తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రచురణ,
హైదరాబాదు

సహ పాఠ్యాంశాలు

విలువల విద్య - జీవన నైపుణ్యాలు

1వ తరగతి

రాష్ట్ర విద్యా పరిశోధన శిక్షణా సంస్థ,
తెలంగాణ రాష్ట్రం, హైదరాబాదు

విలువల విద్య - జీవన నైపుణ్యాలు

వాచకం, ఉపాధ్యాయ కరదీపిక

1వ తరగతి

రాష్ట్ర విద్య, పరిశోధన, శిక్షణ సంస్థ

తెలంగాణ, హైదరాబాదు.

ముందుమాట

మానవులు సంఘజీవులు. తమ మనుగడకోసం అవసరమైన సమాజాన్ని నిర్మించుకొన్నారు. ఈ వ్యవస్థ నిర్వహణకు, కలిసికట్టుగా మనుగడ సాధించడానికి, అభివృద్ధి పొందడానికి సరైన అవగాహన, విశ్వసనీయతలు అవసరం. దీనికి సమిష్టితత్వం, పరస్పరాధారిత భావాలు కూడా అవసరం. కాబట్టి మానవ సమాజాలకు జనమెరిగిన ఆమోదయోగ్యమైన ప్రవర్తనా నియమావళి అవసరం. మనం కోరుకొన్న విధంగా మనం ప్రవర్తించలేం. ప్రతి సమాజానికీ దానికి అనుగుణమైన నైతిక నియమావళి ఉంటుంది. ఈ నైతిక నియమాల బహుళత్వానికి కూడా అంతర్లీనంగా కొన్ని ఆమోదిత ఉమ్మడి నియమాలు ఉంటాయి.

నీతిసూత్రాలు మన నడవడికి మార్గదర్శకంగా ఉండే నియమాలు. కాబట్టి పిల్లలుకూడా వాటిని ఆకళింపుచేసుకోవాలి. నైతికాభివృద్ధి అంటే కొన్ని నిబంధనలను అనుసరించడమో లేక ఎవరో ఏర్పరిచిన ఆదర్శ నమూనాల ప్రకారం నడుచుకోవడం మాత్రమేకాదు. నైతికాభివృద్ధి అంటే ప్రతి సందర్భంలోనూ సరైన కారణాన్ని తెల్సుకోగలగడం, విచక్షణతో నిర్ణయాన్ని తీసుకొని దాని ప్రకారం నడుచుకోగల సామర్థ్యం కలిగి ఉండడం. నైతిక చైతన్య అభివృద్ధిలో తాను తీసుకోబోయే నిర్ణయంతో తాను స్థిరంగా ప్రశాంతంగా ఉండగలిగే సామర్థ్యంకూడా ఉంటుంది. “అది నాకలాగే చెప్పారు. కాబట్టి నేను చేస్తున్నాను” అనే భావనకు ఇది విరుద్ధం. అందుచేత ఒక వ్యక్తి తనకు తాను శాంతి సౌఖ్యాలతో, ప్రశాంతంగా, స్థిరంగా ఉండడమే నైతికాభివృద్ధి సారాంశం. ఇందుకవసరమైన నైపుణ్యాలు కలిగి ఉండడమే జీవననైపుణ్యాలు. వీటిలో సమస్యను పరిష్కరించుకోవడం కలిసి పనిచేయడం, భావప్రసారంచేయడం, నాయకత్వం వహించడం, ఇతరులతో పరస్పర సంబంధాలను కల్గి ఉండడం వంటివి ముఖ్యమైనవి.

దురదృష్టవశాత్తు నేడు సమాజంలో నైతిక విలువలు పతనమౌతున్నాయని ప్రతి ఒక్కరూ భావిస్తున్నారు. మనలో స్వార్థం పెరగడం, దురాశ పెరగడం, అవినీతికి అలవాటుపడడం, నైతిక నియమావళిని ఉల్లంఘించడం, లోభత్వం పెరగడం, నేను నాది వంటి అవలక్షణాలవల్ల వ్యక్తులు తమ జీవితాన్ని సంక్లిష్టం చేసుకోవడంతోపాటు సమాజంలోని వాతావరణాన్ని కలుషితం చేస్తున్నారు. ప్రతి ఒక్కరిలో అశాంతి పెరిగింది. నైతిక విలువల పతనంతోపాటు, పెరిగిపోతున్న ఒత్తిడిని, కనుమరుగౌతున్న మానవతా విలువలు, మానవసంబంధాలను గమనించవచ్చు. ఇవన్నీ ఒకరోజులోనో, ఒక సంవత్సరంలోనో వచ్చినవి కావు. మన జీవితాలలో సంయమనం, సమతుల్యత, విచక్షణ లోపించడమే దీనికి కారణం. వాటి స్థానంలో దురాశ, వినిమయవాదం, దోపిడీలు చోటుచేసుకొంటున్నాయి. వాటి నికర ఫలితమే సమాజంలోని అభద్రతాభావం, అపనమ్మకం, విచ్ఛిన్నమైన కుటుంబవ్యవస్థ, విలువల పతనం, సమాజంలో అశాంతి వ్యాపించడం మొదలగునవి.

వీటిని అరికట్టడానికి విద్యను ఒక సాధనంగా భావించి మనం విలువల విద్య, జీవననైపుణ్యాలు అనే అంశాన్ని ఒక ప్రధాన సబ్జెక్టుగా పాఠశాల విద్యలో ఒకటవ తరగతి నుండి పదవ తరగతి వరకు ప్రవేశపెట్టడం ద్వారా పిల్లలు పాఠశాల విద్య పూర్తయ్యేసరికి హేతుబద్ధమైన పౌరులుగా ఎదగడానికి అవసరమైన శిక్షణ పొందుతారు. ఉన్నతమైన విలువలు, వైఖరులు, త్యాగబుద్ధి కలిగి ఉండి సమాజంపట్ల, పర్యావరణంపట్ల, తోటివారిపట్ల సమన్యాయంతో ప్రతిస్పందించే బాధ్యతాయుత పౌరులుగా ఎదగడానికి అవసరమైన పాఠ్యప్రణాళికను (Syllabys) రాష్ట్రవిద్య, పరిశోధన, శిక్షణసంస్థ రూపొందించింది. పిల్లలు స్వేచ్ఛగా మాట్లాడడం, ప్రశ్నించడం, ప్రతిస్పందించడం, విచక్షణతో వ్యవహరించడం చేయగలగాలని రాష్ట్ర

విద్యాప్రణాళిక పరిధిపత్రం 2011లోని రాష్ట్ర దృక్పథం (State Vision)లో పేర్కొన్నారు. వీటిని దృష్టిలో పెట్టుకొని రాష్ట్రంలో 1 నుండి 10వ తరగతి వరకు విలువల విద్య, జీవన నైపుణ్యాల పాఠ్యప్రణాళిక రూపొందించారు. అనంతరం తరగతి వారీగా బోధనాభ్యసన ప్రక్రియల నిర్వహణకోసం ఉపాధ్యాయుల కరదీపికలను రూపొందించారు. 1వ తరగతి నుండి 10వ తరగతి వరకు పెంపొందించాల్సిన 18 ప్రధాన విలువలను గుర్తించి ప్రతి తరగతిలో వీటికి సంబంధించిన పాఠాలను చేర్చారు. అవి, 1) స్వేచ్ఛ, 2) సంతృప్తిగా జీవించడం, 3) శీలనిర్మాణం, 4) జీవన నైపుణ్యాలు, 5) బాధ్యతవహించడం, 6) పొదుపుచేయడం, 7) ఆరోగ్యవిలువలు, 8) సంస్కృతి సంప్రదాయలపట్ల గౌరవం, 9) ఆరోగ్య విలువలు, 10) శాస్త్రీయదృక్పథం, 11) న్యాయం, 12) శాంతి, కలిసిమెలిసి జీవించడం, 12) శ్రమవిలువ, 14) సేవాభావం, 15) సమానత్వం, సోదరభావం, స్త్రీలపట్ల గౌరవం, 16) జాతీయ భావన – దేశభక్తి, 17) లౌకికతత్త్వం – మతసామరస్యం, 18) ప్రజాస్వామ్య విలువలపట్ల గౌరవం. వీటిలో ప్రాథమికస్థాయికి 12 ప్రధాన విలువలు, ఉన్నతస్థాయికి మొత్తం 18 విలువల ఆధారంగా ఒక్కొక్క విలువకు తరగతివారీగా ఉపవిలువలను నిర్ధారించి పాఠాలను పొందుపర్చారు.

విలువలు ప్రధానంగా బోధిస్తే వచ్చేవికావు. ఆచరిస్తే వచ్చేవి. కాబట్టి తరగతి వారీగా రూపొందించిన ఉపాధ్యాయ కరదీపికల్లో సన్నివేశాలు, సంఘటనల ఆధారంగా చర్చించడం, ఆచరించి అనుభవాలు చెప్పడం వంటి కృత్యాలతో కూడిన అభ్యాసాలు ఉన్నాయి. చర్చల ద్వారా వైఖరి నిర్మాణం జరగాలి. ఆచరణ ద్వారా ప్రవర్తనలో మార్పురావాలని ఆశించి పాఠాలను పొందుపరచారు. వీటిని నిర్వహించడం మన బాధ్యత. నిర్వహణ తీరుతెన్నులను గురించి "ఉపాధ్యాయులకు సూచనలు" కూడా చేర్చారు. అట్లే విద్యార్థులకు సూచనలు కూడా ఉన్నాయి.

ఎంత మంచి కరదీపికైనా ఉపాధ్యాయుడికి ధీటుగాదు. ఉపాధ్యాయుడు తాను ఆదర్శంగా ఉంటూ విలువలను పెంపొందించడానికి కృషి చేయాలి. ప్రణాళికాబద్ధంగా తరగతి వారీగా రూపొందించిన కరదీపికల ఆధారంగా బోధనాభ్యసన ప్రక్రియలు నిర్వహించాలి. మన రాజ్యాంగం పీఠికలో పేర్కొన్నవిధంగా ఉన్నతమైన విలువలు, వైఖరులుకల్గిన హేతుబద్ధమైన పౌరులుగా ఎదగడానికి ఉపాధ్యాయులుగా మనవంతు కృషిచేయాలి. ఈ కరదీపికలోని అంశాలు మీకు కొంతమేరకు దిశానిర్దేశం చేస్తాయి. వీటికే పరిమితం కాకుండా అదనపు అంశాలు కూడా సేకరించవచ్చు. వినియోగించవచ్చు. విలువలతో కూడిన సమాజ నిర్మాణానికి మన ఈ చిన్న ప్రయత్నం గోరంతదైనా ఇది కొండంత వెలుగునిస్తుందనే విశ్వాసంతో ప్రయత్నిద్దాం. ఫలితాలు సాధిద్దాం!

సంచాలకులు

రాష్ట్ర విద్య, పరిశోధన, శిక్షణసంస్థ, తెలంగాణ, హైదరాబాద్.

యత్కర్మకుర్వతోఽస్యస్యాత్, పరితోషోఽంతరాత్మనః
తత్ ప్రయత్నేన కుర్వీత, విపరీతం తు వర్జయేత్ – మనుస్మృతి

ఏపని చేస్తే అంతరాత్మకు సంతృప్తి కలుగుతుందో, ఆపనులే చేయాలి. దానికి విపరీతమైన పనులు చేయకూడదు.

రూపొందించినవారు

శ్రీ సువర్ణ వినాయక్, కోఆర్డినేటర్, ఎస్.సి.ఇ.ఆర్.టి., హైదరాబాదు.

శ్రీ టి.వి.ఎస్.రమేశ్, కోఆర్డినేటర్, ఎస్.సి.ఇ.ఆర్.టి., హైదరాబాదు.

శ్రీ శ్రీనివాసుల రఘురాం, ఉపాధ్యాయుడు, ప్రా.పా., గ్రంథసిరి, గుంటూరు జిల్లా.

శ్రీ ఎల్.ఎం.ప్రసాద్, ఉపాధ్యాయుడు, ప్ర.ఉ.పా., సి.పి.ఎల్ అంబర్‌పేట్, హైదరాబాదు.

శ్రీ పసుల ప్రతాప్, ఉపాధ్యాయుడు, ప్రా.పా.గిమ్మ, జైనత (మం), ఆదిలాబాద్ జిల్లా.

శ్రీ బలగం రామ్మోహన్, ఉపాధ్యాయుడు, ప్రా.పా., రవీంద్రపూర్, ముథోల్ (మం), ఆదిలాబాద్ జిల్లా.

శ్రీ నందిగామ కిశోర్‌కుమార్, తెలుగు పండితులు, జి.ప.ఉ.పా., ఇప్పటూరు, మహబూబ్‌నగర్ జిల్లా.

శ్రీమతి కె.ఆర్.టి.ఎల్. జ్యోతిర్మయి, ఉపన్యాసకురాలు, ఎస్.సి.ఇ.ఆర్.టి., హైదరాబాదు.

శ్రీమతి యు. బుగ్గమ్మ, తెలుగు పండితులు, ఎస్.సి.ఇ.ఆర్.టి., హైదరాబాదు.

శ్రీమతి వంగీపురం స్వర్ణలత, ఉపాధ్యాయిని, జి.ఉ.పా., పాతపట్టిసం, పోలవరం, పశ్చిమగోదావరి జిల్లా.

శ్రీమతి అగుదూరి సరళమ్మ, ఉపాధ్యాయిని, ప్రా.పా., చెర్లోపల్లి, చిత్తూరు జిల్లా.

శ్రీమతి పల్లి మాధవి, తెలుగు పండితులు, భారతీయ విద్యాభవన్, ఆత్మకూరి రామారావు పాఠశాల, జూబ్లిహిల్స్, హైదరాబాదు.

శ్రీమతి జి. సరళాదేవి, ఉపాధ్యాయిని, ప్రా.పా, గంగాపూర్, మహబూబ్‌నగర్

సహకరించినవారు

డా॥ రమాదేవి, ఉపన్యాసకురాలు, ఎస్.సి.ఇ.ఆర్.టి., హైదరాబాదు.

శ్రీ వొజ్ఝల శరత్‌బాబు, తెలుగు పండితులు, సీతాఫల్‌మండి, హైదరాబాదు.

డా॥ దోనేపూడి నరేశ్ బాబు, తెలుగు పండితులు, జి.ఉ.పా., గోస్పాడు, కర్నూల్ జిల్లా.

శ్రీ దోరవేటి చెన్నయ్య, సూల్ అసిస్టెంట్, జగద్గిరినగర్, రంగారెడ్డి జిల్లా.

శ్రీ రామక విఠల్‌శర్మ, ఉపాధ్యాయుడు, కరీంనగర్ జిల్లా.

డా॥ గుడిసేవ విష్ణుప్రసాద్, స్కూల్ అసిస్టెంట్, కృష్ణా జిల్లా.

శ్రీ కలమట సోమేశ్వరరావు, ఉపాధ్యాయుడు, శ్రీకాకుళం జిల్లా.

శ్రీ దివ్వెల చిన్నారావు, తెలుగుపండితులు, విజయనగరం జిల్లా.

శ్రీ అయ్యగారి శ్రీనివాసరావు, స్కూల్ అసిస్టెంట్, విజయనగరం జిల్లా.

ముఖచిత్రం – డిజైనింగ్

కె.సుధాకరాచారి,
SGT, UPS,
నీలకుర్తి, వరంగల్

విషయనిపుణులు, ఎడిటింగ్

డా॥ఎన్.ఉపేందర్‌రెడ్డి,
ప్రొఫెసర్, విద్యాప్రణాళిక విభాగాధిపతి,
ఎస్.సి.ఇ.ఆర్.టి., హైదరాబాదు.

శ్రీ సువర్ణ వినాయక్,
కోఆర్డినేటర్, ఎస్.సి.ఇ.ఆర్.టి.,
హైదరాబాదు.

సలహాదారులు

శ్రీ జి.గోపాల్‌రెడ్డి,
పూర్వ సంచాలకులు, రాష్ట్ర విద్య, పరిశోధన, శిక్షణ సంస్థ,
తెలంగాణ, హైదరాబాదు.

శ్రీ ఎస్.జగన్నాథరెడ్డి,
సంచాలకులు, రాష్ట్ర విద్య, పరిశోధన, శిక్షణ సంస్థ,
తెలంగాణ, హైదరాబాదు.

కృతజ్ఞతలు

"**విలువల విద్య – జీవననైపుణ్యాలు**" కరదీపిక / వాచకాలను రూపొందించడంలో తమ అమూల్యమైన సలహాలు, సూచనలు అందజేసి అవసరమైన సామగ్రిని ఇచ్చి ప్రోత్సహించిన పెద్దలకు, ఆయా సంస్థలకు రాష్ట్ర విద్యా, పరిశోధన, శిక్షణ సంస్థ, పక్షాన ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు.

సలహాలు, సూచనలిచ్చినవారు :

శ్రీ శితికంఠానంద, రామకృష్ణమఠం, హైదరాబాద్.
శ్రీ కె.ఆర్.వేణుగోపాల్, విశ్రాంత ఐ.ఎ.ఎస్., అధికారి, హైదరాబాదు.
శ్రీ వాసగిరి లక్ష్మీనారాయణ, ఐ.పి.ఎస్., కమీషనర్ ఆఫ్‌పోలిస్, థానే, మహారాష్ట్ర.
డా॥ వి.బ్రహ్మారెడ్డి, ప్రజావైద్యశాల, కర్నూలు జిల్లా.
శ్రీ దూస రామకృష్ణ, ఉపాధ్యక్షులు, విద్యాభారతి, అఖిలభారతీయ శిక్షాసంస్థాన్, న్యూఢిల్లీ మరియు సంచాలకులు, విజ్ఞానవిహార్, గడిలోవ, విశాఖపట్టణం.
శ్రీ రావుల సూర్యనారాయణ, తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్, కర్నాటక రాష్ట్రాల శైక్షణిక ప్రముఖ, సరస్వతి విద్యాపీఠం, బండ్లగూడ, హైదరాబాదు.
శ్రీ ఫాదర్ పల్లిదానం, సంచాలకులు, పీపుల్స్ ఆక్షన్ ఫర్ రూరల్ అవేకనింగ్ (PARA), రావులపాలెం, తూ.గో.జిల్లా.
శ్రీ సుదర్శనాచార్య, జాతీయ సంధానకర్త, లీడ్ ఇండియా సంస్థ, హైదరాబాదు.
శ్రీమతి పోరూరి కృష్ణకుమారి, ప్రజ్ఞ, కో–ఆర్డినేటర్, వికాస తరంగిణి, జియ్యర్ ఎడ్యుకేషన్ ట్రస్ట్, హైదరాబాదు.
శ్రీ ప్రేమ్‌కుమార్‌సింగ్, రామకృష్ణమఠం, హైదరాబాద్.
డా॥ పి.జయధీర్ రెడ్డి, విశ్రాంతప్రధానాచార్యులు, జిల్లా విద్యా శిక్షణ సంస్థ, కరీంనగర్.
శ్రీ రవీందర్, కో–ఆర్డినేటర్, వందేమాతరం సంస్థ, వరంగల్ జిల్లా.
శ్రీ కె.మాధవరెడ్డి, వందేమాతరం సంస్థ, మహబూబ్‌నగర్ జిల్లా.

సహకరించిన సంస్థలు :

- జియ్యర్ ఎడ్యుకేషన్ ట్రస్టు, హైదరాబాదు.
- రామకృష్ణమఠం, హైదరాబాదు.
- శ్రీ సరస్వతీ విద్యాపీఠం, బండ్లగూడ, హైదరాబాదు.
- సత్యసాయి విద్యాసంస్థలు, హైదరాబాదు.
- బ్రహ్మకుమారీ సంస్థ, హైదరాబాదు.
- వందేమాతరం సంస్థ, వరంగల్, మహబూబ్‌నగర్.
- ఈనాడు, నమస్తే తెలంగాణ, ఆంధ్రజ్యోతి, సాక్షి, దినపత్రికలు.
- ఎమెస్కో పబ్లిషింగ్ సంస్థ, హైదరాబాదు.
- జాతీయ విద్యా పరిశోధన, శిక్షణ సంస్థ (ఎన్.సి.ఇ.ఆర్.టి.), న్యూఢిల్లీ.
- శ్రీ సీతారామ సేవాసదన్, మంథని, కరీంనగర్ జిల్లా.

పైన తెల్పిన వ్యక్తులు, సంస్థలతోపాటు పరోక్షంగా కూడా సహకరించిన వ్యక్తులకు, సంస్థలకు, వాచకాలు / కరదీపికల రూపకల్పనలో పాల్గొన్న ఉపాధ్యాయులు, ఉపన్యాసకులు, విషయనిపుణులు, ఎడిటింగ్ చేసిన వారందరికీ ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు. **విలువల విద్య – జీవన నైపుణ్యాల** గురించి వాచకం కరదీపికను రూపొందించడంలో ఇది ఒక తొలి అడుగుమాత్రమే! దీన్ని మరింత వృద్ధిపరచుకోవచ్చు. ఇందుకోసం భవిష్యత్తులో కూడా అందరూ సహాయ సహకారాలను ఇలాగే అందిస్తారని ఆశిస్తున్నాం.

సంచాలకులు
రాష్ట్ర విద్య, పరిశోధన, శిక్షణసంస్థ, తెలంగాణ, హైదరాబాద్.

ఉపాధ్యాయులకు సూచనలు

- "విలువల విద్య - జీవన నైపుణ్యాలు" కోసం 1 నుండి 10 తరగతులకు తరగతివారీగా కరదీపికలు రూపొందించారు. వీటిని పిల్లలను ఉద్దేశించి తయారుచేశారు. అనగా వీటిని ఉపాధ్యాయులు బోధనాభ్యసన ప్రక్రియల నిర్వహణకు, పిల్లలు స్వయం అభ్యసనానికి వినియోగించవచ్చు.
- ఒక విద్యా సంవత్సరంలో పాఠశాల విద్యాశాఖ సబ్జక్టువారీగా కేటాయించిన పీరియళ్ళ భారత్వం ప్రకారం తరగతి వారీగా పాఠాలు పొందుపర్చారు.
- 1 నుండి 5 తరగతులకు వారానికి 42 పీరియళ్ళు ఉంటాయి. వీటిలో ఒక్కొక్క సబ్జక్టుకు కింది విధంగా భారత్వం ఉంటుంది.

మాతృభాష (తెలుగు / ఉర్దూ)	-	12 పీరియళ్ళు
గణితం	-	12 పీరియళ్ళు
ఆంగ్లం	-	6 పీరియళ్ళు
పరిసరాల విజ్ఞానం	-	6 పీరియళ్ళు
విలువలవిద్య, జీవననైపుణ్యాలు	-	1 పీరియడ్
శారీరక, ఆరోగ్యవిద్య	-	2 పీరియళ్ళు
కళలు, సాంస్కృతికవిద్య	-	2 పీరియళ్ళు
పని, కంప్యూటర్ విద్య	-	1 పీరియడ్
మొత్తం	**-**	**42 పీరియళ్ళు**

- విలువల విద్య, జీవన నైపుణ్యాల గురించి బోధనాభ్యసన ప్రక్రియల నిర్వహణకు ప్రాథమికస్థాయిలో వారానికి 1 పీరియడ్, ఉన్నతస్థాయిలో వారానికి 2 పీరియళ్ళు ఉన్నందున, ఇందుకనుగుణంగానే పాఠాలను పొందుపర్చారు.
- ప్రాథమిక స్థాయిలో 12 ప్రధాన విలువల ఆధారంగా ఒక్కొక్కదానికి ఒకటి చొప్పున 12 పాఠాలు ఉన్నాయి. అట్లే ఉన్నత స్థాయిలో 18 ప్రధాన విలువల ఆధారంగా ఒక్కొక్క దానికి ఒక పాఠం చొప్పున 18 పాఠాలు ఉన్నాయి.
- వీటితోపాటు విలువలను పెంపొందించడానికి తోడ్పడేలా పద్యాలు, కథలు, గేయాలు, పాటలు అదనంగా చేర్చారు. 3వ తరగతి నుండి స్ఫూర్తిదాతలను కూడా చేర్చారు.
- విలువల విద్య - జీవన నైపుణ్యాలను పాఠాలలో సగటున ఒక పాఠానికి 3 పీరియళ్ళు అవసరమౌతాయి.

- ఒక పాఠంలోని విషయం అమరిక కింది విధంగా ఉంటుంది.

  •) పాఠం పేరు, •) ప్రధానవిలువ, •) ఉపవిలువ, •) ఆశించేఫలితాలు / లక్ష్యాలు, •) ఉపోద్ఘాతం, •) విషయం – సన్నివేశాలు / సంఘటనలు / కథనాలు, •) అభ్యాసాలు – 'ఆలోచించడం – ప్రతిస్పందించడం', 'తరగతి కృత్యం – జట్టుపని', 'ఆచరించడం – అనుభవాలు చెప్పడం', •) సూక్తి.

- విలువల విద్య, జీవన నైపుణ్యాలలోని అంశాలు ప్రధానంగా చర్చింపజేయడానికి ఉద్దేశించినవి. ఆచరించి అనుభవాలు చెప్పించడానికి ప్రాధాన్యతనిచ్చారు. కాబట్టి వీలైనంతమేరకు వీటిని రాయించకూడదు.

- **ఆలోచించడం – ప్రతిస్పందించడం**లోని ప్రశ్నల ద్వారా తరగతిలో చర్చ నిర్వహించాలి. ఆ తర్వాత **'తరగతి కృత్యం – జట్టుపని'** నిర్వహించాలి. అట్లే **'ఆచరించండి – అనుభవాలు చెప్పండి'**లోని అంశాలను ఆచరింపజేసేలా చేసి పిల్లలతో వారి అనుభవాలు, అనుభూతులను చెప్పించాలి.

- మిగతా సబ్జక్టులవలెనే **విలువల విద్య – జీవన నైపుణ్యాల**ను కూడా మూల్యాంకనం చేయాలి. వీటిని సంగ్రహాత్మక మూల్యాంకనం సందర్భంగా చేయాలి. అనగా ఒక విద్యా సంవత్సరంలో మూడుసార్లు మూల్యాంకనం చేయాల్సి ఉంటుంది. ఇందుకోసం పరీక్షలు నిర్వహించకూడదు. పిల్లల్ని పరిశీలించడం, వారి అనుభవాలు, ఆచరణ, ప్రవర్తన, విలువలు మొదలగు వాటి ఆధారంగా మూల్యాంకనం చేయాలి.

- దీని మూల్యాంకనాన్ని 50 మార్కులకు నిర్వహించాలి. **విలువల విద్య – జీవన నైపుణ్యాలు** ఆధారంగా పిల్లల్లో విద్యాప్రమాణాలు సాధించాలి. అవి 1) మంచి, చెడు విచక్షణ జ్ఞానాన్ని ప్రదర్శించడం, సత్ప్రవర్తనకల్గి ఉండడం, 2) రాజ్యాంగ విలువలు పాటించడం, 3) వ్యక్తిగత విలువలు అనగా సహనం, దయ, సానుభూతి, తదానుభూతి మొదలగునవి కల్గి ఉండడం, 4) జీవన నైపుణ్యాలు కల్గి ఉండడం, 5) ఉపాధ్యాయులు, పెద్దలు, సమాజం, ప్రభుత్వ ఆస్తులపట్ల సరైన వైఖరులు కల్గి ఉండడం.

- పైన తెల్పిన విద్యాప్రమాణాలను ఆయా పాఠాల ఆధారంగా పరిశీలించాలి. వీటిని సాధించడానికి అనుగుణంగానే ప్రధాన విలువకు సంబంధించిన పాఠాలు తరగతుల వారీగా ఉన్నాయి. ఒక్కొక్క సామర్థ్యానికి 10 మార్కుల చొప్పున 50 మార్కులకు నిర్వహించాలి. అనగా పరిశీలించి మార్కులు కేటాయించాలి.

- పిల్లల ప్రగతిని పరిశీలించి గ్రేడింగ్ నమోదుచేయాలి.

  A1 – 91%

  A2 – 71% – 90%

  B1 – 51% – 70%

  B2 – 41% – 50%

  C – 0 – 40%

- పిల్లల ప్రగతిని గురించి గ్రేడింగ్ నమోదు చేసినప్పుడు వాటికి సంబంధించిన గుణాత్మక రిమార్కులు కూడా నమోదుచేయాలి.
- బోధనాభ్యసన ప్రక్రియల నిర్వహణ విధానం – ప్రాథమిక స్థాయి

మొదటి పీరియడ్ :
- ఉపోద్ఘాతం గురించి తెలియజేయాలి.
- పాఠానికి సంబంధించిన విషయంలోని సన్నివేశాలు / సంఘటనలు / కథనాలను ఒకరితో చదివించాలి. లేదా చెప్పాలి.
- 'ఆలోచించండి – ప్రతిస్పందించండి' లోని ప్రశ్నల ఆధారంగా తరగతిలో చర్చ నిర్వహించాలి.

రెండవ పీరియడ్ :
- **'తెలుసుకోండి'**లోని విషయాన్ని గురించి పిల్లలకు చెప్పాలి లేదా ఒకరితో చదివించాలి. చర్చద్వారా అవగాహన కల్పించాలి.
- **'తరగతి కృత్యం – జట్టుపని'**ని తరగతిలో పిల్లలను జట్లుగా విభజించి నిర్వహించాలి.
- ఒక్కొక్క జట్టువారు చేసిన పనులను ప్రదర్శించాలి.
- **'ఆచరించండి – అనుభవాలు చెప్పండి'** లోని అంశాలను ఇంటివద్ద ఆచరించమని చెప్పాలి.

మూడవ పీరియడ్ :
- పుస్తకం చివర ఉన్న 'అనుబంధం'లో చేర్చిన కథ / పాట / పద్యం / శ్లోకం / స్ఫూర్తిదాతల గురించి తరగతిలో పిల్లలతో చదివించాలి. చర్చద్వారా అవగాహన కల్పించాలి.
- ఆ తరవాత **'ఆచరించండి – అనుభవాలు చెప్పండి'** గురించి ఒక్కొక్కరితో మాట్లాడించాలి.
- పాఠం చివర ఉన్న సూక్తి గురించి తెలియజేయాలి.

- పాఠశాలలో **'విలువల విద్య – జీవన నైపుణ్యాలు'** పుస్తకాలను పిల్లలకు కూడా ఇవ్వవచ్చు. గ్రంథాలయ పీరియడ్ సమయంలో లేదా భోజన విరామ సమయంలో కూడా పిల్లలకిచ్చి చదువుకోమని చెప్పాలి.
- 'విలువల విద్య – జీవన నైపుణ్యాలు' లోని సన్నివేశాలు, సంఘటనలు, సూక్తులు, పద్యాలు, శ్లోకాలు, కథలు, స్ఫూర్తిదాతల వంటి ఇతర అంశాలు కూడా సేకరించి తెలియజేయవచ్చు. వాటి ఆధారంగా కూడా చర్చ నిర్వహించడం, జట్టుపనులు చేయించడం, 'ఆచరించండి – అనుభవాలు చెప్పండి' వంటివి నిర్వహించవచ్చు.
- పాఠశాల గ్రంథాలయంలోని పుస్తకాలు, మ్యాగజైన్లు, వార్తాపత్రికలు వంటి వాటిని వినియోగించాలి.
- విద్యార్థులకు సూచనలు కూడా ఉన్నాయి. వీటిని మొదటి పీరియడ్‌లోనే చదివి వినిపించాలి. వీటి గురించి అర్థం చేయించాలి. ఆ ప్రకారం పిల్లలు నడుచుకొనేలా చూడాలి.

విషయసూచిక

వ.సం.	ప్రధాన విలువ	నేర్పవలసిన విలువ	పాఠ్యాంశం	పేజీ
1.	స్వేచ్ఛ	స్వేచ్ఛగా మాట్లాడడం	మాట్లాడుదాం	1
2.	సంతృప్తిగా జీవించడం	ఆటపాటల్లో ఆనందం పొందడం	ఆడుకుందాం - పాడుకుందాం	4
3.	శీల నిర్మాణం	సత్యమునే పలకడం	నాన్నా! పులివచ్చె!	6
4.	జీవన నైపుణ్యాలు	కలిసి ఉండడంవల్ల ఆనందం కల్గుతుందని గ్రహించడం	కలిసి ఉందాం!	9
5.	బాధ్యతవహించడం	తమ పనిని తామే చేసుకోవడం	మనపని మనమే చేసుకుందాం!	12
6.	పొదుపు చేయడం	పొదుపు ఎందుకో తెలుసుకోవడం	ముందుచూపు	16
7.	ఆరోగ్య విలువలు	మంచి ఆరోగ్యపు అలవాట్లు కల్గియుండడం	ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం	20
8.	సంస్కృతి, సంప్రదాయాలపట్ల గౌరవం	వివిధ సంస్కృతుల వారు జరుపుకునే పండుగల గురించి తెలుసుకోవడం	మన పండుగలు	24
9.	పర్యావరణ పరిరక్షణకు తోడ్పడం	మొక్కల పరిరక్షణ అవసరాన్ని గుర్తించడం	చెట్లను పెంచుదాం	27
10.	శాస్త్రీయ దృక్పథం	మరల ప్రయత్నించడం ద్వారా ప్రగతి సాధించగలమని తెలుసుకోవడం	కాకిగూడు	30
11.	న్యాయం	తోటి వారిని సమానంగా చూడడం	కలిసి ఆడుదాం	33
12.	శాంతి / కలిసి మెలిసి జీవించడం	ఇతరులకు బాధ కల్గించకుండా ఉండడం. ప్రేమ కల్గియుండడం	మారిన అశోక్	36

అనుబంధం

1. శ్లోకాలు 40
2. పద్యాలు 41
3. పాటలు, గేయాలు 42
4. కథలు 45

విద్యార్థులకు సూచనలు

- పిల్లలూ! **'విలువల విద్య – జీవన నైపుణ్యాలు'** పుస్తకం మీకోసమే రూపొందించి పాఠశాలలకు పంపారు.
- వీటిలోని పాఠాలు, పద్యాలు, కథలు, శ్లోకాలు, పాటలు, స్ఫూర్తిదాతల గురించి మీకు మీ ఉపాధ్యాయులు బోధిస్తారు. లేదా మీరే చదవండి. ఇతరులకు చెప్పండి, వాటి గురించి చర్చించండి.
- వీటి గురించి మీకు వారానికి ఒకరోజు బోధిస్తారు.
- ఒక పాఠంలోని సన్నివేశాలు, సంఘటనలు గురించి మీలో ఒకరు చదివిన తర్వాత మీ ఉపాధ్యాయుడు, కొన్ని ప్రశ్నలు అడుగుతారు. వీరందరూ ఆ ప్రశ్నలకు ఆలోచించి జవాబులు చెప్పండి. చర్చలో పాల్గొనండి.
- తరగతిలో జట్టు కృత్యాలు నిర్వహిస్తారు. మీరు మీ మిత్రులతోకలిసి జట్టు పనుల్లో పాల్గొనండి. మీరు జట్లలో చర్చించిన విషయాల గురించి తరగతిలో చెప్పండి.
- **'ఆచరించండి – అనుభవాలు చెప్పండి'** అని కొన్ని పనులను మీకు పురమాయిస్తారు. ఆ ప్రకారం మీరు ఆచరించండి. ఆ తరవాత వచ్చే పీరియడ్‌లో ఏం చేశారు? మీకెలా అనిపించింది? దీన్నుండి మీరేమి నేర్చుకొన్నారు? మొదలగు విషయాలను, మీ అనుభవాలను తెలియజేయండి.
- వీటిలోని అంశాలు ఎక్కువగా చర్చించడానికి, ఆచరించి అనుభవాలు చెప్పడానికి ఉద్దేశించినవి కాబట్టి రాయాలని భావించకండి. తప్పనిసరిగా చేయండి.
- మీరు తెల్సుకొన్న, చర్చించిన అంశాల ఆధారంగా వార్తాపత్రికలలో చూడండి. వాటి నుండి సేకరించిన విషయాలు, వార్తలు, వ్యాసాలు, సూక్తులు మొదలగువాటిని తరగతిలో చదివి విన్పించండి. ఆ తరవాత వాటిని తరగతిలోని గోడపత్రికలో ప్రదర్శించండి.
- వీటికి కూడా మూల్యాంకనం ఉంటుంది. ఐతే, వీటికి పరీక్షలు ఉండవు. మీరెలా పాల్గొంటున్నారు? మీ ప్రవర్తన ఎలా ఉంది? మీలో ఏం మార్పువచ్చింది? మొదలగు విషయాలను మీ ఉపాధ్యాయులు పరిశీలించి మార్కులు కేటాయిస్తారు. వాటి ఆధారంగా మీకు గ్రేడింగ్ ఇస్తారు.
- ఇలా ఒక విద్యా సంవత్సరంలో మూడుసార్లు మీ గురించి నమోదుచేస్తారు. మొదటి సంగ్రహణాత్మక, రెండవ సంగ్రహణాత్మక, మూడవ సంగ్రహణాత్మక మూల్యాంకనాలతోపాటు మిమ్మల్ని పరిశీలించి మీ ప్రగతిని గ్రేడుల రూపంలో నమోదుచేస్తారు.
- 10వ తరగతి మెమో / సర్టిఫికెటులో కూడా ఈ వివరాలు ఉంటాయి.
- వంట ఎంత మంచిగా వండినా, దాంట్లో చిటికెడు ఉప్పు లేకుంటే రుచి ఉండదని భాస్కరశతకంలోని పద్యం ఉంది. అట్లే మనం ఎంత చదువుకున్నా, ఎంత మంచి గ్రేడు వచ్చినా, మనలో 'వినయం, సహనం, శీలం, విచక్షణ' లేకుంటే మనకు విలువ ఉండదు. కాబట్టి విలువల విద్య – జీవన నైపుణ్యాలు పాఠాల ద్వారా మీరు గొప్పవారుగా ఎదగాలి.

1 మాట్లాడుదాం

I. ప్రధాన విలువ

స్వేచ్ఛ

II. ఉప విలువ

స్వేచ్ఛగా మాట్లాడడం

III. ఆశించిన ఫలితాలు / లక్ష్యాలు

- పిల్లలు ఎటువంటి బిడియం లేకుండా తరగతిలో, బయట స్వేచ్ఛగా మాట్లాడగలగాలి.
- స్వేచ్ఛగా తమ అభిప్రాయాలను, అనుభవాలను చెప్పగలగాలి

IV. ఉపోద్ఘాతం

పిల్లలు స్వేచ్ఛగా మాట్లాడగలిగినప్పుడు వారి అభిప్రాయాలను స్పష్టంగా చెప్పే అవకాశం ఉంటుంది. వారికి తెలియని విషయాలను తెలుసుకోగలుగుతారు. స్వేచ్ఛగా మాట్లాడగలిగినప్పుడు వారిలో ఆత్మవిశ్వాసం, ధైర్యం పెంపొందుతాయి. కాబట్టి వారికి స్వేచ్ఛగా మాట్లాడగలిగే అవకాశాలు కల్పించాలి. స్వేచ్ఛగా మాట్లాడించే ప్రయత్నం చేయాలి.

ఉదా॥ 1. మీకు ఎవరంటే ఇష్టం? ఎందుకిష్టం?

2. మీ స్నేహితులతో కలిసి ఏమేమి కబుర్లు చెప్పుకుంటారు?

V. సన్నివేశం

అభిరాం 1వ తరగతి చదువుతున్నాడు. అభిరాం ఎక్కడ ఉంటే అక్కడ సందడిగా ఉంటుంది. అందరితో చనువుగా మాట్లాడుతాడు. హుషారుగా కబుర్లు చెబుతాడు. అమ్మ వంటింట్లో పనులు చేస్తుంటే? అదేమిటి? అది ఎందుకు? అని అమ్మను అడుగుతూనే ఉంటాడు. నీకెందుకురా ఇవన్నీ అని అమ్మ ప్రేమగా విసుక్కొంటుంది.

హాల్లో పేపరు చదువుతున్న తాతయ్య దగ్గరికి వెళ్ళి పేపరు గురించిన ప్రశ్నలను వేస్తాడు. తాతయ్యతో కబుర్లు చెబుతాడు. నాన్నకోసం వచ్చిన వాళ్ళతో కొత్త పాత లేకుండా రండి అంకుల్! ఏం కావాలి? నాన్నగారికి చెబుతాను ఉండండి అని సంకోచం లేకుండా మాట్లాడుతాడు.

ఇంట్లోనేకాదు బళ్ళో కూడా టీచర్లతో అన్ని విషయాలు ముచ్చటిస్తుంటాడు. రకరకాల ప్రశ్నలు వేస్తుంటాడు. బళ్ళో కలుపుగోలుగా మాట్లాడే అభి అంటే అందరికీ అభిమానం. ఇలా తన మాటలతో అందరి అభిమానం పొందాడు అభిరాం.

VI. అ) ఆలోచించడం - ప్రతిస్పందించడం

1) మీరు కూడా అభి లాగా ఎవరెవరితో బాగా మాట్లాడుతారు?

2) ఏ ఏ విషయాలు మాట్లాడుతారు? ఎందుకు?

3) అలా మాట్లాడటం వల్ల మీకు ఏ ఏ విషయాలు తెలుస్తాయి?

4) తరగతిలో మీకు తెలియని విషయాల గురించి ఎవరెవరితో మాట్లాడుతారు? ఏం మాట్లాడుతారు?

ఆ) తరగతి కృత్యం - జట్టుపని

కింది వాటిలో మీరు చేయగలిగిన వాటికి చేతులెత్తండి.

1) నేను రోజూ హాయిగా ఆడుకుంటాను.

2) నేను చిన్న చిన్న పాటలు పాడగలను.

3) నేను అమ్మ నాన్నలతో మాత్రమే భయం లేకుండా మాట్లాడుతాను.

4) నాకు తెలియని విషయాలను టీచరును అడుగుతాను.

(చేతులెత్తిన వారితో ఎలా చేస్తారో చెప్పించాలి. చేతులెత్తని వారితో ఎందుకు చేయరో చెప్పించాలి.)

ఇ) ఆచరించడం - అనుభవాలు చెప్పడం

ఒక కథను తెలిసికొని వచ్చి తరగతిలో చెప్పించాలి.

సూక్తి

అందరితో చక్కగా మాట్లాడాలి. మర్యాదగా ప్రవర్తించాలి. అప్పుడు ఎంతో మంది స్నేహితులు తయారవుతారు.

2 ఆడుకుందాం పాడుకుందాం

I. ప్రధాన విలువ

సంతృప్తిగా జీవించడం

II. ఉప విలువ

ఆటపాటల్లో ఆనందంపొందడం

III. ఆశించిన ఫలితాలు / లక్ష్యాలు

- పిల్లలు ఆటలు, పాటలతో ఆనందం పొందుతూ నిత్యం సంతోషంగా ఉండగలగాలి.
- పిల్లలు ఏ ఏ పనుల ద్వారా ఆనందాన్ని పొందుతారో చెప్పగలగాలి.

IV. ఉపోద్ఘాతం

బాల్యాన్ని అనుభవించడం పిల్లల హక్కు. బాల్యం అంటేనే ఆడుకోవడం, పాడుకోవడం ఆనందంగా ఉండడం, ఆటలతో, పాటలతో సంతృప్తి పొందడం అనేది చిన్నపిల్లలు పొందగలగాలి. ఈ రోజుల్లో పిల్లలు ఆట పాటలకు దూరమై ఆనందానికి దూరమవుతున్నారు. ఆటపాటల్లో ఆనందం ఉంటుందని తెలియజేయడం ఈ పాఠ్యాంశ ఉద్దేశ్యం.

V. విషయ వివరణ

సందీప్ ఒకటవ తరగతి చదువుతున్నాడు. పాఠశాల నుండి ఇంటికి వచ్చాడు. ఆడుకోవడానికి వెళ్తానని అమ్మను అడిగాడు. కానీ వాళ్ళమ్మ పంపలేదు. చదువుకోమని చెప్పింది. సందీప్ బిక్కముఖం వేసుకుని కూర్చున్నాడు. పక్క ఇంట్లోని రమ్య కూడా సందీప్ చదివే బళ్ళోనే చదువుతున్నది. ఈ అమ్మాయి బడి నుండి రాగానే వాళ్ళమ్మ కాళ్ళు చేతులు కడుక్కోమని చెప్పి తినటానికి గుగ్గిళ్ళు ఇచ్చింది. బళ్ళో ఈ రోజు ఏం చేశావు అని ఆప్యాయంగా అడిగింది. రమ్య అమ్మతో ఆడుకుని వస్తాను అని చెప్పి వెళ్ళింది. స్నేహితులతో ఆడుకుంది.

VI. అ) ఆలోచించడం - ప్రతిస్పందించడం

1) సందీప్, రమ్యలలో ఎవరు సంతోషంగా ఉన్నారు? ఎందుకు?

2) నీకు ఆటలంటే ఇష్టమేనా? ఎందుకిష్టం?

3) నీవు బడి నుండి రాగానే ఏం చేస్తావు? అలా చేయడం నీకిష్టమేనా?

ఆ) తరగతి కృత్యం - జట్టుపని

మీకు ఏ ఏ పనులు చేసినప్పుడు సంతోషం కలుగుతుంది. పిల్లలు చెప్పిన వాటిని నల్లబల్లపై రాసి అందరికీ / ఎక్కువ మందికి ఆనందం కలిగించే అంశాలను గుర్తింప చేయాలి.

(ఆటలంటే మాకిష్టం, పాటలంటే మాకిష్టం... గేయాన్ని పాడించాలి.)

ఇ) ఆచరించడం - అనుభవాలు చెప్పడం

ఈ వారం రోజులూ మీకు ఆనందం కలిగించే పనులు చేయండి. ఆ పనులు చేసేటప్పుడు మీకేమనిపించిందో చెప్పండి.

సూక్తి సంతోషం సగం బలం

3 నాన్నా! పులివచ్చె!

I. ప్రధాన విలువ

శీలనిర్మాణం

II. ఉప విలువ

సత్యమునే పలుకవలెను

III. ఆశించిన ఫలితాలు / లక్ష్యాలు

- అబద్ధాలు చెప్పకూడదని తెలుసుకోవడం.
- అబద్ధాలు చెప్పే అలవాటు ఉన్నవారు నిజాలు మాట్లాడినా ఎవరూ నమ్మరని తెలుసుకోవడం.

IV. ఉపోద్ఘాతం

ఉన్నది ఉన్నట్లు, విన్నది విన్నట్లు, చూసింది చూసినట్లు, జరిగింది జరిగినట్లు చెప్పడమే సత్యం. సత్యం పలికేవారి పట్ల ఎదుటివారికి గౌరవం, ఆదరణ కలుగుతాయి. అలా కాకుండా మాట్లాడితే అబద్ధాలు చెప్పడం అంటారు. అబద్ధాలాడటం అనేది దురలవాటు. ఎప్పుడూ అబద్ధాలు మాట్లాడేవారు నిజం చెప్పినా ఏం జరుగుతుందో ఈ పాఠంలో తెలుసుకుందాం.

V. కథ

ఒక ఊరిలో సోమయ్య అనే పల్లెటూరి రైతు ఉన్నాడు. అతనికి కొంత పొలం ఉంది. గొర్రెల మంద కూడా ఉంది. కూలీలతో ఒకరోజు మందని తోలుకు వెళుతూ తన కొడుకు రంగడిని కూడా పొలానికి తీసుకొని వెళ్ళాడు. మందకి కొడుకుని కాపలా ఉండమని చెప్పాడు. సరేనన్నాడు రంగడు. "ఇక్కడ అప్పుడప్పుడు పెద్దపులి వస్తూ ఉంటుంది. జాగ్రత్త!" అని హెచ్చరించి "ఒకవేళ పులి వస్తే కేకవేయమని" చెప్పి పొలంలోని కూలీలతో పనులు చేయించడంలో నిమగ్నమయ్యాడు సోమయ్య. రంగడు ఆకతాయి కుర్రాడు. తండ్రిని ఒక – ఆట పట్టించాలని అనుకున్నాడు. "నాన్నా! నాన్నా! పులి వచ్చింది" అని పెద్దగా అరిచాడు. నిజంగా పులి వచ్చిందేమోనని సోమయ్య కూలీలతో కర్రలు చేత పట్టుకొని పరుగెత్తుకు వచ్చాడు. కాని రంగడు నవ్వుతూ "పులీ లేదు గిలీ లేదు. హాస్యానికి కేక వేసాను! అన్నాడు. సోమయ్య, కూలీలు వెళ్ళిపోయారు. మళ్ళీ కాసేపటికి 'నాన్నా! నాన్నా! పులి" అని అరిచాడు. సోమయ్య వాళ్ళు మరొకసారి వచ్చారు. "ఈసారి కూడా వేళాకోళమే" అన్నాడు రంగడు. సోమయ్య రంగడ్ని కోప్పడి వెళ్ళిపోయాడు. మరికొద్దిసేపటికి పులి నిజంగానే వచ్చింది. ఈసారి మళ్ళీ 'నాన్నా! నాన్నా! పులి' అని గట్టిగా అరిచాడు. ఎంత అరిచినా సోమయ్య వాళ్ళు వినిపించుకోలేదు. హాస్యానికి మళ్ళీ అరిచాడని లెక్కచేయలేదు. పులి మాత్రం గొర్రెపిల్ల నొకదానిని మెడపట్టుకొని ఈడ్చుకుపోయింది. రంగడు ఏడుస్తూ నవ్వులాటకి అబద్ధాలాడితే అపాయం ముంచుకొస్తుందని తెలుసుకున్నాడు.

VI. అ) ఆలోచించడం – ప్రతిస్పందించడం

1) రంగడు ఏమి చేశాడు?

2) మూడోసారి పులి వచ్చిందని రంగడు అరచినా ఎవరూ ఎందుకు రాలేదు?

3) అబద్దాలు ఎందుకు చెప్పకూడదు?

ఆ) తరగతి కృత్యం - జట్టుపని

మీరు ఎప్పుడైనా అబద్ధాలు చెప్పారా? ఎందుకు చెప్పారు. ఇలా చెప్పటం సరైనదేనా?

(పిల్లలతో మాట్లాడించాలి.)

ఇ) ఆచరించడం - అనుభవాలు చెప్పడం

పిల్లలూ! మీరు ఒక వారం పాటు అబద్ధాలాడకుండా ఉండగలరేమో చూడండి. ఇందుకోసం ఉన్నది ఉన్నట్లు, విన్నది విన్నట్లు, చూసింది చూసినట్లు, జరిగింది జరిగినట్లు గమనించిన విషయాలను చెప్పాలి. (ఇంట్లో, బయట, బడిలో ఎక్కడైనా) వారం తర్వాత అనుభవాలను ఇలా సత్యమునే పలకడంవల్ల మీకేనిపించిందో చెప్పండి.

(ఎంత మంది పిల్లలు ఇలా చేయగలిగారో గుర్తించి వారిని అభినందించాలి.)

సూక్తి

సత్యం మాట్లాడే వారికి ధైర్యం తోడవుతుంది. శక్తినిస్తుంది. జయం కల్గిస్తుంది.

4 కలిసి ఉందాం!

I. ప్రధాన విలువ

జీవన నైపుణ్యాలు

II. ఉప విలువ

కలిసి మెలిసి ఉండడంవల్ల ఆనందం కలుగుతుంది.

III. ఆశించిన ఫలితాలు / లక్ష్యాలు

- కలిసిమెలిసి ఉండడం యొక్క అవసరాన్ని తెలుసుకోవడం.
- కలిసిమెలిసి ఉండడంవల్ల కలిగే ఉపయోగాలను తెలుసుకోవడం.

IV. ఉపోద్ఘాతం

మానవులు సమాజంలో జీవిస్తుంటారు. మనుగడ సాగించడానికి ఒకరిపై మరొకరు ఆధారపడుతుంటారు. కలిసిమెలిసి జీవించడం ద్వారా అనేక ప్రయోజనాలు చేకూరుతాయి. కలిసిమెలిసి ఉండడంవల్ల ఆనందం కలుగుతుంది. ఈ విషయాన్ని గురించి తెలియజేయడమే ఈ పాఠం యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశం.

V. కథ

కింది కథను వివరించి చెప్పండి.

ఒక అడవిలో నాలుగు ఎద్దులు ఉండేవి. అవి చాలా బలమైనవి. అవి ఎప్పుడూ కలిసిమెలిసి ఉండేవి. అవి ఒకరోజు పచ్చిక మేస్తూ ఉన్నాయి. వాటిని ఒక సింహం చూసింది. అబ్బ! ఈ ఎద్దులు ఎంత పెద్దగా ఉన్నాయి. వీటిని తింటే ఎంత బాగుంటుంది అని అనుకుంది. వెంటనే ఎద్దుల దగ్గరికి వచ్చింది. వాటిని చంపాలని చూసింది. దీన్ని గమనించిన ఎద్దులు నాలుగు కలిసి సింహంపై కలియబడ్డాయి. ఎద్దులన్నీ కలిసి ఒకసారి తనపై పడేసరికి అంత బలమైన సింహం కూడా భయపడిపారిపోయింది. సింహం తన గుహల్లో పడుకున్నా దానికి ఆ బలమైన ఎద్దులే గుర్తుకు వస్తున్నాయి. అవి కలిసి ఉంటే చంపడం తనవల్ల కాదని తెలుసుకొంది. వాటిని విడదీస్తే కానీ చంపడం సాధ్యం కాదని అనుకుంది. ఒక పథకం ప్రకారం ఎద్దులు తమలో తాము పోట్లాడుకునేలా చేసింది. ఎద్దులు పోట్లాడుకొన్నాయి. విడిపోయి వేరేవేరుగా గడ్డి మేస్తున్నాయి.

ఇదే అదనుగా భావించిన సింహం ఒక ఎద్దు దగ్గరకు వెళ్ళింది. దాన్ని చంపబోయింది. దీన్ని గ్రహించిన ఎద్దు సింహానికి అందకుండా పరుగెత్తి రొప్పుతూ వచ్చి తన స్నేహితులను కలుసుకొంది. సింహం ఎత్తుగడను చెప్పింది. సింహం చేసిన మోసాన్ని తెలుసుకొన్న ఎద్దులు తమ పొరబాటును తెలుసుకొన్నాయి. కలిసి ఉండడంవల్ల కలిగే ప్రయోజనాన్ని తెలుసుకొన్నాయి. తిరిగి ఆనందంగా జీవించసాగాయి. ఇక తన పప్పులు ఉడకవని తెలుసుకున్న సింహం తోకముడుచుకొని వెళ్ళిపోయింది.

VI. అ) ఆలోచించడం - ప్రతిస్పందించడం

1) కథలో ఏవి కలిసి మెలిసి ఉన్నాయి? అవి కలిసి మెలిసి ఉండటంవల్ల ఏం జరిగింది?

2) కలిసిమెలిసి ఉండడం అంటే ఏమిటి?

3) మీ మిత్రులు ఎవరు?

4) ఎందుకు కలిసిమెలిసి ఉండాలి?

5) మీరు, మీ మిత్రులతో కలిసి మెలసి ఉంటున్నారా? ఎందుకు ఉండాలి?

ఆ) తరగతి కృత్యం - జట్టుపని

మీ తరగతిలో ఎవరెవరు కలిసి మెలసి ఉంటారు? వారు అలా కలిసి ఉండటంవల్ల ఏం లాభం జరుగుతుందో చెప్పండి.

(పిల్లలు తమతోటివారితో కలిసి మెలసి ఉండాలని, అలా కలిసి ఉండటంవల్ల కలిగే ప్రయోజనాలేమిటో పిల్లలకు అర్థమయ్యేలా వివరించాలి.)

ఇ) ఆచరించడం - అనుభవాలు చెప్పడం

కలిసిమెలిసి ఉండడంవల్ల ఆనందం కలిగించే అంశానికి సంబంధించిన కథలను తెలుసుకొని రమ్మని చెప్పాలి. పిల్లలందరిచేత కథను చెప్పించాలి.

సూక్తి

"కలిసి ఉంటే కలదు సుఖము."

5 మనపని మనమే చేసుకుందాం!

I. ప్రధాన విలువ

బాధ్యతలు నిర్వర్తించడం - కర్తవ్యపాలన

II. ఉప విలువ

తమ పనిని తామే చేసుకోవడం

III. ఆశించిన ఫలితాలు / లక్ష్యాలు

- పిల్లలు తమ పనిని తామే చేసుకోవడం అలవాటుగా మార్చుకోవడం.
- ఎవరి పని వాళ్ళు చేసుకోవడం వలన కలిగే మంచిని, తృప్తిని తెలుసుకోవడం.

IV. ఉపోద్ఘాతం

పిల్లలు పెరిగే కొద్దీ తమ పనులను తామే చేసుకోగలగాలి. ఇతరులపై ఆధారపడకూడదు. ఇలా ఆధారపడటం వలన సోమరితనం అలవాటవుతుంది. తమ పని తాము చేసుకోగలిగినప్పుడే వారిపై వారికి నమ్మకం కలుగుతుంది. వారి సామర్థ్యాలు వృద్ధి చెందుతాయి. కనుక పిల్లలు తమ పనులు తాము చేసుకొనేలా ప్రోత్సహించవలసిన బాధ్యత తల్లిదండ్రులది, ఉపాధ్యాయులది. కనుక విద్యార్థులను తమ పనులు తాము చేసుకోవలసిన బాధ్యతను తెలియజేసే కింది ప్రశ్నల ద్వారా పిల్లలను కార్యోన్ముఖులను చేయండి.

ప్రశ్నలు:

1) మీ ఇంట్లో నీవు ఏ ఏ పనులను చేస్తావు?

2) మీ అమ్మా, నాన్న ఏ ఏ పనులను చేస్తారు?

3) మీ ఇంట్లో ఎక్కువగా పనిచేసేది ఎవరు?

4) నీ పనులు నీవు చేసుకుంటావా? మీ అమ్మా నాన్నలపై ఆధారపడతావా?

5) నీ పనులను నీవే చేసుకున్నప్పుడు నీకు ఎలా అనిపిస్తుంది?

ఇప్పుడు తన పనితానే చేసుకునే రాము గురించి, అలా చేసుకోని సోము గురించి తెలుసుకుందాం.

V. సన్నివేశం

ఆ రోజు ఆదివారం సోము వాళ్ళ అమ్మతో కలిసి రాము వాళ్ళ ఇంటికి వెళ్ళాడు. వీళ్ళు వెళ్ళే సమయానికి రాము తన పుస్తకాలను బ్యాగులో సర్దుకుంటున్నాడు. సర్దిన తర్వాత దానిని తీసుకుని వెళ్ళి అల్మరాలో ఉంచాడు. బయట ఆరవేసిన తన బట్టలను తీసుకవచ్చి, మడతపెట్టి అల్మరాలో సర్దాడు. రాము వాళ్ళ అమ్మ రాముని పిలిచి సోముకు, సోమువాళ్ళ అమ్మకు, రాముకు టిఫిన్ పెట్టి ఇచ్చింది. రాము వాటిని సోము వాళ్ళకు ఇచ్చి తానూ ఒక ప్లేట్ తీసుకున్నాడు. మంచి నీళ్ళు కూడా తెచ్చి పెట్టాడు. అందరూ తిన్న తర్వాత ప్లేట్లు, గ్లాసులు తీసుకొని వెళ్ళి వాటిని కడిగే స్థలంలో పెట్టాడు. ఇదంతా సోము ఆశ్చర్యంగా గమనిస్తున్నాడు. దానిని చూసిన వాళ్ళమ్మ సోముతో చూశావా! రాము తనపనులన్నీ తానే చేసుకుంటున్నాడు మనింట్లో నీ పనులన్నీ, నేనే చేస్తాను అంది. దానికి సోము ఇకమీదట నా పనులన్నీ నేనే చేసుకుంటానన్నాడు.

తమ పనులు తాము చేసుకోవడం వల్ల క్రమశిక్షణ అలవడుతుంది. ఉన్నతమైన స్థానాన్ని పొందుతారు. విశిష్ట వ్యక్తులైన గాంధీజీలాంటి వారు కూడా తమ పనులను తామే చేసుకునేవారు. తమ పనుల కోసం ఇతరులపై ఆధారపడేవారు సోమరులుగా తయారవుతారు. జీవితంలో అభివృద్ధిని సాధించలేరు.

VI. అ) ఆలోచించడం – ప్రతిస్పందించడం

1) రాము ఏ ఏ పనులను సొంతంగా చేసుకున్నాడు? మీరు మీ ఇంట్లో ఏ ఏ పనులు సొంతంగా చేస్తారు?
2) సోములాగా ఉంటే ఎవరైనా మెచ్చుకుంటారా? ఎవరైనా ఎలా ఉంటే మెచ్చుకుంటారు?
3) సోములో కలిగిన మార్పు ఏమిటి? మార్పు ఎలా వచ్చింది? మీరు ఎవరినైనా చూసి ఏదైనా నేర్చుకున్నారా?
4) మనపనులను మనమే ఎందుకు చేసుకోవాలి?
5) రాము సోముల మధ్య తేడా ఏమిటి?
6) నీవు ఎవరిలా ఉండాలనుకుంటున్నావు? ఎందుకు?

ఆ) తరగతి కృత్యం – జట్టుపని

కింద కొన్ని పనులు ఉన్నాయి. వాటిని మీరే చేసినట్లయితే 'అవును' అని లేకుంటే 'కాదు' అని చెప్పండి. మీరు వాటిలో ఏవేవి చేస్తున్నారో చెప్పండి.

1) నా పుస్తకాలను బ్యాగులో సర్దుకుంటాను.
2) బడికి వచ్చేముందే బ్యాగులో పుస్తకాలు, పెన్సిలు బాక్స్‌లో అన్నీ ఉన్నాయో లేదో చూసుకుంటాను
3) నా బ్యాగును నేనే మోసుకొని స్కూలుకు వస్తాను.
4) నా తిండి నేనే తింటాను. తిన్న తర్వాత ప్లేటు కడిగిపెడతాను.
5) నా ఆట వస్తువులన్నీ ఆడుకున్నాక అలమరలో జాగ్రత్తగా పెట్టుకుంటాను.
6) ఇంట్లో ఎక్కడ వస్తువులు తీసినా తిరిగి అక్కడే పెడతాను.
7) నా దుస్తులను నేనే మడతపెట్టుకుంటాను.
8) హోంవర్క్ చేసుకున్న తర్వాత పుస్తకాలు, పెన్నులు అన్నీ సర్దిపెట్టుకుంటాను.
9) అమ్మకు ఇంటిపనిలో సహాయం చేస్తాను.

(పై పనులను చదివి వినిపించండి. వాటిలో ఎంతమంది వారి పనులను వారే చేసుకుంటున్నారో గుర్తించండి. అటువంటి వారిని అభినందించండి. ఎవరి పనులు వారే చేసుకోవడం ఎందుకు మంచి అలవాటో వివరించండి.)

ఇ) ఆచరించడం – అనుభవాలు చెప్పడం

మన పనులను మనమే చేసుకోవాలని తెలుసుకున్నారు కదా! కాబట్టి మీ పనులను మీరే చేసుకోండి. మీకు మీరుగా చేసుకున్న పనులను గురించి తరువాతి తరగతిలో చెప్పండి.

వ్యవస్థపట్ల అభిరుచి

మనం వస్తువులను ఉపయోగించిన తరువాత తిరిగి వాటిని ఒక క్రమపద్ధతిలో ఉంచవలసిన స్థలాలలో ఉంచడమే వ్యవస్థ. అంటే ఒక పద్ధతి ప్రకారం వస్తువులను వాటికి కేటాయించిన స్థలాల్లో పెట్టడం అని అర్థం. దీనిని మనం పాటించాలి. మనం వస్తువులను అవసరానికి వాడుకున్నాక తిరిగి వాటిని పెట్టవలసిన చోట పెడితే వాటికి రక్షణ, పైగా అందం కూడా. దీనిని పాటించడాన్నే వ్యవస్థ పట్ల అభిరుచి కలిగి ఉండడం అంటారు.

ఉదాహరణకు మన పుస్తకాలు అలమరాలో చక్కగా సర్దుకొని ఉంచుకుంటాం. పుస్తకాల సంచిని చక్కగా సర్దుకుంటాం. మనం రాసుకోవడానికి, చదువుకోడానికి పుస్తకాలు తీస్తాం. మనం పని పూర్తిచేశాక అలా వదిలేశామనుకోండి అవి గాలికి ఎగిరి పేపర్లు చిరిగిపోతాయి. కాళ్ళకు తగులుతూ చిందరవందరగా అసహ్యంగా ఉంటాయి. అదే సర్దుకుంటే ఎంత బాగుంటుంది. ఈ విధంగా చక్కగా ఎక్కడ ఉండాల్సిన వాటిని అక్కడ ఉంచుకోవాలి. మనం మన వస్తువుల్ని ఇంట్లోను, వసతి గృహంలోను చక్కగా ఒక క్రమపద్ధతిలో చక్కగా వస్తువులను, అలంకరించుకోవడం వలన చూసేవారికి ఆనందంగా ఉంటుంది. మనకు కావల్సిన వస్తువు ఎక్కడ ఉంది? అన్న విషయంలో అవగాహన కలుగుతుంది. అదే చక్కని వ్యవస్థలేకుండా చిందవందరగా పడేస్తే పని, ఫలితం రెండూ అస్తవ్యస్తంగా ఉంటాయి. మనం అనుకున్న పనిని, అనుకున్న సమయంలో సక్రమంగా పూర్తిచెయ్యలేము. కాబట్టి సక్రమంగా ఉండాలి.

ఉత్సవాలు, ప్రత్యేక కార్యక్రమాలు జరుగుతున్నప్పుడు అక్కడ క్రమపద్ధతిని పాటించాలి. పాదరక్షలు పెట్టడానికి స్థలం కేటాయించడం, వాహనాలు పెట్టడానికి స్థలం కేటాయించడం, తరగతి వారీగా వరుసక్రమాన్ని పాటించడం మొదలైనవి చెయ్యాలి. ఇలా చెయ్యడం వ్యవస్థ అనిపించుకుటుంది.

సూచన : ఉపాధ్యాయుడు ప్రతి విద్యార్థిచేత కొన్ని వస్తువులను తెప్పించి వాటిని సక్రమమైన పద్ధతిలో పెట్టించాలి. బొమ్మలకొలువు ఏర్పాటుచేయించుట, ప్రార్థనాసమయంలోని వ్యవస్థ ఏర్పాటును చేయించాలి. పుస్తకాలు సంచిలో సక్రమంగా సర్దుకొనేటట్లు చెయ్యడం, పాఠశాలలో, గ్రంథాలయంలో వ్యవస్థ ఎలా ఉంటుందో వివరించి, గ్రంథాలయాన్ని చూపించాలి.

సూక్తి

పనిచేయడంవల్ల మంచి గుణం, గుణం వల్ల మంచి పేరు వస్తుంది. పనిపట్ల బాధ్యత వహించడం మంచి లక్షణం. దీనివలన మంచి పేరు వస్తుంది.

1వ తరగతి

6

ముందుచూపు

I. ప్రధాన విలువ

పొదుపు

II. ఉప విలువ

పొదుపు ఎందుకో తెలుసుకోవడం

III. ఆశించిన ఫలితాలు / లక్ష్యాలు

- పొదుపు యొక్క ఆవశ్యకతను తెలుసుకుంటారు.
- పొదుపు చేయడం అలవరుచుకుంటారు.

IV. ఉపోద్ఘాతం

మనం సంపాదించిన డబ్బునుకాని, మన దగ్గర ఉన్న వస్తువులనుకాని, కరెంటు, ఆహారం, నీళ్ళు మొదలైన వాటినికాని మన అవసరాన్ని బట్టి సరైన విధంగా ఉపయోగించుకోవడాన్నే పొదుపు అంటాం. పొదుపు చేయడంవల్ల చాలా ఉపయోగాలున్నాయి కనుక పిల్లలకు పొదుపుయొక్క ఆవశ్యకతను తెలియజేసి పిల్లలు పొదుపును పాటించేలా ప్రోత్సహించడమే ఈ పాఠం యొక్క ఉద్దేశ్యం.

ఇందుకు సంబంధించిన చీమ, మిడుతల కథను వినండి. ఏం జరిగిందో తెలుసుకోండి.

V. కథ

చీమ - మిడత

ఒక తోటలో చీమ, మిడత కలిసి మెలిసి జీవిస్తున్నాయి. ఇవి రెండూ మంచి మిత్రులు. అది ఎండకాలం వెచ్చగా హాయిగా ఉంది. చుట్టూ బోలెడంత ఆహారం, చీమ ఎప్పుడూ ఆహారం వెతుక్కోవడంలో ఉండేది. దొరికిన ఆహారాన్ని తన పుట్టలోకి తీసుకుపోయి ఉంచుకునేది. అలా చీమ చాలా కష్టపడి ఎక్కువ ఆహారం సేకరించి వర్షాకాలం కోసం దాచుకుంది. కాని మిడత మాత్రం అలాకాదు. ఏంపని చేసేదికాదు. సమయానికి దొరికిన తిండి ఏమీ మిగల్చకుండా తిని, ఆడుతూ, పాడుతూ గడిపేది. రాబోవు కాలం గురించి దానికి బాధలేదు. చీమ మాత్రం ఎన్నోసార్లు మిడతకు చెప్పింది. మనము సంపాదించిందంతా ఖర్చుచేస్తే భవిష్యత్తులో అవసరాలకు ఏమీ మిగలదు. కష్టపడి సంపాదించిన దాంట్లో ఎంతో కొంత పొదుపుచేస్తే అది మన అవసరాలకు ఉపయోగపడుతుంది అని ఎన్నో మంచి మాటలు చెప్పింది. మిడత దాని మాటను పెడచెవిన పెట్టింది. పైగా చీమ పని చేస్తున్నందుకు వెక్కిరించింది. చీమ దానిని పట్టించుకోలేదు. వర్షాకాలం ప్రారంభమైంది. వరుసగా వానలు కురుస్తున్నాయి. ఆహారం దొరకడం కష్టమయింది. తిండిలేక ఆకలిబాధ భరించలేకపోయింది మిడత. చీమ దగ్గరకు వెళ్ళి తన పనికి సిగ్గుపడుతూ వర్షాకాలం తర్వాత చక్కగ కష్టపడి పనిచేసి అవసరం మేరకు వాడుకొని, మిగతాది పొదుపు చేస్తానని ఈ వర్షంలో ఆదుకోమని కోరింది. అందుకు సరే అన్న చీమ వర్షాకాలం మిడతకు ఆహారాన్ని సంపాదించింది. ఆహారం అందించింది. పొదుపు విలువ తెలిసిన మిడత తరువాతి కాలంలో పనిచేసి, పొదుపుగా వాడుకుంది.

VI. అ) ఆలోచించడం - ప్రతిస్పందించడం

1) పిల్లలూ! కథను విన్నారు కదా! ఈ కథ వల్ల మీరు ఏమి తెలుసుకున్నారు?

2) చీమ పొదుపు చేసింది కదా! దానివల్ల చీమకు కల్గిన లాభమేమి?

3) పొదుపు చేయడంవల్ల మనకు కలిగే లాభాలేవి?

4) పొదుపు చేయకపోవడంవల్ల మిడతకు కల్గిన నష్టమేమి?

5) పొదుపు చేయకపోవడంవల్ల మనకు కలిగే నష్టాలేమిటి?

6) ఎందుకు పొదుపు చేయాలి? వేటిని పొదుపుగా వాడుకోవాలి?

7) కథలో ఎవరికి ముందు చూపు ఉన్నదని తెలుసుకున్నారు?

8) ముందు చూపుతో పొదుపు చేసిందెవరు? దీనివల్ల ఏమి జరిగింది?

ఆ) తరగతి కృత్యం - జట్టుపని

పిల్లలూ! మీకు కొన్ని అంశాలను చదివి వినిపిస్తాను. కింది అంశాలలో మీరు అనుసరిస్తున్న వాటికి 'అవును' అని ఆచరించని వాటికి 'కాదు' అని సమాధానం చెప్పండి.

	అవును	కాదు
1) మీ తల్లిదండ్రులు మీకు ఇచ్చిన డబ్బును జాగ్రత్తగా వాడుకుంటున్నారా?		
2) మీ వస్తువులను (పెన్నులు, పుస్తకాలు) జాగ్రత్తగా వాడుతున్నారా?		
3) నీటిని దుబారా చేస్తున్నారా?		
4) ఆహారాన్ని పారవేయకుండా తింటున్నారా?		
5) అవసరం లేకున్నా పుస్తకాలు, పెన్నులు కొని వాడుతున్నారా?		
6) మీ ఇంట్లోని గదులలో మనుషులు లేకున్నా ఫ్యాన్లు, లైట్లు తిరుగుతుంటాయా?		
7) మీ అవసరానికి మించి దుస్తులు ఉన్నాయా?		

పై పట్టికపై ప్రశ్నలు :

1) మీరు ఎక్కువగా దుబారా చేస్తున్నవి ఏవి?

2) మీరు పొదుపు చేస్తున్నవి ఏవి?

3) ఎందుకు పొదుపు చేయాలి?

4) దుబారా చేయడంవల్ల కలిగే నష్టం ఏమిటి?

(గమనిక : పట్టికలోని అంశాలను చదివి వినిపించాలి. ఎంత మంది వేటికి 'అవును' అని ఎంతమంది 'కాదు' అని చెప్పారో నల్లబల్లపై రాయాలి. వీటికి సంబంధించిన ప్రశ్నల ద్వారా పిల్లలకు పొదుపుపై అవగాహన కల్పించాలి.)

ఇ) ఆచరించడం – అనుభవాలు చెప్పడం

ఈ కింది వాటిని ఆచరించండి. వారం తర్వాత మీ అనుభవాలను చెప్పండి.

1) ఆహారాన్ని పారవేయకపోవడం.

2) నీటిని వృథాగా వాడకుండడం.

3) తల్లిదండ్రులు ఇచ్చిన డబ్బును దాచుకోవడం.

సూక్తి

మీరు చేసే పొదుపు ఎంత చిన్నదైనా దాని ప్రతిఫలం చాలా పెద్దగానే ఉంటుంది.

7 ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం

I. ప్రధాన విలువ

ఆరోగ్య విలువ

II. ఉప విలువ

మంచి ఆరోగ్యపు అలవాట్ల గురించి తెలియజేయడం

III. ఆశించిన ఫలితాలు / లక్ష్యాలు

- పిల్లలు మంచి ఆరోగ్యపు అలవాట్ల గురించి తెలుసుకుంటారు.
- మంచి ఆరోగ్యపు అలవాట్లను ఆచరిస్తారు.

IV. ఉపోద్ఘాతం

ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం అని మనందరికి తెలుసు. నిత్యజీవితంలో డబ్బు ఎంత అవసరమో ప్రతి మనిషికి ఆరోగ్యం కూడా అంతే అవసరం. ముఖ్యంగా మన పనులు మనం చేసుకోవాలన్నా, బాగా చదువుకోవాలన్నా, ఆడుకోవాలన్నా, ఇతరులకు సహాయపడాలన్నా ఆరోగ్యం బాగుండాలి. కాబట్టి శరీర సంబంధమైన జబ్బులు రాకుండా ఉండాలంటే వ్యక్తిగత పరిశుభ్రత, పుష్టికరమైన ఆహారం, మనపరిసరాలు శుభ్రంగా ఉంచుకోవడం, యోగాసనాలు చేయడం వంటివి చేయాలి. కనుక పిల్లలలో మంచి ఆరోగ్యపు అలవాట్లను పెంపొందింపజేసేలా చేయడమే ఈ పాఠం యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశ్యం.

ప్రతిరోజు మనం చేసే వ్యక్తిగత కార్యక్రమాల్లో భాగంగా మంచి ఆరోగ్యపు అలవాట్లు కలిగి ఉండడం అనే అంశంపై పొద్దున మనము లేవాలి అనే అభినయ గేయం ద్వారా తెలుసుకుందాం.

V. గేయం

పొద్దున మనము లేవాలి - పళ్ళను బాగా తోమాలి

చక్కగా స్నానం చేయాలి - ఉతికిన బట్టలు కట్టాలి

తలను నున్నగ దువ్వాలి - మోమున తిలకం దిద్దాలి

అమ్మా, నాన్నా, పెద్దల నుండి - ఆశీస్సులను పొందాలి

చకచక బడికి వెళ్ళాలి - గురువుకు దణ్ణం పెట్టాలి

బడిలో చక్కగ చదవాలి - సంస్కారాలను పొందాలి

కలిసీ మెలిసీ ఉండాలి - అందరు భేషని పొగడాలి

VI. అ) ఆలోచించడం - ప్రతిస్పందించడం

1) పిల్లలూ! ఈ గేయం ద్వారా మీరు ఏమి తెలుసుకున్నారు?

2) మంచి ఆరోగ్యపు అలవాట్లు అంటే ఏమిటి?

3) అనారోగ్యపు అలవాట్లు అంటే ఏమిటి?

4) మంచి ఆరోగ్యపు అలవాట్లు కలిగి ఉండాలంటే మనం ఏమేమి పనులు చేయాలి?

ఆ) తరగతి కృత్యం – జట్టుపని

కింది వాటిలో మీరు అనుసరిస్తున్న వాటికి 'అవును' అని ఆచరించని వాటికి 'కాదు' అని సమాధానం చెప్పండి.

1) నేను ప్రతిరోజు పళ్ళను శుభ్రంగా తోముతాను.
2) నేను ప్రతిరోజు స్నానం చేస్తాను.
3) ఉతికిన బట్టలు కట్టుకుంటాను.
4) గోళ్ళను ఎప్పటికప్పుడు కత్తిరించుకుంటాను.
5) ప్రతిరోజు పాలు, పండ్లు, గుడ్డు, ఆకుకూరలు తింటాను.
6) మా ఇంటి పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచుతాను.
7) భోజనానికి ముందు శుభ్రంగా చేతులు కడుక్కుంటాను.
8) తలకు నూనెరాసుకొని శుభ్రంగా తల దువ్వుకుంటాను.
9) కాలకృత్యాలు తీర్చుకున్న తర్వాత శుభ్రంగా సబ్బుతో చేతులు కడుక్కుంటాను.
10) మా తరగతి గదిని శుభ్రంగా ఉంచుతాను.
11) మా పాఠశాలలో అందరితో కలిసి రన్నింగ్, వ్యాయామాలు, ఆటలు, పాటలు వంటి చేస్తాను.

పై పట్టికపై ప్రశ్నలు :

1) మీరు ప్రతిరోజు ఆచరిస్తున్న మంచి అలవాట్లు ఏవి?
2) మీరు ప్రతిరోజు ఏ ఏ ఆహార పదార్థాలు తింటారు?

(గమనిక : పట్టికలోని అంశాలను చదివి వినిపించాలి. ఎంత మంది వేటిని 'అవును' అని, ఎంతమంది 'కాదు' అని చెప్పారో నల్లబల్లపై రాయాలి. వీటికి సంబంధించిన ప్రశ్నల ద్వారా పిల్లలకు ఆరోగ్యపు అలవాట్లపై అవగాహన కల్పించాలి.)

ఇ) ఆచరించడం - అనుభవాలు చెప్పడం

ఇంతకు ముందు పట్టికలో ఉన్న విషయాలను తెలుసుకున్నారు కదా! వాటిని ఆచరించండి. వారం తర్వాత మాకు ఎలా అనిపించిందో చెప్పండి.

ఆరోగ్య రక్షణ

ఆరోగ్యం అందరికీ చాలా అవసరం. ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం అన్నది నానుడి. దేహ సంబంధమైన జబ్బులురాకుండా చేసుకోవడం మనచేతిలోనే ఉంది. పరిసరాలు, పరిశుభ్రతవలన, శరీర పరిశుభ్రత, వలన ఆరోగ్యం సిద్ధిస్తుంది. మనపనులు మనం చేసుకోవాలన్నా, బాగా చదువుకోవాలన్నా, ఆడుకోవాలన్నా, దేహపరిశుభ్రత, పరిమితమైన, పరిశుభ్రమైన, పుష్టికరమైన ఆహారం తీసుకోవాలి. ఉదయాన్నే లేచి, కొద్దిసేపు వ్యాయామం చెయ్యాలి. యోగాసనములు వెయ్యాలి. **"ఆసనాని రుజోహంతి"** – అని యోగాసనములు వేస్తే రోగాలు దగ్గరకు రావు. వ్యాయామం, పరుగెత్తుట మొదలైన పనులు చెయ్యడం వలన శరీరంలోని మలిన పదార్థములు చెమట రూపంలో బయటకు వచ్చి, శరీరం చురుకుగా పనిచేస్తుంది. **"ఆరోగ్యం భాస్కరాదిచ్ఛేత్॥** అని ఆరోగ్యాన్ని సూర్యుడు ప్రసాదిస్తాడు. అంటే ఉదయకాలంలో సూర్యనమస్కారములు చేస్తూ, సూర్యకిరణాలు శరీరంపై ప్రసరింపచేసుకుంటే ఆరోగ్యం సిద్ధిస్తుంది. క్రీడల్లో గొప్పవారిని మనం చూస్తున్నాం. వారు ఆటలో అలాగ ఆరితేరడానికి కారణం నిత్యం వ్యాయామం చెయ్యడం అని చెప్పవచ్చు.

ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే మంచి ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి. క్రమపద్ధతిలో అన్ని కాలాల్లో దొరికే అన్ని రకాల ఆకుకూరలు, కూరగాయలు తినడం అలవాటుచేసుకోవాలి. ఆయా ఋతువుల్లో దొరికే పండ్లను తినాలి. బజారులో ఈగలు ముసిరే పదార్థాలు తినకూడదు. వాటివలన ఆరోగ్యం దెబ్బతింటుంది. ఐస్క్రీమ్‌లు, నమిలితినలేని పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. నీరు ఎక్కువగా తాగాలి. తిన్న ఆహారం జీర్ణంకావడానికి, మనలో రక్తం శుభ్రపడడానికి శరీరం కాంతి వంతం కావడానికి, నీరు సహాయపడుతుంది. కాబట్టి చిన్నవాళ్ళు 2, 3 లీటర్లు, పెద్దవాళ్ళు, 4, 5 లీటర్లు నీరు తాగాలి.

ఆరోగ్యానికి ఆహారం ఎంత అవసరమో, ఆటలు కూడా అంతే అవసరం. తోటి వారితో కలిసి ఆడడంవలన శారీరక ఆరోగ్యంతోపాటు మానసిక ఉత్సాహం కూడా పెరుగుతుంది. ఈ రెండూ బాగుంటే చదువు సంధ్యలలో ముందుండగలుగుతాం. మంచి ఆరోగ్యం కలిగి ఉంటే దేనినైనా సాధించగలుగుతాం.

సూక్తి

పెందలాడే పడుకోవడం, వేకువనే లేవడం, మనిషికి మంచి ఆరోగ్యాన్ని, తెలివిని ఇస్తాయి.

8 మన పండుగలు

I. ప్రధాన విలువ

సంస్కృతి సంప్రదాయాలపట్ల గౌరవం

II. ఉప విలువ

వివిధ సంస్కృతులవాళ్ళు జరుపుకునే పండుగల గురించి తెలుసుకోవడం

III. ఆశించిన ఫలితాలు / లక్ష్యాలు

- వివిధ మతాలవారు జరుపుకునే పండుగల గురించి తెలుసుకుంటారు.
- పండుగల పేరుతో కలిసి ఉండటం, ఆనందంగా గడపటం, సహకరించుకోవడం మొదలైన అంశాలను గురించి తెలుసుకొంటారు.

IV. ఉపోద్ఘాతం

మన భారతదేశం సంస్కృతీ సంప్రదాయాలకు నిలయం. అటువంటి మనదేశ సంస్కృతీ సాంప్రదాయాల గురించి పిల్లలకు చిన్నప్పటి నుంచే అవగాహన కల్పించడం మన బాధ్యత. మనం జరుపుకునే పండుగలు మన సంస్కృతీ సాంప్రదాయాలను తెలియజేస్తాయి. మన దేశంలో వివిధ మతాలవారు జరుపుకునే పండుగల గురించి విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పించడం ఈ పాఠం యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశ్యం. ఈ పండుగల వల్ల అందరూ కలిసి మెలిసి ఉండాలని ఒకరికొకరు సహకరించుకోవాలని విద్యార్థులకు తెలియజేయండి.

ఈ కింది ప్రశ్నలను అడగడం ద్వారా విద్యార్థులను పాఠోన్ముఖులను చేయండి.

- పండుగ అంటే ఏమిటి? ఆరోజు ఇంట్లో ఏమి చేస్తారు?
- నీకు ఇష్టమైన పండుగ ఏది? ఎందుకు? ఆరోజు నీవు ఏమి చేస్తావు?

ఇప్పుడు మనం గేయం ద్వారా వివిధ రకాలైన పండుగల గురించి తెలుసుకుందాం.

V. విషయ వివరణ

మన పండుగలు (గేయం)

పండుగ అంటే ఏమిటి?
అందరి మదిలో ఆనందం
కష్టం మరచి ఇష్టంగా
జరుపుకునే ఒక సంబరం... ॥పండుగ॥

1) ఏరువాక ఏముంటుంది?
పొలంబాటలో నడిపింది
సేద్యం మొదలిడ మంటుంది...

2) వెనకయ్య చవితి ఏమంది?
మనిషి సృష్టినే చూసింది
మట్టి తత్వమును తెలిపింది...

3) దసరా పండుగ ఏమంది?
అందరమొకటని అంటుంది
అలాయ్ బలాయ్‌నే నేర్పింది...

4) దీపావళి ఏమంటుంది?
జ్ఞాన జ్యోతులను నింపింది
అజ్ఞానం వదిలేయ్ మంది...

5) రంజాన్ పండుగ ఏమంది?
'హమ్‌సబ్‌ఏక్' అని అంటుంది
అన్యోన్యత మది నింపింది...

6) సంక్రాంతి ఏమి చెప్పింది?
రంగవల్లులను పరచింది
గంగిరెద్దులను పిలిచింది...

7) క్రిస్మస్ ఏమని అంటుంది?
అందరి ప్రేమను పంచింది - ఆ
నందం బహుమతి ఇచ్చింది...

8) మహా శివరాత్రి ఏమంది?
మదిలో స్వచ్ఛత నింపింది
దీక్షా దక్షత నిలిపింది...

9) హోళీ పండుగ ఏమంది?
బతుకే రంగుల మయమంది
సరదాగా బతికేయ్ మంది...

10) ఉగాది పండుగ ఏమంది?
ఆరు రుచులు అందించింది
పంచాంగం వినిపించింది...

॥ పండుగ అంటే॥

VI. అ) ఆలోచించడం - ప్రతిస్పందించడం

1) ఈ గేయం వల్ల మీరేమి తెలుసుకున్నారు?
2) ఈ గేయంలో ఉండే పండుగలలో మీరు జరుపుకునే పండుగలు ఏవి?
3) పండుగరోజు మీకు ఎలా అనిపిస్తుంది?
4) పండుగలను జరుపుకోవడం వల్ల మీకు తెలిసిన సంగతులేవి?
5) పండుగలను ఎందుకు జరుపుకోవాలి?

ఆ) తరగతి కృత్యం - జట్టుపని

కింది పండుగల గురించి విద్యార్థులతో మాట్లాడించండి.

1) దసరా, దీపావళి
2) క్రిస్మస్
3) రంజాన్

(ఏ మతం వారైనా వారి వారి పండుగలను జరుపుకునేటప్పుడు సాధారణంగా పాటించే విషయాలను ఉదా॥ కలిసి మెలిసి ఉండటం, అభినందనలు తెలుపుకోవడం, ఆనందాన్ని, సంతోషాన్ని పంచుకోవడం, ఒకరికొకరు సహకరించుకోవడం, బీదవారికి దానం చేయడం మొదలైన విషయాలపై పిల్లలకు అవగాహన కల్పించండి.)

ఇ) ఆచరించడం - అనుభవాలు చెప్పడం

- మీకు నచ్చిన పండుగ ఏది? ఆరోజు మీ ఇంట్లో ఏమి చేస్తారు? ఆ రోజు చేసే పనులలో మీ ఇంట్లో వారికి నీవు ఎలా సహాయం చేస్తావు?
- మీ మిత్రులలో ఇతర మతాల వాళ్ళుంటే వారు జరుపుకునే పండుగల గురించి అడగండి. వారు పండుగ రోజు ఏమేమి చేస్తారో తెలుసుకొని చెప్పండి.

సూక్తి

ప్రార్థించే పెదవులకన్నా
సాయంచేసే చేతులేమిన్న

9 చెట్లను పెంచుదాం

I. ప్రధాన విలువ

పర్యావరణ పరిరక్షణకు తోడ్పడడం

II. ఉప విలువ

మొక్కల పెంపకం అవసరాన్ని గుర్తించడం

III. ఆశించిన ఫలితాలు / లక్ష్యాలు

- మొక్కలను కాపాడుకునే అవసరాన్ని తెలుసుకుంటారు.
- మొక్కల వలన కలిగే ప్రయోజనాలను తెలుసుకుంటారు.

IV. ఉపోద్ఘాతం

మొక్కలను పెంచడం, వాటిని పరిరక్షించుకోవడం వల్ల ఎన్నో ప్రయోజనాలను మనం పొందుతాము. మొక్కలను పెంచాలని అనుకోవడం ఆ మొక్కలను కాపాడుకునేలా బాధ్యత వహించడం, ప్రతి ఒక్కరూ మొక్కలను నాటాలని అనుకోవడం వంటివి ప్రోత్సహించాలి. ఇందుకోసం కింద సన్నివేశం చూడండి.

V. విషయ వివరణ

బడిలో ఆగస్ట్ 15 జరుపుకోవాలని పిల్లలందరినీ పూలమాలల కోసం పూలు తెమ్మని టీచరు చెప్పింది. అందరు పిల్లలు పూలు తేవడానికి వాళ్ళ వాళ్ళ ఇళ్ళకు వెళ్ళారు. అందరూ రకరకాల పూలను తీసుకొచ్చారు. కొందరు బంతిపూలు, మందారాలు, మల్లెపూలు, గులాబి పూలు, చామంతి పూలు ఇలా ఎన్నో రకాల పూలను తీసుకొచ్చారు. కాని రవి, రాజు మాత్రం ఏమీ తీసుకురాకుండా వచ్చారు. టీచర్ ఎందుకు తీసుకురాలేదని అడిగింది. రవి 'మా ఇంట్లో ఒక్క పూల మొక్క లేదు టీచర్ అన్నాడు'. 'మా ఇంట్లో పూల మొక్కలు ఉండేవి టీచర్ కాని అవి చచ్చిపోయాయి. అన్నాడు రాజు". చూశారా పిల్లలూ మీ ఇంట్లో మొక్కలు ఉంటే వెంటనే పూలు కోసుకొచ్చారు. ఇలా మాలలు తయారుచేసారు. అదే రాజు, రవి ఏమీ తీసుకురాకుండా వచ్చారు. కారణం వాళ్ళ ఇంట్లో పూలమొక్కలు లేకపోవడమే పూలమొక్కలనే కాదు కూరగాయల మొక్కలను ఇంట్లో పెంచడంవల్ల మన అవసరాలకు వాటిని ఉపయోగించుకోవచ్చు. అవును టీచర్ మా ఇంట్లో వంకాయ, బెండకాయ, టమోట మొక్కలు పెంచుతున్నాం. మేము కూరగాయలు బయట కొనుక్కోం. మా ఇంట్లోనే కాస్తాయి. ఇంకా మిగిలితే అమ్ముతాం కూడా అన్నాడు అంజి. "మరి వాటిని ఎవరు పెంచుతారు? అంటుంది" టీచర్. మా ఇంట్లో అందరూ మొక్కలను జాగ్రత్తగా పెంచుతాం. రోజూ ఉదయం నేను నీళ్ళు పోస్తా. మా నాన్న కలుపు మొక్కలను పీకేస్తాడు. అమ్మ కూరగాయల తొక్కలను ఆవు పేడను మొక్కల మొదల్లో వేస్తుంది. తాత మొక్కలకు కంచెకట్టాడు. ఇలా అందరం తలా ఒక పని చేసి మొక్కలను కాపాడుకుంటాం" అన్నాడు.

పిల్లలూ! అంజి చెప్పిన విషయాలు విన్నారుకదా! మొక్కలు పెంచడంవల్ల ఎన్ని ఉపయోగాలు ఉన్నాయో తెలుసుకున్నారు అంది. రవి, రాజు "అవును టీచర్ మేము ఇకపై మొక్కలను జాగ్రత్తగా పెంచుతాం" అన్నారు.

VI. అ) ఆలోచించడం - ప్రతిస్పందించడం

పిల్లలతో కింది ప్రశ్నలపై చర్చించాలి. అందరినీ స్వేచ్ఛగా మాట్లాడించాలి.

1) మొక్కలు ఎందుకు పెంచాలి? మీరైతే ఏ ఏ మొక్కలను పెంచుతారు?

2) మీరైతే మొక్కలను ఎలా కాపాడుతారు? అందుకోసం ఏం చేస్తారు?

3) పూలు, పండ్లు, కాయలతో ఉన్న మొక్కలను చూసినప్పుడు మీకేమనిపిస్తుంది?

ఆ) తరగతి కృత్యం - జట్టుపని

పిల్లలూ! మీకు నచ్చిన పూల మొక్కల, పండ్ల మొక్కల చిత్రాలు గీయండి. రంగులు వేయండి. వాటి గురించి మాట్లాడండి.

(ఒక్కో జట్టుతో చిత్రాలను ప్రదర్శింపజేసి వాటి గురించి మాట్లాడమని వాటిని ఎలా కాపాడుకుంటారో చెప్పించాలి.)

ఇ) ఆచరించడం - అనుభవాలు చెప్పడం

పిల్లలూ! మీరు ఈ రోజే ఒక మొక్కను నాటండి. దాన్ని జాగ్రత్తగా పెంచండి. తరువాత వారంలో మీ మొక్క ఎలా ఉంది? అది పెరగడానికి మీరు ఏమేమి చేశారు? మీకు ఎలా అనిపించింది చెప్పండి.

సూక్తి

ప్రకృతి పట్ల ప్రేమగా మెలగాలి. మొక్కలను, ఇతర జీవరాశులను రక్షించాలి.

1వ తరగతి

10 కాకిగూడు

I. ప్రధాన విలువ

శాస్త్రీయదృక్పథం

II. ఉప విలువ

మరలా ప్రయత్నించడం ద్వారా ప్రగతి సాధించగలమని తెలుసుకోవడం

III. ఆశించిన ఫలితాలు / లక్ష్యాలు

- తాము ఎంపికచేసుకున్న పనిని మళ్ళీమళ్ళీ ప్రయత్నించడం ద్వారా సాధించగలుగుతాము అని తెలుసుకోవడం.

IV. ఉపోద్ఘాతం

పిల్లలకు సైకిలుతొక్కడం అంటే ఎంతో ఇష్టం ఎలాగైనా సరే సైకిలు తొక్కడం నేర్చుకోవాలనుకుంటారు. అయితే పడితే దెబ్బలు తగులుతాయని అనుకుంటారు. అయినాసరే మళ్ళీమళ్ళీ ప్రయత్నించి సైకిలు తొక్కడం నేర్చుకుంటారు. మనం అనుకున్న పనిని సాధించాలంటే విసుగు చెందకుండా మళ్ళీమళ్ళీ ప్రయత్నిస్తూ ఫలితం వచ్చేదాకా చేస్తూనే ఉండాలి.

V. కథ

కాకిగూడు

రాము వాళ్ళింటి ముందున్న వేపచెట్టు కింద మంచంపై కూర్చుని వాళ్ళ తాతయ్య చెప్పే కథ వింటున్నాడు. కథ వింటూ వింటూ చెట్టుపైకి చూశాడు. అక్కడ ఒక కాకి నోటితో పుల్లను పట్టుకొని వచ్చి కొమ్మల మధ్య ఇరికించడానికి ప్రయత్నిస్తోంది. ఆ పుల్ల జారిపోయింది. మళ్ళీ ఇంకో పుల్లను తీసుకొని వచ్చింది. దాని ముక్కుతో కాళ్ళతో అటూ ఇటూ సర్దుతూ కొమ్మల మధ్య ఇరికించసాగింది. మళ్ళీ పుల్ల పడిపోయింది. ఇలా చాలా సార్లు ప్రయత్నించి నాలుగు పుల్లలను పీచును తెచ్చి పెట్టింది. ఇంతలో పెద్ద గాలి వచ్చింది. పుల్లలన్నీ జారి కిందపడిపోయాయి. రాజు చాలా బాధపడ్డాడు. కాకి రాదేమో మళ్ళీ గూడు కట్టడానికి ప్రయత్నించదేమో అనుకున్నాడు. కాని కాకి మళ్ళీ వచ్చింది ఈసారి ఒక సన్నని పుల్లని తీసుకొని వచ్చింది. నెమ్మదిగా కొమ్మల మధ్య ఇరికించింది. పుల్లలు, సన్నని ఇనుపతీగలు, పీచులు ఒక్కొక్కటిగా తీసుకొచ్చి నెమ్మదిగా గూడు కట్టసాగింది. కొన్నాళ్ళకు గూడు పూర్తయింది. గుడ్లు పెట్టింది. పిల్లలను పొదిగింది. కాకి పిల్లలను చూసిన రాముకు చాలా ఆనందంవేసింది.

VI. అ) ఆలోచించడం - ప్రతిస్పందించడం

1) కాకి మొదటిసారే గూడును సరిగా కట్టిందా? ఎన్నోసారి సరిగా కట్టింది?

2) ఈ కథలోని కాకి ద్వారా మనం ఏమి తెలుసుకోవాలి?

3) ఏదైనా పని చేసినప్పుడు దానిని సరిగా చేయలేకపోతే మనం ఏమి చేయాలి?

ఆ) తరగతి కృత్యం - జట్టుపని

మీరు ఒక పనిని మొదటిసారి చేయలేక మళ్ళీ మళ్ళీ ప్రయత్నించడం ద్వారా సాధించిన పనులు ఏమున్నాయో చెప్పండి.

(దీనికి సంబంధించిన ఉదాహరణను చెప్పాలి. ప్రయత్నం ద్వారా సాధించిన పనులను ఒక్కొక్కరితో చెప్పించాలి. ఏ పనినైనా ప్రయత్నం ద్వారా సాధించవచ్చు అని పిల్లలకు తెలియజేయాలి.)

ఇ) ఆలోచించడం - అనుభవాలు చెప్పడం

పిల్లలూ! మట్టితో బండిని తయారుచేయండి. ఎలా ప్రయత్నం చేసారో చెప్పండి.

సూక్తి

ప్రారంభించిన పనిని పూర్తి చేసేవరకు విడిచిపెట్టరాదు. మళ్ళీ మళ్ళీ ప్రయత్నించైనా దానిని సాధించాలి.

11 కలిసి ఆడుదాం

I. ప్రధాన విలువ

న్యాయం

II. ఉప విలువ

తోటివారిని సమానంగా చూడడం

III. ఆశించిన ఫలితాలు / లక్ష్యాలు

- తమ తోటివారు కూడా తమలాంటి వారేనని గుర్తించడం. వారితో కలసి మెలసి ఉండటం.

IV. ఉపోద్ఘాతం

పిల్లలందరూ సమానమే. ఒకరు గొప్ప ఒకరు తక్కువ అని ఉండదు. అందరికీ అవకాశాలు సమానంగా కల్పిస్తే అందరూ మంచి ప్రతిభను చూపెడతారు. అందరూ సమానమే అన్న భావన ప్రతి ఒక్కరూ కలిగి ఉండాలి. సమానత్వం ఏ విషయంలోనైనా ఉండాలి. ఈ భావనను తెలియజేసే సంఘటనను వినండి.

V. సంఘటన

రంగాపురం ప్రభుత్వ పాఠశాలలోని ఆటస్థలంలో పిల్లలందరూ ఆడుకుంటున్నారు. ఆ పిల్లలందరూ ఆ గ్రామంలోని వారే ఆ పాఠశాలలో చదువుతున్నవారే. ఆ గ్రామానికి పనికోసం కొందరు వలస వచ్చారు. వారు సమీపంలో గుడారాలు వేసుకుని ఉన్నారు. వీరి పిల్లలు కూడా బడి పిల్లలు ఆడుకోవడాన్ని చూసి వారితో ఆడుకోవడానికి వచ్చారు. కానీ బడి పిల్లలు వారిని ఆడుకోవడానికి రానీయకుండా మీరు ఊరు ఊరు తిరిగి కూలిపని చేసుకునే వారి పిల్లలు, మీరు మాతో ఆడుకోకూడదు పోండి అని కసురుకున్నారు. అది చూసి ఆ పాఠశాల ఉపాధ్యాయుడు పిల్లల దగ్గరకు వచ్చి పిల్లలందరూ సమానమే పేద, ధనిక అనే బేధం, ఆఫీసరు పిల్లలు, కూలి వాని పిల్లలు అన్న బేధం చూపించకూడదు. అందరూ కలసి ఉండాలని, కలసి ఆడుకోవాలని చెప్పాడు. అది విన్న పిల్లలు వారిని కూడా ఆడుకోవడానికి పిలిచారు అందరూ కలసి ఆడుకున్నారు.

VI. అ) ఆలోచించడం - ప్రతిస్పందించడం

1) గుడారాలలోని పిల్లలను తమతో కలసి ఆడుకోనివ్వకపోవడం సరైనదేనా? ఎందుకు?

2) మీరు మీ తోటివారితో కలసి ఉండటం, ఆడుకోవడం చేస్తున్నారా?

3) అందరు పిల్లలు సమానమే అంటే మీకేమి అర్థమయ్యింది?

ఆ) తరగతి కృత్యం - జట్టుపని

కింది అంశాలు మీకు సరైనవి అనిపిస్తే 'అవును' అని లేకుంటే 'కాదు' అని సమాధానాలు చెప్పండి.

1) ఆడపిల్లలు, మగపిల్లలు సమానమే.

2) నేను ఎవరితోనైనా ఆడుకుంటాను.

3) నేను బడిలో అందరితో కలిసి భోజనం చేస్తాను.

4) అందరూ కలిసి ఆడుకోవాలి.

5) మా ఇంట్లో అందరినీ సమానంగా చూస్తాను.

6) మా దగ్గరి ఉన్నవి సమానంగా పంచుకుంటాం.

(గమనిక : పై అంశాలను చదివి ఎంతమంది వేటికి 'అవును' అని, ఎంతమంది 'కాదు' అని చెప్పారో నల్లబల్లపై రాయాలి. వీటికి సంబంధించిన ప్రశ్నలద్వారా అందరూ సమానమేనన్న అవగాహన కల్పించాలి.)

ఇ) ఆచరించడం - అనుభవాలు చెప్పడం

- మీ ఇంట్లో మీకు ఏవేవి సమానంగా ఇస్తారు.
- మీ స్నేహితులతో ఆటలాడుకునేటప్పుడు అందరితో సమానంగా మీకు అవకాశం ఇస్తారా? ఇవ్వకపోతే మీకు ఎలా అనిపిస్తుంది?

సూక్తి

మనుషులంతా ఒక్కటే.

1వ తరగతి

12 మారిన అశోక్

I. ప్రధాన విలువ

శాంతి / కలిసి మెలిసి జీవించడం

II. ఉప విలువ

ఇతరులకు బాధకల్గించకుండా ఉండడం, ప్రేమకలిగి ఉండడం

III. ఆశించిన ఫలితాలు / లక్ష్యాలు

- తమ తోటి పిల్లలతో ప్రేమగా ఎలా ఉండాలో తెలుసుకుంటారు.
- ఇతరులను బాధపెట్టడం, వాళ్ళకు నష్టం కలిగించడం తప్పని తెలుసుకుంటారు.

IV. ఉపోద్ఘాతం

చిన్న పిల్లలు కలిసిమెలిసి ఆనందంగా ఉండాలే గాని కొట్టుకోవడం, తిట్టుకోవడం, ఒకరి మీద ఒకరు పెద్దవాళ్ళతో చెప్పి తిట్టించాలనుకోవడం చాలా తప్పు ఎవరికీ ఎవరూ బాధ కల్గించకూడదు. మనతో బాటు జీవించే జంతువులను కూడా ప్రేమగా చూడలేగాని వాటిని హింసించాలని అనుకోకూడదు. ఇలా ఇతరులను కష్టపెట్టే అశోక్ ఎలా మారాడో ఈ కథ ద్వారా తెలుసుకోండి.

V. కథ

మారిన అశోక్

అశోక్ చాలా అల్లరి పిల్లవాడు. ఒకటో తరగతి చదువుతున్నాడు. ఇంటి నుండి బడికి వచ్చేదారి వెంబడి కుదురుగా నడువడు సరికదా రాళ్ళేరుకొని తొండలని, ఉడతలని కొట్టడం, పక్షుల పైకి రాళ్ళు విసిరేయడం వంటి తుంటరి పనులు చేసేవాడు. బడిలోనైనా కుదురుందా అంటే పిల్లల పుస్తకాలను చింపేయడం లేదా తమ తోటిపిల్లల పెన్సిళ్ళు, రబ్బర్లు, పెన్నులు వంటివి దొంగిలించేవాడు. పిల్లలు తమ వస్తువులు పోయాయని ఏడ్చేవాళ్ళు. వాళ్ళు ఏడుస్తుంటే అశోక్ మాత్రం తెగ ఆనందపడిపోయేవాడు.

అశోక్ అంటే ఎవరికీ ఇష్టం లేదు. పిల్లలందరూ అశోక్ గురించి టీచర్ తో చెప్పారు. టీచర్ అశోక్‌ను పిలిచింది. ఇలా చేయడం వలన అందరూ నిన్ను అసహ్యించుకుంటున్నారు. దీనివల్ల నీకు ఏమి ఆనందం కలుగుతుంది. ఇలా ఇతరులకు బాధ కలిగించడం తప్పుకదా! అలాగే జంతువులకు కూడా నొప్పి ఉంటుంది కదా? నీవు రాళ్ళతో కొడితే బాధపడవా? అని సున్నితంగా మందలించింది. పిల్లలంతా అశోక్‌తో మాట్లాడడం మానేశారు. అసలు అశోక్‌ని ఎవరూ పట్టించుకోవడంలేదు. ఆటలకు పిలవడం మానేశారు. దీంతో అశోక్‌కు తన తప్పు తెలిసింది. ఆ రోజు నుండి ఎవరి వస్తువులు తీసుకోవడంగానీ, దారిలో రాళ్ళు విసరడం గాని చేయలేదు. కొంతకాలానికి అందరూ అశోక్‌తో అందరితో ఉన్నట్టే సంతోషంగా మాట్లాడటం, ఆడుకోవడం చేశారు. అశోక్‌కు అప్పుడు అర్థం అయ్యింది అందరితో మంచిగా ఉంటే అందరూ తనను మంచిగా చూస్తారని.

VI. అ) ఆలోచించడం - ప్రతిస్పందించడం

1) అశోక్ చేస్తున్న పని సరైనదేనా? ఎందుకు?
2) ఎవరైనా మీ జట్టు లేకుండా మిమ్మల్ని ఏడిపిస్తే మీకు ఎలా అనిపిస్తుంది?
3) ఎవరైనా బాధపడుతుంటే మీకెలా అనిపిస్తుంది? ఎందుకు?
4) మీకు ఎప్పుడెప్పుడు బాధ కలిగింది? ఎందుకు?
5) ఇతరులు బాధపడకుండా ఉండాలంటే మన ప్రవర్తన ఎలా ఉండాలి?

ఆ) తరగతి కృత్యం - జట్టుపని

కింది వాటిలో సరైనది ఏదో, సరైనది కానిదేదో చెప్పండి.

1) ఇతరులను ఏడిపించడం.

2) ఎవరినైనా తిట్టడం, కొట్టడం.

3) అందరితో స్నేహంగా ఉండడం.

4) అందరూ కలిసి ఆడుకోవడం.

5) ఎదుటి వాళ్ళను గేలి చేసి మాట్లాడడం.

6) ఇతరుల వస్తువులను దొంగలించడం.

7) జంతువులను హింసించడం.

8) జంతువులకు ఆహారం పెట్టడం.

9) ఎవరైనా పోగొట్టుకున్న వస్తువులను తిరిగి ఇవ్వడం.

10) మంచి మాటలు మాట్లాడడం.

(గమనిక : పై అంశాలను చదివి వినిపించాలి. పిల్లల సమాధానాలను బట్టి ఏవి మంచిపనులో, ఏవి కావో నల్లబల్లపై రాయాలి. వీటికి సంబంధించిన ప్రశ్నల ద్వారా ఇతరులకు బాధకలిగించకుండా మెలగాలని తెలియజేయాలి.)

ఇ) ఆచరించడం - అనుభవాలు చెప్పడం

మీరు ఎవరినీ బాధించే పనులు చేయకుండా, ఇతరులకు బాధ కలిగించే మాటలు మాట్లాడకుండా ఉండండి. మీ అనుభవాలు చెప్పండి.

సూక్తి

మంచి ఆలోచనలు, మంచి పనులు చేయడం వల్ల మనసుకు శాంతి కల్గుతుంది.

అనుబంధం

1. శ్లోకాలు
2. పద్యాలు
3. అభినయ గేయాలు
4. కథలు

1. శ్లోకాలు

1) గురుః బ్రహ్మ గురుర్విష్ణుః – గురుః దేవో మహేశ్వరః
గురుస్సాక్షాత్ పరబ్రహ్మ – తస్మైశ్రీ గురవేనమః

భావం : గురువే బ్రహ్మ, విష్ణు, మహేశ్వరుడు. ఆ త్రిమూర్తులు చేసే సృష్టి, స్థితి, లయ కార్యములను నిర్వహించు పరబ్రహ్మ స్వరూపులైన శ్రీ గురుదేవులకు నమస్కరించుచున్నాను.

శాంతి మంత్రము :

2) ఓం అసతోమా సద్గమయ – తమసోమా జ్యోతిర్గమయ ।
మృత్యోర్మా అమృతంగమయ – ఓం శాంతి శ్శాంతి శ్శాంతిః ॥

భావం : నన్ను అసత్యమునుండి సత్యమునకు గొనిపొమ్ము. చీకటి నుండి వెలుగులోకి గొనిపొమ్ము. మృత్యువు నుండి అమృతత్వమునకు నడిపింపుము.

దీపస్తుతి :

3) దీపం జ్యోతి పరబ్రహ్మ దీపం సర్వ తమోపహమ్ ।
దీపేన సాధ్యతే సర్వమ్ సంధ్యా దీపం నమోస్తుతే ॥

భావం : దీపం పరబ్రహ్మ స్వరూపము – ఇది అంధకారాన్ని తొలగించి, వెలుగును ప్రసాదిస్తుంది. దీపం వలన సర్వశక్తులు ప్రాప్తిస్తాయి. సంధ్యాసమయంలో దీపానికి నమస్కరిస్తున్నాను.

1. పద్యాలు

1) అల్పుడెపుడు బల్కు నాడంబరముగాను
సజ్జనుండు పల్కు చల్లగాను
కంచు మ్రోగునట్లు కనకంబు మ్రోగునా!
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ!

2) అమ్మ అనగా అనురాగమయి కదా
గుడిలో కంటె అమ్మ ఒడియె మిన్న
అమ్మ ఒడిలో ఒదిగి అన్ని మరచుబిడ్డ
కల్పవృక్షసాటి కన్నతల్లి.

3) పరులకొరకె నదులు ప్రవహించు, గోవులు
పాలనిచ్చు, చెట్లు పూలుపూచు
పరహితమ్ము కంటె పరమార్థమున్నదా
లలితసుగుణజాల! తెలుగుబాల!

4) చదువురానివాని జనులు మెచ్చరుసుమ్ము
చదువునేర్చువాని జగము మెచ్చు
దేశకాల గతులు తెలియగా వచ్చును
తెలియు మంచి చెడ్డ తెలుగుబిడ్డ.

5) పుత్రోత్సాహము తండ్రికి
పుత్రుడు జన్మించినపుడెపుట్టదు, జనులా
పుత్రుని గనుగొని పొగడగ
పుత్రోత్సాహంబునాడు పొందుర సుమతీ!

6) పెద్దవారితోడ స్నేహంబు చేయకు
మంచివారి తోడ మనసు కలుపు
మంచి స్నేహమందె మాధుర్యముండురా
భవ్య సుగుణశీల! భరతబాల.

7) చదువుకొనుట వలన సంస్కారమబ్బును
గౌరవంబు వచ్చు ఘనులు మెచ్చు
చదువుకొనుట వలన సౌఖ్యంబు కలుగురా!
భవ్య సుగుణశీల! భరతబాల!

8) జ్ఞాన భిక్షపెట్టి జ్ఞానమార్గముజూపి
మంచినడవడికను మనకు నేర్పు
గురువె దైవమనుచు గురుతెరుంగుము నీవు
భవ్య సుగుణశీల! భరతబాల!

9) ఉప్పులేనికూర యొప్పదు రుచులకుఁ
బప్పులేని తిండి ఫలములేదు,
అప్పులేనివాఁడె యధిక సంపన్నుడు
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ!

10) వేఱుపురుఁగు చేరి వృక్షంబుఁ జెఱచును
జీడపురుఁగు చేరి చెట్టు జెఱచుఁ
కుత్సితుండు చేరి గుణవంతుఁ జెఱచురా
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ!

2. అభినయ గేయాలు

1) అమ్మకు జేజే నాన్నకు జేజే
చదువులు నేర్పే గురువుకు జేజే
చల్లని భారతమాతకు జేజే
భావి భరత బాలలకు జేజే.

2) చిన్ని చిన్ని పిల్లలం – చిట్టి చిలుక పలుకులం
బుజ్జి బుజ్జి పాపలం – గిల్లీ కజ్జాలాడబోం
గౌతమబుద్ధుని శిల్పాలం – శాంతి సహనచక్రాలం
బళ్ళో గుళ్ళో జాజులం – బంతిపూల రాజాలం
రోజూ బళ్ళో కొచ్చేస్తాం – పాఠాలెన్నో చదివేస్తాం
పాటలెన్నో పాడేస్తాం – ఆటలెన్నో ఆడేస్తాం
ముద్దు ముద్దు మాటలు చెప్పి – మిమ్ములమేము మురిపిస్తాం.

3) ఆవూ! ఆవూ! ఏమిస్తావ్? తియ్యనిపాలు నేనిస్తా
పాలూ! పాలూ! ఏమిస్తావ్? తియ్యని పెరుగు నేనిస్తా
పెరుగూ! పెరుగూ! ఏమిస్తావ్? మెత్తని వెన్న నేనిస్తా
వెన్నా! వెన్నా! ఏమిస్తావ్? కమ్మని నెయ్యి నేనిస్తా.

4) కోయిల పాడేదెందుకని? పాటలు బాగా పాడమని
చీమలు చెప్పేదేమిటని? రేపటి కోసం దాచమని
కోడి కూసేదెందుకని? వేకువ ఝామున లేవమని
కాకులు చెప్పేదేమిటని? కలిసికట్టుగా ఉండమని.

5) ఒకటి ఒకటి రెండు – వేళకు బడికీ రండు
రెండు ఒకటి మూడు – ఒకరికి ఒకరం తోడు
మూడు ఒకటి నాలుగు – కలిసి మెలిసి మెలుగు

నాలుగు ఒకటి ఐదు – చెడ్డవారికి ఖైదు
ఐదు ఒకటి ఆరు – న్యాయం కోసం పోరు
ఆరు ఒకటి ఏడు – అందరిమేలు చూడు
ఏడు ఒకటి ఎనిమిది – భారతదేశం మనది
ఎనిమిది ఒకటి తొమ్మిది – కమ్మని మనస్సు అమ్మది
తొమ్మిది ఒకటి పది – చదువే మనకు పెన్నిధి

6) భారతీయ పౌరులు, భాగ్యవిధాతలు
జయహో జయహో అందరికి
అందరికి అమ్మ భారతమాత
బోసినవ్వుల గాంధీతాత
శౌర్యం చూపిన వీరశివాజీ
ధైర్యం నేర్పిన మన అల్లూరి
జైహిందన్న మన నేతాజీ
బాలల మిత్రుడు మా చాచాజీ
భారత వీరులకందరికీ
జయహో, జయహో అందరికీ.

7) గురువులారా! గురువులారా! వందనాలయ్యా
మంచి నడత నేర్పువారు మీరేనయ్యా
మా బాగును కోరువారు మీరేనయ్యా
మా తీరును మార్చువారు మీరేనయ్యా
తల్లిదండ్రి దైవాలు మీరేనయ్యా
మనసార దీవించే మహనీయులయ్యా

8) ఆట కలిసి ఆడుదాం – పాట కలిసి పాడుదాం
ఆట పాటలాడుచునే – అడుగు ముందుకేయుదాం
ముందు ముందు కేగుదాం ॥ఆట॥

చుక్క చుక్క నీటి బొట్టు ఒక్క నదిగా మారురా
పెక్కునదులు ఒక్కటైతే పెద్ద సంద్రమగునురా!

వ్యక్తి ఒక్కడే వ్యక్తుల శక్తి కూడ తక్కువయే
వ్యక్తి వ్యక్తి కలియ మహాసంఘశక్తియగునురా!

ప్రకృతిమాత ఒడిని రంగురంగు పువ్వులున్నవి
క్రమముతప్ప విచ్చలవిడి విడివిడిపడియున్నవి
ఏర్చి గూర్చుదాం, కూర్చి మాలగాను మార్చుదాం
మార్చి భరతమాత అర్చనమ్ము సేయుదాం.

9) ఆటలంటే మాకిష్టం – పాటలంటే మాకిష్టం
ఆటలకన్నా పాటలకన్నా అల్లరిపనులే మాకిష్టం

పిట్టలంటే మాకిష్టం – పువ్వులంటే మాకిష్టం
పిట్టలకన్నా పువ్వులకన్నా చెట్లుఎక్కడం మాకిష్టం ॥ఆట॥

కొత్త బట్టలు మాకిష్టం – పౌడర్ స్నోలు మాకిష్టం
బట్టలకన్నా పౌడర్‌కన్నా మట్టిలో ఆటలు మాకిష్టం ॥ఆట॥

పాఠాలంటే మాకిష్టం – సెలవులు అంటే మాకిష్టం
పాఠాలకన్నా సెలవులకన్నా టీచర్లంటే మాకిష్టం ॥ఆట॥

వెన్నెలంటే మాకిష్టం – వానలు అంటే మాకిష్టం
వెన్నెలకన్నా వానలకన్నా అమ్మ ముద్దులే మాకిష్టం ॥ఆట॥

10) తల్లీ దండ్రీ దైవాలు
కంటికి కనబడు దేవతలు
వారి పాదాలపై వాలి
మంచి మనసుతో మ్రొక్కండి
వారి దీవెనలు పొందండి
ఇలలో ఘనముగ బ్రతకండి.

3. కథలు

1. తెలివిగల నక్క

ఒక అడవిలో ఒక సింహం ఉండేది. గాడిద, తోడేలు, నక్క దాని అనుచరులు ఒకనాడు సింహం గాడిదను పిలిచి "నా నోరు దుర్వాసన వస్తోందేమో చూడు" అంది. సింహం నోట్లో గాడిద తలపెట్టి వాసన చూసి "ఔను మహారాజా! దుర్వాసన వస్తోంది" అంది. వెంటనే ఓరి దుర్మార్గుడా! నన్ను అవమానిస్తావా? అంటూ సింహం దాని గొంతు కొరికేసింది.

తర్వాత తోడేలును పిలిచి "నా నోరు దుర్వాసన వస్తోందేమో చూడు" అంది సింహం. తోడేలు సింహం నోట్లో తలపెట్టి "మహారాజా! మీ నోరు దుర్వాసన వస్తోందని చెప్పిన మూర్ఖుడు ఎవరు? మీ నోరు కమ్మని వాసన వస్తోంది అని చెప్పింది.

వెంటనే సింహం "ఓరి దుష్టుడా! పొగిడి నన్ను మోసం చేద్దామనుకున్నావా? అంటూ పైబడి చీల్చి చంపివేసింది. ఆ తరువాత నక్కను పిలిచి నా నోరు దుర్వాసన వస్తోందేమో చూడు" అంది. నక్క భయం భయంగా సింహం వద్దకు వచ్చి, దాని నోట్లో తలపెట్టి, మహారాజా! నాలుగైదు రోజుల నుండి జలుబు చేసి నా ముక్కు దిబ్బడేసింది. అందుచేత మీ నోటిలో దుర్వాసనగాని, సువాసనగాని నా ముక్కుకు తెలియటం లేదు. మన్నించండి. అన్నది.

"పోనీలే! జలుబు చేస్తే నువ్వు మాత్రం ఎలా చెప్పగలవు?" అని సింహం నక్కను వదిలేసింది.

చూశారా! దుర్మార్గపు సింహం నుండి నక్క తనను తాను ఎలా కాపాడుకొందో. దీనినే సమయస్ఫూర్తి అంటారు. సమయస్ఫూర్తి ఎంతో అవసరం కదూ!

2. కలిసి మెలిసి ఉందాం

ఓ మారు దేహంలోని అవయవాలకు తగాదా వచ్చింది. అవన్నీ పొట్టమీదికి నేరం తెచ్చాయి. మేమంతా కష్టపడి పనిచేస్తుంటే నీవొక్క దానివే సోమరితనంగా కూర్చుండి హాయిగా అన్నమంతా మింగేస్తున్నావని పొట్టను నిందించాయి. అవన్నీ ఇక పొట్టకు అన్నం అందించకూడదని తీర్మానం చేసుకున్నాయి. కనుక చేతులు నోటికి ఆహారాన్ని అందించనూ లేదు. పళ్ళు నమిలి పొట్టలోనికి పంపనూ లేదు. ఇలా భోజనాన్ని

ఆపివేస్తే పొట్టకు బుద్ధి వస్తుందని అవి అనుకొన్నాయి. ఇలా కొంతకాలం గడిచేటప్పటికల్లా అవయవాలన్నీ బలహీనమైపోయాయి.

ఆకలితో నకనకలాడిపోతూ దేహమంతా సొమ్మసిల్లిపడిపోయేలా ఉంది. అప్పుడు అవయవాలన్నీ తాము చేసుకొన్న నిర్ణయం తప్పని గుర్తించాయి. పొట్ట ఏమి చేయకుండా సోమరితనంగా ఉన్నట్లు కనిపించినా అది కూడా ఒక ముఖ్యమైన అవయవమేనని గుర్తించాయి. అది లేనిదే తాము నిలువలేమని తెలుసుకున్నాయి. దేహం బాగుండాలంటే దేహంలోని అవయావలన్నీ అన్నిటికోసం పనిచేయాలని అర్థం చేసుకొన్నాయి.

మానవులు ఒక సమాజంగా జీవిస్తుంటారు. ఈ సమాజంలో ఎవరి పనిని వాళ్ళు చేయాలి. పైగా మానవులందరూ ఒకరికోసమొకరు కృషిచేయాలి. అప్పుడే మానవసమాజం వృద్ధిలోకి వస్తుంది.

3. కోతి – రెండు పిల్లులు

రెండు పిల్లులు చాలా స్నేహంగా ఉన్నాయి. ఒకరోజు అవి ఒక రొట్టెను తమ నివాసానికి తెచ్చుకున్నాయి. రొట్టె కోసం అవి తగాదా పడ్డాయి. దానిని అవి సమంగా పంచుకోలేకపోయాయి. పంపకం కోసం అవి ఒక కోతి దగ్గరకు వెళ్ళాయి.

ఆ కోతి చాలా తెలివిగలది. రొట్టెను రెండు పిల్లులకు సమానంగా పంచటానికి ఒక తక్కెడ తెచ్చింది. రొట్టెను రెండు భాగాలుగా చేసి రెండు పళ్ళాల్లోనూ ఉంచి తూచింది. రెండూ సమానంగా లేవు. ఎడమపళ్ళెంలోని రొట్టెముక్క బరువుగా ఉంది. పిల్లులు రెండు వైపులా కూర్చుని త్రాసు పళ్ళాల వంక ఆత్రంగా చూస్తున్నాయి.

అప్పుడు కోతి పెద్ద భాగంలోంచి కొంత రెట్టెముక్క కొరికి తిని మిగిలిన దానిని పళ్ళెంలో పెట్టి మళ్ళీ రెంటినీ తూచింది. ఈసారి ఎడమ పళ్ళెము బరువుతో కిందికి దిగింది. అందులో రొట్టెముక్కను కొరికి తిని పళ్ళెంలో ఉంచి మళ్ళీ తూచింది. ఈసారి కుడి పళ్ళెం బరువుతో కిందికి దిగింది ఎప్పుడు కోతి రొట్టె పెడుతుందా అని పిల్లులు ఎదురుచూస్తున్నాయి.

పై విధంగా కోతి రెండు పక్కలా రెట్టె ముక్కల్ని కొంచెం కొంచెం కొరుక్కొని తింటూ పూర్తిగా తినేసి రెండూ పళ్ళాల బరువును సమానం చేయగలిగింది. అప్పుడు పిల్లులు కోతి వంక చూశాయి. అదే మీరింకా ఇక్కడే ఉన్నారా అంటూ కోతి ఇకిలించింది. పిల్లులు ఒకదాని ముఖం మరొకటి చూసుకొన్నాయి. ఉన్న రొట్టె మనిద్దరం పంచుకోకపోవడం చేతనేగదా మనం తినలేకపోయాం అనుకొన్నాయి.

4. చీమ – పావురం

ఒక నది ప్రవహిస్తూ ఉంది. ఆ నది ఒడ్డున ఒక రావిచెట్టు ఉంది. ఒక పావురం విశ్రాంతి కోసం రావి చెట్టు మీద వాలింది. కిందకు చూస్తే నదీ ప్రవాహంలో ఒక చీమ కొట్టుకొని పోతూ ఉంది. దానిని రక్షించాలని పావురానికి అనిపించింది. వెంటనే ఒక ఆకును తుంచి చీమకు దగ్గరగా పడవేసింది. చీమ ఆకుపై ఎక్కి కూర్చుంది. కొంతసేపటికి ఆ ఆకు తేలుతూ ఒడ్డుకు చేరుకొంది. తనను రక్షించడానికి ఆకును తెచ్చిపడవేసిన పావురాన్ని చీమ గుర్తుపెట్టుకొంది.

కొన్ని రోజుల తర్వాత చీమ ఆహారాన్ని వెదుక్కొంటూ వెళ్తూ ఉంది. ఒక బోయవాడు పావురానికి బాణం గురిపెడుతూ చీమకు కనిపించాడు. చీమ ప్రాకుతూ ప్రాకుతూ, వాడి దగ్గరకు వెళ్ళి, బాణం విడిచి పెట్టే సమయానికి కాలు మీద కుట్టింది. దానితో బాణం గురి తప్పిపోయింది. పావురానికి తగల్లేదు. ఈ విషయమంతా పావురం చూసింది. బోయవాడు మళ్ళీ బాణం గురి పెట్టేలోగా ఎగిరి పోయింది. ఈ విధంగా తన ప్రాణం రక్షించిన పావురానికి ప్రమాదం ఏర్పడినప్పుడు చీమ చిన్నదైనా తోడ్పడగలిగింది.

5. ఆవు – పులి

ఒకనాడు ఒక ఆవు అడవిలో గడ్డి మేస్తూ ఉంది. అంతలో ఒక పెద్దపులి గాండ్రుమని అరుస్తూ ఆవుమీద పడి, చంపబోయింది. ఆ పులిని చూసి ఆవు భయంతో, గజగజ వణుకుతూ, “ఓ పులిరాజా! నన్ను చంపకు, వదిలిపెట్టు” అని వేడుకుంది. దానికి ఆవు “నేను ఆకలిగా ఉన్నాను. అందుచేత నిన్ను వదిలేది లేదు, తినేస్తాను” అని పలికింది. అప్పుడు ఆవు కన్నీరు కారుస్తూ “దయచేసి నా మనవి విను, మూడు రోజుల కిందట నేను లేగదూడను కన్నాను. నా రాకకై అది ఎదురుచూస్తూ ఉంటుంది. నేను తొందరగా పోకపోతే అది చాలా బెంగ పెట్టుకుంటుంది. అంచేత నీవు సెలవు ఇస్తే బిడ్డకు పాలుయిచ్చి తిరిగి వస్తాను” అని ఆవు అంది. “నీ మాటలు నేను నమ్మను. నీవు తిరిగి వస్తావో, రావో” అని పులి అంది. ఆవు ఎన్నో ఒట్లు పెట్టుకుంది. పులికి జాలి కలిగింది. “పోయి దూడకు పాలు ఇచ్చి వెంటనే రా!” అని పలికింది.

ఆవు తన బిడ్డ దగ్గరకు వెళ్ళి, పాలిచ్చి తన బిడ్డకు ఎన్నో నీతులు చెప్పింది. మందలోని ఆవులను పిలిచి తన బిడ్డను అప్పగించి వెంటనే తాను పులి దగ్గరకు వచ్చింది. తిరిగి వచ్చిన ఆవును చూసి పులి ఆశ్చర్యపోయింది. “ఓ గోమాతా! నీవు చాలా గొప్పదానవు. ఆడిన మాట తప్పక తిరిగి నీవు నా దగ్గరకు వచ్చావు. నిన్ను చంపడం చాలా పాపం!” అని పులి ఆవును ఎంతో మెచ్చుకుంది. నీవు నీ బిడ్డదగ్గరకు వెళ్ళి హాయిగా బతుకు అంది. ఆవు పులికి ధన్యవాదాలు చెప్పి, తన బిడ్డ దగ్గరకు సంతోషంగా వెళ్ళిపోయింది. ఆడిన మాట తప్పకుంటే ఎవరైనా సంతోషిస్తారు.

6. వేటగాడు - పావురాలు

ఒక వేటగాడు అడవిలో పావురాల కోసం నూకలు జల్లి వలపన్ని వెళ్ళి దూరంగా దాగున్నాడు. కొంత సమయం గడిచిన తరువాత కొన్ని పావురాలు అటుగా ఎగురుతూ పోయి కిందనున్న ఆ నూకలకోసం ఆశపడ్డాయి. తన స్నేహితుడు చిత్రగ్రీవుడు ఎంత చెప్పినా వినకుండా దిగాయి. చేసేది లేక చిత్రగ్రీవుడు కూడా దిగాడు. ఇంకేముంది పావురాలన్నీ వలలో చిక్కుకుపోయాయి. పావురాలన్నీ చాలా బాధపడ్డాయి. తన స్నేహితుని మాటను కూడా లక్ష్యపెట్టకపోవటం వలన ఈ గతి పట్టింది కదా! అని బాధపడ్డాయి. చిత్రగ్రీవుడు బుద్ధిశాలి "మిత్రులారా! ఇప్పుడు మనం విచారిస్తూ కూర్చుంటే లాభంలేదు. అడవిలో నూకల కోసం ఆశపడడం మన తప్పు. ఐనా, వేటగాడు వచ్చేలోగా మనం కలిసికట్టుగా ఈ వలతో సహా ఎగిరిపోదాం. ఏదైనా కలిసి కట్టుగా చేస్తేనే ప్రయోజనముంటుంది" అని పలికింది. చిత్రగ్రీవుని మాటలు విన్న పావురాలు సరేనని అన్నీ వలతో సహా ఎగిరిపోయాయి.

వాటన్నిటినీ చిత్రగ్రీవుడు తన స్నేహితుడైన హిరణ్యాక్షుడు అన్న ఎలుక వద్దకు తీసుకుపోయాడు. జరిగిన విషయమంతా చెప్పి, తమను వల నుండి విడిపించమని ప్రార్థించాడు. హిరణ్యాక్షుడు "మిత్రమా! అందరినీ విడిపించగల శక్తి నాకు లేదు. నిన్నొక్కడిని మాత్రమే నేను విడిపించగలను" అన్నాడు. దానికి చిత్రగ్రీవుడు "మిత్రమా! వారంతా నాకు ఆప్తులు వారికి లేని విముక్తి నాకెందుకు? విడిపించగలిగితే అందరినీ విడిపించు. నీకు ఓపిక ఉన్నంత వరకు ఎంత మందిని విడిపించగలవో అంతమందిని నా స్నేహితులను విడిపించు. ఆపైన శక్తి ఉంటే నన్ను విడిపించు" అని పలికెను. అతని సహృదయతకు, స్నేహభావనకు మెచ్చుకొని హిరణ్యాక్షుడు వలనంతటినీ కొరికివేసి అందరినీ విడిపించాడు. పావురములన్నీ ఆనందంతో స్వేచ్ఛగా ఎగిరిపోయాయి. హిరణ్యాక్ష చిత్రగ్రీవుల స్నేహం ఎంత గొప్పది.

7. వన సంరక్షకుడు

రామయ్య కూతురు ఆ రోజు పాఠశాల నుండి వస్తూనే తలనొప్పిగా ఉందని పడుకుంది. ఆమె పాఠశాలలో మండుటెండలో ఆడుకుంది. ఆ పాఠశాలలో నీడనిచ్చే చెట్టు ఒక్కటి కూడా లేదు. ఆ మండుటెండలో, నీడలేని ప్రదేశంలో కూతురు ఆడిన తీరును రామయ్య ఒక్కసారి తన మనస్సులో ఊహించుకున్నాడు. వెంటనే ఒక నిశ్చయానికి వచ్చాడు. తన జీవన కాలంలో ఒక కోటి అంటే, అక్షరాల 100 లక్షల చెట్లు నాటుదామని అనుకున్నాడు. తన సంకల్పానికి రూపము ఇచ్చేందుకు వెంటనే మొక్కలు తీసుకొని, ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని ఖమ్మం జిల్లాలోని అన్ని పాఠశాలల్లోని విద్యార్థులందరికీ మొక్కలు పంచిపెట్టాడు. ఆ మొక్కల గురించి తెలియజేశాడు. వాటిని నాటుట వలన కలిగే లాభం గురించి వివరించాడు. "మొక్కలు నాటడమే కాదు, వాటికి రోజూ నీళ్ళు పోయాలని, వాటిని పెంచి పెద్ద చేయాలని" చెప్పాడు. విద్యార్థులందరు స్ఫూర్తిని పొందారు.

రామయ్య కృషిఫలితంగా ఇప్పుడు జిల్లాలో లక్షలాది చెట్లు ఉన్నాయి. అతనికి చెట్లపైగల అచంచలమైన నిష్ఠ, పనిపట్ల గల శ్రద్ధ, పట్టుదలను గుర్తించిన జిల్లా అధికారులు రామయ్యకు జిల్లాలో వనసంరక్షణ బాధ్యతను అప్పగించారు.

8. నిరుపేద మహిళ సంస్కారం

గుజరాత్ ప్రాంతంలోని ఒక చిన్న కుగ్రామం. బరోడా మహారాజు దాన గుణం కలిగిన మహానుభావుడు. చిన్న పిల్లలకు పోషకాహారం అందించే ఆలోచనలో గ్రామ గ్రామాన బెల్లం వితరణ చేస్తూ 'బరోడా మహారాజు' ఆ గ్రామానికి చేరుకున్నారు. బాలబాలికలంతా బారులుతీరి ఆ బెల్లాన్ని తీసుకొంటున్నారు. అక్కడికి సమీపంలోనే ఉన్న ఒక పేద బాలిక ఆటలాడుకొంటూ ఉండటం మహారాజు గమనించారు. ఆ బాలికను దగ్గరకు పిలిచి బెల్లం తీసుకొమ్మని అడిగారు. ఆ బాలిక నిరాకరించింది. కారణమేమిటని ప్రశ్నించగా, "ఉచితంగా పంచే ఏ పరాయి సొమ్మునూ ఆశించవద్దని తమ అమ్మ చెప్పినట్లు"గా జవాబు చెప్పింది.

బరోడా మహారాజు ఆ అమ్మాయితో కలిసి వారింటికి వెళ్ళారు. నిరుపేద కుటుంబం, కూలీయే జీవనాధారం. తల్లీ కూతురు నివాసం. పూరి గుడిసె. తల్లి చదువుకోలేదు. అమ్మాయిని చదివిస్తోంది. ఆమె రాజుతో "కొంతకాలం క్రితం అకస్మాత్తుగా తన భర్త చనిపోయారు – వారసత్వంగా ఒక ఎద్దుల జత మాత్రం లభించింది. "ఉన్నదాంట్లో తోటి వారికి సహాయం చేయాలి. కాని, పరుల సొమ్ము ఆశించరాదని నా భర్త చెప్పేవారు. నా భర్త ఆత్మశాంతి కోసం ఎద్దుల జతను అమ్మేసి, ఆ డబ్బుతో ఊరిబయట ఒక మంచినీటి బావిని తవ్వించాను. దారిన పోయేవారు ఆ బావి నీళ్ళు త్రాగుతుంటే నాకెంతో ఆనందంగా ఉంటోంది" అని చెప్పింది.

ఆ నిరుపేద మహిళ సంస్కారానికి బరోడా మహారాజు ఆశ్చర్యపోయాడు. హృదయం పొంగిపోయింది.

9. తెలివైన తాబేలు

చాలా కాలం కిందట ఒక నదిలో తాబేళ్ళు నివసిస్తూండేవి. ఓ ముసలి తాబేలు వాటన్నింటికి పెద్దగా ఉండేది. ఎక్కడ నుండో ఒక గద్ద వచ్చి రోజూ ఒక తాబేలును తన్నుకుపోతూ ఉండేది. ఇది ముసలి తాబేలును కలవరపెట్టింది.

"ఇలా అయితే కొన్నాళ్ళకు ఒక్క తాబేలూ మిగలదు. దీనికేదైనా ఉపాయం ఆలోచించాలి" అనుకుంది. చాలాసేపు ఆలోచించింది కూడా. అప్పుడు దానికో చక్కని ఉపాయం తోచింది. మిగిలిన తాబేళ్ళను పిలిచి ఇలా చెప్పింది. "నేను చెప్పినట్లు చేస్తే మన కష్టాలు గట్టెక్కుతాయి. అందరం కలసి చేయాలి. ఈ పని" అంది. సరే నన్నాయి మిగతావి. మరునాడు గద్ద వచ్చినప్పుడు మీరెవరూ కనపడకుండా దాక్కోండి" అని చెప్పింది.

మరునాడు గద్ద వచ్చేసరికి ముసలి తాబేలు ఒకటే కనిపించింది. "మిత్రమా! నా వాళ్ళంతా నీకు ఆహారమయ్యారు. నేనొక్కణ్ణే మిగిలాను. నాకు బ్రతకాలని ఉంది. నీతో పందెం కడతాను. అందులో నేనోడిపోతే నన్ను చీల్చి చీల్చి తిను. కాని నేను గెలిస్తే మాత్రం మరెన్నడూ తాబేళ్ళ జోలికి నీవు రాకూడదు" అని పందెం కట్టింది తాబేలు. పందెం ఏమిటి అని అడిగింది గద్ద.

"పరుగు పందెం, నీవు ఆకాశంలో ఎగురు, నేను నదిలో ఈదుతాను ఎవరు తొందరగా అలసిపోతే వారు ఓడినట్లు" అంది తాబేలు.

గద్ద గర్వంతో సరేనంది. రేపు పందెం అంది తాబేలు.

అలాగేనని గద్ద వెళ్ళిపోయింది. అది అలా వెళ్ళగానే తాబేలు ఇలా చెప్పింది. "మీరంతా నదిలో కొంచెం దూరదూరంగా నీళ్ళలో నిలబడి ఉండండి. గద్ద రెక్కల చప్పుడు వినగానే పైకి వచ్చి తలయెత్తండి" అంది తాబేలు. 'సరే' నన్నాయి మిగతా తాబేళ్ళు.

మరునాడు పందెం ప్రారంభమైంది. గద్ద ఎంతదూరం ఎగిరినా, ఎంత వేగంగా ఎగిరినా తనకంటే ముందు తాబేలు కనిపిస్తూంది. మొదట ఆశ్చర్యపోయింది. ఆ తర్వాత ఎగిరి ఎగిరి అలసిపోయింది. ఎగరలేక ఒక చెట్టుపై విశ్రాంతి తీసుకొంది. మరునాడు వచ్చి ఓటమిని ఒప్పుకొని మరెన్నడు తాబేళ్ళజోలికి పోనని మాటిచ్చి వెళ్ళిపోయింది.

10. కోతులు - పక్షి

హిమవత్పర్వత ప్రాంతంలో పూలచెట్లు, ఫలవృక్షాలు గల ఓ వనం ఉంది. ఆ వనంలో కోతుల గుంపొకటి ఉండేది. ఒకరోజు బాగా చలిగా ఉంది. చలికాచుకునే ఉపాయం దొరకలేదు. ఓ చోట నిప్పు రవ్వల్లా మెరుస్తూ మిణుగురు పురుగులు కనపడ్డాయి. ఆ మిణుగురులపైన అవి ఎండుగడ్డి, ఎండుటాకులు కప్పాయి. చేతులు బారజాపి, రొమ్ములు, పొట్టనేల కానించి, ఒళ్ళు గీక్కొంటూ నెగడుముందు చలికాచుకొంటున్నట్టుగా వెచ్చదనం అనుభవిస్తున్నట్లుగా అభినయిస్తున్నాయి. చెట్టు కొమ్మ మీద కూర్చుని వాటి వెర్రి చేష్టలు చూస్తున్న సూచీముఖి అనే పక్షి ఎగిరి కిందకి వచ్చి కోతుల్ని పలకరించింది. "అయ్యో, పాపం చలిగా ఉందా! మీరు చలికాచుకుంటున్నది నిప్పులు కావు. మిణుగురు పురుగులు" అంది సూచీముఖి.

అసలే అవి కోతులు. మంచి మాటలు చెవి కెక్కించుకుంటాయా? వెచ్చదనపు హాయి అనుభవిస్తున్నట్టుగా పిచ్చి చేష్టలు చేయటం మానలేదు. "మంచి చెప్పినా వినిపించుకోరా? ఎక్కడైనా గుహగానీ, బొరియగానీ కనపడుతుందేమో వెతుక్కోండి. చలిబాధ నుంచి, జడివాన నుంచి కాపాడుకోవచ్చు" అని చెప్పింది సూచీముఖి. ముసలి కోతి చెవిలో తన ముక్కు పెట్టి పక్షి కూసింది. కోతి కోపం పట్టలేక పక్షిని రెక్కలు పట్టుకుని, పక్కన రాతి మీద పడేసి చావ బాదింది.

పిచ్చివాళ్ళకు సలహాలిస్తే రెచ్చిపోతారు. పాముకు పాలు పోస్తే విషం విరగదు. అందుకే సలహా ఇవ్వటం మానుకోవాలంటాను. బుద్ధిహీనుడికి బుద్ధిమంతుడు చెప్పే మంచిమాట హితకరమైందిగా తోచదు.