિકેટ સ્ટેડિયમનું ચિત્ર – તેના વિશે ટૂંકી માહિતી લખવી.
   - યુદ્ધનું ચિત્ર – ચિત્ર આધારિત ટૂંકી વિગત લખવી.

9. ૧૦ x ૧૦ ખાનાવાળો ચોરસ બનાવી તેના દરેક ખાનામાં જુદા જુદા અંગ્રેજી મૂળાક્ષરોથી બનતા શબ્દોનાં નામ લખી તમારા મિત્રને તે મૂળાક્ષરો પરથી શબ્દો શોધવા કહો. જેમકે, બાજુમાં આપેલા ૧૦ x ૧૦ના ચોરસમાં અંગ્રેજી મૂળાક્ષરો આપી તેના આધારે બનતા શબ્દો દર્શાવેલ છે. તમારે પણ ચોરસના બધાં જ ખાનામાં અંગ્રેજી મૂળાક્ષર લખી બનતા શબ્દો મિત્રને શોધવા આપો.



10. જૂનાં છાંપામાંથી જુદી જુદી જાહેરાતો કાપી તેને અલગ કાગળ પર લગાવો. આ જાહેરાતો શેના માટે છે તે જાણો.
    - જાહેરાતો જેવી કે – વિવિધ સેલ, ઘરેણાં ખરીદી, મોટર વિહિકલ, કપડાં, મકાન વગેરે

11. તમારા ઘરમાં રહેલી લાકડા, પ્લાસ્ટિક અને લોખંડમાંથી બનેલી ચીજવસ્તુઓના નામની યાદી લખો.

લાકડામાંથી બનેલી વસ્તુઓ	પ્લાસ્ટિકમાંથી બનેલી વસ્તુઓ	લોખંડમાંથી બનેલી વસ્તુઓ
ખુરશી	ડોલ	પલંગ

12. તમારા ઘરમાં રહેલા કેલેન્ડરનાં આધારે આગામી જૂન માસથી લઈને દિવાળી સુધીમાં તમે શું શું કરવાના છો તેનું આયોજન કરી નોટબુકમાં લખો.
    માસવાર આયોજન

માસનું નામ	વિગત (સમય/દિવસ સાથે)
જૂન	વૃક્ષારોપણ (૫ મી જૂન), યોગ શિબિરમાં ભાગીદારી (૭ દિવસ), શેરી સફાઈ (૩ દિવસ)
જુલાઈ	
ઑગસ્ટ	
સપ્ટેમ્બર	
ઑક્ટોબર	

13. તમને આવડતાં ગીત, ભજન અને ઉખાણાં તમારા મિત્ર કે ઘરનાં સભ્યોની પાસે ગાઈ બતાવો.
    - ગીત, ભજન, ઉખાણાં તૈયાર કરી મિત્રો/ઘરનાં સભ્યો પાસે રજૂ કરો.

14. તમારા ગામમાં જે દુકાનમાં કોઈ ચીજવસ્તુ પર ડિસ્કાઉન્ટ (મૂળ કિંમત પર ઓછા રૂપિયા) આપતું હોય તેવા દુકાનદારને મળી તેવું શા માટે કરે છે તેનાં કારણો જાણો.
15. તમને આવડતી હિન્દી વાર્તા/ઘટના ઘરનાં સભ્યો સામે કહી બતાવો.
16. ભારતનો નકશો જોઈ તેમાંનું કોઈ એક જોવાલાયક સ્થળ જે તમને ગમતું હોય તેના વિશે માહિતી જાણી લખો.
    - ભારતના નકશામાંથી કેટલાંક જોવાલાયક સ્થળોની યાદી તૈયાર કરો.
    - તે યાદીમાંથી તમને ગમતું સ્થળ હોય તેના વિશે તમારા મિત્રો, વડીલો, પુસ્તક કે ઇન્ટરનેટની મદદથી માહિતી જાણો.
    - હવે તે સ્થળ વિશે ટૂંકી માહિતી લખો.
17. તમારા ઘરમાં કયા કયા તહેવારો કે તિથિની ઉજવણી કરવામાં આવે છે તેનાં નામ લખી તે દિવસે તમારા ઘરમાં શું શું કરવામાં આવે છે તેની માહિતી લખો.

તહેવાર/તિથિ	શું શું કરવામાં આવે છે?

18. તમને ગમતા કાર્ટૂન દોરી, રંગ પૂરો અને તેનું નામ લખો. તે કાર્ટૂન તમને શા માટે ગમે છે તેનાં કારણો લખો.
    - જરૂર જણાયે સમાચારપત્ર, ટીવી, ઇન્ટરનેટ, સામયિક વગેરે જેમાં કાર્ટૂન આવતાં હોય તેમાંથી કાર્ટૂન અને તેનાં નામ જાણો.
    - તેમાંથી તમને ગમતાં કાર્ટૂન દોરી તેમાં રંગ પૂરો.
    - આ કાર્ટૂન શા માટે ગમે છે તેનાં કારણો લખો.
19. તમારા ઘરનાં સભ્યો જેવાંકે પિતા, માતા, કાકા, કાકી, દાદા, દાદી શું શું ધંધો રોજગાર કરતાં હતાં અથવા કરે છે તેની વિગત તેના નામ સાથે લખો.

ધંધો/રોજગારનું નામ	વિગત
પશુપાલન	

20. જેમ તમારું ઘર સાફ રાખો છો તેમ તમારા ગામને પણ સાફ અને સ્વચ્છ રાખવા માટે શું શું કરી શકાય તેવી બાબતોને લખો. શક્ય હોય તો ગામની કોઈ પણ દસ વ્યક્તિને આ લખેલી બાબતો બતાવી તેવું કરી શકાય કે કેમ તે પૂછો.

સ્વચ્છતાની પ્રવૃત્તિ	વિગત
સ્વચ્છતાનું નાટક	સ્વચ્છતા અંતર્ગત જનજાગૃતિ માટે કોઈ નાટક તૈયાર કરી ગામ લોકો સામે પ્રસ્તુત કરવામાં આવે.

21. તમારા ગામમાં જોવા મળતી વસ્તુઓ અને સ્થળોનાં નામ હિન્દીમાં લખો.

વસ્તુ/સ્થળનું નામ ગુજરાતીમાં	વસ્તુ/સ્થળનું નામ હિન્દીમાં
ઝાડ	પેડ
બગીચો	ઉદ્યાન

22. તમને આવડતા અંગ્રેજીના ચાર અક્ષરોથી બનેલા કોઈ પણ વીસ સ્પેલિંગ નોટબુકમાં લખો.

- ઉદાહરણ : FIVE, FISH વગેરે

23. તમારી આસપાસ રહેલાં બિસ્કિટ, ચૉકલેટ, ચીજવસ્તુનાં સ્ટિકર, રૅપર કે ખોખા પર લખેલી વિગતો વાંચી તેની માહિતી લખો.

- જેમકે બ્રાન્ડનું નામ, વજન, કિંમત, એક્સ્પાયર/ પૅકિંગ તારીખ, સિમ્બોલ (માર્કો), ઉપયોગ, સાચવવાની રીત વગેરે

24. પર્ણનું ટ્રેસિંગ કરવું.

ટ્રેસિંગ કરવાની રીત :

- **પર્ણની પસંદગી :** સૌથી પહેલાં એક એવું પર્ણ લો જેની પાછળની બાજુએ નસો (veins) સ્પષ્ટ રીતે દેખાતી હોય. પીપળો, જાસૂદ અથવા વડના પાન આ માટે ઉત્તમ રહે છે.
- **ગોઠવણી :** પર્ણને ટેબલ પર તેની **ઊલટી બાજુ (નસોવાળી બાજુ)** ઉપરની તરફ રહે તેમ મૂકો. હવે તેની ઉપર સફેદ કાગળ મૂકો.
- **ઘસવાની પ્રક્રિયા :** પેન્સિલ અથવા કલરને પકડતી વખતે તેને થોડો આડો (slanting) રાખો. કાગળ પર પર્ણ જે જગ્યાએ છે તેની ઉપર હળવા હાથે પેન્સિલ ઘસવાનું શરૂ કરો.
- **વિગતો ઉપસાવવી :** જેમ જેમ તમે ઘસશો તેમ પર્ણની કિનારીઓ અને તેની અંદરની નસોની ભાત કાગળ પર આપોઆપ ઊપસી આવશે.

25. તમારા ઘરમાં નકામી થઈ ગયેલી ચીજવસ્તુઓ ફરી ઉપયોગમાં લઈ શકાય કે કેમ તે વિચારો. કોઈ એક નકામી ચીજવસ્તુમાંથી ઉપયોગમાં લઈ શકાય તેવું સાધન બનાવો.

- જેમકે ખાલી દીવાસળીનાં ખોખાં– વૉલપીસ બનાવો.

26. તમારા ઘરનાં એવાં સાધનો જે વીજળી વગર ઉપયોગમાં લેવાતાં હોય તેની યાદી લખો.

- જેમકે – વલણ, ખુરશી, હાથથી ફેરવી જ્યૂસ બનાવવાનું મશીન(જ્યૂસર), ઈડલી બનવવાનું કૂકર વગેરે..

27. તમારા ઘરમાં સુકવણી કરીને જે જે ખાવાની સામગ્રી બનતી હોય તેના નામની યાદી લખો.

- જેમકે, ગુવારની સિંગ, આંબળા, કાચી કેરીનો મુખવાસ વગેરે..

28. તમને આવડતી એક વાર્તા ઘરનાં સભ્યોને કહો. વાર્તામાં આવતાં પાત્રોમાંથી તમે શું શું શીખ્યા તે લખો. (જરૂર પડે તો વાર્તાનું પુસ્તક કે ટીવીના માધ્યમથી વાર્તા જાણી વાર્તા કહો.)
29. તમે કોઈ ચીજવસ્તુ બનાવી વેચવા માંગો છો. તેની જાહેરાત કરતું પોસ્ટર બનાવો. આ પોસ્ટર કાગળ,પૂંઠા કે કાપડ ઉપર તૈયાર કરી શકાય.યોગ્ય રંગ પૂરી તેને આકર્ષક બનાવો.
30. તમારા ઘર કે પડોશમાં આવતા દૂધવાળા, લારીવાળા, શાકભાજીવાળા, સાવરણીવાળા કે અન્ય ફેરિયાને મળી તે કેવી રીતે પોતાનું કામ કરે છે, તે ફેરિયા ક્યાંથી વસ્તુની ખરીદી કરે છે, તેને દરેક ગામ કે શેરીમાં જાય છે ત્યારે તેને કેવા અનુભવો થાય છે, વગેરે જેવા પ્રશ્નો પૂછી તેના વિશે માહિતી મેળવી લખો.
31. કાગળ/કાર્ડપેપરમાંથી નળાકાર, શંકુ, સમઘન વગેરે આકારો બનાવો.

નમસ્કાર,

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થીમિત્રો,

વૅકેશન દરમ્યાન આપનાં સંતાન દ્વારા ઘરે બેઠા રોજ નવી નવી પ્રવૃત્તિ/ પ્રોજેક્ટ કરી શકાય તેની સંભવિત યાદી અહીં આપવામાં આવી છે, જેમાંથી આપ શક્ય હોય તેટલી પ્રવૃત્તિઓ અથવા તેના જેવી અન્ય પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળક પાસે કરાવી શકો છો. આ પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળકને આગામી ધોરણના અભ્યાસ માટે પૂર્વતૈયારી કરાવશે. આપેલ QR કોડને સ્કૅન કરી સમયાંતરે આ પ્રવૃત્તિઓ અંગે માર્ગદર્શન અને નવી વાર્તા, ગીત અને અન્ય પ્રવૃત્તિની માહિતી મેળવવાનું ચૂકશો નહીં.

પ્રવૃત્તિ માટે

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થી મિત્રો,

ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી દ્વારા શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૨૬-૨૭ના ઉનાળુ વૅકેશન માટે તૈયાર કરવામાં આવેલી પ્રવૃત્તિઓ આપને કેવી લાગી? તમારા મૂલ્યવાન પ્રતિભાવો અમારા માટે ખૂબ મહત્ત્વના છે. આપના પ્રતિભાવોના આધારે અમે ભવિષ્યમાં વધુ સારી પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરી શકીશું અને શૈક્ષણિક સંશોધનને નવી દિશા આપી શકીશું.

- બાજુમાં આપેલા **Feedback Form QR Code**ને સ્કૅન કરો .
- Link:- https://forms.gle/4tNLpZYV8R5cVX2v7
- ઓનલાઈન ફોર્મમાં તમારી વિગતો અને પ્રવૃત્તિઓ અંગેનાં મંતવ્યો નોંધો.

પ્રતિભાવ/સૂચન માટે

આપનાં સંતાનની પ્રવૃત્તિઓના ફોટોગ્રાફ્સ, વીડિયો અને આપનાં સૂચનો 7575962929 નંબર ઉપર તમારા સંતાનના નામ અને ધોરણ સાથે મોકલવા વિનંતી.

આપના સહકાર બદલ આભાર!

પ્રવૃત્તિની યાદી

1. તમાર ઘર માટે ખરીદેલી વસ્તુના અને વીજળીનાં બિલ ભેગાં કરો. ભેગા કરેલાં બિલની વિગત નોટબુકમાં લખો.

   આ બિલમાંથી નીચેની વિગતો શોધો.
   - કઈ દુકાન/સંસ્થાનું બિલ છે?
   - બિલ કેટલી કિંમતનું છે?
   - બિલમાં કઈ કઈ સામગ્રી ખરીદવામાં આવી છે.
   - કઈ સામગ્રીની કિંમત સૌથી વધુ છે?
   - તમારી નોટબુકમાં કોઈ એક બિલનો નમૂનો તૈયાર કરો.
2. તમારા ગામના દુકાનદારને મળો અને નીચેની વિગતો જાણી નોટબુકમાં લખો.
   - તેણે દુકાન કેટલા વર્ષથી ચાલુ કરી છે?
   - તે દુકાન ચલાવવા માટે કયા કયા પ્રયત્નો કર્યા હતા?
   - કેટલાં નાણાંનું રોકાણ કરેલ છે?

- દુકાનમાં કઈ કઈ વસ્તુઓ રાખવામાં આવે છે?
- દુકાન ચલાવવામાં કોણ કોણ મદદરૂપ થાય છે?

3. ગુજરાતનાં કોઈ પણ એક જિલ્લાની માહિતી એકઠી કરો. નીચેની વિગતો જાણી તમારી નોટબુકમાં લખો.
   - જિલ્લાનું નામ
   - તમારા ગામથી જિલ્લા મુખ્ય મથક સુધીનું અંતર (કિમીમાં)
   - જિલ્લાના તાલુકાની સંખ્યા
   - જોવાલાયક સ્થળો
   - જિલ્લાના ખેતીના પાક
   - જિલ્લાના વિશેષ મેળા
   - લોકોનો પહેરવેશ
   - આઝાદીની લડતમાં સહભાગી વિશેષ વ્યક્તિઓ
   - ઉદ્યોગો
   - ખનિજો
4. તમને ગમતી કોઈ એક વાર્તાનાં પાત્રો, તમને મળતી સામગ્રી (કાપડ,સળી,રૂ, કાગળ, પાટી, રંગીન કાગળ, પૂંઠા)માંથી બનાવો.
   જેમકે, વાર્તા– તરસ્યો કાગડો
   કૂંજો – પૂંઠાના ટુકડા, ફેવિકોલ
   કાગડો – પૂંઠું, સળી, કાળું કાપડ, ફેવિકોલ
5. તમારા ગામના દરજીની દુકાનની મુલાકાત લો. તેની દુકાનમાં પડેલાં જુદા જુદા કાપડના ટુકડાઓ ભેગા કરો અને નીચેની વિગતો જાણી તમારી નોટબુકમાં નોંધ કરો.
   - કાપડના જુદા જુદા પ્રકાર
   - જુદા જુદા પ્રકારના કાપડ કેવી રીતે બને છે.
   - તમે ભેગા કરેલા દરેક પ્રકારના કાપડની ૧ મીટરની કિંમત જાણો.
   - તે કાપડમાંથી બનતાં કપડાં જેવાં કે પેન્ટ, શર્ટ, સુરવાલ, ડ્રેસ, બ્લાઉઝ, ચડ્ડી બનાવવા માટે કેટલા મીટર કાપડ જોઈએ, તેની કિંમત કેટલી થાય, અને દરજીની મજૂરી સાથે તે કપડું કેટલામાં બને, વગેરે વિગતો જાણો.
   - આ દુકાનમાં કેવા કેવા પ્રકારની ડિઝાઇનનાં કપડાં બને છે?
6. જૂની પડેલી પ્લાસ્ટિક બોટલમાંથી તમને આવડતું કોઈ એક રમકડું (પ્રાણી,પક્ષી, વાહન વગેરે) બનાવો.
7. તમે આગળના ધોરણમાં અંગ્રેજી વિષયમાં સ્પેલિંગ શીખ્યા જ હશો. પાંચ અક્ષરથી બનતાં (જેમકે TABLE) વીસ સ્પેલિંગ લખો.

8. રંગીન કાગળનો ઉપયોગ કરી તમને આવડતું કોઈ એક રમકડું (પ્રાણી,પક્ષી, વાહન વગેરે) બનાવો.

9. તમારા ઘરથી જોવાલાયક કોઈ પણ પાંચ સ્થળો માટે નીચેની વિગતો પૂર્ણ કરો.

જોવાલાયક સ્થળનું નામ	તે સ્થળ ઘરેથી કેટલા કિમી થાય .	તે સ્થળે જવા માટે બસમાં ટિકિટની કિંમત	તે સ્થળે જવા લાગતો અંદાજિત સમય	તે સ્થળે શું શું જોવાલાયક છે ?

10. ઉનાળામાં તમારાં ઘરે ખાવા માટે કેરી આવતી જ હશે. ઘરનાંવડીલો કે મિત્રોની મદદથી કેરીનાં ગોટલામાં રહેલી ગોટલીનો મુખવાસ બનાવવાની રીત શીખી તે મુજબ ગોટલીનો મુખવાસ બનાવો.

11. તમારા ઘરનાં સભ્યો સાથે વાતચીત કરી દરરોજ કેટલું પાણી ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે તેની વિગતો એકઠી કરો. નીચેનું કોષ્ટક તમારી નોટબુકમાં લખી માગેલ વિગતો શોધો. માપ લિટરમાં લખવું.

ઘરનાંસભ્યનું નામ	દાતણ – શૌચક્રિયા	નાહ્વા	દિવસ દરમિયાન પાણી પીવા માટે	દિવસ દરમિયાન હાથ ધોવામાં	કપડાં ધોવા	વાસણ ધોવા

- તમારા ઘરનાં બધાં સભ્યો મળી એક દિવસમાં કુલ કેટલા લિટર પાણીનો વપરાશ કરે છે?
- એક અઠવાડિયામાં કુલ કેટલું પાણી વપરાય છે ?
- કઈ પ્રવૃત્તિમાં સૌથી વધુ પાણીનો વપરાશ થાય છે?
- સૌથી વધુ પાણીનો વપરાશ કોણ કરે છે?કેમ?
- તમારા મત મુજબ તમારા ઘરમાં દરરોજ જરૂરિયાત કરતાં કેટલા લિટર વધુ પાણીનો વપરાશ થાય છે?
- તમારા ઘરમાં પાણીનો વધુ વ્યય થતો હોય તો તે અટકાવવા માટે શું શું કરી શકાય?
- તમારા ઘરનાં સભ્યો સાથે વાતચીત કરી પાણીનો બગાડ થતો અટકાવવા માટેનું આયોજન કરો.

12. તમારા ઘરમાં વીજળીથી ચાલતાં સાધનોનાં નામ લખો. તેમાં દરરોજ કેટલી વીજળી ઉપયોગમાં લેવાય છે તેની નોંધ કરી મહિને કુલ કેટલી વીજળીની બચત કરી શકાય તેની વિગત લખો.

વીજળીથી ચાલતા સાધનનું નામ	કુલ સંખ્યા	દરરોજ વપરાશ (અંદાજિત કલાક)	જો બિનજરૂરી વપરાશ ટાળીએ તો દરરોજ કેટલી બચત થાય? (કલાકમાં)	બચત માટેના ઉપાયો

13. તમારા ઘરનાંરસોડામાં કયા કયા ગરમ મસાલાનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે તેનાં નામ જાણો. આ ગરમ મસાલા કઈ કઈ વાનગી બનાવવા ઉપયોગ લેવામાં આવે છે તેની વિગત લખો.

ગરમ મસાલાનું નામ	કઈ વાનગી બનાવવા ઉપયોગમાં લેવાય છે?

14. વડીલો સાથે વાતચીત કરીને તડકે સૂકવીને ઉપયોગમાં લઈ શકાય તેવી ખાવાની ચીજવસ્તુઓનાં નામની યાદી બનાવો. તેની બનાવટમાં કઈ કઈ સામગ્રીનો ઉપયોગ થયો છે તે પણ લખો.

ચીજવસ્તુનું નામ	બનાવટમાં ઉપયોગમાં લીધેલી સામગ્રી

15. તમારા ઘરમાં રહેલી અને ગામની દુકાનોમાં મળતી વિવિધ કંપનીઓની ચીજ વસ્તુઓની યાદી તૈયાર કરો. વડીલો સાથે વાતચીત કરી નીચે મુજબનું કોષ્ટક તમારી નોટબુકમાં તૈયાર કરો.

ચીજ વસ્તુનું નામ	કંપનીનું નામ	વસ્તુની કિંમત	વજન / માપ (ગ્રામ/ મિલિ/લિટર)	ક્યાં બને છે?	ગામ સુધી કેવી રીતે પહોંચે છે?	પેકિંગનો પ્રકાર (પ્લાસ્ટિક/ કાગળ/ કાચ વગેરે)	કંપની અન્ય કઈ કઈ વસ્તુનું વેચાણ કરે છે?
લીમડાનો સાબુ	કવચ	10 રૂપિયા	100 ગ્રામ	અમદાવાદ	ટ્રાન્સપોર્ટ	કાગળ	ટૂથપેસ્ટ કપડાં ધોવાનો પાવડર

16. ઘરનાંવડીલો સાથે વાતચીત કરી આરોગ્ય માટે ઉપયોગી કોઈ પણ દસ ઘરગથ્થુ ઔષધિ અને તેની સામગ્રી તેમજ ઉપયોગની યાદી તૈયાર કરો.

ઘરગથ્થુ ઔષધિ	ઉપયોગ

હળદર	રાત્રે ગરમ દૂધમાં ચપટી હળદર નાખીને પીવાથી શરીરની રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધે છે .તે શરદી, ઉધરસ અને ઇન્ફેક્શન સામે લડવામાં મદદ કરે છે.

17. વૅકેશન દરમિયાન તમારા મિત્રો સાથે દેશી રમતો રમો. જે રમતો રમો તેની વિગતો નીચેના કોષ્ટકમાં નોંધો. વૅકેશન પછી આ કોષ્ટક તમારા મિત્રો,વડીલો અને શિક્ષકશ્રીને બતાવો.

દેશી રમતનું નામ	કઈ તારીખે રમ્યા?	કેટલા વ્યક્તિઓ સાથે રમ્યા?

18. છોડ અને વૃક્ષના વિવિધ આકારનાં પાંદડા ભેગાં કરો. તેના પર રંગ લગાવીને કાગળ પર તેની છાપ પાડો. તેમાંથી ગણેશજી, પક્ષી કે કુદરતી દૃશ્ય વગેરે બનાવો.

વસ્તુનું નામ	પદાર્થનો પ્રકાર (પ્લાસ્ટિક/ લોખંડ/કાચ/ અન્ય ધાતુ)	તડકામાં રાખ્યા પછીની સ્થિતિ (વધુ ગરમ / ઓછી ગરમ / સામાન્ય)	છાયડાંમાં લાવ્યા પછીની સ્થિતિ (તરત ઠંડી પડી / ઠંડી પડતા વાર લાગી)
લોખંડની ખીલી	લોખંડ	વધુ ગરમ	ઠંડી પડતા વાર લાગી

19. તમારા ઘરમાં રહેલી પ્લાસ્ટિક, લોખંડ, કાચ અને અન્ય ધાતુઓની ચીજ વસ્તુઓને સૂર્યના તડકામાં મૂકો. 30 મિનિટ બાદ જુઓ કે કઈ વસ્તુ વધુ ગરમ થઈ અને કઈ વસ્તુ ઓછી ગરમ થયેલ છે. ત્યારબાદ તે વસ્તુઓને તડકામાંથી પાછી છાયડાંમાં લઈ ચકાસો કે કઈ વસ્તુ તરત જ ઠંડી પડી અને કઈ વસ્તુને ઠંડી પડતાં વાર લાગી. તેના આધારે નીચેનું કોષ્ટક પૂર્ણ કરો.
20. તમારા ઘરમાં કે પાડોશમાં જો ભગવદ ગીતા કે રામાયણ હોય તો તેનો એક શ્લોક કે એક ચોપાઈ તેના અર્થ સાથે નોટબુકમાં લખો. તેને યાદ રાખી તેનું તમારા ઘરનાં સભ્યો કે મિત્ર સામે ગાન કરો.
21. જૂનાં છાપામાંથી અકસ્માતના વિવિધ સમાચારોની કાપલીઓ કાપીને કાગળ પર લગાવો. તે અકસ્માતથી બચવા માટે શું શું કરી શકાય? તે બાબતો નોટબુકમાં લખો.
22. તમારા ઘરમાં રહેલી કોઈ પણ સાત ગોળ વસ્તુઓ લઈ તેની ધાર પર દોરી ફેરવી તેનો પરિઘ માપો. ત્યારબાદ તેની મધ્યમાંથી પસાર થતો વ્યાસ માપો. નીચેનું કોષ્ટક ભરો અને ચકાસો કે શું જાદુ થાય છે?

વસ્તુનું નામ	પરિઘ (દોરીથી માપેલ લંબાઈ –સેમીમાં)	વ્યાસ (ફૂટપટ્ટીથી માપેલ લંબાઈ –સેમીમાં)	ગુણોત્તર (પરિઘ ÷ વ્યાસ)
બંગડી			

23. તમારા ગામમાં વેચાતાં શાકભાજી અને ફળોની યાદી બનાવો. તે શાકભાજી અને ફળો ક્યાંથી આવે છે, કોણ લેવા જાય છે, કેટલી કિમતમાં આવે છે, વેચાણ કિંમત કેટલી છે, કેટલા સમયમાં તે વેચાય જાય છે, વગેરે... માહિતી મેળવી નોટબુકમાં લખો.

શાકભાજી કે ફળનું નામ	ક્યાંથી આવે છે? (ગામનું ખેતર / નજીકનું શહેર /માર્કેટ યાર્ડ)	કોણ લેવા જાય છે? (વેપારી પોતે /ખેડૂત / ટેમ્પોવાળો)	ખરીદ કિંમત (૧ કિલોના અંદાજિત ભાવ)	વેચાણ કિંમત (૧ કિલોના અંદાજિત ભાવ)	વેચાતા લાગતો સમય (૧ દિવસ / ૨ દિવસ કે વધુ)
બટાકા	ગામનું ખેતર	વેપારી પોતે	૧૦ રૂપિયા	૨૦ રૂપિયા	5દિવસ

24. તમને આવડતો કોઈ એક પ્રયોગ કે જાદુ તમારા ઘરનાં સભ્યો સામે કરી બતાવો.
જેમકે, જાદુઈ પ્યાલો (હવાના દબાણનો જાદુ)
જરૂરી સામગ્રી : એક કાચનો ગ્લાસ, પાણી અને એક સખત પોસ્ટકાર્ડ અથવા જાડું પૂંઠું.

કઈ રીતે કરશો?

- કાચના ગ્લાસને છેક ઉપર સુધી પાણીથી ભરી દો (થોડી પણ હવા બાકી ન રહેવી જોઈએ).
- ગ્લાસના મોઢા પર પોસ્ટકાર્ડ મૂકો.
- હવે એક હાથ પોસ્ટકાર્ડ પર રાખીને હળવેથી ગ્લાસને ઊંધો કરી દો.
- ધીમેથી પોસ્ટકાર્ડ પરથી હાથ હટાવી લો.

જાદુ : તમે જોશો કે પોસ્ટકાર્ડ ગ્લાસ સાથે ચોંટેલો રહેશે અને પાણી નીચે નહીં પડે.

વિજ્ઞાન : ગ્લાસની અંદર પાણીનું દબાણ છે તેના કરતાં બહારની હવાનું દબાણ વધુ છે, જે પોસ્ટકાર્ડને ઉપરની તરફ ધકેલે છે અને પાણીને પડવા દેતું નથી.

25. શાળામાં શીખેલાં અને તમને આવડતાં યોગનાં આસનો તમારા ઘરનાં સભ્યો સામે કરી બતાવો.

26. તમારા ગામનાં વૃક્ષો પર જોવા મળતાં પક્ષીઓના માળા જુઓ. માળાનો આકાર અને તે માળા બાંધવા માટે કઈ કઈ સામગ્રીનો ઉપયોગ થાય છે તે લખો.

પક્ષીનું નામ	માળાનો આકાર (ગોળ / લટકતો /કપ જેવો)	માળો બનાવવા વપરાયેલી સામગ્રી, (સડેકડાં, રૂ, તણખલાં, વગેરે)

27. તમારા જન્મ અગાઉ તમારાં પપ્પા અને મમ્મીની પેઢીમાં કોણ કોણ જન્મ્યું હતું? તેનાં નામ અને તેઓ શું કરતા હતા તેની વિગત ઘરમાંથી જાણી નોટબુકમાં નોંધ કરો.

મમ્મીની પેઢીમાં જન્મેલી વ્યક્તિઓનાં નામ	તેઓ શું વ્યવસાય કે કામ કરતા હતા?	પપ્પાની પેઢીમાં જન્મેલ વ્યક્તિઓનાં નામ	તેઓ શું વ્યવસાય કે કામ કરતા હતા?

28. માટી, સળીઓ, નાની લાકડીઓ, કાપડના ટુકડાઓ, કાગળ અને અન્ય સામગ્રીમાંથી બગીચો, મંદિર, જોવાલાયક સ્થળનું તમને ગમતું મૉડેલ બનાવો. તમે કેવી રીતે બનાવ્યું તેની વાત ઘરનાં સભ્યોને કરો.
29. તમારા ઘરમાં જો પરિવારનાં સભ્યોના જૂના ફોટા હોય તો તે કયા સમયે લેવામાં આવેલા અને તેમાં કોણ કોણ છે તેની વિગત જાણો.
30. કુદરતમાં મળતાં પાંદડાં કે ફૂલોમાં કેટલી સમિતિની રેખાઓ છે તે શોધવાની રમત રમો. નીચેના કોષ્ટક મુજબ નોટબુકમાં માહિતીની નોંધ કરો.

પાનફૂલનું નામ/	પાંખડીઓની સંખ્યા	સમિતિની રેખાઓની સંખ્યા

આટલું કરીએ (ધોરણ-૮)

નમસ્કાર,

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થીમિત્રો,

વેકેશન દરમ્યાન આપનાં સંતાન દ્વારા ઘરે બેઠા રોજ નવી નવી પ્રવૃત્તિ/ પ્રોજેક્ટ કરી શકાય તેની સંભવિત યાદી અહીં આપવામાં આવી છે, જેમાંથી આપ શક્ય હોય તેટલી પ્રવૃત્તિઓ અથવા તેના જેવી અન્ય પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળક પાસે કરાવી શકો છો. આ પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળકને આગામી ધોરણના અભ્યાસ માટે પૂર્વતૈયારી કરાવશે. આપેલ QR કોડને સ્કૅન કરી સમયાંતરે આ પ્રવૃત્તિઓ અંગે માર્ગદર્શન અને નવી વાર્તા, ગીત અને અન્ય પ્રવૃત્તિની માહિતી મેળવવાનું ચૂકશો નહીં.

પ્રવૃત્તિ માટે

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થી મિત્રો,

ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી દ્વારા શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૨૬-૨૭ના ઉનાળુ વેકેશન માટે તૈયાર કરવામાં આવેલી પ્રવૃત્તિઓ આપને કેવી લાગી? તમારા મૂલ્યવાન પ્રતિભાવો અમારા માટે ખૂબ મહત્ત્વના છે. આપના પ્રતિભાવોના આધારે અમે ભવિષ્યમાં વધુ સારી પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરી શકીશું અને શૈક્ષણિક સંશોધનને નવી દિશા આપી શકીશું.

- બાજુમાં આપેલા **Feedback Form QR Code**ને સ્કૅન કરો .
- Link -:https://forms.gle/4tNLpZYV8R5cVX2v7
- ઓનલાઇન ફોર્મમાં તમારી વિગતો અને પ્રવૃત્તિઓ અંગેનાં મંતવ્યો નોંધો.

પ્રતિભાવ/સૂચન માટે

આપનાં સંતાનની પ્રવૃત્તિઓના ફોટોગ્રાફ્સ, વીડિયો અને આપનાં સૂચનો 7575962929 નંબર ઉપર તમારા સંતાનના નામ અને ધોરણ સાથે મોકલવા વિનંતી.

આપના સહકાર બદલ આભાર!

પ્રવૃત્તિની યાદી

1. તમે જે જે ચીજવસ્તુઓનો ઘરમાં અથવા તો શાળામાં ઉપયોગ કરતા હો તેમનાં ચિત્રો દોરી નામ લખો.
   - ઘરનાં દરેક સભ્યને ૧૦ નવા શબ્દો પૂછો અને આ શબ્દોનાં કાર્ડ બનાવો અને રમત રમો.
   - ઘરનાં દરેક સભ્યને દસ શબ્દો પૂછો. શબ્દોનું વારંવાર પુનરાવર્તન ન થાય તેનું ધ્યાન રાખો.
   - તમામ શબ્દોને કે કોરા કાગળ/કાર્ડપેપર/પૂંઠા/વેસ્ટ ખોખાનો ઉપયોગ કરીને વિવિધ શબ્દકાર્ડ બનાવો.
   - બધા શબ્દોને ભેગા કરી મિશ્ર (મિક્સ) કરો.
   - કોઈ એક સભ્ય તેમાંથી એક કાર્ડ ઉપાડશે અને તે શબ્દ કોને લખાવ્યો હતો તે તમારે (વિદ્યાર્થીએ) કહેવાનો છે.
2. તાળી પાડવાની રમત.
   - ઘરનાં સભ્યો અને મિત્રો સાથે મળીને એક રાઉન્ડ કરીને બેસી જાઓ.
   - હવે વારાફરતી ૧,૨,૩,૪,... આવી રીતે ક્રમમાં નંબર આવે તેવી રીતે બોલવાના છે.
   - પરંતુ ધ્યાન એટલું રાખવાનું છે કે ૩ના ગુણક એટલે કે જ્યારે ૩,૬,૯,૧૨,... જેનો બોલવાનો વારો આવે તેને નંબર બોલવાનો નથી તેને તાળી પાડવાની છે.

- આવી રીતે રમત રમવી.
- જે ભૂલ કરે તે આઉટ ગણાય. વિજેતાને બાકીનાં સભ્યોએ તાળીઓથી પ્રોત્સાહિત કરવા.

3. ઘરમાં કે નજીકના વિસ્તારમાં સફાઈમાં મદદ કરો અને તેના અનુભવ અંગે નોટબુકમાં લખો.
   - તમારા મિત્રો સાથે મળીને એકબીજાના ઘરની સફાઈ, શેરીસફાઈ, ગામની કોઈ દુકાન નજીક સફાઈ વગેરે જેવા વિસ્તારની સફાઈ કરવાનું આયોજન કરો.
   - સફાઈ કરતાં પહેલાં અને સફાઈ કર્યા પછીના ફોટોગ્રાફ્સ પાડી શો બદલાવ થયો તે જોઈને તમને શું અનુભવાય છે તે પણ તમારી નોટબૂકમાં લખો.
4. કાચી કેરી અને ડુંગળીનું કચુંબર બનાવો.
   - કચુંબર બનાવવા માટેની જરૂરી સામગ્રી ભેગી કરી કચુંબર તૈયાર કરો.
   - આ પ્રવૃત્તિને વધુ રસપ્રદ બનાવવા માટે ઘરનાં સભ્યો વચ્ચે કચુંબર બનાવવાની સ્પર્ધા કરો.
   - જે સભ્યે સૌથી સારું કચુંબર બનાવ્યું હોય તેની પાસેથી શીખવા પ્રયત્ન કરો.
   - તમે બનાવેલા કચુંબરને વધુ આકર્ષક અને સ્વાદિષ્ટ બનાવવા શું કરી શકાય તે વિચારો.
5. તમારા ગામ કે શહેરની કોઈ વિશેષ માહિતી ભેગી કરો અને તેના વિશે ૧૦ વાક્ય લખો.
   - તમારા ગામ, શહેર કે તમારા પરિવારના વડીલોની મુલાકાત કરો. તેમની પાસેથી ગામ/શહેરની માહિતી મેળવો.
   - એવી કોઈ માહિતી કે જે તમને વિશેષ લાગી હોય તે યાદ રાખી તેની નોંધ તમારી નોટબૂકમાં લખો.
   - ગામ/શહેરમાં આવેલ કોઈ ઐતિહાસિક સ્થળ વિશે પણ લખી શકો.
6. ૧ મિનિટમાં તમે અને તમારા મિત્ર કેટલાં દોરડાં કૂદી શકો છો તેની નોંધ કરો.
   - માત્ર મજાની પ્રવૃત્તિ નથી, પણ શરીર માટે પણ ખૂબ ફાયદાકારક છે.

   દોરડા કૂદવાથી થતા મુખ્ય ફાયદા :

   - કુલ બોડી વર્કઆઉટ : તે એકસાથે તમારા પગ, પેટના સ્નાયુઓ અને હાથની કસરત કરે છે.
   - હૃદય માટે ઉત્તમ : આ એક શ્રેષ્ઠ 'કાર્ડિયો' કસરત છે, જે હૃદયના ધબકારા સુધારે છે અને હૃદયને મજબૂત બનાવે છે.
   - એકાગ્રતા વધે : દોરડા કૂદતી વખતે પગ અને હાથનો તાલ મેળવવો પડે છે, જેનાથી મગજની એકાગ્રતા અને શરીરનું સંતુલન વધે છે.
   - કૅલરી બર્ન થાય : ઝડપથી વજન ઘટાડવા અને ફિટ રહેવા માટે આ સૌથી સરળ અને અસરકારક રસ્તો છે.
   - હાડકાં મજબૂત બને : તે હાડકાંની ઘનતા (Bone Density) વધારવામાં મદદ કરે છે, જે શરીરના માળખાને મજબૂતી આપે છે.

આ પ્રવૃત્તિને રસપ્રદ કેવી રીતે બનાવશો?

- જમ્પ ચેલેન્જ: ૧ મિનિટનો ટાઇમર સેટ કરો. તમે અને તમારા મિત્ર વારાફરતી કૂદો. કોણ સૌથી વધુ કૂદકા મારે છે તેની નોંધ રાખો.
- મ્યુઝિક બીટ : કોઈ ફાસ્ટ મ્યુઝિક વગાડો અને તેના તાલે દોરડા કૂદવાનો પ્રયત્ન કરો.
- વેરિએશન : સાદા કૂદકાને બદલે 'એક પગે કૂદવું' કે 'પાછળની તરફ દોરડું ફેરવવું' જેવી વિવિધ રીતો અજમાવો.
- રૅકોર્ડ બુક: તમારી નાની નોટબુકમાં રોજનો સ્કોર લખો. જુઓ કે એક અઠવાડિયા પછી તમારા સ્કોરમાં કેટલો સુધારો થયો છે!

7. તમારાં માતાપિતાને પત્ર લખો. તેમાં તમે શું બનવા માગો છો તે લખો.

- પત્રલેખન અને તમારી વાત રજૂ કરવાની રીતને વધુ રસપ્રદ બનાવવા માટે શું શું કરી શકાય તે વિચારો. (કેટલીક બાબતો જોઈએ) જેમકે,
- સપનાનું ચિત્ર' (Vision Board): પત્રની સાથે એક નાનું ચિત્ર દોરો, જેમાં તમે જે બનવા માંગો છો તે દર્શાવ્યું હોય (દા.ત. જો તમારે ડૉક્ટર બનવું હોય તો સ્ટેથોસ્કોપનું ચિત્ર).
- ગુપ્ત પત્ર (Surprise Letter): પત્ર સીધો હાથમાં આપવાને બદલે, તેમના તકિયા નીચે અથવા ચાના કપ પાસે છુપાવી દો. જ્યારે તેઓ અચાનક તે વાંચશે, ત્યારે તેમને વધુ આનંદ થશે.
- રંગબેરંગી સજાવટ : પત્ર લખવા માટે સાદા કાગળને બદલે કોઈ રંગીન કાગળ વાપરો અથવા કિનારી પર સ્કૅચ પેનથી નાની ડિઝાઈન બનાવો.
- કૃતજ્ઞતા સાથે શરૂઆત : પત્રમાં તમારા સપના વિશે જણાવતાં પહેલાં, તેમણે અત્યાર સુધી તમારા માટે જે કર્યું છે તેના માટે તેમનો આભાર માનો. આમ કરવાથી પત્ર વધુ પ્રભાવશાળી અને લાગણીસભર બનશે.
- વીડિયો મૅસેજ : જો તમે પત્રની સાથે નાનો વીડિયો રૅકોર્ડ કરો જેમાં તમે તમારા સપના વિશે ઉત્સાહથી વાત કરી રહ્યા હો, તો તે યાદગાર બની રહેશે.

8. કોરા/રંગીન કાગળની મદદથી 10,20,50,100,500 રૂપિયાની નોટો બનાવો તેમજ 1,2,5,10,20ના સિક્કાની છાપ પાડી સિક્કા બનાવો. ઘર ઉપયોગી વસ્તુઓ અને તેની કિંમત છાપામાંથી શોધો તેને કટિંગ કરી એક બૉક્સમાં મૂકો. ઘરનાં સભ્યો સાથે વસ્તુઓના ખરીદવેચાણની રમત રમો. છેલ્લે નોંધશો કે તમને ફાયદો થયો કે નુકસાન.

- કોરા/રંગીન કાગળમાંથી 10,20,50,100,500 રૂપિયાની નોટો બનાવો.
- કોરા કાગળ પર 1,2,5,10,20 ના સિક્કાની છાપ પાડો.
- સમાચારપત્રોમાંથી અથવા કાગળ પર ચિત્ર દોરી ઘર વપરાશની વસ્તુઓનાં ચિત્રો ભેગાં કરો તેની પાછળ તેની કિંમત નક્કી કરો જરૂર જણાય તો છાપાનો ઉપયોગ કરો.
- ઘરનાં સભ્યો સાથે ખરીદવેચાણની રમત રમો. આ મુજબ નોંધ કરો.

વસ્તુનું નામ	નક્કી કરેલ કિંમત	વેચાણ કિંમત	ફાયદો થશે કે નુકસાન	કેટલા રૂપિયા ?
ખુરશી	.રૂ 450	480 રૂ.	નફો	30

9. તમારા ઘરનાં દરેક સભ્ય દ્વારા દરરોજ થતો ઘર ખર્ચ નોંધો અને સાપ્તાહિક ખર્ચની સરખામણી કરવી. ઘરનાં દરેક સભ્યને પૂછીને ખર્ચની દરરોજ નોંધ કરો.

વારનું નામ	**દિવસ દરમિયાન કરેલ કુલ ખર્ચ**
રવિવાર	
સોમવાર	
મંગળવાર	
બુધવાર	
ગુરુવાર	
શુક્રવાર	
શનિવાર	

ઉપરના સાપ્તાહિક ખર્ચની દરરોજના ખર્ચ સાથે સરખામણી કરો.

10. તમારા ગામ/શહેરનો નકશો બનાવો અને તેમાં મુખ્ય માર્ગો, શાળા, હૉસ્પિટલ, મંદિર, બજાર, બસસ્ટેશન, પંચાયત ભવન, પોસ્ટઑફિસ વગેરે જાહેર સ્થળ દર્શાવો.
   - તમારા ઘરનાં વડીલો કે પાડોશમાં રહેતી જાણકાર વ્યક્તિ પાસેથી માહિતી મેળવી નકશો તૈયાર કરી શકો.
   - ઈન્ટરનેટના માધ્યમથી ગૂગલ મેપની મદદથી સેટેલાઇટ વ્યૂનો ઉપયોગ કરીને પણ તમે નકશો તૈયાર કરી શકો.

11. એક વાર્તાનું પુસ્તક વાંચો અને તેમાં તમને સૌથી વધુ શું ગમ્યું તેના વિશે નોટમાં લખો.
   - વાર્તાનું પુસ્તક/સામયિક/સમાચારપત્રની પૂર્તિ વગેરેમાંથી વાર્તા વાંચો.
   - તે વાર્તામાંથી તમને સૌથી વધુ શું ગમ્યું તેના વિશે મિત્રો, ઘરનાં સભ્યો, સગાંસબંધીઓ સાથે વાતચીત કરો. અને તેની નોંધ તમારી નોટબુકમાં કરો.

12.તમારાં માતાપિતાને તમે વેકેશન દરમિયાન ક્યાં ક્યાં કામમાં મદદ કરો છો તેનો "**હેલ્પર્સ રિપોર્ટ કાર્ડ**" અથવા "**ફેમિલી ચાર્ટ**" તૈયાર કરો.

મદદ કર્યા તારીખ	કોને મદદ કરી	કરેલી હેલ્પ	સિમ્બોલ

- કોન્ટ્રિબ્યુશન સ્માઈલી સિસ્ટિમ : તમારી નોટબુકમાં જ્યારે પણ કોઈ કામ પૂરું કરો, ત્યારે તેની સામે એક 'Star' અથવા 'Smiley' દોરો. વેકેશનના અંતે જુઓ કે તમારી પાસે કેટલા સ્ટાર્સ થયા!
- કૂપન બુક (Gift Coupons) : તમારાં માતા-પિતાને હાથે બનાવેલી 'હેલ્પ કૂપન્સ' આપો. જેમકે – "આ કૂપન આપશો એટલે હું ૧૫ મિનિટ પગ દબાવી આપીશ" અથવા "આ કૂપન એટલે આજે વાસણ હું સાફ કરીશ." જ્યારે પણ તેઓ થાકેલા હોય ત્યારે આ કૂપનનો ઉપયોગ કરી શકે.
- સિક્રેટ મિશન : તેમને કહ્યા વગર કોઈ એક કામ પૂરું કરી દો (જેમકે તેમનાં ચશ્માં સાફ કરવા કે પાણીની બોટલ ભરી રાખવી) અને જુઓ તેમના ચહેરા પરનું સ્મિત!
- ફોટો ડાયરી: તમે મદદ કરતા હો તેવો એક નાનો ફોટો પાડીને નોટબુકમાં ચોંટાડો. તે તમારી મીઠી યાદ બની રહેશે.

13. ઘરમાં ચેક કરો કે ક્યાંક બત્તી ખાલી ચાલે છે, ફોન ચાર્જર વ્યર્થ ચાલે છે, અને કઈ વસ્તુઓ વધુ વીજળી વાપરે છે. ક્યારે કોણ કેટલી વાર લાઇટ ચાલુ/બંધ કરવાનું ભૂલી જાય છે. આખા અઠવાડિયામાં સૌથી વધુ અને ઓછી ભૂલો કોણે કરી તેની નોંધ કરો.

- આ પ્રવૃત્તિને હજુ વધુ રસપ્રદ અને મનોરંજક બનાવવા માટે તમે નીચેની રીતો અજમાવી શકો છો:
- ઇલેક્ટ્રિક ડિટેક્ટિવ : તમે પોતે ઘરનાં "ઇલેક્ટ્રિક ડિટેક્ટિવ" બનો. જ્યારે પણ કોઈ લાઇટ કે ચાર્જર ચાલુ ભૂલી જાય, ત્યારે તેને પકડીને એક મજેદાર 'ફાઇન' (જેમકે એક ગ્લાસ પાણી પિવડાવવું અથવા ગીત ગવડાવવું) આપો.
- ગ્રીન સ્ટાર રેન્કિંગ: જે સભ્ય આખા અઠવાડિયામાં સૌથી ઓછી ભૂલો કરે, તેને રવિવારે "ગ્રીન સ્ટાર ઓફ ધ ફેમિલી" જાહેર કરો અને તેને કોઈ નાની ભેટ (જેમકે તેની પસંદગીનો નાસ્તો) આપો.
- સ્ટિકર વોર: સ્વીચ બોર્ડ પાસે નાનાં સ્ટીકર લગાવો જેમ કે "શું તમે મને બંધ કરવાનું ભૂલી ગયા?" અથવા "હું પણ થાકી ગઈ છું, મને બંધ કરો!" આ વાંચીને કોઈ લાઇટ ચાલુ રાખવાનું નહીં ભૂલે.
- વીજળીનું બિલ ચેલેન્જ: ગયા મહિનાનું વીજળીનું બિલ ચેક કરો અને આ મહિનાની મહેનત પછી આવતા બિલ સાથે તેને સરખાવો. જો બિલ ઓછું આવે, તો આખા પરિવારે મળીને તેની ઉજવણી કરવી!

આ રીતે તમે રમત-રમતમાં વીજળીની બચત કરી શકશો અને પર્યાવરણને પણ મદદરૂપ થશો.

14. ભવાઈ અથવા લોકનાટ્યના અંશો ભજવવા : – સ્થાનિક ભવાઈ અથવા લોકનાટ્યના નાના અંશો તૈયાર કરીને ભજવવા.

- લોકનાટ્ય અથવા ભવાઈ એ ગુજરાતનો અમૂલ્ય વારસો છે. તેને ભજવવા માટે તમારે બહુ મોટા સ્ટેજની જરૂર નથી, પણ થોડા ઉત્સાહ અને અભિનયની જરૂર છે.

ભવાઈમાં **'રંગલો'** અને **'રંગલી'** મુખ્ય પાત્રો હોય છે જે રમૂજ સાથે સામાજિક સંદેશ આપે છે.

પાત્રો : **રંગલો** : જે રમૂજ વાતો કરે અને પ્રશ્નો પૂછે. (તમે અથવા તમારા મિત્ર)

રંગલી : જે રંગલાની વાતોનો ચટાકેદાર જવાબ આપે. (મિત્ર અથવા બહેન)

જેમકે, વિષય : મોબાઈલનું વળગણ

- રંગલો : (નાચતાં-નાચતાં પ્રવેશ કરે છે) અલી એ રંગલી... સાંભળે છે કે?
- રંગલી : હા રે રંગલા, બોલ ને! કેમ આટલો હાંફી ગયો છે?
- રંગલો : અરે ગામમાં જોયું? બધા માણસો ડોક નમાવીને બેઠા છે. કોઈ કોઈની સામે જોતું જ નથી! શું કોઈને ગરદનનું દરદ ઊપડ્યું છે?
- રંગલી : અરે રંગલા, એ દરદ નથી, એ તો 'મોબાઈલ' નામનું ભૂત વળગ્યું છે! ગમે ત્યાં જુઓ, બસ અંગૂઠા ઘસ્યા કરે!
- રંગલો : સાચું કીધું હો રંગલી! લોકો ભલે અંગૂઠા ઘસે, પણ આપણે તો ભવાઈ રમીને સૌને જગાડવાના છે.

15. દર્પણમાં સીધું દેખાય તે રીતે તમારું નામ તથા તમારા ઘરનાં સભ્યોનાં નામ લખો.
    - તમારા મિત્ર કે પરિવારનાં સભ્યોનાં નામ એવી રીતે લખો કે તે અરીસામાં જ સીધાં દેખાય. આ ઊંધા લખેલા નામની દરેક સભ્યને ચિઠ્ઠી આપો અને તેને કહો કે, "જો તમારે આ વાંચવું હોય તો અરીસાની મદદ લેવી પડશે!" આ એક ગુપ્ત સંદેશા જેવી રમત બની જશે.

16. દૈનિક સમાચારમાં આવતું સુડોકુ (SUDOKU) ઉકેલવા પ્રયત્ન કરો.

સુડોકુના નિયમો

(૧) ૧ થી ૯ સુધીના જ અંકનો ઉપયોગ કરવો.

(૨) દરેક ખાનામાં એક જ અંકનો ઉપયોગ કરવો.

(૩) આડી અને ઊભી હરોળમાં અંકનો ઉપયોગ માત્ર એક જ વાર કરવો.

(૪) ૩ × ૩ = ૯ ખાનામાં ૧ થી ૯ અંકનો ઉપયોગ કરવો અને દરેક અંકનો માત્ર એક જ વાર ઉપયોગ કરવો.

હવે તમે પણ આવું સુડોકુ બનાવવા પ્રયત્ન કરો અને તેને સોલ્વ કરવા માટે તમારા મિત્રને આપો.

				૭	૯			
૯			૮	૪		૩		
૫	૮	૨	૩					
							૮	૬
	૧	૮				૫	૨	
૪	૨							
					૮	૨	૩	૧
		૫		૬	૧			૮
			૨	૯				

17. તમારા ગામમાં ગવાતાં લોકગીતો/લગ્નગીતો જાણી તેની સંગ્રહપોથી બનાવો.

    આ સંગ્રહપોથી બનાવવાની પ્રવૃત્તિને વધુ **રસપ્રદ અને જીવંત** બનાવવા માટે તમે નીચે મુજબ કરી શકો છો:

    - દાદી-નાનીની મુલાકાત : તમારા ઘરનાં વડીલો (દાદી અથવા નાની) પાસે બેસો અને તેમને જૂનનાં ગીતો ગાવાનું કહો. તે ગીતોના શબ્દો લખતી વખતે તેમનો અવાજ તમારા ફોનમાં રેકોર્ડ કરો, જેથી તે હમેશ માટે સચવાઈ રહે.

- ગીત પાછળની વાર્તા : દરેક ગીત કયા પ્રસંગે અને શા માટે ગવાય છે તેની નાની નોંધ લખો. જેમકે, 'ફટાણાં' કેમ ગવાય છે? તેનાથી ગીત પ્રત્યેની સમજ વધશે.
- સ્કેચ અને ફોટો : જે ગીત તમે લખ્યું હોય, તેની બાજુમાં તે પ્રસંગને લગતું નાનું ચિત્ર દોરો (દા.ત. લગ્નગીત હોય તો મહેંદી કે સાથિયાનું ચિત્ર).
- અંતાક્ષરી રમત : મિત્રો સાથે મળીને માત્ર લોકગીતો અને લગ્નગીતોની અંતાક્ષરી રમો. આનાથી તમને નવાં ગીતો જાણવા મળશે.
- શબ્દાર્થની સમજ : ગીતોમાં વપરાતા તળપદા શબ્દો (જેમકે 'ગોરી', 'લાડો', 'માંડવો') ના અર્થ બાજુમાં લખો.

આ પ્રવૃત્તિ દ્વારા તમે તમારી સંસ્કૃતિના વારસાને ખૂબ જ સુંદર રીતે સાચવી શકશો!

18. વર્તમાનપત્રો (છાપું) માંથી વ્યક્તિ વિશેષનાં કટિંગ કરી તેની સંગ્રહપોથી બનાવો અને તમારા મિત્ર સાથે તેના વિશે વાત કરો.

આ પ્રવૃત્તિને તમારા મિત્રો સાથે વધુ રસપ્રદ બનાવવા માટે તમે નીચે મુજબ કરી શકો છો :

- "ગેસ ધ પર્સનાલિટી" (Guess the Personality): તમારા મિત્રને છાપાના કટિંગમાંથી માત્ર એ વ્યક્તિનાં કાર્યો વિશે કહો અને તેમને તે વ્યક્તિનું નામ ધારવા (Guess કરવા) કહો.
- પ્રેરણા ડાયરી : કટિંગની નીચે એક નાની લાઇન લખો: "આ વ્યક્તિ પાસેથી મને કયો ગુણ શીખવા મળ્યો?" (દા.ત. મહેનત, ધીરજ અથવા પરોપકાર).
- રવિવારની ચર્ચા : દર રવિવારે તમારા મિત્રને મળો અને આખા અઠવાડિયા દરમિયાન તમે જે વ્યક્તિ વિશે વાંચ્યું હોય, તેના વિશે એકબીજાને વાર્તાની જેમ કહો.
- આકર્ષક સજાવટ : સંગ્રહપોથીના પાના પર કટિંગની આસપાસ રંગીન બોર્ડર બનાવો અથવા તે વ્યક્તિ સાથે જોડાયેલા ક્ષેત્રનું નાનું પ્રતીક (દા.ત. જો ક્રિકેટર હોય તો બેટ– બૉલ) દોરો.

આ રીતે છાપાનાં કટિંગ્સ માત્ર કાગળ નહીં, પણ તમારા માટે જ્ઞાનનો ભંડાર બની જશે!

19. તમારી આસપાસની સ્થાનિક વસ્તુઓમાંથી પક્ષીઓ અને પ્રાણીઓ માટે પીવાના પાણીની પરબ બનાવો.

આ પ્રવૃત્તિને વધુ રસપ્રદ અને જીવંત બનાવવા માટે તમે નીચે મુજબ કરી શકો છો :

- ડેકોરેશન : જો તમે માટીનું કુંડું વાપરતા હોવ, તો તેની બહારના ભાગે વોટરપ્રૂફ રંગોથી સુંદર ચિત્રો દોરો અથવા તેને કુદરતી દેખાવ આપવા માટે આસપાસ થોડાં પાંદડાં ગોઠવો.
- સેલ્ફી વિથ સર્વિસ : જ્યારે કોઈ પક્ષી તમારી પરબ પર પાણી પીવા આવે, ત્યારે તેનો સુંદર ફોટો પાડવાનો પ્રયત્ન કરો (દૂરથી, જેથી તે ડરી ન જાય). આ ફોટાનો સંગ્રહ તમારી ડાયરીમાં કરો.
- ખાણીપીણીનો ખજાનો : પાણીની પરબની બાજુમાં જ એક નાની ડિશમાં ચણ (જુવાર, બાજરી) મૂકો, જેથી પક્ષીઓને નાસ્તો અને પાણી બંને એક જ જગ્યાએ મળી રહે.

- મિત્રો સાથે સ્પર્ધા : તમારા મિત્રોને પણ આવી પરબ બનાવવાનું કહો અને અઠવાડિયાના અંતે ચર્ચા કરો કે કોની પરબ પર સૌથી વધુ અને કયા કયા પ્રકારનાં પક્ષીઓ આવ્યાં હતાં.
- નામકરણ : તમારી પરબ પર નિયમિત આવતાં પક્ષીઓને મજેદાર નામો આપો (જેમકે 'ચીંચીં ચકલી' કે 'કાકા કાગડો').

આ નાનકડો પ્રયાસ અસંખ્ય અબોલ જીવોની તરસ છિપાવવામાં મદદરૂપ થશે!

20. તમારા મિત્ર સાથે ગિલ્લીદંડાની રમત રમો અને તેનું દોરી અથવા લાકડી વડે માપન કરો. છેલ્લે કોણ જીત્યું?

  - **રમતના નિયમો :**

- એક દંડો(મોટી લાકડી) અને એક ગિલ્લી(બંને છેડેથી અણીદાર નાની લાકડી) લો.
- ગિલ્લીને હવામાં ઉછાળીને દંડા વડે ફટકો મારો.
- ગિલ્લી જેટલી દૂર જાય, ત્યાં સુધીનું અંતર દંડા અથવા દોરી વડે માપો.

માપનનું કોષ્ટક:

ખેલાડીનું નામ	**પ્રયત્ન ૧ (દંડાની સંખ્યા)**	**પ્રયત્ન ૨ (દંડાની સંખ્યા)**	**કુલ સ્કોર**
તમારું નામ			
મિત્ર ૧ નું નામ			

આ પ્રવૃત્તિને મનોરંજક બનાવવાની રીતો:

- યુનિટ ઓફ મેઝરમેન્ટ (માપન એકમ) : અંતર માપવા માટે માત્ર દંડાનો જ ઉપયોગ કરો. ઉદાહરણ તરીકે : શૉટ માર્યા બાદ અંદાજ લગાવો કે "મારો શૉટ ૨૦ દંડા દૂર પડ્યો!" હવે તેની વાસ્તવિક ગણતરી કરો. આનાથી ગણતરી કરવામાં વધુ મજા આવશે.
- કૉમેન્ટ્રી : જ્યારે તમારો મિત્ર ગિલ્લીને ફટકારે, ત્યારે રમતની 'લાઈવ કૉમેન્ટ્રી કરો. જેમકે, "અને આ જોરદાર ફટકો... ગિલ્લી ગઈ સીધી મેદાનની બહાર!"
- સ્પેશિયલ શૉટ : ગિલ્લીને હવામાં બે વાર ઉછાળીને (Tip-Tap) ફટકારવાનો પ્રયત્ન કરો. જે આ કરી શકે તેને 'બોનસ પોન્ટ્સ' આપો.
- વિજેતાની ટ્રોફી : જે મિત્ર સૌથી વધુ દંડાનું અંતર કાપે, તેને એક નાની ભેટ (જેમકે કોઈ ચૉકલેટ કે તેને ગમતી વસ્તુ) 'ચૅમ્પિયન' તરીકે આપો.

છેલ્લે કોણ જીત્યું? તમારા સ્કોરબોર્ડ મુજબ જેનો કુલ સ્કોર વધારે હોય તે વિજેતા ગણાશે. તમારી નોટબુકમાં વિજેતાનું નામ મોટા અક્ષરે લખજો!

21. બે પ્લાસ્ટિકની બોટલની મદદથી રેતઘડિયાળ બનાવો.

જરૂરી વસ્તુઓ :

બે સરખી નાની પ્લાસ્ટિકની બોટલો (ખાલી અને સૂકી),ઝીણી અને સૂકી રેતી, મજબૂત ટેપ (Cello tape),ગુંદર અથવા ફેવીક્વિક,બોટલના ઢાંકણામાં કાણું પાડવા માટે ખીલી અથવા ડ્રિલ

બનાવવાની રીત:

- બંને બોટલનાં ઢાંકણા લો અને તેમની ઉપરની સપાટી એકબીજા સાથે મજબૂત રીતે ગુંદરથી ચોંટાડી દો.
- ઢાંકણાની બરાબર વચ્ચે એક નાનું કાણું પાડો (જેમાંથી રેતી ધીમેથી પસાર થઈ શકે).
- એક બોટલમાં અડધે સુધી સૂકી રેતી ભરો.
- હવે જોડાયેલા ઢાંકણાને રેતીવાળી બોટલ પર ફિટ કરો અને બીજી ખાલી બોટલને ઉપરની બાજુએ લગાવો.
- બંને ઢાંકણા અને બોટલના જોડાણ પર મજબૂત ટેપ લગાવો જેથી રેતી બહાર ન નીકળે.

આ પ્રવૃત્તિને હજુ વધુ રસપ્રદ અને ઈનોવેટિવ બનાવવા માટે તમે નીચે મુજબ કરી શકો છો :

- કલરફુલ રેતી (Rainbow Sand) : સફેદ રેતીને બદલે રંગીન રેતીનો ઉપયોગ કરો. જો રંગીન રેતી ન હોય, તો સૂકી રેતીમાં થોડો ચોકનો પાવડર અથવા સૂકો કલર ભેળવીને તેને આકર્ષક બનાવી શકાય છે.
- ટાઇમ મેઝરમેન્ટ ચૅલેન્જ: એકવાર રેતઘડિયાળ તૈયાર થઈ જાય પછી સ્ટૉપવોચ ની મદદથી માપો કે બધી રેતી નીચે પડતાં કેટલો સમય લાગે છે (દા.ત. ૨ મિનિટ કે ૫ મિનિટ). બોટલ પર તે સમય લખી દો.
- ડેકોરેશન : બોટલની બહારના ભાગે ચમકીલાં સ્ટિકરો લગાવો અથવા કાયમી માર્કરથી સુંદર ડિઝાઇન બનાવો.
- ગેઇમ ટાઈમર : આ રેતઘડિયાળનો ઉપયોગ તમે ઘરે અંતાક્ષરી કે અન્ય રમતો રમતી વખતે 'ટાઈમ લિમિટ' રાખવા માટે કરી શકો છો.
- પાણીનો પ્રયોગ: રેતીને બદલે રંગીન પાણીનો ઉપયોગ કરીને 'લિક્વિડ ટાઇમર ' બનાવવાનો પ્રયત્ન પણ કરી શકાય છે, જે જોવામાં ખૂબ જ સુંદર લાગે છે.

22. તમારી કલ્પનાનું ચિત્ર બનાવો. (દા.ત. ચૉકલેટની દુનિયા, વાદળનું નગર, પાણીમાં ગામ, દૂધનું નગર, જો તમને પાંખ હોય તો) આ પ્રમાણેનાં ચિત્રો જેવું ચિત્ર દોરો અને તેના વિશે તમારા કુટુંબનાં સભ્યો સાથે વાતચીત કરો.

- તમારા ઘરનાં સભ્યોને બતાવો : આ નોંધ તમારા ઘરનાં સભ્યોને બતાવો અને તેમને તમારી કલ્પનાના ચિત્ર વિશે કહો!
- કલ્પનાનો પ્રચાર કરો : તમારા ઘરનાં સભ્યોને પણ તેમની પોતાની કલ્પનાનાં ચિત્રો બનાવવાનું કહો!

- નવા વિષયો વિચારો : ઘરનાં સભ્યો સાથે ચર્ચા કરી બીજા નવા વિષયો જેવા કે "દૂધનું નગર" અથવા "પાણીમાં ગામ" નું ચિત્ર બનાવવું હોય તો કેવું લાગશે? તે વિશે તમારી નોટબુકમાં નોંધ લો.

23. પાણીની અંદર જોવા મળતાં જળચર પ્રાણીઓનાં ચિત્રો દોરો અને તે જળચર પ્રાણીના ચિત્ર નીચે તેનું નામ અંગ્રેજીમાં લખો.

આ પ્રવૃત્તિને હજુ વધુ રસપ્રદ બનાવવા માટે, તમે આ કરી શકો :

- ચિત્રો દોરો : તમારી નોટબુક/કાર્ડપેપર/ચિત્રપોથીમાં આપેલી જગ્યામાં પાંચ જળચર પ્રાણીઓનાં ચિત્રો દોરો.
- રંગબેરંગી નામ : પ્રાણીના ચિત્રની નીચે અંગ્રેજીમાં નામ (દા.ત. DOLPHIN) લખો. આ નામ લખવા માટે તમારી પસંદગીની સ્કૅચપેન કે રંગીન પેન્સિલનો ઉપયોગ કરો, જેથી તે આકર્ષક લાગે.
- નવા મિત્રો ઉમેરો : જો તમને બીજા કોઈ જળચર પ્રાણી વિશે ખબર હોય અથવા ઘરનાં સભ્ય દ્વારા જાણવા મળે (દા.ત. સીહોર્સ), તો તેના વિશે પણ એક ચિત્ર દોરો અને નામ લખો.

- ઘરનાં સભ્યોને બતાવો : જ્યારે તમે બધાં ચિત્રો દોરી અને રંગ પૂરી લો, ત્યારે તમારા ઘરનાં સભ્યોને તમારી નોટબુક બતાવો અને તેમને આ પ્રાણીઓનાં અંગ્રેજી નામ શિખવાડો!

24. તમારાં દાદા–દાદી પાસેથી તમે ન સાંભળેલી નવી વાર્તાઓ સાંભળો અને તે લખો.

આ પ્રવૃત્તિને વધુ ઇનોવેટિવ અને રસપ્રદ બનાવવા માટે આ પણ કરી શકાય :

- વાર્તાકારની મુલાકાત (Interview Style): વાર્તા શરૂ કરતાં પહેલાં દાદા–દાદીને પૂછો કે તેમને આ વાર્તા કોણે સંભળાવી હતી? આ વિગત પણ નોટમાં લખો.

- ચિત્રવાર્તા : વાર્તા લખ્યા પછી નીચે તેની એક નાની ઝલક જેવું ચિત્ર દોરો. (દા.ત. જો વાર્તા જંગલની હોય તો એક સુંદર ઝાડ અને સિંહ દોરો).
- નવો અંત (Alternative Ending): વાર્તા પૂરી થયા પછી વિચારો કે જો વાર્તાનો અંત કંઈક અલગ હોત તો? તમારી કલ્પના મુજબનો અંત પણ નોટબુકમાં લખો.
- રૅકોર્ડિંગ : વાર્તા સાંભળતી વખતે તમારા ફોનમાં તેમનો અવાજ રૅકોર્ડ કરો. ભવિષ્યમાં જ્યારે તમે આ વાર્તા સાંભળશો ત્યારે તમને ખૂબ આનંદ થશે.
- કઠપૂતળી શો (Puppet Show): વાર્તા સાંભળ્યા પછી ઘરમાં રહેલાં જૂનાં મોજાં કે કાગળની મદદથી પાત્રો બનાવીને એ વાર્તા તમારા મિત્રો કે મમ્મી–પપ્પા સામે ભજવો.

25. એક શબ્દને ચાર ભાષામાં આવી રીતે લખી શકાય (કૂતરો, कुत्ता, Dog, श्वान) આવી ચાર ભાષામાં બનતા ૧૦ શબ્દોની ૪૦ ચિઠ્ઠી બનાવો.

રમત કેવી રીતે શરૂ કરશો? બધી ૪૦ ચિઠ્ઠીઓને વાળીને એક મોટા વાટકા અથવા ડબ્બામાં ભેગી કરી દો. પછી તેને બરાબર હલાવો જેથી બધી ભાષાઓ મિક્સ થઈ જાય. હવે તમારા મિત્રને પહેલી ચિઠ્ઠી ઉપાડવા કહો. તે એક મિત્ર ચિઠ્ઠી ઉપાડશે અને તે ચિઠ્ઠીમાં જે શબ્દ આવે તેને બીજી ત્રણ ભાષાના શબ્દોની ચિઠ્ઠી શોધશે. જો મળી જાય તો તે ચિઠ્ઠી બાજુમાં રાખો. હવે બીજા મિત્રનો વારો. આમ વારાફરતી રમત રમો.

નામ	સાચી ચિઠ્ઠી ઉપાડેલ સંખ્યા મુજબ પોઈન્ટ (દરેક સાચી ચિઠ્ઠીનો ૧ પોઈન્ટ)	સમયમર્યાદામાં (નક્કી કરેલ સમયમાં ઉપાડે તો ૧ પોઈન્ટ અન્યથા ૦)	સાચા ઉચ્ચારણ મુજબ ૧ શબ્દનો ૧ પોઈન્ટ	કુલ પોઈન્ટ
મિત્ર ૧	૩	૩	૨	૮

26. તમારા ગામમાં આવેલી કોઈ પણ એક સ્થાનિક સંસ્થાની મુલાકાત લઈ તે ક્યાં ક્યાં કાર્યો કરે છે તેનો અહેવાલ તૈયાર કરો.

આ પ્રવૃત્તિને 'ઇનોવેટિવ' (નવીન) બનાવવા માટે આપણે તેને એક "સ્થાનિક રત્ન : સંસ્થા પરિચય" મૅગેઝિન ના પાના તરીકે રજૂ કરી શકીએ. નીચે મુજબનો નમૂનો તમારી નોટબુકમાં વાપરી શકાય :

ડોક્યુમેન્ટરી અહેવાલ :

સંસ્થાનું નામ : (દા.ત. આઝાદ ગ્રામપંચાયત / અમર ડેરી)

મુલાકાતની તારીખ : ....

મુલાકાત લેનાર : .... (તમારું નામ)

સંસ્થાનો પરિચય અને કાર્યક્ષેત્ર:

મુખ્ય વિગત	માહિતી	નોંધ (ઈનોવેટિવ ટચ)
મુખ્ય ઉદ્દેશ	લોકોની સેવા અને ગામનો વિકાસ.	મેં ત્યાંની દીવાલ પર લખેલું સૂત્ર વાંચ્યું: "સ્વચ્છ ગામ, સુંદર ગામ".
વહીવટકર્તા	સરપંચ / તલાટી / ડેરી મૅનેજર	મેં તેમની સાથે ૫ મિનિટ વાત કરી અને તેમના અનુભવો જાણ્યા.
સેવાઓ/કાર્યો	પાણીની સગવડ, લાઇટ, સફાઈ, દૂધનું એકત્રીકરણ.	ત્યાં ડિજિટલ રૅકોર્ડ જાળવવામાં આવે છે જે જોઈને નવાઈ લાગી!
લોક ઉપયોગી પ્રવૃત્તિ	સરકારી યોજનાઓની માહિતી આપવી.	સંસ્થામાં એક નાની લાઇબ્રેરી પણ છે જે મને ખૂબ ગમી.

અહેવાલને વધુ અસરકારક બનાવવા માટે ફોટો (સંસ્થાનું મકાન/કર્મચારી કામ કરતા હોય) પણ ચોંટાડી શકાય, તમજ સંસ્થાનો નકશો પણ બનાવી શકાય.

તમે સંસ્થાના વડા હો તો તમે શું ફેરફાર કરો કે નવું ઈનોવેટિવ કરો તે પણ નોંધ કરી શકાય.

27. તમારી આસપાસની વસ્તુઓમાંથી જેવી કે ફૂલો, પાંદડાં, સળિયો, બીજ, કાંકરા વગેરેમાંથી રંગોળી કે આકૃતિ તૈયાર કરો.

- 3D રંગોળી: માત્ર સપાટ ચિત્ર દોરવાને બદલે પથ્થરો અને પાંદડાંને એકબીજા પર ગોઠવીને 'ઉપસેલી' આકૃતિ બનાવો. જેમકે, પથ્થરનો ઉપયોગ કરીને કાચબો બનાવો.
- પક્ષીની આકૃતિ : પાંદડાનો ઉપયોગ કરીને પક્ષીની પાંખો બનાવો અને રંગબેરંગી બીજ (સીડ્સ)થી તેની આંખો અને ચાંચ બનાવો.
- ભૌમિતિક ભાત (Geometric Patterns): સળીઓનો ઉપયોગ કરીને ચોરસ, ત્રિકોણ કે ષટ્કોણ જેવી ચોક્કસ આકૃતિઓ બનાવો અને તેની અંદર અલગ-અલગ રંગનાં ફૂલોની પાંખડીઓ ભરો.
- પાંદડાંનું તોરણ-રંગોળી : ઘરનાં આંગણે પાંદડાઓને એક લાઇનમાં ગોઠવીને તેની વચ્ચે ફૂલો મૂકીને 'વેલ' જેવી ડિઝાઈન બનાવો.

28.સરપંચ, ડૉક્ટર, શિક્ષક, તલાટી, ઈન્સ્પેક્ટર વગેરેને મળી તેઓ કઈ રીતે અહીં સુધી પહોંચ્યા તે વિશે લખો.

સફળતાની સીડી (Success Ladder)

જ્યારે તમે આ મહાનુભાવોને મળો, ત્યારે તેમને પ્રશ્નો પૂછો. તમારી નોટબુકમાં દરેક વ્યક્તિ માટે નીચે મુજબનું આકર્ષક પેજ બનાવો :

૧. મુલાકાત કાર્ડ

- નામ અને વ્યવસાય : (દા.ત. શ્રી મનસુખભાઈ – સરપંચ)
- સુપર પાવર (તેમનું મુખ્ય કાર્ય) : (દા.ત. ગામનો વિકાસ કરવો)
- સંઘર્ષનું સ્ટેશન : અહીં સુધી પહોંચતાં તેમને કઈ મુશ્કેલી પડી?
- મનગમતો વિષય : શાળામાં તેમને કયો વિષય ગમતો હતો?

વ્યવસાય	અહીં સુધી પહોંચવાનો માર્ગ (Success Path)	ધોરણ ૮ ના વિદ્યાર્થી માટે ટિપ
સરપંચ (Sarpanch)	લોકોની સેવા કરી, ગામના પ્રશ્નો ઉકેલ્યા અને લોકશાહીની ચૂંટણી જીત્યા.	નેતૃત્વ (Leadership) અને લોકો સાથે વાત કરવાની કળા શીખો.
ડૉક્ટર (Doctor)		
શિક્ષક (Teacher)		
તલાટી (Talati)		
ઇન્સ્પેક્ટર (Inspector)		

29. કુદરતી ખાતર (કચરામાંથી કંચન) બનાવવું – ખોખું, તૂટેલું માટલું, કૂંડું અથવા જમીનમાં એક નાનોસરખો ઊંડો ખાડો કરી શકાય. તેમાં ઘરનાં રસોડાનો ભીનો કચરો (શાકભાજી– ફળની છાલ, એઠવાડ, ચાની ભૂકી), ગાયનું છાણ તથા આજુબાજુનાં ઝાડનાં પત્તાં એક બાજુ એકત્રિત કરો. આ મિશ્રણને ત્રણચાર દિવસે હલાવતાં રહેવું. ૩૦ દિવસના અંતે તૈયાર થયેલ ખાતર તમારા ઘર અને શાળાના છોડને નાખો, જે કુદરતી ખાતરની ગરજ સારશે.

ખાતર બનાવવાની 'સ્ટેપ-બાય-સ્ટેપ' ડાયરી :

અઠવાડિયું (Week)	મેં શું કર્યું? (My Action)	અવલોકન (Observation)
૧લું અઠવાડિયું	માટલામાં નીચે સૂકાં પાંદડાનું સ્તર કર્યું, પછી ભીનો કચરો અને છાણ ઉમેર્યું.	મિશ્રણ હજુ તાજું છે, કોઈ ખાસ ગંધ નથી.
૨જું અઠવાડિયું		
૩જું અઠવાડિયું		
૪થું અઠવાડિયું		

આ પણ કરી શકાય :

- ખાતરનું નામકરણ (Branding): તમારા ખાતરને એક મસ્ત નામ આપો, જેમ કે "ધ ગ્રીન મેજિક" અથવા "સુપર પોષણ". તેના પૅકેટ પર એક નાનું લેબલ લગાવો.
- પરીક્ષણ (The Test): બે સમાન છોડ લો. એકમાં તમે બનાવેલું ખાતર નાખો અને બીજામાં કાંઈ જ ન નાખો. ૧૫ દિવસ પછી બંનેના વિકાસનો તફાવત જુઓ અને ફોટા પાડો.
- ગંધમુક્ત ટિપ : જો માટલામાંથી ગંધ આવતી હોય, તો તેની ઉપર થોડી સૂકી માટી અથવા લીમડાનાં પાન નાખી દો. આ એક 'નેચરલ ફિલ્ટર'નું કામ કરશે.
- જાગૃતિ અભિયાન : તમારા પડોશીઓને પણ સમજાવો કે રસોડાનો કચરો બહાર ફેંકવાને બદલે તેને આ રીતે ખાતરમાં ફેરવી શકાય છે.
- સ્કૂલ ગાર્ડન ગિફ્ટ : તમે બનાવેલું ખાતર એક સુંદર નાની કોથળીમાં ભરીને તમારી શાળાના માળી (ગાર્ડનર) ને ભેટ આપો. તેઓ ખૂબ ખુશ થશે!
- શું ન નાખવું : પ્લાસ્ટિક, કાચ, મેટલ, દૂધની બનાવટો કે તેલવાળો ખોરાક ન નાખવો. તેનાથી ખાતર બગડી શકે છે.
- હવાની અવરજવર : જો માટલું વાપરતા હો તો તેમાં નાનાં કાણાં પાડો જેથી હવા મળે અને ખાતર ઝડપથી બને.

30. તમારા ગામના જૂનામાં જૂના મકાનની મુલાકાત લઈ તેનું ચિત્ર દોરો તથા તેના વિશે પાંચ વાક્ય લખો.

અહીં તમારા ગામના જૂના મકાનનું સુંદર ચિત્ર તમારી નોટબુક/ચિત્રપોથી/કોરા કાગળમાં દોરો. ચિત્રમાં મકાનની જૂની શૈલી, પથ્થરની દીવાલો અને નળિયાવાળું છાપરું વગેરે દર્શાવો.

જેમકે પાંચ વાક્યો:

અમારા ગામનું આ જૂનું મકાન લગભગ ૧૦૦ વર્ષ જૂનું છે. તેની દીવાલો જાડી છે અને માટી અને પથ્થરથી બનેલી છે. મકાનનું છાપરું નળિયાવાળું છે અને લાકડાના ટેકા પર ઊભું છે. તેમાં જૂની શૈલીનાં બારી-બારણાં છે અને એક મોટો ચોક છે. આ મકાન અમારા ગામની સંસ્કૃતિ અને ઇતિહાસની યાદ અપાવે છે.

આ પ્રવૃત્તિને વધુ ઈનોવેટિવ બનાવવાની રીતો :

- મકાનનો નકશો : તમારી ડાયરીમાં એ મકાન કેવું દેખાય છે તેનો એક નાનો નકશો દોરો.
- જૂના ફોટા : જો શક્ય હોય તો, તમારા ગામના વડીલો પાસેથી આ મકાનના જૂના ફોટા એકત્રિત કરો અને તમારા અહેવાલની બાજુમાં ચોંટાડો.
- મકાનની વાર્તા : મકાનના માલિક અથવા ગામના વડીલો પાસેથી આ મકાન વિશેની કોઈ જૂની વાર્તા સાંભળો અને તે તમારી નોટબુકમાં લખો.
- ડેકોરેશન : તમારા ચિત્રને રંગીન પેન્સિલ અથવા વૉટર કલરથી વધુ સુંદર બનાવો.
- પ્રશ્નોત્તરી : મકાનના માલિકને પૂછો કે "તમને આ મકાનમાં કઈ વસ્તુ સૌથી વધુ ગમે છે?" તેમનો જવાબ અહેવાલમાં ઉમેરો.

આટલું કરીએ (ધોરણ-૯)

નમસ્કાર,

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થીમિત્રો,

વેકેશન દરમ્યાન આપનાં સંતાન દ્વારા ઘરે બેઠા રોજ નવી નવી પ્રવૃત્તિ/ પ્રોજેક્ટ કરી શકાય તેની સંભવિત યાદી અહીં આપવામાં આવી છે, જેમાંથી આપ શક્ય હોય તેટલી પ્રવૃત્તિઓ અથવા તેના જેવી અન્ય પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળક પાસે કરાવી શકો છો. આ પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળકને આગામી ધોરણના અભ્યાસ માટે પૂર્વતૈયારી કરાવશે. આપેલ QR કોડને સ્કૅન કરી સમયાંતરે આ પ્રવૃત્તિઓ અંગે માર્ગદર્શન અને નવી વાર્તા, ગીત અને અન્ય પ્રવૃત્તિની માહિતી મેળવવાનું ચૂકશો નહીં.

પ્રવૃત્તિ માટે

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થી મિત્રો,

ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી દ્વારા શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૨૬-૨૭ના ઉનાળુ વેકેશન માટે તૈયાર કરવામાં આવેલી પ્રવૃત્તિઓ આપને કેવી લાગી? તમારા મૂલ્યવાન પ્રતિભાવો અમારા માટે ખૂબ મહત્ત્વના છે. આપના પ્રતિભાવોના આધારે અમે ભવિષ્યમાં વધુ સારી પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરી શકીશું અને શૈક્ષણિક સંશોધનને નવી દિશા આપી શકીશું.

- બાજુમાં આપેલા **Feedback Form QR Code**ને સ્કૅન કરો.
- Link:- https://forms.gle/4tNLpZYV8R5cVX2v7
- ઓનલાઇન ફોર્મમાં તમારી વિગતો અને પ્રવૃત્તિઓ અંગેનાં મંતવ્યો નોંધો.

પ્રતિભાવ/સૂચન માટે

આપનાં સંતાનની પ્રવૃત્તિઓના ફોટોગ્રાફ્સ, વીડિયો અને આપનાં સૂચનો 7575962929 નંબર ઉપર તમારા સંતાનના નામ અને ધોરણ સાથે મોકલવા વિનંતી.

આપના સહકાર બદલ આભાર!

પ્રવૃત્તિની યાદી

1. મોબાઇલ, ઇન્ટરનેટ અથવા પુસ્તકનો ઉપયોગ કરીને કોઈ એક ભારતીય ગણિતશાસ્ત્રી વિશે માહિતી શોધો (જેમકે – આર્યભટ્ટ, શ્રીનિવાસ રામાનુજ વગેરે). માહિતી શોધ્યા પછી તેને ધ્યાનથી વાંચો અને સમજો.

   નીચે મુજબની માહિતીને આધારે વિસ્તૃત લખો.

   - ગણિતશાસ્ત્રીનું નામ :
   - જન્મતારીખ અને જન્મસ્થળ :
   - તેઓએ શું ખાસ કામ કર્યું :
   - તેમની મહત્ત્વની શોધ અથવા યોગદાન :
   - તેમના જીવન વિશે રસપ્રદ માહિતી :

   આ સિવાયની પણ માહિતી તમે લઈ શકો.લખતી વખતે લખાણ સ્વચ્છ રાખો અને જરૂરી હોય તો ચિત્ર પણ દોરો અથવા ચોંટાડો.આ કામ પૂર્ણ કર્યા પછી, તમે જે લખ્યું છે તે તમારા મિત્રો અથવા કુટુંબનાં સભ્યો સમક્ષ રજૂ કરો અને તેની પર ચર્ચા કરો.

2. વર્તમાનપત્રો (ન્યૂઝપેપર), મોબાઇલ અથવા ઇન્ટરનેટનો ઉપયોગ કરીને દેશની આર્થિકસ્થિતિ વિશે માહિતી શોધો. ખાસ કરીને GDP (Gross Domestic Product) વિશે માહિતી મેળવો.સૌથી પહેલાં જાણો કે Gross Domestic Productએટલે શું ? તે દેશની આર્થિક સ્થિતિ બતાવવામાં કેવી રીતે મદદ કરે છે?આપેલી વિગતો મુજબની માહિતી શોધી ચર્ચા કરો.
   - હાલમાં દેશનો GDP કેટલો છે?
   - ગયા વર્ષ સાથે તેની તુલના (વધ્યો કે ઘટ્યો?)
   - GDP વધે કે ઘટે તો તેના અર્થ શું થાય?
   - GDPનો દેશના લોકોના જીવન પર શું અસર પડે છે?

   ત્યારબાદ, GDP વિશે સારી જાણકારી ધરાવતી કોઈ વ્યક્તિ (જેમ કે શિક્ષક, વાલી અથવા જાણકાર વયક્તિ)ની મુલાકાત લો અને તેમને પ્રશ્નો પૂછો, જેમ કે:GDP શું છે?તે કેવી રીતે માપવામાં આવે છે?દેશ માટે તેનું મહત્ત્વ શું છે?અંતમાં, તમે જે શીખ્યા છો તેની ચર્ચા તમારા મિત્રો સાથે કરો અને તમારા વિચારો રજૂ કરો.
3. તમારાઘરના વડીલો કે મિત્રો સાથે બેસીને જૂની કહેવતો સાંભળો અને તેના અર્થ વિશે ચર્ચા કરો.
4. **અગ્નિ રહિત રસોઈ:** તમને જાણીને નવાઈ લાગશે કેકેટલીક રસોઈ ગેસ કે અગ્નિનો ઉપયોગ કર્યા વગર પણ બનાવી શકાય છે. જેમકે,સ્પ્રાઉટ ભેળ : ફણગાવેલા મગ અનેચણા, ડુંગળી, ટામેટાં અને મસાલા મિક્સ કરીને પૌષ્ટિક ભેળ તેમજ બિસ્કિટ પર ચીઝ, કાકડી અને ટામેટાની સ્લાઇસ મૂકીને ખાઈ શકાય.વિવિધ ફળોને કાપીને તેમાં મધ અને ચાટ મસાલો ઉમેરીને હેલ્ધી સલાડ ખાઇશકાય. આવી અન્ય વાનગીઓ માટે ઘરના વડીલો (દાદી કે મમ્મી)ને પણ પૂછો. જો તમે આવી કોઈ વાનગી બનાવો તો તેનો ફોટો પાડો અને તેની રેસિપી તમારા મિત્રોને ગ્રૂપમાં મોકલો. પછી તેમને પૂછો કે, આમાં તમે કયો નવો મસાલો ઉમેરી શક્યા હોત?, આ વાનગીને વધુ પૌષ્ટિક કેવી રીતે બનાવી શકાય?

   કેટલીક રસોઈ માટેની પ્રક્રિયા જાણો.જેમ કે,ઈડલી કે ઢોકળાના ખીરામાં કેવી રીતે પરપોટા થાય છે અને તે કેમ ફૂલે છે તેનું અવલોકન,ગરમ દૂધમાં મેળવણ નાખવાથી તે કેવી રીતે જામી જાય છે તે પ્રક્રિયાનું અવલોકન,શાકમાં તેલ ઉપર કેમ તરે છે? તે જાણો. રસોઈ બનાવવાની પ્રક્રિયાદરમ્યાન રેસિપીમાં વપરાતા ચમચી, વાટકી અને કપનું માપ ચકાસો,જો ૪ વ્યક્તિ માટે રસોઈ બનતી હોયતો, ૮ વ્યક્તિ માટે કેટલી સામગ્રી જોઈએ તે જાણો.લોટ બાંધતી વખતે કેટલું પાણી જોઈએ તેનો અંદાજ લગાવતાં શીખો.
5. એક અજીબ પરિસ્થિતિ વિચારો.દા.ત. "જો પક્ષીઓ માણસની જેમ બોલી શકતા હોત તો?", "જો સૂરજ એક દિવસ રજા પર ઊતરી જાય તો?" “જો વરસાદમાં પાણીને બદલે રંગીન શરબત પડે તો?”, “જો દુનિયામાંથી બધે જ 'પૈસા' ગાયબ થઈ જાય અને વસ્તુના બદલામાં વસ્તુ આપવાની પ્રથા શરૂ થાય તો?” “જો તમે જે પણ ચિત્ર દોરો તે સાચું બનીને બહાર આવી જાય

તો?" આવી પરિસ્થિતિવાળી ચિઠ્ઠીઓ બનાવો. તમારા મિત્રો કે સગાઓ સાથે એક પછી એક આ પરિસ્થિતિની ચિઠ્ઠીઓ ઉપાડીને એક નાનો વિચાર કહો.

6. કોઈ જાણીતી વાર્તા લો.જેમકે કાચબો અને સસલો. હવે વિચારો કે જો સસલો ઊંઘી ન ગયો હોત તો શું થાત? અથવા જો કાચબા પાસે સ્કેટિંગ બોર્ડ હોત તો? જાણીતી વાર્તાને નવા 'ટ્વિસ્ટ' સાથે ફરીથી બનાવી મિત્રો સાથે વાર્તા શેર કરો.

7. 'બીજથી થાળી સુધી' ની પ્રવૃત્તિ કરીએ. તમારા મિત્ર કે ઘરનાં સભ્યો સાથે ખેતરની મુલાકાત લો. ખેતરમાં ઊભેલા પાકને જોઈને તેની પ્રક્રિયાની યાદી બનાવો કે આ પાક તમારા ઘરના રસોડા સુધી કેવી રીતે પહોંચે છે. તમારા મિત્ર અને તમે બનાવેલી યાદીની ચર્ચા કરો.

8. જો હું રિપોર્ટર હોત...' તમેટીવીમાં ૧૫ મિનિટ સમાચાર જુઓ. પછી ટીવી બંધ કરી દો.હવે તમે પોતે એક ન્યૂઝ રિપોર્ટર બનો અને તમારા પરિવાર સામે ઊભા રહીને જે સમાચાર સાંભળ્યા તેને તમારી મૌલિક ભાષામાં ૨ મિનિટમાં કહી સંભળાવો.

9. ઘરનાવડીલોસાથેવાતોકરીતેઓનાસમયનાશિક્ષણ, સામાજિકવ્યવસ્થાઓ, સંસ્કૃતિ, વગેરે જેવી બાબતો જાણો અને તેને વર્તમાન સાથે સરખાવો. ત્યારબાદ નીચે એક ઉદાહરણ આપેલ છે તે મુજબ તુલનાત્મક કોષ્ટક તૈયાર કરો.

વિષય	**વડીલોનો સમય (ભૂતકાળ)**	**અત્યારનો સમય (વર્તમાન)**	**મારી સમજણ (નિષ્કર્ષ)**
શિક્ષણ	પાટી-પેન, ગુરુજીનો ડર	ટેબ્લેટ, ઓનલાઇન ક્લાસ	ટેકનોલોજી વધી પણ શિસ્ત ઘટી.

10. ઘરમાંપ્લાસ્ટિકનોઓછામાંઓછોઉપયોગથાયતે માટે 'જૂના કપડાંમાંથી થેલી' તમારા મિત્રો સાથે મળીને બનાવો.આ બનાવવા માટે દાદી-મમ્મી કે કોઈ ઘરના વડીલ તેમજ મોબાઈલ, ઈન્ટરનેટનો ઉપયોગ કરો.પ્લાસ્ટિકની થેલીઓનો સૌથી મોટો વિકલ્પ કાપડની થેલી છે. ઘરમાં પડેલા જૂનાં ટી-શર્ટ, કુર્તા કે જિન્સ લો. સોય-દોરા કે સંચાની મદદથી તેમાંથી આકર્ષક થેલીઓ બનાવો. આ થેલીઓ બનાવી ઘરના વડીલોને વાપરવા માટે આપો.ત્યાર બાદ ઘરના મુખ્ય દરવાજા પાસે એક નાનું બોર્ડ અથવા સ્ટિકર લગાવો. તેના પર લખો: **"શું તમે તમારી કાપડની થેલી સાથે લીધી છે?"**આનાથી ઘરનાં સભ્યો જ્યારે બહાર જશે ત્યારે તેમને કાપડની થેલી લઈ જવું યાદ રહેશે.

11. ઉનાળામાં ફળોના કચરા (છાલ અને બીજ)માંથી ઉપયોગી વસ્તુ બનાવવી. જેમકેકેરીના ગોટલામાંથી મુખવાસ બનાવવો, કાચી કેરીની સુકવણી કરી આમચૂર પાઉડર બનાવવો. તે સિવાય ચોખાના પાપડ, સાબુદાણા પાપડ ઘરનાં સભ્યો સાથે રહી બનાવો.

12. ઇન્ટરનેટની મદદથી "BMI (**Body Mass Index**)ડેટા એનાલિસ્ટ" શુંછે? તેજાણો.

BMI = વજન (કિલોગ્રામમાં)/ઊંચાઈ (મીટરમાં)2

આ સૂત્રની મદદથી તમારું BMI જાણો.પોતાના પરિવારનાં 5 સભ્યો (જેમકે મમ્મી, પપ્પા, ભાઈ, બહેન)નાં વજન અને ઊંચાઈનાં માપ લેવા.દરેકનો BMI ગણીને તે કઈ શ્રેણીમાં (સામાન્ય, વધુ વજન વગેરે) આવે છે તે નક્કી કરો. તમારા ઘરમાં કોના આહારમાં ફેરફારની જરૂર છે તે ઘરમાં જણાવો.

BMI ગણતરીની રીત :

1. તમારું વજન કિલોગ્રામમાં કરો (દા.ત. 50 kg).
2. તમારી ઊંચાઈ મીટરમાં માપો (જો ઊંચાઈ સેમીમાં હોય, તો તેને 100 વડે ભાગીને મીટરમાં ફેરવો. દા.ત. 150 સેમી = 1.5 મીટર).
3. ઊંચાઈનો વર્ગ કરો (1.5×1.5 = 2×.25)
4. વજનને તે વર્ગ વડે ભાગો (50 / 2.25 = 22.22)

BMI રેન્જ	સ્થિતિ (Status)
18.5 થી ઓછું	ઓછું વજન (Underweight)
18.5 થી 24.9	સામાન્ય વજન (Normal)
25.0 થી 29.9	વધુ વજન (Overweight)
30.0 થી વધુ	મેદસ્વિતા (Obese)

13. સવારે ઊઠી સ્પોટ જોગિંગ (એક જ જગ્યાએ દોડવું)એક જ જગ્યાએ ઊભા રહીને ધીરે ધીરે પગ ઊંચાકરીને દોડવાની ક્રિયા કરો. ૧૨ સ્ટેપ્સનો એક સૂર્ય નમસ્કાર સેટ ધીરે ધીરે કરો. તમે આરામથી 5વારકરો. તમારા ઘર કે ઑફિશની સીડીઓ ૪–૫ વાર ચઢો અને ઊતરો.

14. ઘરની ગૅલેરીમાં, અગાસી પર કે બારીની બહાર માટીનું એક કૂંડું (પરબડું) લટકાવો અથવા મૂકો. તેમાં રોજ સવારે તાજું પાણી ભરો. સાથે જ એક નાની ડિશમાં જુવાર કે બાજરીના દાણા નાખો.

15. દિવસમાં કોઈ પણ એક કલાક એવો નક્કી કરો. (દા.ત. જમતી વખતે અથવા સૂતાં પહેલાં) જ્યારે તમે મોબાઇલ, ટીવી કે લેપટોપને બિલકુલ અડશો નહીં. તે સમય તમારા પરિવાર સાથે વાતો કરવામાં અથવા પુસ્તક વાંચવામાં પસાર કરો.

16. તમે તમારાં માતા, પિતા કે કુટુંબના સભ્ય જોડે બેંકની મુલાકાત લો. બેંકમાં જઈને કાઉન્ટર,હેલ્પ ડેસ્ક, ATM મશીન, સ્લિપ ભરતાં શીખો, પાસબુક એન્ટ્રી, મેનેજર સાથે વાતચીત,જો મેનેજર ફ્રી હોય, તો તેમને પૂછો કે "બેંકમાં ખાતું ખોલાવવા માટે કયા દસ્તાવેજો (Documents) જોઈએ?"

17. તમે તમારા ઘરના સભ્યની મદદથી પોસ્ટઓફિસમાં જાઓ. ત્યાંજઈતમારા કોઈ મિત્રને પોસ્ટકાર્ડ લખીને મોકલો.

18. તમારા ઘરમાં તેલના ખાલી ડબ્બાકે મોટા પ્લાસ્ટિકના કેરબા લો. તેને સાફ કરી, તેના પર સુંદર રંગકામ કરો અને તેના પર "કચરો નાખવા માટે મારો ઉપયોગ કરો"અથવા "સ્વચ્છતા રાખો"લખો. પછી તેને ઘરની બહાર કે શેરીમાં મૂકો.
19. તમારા ગામ કે સોસાયટી કે શેરીમાં ડૉક્ટર, એન્જિનિયર, પીએચ.ડી. થયેલ વ્યક્તિ કે નિવૃત્ત શિક્ષક હોય તો તેમની મુલાકાત લો. તેમને પ્રાથમિક શિક્ષણ ક્યાંથી મેળવ્યું હતું, તે સમયે સુવિધાઓ કેવી હતી, ભણતર દરમિયાન તેમને કઈ મોટી મુશ્કેલીઓ પડી હતી, (આર્થિક, સામાજિક કે અંગત)તમને આટલું ભણવા માટે કોણે પ્રોત્સાહિત કર્યા, તમારા રોલમોડલ કોણ હતા, તમે પરીક્ષા સમયે કેવી રીતે તૈયારી કરતા હતા, આવા પ્રશ્નો દ્વારા તેમની જોડે સંવાદ કરો અને એમના જીવન વિશે જાણો.
20. તમારા ગામના બાળકો સાધનવાળી અને સાધનવગરની કઈ કઈ દેશી રમતો રમે છે તેની જાણકારી મેળવો.તમે ગામના પાદરે, નિશાળના મેદાનમાં કે શેરીમાં જઈને બાળકોને પૂછો અને આ રીતે યાદી બનાવો. સાથેદેશી રમતોનું પણ લિસ્ટ બનાવો. યાદી બનાવ્યા બાદ તેમાંની રમતો મિત્રો સાથે રમો.

પ્રકાર	રમતનું નામ	જરૂરી સાધન
સાધન વગરની		
સાધનવાળી		
દેશી રમતો		

21. પશુપાલનના વ્યવસાય સાથે જોડાયેલી કોઈપણ બે વ્યક્તિઓની મુલાકાત લઈ નીચેઆપેલી માહિતી મેળવો.મેળવેલી માહિતીની મિત્રો સાથે ચર્ચા કરો.

પ્રશ્નો		વ્યક્તિ ૧	વ્યક્તિ ૨
નામ અને અનુભવ	(દા.ત. ૧૦ વર્ષ)		
પશુઓની સંખ્યા	(ગાય/ભેંસ કેટલી?)		
રોજિંદો ખર્ચ	(ઘાસચારો, દાણ)		
મુખ્ય ફાયદો	(આર્થિક આવક)		
સમાજને ફાયદો	(શુદ્ધ દૂધ, ખાતર)		

22. મમ્મી કે દાદી સાથે રસોડામાં બેસો અને વિવિધ મસાલા (જેમકે ખાંડ,મીઠું,હળદર, જીરું, અજમો, હિંગ) ને ઓળખો.કયા મસાલાનો ઉપયોગ કઈ બીમારીમાં કે કઈ વાનગીમાં થાય છે તેજાણો. (દા.ત. શરદી હોય તો આદુ કે તુલસી કેમ વપરાય?) તમારી જાતે લીંબુ શરબત કે છાશબનાવવાનો પ્રયત્ન કરો.

23. ઘરમાં પડેલી નકામી વસ્તુઓ જેવી કે ખાલી બોટલ, કંકોત્રી કે પૂંઠાનો ઉપયોગ કરીને કંઈક સુશોભન માટેની વસ્તુ બનાવો. જેમકે બોટલનો ઉપયોગ કરી 'સેલ્ફ-વોટરિંગ' કુંડું.પહેલાના સમયમાં લોકો જૂના કાપડમાંથી ગોદડાં કે પછેડી કેવી રીતે બનાવતા હતા તે તમારા દાદી પાસેથી જાણો.

24. તમારા ગામમાં જે પણ જૂની જગ્યા હોય (ધાર્મિક સ્થળ (મંદિર,મસ્જિદ,ચર્ચ,ગુરુદ્વારા,ગ્રંથાલય કે જૂનું મકાન)તેની મુલાકાત કે માહિતી મેળવો. તે સ્થળનું નામ, અંદાજિત સમયગાળો, બાંધકામની શૈલી, વિશેષતા વગેરેમાહિતી મેળવો. ત્યારબાદ વડીલો સાથે એ જગ્યાની બાબતે ચર્ચા કરો અને નવું નવું જાણો અને મિત્રોને પણ કહો.

25. મારું ઘર, મારું બજેટ જાણવાનું છે. તમારા વડીલો (મમ્મી કે પપ્પા) પાસે બેસો અને આ વિગતો પૂછીને એક ડાયરીમાં નોંધો.

1). તમારા ઘરનીકુલ માસિક આવક:₹........................(વડીલોને પૂછો કે આવક ક્યાંથી આવે છે- નોકરી, ખેતી, વ્યવસાય કે પેન્શન?)

2). ખર્ચ: ₹ .... (રસોડું અને કરિયાણું, બિલ(લાઇટ બિલ, મોબાઇલ, ગેસ, ઇન્ટરનેટ), શિક્ષણ, આરોગ્ય, પરિવહન, અન્ય)

3). બચત અને તેનું રોકાણ: મહિનાની બચત: ₹ ....

તમારા વડીલોને આ ખાસ પ્રશ્નો પૂછો, તમને ઘણું નવું જાણવા મળશે. તમારા જમાનામાં વસ્તુઓના ભાવ કેટલા હતા, ત્યારે બચત કરવી કેટલી અઘરી હતી, જો અચાનક કોઈ મોટો ખર્ચ આવી જાય, તો તમે તેની તૈયારી કેવી રીતે કરતા હતા, પૈસા બચાવવા માટેની તમારી ખાસ 'દેશી જુગાડ' કે યુક્તિ કઈ છે?

26. પહેલાંના સમયમાં ખાનપાન, પહેરવેશ અને રોજિંદી ક્રિયાઓ કેવાંહતાં. તેની જાણકારી તમારા ઘરના વડીલો પાસેથી મેળવો. અત્યારે કેમ બદલાવ આવ્યો છે તેની ચર્ચા કરોઅને નીચેનું તુલનાત્મક ટેબલ ભરો.

વિષય	વડીલોનો સમય	અત્યારનો સમય
મુખ્ય ખોરાક		
મનોરંજન		
સાધનો		
સંદેશાવ્યવહાર		

27. ઘરની બહાર જઈને ઊભા રહો. તમારા ઘરનો આકાર, બારી-બારણાંની સંખ્યા, છતનો પ્રકાર અને અગાશી પર શું છે (જેમ કે ટાંકી) તેનું ધ્યાનથી નિરીક્ષણ કરો. તમારે તમારા ઘરની વાસ્તવિકતા કાગળ પર ચિત્ર સ્વરૂપે ઉતારવાની છે. હવે તમારે'**આર્કિટેક્ટ**'બનવાનું છે. જો તમને

પૂરી છૂટ મળે, તો તમે તમારા જૂના ઘરને તોડીને નવું ઘર કેવું બનાવશો? અહીં તમારી કલ્પના મુજબનું ઘરનું ચિત્ર તૈયાર કરો. જેમકેઆ ઘરમાં છત પર બગીચો, સોલાર, સ્વિમિંગ પૂલ વગેરે. હવે બંને ચિત્રો તૈયાર છે. તમારા વાસ્તવિક ઘરના જે અસલી રંગ છે, તે જ પુરો. બીજું તમારું સપનાનું ઘર જેમાં તમે કોઈ પણ અનોખા રંગ વાપરી શકો છો. બંને ચિત્રો પૂરાં થયા પછીકાગળની નીચે બન્ને ઘર વિશેના વિચારો ૨-૩ વાક્યમાં લખો. તમે આ પ્રવૃત્તિ તમારા મિત્રને પણ કરવા કહો અને તેના સપનાનું ઘર અને તમારા સપનાના ઘરની વાતો બન્ને કરો.

28. તમારા ગામ/ શહેરમાં કઈ કઈ વસ્તુઓનું ઉત્પાદન થાય છે. જેમકેખેતી આધારિત ઉત્પાદન, ગૃહ ઉદ્યોગ અને હસ્તકલા, નાનાં-મોટાં કારખાનાં વગેરેની જાણકારી વડીલો પાસેથી ચર્ચા કરી મેળવો. ત્યારબાદ કોઈ પણ એક મુખ્ય વસ્તુ પસંદ કરો (દા.ત. કપાસ). વડીલોને પૂછો, આ કપાસ ખેતરમાંથી નીકળીને ક્યાં જાય છે? તેમાંથી રૂ અને તેલ કેવી રીતે અલગ પડે છે?આ પ્રક્રિયાને જાણો. તમે કોઈ પણ વસ્તુ પસંદ કરી શકો છો. જો તમે ખેતર લો તો ખેતરમાં જઈને ખેડૂત સાથે વાત કરો.તે સમયે કયો પાક ઊભો છે, તેને તૈયાર થતા કેટલો સમય લાગે, ખેતીમાં વપરાતા જૂનાં સાધનો (હળ, સમાર) અને જૂની પદ્ધતિ (પરંપરાગત), નવાં સાધનો (ટ્રેક્ટર, ડ્રિલ) અને નવી પદ્ધતિ (આધુનિક) વચ્ચેનો તફાવત સમજો. જો ખેડૂત પરવાનગી આપે, તો ટ્રેક્ટર પર બેસીને એક આંટો મારો. (સુરક્ષાનું ધ્યાન રાખીને)
29. સરકારી સહાયનીકોઈ એક યોજના(આયુષ્માન ભારત (PM-JAY) / મા કાર્ડ, પ્રધાનમંત્રી આવાસ યોજના (PMAY), વગેરે) વિશે જાણકાર વ્યક્તિ પાસેથી જાણો. સરકારી ફોર્મ ભરવા માટે તમે તમારા ફોન કે કમ્પ્યૂટર પર વેબસાઇટ ખોલીને યોજનાની વિગતો વાંચો.
30. તમારા મિત્રો સાથે એક નાની ટીમ બનાવો. ગામમાં જાઓ અને સ્વચ્છ પીવાના પાણીના સ્ત્રોત ગામમાં ક્યાં ક્યાં ઉપલબ્ધ છે તેની જાણકારી ગામમાં ફરીને મેળવો.
31. તમારા ઘરના સભ્યના મોબાઈલ દ્વારા ગામ/શહેરના સૌથી સુંદર કુદરતી દ્રશ્યનો ફોટો પાડો અને મિત્રોને બતાવી ચર્ચા કરો.
32. ગામના કોઈ પણ ખૂણે અથવા ઘરઆંગણે કે કૂંડામાં એક નાનો છોડ રોપો અને તેને મોટો કરવાની જવાબદારી લો.
33. સવારથી સાંજ સુધી પૂરો દિવસ ઘરની સામગ્રી કે વાત કરવામાં તમને આવડતા સંસ્કૃત શબ્દનો જ ઉપયોગ કરો. જેમ કે વ્યજનમ્ (પંખો), જલપાત્રમ્ (પાણીનો પ્યાલો) વગેરે. સાથેતમારી દિનચર્યા પણ સંસ્કૃતમાં બોલો. જેમકે અહં પ્રાતઃ પઞ્ચવાદને ઉત્તિષ્ઠામિ" (હું સવારે ૫ વાગ્યે ઊઠું છું.)
34. આ પ્રવૃત્તિ ઘરની અંદર કે બગીચામાં કરી શકાય છે.તમારે A થી Z સુધીના દરેક અક્ષરથી શરૂ થતી એક-એક વસ્તુ તમારા ઘરમાંથી/ બગીચામાં શોધો. એક કાગળ પર લિસ્ટ બનાવો. કોઈ અક્ષર પરથી નામના મળે તો ઘરનાં સભ્યો કે મિત્રોની મદદ લો.

35. મિત્રો કે ભાઈ–બહેન સાથે રમત રમો.

એક ચિઠ્ઠીમાં કોઈ પણ English Noun (નામ) લખો.(દા.ત.*Umbrella, Elephant, Library, Skyscraper*). એક મિત્રએ શબ્દ બોલ્યા વગર કાગળ પર તેનું ચિત્ર દોરવાનું છે. બાકીનાએ તે કયો English શબ્દ છે તે ઓળખવાનું છે. જો ઓળખનાર વ્યક્તિ તે શબ્દનો સ્પેલિંગ સાચો બોલે, તો તેને Double points મળશે.

36. તમારા ઘરની કોઈ પણ ચીજવસ્તુને જુઓ અને તેમાંથી કોઈ એક વસ્તુ (દા.ત. ફ્રીઝ, ટીવી, કે છોડ) વિશે હિન્દી ભાષાનો ઉપયોગ કરી ૫ મિનિટ સુધી સતત બોલવાનો પ્રયત્ન કરો.

37. એક કોરા કાગળ પર માત્ર પરિકરઅને માપપટ્ટીનો ઉપયોગ કરીને એક જટિલ ડિઝાઇન બનાવો. તેમાં વર્તુળ, ત્રિકોણ, ષટ્કોણ, ચોરસ, લંબચોરસ, જેવા ભૌમિતિક આકારોનો સમન્વય કરો. તેમાં વૉટર કલર પૂરો.

38. વૅકેશનમાં તમે શું શું કર્યું તેના વિશેની વિગતો લખો. મિત્રો અને વડીલો સાથે તેની ચર્ચા કરો.

નમસ્કાર,

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થીમિત્રો,

વેકેશન દરમ્યાન આપનાં સંતાન દ્વારા ઘરે બેઠા રોજ નવી નવી પ્રવૃત્તિ/ પ્રોજેક્ટ કરી શકાય તેની સંભવિત યાદી અહીં આપવામાં આવી છે, જેમાંથી આપ શક્ય હોય તેટલી પ્રવૃત્તિઓ અથવા તેના જેવી અન્ય પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળક પાસે કરાવી શકો છો. આ પ્રવૃત્તિઓ આપના બાળકને આગામી ધોરણના અભ્યાસ માટે પૂર્વતૈયારી કરાવશે. આપેલ QR કોડને સ્કૅન કરી સમયાંતરે આ પ્રવૃત્તિઓ અંગે માર્ગદર્શન અને નવી વાર્તા, ગીત અને અન્ય પ્રવૃત્તિની માહિતી મેળવવાનું ચૂકશો નહીં.

પ્રવૃત્તિ માટે

વહાલા વાલીઓ અને વિદ્યાર્થી મિત્રો,

ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી દ્વારા શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૨૬-૨૭ના ઉનાળુ વેકેશન માટે તૈયાર કરવામાં આવેલી પ્રવૃત્તિઓ આપને કેવી લાગી? તમારા મૂલ્યવાન પ્રતિભાવો અમારા માટે ખૂબ મહત્ત્વના છે. આપના પ્રતિભાવોના આધારે અમે ભવિષ્યમાં વધુ સારી પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરી શકીશું અને શૈક્ષણિક સંશોધનને નવી દિશા આપી શકીશું.

- બાજુમાં આપેલા **Feedback Form QR Code**ને સ્કૅન કરો .
- Link:- **https://forms.gle/4tNLpZYV8R5cVX2v7**
- ઑનલાઇન ફોર્મમાં તમારી વિગતો અને પ્રવૃત્તિઓ અંગેનાં મંતવ્યો નોંધો.

પ્રતિભાવ/સૂચન માટે

આપનાં સંતાનની પ્રવૃત્તિઓના ફોટોગ્રાફ્સ, વીડિયો અને આપનાં સૂચનો 7575962929 નંબર ઉપર તમારા સંતાનના નામ અને ધોરણ સાથે મોકલવા વિનંતી.

આપના સહકાર બદલ આભાર!

પ્રવૃત્તિની યાદી

1. નાની ઉંમરનાં ભાઈ-બહેનો સાથે ગુજરાતી સિવાયની અન્ય ભાષામાં વાર્તાલાપ કરો.

નાના ભાઈ-બહેનો સાથે વાતચીત કરવા માટે હિન્દી, અંગ્રેજી અને સંસ્કૃત ખૂબ જ લોકપ્રિય અને ઉપયોગી ભાષાઓ છે. અહીં ઉદાહરણ આપેલ છે જે તમે તમારી રોજિંદી વાતચીતમાં વાપરી શકો છો.

ગુજરાતી	સંસ્કૃત	હિન્દી	અંગ્રેજી
મને તારા પર ગર્વ છે! તેં બહુ સરસ કામ કર્યું.	अहं भवता अतीव गर्वितः अस्मि:	मुझे तुम पर गर्व है! तुमने बहुत अच्छा काम किया।	I am so proud of you! You did a great job.

શરૂઆતમાં ટૂંકા અને સરળ વાક્યો બોલો તથા બોલવાની સાથે હાથના હાવભાવ કરશો તો તેમને જલદી સમજાશે.

2. વાસ્તવિક જીવનના દૃશ્યો બનાવો (જેમ કે બોલ ફેંકવો અથવા રેમ્પ બનાવવો) અને દ્વિઘાત સમીકરણો(Quadratic Equation)નો ઉપયોગ કરીને મૉડેલ તૈયાર કરો.

3. તમારા મનપસંદ વ્યક્તિ (જેવી કે રમતવીર, કલાકાર, લેખક) નું કલ્પનાત્મક ઈન્ટરવ્યૂ તૈયાર કરો – પ્રશ્નો લખો અને જવાબ પણ પોતે લખો.

કલ્પનાત્મક ઈન્ટરવ્યૂ કેવી રીતે તૈયાર કરવું તેના ઉદાહરણ માટે રમતવીર મહેન્દ્રસિંહ ધોનીનું કલ્પનાત્મક ઈન્ટરવ્યૂ અહી આપેલું છે.

મુલાકાત: કૅપ્ટન કૂલ' એમ.એસ. ધોની સાથે

હું : નમસ્તે માહીભાઈ! તમારી સાથે વાત કરવી એ દરેક ક્રિકેટપ્રેમીનું સપનું હોય છે. સૌથી પહેલાં તો એ જણાવો કે આટલી મોટી મૅચોમાં, જ્યારે લાખો લોકોની બૂમો સંભળાતી હોય, ત્યારે તમે આટલા શાંત કેવી રીતે રહી શકો છો?

ધોની : (તેમના પ્રખ્યાત સ્મિત સાથે) જુઓ, મેદાન પર જે શોરબકોર થાય છે એ આપણા હાથમાં નથી. મારા હાથમાં ફક્ત મારા 'પ્રોસેસ' (પ્રક્રિયા) છે. જો હું પરિણામ વિશે વિચારીશ તો દબાણ વધશે, પણ જો હું માત્ર આવનારા બૉલ વિશે વિચારીશ તો મન શાંત રહેશે. શાંત રહેવું એ કોઈ જાદુ નથી, એ માત્ર મનને વર્તમાનમાં રાખવાની પ્રેક્ટિસ છે.

હું : ૨૦૧૧ના વર્લ્ડ કપની એ ફાઇનલ અને તમારો એ વિજયી છગ્ગો! એ વખતે બેટ ફેરવતી વખતે મનમાં શું ચાલતું હતું?

ધોની : સાચું કહું તો, મનમાં બહુ ગણતરીઓ ચાલતી હતી. મારે અને યુવી (યુવરાજ સિંહ)એ મેચ પૂરી કરવી હતી. જ્યારે એ બૉલ કનેક્ટ થયો, ત્યારે મને લાગ્યું કે કામ પૂરું થયું. પણ જીત્યા પછીની એ ક્ષણોમાં મને ટીમની મહેનત વધારે દેખાતી હતી. એ છગ્ગો માત્ર મારો નહોતો, એ આખા ભારતની આશાનો હતો.

હું : તમે રેલવેમાં ટિકિટ કલેક્ટર (TTE) હતા અને ત્યાંથી વર્લ્ડ કપ વિનિંગ કૅપ્ટન બન્યા. આ સફર આજના યુવાનોને શું શીખવે છે?

ધોની : એ સફર શીખવે છે કે કોઈ પણ કામ નાનું નથી. ખડગપુર સ્ટેશન પર વિતાવેલો સમય મને શિસ્ત શીખવી ગયો. જીવનમાં ક્યારેક એવું લાગશે કે તમે ખોટી જગ્યાએ છો, પણ યાદ રાખજો કે દરેક અનુભવ ભવિષ્યની તૈયારી છે. બસ, તમારી મહેનત પરનો ભરોસો ન ડગવો જોઈએ.

હું : હાર પછી તમે હંમેશાં ટીમને કેવી રીતે સંભાળો છો?

ધોની : હાર એ રમતના સિક્કાની બીજી બાજુ છે. હું હંમેશા માનું છું કે હાર્યા પછી ભૂલો સ્વીકારવી જોઈએ, પણ એના વિશે રડવું ન જોઈએ. ડ્રેસિંગ રૂમમાં હું એ વાત પર ધ્યાન આપું છું કે આપણે ક્યાં સુધારો કરી શકીએ. ખેલાડીઓને અસુરક્ષાનો અનુભવ ન થવા દેવો તે કેપ્ટન તરીકે મારું કામ છે.

હું : આજના 'ઈન્સ્ટન્ટ' જમાનામાં યુવા ખેલાડીઓને તમારી શું સલાહ છે?

ધોની : શોર્ટકટ ન શોધો ટૅક્નોલૉજી અને સ્પીડ સારી છે, પણ પાયો (Fundamentals) મજબૂત હોવો જોઈએ અને સૌથી અગત્યનું— રમતનો આનંદ લો. જો તમે દબાણમાં રમશો તો લાંબું નહીં ટકી શકો. રમતને પ્રેમ કરો, પરિણામ પોતાની મેળે આવશે.

હું : આભાર માહીભાઈ! તમારી આ 'ફિલોસોફી' માત્ર ક્રિકેટમાં જ નહીં પણ જીવનમાં પણ બહુ કામ લાગશે.

ધોની: બહુ સરસ. બસ, હેલ્મેટ પહેરતા રહેજો અને હેલ્ધી રહેજો! (હસતા હસતા વિદાય લે છે).

4. તમારી સ્થાનિક ભાષાનાં શબ્દોની નોંધ કરો. પછી તે જ શબ્દો અલગ વિસ્તારના આપના મિત્રો પોતાની સ્થાનિક ભાષામાં કઈ રીતે બોલે છે તેની નોંધ તૈયાર કરો.

દા.ત. (દોડ–ઊડ, શાક–ખાટો, રોટલો– હોંગરો, ન્હાવું–ઝીલવું)

દા.ત. શાકભાજી શબ્દ અલગ અલગ વિસ્તારમાં જુદી જુદી રીતે બોલાય છે.

મધ્ય ગુજરાત – શાક

સૌરાષ્ટ્ર – બકાલું કે બટકું

દક્ષિણ ગુજરાત – તરકારી

5. સુવર્ણ ગુણોત્તર, સમપ્રમાણતા અને પ્રમાણ ધરાવતી પ્રસિદ્ધ કલાકૃતિઓ અથવા ગણિત–આધારિત ડિઝાઇન શોધો.

ગણિતમાં સુવર્ણ ગુણોત્તર (જેને ગ્રીક અક્ષર ΦPhi) દ્વારા દર્શાવવામાં આવે છે) ની કિંમત અંદાજે 1.618 છે. જ્યારે કોઈ આકાર કે ડિઝાઇનમાં આ ગુણોત્તર જળવાય છે, ત્યારે તે માનવ આંખને અત્યંત સુંદર અને સંતુલિત લાગે છે.

દા.ત. મનુષ્યના શરીરમાં સુવર્ણ ગુણોત્તર

એક માપપટ્ટી કે મેઝરિંગ ટેપ લઈ નીચે મુજબ તમારા શરીરનાં જુદાં જુદાં અંગોનું માપન કરો અને નોંધો.

માપ A અને માપ Bનો ગુણોત્તર શોધો. આ ગુણોત્તર 1.6 કે તેની નજીક આવે છે કે નહિ તેની ચકાસણી કરો.

માપનનો પ્રકાર	**માપ A (સેમી)**	**માપ B (સેમી)**	**ગુણોત્તર (A/B)**
કુલ ઊંચાઈ અને પગના તળિયાથી નાભિ સુધીનું અંતર	કુલ ઊંચાઈ...	પગના તળિયાથી નાભિ(B) સુધીનું અંતર...	
હાથનું માપન	ખભાથી આંગળીનાં ટેરવાં સુધીની લંબાઈ...	કોણી (Elbow) થી આંગળીનાં ટેરવાં સુધીની લંબાઈ...	
ચહેરાની રચના	ચહેરાની કુલ ઊંચાઈ (કપાળથી હડપચી સુધી)...	ચહેરાની પહોળાઈ...	

આવી રીતે તમારા ઘરની જુદી જુદી વસ્તુઓ જેવી કે સ્માર્ટફોન, ફોટોફ્રેમ, ટેલિવિઝન વગેરેની લંબાઈ અને પહોળાઈનું માપન કરી તેનો ગુણોત્તર શોધો.

6. તમારું ગમતું ગીત સાંભળો અને યોગ્ય વિરામચિહ્નોનો ઉપયોગ કરીને લખો.

7. જે ગીતોમાં તહેવારોનો ઉલ્લેખ થતો હોય તેવાં ગીતો શોધીને લખો.

હોળીના તહેવાર પર ગવાતું એક ગીત : આજ હોળી રમે રે નંદલાલ..

8. તમારા ઘર ખર્ચ માટે "બજેટ ડિટેક્ટિવ" (Budget Detective) બનો. તમારા ઘરમાં દૂધ, શાકભાજી, કરિયાણા કે અન્ય તમામ ઘરખર્ચની નોંધ રોજે રોજ કરો.

આ પ્રવૃત્તિ 7 દિવસ માટે કરવાની છે.

સૌ પ્રથમ ઘર ખર્ચની કેટેગરી નક્કી કરવા માટે નીચે મુજબ ત્રણ ટીમ બનાવો.

1.GREEN TEAM : દૂધ, શાકભાજી,કરિયાણું (જેના વગર ન ચાલે).

2. YELLOW TEAM: બહારનું જમવું, ઓનલાઇન નાસ્તો મંગાવવો, ચૉકલેટ.

3. RED TEAM: અચાનક આવેલ મહેમાન, દવાની જરૂરિયાત, રિપૅરિંગ.

આ ટીમ મુજબ રોજે રોજના ઘર ખર્ચને પોતાની ડાયરીમાં નોંધો. તમે ટીમ મુજબનાં રંગોનો ઉપયોગ કરીને નોંધ કરી શકો.

7 દિવસના અંતે કઈ ટીમમાં સૌથી વધુ ખર્ચ થાય છે તે જુઓ. જો YELLOW TEAM (બહારનો ખર્ચ) વધુ હોય, તો તમે એક 'ડિટેક્ટિવ' તરીકે શોધી કાઢ્યું કે તમારા પૈસા ક્યાં બિનજરૂરી રીતે વપરાય છે!

9. તમારી સોસાયટી કે ફળિયામાં રહેતાં ઘરોની મુલાકાત લો. તેઓના ઘરમાં કોઈ લોન ચાલતી હોય તો તે લોન કઈ બેંકમાંથી છે અને કેટલો વ્યાજ દર છે તેની નોંધ કરો.

ક્રમ	વ્યક્તિનું નામ	લોનનો પ્રકાર (હોમ લોન, કાર લોન, પર્સનલ લોન, અન્ય)	લોનની રકમ	વ્યાજ દર	રિમાર્ક્સ

10. ઘરમાં ઉપયોગમાં લેવામાં ન આવતી વસ્તુઓની યાદી બનાવો. આ વસ્તુઓને પુન:ઉપયોગ(REUSE)માં લઈ શકાય તેવી વસ્તુઓ અને પુન:પ્રક્રિયા(RECYCLE) કરી નવી વસ્તુ બનાવી શકાય તે વસ્તુઓમાં વર્ગીકરણ કરો. દા.ત. જૂની CDમાંથી તોરણ બનાવવું,

ક્રમ	બિનઉપયોગી વસ્તુ	પુન:ઉપયોગ (Reuse) – સીધો ઉપયોગ	પુન:પ્રક્રિયા (Recycle/Upcycle) – નવી વસ્તુ બનાવવી
૧	પ્લાસ્ટિકની બોટલો	પાણી ભરવા કે તેલ રાખવા.	છોડ રોપવા માટેનાં કૂંડા (Planters) અથવા પેનસ્ટેન્ડ બનાવવાં.
2	પુઠાનાં ખોખા (Cardboard)	સામાન સંગ્રહ કરવા (Storage).	બાળકો માટે ઘર, ઓર્ગેનાઈઝર બૉક્સ કે ડેસ્કટોપ સાધનો રાખવાનું સ્ટેન્ડ.
3	નાળિયેરની કાચલી	પક્ષીઓને ચણ નાખવા.	તેને ઘસીને સુંદર બાઉલ (Bowl), શો–પીસ કે હેન્ડિક્રાફ્ટ વસ્તુઓ બનાવવી.

11. :– હું બોલું તેમ કરો પરંતુ કરું તેમ નહીં – રમત રમવી. ઘરનાં સભ્યો સાથે બેઠાં બેઠાં રમત રમવી. કેવી રીતે રમવું?

- જો હું કહું "માથું પકડો" પણ હું "નાક પકડું", તો તમારે માથું જ પકડવાનું છે.
- જો તમે મારી ક્રિયા જોઈને નાક પકડશો, તો તમે આઉટ ગણાશો!

12. તમારા ઘરમાં રસોઈ બનાવવા માટે કયા બળતણનો ઉપયોગ કરો છો? તેની યાદી બનાવો. બળતણને નીચેના માપદંડ પર 1 થી 5 સ્ટાર આપો :

બળતણનો પ્રકાર	વાપરવામાં સરળતા	પ્રદૂષણ મુક્તિ (સ્વચ્છતા)	બચત (કિંમત)
LPG			
PNG			
વીજળી			
લાકડાં / છાણાં			
સૌરઊર્જા			

આ બળતણ ઊર્જાના સંરક્ષણ માટે કયાં નાનાં કામ કરી શકાય એની યાદી બનાવી ઘરમાં અથવા તો ગામના લોકોને તે માટેની સમજણ આપો.

13. તમારા ઘરમાં રસોઈ બનાવવા માટેનું બળતણ તમારા ઘર સુધી કેવી રીતે પહોંચે છે.? તેનો ચાર્ટ કે નકશો બનાવો.

14. તમારા ઘરનાં સભ્યોની જન્મતિથિને હિન્દુ પંચાંગ મુજબની તિથિવાર યાદી બનાવી ઉજવણી કરવી તેમજ તિથિ પ્રમાણે ઊજવાતા તહેવારોની યાદી તૈયાર કરવી.

15. તમારાં દાદા દાદી પાસેથી જૂનાં લોકગીતો, કહેવતો વિશે જાણો. તેનો અર્થ અને ઉપયોગ કેવી રીતે થાય છે તે લખો.

16. ઘરના જૂના ફોટો આલબમમાંથી કોઈ જૂના ફોટા પસંદ કરો અને એ ફોટાની પાછળ છુપાયેલી વાર્તા અથવા સ્મૃતિને લખાણ સ્વરૂપે રજૂ કરો.

17. તમારા રોજિંદા જીવનમાં તમને ગુજરાતી સિવાયની અન્ય ભાષાના શબ્દોની યાદી તૈયાર કરો. (જેમ કે "સેલ્ફી", "ડિલિવરી", "ઓર્ડર") તેના ગુજરાતી અનુવાદ શોધો અને તેનો ઉપયોગ કરી વાક્યો બનાવો.

સેલ્ફી :– સ્વછબી

18. તમારાં ઘરના ઓરડાઓનું ક્ષેત્રફળ શોધો. શું બધા જ ઓરડાનું માપ એકસરખું છે? તમારાં ઘરની બાજુમાં આવેલ વૃક્ષની અંદાજિત ઊંચાઈનું માપન કરો. વિવિધ ટેક્નોલૉજીનો ઉપયોગ કરી જુદી–જુદી વસ્તુઓનું માપન કરતાં શીખો.

તમારા ઘરનો "નકશો" બનાવો. દરેક ઓરડાની લંબાઈ અને પહોળાઈ માપીને ઘરનો કાચો નકશો બનાવો. નકશામાં દરેક ઓરડાનું માપ લખવું.

હવે જુઓ કે કયો ઓરડો સૌથી મોટો છે? શું રસોડું બેઠક રૂમ જેટલું જ મોટું છે? શા માટે ? તેની ચર્ચા કરો.

ઓરડાની લંબાઈ ટૅક્નોલૉજીનો ઉપયોગ કરીને માપો. તમે અને તમારા મિત્રએ ટૅક્નોલૉજીનો ઉપયોગ કઈ રીતે કર્યો તેની ચર્ચા કરો.

19. તમારાં ઘરની નજીક આવેલાં વૃક્ષોના ક્યારા બનાવો. ઉનાળામાં પાણી આપવા માટેની કોઈ યોજના બનાવો. (દા.ત. માટલાં પિયત પદ્ધતિ)

20. જૂના છાપામાંથી મોટા અક્ષરે લખેલાં શીર્ષકો (Headlines) કાપી લો. તેને એક મોટા કાગળ પર અસ્તવ્યસ્ત રીતે ચોંટાડો અને પછી તેની નીચે તમારી કલ્પના મુજબની રમુજી વિગતો લખો. દરેક સમાચારની બાજુમાં એક નાનું કાર્ટૂન અથવ સ્કૅચ બનાવો. જેમ કે, રોબોટ ક્રિકેટ રમતો હોય તેવું ચિત્ર.

21. આપણું ઘર પ્લાસ્ટિકમુક્ત ઘર બને તે માટે શું પ્રયત્નો કરવા જોઈએ તે લખો. જેમકે, કચરાની ડોલમાં પ્લાસ્ટિક બેગને બદલે છાપાના કાગળ મૂકવા.

તમારા ઘર માટે એક "ગ્રીન રિપોર્ટ કાર્ડ" બનાવો.

મૂલ્યાંકન કોષ્ટક

દરેક વિભાગમાં તમારા ઘરની સ્થિતિ મુજબ ગુણ આપો (૧ થી ૫ સ્ટાર).

- ⭐ = ખૂબ જ ખરાબ (ઘણો સુધારો જરૂરી)
- ⭐⭐⭐⭐⭐ = ઉત્તમ (ખૂબ સરસ)

વિભાગ (Section)	**પ્રશ્નો / તપાસ**	**તમારો સ્કોર (Stars)**
૧. પ્લાસ્ટિકનો ત્યાગ	શું અમે ખરીદી માટે કાપડની થેલી વાપરીએ છીએ?	
૨. ઊર્જા બચત	શું જરૂર ન હોય ત્યારે લાઇટ–પંખા બંધ રાખીએ છીએ?	
૩. પાણીનું વ્યવસ્થાપન	શું અમે નળ ટપકતો હોય તો તરત રિપૅર કરાવીએ છીએ?	
૪. કચરાનું વર્ગીકરણ	શું અમે સૂકો અને ભીનો કચરો અલગ કરીએ છીએ?	
૫. હરિયાળી (Plants)	શું અમારા ઘરમાં કે ગૅલરીમાં છોડ વાવેલા છે?	
૬. રસોડું	શું અમે રસોઈમાં સ્ટીલ કે કાચનાં વાસણો વાપરીએ છીએ?	

રિપોર્ટનું વિશ્લેષણ કરો.

કુલ 25– 30 સ્ટાર મળે છે તો અભિનંદન તમારું ઘર ઈકો ફ્રેન્ડલી ઘર છે.

કુલ 15–24 સ્ટાર મળે તો થોડાક ફેરફાર કરીને તમે પર્યાવરણને મદદ કરી શકો છો.

૧૫ થી ઓછા સ્ટાર તમારે વધારે ફેરફાર કરવાની જરૂર છે.

તમારા ઘરનાં સભ્યો સાથે આ ગ્રીન રિપોર્ટ કાર્ડ બતાવો અને પર્યાવરણ રક્ષણ માટે શું કરી શકાય તેની ચર્ચા કરો.

22. ફૂડ લેબલ વાંચો – દાવો ચકાસો

- ઘરમાં આવતાં તૈયાર પૅકેટ પરનાં ફૂડ લેબલ વાંચો.
- તે વસ્તુની જાહેરાતમાં કે પેકેટ ઉપર કરેલા દાવા જેવા કે 'Whole Grain', 'Multi Grain', 'No Maida', 'Low Fat', 'High Protein', 'No Artificial Preservatives' અને 'No Added Sugar' વગેરે સાચા છે કે ખોટા તે ચકાસો.

23. Food In – Food Out:

ઘરમાં શું લાવીશું – શું નહીં તે નક્કી કરો

- ઉપરની પ્રવૃત્તિ પછી ઘરમાં આવતાં તૈયાર પૅકેટમાંથી સ્વાસ્થ્યની દ્રષ્ટિએ કયાં ખરેખર લાવવા યોગ્ય છે અને કયાં નહીં તેની યાદી તૈયાર કરો.

24. તમારી આસપાસ આવેલું સૌથી જૂનું ધાર્મિક સ્થળ કયું છે? તે જાણો. તે માટે તમારાં દાદા દાદી, સંચાલક સાથે વાત કરો. ધાર્મિક સ્થળ વિશે નીચેની વિગતોની નોંધ કરો.

ધાર્મિક સ્થળનું નામ : __________

અંદાજિત ઉંમર : (દા.ત. ૧૦૦ વર્ષ, ૨૦૦ વર્ષ કે વધુ)

મુખ્ય મૂર્તિ/દેવ : __________

ખાસિયત : (જેમકે કોઈ ચમત્કારિક કથા, અનોખી કોતરણી કે વિશાળ વડનું ઝાડ).

તેની બનાવટમાં શાનો ઉપયોગ થયો છે?

લેખ કે શિલાલેખ છે? જો હા તો તેની નોંધ :

ધાર્મિક સ્થળ વિશે તમારા મિત્રને પત્ર લખી મુલાકાત લેવા જાણ કરો.

25. તમારા ઘરમાં કેટલાં ટુ-વ્હીલર/ફોર- વ્હીલર છે? તે કયા ઇંધણથી ચાલે છે? મહિને તે કેટલા લિટર વપરાય છે ? તેનો ખર્ચ કેટલો ? તેની જગ્યા પર બચત કરવા અન્ય વિકલ્પ વિચારી શકાય?

26. તમારા આડોશપાડોશમાં લગાવેલી સોલર રૂફટોપની મુલાકાત કરો. તેઓએ કેટલા વૉટ માટે સોલર રૂફટોપ લગાવેલી છે? અને તે લગાવવા સારું કેટલા રૂપિયાનો ખર્ચ થયો છે તે વિશે જાણો. તથા વીજળી બિલમાં કેવી રીતે ફાયદો થાય છે અને લાઇટ બિલ કેવી રીતે ગણવામાં આવે છે તેના વિશે ચર્ચા કરો.

27. તમારા પરિવાર સાથે તમને ગમતા રાષ્ટ્રીય નેતા કે રાષ્ટ્રવાદને લગતી ફિલ્મ નિહાળો. દા. ત. ગાંધી, સરદાર, ઉરી, બોર્ડર વગેરે

28. જમીનનું નિરીક્ષણ કરો .

તમારા ખેતરમાંથી માટીનું ઢેકું લો. કાચના ગ્લાસમાં પાણી ભરો. તેમાં માટીનું ઢેકું ડુબાડો અને બરાબર હલાવી દો. બે કલાક પછી જુઓ કે માટીના કેટલા સ્તર બન્યા છે ? રેતી નીચે બેસી જશે અને સેન્દ્રીય પદાર્થો ઉપર તરશે.

તમારા ઘરના વડીલો/પંચાયત કર્મચારી પાસેથી કે ઈન્ટરનેટ પરથી SOIL HEALTH CARD વિશે માહિતી મેળવો.

29. ઘરે જૈવિક ખાતર બનાવો (Prepare organic compost at home): રસોડાના કચરામાંથી ખાતર બનાવવું.

ઘરે જ જૈવિક ખાતર બનાવવા માટે સૌપ્રથમ પ્લાસ્ટિકની ડોલ અથવા મોટું માટલું લો. તેની સાથે શાકભાજીનો કચરો, ફળોની છાલ, લીલાં પાંદડાં, સૂકાં પાંદડાં,

A. જરૂરી સામગ્રી 🧺

ખાતર બનાવવા માટે તમારે બે પ્રકારના કચરાનું મિશ્રણ કરવું પડશે :

- **લીલો કચરો ના)ઈટ્રોજનયુક્ત**(: શાકભાજીની છાલ, ફળોના ટુકડા, ચાની ભૂકી ખાંડ) (વગરની, લીલાં પાન.
- **સૂકો કચરો:(કાર્બનયુક્ત)** સૂકાં પાંદડાં, પૂંઠાના ટુકડા)Cardboard), છાપાઓના ટુકડા કે લાકડાનો વહેર.
- **સાધન :** એક પ્લાસ્ટિકની ડોલ અથવા માટીનું મોટું માટલું જેમાં હવા અવરજવર માટે) કાણાં પાડેલાં હોય.(

B. ખાતર બનાવવાની રીત)Step–by–Step)

સ્ટેપ ૧ પાત્ર તૈયાર કરવું : સૌ પ્રથમ એક ડોલ કે માટલું લો4 તેના તળિયે અને આજુબાજુ .–5 નાનાં કાણાં પાડો જેથી હવા મળી રહે અને વધારાનું પાણી નીકળી જાય.

સ્ટેપ ૨ (પડ) પ્રથમ લેયર : પાત્રના તળિયે 2–3 ઈંચ સૂકાં પાંદડાં અથવા પૂંઠાના ટુકડાનું એક પડ બનાવો.આ વધારાનો ભેજ શોષી લેશે .

સ્ટેપ 3 :રસોડાનો કચરો ઉમેરવો. હવે તેના પર રસોડાનો લીલો કચરો ફળોની –શાકભાજી) યાદ રાખો કે તેમાં રાંધેલો ખોરાક .નાખો (છાલ, દૂધની બનાવટો કે તેલવાળો કચરો નાખવો નહીં, નહિતર ગંધ આવશે.

સ્ટેપ ૪ .ઉપરથી ઢાંકવું : દરેક વખતે લીલો કચરો નાખ્યા પછી તેના પર થોડો સૂકો કચરો અથવા માટી નાખી દો, જેથી માખીઓ ન થાય.પાત્રને કપડા કે ઢાંકણથી ઢાંકી દો .

C. સાવચેતી અને જાળવણી:

- **ભેજ જાળવવો** : ખાતરનું મિશ્રણ સાવ કોરું ન થવું જોઈએજો જરૂર લાગે તો થોડો . .(સ્પંજ જેવું ભીનું હોવું જોઈએ) પાણીનો છંટકાવ કરવો

- **હવાની અવરજવર :** અઠવાડિયામાં એક વાર લાકડી વડે ઉપરનીચે હલાવવું જેથી હવા – .મળે અને ગંધ ન આવે
- **શું ન નાખવું :** પ્લાસ્ટિક, કાચ, ધાતુ, માંસ, હાડકાં કે પાલતુ પ્રાણીઓનો મળ ક્યારેય ન નાખવો.

સામાન્ય રીતે **૧ થી ૨ મહિનામાં** કચરો કાળા રંગના માટી જેવા પદાર્થમાં ફેરવાઈ જશે જ્યારે . મિશ્રણમાંથી માટી જેવી મીઠી સુગંધ આવવા લાગે અને કચરો ઓળખાય નહીં તેવો થઈ જાય, ત્યારે સમજો કે તમારું જૈવિક ખાતર તૈયાર છે.

30. ખેડૂત ઇન્ટરવ્યૂ (Interview of a farmer): ગામના ખેડૂતનો વાવેતર, સમસ્યાઓ, અને વચક્તિઓ વિશે ઇન્ટરવ્યૂ લો.

પ્રશ્ન: આ વર્ષે તમે કયા પાકનું વાવેતર કર્યું છે?

જવાબ : આ વખતે મેં કપાસ અને મગફળીનું વાવેતર કર્યું છેચોમાસું સારું હોવાથી પાક અત્યારે . તોસારો છેસાથે સાથે ઘર માટે થો .ડી શાકભાજી લાવી છે અને પશુઓ માટે ઘાસચારો પણ વાવ્યો છે.

પ્રશ્ન: તમે બિયારણની પસંદગી કેવી રીતે કરો છો?

જવાબ : હવે અમે સુધારેલાં અને 'હાઈબ્રિડ' બિયારણ વાપરીએ છીએ જેથી ઓછો વરસાદ હોય તો પણ પાક ટકી રહે અને રોગ સામે લડી શકે.

પ્રશ્ન : ખેતીમાં અત્યારે તમને સૌથી વધુ નડતી સમસ્યાઓ કઈ છે?

જવાબ : મુખ્ય તો ત્રણ વાતો છે:

- **અનિશ્ચિત વરસાદ :** ક્યારેક અતિવૃષ્ટિ થાય તો પાક ધોવાઈ જાય, અને ક્યારેક સમયસર વરસાદ ન આવે તો પાક સુકાઈ જાય.
- **રોઝ અને ભૂંડનો ત્રાસ :** રાત્રે જંગલી પ્રાણીઓ આવીને ઊભો પાક બગાડી નાખે છે.
- **મજૂરીનો પ્રશ્ન :** ખેતીકામ માટે સમયસર માણસો મળતા નથી, અને મળે તો મજૂરી ખૂબ વધી ગઈ છે.

પ્રશ્ન : તમે આ સમસ્યાઓ ઉકેલવા કોઈ નવી યુક્તિઓ કે પદ્ધતિ અપનાવી છે?

જવાબ : હા, હવે જૂની પદ્ધતિથી ખેતી નથી થતી:અમે આ મુજબ બદલાવ કર્યા છે .

- **ટપક સિંચાઈ)Drip Irrigation)** : આનાથી પાણીનો બચાવ થાય છે અને ખાતર %40 .પણ ઓછું જોઈએ છે
- **ઝટકા મશીન :** ખેતરની ફરતે સોલર તાર લગાવ્યા છે, જેનાથી પ્રાણીઓ અંદર આવતા ડરે છે પણ તેમને કોઈ મોટું નુકસાન થતું નથી.
- **પ્રાકૃતિક ખાતર :** અમે રાસાયણિક ખાતર ઘટાડીને ગાયના છાણ અને ગૌમૂત્રમાંથી બનાવેલું જીવામૃત વાપરવાનું શરૂ કર્યું છે, જેનાથી જમીન પોચી રહે છે.

પ્રશ્ન : તમે તમારા પાકનું વેચાણ ક્યાં કરો છો? શું તમને યોગ્ય ભાવ મળે છે?

જવાબ : અમે માર્કેટિંગ યાર્ડમાં જઈએ છીએ પણ .હવે સરકારના ટેકાના ભાવથી પણ ફાયદો થાય છેજોકે ., ઘણીવાર વચેટિયાઓને લીધે ખેડૂતના હાથમાં ઓછી કમાણી આવે છે, પણ જો સીધું વેચાણ કરી શકાય તો વધુ નફો મળે.

31. વીજળી વિના એક કલાક

આ પ્રવૃતિને ૪ ભાગમાં વહેંચી શકાય .

1. પ્રથમ ૧૫ મિનિટ પડછાયાની દુનિયા : આ મીણબતી અને હાથની આંગળીઓની મદદથી દીવાલ પર પ્રાણીઓ અને પક્ષીઓના આકારો બનાવો.
2. બીજી ૧૫ મિનિટ : ઘરના બધાં સભ્યો એક સાથે બેસો. વડીલોને પૂછો કે પહેલાના સમયમાં વીજળી નહોતી ત્યારે તેઓ રાત્રે કામ કેવી રીતે કરતા ?
3. ત્રીજી ૧૫ મિનિટ ઇન્દ્રિયોની કસોટી : આંખો બંધ કરીને એકદમ શાંત બેસી જાઓ. આસપાસના પર્યાવરણમાંથી આવતા પ્રાણી પક્ષીઓના અવાજ સાંભળો. અન્ય અવાજો પણ શાંત ચિત્તે સાંભળવાનો પ્રયત્ન કરો.
4. ૧૫ મિનિટ ગ્રીન શપથ : અંધારામાં બેસીને વિચારો કે વીજળી આપણા જીવનમાં કેટલી મહત્ત્વની છે. વીજળી બચાવવા માટે હું શું કરી શકું તેના વિશે વિચારો અને નક્કી કરો કે બિનજરૂરી લાઇટ, પંખા બંધ રાખીશ જેથી વીજળી બચાવી શકાય.

32. બટાકા પૌંઆ અથવા તેના જેવી બીજી કોઈ વાનગીનો નાસ્તો તમારી જાતે બનાવો. ઘરનાં સૌ સભ્યો સાથે મળીને નાસ્તો કરો. તમે બનાવેલ નાસ્તો પૌષ્ટિક કે છે કેમ ? નાસ્તો બનાવવા માટે કેટલો સમય લાગશે તેની ચર્ચા ઘરનનાં સભ્યો સાથે કરો.

33. પગપાળા અથવા સાઇકલ અભિયાન તથા પબ્લિક ટ્રાન્સપોર્ટ

પ્રવૃત્તિ: નાની–મોટી જગ્યાએ જતા વાહનના બદલે સાઇકલ ચલાવવી કે ચાલીને જવું. તેમજ ન ચાલે ત્યાં પબ્લિક ટ્રાન્સપોર્ટ વાપરવું. (પ્રદૂષણ અટકાવવું, ઊર્જા બચાવવી અને આરોગ્ય સુધારવું)

34. ડિજિટલ ડિટોક્સ દિવસ

મૂલ્ય : આત્મનિયંત્રણ

પ્રવૃત્તિ: દર ૧૫ દિવસે ૧ દિવસ સોશિયલ મીડિયા અને ફોનથી દૂર રહો. આ દિવસ પુસ્તક વાંચન અથવા કુટુંબ સાથે વિતાવવો.

35. પોસ્ટર/વીડિયો કૅમ્પેઇન

પ્રવૃત્તિ : વીજળી બચાવવી, પ્લાસ્ટિક ટાળવું કે વૃક્ષ વાવો જેવા વિષય પર પોસ્ટર કે નાનો વીડિયો બનાવવો અને ઑનલાઈન શેર કરવો.

36. યોગાસન (Yogasana) અને પ્રાણાયામ : બાળકે તાડાસન, વૃક્ષાસન, ભુજંગાસન, પશ્ચિમોત્તાનાસન, પ્રાણાયામ અને ધ્યાન જેવાં યોગાસન રોજે રોજ કરવાં. યોગા અને પ્રાણાયામનો રોજિંદા અભ્યાસ કરવાથી એકાગ્રતા અને શારીરિક વિકાસમાં ખૂબ જ ફાયદો થાય છે.

બાળકો માટે ખાસ ટિપ્સ : યોગ હમેશાં સવારે ભૂખ્યા પેટે કરવો. શરૂઆતમાં આસનો પૂરેપૂરાં ન થાય તો ચિંતા ન કરવી, ધીરે ધીરે મહાવરો કરવાથી શરીર લચીલું બનશે.

37. તમારી આસપાસ મળતી વિવિધ વસ્તુઓ જેવી કે શેમ્પૂ બોટલ/પાઉચ,વિવિધ બૉક્સ ભેગા કરી તેની કંપનીનું નામ, વજન, મેન્યુફેક્ચર ડેટ, એકસપાઈયરી ડેટ વગેરે બાબતોનો નોંધ કરો.

તમે જે વસ્તુઓ ભેગી કરી છે, તે વસ્તુઓનું આ રીતે વિશ્લેષણ કરો.

સૌથી લાંબી આવરદા : ઉત્પાદન પછી સૌથી વધુ સમય સુધી વાપરી શકાય તેવી છે?

સૌથી ટૂંકી આવરદા (Shortest Shelf Life) : કઈ વસ્તુ જલદી એક્સપાયર થઈ જાય છે?

કિંમત અને વજનનો સંબંધ : શું મોટી બોટલ ખરીદવી સસ્તી પડે છે કે નાના પાઉચ?

તમે ભેગી કરેલી વસ્તુઓના લોગોના ચિત્રો દોરો કે તેના ચિત્રો ભેગાં કરો.

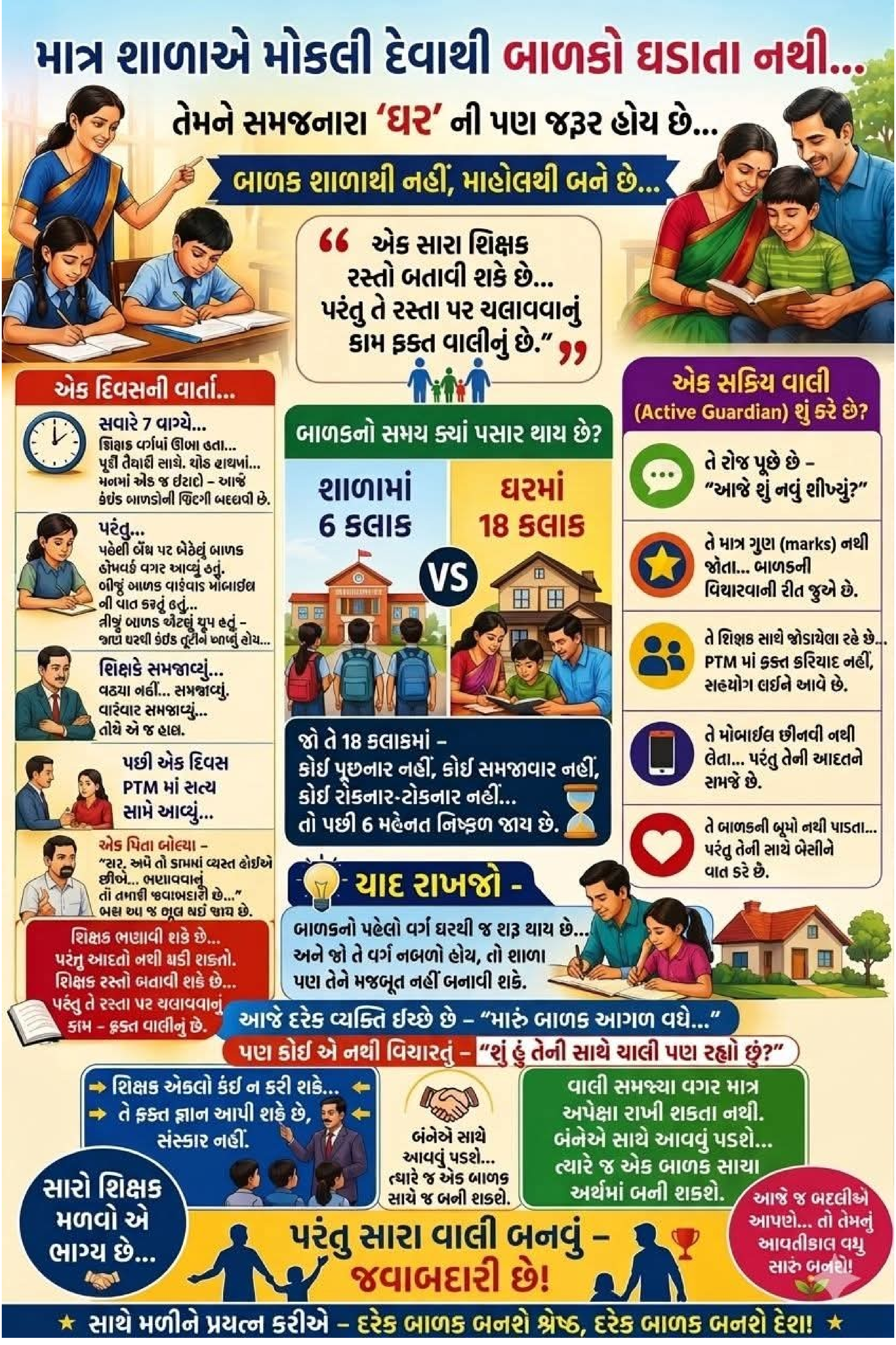
વસ્તુનો પ્રકાર	બ્રાન્ડનો લોગો (દોરો અથવા ચીપકાવો)	વજન (Net Wt)	પૅકિંગ પછી કેટલા મહિના ચાલે?	ઉપયોગિતા
સાબુ				
જ્યૂસ				

38. જુદી જુદી વનસ્પતિ જેવી કે લીમડો, વડ, પીપળો, કરેણ, જાસૂદ વગેરેનાં પાંદડાં એકત્રિત કરો. તેની મદદથી જુદા જુદા ગાણિતિક આકારો, પ્રાણીઓ, પક્ષીઓ, ડિઝાઇન વગેરે તૈયાર કરો.

39. તમે અને બીજા પાંચ મિત્રો ભેગા મળીને એક મિનિટ ગેઈમ્સ રમો.જેમાં નીચે મુજબની વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ કરી શકાય.

- અંગ્રેજી ભાષામાં કોઈ બે વાક્ય આપો અને તેને એક મિનિટ કેટલી વખતે બોલે છે તે નોંધો.
- છાપામાંથી કોઈ એક શબ્દ/સમાચાર શોધવા કહો.
- એક મિનિટમાં વધુમાં વધુ ગામનાં નામ બોલવાં

તમારી જાતે આવી એક મિનિટ ગેઈમ્સ વિચારો અને રમો.



માત્ર શાળાએ મોકલી દેવાથી બાળકો ઘડાતા નથી...
તેમને સમજનારા 'ઘર' ની પણ જરૂર હોય છે...
બાળક શાળાથી નહીં, માહોલથી બને છે...
" એક સારા શિક્ષક
રસ્તો બતાવી શકે છે...
પરંતુ તે રસ્તા પર ચલાવવાનું
કામ ફક્ત વાલીનું છે."
એક દિવસની વાર્તા...
સવારે 7 વાગ્યે...
શિક્ષક વર્ગમાં ઊભા હતા...
પૂરી તૈયારી સાથે. ચોક હાથમાં...
મનમાં એક જ ઈરાદો – આજે
કંઈક બાળકોની જિંદગી બદલવી છે.
પરંતુ...
પહેલી બેંચ પર બેઠેલું બાળક
હોમવર્ક વગર આવ્યું હતું.
બીજું બાળક વારંવાર મોબાઈલ
ની વાત કરતું હતું...
ત્રીજું બાળક એટલું ચૂપ હતું –
જાણે ઘરથી કંઈક તૂટીને આવ્યું હોય...
શિક્ષકે સમજાવ્યું...
વઢ્યા નહીં... સમજાવ્યું.
વારંવાર સમજાવ્યું...
તોયે એ જ હાલ.
પછી એક દિવસ
PTM માં સત્ય
સામે આવ્યું...
એક પિતા બોલ્યા –
"સર, અમે તો કામમાં વ્યસ્ત હોઈએ
છીએ... ભણાવવાનું
તો તમારી જવાબદારી છે..."
બસ આ જ ભૂલ થઈ જાય છે.
શિક્ષક ભણાવી શકે છે...
પરંતુ આદતો નથી ઘડી શકતો.
શિક્ષક રસ્તો બતાવી શકે છે...
પરંતુ તે રસ્તા પર ચલાવવાનું
કામ – ફક્ત વાલીનું છે.
બાળકનો સમય ક્યાં પસાર થાય છે?
શાળામાં
6 કલાક
VS
ઘરમાં
18 કલાક
જો તે 18 કલાકમાં –
કોઈ પૂછનાર નહીં, કોઈ સમજાવાર નહીં,
કોઈ રોકનાર-ટોકનાર નહીં...
તો પછી 6 મહેનત નિષ્ફળ જાય છે.
યાદ રાખજો –
બાળકનો પહેલો વર્ગ ઘરથી જ શરૂ થાય છે...
અને જો તે વર્ગ નબળો હોય, તો શાળા
પણ તેને મજબૂત નહીં બનાવી શકે.
એક સક્રિય વાલી
(Active Guardian) શું કરે છે?
તે રોજ પૂછે છે –
"આજે શું નવું શીખ્યું?"
તે માત્ર ગુણ (marks) નથી
જોતા... બાળકની
વિચારવાની રીત જુએ છે.
તે શિક્ષક સાથે જોડાયેલા રહે છે...
PTM માં ફક્ત ફરિયાદ નહીં,
સહયોગ લઈને આવે છે.
તે મોબાઈલ છીનવી નથી
લેતા... પરંતુ તેની આદતને
સમજે છે.
તે બાળકની બૂમો નથી પાડતા...
પરંતુ તેની સાથે બેસીને
વાત કરે છે.
આજે દરેક વ્યક્તિ ઈચ્છે છે – "મારું બાળક આગળ વધે..."
પણ કોઈ એ નથી વિચારતું – "શું હું તેની સાથે ચાલી પણ રહ્યો છું?"
શિક્ષક એકલો કંઈ ન કરી શકે...
તે ફક્ત જ્ઞાન આપી શકે છે,
સંસ્કાર નહીં.
બંનેએ સાથે
આવવું પડશે...
ત્યારે જ એક બાળક
સાચે જ બની શકશે.
વાલી સમજ્યા વગર માત્ર
અપેક્ષા રાખી શકતા નથી.
બંનેએ સાથે આવવું પડશે...
ત્યારે જ એક બાળક સાચા
અર્થમાં બની શકશે.
સારો શિક્ષક
મળવો એ
ભાગ્ય છે...
પરંતુ સારા વાલી બનવું –
જવાબદારી છે!
આજે જ બદલીએ
આપણે... તો તેમનું
આવતીકાલ વધુ
સારું બનશે!
★ સાથે મળીને પ્રયત્ન કરીએ – દરેક બાળક બનશે શ્રેષ્ઠ, દરેક બાળક બનશે દેશ! ★

Children's Research University

सत्यम् ऋतम् बृहत्

ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી,

ગાંધીનગર

9 789393 222831