

صاف ستھرا رہنے کو صفائی کہتے ہیں۔ ہم صابن سے ہاتھ دھوتے ہیں۔ ہم اپنے کپڑوں کو صاف رکھتے ہیں۔ روزانہ برش کرنے سے دانت صاف رہتے ہیں۔ ہم اپنے بال صاف رکھنے کے لیے ان میں کنگھی کرتے ہیں۔ ہمیں روزانہ نہانا چاہیے۔ ناخن کاٹنے سے ان میں جمی ہوئی گندگی دور ہو جاتی ہے۔ ہمیں اپنے گھر اور ماحول کو بھی صاف ستھرا رکھنا چاہیے۔ اگر ہم صاف ستھرے نہ رہیں تو بیمار ہو جائیں گے۔ صاف ستھرا رہنے سے صحت اچھی رہتی ہے۔ صحت اچھی ہو تو پڑھائی میں دل لگتا ہے۔



دانت صاف کرنا



صاف ستھرے کپڑے پہننا



ناخن کاٹنا



بالوں میں کنگھی کرنا

سرگرمی

دیے گئے الفاظ کی مدد سے خالی جگہ پُر کریں۔

صاف

صحت

گندگی

صابن

برش

- 1- اپنے کپڑوں کو..... رکھیں۔
- 2- دانتوں کو..... سے صاف کریں۔
- 3- صاف ستھرا رہنے سے..... اچھی رہتی ہے۔
- 4- بیماریاں..... سے پھیلتی ہیں۔
- 5- کھانا کھانے سے پہلے ہاتھ..... سے دھوئیں۔

ہدایات برائے والدین و اساتذہ

طلبہ کو بتایا جائے کہ صحت کے لیے صفائی کتنی اہم ہے۔