

सब्जियां

विशेष शिक्षा विभाग
मानसिक विकलांगों के लिए राष्ट्रीय संस्था
(कल्याण मंत्रालय, भारतीय सरकार)
मनोविकास नगर, सिकंदराबाद - 500 009.
फ़ोन : 7751741 - 745 फ़ैक्स : 0091 40 7750198
ई-मेल : nimh@hyd.ap.nic.in ग्राम्स : "मनोविकास"



कार्यात्मक साक्षरता श्रृंखला - 4

VEGETABLES - HINDI

हिस्सेदार

मानसिक विकलांगों के लिए राष्ट्रीय संस्था

विजयलक्ष्मी माइरेडुडी
प्रोजेक्ट सहयोगी

मिश्रित संस्थान

पी. हनुमंथा राव
संस्थापक और चेयरमैन
स्वीकार रिहेबिलिटेशन इंस्टिट्यूट
फॉर दी हैंडीकैप्ड
उपकार सर्कल, सिकंदराबाद-3

प्रोजेक्ट टीम

क्रमवार शीर्षक
कार्यात्मक साक्षरता :

कार्यात्मक संख्या ज्ञान :

जयन्थी नारायन
प्रोजेक्ट सहयोगी

शारदा फतेहपुरिया
निर्देशक
मनोविकास केन्द्र
6, शार्ट स्ट्रीट,
कलकत्ता-700016

के. अरुणा
के. सुनिता
डी. वसन्था लक्ष्मी
उषा फतेहपुरिया
विनिता सिंह

फ्लिप पुस्तकें सब्जियां
वाहन
पशु

कार्य पुस्तकें सब्जियां
फल
पशु

फ्लिप पुस्तकें नंबर
कार्य पुस्तकें नंबर

© Copy Right, NIMH - 1997

ISBN 81-86594-07-8

कलाकार : चेपुरी रामन्ना, सिकन्दराबाद

मुद्रण : श्री रामन्ना प्रॉसेस प्रा. लि., सिकन्दराबाद.

VEGETABLES - HINDI

The usage of Hindi words may vary from one part of Hindi speaking area to another part of Hindi speaking area. The users may kindly replace with appropriate words suitable to their place.

शिक्षकों के लिए एक संदेश.....

पिछले कुछ वर्षों से मंद-बुद्धि बच्चों के लिए विशेष शिक्षा में अत्यधिक प्रगति हुई है। कार्यात्मक विद्या, साक्षरता और संख्या-विज्ञान जैसे महत्वपूर्ण क्षेत्रों पर खास ध्यान की आवश्यकता है। कार्यात्मक साक्षरता और कार्यात्मक संख्या-विज्ञान को पढ़ाने की व्यवस्थित पद्धति अध्यापकों/शिक्षकों और विद्यार्थियों को उपलब्धि की भावना से अभिभूत कर देगी और अन्ततः विद्यार्थियों को सामाजिक-कौशल में स्वतंत्रता प्राप्त करने में मदद करेगी।

इस लक्ष्य की प्राप्ति के लिए ज़रूरी तरीकों और पदार्थों को ध्यान में रखते हुए, सीखने में सहायक वस्तुओं/तरीकों, कार्यपुस्तकों, चार्टों और साधन-पुस्तक को विकसित करने का प्रयास किया गया है ताकि कार्यात्मक साक्षरता और संख्या-विज्ञान जिसमें पढ़ना, मूलभूत गणित, समय और धन के विषय शामिल हैं, पढ़ाए जा सकें।

कुछ विशेष विद्यालयों के विद्यार्थियों के साथ, इन विकसित तरीकों। साधनों की कार्यकुशलता की परीक्षा के लिए, एक 'फील्ड ट्रायल' किया गया था। वस्तुतः 'क्या विकसित करें' का निर्णय विशेष शिक्षकों के विचारों को संग्रहित करने के बाद ही किया गया था।

विकसित तरीकों को एक सूचीपत्र के साथ प्रस्तुत किया गया है जिसमें हर तरीके/साधन की बहुउपयोगिताओं का वर्णन है।

मुद्रित सामग्री साक्षरता एवम् संख्या-विज्ञान शृंखला के रूप में है। यह पुस्तक इस शृंखला का एक हिस्सा है।

शिक्षक की अपनी रचनात्मकता और कल्पना पढ़ाने-सीखने की प्रक्रिया को और तीव्र करेगी। अध्यापक अपने सुझाव भेजने के लिए आमंत्रित है ताकि तरीकों/साधनों को बेहतर किया जा सके।

विजयलक्ष्मी माइरेडुी

जयन्थी नारायण

सब्जियां

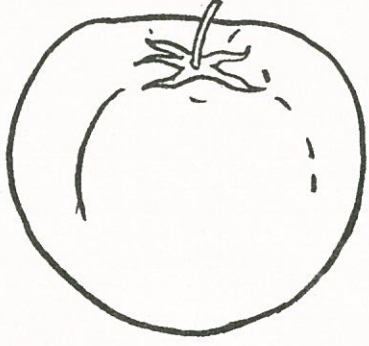
सब्जियां बागों में उगती हैं। कुछ सब्जियां हमें पौधों से, कुछ लताओं/बेलों से और कुछ जड़ों से मिलती हैं। सब्जियां विभिन्न आकार, नाप, बनावट और रंग की होती हैं।

सब्जियों से कई प्रकार के पकवान/खाद्य पदार्थ बनाए जाते हैं। कुछ सब्जियों को कच्चा खाया जाता है। कुछ सब्जियों से मीठे पकवान और अचार बनाए जाते हैं। अच्छे स्वास्थ्य के लिए प्रतिदिन सब्जियां खाना आवश्यक है। सब्जियों में विटामिन और खनिज होते हैं।

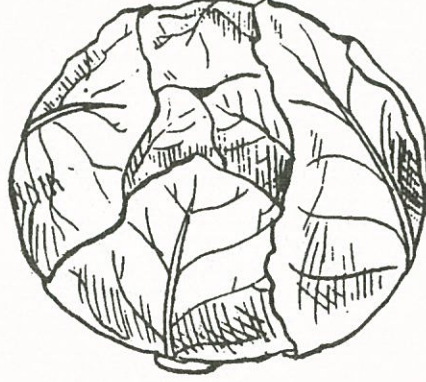
गर्मियों के मुकाबले सर्दियों में अधिक प्रकार की सब्जियां उपलब्ध होती हैं। इस पुस्तक को पढ़िए और विस्तार में अधिक जानकारी पाइए।

नोट : सामग्री और अभ्यास-पाठ इस तरह से नियोजित किए गए हैं कि हर विद्यार्थी सीख सकता है:- (क) चित्रों और शब्दों की पहचान और नाम (ख) शब्द लिखना और (ग) उपर्युक्त विषय के बारे में विस्तार से जानकारी। क्योंकि चित्र काले और सफ़ेद हैं, अपने विद्यार्थियों को उनमें रंग भरने दें। इस्तेमाल करने वाले अगर रचनात्मक और लकीर से हटकर हैं तो यह पुस्तक कई विषयों को पढ़ाने में उपयोगी होगी।

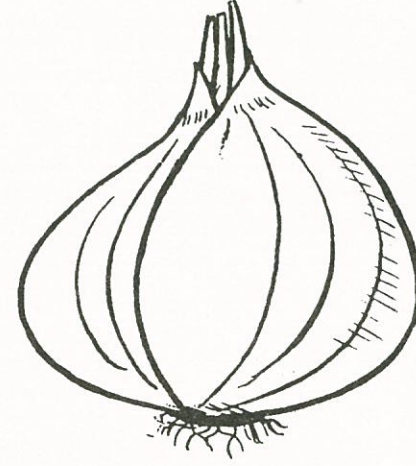
सब्जियां



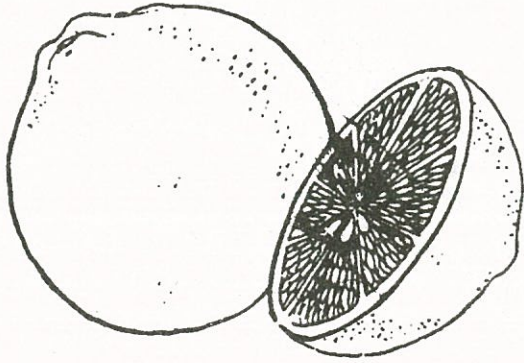
टमाटर



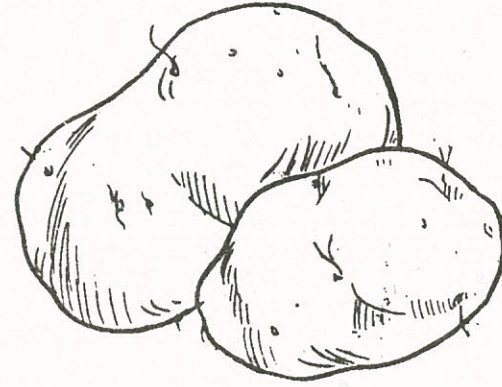
बंदगोभी



प्याज़

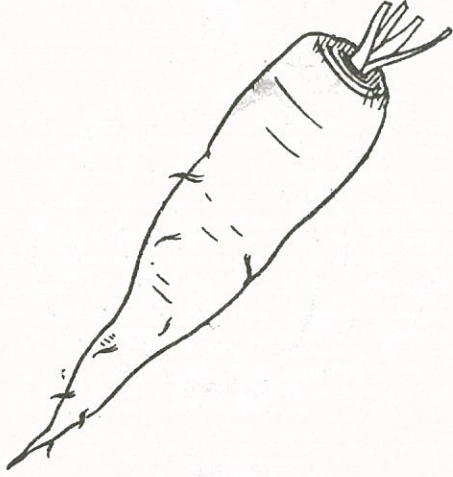


नींबू

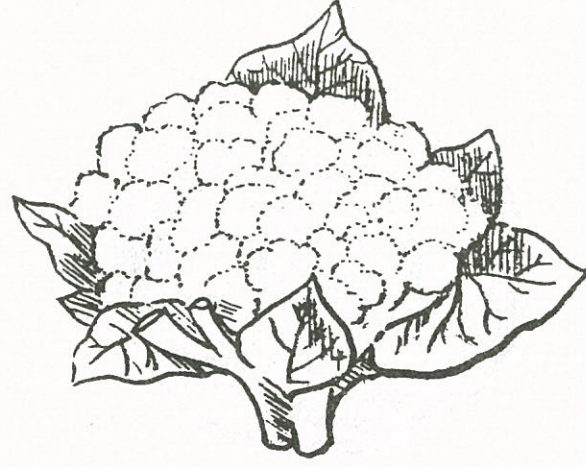


आलू

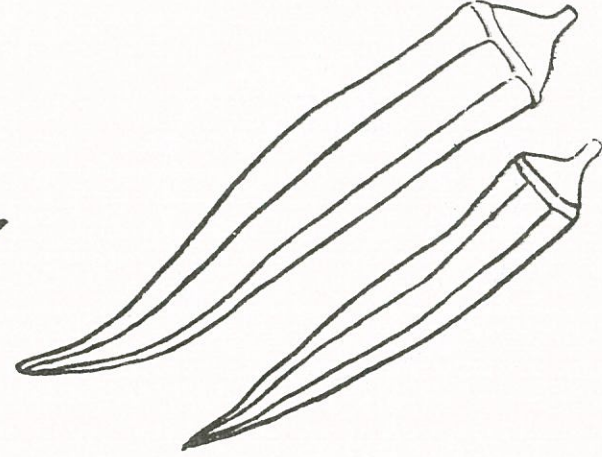
सब्जियां



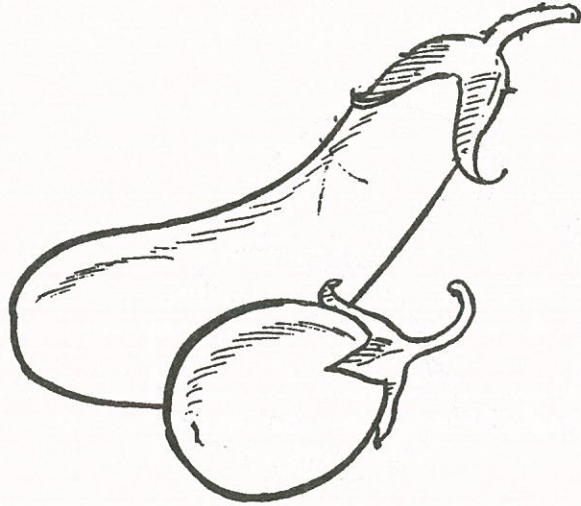
गाजर



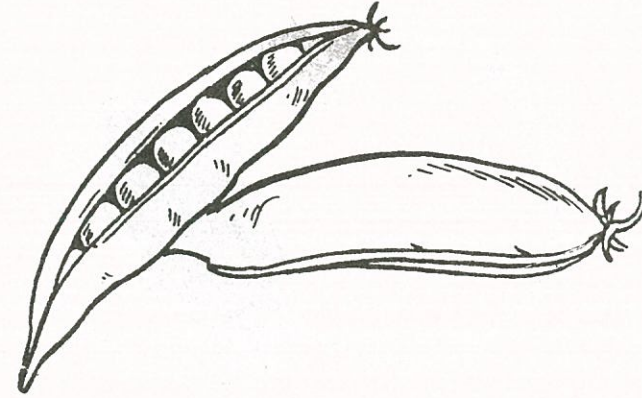
फूलगोभी



भिंडी

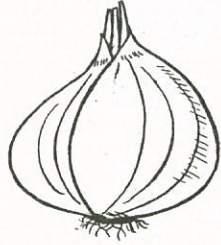


बैंगन

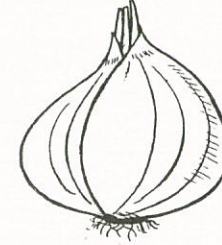


मटर

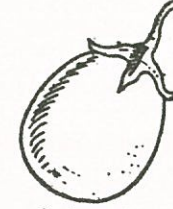
रेखा बनाकर चित्र से जोड़ें :-



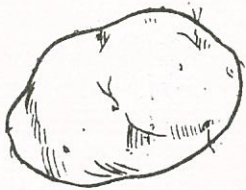
प्याज़



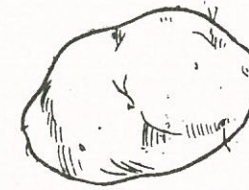
प्याज़



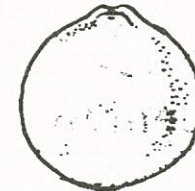
बैंगन



आलू

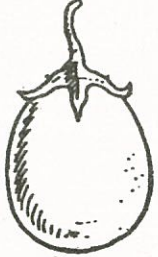


आलू



नींबू

रेखा बनाकर चित्र से जोड़ें :-



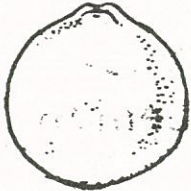
बैंगन



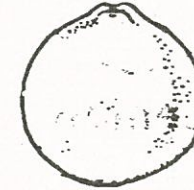
बंदगोभी



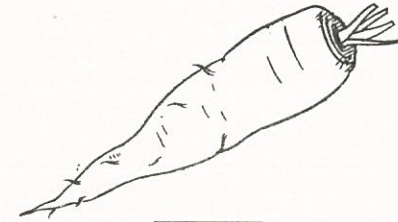
बैंगन



नींबू



नींबू

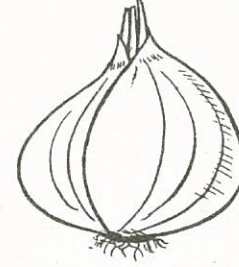


गाजर

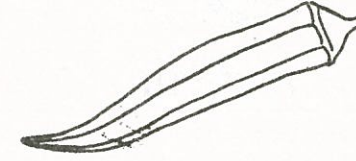
रेखा बनाकर चित्र से जोड़ें :-



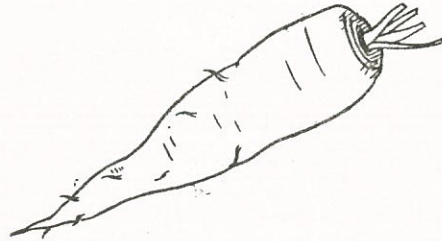
भिंडी



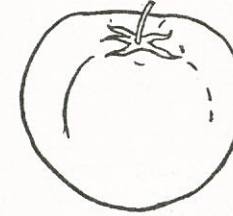
प्याज़



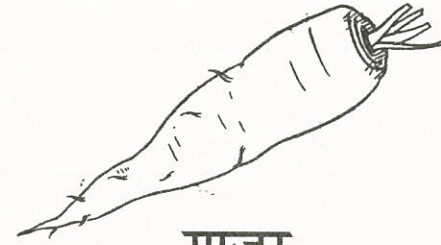
भिंडी



गाजर



टमाटर

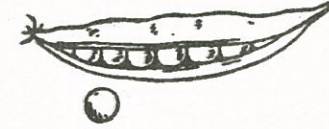


गाजर

रेखा बनाकर चित्र से जोड़ें :-



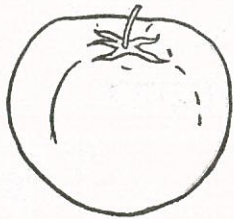
बंदगोभी



मटर



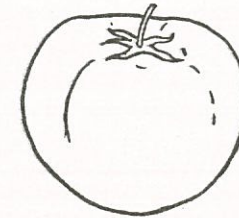
बंदगोभी



टमाटर



भिंडी



टमाटर

रेखा बनाकर चित्र से जोड़ें :-



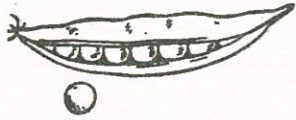
फूलगोभी



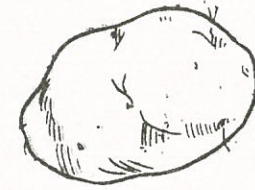
फूलगोभी



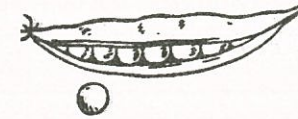
गाजर



मटर

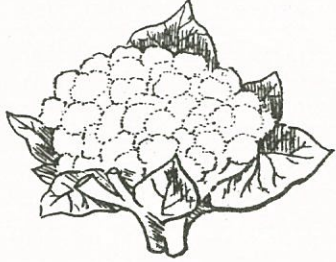


आलू



मटर

रेखा बनाकर चित्र से जोड़ें :-



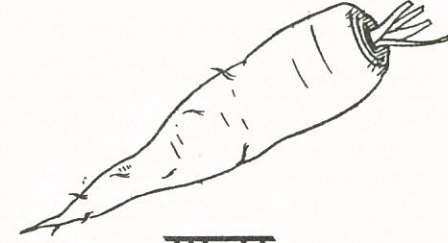
फूलगोभी



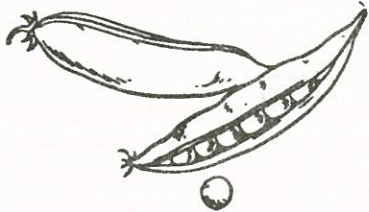
फूलगोभी



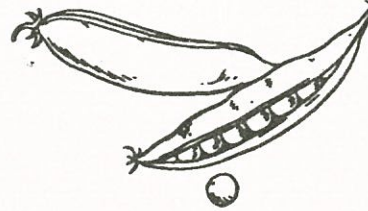
प्याज़



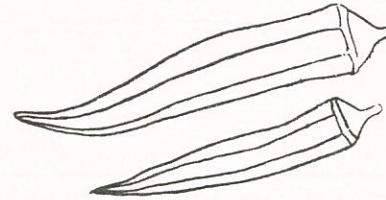
गाजर



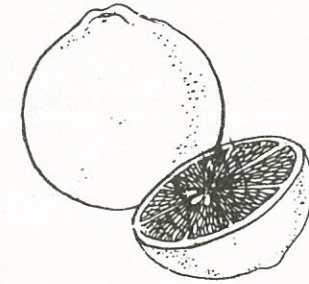
मटर



मटर



भिंडी

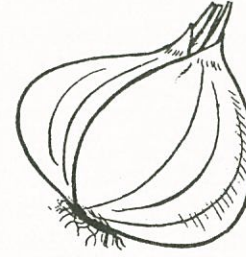


नींबू

रेखा बनाकर चित्र से जोड़ें :-



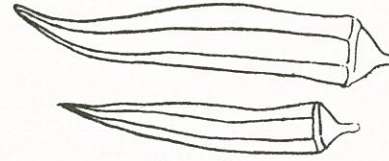
बंदगोभी



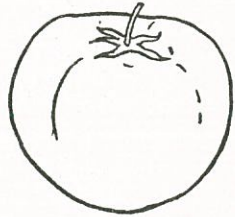
प्याज़



बंदगोभी



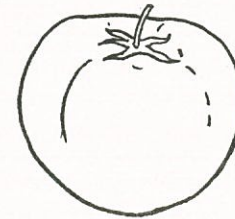
भिंडी



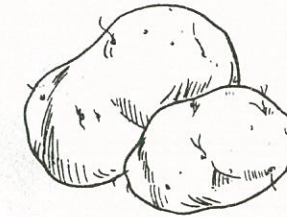
टमाटर



फूलगोभी



टमाटर

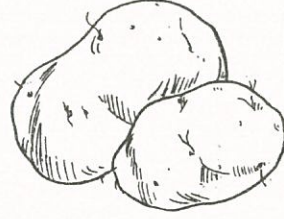


आलू

रेखा बनाकर चित्र से जोड़ें :-



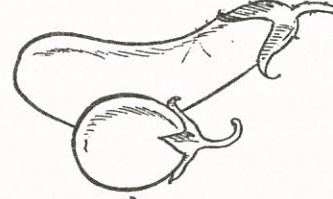
बैंगन



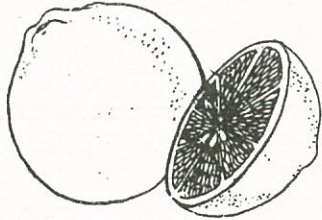
आलू



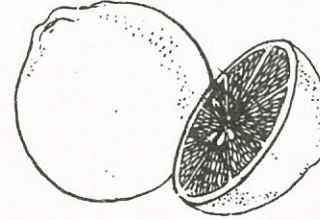
गाजर



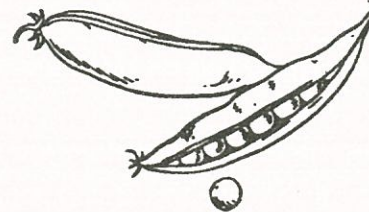
बैंगन



नींबू



नींबू

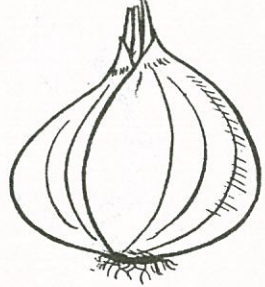


मटर



बंदगोभी

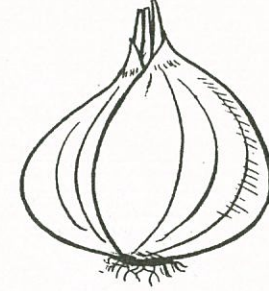
रेखा बनाकर चित्र से जोड़ें :-



प्याज़



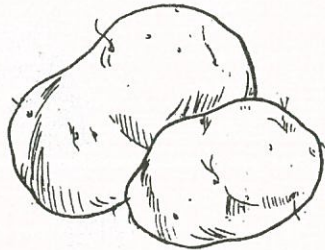
फूलगोभी



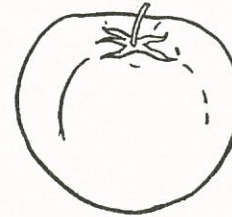
प्याज़



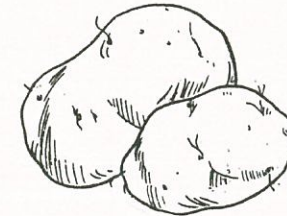
मटर



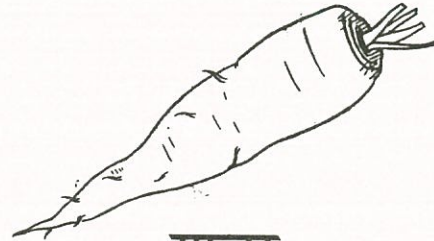
आलू



टमाटर

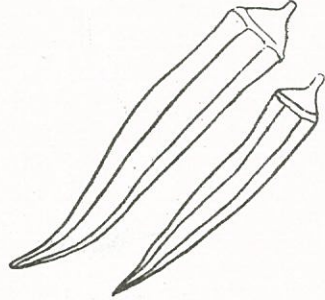


आलू



गाजर

रेखा बनाकर चित्र से जोड़ें :-



भिंडी



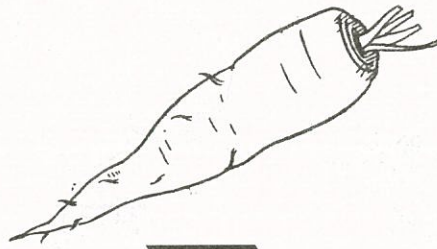
बंदगोभी



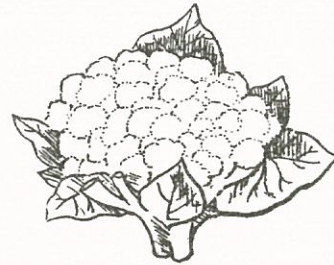
बैंगन



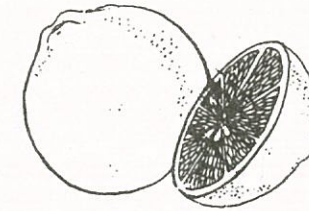
भिंडी



गाजर



फूलगोभी

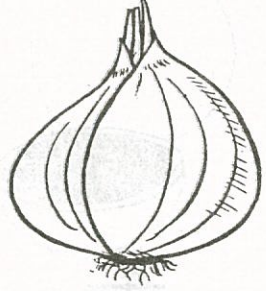


नींबू

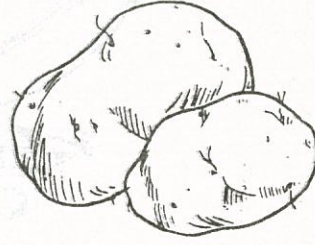


गाजर

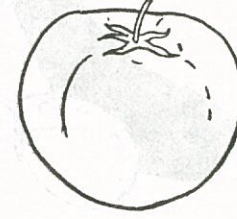
रेखा बनाकर चित्र से जोड़ें :-



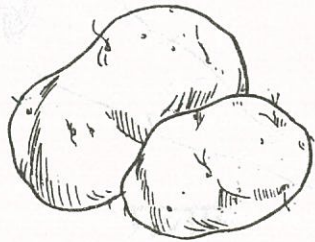
प्याज़



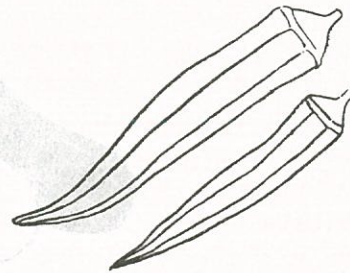
आलू



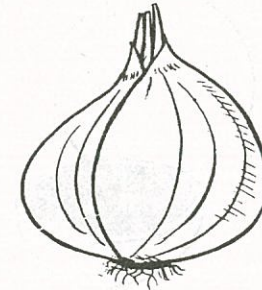
टमाटर



आलू

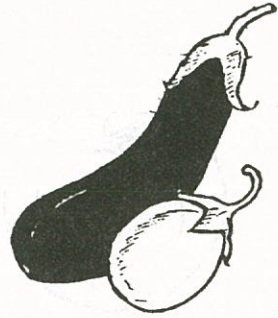


भिंडी

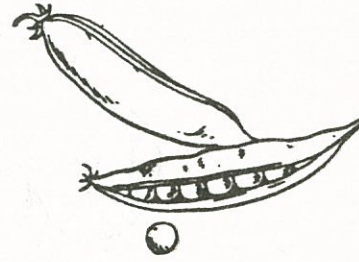


प्याज़

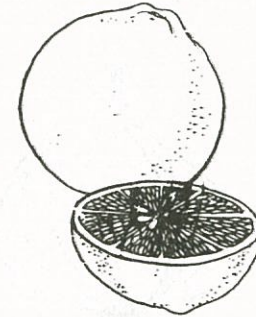
रेखा बनाकर चित्र से जोड़ें :-



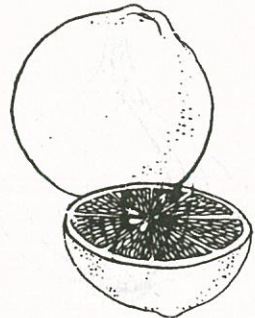
बैंगन



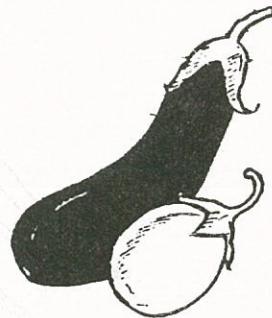
मटर



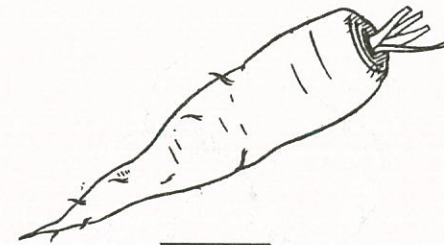
नींबू



नींबू



बैंगन

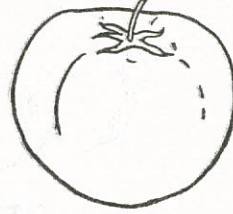


गाजर

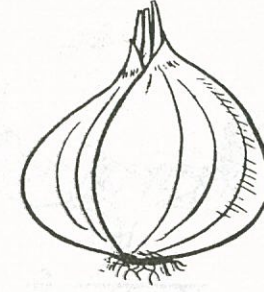
रेखा बनाकर चित्र से जोड़ें :-



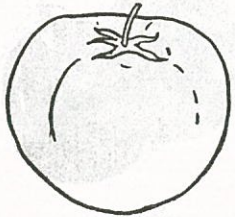
बंदगोभी



टमाटर



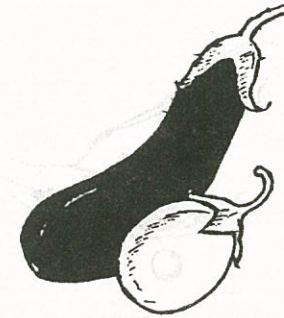
प्याज़



टमाटर



बंदगोभी



बैंगन

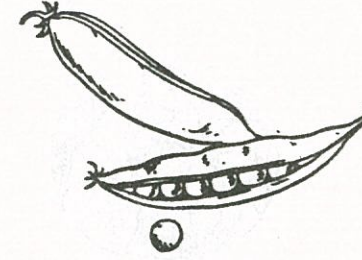
रेखा बनाकर चित्र से जोड़ें :-



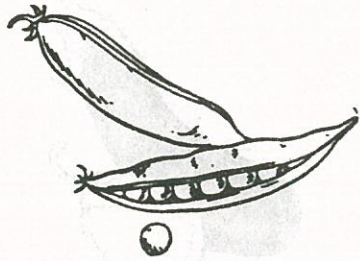
फूलगोभी



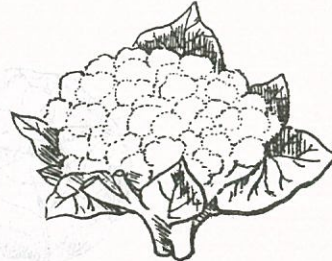
आलू



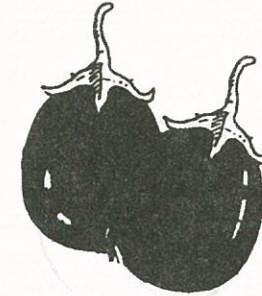
मटर



मटर

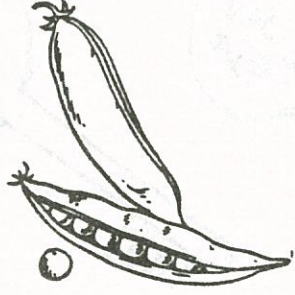


फूलगोभी

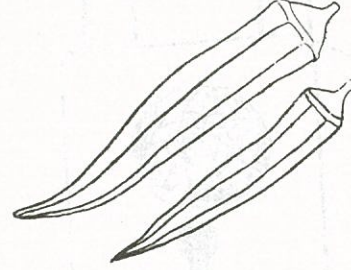


बैंगन

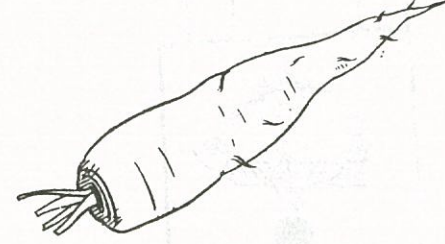
रेखा बनाकर चित्र से जोड़ें :-



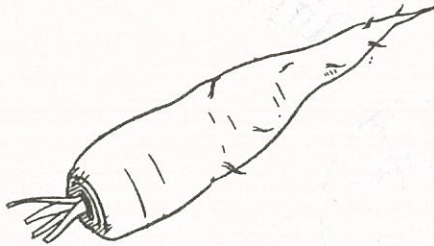
मटर



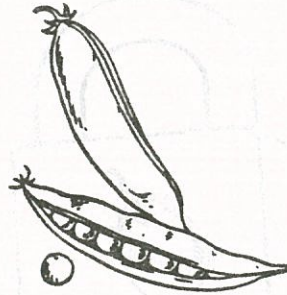
भिंडी



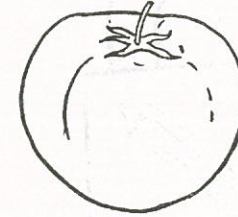
गाजर



गाजर

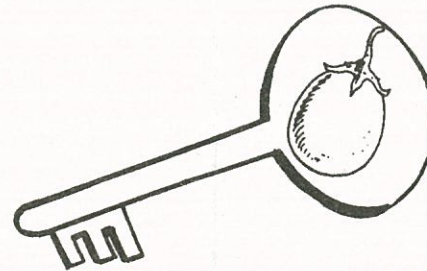
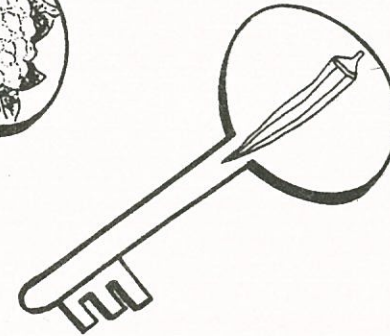
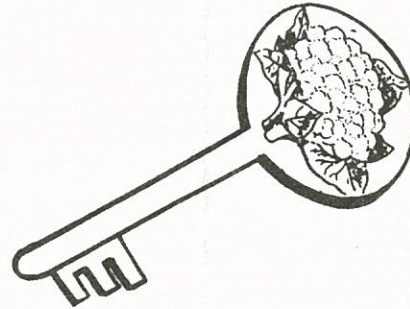
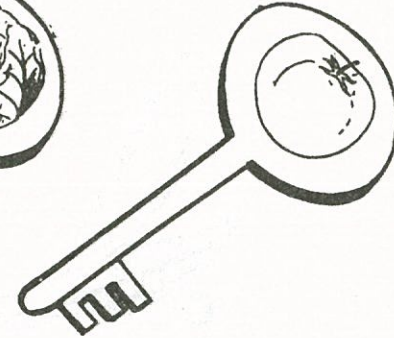
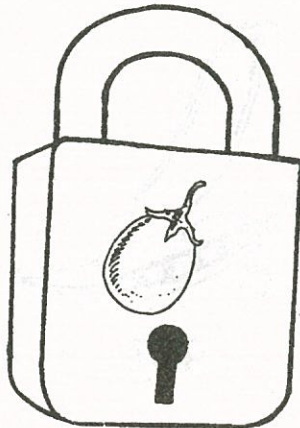
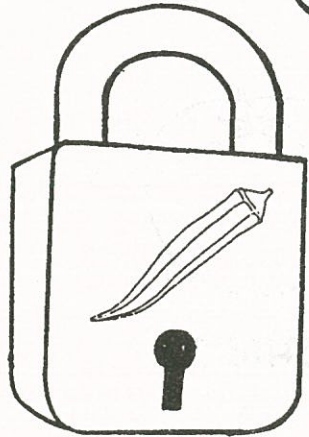
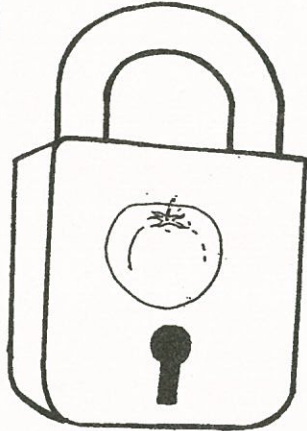
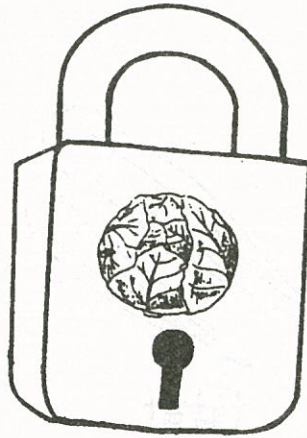
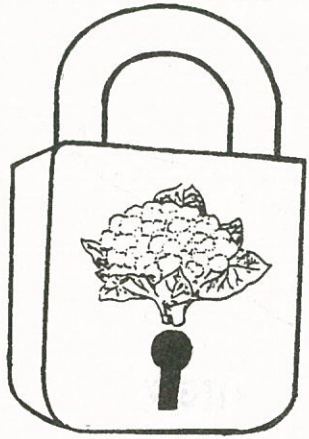


मटर

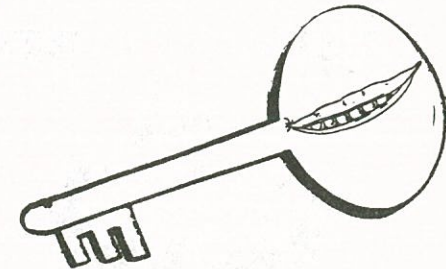
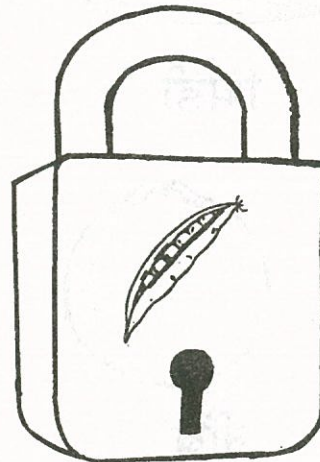
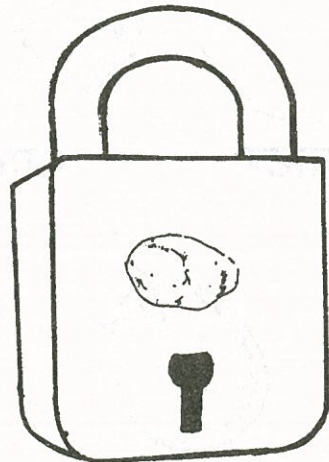
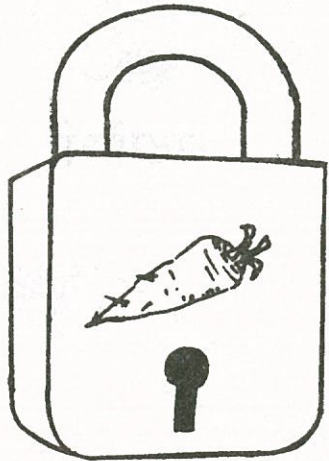
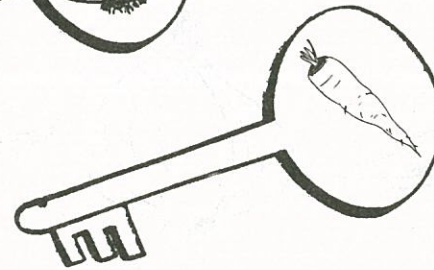
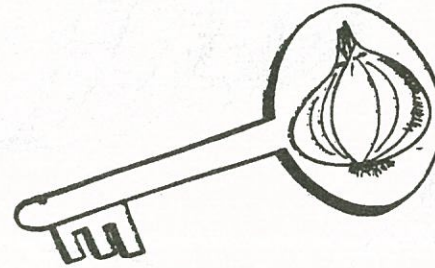
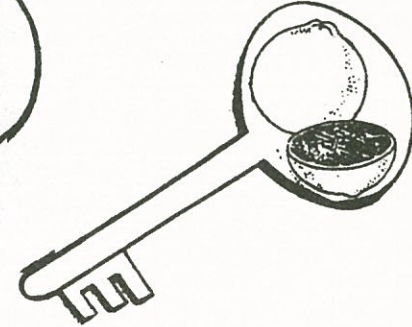
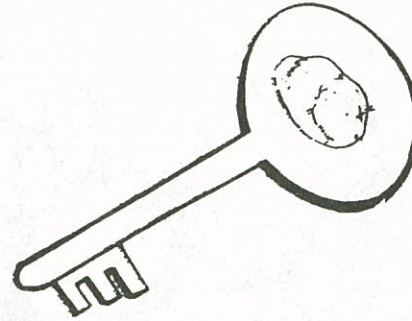
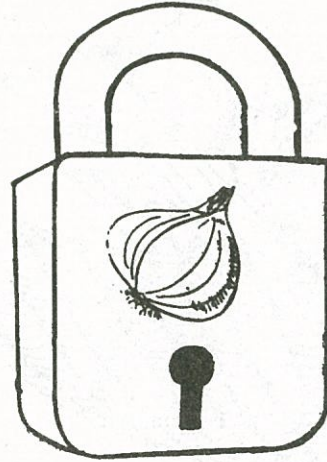
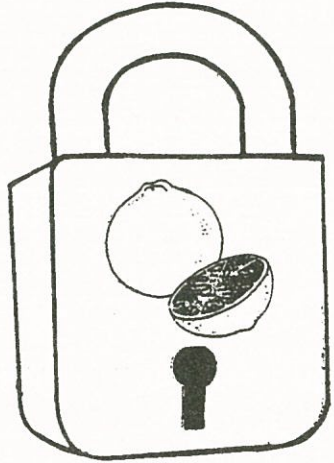


टमाटर

ताले की सही चाबी ढूँढ़ें :



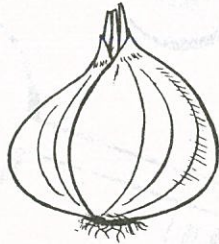
ताले की सही चाबी ढूँढ़ें :



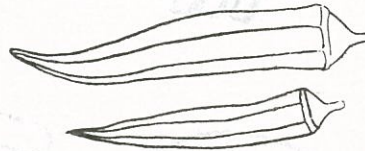
रेखा बनाकर चित्र से जोड़ें :-



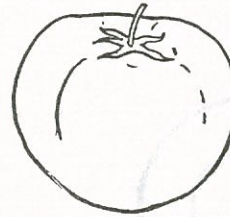
मटर



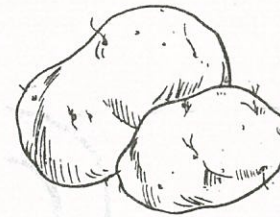
प्याज़



भिंडी



टमाटर



आलू



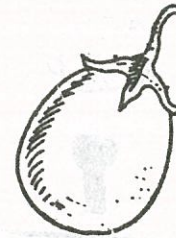
बंदगोभी



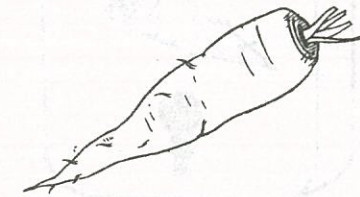
फूलगोभी



नींबू



बैंगन



गाजर

चित्रों को मिलाएं :-



भिंडी



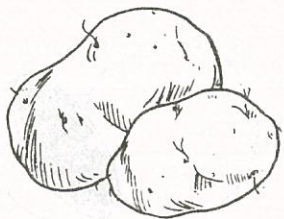
गाजर



नींबू



बंदगोभी



आलू



मटर



आलू



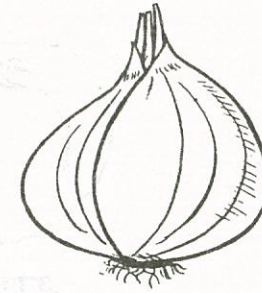
नींबू



गाजर



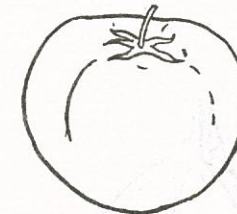
बंदगोभी



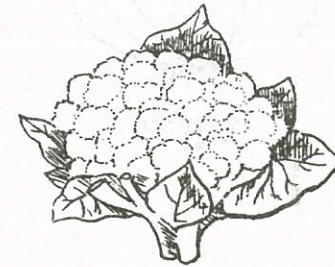
प्याज़



भिंडी



टमाटर



फूलगोभी

चित्रों को मिलाएं :-



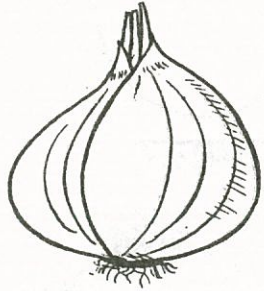
टमाटर



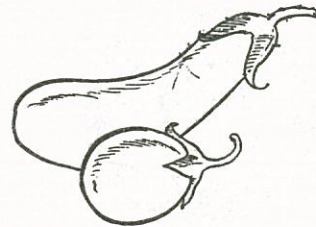
मटर



फूलगोभी



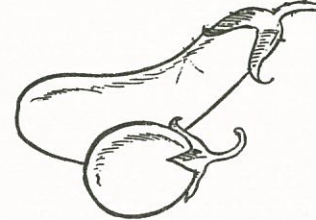
प्याज़



बैंगन



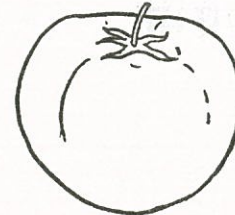
भिंडी



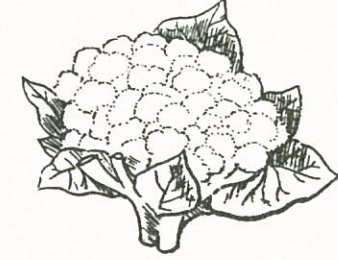
बैंगन



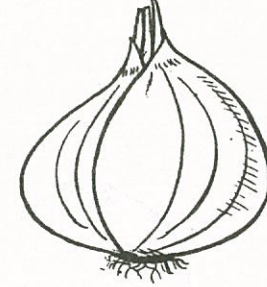
बंदगोभी



टमाटर



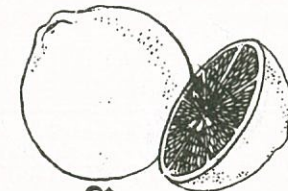
फूलगोभी



प्याज़

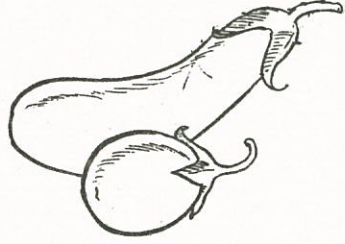


मटर



नींबू

चित्रों को शब्द से मिलाएं :-



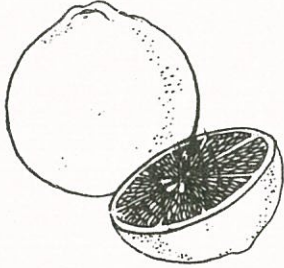
बैंगन

फूलगोभी

बैंगन

प्याज़

गाजर



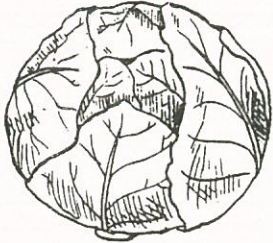
नींबू

नींबू

बंदगोभी

बैंगन

भिंडी



बंदगोभी

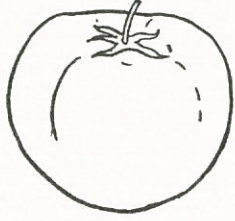
मटर

गाजर

फूलगोभी

बंदगोभी

चित्रों को शब्द से मिलाएं :-



टमाटर

मटर

टमाटर

बैंगन

नींबू



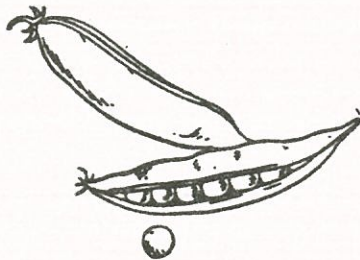
फूलगोभी

प्याज़

बैंगन

नींबू

फूलगोभी



मटर

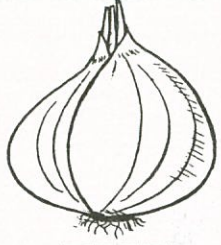
गाजर

मटर

टमाटर

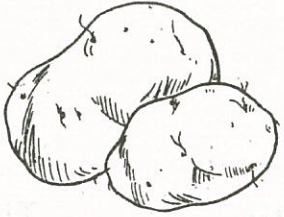
भिंडी

चित्रों को शब्द से मिलाएं :-



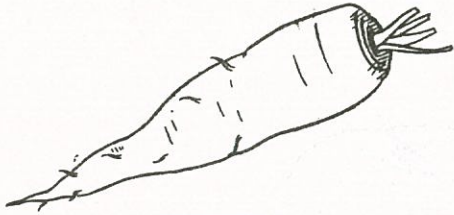
प्याज़

आलू
प्याज़
भिंडी
गाजर



आलू

बंदगोभी
गाजर
प्याज़
आलू



गाजर

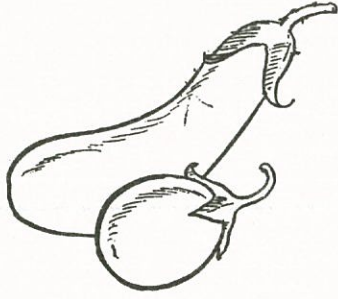
बंदगोभी
गाजर
नींबू
आलू



भिंडी

प्याज़
आलू
भिंडी
नींबू

सही शब्द पर गोला बनाएं :-



फूलगोभी

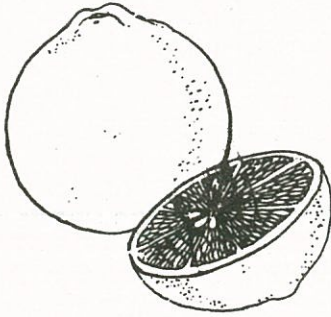
प्याज़

बैंगन

बंदगोभी

बैंगन

मटर



टमाटर

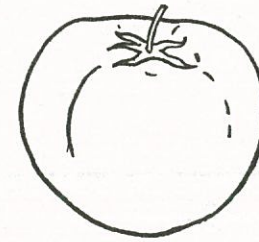
नींबू

गाजर

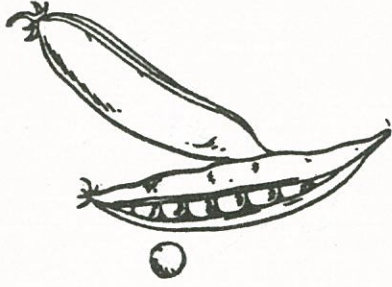
प्याज़

मटर

टमाटर



सही शब्द पर गोला बनाएं :-



नींबू

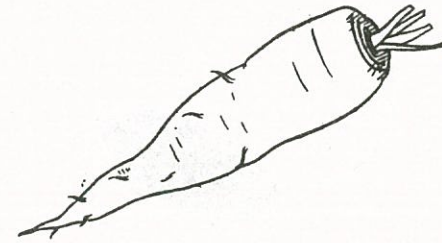
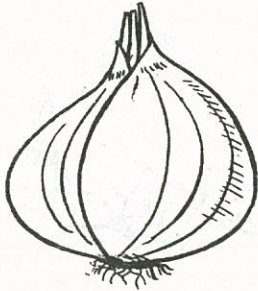
मटर

आलू

फूलगोभी

टमाटर

नींबू



बैंगन

बंदगोभी

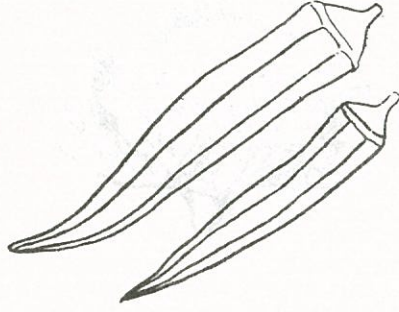
प्याज़

भिंडी

गाजर

टमाटर

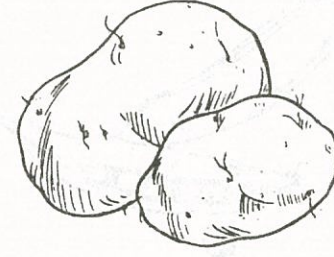
सही शब्द पर गोला बनाएं :-



भिंडी

आलू

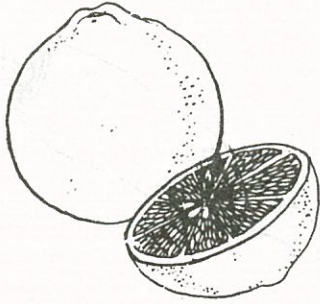
बैंगन



प्याज़

टमाटर

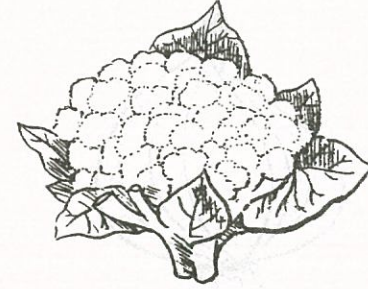
आलू



बंदगोभी

नींबू

मटर

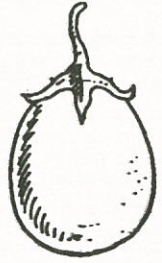


टमाटर

फूलगोभी

गाजर

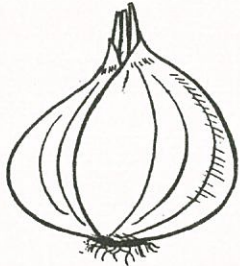
सब्ज़ी को उसके नाम से जोड़ें :-



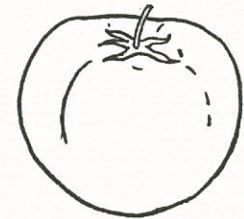
गाजर



मटर



फूलगोभी



प्याज़

टमाटर

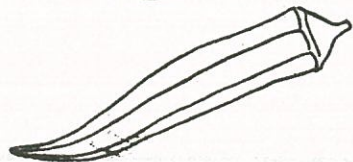
बंदगोभी

आलू

बैंगन

नींबू

भिंडी



सब्जी को उसके नाम से जोड़ें :-



गाजर



मटर

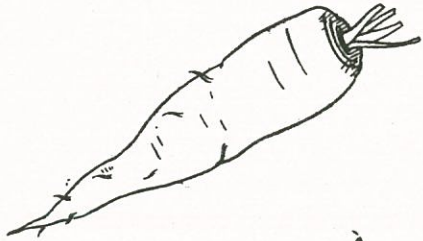
फूलगोभी



प्याज़

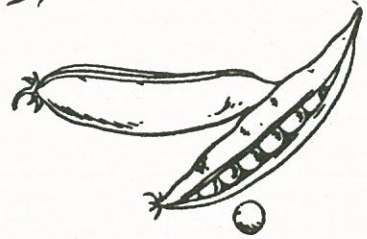
टमाटर

बंदगोभी



आलू

बैंगन



नींबू

भिंडी

शब्दों को गोला बनाकर मिलाएं :-

बैंगन	फूलगोभी	मटर	बैंगन	टमाटर
नींबू	आलू	गाजर	नींबू	प्याज़
बंदगोभी	प्याज़	बंदगोभी	भिंडी	आलू
टमाटर	गाजर	भिंडी	फूलगोभी	टमाटर
फूलगोभी	आलू	बैंगन	गाजर	फूलगोभी
मटर	नींबू	बंदगोभी	भिंडी	मटर
प्याज़	भिंडी	नींबू	प्याज़	गाजर
आलू	बंदगोभी	आलू	टमाटर	बैंगन
भिंडी	फूलगोभी	प्याज़	भिंडी	बंदगोभी
गाजर	प्याज़	गाजर	बंदगोभी	टमाटर

शब्दों को मिलाएं :-

बैंगन

नींबू

बंदगोभी

टमाटर

फूलगोभी

मटर

प्याज़

आलू

भिंडी

गाजर

फूलगोभी

प्याज़

भिंडी

मटर

नींबू

गाजर

बंदगोभी

बैंगन

टमाटर

आलू

शब्दों को मिलाएं :-

भिंडी

प्याज़

आलू

मटर

नींबू

गाजर

बंदगोभी

बैंगन

टमाटर

फूलगोभी

मटर

नींबू

बंदगोभी

टमाटर

फूलगोभी

बैंगन

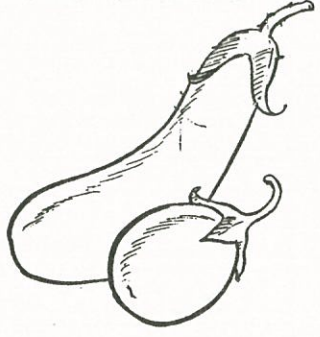
प्याज़

आलू

भिंडी

गाजर

अनुरेखण (ट्रेस) :-



बैंगन
बैंगन
बैंगन

बैंगन
बैंगन
बैंगन

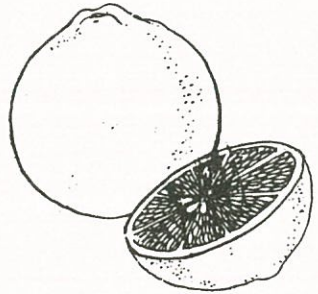
बैंगन
बैंगन
बैंगन



बंदगोभी
बंदगोभी
बंदगोभी

बंदगोभी
बंदगोभी
बंदगोभी

बंदगोभी
बंदगोभी
बंदगोभी



नींबू
नींबू
नींबू

नींबू
नींबू
नींबू

नींबू
नींबू
नींबू

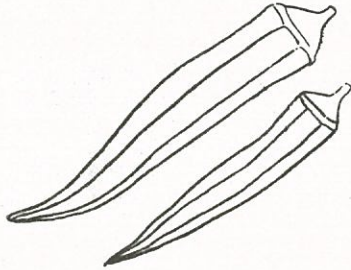
अनुरेखण (ट्रेस) :-



फूलगोभी
फूलगोभी
फूलगोभी

फूलगोभी
फूलगोभी
फूलगोभी

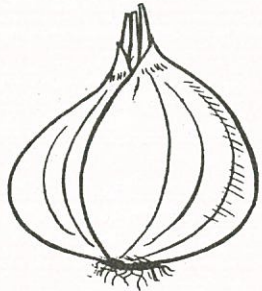
फूलगोभी
फूलगोभी
फूलगोभी



भिंडी
भिंडी
भिंडी

भिंडी
भिंडी
भिंडी

भिंडी
भिंडी
भिंडी

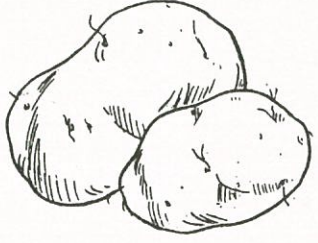


प्याज़
प्याज़
प्याज़

प्याज़
प्याज़
प्याज़

प्याज़
प्याज़
प्याज़

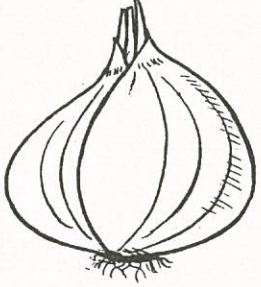
अनुरेखण (ट्रेस) :-



आलू
आलू
आलू

आलू
आलू
आलू

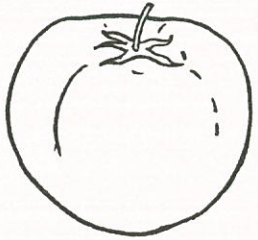
आलू
आलू
आलू



प्याज़
प्याज़
प्याज़

प्याज़
प्याज़
प्याज़

प्याज़
प्याज़
प्याज़

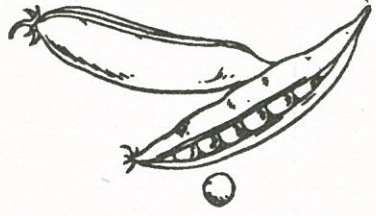


टमाटर
टमाटर
टमाटर

टमाटर
टमाटर
टमाटर

टमाटर
टमाटर
टमाटर

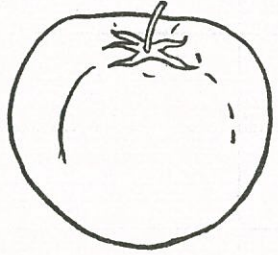
अनुरेखण (ट्रेस) :-



मटर
मटर
मटर

मटर
मटर
मटर

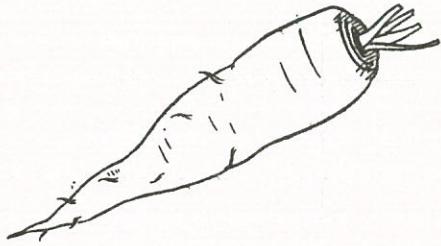
मटर
मटर
मटर



टमाटर
टमाटर
टमाटर

टमाटर
टमाटर
टमाटर

टमाटर
टमाटर
टमाटर



गाजर
गाजर
गाजर

गाजर
गाजर
गाजर

गाजर
गाजर
गाजर

अनुरेखण (ट्रेस) :-

बैंगन	गाजर	बंदगोभी	भिंडी	प्याज़
बैंगन	गाजर	बंदगोभी	भिंडी	प्याज़
बैंगन	गाजर	बंदगोभी	भिंडी	प्याज़
बैंगन	गाजर	बंदगोभी	भिंडी	प्याज़
बैंगन	गाजर	बंदगोभी	भिंडी	प्याज़
बैंगन	गाजर	बंदगोभी	भिंडी	प्याज़
बैंगन	गाजर	बंदगोभी	भिंडी	प्याज़
बैंगन	गाजर	बंदगोभी	भिंडी	प्याज़
बैंगन	गाजर	बंदगोभी	भिंडी	प्याज़
बैंगन	गाजर	बंदगोभी	भिंडी	प्याज़
बैंगन	गाजर	बंदगोभी	भिंडी	प्याज़
बैंगन	गाजर	बंदगोभी	भिंडी	प्याज़
बैंगन	गाजर	बंदगोभी	भिंडी	प्याज़
बैंगन	गाजर	बंदगोभी	भिंडी	प्याज़
बैंगन	गाजर	बंदगोभी	भिंडी	प्याज़

अनुरेखण (ट्रेस) :-

फूलगोभी	आलू	टमाटर	नींबू	मटर
फूलगोभी	आलू	टमाटर	नींबू	मटर
फूलगोभी	आलू	टमाटर	नींबू	मटर
फूलगोभी	आलू	टमाटर	नींबू	मटर
फूलगोभी	आलू	टमाटर	नींबू	मटर
फूलगोभी	आलू	टमाटर	नींबू	मटर
फूलगोभी	आलू	टमाटर	नींबू	मटर
फूलगोभी	आलू	टमाटर	नींबू	मटर
फूलगोभी	आलू	टमाटर	नींबू	मटर
फूलगोभी	आलू	टमाटर	नींबू	मटर
फूलगोभी	आलू	टमाटर	नींबू	मटर
फूलगोभी	आलू	टमाटर	नींबू	मटर
फूलगोभी	आलू	टमाटर	नींबू	मटर
फूलगोभी	आलू	टमाटर	नींबू	मटर

अनुकरण करें :-

बैंगन	नींबू	फूलगोभी	टमाटर	प्याज़

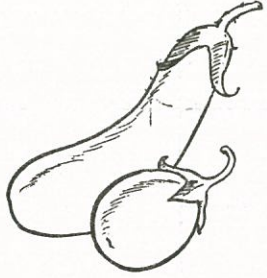
सही शब्द चुनें व लिखें :-

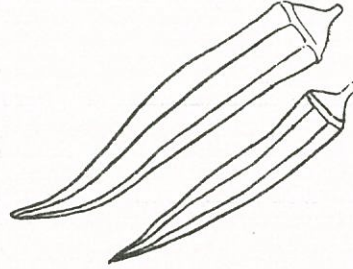
गाजर
भिंडी

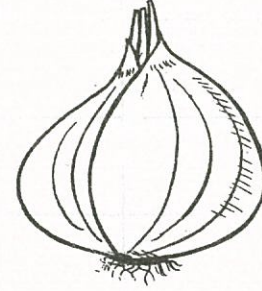
टमाटर
नींबू
आलू

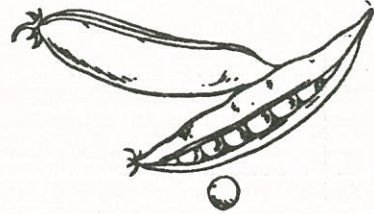
बैंगन
मटर
बंदगोभी

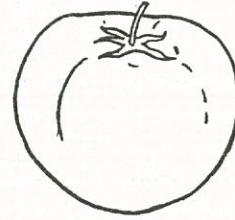
फूलगोभी
प्याज़











सही शब्द चुनें व लिखें :-

टमाटर

भिंडी

बैंगन

मटर

आलू

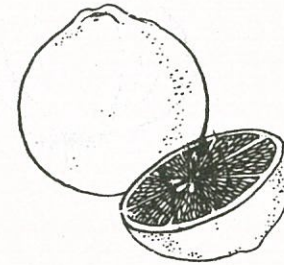
प्याज़

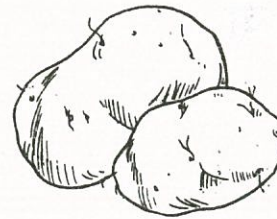
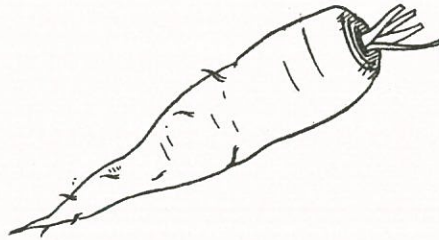
गाजर

नींबू

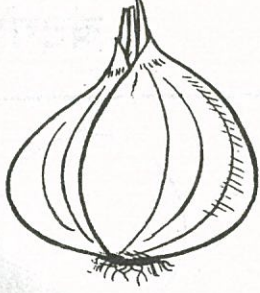
फूलगोभी

बंदगोभी





खाली स्थान भरें :-

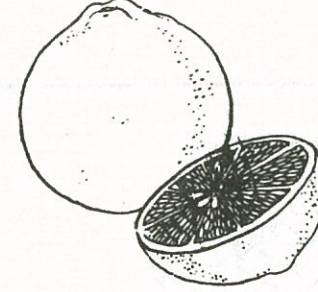


प ____ ज्ञ

____ या ____

____ ____ ज्ञ

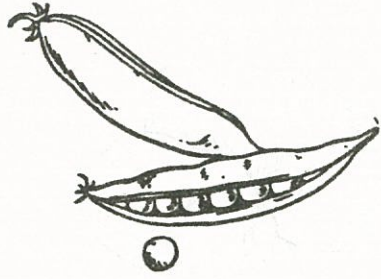
प्या ____



____ बू

नीं ____

खाली स्थान भरें :-



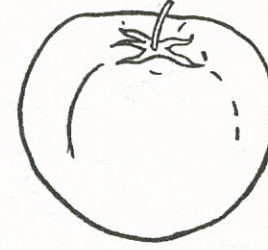
म___र

___टर

___ ___र

मट___

म___ ___



ट___ट___

___मा___र

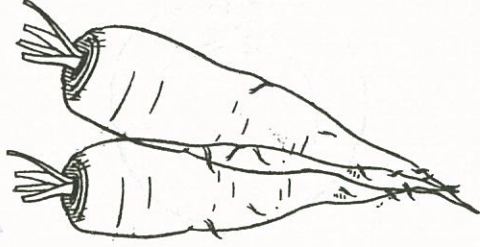
___ ___टर

म___टर

___माट___

टमा___ ___

खाली स्थान भरें :-



गा _____

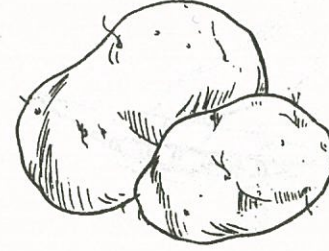
गा _____ र

_____ ज _____

_____ जर

गाज _____

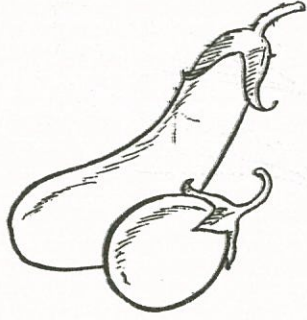
_____ र



आ _____

_____ लू

खाली स्थान भरें :-



बैंं _____

बैंंग _____

बैंं _____ न

_____ ग _____

_____ ग न

_____ न



बं _____ गो _____

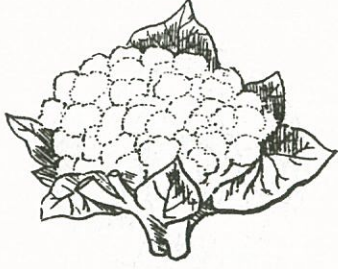
_____ द _____ भी

_____ द गो भी

बंद गो _____

बंद _____ भी

खाली स्थान भरें :-

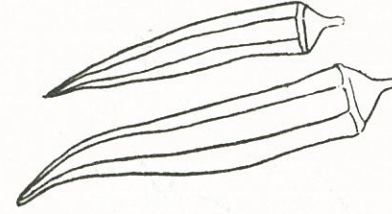


फू___गो___

___ल___भी

___लगोभी

फूलगो___



भिं___

___डी

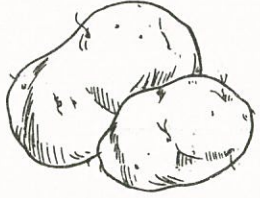
शब्द पूरा करें :-



भिं



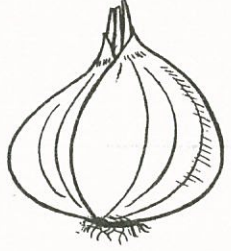
फू



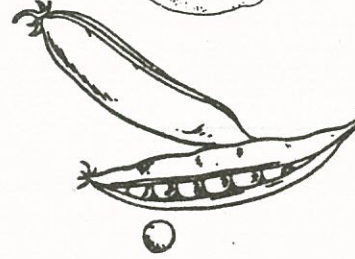
आ



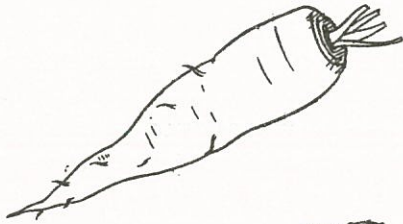
नीं



ए



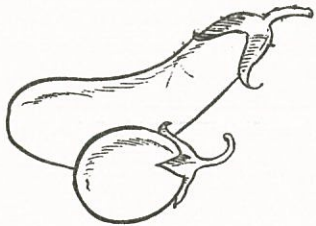
म



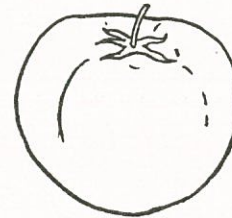
गा



बं

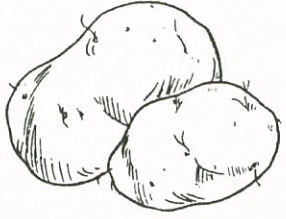


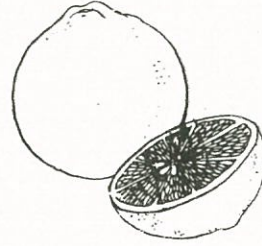
बैंं

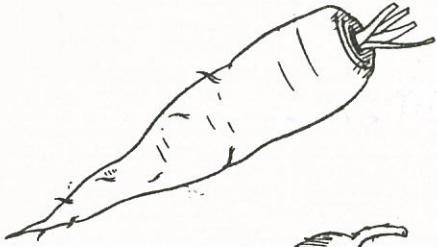


ट

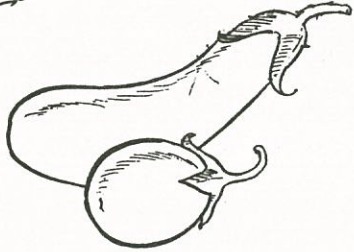
सब्जी का नाम लिखें :-

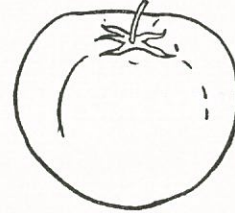


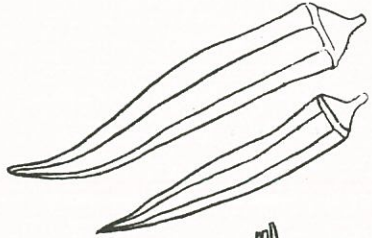




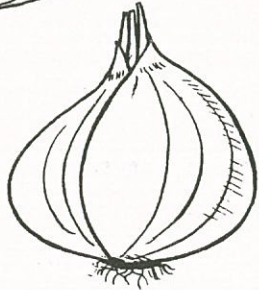


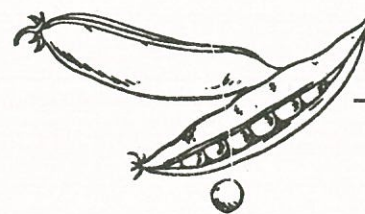








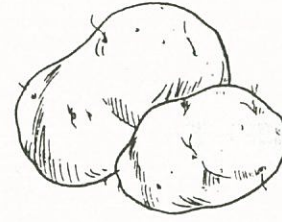




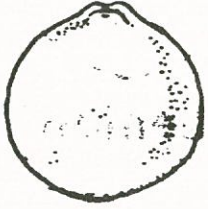
शिक्षक समझाएं :-



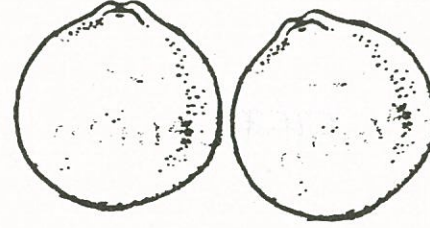
आलू



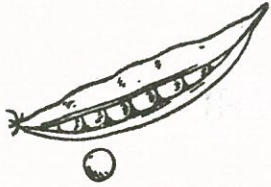
आलू



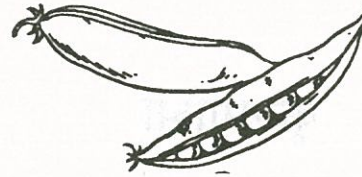
नींबू



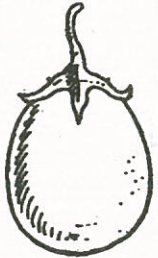
नींबू



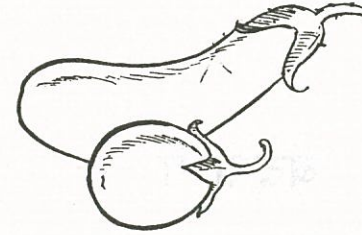
मटर



मटर



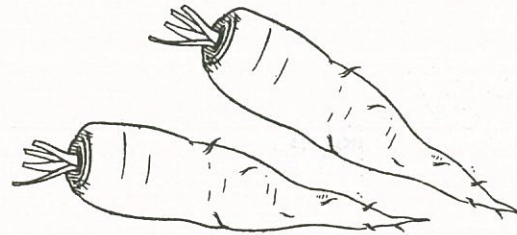
बैंगन



बैंगन

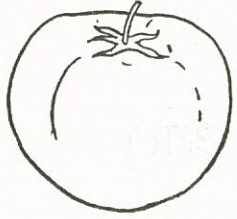


गाजर

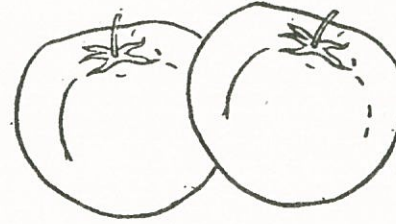


गाजरें

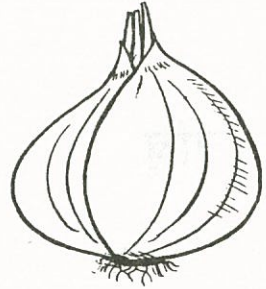
शिक्षक समझाएं :-



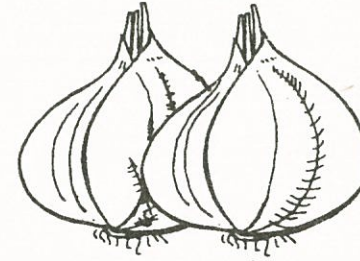
टमाटर



टमाटर



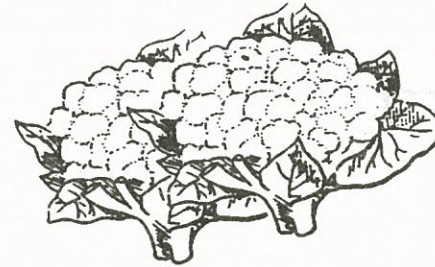
प्याज



प्याज



फूलगोभी



फूलगोभी



बंदगोभी



बंदगोभी



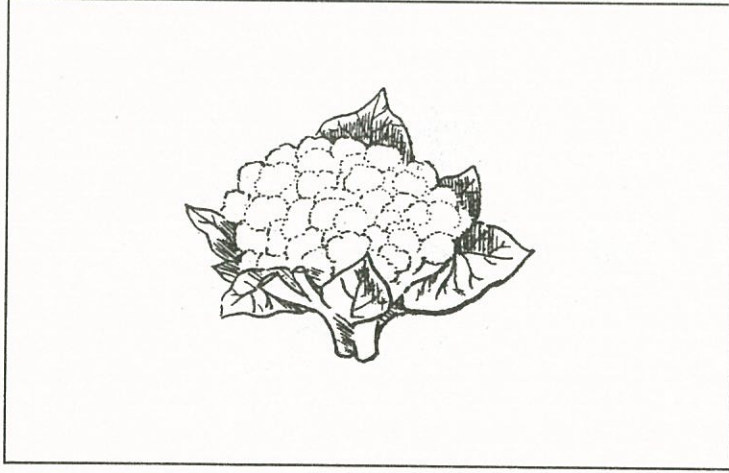
भिंडी



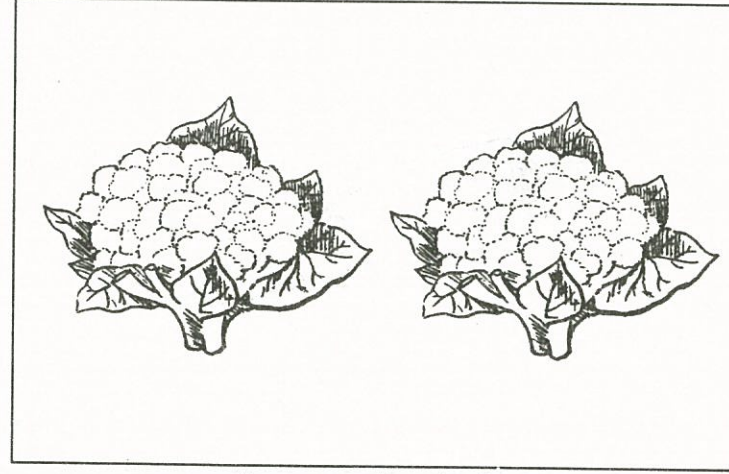
भिंडियां

शिक्षक समझाएं :-

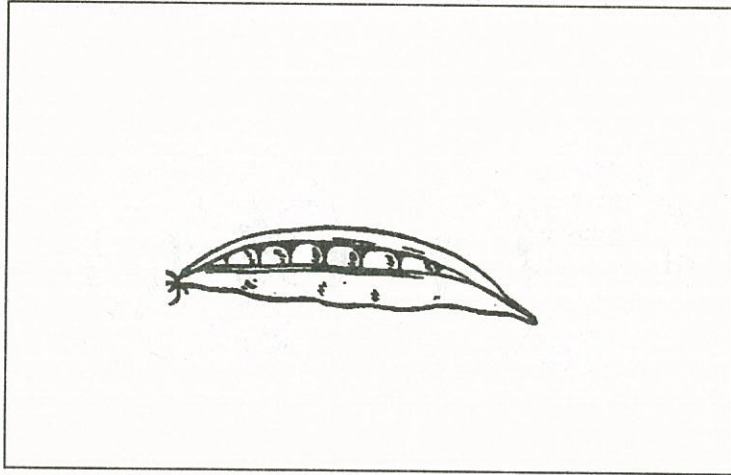
पानहमम रफुशपी



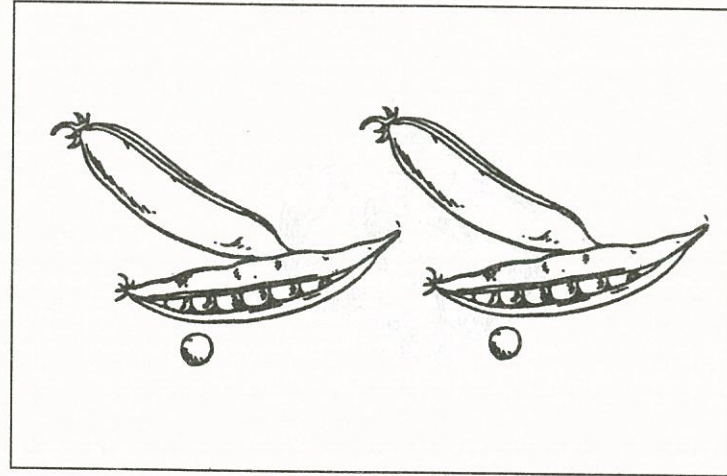
यह एक फूलगोभी है।



ये फूलगोभी हैं।

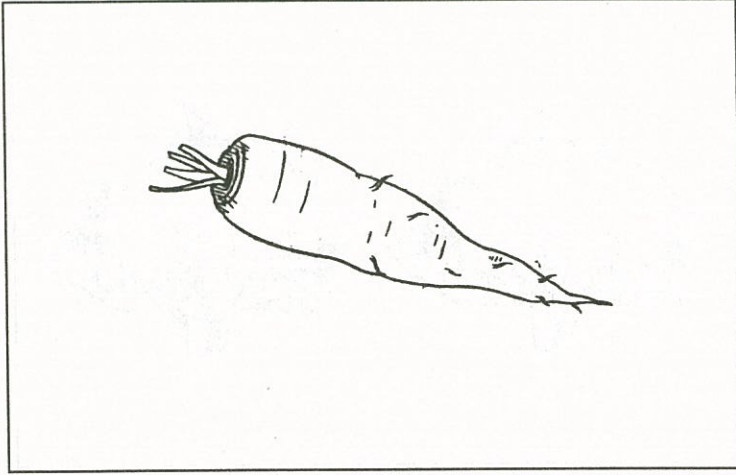


यह एक मटर है।

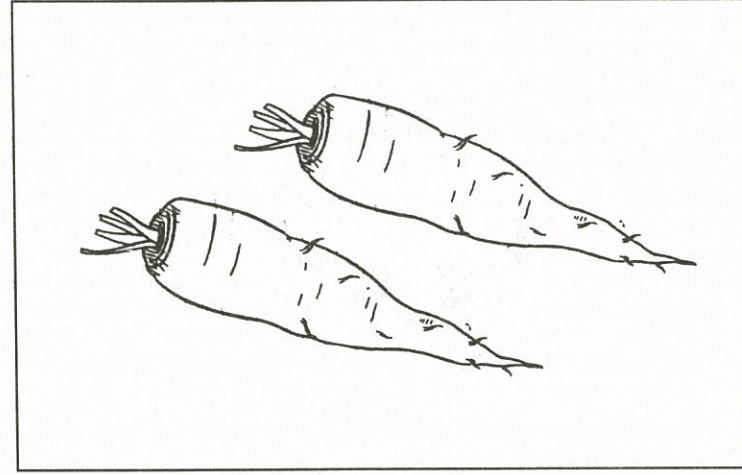


ये मटर हैं।

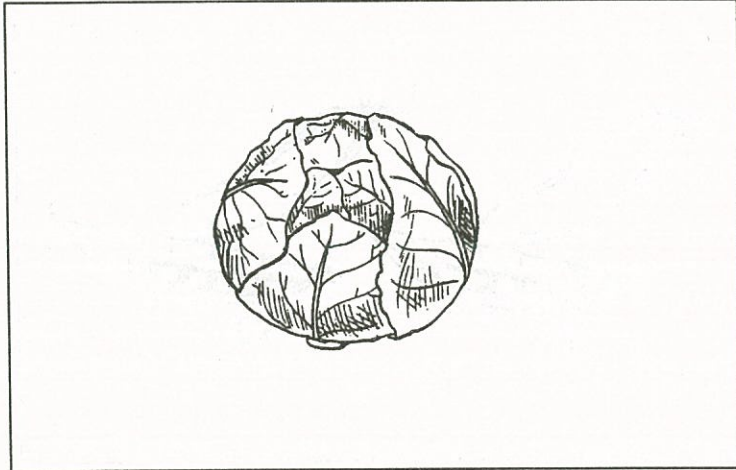
शिक्षक समझाएं :-



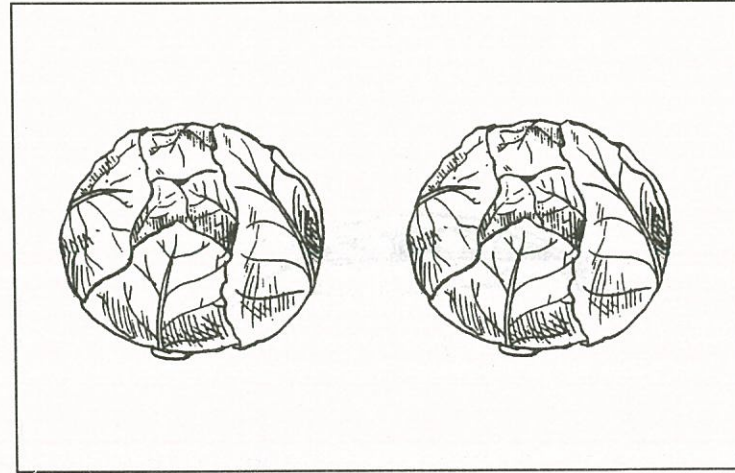
यह एक गाजर है।



ये गाजरें हैं।

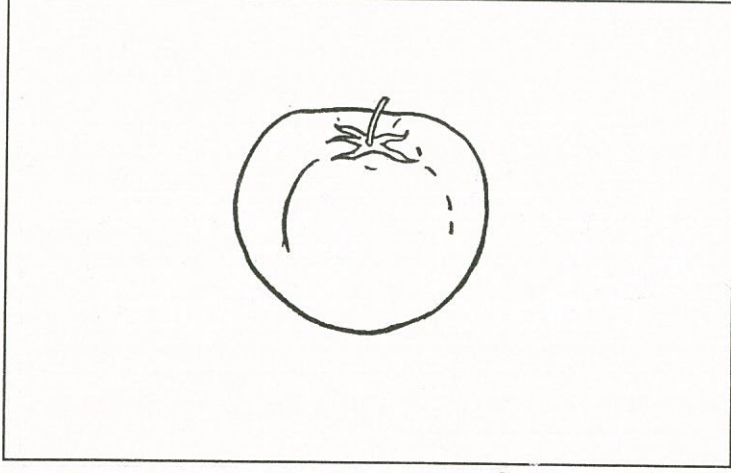


यह एक बंदगोभी है।

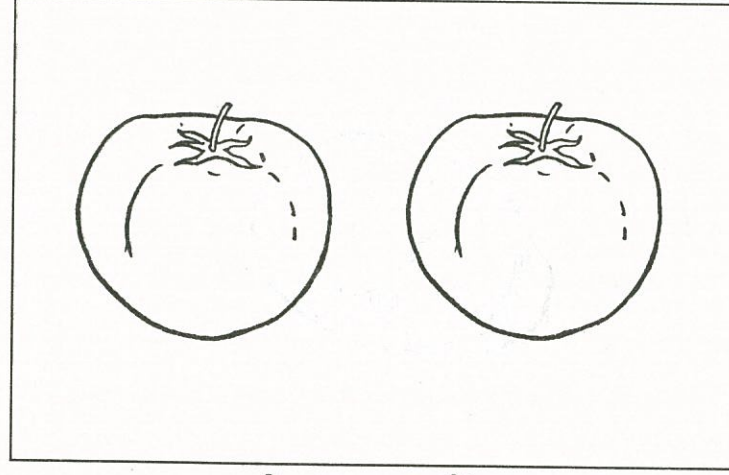


ये बंदगोभी हैं।

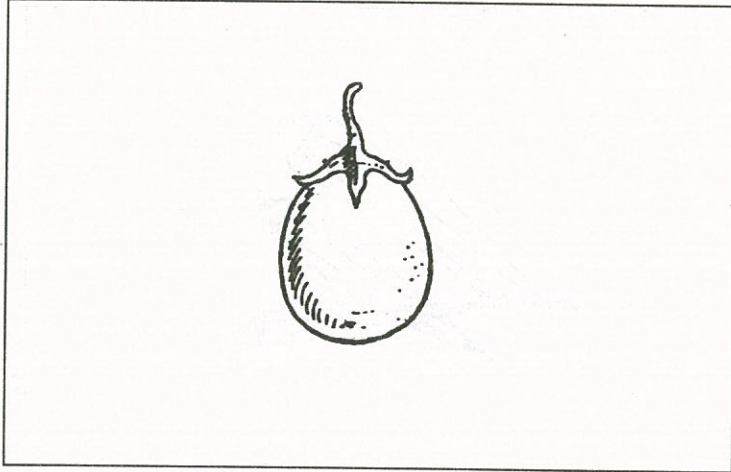
शिक्षक समझाएं :-



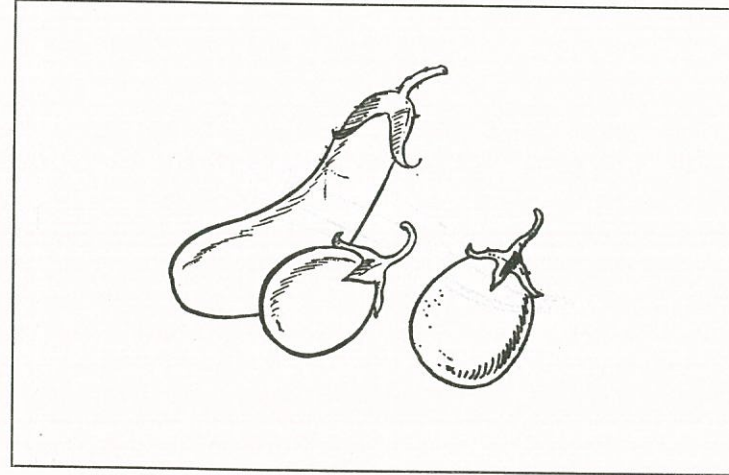
यह एक टमाटर है।



ये टमाटर हैं।

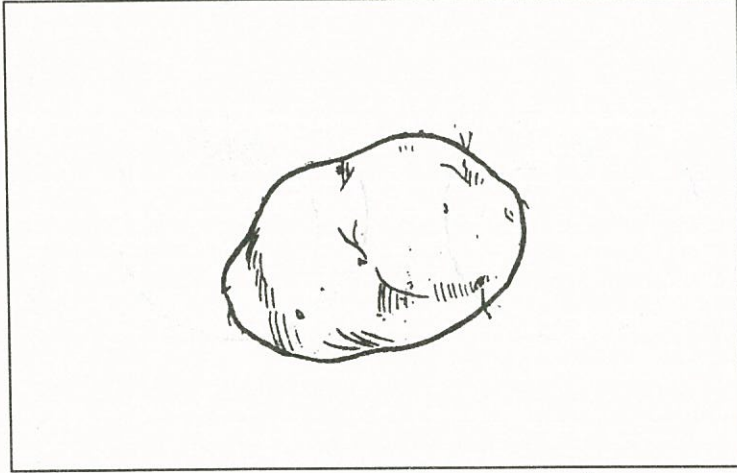


यह एक बैंगन है।

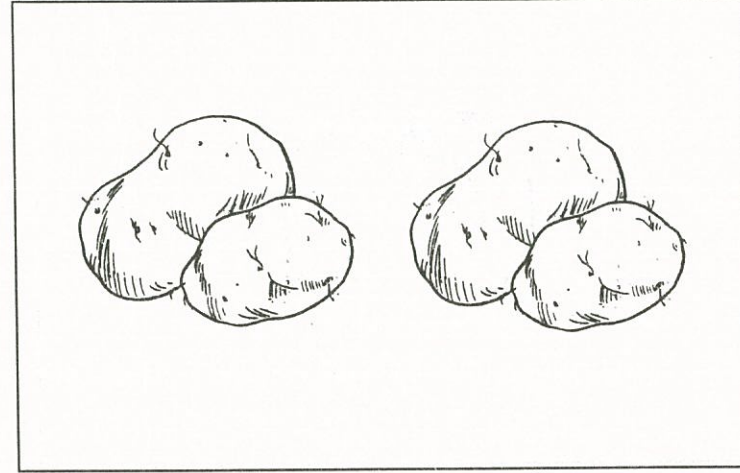


ये बैंगन हैं।

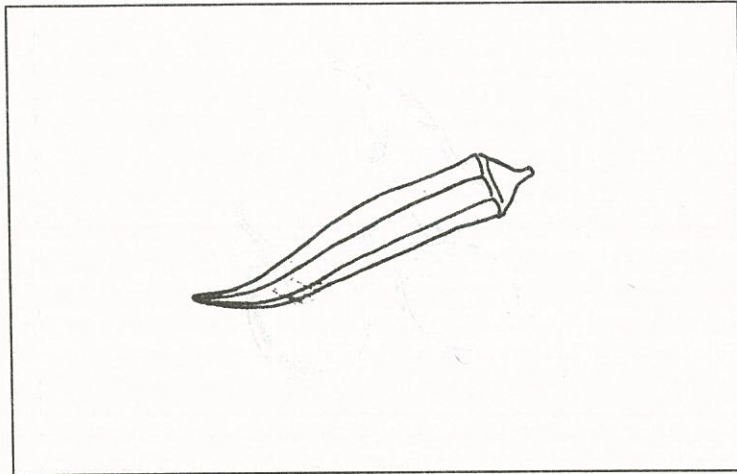
खाली स्थान भरें :-



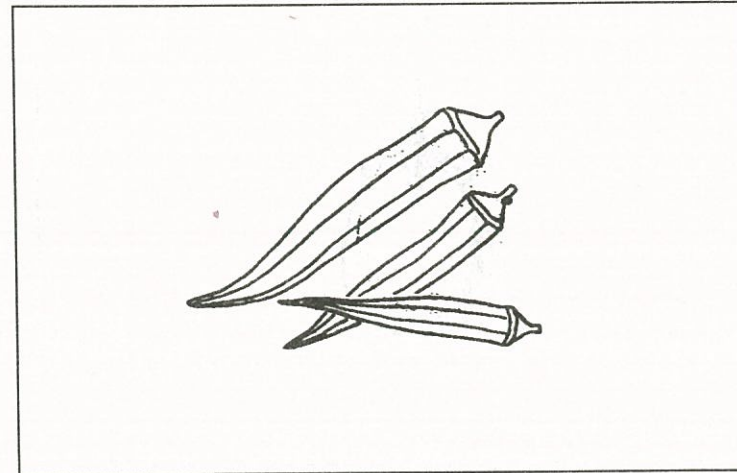
यह एक _____ है।



ये _____ हैं।

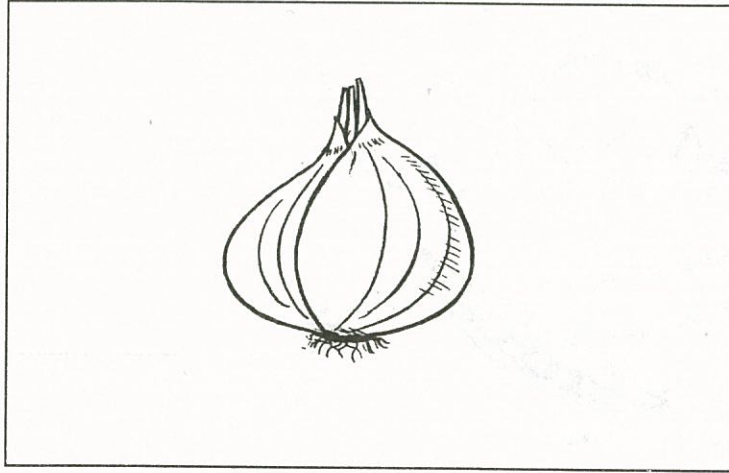


यह एक _____ है।

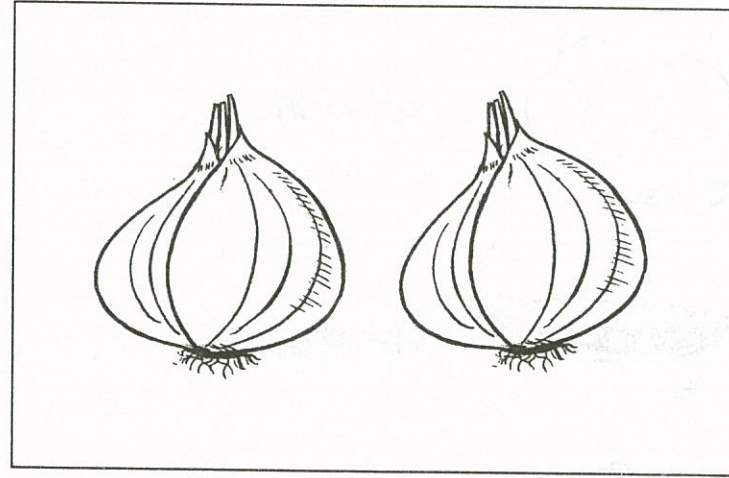


ये _____ हैं।

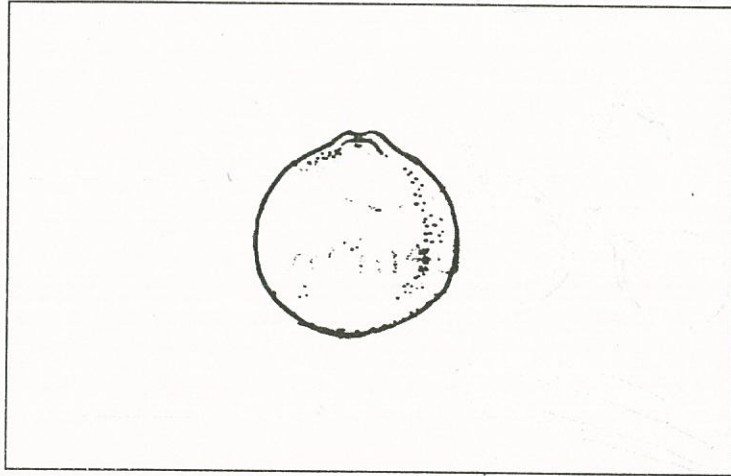
खाली स्थान भरें :-



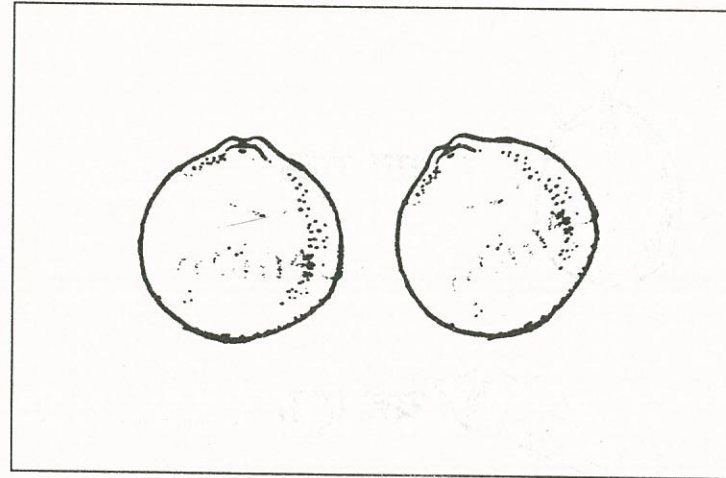
यह एक _____ है।



ये _____ हैं।



यह एक _____ है।

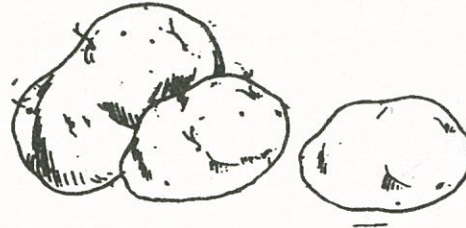


ये _____ हैं।

खाली स्थान भरें :-



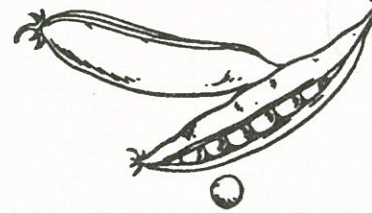
यह एक _____ हैं।



ये _____ हैं।



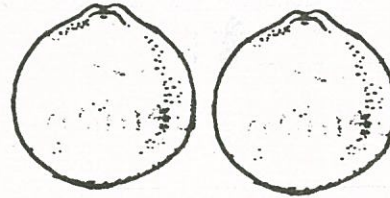
यह एक _____ हैं।



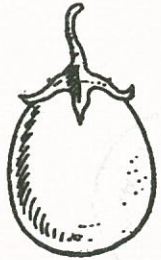
ये _____ हैं।



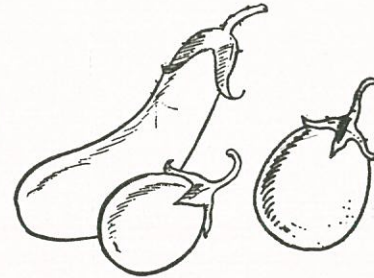
यह एक _____ हैं।



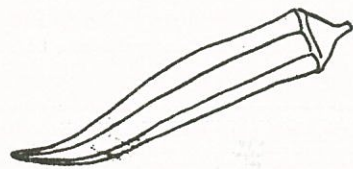
ये _____ हैं।



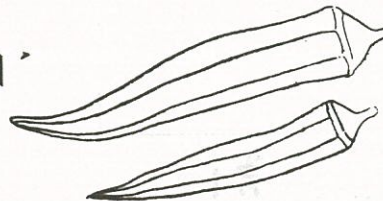
यह एक _____ हैं।



ये _____ हैं।

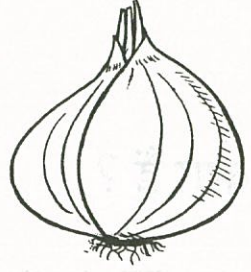


यह एक _____ हैं।

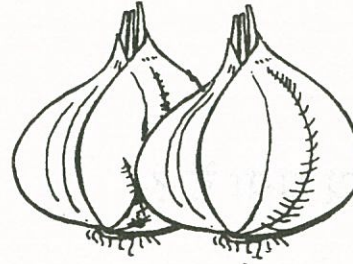


ये _____ हैं।

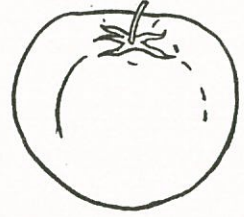
खाली स्थान भरें :-



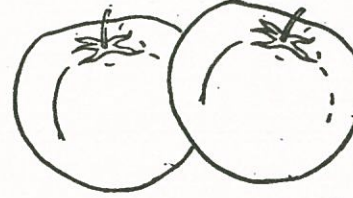
यह एक _____ है।



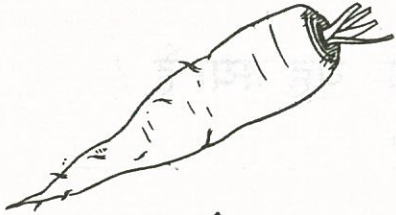
ये _____ हैं।



यह एक _____ है।



ये _____ हैं।



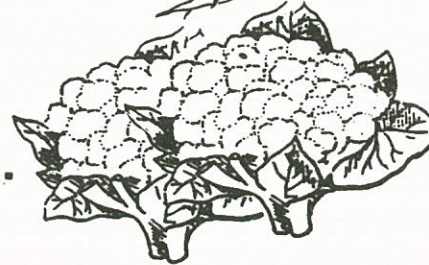
यह एक _____ है।



ये _____ हैं।



यह एक _____ है।



ये _____ हैं।

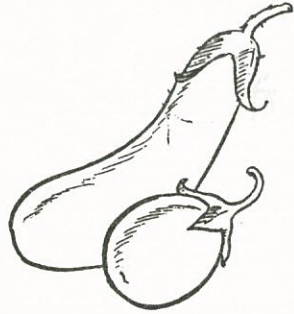


यह एक _____ है।



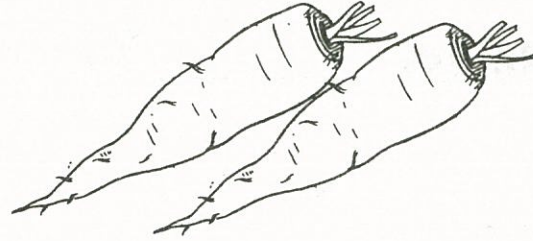
ये _____ हैं।

प्रश्नों के उत्तर दो :-



प्र. ये क्या हैं ?

उ. _____



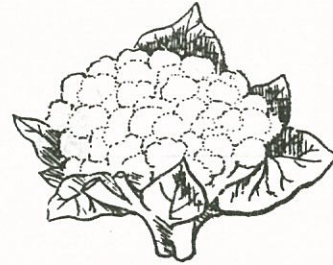
प्र. ये क्या हैं ?

उ. _____



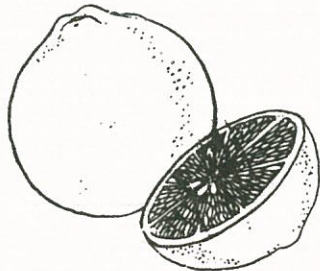
प्र. यह क्या है ?

उ. _____



प्र. यह क्या है ?

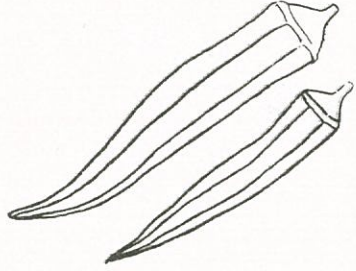
उ. _____



प्र. ये क्या हैं ?

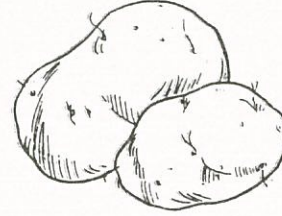
उ. _____

प्रश्नों के उत्तर दो :-



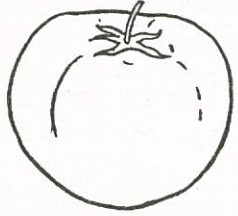
प्र. ये क्या हैं ?

उ. _____



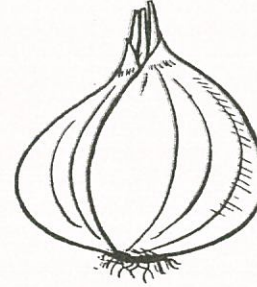
प्र. ये क्या हैं ?

उ. _____



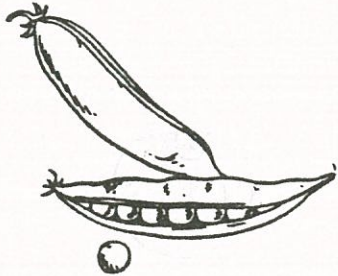
प्र. यह क्या है ?

उ. _____



प्र. यह क्या है ?

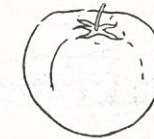
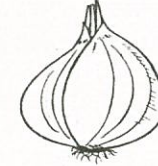
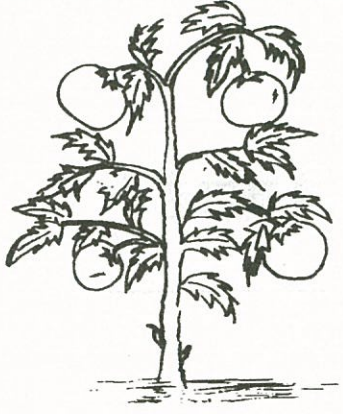
उ. _____



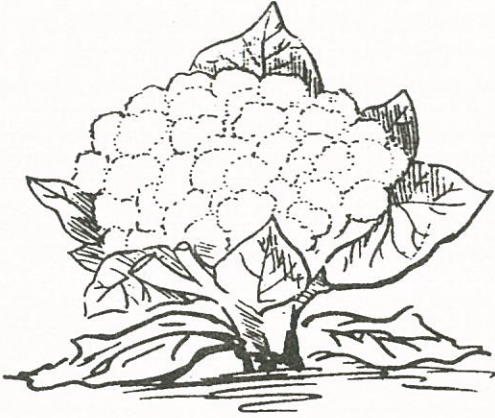
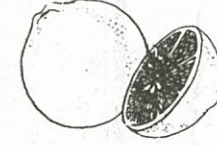
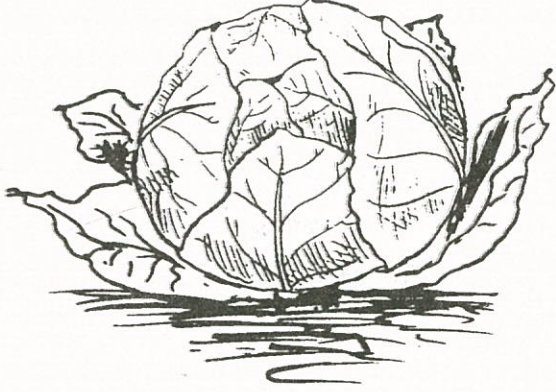
प्र. ये क्या हैं ?

उ. _____

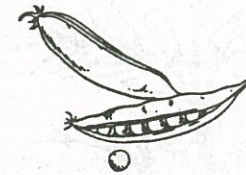
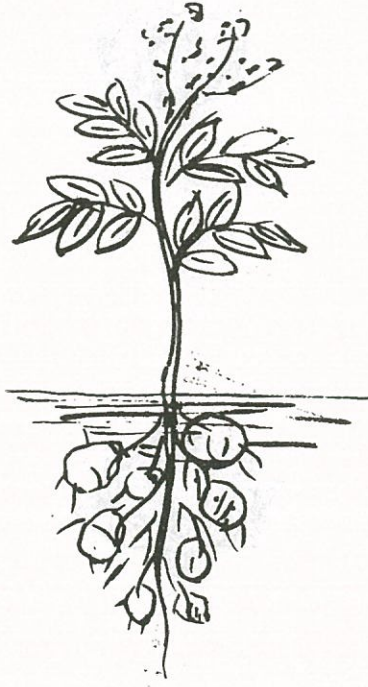
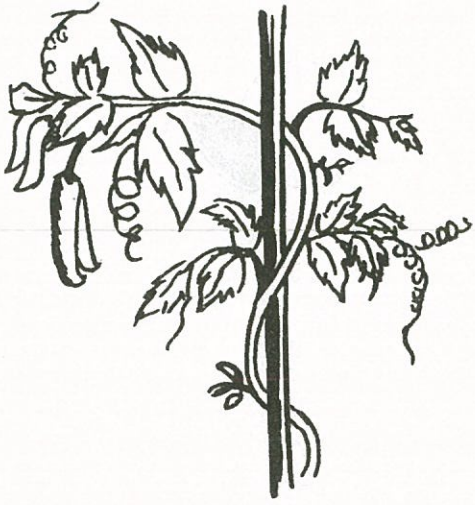
सब्ज़ी को उसके पौधे से जोड़ें :-



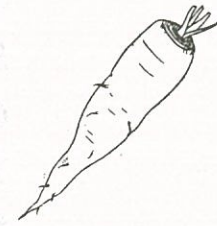
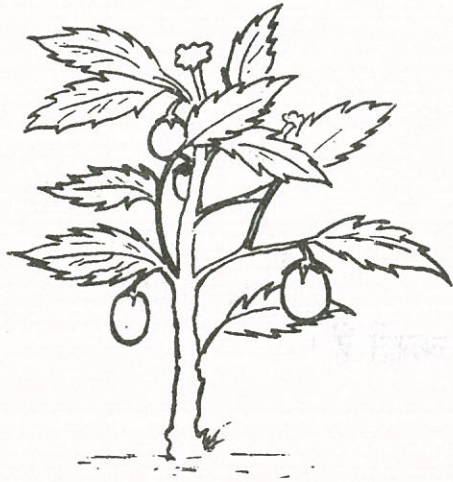
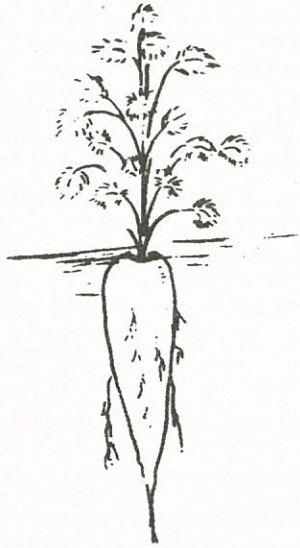
सब्जी को उसके पौधे से जोड़ें :-



सब्जी को उसके पौधे से जोड़ें :-



सब्ज़ी को उसके पौधे से जोड़ें :-

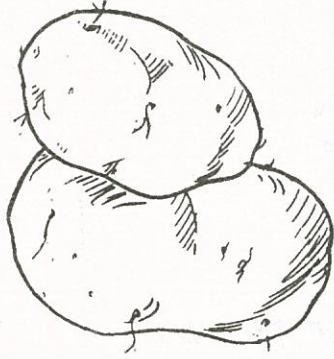


प्याज़



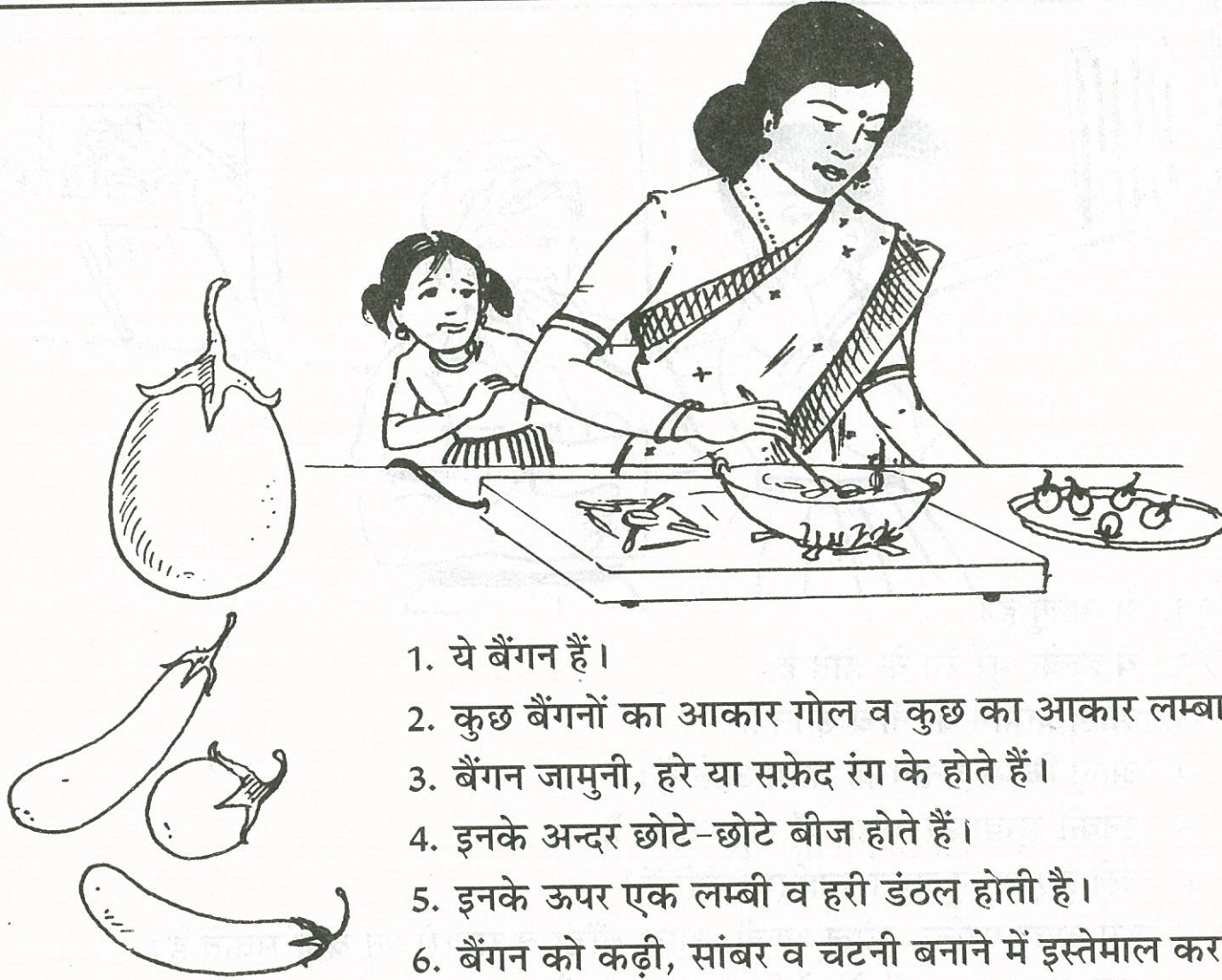
1. यह एक प्याज़ है।
2. इसका छिलका पतला होता है।
3. यह गुलाबी या सफेद रंग का होता है।
4. प्याज़ काटने से आंखों में आंसू आ जाते हैं।
5. प्याज़ की महक बहुत तीखी होती है।
6. इसे कच्चा खाते हैं।
7. प्याज़ को कढ़ी व आमलेट बनाने में इस्तेमाल करते हैं।
8. इनको सलाद में भी इस्तेमाल करते हैं।
9. प्याज़ के पत्तों को पकाया जाता है।
10. प्याज़ से और क्या बना सकते हैं? गर्मा-गर्म पकौड़े!

आलू



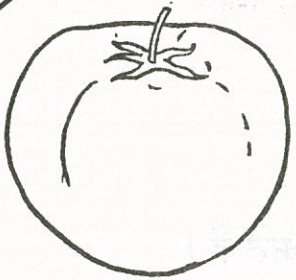
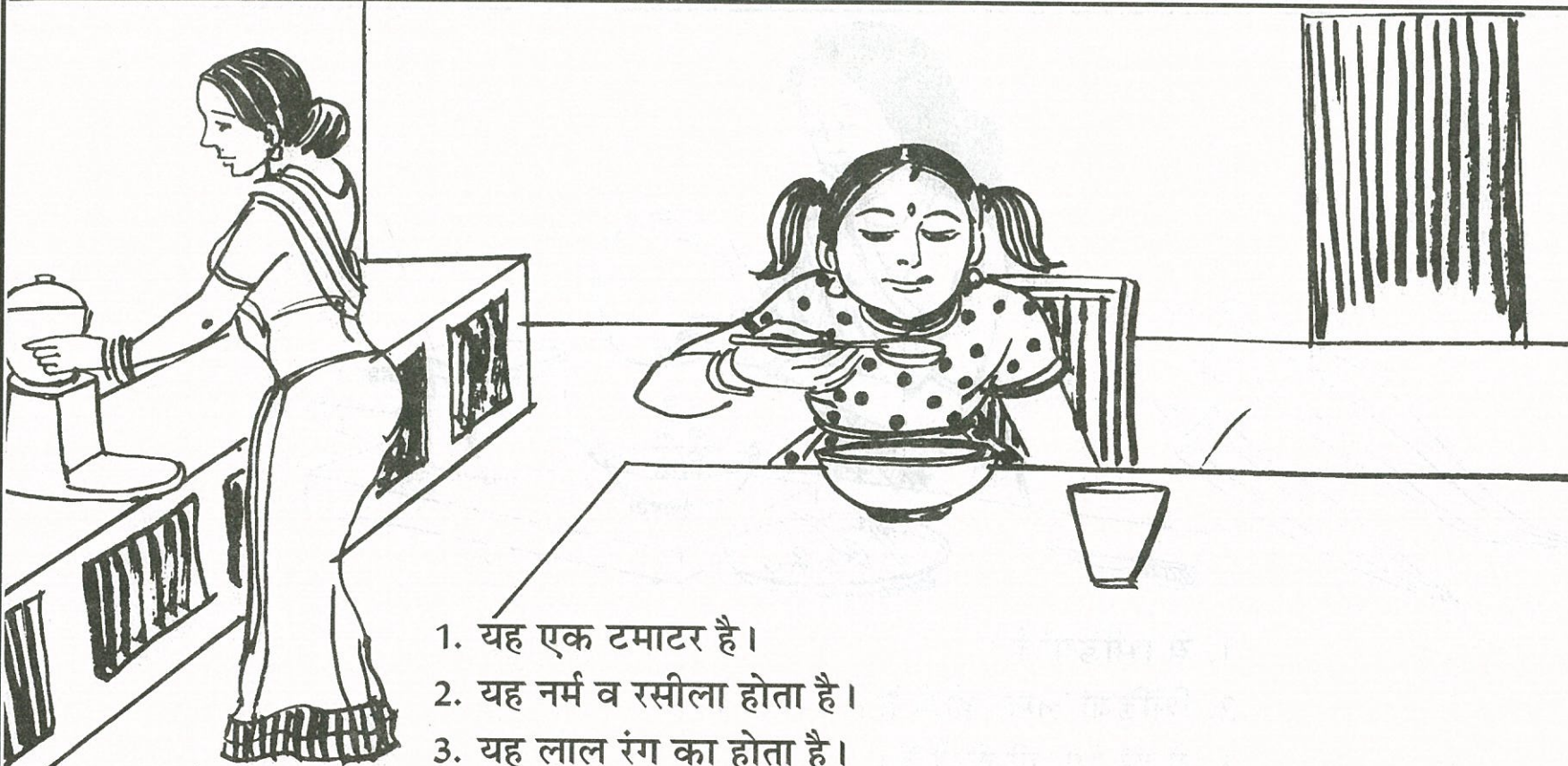
1. ये आलू हैं।
2. ये हल्के भूरे रंग के होते हैं।
3. आलू ज़मीन के नीचे उगते हैं।
4. आलू चिप्स बनाने के काम आते हैं।
5. इनको सुखाकर भंडार में रखा जाता है।
6. तले हुए आलू बहुत स्वादिष्ट होते हैं।
7. हम आलू परांठा, आलू भाजी, आलू बौंडा व समोसे भी बना सकते हैं।
8. क्या आप आलुओं से कोई आसान-सा स्नैक बनाना चाहेंगे ?
9. आलुओं को उबालें। उन्हें छीलकर टुकड़ों में काट लें और नमक व काली मिर्च छिड़क दें। खाइए (चाहें तो दही भी मिला सकते हैं)। क्या इसे बनाना आसान नहीं ?

बैंगन



1. ये बैंगन हैं।
2. कुछ बैंगनों का आकार गोल व कुछ का आकार लम्बा होता है।
3. बैंगन जामुनी, हरे या सफ़ेद रंग के होते हैं।
4. इनके अन्दर छोटे-छोटे बीज होते हैं।
5. इनके ऊपर एक लम्बी व हरी डंठल होती है।
6. बैंगन को कढ़ी, सांवर व चटनी बनाने में इस्तेमाल करते हैं।
7. क्या आपने बैंगन कढ़ी शोरबा खाया है ?
8. क्या आपको वह अच्छा लगा ?

टमाटर



1. यह एक टमाटर है।
2. यह नर्म व रसीला होता है।
3. यह लाल रंग का होता है।
4. इसका छिलका पतला होता है।
5. इसके अंदर छोटे-छोटे बीज दिखाई देते हैं।
6. यह थोड़ा खट्टा होता है।
7. टमाटरों से सलाद, जूस, सूप और अचार बनाए जाते हैं।
8. टमाटर को धोकर खाना चाहिए।

टमाटर खाओ, हमें बताओ उसका स्वाद कैसा लगा।

भिंडी



1. ये भिंडियां हैं।
2. भिंडियां लम्बी होती हैं।
3. ये हरे रंग की होती हैं।
4. इनके अंदर छोटे-छोटे बीज होते हैं।
5. भिंडियों को सुखाकर भंडार में रखा जा सकता है।
6. भरवां भिंडी खाने में बहुत स्वादिष्ट होती है।
7. भिंडी को सांबर बनाने में इस्तेमाल कर सकते हैं व तल भी सकते हैं।
8. भिंडी को काटो और उसे छू कर देखो।
9. आपको कैसा लगा ?

बंदगोभी

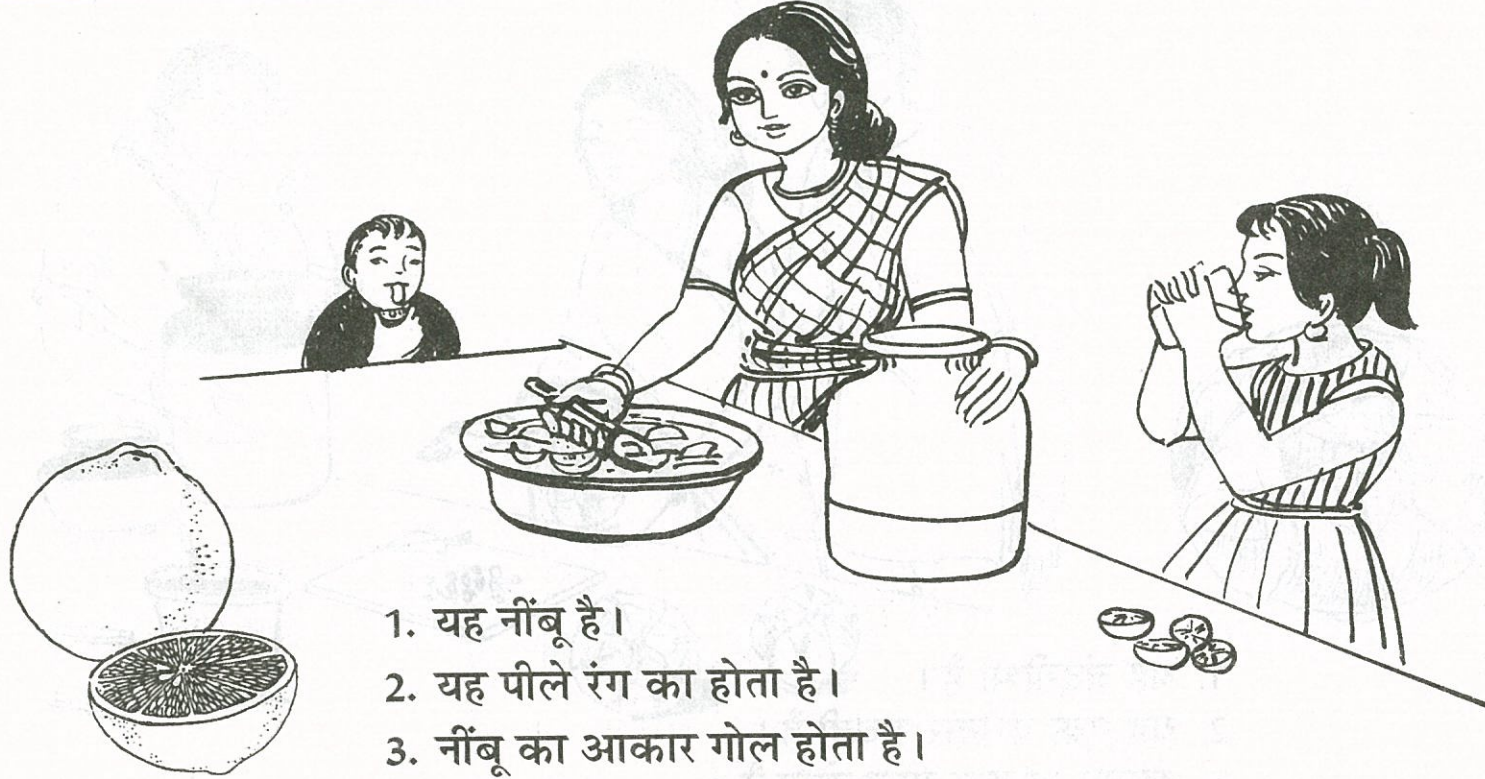


1. यह बंदगोभी है।
2. यह एक पत्तेदार सब्जी है।
3. इसका आकार गोल होता है।
4. इसका डंठल छोटा होता है।
5. यह सलाद व कोफ्ते बनाने में काम आती है।
6. बंदगोभी अचार बनाने में काम आती है।
7. क्या तुम सलाद बनाना चाहोगे ?

इसे आजमाइए :

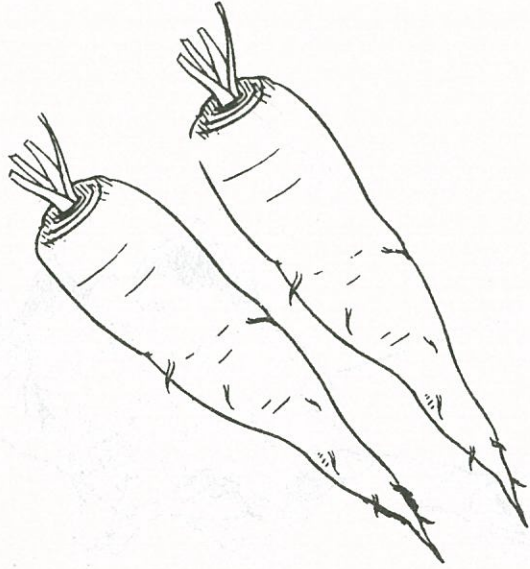
हरी चने की दाल को पानी में भिगोएं। बंदगोभी को छोटे टुकड़ों में काटें। भीगी हुई हरी चने की दाल व कटी बंदगोभी को मिलाएं। नमक, थोड़ा-सा नींबू का रस व धनिया पत्ते मिलाएं। खाकर देखिए।

नींबू



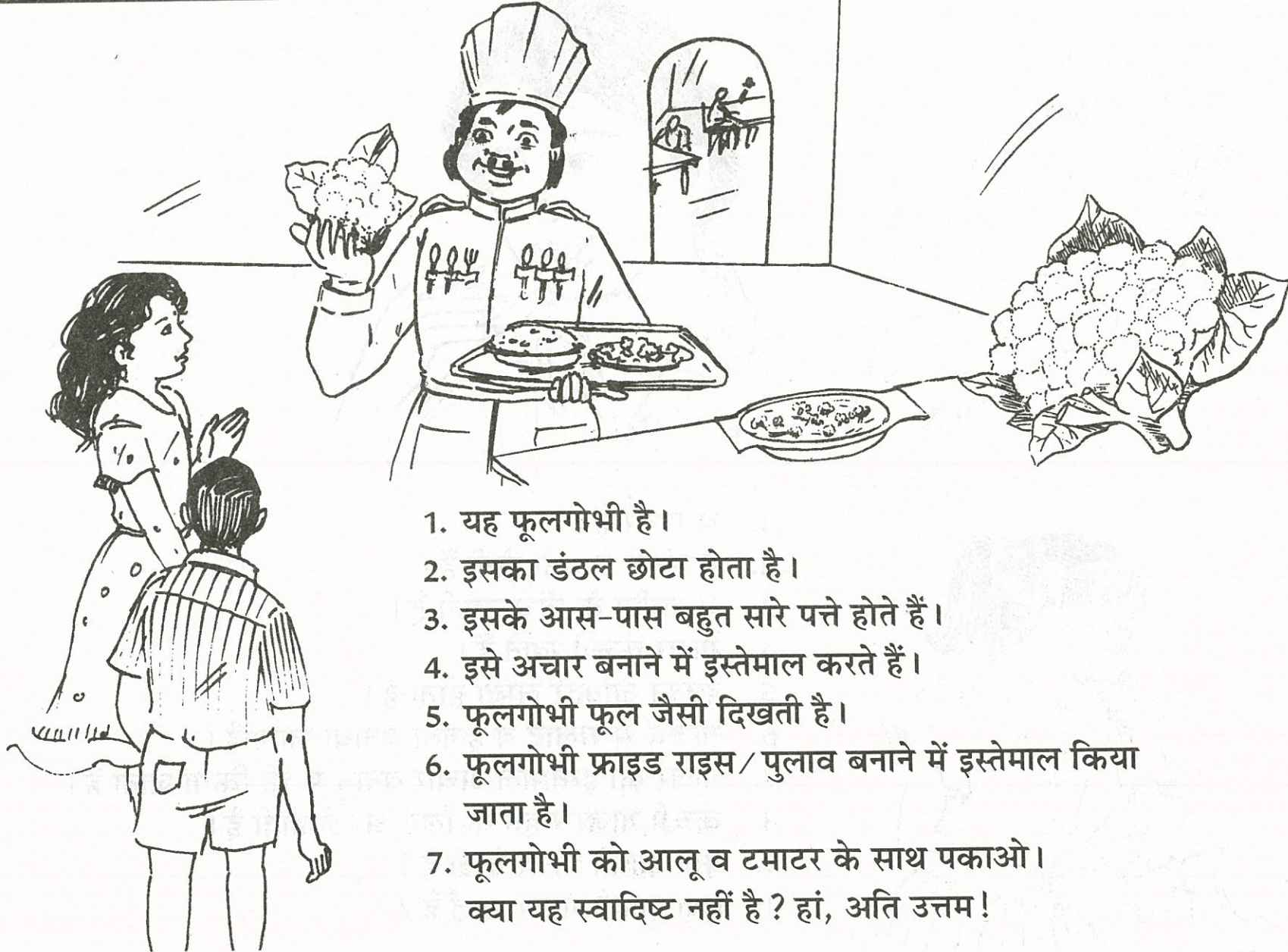
1. यह नींबू है।
2. यह पीले रंग का होता है।
3. नींबू का आकार गोल होता है।
4. इसका छिलका मोटा होता है।
5. नींबू से अचार बनाते हैं।
6. इसके अन्दर छोटे बीज होते हैं।
7. इसका इस्तेमाल जूस बनाने में किया जाता है।
8. इसका स्वाद काफी खट्टा होता है।
9. क्या आपने नींबू का अचार खाया है ?
आपको उसका स्वाद कैसा लगा ?

गाजर



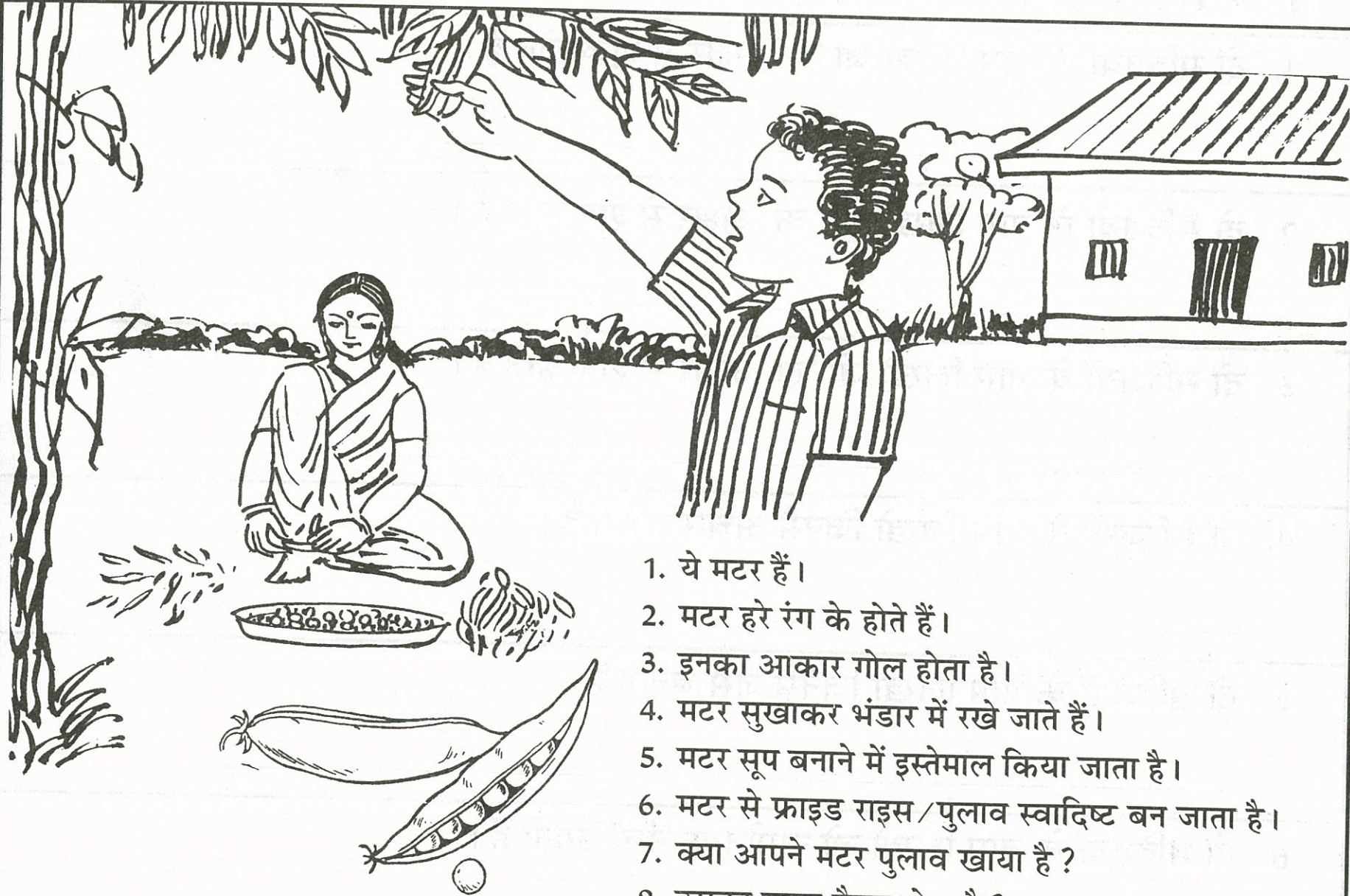
1. ये गाजरें हैं।
2. ये संतरी रंग की होती हैं।
3. ये ज़मीन के नीचे उगती हैं।
4. गाजर कच्ची खाते हैं।
5. इनका आकार लम्बा होता है।
6. गाजरों से सलाद व हलवा बनाया जाता है।
7. गाजर का इस्तेमाल अचार बनाने में भी किया जाता है।
8. कच्ची गाजर सेहत के लिए अच्छी होती है।
9. क्या आपने गाजर देखी है ?
10. क्या आपने गाजर खाई है ?

फूलगोभी



1. यह फूलगोभी है।
2. इसका डंठल छोटा होता है।
3. इसके आस-पास बहुत सारे पत्ते होते हैं।
4. इसे अचार बनाने में इस्तेमाल करते हैं।
5. फूलगोभी फूल जैसी दिखती है।
6. फूलगोभी फ्राइड राइस/पुलाव बनाने में इस्तेमाल किया जाता है।
7. फूलगोभी को आलू व टमाटर के साथ पकाओ।
क्या यह स्वादिष्ट नहीं है? हां, अति उत्तम!

मटर



1. ये मटर हैं।
2. मटर हरे रंग के होते हैं।
3. इनका आकार गोल होता है।
4. मटर सुखाकर भंडार में रखे जाते हैं।
5. मटर सूप बनाने में इस्तेमाल किया जाता है।
6. मटर से फ्राइड राइस/पुलाव स्वादिष्ट बन जाता है।
7. क्या आपने मटर पुलाव खाया है ?
8. उसका स्वाद कैसा होता है ?

निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दो :-

1. दो सब्जियों के नाम लिखो जो 'प' अक्षर से शुरू होते हैं।

2. दो सब्जियों के नाम लिखो जो 'क' अक्षर से शुरू होते हैं।

3. दो सब्जियों के नाम लिखो जो 'ल' अक्षर से शुरू होते हैं।

4. दो सब्जियों के नाम लिखो जिनसे अचार बनता है।

5. दो सब्जियों के नाम लिखो जिनसे जूस बनता है।

6. दो सब्जियों के नाम लिखो जो ज़मीन के नीचे उगती हैं।
