

STD V

സാമൂഹ്യശാസ്ത്രം



2

ഭക്ഷണവും മനുഷ്യരും

ചോദ്യോത്തരങ്ങൾ

Teaching Manual

Teachers Handbook

rebilyas1383@gmail.com

◆ സിബി എന്ന വിദ്യാർത്ഥി എഴുതിയ ഡയറിക്കുറിപ്പ് വായിച്ചല്ലോ?
ഏതൊക്കെ വിഭവങ്ങളെക്കുറിച്ചാണ് ഈ കുറിപ്പിൽ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്?

- പായസം
- ലഡ്ഡു
- ഹൽവ
- കേക്കുകൾ
- മിഠായികൾ
- ഉപ്പിലിട്ടത്

◆ ലോക ഭക്ഷ്യദിനം
ഒക്ടോബർ 16



◆ ആദിമമനുഷ്യരുടെ ഭക്ഷണസമ്പാദനത്തെ സൂചിപ്പിക്കുന്ന ചില ചിത്രങ്ങളാണ് മുകളിൽ നൽകിയിരിക്കുന്നത്. ഇതിൽ ഇന്ന് അക്കാലത്തെ മനുഷ്യരുടെ ഭക്ഷണസമ്പാദനത്തെ സംബന്ധിച്ച് എന്തെല്ലാം വിവരങ്ങളാണ് നിങ്ങൾക്ക് മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയുന്നത്? (പാഠപുസ്തക പേജ് നമ്പർ: 28)

- ഭക്ഷണം ശേഖരിച്ചിരുന്നു
- മൃഗങ്ങളെ വേട്ടയാടുന്നു
- മീൻപിടുത്തം
- കല്ലുകളും കമ്പുകളും ആയുധങ്ങളായി ഉപയോഗിച്ചിരുന്നു
- കൂട്ടമായി വേട്ടയാടിയിരുന്നു
- അവർ ശേഖരിച്ച ഭക്ഷണം പങ്കിട്ടിരുന്നു
- കാട്ടിൽ ജീവിച്ചിരുന്നു.



◆ **വേട്ടയാടലിലൂടെയും
ശേഖരണത്തിലൂടെയും അവർക്ക്
എന്തെല്ലാം
ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളായിരിക്കാം
ലഭിച്ചിട്ടുണ്ടാകുക?**

- കായ്കനികൾ
- വേരുകളും കിഴങ്ങുകളും
- മത്സ്യങ്ങൾ
- ഭക്ഷ്യയോഗ്യമായ ഇലകൾ
- മൃഗങ്ങളുടെ മാംസം

◆ **പ്രാചീന മനുഷ്യൻ എന്താക്കെ
ആവശ്യങ്ങൾക്കായിരിക്കാം തീ
ഉപയോഗിച്ചിരുന്നത്?**

- ഭക്ഷണം പാകം ചെയ്ത്
കഴിക്കുന്നതിന്
- മൃഗങ്ങളുടെ ആക്രമണത്തിൽ നിന്നും
രക്ഷനേടാൻ
- തണുപ്പ് അകറ്റാൻ
- ഗുഹകളിലെ ഇരുട്ടുകറ്റാൻ

◆ **എന്താക്കെ സാഹചര്യങ്ങളായിരി
ക്കാം ആദിമമനുഷ്യരെ
ഭക്ഷണസമ്പാദനത്തിനായി മറ്റ്
മാർഗ്ഗങ്ങൾ കണ്ടെത്താൻ
നിർബന്ധിതരാക്കിയത്?**

- ഭക്ഷണത്തിന്റെ ദുർലഭ്യം.
- ജനസംഖ്യാ വർദ്ധനവ്
- ഭക്ഷണം സംഭരിച്ചു വയ്ക്കാനുള്ള
സംവിധാനങ്ങളില്ലാതിരുന്നത്
- കാലാവസ്ഥാ മാറ്റം
- കാട്ടുതീ
- പ്രകൃതി ദുരന്തങ്ങൾ
- പരിസ്ഥിതിയിലുണ്ടാകുന്ന മാറ്റങ്ങൾ ^

◆ **മൃഗങ്ങളെ ഇണക്കിവളർത്താനും സസ്യങ്ങളെ പരിപാലിക്കാനും ആരംഭിച്ചതിലൂടെ എന്തെല്ലാം മാറ്റങ്ങളാണ്**

മനുഷ്യജീവിതത്തിലുണ്ടായത്?

- മൃഗങ്ങളെയും സസ്യങ്ങളെയും വളർത്തുന്നതിലൂടെ കൂടുതൽ ഭക്ഷണം ഉത്പാദിപ്പിക്കാൻ സാധിച്ചു
- ഒരിടത്ത് സ്ഥിരമായി താമസിക്കാനും വീടുകൾ നിർമ്മിക്കാനും കഴിഞ്ഞു.
- മൃഗങ്ങളെ വളർത്തുന്നത് കൃഷിപ്പണി എളുപ്പമാക്കാൻ സഹായിച്ചു.
- ഒരിടത്ത് സ്ഥിരതാമസമാക്കിയത് ഗ്രാമങ്ങളുടെയും പട്ടണങ്ങളുടെയും വികാസത്തിന് കാരണമായി.

◆ **ആദിമമനുഷ്യർ എങ്ങനെയാണ് സസ്യങ്ങളെ പരിപാലിച്ചത്?**

- ഭക്ഷ്യയോഗ്യമായ ചെടികൾ, വേരുകൾ, തൈകൾ എന്നിവ തിരഞ്ഞെടുത്ത് നടുവാനും കൃഷി ചെയ്യുവാനും തുടങ്ങി.
- ഗോതമ്പ്, ബാർലി, ചാമ, കിഴങ്ങുവർഗ്ഗങ്ങൾ എന്നിവയാണ് ആദ്യകാലങ്ങളിൽ കൃഷി ചെയ്തിരുന്നത്.
- കൃഷിക്ക് അവശ്യമായ ജലവും വളക്കൂറുള്ള മണ്ണും ലഭ്യമായിരുന്ന നദീതീരങ്ങളിലാണ് മനുഷ്യർ പ്രധാനമായും കൃഷി ആരംഭിച്ചത്.

◆ കൃഷിയിടങ്ങൾക്ക് സമീപത്ത് സ്ഥിരവാസമാക്കിയതുകൊണ്ട് അവർക്ക് എന്തെല്ലാം നേട്ടങ്ങൾ ഉണ്ടായിട്ടുണ്ടാകാം ?

- കൃഷിയിടങ്ങൾ സംരക്ഷിക്കാൻ സാധിച്ചു.
- ഭക്ഷണം തേടി അലഞ്ഞുതിരിയേണ്ടി വന്നില്ല.
- ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളുടെ ലഭ്യത വർദ്ധിച്ചു.
- കൂടുതൽ വിശ്രമസമയം കിട്ടി.
- മൃഗങ്ങളെ ഇണക്കിവളർത്താൻ തുടങ്ങി
- സാമൂഹിക ജീവിതം ആരംഭിച്ചു

◆ ആദിമ മനുഷ്യർക്ക് സ്ഥിരവാസമുറപ്പിക്കാൻ നദീതടങ്ങൾ എങ്ങനെയെല്ലാം സഹായകമായിട്ടുണ്ടാകാം?

- നദീതീരങ്ങളിൽ കൃഷിക്ക് അനുകൂലമായ സാഹചര്യങ്ങൾ ഉണ്ടായിരുന്നു.
- ജലലഭ്യത
- വളക്കൂറുള്ള മണ്ണ്
- അനുകൂലമായ കാലാവസ്ഥ
- മൃഗങ്ങളെ ഇണക്കി വളർത്താൻ സാധിച്ചു
- ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾക്ക് ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ടായില്ല
- ഗതാഗതസൗകര്യം
- ശത്രുക്കളിൽ നിന്നുള്ള സംരക്ഷണം

**ബാക്കിയായ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ
എന്തിലൊക്കെയായിരിക്കും അവർ
സൂക്ഷിച്ചിട്ടുണ്ടാവുക?**

- മൺപാത്രങ്ങൾ
- മൃഗത്തോൽ കൊണ്ട് നിർമ്മിച്ച
സഞ്ചികൾ
- ഈറ കൊണ്ട് നിർമ്മിച്ച കുട്ടുകൾ
- മരപ്പാത്രങ്ങൾ
- ധാന്യപ്പുരകൾ
- പത്തായം പോലുള്ളവ
- കളിമൺ ഭരണികൾ
- നിലത്ത് നിർമ്മിച്ച കുഴികൾ
- ജീവികളുടെ പുറത്തോടുകൾ

**♦ ആഹാരം പാകം ചെയ്യുന്നതിനും
സംഭരിക്കുന്നതിനും ഏതൊക്കെ
പാത്രങ്ങളാണ് നിങ്ങളുടെ വീട്ടിൽ
ഉപയോഗിക്കുന്നത്?**

- മൺപാത്രങ്ങൾ
- കളിമൺ പാത്രങ്ങൾ
- അലുമിനിയം
- സ്റ്റീൽ
- ഗ്ലാസ്
- ചെമ്പ്
- വെങ്കലം

◆ **ആദിമമനുഷ്യർ
ആവശ്യത്തിലധികം വന്ന
ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ പിൻക്കാല
ഉപയോഗത്തിനായി
സൂക്ഷിച്ചുവയ്ക്കുക മാത്രമാണോ
ചെയ്തിരുന്നത്?**

അധികം വന്ന ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ
പിന്നീടുള്ള ഉപയോഗത്തിനായി
സംഭരിക്കുക മാത്രമല്ല, അവ
ആവശ്യക്കാർക്ക് കൈമാറ്റം
നടത്തുകയും ചെയ്തിരുന്നു.

◆ **അന്ന് എങ്ങനെയായിരിക്കാം
ഇത്തരം കൈമാറ്റങ്ങൾ
നടന്നിട്ടുണ്ടാവുക?**

തന്നിക്ക് ആവശ്യമുള്ള വസ്തുക്കൾ
നേടുന്നതിനായി ഓരോരുത്തരും
സംഭരിച്ചിരുന്ന വസ്തുക്കൾ
മറ്റുള്ളവർക്ക് കൈമാറിയിരുന്നു.

◆ **എന്താണ് ബാർട്ടർ സമ്പ്രദായം?**

നാണയവ്യവസ്ഥ നിലവിൽ
വരുന്നതിനുമുമ്പ്, സാധനങ്ങൾ
പരസ്പരം കൈമാറ്റം ചെയ്യുന്ന
രീതിയാണ് ഉണ്ടായിരുന്നത്. ഈ
കൈമാറ്റ രീതിയാണ് 'ബാർട്ടർ
സമ്പ്രദായം' എന്നറിയപ്പെടുന്നത്.

◆ നഗരങ്ങളുടെ രൂപീകരണത്തെ സൂചിപ്പിക്കുന്ന ഫ്ലോ ചാർട്ട് പൂർത്തിയാക്കുക.

- സാധനങ്ങളുടെ കൈമാറ്റം



- കച്ചവടം



- ചന്തകൾ



- കച്ചവട കേന്ദ്രങ്ങൾ



- നഗരങ്ങൾ

◆ ചിത്രത്തിൽ കാണുന്ന സുഗന്ധവ്യഞ്ജനങ്ങൾ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് അവ ഓരോന്നിനെയും കുറിച്ച് ലഘുക്കുറിപ്പ് തയ്യാറാക്കുക.



കുരുമുളക്

- സുഗന്ധവ്യഞ്ജനങ്ങളുടെ രാജാവ് എന്നറിയപ്പെടുന്നു.
- കുരുമുളകിന്റെ ജന്മദേശം ദക്ഷിണേന്ത്യയിലാണ്.
- പ്രോട്ടീൻ, കാർബോ ഹൈഡ്രേറ്റ്, കൊഴുപ്പ്, വിറ്റാമിനുകൾ, ധാതുക്കൾ എന്നിവ ധാരാളമായി കുരുമുളകിൽ അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്.
- കുരുമുളകിന് എരിവ് നൽകുന്നത് പെപ്പറിൻ എന്ന ഘടകമാണ്.
- ഭക്ഷണപദാർഥങ്ങൾക്ക് രുചിയും മണവും നൽകാനും ഔഷധമായും കുരുമുളക് ഉപയോഗിക്കുന്നു.

- അന്തർദ്ദേശീയ വിപണിയിൽ ഒന്നാം സ്ഥാനമുള്ള സുഗന്ധവ്യഞ്ജനമാണ് കുരുമുളകു.

കുറുവപ്പട്ട

- മരങ്ങളുടെ പുറംതൊലിയിൽ നിന്ന് ലഭിക്കുന്ന ഒരു സുഗന്ധവ്യഞ്ജനമാണ് കുറുവപ്പട്ട.
- ഭക്ഷണം രുചികരമാക്കാൻ ഇത് ഉപയോഗിക്കുന്നു
- ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും പഴക്കമേറിയ കുറുവപ്പട്ട മരങ്ങളുടെ കൃഷിത്തോട്ടം കേരളത്തിലാണുള്ളത്.
- കണ്ണൂർ ജില്ലയിലെ അഞ്ചരക്കണ്ടിയിലാണ് ഈ പുരാതന കുറുവത്തോട്ടം സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നത്.

ഏലം

- സുഗന്ധവ്യഞ്ജനങ്ങളുടെ റാണി എന്നാണ് ഏലം അറിയപ്പെടുന്നത്.
- കേരളത്തിലും ആസാമിലും ധാരാളമായി കൃഷി ചെയ്തുവരുന്നു.
- ഇന്തോനേഷ്യ, ഇന്ത്യൻ ഉപഭൂഖണ്ഡം എന്നിവിടങ്ങളിലാണ് ഏലത്തിന്റെ ജന്മദേശം.

ജാതി

- ഔഷധഗുണം നിറഞ്ഞ ഒരു സുഗന്ധവ്യഞ്ജനമാണ് ജാതിക്ക.
- കർണാടകയിലും കേരളത്തിലെ പശ്ചിമഘട്ടത്തോട് ചേർന്ന പ്രദേശങ്ങളിലും ജാതിമരം സമൃദ്ധമായി വളരുന്നു.
- മധ്യകാലഘട്ടത്തിൽ അറബികൾ ഇന്ത്യയിൽ നിന്ന് വൻതോതിൽ ജാതിക്ക വാങ്ങിക്കൊണ്ടുപോയിരുന്നതായി ചരിത്രരേഖകൾ ഉണ്ട്



- ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾക്ക് സ്വാദ് ലഭിക്കുന്നതിനും സുഗന്ധദ്രവ്യങ്ങൾ, ഔഷധങ്ങൾ എന്നിവയുടെ നിർമ്മാണത്തിനും ജാതിയ്ക്ക് ഉപയോഗിച്ച് വരുന്നു.

ഗ്രാമ്പൂ

- അന്തർദേശീയ വിപണിയിൽ ഏറ്റവും കൂടുതൽ പ്രാധാന്യമുള്ള രണ്ടാമത്തെ സുഗന്ധവ്യഞ്ജനമാണ് ഗ്രാമ്പൂ.
- മസാലകളിൽ ധാരാളമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു.
- കേരളത്തിലും തമിഴ്നാട്ടിലുമാണ് പ്രധാനമായും ഗ്രാമ്പൂ കൃഷി ചെയ്യുന്നത്.
- ചൈനാക്കാറാണ് ആദ്യമായി ഗ്രാമ്പൂ സുഗന്ധ വ്യഞ്ജനമായി ഉപയോഗിച്ചു തുടങ്ങിയത്.
- ഗ്രാമ്പൂവിന്റെ പൂമൊട്ടുകൾ ഉണക്കിയെടുത്താണ് സുഗന്ധവ്യഞ്ജനമായി ഉപയോഗിക്കുന്നത്.
- പ്രോട്ടീൻ, ഇരുമ്പ്, കൊഴുപ്പ്, അന്നജം, കാത്സ്യം, ഫോസ്ഫറസ് എന്നിവ ഗ്രാമ്പൂവിൽ അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്.

ഇഞ്ചി

- ഇഞ്ചി ഔഷധമായും സുഗന്ധ വ്യഞ്ജനമായും ഉപയോഗിക്കുന്നു.
- ഇഞ്ചിയുടെ ജന്മദേശം ഇന്ത്യയോ മലേഷ്യയോ ആണെന്ന് കരുതപ്പെടുന്നു.
- ഏഷ്യയിലാണ് പ്രധാനമായും ഇഞ്ചി കൃഷി ചെയ്യുന്നത്.
- ഇന്ത്യയിൽ ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കുന്ന ഇഞ്ചിയുടെ പകുതിയിലേറെയും കൃഷി ചെയ്യുന്നത് കേരളത്തിലാണ്.



◆ ഏത് സുഗന്ധവ്യഞ്ജനമാണ്
'കുറുത്ത പൊന്ന്'
എന്നറിയപ്പെടുന്നത്?
കുരുമുളക്

◆ നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്ത് കൃഷി
ചെയ്യുന്ന സുഗന്ധവ്യഞ്ജനങ്ങൾ
കണ്ടെത്തുക.

- കുരുമുളക്
- ഏലം
- കുറുവപ്പട്ട
- ഗ്രാമ്പൂ
- ജാതിക്ക
- മഞ്ഞൾ
- ഇഞ്ചി
- വാനില
- പുളി
- സർവ്വസുഗന്ധി

rebilyas1383@gmail.com