

Michezo na Sanaa

Kitabu cha Mwanafunzi

Darasa la



Taasisi ya Elimu Tanzania



FOR ONLINE USE ONLY
DO NOT DUPLICATE

Michezo na Sanaa

Kitabu cha Mwanafunzi

Darasa la Kwanza

JAMHURI YA MUUNGANO WA TANZANIA
WIZARA YA ELIMU, SAYANSI
NA TEKNOLOJIA

Cheti cha Tihibati

Na. 8

Michezo na Sanaa Kitabu cha Mwanafunzi
Darasa la Kwanza

Jina la Chapisho:

Mchapishaji: Taasisi ya Elimu Tanzania

Mwandishi: Taasisi ya Elimu Tanzania

ISBN: 978 - 9976 - 61 - 708 - 5

Kitabu hiki kimeidhinishwa na Wizara ya Elimu, Sayansi na Teknolojia tarehe 19 Mwezi Januari Mwaka 20 18 kuwa kitabu cha Kiada kwa ajili ya Darasa la Kwanza katika ngazi ya elimu ya Msingi nchini Tanzania kulingana na Muhtasari wa mwaka 2015.



Dkt. Edicome Cornel Shirima
Kaimu Kamishna wa Elimu.

Taasisi ya Elimu Tanzania

FOR ONLINE USE ONLY
DO NOT DUPLICATE

© Taasisi ya Elimu Tanzania, 2018

Toleo la kwanza 2018
Chapa ya Pili 2021

ISBN. 978 - 9976 - 61 - 708 - 5

Taasisi ya Elimu Tanzania
S.L.P. 35094
Dar es Salaam

Simu: +255 735 041 170
+255 735 041 168
Baruapepe director.general@tie.go.tz
Tovuti www.tie.go.tz

Haki zote zimehifadhiwa. Hairuhusiwi kunakili, kurudufu na kupiga chapa, kutafsiri wala kukitoa kitabu hiki kwa jinsi yoyote bila idhini ya maandishi ya Taasisi ya Elimu Tanzania.

Yaliyomo

Utangulizi	iv
Shukurani	v
Sura ya Kwanza	
Kucheza michezo sahili.....	1
Sura ya Pili	
Kufanya mazoezi ya viungo na kukimbia.....	26
Sura ya Tatu	
Mchezo wa riadha.....	40
Sura ya Nne	
Kucheza mpira.....	44
Sura ya Tano	
Kuwasiliana kwa sanaa.....	47
Sura ya Sita	
Kuchora, kuchapa na kufinyanga.....	53
Sura ya Saba	
Kuimba nyimbo fupi sahili.....	67
Sura ya Nane	
Kuigiza maigizo sahili.....	71

Utangulizi

Michezo na sanaa hupendwa sana na wanafunzi. Michezo na sanaa hufurahisha na kuelimisha. Vilevile, husaidia katika kufundisha masomo mengine. Katika Kusoma, Kuandika na Kuhesabu utatumia sanaa kwa namna mbalimbali.

Michezo iliyomo kitabuni ni michezo sahili, michezo ya jadi na viungo. Ipo pia michezo ya riadha na ya mipira. Michezo hii ni ile inayochezwa na watoto kila siku mitaani. Michezo na sanaa hizo zitarahisisha kuelewa vizuri Kusoma, Kuandika na Kuhesabu.

Sanaa zilizopo ndani ya kitabu hiki zinahusu kuchora, kuumba herufi, kuumba tarakimu na kuzipamba. Vilevile, sanaa hizi zinahusu kupiga chapa, kuimba, kusimulia hadithi na kuigiza.

Soma kwa makini habari zilizomo kitabuni na uzielewe. Soma maswali na mazoezi uliyopewa. Tibu maswali na kufanya mazoezi hayo. Unaweza kupata msaada kwa watu mbalimbali. Kama wenzako, wazazi au walezi na walimu wako.

Shukurani

Taasisi ya Elimu Tanzania (TET) inatambua na kuthamini mchango muhimu wa washiriki waliofanikisha uandishi na maandalizi ya kitabu hiki.

TET inatoa shukurani za dhati kwa mchango uliotolewa na wataalamu wote walioshiriki kutayarisha kitabu hiki wakiwemo wachapaji, wasanifu, wahariri, wachoraji na wapiga chapa. Pia, inatoa shukurani kwa shule zote zilizoshiriki katika ujaribishaji wa maudhui na uhariri wa kitabu hiki.

Aidha, Taasisi inatoa shukurani za pekee kwa Shirika la “Global Partnership for Education (GPE)” kupitia Mradi wa Kukuza Stadi za Kusoma, Kuandika na Kuhesabu (KKK) uitwao “Literacy and Numeracy Education Support (LANES)” kwa ufadhili wao uliofanikisha kazi ya kutayarisha na kuchapa kitabu hiki.

Mwisho, Taasisi inatoa shukurani za pekee kwa Wizara ya Elimu, Sayansi na Teknolojia kwa kusimamia kwa ukaribu zoezi zima la uandishi wa kitabu hiki.



Dkt. Aneth A. Komba
Mkurugenzi Mkuu
Taasisi ya Elimu Tanzania

FOR ONLINE USE ONLY
DO NOT DUPLICATE

Sura ya Kwanza

Kucheza michezo sahili



Katika sura hii utajifunza kucheza michezo hii.

1. Nyama nyama nyama
2. Mdako
3. Kipande
4. Simama kaa
5. Kuruka kamba
6. Kuvuta kamba
7. Kuruka viunzi



Mchezo wa nyama, nyama, nyama

Angalia picha hizi kisha jibu maswali.



Maswali

1. Wanyama wanaoliwa ni _____, _____, _____.
2. Wanyama wasioliwa ni _____, _____, _____.

FOR ONLINE USE ONLY
DO NOT DUPLICATE

Tuimbe wimbo wa nyama, nyama, nyama.

Kiongozi	Nyama nyama nyama
Wote	Nyama
Kiongozi	Nyama nyama nyama
Wote	Nyama
Kiongozi	Nyama nyama nyama
Wote	Nyama
Kiongozi	Ya kuku
Wote	_____
Kiongozi	Ya ng'ombe
Wote	_____
Kiongozi	Ya kobe
Wote	_____

Jinsi ya kucheza mchezo wa nyama, nyama, nyama

I. Jipange kwenye mstari.



2. Ruka na itikia nyama akitajwa mnyama anayeliwa.



3. Kaa kimya na usiruke akitajwa mnyama asiyeliwa.
Ukitamka na kuruka utafanya kosa.

ameitikia na kuruka



4. Ukitamka nyama, kwa mnyama asiyeliwa, utatoka nje ya mchezo.



5. Mshindi ni yule atakayebakia bila kukosea hadi mwisho.

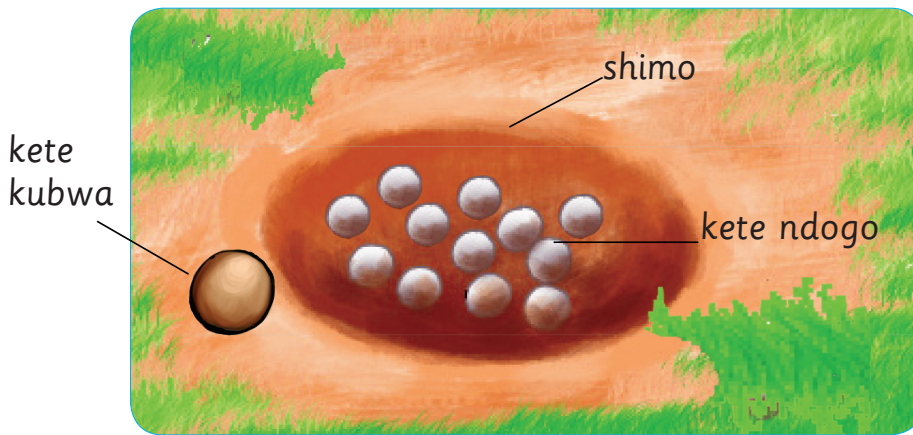


Zoezi la I

Mkiwa katika kikundi chezeni mchezo wa nyama, nyama, nyama.

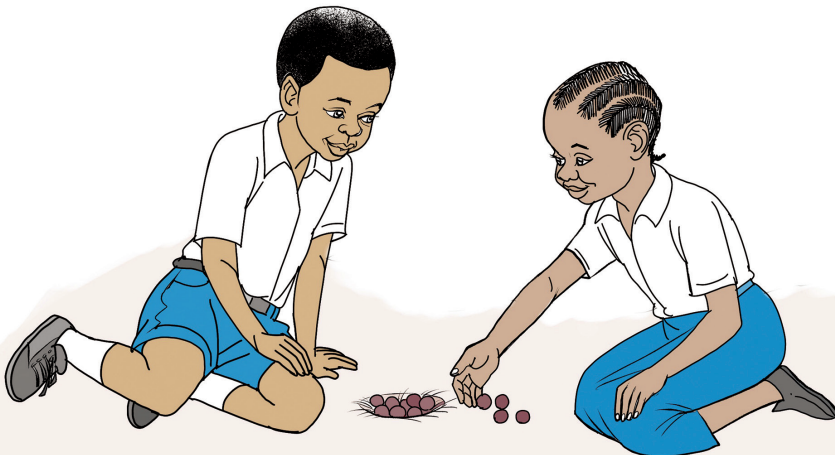
Mchezo wa mdako

Vifaa kete ndogo 12, kete kubwa 1, shimo la kuchezea.



Eneo la kuchezea mdako

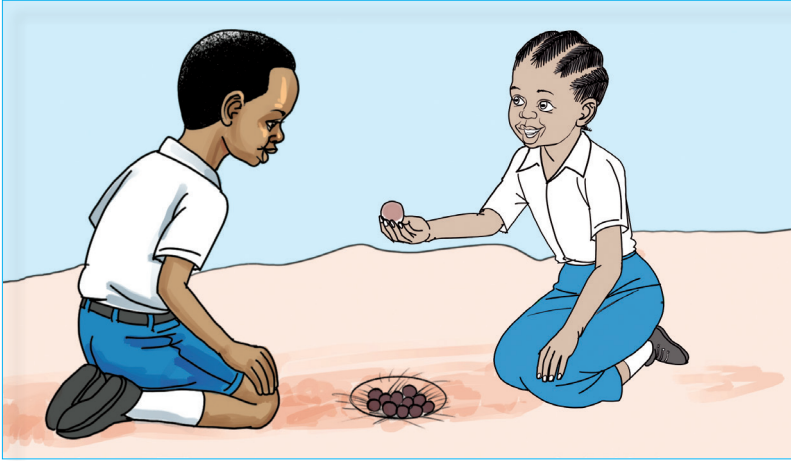
Mchezo wa mdako unahusisha mchezaji zaidi ya mmoja.



Jinsi ya kucheza mchezo wa mdako

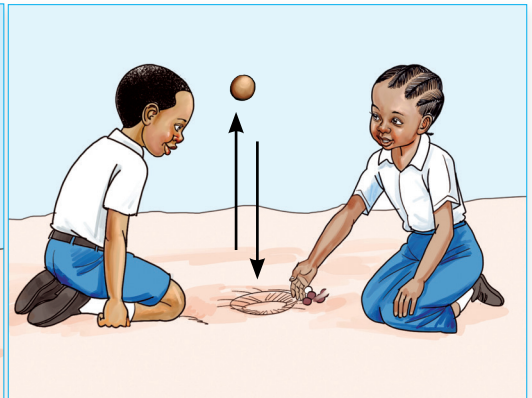
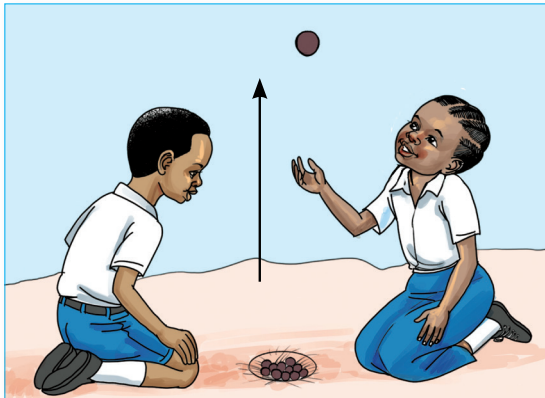
Wachezaji kaeni kwa kutazamana, shimo likiwa katikati.

1. Shika kete kubwa mkononi.

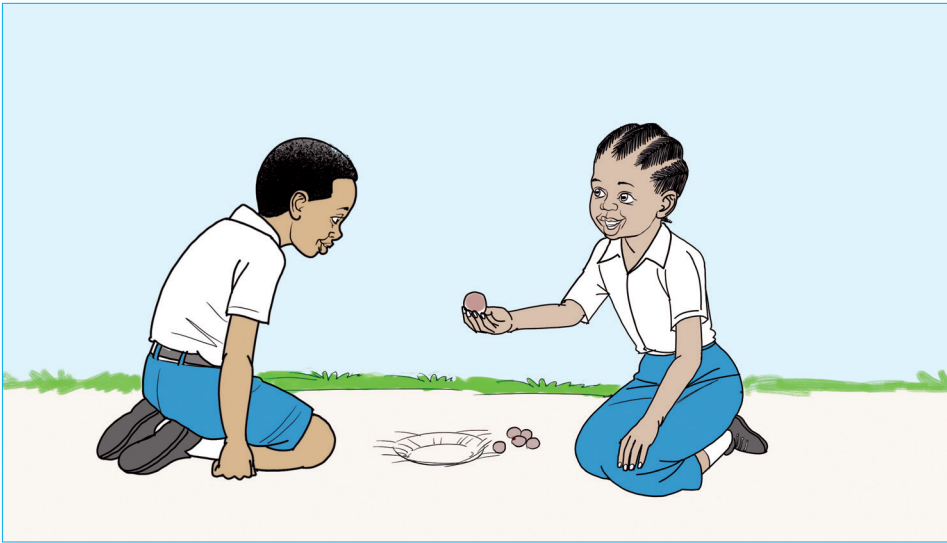


2. Rusha kete kubwa juu, wakati kete ndogo zikiwa shimoni.

3. Toa kete ndogo kutoka shimoni, wakati kete kubwa iko juu.



4. Daka kete kubwa kabla haijadondoka chini. Endelea kutoa kete ndani ya shimo. Hakikisha kete zote zimetolewa. Kisha rusha tena kete kubwa juu.



Rudisha kete mbili ndani ya shimo. Endelea kurudisha hadi kete zote ziwe shimoni.

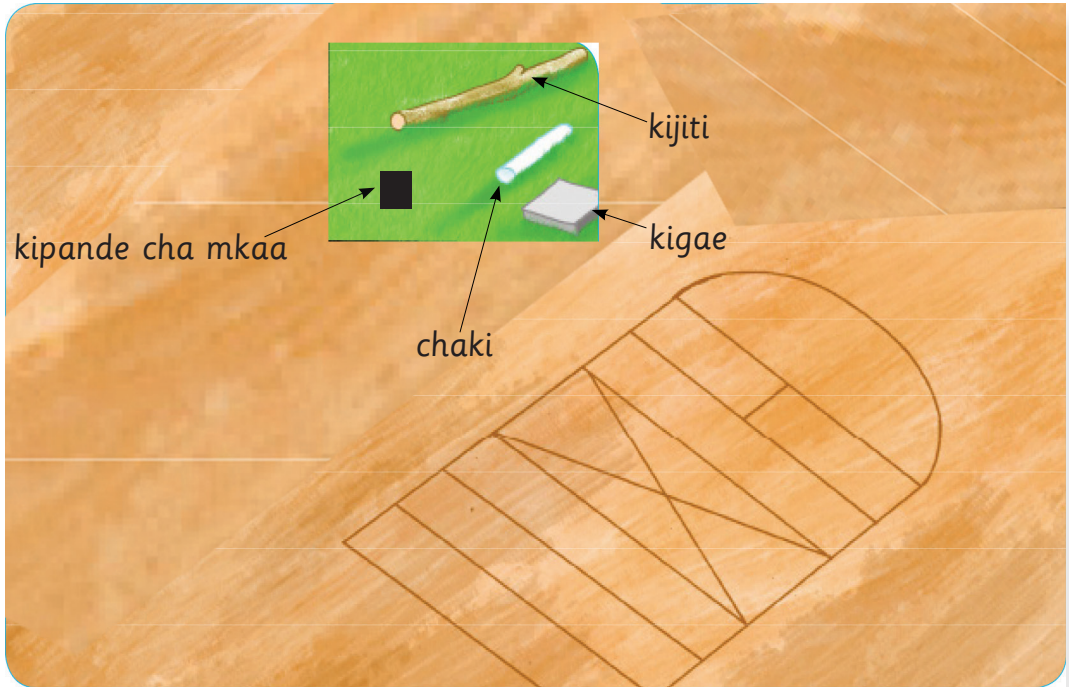
5. Endelea tena kuingiza na kutoa kete kwa mafungu. Mafungu ya nne nne nne (4, 4, 4), sita sita (6, 6), nane nne (8, 4), kumi mbili (10, 2), na kumi na mbili (12) zote.
6. Mwisho toa na kuingiza kete zote kumi na mbili kwa pamoja.
7. Mshindi ni yule atakayeweza kumaliza kutoa na kuingiza kete shimoni pasipo kudondosha kete kubwa hata mara moja. Aidha, awe alitoa na kuingiza kete kwa usahihi.

Zoezi la 2

Ukiwa pamoja na wenzako, chezeni mchezo wa mdako.

Mchezo wa Kipande wa mguu mmoja

Vifaa Kijiti, chaki au mkaa hutumika kuchorea. Kigae hutumika kuchezea

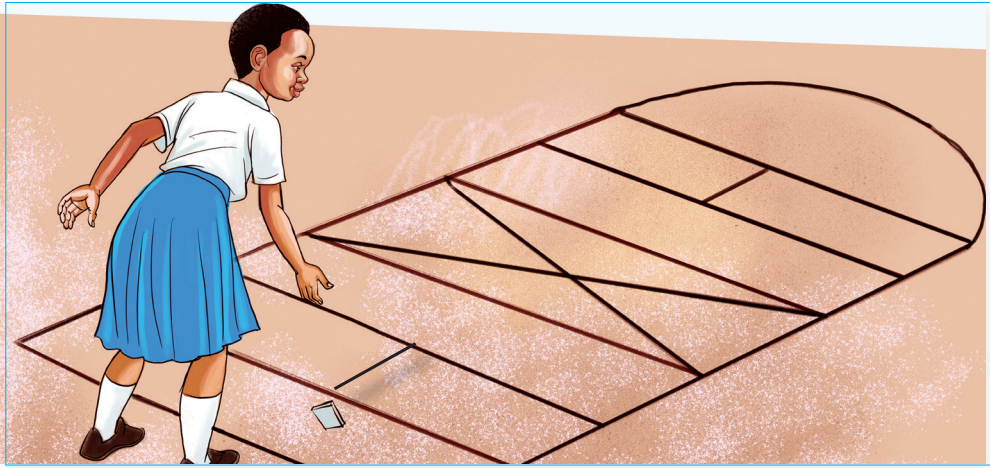


Uwanja wa kuchezea mchezo wa kipande

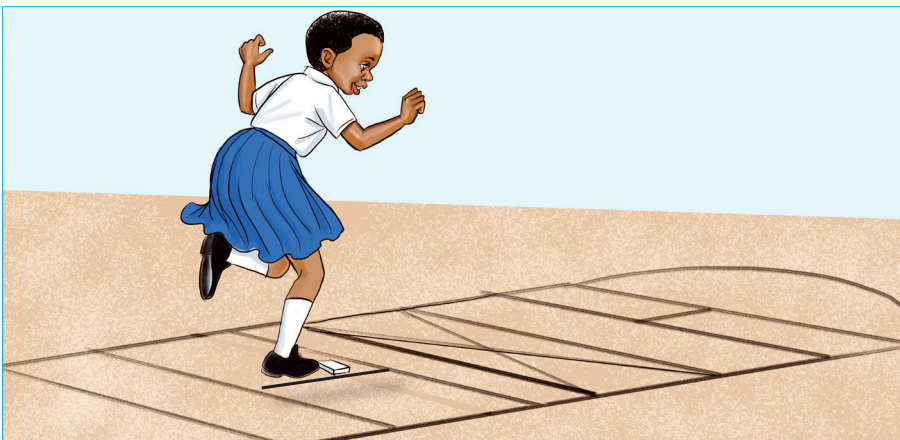
Jinsi ya kucheza mchezo wa kipande wa mguu mmoja

Mchezo huchezwa na watu zaidi ya mmoja kwa zamu.

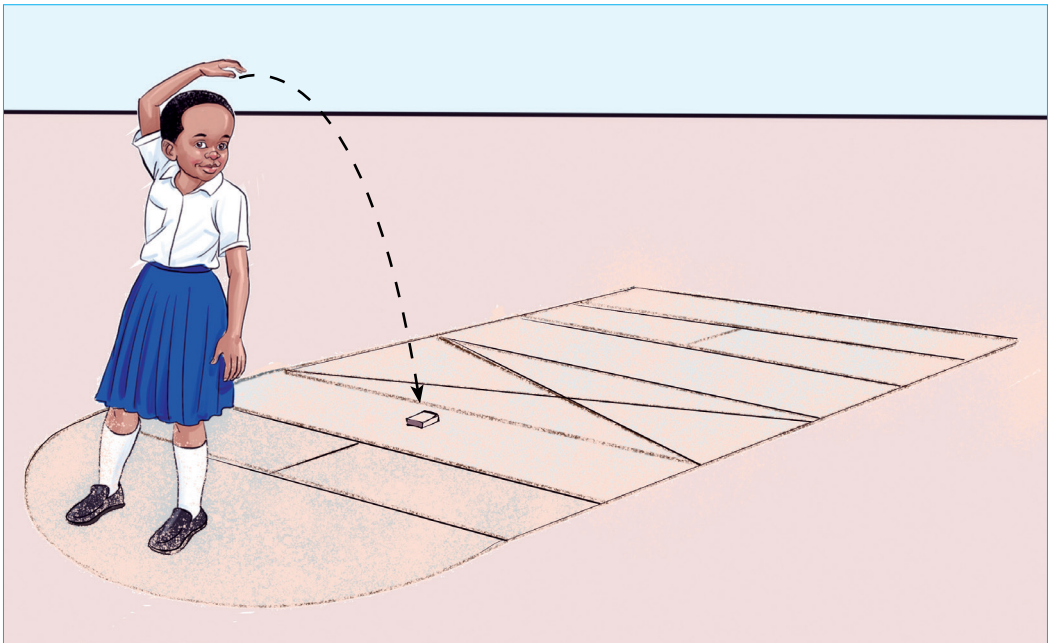
1. Chukua kigae cha kuchezea.
2. Rusha kigae katika chumba cha kwanza cha uwanja wa mchezo wa kipande wa mguu mmoja.



3. Ruka chumba kilicho na kigae. Sukuma kigae kwa mguu mmoja kwenda chumba kinachofuata. Endelea kufanya hivyo hadi chumba cha mwisho.



4. Ukifika mwisho, rusha kigae nyuma.
5. Chumba kinapodondokea kigae kichorwe mistari. Mchezaji mwingine haruhusiwi kukanyaga wala kurusha kigae kwenye chumba hicho.
6. Mchezaji akirusha kigae nje ya uwanja atakuwa amekosea. Kigae kikidondokea kwenye mstari atakuwa amekosea. Mchezaji mwingine ataingia kucheza.
7. Mchezo utaendelea hivyo hadi vyumba vyote vikichorwa mistari. Mshindi ni yule mwenye vyumba vingi vilivyochorwa mistari.



Mchezo wa simama kaa

Tuimbe wimbo wa simama kaa.

Simama kaa

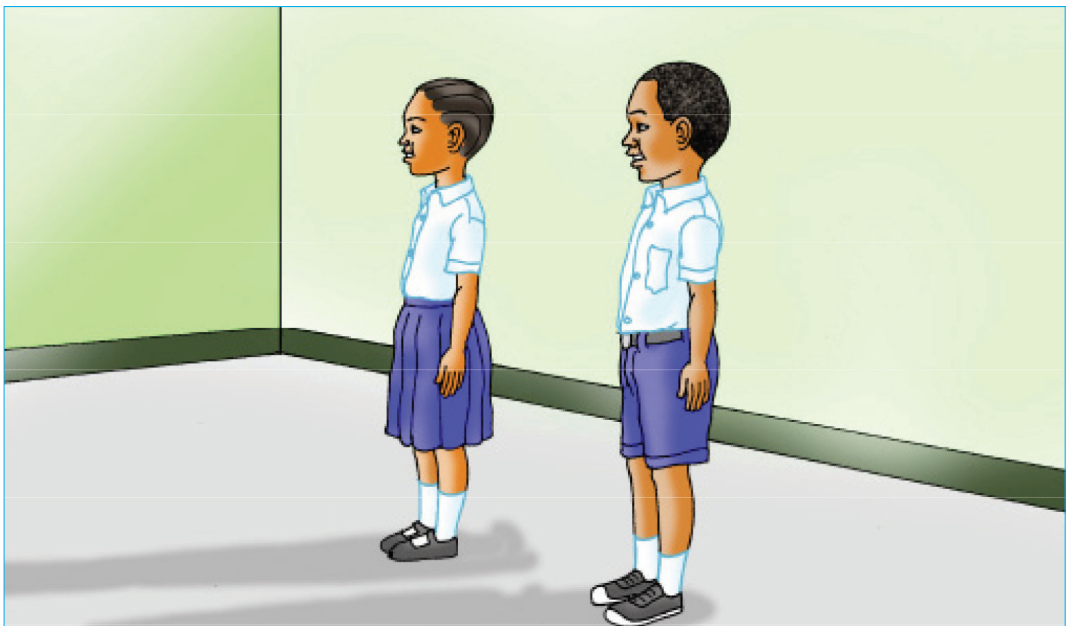
Tembea kimbia x2

Ruka ruka ruka simama kaa

Ruka ruka ruka simama kaa x2

Jinsi ya kucheza mchezo wa simama kaa

1. Simama wima katika mstari. Imba **simama** wakati umesimama.



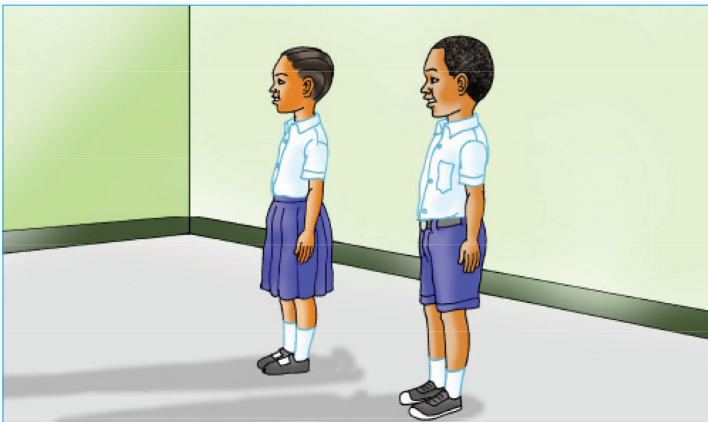
2. Imba **kaa** wakati unakaa chini.



3. Imba **ruka** wakati ukiwa unaruka juu.



4. Imba **simama** wakati unasimama tena.



5. Imba **tembea** wakati unatembea.

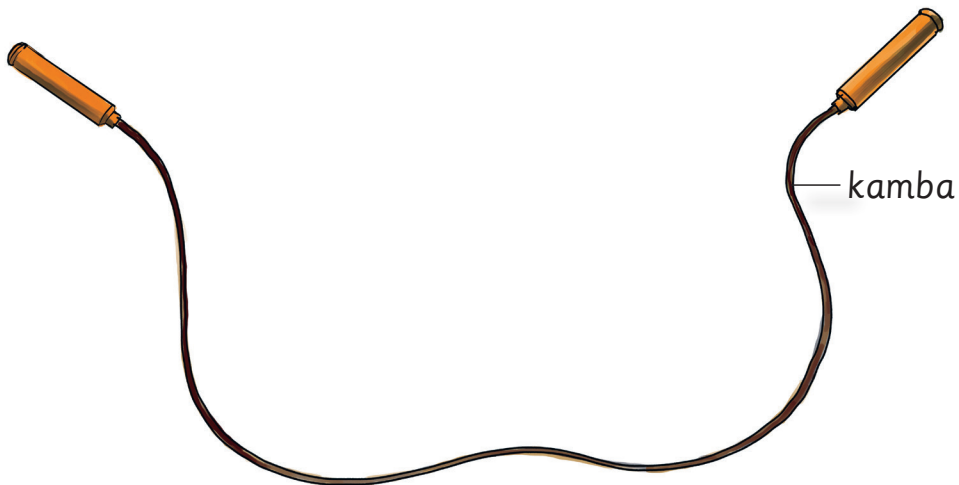
6. Imba **kimbia** wakati unakimbia.

Zoezi la 3

Ukiwa pamoja na wenzako chezeni mchezo wa simama kaa.

Michezo ya kuruka kamba

Kifaa kamba



Aina za michezo ya kuruka kamba

Kuna aina mbili za mchezo wa kuruka kamba.

1. Kuruka kamba mtu mmoja
2. Kuruka kamba watu wawili au zaidi

Kuruka kamba mtu mmoja

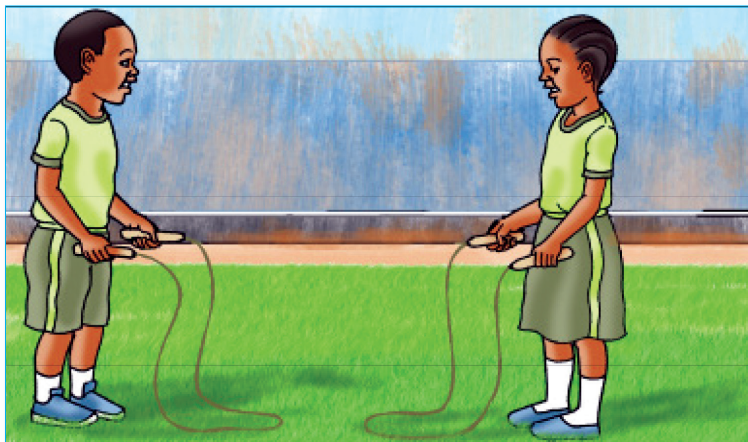
Mchezo huu hucheza na mtu mmoja. Mchezaji hurusha kamba yake na kuruka mwenyewe. Mchezaji anaweza kuruka kwa mguu mmoja au miguu miwili.

Kuruka kamba kwa miguu miwili

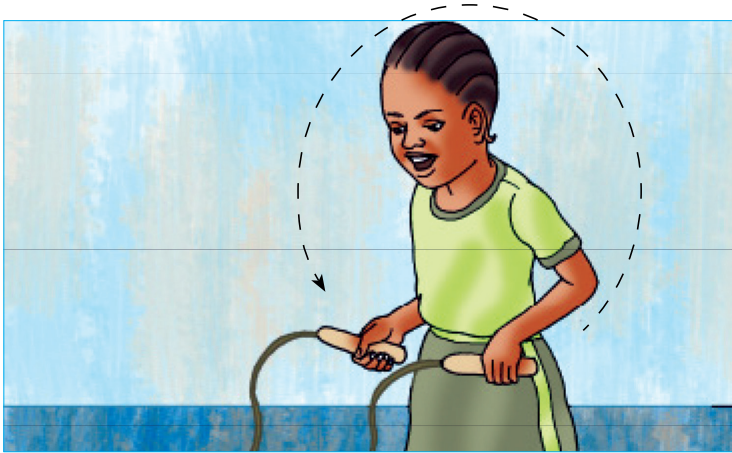


Jinsi ya kucheza mchezo wa kuruka kamba kwa miguu miwili

1. Shika mwanzo wa kamba kwa mkono mmoja.
2. Kisha mwisho wa kamba kwa mkono mwingine.



3. Shikilia kamba, kisha irushe juu kwa mbele.
4. Kamba itakapotua chini uiruke bila kuikanyaga.

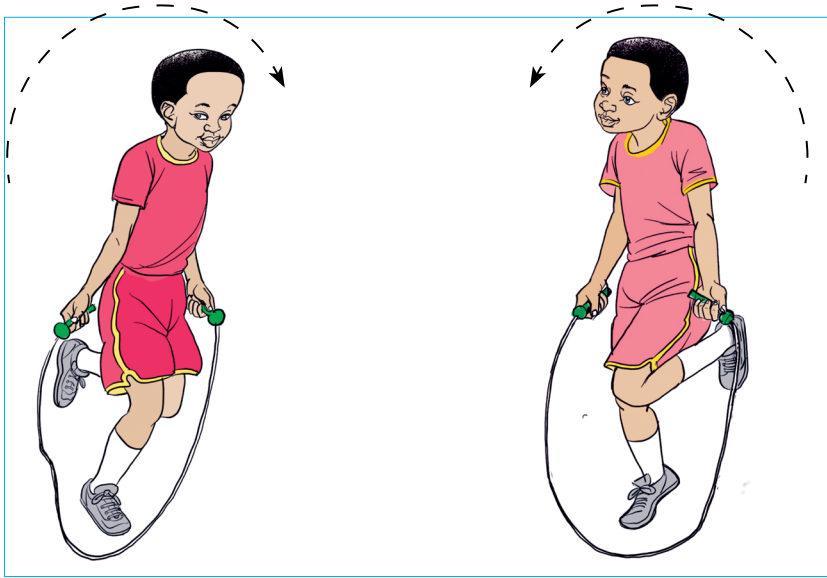


5. Anza kuruka kamba kwa miguu miwili.
6. Endelea kuruka kwa kuhesabu moja hadi kumi.
7. Endapo utakanyaga kamba utamwachia mwenzako.
8. Atakayeruka mara nyingi bila kukanyaga kamba ndiye mshindi.

Zoezi la 4

Cheza mchezo wa kuruka kamba kwa miguu miwili.

Kuruka kamba kwa mguu mmoja



Jinsi ya kucheza mchezo wa kuruka kamba kwa mguu mmoja

1. Shika mwanzo wa kamba kwa mkono mmoja.
2. Kisha mwisho wa kamba kwa mkono mwingine.
3. Shikilia kamba, kisha irushe juu kwa mbele.
4. Kamba itakapotua chini iruke bila kuikanyaga.
5. Anza kuruka kamba kwa mguu mmoja.
6. Endelea kuruka kwa kuhesabu moja hadi kumi.
7. Endapo mmojawapo atakanyaga kamba atamwachia mwenzake.
8. Atakayeruka mara nyingi bila kukanyaga kamba ndiye mshindi.

Zoezi la 5

Kwa kutumia mguu mmoja, rukeni kamba kwa kushindana.

Kuruka kamba watu wawili au zaidi

Mchezo huu huchezwa na wachezaji wanne au zaidi. Huchezwa kwa kupokezana.

Jinsi ya kucheza mchezo wa kuruka kamba watu wawili au zaidi

1. Mshika kamba mmoja ashike mwanzo wa kamba.
2. Mshika kamba wa pili ashike mwisho wa kamba.
3. Washika kamba waanze kuirusha kamba.
4. Waliosimama katikati waanze kuiruka kamba.
5. Wachezaji wairuke hadi watakapokosea kwa kuikanyaga.
6. Kisha walioshika kamba awali waingie kuruka. Waliokuwa wanaruka washike kamba.



Zoezi la 6

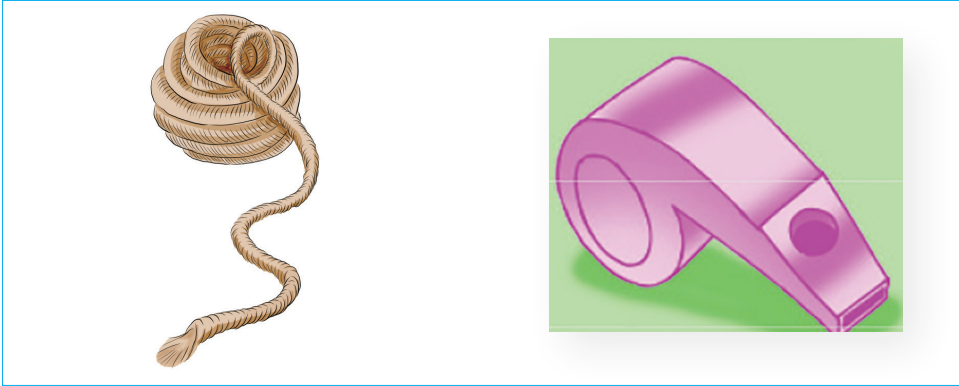
Chezeni mchezo wa kuruka kamba

(a) kila mmoja peke yake.

(b) mkiwa wawili au zaidi.

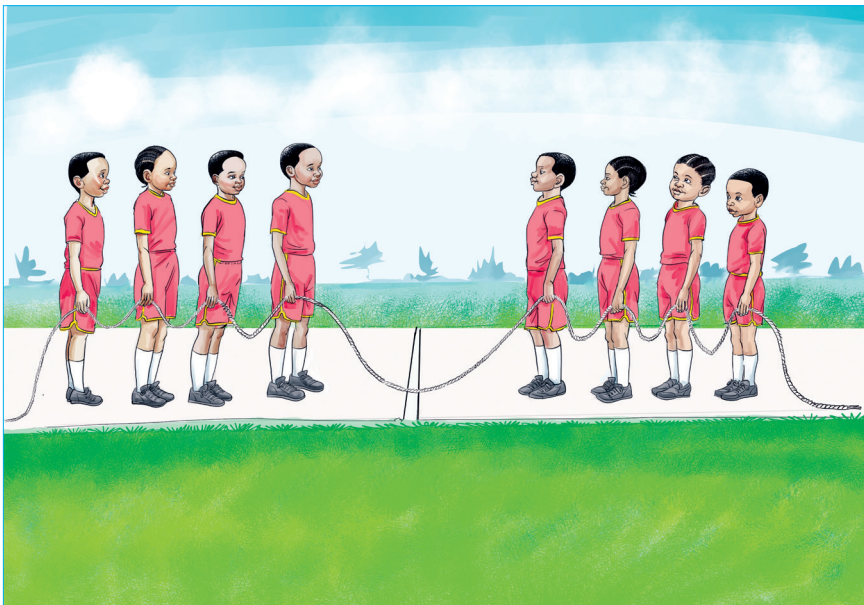
Mchezo wa kuvuta kamba

Vifaa Kamba nene na filimbi



Jinsi ya kucheza mchezo wa kuvuta kamba

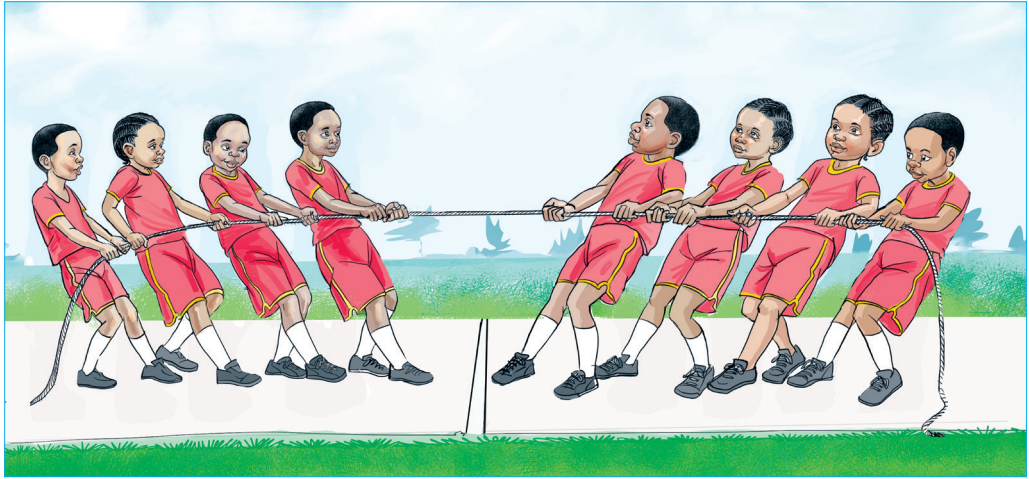
Mchezo huu unachezwa na timu mbili. Timu A na Timu B
I. Kila timu isimame upande mmoja kwa kufuata kamba.



Timu A

Timu B

2. Wachezaji shikeni kamba kwa mikono miwili.
3. Mwalimu atapuliza filimbi ili kuanzisha mchezo.
4. Filimbi ikilia kila timu ivute kamba kuelekea upande wake.



Timu A

Timu B

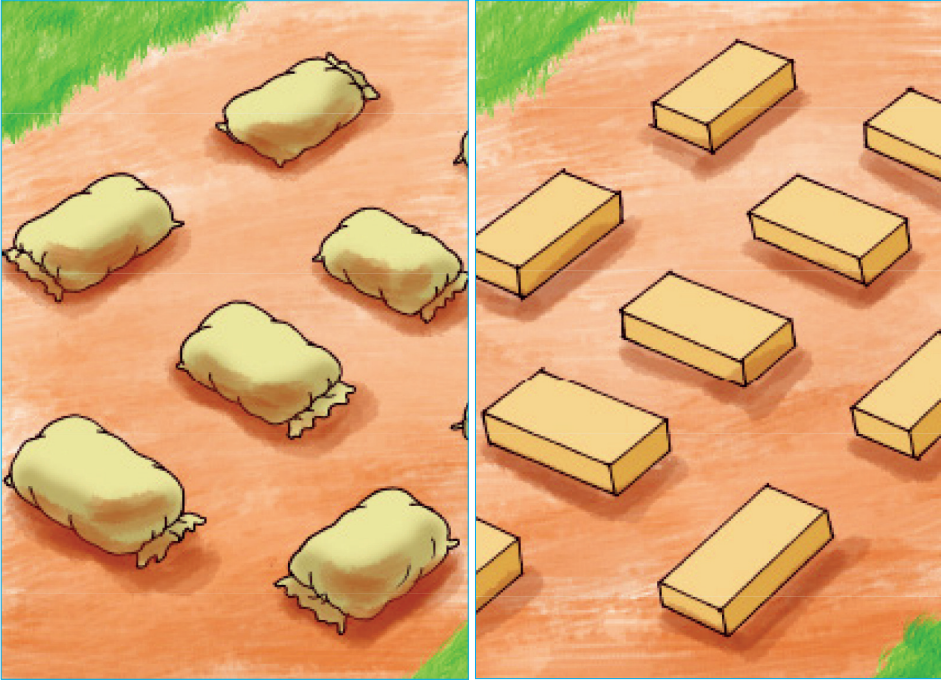
Timu itakayovutwa na kuvuka mstari itakuwa imeshindwa.

Zoezi la 7

Mkiwa katika timu mbili shindaneni kuvuta kamba.

Mchezo wa kuruka viunzi

Vifaa Vifuko vya mchanga na vipande vya mbao



vifuko vya mchanga

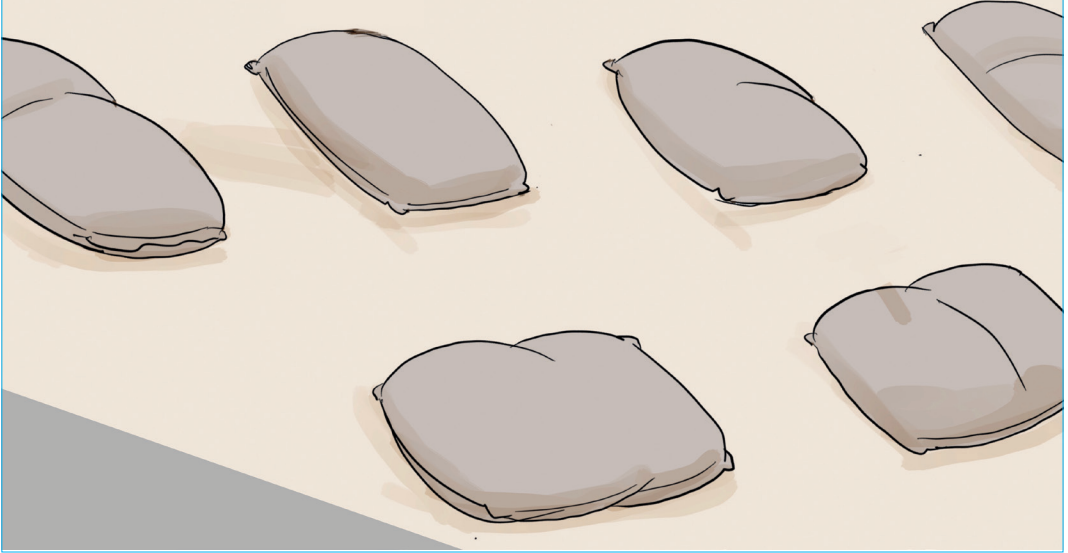
vipande vya mbao

Unaweza kucheza mchezo wa kuruka viunzi

1. kwa kutumia vifuko vya mchanga.
2. kwa kutumia vipande vya mbao.

Jinsi ya kuruka viunzi kwa kutumia vifuko vya mchanga

1. Panga vifuko sehemu ya kucheza kwenye mistari iliyonyooka.



2. Acha nafasi sawa kati ya vifuko.
3. Simama mbele ya kifuko cha mwanzo.
4. Filimbi ikipigwa anza kuruka kifuko kwa miguu miwili.



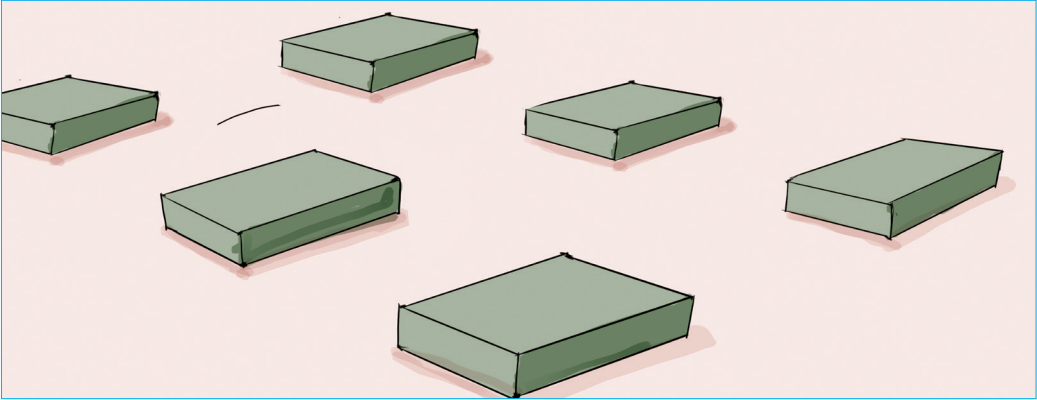
5. Endelea kuruka hadi kifuko cha mwisho.
6. Mchezaji ukikanyaga kifuko utakuwa umekosea.
Utampisha mchezaji mwingine.
7. Mshindi ni yule atakayemaliza bila kukanyaga kifuko.

Zoezi la 8

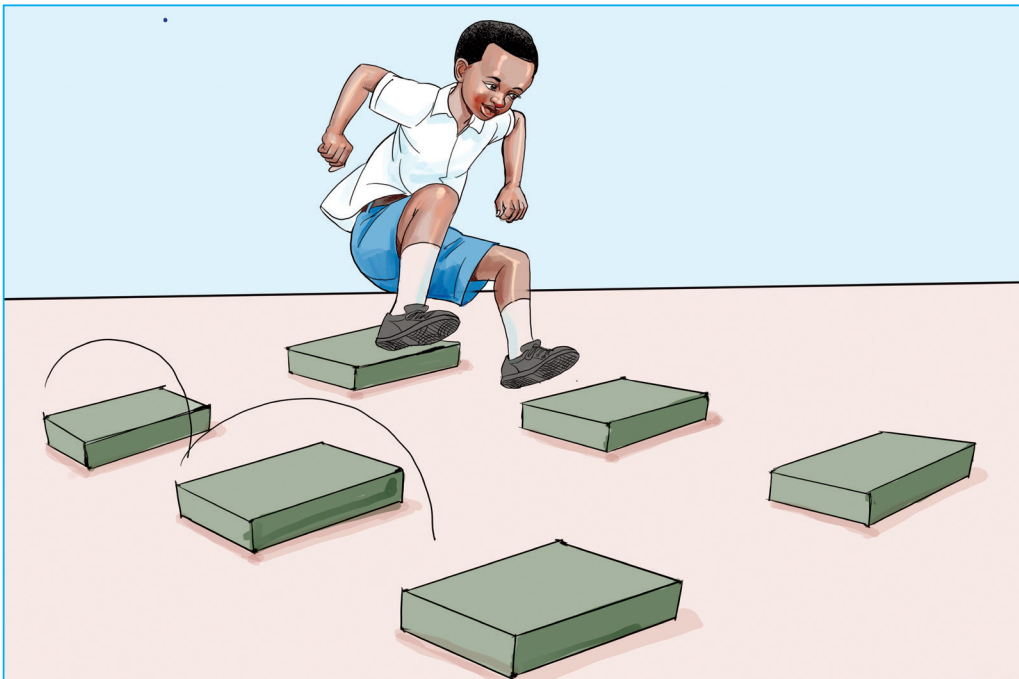
Kwa kutumia miguu miwili, ruka vifuko vya mchanga.

Jinsi ya kuruka kwa kutumia vipande vya mbao

1. Panga vipande vya mbao sehemu ya kucheza kwenye mistari iliyonyooka.



2. Acha nafasi sawa kati ya kibao na kibao.
3. Simama mbele ya kibao cha kwanza.
4. Filimbi ikipigwa anza kuruka kibao kwa miguu miwili.



5. Endelea kuruka hadi kibao cha mwisho.
6. Mchezaji ukikanyaga kibao utakuwa umekosea.
Utampisha mchezaji mwingine.
7. Endelea kuruka hadi kibao cha mwisho.
8. Mshindi ni yule atakayemaliza bila kukanyaga kibao.

Zoezi la 9

Kwa kutumia miguu miwili, ruka vipande vya mbao.

Kufanya mazoezi ya viungo na kukimbia



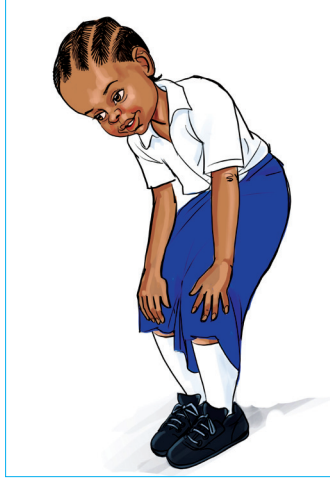
Katika sura hii utajifunza kufanya mazoezi haya

1. Mikao ya mwili
2. Kujisawazisha
3. Kujiviringisha
4. Kujinyoosha
5. Kukimbia kwa mguu mmoja

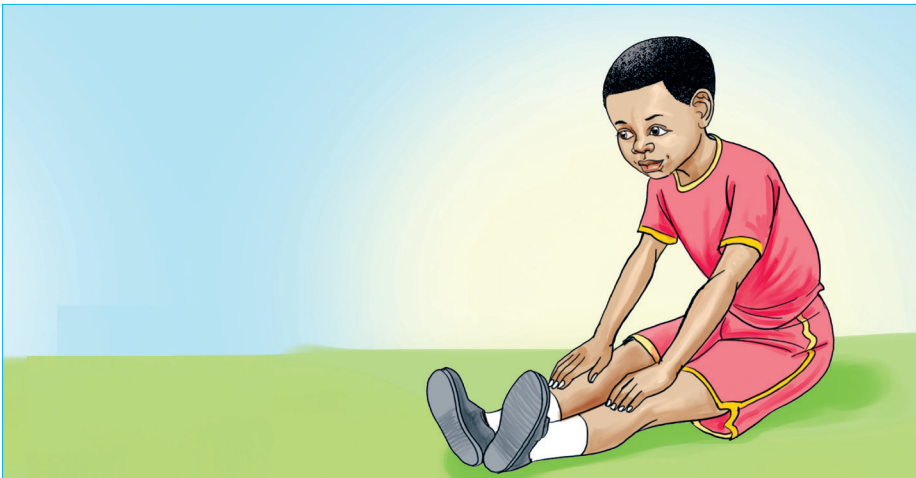
Mazoezi ya mikao ya mwili

Jinsi ya kukaa mikao mbalimbali ya mwili

1. Simama wima, inama na ushike magoti.



2. Kaa ukiwa umenyoosha miguu na kuinama huku umeshika magoti.



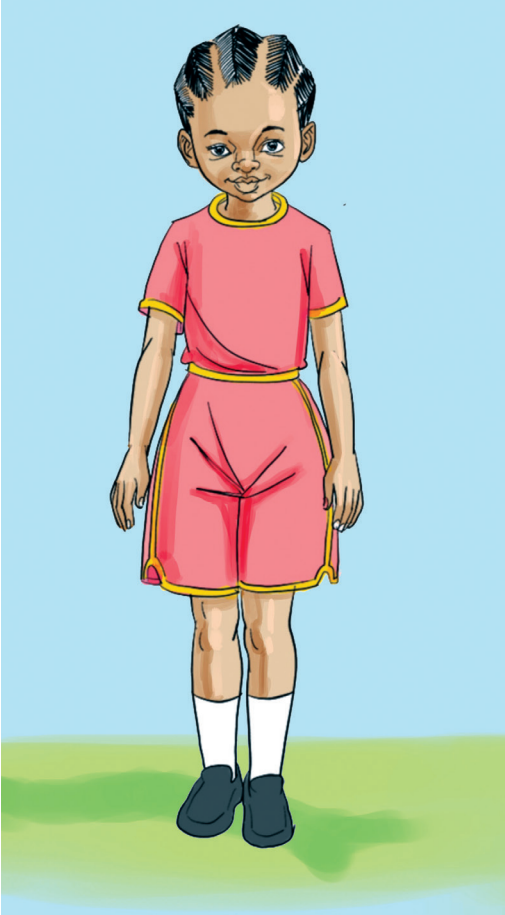
Zoezi la I

Fanya mazoezi ya kukaa katika mikao mbalimbali.

Mazoezi ya kujisawazisha

Jinsi ya kujisawazisha kwa kutanua miguu

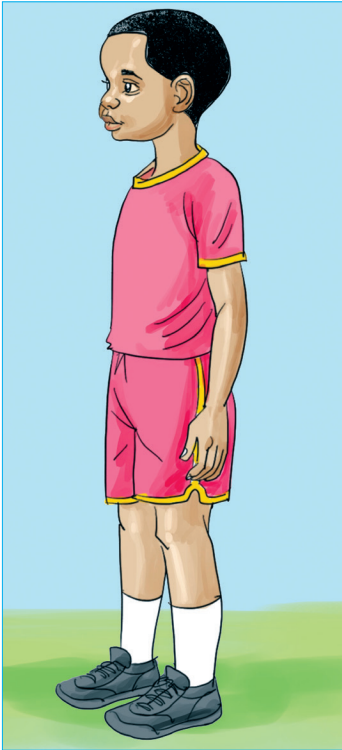
1. Simama wima huku mikono na miguu ikiwa imebana.
2. Tanua miguu, na mikono ishike kiuno.



3. Rudia hatua hizo kwa kadiri utakavyoweza.

Kujisawazisha kwa kusimama kwa mikono miwili

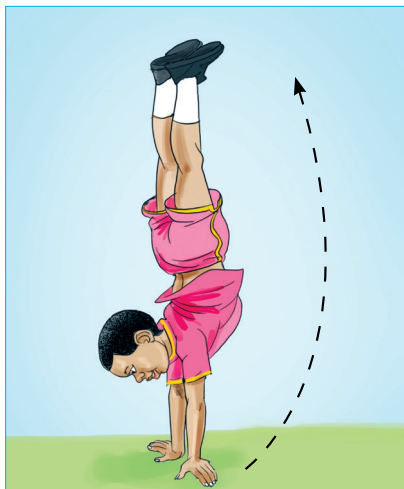
1. Simama wima.



2. Inama na ushike chini, kisha inuka.



3. Simamia mikono miwili na nyanyua miguu juu.



Michezo mingine ya kujisawazisha

1. Kusimama wima



2. Kusimama kwa mguu mmoja



Zoezi la 2

Ukiwa pamoja na wenzako fanyeni mazoezi ya kujisawazisha.

Mazoezi ya kujiviringisha

Kuna aina mbili za mazoezi ya kujiviringisha.

1. Kujiviringisha kwa kwenda mbele
2. Kujiviringisha kwa kurudi nyuma

Jinsi ya kujiviringisha kwa kwenda mbele

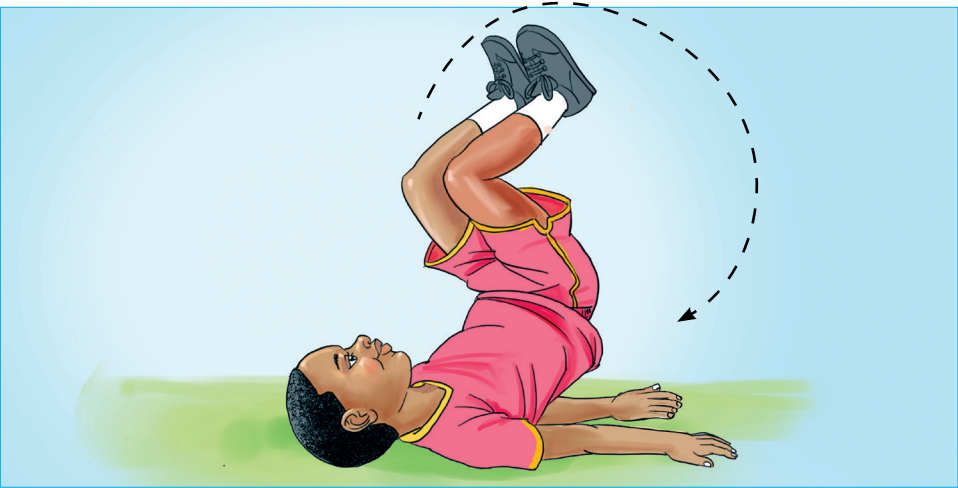
1. Piga magoti.



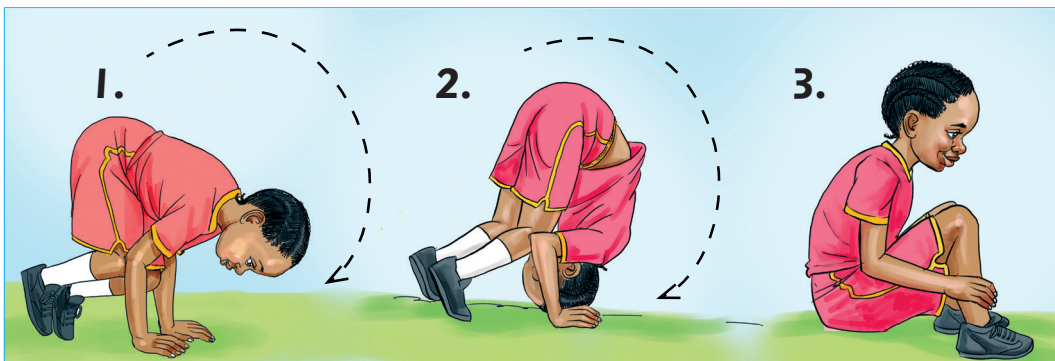
2. Inama na weka mikono chini. Inua kiuno na jisukume kwenda mbele.



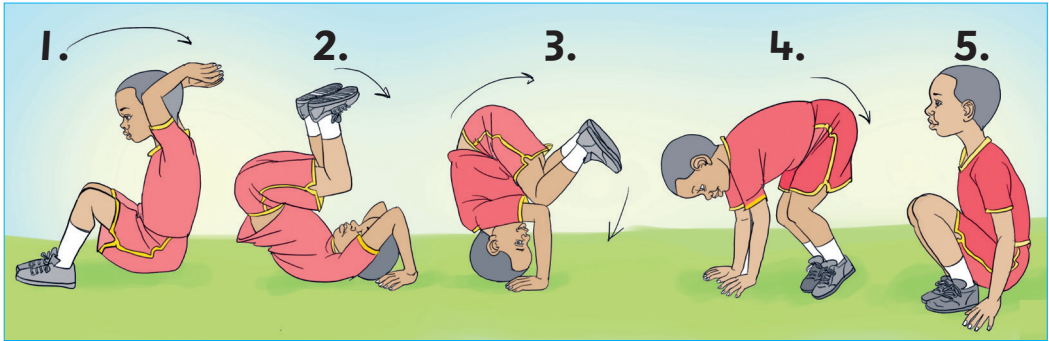
3. Jiviringishe kwa kwenda mbele.



Hatua za kujiviringisha kwa kwenda mbele



Hatua za kujiviringisha kwa kwenda nyuma



Zoezi la 3

Fanya mazoezi ya kujiviringisha kwa

(a) kwenda mbele.

(b) kurudi nyuma.

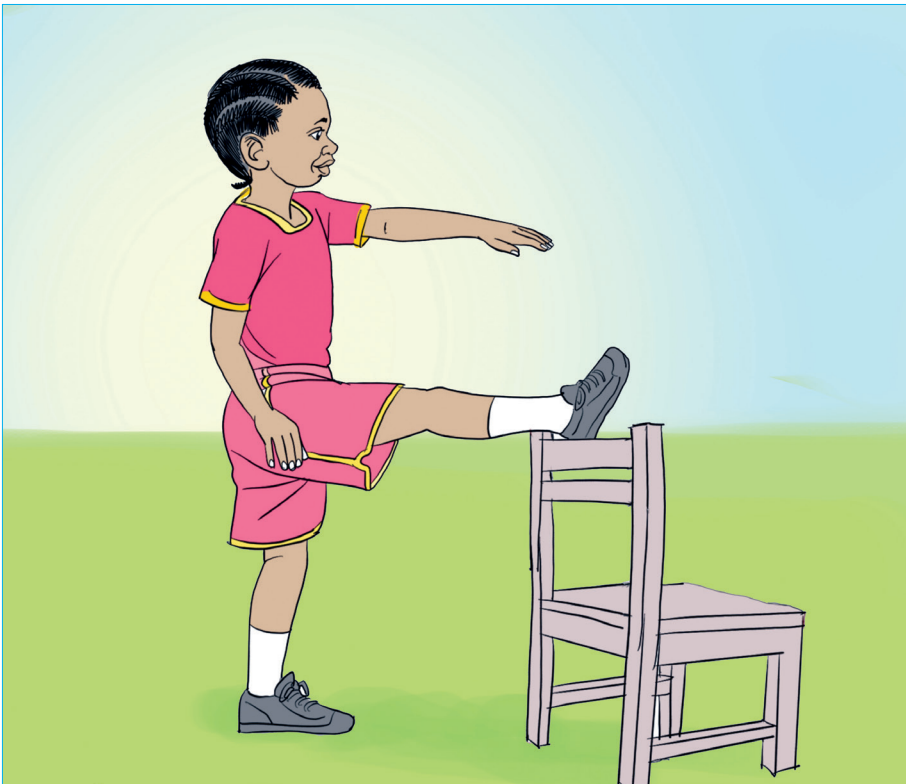
Mazoezi ya kujinyoosha

Kuna mazoezi mbalimbali ya kujinyoosha.

1. Kujinyoosha kwa kutumia kiti
2. Kujinyoosha ukiwa umesimama
3. Kujinyoosha ukiwa umelala kifudifudi

Jinsi ya kujinyoosha kwa kutumia kiti

1. Weka mguu wa kulia juu ya kiti.
2. Nyoosha mkono wa kushoto.
3. Shusha mguu wa kulia.
4. Weka mguu wa kushoto kwenye kiti.
5. Nyoosha mkono wa kulia.
6. Rudia kufanya vitendo hivyo mara nyingi.



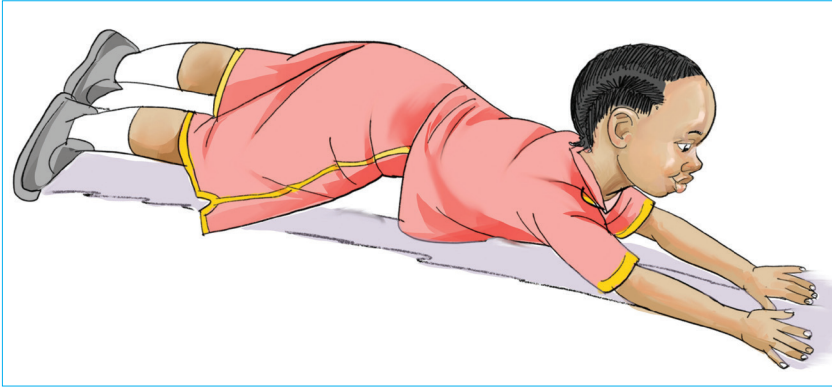
Jinsi ya kujinyoosha ukiwa umesimama

1. Simama wima.
2. Tanua miguu.
3. Nyoosha mkono wa kushoto juu.
4. Shika kiuno kwa mkono wa kulia.
5. Shusha mkono wa kushoto na ushike kiuno.
6. Nyoosha mkono wa kulia juu.
7. Endelea kujinyoosha kila upande mara tano.



Jinsi ya kujinyoosha kwa kulala kifudifudi

1. Simama wima.
2. Piga magoti.
3. Lala kwa tumbo sehemu iliyonyooka.
4. Nyoosha mikono mbele.



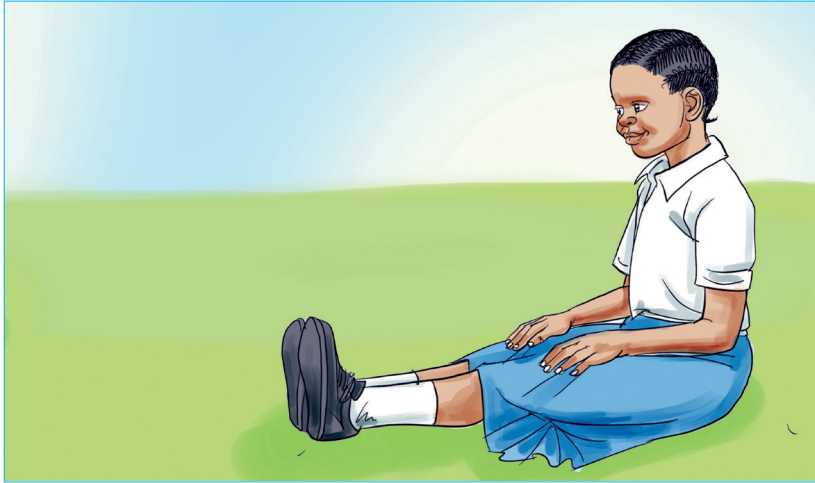
Jinsi ya kujinyoosha kwa kuchuchumaa ukiwa umeshika magoti

1. Kaa chini.
2. Kunja miguu.
3. Nyanyuka kidogo.
4. Shika miguu.



Jinsi ya kukaa ukiwa umenyoosha miguu na umeshika magoti

1. Kaa chini.
2. Nyoosha miguu.
3. Shika magoti.



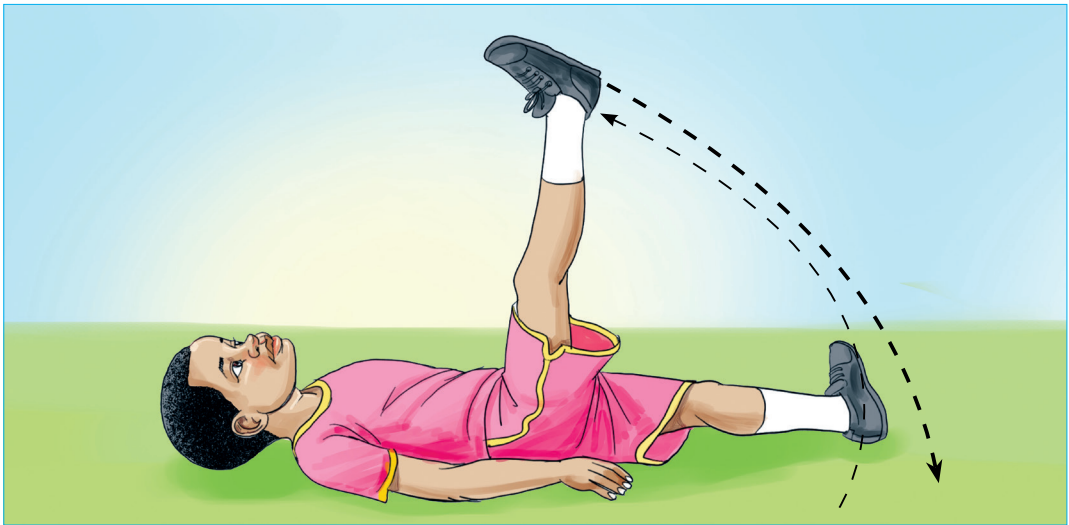
Jinsi ya kuinama mikono ikiwa mbele na kushika chini

1. Simama wima.
2. Inama kisha shika chini.



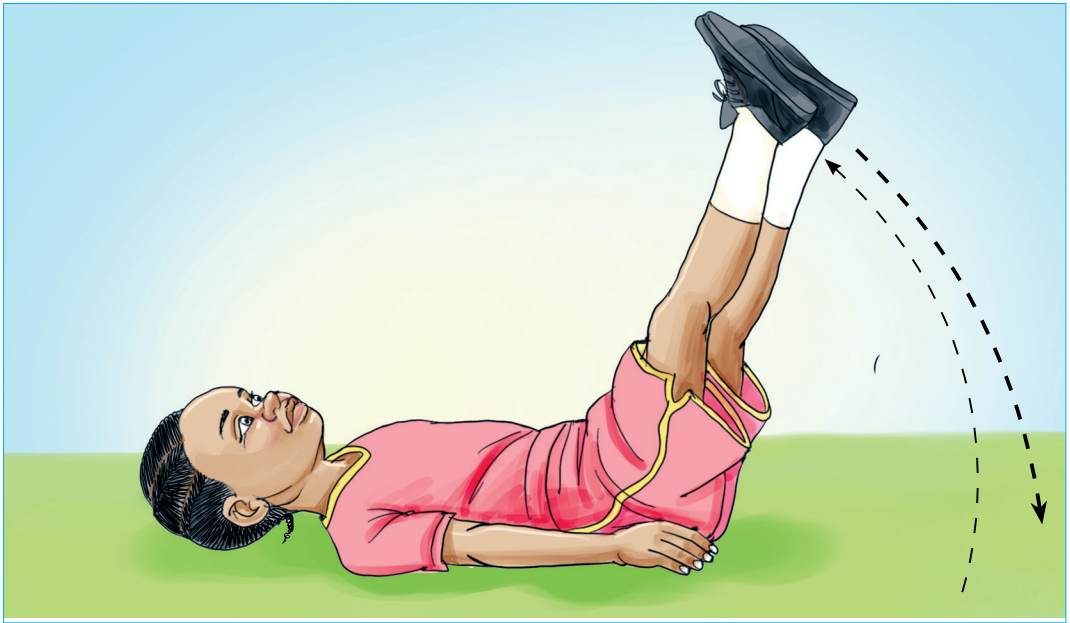
Jinsi ya kulala na kunyanyua mguu mmoja

1. Kaa chini.
2. Lala kwa mgongo.
3. Nyoosha mikono ikiwa chini.
4. Nyanyua mguu mmoja.
5. Rudisha mguu chini. Rudia kwa kunyanyua mguu mwingine.



Jinsi ya kulala na kunyanyua miguu kwa pamoja

1. Kaa chini.
2. Lala kwa mgongo.
3. Nyoosha mikono ikiwa chini.
4. Nyanyua miguu kwa pamoja.
5. Rudisha miguu chini. Rudia kunyanyua miguu na kurudisha chini.



Zoezi la 4

Fanya mazoezi mbalimbali ya kujinyoosha kwa usahihi.

Sura ya Tatu

Mchezo wa riadha



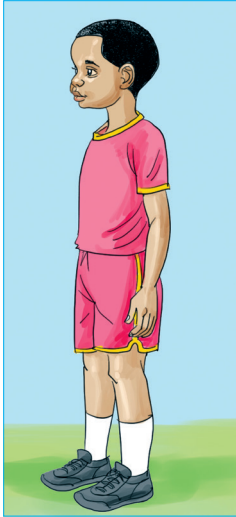
Katika sura hii utajifunza kucheza michezo miwili.

1. Kutembea
2. Kukimbia mbio fupi

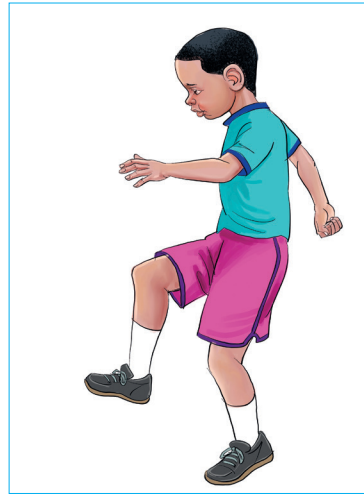
Mchezo wa kutembea

Hatua za kutembea

1. Simama wima.



2. Inua mguu wa kulia na kuukunja usawa wa goti.



3. Anza kutembea kwa mguu wa kulia, kisha wa kushoto.



Zoezi la 1

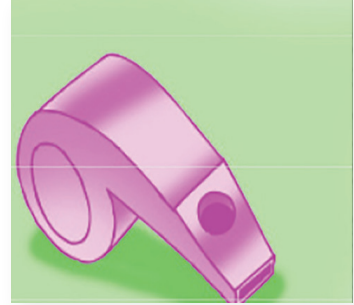
Kwa kuzingatia hatua za kutembea, tembea kwa usahihi.

Mchezo wa kukimbia mbio fupi

Kifaa Filimbi



uwanja wa michezo



filimbi

Jinsi ya kukimbia mbio fupi (meta 50)

1. Fanyeni mazoezi ya kutosha ya kuvuta pumzi.
2. Simameni wima kwenye mstari mmoja.
3. Tanguliza mguu wa kushoto.
4. Anza kukimbia kwa kutanguliza mguu wa kulia.
5. Inua miguu wakati wa kukimbia.
6. Mikono inatakiwa iwe karibu na mwili.
7. Kichwa kiangalie mbele.
8. Mkono wa kulia uende na mguu wa kushoto.
9. Mkono wa kushoto uende na mguu wa kulia.



Wanafunzi wakikimbia uwanjani

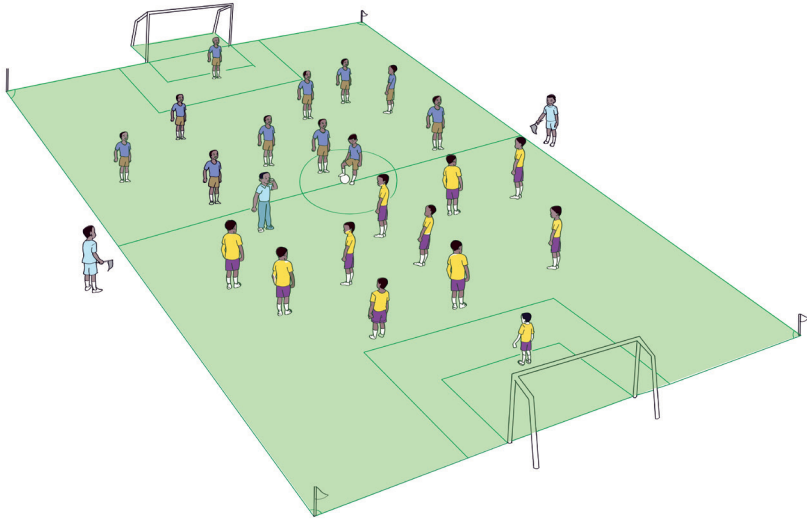
Zoezi la 2

Kwa kuzingatia kanuni za kukimbia, kimbia mbio mita 50.

FOR ONLINE USE ONLY
DO NOT DUPLICATE

Sura ya Nne

Kucheza mpira

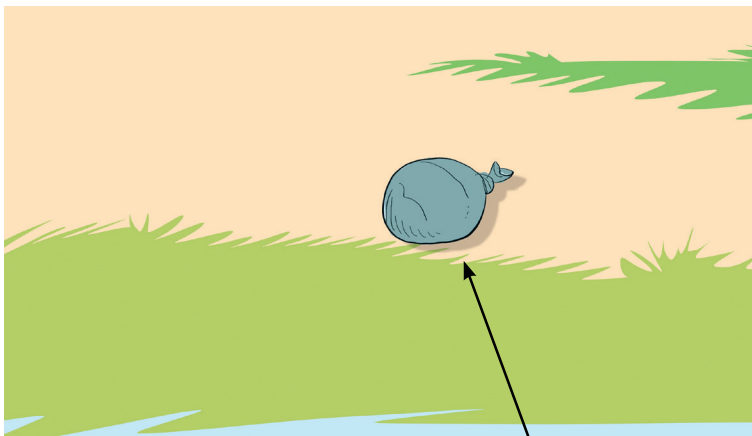


Katika sura hii utajifunza kucheza michezo miwili.

1. Rede
2. Mpira wa miguu

Mchezo wa rede

Kifaa Mpira



mpira

Jinsi ya kucheza rede

1. Mchezaji mmoja au zaidi wasimame katikati.
2. Wachezaji wengine wawili wasimame upande wa kushoto na kulia.
3. Wachezaji wa upande wa kulia na kushoto wasimame umbali wa hatua kumi kutoka katikati.



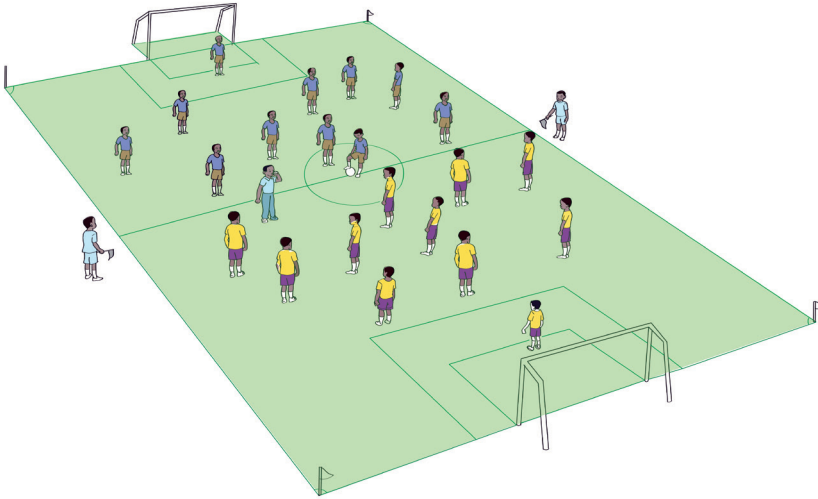
4. Mchezaji mmoja wa kulia au kushoto ashike mpira.
5. Mchezaji mwenye mpira amlenge mchezaji aliye katikati.
6. Mchezaji wa katikati ahesabiwe mitupo kumi ya mpira.
7. Mchezaji akikwepa mitupo yote atakuwa ameshinda.



Zoezi la 1

Mkiwa kwenye makundi chezeni mchezo wa rede.

Mchezo wa mpira wa miguu



Jinsi ya kucheza mpira wa miguu

1. Wachezaji jigaweni katika timu mbili kila moja watu 11.
2. Timu moja isimame upande mmoja wa uwanja. Timu nyingine isimame upande mwingine.
3. Mpira uwekwe katikati ya uwanja.
4. Refa aanzishe mchezo wa mpira.
5. Timu itakayoongoza kufunga goli au magoli itakuwa imeshinda.

Zoezi la 2

Chezeni mpira wa miguu. Wasichana wacheze peke yao na wavulana peke yao.

Sura ya Tano

Kuwasiliana kwa sanaa

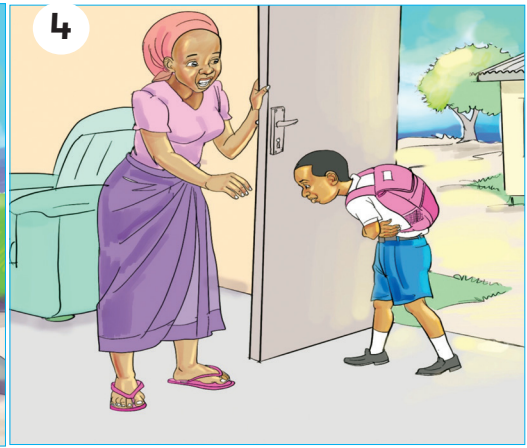


Katika sura hii utajifunza kuwasiliana kwa njia nne.

1. Picha
2. Nyimbo
3. Maigizo
4. Alama

Kuwasiliana kwa picha

Angalia picha hizi kisha fanya zoezi.



Zoezi la 1

Eleza ujumbe uliomo katika picha hizo kwa mwenzio.

Kuwasiliana kwa nyimbo



Imba wimbo huu kisha fanya zoezi.

Wimbo wa vitu hatari

Vitu hatarishi watoto
Vitu kama wembe sindano
Vipande vya chupa na kisu
Wayu za umeme misumari

Tusivichezee balaa
Tusivicheze balaa
Tusivicheze balaa
Tusivicheze balaa

Zoezi la 2

Eleza ujumbe uliomo katika wimbo huu.

Kuwasiliana kwa njia ya maigizo

Angalia picha hizi kisha fanya zoezi.

1



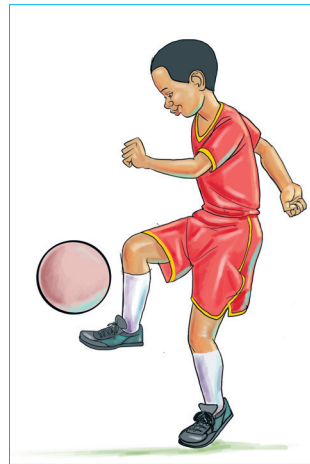
2



3



4



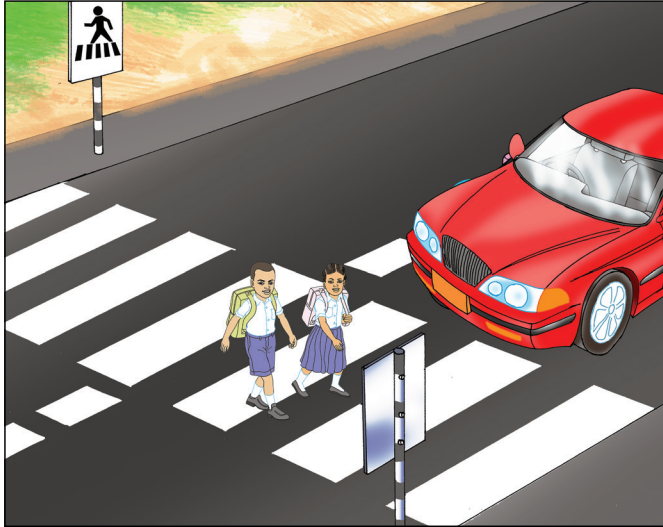
Zoezi la 3

Jibu maswali haya.

1. Picha namba 1 ni ya _____.
2. Katika picha namba 3 unaona _____.
3. Picha namba 4 inaonesha _____.
4. Igiza matendo katika picha namba 1, 2, 3 na 4.

Kuwasiliana kwa alama

1



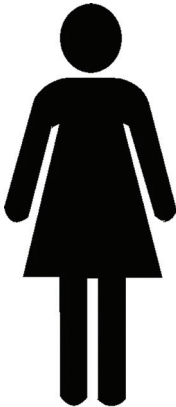
2



3



4



5



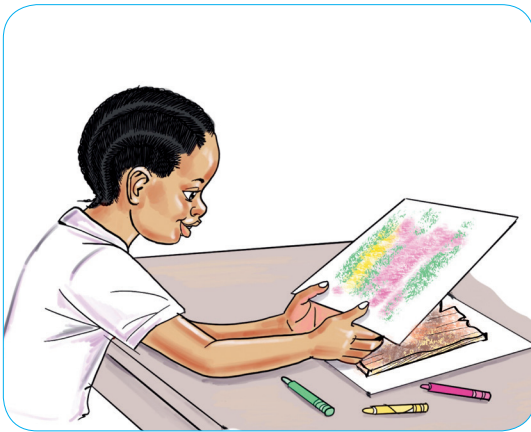
Zoezi la 4

Jibu maswali haya.

1. Picha namba 1 ni alama ya _____.
2. Picha namba 2 inakataza _____.
3. Picha namba 3 umewahi kuiona wapi?
4. Picha namba 4 na 5 zina maana gani?

Sura ya Sita

Kuchora, kuchapa na kufinyanga

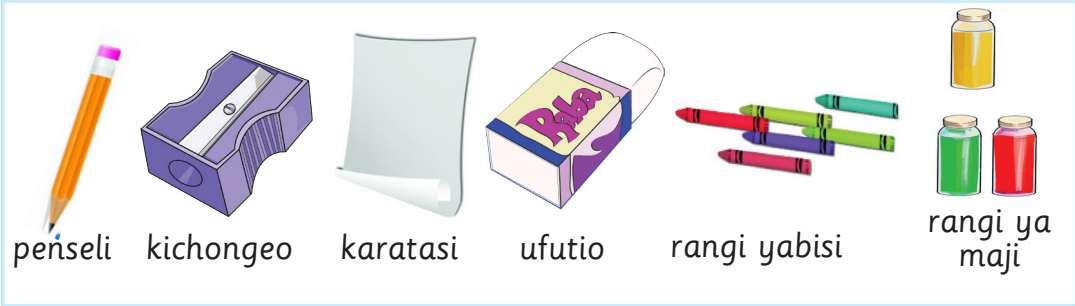


Katika sura hii utajifunza mambo manne.

1. Kuchora maumbo ya herufi, namba na vitu
2. Kupaka rangi maumbo ya herufi, namba na vitu
3. Kuchapa unamu kwa kusugua na kugandamiza
4. Kufinyanga vitu mbalimbali

Kuchora maumbo ya herufi, namba na vitu

Vifaa Penseli, kichongeo, karatasi, ufutio, rangi yabisi, rangi ya maji na brashi.



Kuchora maumbo ya herufi kwa umbo la ukumbi



Zoezi la 1

Chora herufi hizi kwa umbo la ukumbi.

h
l
k
a
m

Kuchora maumbo ya namba kwa umbo la ukumbi



Zoezi la 2

Chora namba hizi kwa umbo la ukumbi.

8

10

6

2

5

Kuchora maumbo ya vitu



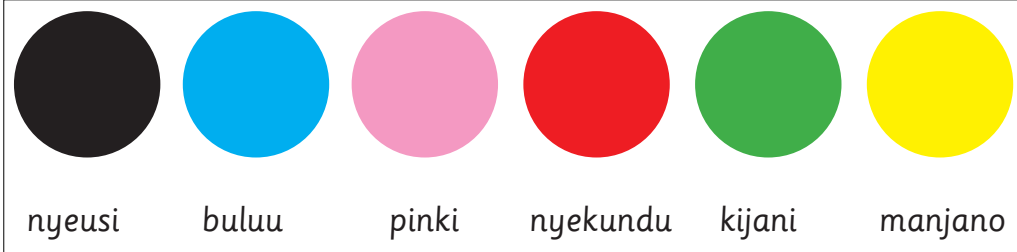
Zoezi la 3

Chora maumbo ya vitu hivi.

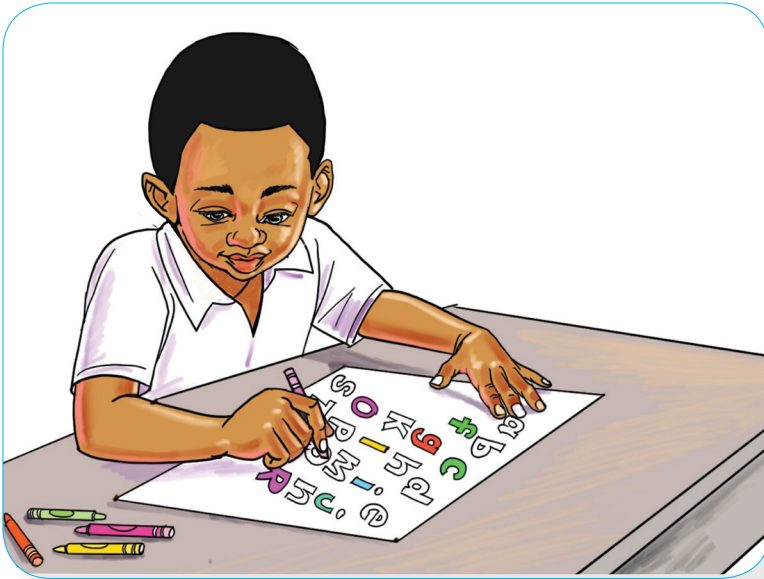
1. kiti
2. meza
3. mwavuli
4. gari

Kupaka rangi herufi, namba na vitu

Rangi za aina mbalimbali



Kupaka rangi maumbo ya herufi



Zoezi la 4

Chora maumbo ya herufi hizi, kisha paka rangi.

e
p
b
n
o

Kupaka rangi maumbo ya namba



Zoezi la 5

Chora maumbo ya namba hizi, kisha paka rangi.

- 1
- 2
- 9
- 7
- 5

Kupaka rangi maumbo ya vitu



Zoezi la 6

Chora maumbo ya vitu hivi, kisha paka rangi.

1. mti
2. kiti
3. gari
4. nyumba
5. meza

Kuchapa unamu kwa kusugua na kugandamiza

Kuchapa unamu kwa kusugua

Vifaa Karatasi, rangi yabisi, magome ya mti



Jinsi ya kuchapa unamu kwa kusugua

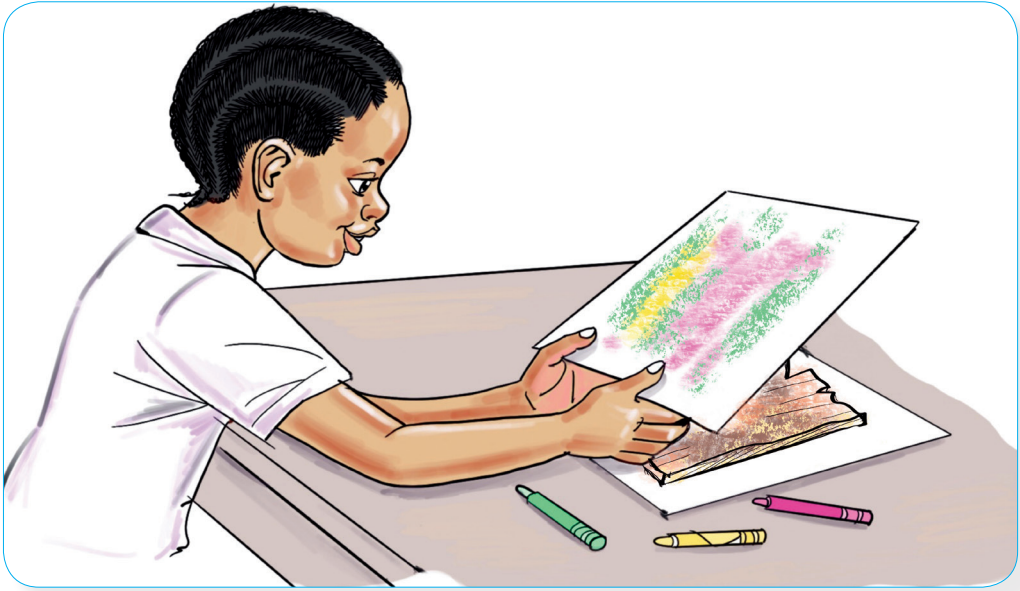
1. Weka kاراتasi juu ya gome la mti.



2. Shika rangi yabisi kisha sugua kwa nguvu.



3. Ondoa karatasi juu ya gome la mti

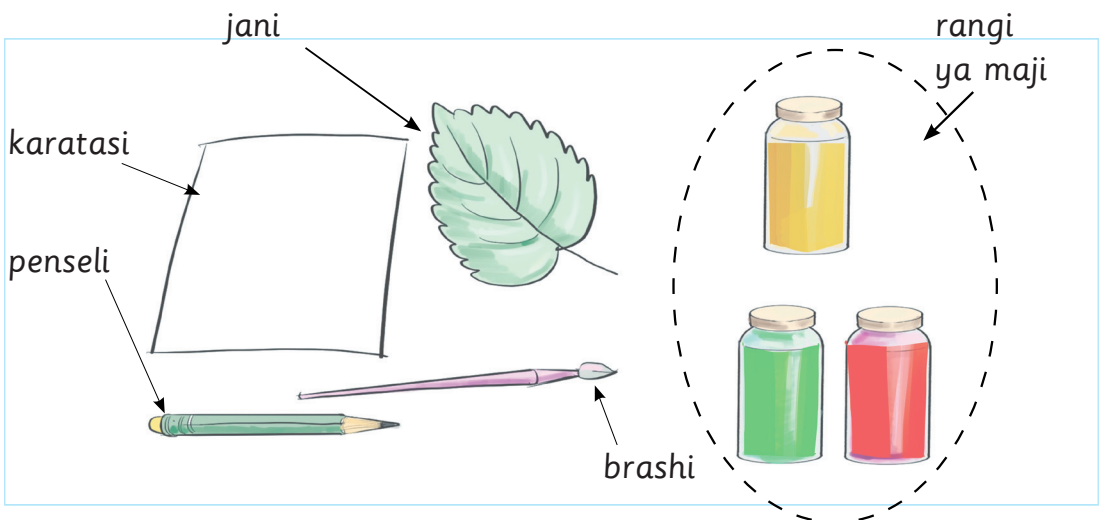


Zoezi la 7

Chapa unamu kwa kutumia magome ya miti.

Kuchapa unamu kwa kugandamiza

Vifaa Jani, karatasi, rangi ya maji, penseli, brashi



Hatua za kuchapa kwa kugandamiza

- 1 Chukua karatasi, rangi, jani na brashi. Weka juu ya meza.



- 2 Anza kupaka rangi juu ya jani kwa kutumia brashi.



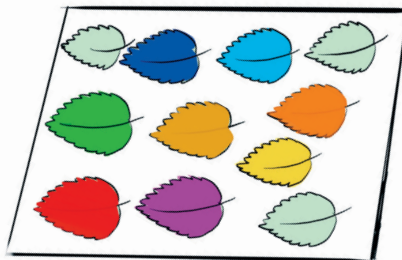
- 3 Bandika jani lenye rangi kwenye karatasi nyeupe.



- 4 Bandika majani mengi yaliyopakwa rangi juu ya karatasi nyeupe.



- 5 Tumia rangi tofauti ili kupata unamu wenye rangi tofauti.



Zoezi la 8

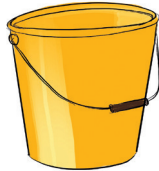
Chapa unamu kwa kugandamiza ukitumia aina tofauti za majani.

Kufinyanga vitu mbalimbali

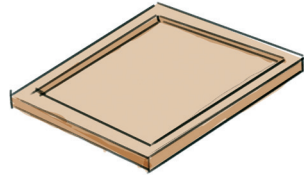
Vifaa udongo wa mfinyanzi, ndoo yenye maji, kitako cha umbo



Udongo wa mfinyanzi



Ndoo yenye maji



Kitako cha umbo

Kufinyanga maumbo mbalimbali



mcheduara



umbo la
pia








umbo la
duara

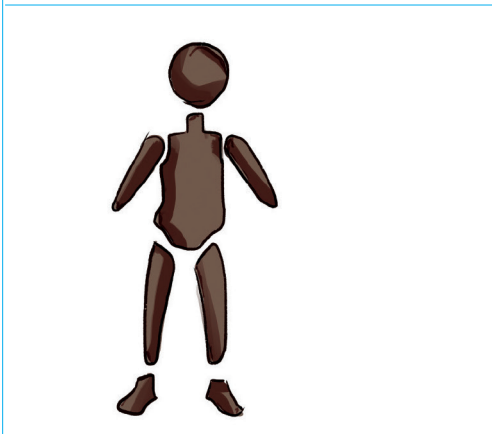
Kufinyanga umbo la mtu



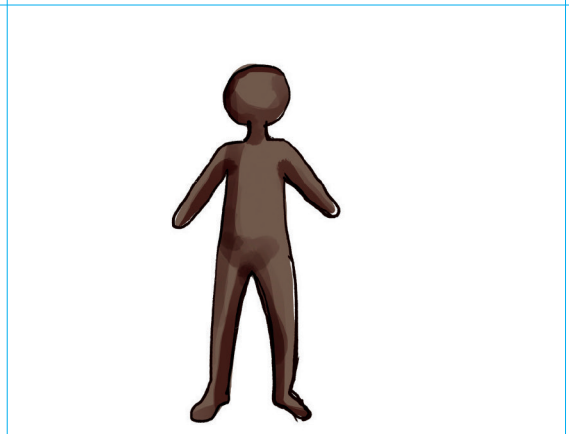
Hatua za kufinyanga umbo la mtu.

				
1. kichwa	2. kiwiliwili	3. mikono	4. miguu	5. nyayo

6. Panga maumbo haya kwa umbo la mtu



7. Unganisha maumbo haya kwa umbo la mtu



Zoezi la 9

Finyanga maumbo ya vitu hivi.

1. meza
2. kiti
3. gari
4. nyumba

Sura ya Saba

Kuimba nyimbo fupi sahili



Katika sura hii utajifunza nyimbo tano.

1. a e i o u - irabu
2. Maua mazuri
3. Sehemu za mwili
4. Fua nguo zako
5. Wimbo wa Taifa.

Wimbo wa a e i o u - Irabu

Hii ndiyo a a a a ina mkia mfupi a a a

Hii ndiyo e e e e ipo kama kata e e e

Hii ndiyo i i i i ina kofia kichwani i i i

Hii ndiyo o o o o ipo kama yai o o o

Hii ndiyo u u u u ipo kama kikombe u u u

Wimbo wa maua mazuri

Maua mazuri yapendeza

Maua mazuri yapendeza

Ukiyatazama yanameremeta

Yaita watoto waje shuleni

Zum zum zum nyuki lia we

Zum zum zum nyuki lia we

Toka mbali kutafuta ua zuri kwa chakula

Zum zum zum nyuki lia we

Wimbo wa sehemu za mwili

Kichwa mabega kifua nyonga ni
magoti vidole magoti vidole

Wimbo wa fua nguo zako

Fua nguo zako kwa maji na sabuni
Anika zikauke upige pasi
Ukisha piga pasi ziweke sandukuni
Ukisha piga pasi ziweke vema

Zoezi la 1

Ukiwa na wenzako imbeni nyimbo mlizojifunza kwa usahihi.

Wimbo wa Taifa

Mungu ibariki Afrika,
Wabariki viongozi wake,
Hekima umoja na amani,
Hizi ni ngao zetu,
Afrika na watu wake,
Ibariki Afrika,
Ibariki Afrika,
Tubariki watoto wa Afrika,
Mungu ibariki Tanzania,
Dumisha uhuru na umoja,
Wake kwa waume na watoto,
Mungu ibariki,
Tanzania na watu wake,
Ibariki Tanzania,
Ibariki Tanzania,
Tubariki watoto wa Tanzania,

Zoezi la 2

Ukiwa na wenzako, imbeni wimbo wa Taifa

Sura ya Nane

Kuigiza maigizo sahili



Katika sura hii utajifunza kuigiza maigizo mbalimbali sahili.

Kuangalia maigizo bubu na kujibu maswali

Angalia picha hizi kisha fanya zoezi.

1



2



3



4



Zoezi la 1

Jibu maswali haya.

1. Picha namba 1 inaonesha _____
2. Picha namba 2 inaonesha _____
3. Picha namba 3 inaonesha _____
4. Picha namba 4 inaonesha _____
5. Igiza matendo ya picha namba 1, 2, 3 na 4.

Zoezi la 2

Fanya maigizo bubu yanayoonesha matendo ya

1. kula.
2. kuandika.
3. kukata mti.
4. kutwanga kwenye kinu.

Kuigiza maigizo mbalimbali sahili

Angalia picha hizi, kisha fanya zoezi.

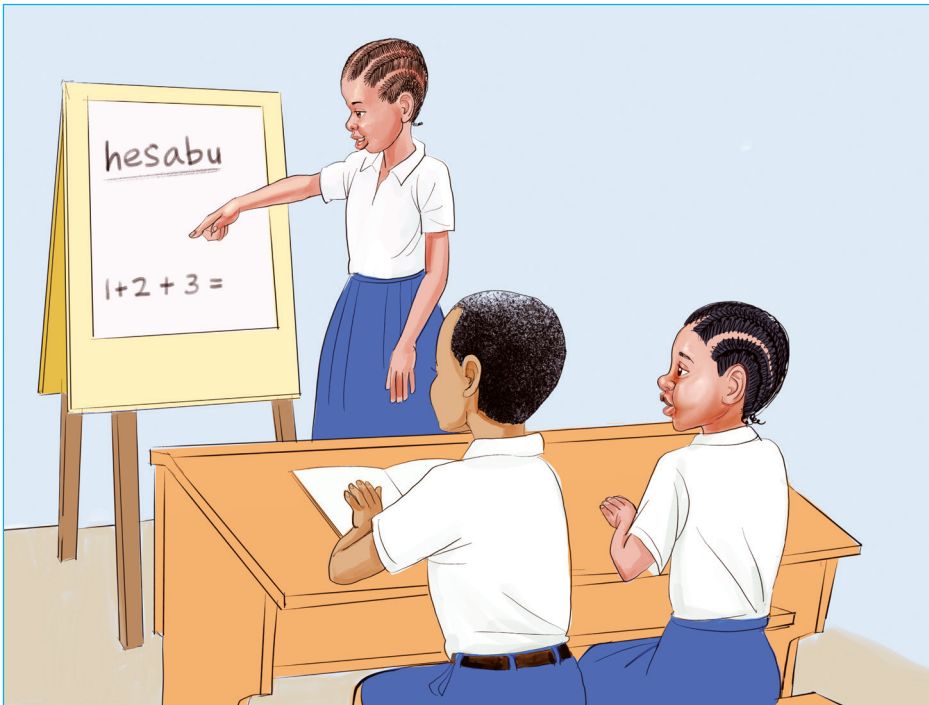
1



2



3



Zoezi la 3

Kwa kushirikiana na wenzako fanyeni maigizo hayo.

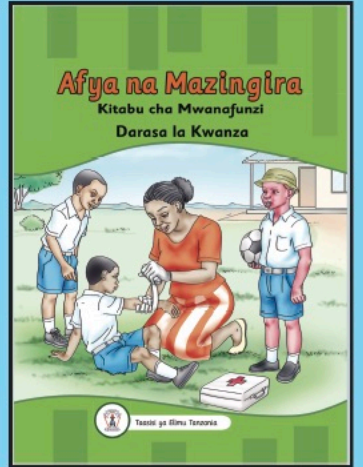
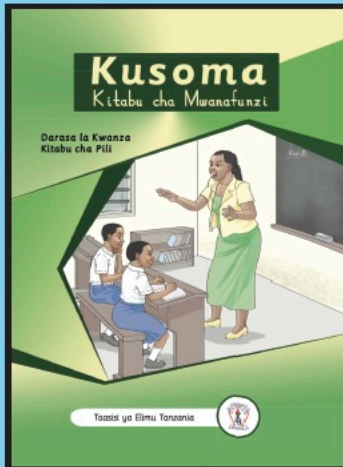
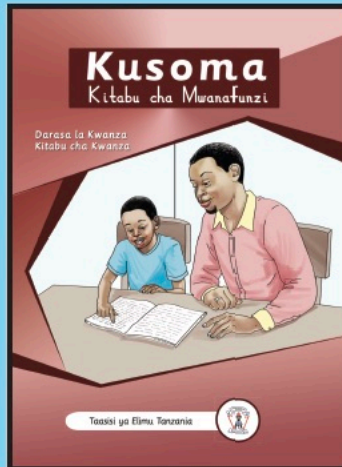
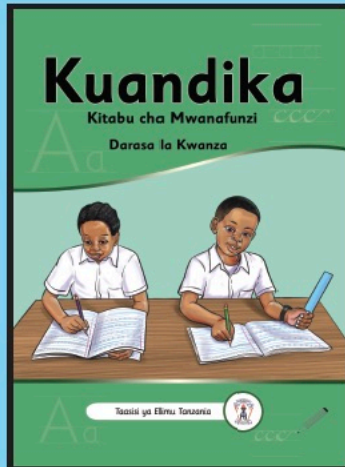
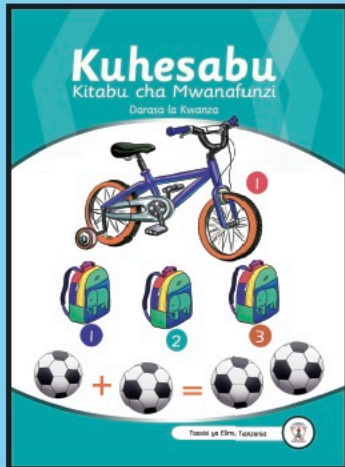
Faharasa

1. **Irabu** - Herufi ambayo hutamkwa bila kuwepo kizuizi chochote cha mkondo wa hewa inayotoka mapafuni kwenda nje kupitia kwenye chemba ya kinywa au pua (a, e, i, o, u)
2. **Kete** - Vikokoto vidogo vya mviringo vinavyotumika kuchezea bao au mdako
3. **Kiunzi** - Kifaa chenye umbo mithili ya mwimo wa dirisha ambapo mwanariadha huruka juu yake
4. **Unamu** - Namna au jinsi zana zilizoandaliwa kwa ajili ya sanaa ya uchoraji zinavyokaa au kufanana

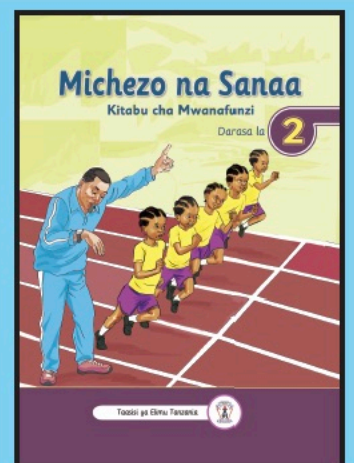
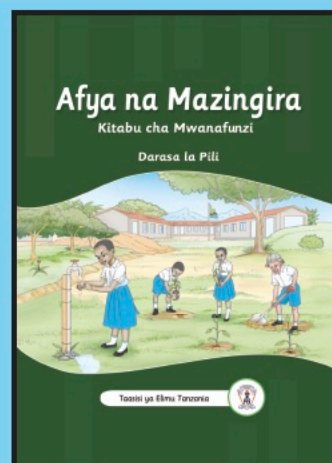
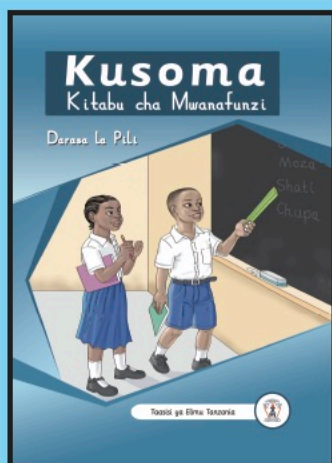
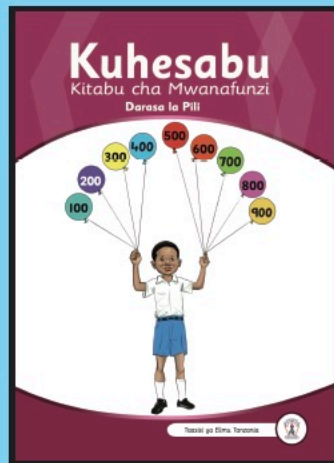
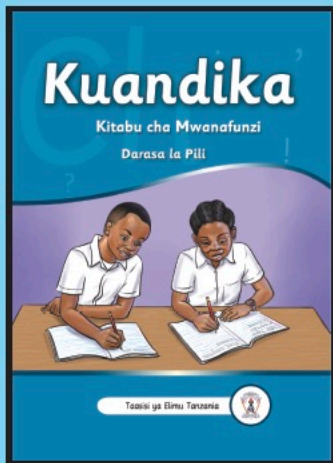
Vitabu vingine kutoka Taasisi ya Elimu Tanzania



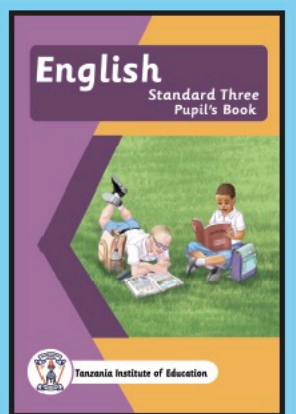
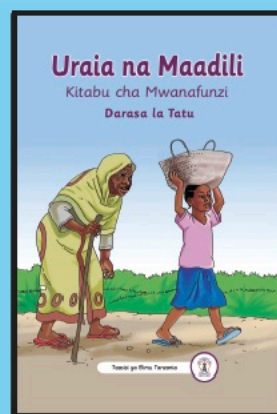
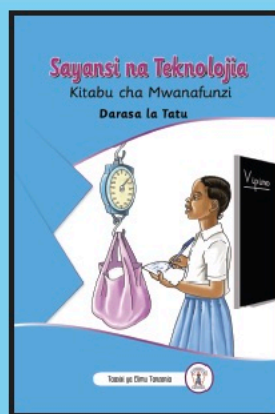
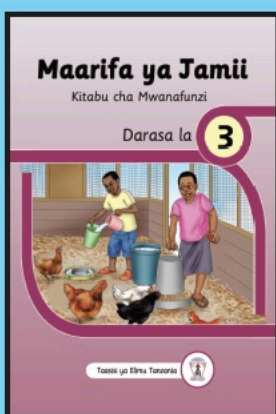
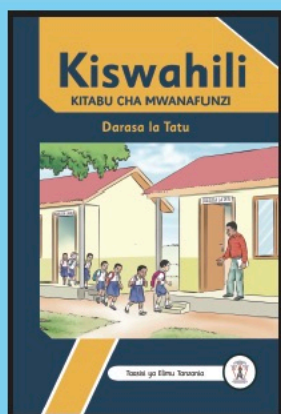
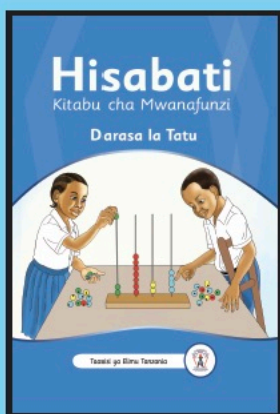
Darasa la Kwanza



Darasa la Pili



Darasa la Tatu



ISBN 978-9976-61-708-5



9 789976 617085