এখন পৃথিৱী এখন ঘৰ

ONE EARTH ONE HOME

২য় পদক্ষেপ ঃ চোৱা আৰু শিকা

STEP 2 LOOK AND LEARN

৬ষ্ঠ, ৭ম আৰু ৮ম শ্ৰেণী

CLASSES 6, 7 & 8

কৰ্মপুষ্টিকা

ACTIVITY BOOK

সকলোকে ‘এখন পৃথিৱী-এখন ঘৰ’ অনুষ্ঠান লানিলৈ আদৰণি জনাইছো।

তোমালোকে বাৰু জানিছিলানে যে তোমালোকৰ ঘৰত তোমালোকৰ বাহিৰে আন প্ৰাণীয়েও বাস কৰে। ইয়াৰ কিছুমান আমি দেখা পাওঁ আৰু কিছুমানে গোপন আমাৰ সৈতে সহবাস কৰে।

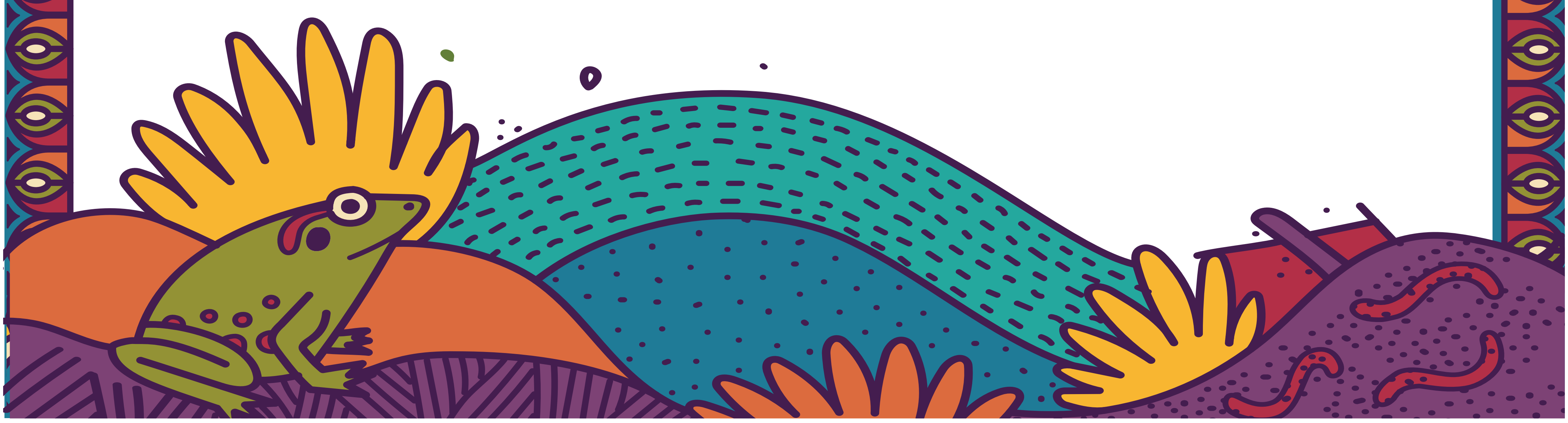
আমাৰ লগতে আন বহুপ্ৰকাৰৰ প্ৰাণী এই পৃথিৱীৰে বাসিন্দা। সেয়ে তেনে প্ৰাণীসমূহক-সি লাগে বনৰীয়া নাইবা আমাৰ লগতে আমাৰ ঘৰুৱা পৰিবেশত থকাই হওঁক, আমি সহানুভূতি প্ৰদৰ্শন কৰিব লাগে। এখন চিৰযুগমীয়া আনন্দময় আৰু স্বাস্থ্যকৰ পৃথিৱীৰ বাবে মানুহ উদ্ভিদজগত আৰু প্ৰাণীজগতৰ সৈতে সহজীৱিতাৰে বসবাস কৰিব লাগিব। আৰু প্ৰকৃতিৰ বিষয়ে জ্ঞান আহৰণ কৰি, পৰিবেশ অনুকুল আচৰণ অৱলম্বন কৰি আৰু পৰিবেশ অনুকুল বাসস্থানৰ গঢ় দিয়াৰ দৰে কিছুমান পদক্ষেপ গ্ৰহন কৰি আমি ইয়াৰ আৰম্ভনী কৰিব পাৰো।

সেয়ে আমি তোমালোকৰ বাবে ‘এখন পৃথিৱী-এখন ঘৰ’ অনুষ্ঠান লানি লৈ আহিছো। প্ৰকৃতিৰ সৈতে সময় যাপন কৰিবলৈ এই সময়ত ই এক উৎকৃষ্ট উপায়। ইয়াত তিনিটা মূল পদক্ষেপ আছেঃ

১ম পদক্ষেপ ঃ সন্ধান আৰু আৱিষ্কাৰ

২য় পদক্ষেপ ঃ চোৱা আৰু শিকা

৩য় পদক্ষেপ ঃ আলোচনা আৰু কাৰ্য্য কৰা



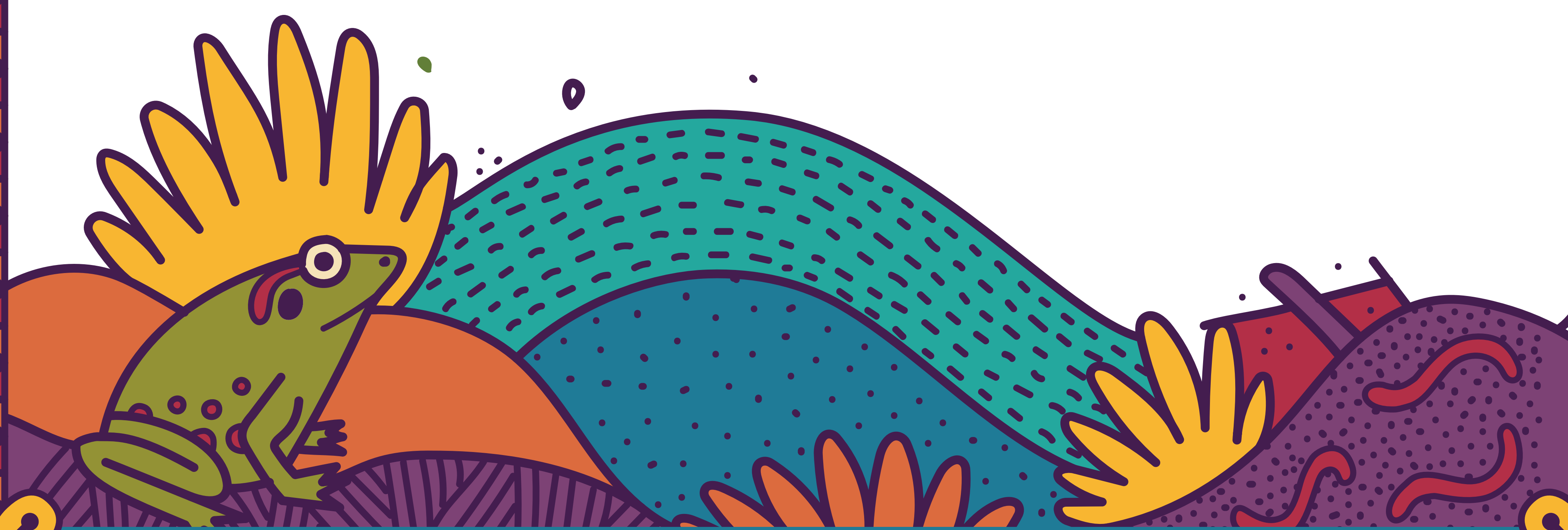
অভিভাৱকৰ প্ৰতি

এখন পৃথিৱী -এখন ঘৰ ১০ সপ্তাহ জোৰা এলানি হ্ৰস্বম্যাদী অনুষ্ঠান সূচী য'ত প্ৰতি সপ্তাহে কাৰ্য কৰিবলৈ কেৱল ৩০ মিনিট সময়ৰ প্ৰয়োজন হ'ব।

⌂ কৰ্মপৃষ্ঠাসমূহ ছপা কৰি অথবা এখন উকা কাগজ/বহীত সম্পূৰ্ণ কৰিব পৰা যাব।

⌂ সকলো কাৰ্য সম্পন্ন কৰাৰ সময়ত নিজৰ সন্তানক সহায় সহযোগীতা আগবঢ়াব। কৰ্মপৃষ্ঠা সমূহ পূৰাবলৈ তেঁওলোকক সহায় কৰিব।

⌂ প্ৰতিটো কাৰ্যৰ বাবে একোটি চুটি ভিডিঅ' আছে। সেইসমূহ হোৱাট্চএপৰ জৰিয়তে শিক্ষকসকললৈ প্ৰেৰণ কৰা হ'ব অথবা কৰ্মপৃষ্ঠাত থকা লিংকৰ সহায়েৰে ডাউনলড কৰিব পৰা যাব।



২য় পদক্ষেপ
চোৱা আৰু শিকা

আমি আধা-বাট অতিক্ৰম কৰিলোৰেই। ‘এখন পৃথিৱী-এখন ঘৰ’ৰ ২য় পদক্ষেপ লোৱাৰ সময় এতিয়া। ইয়াত ৩ খন কৰ্মপৃষ্ঠা আৰু ১ টা ভিডিঅ’ সন্নিবিষ্ট কৰা হৈছে।

সূচী

ভিডিঅ’ V2A ঃ আমাৰ বাছনি সমূহ গুৰুত্বপূৰ্ণ
এটা সাধাৰণ, পৰিপাটি আৰু পৰিবেশ সচেতন ঘৰৰ চিত্ৰ গল্পটো চোৱা।

কৰ্মপৃষ্ঠা W2A ঃ মোৰ আচৰণ সূচী
আচৰণ সূচী অনুযায়ী তোমাৰ হেণ্ড প্ৰিন্ট হস্তচিহ্ন অথবা ফুট প্ৰিন্টৰ (পদচিহ্ন) কোনটো অধিক, বিবেচনা কৰা।

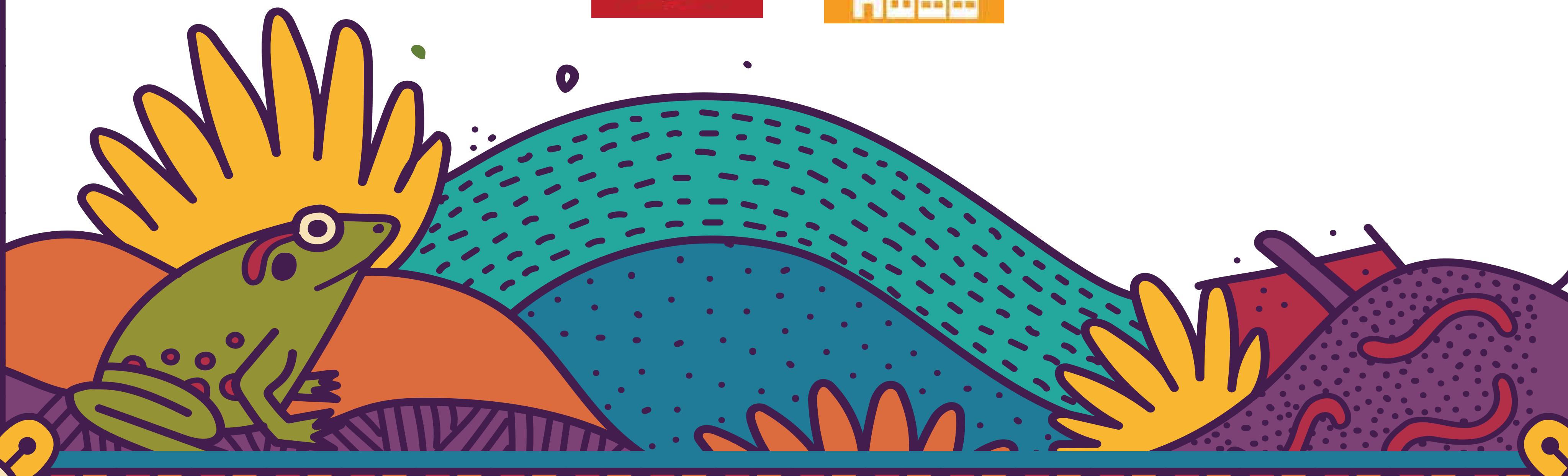
কৰ্মপৃষ্ঠা W2B ঃ মোৰ ঘৰটো পৰিবেশ অনুকুল হয়নে ?
তোমাৰ ঘৰটো পৰিবেশ কিমান অনুকুল ?

কৰ্মপৃষ্ঠা W2C ঃ পৰিয়ালত আলোচনা
তোমাৰ তথ্যসমূহ আলোচনা কৰা আৰু তোমাৰ ঘৰটো পৰিবেশ অনুকুল কৰি তুলিবলৈ তোমাৰ পৰিয়ালে কি পদক্ষেপ ল’ব চিত্ৰ আকি দেখুৱাই দিয়া।

পুণৰুক্তি আৰু আগলৈ
কি কি শিকিলা সেয়া পুনৰ দোহাৰিবা/পুণৰুক্তি কৰিবা আৰু কাৰ্যবিৱৰণী/ প্ৰতিবেদন প্ৰস্তুত কৰিবা

‘এখন পৃথিবী-এখন ঘৰ’ এ বহনক্ষম বিকাশৰ লক্ষ্যত (SDGs) উপণীত হ’বলৈ সহায় কৰে।

STEP 2 IS FOR :



ভিডিঅ’ V2A

ভিডিঅ’ টাইম্
আমাৰ বাছনি সমূহ গুৰুত্বপূৰ্ণ

এটা সাধাৰন, পৰিপাটি আৰু পৰিৱেশ সচেতন ঘৰৰ
চিত্ৰ গল্পটো চোৱা।

কৰ্মপৃষ্ঠা

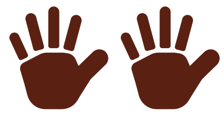
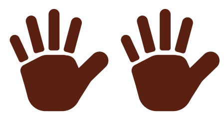
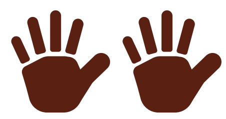
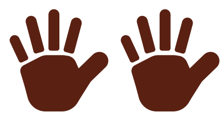
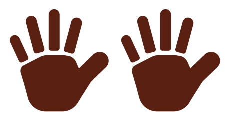
W2A

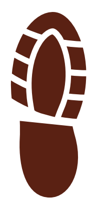
মোৰ আচৰণ সূচী

তলত দিয়া তালিকাখন তোমাৰ বহীত আঁকিবা

আচৰণ সূচী

ক্ৰঃ নঃ	আচৰন	সদায়	কেতিয়াবা	কেতিয়াও নহয়/ নকৰো
১.	পানী বৈই থকা নল বন্ধ কৰো			
২.	পানী নিগৰি থকা নল তৎক্ষানতে মেৰামত কৰো			
৩.	পানীৰ পুনৰব্যৱহাৰ সম্ভৱপৰ সকলো প্ৰকাৰে কৰো			
৪.	ঢাকনিযুক্ত পাত্ৰত বৰষুনৰ পানী সংগ্ৰহ কৰো			
৫.	পানীৰে খেলো			
৬.	পানীৰ নল খুলি থৈ দাঁত ঘঁহি থাকো			
৭.	বহীৰ পৃষ্ঠা অবাৰত নষ্ট কৰো			
৮.	বজাৰলৈ মোনা লৈ যাঁও			
৯.	দোকানীৰ পৰা প্লাষ্টিকৰ মোনা খুজি লওঁ			
১০.	পানী খাবলৈ প্লাষ্টিকৰ বটল ব্যৱহাৰ কৰো			
১১.	ভিন্ন প্ৰকাৰৰ আৱৰ্জনা একেটা ডাষ্টবিনতে পেলাওঁ			

১২.	প্লাষ্টিক পেকেটত উপলব্ধ খাদ্যসামগ্ৰী গ্ৰহন কৰো			
১৩.	বতৰ ফলমূল খাওঁ			
১৪.	মই গছ-পুলি ৰোৱাৰ লগতে যত্ন লওঁ			
১৫.	পুৰণি সামগ্ৰী মেৰামতি কৰাৰ পৰিবৰ্তে নতুন ক্ৰয় কৰো			
১৬.	গছ-গছনি আৰু প্ৰানী বিষয়ক গল্প/ সাধুকথা শুনো			
১৭.	গছ-গছনিৰ যত্ন ল'বলৈ আৰু জীৱ জন্তুক বিৰক্ত নকৰিবলৈ অনুৰোধ কৰো			
১৮.	অবাৰতে লাইট আৰু ফেনৰ ব্যৱহাৰ নকৰো			
১৯.	ওচৰে পাজৰে আহ-জাহ কৰিবলৈ মটৰ চাইকেল বা গাড়ী ব্যৱহাৰ কৰো			
২০.	পক্ষী, কীট-পতংগ আৰু আন জীৱ জন্তুক আহাৰ খুৱাওঁ			

এতিয়া তোমাৰ হেণ্ডপ্ৰিন্ট (হস্তচিহ্ন) আৰু ফুটপ্ৰিন্ট (পদচিহ্ন) কিমান হ'ল চোৱা।			
			

কোনবিধৰ সংখ্যা অধিক ?

কৰ্মপৃষ্ঠা

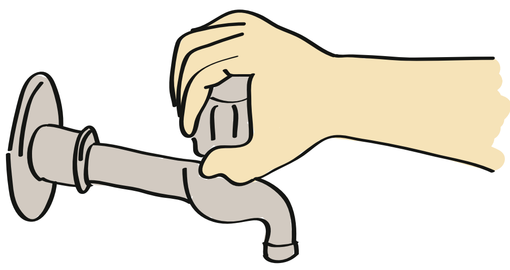
W2B

মোৰ ঘৰটো পৰিবেশ অনুকূল হয়নে ?

তোমালোকৰ ঘৰত তুমি আৰু তোমাৰ পৰিয়ালৰ সকলোৱে তলত দিয়া কোনবোৰ কাৰ্য কৰা চিন দিয়া

পৰিবেশ অনুকুল ঘৰৰ তালিকাসূচী

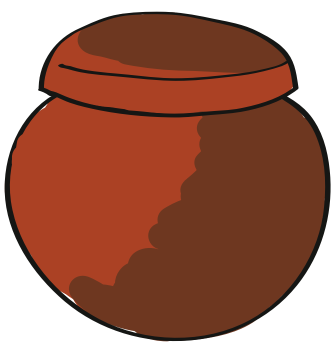
পানী



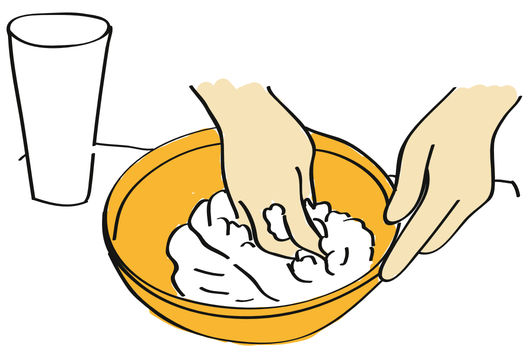
১. পানী নিগৰি থকা নল এদিনতে মেৰামতি কৰি লওঁ

২. বাল্টিত পানী লৈ গা ধোওঁ

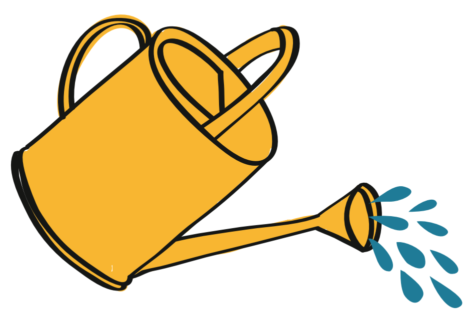
৩. কাপোৰ আওডালা পানীৰে মজিয়া/গাড়ী পৰিস্কাৰ কৰো



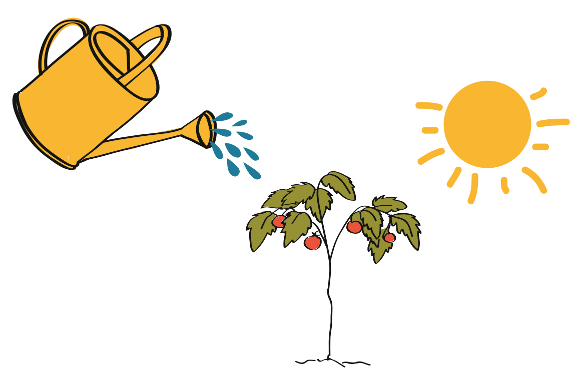
৪. ঢাকনি যুক্ত পাত্ৰত বৰষুণৰ পানী পৰৱৰ্ত্তী সময়ত ব্যৱহাৰৰ বাবে সংগ্ৰহ কৰি থওঁ



৫. পানী নিগৰি থকা নলৰ তলত শাক-পাচলি ধুই লওঁ



৬. প্ৰয়োজন হ'লেহে গছ-গছনিত পানী দিওঁ

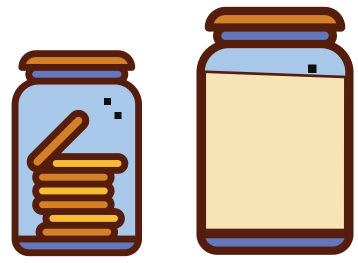


৭. নিচেই পুৱা বা গধুলি সময়ত গছ-গছনিত পানী দিওঁ

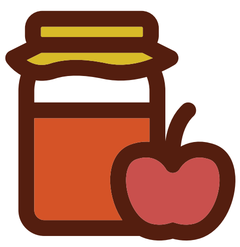
খাদ্য/আহাৰ

১. আমি গ্ৰহন কৰা আহাৰৰ কিছু পৰিমানৰ উৎপাদন আমাৰ ঘৰতে কৰো

২. স্থানীয় ভাৱে উৎপাদিত ফলমূল আৰু শাক-পাচলি গ্ৰহন কৰো

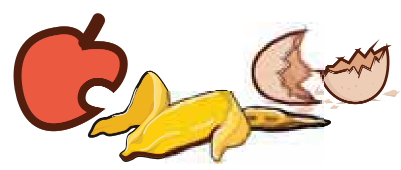


৩. অপচয় ৰোধ কৰিবলৈ আমি খাদ্য ভালদৰে সংৰক্ষণ কৰো

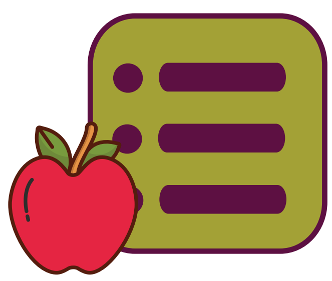


৪. আমি জাম আৰু আচাৰ আমাৰ ঘৰতে প্ৰস্তুত কৰো

৫. প্ৰয়োজন হোৱা পৰিমানৰ সতেজ আহাৰ ৰান্ধো



৬. পেলনীয়া আহাৰ পচনসাৰ প্ৰস্তুত কৰিবলৈ ব্যৱহাৰ কৰো



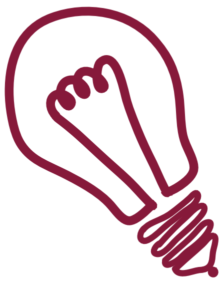
৭. আমাৰ আহাৰ পৰিকল্পনা কৰি লওঁ-কি খাবলৈ ইচ্ছা কৰিছো আৰু কিমান পৰিমানৰ প্ৰয়োজন হ'ব

আৱৰ্জনা

১. আমি ভিজা আৰু শুকান আৱৰ্জনা পৃথকে পৃথকে সংগ্ৰহ কৰো

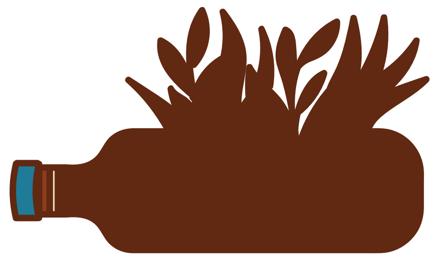
২. বাগিচাৰ আৱৰ্জনাৰে পচন সাৰ প্ৰস্তুত কৰো

৩. বজাৰলৈ গ'লে সদায় মোনা লগত লৈ যাওঁ



৪. ঘৰৰ বাবে কোনো সামগ্ৰী ক্ৰয় কৰাৰ আগতে ভালদৰে বিবেচনা কৰি লওঁ

৫. অধিক পৰিমানৰ পাষ্টিক থকা সামগ্ৰী ক্ৰয় নকৰো



৬. বটল বা আন পাত্ৰ সমূহ পূনৰ ব্যৱহাৰ কৰো

৭. ঘৰুৱা আচবাব সমূহ মেৰামতি কৰি লওঁ

গ্ৰীণ হ'ম স্কেল

গননা কৰি লিখা! তুমি কৰা কাৰ্য্য সমূহৰ তলত দিয়া তিনিটা শ্ৰেণীৰ কোনটোত কিমান হ'ব?		
পানী	খাদ্য/আহাৰ	আৱৰ্জনা

ওপৰোক্ত আচৰণ সূচীত উল্লেখিত কাৰ্য্য সমূহ পালন কৰি তুমি আৰু তোমাৰ পৰিয়ালে নিজৰ ঘৰটো আৰু অধিক পৰিবেশ অনুকুল কৰি গঢ়িব পাৰা

কৰ্মপৃষ্ঠা

W2C

পৰিয়ালত আলোচনা!

পৰিয়ালৰ সকলোকে পৰিবেশ অনুকুল ঘৰৰ সূচী (কৰ্মপৃষ্ঠা W2B) দেখুৱাবা আৰু তোমাৰ ঘৰে কিমান মানাংক লাভ কৰিলে, আলোচনা কৰা।

বৰ্তমান তোমাৰ পৰিয়ালে কেনেধৰণৰ আচৰণ পালন কৰে আৰু পৰিবেশ অনুকুল ঘৰলৈ পৰিবৰ্ত্তিত হ'বলৈ তেওঁলোকে নিজৰ আচৰণ কেনেধৰণে সলনি কৰিব সেই কথা নিৰ্দ্ধাৰণ কৰি লিখিবা।

	বৰ্তমান মোৰ পৰিয়ালে কৰি থকা পৰিবেশ প্ৰতিকূল কাৰ্য্যসমূহ	আমি যি সলনি কৰিম
পানী		
খাদ্য/আহাৰ		
আৱৰ্জনা		

পুনৰুক্তি!

অভিনন্দন! তুমি ২ য় পদক্ষেপ সম্পূৰ্ণ কৰিলা

এতিয়ালৈকে আমি কি শিকিলো চাওঁ আহা। তুমি এতিয়ালৈকে ইয়াত কি শিকিলা আৰু আগৰে পৰা যি জানিছিলা তলত দিয়া স্থানত লিখা।

১. পূৰ্বতে জানিছিলো	২. নতুনকৈ শিকিলো

২য় পদক্ষেপ সম্পূৰ্ণ কৰি উঠাৰ বাবে পাণ্ডা বটে তোমাক **'এখন পৃথিৱী এখন ঘৰ'ৰ বেজ্** প্ৰদান কৰিব বিচাৰিছে। তোমাৰ বেজ্‌টোৰ বাবে তলত দিয়া লিংকলৈ যোৱা

On the completion of **Step 2**, the Panda Bot wants to give you **'One Earth One Home' Badge.** Copy and paste the below link on your browser for your badge :

https://www.wwfindia.org/about_wwf/environmental_education/one_earth_one_home/step_two_badge.cfm