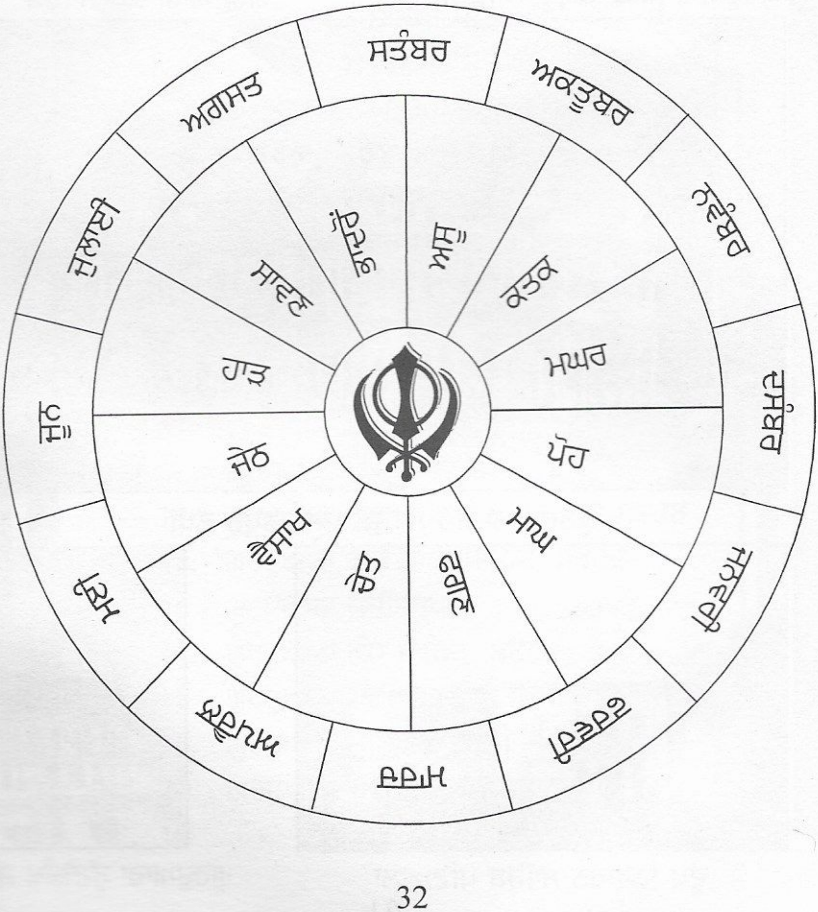
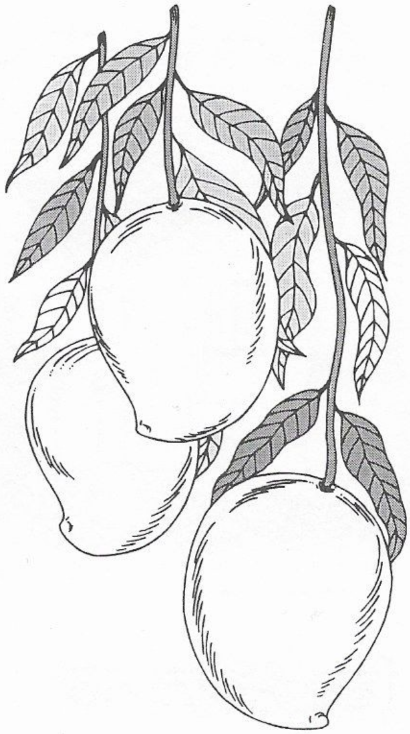
ਦੇਸੀ ਮਹੀਨੇ

1. ਮਾਘ - ਜਨਵਰੀ - ਫਰਵਰੀ
2. ਫਗਣ - ਫਰਵਰੀ - ਮਾਰਚ
3. ਚੇਤ - ਮਾਰਚ - ਅਪਰੈਲ
4. ਵੈਸਾਖ - ਅਪਰੈਲ - ਮਈ
5. ਜੇਠ - ਮਈ - ਜੂਨ
6. ਹਾੜ - ਜੂਨ - ਜੁਲਾਈ
7. ਸਾਵਣ - ਜੁਲਾਈ - ਅਗਸਤ
8. ਭਾਦਰੋਂ - ਅਗਸਤ - ਸਤੰਬਰ
9. ਅਸੂ - ਸਤੰਬਰ - ਅਕਤੂਬਰ
10. ਕਤਕ - ਅਕਤੂਬਰ - ਨਵੰਬਰ
11. ਮਘਰ - ਨਵੰਬਰ - ਦਸੰਬਰ
12. ਪੋਹ - ਦਸੰਬਰ - ਜਨਵਰੀ



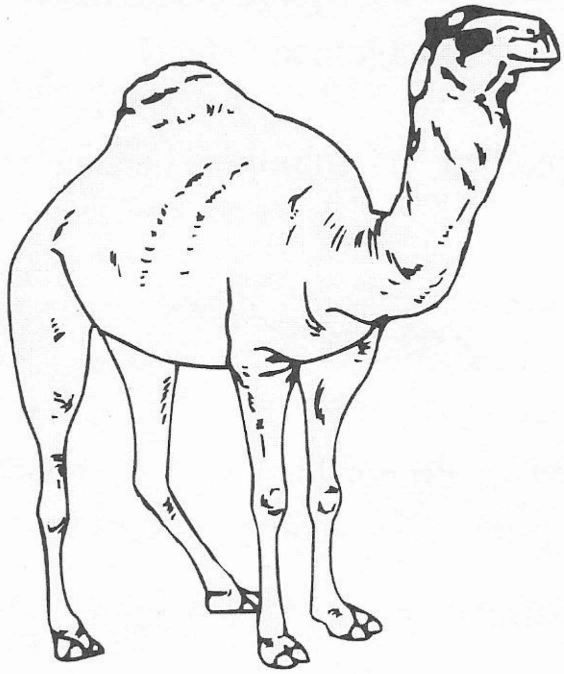


ਇਹ ਅੰਬ ਹਨ

ਅੰਬ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਫਲ ਹੈ।
ਅੰਬ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
ਅੰਬਾਂ ਦਾ ਅਚਾਰ ਵੀ ਬਣਦਾ ਹੈ।
ਅੰਬ ਦਾ ਰੁੱਖ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
ਅੰਬ ਗਰਮ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
ਅੰਬ ਭਾਰਤ ਦਾ ਰਾਜ ਫਲ ਹੈ।
ਦੁਸਹਿਰੀ ਅੰਬਾਂ ਦਾ ਰਸ ਬਹੁਤ ਮਿੱਠਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
ਮੈਨੂੰ ਅੰਬਾਂ ਦਾ ਰਸ ਬਹੁਤ ਸਵਾਦ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਅਭਿਆਸ: ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਵਾਕ ਪੜ੍ਹੋ, ਅਤੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਇਹ ਸੱਚ ਹਨ ਜਾਂ ਝੂਠ?

ੳ. ਅੰਬ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
ਅ. ਅੰਬਾਂ ਦਾ ਅਚਾਰ ਨਹੀਂ ਬਣਦਾ।
ੲ. ਅੰਬ ਸਰਦ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
ਸ. ਅੰਬ ਭਾਰਤ ਦਾ ਰਾਜ ਫਲ ਹੈ।

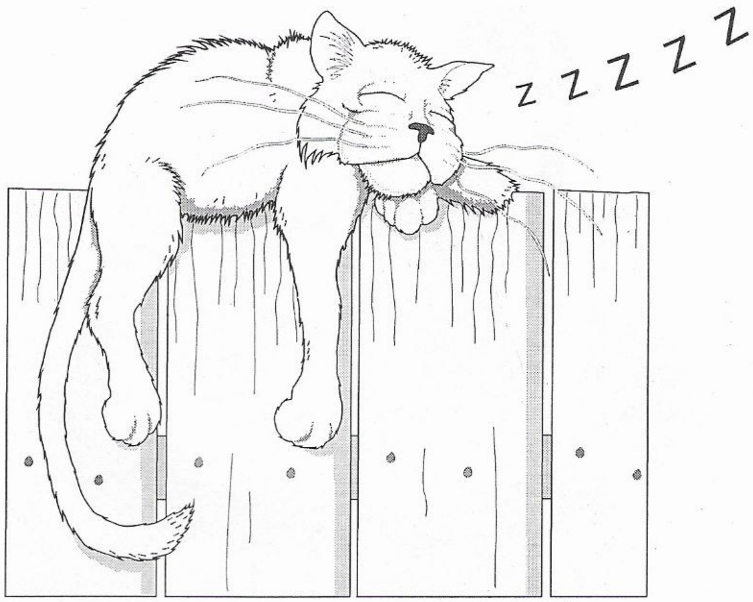


ਇਹ ਊਠ ਹੈ

ਊਠ ਇੱਕ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਹੈ।
ਊਠ ਦਾ ਕੱਦ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
ਊਠ ਬਹੁਤ ਭਾਰ ਚੁੱਕ ਸਕਦਾ ਹੈ।
ਊਠ ਉੱਤੇ ਸਵਾਰੀ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
ਊਠ ਦੇ ਪੈਰ ਗੱਦੀਦਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
ਇਸ ਨੂੰ ਰੇਤਲੇ ਇਲਾਕੇ ਦਾ ਜਹਾਜ਼ ਆਖਦੇ ਹਨ।
ਊਠ ਕਈ ਦਿਨ ਪਾਣੀ ਪੀਤੇ ਬਗ਼ੈਰ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ।
ਊਠ ਕੰਡੇਦਾਰ ਝਾੜੀਆਂ ਖਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
ਕਈ ਮੁਲਕਾਂ ਵਿਚ ਊਠ ਦੀਆਂ ਦੌੜਾਂ ਕਰਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਅਭਿਆਸ: ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਵਾਕ ਪੜ੍ਹੋ, ਅਤੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਇਹ ਸੱਚ ਹਨ ਜਾਂ ਝੂਠ?

ੳ. ਊਠ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਹੈ।
ਅ. ਊਠ ਬਹੁਤ ਭਾਰ ਨਹੀਂ ਚੁੱਕ ਸਕਦਾ।
ੲ. ਊਠ ਰੇਤਲੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
ਸ. ਊਠ ਦਾ ਕੱਦ ਛੋਟਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।



ਵਿੱਪੀ ਦੀ ਬਿੱਲੀ

ਵਿੱਪੀ ਨੇ ਇੱਕ ਬਿੱਲੀ ਪਾਲੀ
ਭੋਲੀ ਭਾਲੀ ਸੂਰਤ ਵਾਲੀ।
ਰੰਗ ਹੈ ਉਸਦਾ ਪਿਆਰਾ ਪਿਆਰਾ।
ਢੰਗ ਹੈ ਉਸਦਾ ਨਿਆਰਾ ਨਿਆਰਾ।
ਹਰ ਅੱਖ ਹੈ ਉਸ ਦੀ ਮੋਟੀ ਮੋਟੀ।
ਹਰ ਲੱਤ ਹੈ ਉਸ ਦੀ ਛੋਟੀ ਛੋਟੀ।
ਦੁੱਧ ਮਲਾਈ ਮਾਸ ਹੈ ਖਾਵੇ।
ਸਭ ਦਾ ਦਿਲ ਬਹਿਲਾਂਦੀ ਜਾਵੇ।
ਜੱਦ ਵੀ ਵਿੱਪੀ ਉਹਨੂੰ ਬੁਲਾਵੇ।
ਮਾਣੋ ਭੱਜੀ ਭੱਜੀ ਆਵੇ।
ਬੀਊਟੀ ਰਾਣੀ ਨਾਉਂ ਹੈ ਉਸ ਦਾ।
ਚੌਂਕੀ ਦਾਰੀ ਕੰਮ ਹੈ ਉਸ ਦਾ।

ਅਭਿਆਸ: ਖਾਲੀ ਥਾਵਾਂ ਵਿਚ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸ਼ਬਦ ਲਿੱਖ ਕੇ ਵਾਕ ਪੂਰੇ ਕਰੋ।

ਮੇਰਾ ਨਾਮ ____________ ਹੈ। ਮੇਰੀ ਉਮਰ ____________ ਸਾਲ ਦੀ ਹੈ।

ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ____________ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਨਾਮ ____________ ਹੈ।

ਉਸ ਦਾ ਰੰਗ ____________ ਹੈ। ਉਹ ਬੜੀ ____________ ਹੈ।

ਇਹ ਮਕਾਨ ਹਨ

ਇੱਕ ਮਕਾਨ ਛੋਟਾ ਹੈ।
ਇੱਕ ਮਕਾਨ ਵੱਡਾ ਹੈ।
ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਵਾਲਾ ਮਕਾਨ ਵੱਡਾ ਹੈ।
ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਵਾਲਾ ਮਕਾਨ ਛੋਟਾ ਹੈ।
ਵੱਡੇ ਮਕਾਨ ਵਿਚ ਸ਼ਰਨ ਕੌਰ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।
ਛੋਟੇ ਮਕਾਨ ਵਿਚ ਅਮਰ ਸਿੰਘ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
ਵੱਡੇ ਮਕਾਨ ਦੀਆਂ ਅੱਠ ਬਾਰੀਆਂ ਹਨ।
ਛੋਟੇ ਮਕਾਨ ਦੀਆਂ ਦੋ ਬਾਰੀਆਂਹਨ।
ਸ਼ਰਨ ਅਤੇ ਅਮਰ ਇੱਕੋ ਜਮਾਤ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਨ।
ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਕੂਲ ਦਾ ਨਾਂ ਬਰਾਡਵੇ ਸਕੂਲ ਹੈ।
ਆਮ ਕਰਕੇ ਘਰਾਂ ਜਾਂ ਮਕਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਮਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
ਜਿਵੇਂ : ਬੈਠਕ, ਰਸੋਈ, ਸੌਣ ਵਾਲਾ ਕਮਰਾ ਅਤੇ ਖਾਣ ਵਾਲਾ ਕਮਰਾ।
ਕਈ ਘਰਾਂ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਜਾਂ ਪਿੱਛੇ ਬਾਗੀਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੋਟਰਖਾਨਾ ਵੀ।

ਅਭਿਆਸ: ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਵਾਕ ਪੜ੍ਹੋ, ਅਤੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਇਹ ਸੱਚ ਹਨ ਜਾਂ ਝੂਠ?

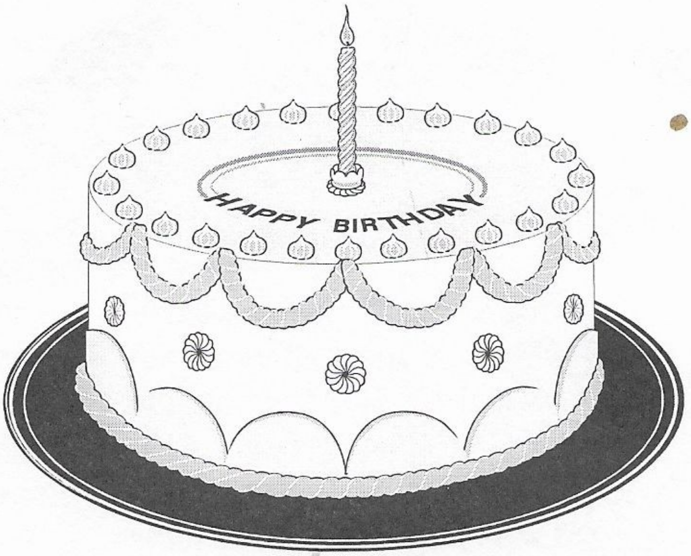
ੳ. ਸ਼ਰਨ ਕੌਰ ਛੋਟੇ ਮਕਾਨ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।
ਅ. ਅਮਰ ਸਿੰਘ ਛੋਟੇ ਮਕਾਨ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
ੲ. ਵੱਡੇ ਮਕਾਨ ਦੀਆਂ ਚਾਰ ਬਾਰੀਆਂ ਹਨ।
ਸ. ਸ਼ਰਨ ਅਤੇ ਅਮਰ ਇੱਕੋ ਜਮਾਤ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਨ।

ਮੇਰਾ ਨਾਂ ਨਵਪ੍ਰੀਤ ਹੈ

ਮੇਰੇ ਸਕੂਲ ਦਾ ਨਾਂ ਮਾਰਲਬਰੋ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਗਰੀਨ ਲੇਨ ਹੈ।
ਮੇਰਾ ਸਕੂਲ ਬੜਾ ਸ੍ਵੈਛ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਸ੍ਵੈ ਚਾਲਿਤ ਚਾਹ ਬਨਾਉਣ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ।
ਮੇਰੀ ਸਹੇਲੀ ਦਾ ਨਾਂ ਪ੍ਰਮਜੀਤ ਹੈ। ਉਹ ਮੇਰੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹਦੀ ਹੈ।
ਮੇਰੀ ਮੱਮੀ ਦਾ ਨਾਂ ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੇਵੀ ਹੈ। ਮੇਰੇ ਡੈਡੀ ਦਾ ਨਾਂ ਸ਼੍ਰੀ ਪ੍ਰੇਮ ਚੰਦ ਹੈ। ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਵੇਰੇ ਉਠ ਕੇ ਪ੍ਰਨਾਮ ਕਰਦੀ ਹਾਂ।
ਮੇਰੀ ਮਾਸੀ ਦਾ ਨਾਂ ਤ੍ਰਿਪਤਾ ਰਾਣੀ ਹੈ। ਉਹ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਮੈਂ ਹਰ ਹਫਤੇ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਆਟਾ ਗੁੰਨ੍ਹ ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਤੇ ਕੜ੍ਹੀ ਬਣਾ ਸਕਦੀ ਹਾਂ।

ਅਭਿਆਸ: ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਵਾਕ ਪੜ੍ਹੋ, ਅਤੇ ਸੁਆਲਾਂ ਦੇ ਜੁਆਬ ਦੇਵੋ?

ੳ. ਨਵਪ੍ਰੀਤ ਦੀ ਸਹੇਲੀ ਦਾ ਕੀ ਨਾਂ ਹੈ?
ਅ. ਨਵਪ੍ਰੀਤ ਦੀ ਮਾਸੀ ਦਾ ਕੀ ਨਾਂ ਹੈ?
ੲ. ਉਹ ਕਿੱਥੇ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ?
ਸ. ਉਪੱਰਲੀ ਲਿਖਤ ਵਿਚ ਇੰਗਲਿਸ਼ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਕਿਹੜੇ ਸ਼ਬਦ ਆਏ ਹਨ?



ਸੱਦਾ ਪੱਤਰ

ਜਨਮ ਦਿਨ ਦੀ ਪਾਰਟੀ

Happy Birthday Happy Birthday Happy Birthday

ਮੇਰੇ ਪਿਆਰੇ ਮਿੱਤਰ,

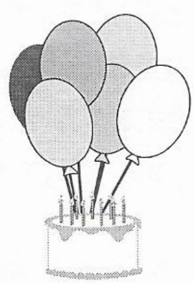
ਸਤਿ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ

ਤੈਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣ ਕੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਹੋਵੇ ਗੀ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣਾ ____________ਵਾਂ ਜਨਮ ਦਿਨ, ਦਿਨ ____________ਵਾਰ ਸ਼ਾਮੀਂ ________ ਤੋਂ ______ ਵਜੇ ਤਕ, ___________ ਤਾਰੀਖ ਨੂੰ ਮਨਾ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਤੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਆਵੀਂ। ਤੇਰੇ ਬਿਨਾਂ ਰੌਣਕ ਨਹੀਂ ਲੱਗਣੀ। ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਵੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਦੇਣੀ ਜੀ। ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਰਲ ਕੇ ਖੇਡਾਂ ਗੇ ਅਤੇ ਭੰਗੜਾ ਪਾਵਾਂ ਗੇ। ਮੇਰੇ ਮੱਮੀ ਜੀ ਨੇ ਖਾਣ ਪੀਣ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਬਣਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਸ਼ੁਭ ਇਛਾਵਾਂ ਨਾਲ,

ਤੇਰਾ ਮਿੱਤਰ,

ਗੁਰਤੇਜ ਸਿੰਘ



Happy Birthday Happy Birthday (left side)

Happy Birthday Happy Birthday (right side)

Happy Birthday Happy Birthday Happy Birthday (bottom, upside down)

ਅਭਿਆਸ: ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸੱਦੇ ਪੱਤਰ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਇੱਕ ਆਪਣੇ ਵੱਲੋਂ ਸੱਦਾ ਪੱਤਰ ਲਿਖੋ।

ਵਾਰਤਾਲਾਪ

ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਮਰੀਜ਼

ਮਰੀਜ਼ : ਡਾਕਟਰ ਸਾਹਿਬ ਮੈਨੂੰ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੈ।
ਡਾਕਟਰ : ਕਦੋਂ ਤੋਂ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੈ?
ਮਰੀਜ਼ : ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਤੋਂ।
ਡਾਕਟਰ : ਕੀ ਸਿਰ ਦਰਦ ਵੀ ਹੈ?
ਮਰੀਜ਼ : ਹਾਂ ਸਿਰ ਬਹੁਤ ਦੁੱਖਦਾ ਹੈ। ਮੈਨੂੰ ਭੁੱਖ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ।
ਡਾਕਟਰ : ਇਹ ਸਭ ਕੁਝ ਮੌਸਮ ਗਰਮ ਹੋਣ ਕਰ ਕੇ ਹੈ। ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿਚ ਪਹਿਲੇ ਐਨੀ ਗਰਮੀ ਨਹੀਂ ਪਈ।
ਮਰੀਜ਼ : ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੋਕ ਇੰਡੀਆ ਕਿਵੇਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।
ਡਾਕਟਰ : ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗਰਮੀ ਸਹਾਰਨ ਦੀ ਆਦਤ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਰਾਮ ਕਰੋ। ਪਾਣੀ ਖ਼ੂਬ ਪੀਓ ਅਤੇ ਦਿਨ ਵਿਚ ਦੋ ਵਾਰੀ ਪੈਰਾਸਿਟਾਮੋਲ ਖਾਓ।
ਮਰੀਜ਼ : ਧੰਨਵਾਦ।

ਨਵਪ੍ਰੀਤ ਤੇ ਗੁਰਸਿਮਰਨ ਟੈਲੀਫੋਨ ਤੇ

ਨਵਪ੍ਰੀਤ : ਹੈਲੋ ਗੁਰਸਿਮਰਨ ।
ਗੁਰਸਿਮਰਨ : ਹੈਲੋ, ਨਵਪ੍ਰੀਤ। ਕੀ ਹਾਲ ਚਾਲ ਏ?
ਨਵਪ੍ਰੀਤ : ਮੈਂ ਠੀਕ ਹਾਂ। ਤੂੰ ਸੁਣਾ ਅੱਜ ਛੁੱਟੀ ਹੈ। ਕੀ ਕਰ ਰਹੀ ਏਂ?
ਗੁਰਸਿਮਰਨ : ਛੁੱਟੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਮੈਨੂੰ ਬਹੁਤ ਕੰਮ ਕਰਨੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ?
ਨਵਪ੍ਰੀਤ : ਛੱਡ ਪਰਾਂ। ਐਵੇਂ ਗੱਪਾਂ ਨਾ ਮਾਰੀ ਜਾ।
ਗੁਰਸਿਮਰਨ : ਨਹੀਂ ਸੱਚੀ। ਤੂੰ ਭਾਵੇਂ ਮੇਰੀ ਮੰਮੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਲੈ।
ਨਵਪ੍ਰੀਤ : ਅੱਛਾ ਸੁਣ ਮੇਰੀ ਗੱਲ, ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਤੂੰ ਸਾਡੇ ਘਰ ਆਵੀਂ।
ਗੁਰਸਿਮਰਨ : ਕੀ ਗੱਲ ਹੈ।
ਨਵਪ੍ਰੀਤ : ਬਸ ਤੈਨੂੰ 'ਸਰਪਰਾਇਜ਼' ਦੇਣਾ ਹੈ।
ਗੁਰਸਿਮਰਨ : ਅੱਛਾ ਆਵਾਂ ਗੀ।
ਨਵਪ੍ਰੀਤ : ਧੰਨਵਾਦ।

ਅਭਿਆਸ: ਸੁਆਲ ਬਣਾਓ। ਜੁਆਬ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ।

ੳ
ਅ ਮੈਂ ਕੱਲ, ਲੰਡਨ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹਾਂ।
ੳ
ਅ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਵਾਪਸ ਆਵਾਂ ਗਾ।
ੳ
ਅ ਮੇਰੇ ਦੋਸਤ ਦੀ ਲੜਕੀ ਦਾ ਵਿਆਹ ਹੈ।
ੳ
ਅ ਮੈਂ ਵਾਪਸ ਆ ਕੇ ਜ਼ਰੂਰ ਮਿਲਾਂ ਗਾ।

ਕਾਂ ਅਤੇ ਲੂੰਬੜੀ

ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਕਿਸੇ ਕਾਂ ਨੂੰ ਰੋਟੀ ਦਾ ਟੁਕੜਾ ਲੱਭਾ। ਇਸ ਨੂੰ ਖਾਣ ਲਈ ਉਹ ਰੁੱਖ ਦੀ ਟਾਹਣੀ ਤੇ ਜਾ ਬੈਠਾ। ਇੱਕ ਲੂੰਬੜੀ, ਜੋ ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਭੁੱਖੀ ਸੀ, ਉਥੇ ਆ ਗਈ। ਜਦੋਂ ਉਸ ਨੇ ਕਾਂ ਦੀ ਚੁੰਝ ਵਿੱਚ ਰੋਟੀ ਦਾ ਟੁਕੜਾ ਦੇਖਿਆ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਆ ਗਿਆ। ਉਹ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਾਂ ਪਾਸੋਂ ਰੋਟੀ ਦਾ ਟੁਕੜਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਸੀ।

ਲੂੰਬੜੀ ਬੜੀ ਨਿਮਰਤਾ ਨਾਲ ਕਾਂ ਨੂੰ ਕਹਿਣ ਲਗੀ, "ਕਾਂਵਾਂ, ਕਾਂਵਾਂ ਮੈਨੂੰ ਤੇਰਾ ਕਾਲਾ ਰੰਗ ਬੜਾ ਸੁਹਣਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਦੇਖ, ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਲਿਸ਼ਕਦਾ ਹੈ। ਤੂੰ ਗਾਉਂਦਾ ਵੀ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਏਂ। ਪਰ ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਮੈਂ ਤੇਰਾ ਗਾਣਾ ਨਹੀਂ ਸੁਣਿਆ। ਜੇ ਤੂੰ ਅੱਜ ਮੈਨੂੰ ਇੱਕ ਗੀਤ ਸੁਣਾ ਦੇਵੇਂ ਤਾਂ ਮੇਰੀ ਰੂਹ ਖੁਸ਼ ਹੋ ਜਾਏ।"

ਕਾਂ ਛੇਤੀ ਹੀ ਫੂਕ ਵਿੱਚ ਆ ਗਿਆ। ਉਸ ਨੇ 'ਕਾਂ-ਕਾਂ' ਕਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਤੇ ਰੋਟੀ ਦਾ ਟੁਕੜਾ ਥੱਲੇ ਡਿੱਗ ਪਿਆ। ਲੂੰਬੜੀ ਨੇ ਟੁਕੜਾ ਚੁੱਕ ਕੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਪਾ ਲਿਆ ਤੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗੀ, "ਰੌਲਾ ਬੰਦ ਕਰ ਕਾਂਵਾਂ ਮੈਥੋਂ ਨਹੀਂ ਸੁਣੀ ਜਾਂਦੀ ਤੇਰੀ ਕਾਂਵਾਂ ਰੌਲੀ।"

ਕਾਂ ਲੂੰਬੜੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਲ ਹੀ ਦੇਖਦਾ ਰਹਿ ਗਿਆ।

ਅਭਿਆਸ: ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਸੁਆਲਾਂ ਦਾ ਜੁਆਬ 'ਹਾਂ ਜੀ' ਜਾਂ 'ਨਹੀਂ ਜੀ' ਵਿਚ ਦੇਵੋ

੧. ਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਸਕੁਟ ਲੱਭਾ।
੨. ਕਾਂ ਦਾ ਰੰਗ ਲਾਲ ਸੀ।
੩. ਲੂੰਬੜੀ ਭੁੱਖੀ ਸੀ।
੪. ਲੂੰਬੜੀ ਭੋਲੀ ਸੀ।

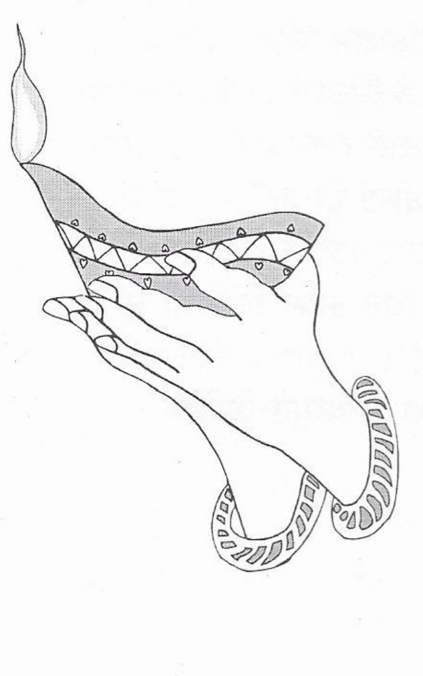
ਦੀਵਾਲੀ

ਦੀਵਾਲੀ ਹਿੰਦੂਆਂ ਤੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦਾ ਸਾਂਝਾ ਤਿਉਹਾਰ ਹੈ। ਇਹ ਹਰ ਸਾਲ ਅਕਤੂਬਰ ਜਾਂ ਨਵੰਬਰ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਭਾਰਤੀ ਗਏ ਹਨ, ਸਾਰੇ ਰਲ ਕੇ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਵਾਲੀ ਮਨਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਹੈ। ਦੀਵਿਆਂ, ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ ਅਤੇ ਜਗਮਗਾਉਂਦੇ ਲਾਟੂਆਂ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਹੈ।

ਲੋਕ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਦਿਵਾਲੀ ਦੇ ਕਾਰਡ ਦੇਂਦੇ ਹਨ, ਸੁਗਾਤਾਂ ਭੇਟ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮਠਿਆਈਆਂ ਦੇ ਡੱਬੇ ਵੰਡੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਥਾਂਵਾਂ ਤੇ ਮੇਲੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਬਜ਼ਾਰ ਸਜਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਮਠਿਆਈਆਂ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਤੇ ਰੌਣਕ ਦੇਖਣ ਵਾਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਲੋਕ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਪਾਰਟੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮੌਜ ਮੇਲਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿਚ ਗਾਉਣ ਵਜਾਉਣ ਵਾਲੇ ਬੜੀ ਰੌਣਕ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਰੇਡੀਓ, ਟੀਵੀ ਅਤੇ ਕੇਬਲ ਤੇ ਸਪੈਸ਼ਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਸਾਰਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਰਾਤ ਨੂੰ ਦੀਪਮਾਲਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪਟਾਕੇ ਚਲਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਲੋਕ ਇਹਨਾਂ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਖੂਬ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖ਼ਰੀਦਦੇ ਹਨ।

ਦੀਵਾਲੀ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਬੜੀ ਰੋਚਕ ਹੈ। ਰਾਮ ਚੰਦ੍ਰ ਜੀ ਨੂੰ ਚੌਦਾਂ ਸਾਲ ਲਈ ਰਾਜਾ ਦਸ਼ਰਥ ਨੇ ਬਨਵਾਸ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ। ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸੀਤਾ ਜੀ ਅਤੇ ਲਛਮਣ ਵੀ ਬਨਵਾਸ ਚਲੇ ਗਏ। ਜਦੋਂ ਚੌਦਾਂ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਉਹ ਸਾਰੇ ਵਾਪਿਸ ਆਏ ਤਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਉਣ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵਿਚ ਦੀਵੇ ਜਗਾਏ। ਉਸ ਦਿਨ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿਚ ਦੀਵਾਲੀ ਮਨਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਛੇਵੇਂ ਗੁਰੂ ਹਰਿ ਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਗਵਾਲੀਅਰ ਦੇ ਕਿਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚੋਂ ਇਸੇ ਦਿਨ ਰਿਹਾਅ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਆਪ ਜੀ ਨੇ ਬਵੰਜਾ ਰਾਜਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਕੈਦ ਤੋਂ ਛੁਡਾਇਆ ਸੀ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਸਿੱਖਾਂ ਲਈ ਵੀ ਇਹ ਬੜਾ ਹੀ ਖੁਸ਼ੀ ਦਾ ਦਿਨ ਸੀ। ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਸਿੱਖ ਅਤੇ ਹਿੰਦੂ ਰਲ ਕੇ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਮਨਾਉਂਦੇ ਹਨ।



ਅਭਿਆਸ: ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਸੁਆਲਾਂ ਦੇ ਜੁਆਬ ਦੇਵੋ

ੳ. ਰਾਮ ਚੰਦ੍ਰ ਜੀ ਨੂੰ ਕਿਸ ਨੇ ਬਨਵਾਸ ਦਿੱਤਾ ਸੀ?

ਅ. ਆਪ ਜੀ ਨਾਲ ਹੋਰ ਕੌਣ ਕੌਣ ਗਿਆ ਸੀ?

ੲ. ਰਾਮ ਚੰਦ੍ਰ ਜੀ ਨੂੰ ਕਿੰਨੇ ਸਾਲ ਦਾ ਬਨਵਾਸ ਮਿਲਿਆ ਸੀ?

ਸ. ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਕਿਸ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿਚ ਕੈਦ ਰਖਿਆ ਗਿਆ ਸੀ?

ਹ. ਗੁਰੂ ਹਰ ਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਕਿੰਨਿਆਂ ਰਾਜਿਆਂ ਨੂੰ ਕੈਦ ਵਿੱਚੋਂ ਛੁਡਵਾਇਆ ਸੀ?

ਕ. ਲੋਕ ਦੀਵਾਲੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਕੀ ਵੰਡਦੇ ਹਨ?

ਸੱਪ ਨੇ ਛਾਂ ਕਰਨੀ

ਜਦੋਂ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਕੁਝ ਵੱਡੇ ਹੋਏ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਿਤਾ ਮਹਿਤਾ ਕਾਲੂ ਜੀ ਨੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੂੰ ਮੱਝਾਂ ਚਰਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਮੰਨਿਆ ਤੇ ਮੱਝਾਂ ਨੂੰ ਚਰਾਉਣ ਲਈ ਜੰਗਲ ਵੱਲ ਲੈ ਗਏ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਰੋਜ਼ ਹੀ ਮੱਝਾਂ ਚਾਰਨ ਜਾਇਆ ਕਰਦੇ ਸਨ।

ਇੱਕ ਦਿਨ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਮੱਝਾਂ ਨੂੰ ਚਰਨ ਲਈ ਜੰਗਲ ਵਿਚ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਆਪ ਇੱਕ ਦਰਖਤ ਹੇਠਾਂ ਬੈਠ ਗਏ। ਗਰਮੀਆਂ ਦੇ ਦਿਨ ਸਨ। ਦਰਖਤ ਹੇਠਾਂ ਬੈਠਿਆਂ ਨੂੰ ਨੀਂਦ ਆ ਗਈ। ਥੋੜੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਸੁਤਿਆਂ ਪ੍ਰਿਆਂ ਦੇ ਮੂੰਹ ਤੇ ਧੁੱਪ ਆ ਗਈ। ਜੰਗਲ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਵੱਡਾ, ਮੋਟਾ ਤੇ ਲੰਮਾਂ ਸਾਰਾ ਸੱਪ ਨਿਕਲਿਆ ਜਿਸ ਦੀ ਛਜਲੀ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਤੇ ਛਜਲੀ ਨਾਲ ਛਾਂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ।

ਰੱਬ ਦੀ ਕਰਨੀ ਐਸੀ ਹੋਈ ਕਿ ਨੇੜੇ ਹੀ ਰਾਹ ਤੇ ਰਾਏ ਬੁਲਾਰ ਘੋੜੇ ਉੱਪਰ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਜਦੋਂ ਉਸ ਨੇ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਬਾਲਕ ਸੁੱਤਾ ਪਿਆ ਹੈ ਤੇ ਸੱਪ ਉਸਦੇ ਕੋਲ ਛਜਲੀ ਫੈਲਾ ਕੇ ਬੈਠਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਘਬਰਾਇਆ। ਉਸ ਨੇ ਘੋੜਾ ਬਾਲਕ ਵੱਲ ਮੋੜਿਆ ਪਰ ਜਦੋਂ ਸੱਪ ਨੇ ਉਸਨੂੰ ਆਉਂਦਿਆਂ ਦੇਖਿਆ ਤਾਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਜਾ ਕੇ ਝਾੜੀਆਂ ਵਿਚ ਛੁਪ ਗਿਆ। ਰਾਏ ਬੁਲਾਰ ਨੇ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਸੱਪ ਬਾਲਕ ਦੇ ਡੰਗ ਮਾਰ ਗਿਆ ਹੈ। ਬਾਲਕ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਜਗਾਇਆ ਤਾਂ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਕਿ ਬਾਲਕ ਠੀਕ ਹੈ। ਰਾਏ ਬੁਲਾਰ ਨੇ ਬਾਲਕ ਨੂੰ ਗੱਲ ਨਾਲ ਲਾ ਕੇ ਪਿਆਰ ਕੀਤਾ ਤੇ ਕਿਹਾ, "ਤੂੰ ਬਾਲਕ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੂੰ ਤਾਂ ਰੱਬ ਹੈਂ। ਤੂੰ ਅੱਲ੍ਹਾ ਹੈਂ। ਤੂੰ ਪੈਗੰਬਰ ਹੈਂ।"

ਅਭਿਆਸ: ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਸੁਆਲਾਂ ਦੇ ਜੁਆਬ ਦੇਵੋ

੧. ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਮੱਝਾਂ ਨੂੰ ਚਾਰਨ ਲਈ ਕਿੱਥੇ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਸਨ?
੨. ਗੁਰੂ ਜੀ ਕਿੱਥੇ ਸੁੱਤੇ ਪਏ ਸਨ?
੩. ਸੱਪ ਨੇ ਆਪਣੀ ਛਜਲੀ ਨਾਲ ਕੀ ਕੀਤਾ?
੪. ਰਾਏ ਬੁਲਾਰ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਸੱਪ ਕਿੱਥੇ ਚਲੇ ਗਿਆ ਸੀ?

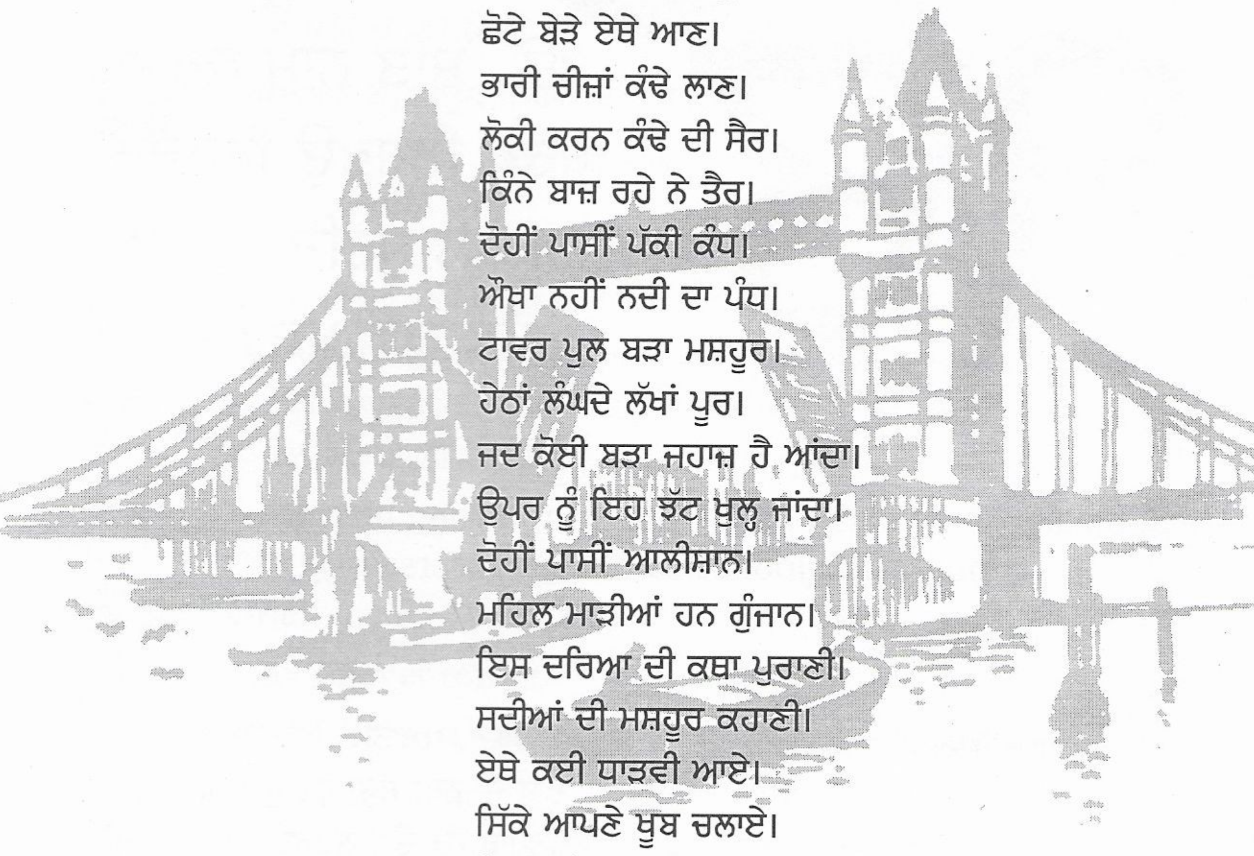
ਪੰਜਾਬ

ਪੰਜਾਬ ਦੋ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਮੇਲ ਹੈ - ਪੰਜ + ਆਬ। ਫ਼ਾਰਸੀ ਵਿਚ ਆਬ ਦਾ ਅਰਥ ਪਾਣੀ ਹੈ।ਪੁਰਾਣੇ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਪੰਜ ਦਰਿਆ ਵਗਦੇ ਸਨ, ਜਿਹਲਮ, ਚਨਾਬ, ਰਾਵੀ, ਬਿਆਸ ਅਤੇ ਸਤਲੁਜ। ਹੁਣ ਦੇ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਦੋ ਹੀ ਦਰਿਆ ਰਹਿ ਗਏ ਹਨ, ਸਤਲੁਜ ਤੇ ਬਿਆਸ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕ ਮਿਹਨਤੀ, ਤਕੜੇ, ਅਮੀਰ ਤੇ ਮਿਲਣਸਾਰ ਹਨ। ਬਹੁਤੀ ਵਸੋਂ ਸਿੱਖਾਂ ਤੇ ਹਿੰਦੂਆਂ ਦੀ ਹੈ। ਇਸਾਈ ਤੇ ਮੁਸਲਮਾਨ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਹਨ। ਪੰਜਾਬੀ ਆਮ ਕਰਕੇ ਖੇਤੀ ਬਾੜੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਫਸਲਾਂ ਦੀ ਉੱਪਜ ਬਾਕੀ ਪ੍ਰਾਂਤਾ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿਚ ਕਾਫ਼ੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੀ ਬੋਲੀ ਪੰਜਾਬੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਕਿ ਗੁਰਮੁਖੀ ਲਿਪੀ ਵਿਚ ਲਿਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਸਤਲੁਜ ਤੇ ਬਿਆਸ ਦਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਇਲਾਕੇ ਨੂੰ ਦੁਆਬਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਭਾਵੇਂ ਕਿਸੇ ਕੋਨੇ ਵਿਚ ਚਲੇ ਜਾਓ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਆਬੇ ਤੋਂ ਆਇਆ ਹੋਇਆ ਪੰਜਾਬੀ ਬੰਦਾ ਮਿਲ ਜਾਵੇਗਾ। ਪਰਵਾਸੀ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਇੰਗਲੈਂਡ, ਕਨੇਡਾ, ਸਿੰਘਾਪੁਰ, ਥਾਈਲੈਂਡ, ਆਸਟਰੇਲੀਆ, ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਈਸਟ ਅਫ਼ਰੀਕਾ ਵਿਚ ਕਾਫ਼ੀ ਹੈ।

ਅਭਿਆਸ: ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਨਕਸ਼ੇ ਤੋਂ ਆਪਣਾ ਜ਼ਿਲਾ ਲੱਭੋ ਅਤੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਕੋਲੋਂ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਦੀ ਪੂਰੀ ਪੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰੋ।

ਟੇਮਜ਼ ਦਰਿਆ



ਲੰਡਨ ਦੀ ਮਸ਼ਹੂਰ ਨਦੀ।
ਸੀ ਜਗ ਵਿਚ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਕਦੀ।
ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ ਟੇਮਜ਼ ਦਰਿਆ।
ਹੋਰ ਨਾ ਕੋਈ ਏਸ ਜਿਹਾ।
ਲੰਡਨ ਦੇ ਵਗਦਾ ਵਿੱਚਕਾਰ।
ਇਸ ਤੇ ਪੁਲ ਨੇ ਬੇ-ਸ਼ੁਮਾਰ।
ਛੋਟੇ ਬੇੜੇ ਏਥੇ ਆਣ।
ਭਾਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕੰਢੇ ਲਾਣ।
ਲੋਕੀ ਕਰਨ ਕੰਢੇ ਦੀ ਸੈਰ।
ਕਿੰਨੇ ਬਾਜ਼ ਰਹੇ ਨੇ ਤੈਰ।
ਦੋਹੀਂ ਪਾਸੀਂ ਪੱਕੀ ਕੰਧ।
ਔਖਾ ਨਹੀਂ ਨਦੀ ਦਾ ਪੰਧ।
ਟਾਵਰ ਪੁਲ ਬੜਾ ਮਸ਼ਹੂਰ।
ਹੇਠਾਂ ਲੰਘਦੇ ਲੱਖਾਂ ਪੂਰ।
ਜਦ ਕੋਈ ਬੜਾ ਜਹਾਜ਼ ਹੈ ਆਂਦਾ।
ਉਪਰ ਨੂੰ ਇਹ ਝੱਟ ਖੁਲ੍ਹ ਜਾਂਦਾ।
ਦੋਹੀਂ ਪਾਸੀਂ ਆਲੀਸ਼ਾਨ।
ਮਹਿਲ ਮਾੜੀਆਂ ਹਨ ਗੁੰਜਾਨ।
ਇਸ ਦਰਿਆ ਦੀ ਕਥਾ ਪੁਰਾਣੀ।
ਸਦੀਆਂ ਦੀ ਮਸ਼ਹੂਰ ਕਹਾਣੀ।
ਏਥੇ ਕਈ ਧਾੜਵੀ ਆਏ।
ਸਿੱਕੇ ਆਪਣੇ ਖੂਬ ਚਲਾਏ।
ਇਹ ਦਰਿਆ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਸ਼ਾਨ।
ਇਸ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਰਜ ਕੇ ਮਾਨ।

ਅਭਿਆਸ: ਹੁਣ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਲੰਡਨ ਜਾਓ ਤਾਂ ਟੇਮਜ਼ ਦਰਿਆ ਦੇ ਕੰਢੇ ਸੈਰ ਕਰੋ ਅਤੇ ਅੱਖੀਂ ਡਿੱਠਾ ਨਜ਼ਾਰਾ ਆਪਣੀ ਨੋਟ ਬੁਕ ਵਿਚ ਲਿਖੋ।

ਸੂਚਨਾਵਾਂ, ਆਦਰਸ਼, ਸ਼ੁਭ ਕਾਮਨਾਵਾਂ, ਬੋਲੇ ਅਤੇ ਸੰਕੇਤਕ ਵਾਕ।
(ਅਧਿਆਪਕ / ਅਧਿਆਪਕਾ ਜੀ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ)

- ਜੀ ਆਇਆਂ ਨੂੰ।
- ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਦਾ ਰਸਤਾ।
- ਫੁੱਲ ਨਾ ਤੋੜੋ।
- ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਬੰਦ ਰੱਖੋ।
- ਅੱਗੇ ਸੜਕ ਬੰਦ ਹੈ।
- ਸਵਾਰੀ ਆਪਣੇ ਸਮਾਨ ਦੀ ਆਪ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ।
- ਇੱਥੇ ਗੱਡੀ ਖੜ੍ਹੀ ਕਰਨਾ ਮਨ੍ਹਾ ਹੈ।
- ਖੱਬੇ ਚੱਲੋ।
- ਜੋੜਾ ਉਤਾਰ ਕੇ ਅਤੇ ਸਿਰ ਢੱਕ ਕੇ ਅੰਦਰ ਜਾਓ।
- ਕੁੱਤੇ ਤੋਂ ਖਬਰਦਾਰ ਰਹੋ।
- ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੇਚਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਦਾਨ ਮੰਗਣ ਵਾਲੇ ਖਿਮਾ ਕਰਨ।
- ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਰਾ ਸਾਲ ਕੰਮ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਪੈਸੇ ਕਮਾਓ ਨਾਲੇ ਸਿਹਤ ਬਣਾਉ।
- ਲੰਗਰ ਸਿਰ ਢੱਕ ਕੇ ਛਕੋ ਜੀ।
- ਲੋਕ ਪੜ੍ਹ ਰਹੇ ਹਨ ਉਚੀ ਨਾ ਬੋਲੋ।
- ਫਰਸ਼ ਤੇ ਚੁੰਗਮ ਨਾ ਸੁੱਟੋ।
- ਕਬੂਤਰਾਂ ਨੂੰ ਚੋਗਾ ਪਾ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹੋ।
- ਕੂੜੇ ਦਾਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਸਾਨੂੰ ਕਪੜੇ ਦੀ ਫੈਕਟਰੀ ਲਈ ਮਸ਼ੀਨਿਸਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਜਨਮ ਦਿਨ ਦੀ ਵਧਾਈ।
- ਚੁੱਪ ਦਾ ਦਾਨ ਬਖ਼ਸ਼ੋ ਜੀ।
- ਹਸਪਤਾਲ ਦਾ ਖੇਤਰ ਸਿਗਰਟ ਨੋਸ਼ੀ ਰਹਿਤ ਕਰਾਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।
- ਬਚਾਉ ਪਹਿਲਾਂ ··· ਕਿਸਮਤ ਮਗਰੋਂ।
- ਗੁਰਪੁਰਬ ਦੀ ਵਧਾਈ।
- ਨਵਾਂ ਸਾਲ ਮੁਬਾਰਕ।
- ਵਿਸਾਖੀ ਪੁਰਬ ਦੀਆਂ ਸ਼ੁਭ ਇਛਾਵਾਂ।
- ਪਾਣੀ ਬਹੁਤ ਡੂੰਘਾ ਹੈ, ਇਸ ਵਿਚ ਨਾ ਤੈਰੋ।

7

ਸਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ

ਮੇਰਾ ਨਾਂ ਮਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਹੈ ।ਮੈਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹਾਂ । ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਬੱਸ ਡਰਾਈਵਰ ਹਨ ਤੇ ਮਾਤਾ ਜੀ ਕੱਪੜੇ ਸਿਉਣ ਵਾਲੀ ਫੈਕਟਰੀ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ । ਸਾਡਾ ਪੂਰਾ ਪਤਾ 32 ਲਿਚਫੀਲਡ ਰੋਡ ਵੂਲਵਰਹੈਂਪਟਨ ਹੈ ।

ਮੇਰੇ ਦੋ ਭਰਾ ਹਨ ਤੇ ਦੋਵੇਂ ਹੀ ਮੇਰੇ ਨਾਲੋਂ ਵੱਡੇ ਹਨ । ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਸਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਤੇ ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਹਨ । ਮੇਰੀ ਇੱਕ ਭੈਣ ਹੈ । ਉਸ ਦਾ ਨਾਂ ਪਰਮਜੀਤ ਕੌਰ ਹੈ । ਉਹ ਸਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਛੋਟੀ ਹੈ ।

ਸਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਮੇਰੇ ਦਾਦਾ ਜੀ ਤੇ ਦਾਦੀ ਜੀ ਵੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ । ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਕਾਫ਼ੀ ਚੰਗੀ ਹੈ । ਮੇਰੇ ਨਾਨਾ ਜੀ ਤੇ ਨਾਨੀ ਜੀ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ । ਅਸੀਂ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਗਰਮੀਆਂ ਦੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਗਏ ਸੀ । ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ । ਮੇਰਾ ਦਿਲ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਹਰ ਸਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਵਾਸਤੇ ਪੰਜਾਬ ਜਾਵਾਂ ।

1) ਮਨਜੀਤ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਬਾਰੇ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਥੱਲੇ ਦਿੱਤਾ ਹੋਇਆ ਚਾਰਟ ਪੂਰਾ ਕਰੋ:

ਦਾਦਾ ਜੀ

ਦਾਦੀ ਜੀ

ਨਾਨਾ ਜੀ

ਨਾਨੀ ਜੀ

ਕਿੱਥੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ?

ਪਿਤਾ ਜੀ ਕੀ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ?

ਮਾਤਾ ਜੀ ਕੀ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ?

ਭਰਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ?

ਮਨਜੀਤ

ਭੈਣ ਦਾ ਨਾਂ ?

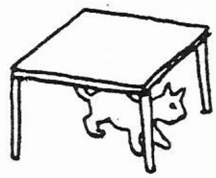
ਬਿੱਲੀ ਕਿੱਥੇ ਹੈ ? Billee Kithay hae?

Where is the cat?

ਮੇਜ਼ ਥੱਲੇ,	ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਅੱਗੇ,	ਕੁਰਸੀ ਉੱਤੇ,	ਬੈਗ ਵਿੱਚ,
Mayz thullay,	d'urwaazay uggay	kursee utt'ay,	bag wich,
ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ,	ਮੇਜ਼ ਉੱਤੇ	ਦਰਖ਼ਤ ਪਿੱਛੇ,	
dubbay wich,	mayz utt'ay	d'rukhat' pichhay	

ਖ਼ਾਲੀ ਥਾਵਾਂ ਭਰੋ।

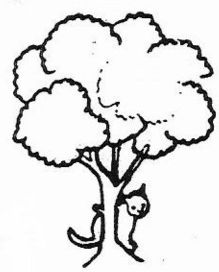
1. ਬਿੱਲੀ ਮੇਜ਼ .... ਹੈ।
billee mayz ....hae.



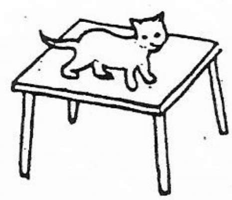
2. ਬਿੱਲੀ ਕੁਰਸੀ ....ਹੈ।
billee kursee .... hae.

3. ਬਿੱਲੀ ਬੈਗ .... ਹੈ।
billee bag ....hae.

4. ਬਿੱਲੀ ਦਰਖ਼ਤ ....ਹੈ।
billee d'rukht' ....hae.



5. ਬਿੱਲੀ ਮੇਜ਼ .... ਹੈ।
billee mayz .... hae.

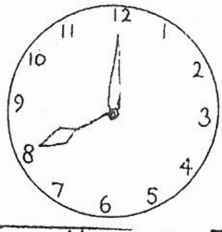
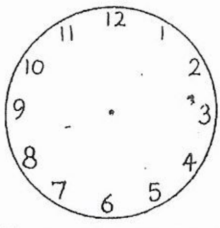
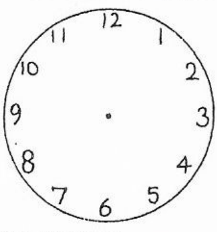
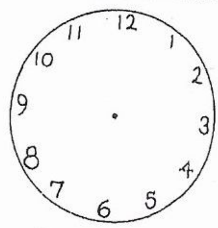
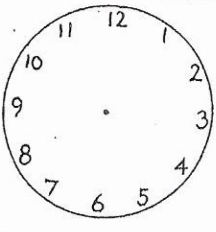
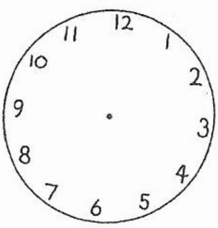
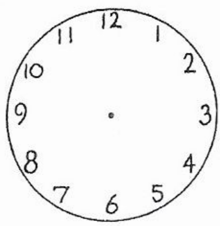
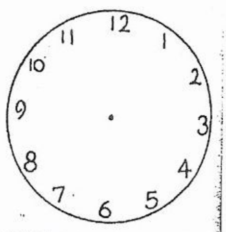
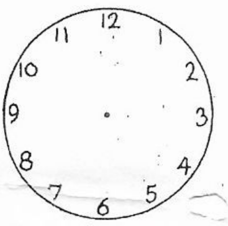
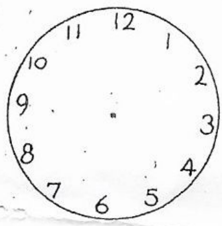
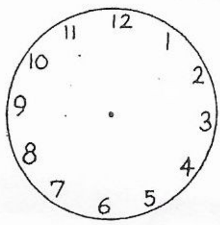
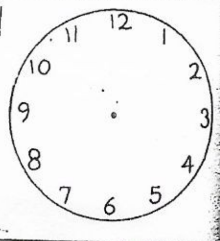
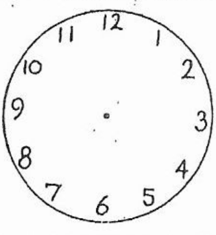
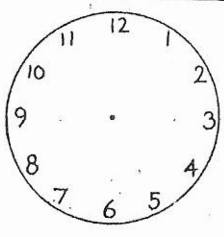
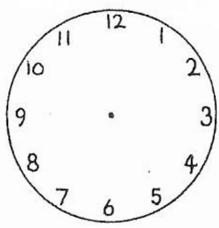
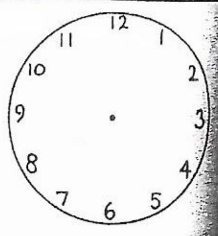
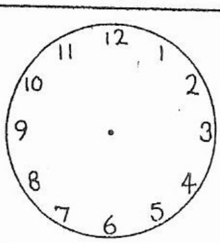
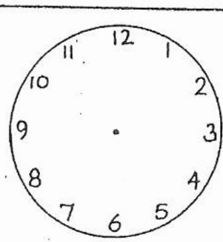
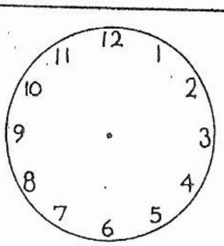
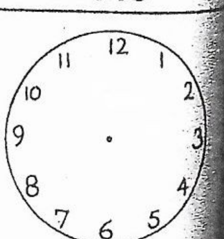


6. ਬਿੱਲੀ ਡੱਬੇ .... ਹੈ।
billee dubbay ....hae.

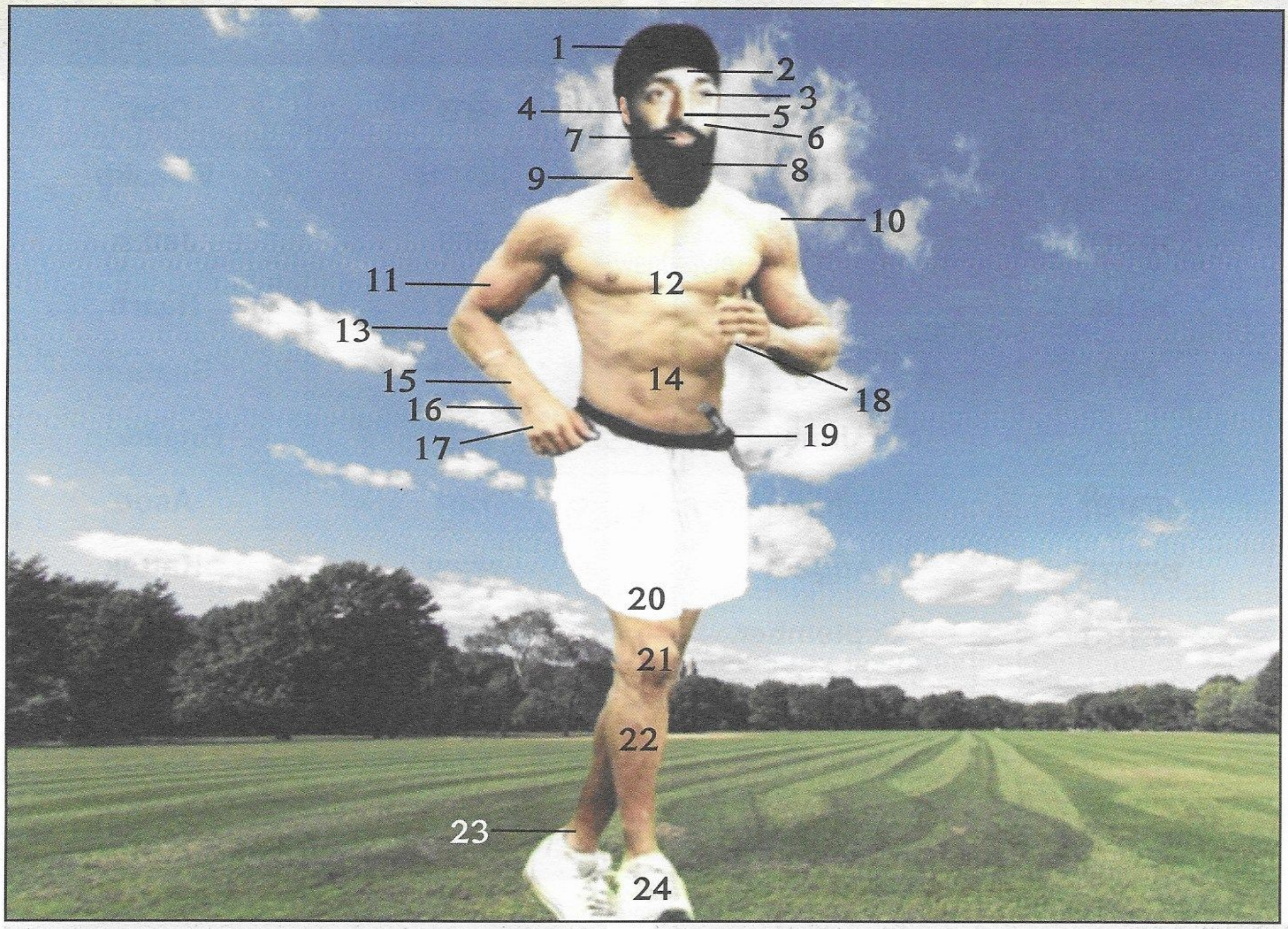
ਸਮਾਂ

ਹਰ ਘੜੀ ਥੱਲੇ ਦਿੱਤੇ ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸੂਈਆਂ ਬਣਾਓ:-

Draw hands depicting time shown under each of the following watches:-

			
ਅੱਠ ਵਜੇ	ਪੰਜ ਵਜੇ	ਤਿੰਨ ਵਜੇ	ਨੌਂ ਵਜੇ
			
ਡੇਢ ਵਜਿਆ	ਢਾਈ ਵਜੇ	ਸਾਢੇ ਤਿੰਨ	ਸਾਢੇ ਦਸ
			
ਸਵਾ ਸੱਤ	ਸਵਾ ਬਾਰਾਂ	ਪੌਣੇ ਦੋ	ਪੌਣੇ ਪੰਜ
			
ਸੱਤ ਵਜ ਕੇ ਵੀਹ ਮਿੰਟ	ਨੌਂ ਵਜ ਕੇ ਪੱਚੀ ਮਿੰਟ	ਗਿਆਰਾਂ ਵਜ ਕੇ ਦਸ ਮਿੰਟ	ਸੱਤ ਵਜ ਕੇ ਪੰਜ ਮਿੰਟ
			
ਚਾਰ ਵੱਜਣ ਵਿੱਚ ਦਸ ਮਿੰਟ	ਇੱਕ ਵੱਜਣ ਵਿੱਚ ਵੀਹ ਮਿੰਟ	ਤਿੰਨ ਵੱਜਣ ਵਿੱਚ ਪੱਚੀ ਮਿੰਟ	ਛੇ ਵੱਜਣ ਵਿੱਚ ਪੰਜ ਮਿੰਟ

ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ



1.	ਸਿਰ	9.	ਗਰਦਨ	17.	ਹੱਥ
2.	ਮੱਥਾ	10.	ਮੋਢਾ	18.	ਉਂਗਲ
3.	ਅੱਖ	11.	ਡੌਲ਼ਾ	19.	ਲੱਕ
4.	ਕੰਨ	12.	ਛਾਤੀ	20.	ਪੱਟ
5.	ਨੱਕ	13.	ਕੂਹਣੀ	21.	ਗੋਡਾ
6.	ਗੱਲ੍ਹ	14.	ਢਿੱਡ	22.	ਲੱਤ
7.	ਬੁੱਲ੍ਹ	15.	ਬਾਂਹ	23.	ਗਿੱਟਾ
8.	ਦਾੜ੍ਹੀ	16.	ਗੁੱਟ	24.	ਪੈਰ

ਅਭਿਆਸ-5

ਠੀਕ ਜਵਾਬ ਤੇ ਸਹੀ (✓) ਲਗਾਓ:

1. ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਮਹੀਨੇ

ੳ) ਜਨਵਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਕਿਹੜਾ ਮਹੀਨਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ? ☐ ਫਰਵਰੀ ☐ ਅਪ੍ਰੈਲ

ਅ) ਅਪ੍ਰੈਲ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਹੜਾ ਮਹੀਨਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ? ☐ ਮਾਰਚ ☐ ਮਈ

ੲ) ਸਾਲ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਮਹੀਨਾ ਕਿਹੜਾ ਹੈ? ☐ ਅਕਤੂਬਰ ☐ ਜਨਵਰੀ

ਸ) ਸਾਲ ਦਾ ਆਖਰੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਮਹੀਨਾ ਕਿਹੜਾ ਹੈ? ☐ ਦਸੰਬਰ ☐ ਅਪ੍ਰੈਲ

ਹ) ਸਰਦੀ ਦੀ ਰੁੱਤ ਕਿਸ ਮਹੀਨੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? ☐ ਮਾਰਚ ☐ ਦਸੰਬਰ

ਕ) ਗਰਮੀ ਦੀ ਰੁੱਤ ਕਿਸ ਮਹੀਨੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? ☐ ਜੂਨ ☐ ਜਨਵਰੀ

ਖ) ਸਾਲ ਦਾ ਦਸਵਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਮਹੀਨਾ ਕਿਹੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ☐ ਸਤੰਬਰ ☐ ਅਕਤੂਬਰ

ਗ) ਸਾਲ ਵਿਚ ਕਿੰਨੇ ਮਹੀਨੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ? ☐ ਦਸ ☐ ਬਾਰਾਂ

2. ਦੇਸੀ ਮਹੀਨੇ

ੳ) ਦੇਸੀ ਮਹੀਨੇ ਕਿੰਨੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ? ☐ ਬਾਰਾਂ ☐ ਚੌਵੀ

ਅ) ਭਾਦੋਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿਹੜਾ ਮਹੀਨਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ? ☐ ਅਸੂ ☐ ਮਾਘ

ੲ) ਪੋਹ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਹੜਾ ਮਹੀਨਾ ਆਉਦਾ ਹੈ? ☐ ਮਾਘ ☐ ਮੱਘਰ

ਸ) ਵਿਸਾਖੀ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਕਿਸ ਮਹੀਨੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ? ☐ ਵਿਸਾਖ ☐ ਹਾੜ੍ਹ

ਹ) ਪਹਿਲਾ ਦੇਸੀ ਮਹੀਨਾ ਕਿਹੜਾ ਹੈ? ☐ ਪੋਹ ☐ ਚੇਤ

3. ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਦਿਨ

ੳ) ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਦਿਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ? ☐ ਸੱਤ ☐ ਛੇ

ਅ) ਹਫ਼ਤੇ ਦਾ ਤੀਜਾ ਦਿਨ ਕਿਹੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ☐ ਬੁੱਧਵਾਰ ☐ ਸ਼ਨਿੱਚਰਵਾਰ

ੲ) ਐਤਵਾਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿਹੜਾ ਦਿਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ☐ ਮੰਗਲ਼ਵਾਰ ☐ ਸੋਮਵਾਰ

ਸ) ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਕਿਸ ਦਿਨ ਛੁੱਟੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? ☐ ਐਤਵਾਰ ☐ ਵੀਰਵਾਰ

ਹ) ਹਫ਼ਤੇ ਦਾ ਆਖਰੀ ਦਿਨ ਕਿਹੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ☐ ਸ਼ਨਿੱਚਰਵਾਰ ☐ ਐਤਵਾਰ

ਕ) ਹਫ਼ਤੇ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਦਿਨ ਕਿਹੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ☐ ਸੋਮਵਾਰ ☐ ਐਤਵਾਰ

ਅਭਿਆਸ-6

ਠੀਕ ਜਵਾਬ ਤੇ ਸਹੀ (✓) ਲਗਾਓ:

1. ਰੁੱਤਾਂ

ੳ) ਦਸੰਬਰ ਅਤੇ ਜਨਵਰੀ ਵਿਚ ਕਿਹੜੀ ਰੁੱਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?	☐ ਸਰਦੀ	☐ ਬਸੰਤ
ਅ) ਸਾਲ ਵਿਚ ਕਿੰਨੀਆਂ ਰੁੱਤਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ?	☐ ਚਾਰ	☐ ਤਿੰਨ
ੲ) ਕਿਸ ਰੁੱਤ ਵਿਚ ਦਰੱਖਤਾਂ ਦੇ ਪੱਤੇ ਝੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ?	☐ ਗਰਮੀ	☐ ਪਤਝੜ
ਸ) ਕਿਸ ਰੁੱਤ ਵਿਚ ਵਧੇਰੇ ਮੀਂਹ ਪੈਂਦੇ ਹਨ?	☐ ਗਰਮੀ	☐ ਬਸੰਤ
ਹ) ਬਸੰਤ ਵਿਚ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?	☐ ਪੱਤੇ ਝੜਦੇ ਹਨ	☐ ਫੁੱਲ ਖਿੜਦੇ ਹਨ
ਕ) ਗਰਮੀ ਦੀ ਰੁੱਤ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ?	☐ ਧੁੱਪ ਸੇਕਦੇ ਹਾਂ	☐ ਪੱਖੀ ਝੱਲਦੇ ਹਾਂ
ਖ) ਸਰਦੀ ਦੀ ਰੁੱਤ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ	☐ ਅੱਗ ਸੇਕਦੇ ਹਾਂ	☐ ਬਰਫ਼ ਨਾਲ ਖੇਡਦੇ ਹਾਂ

2. ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ

ੳ) ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸ ਅੰਗ ਤੇ ਦਸਤਾਰ ਸਜਾਉਂਦੇ ਹਾਂ?	☐ ਸਿਰ	☐ ਮੱਥਾ
ਅ) ਕੜਾ ਕਿਸ ਅੰਗ ਤੇ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?	☐ ਬਾਂਹ	☐ ਹੱਥ
ੲ) ਅਸੀਂ ਕਿਸ ਅੰਗ ਨਾਲ ਰੋਟੀ ਖਾਂਦੇ ਹਾਂ?	☐ ਢਿੱਡ	☐ ਮੂੰਹ
ਸ) ਅਸੀਂ ਕਿਸ ਅੰਗ ਨਾਲ ਸੁੰਘਦੇ ਹਾਂ?	☐ ਕੰਨ	☐ ਨੱਕ
ਹ) ਅਸੀਂ ਕਿਸ ਅੰਗ ਨਾਲ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ?	☐ ਅੱਖ	☐ ਕੰਨ
ਕ) ਅਸੀਂ ਕਿਸ ਅੰਗ ਨਾਲ ਤੁਰਦੇ ਹਾਂ?	☐ ਗੋਡਾ	☐ ਪੈਰ
ਖ) ਅਸੀਂ ਕਿਸ ਅੰਗ ਨਾਲ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ?	☐ ਕੰਨ	☐ ਅੱਖ
ਗ) ਅਸੀਂ ਕਿਸ ਅੰਗ ਨਾਲ ਬੋਲਦੇ ਹਾਂ?	☐ ਗੱਲ੍ਹ	☐ ਜੀਭ
ਘ) ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਹੇਠਲੇ ਅੰਗ ਦਾ ਨਾਮ ਦੱਸੋ?	☐ ਪੈਰ	☐ ਲੱਤ

ਙ) ਲੱਕ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਥੱਲੇ ਵਾਲੇ ਕੋਈ ਚਾਰ-ਚਾਰ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਲਿਖੋ।

ਲੱਕ ਤੋਂ ਉੱਪਰ 1. ______ 2. ______ 3. ______ 4. ______

ਲੱਕ ਤੋਂ ਥੱਲੇ 1. ______ 2. ______ 3. ______ 4. ______

ਅਭਿਆਸ-6

ਠੀਕ ਜਵਾਬ ਤੇ ਸਹੀ (✓) ਲਗਾਓ:

1. ਰੁੱਤਾਂ

ੳ) ਦਸੰਬਰ ਅਤੇ ਜਨਵਰੀ ਵਿਚ ਕਿਹੜੀ ਰੁੱਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? ☐ ਸਰਦੀ ☐ ਬਸੰਤ

ਅ) ਸਾਲ ਵਿਚ ਕਿੰਨੀਆਂ ਰੁੱਤਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ? ☐ ਚਾਰ ☐ ਤਿੰਨ

ੲ) ਕਿਸ ਰੁੱਤ ਵਿਚ ਦਰੱਖਤਾਂ ਦੇ ਪੱਤੇ ਝੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ? ☐ ਗਰਮੀ ☐ ਪਤਝੜ

ਸ) ਕਿਸ ਰੁੱਤ ਵਿਚ ਵਧੇਰੇ ਮੀਂਹ ਪੈਂਦੇ ਹਨ? ☐ ਗਰਮੀ ☐ ਬਸੰਤ

ਹ) ਬਸੰਤ ਵਿਚ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ☐ ਪੱਤੇ ਝੜਦੇ ਹਨ ☐ ਫੁੱਲ ਖਿੜਦੇ ਹਨ

ਕ) ਗਰਮੀ ਦੀ ਰੁੱਤ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ? ☐ ਧੁੱਪ ਸੇਕਦੇ ਹਾਂ ☐ ਪੱਖੀ ਝੱਲਦੇ ਹਾਂ

ਖ) ਸਰਦੀ ਦੀ ਰੁੱਤ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ☐ ਅੱਗ ਸੇਕਦੇ ਹਾਂ ☐ ਬਰਫ਼ ਨਾਲ ਖੇਡਦੇ ਹਾਂ

2. ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ

ੳ) ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸ ਅੰਗ ਤੇ ਦਸਤਾਰ ਸਜਾਉਂਦੇ ਹਾਂ? ☐ ਸਿਰ ☐ ਮੱਥਾ

ਅ) ਕੜਾ ਕਿਸ ਅੰਗ ਤੇ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ? ☐ ਬਾਂਹ ☐ ਹੱਥ

ੲ) ਅਸੀਂ ਕਿਸ ਅੰਗ ਨਾਲ ਰੋਟੀ ਖਾਂਦੇ ਹਾਂ? ☐ ਢਿੱਡ ☐ ਮੂੰਹ

ਸ) ਅਸੀਂ ਕਿਸ ਅੰਗ ਨਾਲ ਸੁੰਘਦੇ ਹਾਂ? ☐ ਕੰਨ ☐ ਨੱਕ

ਹ) ਅਸੀਂ ਕਿਸ ਅੰਗ ਨਾਲ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ? ☐ ਅੱਖ ☐ ਕੰਨ

ਕ) ਅਸੀਂ ਕਿਸ ਅੰਗ ਨਾਲ ਤੁਰਦੇ ਹਾਂ? ☐ ਗੋਡਾ ☐ ਪੈਰ

ਖ) ਅਸੀਂ ਕਿਸ ਅੰਗ ਨਾਲ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ? ☐ ਕੰਨ ☐ ਅੱਖ

ਗ) ਅਸੀਂ ਕਿਸ ਅੰਗ ਨਾਲ ਬੋਲਦੇ ਹਾਂ? ☐ ਗੱਲ੍ਹ ☐ ਜੀਭ

ਘ) ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਹੇਠਲੇ ਅੰਗ ਦਾ ਨਾਮ ਦੱਸੋ? ☐ ਪੈਰ ☐ ਲੱਤ

ਙ) ਲੱਕ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਥੱਲੇ ਵਾਲੇ ਕੋਈ ਚਾਰ-ਚਾਰ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਲਿਖੋ।

ਲੱਕ ਤੋਂ ਉੱਪਰ 1. 2. 3. 4.

ਲੱਕ ਤੋਂ ਥੱਲੇ 1. 2. 3. 4.

ਸ਼ਬਦ	ਵਿਰੋਧੀ ਸ਼ਬਦ	ਸ਼ਬਦ	ਵਿਰੋਧੀ ਸ਼ਬਦ
ਪਾਸ	ਫੇਲ੍ਹ	ਛੋਟਾ	ਵੱਡਾ
ਧੁੱਪ	ਛਾਂ	ਪੱਕਾ	ਕੱਚਾ
ਚੰਗਾ	ਮਾੜਾ	ਅਮੀਰ	ਗ਼ਰੀਬ
ਸਖ਼ਤ	ਨਰਮ	ਸਵੇਰ	ਸ਼ਾਮ
ਅਸਲੀ	ਨਕਲੀ	ਨੌਕਰ	ਮਾਲਕ
ਪੜ੍ਹਿਆ	ਅਨਪੜ੍ਹ	ਨਾਨਕੇ	ਦਾਦਕੇ
ਸਸਤਾ	ਮਹਿੰਗਾ	ਇਮਾਨਦਾਰ	ਬੇਈਮਾਨ
ਨਰਕ	ਸਵਰਗ	ਉੱਪਰ	ਥੱਲੇ
ਸੁਖੀ	ਦੁਖੀ	ਔਖਾ	ਸੌਖਾ
ਉੱਚਾ	ਨੀਵਾਂ	ਗੰਦਾ	ਸਾਫ਼
ਘਾਟਾ	ਵਾਧਾ	ਚਾਨਣ	ਹਨ੍ਹੇਰਾ
ਜਨਮ	ਮਰਨ	ਚਿੱਟਾ	ਕਾਲਾ
ਅਸੀਂ	ਤੁਸੀਂ	ਅੰਦਰ	ਬਾਹਰ
ਕੌੜਾ	ਮਿੱਠਾ	ਹਲਕਾ	ਭਾਰਾ
ਪਤਲਾ	ਮੋਟਾ	ਬੁੱਢਾ	ਜਵਾਨ
ਬਰੀਕ	ਮੋਟਾ	ਤਿੱਖਾ	ਖੁੰਢਾ
ਥੋੜ੍ਹਾ	ਬਹੁਤਾ	ਵੱਧ	ਘੱਟ
ਵੱਸਣਾ	ਉੱਜੜਨਾ	ਮਿੱਤਰ	ਵੈਰੀ
ਵਧੀਆ	ਘਟੀਆ	ਦੂਰ	ਨੇੜੇ

ਅਭਿਆਸ

1. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ ਦੇ ਵਿਰੋਧੀ ਸ਼ਬਦ ਲਿਖੋ -

ਜਨਮ ....

ਸਵੇਰ ....

ਮਿੱਤਰ ....

ਅਮੀਰ ....

ਵਧੀਆ ....

ਅੰਦਰ ....

ਮੁੰਡਾ ....

ਉੱਪਰ ....

ਅਸੀਂ ....

ਮੋਟਾ ....

2. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਠੀਕ ਜਾਂ ਗਲਤ ਲਿਖੋ-

ਠੰਢਾ	ਗਰਮ	
ਪਤਲਾ	ਬਰੀਕ	
ਅਮੀਰ	ਸ਼ਾਹੂਕਾਰ	
ਕਾਲਾ	ਗੋਰਾ	
ਕੌੜਾ	ਮਿੱਠਾ	
ਘਾਟਾ	ਨੁਕਸਾਨ	
ਵਿੰਗਾ	ਸਿੱਧਾ	

5. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਆਹਮਣੇ ਸਾਹਮਣੇ ਦਿਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਠੀਕ-ਠੀਕ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ-

ਨਰਕ = ਸਾਫ਼
ਸਸਤਾ = ਵੱਡਾ
ਗੰਦਾ = ਸਵਰਗ
ਤਿੱਖਾ = ਮਹਿੰਗਾ
ਸਵੇਰ = ਖੁੰਢਾ
ਛੋਟਾ = ਸ਼ਾਮ

Context: Lifestyle: Relationships and choices; Future plans regarding marriage

ਇੰਗਲੈਂਡ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਆਹ

You see this article in a newspaper about a love marriage that was celebrated as a big wedding in an expensive London hotel. But unfortunately, after a week the marriage fell apart.

> ਵਿਆਹ ਦੀਆਂ ਲੱਖ ਲੱਖ ਵਧਾਈਆਂ
>
> ਪਿਛਲੇ ਹਫਤੇ ਅਸੀਂ ਸਾਰਾ ਪਰਿਵਾਰ ਲੰਡਨ ਵਿਆਹ ਤੇ ਗਏ ਸੀ। ਇਹ ਵਿਆਹ ਇੱਕ ਆਲੀਸ਼ਾਨ ਹੋਟਲ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਇਹ ਵਿਆਹ ਮੁੰਡੇ ਤੇ ਕੁੜੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਲੜਕੀ ਦੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਨੇ ਇਸ ਵਿਆਹ ਤੇ ਲਗਭਗ ਇੱਕ ਲੱਖ ਪੌਂਡ ਖਰਚ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਹਫਤੇ ਬਾਅਦ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਕਿ ਮੁੰਡੇ ਕੁੜੀ ਦੀ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਅਣਬਣ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਇਹ ਵਿਆਹ ਟੁੱਟ ਗਿਆ।

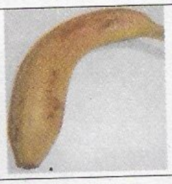
Write an article in Panjabi for your school magazine about your views on getting married. Include the following points in your article.

- What sort of person you are
- What sort of person you would like to marry and why
- Whether you would prefer love or arranged marriage
- What sort of wedding celebration you have in mind
- How you would ensure that your marriage is successful

Or you can write about your own ideas.

Context: Lifestyle: Health; Healthy and unhealthy Lifestyle

1 Write the names of fruits in Panjabi and complete the table.

				
ਸੇਬ				

2 You read a few lines of Manjit's inspirational song to promote a healthy diet.

> ਖਾਓ ਪੀਓ ਐਸ਼ ਕਰੋ ਮਿੱਤਰੋ, ਪਰ ਤਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਾਇਓ ਨਾ
> ਭੁੱਲ ਜਾਓ ਸਮੋਸੇ ਤੇ ਪਕੌੜੇ ਹੁਣ, ਕੋਕ ਦੇ ਨੇੜੇ ਜਾਇਓ ਨਾ
> ਪੰਜ ਫਲ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਖਾਓ ਹੁਣ, ਜੰਕ ਫੂਡ ਕਦੇ ਖਾਇਓ ਨਾ
> ਵਧੀਆ ਖਾਓ, ਸਿਹਤ ਬਣਾਓ, ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਫਿਰ ਪਛਤਾਇਓ ਨਾ

Write an article for your school magazine to encourage students to eat healthy food to enjoy good health. You can include your views and opinion with reasons and elaborate on the following:

- Ask readers to review their diet
- Encourage them to give up junk food
- Disadvantages of eating fast food
- Importance of eating fruit
- Encourage them to do regular exercise

3. Now in pairs you have a go at writing a song to promote healthy lifestyle.

Being happy

Context: Lifestyle: Health; Healthy and unhealthy Lifestyle

You read a blog on a website about staying happy!

ਖੁਸ਼ ਰਹੋ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਪਾਓ !

ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣਾ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਅੱਜ ਕਲ ਦੇ ਦੌੜ-ਭੱਜ ਦੇ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਹਰ ਆਦਮੀ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਹੈ। ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨੀ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਹਰ ਵੇਲੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਰੁੱਝੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਾਂ ਸੌਖਾ ਬੀਤ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਵੀ ਚੰਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

Write a blog for your school website advising students to stay happy. You can include your views and opinions with reasons and elaborate on the following:

- Explain the importance of being happy
- Ask students how much free time they have and how they spend it
- Advise them to keep themselves busy in studying
- Persuade them to take part in sports activities
- Suggest to run a laughter club after school

Or, you could include your own ideas.