

कक्षा : ३

उमेर : ७ वर्ष

क्रियाकलापको कोड : IG3_040

निर्देशन : तल दिइएको वाक्यहरूलाई पढ्नुहोस् र मिल्ने शब्द छानि गोलाकार लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलापको नाम : गोलाकार लगाऔं ।

गोलाकार लगाऔं

१ सुती भएको पदार्थ सेवन गर्ने कार्यलाई धूम्रपान / मद्यपान भनिन्छ ।

२ चुरोट, बिडी आदि सुती भएको पदार्थको सेवन गर्दा निकोटिन / भिटामिन पाईन्छ ।

३ धूम्रपान हाम्रो स्वास्थ्यको लागि हानिकारक / फाइदाजनक छ ।

४ निकोटिनको असर तुरुन्तै / बिस्तारै देखिन्छ ।

५ धूम्रपानले आँखा / फोक्सो मा असर गर्छ ।

सिकाइ उपलब्धि : धूम्रपानको असरका बारेमा जनकारी पाउन सक्ने छन् ।

सार्थक शिक्षा

कक्षा : ३

उमेर : ७ वर्ष

क्रियाकलापको कोड : IG3_041

निर्देशन : तल दिइएको तालिकालाई हेर्नुहोस् र आफ्नो किताबमा धूम्रपानका असरहरूको खोजी गर्नुहोस् । साथै धूम्रपानले असर गर्ने अङ्गहरूको चित्र बनाउनुहोस् ।

क्रियाकलापको नाम : लेखौं र चित्र बनाऔं ।

धूम्रपानको असर	
धूम्रपानले असर गर्ने अङ्गहरूको चित्र बनाऔं	धूम्रपानको असर लेखौं

सिकाइ उपलब्धि : धूम्रपानको असरका बारेमा जनकारी पाउन सक्ने छन् ।

कक्षा : ३

उमेर : ७ वर्ष

क्रियाकलापको कोड : IG3_042

निर्देशन : तल दिइएको वाक्यहरूलाई पढ्नुहोस् र ठिक वाक्यलाई छानि खाली ठाउँमा लेख्नुहोस् ।

क्रियाकलापको नाम : ठिक वाक्य लेखौं ।

ठिक वाक्य लेखौं

- १ चुरोट, बिडी, खैनी आदि सुर्तीबाट बनेको वस्तुको सेवान गर्नु भनेको धूम्रपान गर्नु हो ।
- २ चुरोटमा भिटामिन हुन्छ ।
- ३ धूम्रपान हाम्रो स्वास्थ्यको लागि हानिकारक छ ।
- ४ हामीभन्दा ठुला मानिसहरूले धूम्रपान गरेको देखेमा हामीले पनि ती कुरा सिक्नुपर्छ ।
- ५ धूम्रपानको कुलत लागेपछि छाड्न गारो हुन्छ ।
- ६ धूम्रपान आफुले पनि नगर्नु र अरुलाई पनि गर्न नदिनु ।



सिकाइ उपलब्धि : धूम्रपानको असरका बारेमा जनकारी पाउन सक्ने छन् ।

कक्षा : ३

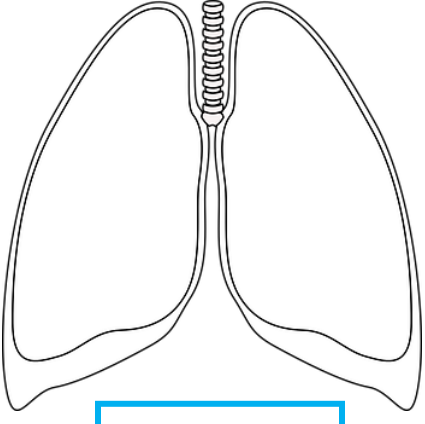
उमेर : ७ वर्ष

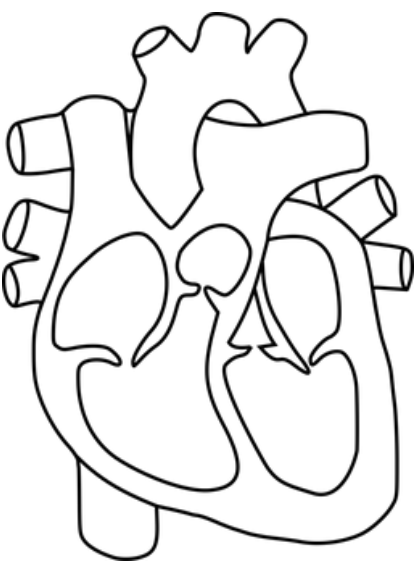
क्रियाकलापको कोड : IG3_043

निर्देशन : तल दिइएको चित्रमा मिल्दो रङ भरनुहोस् र खालि बाकसमा चित्रको नाम लेख्नुहोस् । साथै आफ्नो किताबमा धूम्रपान गर्नेहरूलाई के-के रोग र समस्या हुन्छ खोजी गर्नुहोस् र खाली ठाउँमा लेख्नुहोस् ।

क्रियाकलापको नाम : लेखौं र रङ भरौं ।

रङ भरौं





सिकाइ उपलब्धि : धूम्रपानको असरका बारेमा जनकारी पाउन सक्ने छत् ।