

उल्लास

कृतिपत्रिका

5. आहार आणि आरोग्य



राज्य शैक्षणिक संशोधन व प्रशिक्षण परिषद, महाराष्ट्र, पुणे.

राज्य साक्षरता केंद्र

कृतिपत्रिका - 1

5. आहार आणि आरोग्य

- खालील अक्षरांना सूचनेप्रमाणे ऱ्हस्व उकार लावून लेखन करा. ('उ' ची मात्रा -ु).

जसे :

ल + उ = लु

1) छ + उ =

2) ठ + उ =

3) थ + उ =

4) फ + उ =

5) ह + उ =

अध्ययन निष्पत्ती क्र. 3, 14

- आम्ही शिकलो : अक्षराला हस्व 'उ' ची मात्रा लावून लेखन करायला शिकलो.

कृतिपत्रिका - 2

5. आहार आणि आरोग्य

- खालील अक्षरांना सूचनेप्रमाणे दीर्घ उकार लावून लेखन करा. ('ऊ' ची मात्रा - २).

जसे :

$$\text{भ} + \text{२} = \text{भू}$$

$$1) \text{छ} + \text{२} = \boxed{\phantom{\text{छू}}}$$

$$2) \text{थ} + \text{२} = \boxed{\phantom{\text{थू}}}$$

$$3) \text{फ} + \text{२} = \boxed{\phantom{\text{फू}}}$$

$$4) \text{ह} + \text{२} = \boxed{\phantom{\text{हू}}}$$

$$5) \text{ठ} + \text{२} = \boxed{\phantom{\text{ठू}}}$$


अध्ययन निष्पत्ती क्र. 3, 14


- आम्ही शिकलो : अक्षरांना दीर्घ 'ऊ' ची मात्रा लावून लेखन करायला शिकलो.


कृतिपत्रिका - 3

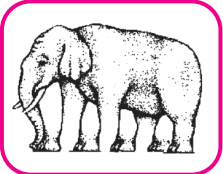
5. आहार आणि आरोग्य

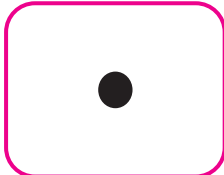
- खाली दिलेल्या चित्रांच्या योग्य शब्दांसोबत जोड्या लावा.

1)  हत्ती

2)  फळे

3)  थैली

4)  ठिपका

5)  उंट

A black arrow points from the camel image in row 1 to the word 'उंट' in row 5.






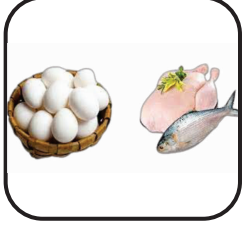


अध्ययन निष्पत्ती क्र. 7, 14

- आम्ही शिकलो : चित्रांचा योग्य शब्दांशी समन्वय लावायला शिकलो.

कृतिपत्रिका - 4

5. आहार आणि आरोग्य

- खालीलपैकी जे पदार्थ खाणे आरोग्यास फायदेशीर आहे, त्या पदार्थासमोर अशी खूण करा. जे आरोग्यास अपायकारक आहेत, त्या पदार्थासमोर अशी खूण करा.

1)		<input type="checkbox"/>	2)		<input type="checkbox"/>
3)		<input type="checkbox"/>	4)		<input type="checkbox"/>
5)		<input type="checkbox"/>	6)		<input type="checkbox"/>
7)		<input type="checkbox"/>	8)		<input type="checkbox"/>

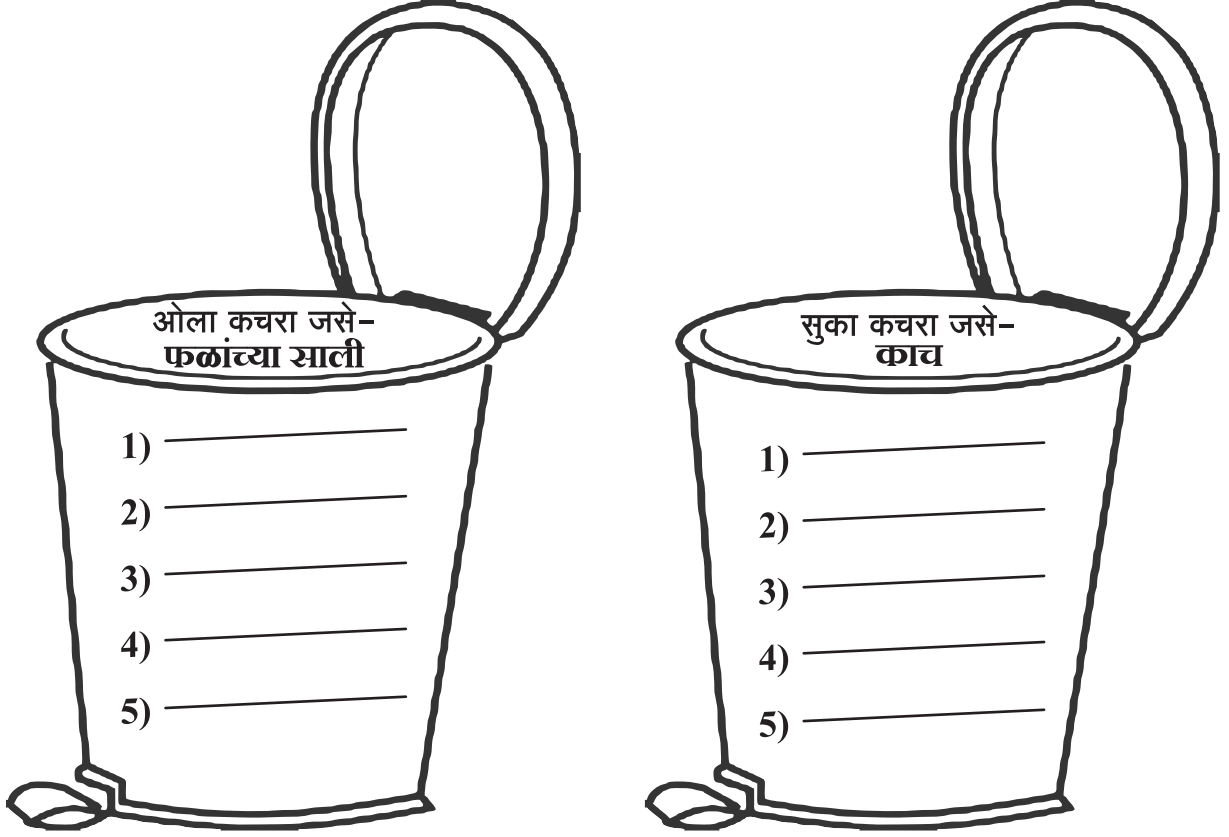
अध्ययन निष्पत्ती क्र. 9, 12

- आम्ही शिकलो : आरोग्यास हितकारक व अपायकारक पदार्थ कोणते, ते ओळखण्यास शिकलो.

कृतिपत्रिका - 5

5. आहार आणि आरोग्य

- दिलेल्या कचऱ्याचे वर्गीकरण करा.



केळ्यांच्या साली



प्लॅस्टिक



भाजीचा कचरा



कागदाचे तुकडे



पेन्सिलचा कचरा



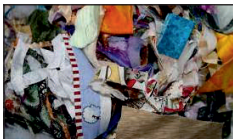
बटाट्याच्या साली



शेण



फळांचा कचरा



कापडाचे तुकडे



कागदी प्लेट

अध्ययन निष्पत्ती क्र. 9, 12, 13

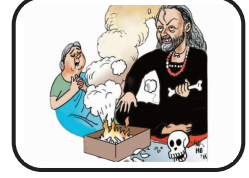
- आम्ही शिकलो : ओल्या व सुक्या कचऱ्याचे वर्गीकरण करायला शिकलो.

कृतिपत्रिका - 6

5. आहार आणि आरोग्य

● खालील प्रसंगी तुम्ही काय कराल ?

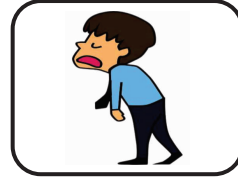
1) ताप आल्यास कोणाकडे जावे ?



2) कचरा कोठे टाकावा ?



3) शिंक किंवा खोकला आल्यास काय करावे ?



4) कोणते पदार्थ खाल ?



5) रस्ता ओलांडताना कोणती काळजी घ्याल ?



अध्ययन निष्पत्ती क्र. 11, 12, 13

● आम्ही शिकलो : कोणत्या प्रसंगी काय करावे हे शिकलो.

कृतिपत्रिका - 7

5. आहार आणि आरोग्य

- पुढील संख्यांची बेरीज करा.

जसे : $100 + 100 = \boxed{200}$

1) $100 + 700 = \boxed{}$

2) $200 + 500 = \boxed{}$

3) $300 + 600 = \boxed{}$

4) $400 + 200 = \boxed{}$

5) $200 + 800 = \boxed{}$

अध्ययन निष्पत्ती क्र. 1, 3, 4

- आम्ही शिकलो : 1000 पर्यंतच्या संख्यांची बेरीज करायला शिकलो .

कृतिपत्रिका - 8

5. आहार आणि आरोग्य

- पुढील संख्यांची वजाबाकी करा.

जसे : $800 - 200 = \boxed{600}$

1) $500 - 300 = \boxed{}$

2) $700 - 100 = \boxed{}$

3) $600 - 600 = \boxed{}$

4) $400 - 200 = \boxed{}$

5) $1000 - 300 = \boxed{}$

अध्ययन निष्पत्ती क्र. 1, 3, 4

- आम्ही शिकलो : 1000 पर्यंतच्या संख्यांची वजाबाकी करायला शिकलो.

कृतिपत्रिका - 9

5. आहार आणि आरोग्य

- पुढील संख्यांमधील अंक योग्य स्थानी लिहा.

संख्या	हजार	शतक	दशक	एकक
526		5	2	6
2346				
4026				
629				
5069				

अध्ययन निष्पत्ती क्र. 1, 2

- आम्ही शिकलो : संख्येतील प्रत्येक अंकाचे स्थान ओळकायला शिकलो.

कृतिपत्रिका - 10

5. आहार आणि आरोग्य

- पुढील संख्या त्यांच्या स्थानिक किमतीत लिहा.

उदा. : $5326 = 5000 + 300 + 20 + 6$

1) $2639 = \square + \square + \square + \square$

2) $4026 = \square + \square + \square + \square$

3) $726 = \square + \square + \square + \square$

4) $3359 = \square + \square + \square + \square$

5) $2087 = \square + \square + \square + \square$

अध्ययन निष्पत्ती क्र. 1, 2

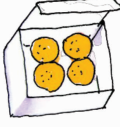
- आम्ही शिकलो : संख्येतील प्रत्येक अंकाची स्थानिक किंमत समजली.

कृतिपत्रिका - 11

5. आहार आणि आरोग्य

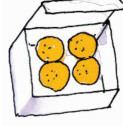
प्रश्न 1 : आजीने 3 नातवंडांना प्रत्येकी 4 लाडू दिले, तर आजीने एकूण किती लाडू दिले ?

पहिले नातवंड



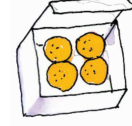
+

दुसरे नातवंड



+

तिसरे नातवंड



3 वेळा

3 गुणिले

एकूण लाडू $3 \times 4 =$

प्रश्न 2 : एक मजूर एका दिवसात 5 खड्डे खोदतो, तर 4 दिवसात तो किती खड्डे खोदेल ?

पहिला दिवस

खड्डे +

दुसरा दिवस

खड्डे +

तिसरा दिवस

खड्डे +

चौथा दिवस

खड्डे +

4 वेळा

गुणिले

एकूण खड्डे

\times

$=$

अध्ययन निष्पत्ती क्र. 1, 3, 4

- आम्ही शिकलो : दैनंदिन व्यवहारात गुणाकार या संकल्पनेचा प्रत्यक्ष वापर करायला शिकलो.

कृतिपत्रिका - 12

5. आहार आणि आरोग्य

प्रश्न 3 : तेलाची एक पिशवी 100 रुपयांची आहे, तर तेलाच्या १० पिशव्यांचे किती रुपये होतील ?

1 पिशवी = 100 रुपयांचे

$$10 \text{ पिशव्या} = \boxed{} + \boxed{} + \boxed{} + \boxed{} + \boxed{} \\ \boxed{} + \boxed{} + \boxed{} + \boxed{} + \boxed{}$$

10 वेळा 100

एकूण किंमत $\boxed{} \times \boxed{} = \boxed{} \square$

प्रश्न 4 : एका साडीची किंमत 500 रुपये आहे, तर तशाच दोन साड्यांची किंमत किती ?

एक साडी

दुसरी साडी

$$\boxed{} \text{ ₹} + \boxed{} =$$

2 वेळा

एकूण किंमत $2 \times \boxed{} = \boxed{} \square$

अध्ययन निष्पत्ती क्र. 1, 3, 4, 5

- आम्ही शिकलो : दैनंदिन व्यवहारात गुणाकार या संकल्पनेचा प्रत्यक्ष वापर करायला शिकलो.

