۱۲۔ ہماری غذائی ضرورت

- بیماری کی وجہ سے یہ لڑکی کافی کمزور ہوگئی تھی۔ کچھ دنوں میں وہ ٹھیک ہوگئی۔ اس کے بعد وہ کس وجہ سے بہتر ہوگئی؟

- بچّے کے قد اور وزن میں کس وجہ سے اضافہ ہوا؟

- ہمیں بھوک کیوں لگتی ہے؟

ہمارے جسم کے کام ٹھیک طرح انجام پانا ضروری ہے۔ اس کے لیے ہمیں غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔ غذا کی وجہ سے ہمارے جسم کی نشو ونما ہوتی ہے۔ جسم میں ہونے والی ٹوٹ پھوٹ کی مرمت ہوتی ہے۔ غذا کی وجہ سے کام کرنے کی طاقت حاصل ہوتی ہے۔

مناسب مقدار میں غذا نہ ملنے پر کمزوری محسوس ہوتی ہے۔ جوش اور ولولہ محسوس نہیں ہوتا۔

ایسے وقت خوب بھوک لگتی ہے اور تھوڑا کھانا کھانے پر فوراً بہتر محسوس ہوتا ہے۔

جب ہم زیادہ کام کرتے ہیں تو ہمارا جسم بہت تھک جاتا ہے۔ ہمیں زیادہ بھوک لگتی ہے۔

ہماری طرح تمام جانداروں کو غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔

- کیا تمام جاندار ایک ہی قسم کی غذا کھاتے ہیں؟
- گائے گھاس کھاتی ہے، اس لیے کیا بلّی بھی گھاس کھائے گی؟
- بلّی شوق سے چوہا کھاتی ہے، اس لیے کیا بکری بھی چوہے کھانا پسند کرے گی؟

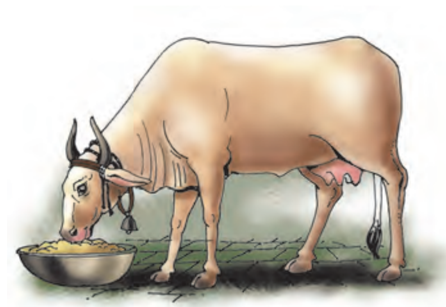
• جانداروں کی غذا مختلف

• **نیا لفظ سیکھو!**

کھلّی/ ڈھیپ : تل، مونگ پھلی کے دانے، بنولہ ایسے بیجوں کا تیل نکالنے کے بعد بچا ہوا چوکھر کھلّی یا ڈھیپ کہلاتا ہے۔

تخمیر شدہ غذا (آمبون) : گڑ، اناج کے دانوں کے ٹکڑے اور کھلّی کو پانی میں ملا کر اس آمیزے کی تخمیر کر کے تیار کی جانے والی شے۔

ہر جاندار کو غذا کی ضرورت ہوتی ہے لیکن تمام جاندار ایک ہی قسم کی غذا نہیں کھاتے۔



گائے، بھینس پالنے والے لوگ انھیں گھاس تو کھلاتے ہی ہیں لیکن تخمیر شدہ غذا اور کھلّی بھی کھلاتے ہیں۔ گھوڑے کو گھاس کے ساتھ ساتھ بھگوئے ہوئے چنے بھی دیتے ہیں۔ بکریاں اور بھیڑیں گھاس کے ساتھ ساتھ مختلف جھاڑیاں بھی کھاتی ہیں۔ بلّیاں دودھ شوق سے پیتی ہیں لیکن انھیں چوہے بھی اتنے ہی پسند ہیں۔ بلّیاں چڑیا، کبوتر اور فاختہ کو مار کر کھاتی ہیں۔

کتّے کو ہم چپاتی اور روٹی کھلاتے ہیں لیکن کتّے گوشت شوق سے کھاتے ہیں۔ بلّی اور کتّے پالنے والے لوگ انھیں گوشت اور مچھلی کھلاتے ہیں۔

جنگل میں ہرن، نیل گائے، ارنا بھینسا جیسے حیوانات رہتے ہیں۔ وہ ہرے پتّے کھاتے ہیں۔

یہ جانور قریب کے کھیت میں کھڑی فصل کو بھی نقصان پہنچاتے ہیں۔

جنگل میں شیر، شیر ببر جیسے جانور بھی رہتے ہیں۔ وہ دوسرے جانوروں کا شکار کر کے ان کا گوشت کھاتے ہیں۔

عام طور پر ایسے جنگلی جانور انسانوں کی بستی میں آ کر شکار نہیں کرتے، لیکن کبھی کبھی وہ فاقہ کشی سے گزرتے ہیں تب وہ انسانوں کی بستی میں آنے کی ہمّت کرتے ہیں۔ ایسے وقت میں وہ کوٹھے میں موجود مویشی مار کر کھاتے ہیں۔

گیدڑ اکثر انسانوں کی بستی میں آنے کی ہمّت کرتا ہے لیکن گیدڑ کے جسم میں شیر جیسی طاقت نہیں ہوتی۔ اسے مویشی مارنا مشکل ہوتا ہے۔ گیدڑ اکثر مرغیاں اُٹھا کر لے جاتا ہے۔

آؤ دماغ پر زور دیں!

- فصل تیار ہوتے ہی گوپھن کیوں چلانا پڑتا ہے؟ بجوکا بنا کر کیوں کھڑا کیا جاتا ہے؟

پرندوں کی خوراک بھی مختلف ہوتی ہے۔اکثر پرندے اناج کے دانے کھاتے ہیں۔کسان اپنے کھیت میں اناج، دالیں وغیرہ مختلف فصلیں بوتا ہے۔

فصل تیار ہوتے ہی اس میں دانے بھرنے لگتے ہیں۔

انھیں کھانے کے لیے آس پاس کے پرندے آتے ہیں۔

اس وجہ سے فصلوں کی بربادی ہوتی ہے۔اس بربادی کو روکنے کے لیے کیا کرتے ہیں؟

انسانوں کی بستی میں اناج حاصل کرنا پرندوں کے لیے آسان ہے۔اس لیے کچھ پرندے انسانوں کی بستی کے قریب رہنا پسند کرتے ہیں۔

مختلف پرندے کچھ دوسری چیزیں بھی کھاتے ہیں۔مرغیاں کیڑے کھاتی ہیں۔کوّے مردہ جانوروں کا گوشت کھاتے ہیں۔ کچھ پرندے درختوں کے پھل کھاتے ہیں۔

- **کئی چھوٹے چھوٹے جانور کیا کھاتے ہوں گے؟**

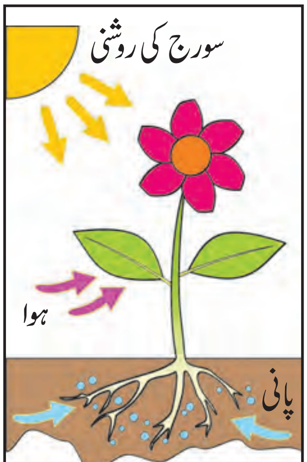
کھٹمل انسان کا خون چوستا ہے۔گوچڑ جانوروں کا خون چوستی ہے۔چھپکلی اور گرگٹ کیڑے کھاتے ہیں۔لاروے اور کچھ کیڑے جھاڑیوں کے پتّے کھاتے ہیں۔تتلی پھولوں کا رَس چوس کر اپنی بھوک مٹاتی ہے۔

حیوانات ماحول میں تیار ہونے والی غذا کھاتے ہیں،لیکن ان کو غذا کی تلاش میں بھٹکنا پڑتا ہے۔

کیا تمھیں معلوم ہے؟

مچھّر کی کئی قسمیں ہیں۔اکثر قسم کے مچھّر پودوں میں موجود رَس پیتے ہیں۔ چند قسم کے مچھّر انسان کا خون چوستے ہیں۔

• نباتات کی غذا



نباتات اپنی غذا خود تیار کرتی ہیں۔

نباتات کو بھی غذا کی ضرورت ہوتی ہے، لیکن غذا کی تلاش میں نباتات اِدھر اُدھر نہیں جاسکتی۔ انھیں غذا کہاں سے حاصل ہوتی ہوگی؟

نباتات اپنی غذا خود تیار کرسکتی ہیں۔

نباتات کی جڑیں زمین سے پانی جذب کرتی ہیں۔ اس پانی میں زمین میں موجود کچھ اشیا حل شدہ ہوتی ہیں۔ یہ پانی نباتات کے پتوں تک پہنچتا ہے۔ پتّوں پر چھوٹے چھوٹے سوٗراخ ہوتے ہیں۔ یہ بہت باریک ہوتے ہیں اور ہماری آنکھوں سے نظر نہیں آتے۔ ان سے ہوا پتّوں کے اندر داخل ہوتی ہے۔ اس طرح پانی اور ہوا پتّوں میں جمع ہوتے ہیں۔ پتّوں پر سوٗرج کی روشنی پڑنے پر ہوا اور پانی سے نباتات غذا تیار کرتی ہیں۔

نباتات کی غذا پتّوں میں تیار ہوتی ہے۔ اس کے لیے سورج کی روشنی کی ضرورت ہوتی ہے۔

ہم نے کیا سیکھا؟

* جانداروں کو غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔
* غذا کی وجہ سے کام کرنے کی طاقت حاصل ہوتی ہے۔ جسم کی نشو و نما ہوتی ہے اور جسم میں ہونے والی جھیج کی مرمت ہوتی ہے۔
* حیوانات فطرت میں تیار ہونے والی تیار غذا ڈھونڈ کر کھاتے ہیں۔
* مختلف جانداروں کی غذا مختلف ہوتی ہے۔ کچھ حیوانات گوشت کھاتے ہیں، کچھ حیوانات گھاس اور پتّے بھی کھاتے ہیں۔ کچھ حیوانات دوسروں کا خون چوٗستے ہیں تو کچھ حیوانات کیڑے کھاتے ہیں۔ کچھ کیڑے نباتات کے پتّے کتر کر کھاتے ہیں۔
* نباتات سورج کی مدد سے اپنی غذا خود تیار کرتی ہیں۔

اسے ہمیشہ ذہن میں رکھیں!

نباتات کے ذریعہ تیار کی گئی غذا پر پوری جانداروں کی دنیا کا انحصار ہے۔

مشق

الف) کیا کریں گے بھلا؟

ایک گملے کا پودا تیزی سے نہیں بڑھ رہا ہے۔ اس کی نشوونما تیزی سے ہونا چاہیے۔

ب) آؤ دماغ پر زور دیں!

(۱) اس سبق کے مطالعہ سے نباتات اور حیوانات کے درمیان پایا جانے والا کون سا فرق تمھارے ذہن میں آیا؟ کون سا فرق تم کو اس سے پہلے معلوم تھا؟

(۲) نیچے دی ہوئی حیوانات کی فہرست میں سے گوشت کھانے والے اور گوشت نہ کھانے والے حیوانات کو الگ کرو:

شیر ببر، ہاتھی، گدھا، بھیڑیا، ہرن، شارک مچھلی۔

(۳) شیر بھی گوشت کھاتا ہے، گدھ بھی گوشت کھاتا ہے لیکن دونوں کے گوشت کھانے کے طریقوں میں فرق ہے، وہ کون سا ہے؟

ج) جدول مکمل کرو:

نیچے دی ہوئی جدول کے حیوانات، نباتات کے کون سے حصّے کھا کر پیٹ بھرتے ہیں، لکھو۔

حیوانات	نباتات کا کون سا حصّہ کھاتے ہیں؟
بکری	
تتلی	
لاروا	
مچھر	

د) مختصر جواب لکھو:

(۱) غذا مناسب مقدار میں نہ ملے تو ہم پر اس کا کیا اثر ہوتا ہے؟

(۲) جنگلی جانور انسانوں کی بستی میں کیوں آتے ہیں؟

(۳) انسانوں کی بستی میں آکر گیدڑ گائے کا شکار کیوں نہیں کرتا؟

ہ) نیچے دیے ہوئے عنوان میں سے کسی ایک پر معلومات لکھو:

(۱) نباتات اپنی غذا کس طرح تیار کرتی ہیں؟

(۲) انسانوں کو غذا کی ضرورت کس لیے ہوتی ہے؟

(۳) پالتو جانوروں کی غذا۔

اپنی لکھی ہوئی معلومات تم اپنے ہم جماعتوں کو پڑھ کر سناؤ۔

JIEA8H

سرگرمی

معلومات حاصل کرو: ہدہد کی غذا کیا ہے؟ یہ غذا ہدہد کس طرح حاصل کرتا ہے؟