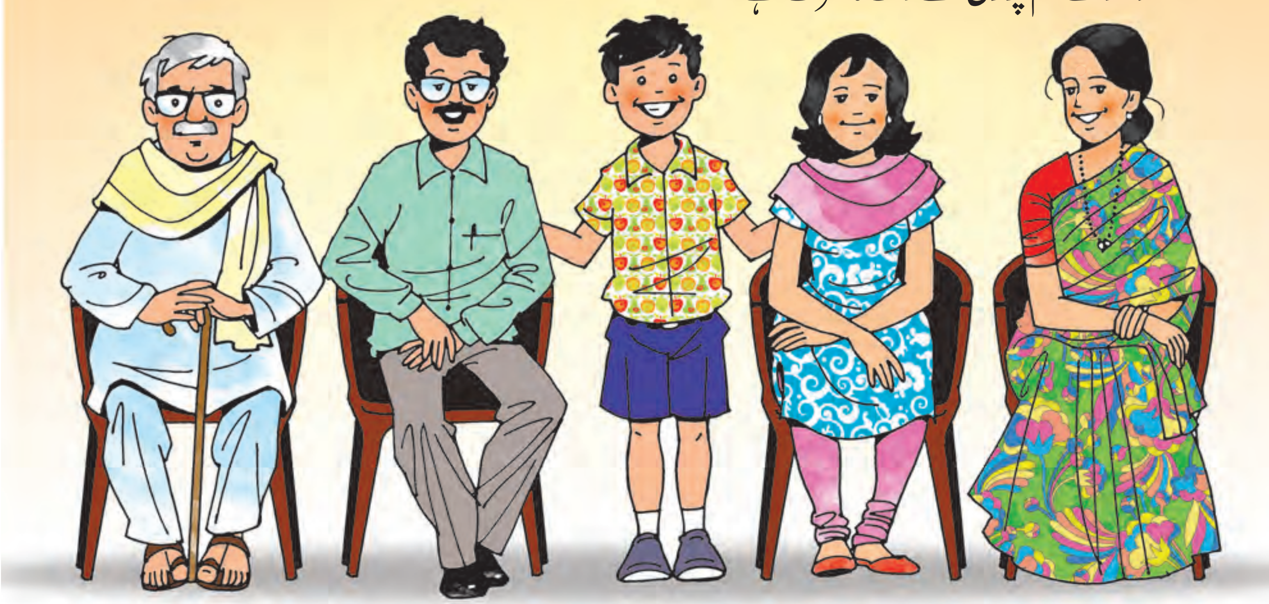
۲۳۔ عمر جیسے جیسے بڑھتی ہے

بتاؤ تو بھلا !

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



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

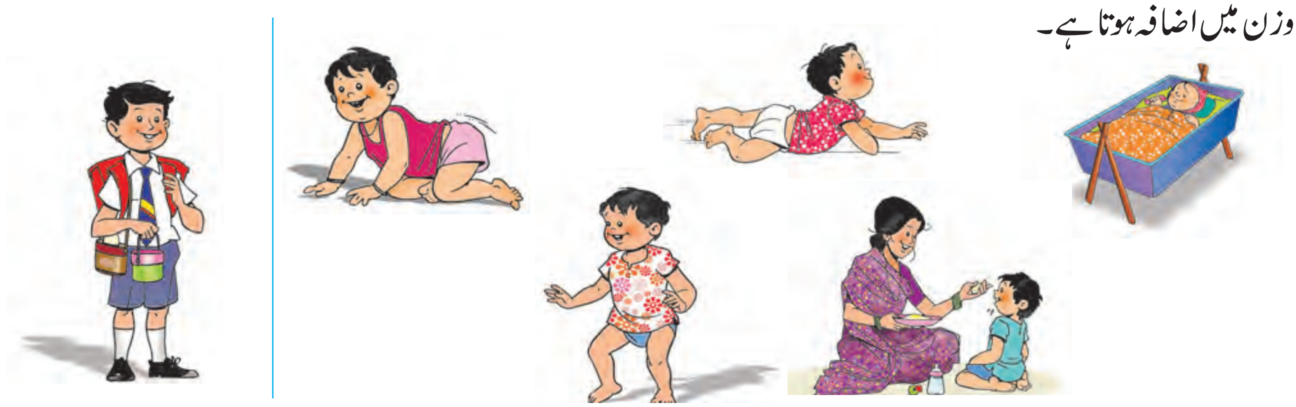
بتاؤ تو بھلا !

اپنے بڑوں سے ذیل کی معلومات حاصل کرو۔

- ننھے بچّوں کی گردن کب بیٹھتی ہے؟
- چھوٹے بچّوں کے دانت کتنے مہینے سے نکلنا شروع ہوتے ہیں؟
- چھوٹے بچّے کب پلٹنا (کروٹ لینا) شروع کرتے ہیں؟
- چھوٹے بچّے کب کھڑے رہنا سیکھتے ہیں؟
- ننھّے بچّوں کو چاول کیوں نہیں کِھلائے جاتے؟
- ننھّے بچّوں کو گود میں کیوں لینا پڑتا ہے؟

• بچّے کی نشو و نما

گھر میں بچّے کی پیدائش سے خوشی کا ماحول بن جاتا ہے۔ ماں اپنی ممتا کے تحت اس ننھّے بچّے کا بہت خیال رکھتی ہے۔ بچّے کو روزانہ نہلاتی ہے۔ بھوک لگنے پر دودھ پلاتی ہے۔ لوریاں گا کر سلاتی ہے۔ بچّہ آہستہ آہستہ نشو و نما پاتا ہے۔ اس کی اونچائی اور وزن میں اضافہ ہوتا ہے۔



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

بچّہ پہلے ماں کو پہچاننا سیکھتا ہے۔ اس کے بعد وہ گھر کے دوسرے لوگوں کو پہچاننے لگتا ہے۔ دؤدھ کے ساتھ ساتھ دیگر غذا بھی کھانے لگتا ہے۔ ماں بچّے کو دؤدھ اور چاول کھلانا شروع کرتی ہے۔ آہستہ آہستہ وہ بولنا سیکھتا ہے۔ لڑکا ہو یا لڑکی، نشو و نما کے زمانے میں قدرت دونوں میں کوئی فرق نہیں کرتی۔ اور بڑا ہونے پر وہ بچہ نہیں رہتا۔ چھوٹے بچّے سے بڑا لڑکا بن جاتا ہے۔ چھوٹی بچّی سے بڑی لڑکی بنتی ہے۔

چھٹے سال میں بچّے اسکول جانے لگتے ہیں۔ عمر کے اٹھارہویں سال تک لڑکے لڑکی کا قد بڑھتا جاتا ہے۔

عام طور پر عمر کے چالیسویں سال تک صحت اچھی رہتی ہے۔ قد نہ بھی بڑھے تو وزن بڑھتا جاتا ہے۔ اچھی عادتوں اور اچھی خوراک کی وجہ سے صحت بہتر رہنے میں مدد ملتی ہے۔ پابندی سے ورزش کرنے پر اس کا فائدہ ہوتا ہے۔ چالیس سال کے بعد بھی عمر کے ساتھ جسم میں تبدیلی ہوتی رہتی ہے۔ آہستہ آہستہ آنکھوں کو صاف نظر نہیں آتا۔ بال سفید ہونے لگتے ہیں۔

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

کیا تمھیں معلوم ہے؟

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

بتاؤ تو بھلا!

آم کے ایک ہی درخت کی یہ تین تصویریں ہیں۔
سب سے پہلے کی تصویر کون سی ہے؟ سب سے آخر کی تصویر کون سی ہے؟
درمیانی عرصے کی تصویر کون سی ہے؟ یہ تم نے کس طرح پہچانا؟

• نباتات کی نشوونما

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

• **نیا لفظ سیکھو!**
بیج کی اُپج - نباتات کے بیجوں میں اکھوا (مول) نکلتا ہے۔آگے چل کر یہی اکھوا جڑ بن جاتا ہے۔اکھوا نکلنے کو بیج کی اُپج کہتے ہیں۔

مٹّی سے پانی اور کچھ غذائی مادّے پودے کو ملتے ہیں۔ پتّوں میں غذا تیار ہونے لگتی ہے۔ پودا بڑھنے لگتا ہے۔اس میں نئے نئے پتّے آتے ہیں۔ پودے کی اونچائی بھی بڑھنے لگتی ہے۔

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

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

سبھی نباتات کا خاتمہ ہوتا ہے لیکن اس کی وجوہات مختلف ہوتی ہیں۔

ہم نے کیا سیکھا؟

- بچّے کی نشو ونما کے کچھ مخصوص مرحلے ہوتے ہیں۔
- عمر کے اٹھارہویں سال تک انسان کی نشو ونما ہوتی ہے۔
- عمر کے چالیس سال کے بعد انسان بوڑھا ہونا شروع ہوتا ہے۔
- انسان کی طرح نباتات میں بھی زمانے کے ساتھ تبدیلیاں ہوتی ہیں۔
- مٹی میں بیج کی آہستہ آہستہ نشو ونما ہوتی ہے۔ بیج کی اُپج کے بعد سے نباتات کے بڑھنے تک مختلف مراحل ہوتے ہیں۔ نباتات کی بھی اونچائی اور طاقت بڑھتی ہے۔
- انسان ہو یا نباتات ان کا ایک دن خاتمہ ہوجاتا ہے۔

اسے ہمیشہ ذہن میں رکھیں!

صحت مند رہنے کے لیے مناسب غذا اور پابندی سے ورزش ضروری ہے۔

مشق

الف) کیا کریں گے بھلا؟

- کوئی اجنبی شخص تمھارے والدین سے عمر میں بڑا ہے یا چھوٹا، اس کا اندازہ تمھیں لگانا ہے۔

ب) آؤ دماغ پر زور دیں!

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

- بڑھاپے کی وجہ سے جِلد پر کون سا اثر ہوتا ہے؟
- اُسل بنانے کے لیے مونگ پھلی کے دانے، مٹکی، چولائی وغیرہ بھگونے سے ان میں اکھوا نکلتا ہے۔ اس کے لیے تم کون سا لفظ استعمال کروگے؟

ج) شکل بناؤ :

- مٹر کی پھلی اور بیج کی شکل بناؤ۔

د) معلومات حاصل کرکے اپنے ہم جماعتوں کو سناؤ :

- آم، چیکو، لیمو، آملہ، اِملی، سیم کی پھلّی اِن میں سے کسی ایک پودے کا پھل لو۔ اس کی شکل بنا کر اس میں رنگ بھرو۔ اس میں کتنے بیج ہوتے ہیں، اس کا مشاہدہ کرکے شکل کے نیچے لکھو۔
تمھیں جو معلومات حاصل ہوئی ہے اسے اپنے ہم جماعتوں کو سناؤ۔

ہ) خالی جگہ پُر کرو :

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

و) مختصر جواب لکھو :

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

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

(۱) نشو و نما کے دوران بچّے کے قد اور وزن میں اضافہ ہوتا ہے۔
(۲) عمر کے ستّر سال تک صحت اچھی رہتی ہے۔
(۳) بیج زمین میں داخل نہ بھی ہو تو پودے کو طاقت ملتی ہے۔
(۴) مٹی میں موجود پانی اور کچھ غذائی مادّے پودے کو حاصل ہوتے ہیں۔

JL9ZRL

سرگرمی

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

***