# ۲۔ میرا بدن

خدا نے مجھے ایک اچھّا سا بدن دیا ہے۔ میرے بدن کے کئی حصّے ہیں؛ آنکھ، کان، ناک، منہ، ہاتھ، پَیر۔ ہر حصّہ بڑے کام کا ہے۔

اللہ نے مجھے دو آنکھیں دی ہیں۔ میں اپنی آنکھوں سے ہر چیز دیکھتا ہوں۔ میں اپنی آنکھوں کو ہر وقت صاف رکھتا ہوں۔

اللہ نے مجھے دو کان دیے ہیں۔ میں اپنے کانوں سے سنتا ہوں۔ چوری چُھپے دوسروں کی باتیں نہیں سنتا۔ میں اپنے کانوں کو ہمیشہ مَیل کُچیل سے صاف رکھتا ہوں۔

یہ میری ناک ہے۔ میں ناک سے سانس لیتا ہوں، سُونگھتا ہوں، خوش بُو اور بد بُو میں فرق کرتا ہوں۔ میں اپنی ناک کو صاف رکھتا ہوں۔

یہ میرا منہ ہے۔ منہ میں زبان ہے۔ میں اپنی زبان سے سچ بولتا ہوں۔ کسی کو گالی نہیں دیتا۔ میرے منہ میں دانت بھی ہیں۔ میں اپنے دانتوں سے چبا کر کھاتا ہوں۔ میں صبح اُٹھ کر ہمیشہ اپنے دانت اچھّی طرح صاف کرتا ہوں۔

اللہ نے مجھے دو ہاتھ دیے ہیں۔ میرے ہر ہاتھ میں پانچ اُنگلیاں ہیں اور ہر اُنگلی کے سِرے پر ناخن ہے۔ میں ہفتے میں ایک مرتبہ ناخن کاٹتا ہوں اور دن میں کئی مرتبہ ہاتھ دھوتا ہوں۔ میں اپنے ہاتھ سے لکھتا ہوں اور دوسرے کام بھی کرتا ہوں۔

یہ میرے دو پاؤں ہیں۔ ہر پاؤں میں چھوٹی بڑی پانچ اُنگلیاں ہیں۔ ان کے سِروں پر بھی ناخن ہیں۔ میں پاؤں سے چلتا اور دوڑتا ہوں۔ میں اپنے پاؤں صاف رکھتا ہوں۔ اس طرح پُورے جسم کی صفائی کا خیال رکھتا ہوں۔

(ادارہ)

## مشقی سرگرمیاں

❁ دیکھو، پڑھو، لکھو۔

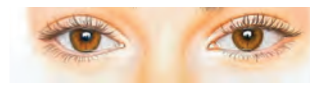
حصّہ (حِص - صَہ) ........................ اللّٰہ (اَل - لاہ) ..................

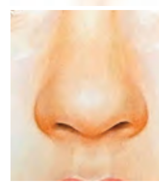
میل کچیل (مَے-ل کُ-چَے-ل) ........................ سانس (ساں - س) ................

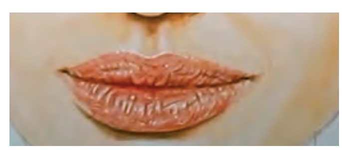
سونگھتا (سوں - گھ - تا) ........................ منہ (م ں - ہ) ................

دانت (داں - ت) ........................ سرے (سِ - رے) ................

## صحیح جوڑیاں لگاؤ۔







## نیچے دیے ہوئے سوالوں کے جواب ایک لفظ میں لکھو۔

۱) جسم کے کس حصّے سے ہم خوش بُو اور بد بُو پہچانتے ہیں؟

۲) ہاتھ میں کتنی اُنگلیاں ہیں؟

۳) ہم بدن کے کس حصے سے لکھتے ہیں؟

۴) ہاتھ اور پاؤں کی ہر اُنگلی کے سِرے پر کیا ہے؟

۵) تم اپنے ناخن کب کاٹتے ہو؟

❁ ”زبان“ کے بارے میں خالی چوکون میں جملے لکھو۔

زبان

| | |
|---|---|
| | |

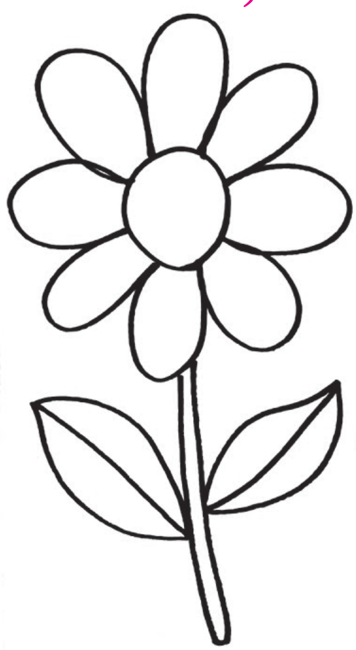
❁ سبق کی مدد سے جملوں کو صحیح کر کے لکھو۔

۱) میرے ہیں بدن کے حصّے کئی
۲) یہ ناک ہے میری
۳) منہ ہے میں زبان
۴) دانت بھی میرے ہیں میں منہ
۵) میں چلتا پاؤں اور سے ہوں دوڑتا

❁ بدن کے حصوں کے نام سے خالی جگہ بھرو۔

۱) میں اپنی ..................... سے ہر چیز دیکھتا ہوں۔
۲) میں اپنے ..................... سے سنتا ہوں۔
۳) میں اپنی ..................... سے سچ بولتا ہوں۔
۴) میں اپنے ..................... سے چبا کر کھاتا ہوں۔
۵) ہر پاؤں میں چھوٹی بڑی پانچ ..................... ہیں۔

❁ رنگ بھرو۔



❁ بدن کے حصّوں کے کام ←—— نشان سے دکھاؤ۔

| | |
|---|---|
| کان | لکھنا |
| ناک | چلنا |
| پیر | سننا |
| ہاتھ | سونگھنا |
| زبان | چبانا |
| دانت | بولنا |

❁ نیچے اچھّی اور بُری عادتیں دی ہوئی ہیں۔ اچھّی عادتیں پہلے خانے میں اور بُری عادتیں دوسرے خانے میں لکھو۔

۱) دیر سے سو کر اُٹھنا۔ ۲) صاف ستھرے کپڑے پہننا۔ ۳) ٹی وی پر دیر تک کارٹون دیکھنا۔

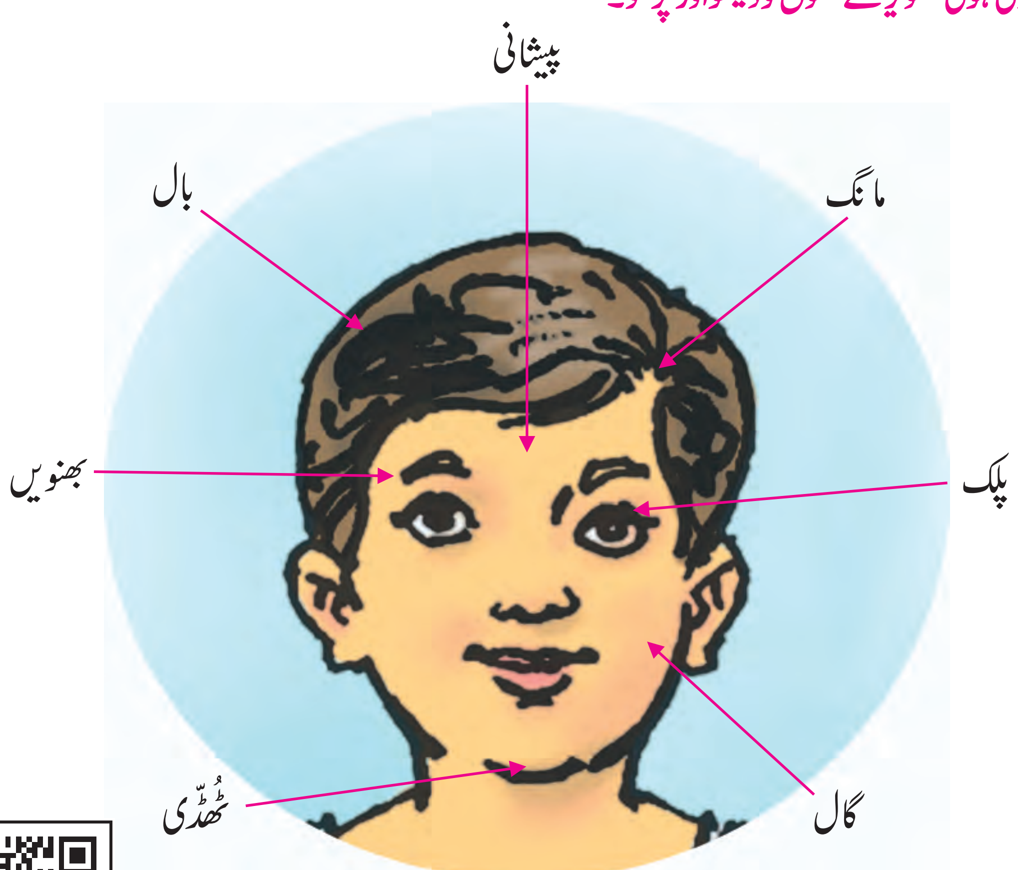
۴) دانت مانجھنا۔ ۵) صبح سویرے اُٹھنا۔ ۶) کپڑے گندے کرنا۔

۷) آج کا کام کل پر ٹالنا۔ ۸) ناک، حلق اور آنکھوں کی صفائی کرنا۔ ۹) ماں باپ کا کہنا ماننا۔

۱۰) ناک میں اُنگلی ڈالنا۔

| اچھّی عادتیں | بُری عادتیں |
|---|---|
| ............ | ............ |
| ............ | ............ |
| ............ | ............ |
| ............ | ............ |

❁ نیچے دی ہوئی تصویر کے حصّوں کو دیکھو اور پڑھو۔




5BQAEG