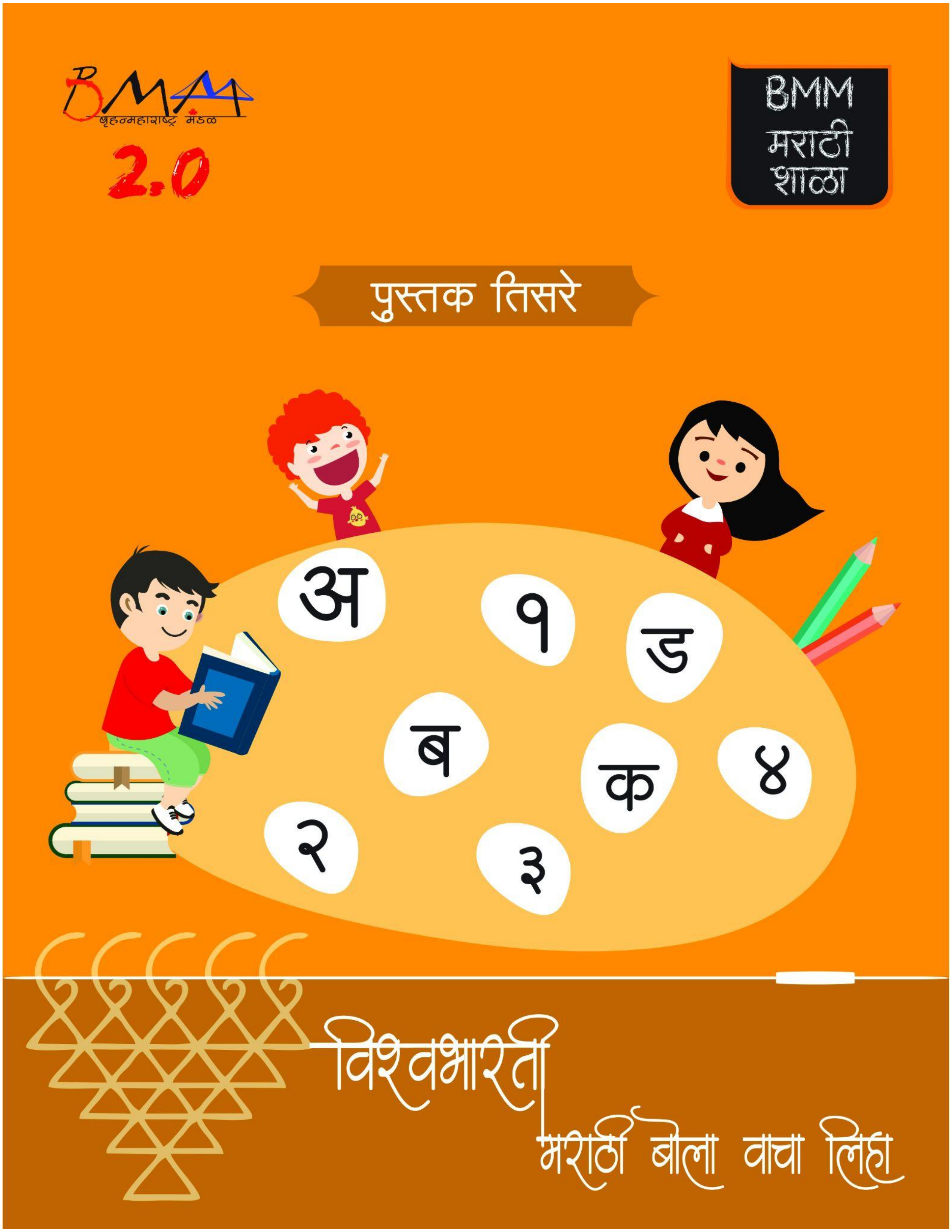



© BMM Marathi Shala eBook Team

# बृहन्महाराष्ट्र मंडळातील मराठी मातृभाषा असलेल्या विद्यार्थ्यांसाठी सचित्र कार्यपुस्तिका

## विश्वभारती पुस्तक तिसरी

मराठी भाषा कार्यपुस्तिका दुसरी आवृत्ती - २०२३
पहिली आवृत्ती - २०१४
**बृहन्महाराष्ट्र मंडळ २.० पुस्तक समिती**
**उत्तर अमेरिका**

**संपर्क:** shala@bmmonline.org

Recommendation: Age 11-12 eligible for level 3. Minimum two year gap between two level exams and/or 120/80 instruction hours are recommended. This helps to prepare the students better and overall studentship retains. Normally a teacher needs 120/80 hours minimum (60/40 hours per academic year) to teach the entire syllabus (based on eBook of the particular level). Rarely do students grasp the syllabus in a shorter time. **Age is approximate only. This varies on each student's progress, older aged students' progress fast for primary levels.**

# कार्यपुस्तिके विषयी मनोगत

बृहन्महाराष्ट्र मंडळाच्या वतीने महाराष्ट्राच्या बाहेर राहणाऱ्या विद्यार्थ्यांना मराठी शिकवण्यासाठी उपयोगी अशी विश्वभारती कार्यपुस्तिका प्रकाशित करताना आम्हाला फार आनंद होत आहे.

भाषा ही संस्कृतीशी निगडित असते. त्यामुळे मराठी संस्कृतीशी रोजचा संपर्क नसलेल्या विद्यार्थ्यांना मराठी कसे शिकवायचे याचा विशेष विचार करावा लागतो. यासाठी या स्वतंत्र कार्यपुस्तिकेचा खटाटोप.

BMM च्या सर्व शाळांसाठी जो एकसंध अभ्यासक्रम २००७ मध्ये तयार केला गेला त्याच अभ्यासक्रमावर प्रस्तुत ही कार्यपुस्तिका आधारित आहे. ह्या कार्यपुस्तिके मध्ये काल्पनिक कथा (fiction), माहितीपर उतारे (non-fiction), नाटुकले , बडबड गीत, कविता असे अनेक मुलांच्या दृष्टीने योग्य साहित्यप्रकार समाविष्ट केले आहेत. विद्यार्थ्यांना अनेक विषयांशी निगडीत शब्दसंपदा देता यावी हा त्यामागे उद्देश आहे. त्याचबरोबर निरनिराळ्या प्रसंगांचा वापर करून व्याकरणाचे प्रयोग शिकवणे, वर्गात विद्यार्थ्यांशी गप्पा मारण्यासाठी विषय पुरवणे हे देखील उद्देश आहेत. परंतु धड्यातली माहिती घोकून पाठ करून घेणे हा मात्र आमचा उद्देश मुळीच नाही.

ह्या कार्यपुस्तिकेमध्ये विद्यार्थी प्रश्नांची उत्तरे तिथल्या तिथेच लिहू शकतील. पालकांना मुलांची तयारी करून ठेवता येईल. वर्षभरात शिकवलेला आणि उत्तरे लिहिलेला संपूर्ण अभ्यास एकाच ठिकाणी असेल तर पाल्याची परीक्षेची तयारी करून घेणे सोयीचे होते हे गेल्या काही वर्षांच्या अनुभवातून लक्षात आले आहे. सतत संगणकाचा वापर मुलांनी टाळावा व पुस्तकाचा वापर करावा यासाठी केलेला प्रयत्न पालकांना नक्कीच आवडेल.

© BMM Marathi Shala eBook Team

ह्या संपूर्ण प्रक्रियेत आमच्या बृहन्महाराष्ट्र कार्यकारिणीचे अध्यक्ष संदीप दीक्षित यांच्या मार्गदर्शनाखाली कार्यपुस्तिका हा उपक्रम सुरु झाला.

शाळा संचालक सविता मोरे, समितीतील कार्यकर्त्या श्रुती पांडे, मयूरी नाईक, मीनल जोशी, अंजली भिडे, हर्षाला साधले, आरती भागवत, कादंबिनी धारप, अश्विनी देवधर ह्यांनी आपले योगदान दिले आहे. मुखपृष्ठ शीतल रांगणेकर यांनी बनविले आहे. योगासनाचा पाठ श्रीकांत सबनीस, पुनम चिमुरकर व चारुलता जोशी यांनी तयार केला आहे. कार्यपुस्तिकेचे मुद्रितशोधन केले आहे, अश्विनी क्षीरसागर, कादंबिनी धारप, स्नेहल पिटके कुलकर्णी, यांनी. अंतिम फॉन्ट दुरुस्थी, शुद्ध लेखन आणि पेज सेट उप केले आहे, सविता मोरे, अंजली भिडे, मीनल जोशी, नुपूर कर्णिक यांनी.

इ- बुक्सची editable documents विनायक पर्वते यांनी उपलब्ध करून दिली.

कार्यपुस्तिके साठी हातभार लावणाऱ्या सगळ्यांचे मनःपूर्वक आभार!

विद्यार्थ्यांना वाचायला सोपे आणि रोचक वाटतील, त्यांच्या कल्पनेला चालना देतील आणि उत्कंठा वाढवतील असे धडे लिहायचा आम्ही प्रयन्त केला आहे . मराठीचा अभ्यास हा मुलांसाठी आवडीचा विषय कसा होईल याचा आम्ही प्रयत्न केला आहे . हे करताना भाषेशी तडजोड न करता जास्तीत जास्त सकस मराठीचा वापर व्हावा ही आमची भूमिका आहे. ही अवघड उद्दिष्टे सर्वार्थाने साध्य झालेली नाहीत याची आम्हाला पुरेपूर जाणीव आहे. त्यामुळे हे काम पूर्ण झाले नसून ही फक्त सुरुवात आहे असे आमचे मत आहे. या कामात सुधारणा करण्यासाठी सर्व शिक्षक, पालक आणि मराठी प्रेमींची आम्हाला मदत हवी आहे. आपल्या सूचना आम्हाला अवश्य कळवा. आम्ही त्यांचा पुढील आवृत्तीमध्ये निश्चित उपयोग करू.

बृहन्महाराष्ट्र मंडळ, उत्तर अमेरिका

BMM shala ebook team.

# अनुक्रमणिका

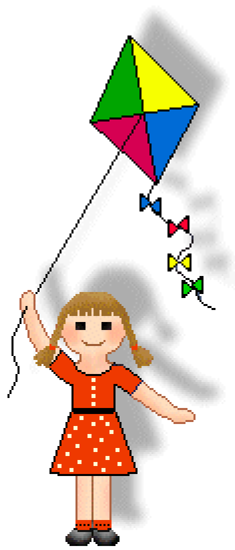

| | |
|---|---|
| कार्यपुस्तिकेविषयी मनोगत | 3 |
| अनुक्रमणिका | 5 |
| १ मायाचा पतंग | 7 |
| २ आकार (Shapes) | 12 |
| ३ - मी कोण? | 19 |
| ४ माकडाचे घर | 23 |
| ५ - ऋतू | 28 |
| ६ - बाजारहाट | 33 |
| ७ हिरू - हिरवी अळी भाग - १ | 40 |
| ८ अग्गोबाई ढग्गोबाई | 46 |
| ९ ऋतुचक्र कविता | 50 |
| १० - टेडी बेअर | 52 |
| ११ - सेडोनाचा सूर्योदय | 55 |
| १२ - पत्ता शोधणे | 60 |
| १३ - टिपू पावसाचा थेंब - भाग १ | 64 |
| १४ - मारुती | 70 |
| १५ - उंट | 75 |
| १६ - आनंदी आनंद गडे | 79 |
| १७ - हीरू - हिरवी अळी भाग - २ | 84 |
| १८ - टिपू पावसाचा थेंब - भाग २ | 91 |
| १९ बिनभिंतीची शाळा | 100 |

| | |
|---|---|
| २० - हळूच या हो हळूच या | 105 |
| २१ आवांतर वाचन १. ज्योतिबा फुले | 109 |
| २२ आवांतर वाचन २. झाशीची राणी लक्ष्मीबाई | 113 |
| २३ वांतर वाचन ३.राणी लक्ष्मीबाई - गोष्ट | 118 |
| २५ आवांतर वाचन ४. अफझलखान वध | 120 |
| २६ गुढी पाडवा महाराष्ट्रातील एक सण | 123 |
| २७ श्लोक (१) | 130 |
| २८ परिशिष्ट - मुळाक्षरे | 132 |
| २९ परिशिष्ट: बाराखडी | 134 |
| ३० परिशिष्ट: जोडाक्षरे | 141 |
| ३१ परिशिष्ट -उच्चार | 143 |
| ३२परिशिष्ट - आकडे | 145 |
| ३३ सूर्यनमस्कार अष्टांग-ब प्रकार | 153 |


© BMM Marathi Shala eBook Team

# १ मायाचा पतंग

एका दुपारी माया बागेत पतंग उडवीत होती. तिच्याबरोबर तिची मांजर "मनी" होती. पतंग उंचच उंच उडत होता. माया मनीला म्हणाली, "बघ माझा पतंग उंच उडाला". मनी म्याव म्याव करत उडणाऱ्या पतंगा मागे धावू लागली.



बागेत एक उंच झाड होते. मायाचा पतंग अगदी झाडाजवळून उडत होता. माया म्हणाली, " ओह आता काय करू?". मायाने पतंग झाडापासून दूर खेचण्याचा प्रयत्न केला पण तो पर्यंत उशीर झाला. पतंग झाडाच्या फांद्या मध्ये अजूनच अडकत गेला.

माया झाडाजवळ जाऊन पतंगाकडे बघू लागली. "कसा सोडवावा हा पतंग आता"? माया विचार करू लागली. तिने पतंगाचा मांजा खेचून पतंग सोडवण्याचा प्रयत्न केला. पतंग झाडात गुंतला होता. पतंग वाऱ्याने खाली पडेल म्हणून मायाने वाट बघितली. पण तसेही झाले नाही.

मायाने एक काठी घेतली आणि पतंग सोडवण्याचा प्रयत्न केला. काठी एवढी उंच नव्हती. ती पतंगा जवळ पोहचेना. माया निराश झाली म्हणाली, " पतंग फारच उंचावर अडकला आहे. मी काही एवढ्यावर चढू शकत नाही ".

मग मायाला एक कल्पना सुचली. तिने मनीला झाडावर चढवला. मनी फांद्यावर उड्या मारत वर चढली. मनीने पतंगाला ढकलून तो खाली पडला. मायाला खूप आनंद झाला. तिने मनीला थोपटले आणि पुन्हा पतंग उडवू लागली.

© BMM Marathi Shala eBook Team

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

उशीर:

फांदी:

विचार :

मांजा:

वाट:

निराश:

सुचणे:

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

माया बागेत केव्हा पतंग उडवीत होती?

माया बरोबर कोण होते?

© BMM Marathi Shala eBook Team

मायाचा पतंग कुठे अडकला?

___

___

___

मायाने पतंग काढण्यासाठी मनीला काय करायला सांगितले?

___

___

**खालील शब्दातील जोडाक्षर ओळखा आणि फोड करा. उदा. घट्ट = ट्ट=(ट् +ट्)**

| | | |
|---|---|---|
| म्याव | | |
| उडणाऱ्या | | |
| खेचण्याचा | | |
| प्रयत्न | | |
| झाडाच्या | | |
| फांद्यांमध्ये | | |

**अव्यये:** वाक्यात उपयोगात येताना ज्या शब्दांच्या मूळ शब्दात (रुपात) बदल होत नाही त्या शब्दांना **अव्यय** किंवा **अविकारी शब्द** (बदल न घडणारे) म्हणतात.

**अव्ययांची काही उदाहरणे पुढीलप्रमाणे -**

१. त्याच्या घरा<u>वर</u> कौले आहेत.

२. टेबला<u>खाली</u> पुस्तक पडले.

३. सूर्य ढगा<u>मागे</u> लपला.

४. देवा<u>समोर</u> दिवा लावला.

५. शाळे<u>पर्यंत</u> रस्ता आहे.

**खालील अव्यय वापरून वाक्य बनवा.**

© BMM Marathi Shala eBook Team

बरोबर, मागे, जवळ, पासून, पर्यंत, मध्ये, कडे, वर, खाली, पुन्हा, एवढ्यावर

बरोबर______________________________________________

मागे______________________________________________

जवळ______________________________________________

पासून______________________________________________

पर्यंत______________________________________________

मध्ये______________________________________________

कडे______________________________________________

वर______________________________________________

खाली______________________________________________

पुन्हा______________________________________________

एवढ्यावर______________________________________________

**क्रियापद: Verb ( action words)** : वाक्यामधील क्रिया दर्शविणाऱ्या ज्या विकारी शब्दामुळे वाक्यातील क्रिया दर्शविली जाते व त्या वाक्याचा अर्थ पूर्ण होतो. वाक्यातील अशा क्रियावाचक शब्दाला क्रियापद असे म्हणतात. उदा.

- गाय दूध <u>देते</u>.

© BMM Marathi Shala eBook Team

- आम्ही परमेश्वराची प्रार्थना करतो.
- मुलांनी खरे बोलावे.
- जहाज समुद्रात बुडताना मी पाहिले. (पाहिले-क्रियापद)
- त्याचे हसणे लांबून ऐकू आले ( आले- क्रियापद)

खालील क्रियापदे वापरून वाक्य बनवा.

उडाला, धावू , चढू, पाडला

उडाला______________________________________________

धावू ______________________________________________

चढू________________________________________________

पाडला______________________________________________

© BMM Marathi Shala eBook Team 

# २ आकार (Shapes)

एक दिवस अर्णव शाळेतून घरी आला. तो खूप वैतागलेला होता. शाळेत टीचरने त्याला गृहपाठ दिला होता. अर्णवला वाटत होते की हा गृहपाठ खूपच कठीण आहे. त्यामुळे तो हिरमुसला होता.

घरी आल्यावर ताईने विचारले, “अरे अर्णव काय झाले? तू असा वैतागलेला का आहेस?” अर्णव कुरकुर करू लागला आणि म्हणाला, “हा गृहपाठ बघ, टीचर इतका कठीण गृहपाठ का देतात?” ताईने अर्णव ची वही घेतली त्यात लिहिले होते की खालील आकाराचे उदाहरणे शोधा. टीचरने अर्णवला घरात आणि आजूबाजूला

निरनिराळे आकार शोधायला सांगितले होते. ताई म्हणाली, “ बस इतकच हे तर सोपे आहे. चल आपण शोधूया.”

ताई आणि अर्णव घरात आणि आजूबाजूला निरनिराळे आकार शोधू लागले. पहिला आकार होता **‘चौकोन’**. ताई म्हणाली, “ अर्णव नीट बघ आणि सांग कोणकोणत्या वस्तू चौकोनी आहेत? चौकोन म्हणजे चार बाजू असलेला आकार. चौकोनाच्या चारही बाजू सारख्या लांबीच्या आणि सगळे कोन **‘काटकोन’** असतील तर त्याला **‘चौरस’** असे म्हणतात. अर्णवने विचारले, “काटकोन म्हणजे काय? ताई म्हणाली,

“काटकोन म्हणजे ९० अंशाचा कोन.” अर्णवने घरात इथे तिथे

बघितले. घरातील काही उश्या, तबके, आरसे, डबे अश्या वस्तू चौकोनी दिसल्या.

ताई म्हणाली, “चौकोनाच्या समांतर बाजू एकाच लांबीच्या असल्या तर त्याला **‘आयत’** म्हणतात.” घरात पुस्तक, टीव्ही, जेवणाच्या टेबलाचा पृष्ठभाग, पायपुसणे, फोटोफ्रेम अश्या वस्तू आयत आकाराच्या होत्या.

अर्णवला खूप मजा वाटली. तो म्हणाला चल आपण आता **‘गोल’** शोधूया. अर्णवला घरात जेवणाचे ताट, वाडगे, कुक्कीज, सीडीज या वस्तू गोल आकाराच्या दिसल्या.

ताई म्हणाली, " अर्णव आता पुढचा आकार थोडा फसवा आहे ह. आपण आता **'त्रिकोण'** शोधूया. त्रिकोणाला तीन बाजू असतात.शाळेच्या आजूबाजूला रस्त्यावर वाहतुकीच्या

पाट्या बघ. त्यात दिसेल तुला त्रिकोण. आपण समोसा खातो न तो पण त्रिकोणी असतो. पिझ्झाची स्लाईस काहीशी त्रिकोणी असते."

अर्णवने ताईला बागेतील पेव्हर्स दाखवले तो म्हणाला, "ताई हा आकार कोणता?" ताई म्हणाली, "हा तर **'षटकोन'**. त्याला किती बाजू आणि किती कोन आहेत मोज बघू." अर्णव म्हणाला, "सहा कोन आणि सहा बाजू आहेत." ताई म्हणाली, " बरोबर जर पाच बाजू आणि पाच कोन असतील तर '**पंचकोन**' म्हणतात."
अर्णवने सर्व आकार आणि त्या आकाराच्या वस्तूंचा एक तक्ता बनवला आणि अर्णवचा गृहपाठ झाला.

© BMM Marathi Shala eBook Team

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

वैतागणे:

हिरमुसणे:

गृहपाठ:

कुरकुर करणे :

काटकोन

समांतर:

अंश:

पृष्ठभाग:

बाजू :

तक्ता :

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

अर्णवला काय झाले होते?

अर्णव का हिरमुसला होता?

अर्णवला घरात चौकोनी आकाराच्या कोणत्या वस्तू दिसल्या?

अर्णवला गृहपाठ करायला कोणी मदत केली?

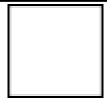
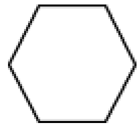
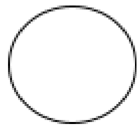
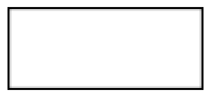
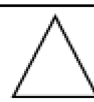
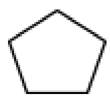
**खालील शब्दातील जोडाक्षर ओळखा आणि फोड करा. उ.दा.म्हणाला =म्ह=(म्+ह्)**

| | | |
|---|---|---|
| आल्यावर | | |
| पृष्ठभाग | | |
| त्यात | | |
| गृहपाठ | | |
| उश्या | | |
| तक्ता | | |
| त्रिकोण | | |
| वस्तू | | |

खालील आकाराच्या वस्तूंचा तक्ता बनवा.

| गोल | चौरस | आयत | त्रिकोण |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

जोड्या जुळवा

| | |
|---|---|
| गोल |  |
| त्रिकोण |  |
| चौकोन |  |
| पंचकोन |  |
| षटकोन |  |
| आयत |  |

- **समाविष्ट अभ्यासक्रम:**

**शब्द संपत्ती**: शब्द संपत्ती म्हणजे कुठल्याही भाषेत शब्दांना खूप महत्त्व असते. एका शब्दापासून अनेक शब्दांची निर्मिती होत असते व एका शब्दा सोबत अनेक शब्द येत असतात. एका शब्दाला वेगळ्या अर्थाने किंवा संदर्भाने वापरू शकतो. यालाच **शब्दसंपत्ती** म्हणतात.

**Explanation:** शब्द संपत्ती चे अनेक प्रकार आहेत.

**१. समानार्थी शब्द-**

हात -कर

पृथ्वी -धरा

**२. विरुद्धार्थी शब्द-**

जवळ येणे- दूर जाणे

प्रशंसा करणे- मन दुखावणे

**३. अर्थपूर्ण शब्द तयार करणे**

जमीनदार- जमीन, दार, जन

दुकानदार- दुकान, दार, कान

**४. वाक्प्रचार**

स्तुती करणे- प्रशंसा करणे : आई वडिल आपल्या मुलांची नेहमी स्तुती करत असतात.

आभाळ ठेंगणे होणे- अभिमान वाटणे : आई-वडिलांना मुलाने मिळवलेल्या यशामुळे आभाळ ठेंगणे वाटते

**५. शब्दसमूहाबद्दल एक शब्द**

खूप मेहनत करतो तो- मेहनती

कुठल्याही गोष्टीचा कंटाळा करणारे -आळशी

**निरीक्षण : Observation:** निरीक्षण म्हणजे सक्रिय राहून प्राथमिक माहिती स्रोत वापरून माहिती मिळवणे होय. जीवनात निरिक्षणास अतिशय महत्त्व आहे. विज्ञानात निरिक्षणातून आलेल्या अंदाजास अतिशय महत्त्व आहे. माहिती साठवणूक करून त्यापासून माहितीचे वेगवेगळे भाग बनवून निरिक्षण केले जाते.

**उपक्रम:** Play-doh किंवा Construction paper घेवून हस्तकलेतून निरनिराळे आकार शिका.

© BMM Marathi Shala eBook Team

## ३ - मी कोण?

आई  बाबांचा बाळ
असे एकटा लडिवाळ
काका काकू पण मजला
पुतण्या म्हणती ती अपुला
आत्या मामा आणि मामी
म्हणती त्यांचा भाचा मी
आजी आजोबा दोघेजण
सांगती तू नातू म्हणून
सुशी आमुची सोनुकली
दादा मज हाक मारी

मामांचा वसंत आला
प्रश्न तयाला मी केला
असे तुझातरी मी कोण?
तो बोले मज हासून
आतेभाऊ तू माझा
पण मी मामेभाऊ तुझा
निरनिराळी मज नावे
का अशी ते सांगावे?

कवी: ग. म. वैद्य

# <u>वंशवृक्ष</u>

आजोबा x आजी | आजोबा x आजी
आत्या | काका बाबा | आई मामा | मावशी

आतोबा काकी/काकू | मामी मावसोबा
भावंडे | भावंडे
(भाऊ) दादा | मी | ताई (बहिण)
भावंडे | भावंडे
(आते) (चुलत) | (मामे) (मावस)
x | x
वहिनी | भाऊजी

मी आजी आजोबांचा नातू / नात आहे.

---

मी आई-बाबांचा मुलगा / मुलगी आहे.

---

मी आत्या/मामा/मावशी (आतोबा/मामी/मावसोबा) चा भाचा / भाची आहे.

---

मी काका-काकी चा पुतण्या / पुतणी आहे.

---

आत्याची मुले माझी आते भावंडे आहेत.

काकाची मुले माझी चुलत भावंडे आहेत.

---

मामाची मुले माझी मामे भावंडे आहेत.

---

मावशीची मुले माझी मावस भावंडे आहेत.

---

दादाची बायको माझी वाहिनी आहे. मी वाहिनी चा / ची दीर / नणंद आहे.

---

ताई चा नवरा माझा भाऊजी आहे. मी भाऊजी चा / ची मेव्हणा / मेव्हणी आहे.

---

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

लडिवाळ:

---

दोघेजण:

_______________________________________________

मज:

_______________________________________________

निरनिराळी :

_______________________________________________

**स्वाध्याय: प्रश्नः**

१)सुशी बाळाची कोण? :

_______________________________________________

२)वसंत बाळाचा कोण?

_______________________________________________

३)बाळ वसंताचा कोण?

_______________________________________________

४)बाळाला आत्या मामा काय म्हणतात?

_______________________________________________

५)बाळाला आजी काय म्हणते?

_______________________________________________

६)बाळाला काका काय म्हणतो?

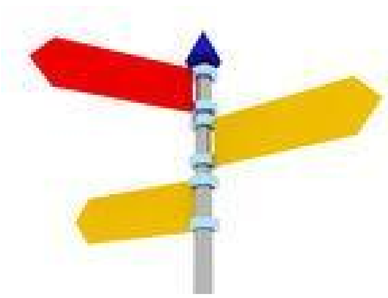
_______________________________________________

७)सुशी बाळाला काय म्हणते?

_______________________________________________

**उपक्रम:** प्रत्येक विद्यार्थ्याने त्याचा वंशवृक्ष बनवा:

# माकडाचे घर



मी शाळेतून घरी जात होतो. रस्त्यात मला रडणे ऐकू आले. ते एक माकडाचे पिल्लू होते. ते हरवले होते आणि घाबरलेही होते. शहरातील उंच उंच इमारतींची त्याला भीती वाटत होती. त्याने कधीच इतकी माणसे पाहिली नव्हती. “घाबरू नकोस!” मी त्याला सांगितले “ही सगळी माणसे चांगली आहेत. इमारतींची कसली भीती?” “पण तू इथे कसा आलास ते सांग”, मी विचारले. तो म्हणाला,” मी मजा बघावी म्हणून ह्या गाडीत चढलो. मग मला झोप लागली. उठल्यावर पाहतो तर काय मी हरवलो”

“तुझे नाव काय आहे?” माझे नाव बिट्टू आहे.

बिट्टू तुझे घर कुठे आहे? मला सांग मी तुझी मदत करेन.

बिट्टू म्हणाला, ”मी जिथे राहतो तिथे झाडे आहेत”

म्हणून आम्ही शहरात झाडे असलेल्या ठिकाणी गेलो,

“नाही नाही अजून खूप झाडे आणि पाणी सुद्धा”, तो म्हणाला.

म्हणून आम्ही शहरात खूप झाडे आणि पाणी असलेल्या ठिकाणी गेलो.

बिट्टू म्हणाला,” नाही हे पण नाही.”

मी म्हणालो, “मला की नाही एक कल्पना सुचली आहे, चल माझ्याबरोबर”.
मग आम्ही एक उंच इमारतीच्या गच्ची वर गेलो. वरून संपूर्ण शहर दिसत होते.
आता बघ तुला तुझे घर दिसते का? मी म्हणालो
त्याने उत्तर दिशेला बोट दाखवून एक ठिकाण दाखवले.
त्या इमारती मधून आम्ही निघालो. उत्तर दिशेला चार चौक सोडून एक उद्यान होते. ते ही माकडाचे घर नव्हते पण घरासारखे होते. त्याला तिथे थोडे बरे वाटले. आम्ही उद्यानात एका नावेत बसलो. खाऊ खाल्ला. मैदानात खेळलो. खूप मजा आली. मला घरी जायला उशीर होऊ लागला. बिट्टूला अजूनही घर सापडले नव्हते. मी विचार केला कि ह्याला नकाशा दाखवावा. मग आम्ही एका वाचनालयात गेलो. तिथे बिट्टूने पुस्तके बघितली. काही चित्रे त्याच्या घरासारखी होती. नकाशात घर शोधले. शहराच्या पश्चिम दिशेला समुद्र होता. दक्षिण दिशेला खूप मोठे रस्ते आणि उंच इमारती होत्या. तिकडे खूप मोठी दुसरी शहरे होती. पूर्व दिशेला एक रस्ता जात होता. आम्ही एका बस मध्ये बसलो आणि त्या दिशेने जावू लागलो. काही वेळाने रस्ता एका जंगलातून जावू लागला. बिट्टू म्हणाला आले माझे घर. आम्ही बस थांबवायला सांगितली आणि तिथे उतरलो. बिट्टूला त्याचे घर मिळाले. त्याला खूप खूप आनंद झाला. त्याने मला घट्ट मिठी मारली आणि माझे आभार मानले. मी रस्ता ओलांडून पलीकडे गेलो. शहराकडे पश्चिम दिशेला जाणाऱ्या बस मध्ये चढलो. आम्ही एकमेकांचा निरोप घेतला. बस निघाली आणि बिट्टू घनदाट जंगलात निघून गेला.

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

कल्पना:

________________________________________

नकाशा:

________________________________________

गच्ची:

---

संपूर्ण:

---

उद्यान:

---

घट्ट:

---

चौक:

---

वाचनालय:

---

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

माकडाच्या पिल्लाला काय झाले होते?

---

---

माकड शहरात कसे आले?

---

---

बिट्टूने त्याच्या घराबद्द्ल काय माहिती दिली?

---

---

मुलाला आणि बिट्टूला संपूर्ण शहर कुठून दिसले?

______________________________________________________________

______________________________________________________________

तुमच्या शहराच्या पुर्व दिशेला कोणते शहर आहे?

______________________________________________________________

______________________________________________________________

तुमच्या शहराच्या पश्चिम दिशेला काय आहे?

______________________________________________________________

______________________________________________________________

तुमच्या शहराच्या उत्तर दिशेला काय आहे?

______________________________________________________________

______________________________________________________________

**गाळलेले शब्द भरा.**

- अमेरिकेच्या उत्तर दिशेला ____________________हा देश आहे.
- भारत आणि चायना हे अमेरिकेच्या____________________दिशेला आहेत
- अमेरिकेच्या दक्षिण दिशेला ____________________हा देश आहे.
- भारत चायनाच्या या ____________________दिशेला आहे.

**खालील शब्दातील जोडाक्षर ओळखा आणि फोड करा. उ.दा. घट्ट =ट्ट=(ट् + ट्)**

| | | |
|---|---|---|
| पिल्लू | | |
| सुद्दा | | |
| गच्ची | | |
| उत्तर | | |

| | | |
|---|---|---|
| खाल्ला | | |
| उद्यानात | | |
| ह्याला | | |
| कल्पना | | |

या धड्यातून दिशा शोधा आणि लिहा.

______________________________________________

______

______________________________________________

______

जोडाक्षरे लिहा.

______________________________________________

______________________________________________

_____________

______________________________________________

______

अव्यय लिहा.

______________________________________________

______________________________________________

_____________

______________________________________________

______

विशेषण लिहा.

______________________________________________

______

______________________________________________

______________________________________________

____________

क्रियापदे लिहा.

______________________________________________

______

______________________________________________

______________________________________________

____________

नवीन शब्द लिहा.

______________________________________________

______________________________________________

____________

______________________________________________

______

क्रियापदे वापरून वाक्य बनवा.

______________________________________________

______

______________________________________________

______

**उपक्रम:** अमेरिका आणि भारत हे नकाशे घेवून दिशांचा अभ्यास करा.

गुगल *earth* वापरायला शिका. http://www.google.com/

## ५ - ऋतू

निकिताला वसंत ऋतू खूपच आवडतो. जेव्हा बाहेर सगळे नवे नवे वाटते. पक्षी चिव चिव करतात. सगळीकडे रंगीबेरंगी फुले उमलतात. झाडांना नवीन पालवी फुटते.

शिवला मित्रांबरोबर खेळायला आवडते म्हणून ग्रीष्म ऋतू आवडतो. ग्रीष्म म्हणजे उन्हाळा. उन्हाळ्यात समुद्रावर वाळूत आणि पाण्यात भरपूर खेळता येते.

अनिकाला पावसात चिंब भिजायला किंवा छत्री घेऊन शाळेत जायला आवडते. सगळीकडे हिरवेगार असते. साचलेल्या पाण्यात कागदाची होडी सोडायला मज्जा येते. तिचा आवडता ऋतू वर्षा म्हणजे पावसाळा आहे.

शरद ऋतूत झाडांची पाने रंग बदलतात. अवनी मावशीकडे बदलणारे झाडांचे रंग बघायला जाते. हिरवी पाने लाल, पिवळी, तपकिरी रंगांची होतात. रात्री सुंदर चांदणे पडते. हवा बदलून हळूहळू थंड होते. हेमंत ऋतूत

गार वारा सुटतो आणि झाडांची पाने गळून पडतात. सगळीकडे पानांचा गालीचा पसरला आहे असे वाटते.

हिवाळा म्हणजे शिशिर ऋतू. अवनी आणि अमेय बर्फात खेळतात. स्नोमॅन बनवतात. ते पायात मोठे बूट घालतात आणि डोक्यावर कान झाकणारी टोपी घालतात.

आर्याच्या आजोबांचे नाव वसंत आहे. आत्याचे नाव वर्षा आणि मित्राचे नाव शिशिर आहे.

प्रश्न

तुम्ही थंडीत कसे कपडे घालता?

_______________________________________________

_______________________________________________

तुमच्या घराजवळ बर्फ पडतो का?

_______________________________________________

_______________________________________________

वसंत, ग्रीष्म, वर्षा, शरद, हेमंत आणि शिशिर असे निरनिराळे ऋतू आहेत. तुमचा सगळ्यात आवडता ऋतू कोणता?

_______________________________________________

_______________________________________________

Information:

| ऋतू | **Seasons** | महिने | सण |
|---|---|---|---|
| वसंत | Spring | चैत्र, वैशाख | गुढीपाडवा |
| ग्रीष्म | Summer | ज्येष्ठ, आषाढ | आषाढी एकादशी |
| वर्षा | Monsoon/ Rainy Season | श्रावण, भाद्रपद | नारळी पौर्णिमा गोकुळाष्टमी गणपती उत्सव |
| शरद | Autumn/Fall | आश्विन, कार्तिक | नवरात्र, दसरा, दिवाळी |
| हेमंत | Pre Winter | मार्गशीर्ष, पौष | संक्रांत |
| शिशिर | Winter | माघ, फाल्गुन | होळी |

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

रंगीबेरंगी:

______________________________

______________________________

पालवी:

______________________________

______________________________

चिंब:

______________________________

______________________________

होडी:

______________________________

______________________________

चांदणे :

गालीचा :

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे वरील उतारा वाचून द्या.**

1. वसंत ऋतूत काय काय होते?

2. शिवला ग्रीष्म ऋतू का आवडतो?

3. अनिकाला कोणता ऋतू आवडतो? आणि का आवडतो?

4. अवनी मावशीकडे का जाते?

5. अवनी आणि अमेय बर्फात काय करतात?

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team

_______________________________________________

_______________________________________________

या धड्यातून ऋतू शिका:

लिहा_____________________________________________

_______________________________________________

जोडाक्षरे शिका :

लिहा_____________________________________________

_______________________________________________

विशेषण शिका :

लिहा_____________________________________________

_______________________________________________

नवीन शब्द आणि क्रियापदे वापरून वाक्य बनवा:

लिहा_____________________________________________

_______________________________________________

**उपक्रम:** छोट्या कुंडीत बियाणे पेरा.
वाळूचा किल्ला बनवा.

कागदाची होडी बनवा.

झाडांची रंगीत पाने जमवा.

त्याचे COLLAGE बनवा.

Play-doh चा स्नोमॅन बनवा.

कोजागिरी पौर्णिमेची माहिती सांगा.

## ६ - बाजारहाट

**आई:** माया चल लवकर बाजारातून काही गोष्टी घ्यायच्या आहेत आणि बटाटेवडे ही घेवू या.

**माया:** एवढी काय घाई आहे मॉम, जरा थांब मी दुसरा ड्रेस घालते.

**आई:** अग आधी मला बँकेत जायचे आहे, पैसे संपले आहेत आपले. मग बाजारात जायचे, उशीर होईल खूप, शिवाय ट्रॅफिक लागेल तो वेगळाच.

**माया:** काय आपले पैसे संपले? मग आता काय करायचं? आजी कडून घ्यायचे? आपला तर इथल्या बँकेत अकाऊंट ही नाही.

**आई:** नाही ग वेडे पैसे म्हणजे रुपये संपले आहेत. डॉलर्स मोडायचे आहेत आणि रुपये घ्यायचे आहेत.

**माया:** ओss अस समजले. बटाटेवडे किती घ्यायचे आहेत?

**आई:** प्रत्येकी दोन आपण पाच जण आहोत घरात

**माया:** पाच गुणिले दोन म्हणजे दहा बटाटेवडे, बरोबर?

### दोघी बँकेत जातात

**आई:** माया आजचा डॉलर चा दर काय लिहिला आहे बघ जरा.

**माया:** 60 (सिक्स्टी) म्हणजे ६० (साठ)

**आई:** मग आपल्याला एक हजार डॉलर्स चे किती रुपये मिळतील?

**माया:** एक हजार गुणिले साठ म्हणजे साठ हजार रुपये

**आई:** आपण जर का सगळ्या पाचशेच्या नोटा घेतल्या तर किती नोटा येतील?

**माया:** साठ हजार रुपये भागिले पाचशे म्हणजे पाचशेच्या एकशे वीस नोटा

**आई:** बरोबर पण काही कमिशन जाईल त्यातून

**माया:** मॉम आपण आपला क्रेडिट कार्ड का नाही वापरत त्या पेक्षा

**आई:** अग सगळीकडे क्रेडिट कार्ड घेत नाहीत. आता बघशील तू आपण बाजारात गेलो की चल तुला आज मी इंडिअन फार्मर्स मार्केट दाखवते. त्याला मंडई

म्हणतात. आता हिशेब तू ठेवायाचा बर का आणि मग घरी गेल्यावर जमा-खर्च लिहायचा.

**माया:** ठीक आहे मॉम.

**दोघी बाजारात जातात**

**माया:** मॉम हे काय आहे?

**आई:** हा सुरण आहे. सुरण म्हणजे याम चा एक प्रकार आहे रूट वेजिटेबल म्हणजे कंदमूळ ह्याची भाजी करतात.

**माया:** आपण ट्राय करूया?

**आई:** हो आपण अर्धा किलो सुरण घेवू.

**माया:** अर्धा किलो म्हणजे किती?

**आई:** अर्धा म्हणजे हाफ. २.२ पाउंड म्हणजे एक किलो, मग आता तू सांग बघू अर्धा किलो म्हणजे किती?

**माया:** २.२ भागिले दोन म्हणजे १.१, अंदाजे एक पाउंड

**आई:** बरोबर (भाजीवालीला) हा सुरण कसा दिला?

**भाजीवाली:** चाळीस रुपये किलो

**आई:** बापरे चार वर्षां पूर्वी दहा रुपये होता आता सगळे चार पट महाग झाले आहे.

**माया:** मॉम अर्धा किलोचे वीस रुपये झाले ना?

**आई:** हो आपल्याकडे पाचशेची नोट आहे ती दे (भाजीवालीला) सुट्टे मिळतील का पाचशेचे?

**भाजीवाली:** हो आहेत

**माया:** पाचशे रुपये वजा वीस म्हणजे चारशे ऐंशी रुपये परत मिळतील

**आई:** (भाजीवालीला) हिरव्या मिरच्या कश्या दिल्या? शंभर ग्रॅम दे

**माया:** मॉम म्हणजे किती?

**आई:** एक किलो म्हणजे एक हजार ग्रॅम

**भाजीवाली:** दोन रुपये साठ पैसे मिरच्यांचे

**आई:** वीस रुपये अधिक दोन रुपये साठ पैसे म्हणजे एकूण बावीस रुपये साठ पैसे झाले

**माया:** पाचशे रुपये वजा बावीस रुपये साठ पैसे म्हणजे चारशे सत्याहत्तर रुपये चाळीस पैसे परत मिळतील

**आई:** मग हिरव्या मिरच्यांचा एक किलोचा भाव किती सांग बघू?

**माया:** दोन रुपये साठ पैसे शंभर ग्रॅम गुणिले दहा म्हणजे सव्वीस रुपये किलो

**आई:** बरोबर काय मग मजा आली का मंडईत फिरायला?

**माया:** हो चल आता बटाटेवडे घेवू

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

अधिक:____________________________________________

वजा:____________________________________________

गुणिले:____________________________________________
_

भागिले:____________________________________________
_

जमा Deposit

____________________________________________

एकूण:

____________________________________________

दर/ भाव : Rate

:____________________________________________

नोट:

हिशेब:

प्रत्येकी:

पट : times:

खर्च:

वजन:

घाई:

मंडई:

सुट्टे:

**स्वाध्याय:**

**खालील कोडी सोडवा**

1. मायाकडे सदतीस पुस्तके आहेत. रियाकडे मायापेक्षा सात पट जास्त पुस्तके आहेत तर रियाकडे एकूण किती पुस्तके असतील?

2. आदित्यकडे पंचेचाळीस गोट्या आहेत. आर्याकडे आदित्य पेक्षा पाच पट जास्त गोट्या आहेत तर आर्याकडे एकूण किती गोट्या असतील?

3. मायाकडे पाच डॉलर्सच्या नोटांमध्ये एकूण पस्तीस डॉलर्स आहेत, तर तिच्याकडे पाच डॉलरच्या किती नोटा असतील?

4. माया, रिया आणि आर्याकडे एकवीस पेन्सिल्स आहेत, त्या तिघींमध्ये सारखा वाटल्यास प्रत्येकी किती पेन्सिल्स मिळतील?

5. आर्य़ाने ४० गणितॆ सोङविली आणि अनिकाने तिच्यापेक्षा २२ अधिक गणितॆ सोडविली. अनिकाने एकुण किती गणितॆ सोङविली?

6. सुरभीकडे ५७ पेन्सिली होत्या. तीने सानिलला १९ पेन्सिली दिल्या. सुरभीकडे किती पेन्सिल शिल्लक राहिल्या?

7. मिहिर पियानोवर ५० गाणी वाजवू शकतो. शिवानी फक्त ३२ गाणी वाजवू शकते. मिहिर, शिवानी पेक्षा किती जास्त गाणी वाजवू शकतो?

8. सानिका पिगी बँक मध्ये ५५ पैसे आहेत. तीची आजी तीला प्रॉजेक्ट छान केल्या बद्दल आणखी पैसे देते. आता सानिकाच्या पिगी बँक मध्ये ७७ पैसे आहेत. तिच्या आजीने तिला ला किती पैसे दिले?

9. साहिलकडे ९२ पैसे होते. त्याने ४३ पैशाचे बबलगम घेतले. मग त्याने २९ पैशाच्या गोळ्या घेतल्या. आता साहिलकडे किती पैसे उरले आहेत?

**शिक्षकांसाठी..**

- **समाविष्ट अभ्यासक्रम:**
  गणित, भाषा- कोडी, अंक एक ते हजार, अंक अक्षरात, ब्रिटिश /मेट्रिक रुपांतर
- **सूचना:**
  हा धडा दोन भागात शिका. या धड्यातून अंक शिका आणि लिहा :

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | |
| | | | | | |

अंक अक्षरात लिहा:

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | |
| | | | | | | |

सोपी बेरीज, वजाबाकी, गुणाकार, भागाकार अशी शब्द कोडी सोडवा.

दैनंदिन ब्रिटिश /मेट्रिक परिणाम conversions जसे

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team 

1. लांबी/अंतर: लांबी मोजण्यासाठी :मिलीमीटर, सेंटीमीटर, मीटर, किलोमीटर इत्यादींचा समावेश होतो. १,००० मीटर = १ किलोमीटर
   १ किमी = ०.६ मैल १फूट = १२ इंच १यार्ड = ३ फूट

2. वेळ**:** वेळ व्यक्त करण्याच्या एककांमध्ये : सेकंद, मिनिटे, तास, दिवस, आठवडे, महिने, वर्षे इत्यादींचा समावेश होतो**.**
3. वजन: विशिष्ट वस्तूंचे वजन व्यक्त करण्यासाठी एकके: ग्रॅम, किलोग्रॅम, टन इ. समावेश होतो.
4. चलन: १०० सेंट = १ डॉलर, १०० सेंटीम = १ फ्रँक, १०० पेन्स = १ पाउंड १ $ = ८५ रुपये
5. तापमान: Celsius, Fahrenheit 37.0°C is the same as **98.6°F**

**उपक्रम: सोपा कन्वरजन तक्ता बनवा आणि खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा:**

मुंबई ते पुणे अंतर १५१ किलोमीटर म्हणजे किती मैल आहे?

---

---

६० ₹ म्हणजे १$ तर १०००$ म्हणजे किती ₹?

---

---

४ पौंडस म्हणजे साधारण किती किलो?

____________________________________________

____________________________________________

**उपक्रम:** रोजचा जमाखर्च लिहा.

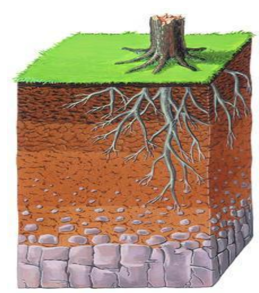
# ७ हिरू – हिरवी अळी भाग - १

मुलांनो माझ नाव हिरू, मी एक हिरवी अळी आहे. तुम्हाला माहित आहे का? मी आणि माझ्यासारखे अनेक कीटक मातीमध्ये राहतो.

**माती म्हणजे काय? सांगा**

माती हा जमिनीचा सगळ्यात वरचा थर आहे, जसे केक वरील फ्रॉस्टिंग असते ना तसेच.

तुम्ही ज्याच्याशी अंगणात खेळता किंवा तुमचे गवत आणि हिरवळ ज्याच्यात उगवते तीच माती. माती भुसभुशीत असते.



मातीच्या खाली मोठे खडक असतात. खडक कठीण / टणक असतात. खडक पाऊस, बर्फ पडणे, थंडी आणि उन्हाळ्यात बदलणाऱ्या तापमानामुळे फुटतो, त्याचे लहान तुकडे होतात, त्याला मुरूम म्हणतात. मुरूम फुटून माती तयार होते.

मातीत सुकलेली पाने, मुळे, मेलेले कीटक इत्यादी गोष्टी पण असतात. शिवाय त्यात पाणी आणि हवा ही असते.

झाडांची मुळे

खोलवर मातीत जातात आणि घट्ट पकडून ठेवतात त्यामुळे झाडे उंचच उंच वाढू शकतात.

माती झाडांसाठी अन्न (जेवण) देते. त्यामुळे झाडे मोठी आणि सशक्त होतात. जसे आई-बाबा तुम्हाला जेवण देतात तसेच.

पाऊस पडल्यावर मातीचा छान सुवास येतो. पाणी मातीत मिसळून चिखल होतो. मातीमध्ये पावसाचे पाणी आणि पडलेला बर्फ जिरतो. झाडांना तहान लागल्यावर हेच पाणी मिळते. पावसाचे पाणी आणि पडलेला बर्फ मातीत जिरल्याने पूर थांबवण्यास मदत मिळते.

एवढेच नाही तर हेच जिरलेले पाणी झरा किंवा तलावाच्या रूपात दिसते. जिथे आपण पोहायला किंवा मासे पकडायला जातो.

माती ही जिवंत असते आणि इतरांना ही जगायला मदत करते. मातीमध्ये हिरवळ, शेवाळ, बुरशी, जिवाणू असतात ते एकत्र वाढतात. त्यावर रोपे, गांडूळ आणि कीटक वाढतात आणि त्यावर माळरानावरील गुरे आणि इतर प्राणी चरतात. माती हा अन्न साखळीचा एक मुख्य घटक आहे. खडकाच्या जाती वरुन मातीच्या जाती असतात. मातीचे वाळू, चिकण माती, गाळ, रेती, खडी असे निरनिराळे प्रकार आहेत. माती काळी, लाल, जांभळी, तपकिरी आणि पांढऱ्या रंगाचीही असते.

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

माती

____________________________________________________________

____________________________________________________________

थर

____________________________________________________________

____________________________________________________________

खडक

____________________________________________________________

____________________________________________________________

मुळे

____________________________________________________________

____________________________________________________________

कीटक

____________________________________________________________

____________________________________________________________

सुवास

____________________________________________________________

____________________________________________________________

जिरणे________________________________________________________

____________________________________________________________

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team 

गुरे________________________________________

________________________________________

माळरान______________________________________

________________________________________

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

माती कशी तयार होते?

________________________________________

________________________________________

खडक कसा फुटतो?

________________________________________

________________________________________

मातीत कोणकोणते घटक असतात?

________________________________________

________________________________________

माती जिरलेले पाणी कोणकोणत्या रुपात दिसते?

________________________________________

________________________________________

मातीचे कोण कोणते प्रकार आहेत?

________________________________________

**खालील वाक्यातील विशेषण (वस्तू गुणांचे वर्णन) ओळखून अधोरेखित करा..**

- माती भुसभुशीत असते.

______________________________

______________________________

- खडक कठीण / टणक असतात.

______________________________

- पाऊस पडल्यावर मातीचा छान सुवास येतो.

______________________________

**खालील शब्दातील जोडाक्षर ओळखा आणि फोड करा. उ.दा. घट्ट=ट्ट =(ट्+ ट्)**

| | | |
|---|---|---|
| फ्रॉस्टिंग | | |
| सशक्त | | |
| अन्न | | |
| रस्ता | | |
| चक्कर | | |
| पर्वत | | |

**खालील शब्दांचे वचन बदला.**

| | |
|---|---|
| कीटक | |
| थर | |
| खडक | |
| गांडूळ | |
| झरा | |

**सूचना:**

या धड्यातून शब्दसंपत्ती - “माती आणि भूभाग” संदर्भातले इतर शब्द शोधा आणि लिहा.

_______________________________________________

_______________________________________________

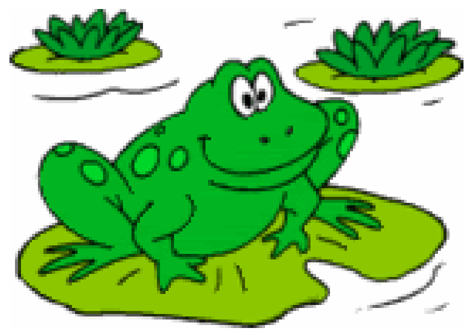
© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team

क्रियापदे शोधा आणि नवीन शब्द आणि क्रियापदे वापरून वाक्य बनवा :

# ८ अग्गोबाई ढग्गोबाई

अग्गोबाई ढग्गोबाई लागली <u>कळ</u>
ढगाला <u>उन्हाची</u> केवढी <u>झळ</u>
थोडी न् थोडकी लागली फार
<u>डोंगराच्या</u> डोळ्याला पाण्याची <u>धार</u>

<u>वारा</u> वारा गरागरा सो सो सूम्
ढोल्या ढोल्या ढगात ढुम ढुम ढुम
<u>वीज</u>बाई अशी काही तोऱ्यामधे <u>खडी</u>
आकाशाच्या पाठीवर चमचम छडी



खोलखोल जमिनीचे उघडून दार
बुडबुड बेडकाची बडबड फार
<u>डुंबायला</u> <u>डबक्याचा</u> करूया तलाव
साबु-बिबु नको थोडा <u>चिखल</u> लगाव

कवी - संदीप खरे
संगीत - सलील कुळकर्णी

http://www.youtube.com/watch?v=gBYsGPHu44Y

http://www.aathavanitli-gani.com/Geet_Prakar/Bal_Geete

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team 

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

कळ

---

झळ

---

धार

---

उन्हं

---

डोंगर

---

वीज

---

छडी

---

डबक

---

चिखल

---

डुंबणे

---

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

ढगाला कळ का लागली?

---

डोंगराच्या डोळ्याला कश्यामुळे धार लागली?

पाउस आल्यावर काय काय झाले?

बेडकाने कश्याचा तलाव बनवला?

साबणाच्या ऐवजी बेडकाने काय वापरले?

**खालील वाक्यातील विशेषणे (वस्तू गुणांचे वर्णन) ओळखून अधोरेखित करा..**

खड्डा खोल आहे.

उन्हाची फार झळ लागली.

पाण्याची मोठी धार लागली.

कवितेतील जोड शब्द लिहा.

**खालील अव्यये वापरून वाक्ये बनवा.**

थोडे

फार

केवढी

काही

**खालील शब्दातील जोडाक्षर ओळखा आणि फोड करा. उदा. तेवढ्यात=ढ्या=(ढ्+या)**

| | | |
|---|---|---|
| ढग्गोबाई | | |
| उन्हे | | |
| पाण्याची | | |
| ढोल्या | | |
| डोंगराच्या | | |

**खालील शब्दांचे वचन बदला.**

| | |
|---|---|
| कळ | |
| झळ | |
| धार | |
| छडी | |
| बेडूक | |
| डबक | |

**सूचना:**

या धड्यातून शब्दसंपत्ती शिका. क्रियापदे आणि नवीन शब्द वापरून वाक्य बनवा.

________________________________________

________________________________________

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team

## ९ ऋतुचक्र कविता

वर्ष आपुले चार ऋतूंचे
वसंत ग्रीष्म हेमंत शिशिर चे
चार ऋतू आणि महिने बारा
दिवस पलटती भरा भरा
वसंतातली नवी पालवी
पक्ष्यांनाही गाणी सुचती
घरटी बांधीत झाडावरती
पिल्लांसाठी  घाई घाई
ग्रीष्माचे मग रूप वेगळे
उन्हात सारे तापत बसले
सुट्टीसाठी बेत आखले
मजा करण्यास सज्ज जाहले
हेमंती सारी झाडे  नटली
रंगाची किती सृष्टी सजली
निसर्गातील रंगपंचमी
डोळे भरुनी पाहू सगळी
शिशिर येतो मूक पाऊली
उघडी झाडे पाने गळली
शाल पांघरून शुभ्र हिमाचे
गारठलेल्या स्तब्ध सकाळी
ऋतुचक्र अव्याहत चाले

किती वर्षे आणि महिने
निसर्गातल्या ह्या जादूचे
कोडे कुणा न उलगडले

सौ अश्विनी ताई देवधर

प्रश्न

१ किती ऋतू आहेत आणि कुठले ?

---

२ तुम्हाला कुठला ऋतू आवडतो आणि का ?

---

३ निसर्गातली जादू कुठली ?

---

४ पक्षी वसंतात काय करतात ?

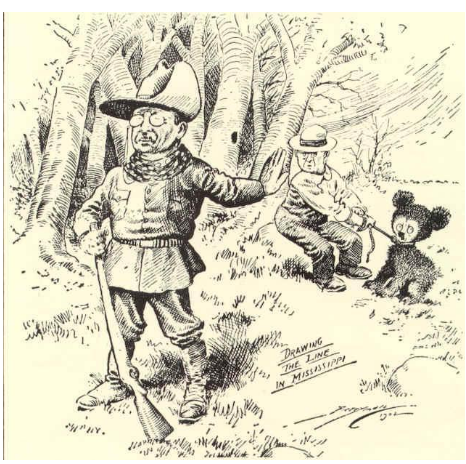
---

# १० - टेडी बेअर

आपल्या खेळण्यांमध्ये एक तरी टेडी बेअर असतोच. तुमच्याकडे पण असेल पण त्याला ‘टेडी बेअर’ असे नाव का पडले हे माहित आहे का तुम्हाला?

त्याचे असे झाले की थिओडोर रुझवेल्ट हे अमेरिकेचे सहविसावे राष्ट्राध्यक्ष होते. त्यांना त्यांचे मित्र आणि कुटुंबीय ‘टेडी’ असे म्हणत. रुझवेल्ट यांना शिकारीचा छंद होता. फावल्या वेळात मित्रांबरोबर ते जंगलात शिकारीला जात असत.

एकदा नेहमीप्रमाणे ते शिकारीला गेले. दोन दिवस जंगलात फिरूनही त्यांना काही शिकार मिळाली नाही. तेव्हा निराश होऊन त्यांनी घरी जायचे ठरवले. तिसऱ्या दिवशी सकाळी रुझवेल्ट यांचा वाटाड्या आणि त्याचे शिकारी कुत्रे जंगलात गेले. जंगलात फिरत असताना त्याला एक दमलेले म्हातारे अस्वल दिसले. त्याने ते अस्वल पकडले आणि एका झाडाला बांधून ठेवले. त्यानंतर वाटाड्या रुझवेल्ट यांच्याकडे आला आणि म्हणाला, “मिस्टर प्रेसिडेंट मला जंगलात एक अस्वल सापडले आहे तेव्हा ताबडतोब तिथे जाऊन आपण त्याची शिकार करू.”




रुझवेल्ट वाटाड्याबरोबर जंगलात गेले. तिथे त्यांनी त्या गरीब बिचाऱ्या अस्वलाला पाहिले. रुझवेल्ट म्हणाले, “मी याची शिकार करणार नाही. जो स्वतःचे रक्षण करू शकत नाही त्याला मारणे बरोबर नाही.”

दुसऱ्या दिवशी ही बातमी सर्व वर्तमानपत्रातून सगळीकडे पसरली. बातमी सोबत एक व्यंगचित्र ही छापले. त्या चित्रात

रुझवेल्ट अस्वलाला मारण्यास नकार देताना दाखवले होते. रोझ नावाची एक बाई खेळणी बनवत असे. तिने हे व्यंगचित्र पाहिले आणि अस्वलाचे सॉफ्ट टॉय बनवले. तिच्या नवऱ्याने रुझवेल्ट यांना पत्र पाठवून त्या खेळण्याला "टेडीज् बेअर" असे नाव देण्याची परवानगी मागितली. रुझवेल्ट यांना ही कल्पना खूपच आवडली. त्यांनी लगेच परवानगी दिली. 'टेडीज् बेअर' सर्वांनाच हवेहवेसे वाटे. काही वर्षांनी जगभरातील इतर अनेक खेळणी बनवणाऱ्या कंपन्यांनी हे खेळणे बनवले. हे खेळणे जगभरात 'टेडी बेअर' नावाने लोकप्रिय झाले. रुझवेल्ट हे प्रेमळ आणि दयाळू म्हणून इतिहासात प्रसिद्ध आहेत. त्यांची आठवण म्हणून ही खेळणी आजही 'टेडी बेअर' नावाने ओळखली जातात. टेडी बेअर हे मुलांचे अतिशय आवडते खेळणे आहे.

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

कुटुंबीय

___

छंद

___

फावला

___

नेहमीप्रमाणे

___

म्हातारे

___

बिचारे

___

रक्षण

___

वर्तमानपत्रं

___

व्यंगचित्र

---

परवानगी

---

लोकप्रिय

---

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची पूर्ण वाक्यात उत्तरे द्या.**

1. रुझवेल्ट अमेरिकेचे कितवे राष्ट्राध्यक्ष होते?

   ---

2. रुझवेल्ट यांना कोणता छंद होता?

   ---

   रुझवेल्ट यांनी अस्वलाची शिकार का केली नाही?

   ---

   व्यंगचित्र पाहून रोझला कोणती कल्पना सुचली?

   ---

   रुझवेल्ट यांचे कोणते गुण प्रसिद्ध आहेत?

   ---

**तोंडी सराव:**

व्यंगचित्र म्हणजे काय? एखाद्या व्यक्तीच्या विशेषता किंवा गुण यांचे प्रतीक म्हणजेच व्यंगचित्र. आता तुम्ही एक व्यंगचित्र काढा आणि त्याचे वर्णन करा!

सूचना: या धड्यातून क्रमवाचक संख्या शिका. विशेषण, जोडाक्षर शिका।

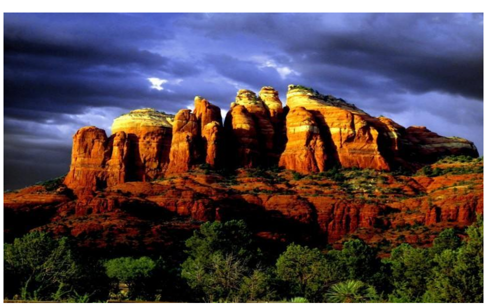
# ११ - सेडोनाचा सूर्योदय

अमेरिकेच्या नैर्ऋत्य भागात अॅरीझोना ह्या राज्यात सेडोना नावाचे गाव आहे. येथे सूर्योदय पाहणे हा वेगळाच अनुभव आहे.

रेड रॉक पार्क येथे बरेचजण चांदण्यात हायकिंग येतात. रुपेरी चांदण्यात रेड रॉक लाल भडक रंग जांभळट किंवा काळपट लाल दिसतात. आकाश गडद निळे आणि ढग निळसर, हिरवट, जांभळे दिसतात. जणू जंगलाचे प्रतिबिंब ढगात दिसते.

निळ्याशार आकाशात चंदेरी चांदोबा चकचकीत दिसतो. ढगांची सावली झाडांवर पडल्याने गडद हिरवा, काळपट हिरवा, जांभळट किंवा तपकिरी अश्या छटा दिसतात.

बाहेर काळोख असताना आकाशाकडे बघत एका खडकावर चढून बघायचे.



पहाटे सूर्योदयापूर्वी आकाश पांढरे दिसू लागते. क्षितिजावर सुरवातीला रॉकची कडा पांढरी दिसू लागते. मग ही कडा पिवळसर होत जाते आणि थोड्याच वेळात तांबूस केशरी दिसू लागते. अरुणोदय च्या गुलाबीसर लाल छटा आकाशात पसरू लागतात. पांढरे ढग लालसर आणि काळे ढग जांभळे दिसू लागतात. ढगांच्या कडाही आता सोनेरी दिसू लागतात. चंद्र अस्ताला आल्यास फिकट पिवळसर दिसू लागतो. अंधाराला ढकलत निळ्याशार आकाशात लाल आणि केशरी रंग पसरू लागतो.

हळूच रेड रॉक च्या पलीकडे <u>सोनेरी</u> प्रकाश दिसू लागतो. सोनेरी किरण रेड रॉकवर आणि पार्क मधील झाडांवर पडतात. झाडांचा रंग बदलून <u>पिवळट</u> हिरवा, फिकट हिरवा, <u>पोपटी</u> दिसू लागतो. क्षितिजावर एक <u>लालसर</u> केशरी चेंडू सारखा सूर्य उगवतो!

उगवत्या सूर्यप्रकाशात रेड रॉक सोन्याचा बनवला आहे असे वाटते! हे दृश्य बघून जणू डोळ्याचे पारणे फिटले.

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

अनुभव______________________________

चकचकीत______________________________

गडद______________________________

फिकट______________________________

भडक______________________________

प्रतिबिंब______________________________

तीज______________________________

रुणोदय______________________________

सूर्योदय______________________________

सूर्यास्त______________________________

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

सेडोना हा धडा वाचून रंग आणि त्यांच्या छटा लिहा.

ऊ.दा. लाल - लालभडक, लालचुटुक, लालबुंद, लालसर

निळा- ________________________________

पिवळा-________________________________

हिरवा-________________________________

जांभळा-________________________________

काळा-________________________________

**खालील रंग छटा आणि शब्द यांच्या योग्य जोड्या लावून रकान्यात लिहा.**

(ओठ, वाळू, केस, इंद्रधनुष्य, समुद्र, आंबा)

| **रंगछटा** | **वरील योग्य शब्द लिहा** |
|---|---|
| काळेभोर | |
| निळाशार | |
| सप्तरंगी | |
| पिवळाधमक | |

| | |
|---|---|
| रुपेरी | |
| लालचुटूक | |

वेगवेगळ्या रंग छटांचा उपयोग करून कोणतेही निसर्ग चित्र काढा व त्याबद्दल पाच वाक्ये लिहा.

______________________________

______________________________

______________________________

______________________________

______________________________

______________________________

**सूचना:** नवीन शब्द समजून त्याला समान अर्थी सोपे शब्द लिहा. शब्दांचा सोप्या वाक्यात उपयोग करा.

________________________________________

________________________________________

________________________________________

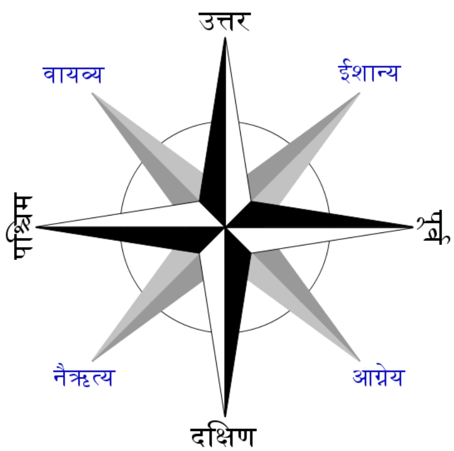
________________________________________

____________________

**उपक्रम:** रंग मिसळून निरनिराळ्या रंग छटा बनवा. त्याचे collage बनवा.

खेळ: रंगाचे राज्य- अवतीभवती किंवा अंगावरचा रंग दाखवा.

# १२ - पत्ता शोधणे




**वाहन चालक:** अहो मंडळाच्या शाळेत जायचे आहे जरा दिशा सांगा ?

**वाटसरू:** हो सांगतो ना, हा महात्मा गांधी रोड आहे. इथून तुम्ही सरळ उत्तरेला जा. मग राम मंदिर रोड लागेल त्यावर <u>वळा</u>.

**वाहन चालक:** बर, पूर्वेला कि पश्चिमेला?

**वाटसरू:** पूर्वेला

**वाहन चालक:** तिथे पुन्हा वळायचे का?

**वाटसरू:** नाही तिथून पुढे राम मंदिर रोड चे नाव बदलून टिळक रोड असे होईल. ह्या रस्त्याने पार्क रोड पर्यंत पूर्व दिशेला जा.

**वाहन चालक:** नंतर?

**वाटसरू:** पार्क रोड वर दक्षिण दिशेला वळा.

**वाहन चालक:** अहो हे तर गोल फिरून आल्यासारखे नाही का?

**वाटसरू:** हो बरोबर आहे. पण तुम्ही जिथे आहात तिथून थोड पुढे जावून मागे यावेच लागेल. दुसरा रस्ता नाही.

**वाहन चालक:** बर, ठीक आहे मग पार्क रोड वर वळल्यावर काय करू?

**वाटसरू:** तिथून खाली दक्षिणेला सावरकर रोड पर्यंत जा. सावरकर रोड वर पुन्हा पूर्व दिशेला वळा.

**वाहन चालक:** बर, ठीक आहे मग पुढे?

**वाटसरू:** सावरकर रोड वरुन सरळ पूर्व दिशेला जा. पुढे एक मोठा <u>चौक</u> लागेल. चौकात पश्चिमेला मैदान, पूर्वेला बाग, आणि उत्तरेला पोस्ट ऑफिस आहे. त्या चौकाच्या दक्षिणेला मंडळाची शाळा आहे.

**वाहन चालक:** धन्यवाद

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

वळणे

_______________

दिशा

_______________

चौक

_______________

फिरणे

_______________

पुढे

_______________

मागे

_______________

पर्यंत

_______________

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे वरील उतारा वाचून द्या.**

वाहन चालक कोणता पत्ता शोधत आहे?

_______________

राम मंदिर रोड हा महात्मा गांधी रोडच्या कोणत्या दिशेला आहे?

_______________

वाहन चालकाला टिळक रोड वरून पार्क रोड पर्यंत कोणत्या दिशेला जायचे आहे?

_______________

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team

पार्क रोडवर कोणत्या दिशेला वळायचे आहे?

_______________________________________________

_______________

चौकाच्या कोणत्या दिशेला पोस्ट ऑफिस आहे? आणि कोणत्या दिशेला मंडळाची शाळा आहे?

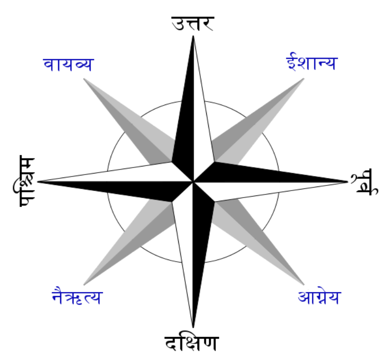
_______________________________________________

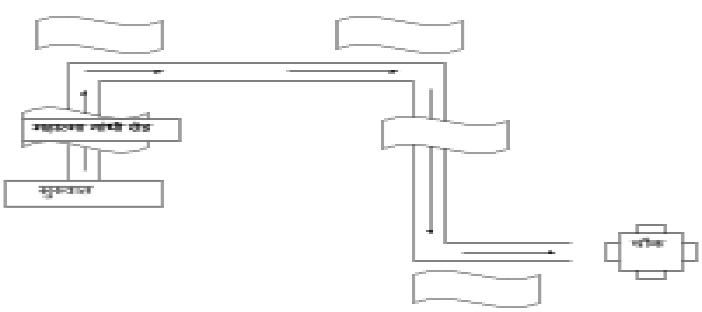
_______________

**महात्मा गांधी रोड राम मंदिर रोड टिळक रोड पार्क रोड सावरकर रोड**

धडा वाचून रस्त्यांची नावे लिहा.

जागांची आणि चित्रे चिटकवा.



तुमच्या रोजच्या जीवनात दिशांचे काय महत्त्व आहे? सांगा व लिहा.

____________________________________________________________

____________________________________________________________

____________________________________________________________

____________________________________

तुमच्या शहराचा नकाशा काढा आणि शहरातील मुख्य ठिकाणे दाखवा.

**सूचना:**

या धड्यातून दिशा शिकवा.

**उपक्रम:** अमेरिका आणि भारत हे नकाशे घेवून दिशांचा अभ्यास करा. गुगल *earth* वापरायला शिकाl http://www.google.com/earth/

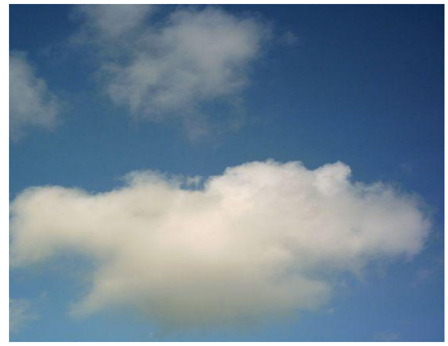
## १३ - टिपू पावसाचा थेंब – भाग १

टिपू पावसाचा थेंब नेहमी प्रमाणे मजेत होता. समुद्राच्या पाण्यावर तरंगत होता. तो वर आकाशाकडे बघत मजेत पडला होता. तेवढ्यात आकाशात त्याचा मित्र सनी उगवला. टिपू म्हणाला, “हाय सनी कसा आहेस?” सनी म्हणाला, “मी मजेत आहे, टिपू, तू कसा आहेस?”.

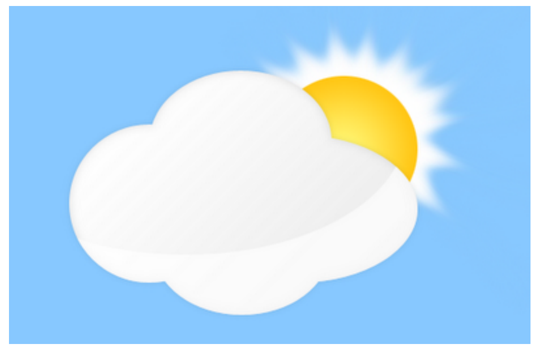
टिपू म्हणाला, “मला कुठे तरी सहलीला जावेसे वाटते.” सनी म्हणाला, “ छान छान! “

दुपार पर्यंत सनी - सूर्य आकाशात उंचच उंच गेला. कडक ऊन पडले आणि टिपूला खूप गरम वाटू लागले. टिपू म्हणाला, “मला खूप उकडते आहे, काय करावे बरे?”

टिपूला तेव्हा आकाशात एक ढग जाताना दिसला. टिपू म्हणाला, “हा तिथे वर किती मजेत आहे आणि इथे खाली किती गरम आहे. चला आपण पण ह्याच्या बरोबर जाऊया.”



आणि काय गंमत! टिपूने आपलं रूप बदलले आणि टिपू <u>वाफ</u> होऊन ढगात गेला.
टिपू उडत उडत ढगावर पोहोचला. तिथे त्याला भेटला दुसरा पावसाचा थेंब त्याच्या कडे होती मोठी दुर्बिण. तो म्हणाला, “नमस्कार, तुझे <u>स्वागत</u> आहे. तू सहलीला निघालास का? मला सर्व जण कॅप्टन ढगोबा म्हणतात, तुझे नाव काय आहे?”



टिपू म्हणाला, “नमस्कार, माझ नाव टिपू आहे. खाली खूप उकडत होते म्हणून मी थंड व्हायला आलो आहे.” कॅप्टन ढगोबा म्हणाले,” टिपू, तू कुठून आलास रे?” टिपूने खाली समुद्राकडे बोट दाखवले आणि म्हणाला,” ते बघा तिथे खाली मी समुद्रात तरंगत होतो”. कॅप्टन ढगोबा म्हणाले,” बर का टिपू आपल्या बरोबर या सहलीला अजून पण <u>सोबती</u> आहेत.” टिपुने विचारले, “ कोण आहेत हे सोबती?”.

टिपुने पाहिले तर काही पावसाचे थेंब कॅप्टन ढगोबाच्या मागे उभे होते. त्यातील

एक म्हणाली, “हाय टिपू, माझ नाव <u>हिमवर्षा</u> आहे. तुला भेटून खूप आनंद झाला.” टिपू म्हणाला,” हिमवर्षा किती छान नाव आहे! असे नाव मी कधीच ऐकले नव्हते. असे नाव कसे? तुम्ही सगळ्या सारख्या कश्या दिसतात? त्या सगळ्या एकदम म्हणाल्या, “आम्ही साऱ्या बहिणी आहोत.

आम्हाला एक गंमत करता येते. तू आता बघशील”. टिपू म्हणाला, “अरे वा!”

कॅप्टन ढगोबांनी थर्मामीटर काढला आणि तो बघून म्हणाले गोठण्या इतकी थंडी आहे, काय मुलींनो तयार आहात ना? त्या म्हणाल्या, “हो एकदम तयार” तेवढ्यात तिथे विंडी आला. त्याने जोरात थंड गार फुंकर घातली. हिमवर्षा आणि तिच्या बहिणी ओरडल्या, ”बघ बघ टिपू मजा बघ.” आणि टिपू बघत असताना त्या सर्व टणक आणि चकचकीत दिसू लागल्या. जोराच्या थंड गार वाऱ्याबरोबर त्या सर्व उडाल्या, त्यांनी एकमेकींचे हात पकडले आणि षटकोनी आकार बनवला. त्यांनी ढगातून खाली उडी मारली. खाली जात असताना हिमवर्षाव ओरडली,” हुर्रे SSS हिच ती गमंत टिपू, आता कळेल का तुला माझे नाव हिमवर्षा कसे ते?”. टिपुला फार मजा वाटली. त्याने हिमवर्षा आणि तिच्या बहिणींना बाय केले.

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

थेंब :

---

तरंगणे

---

सहल

---

कडक उन

---

उकडणे

---

वाफ

---

स्वागत

---

फुंकर

गोठणे

थंडी

टणक

चकचकीत

स्वागत

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

टिपू समुद्रात काय करत होता?

सनी - सूर्य उंच आकाशात गेल्यावर काय झाले?

टिपुला ढगा बरोबर जाताना कोण कोण भेटले?

कॅप्टन ढगोबांनी थर्मामीटर बघून काय सांगितले?

हिमवर्षाव आणि तिच्या बहिणीने कोणती गमंत दाखवली?

**खालील वाक्यातील विशेषण (वस्तू गुणांचे वर्णन) ओळखून अधोरेखित करा.**

दुपारी कडक ऊन पडले

---

आकाशात उंच गेला

---

आकाशात काळे ढग जमा झाले

---

हिमवर्षा आणि तिच्या बहिणी टणक आणि चकचकीत दिसू लागल्या

---

थंड गार वारा सुटला

---

जंगल दाट होते

---

**खालील शब्दातील जोडाक्षर ओळखा आणि फोड करा.उ.दा.तेवढ्यात=ट्ट=( ट्+ट्)**

| | | |
|---|---|---|
| समुद्र | | |
| दुर्बीण | | |
| स्वागत | | |
| नमस्कार | | |
| कॅप्टन | | |
| वर्षा | | |
| इंद्रधनुष्य | | |

**खालील शब्दांचे वचन बदला.**

| | |
|---|---|
| थेंब | |
| ढग | |
| बहिणी | |
| मुली | |

**समाविष्ट अभ्यासक्रम:**

**सूचना:** या धड्यात शब्दसंपत्ती - पाणी शिका आणि सामान्य ज्ञान शिका.

"पाणी" संदर्भातले इतर शब्द शोधा आणि

लिहा:________________________________________________

______________________________________________________

__________________________

______________________________________________________

जोडाक्षरे शिका.

विशेषण, नवीन शब्द आणि क्रियापदे वापरून वाक्य बनवा:

________________________________________

______________________________________________________

______________________________________________________

______________________________________________________

**उपक्रम:** पाण्यापासून वाफ, बर्फ बनवा. पाण्याच्या इतर रूपांचा अभ्यास करा.

# १४ - मारुती

मारुती हा रामभक्त होता. मारुती खूप बलवान आणि हुशार होता. हा वायूचा म्हणजे मरुत चा मुलगा म्हणून मारुती असे नाव पडले. मारुतीच्या आईचे नाव अंजनी होते.

मारुती लहान असताना त्याने आकाशात उगवता सूर्य पहिला. त्याला वाटले कि हे लाल फळ आहे. मारुतीने आकाशात झेप घेतली आणि सूर्याला गिळायला निघाला. हे पाहून देवांचा राजा इंद्र रागावला आणि त्याने एक अस्त्र मारुतीला मारले. ते मारुतीच्या हनुवटीला लागले. त्यामुळे मारुती बेशुद्ध पडला. हे पाहून वायू रागावला सर्व देवांनी वायूची समजूत घातली आणि मारुतीला खूप वर दिले. पुढे वानरराज सुग्रीवाने त्याला वानर सेनेचा सेनापती केले.

सुग्रीवाने सीतेचा शोध घेण्यास सांगितले. सीतेच्या शोधात कामगिरी मारुतीवर आली. सगळी वानरसेना सीतेचा शोध घेवू लागली. सीतेच्या शोधासाठी मारुतीने लंकेला जायचे ठरवले. मारुती म्हणाला, “ श्रीराम, मी लंकेला जातो, सीतामाईचा शोध घेतो. मला आज्ञा करा.” रामाने त्याला आपली अंगठी देवून निरोप दिला. लगेच मारुती दक्षिण दिशेला निघाला.

दक्षिण टोकाला लंकेला जाताना वाटेत एक मोठा समुद्र आला. रावणाची लंका समुद्राच्या मधोमध होती. आता समुद्र ओलांडायचा कसा? मारुतीने आपल्या सोबत्यांना तिथे थांबायला सांगितले. मारुतीने मग विराट रूप घेतले आणि

समुद्रवरून उड्डाण केले. तो लंकेत जाऊन पोहोचला. तिथे त्याने सूक्ष्म रूप घेतले आणि तो सीतेला शोधू लागला. शोधता शोधता तो अशोकवनात आला. तिथे एका झाडाखाली त्याला एक दुःखी स्त्री बसलेली दिसली. तिच्या सभोवती राक्षसिणीचा पहारा होता.

मारुती त्या झाडावर चढला आणि तिच्या पुढे त्याने रामाची अंगठी टाकली. सीतेनी ती अंगठी ओळखली ती म्हणाली, “अरे ही अंगठी इथे कशी आली?” इतक्यात मारुती पहारा चुकवून तिच्या जवळ आला आणि म्हणाला, “मी श्रीरामाचा सेवक आहे, ते सुखरूप आहेत. ते लवकरच इथे येतील आणि रावणाला मारून तुमची सुटका करतील.” हे ऐकून सीतेला खूप आनंद झाला.

सीतेचा निरोप घेवून मारुती निघाला. त्याला खूप भूक लागली होती. त्याने अशोकवनातील झाडे गदागदा हलवली, काही मोडून टाकली, काही शेपटीने झोडापली. सगळी कडे फळांचा सडा पडला. त्याने ती फळे खाल्ली. अशोकवनात खूप नासधूस झाली. रावणाच्या सेवकांनी मारुतीला पकडले, दोरखंडाने बांधले आणि रावणा समोर नेले. ते म्हणाले, “महाराज ह्या वानराने अशोकवनाचे खूप नुकसान केले आहे. रावण म्हणाला, “त्याला शिक्षा म्हणून त्याची शेपटी पेटवून द्या.” सेवक मारुतीच्या शेपटीत कापड गुंडाळून लागले. पण मारुती आपली शेपटी लांबच लांब करू लागला. कापड गुंडाळून सेवक थकले शेवटी त्यांनी कापडावर तेल ओतून शेपूट पेटवली. मारुतीने जोरात धक्का देवून दोरखंडातून स्वतःला सोडवले आणि जळणारी शेपूट घेवून तो इमारतींवर आणि वाड्यांवर उड्या मारू लागला. थोड्याच वेळात त्याने संपूर्ण लंका पेटवली. सेवकांनी त्याला पकडण्याचा खूप प्रयत्न केला पण तो त्यांना सापडला नाही. लंकेत हाहाकार माजला. मारुती समुद्र किनारी आला त्याने शेपूट पाण्यात बुडवून विझवली. मारुतीने विराट रूप घेवून समुद्रावर उड्डाण केले आणि आपल्या सोबत्यांपाशी परत आला. तिथून तो रामाकडे आला आणि त्याने सर्व माहिती सांगितली. सुग्रीवाच्या मदतीने रामाने लंकेवर हल्ला करायचे ठरवले.

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

वायू__________________________________________

झेप__________________________________________

गिळणे________________________________________उ

गवणे________________________________________

समजूत_______________________________________

शोध__________________________________________

कामगिरी_______________________________________

आज्ञा_________________________________________

मधोमध________________________________________

उड्डाण________________________________________

दुःखी_________________________________________

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

मारूती कोणाचा भक्त होता?

________________________________________________

__________________

मारूती कोणाचा मुलगा होता?

________________________________________________

__________________

लहानपणी मारुती कोणाला गिळायला निघाला ?

____________________________________________

____________

मारुती लंकेला कशासाठी गेला?

____________________________________________

____________

मारूती ला सीता कुठे सापडली?

____________________________________________

____________

मारूतीने अशोकवनात काय केले?

____________________________________________

____________

मारूतीने पेटलेली शेपटी घेऊन काय केले?

____________________________________________

____________

**खालील अव्यय वापरून वाक्य बनवा.**

आणि

____________________________________________

____________

म्हणून ____________________________________________________________

त्याने ____________________________________________________________

त्याला ____________________________________________________________

**खालील शब्दातील जोडाक्षर ओळखा आणि फोड करा.उ.दा.तेवढ्यात=ढ्या=(ढ्+या)**

| | | |
|---|---|---|
| भक्त | | |
| अस्त्र | | |
| बेशुद्ध | | |
| सुग्रीव | | |
| समुद्र | | |
| उड्डाण | | |

**खालील शब्दांचे वचन बदला.**

| | |
|---|---|
| मुलगा | |
| नाव | |
| फळ | |
| देव | |
| अस्त्र | |
| वानर | |

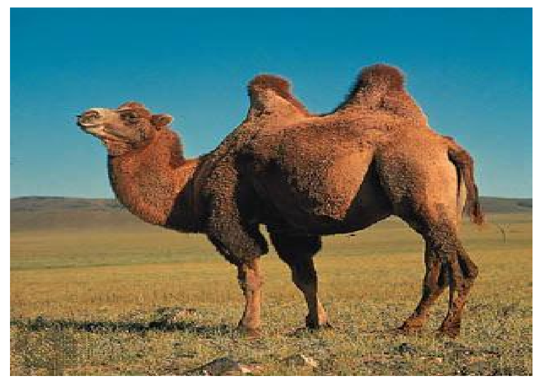
**सूचना:** रामायण गोष्टी : आई बाबा आजी आजोबांकडून गोष्टी एका. गोष्टी वाचा. प्रश्न विचारा

**उपक्रम:** या विडियो द्वारे मुलांना ही गोष्ट दाखवा.

http://www.youtube.com/watch?v=zUasrvx5s9g

# १५ - उंट

उंट हा एक वाळवंटी प्रदेशात राहणारा प्राणी आहे. उंटाच्या पाठीवर एक किंवा दोन उंचवटे असतात. त्याला वशिंड किंवा मदरी असे म्हणतात. या वरून उंटांच्या एक मदारी आणि दोन मदारी उंट अश्या जाती आहेत.

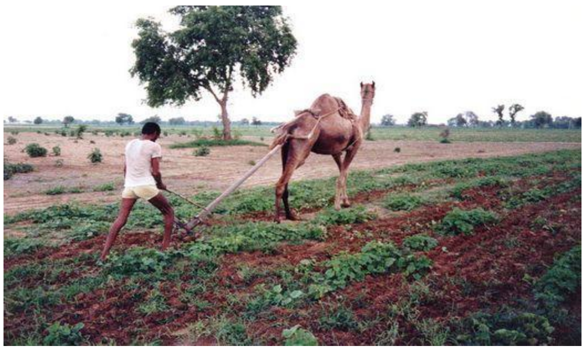


उंट चाळीस ते पन्नास वर्षे जगतो. ऊंटाची उंची मदारींना धरून सात फूटांपेक्षा जास्त असते. उंट खूप वेगाने धावतो, तो तासाला २५ ते ४० मैल इतका जोरात धावतो.

उंट आफ्रिका सोमालिया, सुदान या देशांमध्ये आढळतात. तसेच आशिया मंगोलिया, चीन, अफगाणिस्तान, इराक या भागात आढळतात. भारतात राजस्थान येथे उंट आढळतात.

उंट शरीरात अन्न चरबीच्या रूपात साठवून ठेवतो. अन्नाची कमतरता असल्यास त्यातून गरज भागवतो. उंट कमी पाणी पिऊन जगू शकतो. उंटाच्या पायाचे खुराऐवजी उशी सारखे कातडे असते. ते चपटे आणि रुंद असते. कातड्याच्या उशीमुळे त्याला वाळूतून चालणे सोपे जाते. त्यामुळे उंटाला वाळवंटातील जहाज म्हणतात. सुदान मध्ये उंटाचा शेतीसाठी उपयोग करतात. सैन्यात उंटाचा वापर करतात.

उंटाचे दूध पिण्यासाठी वापरले जाते. उंटाचे मांस खाण्यासाठी वापरले जाते तर चामडे, चपला आणि पिशव्या बनविण्यासाठी वापरले जाते.



**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

वाळवंट

___

प्रदेश

___

उंचवटा

___

जाती

___

अन्न

___

कमतरता

___

गरज

---

कातडे : Skin

---

वाहन

---

शेती

---

चामडे : Leather

---

सैन्य

---

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

उंट कुठल्या प्रदेशात राहतात?

---

उंटाच्या पाठीवर असलेल्या उंचवट्याला काय म्हणतात?

---

उंटाच्या किती जाती आहेत?

---

उंटाची उंची कशी मोजतात?

---

उंट कोणकोणत्या प्रदेशात आढळतात?

---

उंटाला वाळूतून चालणे सोपे का जाते?

**खालील शब्दातील जोडाक्षर ओळखा आणि फोड करा.उ.दा.तेवढ्यात=ढ्या=(ढ्+ या)**

| | | |
|---|---|---|
| प्रदेश | | |
| अश्या | | |
| पन्नास | | |
| आफ्रिका | | |
| राजस्थान | | |
| अन्न | | |
| सैन्यात | | |

**खालील शब्दांचे वचन बदला.**

| | |
|---|---|
| उंट | |
| वाळवंट | |
| खुर | |
| उशी | |
| वाहन | |
| चप्पल | |
| पिशवी | |

**सूचना:**

या धड्यातून अंक शिका.

अंक अक्षरात लिहावयास शिका.

नवीन शब्द, क्रियापद शिका त्यांचा वाक्यात उपयोग करा:

**उपक्रम:** Google earth वापरून उंट राहत असलेले देश शोधा.

## १६ - आनंदी आनंद गडे

आनंदी आनंद गडे, इकडे तिकडे चोहीकडे
वरती खाली मोद भरे,
वायूसंगे मोद फिरे,
नभांत भरला, दिशांत फिरला, जगात उरला
मोद विहरतो चोहीकडे
सूर्यकिरण सोनेरी हे, कौमुदी ही हसते आहे
खुलली संध्या प्रेमाने, आनंदे गाते गाणे
मेघ रंगले, चित्त दंगले, गान स्फुरले
इकडे, तिकडे, चोहीकडे, आनंदी आनंद गडे
वाहती निर्झर मंदगती, डोलति लतिका वृक्षतती
पक्षी मनोहर कुजित रे, कोणाला गातात बरे
कमल विकसले, भ्रमर गुंतले, डोलत वदले
इकडे, तिकडे, चोहीकडे, आनंदी आनंद गडे
गीत - बालकवी http://www.youtube.com/watch?v=xV8sRmgHp-g

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

| | |
|---|---|
| मोद : आनंद | |
| चोहीकडे : चारी बाजूंना | |
| नभ: आकाश | |
| विहरणे : फिरणे | |
| कौमुदी : चांदणे | |
| मेघ : ढग | |
| गाणे : गाणे | |

| | |
|---|---|
| निर्झर : झरा | |
| लतिका : वेली | |
| मनोहर : छान / सुंदर | |
| भ्रमर : भवरा | |

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

मोद/आनंद कुठे कुठे फिरत आहे?

________________________________________

झरा कसा वाहत आहे?

________________________________________

भ्रमर कशावर गुंगले आहेत?

________________________________________

भ्रमर काय म्हणत आहेत?

________________________________________

पक्षी काय म्हणत आहेत?

________________________________________

सूर्यकिरण कसे आहेत?

________________________________________

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team

कौमुदी/चांदणे काय करत आहे?

____________________________________________

**खालील वाक्यातील विशेषण (वस्तू गुणांचे वर्णन) ओळखून अधोरेखित करा.**

सूर्यकिरण सोनेरी आहे

________________________________________

झरा हळू वाहत आहे.

________________________________________

पक्षी मनोहर गातात .

________________________________________

**खालील अव्यय वापरून वाक्य बनवा.**

इकडे

____________________________________________

तिकडे

____________________________________________

चोहिकडे

____________________________________________

वरती

______________________________________________

खाली

______________________________________________

**खालील शब्दातील जोडाक्षर ओळखा आणि फोड करा.उ.दा.तेवढ्यात=ढ्या=(ढ्+या)**

| | | |
|---|---|---|
| सुर्यकिरण | | |
| निर्झर | | |
| वृक्षतती | | |
| भ्रमर | | |
| संध्या | | |
| चित्त | | |
| स्फुरले | | |

**खालील शब्दांचे वचन बदला.**

| | |
|---|---|
| मेघ | |
| गाणं | |
| पक्षी | |
| लतिका | |
| वेल | |
| सुर्यकिरण | |
| कमळ | |

**सूचना:**
या धड्यातून शब्दसंपत्ती शिका.

नवीन शब्द आणि क्रियापदे वापरून वाक्य बनवा:

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team

# १७ - हीरू – हिरवी अळी भाग – २

मुलांनो तुम्हाला Play-Doh (चिकण माती) आवडते ना? तुम्ही त्यापासून निरनिराळे आकार आणि वस्तू बनवू शकता. तसेच माती मध्ये पाणी, हवा, <u>खनिजे</u> आणि इतर गोष्टी मिळून निरनिराळे <u>भूभाग</u> तयार होतात. भूभागांमध्ये सपाट, उंच आणि <u>सखल/खोल</u> असे भूभाग आहेत. शिवाय पाण्याजवळ आणि पाण्यामध्ये ही भूभाग असतात.

सपाट मातीचे माळरान (कुरण), <u>पठार</u>, शेत, मैदान असते. वाळू असल्यास त्याला <u>वाळवंट</u> म्हणतात.

समुद्र किनाऱ्यावर वाळू असते. जिथे जमीन समुद्राला मिळते त्याला समुद्र <u>किनारा</u> म्हणतात.

पाण्यामध्ये असलेल्या भूभागाला <u>बेट</u> म्हणतात. मातीच्या मोठ्या ढिगाऱ्याला <u>टेकडी</u> म्हणतात. मातीचा ढिग आणि खडक मिळून <u>डोंगर</u> तयार होतो. दोन डोंगरांमध्ये जी फट तयार होते त्याला <u>दरी</u> म्हणतात. मोठ्या डोंगराला <u>पर्वत</u> म्हणतात. हिमालय हा मोठा पर्वत

आहे. पर्वताच्या उंच टोकाला <u>शिखर</u> म्हणतात. माउंट एव्हरेस्ट हे जगातले सर्वात उंच शिखर आहे. तिथे नेहमी बर्फ असतो.

डोंगराळ भागात जाणाऱ्या वळणावळणाच्या रस्त्याला <u>घाट</u> म्हणतात. घाटातून जाताना बऱ्याच लोकांना चक्कर येते आणि मळमळते.

डोंगर पोखरून केलेल्या रस्त्याला <u>बोगदा</u> म्हणतात. बोगद्यात काळोख असतो. दिवसा ही गाडीचे दिवे चालू ठेवावे लागतात. आगगाडी बोगद्यातून जाताना शिटी वाजवते.

मातीच्या विटा बनवून घरे आणि इतर इमारती बांधतात. मातीची भांडी ही बनवतात.

मग मुलांनो आज आपण काय काय शिकलो सांगा?

माती, मातीचे प्रकार, रंग, भूभाग आणि उपयोग. आता कठीण शब्द वाचा आणि समजून घ्या.

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

सखल____________________

____________________

खोल____________________

____________________

वाळवंट____________________

____________________

किनारा____________________

____________________

बेट____________________

____________________

टेकडी____________________

____________________

दरी____________________

____________________

पर्वत____________________

____________________

शिखर____________________

____________________

घाट____________________

____________________

गदा____________________

____________________

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

मातीचे उपयोग सांगा.

तीन सपाट भूभागांची नावे सांगा

बोगदा कसा तयार करतात?

घाट म्हणजे काय?

**खालील वाक्यातील विशेषण (वस्तू गुणांचे वर्णन) ओळखून अधोरेखित करा..**

माउंट एव्हरेस्ट उंच शिखर आहे.

दरी खूप खोल होती.

रस्ता वळणावळणाचा होता.

_______________________________________________

_______________________________________________

आज दिवसभर तापमान जास्त होते.

_______________________________________________

_______________________________________________

पावसात घाटातून जाताना मोठे धबधबे दिसतात.

_______________________________________________

_______________________________________________

**खालील अव्यय वापरून वाक्य बनवा.**

आणि_____________________________________________

_______________________________________________

शिवाय____________________________________________

_______________________________________________

जिथे_____________________________________________

_______________________________________________

तिथे_____________________________________________

_______________________________________________

जसे________________________________________

________________________________________

तसे________________________________________

________________________________________

जर________________________________________

________________________________________

तर________________________________________

________________________________________

इत्यादी________________________________________

________________________________________

**खालील शब्दांचे वचन बदला.**

| | |
|---|---|
| पर्वत | |
| शिखर | |
| वळण | |
| घाट | |
| रस्ता | |

| | |
|---|---|
| बोगदा | |
| शेत | |
| दरी | |
| अळी | |
| मैदान | |
| विट | |

शब्दसंपत्ती- माती, सामान्य ज्ञान, जोडाक्षरे, प्रश्न-उत्तरे

**सूचना:**

या धड्यातून शब्दसंपत्ती - “माती आणि भूभाग” संदर्भातले इतर शब्द शिका.

नवीन शब्द आणि क्रियापदे वापरून वाक्य बनवा:

# १८ - टिपू पावसाचा थेंब – भाग २

कॅप्टन ढगोबांनी टिपूला विचारले, “काय मग सहल कशी वाटली?” टिपू म्हणाला, “खूप छान, आपण आता कुठे जात आहोत?” कॅप्टन ढगोबांनी दूर डोंगर दाखवले आणि म्हणाले ते तिथे जातोय आपण, या विंडीचे काही सांगता येत

नाही. जर ह्याचे वादळ झाले तर डोंगरात उतरण्यासाठी तू तयार राहा.” टिपू म्हणाला,” डोंगरात जायला खूप खूप मजा येईल.” इतक्यात विंडीचे रूप बदलून वादळ झाले. ढग जोरजोरात हलू लागले, एकमेकांवर घासून गडगडाट झाला आणि वीज चमकली. टिपूने खाली बघितले तर डोंगर जवळ आले

होते. टिपुने कॅप्टन ढगोबांना बाय केले आणि इतर मित्रांबरोबर ढगातून उडी मारली. मोठा पाऊस आला.

पावसाबरोबर टिपू डोंगराच्या दिशेने निघाला. डोंगरात कड्यावरून मोठे धबधबे पडत होते. पाणी जमिनीवर आपटून तुषार उडत होते. टिपुने खाली पाहिले जंगलात एक वळणदार झरा होता, ही जागा चांगली होती उतरायला. पण टिपूचा अंदाज चुकला आणि टिपू उतरला झऱ्या जवळच्या झाडावर.

एका फांदी वरुन दुसऱ्या फांदीवर असे करता करता पानावरून गळून टिपू हळूच झऱ्यात उतरला आणि ओरडला," हुर्रे SSS".

जंगलाचा ताजा सुगंध घेत टिपू झऱ्यातून वाहत निघाला. पाऊस थांबला. टिपूचा मित्र सनी ढगा मागून बाहेर आला. पुन्हा ऊन पडले. डोंगराच्या मागे मोठे इंद्रधनुष्य पडले.

झऱ्यात पडलेल्या एका पानावर टिपू चढला. झरा जोरात वाहू लागला आणि त्याचा आकार ही मोठा होऊ लागला. बघता बघता झऱ्याची मोठी नदी झाली आणि समुद्राच्या दिशेने जाऊ लागली. टिपुला या सहलीत खूप मजा आली.

**ऊन - Sunlight**

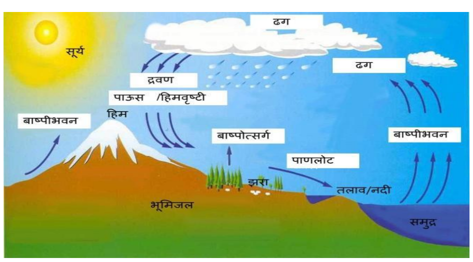
**दवबिंदू - Dewdrops**

**हिम / बर्फ - Snow / Ice**

**धुक - Fog**

**पूर - Flood**

**प्रलय - Tsunami**




**जलस्थित्यंतर चक्र - Water Cycle**

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

डोंगर________________________________________________________________

______________________________________________________________________

वादळ_________________________________________________________________

______________________________________________________________________

गडगडाट______________________________________________________________

______________________________________________________________________

वीज__________________________________________________________________

______________________________________________________________________

कडा__________________________________________________________________

______________________________________________________________________

धबधबा_______________________________________________________________

______________________________________________________________________

तुषार_________________________________________________________________

______________________________________________________________________

वळणदार________________________________________________

________________________________________________

झरा________________________________________________

________________________________________________

अंदाज________________________________________________

________________________________________________

ताजा________________________________________________

________________________________________________

सुगंध________________________________________________

________________________________________________

नदी

________________________________________________

________________________________________________

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

वाऱ्याचे रूप बदलून काय होऊ शकते?

वादळ आल्यावर काय झाले?

टिपूने ढगातून खाली डोंगरात काय काय बघितले?

टिपू पावसाबरोबर कुठे उतरला?

झऱ्याचे रूप बदलून काय झाले?

**खालील वाक्यातील विशेषण (वस्तू गुणांचे वर्णन) ओळखून अधोरेखित करा..**

ढग जोरजोरात हलू लागले

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team

मोठा पाऊस आला

गलात एक वळणदार झरा होता

जंगलाचा ताजा सुगंध आला

झरा जोरात वाहू लागला

**खालील अव्यय वापरून वाक्य बनवा.**

आणि

वरून

खालून

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team 

मागून

______________________________________________

______________________________________________

दुरून

______________________________________________

______________________________________________

जवळून

______________________________________________

______________________________________________

पासून

______________________________________________

______________________________________________

कडे

______________________________________________

______________________________________________

**शब्दांचे वचन बदला.**

| | |
|---|---|
| वादळ | |
| नदी | |
| वीज | |
| बर्फ | |
| फांदी | |

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team

**सूचना:** या धड्यातून शब्दसंपत्ती - “पाणी” संदर्भातले इतर शब्द शोधा आणि लिहा

जोडाक्षरे . विशेषण शोधा आणि लिहा

नवीन शब्द आणि क्रियापदे वापरून वाक्य बनवा.

______________________________________________

______________________________________________

______________________________________________

______________________________________________

______________________________________________

______________________________________________

____________

**उपक्रम:** पाण्यापासून वाफ, बर्फ बनवा. पाण्याच्या इतर रूपांचा अभ्यास करा.

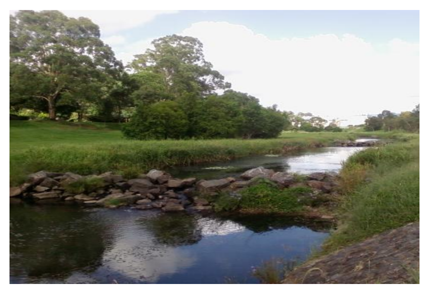
© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team

# १९ बिनभिंतीची शाळा

बिनभिंतीची उघडी शाळा
लाखो इथले गुरु,
झाडे,वेली,पशु,पाखरे
यांशी गोष्टी करू

बघू बंगला या मुंग्यांचा,
सूर ऐकुया त्या भुंग्यांचा
फुलाफुलांचे रंग दाखवत
फिरते फुलपाखरू......

हिंडू ओढे, धुंडू ओहळ,
झाडावर काढू मोहोळ
चिडल्या, डसत्या मधमाश्यांशी
जरा सामना करू......



भल्या सकाळी उन्हात न्हाऊ,
ऐन दुपारी पाण्यात पोहू
सायंकाळी मोजू चांदण्या
गणती त्यांची करू

कवी: ग.दी.माडगुळकर

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

बिन____________________________________________

________________________________________________

लाख____________________________________________

________________________________________________

भुंगा____________________________________________

________________________________________________

सूर____________________________________________

________________________________________________

ओढा____________________________________________

________________________________________________

ओहळ____________________________________________

________________________________________________

डसणे____________________________________________

________________________________________________

गणती____________________________________________

________________________________________________

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

१. भिंत नसलेल्या शाळेत मुले कुठे अभ्यास करतात?

________________________________________________

________________________________________________

२. मुले कोणाशी गोष्टी करतात?

________________________________________________

________________________________________________

३. मुंग्यांच्या वारुळाला कवी काय म्हणतो?

________________________________________

________________________________________

४. फुलपाखरू काय करते?

________________________________________

________________________________________

५. मुले कोणाशी सामना करतात?

________________________________________

________________________________________

**खालील वाक्यातील विशेषण (वस्तू गुणांचे वर्णन) ओळखून अधोरेखित करा.**

१. भल्या सकाळी मी शाळेत जातो

________________________________

२. मुंग्यांचे वारूळ बंगल्या सारखे होते

________________________________

३. ऐन दुपारी पाऊस आला

________________________________

४. फुलपाखरू रंगीबेरंगी होते

________________________________

**खालील शब्दातील जोडाक्षर ओळखा आणि फोड करा. उदा. तेवढ्यात=ढ्या=(ढ्+या)**

| | |
|---|---|
| गोष्टी | |
| मुंग्यांचा | |
| चिडल्या | |

| | |
|---|---|
| मधमाश्यांनी | |
| उन्हात | |
| भल्या | |
| पऱ्हा | |
| चांदण्या | |

**खालील शब्दांचे वचन बदला.**

| | |
|---|---|
| वेल | |
| पशु | |
| मुंगी | |
| भुंगा | |
| फुलपाखरू | |
| ओहोळ | |
| मधमाशी | |
| चांदणी | |

कवितेचा अर्थ समजावून कविता पाठ करा .

नवीन शब्द वापरून वाक्य बनवा:

______________________________________________

______________________________________________

______________________________________________

______________________________________________

ओहोळ(झरा)(Brook): ओहोळ चालत ओलांडता येतो.

ओढा(stream): ओढ्यातून उड्या मारत जाऊ शकते.

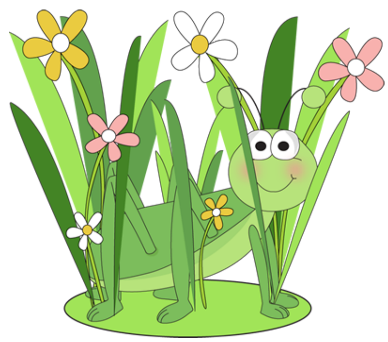
झरा (creek): झरा हा नदी पेक्षा लहान असतो.

नदी(river) : नदीतून पोहून जावे लागते.

हे नैसर्गिक पाणवठे आहेत. आकाराप्रमाणे त्यांची नावे बदलतात.

## २० - हळूच या हो हळूच या

हळूच या हो हळूच या! ।।ध्रु०।।



गोड सकाळी ऊन पडे
दवबिंदूंचे पडती सडे
हिरव्या पानातुन वरती
येवोनी फुललो जगती
हृदये अमुची इवलींशीं
परी गंधाच्या मधी राशी
हासुन डोलुन
देतो उधळून
सुगंध येतो सेवाया
हळूच या पण हळूच या ! ।।१।।
कधी पानांच्या आड दडूं
कधी आणू लटकेच रडूं
कधिं वाऱ्याच्या झोताने
डोलत बसतो गमतीने
तऱ्हेतऱ्हेचे रंग किती
आमुच्या या अंगावरतीं
निर्मल सुंदर
आमुचें अंतर
या आम्हाला भेटायला
हळूच या पण हळूच या ! ।।२।।

कवी: कुसुमाग्रज

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

दवबिंदू

______________________________________________

सडा______________________________________________

हृदय______________________________________________

उधळणे______________________________________________

आड______________________________________________

झोत______________________________________________

लटके______________________________________________

तऱ्हा______________________________________________

निर्मल______________________________________________

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

1 सकाळी वातावरण कसे आहे?

______________________________________________

______________________________________________

२ फुले कशातुन डोकावत आहेत?

______________________________________________

______________________________________________

३ फुले कशाच्या मागे दडली आहेत?

______________________________________________

______________________________________________

४ फुले कशावर डोलत आहेत?

______________________________________________

______________________________________________

५ फुलांनी काय विनंती केली आहे?

______________________________________________

______________________________________________

**खालील वाक्यातील विशेषणे (वस्तू गुणांचे वर्णन) ओळखून अधोरेखित करा.**

1. सकाळी गोड उन पडले ______________________________
2. हृदये इवलींशीं आहेत ______________________________
3. फुले हळू हळू चालतात ______________________________
4. मुलाने लटके रडून दाखवले ______________________________

**खालील शब्दातील जोडाक्षर ओळखा आणि फोड करा.उदा.तेवढ्यात=ढ्या=(ढ्+या)**

| | |
|---|---|
| हृदये | |
| हिरव्या | |

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team

| | |
|---|---|
| गंधाच्या | |
| पानांच्या | |
| वाऱ्याच्या | |
| तऱ्हेतऱ्हेचे | |
| आमुच्या | |
| निर्मल | |
| आम्हाला | |

**खालील शब्दांचे वचन बदला.**

| | |
|---|---|
| ऊन | |
| सडे | |
| हृदये | |
| रंग | |
| सुगंध | |
| पान | |

- **सूचना:**
  कवितेचा अर्थ समजावून कविता पाठ करा

## २१ आवांतर वाचन १. ज्योतिबा फुले

- ज्योतिबा फुलेंचा जन्म माळी समाजात झाला.
- त्यांचे आई वडील फुले व भाज्या विकायचे.
- त्यांची हुषारी पाहून शिक्षकांनी त्यांना इंग्रजी शाळेत घातले. त्यांनी सर्व शिक्षण पूर्ण केले.
- एक ब्राह्मण मित्राच्या लग्नात त्यांचा अपमान झाला. समाजातील जाती भेद, बायका आणि शूद्र यांना मिळणारी वागणूक बघून त्यांना वाईट वाटले.
- जाती भेद नसावा म्हणून त्यांनी १९४८ साली आंदोलन सुरु केले.
- सर्व जातीच्या लोकांना सामान हक्क असावे म्हणून ते काम करू लागले.
- मुलींनी शिकावे, लहान वय असतांना मुलींची लग्न करू नये, विधवा बायकांना पुन्हा लग्न करता यावे असे प्रयत्न केले. सावित्री बाईंना शिकवले.
- विधवा बायकांसाठी व अनाथ मुलांसाठी आश्रम काढले.
- पुणे येथे भारतातील पहिली मुलींची शाळा सुरु केली (१८४८). तेथे त्यांची बायको सावित्रीबाई शिकवू लागल्या. नंतर आणखी दोन शाळा काढल्या.

- त्यांनी " सत्य शोधक समाज " नावाची संस्था काढून "दलित " समाजातील लोकांना हक्क मिळवून दिले.
- लोक त्यांना " महात्मा फुले" म्हणू लागले.

**Born** - 11 April 1827 -- Katgun, Satara. Maharashtra

**Died** - 28 November 1890 -- Pune, Maharashtra

**Father** -- Govindrao

**Mother** -- ChimaNabai

**Wife** - Savitribai

http://www.mahatmaphule.com/aboutmahatma.html

http://en.wikipedia.org/wiki/Jyotirao_Phule

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

महात्मा, दलित, शूद्र , माळी , समाज , अपमान , जाती भेद, आंदोलन, समान, हक्क , विधवा , अनाथ, आश्रम , संस्था

______________________________________________

______________________________________________

______________________________________________

______________________________________________

______________________________________________

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

१. महात्मा फुले यांचा जन्म कोणत्या समाजात झाला होता?

______________________________________________

______________________________________________

२. महात्मा फुले यांना इंग्रजी शाळेत कोणी घातले?

३. महात्मा फुले यांना काय बघुन वाईट वाटले?

४. महात्मा फुले यांनी कशासाठी आंदोलन सुरू केले?

५. महात्मा फुले यांनी स्त्रीयांसाठी काय केले?

६. महात्मा फुले यांनी कोणासाठी आश्रम सुरू केला?

७. मुलींची पहिली शाळा कुठे सुरू झाली?

८. “सत्य शोधक समाज” संस्था कशासाठी काढली?

९. महात्मा फुले यांचे खरे नाव काय होतो?

१०. त्यांना लोक महात्मा का म्हणू लागले?

- **समाविष्ट अभ्यासक्रम:** व्यक्ती परिचय (ज्योतिबा फुले)
- **सूचना:** हा उतारा वापरून ज्योतिबा फुले यांची ओळख करून घ्या.

**महात्मा ज्योतिबा फुले यांच्याबद्दलच्या माहितीपत्रात,दिलेल्या योग्य शब्दांनी गाळलेल्या जागा भरा.**

जन्म तारीख-
जन्म स्थान -
काम/कीर्ती-

ज्योतीबांनी स्थापन केलेली संघटना-

लोकांनी दिलेली पदवी-

बायकोचे नाव-

सामाजिक कार्य-

सावित्रीबाई, समाजसुधारक ,सातारा,सत्य शोधक समाज, महात्मा, ११ एप्रिल १८२७

भारतातील पहिली मुलींची शाळा, जातीभेद व अस्पृश्यता निर्मुलन, स्त्रीपुरुषसमता

## २२ आवांतर वाचन २. झाशीची राणी लक्ष्मीबाई

- बालपणीचे नाव मनकर्णिका मोरोपंत तांबे होते. लहानपणी तलवार चालवणे, घोड्यावर बसणे, मल्लखांब शिकणे, नेमबाजी असे लढाईचे शिक्षण घेतले.
- ती अतिशय शूर , चपळ, व धाडसी होती. तिला उत्तम घोड्यांची पारख व निवड करता येत होती.
- तिचे लग्न झांशीचा राजा गंगाधरराव नेवाळकर यांच्याशी झाले. (१८४२)
- लग्नानंतर नाव 'लक्ष्मीबाई " ठेवले. लोक " झाशीची राणी लक्ष्मीबाई " म्हणू लागले.
- त्यांना एक मुलगा झाला पण तो तीन महिन्याचा असतांना वारला. नंतर त्यांनी दत्तक मुलगा घेतला. त्याचे नाव दामोदर ठेवले.
- राजा गंगाधर राव वारले (१८५३). राणीने खंबीरपणे झाशीचे राज्य उत्तम सांभाळले.
- इंग्रज सरकारने झांशीचे राज्य आम्हास द्या म्हणून राणीकडे मागणी केली. राणीने इंग्रजांना " मी झांशी देणार नाही" असे कडक उत्तर दिले.
- संपूर्ण देशात १८५७ साली स्वतंत्र भारतासाठी इंग्रज सरकार बरोबर युद्ध चालू होते. राणीने पण आपले सैन्य जमविले. किल्ल्यावर तोफा, घोडे, तलवारीची तयारी केली. ती वयाने लहान बाई होती पण तेजाने शूर वीर सिंहासारखी होती.
- इंग्रजांनी झांशी किल्ल्यावर हल्ला केला. किल्ल्यातील विहिरीवर तोफा झाडल्या व किल्ल्यातील पाणी बंद केले.
- इंग्रजांनी "काल्पी " या ठिकाणी बंदूका व् तोफांनी राणीचे सैन्य मारले. या लढाईत तिला माघार घ्यावी लागली. मदत करणारे सरदार सोडून गेले.

- राणीने ग्वाल्हेर येथील लढाईत सैनिकाचा पुरुषी वेष घातला होता. इंग्रजांनी तिला ओळखले नाही. लढाई करत असतांना खुप घायाळ झाली आणि तिने प्राण सोडला. (१८ जून १८५८).

**Born**: November 19, 1835, Varanasi

**Died**: June 18, 1858, Gwalior

**Spouse**: Raja Gangadhar Rao Newalkar (m. 1842-1853)

http://en.wikipedia.org/wiki/Rani_Lakshmibai

**नवीन शब्द: (वाक्यात उपयोग करा.)**

मल्लखांब, नेमबाजी, शूर, चपळ व धाडसी, पारख, निवड, वारला, दत्तक, खंबीर, मागणी, सरकार, युद्‌ध, तोफा, हल्ला, माघार, सरदार, घायाळ, प्राण सोडला

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

१ झाशीच्या राणीचे लहानपणी काय नाव होते?

२ लक्ष्मीबाईने लहानपणी कशाचे शिक्षण घेतले?

३ लक्ष्मीबाईंना कशाची पारख होती?

४ झांशीच्या राणीचे कोणाशी व कधी लग्न झाले?

५ राणीला किती मुले होती? त्यांची नावे काय होती?

६ इंग्रज सरकारने राज्य मागितल्यावर राणीने काय उत्तर दिले?

७ राणी वयाने लहान असली तरी तेजाने कशी होती?

८ इंग्रजांने किल्ल्यातील पाणी कसे बंद केले?

९ इंग्रजांनी राणीचे सैन्य कोठे मारले?

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team 

१० राणीने कुठे व कसा प्राण सोडला?

## २३ आवांतर वाचन ३.राणी लक्ष्मीबाई - गोष्ट

एकोणिसाव्या शतकात भारतात ब्रिटिश कंपनी सरकारचे राज्य पसरू लागले. झाशीमध्ये राणी लक्ष्मीबाई राज्य करत होती. कंपनी सरकारने झांशी राज्य ताब्यात घेण्याचा प्रयत्न केला. राणीने “माझी झांशी देणार नाही” असे कंपनी सरकारला निक्षून सांगितलं. कंपनी सरकार पुढे ती एकटी काही करू शकली नाही. ती संधीची वाट पाहत होती.

इतर राज्यात भारतीयांनी इंग्रज सरकार विरुद्‍ध उठाव करायचे ठरवले. उठावासाठी मोठी तयारी चालू केली. कंपनी सरकारने झांशीच्या किल्ल्याला वेढा दिला. बारा दिवस खूप मोठी लढाई झाली पण कंपनी सरकार हार मानायला तयार नव्हते. राणीच्या सरदारांनी राणीला किल्ला सोडून जाण्याची विनंती केली. राणीने झांशी मधून बाहेर पडून मोठ्या उठावात भाग घ्यावा असे त्यांना वाटत होते. राणी थोडे सैन्य, काही सरदार आणि राणीचा पुत्र दामोदरराव घेवून गुप्त रस्त्याने किल्ल्यातून बाहेर पडले. राणीने पुरुष वेश केला होता. कमरेला तलवार अंगात चिलखत, छातीवर ढाल आणि पाठीवर पुत्र दामोदरराव बांधले.

इंग्रज सैन्याला चुकवून शेकडो मैलांचा प्रवास करून राणी “काल्पी” या उठावाच्या प्रमुख ठिकाणी पोहचली. काल्पीत राणीला तात्या टोपे, नानासाहेब पेशवे, यांचे पुत्र रावसाहेब, इतर राज्यांचे नवाब आणि राजे भेटले. तिथे खूप सैनिक, भरपूर लढाई चे साहित्य होते. पण बेशिस्तपणा ही होता. राणीला लढाईचा खूप अनुभव होता. ती उत्तम घोडेस्वार होती. सैन्याचे नेतृत्व करायला ती योग्य होती. पण ती वयाने लहान आणि स्त्री असल्याने तिला सेनापती पद दिले नाही. तसेच तिचे कुणी ऐकलेही नाही. इंग्रज सैन्यात खूप शिस्त होती तसेच त्यांच्या कडे बंदुका, तोफा,

दुर्बीण अशी आधुनिक साधने होती. युद्धात भारतीय सैन्यात गोंधळ उडाला. राणी आणि तिच्या सैन्याने शूरता
दाखवली. तिने इंग्रज तोफखान्यावर हल्ला केला. तिला कुणाचीही मदत नव्हती. ती दोन्ही हातात तलवार घेऊन लढत होती. इंग्रज सैन्याने काल्पी ताब्यात घेतले.

भारतीय सैन्य माघार घेवू लागले. सैन्याच्या रक्षणासाठी राणीने ग्वाल्हेर किल्ल्यावर हल्ला केला. बंदुकीच्या गोळ्यांचे आवाज, तलवारींचा खणखणाट, घोड्याचे खिंकाळणे याने रणांगण दुमदुमले. शत्रूचे सैन्य राणीच्या लखलखती तलवार समोर टिकत नव्हते. तात्या टोपे आणि पेशव्यांचे सैन्य ही मागून आले. शेवटी राणीने सैन्याचे नेतृत्व करावे असे ठरले. राणी चपळपणे रणांगणात फिरत होती. तिचे शूर लढवय्या चे रूप बघून इंग्रज सैनिक तिला घाबरत होते. राणीने किल्ला जिंकला. त्यातील शस्त्रे आणि खजिना भारतीय सैन्याला मिळाला. ह्या विजयाचे पूर्ण श्रेय राणीला जाते. इंग्रजां विरुद्धच्या या उठावात राणीचा सिंहाचा वाटा आहे.

- **सूचना:**

  हा उतारा वापरून राणी लक्ष्मीबाई यांची ओळख करून घ्या.

## २५ आवांतर वाचन ४. अफझलखान वध

### (महाराष्ट्राच्या इतिहासातील शिवाजी महाराजांची एक गोष्ट )

स्वराज्य स्थापनेची प्रतिज्ञा केल्यानंतर शिवाजी राजांनी आदिलशाही प्रदेश जिंकण्यास सुरुवात केली. त्यावेळी विजापूरचा आदिलशाह वयाने छोटा असल्यामुळे  आदिलशाहीचा कारभार पाहत होती बडी बेगम साहिबा. शिवाजी राजांच्या वाढत्या वर्चस्वाची कहाणी बडी बेगमच्या कानावर गेली. संतप्त होऊन तिने विजापूरचा क्रूर आणि शक्तिशाली सरदार अफझलखानाला शिवाजी राजांचा समाचार घेण्यास पाठवले. याच अफझलखानाने पूर्वी धोका देऊन शिवाजी राजांच्या आबासाहेबांना म्हणजे शहाजीराजांना जेरबंद केले होते. तसेच शिवाजीरांचे थोरले बंधू, संभाजी राजांच्या मृत्यूसही तोच जबाबदार होता.

शिवाजी राजांनी खानाला अनेक पत्रे पाठवून पटवून दिले कि शिवाजीला खानाला भेटायचे आहे परंतु तो खानाला खूप घाबरतो. तेव्हा खानाने शिवाजीला भेटायला यावे. शेवटी अफझलखानाने शिवाजीला भेटायचे मान्य केले.

भेटीची जागा ठरली जावळी खोऱ्याच्या घनदाट जंगलातील प्रतापगड. आणि दिवस ठरला १० नोव्हेंबर १६५९. त्या भेटीत अफझलखानाने दगा करून राजांच्या पाठीत कट्यार खुपसून त्यांना ठार मारण्याचा प्रयत्न केला, परंतु सावध असलेल्या शिवाजी राजांनी वाघनखे आणि खंजीर वापरून खानाचा कोथळा बाहेर काढून त्यास ठार मारले. त्यानंतर जावळीच्या जंगलात दबा धरून बसलेल्या राजांच्या सैन्याने खानाच्या बेसावध सैन्याला कापून काढले आणि आदिलशाहीला एक जबरदस्त धक्का दिला.

मराठ्यांचा हा विजय भारताच्या इतिहासात सुवर्णाक्षरांनी लिहिला गेला. अफझलखान वधाची हि कथा ऐकताना आजही मराठी माणसाचे मन भरून येते आणि मान अभिमानाने उंचावते.

कथा सौ. कादंबिनी ताई धारप

**प्रश्न**

१ आदिलशाहीचा कारभार कोण पाहत होते?

________________________________________

________________________________________

२ शिवाजीचा समाचार घेण्यासाठी कोणाला पाठवण्यात आले?

३ शिवाजी राजे खानाला कोणत्या ठिकाणी व कोणत्या दिवशी भेटले?

४ शहाजीराजांना जेरबंद कोणी केले व संभाजीराजांच्या मृत्यूस कोण जबाबदार होते?

५ खानाने राजांना दगा कसा दिला?

६ राजांनी खानाला कसे ठार केले?

# २६ गुढी पाडवा महाराष्ट्रातील एक सण

गुढी पाडवा हा चैत्र शुद्ध प्रतिपदेला साजरा करतात. ह्या दिवशी जगभरात मराठी नवे वर्ष सुरु होते. मराठी समाजात शालिवाहन शकास विशेष महत्व आहे. कारण हा शक सुरू करणारा राजा शालिवाहन हा मराठी होता.

लंकेत रावणाला मारून राम लढाई जिंकून अयोध्येत परत आला तोच हा दिवस. त्या दिवशी नगरातील विजयाचे प्रतीक म्हणून सर्व लोकांनी आपल्या घरावर गुढ्या उभारल्या होत्या. आपण घरादाराला आंब्याची तोरण बांधतो, घरावर गुढी उभारतो, फुलांच्या माळांनी घर सजवतो. हा साडेतीन मुहूर्तापैकी एक शुभ मुहूर्त मानला जातो. घरातील लहानमोठे नवीन कपडे घालतात. घरात गोडाचे जेवण करतात. पंचांगाची पूजा करतात. हा दिवस नवीन उपक्रम सुरु करणे आणि नवीन खरेदी करणे या साठी उत्तम समजतात.

गुढीपाडव्याच्या दिवशी सकाळी अभ्यंगस्नान करून सूर्योदयापूर्वी गुढी उभारतात. गुढी उभी करण्याच्या काठीला प्रथम गरम पाण्याने आंघोळ घालतात. तिला चंदन, हळद, कुंकू लावतात. तिच्यावर जरीचे कापड, फुलांची माळ, साखरेच्या गाठी, कडूलिंब या बरोबर कलश (गडू) बांधतात. अशी सजवलेली गुढी सूर्योदयापासून सूर्यास्तापर्यंत घरावर डौलाने उभारतात.

गुढीपाडव्याला आंब्याची कोवळी पालवी फुटते, त्यामुळे घरादारावर आंब्याच्या पोपटी पानांचे तोरण लावतात. चैत्रात झेंडू फुलतो. त्याचा उपयोग घराच्या सजावटीसाठी केला जातो. चैत्रात कैरीचे पन्हे, कैरीची वाटली डाळ करतात. अशाप्रकारे अनेक मोसमी फळे, फुले येतात. या सर्व परंपरांतून लहानपणापासूनच आपण निसर्गाच्या जास्तीत जास्त जवळ जाण्यास शिकतो.

सणाचे महत्त्व: आपल्या इतिहासात जे दिव्य, प्रेरक आणि स्फूर्तिदायक घडले आहे, ते साजरे करणारा हा दिवस आहे. हा दिवस अभिमानाचा, आत्मविश्वासाचा आणि राष्ट्रीय एकात्मतेचा संस्कार घडवणारे दिवस आहे.

**स्वाध्याय:**

**खालील प्रश्नांची उत्तरे लिहा.**

१ गुढी पाडवा कधी साजरा करतात?

२ गुढी पाडवा का साजरा करतात?

३ गुढी पाडवा कसा साजरा करतात?

४ गुढी पाडव्याचा दिवस कशासाठी उत्तम समजतात?

५ गुढी कशी उभारतात?

६ गुढी पाडव्या दिवशी आंब्याच्या पानांचे तोरण का लावतात?

७ चैत्र महिन्यात कुठली फुले फुलतात?

________________________________________

________________________________________

८ चैत्र महिन्यात कैरीचे काय बनवतात?

________________________________________

________________________________________

९ कश्यामुळे आपण निसर्गाच्या जवळ जाण्यास शिकतो?

________________________________________

________________________________________

१० गुढी कधी आणि किती वेळ उभारतात?

________________________________________

________________________________________

**वाक्य वाचून बरोबर किंवा चूक अशी खूण करा.**

१) गुढीपाडव्याला मराठी नवीन वर्षाची सुरुवात होते.______

२) हा सण पतंग उडवून साजरा केला जातो.________

३) त्यादिवशी राम रावणाचा वध करून अयोध्येत परतले._____

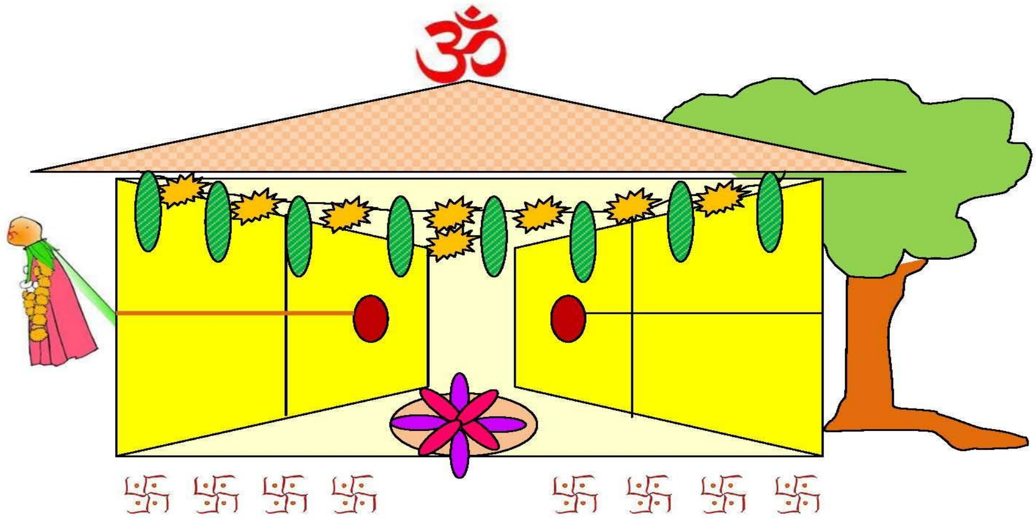
४) गुढीपाडवा भाद्रपद शुद्ध चतुर्थीला साजरा करतात.____

५) गुढीपाडव्याला आपट्याची पाने वाटतात._____

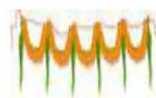
**वरील वर्णन वाचून महाराष्ट्रात गुढीपाडवा कसा साजरा करतात याचे पाच वाक्यात लिहा. सजवलेले घर व गुढीचे चित्र काढा आणि रंगवा.**

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team

# गुढीपाडवा



शब्द वाचा.

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | |  | |
| गुढी | रेशमी साडी | डहाळ | तोरण | दागिना |
| | | | | |
| कलश | रांगोळी | स्वस्तिक | जेवण | नारळ |

**खाली दिलेला स्वाध्याय सोडवा आणि गुढी बनवा. हा स्वाध्याय रिचमंड मराठी शाळेच्या भारती खोपकर यांनी बनवला आहे, त्यांचे मन:पूर्वक आभार.**

सजावट सोहळा शुभेच्छा नववर्ष तोरण कुटुंब

| मराठी शब्द लिहा | | | |
|---|---|---|---|
| Decoration | | garland | |
| celebration | | family | |
| New year | | Best wishes | |

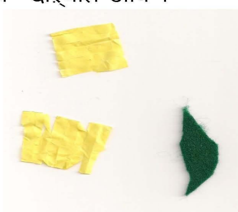
हार चैत्र प्रतिपदा शुक्ल डहाळ चारोळी
अगरबत्ती पुरणपोळी पूजा नारळ सजावट
सोहळा शुभेच्छा नववर्ष तोरण कुटुंब
स्वस्तिक कलश सण गुढी

| शब्द शोधा | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| सो | सो | तो | तो | चै | त्र | शु | क्ल | प्र | अ |
| ह | हा | र | ह | हा | र | भे | चा | ति | ग |
| ळा | स | ण | ना | र | ळ | च्छा | रो | प | अ |
| पू | जा | ण | पु | र | ण | पो | ळी | दा | ग |
| न | व | व | र्ष | स्व | ळ | गु | ढी | दा | र |
| स्ति | ट | ण | पु | स्ति | ण | पो | कु | टुं | ब |
| ड | हा | ळ | स्ति | क | ल | श | ळी | दा | ती |

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team 

# हार

पाने – हिरवा फेल्ट पेपर
फुले - पिवळा आणि केशरी कागदाचे
१" चौकोनी ४-५ तुकडे
एकत्र दोऱ्यात ओवणे



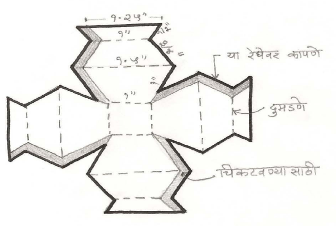
दोऱ्यात ओवलेले रंगीत कागदाचे तुकडे

## सामग्री

- तपकिरी रंगाचा/ मेटालिक ब्राऊन कागद(कार्ड पेपर )
- टिशु पेपर - पिवळा आणि केशरी
- फेल्ट पेपर – हिरवा आणि लाल
- स्कुवर/ काडी
- ग्लिटर ग्लू - सोनेरी
- दोरा
- थर्मोकोलचा चौकोनी तुकडा - उभे करण्यासाठी
- ग्लू -चिकट्वण्या साठी

# कळस बनवण्याची कृती

आकृती प्रमाणे आकार कापून चिकटवून घ्या. त्या नंतर त्यावर स्वस्तिक काढा व अक्षदा लावा.



झाली गुढी तयार

## २७ श्लोक (१)

वदनी कवळ घेता नाम घ्या श्रीहरीचे |
सहज हवन होते नाम घेता फुकाचे ||
जीवन करि जीवित्वा अन्न हे पूर्ण ब्रम्ह |
उदरभरण नोहे जाणिजे यज्ञ कर्म ||

अर्थ: जेवणाचा पहिला घास घेताना देवाचे नाव घ्यावे, देवाचे नाव घेतल्याने तो घास हा जणू देवाचा प्रसाद होतो. जेवण हे फक्त पोट भरण्यासाठी नसते, अन्नामुळे शरीरात ताकद येते आणि आपल्याला जीवन मिळते. अन्न हे जणू देवाचे संपूर्ण रूप आहे. त्यामुळे जेवण हे यज्ञ याप्रमाणे आहे.

While taking a mouthful of meal, chant the name of Lord. The food is easily offered as oblation when the Lord's name is chanted. The food imparts life to our lives as it is complete God Principle Having food is not just filling the stomach but is a type of fire-sacrifice.

## श्लोक (२)

ओम सहनाववतु सहनौभुनक्तु सहवीर्यम करवावहै
तेजस्वि नावधीतमस्तु मा विद्विषावहै
ॐ शांतिः शांतिः शांतिः ।।

**श्लोक (३)**

सदा सर्वदा योग तूझा घडावा |
तुझे कारणी देह माझा पडावा |
उपेक्षू नको गूणवंता अनंता |
रघूनायका मागणे हेचि आतां ||
मोरया मोरया मी बाळ तान्हें |
तुझीच सेवा करु काय जाणे ||
अन्याय माझे कोट्यानुकोटी |
मोरेश्वरा बा तू घाल पोटी ||

ज्या ज्या ठिकाणी मन जाय माझे |
त्या त्या ठिकाणी निजरुप तुझे ||
मी ठेवितो मस्तक ज्या ठिकाणी |
तेथे तुझे सदगुरु पाय दोन्ही ||

अलकापुरी पुण्य भूमी पवित्र |
तिथे नांदतो ज्ञानराजा सुपात्र |
तया आठविता महापुण्यराशी|
नमस्कार माझा सदगुरु ज्ञानेश्वराशी ||

- **समाविष्ट अभ्यासक्रम:**
  श्लोक पठण
- **सूचना:** श्लोकाचा अर्थ समजावून श्लोक पाठ करा. कठीण शब्दांचे अर्थ सांगा.

# २८ परिशिष्ट – मुळाक्षरे

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| क (ka) | ख (kha) | ग (ga) | घ (gha) | ङ (gna) |
| च (cha) | छ (cHa) | ज (ja) | झ (za) | ञ (yna) |
| ट (Ta) | ठ (tHa) | ड (Da) | ढ (dHa) | ण (Na) |
| त (ta) | थ (tHa) | द (da) | ध (dHa) | न (na) |
| प (pa) | फ (pHa) | ब (ba) | भ (bHa) | म (ma) |
| य (ya) | र (ra) | ल (la) | व (va) | श (sha) |
| | ष (Sha) | स (sa) | ह (ha) | |
| | ळ (La) | क्ष (kSha) | ज्ञ (dnya) | |

अ(a) आ(aa) इ(e) ई(ee) उ(u) ऊ(oo) ए(a) ऐ(ai) ओ(o) औ(ou)
अं(um) अ(aha)

क(ka) का(kaa) कि(ki) की(kee) कु(ku) कू(koo)

के(kay) कै(kai) को(ko) कौ(kou) कं(kum) कः(kaha)

# २९ परिशिष्ट: बाराखडी

अ आ इ ई उ ऊ ए ऐ ओ औ अं अः

| स्वर | | चिन्ह |
|---|---|---|
| अ | | |
| आ | काना | ◌ा ◌ा |
| इ | ऱ्हस्व (पहिली) वेलांटी | ◌ि ◌ि |
| ई | दीर्घ (दुसरी) वेलांटी | ◌ी ◌ी |
| उ | ऱ्हस्व (पहिला) उकार | ◌ु ◌ु |
| ऊ | दीर्घ (दुसरा) उकार | ◌ू ◌ू |
| ए | एक मात्रा | ◌े ◌े |
| ऐ | दोन मात्रा | ◌ौ ◌ै |
| ओ | काना आणि एक मात्रा | ◌ो ◌ो |
| औ | काना आणि दोन मात्रा | ◌ौ ◌ौ |
| अं | अनुस्वार | ◌ं ◌ं |
| अः | विसर्ग | ◌ः ◌ः |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| क | का | कि | की | कु | कू | के | कै | को | कौ | कं | कः |
| | | | | | | | | | | | |
| ख | खा | खि | खी | खु | खू | खे | खै | खो | खौ | खं | खः |
| | | | | | | | | | | | |
| ग | गा | गि | गी | गु | गू | गे | गै | गो | गौ | गं | गः |
| | | | | | | | | | | | |
| घ | घा | घि | घी | घु | घू | घे | घै | घो | घौ | घं | घः |
| | | | | | | | | | | | |
| च | चा | चि | ची | चु | चू | चे | चै | चो | चौ | चं | चः |
| | | | | | | | | | | | |
| छ | छा | छि | छी | छु | छू | छे | छै | छो | छौ | छं | छः |
| | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ज | जा | जि | जी | जु | जू | जे | जै | जो | जौ | जं | जः |
| | | | | | | | | | | | |
| झ | झा | झि | झी | झु | झू | झे | झै | झो | झौ | झं | झः |
| | | | | | | | | | | | |
| ट | टा | टि | टी | टु | टू | टे | टै | टो | टौ | टं | टः |
| | | | | | | | | | | | |
| ठ | ठा | ठि | ठी | ठु | ठू | ठे | ठै | ठो | ठौ | ठं | ठः |
| | | | | | | | | | | | |
| ड | डा | डि | डी | डु | डू | डे | डै | डो | डौ | डं | डः |
| | | | | | | | | | | | |
| ढ | ढा | ढि | ढी | ढु | ढू | ढे | ढै | ढो | ढौ | ढं | ढः |
| | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ण | णा | णि | णी | णु | णू | णे | णै | णो | णौ | णं | णः |
| | | | | | | | | | | | |
| त | ता | ति | ती | तु | तू | ते | तै | तो | तौ | तं | तः |
| | | | | | | | | | | | |
| थ | था | थि | थी | थु | थू | थे | थै | थो | थौ | थं | थः |
| | | | | | | | | | | | |
| द | दा | दि | दी | दु | दू | दे | दै | दो | दौ | दं | दः |
| | | | | | | | | | | | |
| ध | धा | धि | धी | धु | धू | धे | धै | धो | धौ | धं | धः |
| | | | | | | | | | | | |
| न | ना | नि | नी | नु | नू | ने | नै | नो | नौ | नं | नः |
| | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| प | पा | पि | पी | पु | पू | पे | पै | पो | पौ | पं | पः |
| | | | | | | | | | | | |
| फ | फा | फि | फी | फु | फू | फे | फै | फो | फौ | फं | फः |
| | | | | | | | | | | | |
| ब | बा | बि | बी | बु | बू | बे | बै | बो | बौ | बं | बः |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | | |
| भ | भा | भि | भी | भु | भू | भे | भै | भो | भौ | भं | भः |
| | | | | | | | | | | | |
| म | मा | मि | मी | मु | मू | मे | मै | मो | मौ | मं | मः |
| | | | | | | | | | | | |
| य | या | यि | यी | यु | यू | ये | यै | यो | यौ | यं | यः |
| | | | | | | | | | | | |

| र | रा | रि | री | रु | रू | रे | रै | रो | रौ | रं | रः |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | | |
| ल | ला | लि | लि | लु | लू | ले | लै | लो | लौ | लं | लः |
| | | | | | | | | | | | |
| व | वा | वि | वी | वु | वू | वे | वै | वो | वौ | वं | वः |
| | | | | | | | | | | | |
| श | शा | शि | शी | शु | शू | शे | शै | शो | शौ | शं | शः |
| | | | | | | | | | | | |
| ष | षा | षि | षी | षु | षू | षे | षै | षो | षौ | षं | षः |
| | | | | | | | | | | | |
| स | सा | सि | सी | सु | सू | से | सै | सो | सौ | सं | सः |
| | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ह | हा | हि | ही | हु | हू | हे | है | हो | हौ | हं | हः |
| | | | | | | | | | | | |
| ळ | ळा | ळि | ळी | ळु | ळू | ळे | ळै | ळो | ळौ | ळं | ळः |
| | | | | | | | | | | | |
| क्ष | क्षा | क्षि | क्षी | क्षु | क्षू | क्षे | क्षै | क्षो | क्षौ | क्षं | क्षः |
| | | | | | | | | | | | |
| ज्ञ | ज्ञा | ज्ञि | ज्ञी | ज्ञु | ज्ञू | ज्ञे | ज्ञै | ज्ञो | ज्ञौ | ज्ञं | ज्ञ |
| | | | | | | | | | | | |

## ३० परिशिष्ट: जोडाक्षरे

१) मूळ अक्षरास तेच अक्षर जोडणे

ट ठ न प च ल

ट्ट ठ्ठ न्न प्प च्च ल्ल

घट्ट मठ्ठ अन्न गप्पा चक्क गल्ली

२) उभी अक्षरे नसलेले अक्षर + दुसरे मूळ अक्षर जोडणे

क ट ठ ड द ल ह ळ छ

रक्त मोठ्याने केल्याने साड्या गाड्या ह्याने काट्याने गोळ्या

३) उभी रेघ असलेले अक्षर + दुसरे मूळ अक्षर जोडणे

मग्न शब्द अभ्यास मिरच्या म्हैस अन्विता अरण्य पिशव्या तथ्य चष्मा हास्य

४) र अक्षराची जोडाक्षरे

१. अक्षरावर रेफ (रफार)

सूर्य वर्ष गर्व सर्दी पर्व हर्ष निर्णय पर्वत

२. अक्षराला तिरकी रेघ

वक्र चक्र पत्र मित्र समग्र ग्राम सर्वत्र कुत्रा छत्री भित्रा श्री चंद्र प्रकार

३. अक्षरापुढे अर्धचंद्र

कु-हाड दुस-याला पु-या त-हा गु-हाळ पाय-या हि-यांची

४. अक्षराखाली दोन पाय

ट्रंक ट्राम ट्रे राष्ट्र ड्रील ड्रायव्हर

५. अक्षरावर अर्ध चंद्र

टॉम टोमॅटो डॉक्टर मॉनिटर हॅट

६. संस्कृत शब्द

कृष्ण मृग संस्कृत वृत्त गृह पृथ्वी कृती कृपा तृषा

# ३१ परिशिष्ट –उच्चार

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| अ<br>a<br>America | | आ<br>aa<br>Art | | इ<br>i<br>it | | ई<br>ii/ee<br>Hawaii | | उ<br>U<br>Put |
| ऊ<br>OO<br>Moon | | ए<br>E<br>Egg | | ऐ<br>Ai<br>Aik | | ओ<br>O<br>Go | | औ<br>Au<br>Gautam |
| अं<br>An/um<br>Number | | अः<br>Aha<br>Aha | | ऋ<br>Ru<br>Rutu | | | | |
| क<br>Ka<br>Karate | | ख<br>Kha<br>Khaki | | ग<br>Ga<br>Gum | | घ<br>Gha<br>Ghost | | ङ<br>(‘n)<br>Va’ngmay |
| च<br>Cha<br>Chicken | | छ<br>Chha<br>Chhatri | | ज<br>Ja<br>Jug | | झ<br>Za<br>Zebra | | ञ<br>(~n)<br>Krou~nch |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ट<br>Ta<br>Tub | | ठ<br>Tha<br>Thasa | | ड<br>Da<br>Duck | | ढ<br>Dha<br>Adhere | | ण<br>yNa<br>Paani |
| त<br>Ta<br>Tamale | | थ<br>Tha<br>Thai | | द<br>Da<br>The | | ध<br>Dha<br>Dhoom | | न<br>Na<br>Nut |
| | | | | | | | | |
| प<br>Pa<br>Pot | | फ<br>Fa<br>Fun | | ब<br>Ba<br>But | | भ<br>Bha<br>Bhaat | | म<br>Ma<br>Mug |
| | | | | | | | | |
| य<br>Ya<br>Yes | | र<br>Ra<br>Run | | ल<br>La<br>Luck | | व<br>Va/Wa<br>Van | | श<br>Sha<br>Shut |
| ष<br>Shha<br>Fashion | | स<br>Sa<br>Some | | ह<br>Ha<br>Hut | | ळ<br>yLa<br>Baal | | क्ष<br>Ksha<br>Rikshaw |
| | | | | | | | | |
| ज्ञ<br>Dnya<br>Dnyan | | tra | | | | | | |

# ३२परिशिष्ट – आकडे

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| १ | ११ | २१ | ३१ | ४१ | ५१ | ६१ | ७१ | ८१ | ९१ |
| २ | १२ | २२ | ३२ | ४२ | ५२ | ६२ | ७२ | ८२ | ९२ |
| ३ | १३ | २३ | ३३ | ४३ | ५३ | ६३ | ७३ | ८३ | ९३ |
| ४ | १४ | २४ | ३४ | ४४ | ५४ | ६४ | ७४ | ८४ | ९४ |
| ५ | १५ | २५ | ३५ | ४५ | ५५ | ६५ | ७५ | ८५ | ९५ |
| ६ | १६ | २६ | ३६ | ४६ | ५६ | ६६ | ७६ | ८६ | ९६ |
| ७ | १७ | २७ | ३७ | ४७ | ५७ | ६७ | ७७ | ८७ | ९७ |
| ८ | १८ | २८ | ३८ | ४८ | ५८ | ६८ | ७८ | ८८ | ९८ |
| ९ | १९ | २९ | ३९ | ४९ | ५९ | ६९ | ७९ | ८९ | ९९ |
| १० | २० | ३० | ४० | ५० | ६० | ७० | ८० | ९० | १०० |

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| १ | | एक | | | ३१ | | एकतीस | |
| २ | | दोन | | | ३२ | | बत्तीस | |
| ३ | | तीन | | | ३३ | | तेहेतीस | |
| ४ | | चार | | | ३४ | | चौतीस | |
| ५ | | पाच | | | ३५ | | पस्तीस | |
| ६ | | सहा | | | ३६ | | छत्तीस | |
| ७ | | सात | | | ३७ | | सदतीस | |
| ८ | | आठ | | | ३८ | | अडतीस | |
| ९ | | नऊ | | | ३९ | | एकोणचाळीस | |
| १० | | दहा | | | ४० | | चाळीस | |
| ११ | | अकरा | | | ४१ | | एकेचाळीस | |
| १२ | | बारा | | | ४२ | | बेचाळीस | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| १३ | | तेरा | | | ४३ | | त्रेचाळीस | |
| १४ | | चौदा | | | ४४ | | चव्वेचाळीस | |
| १५ | | पंधरा | | | ४५ | | पंचेचाळीस | |
| १६ | | सोळा | | | ४६ | | सेहेचाळीस | |
| १७ | | सतरा | | | ४७ | | सत्तेचाळीस | |
| १८ | | अठरा | | | ४८ | | अठ्ठेचाळीस | |
| १९ | | एकोणीस | | | ४९ | | एकोणपन्नास | |
| २० | | वीस | | | ५० | | पन्नास | |
| २१ | | एकवीस | | | ५१ | | एकावन्न | |
| २२ | | बावीस | | | ५२ | | बावन्न | |
| २३ | | तेवीस | | | ५३ | | त्रेपन्न | |

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| २४ | | चोवीस | | | ५४ | | चौपन्न | |
| २५ | | पंचवीस | | | ५५ | | पंचावन्न | |
| २६ | | सव्वीस | | | ५६ | | छप्पन्न | |
| २७ | | सत्तावीस | | | ५७ | | सत्तावन्न | |
| २८ | | अठ्ठावीस | | | ५८ | | अठ्ठावन्न | |
| २९ | | एकोणतीस | | | ५९ | | एकोणसाठ | |
| ३० | | तीस | | | ६० | | साठ | |
| ६१ | | एकसष्ट | | | ८१ | | एक्याऐंशी | |
| ६२ | | बासष्ट | | | ८२ | | ब्याऐंशी | |

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ६३ | | त्रेसष्ट | | | ८३ | | त्र्याऐंशी | |
| ६४ | | चौसष्ट | | | ८४ | | चौऱ्याऐंशी | |
| ६५ | | पासष्ट | | | ८५ | | पंचाऐंशी | |
| ६६ | | सहासष्ट | | | ८६ | | शहाऐंशी | |
| ६७ | | सदुसष्ट | | | ८७ | | सत्याऐंशी | |
| ६८ | | अडुसष्ट | | | ८८ | | अठ्ठ्याऐंशी | |
| ६९ | | एकोणसत्तर | | | ८९ | | एकोणनव्वद | |
| ७० | | सत्तर | | | ९० | | नव्वद | |
| ७१ | | एकाहत्तर | | | ९१ | | एक्याण्णव | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ७२ | | बाहत्तर | | | ९२ | | ब्याण्णव | |
| ७३ | | त्र्याहत्तर | | | ९३ | | त्र्याण्णव | |
| ७४ | | चौऱ्याहत्तर | | | ९४ | | चौऱ्याण्णव | |
| ७५ | | पंचाहत्तर | | | ९५ | | पंचाण्णव | |
| ७६ | | शाहत्तर | | | ९६ | | शहाण्णव | |
| ७७ | | सत्त्याहत्तर | | | ९७ | | सत्त्याण्णव | |
| ७८ | | अठ्ठ्याहत्तर | | | ९८ | | अठ्ठ्याण्णव | |
| ७९ | | एकोणऐंशी | | | ९९ | | नव्याण्णव | |
| ८० | | ऐंशी | | | १०० | | शंभर | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | |
| २०० | | दोनशे | | | | | | |
| ३०० | | तीनशे | | | | | | |
| ४०० | | चारशे | | | | | | |
| ५०० | | पाचशे | | | | | | |
| ६०० | | सहाशे | | | | | | |
| ७०० | | सातशे | | | | | | |
| ८०० | | आठशे | | | | | | |
| ९०० | | नऊशे | | | | | | |

© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| १००० | | हजार | | | | | | |
| १०,००० | | दहा हजार | | | | | | |
| १००,००० | | लाख | | | | | | |
| १०,००,०<br>०० | | दहा लाख | | | | | | |

# ३३ सूर्यनमस्कार अष्टांग-ब प्रकार

नियमित सूर्य नमस्कार करण्याने मुलांना अनेक फायदे होतात.
मन एकाग्र होते, स्मरणशक्ती सुधारते
स्नायू बळकट होतात, शरीर सुदृढ होते
मनस्थिती शांत रहाते, शरीराची प्रतिकारशक्ती वाढते.

**सूर्य नमस्कार माहिती आणि फोटो :**

१. उत्कटासन :

आत श्वास घेत दोन्ही हात खांद्यापासून वरपर्यंत ताणा, मान वर करा आणि दृष्टी वरील हातांकडे ठेवा. गुडघे वाकवून कंबर थोडी मागे न्या.दंड कानाच्या जवळ असू द्या.

२. हस्तपादासन :

श्वास सोडताना कंबरेपासून पुढच्या बाजूला पाठीचा कणा लांबवत खाली वाका. तळहात खाली जमिनीवर टेकवायचा व कपाळ गुढघ्याला टेकवायचा प्रयत्न करा.

३. अर्ध हस्तपादासन :

श्वास आत घेत पायाचे गुडघे ताठ करा,पाठीचा कणा कंबरेपासून लांबवत समोर बघत हात पुढे न्या . हात जमिनीवर टेकवण्याचा प्रयत्न करा,पाठ जमिनीला समांतर ठेवा,मान वर आणि दृष्टी समोर ठेवा .

४. चतुरंग दंडासन :

आधीच्या आसनात गुडघे वाकवून उडी मारत वा चालत पाय मागे न्या .तळहात आणि पायाच्या बोटांच्या साहाय्याने श्वास सोडत पाठ जमिनीला समांतर रेषेत आणून खाली झोपा.

५. ऊर्ध्वमुख श्वानासन:

श्वास आत घेत तळहात कंबरेच्या बाजूला ठेवा,वर पहा व छाती पुढे काढा. पाठीचा कणा मागे वाकवा. तळहातांनी मॅट खाली दाबा.

६.अधो मुख श्वानासन :

श्वास सोडत हात व गुढगे ताठ करा आणि कंबर उंच करा. तुमचा आकार पर्वतासारखा करा.

७. वीरभद्रासन १ :

श्वास आत घेत उजवा पाय पुढे घ्या. उजवा गुडघा ९० अंश आणि मागील डावा पाय ताठ ठेवा. दोन्ही हात वर न्या आणि दृष्टी समोर ठेवा. दोन्ही हाताचे तळवे समोरा समोर ठेवा. दंड कानाच्या जवळ असू द्या.

८. चतुरंग दंडासन :

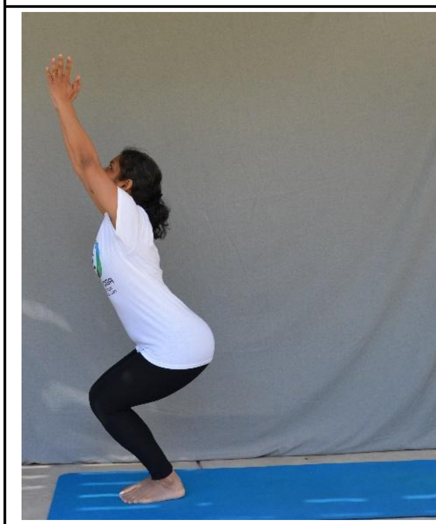
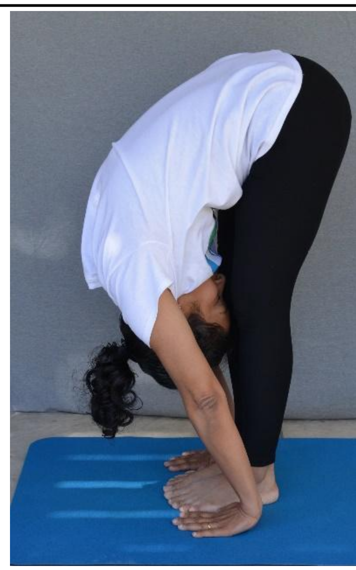
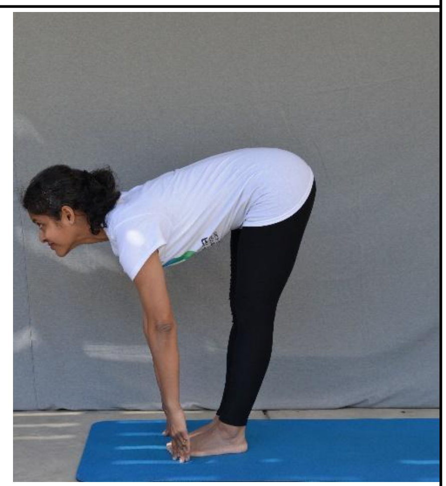
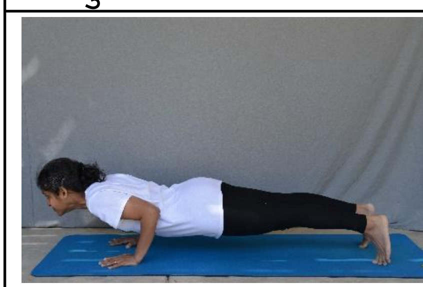
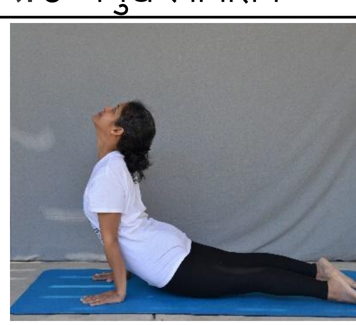
श्वास सोडत तळहात  जमिनीवर ठेवा. हातांचे कोपर वाकवत आणि पायाच्या बोटांच्या सहाय्याने पाठ जमिनीला समांतर रेषेत आणून खाली झोपा.दोन्ही तळहात आणि दोन्ही पायाची बोटे असे शरीराचे ४ भाग जमिनीला स्पर्श झालेले असावेत.

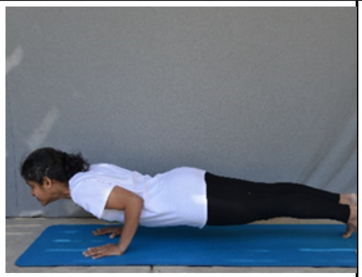
९.ऊर्ध्व मुख श्वानासन :

श्वास आत घेत तळहात कंबरेच्या बाजूला ठेवा,वर पहा व छाती पुढे काढा. पाठीचा कणा मागे वाकवा. नाभीच्या खालचे शरीर  तळहात आणि पायांच्या बोटांच्या सहाय्याने वर उचला.

१०. अधोमुख श्वानासन :

श्वास सोडत हात व गुढगे ताठ करा आणि  कंबर उंच करा.तुमचा आकार पर्वतासारखा करा.

| १. उत्कटासन | २. हस्तपादासन | ३. अर्ध हस्तपादासन |
|---|---|---|
|  |  |  |
| ४. चतुरंग दंडासन | ५. ऊर्ध्वमुख श्वानासन | ६. अधो मुख श्वानासन |
|  |  | |
| ७. वीरभद्रासन १ | ८. चतुरंग दंडासन | ९. ऊर्ध्व मुख श्वानासन |



११. वीर भद्रासन १:

श्वास घेत डावा पाय पुढे आणा,गुडघा ९० अंशावर वाकवा. उजवा पायाचा गुडघा ताठ ठेवा आणि तळवा ४५ अंश ठेवा. हात वर न्या आणि दृष्टी समोर वर ठेवा.दंड कानाच्या जवळ असू द्या

१२. चतुरंग दंडासन :

श्वास सोडत तळहात जमिनीवर ठेवा. हातांचे कोपर वाकवत आणि पायाच्या बोटांच्या सहाय्याने पाठ जमिनीला समांतर रेषेत आणून खाली झोपा.दोन्ही तळहात आणि दोन्ही पायाची बोटे असे शरीराचे ४ भाग जमिनीला स्पर्श झालेले असावेत.

१३. ऊर्ध्वमुख श्वानासन :

श्वास आत घेत तळहात कंबरेच्या बाजूला ठेवा,वर पहा व छाती पुढे काढा. पाठीचा कणा मागे वाकवा. नाभीच्या खालचे शरीर तळहात आणि पायांच्या बोटांच्या सहाय्याने वर उचला.

१४. अधोमुख श्वानासन :

श्वास सोडत हात व गुढघे ताठ करा , खांद्यांपासून हात लांब करा आणि कंबर उंच करा.तुमचा आकार पर्वतासारखा करा. या आसनात पाच वेळा दीर्घ श्वासोश्वास करा.

१५. अर्ध हस्तपादासन :

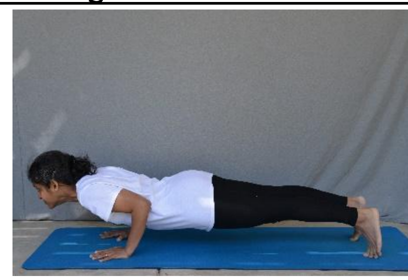
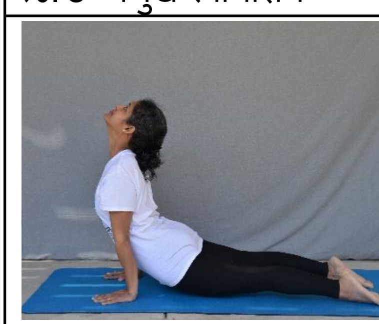
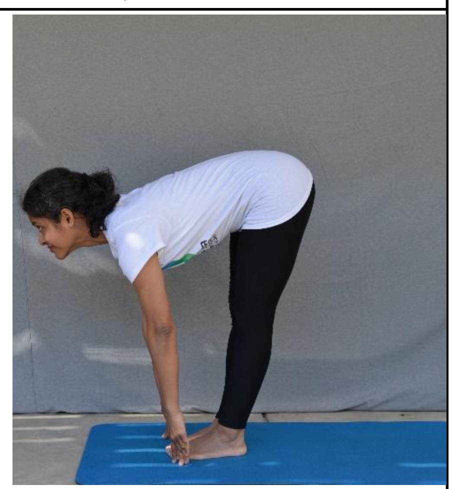
दोन्ही पायांचे गुडघे वाकवून श्वास आत घेत , चालत वा उडी मारत पाय समोर घ्या. गुडघे ताठ करा आणि पाठीचा कणा जमिनीला समांतर करत हाताची बोटे जमिनीला स्पर्श करा. दृष्टी वर करा.

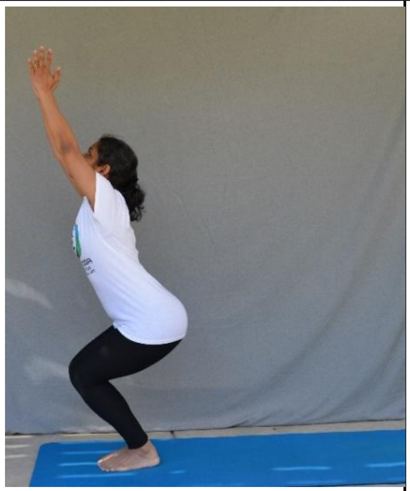
© BMM Marathi 2.0 Shala eBook Team 

१६.हस्तपादासन :

श्वास सोडताना कंबरेपासून पुढच्या बाजूला पाठीचा कणा लांबवत खाली वाका. तळहात खाली जमिनीवर टेकवा व कपाळ गुढग्याला टेकवण्याचा प्रयत्न करा.

१७. उत्कटासन: आत श्वास घेत दोन्ही हात खांद्यापासून वरपर्यंत ताणा, मान वर करा आणि द्रुष्टी वरील हातांकडे ठेवा. गुडघे वाकवून कंबर थोडी मागे न्या .

| ११. अधोमुख श्वानासन | १२. वीर भद्रासन १ | १३. चतुरग दडासन |
| --- | --- | --- |
| | |  |
| १४. ऊर्ध्वमुख श्वानासन | १५. अधोमुख श्वानासन | १६. अध हस्तपादासन |
|  | |  |
| १७.हस्तपादासन | १८. उत्कटासन | |

| | | |
|---|---|---|
| |  | |